



movare
onderwijsstichting

Protocol rouwverwerking

Versie: 1.0
Status: vastgesteld
Datum: 9 april 2019

Inhoudsopgave

Voorwoord	5
1. STAPPENPLAN BIJ EEN PLOTSELING STERFGEVAL.....	5
Inleiding.....	5
Consultatie	5
Stap 1: Het bericht	5
Stap 2: Sleuteltrio.....	6
Stap 3: Duidelijkheid	6
Stap 4: Het informeren van de schoolgemeenschap	6
Stap 5: Contact met de ouders/familie van de overledene	7
Stap 6: Informeren van ouders.....	7
Stap 7: Aangepast rooster	7
Stap 8: Begeleiding tussen overlijden en uitvaart	7
Stap 9: Administratieve zaken	8
Stap 10: Individuele begeleiding van leerlingen	8
Stap 11: Nazorg voor de groepsleerkracht en het team.....	9
Stap 12: Terugkijken, evalueren	9
2. (POGING TOT) ZELFDODING	9
Inleiding.....	9
Afstemming en overwegingen.....	9
3. GEWELDADIGE DOOD.....	10
Hoe te handelen.....	10
Andere aandachtspunten	10
Overwegingen bij het inschakelen van externe hulpverleners	10
4. OMGAAN MET DE MEDIA	11
Inleiding.....	11
Aanbevelingen	11
5. ANALYSE VAN EIGEN EMOTIES	12
Inleiding.....	12
Uiten van emoties.....	12
Zelfreflectie.....	12

6.	SLECHT NIEUWS GESPREKKEN	13
	Inleiding.....	13
	Stap 1: De voorbereiding	13
	Stap 2: De inleiding	13
	Stap 3: Vertel het nieuws kort en bondig.....	13
	Stap 4: Ga in op de eerste emoties	13
	Stap 5: Geef zo nodig verdere toelichting.....	14
	Stap 6: Ga na welke hulp eventueel geboden moet worden	14
7.	HET INFORMEREN VAN LEERLINGEN	14
	Inleiding.....	14
	Het vertellen van het slechte nieuws	14
	Eerlijk en duidelijk	14
	Concrete uitleg	15
	"Ik weet het niet".....	15
	Stilte 15	
	Verdere informatie	15
8.	KINDEREN EN HET BESEF VAN DE DOOD	16
	Inleiding.....	16
	Kinderen tot 3 jaar	16
	Kinderen van 3 tot 6 jaar	16
	Kinderen van 6 tot 9 jaar	16
	Kinderen van 9 tot 12 jaar.....	16
	Kinderen van 12 jaar en ouder.....	16
9.	FASEN IN DE ROUWERWERKING.....	17
	Inleiding.....	17
	Fase 1: Boosheid, verdriet en angst	17
	Fase 2: Desoriëntatie en desorganisatie	17
	Fase 3: De ontkenning.....	17
	Fase 4: Opstandigheid	17
	Fase 5: Aanvaarding	17
	Fase 6: Integratie	17
	Tot slot.....	17
10.	HET AFSCHIED, DE UITVAART.....	18
	Inleiding.....	18
	Een condoleancebezoek	18
	Afscheid nemen van de overledene.....	18

Deelname aan de uitvaart	19
Vorbereiding op een begrafenis	19
Vorbereiding op een crematie	19
Herdenkingsdienst op school	20
Rituelen tijdens of na de uitvaart	20
Culturele verschillen	20
Uitvaarrituelen in enkele andere culturen	20
11. SUGGESTIES VOOR KRINGGESPREKKEN	21
Inleiding	21
Doelen van een kringgesprek	21
Kringgesprekken op verschillende momenten	21
Gestructureerde gesprekken	23
Specifieke methodes	24
Aandachtspunten bij deze kringgesprekken	25
12. INSTANTIES EN WEBSITES	25
Inleiding	25
Instanties	25
Websites gespecialiseerd in informatie over de dood, verdriet en rouw	26
Websites, speciaal voor het onderwijs:	26
Bijlage 1 Formulierenet	28
Bijlage 2 Informatie voor ouders: rouwverwerking bij kinderen	33

Voorwoord

Een (onverwacht) sterfgeval doet zich - gelukkig - maar zelden voor binnen een school. Als het zich voordoet, is het een gebeurtenis die de hele schoolgemeenschap raakt. Om te voorkómen dat door de plotselinge dood van een leerling of leerkracht ernstige problemen bij anderen worden opgeroepen, is het van belang dat een school tactvol, snel en weloverwogen reageert.

Om scholen te ondersteunen bij een plotselinge dood van een leerling of leerkracht is een protocol opgesteld gebaseerd op landelijke voorbeeld protocollen. Het protocol bevat onder meer een stappenplan, achtergrondinformatie, verwijzingen, gesprekstips, aandachtspunten voor het verwerkingsproces en standaardbrieven. Het protocol heeft als doel directie en leerkrachten een zeker houvast te bieden wanneer de school te maken krijgt met een sterfgeval.

Dit protocol kan ook dienen om als team al vooraf stil te staan, onderlinge afspraken te maken en vast te leggen voor het geval zich een plotseling sterfgeval voordoet. Het protocol kan eenvoudig omgebogen worden naar de specifieke situatie van de eigen school.

1. STAPPENPLAN BIJ EEN PLOTSELING STERFGEVAL

Inleiding

Leerlingen, leerkrachten, directie en onderwijsondersteunend personeel vormen met elkaar een 'gemeenschap'. Als iemand uit die 'gemeenschap' plotseling en onverwacht overlijdt, is dat in de meeste gevallen een gebeurtenis die de hele 'gemeenschap' raakt. Er moet door de school op gereageerd worden: tactvol, snel en weloverwogen. In dit hoofdstuk zijn de nodige acties en aandachtspunten in de vorm van een stappenplan op een rijtje gezet. De stappen zijn zo veel mogelijk op volgorde uitgewerkt, toch zullen sommige stappen tegelijkertijd moeten worden uitgevoerd.

Consultatie

In de praktijk komt het vrij zelden voor dat een leerling of een leerkracht of iemand anders uit de schoolgemeenschap plotseling overlijdt. Dat betekent dat scholen niet gemakkelijk een 'routine' opbouwen in het omgaan met dergelijke situaties. Om overhaaste en ongecoördineerde acties en reacties te voorkomen, kan het van belang zijn om snel een contactpersoon te raadplegen die ervaring heeft op dit gebied.

Stap 1: Het bericht

Ieder geval van plotseling en onverwacht overlijden is anders. De doodsoorzaak kan zeer uiteenlopend zijn: een ongeval, een suïcide, een hartaanval of hersenbloeding. Ook het moment van overlijden varieert: het kan tijdens de les gebeuren, in het weekend, in de avonduren of tijdens de vakantie.

Bij de ontvangst van het bericht moet gelet worden op een aantal zaken:

- A. Het bericht moet zo spoedig mogelijk worden doorgegeven aan:
- de directie of een (vooraf aan te wijzen) directielid. Is laatst genoemde afwezig, dan moet het bericht doorgegeven worden aan een (vooraf aan te wijzen) vervanger;
 - de groepsleerkracht van de betrokken groep;
 - een vertegenwoordiger van de oudercommissie of de klasse-ouder van de groep.

Degene die het bericht ontvangt gaat bij de melder na of de bovenstaande personen al op de hoogte zijn gesteld. Zo niet, dan zal de ontvanger van het bericht dit zelf moeten doen. 'Zo spoedig mogelijk' betekent ook: in het weekend, tijdens de vakantie, tijdens de les of 's avonds laat.

- B. Als het bericht niet rechtstreeks van de ouders, een arts of de politie komt, moet eerst gecontroleerd worden of de berichtgeving juist is. In een enkel geval is er namelijk sprake van een valse melding (misplaatste grap, overspannen toestand).

- C. Bij een plotselinge dood van een leerling of leerkracht onder schooltijd is het vanzelfsprekend dat de ouders/familie direct worden geïnformeerd, bij voorkeur door de directeur (meer informatie: zie hoofdstuk 6. "Slecht nieuws gesprekken"). Wanneer ouders niet direct bereikbaar zijn, kan hulp van de politie worden ingeroepen om hen op te sporen.

Stap 2: Sleuteltrio

De plotselinge dood van iemand uit de schoolgemeenschap vraagt om een aantal goed gecoördineerde acties (reactie) van de school. Daarom is het aan te bevelen een zogenaamd 'sleuteltrio' te vormen dat bestaat uit:

- de directeur of diens vervanger (eindverantwoordelijke);
- de groepsleerkracht of intern begeleider;
- de vertegenwoordiger van de oudercommissie;

Eventueel kan zich bij dit sleuteltrio ook een extern deskundige aansluiten. Dit sleuteltrio ontwikkelt en coördineert de activiteiten, stemt de agenda's op elkaar af en is de komende week voor onderling beraad bereikbaar.

Het trio is verantwoordelijk voor:

- informatie van de betrokkenen;
- organisatorische aanpassingen;
- opvang van leerlingen en collega's;
- contacten met de ouders;
- regelingen in verband met rouwbezoek en uitvaart;
- administratieve afwikkeling;
- nazorg aan de betrokkenen.

Van het sleuteltrio wordt een professionele opstelling verwacht. Daarom is het van belang om stil te staan bij de eigen gevoelens en gedachten tegenover de dood (eventueel de zelfgekozen dood) en de eigen betrokkenheid bij de overledene (zie hiervoor hoofdstuk 5) "Analyse van eigen emoties").

Stap 3: Duidelijkheid

Allereerst zorgt het sleuteltrio voor een duidelijk en compleet beeld:

- wie is er overleden;
- wat is er precies gebeurd;
- waar is het gebeurd;
- hoe is het gebeurd?

Het trio brengt zo nodig de hulpverlening op gang, gaat na of iedereen die op school zou moeten zijn er ook is en zorgt ervoor dat leerlingen die op de plaats van het ongeval zijn naar school worden gehaald.

