



Positieve taal voor kinderen

Tips om je geopereerde kind gerust te stellen

Je kind krijgt een operatie en dat kan spannend zijn. Vaak voelen kinderen zich veiliger wanneer hun ouders voor en na de operatie in de buurt zijn. Dit stelt hen gerust en zorgt ervoor dat zij minder angst en stress ervaren. Je kind goed voorbereiden is daarom erg belangrijk. Deze folder geeft tips over hoe je als ouder het beste kunt praten tegen je kind als deze net wakker is na de narcose.

Wat is positief taalgebruik

Als ouder wil je dat je kind het bezoek aan het ziekenhuis zo prettig mogelijk ervaart. Besef dat de woorden die je gebruikt om je kind gerust te stellen en comfortabel te laten voelen, zowel positieve als negatieve reacties kunnen oproepen bij je kind.

Onderzoek heeft aangetoond dat het praten over bijvoorbeeld pijn of misselijk zijn, juist meer pijn en/of angst kan veroorzaken. In deze folder lees je over 'positief taalgebruik'. Het kan je helpen de juiste woorden te kiezen zodat je kind zich prettiger voelt.

Blijf rustig en positief

Een rustige en positieve houding beïnvloedt je kind. Het helpt je kind te kalmeren en angst te verminderen. Door te praten met een rustige en kalme stem breng je de rust het beste over aan je kind. We begrijpen dat de operatie ook voor jou een spannende gebeurtenis is. Om rustig te blijven kun je alleen of samen met je kind een paar keer langzaam en diep ademhalen. Uitblazen zorgt ervoor dat jullie beiden meer ontspannen. Denk je al voor de operatie dat moeilijk voor je is om rustig en kalm te blijven? Vraag dan hulp aan de medisch pedagogisch hulpverlener of verpleegkundige, zij helpen je graag.

Na de operatie kan je kind verward, verdrietig en bang zijn. Als je positief blijft, kan dit de stress bij je kind verlagen en je kind helpen bij het omgaan met pijn. Een rustige benadering van je kind is hierbij belangrijk. Geef je kind ruimte voor zijn emoties op het moment dat hij wakker wordt uit de narcose, deze emoties mogen er zijn. Hij mag zich verdrietig voelen, maar probeer je kind af te leiden op een positieve manier, bijvoorbeeld door te zeggen hoe goed hij het heeft gedaan.

Uitspraken, waarmee je je kind geruststelt:

- Ik ben bij je en zal je helpen om te zorgen dat het goed gaat.
- Je doet het heel goed, ik ben trots op je.
- We gaan dit samen doen

Of leid je kind af door te praten over bijvoorbeeld een leuke vakantie of andere leuke gebeurtenis.

Uitspraken die je beter niet kunt doen:

- Het gaat even pijn doen.
- Hier komt de prik.
- Heb je pijn?
- Ben je misselijk?'

Kinderen onthouden wanneer zij iets goed hebben gedaan, omdat dit een positieve ervaring is. Het geeft vertrouwen voor de volgende keer.

Meer informatie over dit onderwerp

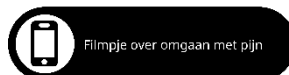
- [Folder positief taalgebruik](#)

of scan onderstaande QR-code



- [Filmpje over omgaan met pijn](#)

of scan onderstaande QR-code



Waar zijn we te vinden?

Haarlem Zuid

Boerhaavelaan 22
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

Haarlem Noord

Vondelweg 999
2026 BW Haarlem

www.spaarnegasthuis.nl

Hoofddorp

Spaarnepoort 1
2134 TM Hoofddorp

info@spaarnegasthuis.nl