

Oefening

Lichaamstaal herkennen van je baby

Let een week lang elke dag vijf minuten op je baby's lichaamstaal. Schrijf op wat je ziet en wat je denkt dat je baby op dat moment wilt, denkt en voelt.

Oefening. 'Kletsen' met je baby door op zijn signalen in te gaan.

- Benoem wat je baby denkt, voelt en wilt op het moment dat je naar je baby kijkt.
- Ga tegenover je baby zitten en probeer zoveel mogelijk te reageren op wat je baby doet en waar je baby naar kijkt. Bijvoorbeeld: 'Jij wilt mama's vinger pakken'. Hier benoem je wat je denkt dat je baby wilt.
- Als je baby een geluidje maakt, moedig je baby dan aan door hier op te reageren: 'O ja? En toen?' Of: 'Ik geloof er niks van. Is dat echt zo? Tjonge!' Zo hebben jullie gesprekjes die steeds meer lijken op echte gesprekken. Je baby vindt het fijn om naar je stem te luisteren.
- Probeer de komende week elke dag op deze manier te kletsen met je baby.

Oefening. Benoemen wat je doet tijdens het verschonen.

Heeft je baby nu een schone luier nodig? Dan is het goed moment om je baby te verschonen en te oefenen met kletsen tijdens het verschonen. Als je baby geen schone luier nodig heeft, kan je ook oefenen met kletsen tijdens het voeden of spelen.