

Gezondheid.

Opname in Moeder & Baby-centrum helpt kersverse moeders met psychische problemen

‘Ik ben niet langer bang van mijn baby’



‘Ze zeiden dat ik geen echte vrouw was.’ De roze wolk lag al negen maanden klaar, maar wat als je na de geboorte niets voor je baby voelt? Twee Vlaamse centra helpen jonge moeders die met een postnatale depressie of andere psychische problemen kampen.

Tekst SOPHIE PYCKE / beeld AURÉLIE GEURTS

Van gretig gelikete geslachtsontthullen op Instagram tot moeders die al jaren hopen om oma te worden: zodra we een zwangerschapsbuijke in de gaten krijgen, wordt de roze wolk geprepareerd. Als het prille moederschap moeilijker loopt dan verwacht, is het niet vanzelfsprekend om daarover te praten. Moeders die mentale moeilijkheden ervaren, voelen zich mislukt en botsen op muren. Zij worden geholpen in een van de twee Moeder & Baby-centra in Vlaanderen, in Gent en in Zoersel. Een gespecialiseerd team behandelt acute psychiatrische stoornissen, via opname of thuisbehandling, en reanimeert de band tussen moeder en kind.

Tine: 'Ik voelde niets'

Tine en Kenny verloren hun kindje Lou op twaalf weken. Kort daarna werd Tine zwanger van Aster, maar het onverwerkte zwangerschapsverlies triggerde een postnatale depressie. Toen haar dochter acht maanden was, gingen ze samen in opname in het Moeder & Baby-centrum in Zoersel.

Tine (30): "Het was het begin van de eerste lockdown, maart 2020. Familie en vrienden zagen we amper, en een therapeut vinden bleek een onmogelijke opdracht. Mijn verdriet was immens. Ik wist dat ik tijd moest nemen om het verlies van Lou een plaats te geven, maar die drang om opnieuw zwanger te worden, oversteeg alle ratio. Een paar maanden later groeide Aster in mijn buik. De dag na de positieve zwangerschapstest sloeg mijn blijdschap om in paniek. Ik ben vaak bezorgd en angstig naar het ziekenhuis gereden omdat ik ervan overtuigd was dat ze dood was. Ik heb haar bijna niet voelen bewegen. Ik wilde haar niet voelen, denk ik nu. Ik was zo bang dat ze net als Lou zou sterven. Onbewust weigerde ik om een band met haar te vormen. Toen ik beviel, dacht ik: 'Oef, het kind is eruit.'"

"Ik voelde niets voor Aster, zelfs niet als ik borstvoeding gaf. Het feit dat ze een huiltbaby was, hielp ook niet. Ik raakte steeds meer geïrriteerd. Ik was vaak zo boos op haar. Mijn omgeving stelde me telkens dezelfde vraag: ga je haar iets aandoen? Hoe het met mij ging, leek er minder toe te doen. Ik hield vol, maar na een paar maanden kwam de kortsluiting. Ik kon geen paswoorden meer onthouden en niet meer met de auto rijden. Ik vatte het verschil niet meer tussen een groen en een rood licht. Als ik alleen thuis was met Aster en Alix, mijn oudste dochter, heerventileerde ik. Mijn thuis was weg, het leek alsof ik op bezoek was bij een vreemde.

"Ik hoopte al die tijd dat ik mezelf uit die put kon trekken, en ik wilde vooral mijn gezin niet in twee splitsen. Ik was bang dat mijn band met Alix zou verwateren, en Kenny vreesde dat Aster hem niet



Tine en dochter Aster: 'Ik heb intussen een band met haar, maar het voelt nog onstabiel.'

meer zou herkennen. Nu ben ik blij dat ik de stap tot opname heb gezet. De eerste avond hoorde ik zulke herkenbare verhalen van de andere mama's. Zoals die hyperfocus op je huishouden omdat je op bent van de stress.

"Ik besefte snel dat ik hier op mijn plek zit. Om ons gezin te beschermen, ga ik tijdens het weekend naar huis. Na twee weken vond Alix die nieuwe routine al heel normaal, of zo leek het toch. Pas onlangs zei ze voor het eerst hoeveel ze me mist.

"De dagen hier zien er vrij gestructureerd uit. Een mix van individuele sessies en groepstherapie. In de creatieve therapie kon ik mijn pijn verwerken die ik eerst niet met woorden kon overbrengen. Met klei boetsteerde ik een hand met drie druppels. Elke druppel staat voor één van mijn kinderen. Zo heb ik toch één tastbare herinnering aan Lou.