Het sleuteltrio gaat vervolgens na wie geïnformeerd moeten worden over het overlijden:

- het personeel (denk ook aan hen die op dat moment niet op school zijn);
- de groep van de leerling of leerkracht;
- broertjes en zusjes, neefjes en nichtjes die op school zitten;
- vriendjes, vriendinnetjes en buurtkinderen in andere groepen;
- ex-groepsgenootjes; -overige leerlingen (denk ook aan leerlingen in de gymzaal, op excursie, schoolreis, e.d.);
- ouders;
- ouderraad;
- schoolbestuur;
- personen en instanties die mogelijk contact opnemen met de familie zoals externe hulpverleners, leerplicht-ambtenaar en GGD;
- chauffeur en leerlingen die meereisden wanneer de leerling met een busje naar school kwam (bijvoorbeeld in het speciaal onderwijs). Het trio spreekt af wie wie informeert.

Stap 4: Het informeren van de schoolgemeenschap

Voor stap 4 is het raadzaam hoofdstuk 6 "Slecht nieuws gesprekken" en hoofdstuk 7 "Het informeren van leerlingen" door te nemen.

Aandachtspunten vooraf:

- de groepsleerkrachten zullen het slechte nieuws aan hun groep moeten vertellen. Voor de één is dit gemakkelijker dan voor de ander. Zorg er daarom voor dat één van de leerkrachten ambulant is en - zo nodig - kan bijspringen. Zo'n leerkracht kan niet alleen een collega ondersteunen, maar ook zorg besteden aan leerlingen die extra aandacht nodig hebben;
- leerkrachten moeten zich realiseren dat dit slechte bericht andere ervaringen kan reactiveren. Dit zowel bij leerkrachten als leerlingen.

De getroffen groep moet direct aan het begin van de dag geïnformeerd worden. Hoe dat het beste kan gebeuren is te lezen in hoofdstuk 7. “Het informeren van leerlingen”. Daarnaast informeert het sleuteltrio het personeel en de andere leerlingen. Met name de getroffen groep blijft zoveel mogelijk onder de hoede van de groepsleerkracht. Het is van belang om de opvang zoveel mogelijk in de klas te houden. Desalniettemin moet er wel een ruimte ingericht worden waar leerlingen terechtkunnen die alleen maar willen huilen of erg overstuur zijn. Zorg daarbij voor de aanwezigheid van koffie, thee, limonade, koekjes.

Als leerlingen persé naar huis willen, moet nagegaan worden of de ouders thuis zijn, op de hoogte zijn en hun kind kunnen ophalen. Kunnen ouders hun kind niet ophalen, dan moet de school ervoor zorgen dat het kind onder begeleiding naar huis gaat.

Bij melding van een sterfgeval in de vakantie of aan het begin van het weekend moet bekeken worden of de directe vriendenkring onmiddellijk en persoonlijk moet worden geïnformeerd (door de groepsleerkracht).

Stap 5: Contact met de ouders/familie van de overledene

Het is het beste om nog dezelfde dag contact op te nemen met de ouders/familie van de overledene; vraag telefonisch of het gelegen komt. Zo'n bezoek is moeilijk: hoe kies je de juiste woorden, hoe tref je de juiste toon? Meestal is luisteren belangrijker dan spreken. Zo nodig kunnen politie, huisarts, jeugdverpleegkundige/-jeugdarts van de GGD of het Bureau Slachtofferhulp hierbij ondersteuning bieden. Voor adressen zie hoofdstuk 14. “Instanties en websites”.

Bij dit eerste bezoek is de aanwezigheid van de directeur of iemand van de schoolleiding vanzelfsprekend. Daarna kunnen ook andere teamleden die een nauwe band hadden met de overleden leerling of leerkracht meegaan. Zo merken de nabestaanden dat de hele schoolgemeenschap zich betrokken voelt bij het overlijden.

Meestal is een eerste bezoek heel emotioneel. Het is dan niet de juiste tijd om allerlei zaken te regelen. Maak daarom bij het vertrek een volgende afspraak.

Bij een tweede bezoek kan gevraagd worden wat de school voor de ouders/familie kan betekenen. Op dat moment is het bovendien duidelijker wat de ideeën en wensen van de leerlingen, leerkrachten en andere betrokkenen zijn. In overleg met de ouders/familie wordt helder wat kan of niet kan. Ook kunnen er afspraken worden gemaakt over een mogelijke rouwadvertentie door de school, condoleance- en rouwbezoek van leerkrachten en leerlingen, het afscheid nemen van de overleden leerling of leerkracht, bijdragen aan en bijwonen van de uitvaart en een eventuele afscheidsdienst op school. Meer informatie hierover is te lezen in hoofdstuk 10. “Het afscheid, de uitvaart”. Spreek af wie er vanuit de school contact met de nabestaanden onderhoudt en blijft onderhouden.

Stap 6: Informeren van ouders

Ook de ouders van de leerlingen moeten geïnformeerd worden (eventueel alleen de ouders van de getroffen groep). Dit kan het beste door middel van een brief met daarin informatie over de gebeurtenis, organisatorische aanpassingen, de zorg voor de leerlingen op school, contactpersonen op school, regels over aanwezigheid, rouwbezoek en aanwezigheid bij de uitvaart, eventuele afscheidsdienst op school en nazorg van de leerlingen. In de bijlagen zijn een aantal voorbeeldbrieven opgenomen en vindt u in een begeleidende brief tips voor ouders om hun kind(eren) te begeleiden bij het plotseling sterfgeval.

Stap 7: Aangepast rooster

Bij een onverwacht sterfgeval tijdens het schooljaar moet het lesrooster voor de eerstkomende week worden aangepast. Besloten moet worden of roosterwijzigingen voor de hele school nodig/wenselijk zijn of alleen voor de betreffende groep. Geplande schoolfeesten/schoolreisjes in de komende week (weken) moeten worden afgezegd of uitgesteld.

Als de familie van de overledene daar prijs op stelt, moet iedereen die dat wenst in de gelegenheid worden gesteld de begrafenis/crematie bij te wonen. Als de school een dag of dagdeel dicht gaat, is toestemming nodig van de Onderwijsinspectie.

Stap 8: Begeleiding tussen overlijden en uitvaart

Het overlijden van een leerling of leerkracht roept bij veel leerlingen tal van vragen en emoties op. Ruim daarom veel tijd in voor vragen, gesprekken en het uiten van emoties. Het overlijden van een leerling heeft ook praktische consequenties. Wat bijvoorbeeld te doen met een lege stoel in de groep, het rapport dat net was geschreven, de tekening of het opstel? De stelregel is: doe niet alsof de leerling nooit heeft bestaan. Haal de lege stoel niet direct weg, hij kan beter de eerste weken symbolisch leeg blijven staan. Creëer samen met de leerlingen een herinneringsplek, zoals een foto, een kaars, bloemen, attributen van het kind of geliefd

speelgoed op een kast of tafel in het lokaal. Leerlingen die niet zo verbaal zijn, uiten zich soms beter op een creatieve manier (bijvoorbeeld door te tekenen). Voor de kleuters kan spelen, bijvoorbeeld 'begrafenisje spelen' in de poppenhoek, de verwerking bevorderen.

Als de nabestaanden dat op prijs stellen, kunnen leerkrachten leerlingen stimuleren om op bezoek te gaan. Als leerlingen op rouwbezoek gaan, is het van belang om na te gaan hoe en waar de overleden leerling of leerkracht opgebaard ligt, zodat de leerlingen goed voorbereid kunnen worden.

Wanneer er met de ouders doorgesproken is wat wel en niet kan en waar leerlingen bij betrokken kunnen worden, kan de leerkracht met de kinderen aan het werk gaan om bijdragen te leveren voor de dienst(en) (bijvoorbeeld teksten schrijven, tekstboekjes maken, muziek maken, bloemen dragen, een boek met brieven, tekeningen en collages voor de nabestaanden maken). Dit is een goede manier om met het nare bericht om te gaan en verdriet te verwerken.

Als leerlingen de uitvaart bijwonen, moet dit goed worden voorbereid. Wat kunnen ze verwachten? Per cultuur zijn de rituelen verschillend. Zie hiervoor ook hoofdstuk 10 "Het afscheid, de uitvaart".

Voor leerlingen van de basisschool is het gewenst dat hun ouders meegaan naar de begrafenis/crematie. Probeer zoveel mogelijk gezamenlijk te vertrekken vanaf de school (eventueel met speciaal geregeld vervoer). Ga daarna met z'n allen terug naar de school om nog even na te praten. Om zoveel mogelijk leerlingen en leerkrachten de kans te geven afscheid te nemen van de overledene, kan (in overleg met de nabestaanden) een afscheidsdienst op school georganiseerd worden. Een afscheidsdienst op school is ook een mogelijkheid als leerlingen en leerkrachten niet bij de uitvaart mogen of kunnen zijn.

Probeer - zo mogelijk - een dag na de uitvaart weer te starten met de lessen. Blijf daarbij steeds letten op signalen bij kinderen die het moeilijk hebben. Sommige kinderen stellen hun rouw uit en tonen pas na maanden verdriet. Met name leerlingen die al eerder een verlies hebben geleden, lopen dit risico. Zo nu en dan kan de school nog lessen besteden aan het rouwproces van de leerlingen. Wanneer en hoe vaak dit moet gebeuren is niet te zeggen, er is geen standaard te geven. Sommige leerlingen willen dit helemaal niet en vinden het vreselijk als de nog verse wonden opengereten worden. Andere leerlingen hebben hieraan juist wel behoefte.

Stap 9: Administratieve zaken

De administratieve zaken moeten zorgvuldig afgehandeld worden. Ga ook zorgvuldig om met alles wat er van de overleden leerling of leerkracht nog op school aanwezig is, zoals bijv. rapporten, werkjes en tekeningen. Voor de nabestaanden zijn dit heel waardevolle zaken.

Geef de eigendommen zo mogelijk persoonlijk af, geef ze in ieder geval niet mee aan broertjes of zusjes. Tijdens latere contacten kunnen ook financiële zaken aan de orde komen zoals (gedeeltelijke) restitutie van de ouderbijdrage.

