

Rouwprotocol

OBS Het Schateiland

Inhoud

1. Overlijdensbericht komt binnen.....	2
2. Verstrekken van informatie	4
3. Informeren van de leerlingen.....	4
4. Bezoek aan ouders/nabestaanden	5
5. Contacten met ouders van klasgenoten	6
6. Vóór de uitvaart.....	6
7. Na de uitvaart.....	6
8. Nazorg	7
Bijlage 1	9
Bijlage 2	10
Bijlage 3	12
Bijlage 4	13
Bijlage 5	14
Bijlage 6	16

1. Overlijdensbericht komt binnen

Actie	Afgehandeld door:
Toezeggen dat er iemand zal terugbellen. Vragen op welk nummer men bereikbaar is en op welk tijdstip. Dus niet gelijk doorverbinden met een directielid of teamlid, tenzij de beller daar zelf om vraagt. Het directie of teamlid kan zich zo even voorbereiden.	
Wanneer er wordt teruggebeld, eventueel naar de toedracht vragen.	
De ontvanger van het bericht waarschuwt zo snel mogelijk de directie. Directie informeert direct zorgcoördinator. Betrokken leerkrachten worden zo snel mogelijk geïnformeerd en opgevangen	
Er wordt een crisisteam gevormd. Het crisisteam bestaat uit tenminste de volgende personen: een directielid, de zorgcoördinator, de betreffende groepsleerkracht. Een van de leden is de crisiscoördinator die tevens het contact met de familie onderhoudt. Namen, functie en telefoonnummers 1. GGD 033-4600046 2.	

Taken van het crisisteam

Gegevens betreffende familie (en/of contactpersoon) Naam: Adres: Telefoon: Telefoon contactpersoon:	
Indien nodig, het op gang brengen van de hulpverlening. Actie: crisiscoördinator	
Directie vraagt team z.s.m. bij elkaar en informeert hen over de gebeurtenis en de te ondernemen acties.	
Eigen leerkracht vertelt (samen met betreffende leerling/ouder en/of hulpverlener) het bericht aan de groep. Zorgcoördinator, externe hulpverlener of directie zal in de betreffende groep erbij aanwezig zijn. Crisisteam belt naar de ouders van leerlingen van de betreffende groep en informeert hen over gebeurtenis . De rest van de school krijgt een mail. Directie vangt ouders op school op (ochtend) en informeert hen. Hulpverlener/GGD informeert ouders over wat zij aan reacties van hun kinderen kunnen verwachten en hoe zij daarmee om kunnen gaan. In acute situaties: hele team bij elkaar roepen/bestuur inlichten.	
Eventuele opvang van degene die het bericht meldt. Actie: crisiscoördinator	
Contact zoeken met de nabestaanden. Actie: crisiscoördinator	
Het nagaan van de gegevens van de overledene en de gebeurtenis. Actie: crisiscoördinator	
Ervoor zorgen dat het bericht tot nader order geheim blijft. Actie: allen	
Zorgen voor telefonische bereikbaarheid.	

Actie: crisiscoördinator	
Zorgen voor organisatorische aanpassingen in de school. Actie: crisiscoördinator/ crisisteam	
Zie: 4. Bezoek aan de familie Wie: directie, leerkracht(en) + maatje (indien gewenst) De leerkracht kan iets meenemen voor de leerling. Ken je leerling en weet wat passend kan zijn; boek, spel, knuffelkaartjes etc. Voor de andere kinderen binnen het gezin kan ook iets meegenomen worden. (knuffel, boek) Actie: crisisteamlid met leerkracht	
Contact met de betreffende leerling(en) • bespreken (terug)komst op school • bespreken gezamenlijke inrichting herinneringstafel. Actie: crisisteamlid met leerkracht	
Zorgen voor contact met de ouder(s) over inhoud uitgaand bericht aan leerlingen van de school. Actie: crisiscoördinator	
Condoleancekaart (en evt. bloemen) versturen namens het team. Actie: crisisteam	
Zorgen voor regelingen i.v.m. condoleancebezoek en uitvaart. Actie: crisisteam	
Nazorg voor de betrokkenen, zie ook H. Actie: crisisteam	
Richt een hoek in op een centraal punt in de school (herinneringstafel). • Zorg voor een passende aankleding. • Leg er een map neer waarin teamleden, ouders en kinderen iets mogen schrijven, tekenen, enz. • Zet er een (brandende) kaars bij (in windlicht met zand vanwege veiligheid). • Indien er een foto van de overledene komt te staan is het mooi als het een foto in 'actie' kan zijn i.p.v. een portretfoto. • Als de tafel met de betreffende leerling/ouders wordt opgeruimd, brengt de leerkracht de kaars en het boek naar het huis van haar/zijn leerling. • Inrichting in overleg met ouders/leerling.	
Ouder(s) uitnodigen op school voor nagesprek. In geval overlijden leerkracht: contact opnemen met nabestaanden. Een paar weken na de uitvaart kan er een huisbezoek plaatsvinden door leerkrachten/zorgcoördinator/directie. Dit kan een moment zijn van overdragen van de kaars die op de herinneringstafel een plek had.	