"Eén keer in de week volgt Kenny hier mee the-

rapie. Zijn verdriet krijgt zo ook een plaats. Ik heb me vaak schuldig gevoeld. Toen Alix voor het eerst naar school ging en hij die routine zelf moest bolwerken, ging hij er bijna zelf onderdoor.

"Ik ben bang om, als ik binnenkort naar huis mag, opnieuw zo diep te vallen. In opname loopt alles goed, maar ik woon hier in een erg gecontroleerde omgeving en krijg veel hulp. Aster slaapt bijvoorbeeld niet op mijn kamer, en als ik voel dat ik stress krijg, omdat ze huilt of moeilijk eet, kan ik haar even aan de verpleging geven en een wandeling maken. Thuis zal ik meer op mezelf en mijn netwerk moeten vertrouwen.

"Het zou makkelijker zijn om in opname te blijven, maar dit is niet het echte leven. Ik ben hier aangesterkt en heb nu de tools om mijn leven weer op rails te krijgen. Ik verlang naar een normaal leven en heel gewone dingen, zoals mijn beide dochters' s ochtends uit bed halen.

"Ik heb intussen een band met Aster, maar het

'MIJN OMGEVING STELDE ME TELKENS DEZELFDE VRAAG: GA JE HAAR IETS AANDOEN? HOE HET MET MIJ GING, LEEK ER MINDER TOE TE DOEN'

TINE (30)

voelt wel nog onstabiel. Ik durf haar nu te zien als mijn dochter en ik durf erin te geloven dat ze niet zal sterven, dat ik haar in leven kan houden. Maar ik durf nog niet volledig op mijn gevoelens te vertrouwen. Aster is nu al een heel onafhankelijk persoon. Ze laat niet zo makkelijk hulp toe, en ik blijf me afvragen of ik haar onbewust heb aangeleerd om zichzelf af te sluiten van mij. Ik wil niet dat ze ooit het gevoel krijgt dat ik haar zus liever zag of zie dan haar. Dat is niet zo. Ik zie haar doodgraag.

"Misschien had ik zonder mijn zwangerschapsverlies nooit een postnatale depressie gekregen, maar ik was er sowieso vatbaar voor. Ik wilde altijd de controle over mijn gezin. Alix is pas na anderhalf jaar ergens anders gaan slapen en in het huishouden moest ik altijd alle touwtjes in handen hebben. Ik was zo streng voor mezelf. Controledrang en perfectionisme zijn de snelste weg naar een depressie. Het zat in mij. Het verlies van Lou heeft het gebald en versneld."

Evie: 'Ik draaide dol'

Tijdens haar zwangerschap verzelde Evie in een psychose. Medicatie trok haar erdoor, maar toen kwam de pandemie, en die dwalde haar als prille moeder in een isolement.

Evie (28): "Mijn vriend Ronald en ik gingen net verbouwen toen ik zwanger werd. De werken sloegen tegen. Ons huis was één grote rommel waardoor ik nergens een plekje voor mezelf kon vinden. Rond de 21ste week kreeg ik paniekaanval. Ik voelde druk op de borst, zat constant te malen over mogelijke doemscenario's en was ineens verschrikkelijk bang om mama te worden. Blijkbaar gaat je lichaam op dat moment in de zwangerschap door een enorme hormonenpiek. Ik draaide dol. Ik was ervan overtuigd dat de Derde Wereldoorlog was uitgebroken en dat ik eigenhandig elke vis in de oceaan had gedood omdat ik plastic verpakkingen kocht. Ik ben me er altijd van bewust geweest dat die gedachten niet gegrond waren, maar toch had ik er geen invloed op. Ik kon ze niet wegdenken.

"Ik werd uiteindelijk opgenomen in de POP-kliniek in Malle, een expertisecentrum rond zwangerschap. De psychiater schreef me antipsychotica voor. De paniek ebde meteen weg, maar pas

na een week kon ik opnieuw functioneren en drong het door wat ik had meegemaakt. Toen ik tegen Ronald zei dat ik niet meer zwanger wilde zijn, zag hij ons rooskleurig toekomstbeeld zwart kleuren. Dankzij medicatie en relatietherapie zijn we er toch door geraakt."

