

## Ingeborg Douwes Centrum

Het Ingeborg Douwes Centrum is gespecialiseerd in het bieden van psychologische (na)zorg aan mensen met kanker en hun naasten. Uw kind kan er terecht als het zelf ziek is (geweest), maar ook als iemand in de directe omgeving kanker heeft (gehad) of hieraan is overleden.

## Praktische informatie

Aanmelden kan via de website. U ontvangt dan een uitnodiging voor een intakegesprek. Vervolgens wordt besproken hoe we uw kind het best kunnen helpen. Een afspraak met een psycholoog duurt ongeveer een uur. Psychologische behandeling van kinderen tot 18 jaar wordt niet vergoed door de (aanvullende) zorgverzekering. De gemeente is verantwoordelijk voor de jeugd-GGZ. Het Ingeborg Douwes Centrum wil de zorg voor kinderen die ziek zijn of van wie een dierbare kanker heeft zo toegankelijk en laagdrempelig mogelijk houden. Wanneer uw kind psychologische zorg nodig heeft, dan kunt u rechtstreeks contact met ons opnemen. Wij nemen dan als instelling contact op met de gemeente om te kijken wat mogelijk is.

## Adres

Ingeborg Douwes Centrum  
IJsbaanpad 9-11  
1076 CV Amsterdam  
(t) 020-4807580  
ingeborgdouwescentrum@olv.nl  
www.ingeborgdouwescentrum.nl

## Meer informatie of aanmelden?

Bel 020-4807580 of stuur een e-mail naar ingeborgdouwescentrum@olv.nl. Aanmelden kan ook online op onze website: [www.ingeborgdouwescentrum.nl](http://www.ingeborgdouwescentrum.nl).

# kanker in het gezin wat nu?



Wilt u het centrum helpen om meer mensen met kanker en hun naasten te ondersteunen? Word dan Vriend van het Ingeborg Douwes Centrum. Kijk op [www.vriendenidc.nl](http://www.vriendenidc.nl) voor meer informatie.

  
Ingeborg Douwes  
Centrum  
Psychologische (na)zorg bij kanker

Psychologische (na)zorg bij kanker voor kinderen van 4 tot 12 jaar

Jaarlijks krijgen in Nederland circa 9000 gezinnen met thuiswonende kinderen te maken met kanker. De onzekere tijd die op de diagnose volgt, trekt een zware wissel op alle gezinsleden én op het gezin als geheel. Het Ingeborg Douwes Centrum biedt psychologische (na)zorg aan mensen met kanker en hun naasten. Gespecialiseerde kinderpsychologen begeleiden kinderen die zelf kanker hebben (gehad), maar ook kinderen van wie een naaste ziek is of aan kanker is overleden.

De confrontatie met kanker maakt veel emoties los: verdriet, boosheid, ongeloof, wanhoop en angst voor wat komen gaat. Bij kinderen is dat niet anders dan bij volwassenen. Hoe een kind met deze emoties omgaat, is afhankelijk van onder meer leeftijd, ontwikkelingsfase, karakter en achtergrond. Veel kinderen kunnen in deze roerige tijd wel wat ondersteuning gebruiken.



De vader van Baran (5) is na een operatie en een zware chemokuur eindelijk kankervrij verklaard. Hij is weer aan het werk en ook thuis is alles weer bij het oude. Maar Baran blijft bang dat de ziekte terug zal komen. De psycholoog laat hem met Playmobil-poppetjes de gebeurtenissen in het ziekenhuis 'navertellen'. Zo wordt op een speelse manier duidelijk waar Barans zorgen en angsten precies over gaan. Vervolgens legt de 'Playmobil-chirurg' aan Baran uit dat het écht weer goed gaat met papa en dat hij de spanning die hij zo lang heeft gevoeld, mag loslaten.