2. Verstrekken van informatie

De crisiscoördinator / het crisisteam gaat na wie geïnformeerd moet worden over het overlijden.

Actie	Afgehandeld door:
De collega's. Op welk tijdstip en op welke wijze? Actie: crisisteam	
Het bestuur Actie: directie	
De MR/OR Actie: directie	
De ouders/verzorgers van de klasgenoten (mondeling en schriftelijk). Actie: directie Zie 5: Een modelbrief is in bijlage 3 opgenomen.	
De ouders/verzorgers van de overige leerlingen (kort, schriftelijk). Actie: directie	
Personen en instanties die mogelijk contact opnemen met de familie, zoals externe hulpverlener, GGD, leerplichtambtenaar en wijkagent. Actie: directie	

3. Informeren van de leerlingen

Actie
De groepsleerkrachten bereiden zich samen met het crisisteam voor op het gesprek met hun groep.
<u>Aandachtspunten vooraf (persoonlijk)</u>
<ul style="list-style-type: none"> • In hoeverre speelt je eigen verlieservaring mee? • Zorg (ook) voor jezelf: vraag een maatje jou te ondersteunen.
<u>Aandachtspunten vooraf (professioneel)</u>
<ul style="list-style-type: none"> • Creëer een sfeer waarin het mogelijk is om te zeggen dat je er moeite mee hebt. Of misschien wel dat je het niet kunt. Bekijk in hoeverre je elkaar kunt ondersteunen. Spreek behoeften uit. • Vraag zo nodig, naast de zorgcoördinator een vertrouwde collega om je te steunen of met je de klas in te gaan. • Ouder(s) van leerlingen - uit andere groepen - die een overlijden in hun naaste omgeving hebben meegemaakt worden van tevoren telefonisch ingelicht. • Probeer de opvang zoveel mogelijk in de klas te houden en zorg dat er een ruimte is waar leerlingen naartoe kunnen. • Voorbereiding van de dag: houd structuur. • Denk na over de rol die de klassenouder kan spelen. • Wees erop voorbereid dat dit slechte bericht andere verlieservaringen kan reactiveren, zowel bij leerlingen als bij leerkrachten en ouders. • Zorg dat je werkvormen bij de hand hebt die het reguleren van emoties stimuleren. • Tekenpapier, kleurpotloden, omtrekvormen (hart/duif/vlinder) • Bereid je goed voor: Wat ga je zeggen en hoe, welke reacties kun je verwachten? • Wie zijn je risico-leerlingen? Wees je daarvan bewust. • Zorg voor de balans (clownsneus & traan)
<u>De mededeling</u>
<ul style="list-style-type: none"> • Wees je bewust van je houding (open, respectvol, eerlijk...) • Begin met een inleidende zin. • Vertel direct en kort het hoe, waar en wanneer van de gebeurtenis. • Breng het bericht over zonder eromheen te draaien. • Geef in eerste instantie de hoogst noodzakelijke informatie.