Evie beviel niet veel later van een zoontje, Bram, maar toen brak de coronacrisis uit. "We wonen aan de grens met Nederland. Mijn ouders mochten van de ene dag op de andere niet meer op bezoek komen en mijn schoonouders durfden alleen met mondkapen heel even binnen te komen. Mijn psycholoog zag ik enkel nog via videocall, en kraamzorg vond het veiliger om geen huisbezoeken meer te doen. Bram was bovendien een huiltbaby en een hele slechte slaper. 's Nachts moest ik meestal tien keer opstaan. Hij had nood aan nabijheid, maar ik dacht dat ik iets verkeerd deed. Ik had nooit eerder een pasgeboren baby in mijn armen gehad. Zonder hulp voelde ik mij enorm alleen. Ronald ging overdag werken. Daar zat ik dan. Ik voelde me afgewezen door mijn ei-



gen kind en wist van geen hout pijlen te maken." Uiteindelijk kreeg Evie hulp van Moeder & Baby. "Eindelijk was er iemand die zei: 'Zet u Evie, laten we samen een kop koffie drinken.' De psychologe liet me zien dat Bram wel contact zocht en me dus wel nodig had. Mijn zelfvertrouwen groeide en de band met Bram werd elke dag sterker. "Het gaat goed nu, en Bram doet het fantastisch. Het is heerlijk om hem te zien evolueren en stukjes van mezelf in hem te herkennen. Maar ik voel me nog altijd schuldig. Hij zal waarschijnlijk altijd een gevoelig kind blijven dat moeilijk slaapt en eet. Ik zal me altijd afvragen wat het aandeel van mijn psychose daarin is.

"Of we nog een kindje willen? Ik heb me altijd gezien als een mama van drie. De wens is er. We kijken zelfs uit naar een groter huis. Maar ik ben heel bang om opnieuw zwanger te worden en opnieuw zo heftig te reageren op die hormonenpiek. Ik neem nu nog altijd medicatie om mijn paniekaanvallen de baas te kunnen. Als ik weer zwanger word, moet ik meteen in begeleiding, zoveel is zeker."

Farah: 'Wie was dat?'

Farah had torenhoge verwachtingen over het moederschap. Haar zwangerschap was er één uit de duizend, maar zodra Ishaaq er was, knapte er iets. Farah (32): "Ik zong liedjes voor Ishaaq in de buik en schreef bij elke echo een liefdevol tekstje. Ik zou een oermoeder zijn voor mijn klein ventje, dat wist ik zeker. De bevalling heeft die verwachtingen met de grond gelijk gemaakt. De navelstreng had zich rond zijn hoofdje gewikkeld, waardoor een spoedkeizersnede de enige keuze was. Plots ging alles supersnel en verloor ik alle controle over dat moment waarnaar ik zo had uitgekeken. Toen ik hem de allereerste keer hoorde huilen, was ik niet vertederd. Ik dacht: 'Wie is dit wezentje en hoe moet ik voor hem zorgen?'"

"Ik had niet het gevoel dat hij het kindje was dat ik negen maanden had gedragen. Met het doorknippen van de navelstreng leek meteen ook mijn connectie met Ishaaq verdwenen. Ik begreep er niets van, maar ik voelde heel duidelijk dat ik niet bij hem wilde zijn. Wanneer hij huilt, verstijfde ik. Ik kon niet slapen en schoot voortdurend in de stress. Als een buitenstaander keek ik naar mezelf terwijl ik een pampers ververs. Mijn optimistische en levenslust, die me anders zo typeren, waren volledig verdwenen.

"Mijn echtgenoot zei dat het aan de hormonen lag en ik me over een paar weken vast wel beter zou voelen. Als hij naar zijn werk vertrok, klampte ik me aan hem vast: 'Laat me alsjeblieft niet alleen om ons kind.' Vriendinnen zeiden net hetzelfde: 'Komt wel goed, alle mama's moeten hierdoor.' Ook van mijn moeder, die zes kinderen heeft opgevoed, kreeg ik weinig begrip. ►

Evie en zoon Bram: 'Ik voelde me afgewezen door hem, maar nu gaat het fantastisch.'

"Ik wilde gewoon horen dat het normaal is om me slecht te voelen. Ik wilde erkenning krijgen voor mijn gevoelens. Ik wilde dat ze bestaansrecht hadden.

