

Vuistregels voor ouders

Dit zijn de vijf vuistregels die wij geven aan een ouder met kanker als het gaat om de kinderen.

- **Wees eerlijk**
Vertel eerlijk over de diagnose en wat de gevolgen ervan zijn. Voor jou en voor je kind. Maak het concreet en passend bij de leeftijd.
- **Geef ruimte aan emoties**
Emoties, zoals verdriet en angst, passen bij wat jullie als gezin doormaken. Alle emoties mogen er zijn.
- **Laat je kind weten dat het altijd bij je terecht kan**
Het is voor kinderen goed dat ze zeker weten dat ze altijd met hun vragen, zorgen en emoties bij je kunnen komen. Erover kunnen praten helpt ze.
- **Houd vast aan regelmaat**
Door de ziekte en behandeling verandert veel. Juist nu geven regelmaat, structuur en de normale opvoedregels een kind houvast.
- **Vertrouw op jezelf**
Je krijgt vaak van allerlei kanten verschillende adviezen. Blijf op jezelf vertrouwen. Jij weet het beste wat je kind aankan en nodig heeft.

Meer hulp

Ouders willen het beste voor hun kind. Het kan helpen als een professional met ze meedenkt. Bij ons centrum kunnen mensen met kanker, hun partner, familie en kinderen terecht om met de prognose, het ziekteproces, het herstel en het mogelijk naderende einde om te gaan. Ook voor nabestaanden bieden wij hulp. Wil je daar meer over weten, kijk dan op onze website of neem direct contact met ons op.

IJsbanaanpad 9-11
1076 CV Amsterdam
Telefoon: 020 - 480 75 80
ingeborgdouwescentrum.nl



Ingeborg Douwes
Centrum

Psychologische (na)zorg bij kanker