Geef ruimte aan wat er aan verhalen komt: verlieservaring van je leerlingen
<p>Vervolgens</p> <ul style="list-style-type: none"> • Praat met de leerlingen over hetgeen gebeurd is. • Praat met de leerlingen over de (relatie met de) overledene. • Er is ruimte voor verdriet, niets is gek. • Vertel bij wie de leerlingen eventueel terecht kunnen voor een persoonlijk gesprek. • Geef aan de leerlingen in je groep het eerste uur keuzeopdrachten (bijv. wel of niet rekenen, enz.). Wees duidelijk over wat de alternatieven zijn. • Laat de kinderen weten hoe het programma van deze dag eruit ziet. • Vraag leerlingen waar zij behoefte aan hebben. • Geef als er al naar gevraagd wordt, uitleg over rouwbezoek en uitvaart of geef aan wanneer je het hen denkt te kunnen vertellen. (afhankelijk van keuzes getroffen gezin) • Kijk kritisch naar de activiteiten die de school de komende dagen organiseert, zoals feesten, sportdagen e.d. Wellicht is afgelasting of uitstel noodzakelijk. • Regel desgewenst de organisatie van een herinneringsbijeenkomst op school. • Zorg voor een diversiteit aan verwerkings- en verbruiksmaterialen in de groep (verlieskist)

4. Bezoek aan ouders/nabestaanden

Het eerste bezoek (is meestal alleen een condoleancebezoek)

Actie	Afgehandeld door:
Neem dezelfde dag contact op. Actie: directie	
Vraag telefonisch of bezoek gelegen komt. Actie: directie	
Maak voor dezelfde dag een afspraak voor een huisbezoek. Actie: directie	
Ga bij voorkeur samen: directie en leerkracht(en) en evt. maatje	
Informeer ouders over de mogelijkheid om hulp in te schakelen	
Vraag of je een tweede bezoek mag brengen of telefonisch contact opnemen om verdere afspraken te maken.	
Overleg over alle te nemen stappen. AFSTEMMEN met nabestaanden! <ul style="list-style-type: none"> • Bezoekmogelijkheden van leerlingen en hun ouders • Informatiebijeenkomst voor ouders (wanneer/door wie?) • Bijwonen van de uitvaart. • Bloemen? • Advertentie? Welke krant? (altijd na de familie plaatsen) • Herinneringsbijeenkomst op school 	

Het tweede bezoek

Actie	Afgehandeld door:
Vraag wat de school kan betekenen voor de ouders/nabestaanden. Actie: directie	
Vraag telefonisch of bezoek gelegen komt. Actie: directie	

5. Contacten met ouders van klasgenoten

Actie
Als het overlijdensbericht 's avonds binnenkomt: informeer de ouders van klasgenoten telefonisch: <ul style="list-style-type: none">• Over de gebeurtenis;• Verzoek ouders dit bericht zelf aan hun kind(eren) te vertellen;• Verzoek om de volgende ochtend met hun kind(eren) mee naar school te komen
Als het overlijdensbericht onder schooltijd binnenkomt: informeer ouders van klasgenoten telefonisch: <ul style="list-style-type: none">• Over de gebeurtenis.• Verzoek omuur naar school te komen.• Als ouders niet kunnen komen, vraag hen een ander voor het kind vertrouwd persoon te laten komen.
Informeer ouders van klasgenoten mondeling en via een brief (zie bijlage 3) over: <ul style="list-style-type: none">• De gebeurtenis;• Organisatorische aanpassingen in de groep;• Datum• Gebeurtenis• Medeleven• Wat gebeurt er in de groep; de zorg voor de leerlingen in groep/op school → aanwezigheid van event. externe begeleiding;• Wat gebeurt er in de school• Herinneringstafel en bedoeling hiervan• Wat kan er (al) over de uitvaart verteld worden (inhoud en organisatie)• Herinneringsbijeenkomst op school, voor wie en wanneer• Contactpersonen op school;• Regels over aanwezigheid;• Rouwbezoek en aanwezigheid bij de uitvaart;• Indien uitvaart dan heeft elk kind een ouder/begeleider bij zich;• Eventuele actieve bijdrage van leerlingen (muziek/lied);• Informeer ouders over evt. nazorg voor de leerlingen (welke begeleiding en door wie?);• Belang van contact tussen ouders en leerkrachten

6. Vóór de uitvaart

Actie
<ul style="list-style-type: none">• Houd de reacties van kinderen goed in de gaten en heb contact/overleg met de ouders.• Geef ruimte voor vragen.• Geef leerlingen de kans om zich creatief te uiten: tekenen, knutselen, spel• Vraag kinderen wat hen helpt.• Psycho-educatie aan de leerlingen; wat moet een kind weten? (stem af op leeftijd)

7. Na de uitvaart

Actie
<ul style="list-style-type: none">• Neem de dagen erna in de klas ruim de tijd om over de uitvaart te spreken, spelen, tekenen.• Houd structuur in de dag.• Organiseer gerichte activiteiten, zoals schrijven, tekenen of het werken met gevoelens.