"Drie weken heb ik geprobeerd om te overleven, maar ik voelde dat ik mezelf of Ishaq iets zou aandoen. Rationaliteit had plaatsgemaakt voor grenzeloze wanhoop. Ik had echt het gevoel dat mijn baby me leegzoog. Mijn zus heeft me uiteindelijk naar spoed gebracht. Ik moest tien dagen op een psychiatrische afdeling verblijven. Maar zelfs daar, zonder het constante gehuil rond mijn hoofd, vond ik geen rust. Als mijn zus met Ishaq op bezoek kwam, wilde ik hem eigenlijk niet zien."

Farah ging terug naar huis maar moest nog vijf weken wachten voordat ze in opname kon, samen met Ishaq. "Ik ben iemand die wel tegen een stoeje kan, maar die vijf weken waren de zwaarste ooit. Ik kreeg medicatie die me kalmeerde, en er moest 24/7 iemand bij me zijn zodat ik mezelf of Ishaq niets kon aandoen. Mijn familie ving hem af en toe op, maar ondertussen slingerden ze ook verwijten naar mijn hoofd. 'Heb je wel alles gegeven? Er zijn mensen die geen kinderen kunnen krijgen en jij zit hier wat moeilijk te doen?' In de Marokkaanse gemeenschap ben je meteen 'zot' als je met de psychiatrie in aanraking komt. Het taboe op mentale ziekten is groot, en zeker voor een mama. Ze zeiden dat ik geen echte vrouw was. Ik voelde me een mislukking. Welke mama kan er nu niet voor haar eigen kind zorgen?"

"Ik zat uiteindelijk zeven maanden in opname. Het heeft twee maanden geduurd vooraleer ik Ishaq nog maar in de ogen kon kijken. Ik was bang van hem, maar ik was ook ontzettend kwaad. Ik had het gevoel dat hij me had belogen in de buik. Tijdens de zwangerschap had ik zo'n mooie toekomst gezien, maar de realiteit van het moederschap was rauw. Ik zag hem als de oorzaak van mijn miserie. Als je bang bent van spinnen, ga je die ook niet van dichtbij bekijken, toch? Wel, mijn kind was de spin.

"En toch bleef dat kleine jongetje zo dapper. Als ik 's ochtends ging ontbijten in de zaal, passeerde ik hem zonder hem een blik te gunnen. Hij bleef oogcontact zoeken en signalen geven met zijn handjes. Ik schaamde me om mijn eigen gedrag. De andere mama's hadden de verschrikkelijkste huilbaby's, en mijn Ishaq was altijd zo braaf. Toch was ik er het ergst aan toe.

"Toen ze na drie maanden Ishaq een maand bij me weghaalden, heb ik me zo kwaad gemaakt op het personeel. De woede die ik voor mijn kind voelde, kon ik plots op mijn hulpverleners projecteren. Dat heeft iets losgemaakt. Ik miste iets. Ik was niet helemaal zeker of ik mijn zoonje miste, maar ik wilde hem wel zien. Ik las hem gedichtjes voor, maar ik kon hem nog steeds niet aankijken. De weken daarna is de klik dan toch gevolgd.

"Ik kom intussen meer op voor mezelf. Mijn man



Kinderverzorgster Hilde met een van de baby's in het Moeder & Baby-centrum in Zoersel.

vroeg me letterlijk: 'Je gaat deze episode in ons leven toch niet aan de grote klok hangen?' Maar wat ik voel of vind, moet niemand nog minimaliseren of in het belachelijke trekken. Ik besef ook dat de mensen die verwijten naar mijn hoofd slingerden, handelden vanuit stereotypen die ze zelf aangeleerd kregen. Ik heb me nooit verstopt, en daar ben ik trots op."

BABYBLUES

Een baby heeft zijn moeder nodig om zijn eigen innerlijke gevoelswereld te reguleren. Als de moeder langdurig emotioneel niet beschikbaar is, kan dat een negatieve impact hebben op de psychische ontwikkeling van de baby en de hechtingsrelatie tussen moeder en kind. Het kan zelfs een beschermingsreactie uitlokken. Een baby kan zich bijvoorbeeld terugtrekken uit het contact en wegkijken of apathisch reageren. Andere kindjes gaan juist extra inspanningen doen om het contact te herstellen en toch maar gezien te worden. Dat kan leiden tot onveilige hechtingspatronen die een blijvende impact hebben. Moeder & Baby-centra bie-

den gepaste hulp.