Stap 10: Individuele begeleiding van leerlingen

Sommige kinderen zijn extra kwetsbaar wanneer het gaat om verdriet en rouw. Signalen die kunnen wijzen op (mogelijk ernstige) problemen zijn:

- leermoeilijkheden;
- spijbelgedrag, absenties;
- psychosomatische klachten als hoofd- en buikpijn;
- concentratiestoornissen;
- slapeloosheid;
- ander spelgedrag;
- stemmingswisselingen;
- angstdromen;
- toespelingen op suicide;
- slecht eten;
- wilde verhalen;
- lusteloosheid, moeheid;
- zondebokverschijnselen;
- prikkelbaarheid;
- onverschilligheid;
- veel of niet meer kunnen huilen;
- agressiviteit;
- weer duimzuigen;
- schuldvragen;
- bedplassen;

- vreemd lachen;
- zich terugtrekken;
- plotselinge gedragsveranderingen.

Deze leerlingen hebben vaak individuele aandacht nodig. Voor kinderen die behoefte hebben aan extra ondersteuning kan een wekelijks gesprekje met iemand binnen de school (bijvoorbeeld de groepsleerkracht of de leerlingbegeleider) al veel betekenen. Andere leerlingen vinden het prettig om eerst hun gedachten op papier te zetten alvorens er met iemand over te praten.

Wanneer een leerkracht de geschiedenis van een leerling kent, kan hij/zij het gedrag beter duiden. Het is bijvoorbeeld belangrijk te weten dat een leerling jaren geleden een broertje heeft verloren of dat zijn oma onlangs is overleden. Eens te meer een goede reden voor scholen om te werken met een goed leerlingvolgsysteem waarin alle belangrijke gegevens van de leerling zijn vastgelegd.

Van een nieuwe leerling is de voorgeschiedenis niet altijd bekend. Het is belangrijk dat de oude school de informatie die bekend is over de leerling, overdraagt. Soms zal hulp van buitenaf wenselijk of nodig zijn. Wanneer ouders dit aangeven kan de school de ouders stimuleren om gerichte hulp in te schakelen. Voor verwijsmogelijkheden zie hoofdstuk 14. "Instanties en websites".

En tot slot: Het is niet nodig om elke leerling individueel te troosten; kinderen zijn heel goed in staat elkaar te troosten. Huilen is een gezonde manier om uiting te geven aan verdriet, het is een eerste stap in het verwerken van het verlies.

Stap 11: Nazorg voor de groepsleerkracht en het team

Een leerkracht die zich intensief heeft bezig gehouden met het overlijden van een kind of collega kan na de uitvaart in een diep gat vallen. Al die tijd heeft hij of zij zich professioneel opgesteld als leerkracht, begeleider van de kinderen en vertegenwoordiger van de school. Heel veel steun kan zo'n leerkracht ondervinden van het team. Een luisterend oor en oprechte aandacht zijn veel waard. Intern kan men afspraken maken wie de betreffende leerkracht nazorg geeft.

Stap 12: Terugkijken, evalueren

Het is goed om na een tijdje (1-3 maanden) met het hele team aandacht te besteden aan de gebeurtenissen en aan elkaar. Indien nodig kan daarbij een extern deskundige worden ingeschakeld. Evalueer op zo'n moment de gang van zaken. Waar zijn we tevreden over, wat is voor verbetering vatbaar? Ook kunnen de contacten die er met de nabestaanden zijn geweest onder de loep worden genomen. Hoe kijken zij terug op de rol en aanpak van de school? Hoe gaat de school in de toekomst om met de ouders? Welke invloed heeft het gebeuren gehad op de leerkrachten, de leerlingen en de lessen?

Ook moet er aandacht zijn voor de opvang en begeleiding van de leerlingen.

Hoe signaleer je problemen, wat doe je als je signalen krijgt dat het niet goed gaat?

Sta tenslotte af en toe stil bij bepaalde herinneringen, bepaalde dagen zoals de verjaar- en sterfdag van de overledene of bepaalde gebeurtenissen als een schoolreisje of musical.

Denk op zo'n moment aan de ouders/familie, broertjes en zusjes. Een bezoekje, kaart, bloemen of een ander gebaar kan op zo'n moment voor de nabestaanden heel ondersteunend zijn. Ook hier is het belangrijke intern afspraken te maken over wie welke taak op zich neemt.

2. (POGING TOT) ZELFDODING

Inleiding

Zelfdoding is een speciale vorm van een plotselinge dood. In grote lijnen kan de school het stappenplan zoals in hoofdstuk 1 beschreven is, volgen. Er zijn daarnaast enkele punten die u als school moet weten of overwegen als zich een situatie voordoet waarin het gaat om een (poging tot) zelfdoding. In dit hoofdstuk worden deze punten (slechts kort) op een rijtje gezet.

Afstemming en overwegingen

Zelfdoding komt onder leerlingen niet vaak voor, maar als het voorkomt is de ontredde groot. In zo'n situatie is het wenselijk dat er goed overleg met de ouders/nabestaanden is en dat ouders en school het met elkaar eens zijn over de informatie die wordt verstrekt en over de wijze waarop u als school medeleven betuigt.

Dit geldt ook bij een (poging tot) zelfdoding van een leerkracht.

Als dit overleg niet tot overeenstemming leidt, heeft u als school een eigen verantwoordelijkheid tegenover de leerlingen. In zo'n geval zal de schoolleiding, c.q. het sleuteltrio moeten beslissen of u als school tegemoet komt aan wensen van ouders/familie of dat u een eigen koers vaart in het belang van de leerlingen.

Dit belang kan zijn:

- het bevorderen van adequate rouwverwerking;
- het verminderen van gevoelens van schuld, angst en depressiviteit;
- het voorkomen van nieuwe suïcide(pogingen).

Wanneer de school wordt geconfronteerd met zelfdoding, is er veel zorg nodig voor de leerlingen die de overledene goed hebben gekend. Daarbij is extra zorg nodig voor de zogenaamde risicoleerlingen:

- leerlingen die de overledene goed kenden
- leerlingen met depressieve buien, stille en teruggetrokken leerlingen
- leerlingen die al eens eerder met zelfdoding/dood te maken hebben gehad

Meer informatie over zelfdoding is te vinden via de websites die in hoofdstuk 14 worden genoemd.

3. GEWELDADIGE DOOD

Een school die geconfronteerd wordt met moord op een leerling of leerkracht, is verbijsterd: leerlingen en leerkrachten worden geconfronteerd met crimineel onrecht en er is veel woede, verdriet en pijn. Moord op school komt zelden voor. Een moord betekent dat iemand moedwillig een ander en met voorbedachten rade om het leven brengt. Moord zonder voorbedachten rade wordt doodslag genoemd. Onder gezinsmoord (familicide) wordt verstaan dat iemand uit het gezin (vader, moeder of één van de kinderen) één of meerdere gezinsleden om het leven brengt en soms ook zichzelf. De exacte aantallen zijn moeilijk te geven, omdat de cijfers vaak verstopt in andere cijfers zitten. Bij eerwraak wordt een familielid bestraft voor het beschamen van de familie. Al deze zaken trekken een zware wissel op de school, als de recherche de school binnenkomt, de pers op het schoolplein staat en de leerlingen uit hun doen zijn. Dit vraagt van alle medewerkers grote inspanningen. Als de dader wordt gevonden, volgt er nog een lange periode waarin er steeds momenten zijn waarop de zaak oplaait: bijv. de rechtszaak en een eventueel hoger beroep. Vaak gaat dat telkens opnieuw gepaard met mediaaandacht.

Hoe te handelen

In grote lijnen kan de school handelen zoals bij andere sterfgevallen: het sleuteltrio oproepen en het stappen-plan zoals genoemd in hoofdstuk 1 doorlopen. Daarnaast moet er extra aandacht zijn voor:

- omgang met de media (zie hoofdstuk 4, "Omgaan met de media");
- management: regelen en organiseren van de contacten met politie, ouders, collega's;
- duidelijk zelf in de hand houden wie de school binnenkomt om te helpen, een te grote hoeveelheid verschillende hulpverleners is verwarrend;
- de mogelijkheid tot ondersteuning door specialisten/calamiteiten- of traumateam overwegen;
- aandacht voor gevoelens van onveiligheid bij de leerlingen;
- aandacht voor gevoelens van boosheid, ontzetting en machteloosheid bij leerlingen en leerkrachten;
- aandacht voor kinderen die zelf in onveilige situaties verkeren (echtscheiding, huiselijk geweld, straatverbod);
- aandacht voor de ouders en hun gevoelens;
- aandacht voor het weer veilig maken van de school.

Andere aandachtspunten

Bij een dergelijke zwaar traumatische gebeurtenis is aandacht nodig voor de begeleiding van alle betrokkenen. Bij veel kinderen is het gevoel van veiligheid aangetast. Bij een gewelddadige dood is de kans groter op een gecompliceerd rouwproces. In de uitgave van de KPC groep, "Als een ramp een school treft", worden uitgebreide opsommingen gegeven van normale stressreacties die horen bij het normale verwerkingsproces en de aanpassing aan de nieuwe situatie. In bovengenoemde publicatie staan ook de symptomen van een gestoorde of gestagneerde verwerking die horen bij een posttraumatische stressstoornis (PTSS) genoemd.

Overwegingen bij het inschakelen van externe hulpverleners

Uit onderzoek is gebleken dat de veerkracht van de meeste kinderen groot is en dat ze dramatische gebeurtenissen goed zelf kunnen verwerken met hulp van vertrouwde mensen om hen heen. Slechts een klein deel van de

kinderen ontwikkelt ernstige klachten die moeten worden behandeld. De volwassene vormt het belangrijkste referentiekader voor kinderen. Ze herinneren zich later vaak beter de reacties van volwassenen dan de gebeurtenis zelf. Het is dus vooral van belang dat de volwassene ondersteund wordt. Dat betekent dat het wenselijk is dat de leerkrachten in staat worden gesteld hun eigen kinderen op te vangen in plaats van dit over te laten aan vreemde hulpverleners.