## Grotemensenzorgen

Terwijl voor het gezin de wereld in één klap tot stilstand komt, draait deze daarbuiten gewoon door. Dat leidt soms tot moeilijke situaties. Leeftijdsgenootjes zijn vaak met heel andere dingen bezig en kunnen zich niet altijd iets voorstellen bij de 'grotemensenzorgen' die uw kind bezighouden. Wellicht verloopt ook het contact tussen u en uw kind tijdelijk wat minder soepel, bijvoorbeeld omdat u uw handen vol heeft aan uw eigen verwerkingsproces.

Los van alle onrust die kanker in het gezin teweegbrengt, is een kind ook nog gewoon bezig met opgroeien. En baalt hij bijvoorbeeld wel eens van de spanningen thuis of van het feit dat een ziek broertje of zusje meer aandacht krijgt dan hij. Om zich vervolgens schuldig te voelen dat hij zo denkt. Het is belangrijk dat uw kind weet dat er geen 'foute' gevoelens bestaan en dat hij de ruimte krijgt om zijn gevoelens te uiten.



Eva (9) mist haar overleden zus heel erg. In het Ingeborg Douwes Centrum tekent ze een grote traan. Deze traan huilt ze vaak als ze alleen is. Haar ouders confronteert ze er liever niet mee. Met de psycholoog kan Eva makkelijker over haar zus praten, want die gaat tenminste niet meteen huilen. Na een paar sessies komen Eva's ouders mee. Ze waren zich er niet van bewust dat Eva zich zo verantwoordelijk voor hen voelt. Haar moeder geeft aan dat ze juist veel troost vindt in het samen ophalen van herinneringen en dat Eva zich voor haar niet meer groot hoeft te houden.

## Veilige omgeving

In het Ingeborg Douwes Centrum kan uw kind in een veilige omgeving zijn verhaal kwijt. De kinderpsychologen zijn gespecialiseerd in rouw- en verliesverwerking bij kinderen en weten wat de impact van kanker is. Samen met uw kind gaan ze op zoek naar wat het nodig heeft om lekkerder in z'n vel te zitten.

Het ene kind heeft behoefte om veel te praten over wat er in hem omgaat. Het andere communiceert gemakkelijker via creatieve expressie, een spelletje of een rollenspel met een knuffeldier. De psychologen houden rekening met de belevingswereld van elk kind en creëren spelenderwijs de ruimte die het nodig heeft om zijn gevoelens en gedachten te delen en een plek te geven.



Tanja (7) vindt het moeilijk om over haar leukemie te praten. Het gaat haar gemakkelijker af als ze dat niet rechtstreeks hoeft te doen, maar in de vorm van een gesprekje met meneer Uil. Deze zachte witte knuffel is Tanja's steun en toeverlaat. Hij weet alles van haar pijn, haar angst en haar verdriet. En hij vertelt gelukkig nooit verder dat ze verliefd is op haar overbuurjongen! Meneer Uil biedt troost en warmte, en fungeert voor haar als praatpaal (en ja, soms ook even als boksbal ...) Dat meneer Uil eigenlijk gewoon op de arm van de psycholoog zit, maakt Tanja niets uit.

## Wanneer kan uw kind hulp gebruiken?



Niet ieder kind is in staat om alle gevoelens, gedachten en veranderingen rondom kanker te verweven in het dagelijkse leven. Sommigen weten zich geen raad met de situatie en raken in zichzelf gekeerd. Veel kinderen cijferen zichzelf weg om hun ouders nog meer pijn te besparen, of gaan juist uitdagend en ongewenst gedrag vertonen. Weer anderen kunnen zich lange tijd prima handhaven. Bij hen komt het verwerkingsproces pas op gang als de storm weer is gaan liggen.

Er zijn verschillende signalen die erop kunnen wijzen dat uw kind hulp kan gebruiken:

- angst
- slaapproblemen (nachtmerries, bedplassen)
- buikpijn, hoofdpijn
- gebrek aan eetlust
- lusteloosheid, vermoeidheid
- agressief gedrag
- teruggetrokken en ontwijkend gedrag

Herkent u één of meer van deze signalen? Neem gerust contact op voor een vrijblijvende kennismaking.

