

Helpend taalgebruik

Taal maakt het verschil

Woorden zijn krachtig. Ze roepen beelden op en beïnvloeden gevoelens—positief of negatief. Denk maar aan hoe je honger krijgt als je over je lievelingseten praat. Maar wist je dat praten over pijn of een prik angst en pijn juist kan versterken? Wanneer de nadruk wordt gelegd op negatieve dingen, schept dat negatieve verwachtingen. Door positieve suggesties te gebruiken, help je je kind zich veiliger en prettiger te voelen.

Het gaat daarnaast niet alleen om wat je zegt maar ook om de manier waarop. Spreek rustig en niet te luid. In het geval van een medische ingreep is het slim om af te

spreken wie er met je kind praat. Eén rustige stem zorgt voor minder stress en meer focus. Dit kan jij zijn, of een verpleegkundige, medisch pedagogisch zorgverlener of dokter.

Helpend taalgebruik is niet bedoelt om er omheen te praten of om de werkelijkheid weg te poetsen. Het moet altijd eerlijk blijven maar dat kan op verschillende manieren.

Benieuwd hoe je dit in de praktijk toepast? Hieronder vind je een aantal voorbeelden.

Wat kun je zeggen?

"Ik ben bij je en zal je helpen om te zorgen dat het goed gaat."

"Heb je al trek?"
(i.p.v. ben je misselijk?)

Tijdens het zoeken in een zoekboek: "Ik kan die gele ballon nergens vinden. Help jij eens mee, samen vinden we hem vast."

"Ik vind het ook zo erg voor je."

"Spannend he?"

"Het zal even zeer doen."

Verdiepende vraag: "Wat vind jij het leukste dier op deze bladzijde?"

"Omdat je toverzalf (EMLA) hebt gekregen zal het nog makkelijker gaan".

"Stel je niet aan."

"Stop nu maar met huilen."

"Alleen nog een pleister en dan is het klaar."

Verrassende vraag: "Welke kleur heeft die glijbaan bij jouw op school ook alweer?"

"Hier komt de prik."

"Het doet heus geen pijn."

"Hoe vind je het?"
(i.p.v. vind je het spannend?)

"3, 2, 1, daar komt de prik."
(Dit werkt stressverhogend.)

"Ben je misselijk?"

"Je kunt het even voelen."

"We zijn bijna klaar."

Tijdens het bellen blazen:
"Kunnen we de bel tot het plafond blazen? Probeer jij het eens!"

Opeens met een piepstemmetje gaan praten om de aandacht weer te vangen.

Wat kun je beter niet zeggen?

Let op: helpend taalgebruik is nooit ter vervanging van sedatie of verdoving. Er moet altijd gekeken worden naar hoe de handeling met zo min mogelijk pijn of zelfs zonder pijn uitgevoerd kan worden.