Door deze vorm van ondersteunende hulp aan leerkrachten komt er niet te snel en te veel hulpverlening en onnodige traumaverwerking op gang. Een invasie van hulpverleners is niet nodig, de kans op ongecoördineerde acties is dan groot. Voor kinderen is het van belang dat alles weer gewoon wordt. Uiteraard moet er tijd en ruimte zijn voor het uiten van gevoelens, het verwerken van de gebeurtenis en voor herdenking. Het is aan te raden om snel de normale gang van zaken weer op te pakken. Want als de school normaal functioneert, leiden kinderen daaruit af dat hun wereld ook weer veilig aan het worden is. Ten aanzien van de inbreng van de professionals wordt de school aangeraden de sturing in eigen hand te houden. De meest geschikte rol voor hulpverleners is eraan bijdragen dat leerkrachten de kinderen op een juiste manier opvangen.

4. OMGAAN MET DE MEDIA

Inleiding

Een schokkende gebeurtenis op school trekt vaak de aandacht van de media. Het is dus van belang een plan of draaiboek klaar te hebben liggen voor het geval de school ermee te maken krijgt. Journalisten hebben hun werk te doen en zullen dat doen met of zonder de medewerking van de school. Daarom is het van belang om met hen samen te werken en te zorgen dat ze een verhaal vertellen waarvan de feiten kloppen. Ze vertrekken nooit zonder een verhaal. Wat dat verhaal inhoudt, hangt mede af van de reactie van de school. De school kan niet bepalen wat de media gaat zeggen, filmen en fotograferen. De school kan echter wel kaders stellen voor wat ze kunnen en mogen doen op school en op het schoolterrein.

Aanbevelingen

De belangrijkste aanbevelingen bij perscontacten zijn:

- Laat alle contacten met de pers lopen via één woordvoerder.
- Informeer iedereen op school dat alleen de perswoordvoerder de pers te woord staat.
- Zorg voor openheid en duidelijkheid (voor zover de direct betrokkenen van de overledene hiervoor toestemming geven).
- Zorg dat de school een veilige plek is of weer wordt. Vaak is het verstandig om geen media toe te laten in de school, maar hen op persconferenties te woord te staan in een locatie buiten de school zoals het stadhuis / gemeentehuis of een gemeenschapshuis/buurthuis.
- Geef nooit namen door van verdachten of slachtoffers. Verstrek geen foto's of persoonlijke informatie over hen
- Instrueer ook de leerlingen hoe ze met de media om moeten gaan. Zorg er zo nodig voor dat ze via een zijuitgang de school kunnen verlaten om hen te beschermen tegen de pers

Vorbereiding op een persconferentie

- Sta geen pers toe bij bijeenkomsten met ouders of andere belanghebbenden.
- Houd er rekening mee dat iedere journalist het liefst persoonlijk informatie krijgt. Geef iedereen echter dezelfde informatie.
- Journalisten willen het liefst bij bijeenkomsten van ouders en de buurt zijn. Sta dat niet toe, maar plan na zo'n bijeenkomst een korte persbijeenkomst
- Maak plaats en tijd van een persbijeenkomst zo spoedig mogelijk bekend. Herhaal de persconferentie zo nodig enkele keren in de daarop volgende dagen.
- Wanneer u het nodig vindt om op enig moment in de media dieper in te gaan op de gebeurtenis of er achteraf op terug wilt kijken, informeer dan goed welk programma hiervoor geschikt is. U kunt dan zelf het heft in handen houden en eisen stellen. Zoals het vooraf bespreken hoe het programma eruit gaat zien en voor uitzending de montage mogen zien en nog inspraak hebben.

5. ANALYSE VAN EIGEN EMOTIES

Inleiding

Wanneer leerkrachten en directie leerlingen willen helpen bij het verwerken van emoties die worden opgeroepen door het plotselinge sterfgeval, vraagt dat om een professionele houding. Aan de basis van een professionele opstelling liggen de eigen gedachten over en gevoelens ten aanzien van de dood (eventueel de zelfdoding) en de overledene. Als u zich als leerkracht of directie niet bewust bent van uw eigen gedachten en gevoelens, bestaat het risico dat u tijdens het begeleidingsproces achter (pijnlijke) gevoelens komt. Onverwerkte eigen emoties en emoties waarvan men zich niet bewust is worden gemakkelijk overgedragen op leerlingen. Dit kan het begeleidingsproces verstoren en voor leerlingen verwarrend werken. Daarom is een zeker zelfonderzoek noodzakelijk alvorens u aan de begeleiding begint. In dit hoofdstuk wordt hieraan aandacht besteed.

Uiten van emoties

Wanneer er iemand binnen de school overlijdt, maakt dat niet alleen bij leerlingen maar ook bij leerkrachten de nodige gevoelens los. In eerste instantie lijken angst, medeleven en onzekerheid het handelen onmogelijk te maken. Toch zal er iets gedaan moeten worden. Wat er ook gebeurt, u moet zich als leerkracht allereerst bewust zijn van het feit dat u uw eigen gevoelens niet buiten spel kunt zetten. Leerlingen en ouders verwachten dat ook niet. Integendeel: ze stellen het juist op prijs en weten zich gesteund als u laat zien dat u ook aangedaan bent.

Zelfreflectie

Na de eerste reacties op het overlijden van een leerling of leerkracht zullen leerlingen begeleid moeten worden om met het verdriet om te kunnen gaan. Aan dit begeleidingstraject gaat voor u een zelfreflectie vooraf. U moet weten wat uw eigen gevoelens en gedachten ten aanzien van de dood (zelfdoding) en de overledene zijn.

Zo komt u tijdens de begeleiding van de leerlingen niet voor (pijnlijke) verrassingen te staan. Een reflectie op eigen emoties en gedachten kan individueel of gezamenlijk in het schoolteam plaatsvinden.

Vragen die bij de zelfreflectie aan de orde moeten komen zijn:

- * hoe kijk ik aan tegen de dood;
 - wat voor associaties roept het begrip 'dood' bij mij op;
 - zijn die associaties rustgevend of onrustgevend, hoe komt dat;
 - welke invloed hebben eerdere ervaringen met de dood op mijn associaties;
- * hoe kijk ik aan tegen een zelfgekozen dood, suïcide;
 - wat voor associaties roept het begrip 'zelfgekozen dood' bij mij op;
 - keur ik die associaties goed, begrijp ik ze of keur ik ze af, begrijp ik ze niet en
 - hoe komt dat;
 - welke eerdere ervaringen heb ik gehad met suïcides of suïcidepogingen en welke invloed hebben die ervaringen op mijn houding van nu;
- * hoe kijk ik aan tegen geweld, geweldsmisdrijven;
 - wat voor een associatie roept het begrip geweld bij mij op;
 - keur ik ze in sommige gevallen goed, begrijp ik ze of keur ik ze af, begrijp ze niet en hoe komt dat;
 - wat zijn mijn eerdere ervaringen met geweld en/of slachtoffers van geweld en welke invloed hebben die ervaringen op mijn houding nu;
- * hoe ervaar ik dit sterfgeval en de wijze waarop de leerling of mijn collega om het leven is gekomen;
 - wat was mijn persoonlijke relatie met de overledene;
 - in welke opzichten zal ik hem/haar missen;
 - in welke opzichten voel ik me eventueel 'bevrijd';
 - zijn er nabestaanden of omstandigheden die het sterfgeval extra problematisch maken? Wie/welke zijn dat in dit geval en hoe sta ik daar tegenover;
- * kan ik het begeleidingsproces alleen aan of kan ik beter hulp vragen?

Tot slot bij dit hoofdstuk: Zoals ook in het voorwoord wordt genoemd is het raadzaam om bepaalde zaken al eerder te bespreken en voor te bereiden binnen het team. Analyse van eigen emoties is daar een belangrijk onderdeel van.

6. SLECHT NIEUWS GESPREKKEN

Inleiding

Als het overlijdensbericht als eerste bij de school binnenkomt, zullen de ouders/familieleden geïnformeerd moeten worden. Broertjes en zusjes die ook op school zitten mogen daarbij niet vergeten worden. Zo'n 'slecht nieuws gesprek' moet ook gevoerd worden met vrienden, vriendinnen en groepsgenoten van de overledene.

Het voeren van een 'slecht nieuws gesprek' vraagt om de nodige tact. Er zijn enkele gesprekstechnische aandachtspunten bij aan te geven. In dit hoofdstuk wordt hieraan stap voor stap aandacht geschonken.

Stap 1: De voorbereiding

Het is belangrijk om vóór het gesprek na te gaan:

- aan wie moet het slechte nieuws worden doorgegeven;
- wie is de meest aangewezen persoon om het nieuws te brengen;
- hoe geschiedt de 'aankondiging': Gaat u bijvoorbeeld zonder aankondiging naar de ouders/familie of belt u eerst op, laat u broertjes/zusjes en/of vrienden/vriendinnen van de overledene naar uw kamer komen zonder hen vooraf te laten weten waar u over wilt praten;
- welke voorzorgsmaatregelen worden getroffen? Moet bijvoorbeeld vooraf gezorgd worden voor "opvang"-mogelijkheden na het gesprek? Welke opvang is beschikbaar?

Stap 2: De inleiding

Ouders, familieleden of leerlingen aan wie u het nieuws moet melden, moeten de kans krijgen om even goed te gaan zitten en hun aandacht te richten op hetgeen u hen wilt meedelen. Een uitgebreide inleiding (er omheen draaien) is niet nodig. U kunt het Slechte nieuws met één of enkele korte zinnen inleiden:

- "Ik moet u iets ernstigs meedelen ...";
- "Ik vind het moeilijk om te zeggen, maar ik heb bijzonder triest en slecht nieuws voor u";
- "Ik vrees dat ik u er mee overval, maar ik moet u iets meedelen ...".

Elke leerkracht, interne begeleider of directeur zal bij een dergelijke inleiding formuleringen kiezen die het beste bij hem/haar passen. Het is in ieder geval van belang om zoveel mogelijk in de ik-vorm te spreken, want:

- ik-boodschappen zijn duidelijk, vooral bij een slecht nieuws gesprek is duidelijkheid een eerste vereiste;
- met ik-boodschappen is de kans het grootst dat u direct de aandacht krijgt van degene(n) aan wie u het slechte nieuws moet melden.

Stap 3: Vertel het nieuws kort en bondig

Het overlijdensbericht kan nu zonder verdere omhaal worden gebracht. Daarbij is van het grootste belang om kort en kernachtig te vertellen wat er is gebeurd en met welk gevolg. In deze fase moeten details, nadere toelichting en eventuele uitleg of excuses achterwege worden gelaten. Daarvoor is later in het gesprek vaak nog alle gelegenheid.

Een belangrijk aandachtspunt in deze fase is: u vertelt het nieuws en laat de ander vooral niet raden wat u komt vertellen. Het is ook niet nodig. U bent immers gekomen om slecht nieuws te brengen, u heeft de aandacht er voor gevraagd door uw korte inleiding, dan wordt dus nu van u verwacht dat u het nieuws mededeelt.

Stap 4: Ga in op de eerste emoties

Waarschijnlijk zal het overlijdensbericht leiden tot directe, heftige of minder heftige emoties: schrik, verbijstering, ongelof, verzet en misschien ook al verdriet of woede. In feite zijn allerlei emoties denkbaar na een dergelijk bericht. Het is van groot belang daarop voorbereid te zijn. De houding die van u wordt verwacht is dat u open staat en actief en invoelend luistert.

Dat kan door in te gaan op verbale en non-verbale signalen die wijzen op dergelijke emoties:

- "U bent volkomen verbijsterd door dit bericht ...";
- "Ik merk dat het bericht u helemaal overvalt ...".

Sta stil bij dergelijke emoties, laat de ander de tijd en de gelegenheid om daaraan uiting te geven. U kunt kort aangeven dat u en uw collega's ook verbijsterd waren bij het horen van het nieuws, maar neem het gesprek niet over door het over uw eigen emoties te hebben.

Stap 5: Geef zo nodig verdere toelichting

Slecht nieuws roept vrijwel altijd tal van vragen op:

- wat is er precies gebeurd;
- hoe kon dat gebeuren;
- hoe lang heeft het geduurd;
- waar is het gebeurd;
- waarom?

Het is van belang om zo open mogelijk de informatie te geven waarover u beschikt. Hoe moeilijk en pijnlijk het misschien ook voor de nabestaanden is, ze hebben er recht op om te weten wat er precies gebeurd is. Het zal soms zelfs nodig zijn om hen te helpen hun eigen vragen te formuleren. Als informatie waarover u beschikt achter gehouden wordt, kan dat in deze fase misschien het leed lijken te verzachten. Later zal echter blijken dat het voor ouders (en anderen) nog pijnlijker is als zij niet alles te horen hebben gekregen, als zij niet die informatie hebben gekregen waar zij in feite recht op hebben.

Stap 6: Ga na welke hulp eventueel geboden moet worden

Een overlijdensbericht roept bij direct betrokkenen niet alleen heftige emoties op (ook al zullen die niet altijd direct zichtbaar/hoorbaar zijn), maar ook een aantal praktische vragen en problemen:

- wat moet er nu gebeuren;
- hoe vertel ik het aan ...;
- hoe kom ik hier ooit overheen.

Het is als bringer van het slechte nieuws van belang om ook stil te staan bij de gevolgen die dit nieuws heeft voor de direct betrokkenen. Ook al bent u geen hulpverlener, u zult in deze fase van het gesprek oog en oor moeten hebben voor de gevolgen van het slechte nieuws en voor de (nieuwe) problemen die er door veroorzaakt kunnen worden. Vertel duidelijk welke ondersteuning/(praktische) hulp u of de school kunt bieden en welke hulpbronnen nog meer in te schakelen zijn. Met wie kunnen de ouders en leerlingen bijvoorbeeld contact opnemen als zij na dit gesprek met u behoefte hebben aan een vervolgesprek? Het is van belang de mogelijkheden in dit opzicht te noemen voordat u het gesprek beëindigt. in hoofdstuk 14. "Instanties en websites".

7. HET INFORMEREN VAN LEERLINGEN

Inleiding

In het vorige hoofdstuk stond het brengen van slecht nieuws centraal. In dit hoofdstuk zal hierop opnieuw worden ingegaan, maar dan specifiek gericht op het brengen van slecht nieuws aan de leerlingen.

Het vertellen van het slechte nieuws

Natuurlijk moeten leerlingen niet overvallen worden met nieuws waar ze totaal niet op rekenen, maar het heeft ook geen zin om met een lange inleiding de ernst van de situatie te verdoezelen.

Begin met een inleidende zin om de kinderen gericht te laten luisteren, bijvoorbeeld:

- "Ik heb een verdrietige boodschap voor jullie";
- "Ik moet jullie iets heel ergs vertellen".

Dan volgt het korte bericht van het overlijden en een beknopte schets van de omstandigheden waaronder de leerling of leerkracht is overleden. Het is niet nodig een lang verhaal te vertellen, want de leerlingen zijn door de schok de informatie meteen weer kwijt. Het gaat erom dat de boodschap overkomt en dat de kinderen de kans krijgen deze tot zich te laten doordringen. Als ze behoefte hebben aan nadere uitleg, vragen ze die wel.

Eerlijk en duidelijk

Kinderen worstelen op twee niveaus met de dood: ze proberen te begrijpen wat 'dood' betekent en moeten leren omgaan met de gevoelens die het verlies oproept. Door eerlijk en duidelijk te zijn, helpt u hen daarbij. Ook al overzien kinderen nog niet alles, het is altijd beter de waarheid te vertellen dan ze iets op de mouw te spelden. Daarnaast is bekend dat als kinderen geen antwoorden op hun vragen krijgen, ze hun eigen fantasie de vrije loop laten en de hele situatie door hen gruwelijker of angstaanjagender ingevuld kan worden dan werkelijk het geval is.

Bij het vertellen van het slechte nieuws moet rekening worden gehouden met de ontwikkeling van de leerlingen. Het bericht moet verteld worden op een manier die bij hun leeftijd en vermogens past. In het volgende hoofdstuk vindt u hierover meer informatie. Ook moet er voor gezorgd worden dat een dergelijk bericht geen zakelijke

mededeling wordt. Als u op een integere manier het slechte nieuws vertelt en in staat bent de eigen gevoelens te tonen, stimuleert dat leerlingen om zich te uiten.

Concrete uitleg

Het is van belang (vooral bij heel jonge kinderen) om zo concreet mogelijk uit te leggen wat 'dood' precies inhoudt. Vertel dat iemand die dood is niets meer voelt en dus geen pijn heeft, het niet koud heeft en zich niet ziek voelt. Het heeft geen zin om met oplossingen te komen die alleen in de eigen ogen belangrijk zijn. Zo heeft het bijvoorbeeld geen zin om God in de antwoorden te betrekken als de leerlingen voor het eerst met God geconfronteerd worden.

Ook vergelijkingen en beelden kunnen veel verwarring geven. Het probleem met kinderen is dat ze dingen soms heel letterlijk nemen. Leg de dood dus *niet* als volgt uit:

- dood zijn is slapen, maar dan voor altijd: kinderen kunnen dan bang worden als ze zelf moeten slapen. Slaap en dood moeten duidelijk onderscheiden worden;
- dood gaan is op een verre reis gaan en nooit meer terugkomen: ook dit beeld is voor kinderen verwarrend. Ze voelen zich in de steek gelaten; waarom mochten zij niet mee en de groepsgenoot of leerkracht kwam toch altijd terug als hij/zij op reis ging;
- iemand gaat dood omdat hij zo ziek is: met name kleine kinderen kunnen geen onderscheid maken tussen ernstige en minder ernstige ziekten. Zonder verdere uitleg kunnen ze later bang worden bij een onschuldig griepje. Hoewel oudere kinderen dit onderscheid wel kunnen maken, kunnen ook zij angstig worden als ze zich niet lekker voelen en zich van alles in hun hoofd halen. Een nadere uitleg is daarom van belang. Een beetje ziek zijn betekent niet dat je dood zult gaan, maar soms is een lichaam zo stuk dat het niet meer gemaakt kan worden.

"Ik weet het niet"

U hoeft niet op alle vragen een antwoord te hebben. Ook volwassenen weten niet alles en hebben moeite met sommige dingen om te gaan. Kinderen mogen dit best merken. Het is volkomen aannemelijk dat een leerkracht zegt: "Ik weet het niet, maar ik denk ...". Een dergelijk antwoord is niet alleen eerlijk, maar schept ook ruimte voor een gesprek.

Stilte

Kinderen moeten na de onheilstijding van de eerste schrik bekomen. Iedere leerling verwerkt de schok op zijn of haar eigen manier. De meeste kinderen zijn met stomheid geslagen als ze horen dat een groepsgenoot of leerkracht overleden is.

In de bovenbouw van het basisonderwijs daalt vaak de zwijgzaamheid over de groep neer. Onbewust verwachten de kinderen van u als volwassene dat u het zwijgen doorbreekt door vragen te stellen en antwoorden te geven. Omdat er zoveel vragen zonder antwoord zijn, is dit een moeilijke opgave. De stilte roept een gevoel van verstikking op. Het gevaar van doorpraten bestaat om dit gevoel te bezweren. Het mag echter gerust een tijdje stil zijn in de groep. Wordt de stilte pijnlijk en is deze niet meer functioneel, dan kunt u de stilte doorbreken door bijvoorbeeld te zeggen: "Jullie zijn er stil van. Het is een enorme schok, ook voor mij. Misschien kun je even met je buurman of buurvrouw praten over wat dit bericht betekent". De draad kan ook opgepakt worden door een mooi gedicht voor te lezen en daarover verder te praten.

Verdere informatie

Wanneer de eerste emoties wat luwen en leerlingen vragen hoe het verder moet, kunt u overstappen naar de volgende informatie:

- hoe verloopt het contact met de familie;
- hoe worden afspraken gemaakt over rouwbezoek en uitvaart;
- wat kan de school doen;
- hoe worden de komende dagen ingevuld?

Vertel ook bij wie de leerlingen terecht kunnen voor een persoonlijk gesprek. Zo nodig kunt u als school een rooster maken voor de bereikbaarheid in de avonden, weekenden en vakantie.