"Jonge moeders met psychische problemen voelen zich vaak onbegrepen als het beloofde vuurwerk uitblijft", zegt coördinator Klaas Bauters. "De roze wolk is een idee-fixe. Een vrouw loopt juist het meeste risico op psychische problemen tijdens de zwangerschap en het eerste jaar na de geboorte. Logisch ook, want de transitie naar het moederschap kun je vergelijken met de puberteit: hormonaal beweegt er van alles en ook lichamelijk, sociaal en relationeel maken vrouwen een grote verandering door. Als jonge meisjes het moeilijk hebben, hebben we daar we begrip voor. We hebben er zelfs een naam voor: adolescentie. "Dat taboe op mentale kwetsbaarheid is groot bij de mama zelf, die zich gefaald voelt, en vaak doet haar omgeving er nog een schep bovenop: 'Wat is dat nu met jou? Je wou dat kleintje zo graag. Herpak u.' Ook hulpverleners voelen vaak schroom om in gesprek te gaan. Toen we vroedvrouwen opleidden om beter te screenen op postnatale depressies, vonden ze het moeilijk om mama's te vragen hoe het met hen gaat. ►

'BRAM ZAL ALLICHT ALTIJD EEN GEVOELIG KINDJE BLIJVEN. IK ZAL ME ALTIJD AFVRAGEN WAT HET AANDEEL VAN MIJN PSYCHOSE DAARIN IS'

EVIE (28)

'MET HET DOORKNIPPEN VAN DE NAVELSTRENG LEEK METEEN OOK MIJN BAND MET ISHAAQ VERDWENEN. WANNEER HIJ HULDE, VERSTIJFDE IK'

FARAH (32)

"Wat als we hen niet voldoende kunnen helpen? Maar het is zo belangrijk om aan een jonge mama te vragen hoe ze zich voelt.

"We denken te binair over het moederschap: ofwel wordt het voorgesteld als één langgerekte gelukzaligheid, ofwel wordt er al gauw gedacht aan een of andere psychiatrische stoornis. Maar tussen die twee uitersten zit er heel veel normaliteit die pas bestaansruimte krijgt als mama's daarover kunnen praten."

"De babyblues komt vaak voor in de eerste week na de bevalling", zegt psychiater Kristiaan Plasmans. "Er is een piek tussen dag drie en dag vijf, een gevolg van hormonale aanpassingen na de bevalling. De helft van de pas bevallen vrouwen ervaart korte en onverwachte stemmingswisselingen, wat zich kan uiten in huiltbuien, slapeloosheid of angstklachten. Bij een postnatale depressie verdwijnen die gevoelens niet. Ze worden juist heviger."

MINDFULNESS MET DE BABY

"Een kraambedpsychose komt voor bij 1 of 2 op de 1.000 bevallingen, en treedt meestal binnen de twee weken na de bevalling op. Vaak begint het met slapeloosheid, een prikkelbare stemming en spanningen in de partnerrelatie. Maar snel zien we een doorgroei naar een beeld van achterdocht met eventueel ook waanbeelden, hallucinaties en obsessieve gedachten rond de baby.

"Meestal gaat het om een kraambedpsychose die niet terugkeert tenzij de mama opnieuw bevalt. Het kan ook een eerste uiting zijn van een belangrijke psychiatrische kwetsbaarheid die latent aanwezig was en onafhankelijk van een zwangerschap kan terugkeren.

"Veel mama's die tot bij ons komen zijn totaal uitgeput en weten niet meer hoe hun innerlijk kompas draait. Hun slaap, emoties en structuur zijn ontregeld en dat trekt zich vaak door naar de baby, die slecht slaapt en moeilijk eet of ontroostbaar huilt. Moeder en baby moeten opnieuw rust vinden. Meteen starten met een vol therapieprogramma zou nefast zijn, daarom zijn onze behandelprogramma's maatwerk.

"We richten ons op de mama door haar te helpen weer aan het stuur van haar eigen emoties en gedachten te komen, bijvoorbeeld via *mindfull parenting*: mindfulness met de baby erbij. Ook spelen muziektherapie, babymassage of video-inter-



Farah en zoon Ishaaq: 'In die maanden dat ik het kwaad had, bleef hij zo dapper.'

actie zijn belangrijke tools. Sommige mama's weten niet hoe ze met hun kindje moeten spelen, maar als we hen filmen en nadien bespreken wat ze goed deden, krijgen ze meer zelfvertrouwen en worden ze zelfredzamer."

