



**LAAT
MAAR...**

Majella Lammers

**JE SNAPT
HET NIET**

E-BOOK

Korte introductie voor
ouders, verzorgers,
professionals en therapeuten

Onbegrepen klachten van kinderen **OPLOSSEN**
en **VOORKOMEN** door echt naar ze te luisteren

Laat maar... je snapt het niet

COLOFON

© SAAM Uitgeverij, 2024

Auteur: Majella Lammers
www.majellalammers.nl
praktijk@majellalammers.nl

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Majella Lammers

LAAT MAAR...
JE SNAPT HET NIET

Onbegrepen klachten van kinderen oplossen en
voorkomen door echt naar ze te luisteren

E-BOOK

Korte introductie voor
ouders, verzorgers,
professionals en therapeuten



INLEIDING

25-35% van de kinderen en jongeren tussen 4 en 25 jaar heeft last van aanhoudende lichamelijke/mentale onbegrepen klachten. Wij, de omringende volwassenen, zijn vanuit een goede intentie geneigd met onze overtuigingen en oplossingen voor hen te komen. We luisteren niet (voldoende) of pas in een later stadium naar het kind. Er gebeurt wat we helemaal niet willen, we verliezen de verbinding met het kind. De aanvankelijk vage klachten nemen in hevigheid toe of worden chronisch.

Dit heeft behalve op het kind en het gezin veel impact op het schoolse en sociale leven. Het kind komt uiteindelijk in de hulpverlening terecht. Dit proces kan voor de meeste kinderen al in een vroeger stadium doorbroken worden doordat wij, de volwassenen, sneller en beter signaleren en goede gesprekken met het kind daarover aangaan.

In mijn boek **Laat maar... je snapt het niet!** laat ik zien hoe je signalen kunt oppakken, hoe je op de juiste manier gesprekken voert en hoe je samen tot een oplossing komt.

Dit E-book is een korte introductie op mijn boek.

VOOR OUDERS EN VERZORGERS

‘Laat maar, je snapt het niet...’

Dit zijn vaak de letterlijke woorden uit de mond van een kind op het moment dat het niet lekker in het vel zit en jij als ouder goedbedoelend en bezorgd probeert uit te vragen wat er aan de hand is.

Wanneer het kind deze woorden niet gebruikt, heb je grote kans op een nonverbale reactie die van dezelfde strekking is. Bijvoorbeeld weglopen uit het gesprek, huilen, schreeuwen.

Je voelt je machteloos, je wilt zo graag dat het goed gaat met het kind en zou het liefst meteen willen fixen wat er mis gaat.

En dan ontstaat er met grote kans miscommunicatie.

Hoe moet je dit nu aanpakken?

Daar heb ik het uitgebreid over in het boek. En op de volgende pagina deel ik alvast in het kort de belangrijkste punten.

- » Observeer, luister en noteer bijzonderheden van het kind gedurende twee weken.
- » Wees in die tijd mild en meelevend.
- » Vraag maar één ding: wat heb je NU nodig?
- » Gun het een break van 'moet' zaken en laat 'vrije keuze'zaken juist doorgaan.
- » Denk in die twee weken na over wat die zorg met jou doet, wat denk jij erover en hoe voel je je daarbij, herken je misschien iets.
- » Plan samen met het kind een activiteit naar keuze, een op een, kies dag, plek en tijd (ruim nemen).
- » Het zou je doel kunnen zijn om tijdens die activiteit het gesprek aan te gaan over je zorgen, maar wacht met het aankaarten van dit onderwerp. Het voornaamste is de verbinding tussen jou en het kind (weer) sterk te maken. Je praat nauwelijks terwijl je met samen met iets bezig bent (wandeling, uitgebreid koken) en wacht op spontane uitingen van het kind over welk onderwerp dan ook. Dan haak je daar ergens positief op aan. Wacht weer, laat een stilte vallen. Komt het kind niet opnieuw zelf met iets, kun je een voorbeeld geven van wat je zelf recent aan een onprettige ervaring hebt meegemaakt. Je vraagt de mening van het kind erover. Je zult zien, het kind komt vanzelf met een eigen voorbeeld. Haak weer aan.
- » Trek geen conclusies voor het kind, vraag wat het nodig heeft van jou, wat het zelf van plan is eraan te doen en spreek af hoe en wanneer je opnieuw samen de tijd neemt hiervoor.

- » Hebben jullie na één gesprek al duidelijkheid wat er aan de hand is, maak dan samen een plan van aanpak en betrek de personen erin die van belang zijn (leerkracht, trainer, begeleider). In het boek vind je een plan met 10 stappen, die mogelijk zijn.
- » Ervaar hoe waardevol het is om samen aan de slag te gaan, maak grapjes en geniet van de weg naar het moment dat het kind weer opgewekt en energiek is.

Voor leerkrachten en andere professionals die dagelijks met kinderen omgaan

Een kind wordt vaker ziekgemeld of is langer afwezig als gevolg van niet lekker zijn. Een kind is wel aanwezig maar lijkt veranderd in gedrag, uiterlijk en/of prestaties. Een kind is altijd opvallend stil en op de achtergrond. Dit zijn bijzonderheden bij kinderen, waarbij je tot taak mag nemen eens te polsen bij het kind hoe het met hem gaat in het algemeen. Het is zo belangrijk omdat er nu eenmaal mentale en fysieke voorwaarden zijn bij een kind om op school, tussen anderen, een dag door te brengen, informatie op te nemen en te verwerken, fijne sociale contacten te hebben, te bewegen en plezier te kunnen hebben. Een kind dat moe is, bang is, honger heeft, pijn heeft, in zijn hoofd met veel te veel zaken bezig is, komt meestal niet tot leren. In ieder geval heeft het een gevoel 'op de tenen te lopen'. Wanneer er geen aandacht en of hulp komt, zal er een moment komen dat het kind mentaal of fysiek min of meer instort. Dan kan het helemaal niet meer naar school.

