

Slik forstår du babyen din



SNUR SEG:

Nyfødte Aksel holdes trygt av Inger Pauline Landsem, men snur blikket etter lyden av mamma Camilla Reites stemme.



GEIPER:

Tar du tiden til hjelp, kan selv nyfødte være i stand til å herme etter det du gjør.

Foto: STIG BRØNDBO/»EN BEDRE START»

NYSING OG GJESPING: ... er ofte uttrykk for at barnet må hente seg inn igjen.

Begge foto: STIG BRØNDBO/»EN BEDRE START»

Av EIRIK LINAKER BERGLUND og TERJE MORTENSEN (foto)

TROMSØ (VG) Godt samspill og god kommunikasjon med barnet ditt den første tiden, kan gi høyere IQ og mindre atferdsproblemer ved fem års alder.

Resultatene fra Prematurprosjektet ved Universitetssykehuset Nord-Norge, som har pågått siden 1999, kan være overførbare til fullbårne barn.

Veiledning viktig

Forskningen viser at veiledning til ferske og ofte rådvile foreldre om hvordan de skal tolke og forstå barnet sitt er viktig forebygging av atferdsproblemer.

– Dersom foreldrene er stresset, blir barnet stresset når det ikke blir forstått, noe som kan være veldig skadelig. Om foreldrene forstår signalene barna gir, blir de selv trygge og kan iverksette stressdempende tiltak, sier overlege og leder av Norsk barnelegeforening, Marianne

Nordhov, som har doktorgrad på emnet.

Den nye verdensborgeren kan nemlig så mye mer enn bare å spise og sove – bare foreldrene tar seg tid til å se etter.

I den ferske boken «En bedre start» gir spesialsykepleier og doktorgradsstipendiat ved Universitetet i Tromsø, Inger Pauline Landsem, konkrete råd.

Gitt ut bok

Visste du at hikking ikke nødvendigvis betyr at den lille krabaten har spist for fort? Eller at gjesping ikke alltid betyr at babyen vil sove?

– Dette er noen av babyens måter å reagere på når inntrykkene blir for sterke. Når babyen putter fingrene i mun-

nen, er det ofte ikke på grunn av sult, men en måte å komme i balanse på, påpeker Landsem, som har gitt ut boken på eget forlag sammen med fotograf og tobarnspappa Stig Brøndbo.

Facinerende

Landsem ønsker å viderefremme sin kunnskap etter 20 år på nyfødteintensiv avdeling – kombinert med nyere forskning – til usikre og slitne foreldre og de som skal hjelpe dem.

– For mange blir spedbarnstiden mye morsommere når de vet hvordan de skal samspille med babyen, sier hun.

Et viktig råd til nybakte foreldre er å bruke våkentiden godt – det være seg på stelle-

bordet, i badekaret eller på fanget. Da er ansiktet og stemmen til mamma eller pappa er de beste leketøyene.

– Nyfødte bruker lang tid, derfor må man vente på respons og ikke gjøre en ny ting med én gang. Foreldre kan ofte bli for utålmodige, påpeker Landsem mens hun veileder de nybakte foreldrene Camilla (32) og Knut Reite (33).

De er overrasket over hvor mye sønnen Aksel kan, bare to dager gammel.

– Det er fascinerende – jeg trodde ikke at han ville få det med seg så tidlig, sier Camilla etter at sønnen har snudd hodet og blikket etter en rød ball.

Bedre samspill med nyfødte kan gi økt IQ

DE GODE RÅDENE

- Nysing, gjesping og hikking kan være tegn på at babyen må hente seg inn igjen, at inntrykkene fra omgivelsene blir for mye.
- Det samme gjelder dersom barnet snur seg bort, lukker øynene, får forandringer i huden eller gjør ukontrollerte bevegelser.
- Dersom babyen får suge på hendene sine, kan det i mange tilfeller ofte være nok til å roe ned en urolig kropp en stund.
- Bruk våkentid til å få blikk-kontakt. Bruk stemmen aktivt, i forskjellige toneleier. Syng sanger til barnet. Snakk med barnet. Bruk ansiktsmimikk.
- Lek med barnet! Bruk en rangle eller en rød ball (det er fargen spedbarn ser best), og la barnet feste blikket på den. Se hvordan barnet kan snu seg etter leken.
- Slik aktivitet er morsom, men også slitsom, for barnet. Lær deg signalene om at nok er nok.
- Dersom barnet snur seg bort – ikke ta dette som en avvisning. Da trenger det bare en pause. Kilde: "En bedre start"