

10 VERZOEKEN

VAN EEN JONG GEZINSLID AAN MEDISCHE PROFESSIONALS

Kijk naar mij en ken mijn naam. Ik zou het ook waarderen als je mij jouw naam vertelt. Zo weet ik dat je wilt weten wie ik ben.

Lach naar mij. Ik lach misschien niet terug omdat ik bang ben of verdrietig. Maar lach toch maar naar mij. Als je lacht laat je zien dat je mij erkent als persoon, en voel ik mij erbij horen.

Vraag mij of ik iets nodig heb, bijvoorbeeld of ik honger heb of dorst. Dan weet ik dat je het beste met mij voor hebt en mij wilt helpen.



(zie mij)

Kijk naar mijn ogen. Als je oogcontact maakt terwijl wij praten, weet ik dat je een band met mij scheidt. Je laat zien dat je in staat bent te begrijpen waarom ik me misschien schaam, of waarom ik bang kan zijn. Wanneer je mijn blik vasthoudt laat je zien dat je een veilig persoon bent, dat ik je kan vertrouwen. Ga op je hurken zitten als ik heel klein ben, zodat je niet boven mij uit torent. Dan voel ik mij veilig.

Laat mij merken dat je de wereld vanuit mijn perspectief wilt bekijken. Ga er niet vanuit dat je mij en mijn leven kent. Misschien heb je ooit kinderen ontmoet waar ik je aan doe denken. Of misschien heb je zelf een moeilijke jeugd gehad. Maar ik ben uniek. En jij bent jij. Leg alsjeblieft geen woorden in mijn mond. Hoor mijn woorden en luister naar ze.

Stel mij open vragen die ik kan begrijpen en in mijn eigen woorden kan beantwoorden. Daarmee bedoel ik vragen waar je het antwoord nog niet op weet. Dus vragen die beginnen met 'wat' of 'hoe'. Bijvoorbeeld: Hoe voelt het om vandaag het ziekenhuis te bezoeken? Wat vind je ervan dat je vader hier is? Hoe gaat het vandaag met je? Wat voel je, als je bedenkt dat je je moeder weer zult zien? Als je naar mijn mening vraagt, en vraagt hoe het met mij gaat, dan begrijp ik dat je om mensen geeft, en dat je het beste wilt voor mij en mijn familie.

Leg je papieren, telefoon en sleutels weg als je met mij praat. Dan word ik dapperder omdat wij dan op gelijke hoogte staan. Kom achter je bureau vandaan en kom naast mij zitten. Dan heb ik niet het gevoel dat er tussen ons een afstand bestaat.

Zeg mij dat het oké is om te huilen en dat het oké is om bang en verdrietig te zijn. Dan begrijp ik dat je mijn gevoelens en verdriet erkent.

Geef mij toestemming om een kind te mogen zijn. Vertel mij dat ik mag lachen en grapjes mag maken, ook al zijn we in een ziekenhuis. Dan weet ik dat je begrijpt dat ik een kind ben, en dat je mij toestaat om een kind te zijn.

Wees jezelf, zoals je bent. Dat betekent dat je misschien je professionele houding aan de kant moet schuiven. Wanneer jij echt jezelf bent, geef je ook mij toestemming om mijzelf te zijn.