

INFO VOOR DE OUDER OF BEGELEIDER

Kind voorbereiden door ouders

Hoe kan men een kind voorbereiden op een bezoek aan het ziekenhuis:

Volwassenen vragen zich vaak af of ze een kind moeten inlichten dat een broer, zus, mama, papa, oma, opa, vriendje, vriendinnetje... in een ziekenhuis ligt of ziek is. Ouders willen het liefst hun kind beschermen tegen slecht nieuws en verdriet. Jammerlijk genoeg kan een kind nooit helemaal afgeschermd worden van negatieve gebeurtenissen. Daarom is het goed dat kinderen ook leren omgaan met moeilijke situaties en de emoties die ermee gepaard gaan.

Als algemene regel wordt vaak gesteld dat het kind best op de hoogte gesteld wordt zodra er dingen in het leven van het kind veranderen door de ziekte van een geliefde (bv. het kind kan niet meer bij oma blijven na school, papa is vaak afwezig omdat hij op bezoek is, mama slaapt niet meer thuis). Hierdoor voelen kinderen zich minder buitengesloten. Eerlijke informatie voorkomt ook dat een kind verkeerde interpretaties maakt. Kinderen zijn immers erg opmerkzaam en hebben snel door dat er iets gaande is. Wanneer hier niet openlijk over gesproken wordt, zullen zij de situatie zelf proberen te begrijpen door de ontbrekende stukken met hun fantasie in te vullen. Het kind kan hierdoor bang worden. Geheimzinnigheid roept vaak angst op bij kinderen. Wanneer we kinderen betrekken, kunnen we hen beter ondersteunen om met de situatie om te gaan en te verwerken.

- Een 'leugentje om bestwil' kan men beter vermijden. Dit kan immers het vertrouwen van het kind beschadigen. Het is belangrijk om zo eerlijk en duidelijk mogelijk te zijn. Dat betekent niet dat alle details dienen verteld te worden.
- De informatie die aan een kind gegeven wordt, moet aangepast zijn aan het begripsvermogen.
- Best deelt men ook niet alles in 1 keer mee. Kinderen hebben tijd en herhaling nodig om alles te verwerken. Het nieuws wordt best verteld door de volwassene die het meest vertrouwd is met het kind.
- Kinderen weten vaak al wat ziek zijn betekent uit eigen ervaring (verkouden, griep...). Een ziekenhuisopname betekent meestal dat er sprake is van een ernstiger ziekte.
 - Het is belangrijk om dit onderscheid aan kinderen duidelijk te maken, zodat ze geen schrik hebben dat ze de volgende keer als ze zelf ziek worden ook altijd naar het ziekenhuis moeten.
 - Sus het kind ook niet dat het snel beter zal gaan, want ze kunnen zich bedrogen voelen als dit uiteindelijk niet het geval is. Het tijdsbesef van kinderen is bovendien anders dan bij volwassenen. Hun geduld is sneller op.
 - Jonge kinderen hebben moeite met figuurlijk taalgebruik en beeldspraak. Ze nemen de gebruikte woorden letterlijk en begrijpen de situatie dan soms verkeerd. Ze kunnen bang worden van 'beestjes in het bloed' of 'slangetjes in de arm'.
 - Indien de ziekte niet besmettelijk is, worden kinderen hierin best gerustgesteld. Ze worden door hun fantasie immers soms bang om de zieke aan te raken of samen aan tafel te zitten.
 - Kinderen begrijpen vaak niet veel van het ziekteproces. Ze zoeken een verklaring voor de ziekte en zoeken deze soms bij zichzelf. Door hun fantasie voelen kinderen zich vaak schuldig. Zo kunnen ze geloven dat papa hoofdpijn heeft omdat ze niet goed geluisterd hebben naar hem.

- Kinderen willen vooral weten wat er de komende tijd gaat veranderen in hun leven.
 - Kinderen hebben nood aan structuur en regels om zich veilig te blijven voelen. We kunnen hen dus helpen door het dagelijks leven zoveel als mogelijk te laten doorlopen en hen te garanderen dat er voor hen blijvend gezorgd gaat worden.
 - Benoem concreet wie er voor hen na school gaat opvangen, wie het verhaaltje voor het slapengaan gaat voorlezen, wie er gaat koken, wie er hen naar de muziekschool gaat brengen...
- Kinderen moeten weten dat ze mogen spreken over de zieke, hun zorgen en vragen. Op rustige momenten kunnen ouders hun kinderen aanmoedigen om er met hen of met een andere volwassene over te praten. Zo kan bijvoorbeeld de school ingelicht worden, zodat kinderen ook daar hun verhaal kwijt kunnen en de leerkracht hierop gepast kan reageren.

Indien het kind goed voorbereid is, het toegestaan is door het ziekenhuis en het kind het graag wil, neemt men best het kind mee op bezoek. Hierdoor hebben ze vaak een beter begrip van de situatie.

- Ouders gaan best zelf een eerste keer alleen op bezoek, zodat ze achteraf aan het kind kunnen beschrijven wat er allemaal te horen, zien, ruiken, voelen... is. Denk hierbij aan: wakker of in slaap, in bed of niet, alleen of met andere patiënten, praten of niet, horen of niet, vermagerd of verdikt, blauwe plekken of andere letsels, apparatuur, druk of stil, wie loopt er rond enz. Men kan de kinderwebsite van het ziekenhuis even overlopen.
- Kinderen weten graag hoe het bezoek eruit gaat zien, wat ze precies gaan doen, hoe lang het zal duren... Op voorhand kan afgesproken worden wat er wel of niet toegelaten is. In het ziekenhuis gelden immers ook regels zoals thuis of op school, maar dan een beetje anders (bv. op bed zitten, vertellen over hun schooldag, kus geven, niet roepen of rennen). Kinderen vinden het vaak leuk als ze iets voor de patiënt kunnen doen of meebrengen (bloemen, tekening, foto...). Ze vinden het ook fijn als ze iets mee hebben van thuis om zich mee bezig te kunnen houden, zoals een strip.
- Soms is het beter om het bezoek even uit te stellen. Dit is bijvoorbeeld het geval als de patiënt erg gekwetst is, er heel anders uitziet dan normaal, zelf geen (kinderen) op bezoek wil. Het is dan beter om te wachten tot de toestand beter is.

Een kind kan na de uitleg soms veranderen van mening over al dan niet meegaan op bezoek. Respecteer dit ook en ga erover in gesprek. Als een kind liever niet op bezoek gaat, blijft het wel van belang om het kind op de hoogte te houden van de toestand van de patiënt. Het kind kan tekeningen maken, kaartjes sturen of telefoneren met de patiënt.

Na het bezoek is het van belang om met het kind samen te zitten en erover te praten: wat hebben ze gezien, hoe hebben ze het ervaren, hoe voelen ze zich hierdoor, waar zijn ze over bezorgd? Ouders kunnen nagaan of hun kind alles juist begrepen heeft en of er nog vragen zijn. Als ouder het antwoord niet weten op de vragen, kunnen ze dit eerlijk zeggen en samen op zoek gaan naar een antwoord. Sommige kinderen praten niet graag, maar staan er wel voor open om hun ervaringen te delen in een spel of tekening.