8. Nazorg

Ouders / broertje(s)/zusje(s) van de overleden leerling:

Actie
<ul style="list-style-type: none">• Denk aan de ouder(s); zij hebben vaak behoefte aan nagesprekken.• Denk op de verjaardag en sterfdag aan ouder(s) en evt. broertje/zusje• Moeilijke dag: b.v. als volgende kinderen 4 jaar worden en naar school gaan• Foto of symbool van de overleden leerling/leerkracht kan een vaste plek in de school krijgen• Vieringen: met kerst bv. extra kaars (zolang op school zou zitten)• Als de groep van de overleden leerling in groep 8 zit, ouders uitnodigen voor de musical (altijd in overleg met de ouders in de voorafgaande contact-gesprekken)

Medeleerlingen:

Actie
<p>Het is belangrijk dat een kind weet dat het zich mag uiten. Het kind weet dan: ik sta er niet alleen voor! Soms zie je de verliesreactie(s) van kinderen pas weken of maanden later.</p> <p>Let op signalen:</p> <ul style="list-style-type: none">• Ontkenning• Regressie• Boos/agressief/opstandig• Jaloers• Angst/paniek• Verdriet/eenzaamheid• Lusteloosheid• Concentratieproblemen• Gedragsproblemen• Afhankelijk gedrag• Kinderlijk gedrag• Ouderlijk gedrag• Lichamelijke klachten• Slapeloosheid• Ander spelgedrag• Angst om alleen te zijn• Slecht eten• Angstdromen• Niet meer kunnen huilen• Anders huilen• Prikkelbaarheid• Buikpijn• Stemverandering• Zich terugtrekken• Let speciaal op risicoleerlingen, zoals kinderen die al eerder een verlies hebben geleden.• Sta af en toe stil bij herinneringen, besteed aandacht aan de verjaardag en sterfdag van de overleden leerling. (insluiten)• Rond aan het einde van het schooljaar af met de kinderen van de klas van de overledene en/of draag over aan de volgende leerkracht.

Leerkracht

Actie

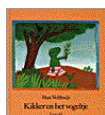
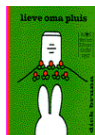
- Na(-bij)zorg voor de groepsleerkracht en het team. (wanneer/door wie?)
- Sluit (deze) periode met het team af door een zelfbedacht ritueel.
- Sommige scholen kiezen ervoor om juist een team-ritueel te doen de eerste dag na het bericht gehoord te hebben. (ondersteunt in de periode die komen gaat)

Bijlage 1

Websites: informatie, scholing en praktijken

- www.achterderegenboog.nl
- www.in-de-wolken.nl
- www.kleurenvanrouw.nl
- www.landvanrouw.nl
- www.magosh.nl
- www.stichtingjongehelden.nl
- www.verliesopdekaart.nl
- www.landelijksteunpuntrouw.nl
- www.leraar24.nl/video/3192
- www.kindenrouw.com/protocol.html
- www.vggm.nl/ggd/jeugd_en_gezondheid/voor_scholen/rouw_rouw_en_verdriet_op_school

