

Wat echt werkt bij kinderen die snel angstig zijn

W. de Pree

220 blz., Pelckmans, 2023 (ISBN 978-94-6337-971-7)



Wendy de Pree heeft een erg praktisch en uitgewerkt boek geschreven voor ouders, leerkrachten, artsen en hulpverleners. Enerzijds geeft ze informatie over hoe we angst bij kinderen kunnen begrijpen. Anderzijds reikt ze concrete handvatten aan voor hoe men hiermee in de thuis- en de schoolcontext op een positieve manier kan omgaan.

Cijfers geven aan dat 1 op 5 kinderen te bang is, wat dit boek erg relevant maakt.

Het naslagwerk brengt kennis vanuit wetenschappelijk onderzoek samen met de onuitputtelijke rijkdom van de vele jaren praktijkervaring van de auteur. Zo leert ze ons o.a. dat kinderen die snel angstig zijn vaker een gevoelig afgesteld alarmsysteem hebben, waardoor ze situaties sneller als bedreigend beschouwen. Vanuit haar ervaring als docent heeft ze geleerd om de theorieën op een eenvoudige en gepassioneerde manier te vertalen, wat maakt dat je dit boek niet snel aan de kant legt.

Het boek is opgedeeld volgens de 10 behoeften van kinderen die snel angstig zijn. Na een duidelijke omschrijving van wat deze behoeften inhouden, beschrijft de auteur strategieën en concrete tips om hieraan tegemoet te komen.

Ze legt de nadruk op samen aan de slag gaan met het kind. Het belang van deze contextuele component geeft een frisse, verbredende kijk op de visie en de verwachting dat het kind zelf is dat zijn angsten moet overwinnen. Dit proces brengt de ouder/leerkracht en het kind op een positieve manier in verbinding met elkaar. En laat dat nu net 1 van de 10 grote behoeften zijn die deze kinderen hebben. Angstige kinderen die zich sterk verbonden voelen met een volwassen vertrouwenspersoon, kunnen veel meer aan.

Verder blijkt overmatige angst vaak samen te gaan met andere problematieken, zoals autisme en ADHD. Dit boek is hierdoor niet alleen een aanrader voor ouders, leerkrachten en hulpverleners, maar tevens

relevante literatuur voor iedereen die kinderen met autisme en ADHD wil begrijpen en ze in hun angsten wil begeleiden.

B. Detavernier
Psychodynamisch kinderpsychologe en -therapeute

Acco-korting voor TvGG-abonnees

Wil je als TvGG-abonnee graag 10% korting genieten bij Acco bij de aankoop van het besproken boek?
Surf dan snel naar www.tvgg.be/acco om de code op te halen of stuur een mailtje naar info@tvgg.be

Het volledige aanbod is terug te vinden via www.acco.be/tvgg