

betrekken van kinderen bij palliatieve zorg. Het is gericht op kinderen van 6 tot 12 jaar, maar kan zeker ook een meerwaarde zijn voor ouders en andere personen in de omgeving van het kind.

Scan onderstaande QR-codes om de podcasts te beluisteren en het boekje (geheel kosteloos) te downloaden. In de podcast hoor je waargebeurde



verhalen van kinderen, door hen zelf verteld. Je hoort experts die op maat van kinderen verdiepende informatie geven over palliatieve zorgen.



Aflevering één gaat over het ernstig ziek zijn. In de tweede aflevering worden emoties



bespreekbaar gemaakt. De laatste aflevering gaat over het rouwproces. Je kind krijgt



de kans om via het bijhorend troostboekje op een creatieve manier met zijn emoties, ervaringen, gevoelens en herinneringen om te gaan.

Zit je toch nog met vragen? Spreek zeker je Wit-Gele Kruisverpleegkundige aan.

INFO & VRAGEN?

Bel ons 7 dagen op 7, 24 uur op 24, voor meer informatie of voor een zorgaanvraag op het nummer **014-24 24 24**. Je kan ook bijkomende informatie aanvragen via info@wgkantwerpen.be.

Wit-Gele Kruis van Antwerpen vzw
Nonnenstraat 12 bus 1
2200 Herentals
T. 014-24 24 24
info@wgkantwerpen.be

www.witgelekruis.be

Volg ons op: [f](#) [t](#) [in](#) [v](#) [@](#)

Palliatieve zorg: wat vertel ik de kinderen?

Deze folder is een uitgave van **Wit-Gele Kruis van Antwerpen vzw**
Nonnenstraat 12 bus 1, 2200 Herentals • 0407.672.687 • RPR
Ondernemingsrechtbank van Antwerpen, afdeling Turnhout
www.witgelekruis.be/antwerpen • info@wgkantwerpen.be

Laatste druk: november 2022

wit-gele kruis
ANTWERPEN

Kinderen en palliatieve zorg

Je kind is gehecht aan een persoon waar hij afscheid van zal moeten nemen. Hoe ga je het beste om met deze situatie?

Betrek je kind

Het spreekt voor zich dat je als ouder je kind niet graag verdrietig ziet. Goedbedoeld nemen we vaak een beschermende rol aan of houden we ons kind weg van verdriet. Dit **gebrek aan informatie** kan bij kinderen echter **vragen of angsten** oproepen. Die zal het kind dan zelf proberen invullen met eigen fantasie, wat vaak niet overeenkomt met de realiteit. Overlaad je kind niet met informatie, maar geef wel een **eerlijk antwoord** op de vragen die gesteld worden.

Gevoelens en emoties

Kinderen kunnen ook rouwen, maar dit proces verloopt anders dan bij volwassenen. Zo zullen kinderen hun gevoelens van pijn en verdriet niet

zo lang volhouden en zullen die gevoelens snel **afgewisseld** worden met gewone speelactiviteiten. Een kind wisselt over het algemeen ook sneller van stemming dan een volwassene. Hierdoor kan het lijken alsof je kind niet beïnvloed wordt door wat er gaande is. Kinderen zijn vaak niet in staat om hun emoties te verwoorden, maar spreken via **gedrag, spel, tekeningen, knuffels** of **huisdieren**.

Wie brengt het slechte nieuws?

Als ouder ben je de aangewezen persoon om de boodschap over te brengen. Je bent de persoon die het dichtst bij je kind staat en je bent (meestal) de belangrijkste bron van **emotionele steun**. Zo krijgt je kind de gelegenheid om **troost en steun** te ontvangen na het overbrengen van slecht nieuws. Verder in deze folder reiken we je enkele tools aan om concreet mee aan de slag te gaan.

Hoe vertel je het?

- Zorg voor een veilige ruimte.
- Geef kort en duidelijk aan wat er aan de hand is.
- Wees open en eerlijk naar je kind.
- Zorg ervoor dat je kind kan en mag reageren.
- Verberg je eigen emoties niet en maak contact met je kind.
- Stop eventueel het gesprek als de eerste emoties zijn geuit en kom regelmatig terug op het onderwerp als hier nood aan is.



Praktische tips

- Behoud zoveel mogelijk de alledaagse routine.
- Bereid je kind voor op een bezoek aan de zieke of overleden persoon.
- Heb aandacht voor lichamelijke klachten.
- Zeg niet hoe je kind zich moet voelen.
- Kom niet met adviezen of clichés (vb. "Komt wel goed").
- Blijf je kind betrekken bij wat er gebeurt.
- Geef je kinderen/jongeren de ruimte om hun wensen en behoeften te uiten en volg die ook.

Podcast en troostboekje

Vier laatstejaarsstudenten verpleegkunde die stage liepen bij het Wit-Gele Kruis, ontwikkelden een **podcast en een troostboekje** over het