Bijlage 2



<i>schrijver/ster</i>	<i>titel</i>
Riet Fiddelaars-Jaspers	Jong Verlies (voor volwassenen)
Anneke Vriens en Carla Versteeg	Vandaag neem ik een snipperdag (voor leerkrachten van de basisschool en ouders). Peter, een bijzonder kind met kanker op de basisschool
Nicholas Allan	Hemeltjelijef (voor peuters en kleuters)
Dick Bruna	Lieve Oma Pluis (voor peuters)
Ingrid van Dongen	Dag papa in de hemel (voor 2 tot 4 jaar)
F. Hübner	De allerbeste oma van de wereld (voor 2 tot 4 jaar)
Max Velthuis	Kikker en het vogeltje (voor 4+)
Anna McCardie:	Het Kikkerballet (voor 4 tot 6 jaar)
Susan Varley	Derk Das blijft altijd bij ons (voor 4 tot 6 jaar)
Alma Post	Dag Siem, dag Tom en Gewoon met z'n drieën (voor 5 tot 8 jaar)
Claudia van der Sluis	Mijn vader is een wolkenman (vanaf 5 jaar)
Ulf Stark en Anna Höglund	Mijn zusje is een engel (voor 6+)
Eleanor Coerr	Sadako (voor 6+)
Annemie en Margriet Heymans	De prinses van de moestuin (voor 8+)
Els Pelgrom	Kleine Sofie en Lange Wapper (voor 8+)
Uri Orlev	Het Donkerbeest (van 6 tot 9 jaar)
Klaas van Assen	Gwinnie (voor 10+)
Ulf Stark King	Zelf te lezen (van 7 tot 9)
Arno Bohlmeijer	Ik moet je iets heel jammers vertellen (voor 10+)
Roberto Piumini	Stralend kruid (voor 10+)
Roberto Piumini	Matthijs en z'n opa (voor 6+)
Gunilla Linn Persson	Allis en Ann (voor 10+)
Elisabeth Kübler-Ross	De cirkel van het leven; herinneringen aan leven en sterven.
Marinus van den Berg	Dagen die je niet vergeet; een andere kalender
Marinus van den Berg	Je kind verliezen; zoektocht naar weerbaar rouwen
Bill & Judy Guggenheim	Teken van geluk; is contact met overleden kinderen mogelijk?
J. Martin & P. Romanowski	Mama, hierboven kan ik je horen; boodschappen van kinderen aan de andere kant



Rosemary Altea	Wegen van de ziel; lessen en inzichten over het leven na de dood (<i>volwassenen</i>)
Joanne Klink	Vroeger toen ik groot was; vérgaande herinneringen van kleine kinderen.
Annemie Struyf & Lut Celie	Het kleine sterven
W.A.H. Mulder-Schalekamp	De doden spreken
W.A.H. Mulder-Schalekamp	Op de grens van twee werelden
W.A.H. Mulder-Schalekamp:	Emed, zijn leven aan gene zijde
Rosemarijn Roes	Mama luister je? Wat je van je kind kunt leren (<i>volwassen</i>)
Els van Afstel	Geen ooievaar in de tuin (<i>volwassenen</i>)
Juliet Cassuto Rothman	Het verlies van een kind; van verwarring tot harmonie (<i>volwassenen</i>)
Judith Viorst	Dat is heel wat voor een kat

Bijlage 3

Model informatiebrief aan de ouders/verzorgers van leerlingen

Betreft: overlijden

Beste ouders/verzorgers,

Vrijdagmiddag jl. hebben wij het verdrietige bericht ontvangen dat-----, de vader van -----(groep ----) op ----- (datum) jl. plotseling is overleden.

Juf/Meester -----(groep -----) en ----- (intern begeleider), die als deskundige op het gebied van rouw en verlies binnen *naam school* werkt, zijn nauw betrokken bij de begeleiding van -----en de andere leerlingen in de groep en school.

De ouders van de leerlingen van de betreffende groep zijn in het weekend persoonlijk geïnformeerd, zodat ze dit bericht zelf aan hun kind konden vertellen. Vandaag hebben juf/meester -----en -----hierover verder met de kinderen doorgepraat. Er was tijd om met elkaar te delen, elkaar te troosten en een mooi troostboek voor -- -----te maken.

Vanochtend hebben we met de ouders van groep ---- een bijeenkomst gehad, waarin ze van de *CLZ* informatie kregen over hoe kinderen met verlies omgaan en ouders hierop in kunnen spelen.

In alle andere groepen is het slechte nieuws besproken en hebben we bij deze verdrietige gebeurtenis stilgestaan.

De uitvaart van -----zal in besloten kring plaatsvinden. Bij de teamkamer wordt deze week samen met ----- een herinneringstafel ingericht, waarop een condoleanceboek ligt, waarin u/uw kind een woord van troost kan schrijven aan ----- en haar familie.

Het verlies van je man en je vader is een van de ergste dingen die je kan overkomen. We leven intens mee met----- (namen gezinsleden). ----- (naam betreffende leerling) zal van school alle ruimte krijgen om te rouwen op de manier die bij haar past. We weten dat dit verlies ook andere kinderen binnen onze school raakt. Ook voor hen zullen we er zijn.

