

Psychospiritueel kindertherapeut Linda Peelen:
*'Kinderen hebben niets
 aan medelijden'*



Tijdens de stage van Linda Peelen in het Wilhelmina Kinderziekenhuis in Utrecht overleed op de afdeling een kindje. Zijn zusje maakte op het krijtbord in de gang een tekening waaruit bleek dat zij zich schuldig voelde aan de dood van haar broertje. "Dat greep mij zo aan dat ik besloot mijn afstudeerscriptie over rouwverwerking bij kinderen te schrijven. Later ben ik een praktijk begonnen".

Linda Peelen herinnert zich de stageperiode nog goed: "De eerste paar maanden liep ik als een 'zombie' op de afdeling rond. Ik kon er maar niet aan wennen hoe mijn collega's met de kinderen konden lachen. Maar ik heb daar geleerd dat kinderen er niets aan hebben als je met ze meelijdt. Het is beter om kinderen te helpen, te steunen en liefde en blijdschap te geven". "Ik kwam in het kinderziekenhuis bijzondere mensen tegen die ook rouwbegeleiding gaven. Dat sprak mij zo aan, dat ik die richting ook wilde opgaan. In 2004 begon ik mijn praktijk als psychospiritueel kindertherapeut. Na drie maanden had ik er mijn handen vol aan. In de reguliere hulpverlening is er weinig aanbod in mijn specialisatie. Ik ben blij dat ik die kinderen kan helpen om weer goed in hun vel te zitten".

Rouw- en verliesbegeleiding betreft volgens Linda Peelen niet alleen kinderen die een ouder of een dierbare hebben verloren. Ook kinderen die een scheiding meemaken en dingen 'verliezen' kunnen met gevoelens en emoties worstelen. Er is nog een derde groep kinderen waar Peelen zich om bekommert,

namelijk gevoelige en intuïtieve kinderen.

"We leven in een nieuwe tijd. Kinderen zijn een stuk gevoeliger. Soms kunnen zij zich niet afschermen tegen alle prikkels die ze van buiten krijgen. Ze kunnen hierdoor klachten krijgen als buikpijn, hoofdpijn, heel druk doen, zware vermoeidheid en slaapproblemen. Ook zij moeten leren om met hun gevoelens om te gaan". Voordat Linda Peelen met de kinderen praat, heeft ze een intakegesprek met de ouders.

"Soms is het voor de ouders niet precies duidelijk waar de klachten vandaan komen", vertelt ze. "Als een kind twee jaar eerder iemand heeft verloren en ineens niet meer wil slapen of gedragsproblemen vertoont, is het voor de ouders moeilijk om te achterhalen of er bijvoorbeeld nog een stukje rouwproces is. Door met het kind te praten, wordt dat wel duidelijk. Het is per kind verschillend wanneer iets zich uit. Elk rouwproces is anders. Als je een ouder verliest, neem je dat toch je hele leven mee".

De werkwijze van Linda Peelen behelst oefeningen, creatief bezig zijn en gesprekken. Meestal ontstaat >>

de klik spelenderwijs, zo ervaart de therapeut. "Jongere kinderen vinden tekenen leuk, maar een jongen van 16 heeft daar niet zo veel mee. Dan probeer je iets anders te vinden wat bij hem past, bijvoorbeeld muziek".

Linda Peelen geeft een voorbeeld uit haar praktijk: "Een puber zijn moeder was overleden en de jongen zette zich tegen alles af. Met hem ben ik gaan skaten. Dat is een manier om aansluiting te vinden bij de belevingswereld van een jongere. Pas als er een vertrouwensband is, kun je over dingen praten".

In de meeste gevallen voelen kinderen zich snel op hun gemak bij Linda Peelen: "Ze merken dat ze hier met hun verhaal terecht kunnen. Kinderen beschermen graag hun ouders. Zoiets als: 'Dat bespreek ik niet met mama, want dan wordt zij ook verdrietig'. Bij mij kunnen ze dingen gemakkelijker kwijt". In de regel duurt het begeleiden van gevoelige



kinderen, de zogenaamde kinderen van deze tijd, korter. Linda Peelen: "Mijn ervaring is dat zij na vier tot zes sessies zelf wel verder kunnen. Maar het verschilt wel per kind. Het ene kind pikt iets sneller op. Soms geven kinderen aan dat ze nog wel een keer willen terug komen. Dan plannen we nog een sessie in met een langere tijd ertussen". Voor Linda Peelen is het dankbaar werk. Ze ziet dat kinderen vrij snel het leven weer aankunnen: "Volwassenen zitten vaak langer en zwaarder in de put. Kinderen kunnen niet 24 uur van een dag verdrietig zijn. Zij komen soms lachend binnen en gaan ook lachend weer weg".

Praktijk Sterrekind

Het idee voor de naam Praktijk Sterrekind kwam van haar vriend Martijn. "Toen hij op een ochtend de deur uitging, zei hij 'dag sterrekind van me'. Dat moest het worden. Bij rouwbegeleiding noemen kinderen die een dierbare verloren hebben de overledene vaak een sterretje aan de hemel. Gevoelige en intuïtieve kinderen worden ook wel aangeduid als sterrekinderen. Zo komt alles samen".

Meer info:
Praktijk Sterrekind
www.praktijk-sterrekind.com
 0347-370733