Gedrag van peuters na een ziekenhuisopname

Uw kind kan na een ziekenhuisopname een ander gedrag laten zien dan dat u gewend bent. Dit is heel normaal. Een ziekenhuisopname is voor uw kind een ingrijpende gebeurtenis. Eenmaal thuis, in de vertrouwde omgeving, kan dit effect hebben op het gedrag van uw kind.

Wat voor gedrag kan uw kind laten zien en hoe kunt u als ouder hier het beste mee omgaan?

Vertrouwen en veiligheid

Voor uw kind is het ziekenhuis een wereld met onduidelijkheden en onzekerheden. Uw kind voelt zich onzeker. Het vertrouwde leventje verandert van de ene dag op de andere dag en u als ouder kon dat niet voorkomen. Bij een peuter kan veel angst voorkomen. Dit heeft meestal te maken met dat uw peuter niet begrijpt wat er gebeurt. Misschien zijn er tijdens de opname dingen gebeurd die uw kind niet heeft begrepen. Deze gebeurtenissen moet uw kind verwerken.

Daarom is het belangrijk dat uw kind zich na een ziekenhuisopname veilig voelt. Dat veilige gevoel is soms moeilijk te geven. Aan de ene kant is uw kind weer blij om thuis te zijn, maar vertrouwt het de situatie misschien niet helemaal. Met deze tegenstrijdige gevoelens kan uw kind het moeilijk hebben.

Ander gedrag na een ziekenhuisopname

Na een ziekenhuisopname kan uw kind het volgende gedrag laten zien:

- angst om alleen te zijn;
- veel meer aandacht vragen;
- problemen ontwikkelen met slapen (nachtmerries);
- problemen ontwikkelen met eten;
- boos/agressief gedrag;
- huilbuien;
- in zichzelf gekeerd zijn;
- niet naar opvang of peuterspeelzaal willen.

Soms ziet u dit gedrag niet direct na de ziekenhuisopname, maar enige tijd later. Dit is afhankelijk van de reden van opname, opnameduur, het karakter van uw kind en de manier waarop de opname is verlopen.

Het kan helpen, als u weet dat het gedrag niet tegen u gericht is, maar dat uw kind op deze wijze emoties afreageert.

Terugvallen in ontwikkeling

Naast verandering in het gedrag kan uw kind ook terugvallen in de ontwikkeling. Voorbeelden hiervan zijn:

- bedplassen terwijl uw kind al zindelijk was;
- kruipen terwijl uw kind al kon lopen;
- duimen;
- slechter praten dan normaal.

Wat kunt u doen?

Uw kind moet weer vertrouwen krijgen en heeft daarom een veilig gevoel nodig. Vaak verdwijnt het gedrag dan weer na korte tijd.

Een aantal tips voor u:

- Geef uw kind de extra aandacht als uw kind er om vraagt.
- Zorg dat er zo veel mogelijk een bekend/vertrouwd iemand bij uw kind is.
- Laat niet te veel bezoek in een keer komen.
- Blijf het ritme van de dag volgen zoals u voorheen gewend was.
- Probeer het negatieve gedrag te negeren en positief gedrag te belonen.
- Geef materialen waarop uw kind boosheid en agressie kan afreageren (kussen).
- Nodig uw kind uit te praten, tekenen of spelen, zodat het de ziekenhuisopname kan verwerken.
- Bij slaapproblemen kunt u een lampje aan doen.
- Als uw kind niet naar de peuterspeelzaal wil, maakt u daar afspraken over. Eerst een paar uurtjes en daarna weer langer.
- Praat ook met de broertjes/zusjes die de opname hebben meegemaakt. Ook zij kunnen last hebben van de gebeurtenis.
- Accepteer de terugval in de ontwikkeling van uw kind en maak er geen punt van.

Het is bij peuters belangrijk dat ze niet het idee krijgen dat de ziekte of de ziekenhuisopname een straf is voor slecht gedrag. U kunt hierbij helpen door uw kind aandacht te geven en gerust te stellen.

Het ligt vaak voor de hand om uw kind angstvallig in bescherming te nemen, veel toe te geven en geen beperkingen op te leggen. Maar dit heeft geen positief effect. De regels die u voor de ziekenhuisopname had, gelden het best. Kinderen hebben tijd nodig om te herstellen, zowel op lichamelijk als psychisch gebied.

Om angst te verminderen kunt u uw kind zo duidelijk mogelijk laten ervaren waar uw kind mee te maken heeft gehad. U kunt dit doen door met uw kind:

- boeken te lezen over het ziekenhuis;
- de ziekenhuissituatie na te spelen, of spelen met de dokterskoffer;
- te spelen met klei of zand;
- een teken-, foto- of plakboek te maken over het ziekenhuis.

Boeken die u met uw peuter kunt lezen

Er zijn veel kinderboeken beschikbaar over een ziekenhuisopname. U kunt deze vinden in de Bibliotheek, in de boekwinkel of in een online webshop. Enkele voorbeelden zijn:

- Bruna, D: Nijntje in het ziekenhuis
- Burgeois, P: Sam moet naar het ziekenhuis
- Bourgoing, P: Wat doet de dokter?
- Casterman 1995 prentenboek
- Heijer, E. Den: Au miauw
- Slegers, L: Karel in het ziekenhuis
- Sluyzer, B: In het ziekenhuis
- Sluyzer, B: Tijn en de dokter

Meer informatie

Voor meer informatie kunt u ook kijken op de website nahetziekenhuis.nl (https://www.nahetziekenhuis.nl/)

Vragen?

Wanneer u nog vragen heeft, kunt u bellen naar de Kinderafdeling, telefoonnummer: (073) 553 25 27.

Code KIN-751

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis