

# Kinderpsychiater:\*

\* Noot:  
An Michiels is  
psychotherapeute

## 'Knuffel is onvervangbaar'

'Ik vind een knuffel-spreekuur zeker een goed idee', zegt kinderpsychiater **An Michiels** (foto). 'Voor kinderen is de knuffel een vertrouwenspersoon. Knuffels kunnen heel goed luisteren en ze reageren



ook op de stemming van kinderen, net als huisdieren. Je ziet vaak dat als kinderen ergens angst voor hebben, ze hun knuffel troostend toespreken. Ze manen hun beer aan zich sterk te houden. Samen zullen ze het wel doorstaan. Voor kinderen gaat het om een alter ego.'

'Daarom werken knuffels die je krijgt van vreemden niet. Soms krijgen kankerpatiëntjes een knuffel van iemand die langskomt en direct weer weggaat. Die wekt niet hetzelfde vertrouwen. Je kunt het vergelijken met

een soapacteur. Daarmee identificeren mensen zich omdat die dag in dat uit in de huiskamer komt. Die ene speciale knuffel kun je niet zomaar vervangen door een vreemde teddy-

©if beer.'

Naast een knuffel raadt Michiels aan om iets van de ouders mee te geven. 'Bijvoorbeeld een trui die je altijd aanhebt en waar je aan gehecht bent. Zeg dat je kind die voor je moet bewaren. Dan weten kinderen zeker dat je zal terugkomen. Onbewust is dat de grootste angst van kinderen in het ziekenhuis: dat de ouders ze niet komen ophalen.'

'Zeg tegen je kinderen nooit dat zo'n prikje niet erg is. Het is wél erg, maar niet onoverkomelijk. Ouders zeggen dat vooral om zichzelf te troosten.' (est)