Met vriendelijke groet,

.....,
directeur

Bijlage 4

Wanneer een kind binnen een klas overlijdt, is dit een moeilijke situatie. Hoe kan je als leerkracht het beste handelen?

Een leerkracht moet duidelijkheid, veiligheid en structuur bieden. Doordat alles veranderd willen kinderen een veilige, vaste omgeving waar zo min mogelijk veranderd is. De betrokkenheid van een kind is erg belangrijk in het rouwproces. Wanneer er grote betrokkenheid is komt er meer verdriet en rouw bij kijken dan wanneer je minder betrokken bent. Als leerkracht sta jij garant voor de sfeer en pedagogisch klimaat in jouw klas. Hieronder zie je de fasen waarin rouw bij kinderen verloopt, wij geven hierbij een aantal voorbeelden die je kunt gebruiken in je klas.

Fase 1: Ongeloof.

Kinderen willen er vaak niet over praten en zijn heel boos om de situatie. Ze hebben nog geen besef van wat er allemaal gebeurd is. Als leerkracht moet je hier voorzichtig mee om gaan. Zoek met de kinderen een geschikt plekje in de klas voor een "altaar" tafel. Deze richt je in als nagedachtenis van de overleden leerling in de klas. Je kunt kinderen zelf voorwerpen mee laten nemen en het samen met ze inrichten. Je kunt eventueel een condoleanceregister neerleggen of een box waarin kinderen tekeningen of briefjes in kunnen doen. Als leerkracht moet je jouw eigen inbreng aan deze tafel geven. Jij weet tenslotte het beste wat bij jou leerlingen past.

Fase 2: Emoties.

Er zijn vaak verschillende emoties, angst, verdriet, boosheid. Angst om andere die hen dierbaar zijn ook nog te verliezen. Het is belangrijk dat kinderen de emoties ervaren en niet uit de weg gaan. Als leerkracht is het erg belangrijk dat deze kinderen ruimte hebben om hier met jou over te spreken.

Verlies

Als er iemand dood gaat,
in de klas of iemand die je goed kent..

Het is heel normaal,
dat je dan verdrietig bent..

Er is dan erg veel gemis,
wat soms erg moeilijk is..

Denk dan aan de leuke dingen die je samen hebt beleefd,
En zorg dat diegene voor altijd een plekje in je hart heeft..

Fase 3: Hoe ga ik mijn leven weer vormgeven.

Andere gezinszetting, kinderen missen iets in het gezin wat nooit meer terug komt. Je kunt als leerkracht het beste naar de verhalen luisteren en laten zien dat ze altijd bij je terecht kunnen. Wanneer je merkt dat de kinderen moeite hebben om de "normale" omstandigheden in de klas op te pakken kun je werken met een mascotte die symbool staat voor de overleden leerling. Je kunt deze mascotte inzetten om de kinderen het gevoel te geven dat er geen leeg plekje in de klas is en dat deze leerling toch nog overal bij kan zijn. Bespreek met ouders of zij eventueel een knuffel van je overleden leerling willen missen om deze hiervoor te gebruiken, zo niet bespreek met de kinderen wat voor een knuffel het beste bij de leerling paste en schaf deze aan. Observeer of de kinderen er naar een paar maanden nog behoeften aan hebben. Is dit zo ga er mee door en geef de knuffel eventueel door naar de volgende groepen. Heb je nou het idee dat het niet meer nodig is, bespreek dit dan met de kinderen en zorg voor een passend afscheid.

Fase 4: Nieuw contacten aan durven gaan.

Kinderen willen nieuwe contacten vermijden omdat ze bang zijn deze ook te verliezen. Als leerkracht moet je ze stimuleren om nieuwe contacten te leggen. Bespreek duidelijk met de kinderen dat de kans klein is dat deze omstandigheden zich niet dagelijks voordoen in je schoolcarrière en dat je niet iedereen waar je van houdt gaat verliezen. Geef als leerkracht zelf voorbeelden hoe je doorgaat na een rouwperiode.

Bijlage 5

Rouwen kinderen anders dan volwassenen?

