



10 VERBINDENDE ZINNEN

Deze zinnen helpen om op een verbindende manier je kind door de emotie te helpen. Spreek op een rustige toon en blijf nabij. Laat daarna een korte stilte. Kies er een zin uit, probeer en zie wat het met je kind en met jou doet.

1. Het is best veel allemaal hé? Ik kan me voorstellen dat je veel spanning in je lijf voelt.

2. Je vind het spannend dat de Sint komt hé?

3. Ik zie dat je gefrustreerd bent. Dat is niet fijn dat het je niet lukt.

4. Soms is wachten moeilijk. Dat voel ik zelf ook zo. Zullen we samen kijken hoeveel nachten slapen het nog is?

5. Het is OK om je zo boos te voelen. *(Je kan daarbij je kind op een kussen laten stampen of slaan om veilig te ontladen)*

6. Nu ben je teleurgesteld dat de Sint niets in je schoen heeft gebracht deze nacht hé? Ik zie dat er traantjes zijn, huil maar.

7. Ik ben er altijd voor jou, wat er ook gebeurt.

8. Je lijfje is onrustig hè? We gaan samen zorgen dat het weer rustig wordt.

9. Je mag het spannend vinden. Ik blijf hier bij jou.

10. Je bent niet stout, je voelt gewoon veel spanning. Dat is OK.

