

Tips voor ouders om in gesprek te gaan met hun kind

Als ouder wil je niet dat angst, verdriet of ziekte een plek krijgt in het leven van je kind. Deze beschermreflex is heel normaal.

Kinderen hebben echter voelsprietten. Ze voelen vaak sneller dan we soms denken aan dat er iets aan de hand is. Daarom is het belangrijk om hen te betrekken zodat ook zij zich gesteund voelen.



Hoe ga je als ouder het gesprek aan?

Kan je kind het wel aan om erover te praten?

Kinderen geven meestal zelf aan wanneer het hen te veel wordt. Ze veranderen dan van onderwerp of beginnen te spelen.

Wanneer je het tempo van je kind volgt, help je het stap voor stap door deze moeilijke periode.

Bouw informatie stapsgewijs op

Want ook het medische traject verloopt op die manier. Volg hierbij het tempo, maar ook de taal van je kind.

“ De dokters hebben slechte cellen gevonden in ... Ze gaan nu verder onderzoeken welke behandeling het best kan helpen.

Start met iets dat je kind al kan zien

- “
- Je hebt misschien gemerkt dat X nu vaker naar het ziekenhuis moet?
 - Misschien heb je gezien dat ik momenteel niet meer kan gaan werken?
 - Je hebt misschien gemerkt dat we ongeruster waren?

Wanneer er meer duidelijkheid is

- “
- De dokters weten nu dat het kanker is. Ze hebben ook een behandeling voorgesteld.
 - De medicatie is sterk en moet helpen om de slechte cellen weg te krijgen.

Leg ook uit hoe vaak je naar het ziekenhuis moet en hoelang de behandeling zal duren.

- “ Pas na enkele maanden kunnen dokters door middel van onderzoeken of scans zien hoeveel slechte cellen er verdwenen zijn.

Bijwerkingen uitleggen

- “ De medicatie zoekt de slechte kankercellen op, maar in die zoektocht raakt ze soms ook goede cellen. Dit kan zorgen voor vermoeidheid, misselijkheid en haarverlies, maar dit gaat ook weer voorbij.

Vorbereiden op controle-onderzoeken

Controle-onderzoeken zorgen vaak voor extra spanning binnen het gezin. Het kan helpen om dit ook te benoemen.

- “ We hopen natuurlijk op een goed resultaat. Het niet-weten maakt ons soms nerveus.

Structuur geven in een onzekere periode

Je kan op een kalender aanduiden wanneer je naar het ziekenhuis moet voor een behandeling, wanneer er een controlemoment gepland staat of wanneer er last kan zijn van bijwerkingen.

Misverstanden voorkomen

Door zaken uit te leggen, kan je voorkomen dat kinderen zelf naar verklaringen gaan zoeken of zich nog meer ongerust maken.

Slecht nieuws brengen



- De behandeling heeft niet goed gewerkt.
- Er zijn opnieuw slechte cellen gevonden.
- De dokters hebben geen behandeling meer die de ziekte kan genezen.

Je kan ook emoties benoemen:
dit maakt ons bang, boos ...



Download onze kalender:
<https://tinyurl.com/toolboxkalender>

Troost is belangrijker dan de perfecte woorden

Kinderen leren van hun ouders hoe ze met moeilijke situaties kunnen omgaan. Door open te zijn, geef je woorden aan wat er gebeurt. Je helpt je kind begrijpen dat gevoelens als verdriet, boosheid of angst heel normaal zijn.

Help het kind ook zoeken naar troost:

- Wie kan jou troosten wanneer je verdrietig bent?
- Hoe kan ik jou helpen als je je zorgen maakt?