8. KINDEREN EN HET BESEF VAN DE DOOD

Inleiding

In het vorige hoofdstuk is al even aangestipt dat jonge kinderen op een andere manier tegen de dood aankijken dan de wat oudere. Wanneer met de leerlingen over de dood wordt gepraat, is het van belang om hiermee rekening te houden. Daarom wordt in dit hoofdstuk aandacht besteed aan het besef van de dood op verschillende leeftijden.

Kinderen tot 3 jaar

Kinderen tot ongeveer 3 jaar hebben geen echt besef van de dood. Ze kennen nog geen onderscheid tussen levende en niet-levende dingen. Wel zijn ze bang gescheiden te worden van degenen die hen met liefde en warmte omringen. Ze voelen wat verlies is en lijden daar ook onder. De kleintjes gaan nog met een heel natuurlijke manier met de dood om. Volwassenen schrikken hier soms van omdat zij die natuurlijke missen. Van angst voor de dode is nog geen sprake.

Kinderen van 3 tot 6 jaar

Kinderen van 3 tot 6 jaar kennen het verschil tussen leven en dood. Ze gebruiken het woord 'Dood' in hun gesprekjes en hun spel: "Jij bent dood, je moet blijven liggen!" Ze weten echter nog niet precies wat dood zijn betekent. Voor hen is 'Dood' iets tijdelijks, een soort slaap waarbij de dode niet meer kan zien of bewegen. Ze beginnen te beseffen dat dood en verdriet met elkaar te maken hebben maar voelen nog geen angst voor de dood. Kinderen van deze leeftijd denken vaak dat leven en dood elkaar afwisselen. Het lijkt dat zij het de gewoonste zaak van de wereld vinden dat een dierbaar iemand is gestorven. Een vierjarige kan een dag na de begrafenis bijvoorbeeld vragen wanneer de overledene weer terugkomt, om vervolgens diep geschokt te zijn als blijkt dat de betreffende persoon nooit meer terugkomt. Kinderen in deze leeftijd tonen grote belangstelling voor de lichamelijke en biologische kanten van de dood: "Kan hij niet meer lopen?", "Kan hij nog wat horen als ik iets zeg?" Ze blijven vragen stellen, soms tot vervelends toe: "Wordt hij nu niet vies in de grond?", "Heeft hij nou geen honger in het graf?"

Kinderen van 6 tot 9 jaar

Bij kinderen van 6 tot 9 jaar begint het besef door te dringen dat de dood onomkeerbaar is, onherroepelijk en definitief. Wat het definitieve einde precies inhoudt, begrijpen ze echter nog niet en dat maakt het voor hen erg verwarrend en beangstigend. Ook beseffen ze aanvankelijk nog niet dat de dood onvermijdelijk is en iedereen overkomt. Zo kan een achtjarige aan haar vader vragen haar te begraven als ze dood is. Ze realiseert zich nog niet dat haar vader (waarschijnlijk zelfs eerder) ook dood gaat. Het groeiende besef dat ook mensen van wie je houdt dood kunnen gaan, zorgt voor emotionele veranderingen die soms gepaard gaan met angst: "Kom je nog terug?" Op deze leeftijd krijgen kinderen belangstelling voor de uiterlijkheden die bij een sterfgeval horen zoals de kist, de begrafenis, de crematie en het kerkhof. Ze interesseren zich ook voor wat er na de dood gebeurt. Als oorzaak voor doodgaan geven ze vaak externe verklaringen. Als hen gevraagd wordt waarom mensen dood gaan, antwoorden ze: "Omdat ze vergiftigd worden", "Wanneer ze een ongeluk krijgen" of "Als ze uit een vliegtuig vallen". Een uitzondering vormen kinderen die in hun omgeving met dood te maken hebben gehad, zij hebben een reëler beeld van het gebeuren. De vragen die kinderen in deze leeftijd vaak stellen komen op volwassenen soms erg nuchter over: "Waarom heeft Bram een bril op, hij kan toch niets meer zien?", "Wordt zijn bril ook verbrand?" Kinderen van deze leeftijd zijn kwetsbaar omdat ze weliswaar de betekenis van de dood kunnen begrijpen, maar nog niet in staat zijn alle implicaties te overzien.

Kinderen van 9 tot 12 jaar

Kinderen uit de bovenbouw weten dat dieren, mensen en planten leven en dat alles wat leeft eenmaal dood gaat. Op de vraag waarom mensen dood gaan noemen ze voornamelijk fysieke oorzaken: "Ze krijgen kanker", "Omdat ze oud zijn" of "Omdat ze een hartaanval krijgen." Een enkel wijsneusje zal ook niet-concrete oorzaken noemen zoals: "Iedereen moet sterven", "God roept je bij zich" of "De wereld wordt anders te klein." Kinderen van deze leeftijd zijn minder afhankelijk van volwassenen. Ze willen dan ook niet altijd aandacht vragen voor hun verdriet. Ze proberen er zelf mee klaar te komen, ook om niet kinderachtig te lijken. Maar omdat de gevoelens er toch uit moeten, vertonen ze soms lastig en opstandig gedrag.

Kinderen van 12 jaar en ouder

De onvermijdelijkheid en universaliteit van de dood dringen door wanneer kinderen de tienerleeftijd hebben bereikt. Hun intellectuele vaardigheden zijn dan zo ver ontwikkeld dat ze de dood zien als het onvermijdelijke

einde van het leven. De persoonlijke en emotionele afstand zijn echter nog groot. Het kan iedereen overkomen, behalve mensen in de eigen omgeving. Maar dat verandert drastisch als ze te maken krijgen met het sterven van een groepsgeenoot. Juist jongeren worden diep geraakt wanneer de dood in hun nabije omgeving toeslaat. Ze zijn in een fase waarin ze vraagtekens zetten bij het leven. Ze vragen zich af wat de zin van het leven is: "Waarom en waarvoor zijn we op aarde?" Een confrontatie met de dood maakt dat de vragen en soms ook de verwarring rondom het leven en de dood toenemen.

9. FASEN IN DE ROUWVERWERKING

Inleiding

Kinderen rouwen ook, net als volwassenen. In grote lijnen is het rouwproces hetzelfde. Kinderen ervaren dezelfde pijn, maar hun reacties zijn minder voorspelbaar. In dit hoofdstuk worden de verschillende rouwfasen in algemene zin belicht.

Fase 1: Boosheid, verdriet en angst

In de eerste fase moet de realiteit onder ogen worden gezien: de medeleerling of leerkracht is dood, hij of zij is er niet meer. Hoe graag volwassenen dat ook willen, kinderen kunnen niet altijd beschermd worden tegen verdriet en pijn. Ze zullen met de werkelijkheid moeten leren leven.

In deze fase voeren boosheid, pijn, verdriet en angst (om bijvoorbeeld ook een ongeluk te krijgen) de boventoon. Ook kunnen kinderen zich schuldig voelen omdat ze de overleden leerling of leerkracht hebben gepest of ruzie met hem/haar hebben gemaakt en dit nu nooit meer goed kunnen maken.

Fase 2: Desoriëntatie en desorganisatie

In deze fase is sprake van rusteloosheid en sterk wisselende gevoelens. De leerling is dikwijls druk doende met niets. Hij of zij kan doorlopend met de voeten schuiven, plotseling opstaan en door het lokaal lopen of lachen op momenten dat dat niet verwacht wordt. Ook kan er sprake zijn van concentratieproblemen.

Fase 3: De ontkenning

In deze fase ontkent de leerling de werkelijkheid omdat deze te veel pijn doet. Er is geen opvallend gedrag. De meeste kinderen kiezen in deze fase wat meer voor alleen zijn en de eenzaamheid. Het verdringen van het verlies kan ertoe bijdragen dat de leerling geen nieuwe intieme gevoelsrelaties aan wil gaan om nieuw verlies te voorkomen.

Fase 4: Opstandigheid

In deze fase protesteert de leerling tegen de werkelijkheid. Sommige kinderen zijn kwaad op personen die in hun ogen de dood hadden kunnen voorkomen (verwijten aan bijvoorbeeld ouders, politie, huisarts, ziekenhuis). Ook kan er sprake zijn van concentratie - en leerproblemen, slapeloosheid en terugval in een vorige ontwikkelingsfase (bijvoorbeeld weer duimen of bedplassen, thuis en op school zich extra afhankelijk en afhankelijk tonen).

Fase 5: Aanvaarding

In deze fase wordt het verlies onder ogen gezien. De leerling koestert bewust sommige eigenschappen van de overledene. Na idealisering van de overleden leerling of leerkracht wordt het beeld van hem of haar realistischer. De leerling praat over de overledene, over wat hij of zij deed of zei in bepaalde situaties.

Fase 6: Integratie

Het verwerken van de rouw maakt de leerling beter toegerust voor de toekomst. De aandacht wordt weer op anderen gericht en er is weer ruimte voor nieuwe relaties. De leerling kan weer genieten van gewone dingen in het leven; het verdriet is verwerkt.

Tot slot

Voor alle fasen van het rouwproces geldt:

- nieuw verlies werpt leerlingen terug in het rouwproces;
- elke leerling heeft zijn eigen tempo in het verwerken van een verlies;

- een rouwproces verloopt nooit helemaal volgens het boekje. Zeker bij kinderen komt het heel veel voor dat kracht en zwakte elkaar afwisselen. Net als volwassenen de indruk hebben dat het kind alles vrij goed heeft verwerkt, komt er plotseling weer een periode van terugval;
- bij sommige leerlingen komen de eerste rouwreacties pas na weken of maanden. Ze laten aanvankelijk weinig merken van hun gevoelens, vragen niets, ondergaan alles gelijkmatig en gaan hun eigen gangetje;
- kinderen kunnen niet de hele tijd bezig zijn met verdriet, zoveel pijn kunnen ze niet verdragen. Het kan zijn dat ze tijdens de pauze krijgertje spelen en een uur later weer intens verdrietig zijn. Dat betekent ook dat praten over verdriet afgewisseld moet worden met andere activiteiten waarin leerlingen hun gevoelens kwijt kunnen of zich kunnen uitleven;
- in tegenstelling tot volwassenen (die hun emoties zoveel mogelijk proberen te beheersen), uiten kinderen hun emoties soms heel direct. Ze huilen hysterisch, reageren agressief, zijn woedend omdat hun vriendje hen is afgenomen, schoppen tegen de deur en bonken tegen de muur. Het is niet gemakkelijk om hiermee om te gaan. Toch moeten de boosheid, de angst en het verdriet eruit, het is een normale explosie na een verlies. Het is daarom van belang om te zoeken naar uitwegen waarbij de leerling zichzelf of anderen geen schade kan berokkenen. Zo kan een leerling zich uitleven tijdens het voetballen of hardlopen of zich afreageren op een boksbal;
- met name pubers stellen hun rouw nog al eens uit. De ontwikkelingstaken van jongeren in de puberteit zijn al zo zwaar, dat rouwen er niet meer bij kan.