Kinderen verwerken rouw aan de ene kant hetzelfde als volwassenen. Net als volwassenen kennen zij ook intensieve gevoelens van verdriet, boos zijn, angst en gevoelens van schuld. Het verschil is dat kinderen zich op een andere manier uiten dan volwassenen, namelijk non-verbaal. Ze vinden het moeilijk om hun gevoel in woorden uit te drukken en doen dit vaak onbewust in tekeningen en tijdens het spelen. In tekeningen zie je bijvoorbeeld sombere kleuren (veel zwart) en droevige elementen. Sommige kinderen tekenen zelfs de dood of een strijd. Vaak vinden kinderen het wel fijn om hun verhaal van zich af te schrijven, voornamelijk naar het slachtoffer toe. Ze willen liever niet dat andere mensen dit lezen, omdat dit een persoonlijke boodschap is. Kinderen vinden voornamelijk steun bij elkaar, doordat ze op een nuchtere manier met elkaar kunnen praten. Het woord 'dood' spreken zij veel makkelijker uit dan volwassenen. Kinderen hebben graag duidelijkheid.

Hoe herken je rouwgevoelens bij kinderen?

Kinderen uiten hun **verdriet** wanneer zij rouw verwerken. Zij kunnen uit het niets in huilen uitbarsten en hier maar kort in blijven hangen. Zij willen op dat moment even bij de gebeurtenis stilstaan en hun verdriet uiten. In de gedachte van kinderen gaan alleen oude en zieke mensen dood. Na het overlijden van een kind is er bij de rest van de kinderen veel **angst** aanwezig om zelf ook dood te gaan. Zij vergelijken de situatie met die van hun zelf. Als zij nu dood kan gaan, kan ik dat ook? Deze angst zal enige tijd na het overlijden van een ander kind blijven bestaan. Na langere tijd verdwijnt deze angst en zetten kinderen het van zich af, ze gaan weer net als voorheen verder. Daarnaast is er bij sommige kinderen ook sprake van boosheid. Waarom worden veel kinderen gewoon beter en hij/zij niet? Is wat veel kinderen zich afvragen. Ook kan er sprake zijn van **jaloerie**. Stel je voor dat jij je vriendinnetje verliest en de anderen in de klas hebben hun vriendinnetje wel om zich heen. Dit kan een eenzaam gevoel veroorzaken. Sommige kinderen blijven achter met een schuldgevoel. Zij hebben in het verleden of net voor het overlijden ruzie/ woordenwisseling gehad en hebben door de dood niet meer de kans om het goed te maken. Hierdoor hebben zij schuldgevoelens, ontstaan uit medelijden. Ook **woedeaanvallen** kunnen opspelen. Een vorm hier van kan zijn: buitensporig huilen of apathisch gedrag, dit houdt in dat een kind alles opkropt en geen enkele emotie uit. **Lichamelijke klachten** als hoofdpijn en buikpijn kunnen zich voor doen door spanning. **Slaap, eet en concentratiestoornissen zijn** ook veel voor komende verschijnselen. Kinderen kunnen na deze heftige gebeurtenis terugvallen in een eerdere ontwikkelingsfase en weer gaan **bedplassen of duimzuigen**. Natuurlijk hoeven deze kenmerken niet bij ieder kind in combinatie voor te komen.

Kunnen kinderen lang rouwen?

Kinderen hebben een korte spanningsboog waardoor zij makkelijk omschakelen. Ze kunnen vanuit hun verdriet ineens weer vrolijk op staan. Plezier maken is voor een kind de overlevingsstrategie. Het lijkt soms of ze alles vergeten zijn, maar dat is niet het geval. Ze zetten het even van zich af en pakken het op een later moment weer terug.

Wat begrijpen kinderen en jongeren van de dood?

Kinderen van 3-6 jaar:

In deze leeftijdperiode kennen kinderen het verschil tussen leven en dood, maar beseffen niet de specifieke eigenschappen, bijvoorbeeld het nooit meer terug komen en het zijn van een lijk. Deze kinderen denken dat een reparatie kan zorgen dat een kind weer 'gemaakt' wordt en het dus weer 'doet'. Ze weten dat verdriet een emotie is die gekoppeld is aan de dood. Angst voor de dood is nog niet van toepassing. Deze kinderen hebben veel vragen en willen graag duidelijkheid wat betreft de situatie.