Klaas Bauters: "Vroeger nodigden we de partners alleen vrijblijvend uit, maar soms stelden ze zich heel vermijdend op. 'Bel me maar als alles weer in orde is.' Zo werkt het niet. Nu rekenen we erop dat ze er zijn tijdens evaluaties en dat ze een bepaalde therapie meevolgen. Ze hoeven zich niet aan bezoeken te houden, en sinds kort hebben we ook een familiekamer."

Plasmans: "We willen ons profileren als een echte gezinsbehandeling. We zouden sneller resultaten boeken mocht de partner niet alleen af en toe therapie meevolgen, maar ook ruimte krijgen om even te stoppen met werken zonder dat het gezin er financieel onderdoor gaat."

In 2015 werd er een resolutie ingediend bij het Vlaams Parlement om zwangerschapsdepressie of postnatale depressie vroegtijdig op te sporen. Maar staat dat systeem al voldoende op punt? Plasmans: "Het gaat om een screeningsinstrument in uitrol waarmee hulpverleners de verschillende klinische angst- en depressiesymptomen in kaart brengen. Die screening gebeurt vooral in ziekenhuizen. De tool wordt op termijn inplugbaar in medische dossiers waardoor alle mama's gescreend zullen worden. De Vlaamse overheid zet niet alleen in op screening en detectie, maar werkt ook aan een uitbreidingsbeleid om gericht bijkomende middelen in te zetten in het perinatale zorglandschap."

Bauters: "In de tweedelijnszorg zou er nog meer kunnen gebeuren. Psychologenpraktijken of centra voor geestelijke gezondheidszorg specialiseren nog te weinig in angst- of depressieklachten

37 zaterdag 26/02/2022

in de perinatale periode."

Het centrum in Gent telt zes bedden, dat in Zoersel acht. Te weinig? Bauters: "In België zijn we geneigd om alles op te lossen met méér bedden, maar wat als we gespecialiseerde psychiatrische zorg net zo goed via thuisbehandeling kunnen aanbieden? Het zou goed zijn als hier onderzoek naar gebeurt, want ondertussen dikken de wachtlijsten aan, ook in de thuisbegeleiding. Met zes voltijsde equivalenten coveren we thuisbezoeken in heel Vlaanderen."

Plasmans: "Die wachtlijsten fluctueren enorm: van één week tot twee maanden. Eigenlijk kunnen we ons geen wachttijden permitteren, aangezien de ontwikkeling van een baby razendsnel gaat."

RISICOFACTOREN

Bauters: "De gemiddelde opnameduur is gehalveerd omdat we sinds 2011 na een opname verder thuis kunnen behandelen. De turn-over op onze bedden is vergroot. We konden plots veel meer moeders bereiken. Tachtig procent van de mama's die we in 2010 nog in opname lieten gaan, behandelen we nu thuis. De bedden houden we vrij voor mama's met de hoogste zorgnood.

"Vroeger hadden we per vijftig opnames drie of vier gedwongen plaatsingen, maar de afgelopen jaren gebeurt dat bijna nooit meer. Hoe dat exact komt, weten we niet, maar een betere screening zal er voor iets tussen zitten. Veel mama's beseffen zeer goed dat het nodig is om in opname te gaan."

Plasmans: "Bij postpartumpsychose (*kraambedpsychose, red.*) kunnen gedwongen opnames voorkomen. Soms is een voortraject in een andere psychiatrische setting noodzakelijk alvorens ze bij ons worden opgevangen. Lastig is dat deze settings vaak niet de mogelijkheid bieden om moeder en baby samen op te nemen waardoor een tijdelijke scheiding onvermijdelijk is."

Komt het soms ook niet goed? Plasmans: "Suicidale ideeën zijn eigen aan elke depressie, maar toch zijn zelfdodingen zeldzaam. Infanticide komt nog minder voor. Maar we moeten er wel bedachtzaam voor zijn. Bij psychotische episodes is het risico mogelijk groter. De moeder moet de baby kunnen lezen en aanvoelen. Wanneer dit ernstig verstoord is en de gevoelswereld van de moeder op de baby geprojecteerd wordt, riskeert ze de baby tekort te doen."

Bauters: "Soms spelen er te veel risicofactoren. Dan moeten we volop voor de baby kiezen. We beslissen met de grootste zorg en omzichtigheid. Pleegzorg is een goede optie, maar het is nooit de bedoeling dat moeder en kind definitief breken. Om de zoveel tijd wordt er gekeken of de moeder bepaalde taken kan overnemen, en of een volledige terugkeer mogelijk is."

Marnix Peeters.

COLUMN



Op zijn berg in de Oostkantons schrijft Marnix Peeters over vrijheid, zijn vogels en zijn vrouw.

Een daad van moed

De vrouwen zijn weer maar eens wat zwakker gemaakt, zei mijn vrouw. Het zijn wezens die beschermd moeten worden: dat is het enige wat #MeToo heeft vermocht. Het zijn krachteloze, hulpbehoevende mutsen die bovendien de hele tijd lopen te zaniken en de dag doorkomen met het zoeken van spijkers op laag water. Vroeger had je er zo enkele, waar je dan eens met je ogen bij draaide, nu kun je haast geen opiniestuk meer lezen dat geschreven werd door een vrouw waarin níet gezanikt wordt. Het is besmettelijker dan de omikronvariant: overall gaan vrouwen in groep simultaan staan zagen. Madammen Nero, de vrouwen omhooggestroopt en met een deegrol in de knuisten.

Puntige analyse, zei ik. Twee zomers van Tom Lenaerts werd in *De Standaard* al bij aflevering 1 niet op de spanning of de acteerprestaties beoordeeld, zei mijn vrouw. Volgens de Vrouw met Dienst maakt de reeks slachtoffers vanaders, wordt wel het standpunt van mannen zonder schuldinzicht uitgebreid belicht maar laat men het na de traumatische gevolgen van een verkrachting te tonen. 'Pijnlijk entertainment' werd het genoemd. Vroeger kreeg een krant naar aanleiding van zo'n fictiereeks gelezersbrieven met commentaren van twee achterafse kwaaiërvrouwclubjes, vandaag rollen ze hun Dikke Bertha's zelf uit. De dag was nog niet om of alle andere media begonnen op dezelfde furieuze fluit te blazen. Tom Lenaerts en Paul Baeten hebben natuurlijk ook maar gewoon een schitterend verhaal verteld, zei ik. Wat ga je staan kijken over hun standpunten - die kiezen ze gelukkig nog altijd zelf. Een thriller is geen documentaire. Het staat iedereen vrij om zelf vanuit een ander standpunt een ander verhaal te verzinnen.

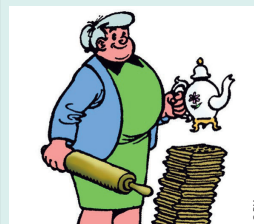
Je krijgt er wel stilaan schubben van, van al dat verdriet en al die boosheid. Je kunt onmogelijk gelukkig worden als je van alles het manco ziet, als je bij elke taart de ontbrekende kers opmerkt, achter elke goede intentie het boze plan ontwaart. Je maakt bovendien van de wereld een zure, akelige plek die door wantrouwen en

negativisme wordt geregeerd.

Het omgekeerde maakte, vond ik, *Taboe* van Philippe Geubels zo sterk: het was een krachtig, intelligent, optimistisch gestemd en humorvol programma. Een probleem of nadeel werd telkens ook naar de zonnkant gedraaid en beglimlacht. Geubels is, enigszins tot mijn verbazing, een meesterlijk interviewer. De laatste aflevering, over gender, was voor mij een eyepener. De kranten staan al jaren vol met gemeenheden en dreigementen - 'Jullie móeten dit hier en nu verstaan en aanvaarden' - maar we hadden Geubels nodig om het allemaal eens op een relaxte, begripvolle maar ook kritische en relativerende manier benaderd en verklaard te weten. *Taboe* is mogelijk het belangrijkste tv-programma van de voorbije jaren. Je moet het maar durven. Lachen is een daad van moed, zei mijn vrouw.

'Het lachen oefent op de mensen een grote, schrikwekkende invloed uit waartegen niemand innerlijk ook maar enigszins bestand is. Wie de moed heeft om te lachen, beheerst de wereld ongeveer op dezelfde manier als iemand die bereid is te sterven.'

Giacomo Leopardi schreef dat, zei ik, en ik heb er lang over gedaan om het ten volle te begrijpen, maar het is een van de spreuken waarnaar ik mijn leven inricht.



Overall gaan vrouwen in groep staan zagen. Madammen Nero, de vrouwen opgestroopt, deegrol in de knuisten