10. HET AFSCHEID, DE UITVAART

Inleiding

Het is erg belangrijk dat leerlingen afscheid kunnen nemen van de overleden leerling of leerkracht. Dat kan tijdens een bezoek aan de ouders/familie van de overledene, tijdens een begrafenis/crematie of tijdens een afscheidsdienst op school. Leerlingen moeten hierop goed worden voorbereid, ze moeten weten wat ze kunnen verwachten bij het afscheid. Het is daarbij belangrijk om een sfeer te creëren waarin leerlingen het gevoel hebben dat ze al hun vragen mogen en kunnen stellen. In dit hoofdstuk komen deze en andere aspecten aan de orde die van belang zijn bij het afscheid.

Een condoleancebezoek

Een condoleancebezoek, een laatste bezoek aan een overledene is geen gebeurtenis waarmee leerlingen iedere dag te maken krijgen. Daarom verdient zo'n bezoek een goede voorbereiding. Allereerst moet duidelijk worden of de ouders/familie een bezoek van leerlingen prettig vinden. Sommige nabestaanden willen liever zoveel mogelijk met rust worden gelaten. De meeste stellen bezoek van leerlingen echter erg op prijs. Zeker de wat oudere kinderen zitten vaak vol met vragen: wat moeten we zeggen, moet je een hand geven, moet je iets meenemen, waar praat je over, wat doe je als ze gaan huilen, hoe lang moet je blijven? Het is belangrijk om aan dergelijke vragen uitgebreid aandacht te besteden.

Afscheid nemen van de overledene

Wanneer de mogelijkheid er is, is het goed dat leerlingen afscheid nemen van de overleden leerling of leerkracht. Vraag van tevoren aan de ouders/familie of aan de uitvaartleider of de leerling of leerkracht toonbaar is. Controleer dit zo mogelijk ook persoonlijk. Na een zwaar ongeval is het niet altijd mogelijk de overledene te zien, de kist is dan gesloten. In zo'n geval wordt soms een foto van de overledene op de kist geplaatst. Net als bij een condoleancebezoek, moet ook dit bezoek goed met de leerlingen doorgesproken worden:

- wat staat hen te wachten;
- hoe ziet de overledene eruit;
- hoe voelt de overleden leerling of leerkracht aan?

Vertel de leerlingen dat de overledene wit ziet, koud aanvoelt en niet meer kan bewegen. Leg ook uit dat leerlingen zelf mogen weten of ze naar de kist toelopen, erin kijken, de kist of de overledene aanraken of juist afstand houden. Dit alles in overleg met de nabestaanden. Het is van belang dat voldoende leerkrachten en/of ouders meegaan ter begeleiding. Zorg er voor dat deze begeleiders rustig blijven; dat is voor leerlingen geruststellend en voorkomt dat de emoties hoog oplopen.

Deelname aan de uitvaart

In overleg met de ouders/familie kunnen leerlingen een aandeel hebben in de uitvaart. U kunt samen met de leerlingen:

- teksten zoeken of maken en deze tijdens de uitvaart voordragen;
- gedichtjes zoeken of maken en deze voordragen;
- liedjes en muziek uitzoeken, oefenen en tijdens de uitvaart zingen of spelen.

Leerlingen moeten weten wat ze tijdens de uitvaart kunnen verwachten: wat is de gang van zaken, staat de kist er al of wordt hij binnen gedragen, wat gebeurt er met de kist als de dienst is afgelopen, geef je de nabestaanden na afloop een hand? In de volgende paragrafen vindt u informatie om kinderen op een begrafenis of crematie voor te bereiden.

Vorbereiding op een begrafenis

Bij een begrafenis vindt een afscheidsdienst meestal in de kerk of een aula plaats. Na de dienst gaat iedereen naar de begraafplaats. Daar staat de kist soms op een aparte plek, maar het gebeurt ook dat de kist meteen bij het graf wordt gezet. Vervolgens neemt iedereen afscheid van de overledene, bijvoorbeeld door een laatste woord te spreken, bloemen op de kist te leggen of nog even langs de kist te lopen. Daarna of als iedereen weggegaan is laat men de kist in het graf zakken. De kuil wordt vervolgens opgevuld met aarde. Meestal wordt er nog een heuveltje van aarde gemaakt waarop de bloemen komen te liggen. Zo blijft het graf liggen tot de grafsteen klaar is en erop geplaatst wordt.

Stel dat kinderen echt het naadje van de kous willen weten dan kan de volgende informatie misschien van pas komen: “Wat gebeurt er nu met iemand die begraven is?” Het lichaam heeft zich in de tijd door celdeling zelf gevormd en ruimt zich nu ook zelf weer op. Dat gebeurt door bacteriën die in het lichaam aanwezig zijn. Er komen geen wormen of maden aan te pas. Want wormen zijn geen vleeseters en de overledene wordt zo diep begraven dat maden er vanwege zuurstofgebrek niet kunnen leven. Daarom is wat er gebeurt niet te vergelijken met een rottingsproces in de open lucht. Dit opruimingsproces duurt tientallen jaren. Uiteindelijk blijven de beenderen over en iets dat je kunt vergelijken met het stof dat je uit een rijpe paddenstoel kunt tikken.

Vorbereiding op een crematie

Bij een crematie gaan de familie, vrienden en kennissen naar een ontvangstruimte in het crematorium waar ze wachten tot de afscheidsdienst begint. De naaste familie gaat meestal naar de familiekamer. Uiteraard mogen zij ook naar de ontvangstruimte, maar de meeste families vinden het prettiger om even rustig te kunnen zitten.

De familie bepaalt wat er tijdens de afscheidsdienst gebeurt. Ze geeft van tevoren aan welke muziek ze wil horen en zorgt zelf of via een uitvaartverzorger voor de sprekers. Dat kan een dominee of pastoor zijn, maar ook familie, kinderen of collega's. Soms wordt er ook gezongen. De dienst kan heel persoonlijk ingevuld worden met kaarsen, bloemen, ballonnen of wat je maar wilt. Aan het einde van de dienst lopen de mensen langs de (open) kist om een laatste groet te brengen aan degene die overleden is. Dat kan met een woordje, een tekening, een brief, een bloem, een hand op de kist of door even bij de kist stil te staan. Na afloop gaan de meeste mensen naar de koffiekamer om even na te praten. Wanneer de familie dat op prijs stelt, is er ook gelegenheid om te condoleren. Als de mensen uit de aula verdwenen zijn, wordt de kist naar de oven gereden. In de ovenruimte worden de handvatten en andere metalen delen van de kist gehaald. De bloemen worden niet mee verbrand, die worden buiten bij de strooivelden gelegd of de familie neemt ze mee. De overledene krijgt een registratienummer, dit nummer staat overal op. Een steentje van klei met het nummer wordt voor op de kist gelegd en gaat mee de oven in om voortaan bij de as te blijven.

De oven wordt verhit tot zo'n 800 graden waarna de kist erin gaat. Door de grote hitte gaat de kist vanzelf branden. Na ongeveer één tot anderhalf uur is de crematie voorbij en komen de grove asresten van kist en overledene uit de oven. De inhoud van de aslade wordt gescheiden ingezameld. Met een magneet worden de spijkers en schroeven van de kist uit

de as gehaald. Als er nog metalen van sieraden, monturen van brillen en dergelijke inzitten, worden die er ook uitgehaald. De opbrengst van edelmetalen wordt vaak aan een goed doel geschonken. Wat er dan is overgebleven wordt in een speciale machine verpulverd en daarna in een asbus/urn gedaan. Het steentje wordt er weer bijgedaan en de bus wordt afgesloten met een deksel waarop het nummer en de naam van de overledene staan. De urn blijft in ieder geval een maand in het crematorium, dat is wettelijk verplicht. Binnen een jaar moet de familie beslissen wat er met de as gaat gebeuren. Daarvoor zijn diverse mogelijkheden. De familie kan kiezen voor verstrooien op een strooiveld, met een schip of vliegtuig boven zee of een dierbaar plekje. De familie kan ook besluiten de as langdurig te bewaren door het bij te zetten in een urnen muur, een urnen graf of te begraven op een begraafplaats. De urn mag ook mee naar huis worden genomen om er binnen of buiten een plaatsje voor te

vinden.

Veel kinderen hebben vragen over het crematieproces vanwege het vuur dat erbij te pas komt. U kunt de leerlingen vertellen dat iemand die dood is niets meer voelt en dus geen pijn meer kan lijden en ook niet voelt dat zijn of haar lichaam verbrand wordt.

Herdenkingsdienst op school

Om zoveel mogelijk leerlingen in de gelegenheid te stellen afscheid te nemen of omdat het niet mogelijk is dat leerlingen bij de uitvaart aanwezig zijn, wordt soms een herdenkingsdienst op school gehouden. Ook tijdens deze dienst kunnen leerlingen teksten en gedichten voordragen, liedjes zingen en muziek maken.

Rituelen tijdens of na de uitvaart

Rituelen zijn belangrijk voor de rouwverwerking. Ze geven vorm aan het afscheid en scheppen ruimte om aan een nieuwe fase te beginnen. Rituelen geven een gevoel van saamhorigheid en eensgezindheid en zorgen zo voor kracht en steun. Kinderen zijn gewend om met rituelen om te gaan in al hun spelvormen. Rituelen geven hen een gevoel van veiligheid. Ze kunnen een belangrijke rol spelen bij de verwerking van een sterfgeval.