Jij kunt heel waardevol zijn in de preventie van zo'n breakdown en ook meehelpen een stapsgewijze terugkeer naar school te realiseren wanneer er onverhoopt toch een lange absentie is geweest.

Hieronder geef ik in het kort enkele tips.

- » Observeer, luister en noteer bijzonderheden in uiterlijk, gedrag en woorden gedurende twee weken.
- » Reflecteer op wat die constatering betekenen voor je eigen gevoel, gedachten en gedrag. Die mogen in feite niet meespelen in de analyse van wat het kind voelt, denkt en doet.
- » Vraag of het kind met jou een gesprek wilt hebben over koetjes en kalfjes en plan samen tijd en plaats.

- » Open het gesprek met een gemeend compliment of oprechte nieuwsgierigheid naar zijn interesses. Wacht op een spontane reactie en haak aan waar het kan met een open vraag. Geef een voorbeeld uit je eigen ervaringen die je als niet zo prettig hebt ervaren en vraag de mening van het kind hierover. Wacht, het komt vanzelf met iets persoonlijks.
- » Bespreek dat je intentie is dat het kind zich lekker in zijn vel voelt en niet aast op goede leerprestaties.
- » Vraag wat het kind van jou nodig heeft.
- » Vraag toestemming om met ouders of andere betrokkenen te spreken.
- » Overleg met ouders, collega's, arts, supervisor over mogelijkheden voor verandering. Oudere kinderen mogen kiezen daar wel/niet bij aanwezig te zijn.
- » Houd ongeacht de afspraken voor de iets langere termijn, toch dagelijks en even later wekelijks een kort checkmomentje met het kind. Op een manier die het prettig vindt. Dat kan een afgesproken gebaar zijn, dat kan een heel kort gesprekje zijn, dat kan een notitie worden.
- » Wees nieuwsgierig naar het moois van dit kind.
- » Geef jezelf een compliment omdat je een kind veiligheid, ruimte en grenzen biedt voor de ontwikkeling van zijn volledige potentieel.

Wil je graag weten hoe het komt dat wat het kind voelt, echt is, geen manipulatie of overgevoeligheid? Lees dan eens in mijn boek **Laat maar... je snapt het niet!** over hoe het menselijke brein ons in feite beschermt met pijn of andere klachten. Ja, je leest het goed! Mogelijk heb je er zelf ervaring mee.

Uiteraard krijg je daarin ook meer tips voor een fijn gesprek, een algemeen 10-stappenplan, en voorbeelden van hulpmiddelen en hulplijnen.

Je kunt het boek bestellen via mijn website www.majellalammers.nl, in de webshop zorgboeken.nl van mijn uitgever SAAM Uitgever en bij de (online) boekhandels.

Wil je graag eens persoonlijk contact, dan kan dat natuurlijk op afspraak live of online. Ik heb om het feit te vieren dat mijn boek er is, zelfs tijdelijk een speciaal tarief voor een 'spar'sessie naar keuze.

Het is fijn om te lezen en nog eens na te kunnen lezen wat je kunt doen om te helpen; je mag ook luisteren naar mijn presentatie. Op verzoek vertel ik mijn verhaal aangepast aan de luisteraars en beschikbare tijd. Meer informatie daarover krijg je per mail: praktijk@majellalammers.nl

Wil je maandelijks per mail op de hoogte gehouden worden van nieuwe feitjes, schrijf je dan in voor de nieuwsbrief.

Dank je wel dat je dit e-book hebt aangevraagd. Ik wens je veel plezier en inspiratie in de verbinding met het unieke, prachtige kind.

Lieve groet,

Majella Lammers

LAAT MAAR... JE **SNAPT** HET NIET



Majella Lammers

Majella Lammers (1959) is sinds 1982 werkzaam in haar eigen praktijk voor hulp aan kinderen en jongeren met communicatieve problemen. Sinds 2002 werkt zij met hypnotherapie voor kinderen en jongeren met aanhoudende lichamelijke klachten. Ze heeft een eigen werkmethode, de M-M-M-methode ontwikkeld. Ruim 20 jaar en vele cliënten later wil zij zich niet beperken tot 'reparatie-werk' maar vooral bezig zijn met 'preventie-werk'. Want het grootste deel van de kinderen en jongeren hoeft naar haar mening niet in de hulpverlening terecht te komen, wanneer de volwassenen vanuit kind-perspectief naar het kind kijken en luisteren.

Sinds 2002 werkt zij met hypnotherapie voor kinderen en jongeren met aanhoudende lichamelijke klachten. Ze heeft een eigen werkmethode, de M-M-M-methode ontwikkeld. Ruim 20 jaar en vele cliënten later wil zij zich niet beperken tot 'reparatie-werk' maar vooral bezig zijn met 'preventie-werk'. Want het grootste deel van de kinderen en jongeren hoeft naar haar mening niet in de hulpverlening terecht te komen, wanneer de volwassenen vanuit kind-perspectief naar het kind kijken en luisteren.

majella
lammers

kinderen en jongerenhypnotherapie



BESTEL HIER HET BOEK **LAAT MAAR... JE SNAPT HET NIET**