Kinderen van 6-9jaar:

In deze leeftijdperiode begint het besef door te dringen dat de dood onomkeerbaar is, dit houdt in dat een overledene niet meer terug keert. Het definitieve einde is voor deze leeftijd nog erg verwarrend. Ze begrijpen nog niet dat de dood iedereen kan overkomen. Ze krijgen interesse voor de situatie na de dood. Denk hierbij aan het verdere leven in bijvoorbeeld de hemel. Deze leeftijdscategorie is erg kwetsbaar omdat ze aan de ene kant de betekenis van de dood begrijpen, maar aan de andere kant de verdere gevolgen niet inzien.

Kinderen van 9-12 jaar:

In deze leeftijdsperiode weten de kinderen dat alles wat leeft dood kan gaan. Deze kinderen vragen minder aandacht voor hun verdriet bij hun ouders. Zij willen hun verdriet zelfstandig oplossen, om niet kinderachtig gevonden te worden. Het gevolg hiervan kan opstandig gedrag zijn.

Kinderen van 12 jaar en ouder:

In deze leeftijdsperiode zien de kinderen in dat de dood onvermijdelijk is. Het is het einde van het leven en hier kun je op geen enkele manier verandering in brengen. De kinderen worden diep geraakt wanneer er een dicht bijstaand persoon overlijdt en dragen dit gevoel altijd met zich mee. Iedereen weet van zichzelf dat hij/ zij een keer komt te overlijden, waardoor kinderen van deze leeftijd zich afvragen wat het doel van het leven is. Het is belangrijk dat aan deze kinderen vertelt wordt dat het leven uit voor en tegenspoed bestaat. Je moet zelf je leven op een leuke manier invullen door plezier te maken en tegenslagen met elkaar te delen en te verwerken. Dit biedt soms hele lastige en verwarrende situaties.

Bijlage 6

Tips om kinderen te ondersteunen bij komend verlies:

Helpen en begeleiden doe je vaak in kleine dingen. Een knipoog, een woord, een schouderklopje of een belangstellende vraag kunnen al steun bieden in moeilijke situaties. Het is belangrijk dat je de gebeurtenis bespreekt in een omgeving waar het kind zich veilig en op zijn/haar gemak voelt. Begrip tonen is vaak belangrijker dan een oplossing verzinnen. Het kind wilt graag zijn/haar eigen inbreng hebben op de manier van verwerking. Het is daarom belangrijk dat je jezelf niet opdringt en uit gaat van de signalen die het kind geeft. Het stellen van open vragen is belangrijk, zo kan het kind specifiek vertellen wat hem/haar dwars zit. Wanneer het praten geen resultaat geeft, zoek dan een manier waarop kinderen zich creatief kunnen uiten. Denk aan muziek en tekeningen. Laat het kind zich ontspannen, dit is erg belangrijk omdat spanning er voor kan zorgen dat het lichaam op slot schiet. Het verdriet kan regelmatig opnieuw naar boven komen, vraag daarom ook later regelmatig hoe het kind zich voelt en of hij/ zij behoefte heeft om te praten. Het is belangrijk dat je als ouder het gewone leven voortzet, dit zorgt voor houvast en veiligheid. De thuissituatie is voor ieder kind de basis, waarin hij/ zij steun vinden.

Als ouder moet je tijdens rouwverwerking geen ongevraagd advies geven, dit kunnen kinderen verkeerd oppakken. Een voorbeeld hiervan is: "als ik jou was, zou ik..", zelf veel aan het woord zijn over jouw ervaringen, waardoor het kind niet genoeg ruimte krijgt om zijn/haar verhaal te bespreken. Daarnaast moet je nooit tegen een kind zeggen dat het genoeg gerouwd heeft, omdat het leven door gaat. Hier is geen tijdslimiet aan gebonden, de nodige tijd is per kind verschillend. Geef het kind genoeg tijd voor verwerking, laat kinderen hier bij hun verdriet uiten. Geef nooit een oordeel of geef de indruk dat jij het beter weet, dit geeft een onzeker zelfbeeld. Luister naar ieder woord dat het kind vertelt en biedt daarin de nodige steun. Probeer het kind niet te veel op te vrolijken, het verwerkingsproces is namelijk erg belangrijk en moet plaats vinden. Sommige ouders zijn bang om fouten te maken en gaan daarom niet genoeg op de situatie in. Dit is geen goede manier van begeleiden, het kind heeft ouderlijke steun heel hard nodig.