Enkele voorbeelden:

- Ieder kind maakt een kaartje met een tekening. Het kaartje wordt aan een bloem of aan een ballon gehangen;
- Tijdens de uitvaart lopen de kinderen langs de kist en leggen hun bloem erop;
- Ieder kind loopt tijdens de uitvaart langs het graf en gooit een briefje of tekening in het graf;
- Op school wordt een plek ingericht met knuffels en andere eigendommen van de overleden leerling of leerkracht, een foto van hem of haar en waxinelichtjes;
- Ieder kind plant een zonnebloempit in de schooltuin rondom een monumentje voor de overleden leerling of leerkracht;
- De kinderen gaan samen naar het graf en planten een struikje;
- Ieder kind maakt een vlinder. De vlinders krijgen een plek bij het graf;
- De kinderen planten een boom met een naamplaatje van de overleden leerling of leerkracht;
- Ieder kind zet zijn naam op een kiezelsteentje. De steentjes worden vervolgens op het graf gelegd.

Culturele verschillen

Rouwrituelen zijn cultuurgebonden. Bij leerlingen of leerkrachten met een andere culturele achtergrond is het van groot belang dat u zich als school vooraf op de hoogte stelt van wat u kunt verwachten en wat er van u als school verwacht wordt. Bepaalde uitingen van rouw, zoals vrouwen die zich huilend op de kist werpen, zijn voor kinderen vaak vreemd en angstaanjagend. Afscheid nemen is soms niet mogelijk omdat de ceremonie alleen toegankelijk is voor mannen. Het komt ook voor dat de afscheidsrituelen plaatsvinden in het land van herkomst. In dergelijke situaties is het verstandig om zelf een plechtigheid op school te organiseren zodat leerlingen de gelegenheid krijgen om afscheid te nemen.

Uitvaarrituelen in enkele andere culturen

Joodse uitvaarten vinden zo mogelijk binnen 36 uur na het overlijden plaats. Tot die tijd waakt men bij de overledene. Meestal ontbreken de bloemen. Op weg naar het graf houdt de stoet drie maal halt om te laten zien dat er geen haast is. Nadat de kist in het graf is gezonken, maken de nabestaanden een scheur in hun kleren als teken van rouw. Er is een intensieve rouwweek. De rouwenden blijven thuis en werken niet en houden zich niet bezig met dagelijkse werkzaamheden. De dood is niet het einde van het bestaan. Het is een voorrecht om bij het sterven aanwezig te zijn. Na een jaar wordt een grafsteen op het graf geplaatst. De grafsteen is eenvoudig en niet versierd. Na het bezoek aan het graf legt men er kiezelstenen op: het is bezocht, er is aandacht besteed aan de overledene.

Hindoestanen kiezen bijna altijd voor een crematie omdat dat voor het lichaam de snelste manier is om terug te keren tot de bron. Hindoes geloven in reïncarnatie. De ziel blijft dus altijd bestaan. Het sterven wordt gezien als ritueel en alle familieleden zijn hierbij aanwezig. In de aula wordt de kist geopend en versierd. Enkele van de nabestaanden gaan mee naar de oven om de verbranding mee te maken. Dit omdat in India de crematie buiten op een houten brandstapel plaatsvindt waarbij de familie aanwezig is. Op de twaalfde of dertiende dag na de crematie wordt met een vuuroffer de periode van rouw afgesloten. Tijdens het jaar na het overlijden zijn er vier rituele bijeenkomsten.

Moslims worden vaak in het land van herkomst begraven (crematie mag niet). Het lichaam wordt in een linnen doek, meestal zonder kist, begraven op de rechterzij met het gezicht richting Mekka. Bij traditionele begrafenis- en crematies mogen alleen mannen aanwezig zijn, bij meer modernere ook vrouwen. Moslims zien de dood niet als een eindpunt. Als het lichaam begraven is, bepaalt Allah wie naar het paradijs en wie naar de hel gaat. Eerst is er een rouwperiode van drie dagen. Hierna geldt een periode van vier maanden en tien dagen waarin nabestaanden geen make-up of sieraden dragen. Na 40 dagen is de rouwtijd afgesloten. Een islamitisch graf wordt nooit leeg gemaakt.

Katholieken zien de dood niet als einde. De ziel gaat mee naar de hemel, de hel of het vagevuur, afhankelijk van de manier waarop de persoon heeft geleefd. Maar iedereen die vergeving voor zijn zonden heeft ontvangen, kan in de hemel komen. In de nacht voor de uitvaart wordt vaak een wake gehouden. Nabestaanden blijven bij de overledene. De uitvaart dienst is geen herdenking van de overledene, maar staat in het teken van het begin van het nieuwe leven. Tot 1964 was cremeren verboden bij de katholieke kerk. Nu mag er zowel begraven als gecremeerd worden. De overledene wordt herdacht op de derde, de zevende en de dertigste dag na het overlijden. Tijdens deze herdenkingen worden er kaarsen gebrand. Vaak wordt de naam van de overledene ergens in de kerk opgeschreven, bijvoorbeeld op een houten kruisje aan de muur.

Bij de **Protestantse** kerk zijn minder tradities dan bij de katholieke kerk. Er zijn geen vaste rituelen. De dominee bezoekt de ernstige zieke en stervende. Er wordt gebeden en gepraat over zaken die de stervende mogelijk dwars zitten. Doel hiervan is om de stervende zoveel mogelijk rust te geven in zijn laatste levensfase. De overledene zelf staat centraal tijdens de uitvaart. Er wordt gesproken over het leven van de overledene. Protestantse kerken worden zowel begraven als gecremeerd. Hoewel sommige strenge protestanten tegen crematie zijn. Op de zondag na het overlijden wordt de overledene in de kerk herdacht en dit gebeurt ook vlak voor de kerst. Verder herdenkt iedereen de overledene op zijn eigen manier.

11. SUGGESTIES VOOR KRINGGESPREKKEN

Inleiding

Reeds verschillende malen is gewezen op het feit dat het zo belangrijk is om te praten met leerlingen. Wat voelen ze, wat houdt hen bezig, wat vragen ze zich af, wat willen ze weten? Het voeren van een kringgesprek leent zich bij uitstek voor het praten over dergelijke vragen. In dit hoofdstuk worden suggesties gegeven voor het voeren van kringgesprekken op verschillende momenten. Daarnaast worden enkele specifieke kringgesprekken beschreven.

Doelen van een kringgesprek

Een kringgesprek naar aanleiding van een sterfgeval van een leerling of leerkracht kan meerdere doelen vervullen. Het is van belang dat u als leerkracht vooraf duidelijk bepaalt welk doel u met het kringgesprek nastreeft.

Mogelijke doelen zijn:

- een uitlaat bieden voor gedachten en gevoelens ten aanzien van de dood (eventueel de zelfdoding) en de overledene;
- emoties naar aanleiding van het sterfgeval bespreekbaar maken;
- verwerking van emoties;
- mogelijke misvattingen corrigeren;
- problemen signaleren die zijn ontstaan naar aanleiding van het sterfgeval;
- afspraken maken over de begrafenis/crematie of afscheidsdienst op school;
- bespreken van voorzorgsmaatregelen ter voorkoming van ongevallen;
- bespreken van maatregelen ter verbetering van de sfeer in de groep.

Kringgesprekken op verschillende momenten

Een sterfgeval roept bij leerlingen in de verschillende fasen van het verwerkingsproces verschillende emoties en vragen op (zie hiervoor ook hoofdstuk 9. "Fasen in de rouwverwerking"). Daarom is het aan te bevelen om niet één kringgesprek te voeren, maar enkele kringgesprekken. Daartoe lenen zich de volgende momenten:

1. Direct na het bekend worden van het overlijdensbericht

Dit gesprek heeft vooral tot doel leerlingen te helpen om hun eerste (waarschijnlijk verwarde) gevoelens en gedachten ten aanzien van de dood en de overledene te uiten en hun meest directe vragen te kunnen stellen. Het

gesprek concentreert zich op de emoties van de leerlingen.

Thema's in dit eerste kringgesprek kunnen zijn:

- wie heeft eerder een sterfgeval meegemaakt (bijv. van opa/oma, huisdier);
- hoe hoorde je daarvan;
- wat riep het bij je op;
- wat deed je met die gevoelens of gedachten;
- wat roept dit bericht bij je op;
- wat kun je doen met de gevoelens en gedachten die dit bericht bij je oproepen?

2. Eén of twee dagen vóór de begrafenis/crematie

Dit gesprek kan meerdere doelen hebben:

- emoties die zijn ontstaan naar aanleiding van het sterfgeval 'de dood' (in het algemeen) of de overledene bespreekbaar maken;
- voorbereidingen treffen voor de begrafenis/crematie/afsheidsdienst. Dit gesprek concentreert zich niet zozeer op de eigen emoties (van de leerlingen) maar meer op de overledene.

Thema's in dit kringgesprek kunnen zijn:

- de overledene: wat weten we van hem/haar;
- hoe willen we ons hem/haar blijven herinneren;
- hoe zouden we afscheid van hem/haar kunnen nemen (zie ook hoofdstuk 10. "Het afscheid, de uitvaart");
- hoe verloopt een begrafenis, crematie of afsheidsdienst, welke rituelen doen zich daarbij voor (zie hiervoor ook hoofdstuk 9. Het afscheid, de uitvaart);
- wie heeft wel eens een begrafenis of crematie meegemaakt;
- wat vond je daarbij mooi en goed;
- welke afspraken kunnen wij maken over de begrafenis/crematie/afsheidsdienst van de overledene (bijv. een voordracht, muziek, een brief of advertentietekst)?

3. Direct na de begrafenis/crematie

In dit gesprek is het doel vooral het bespreekbaar maken en helpen verwerken van de emoties rond het afscheid.

Thema's in dit gesprek kunnen zijn:

- wat betekent rouwen;
- wat betekent afscheid nemen;
- is het erg als je op zo'n moment je gevoelens laat zien of juist niet;
- hoe kun je troosten of helpen als iemand verdriet heeft?

4. Enkele dagen na de begrafenis/crematie

Het doel van dit gesprek is vooral het bespreekbaar maken van de gevoelens die sinds de afsheidsdienst bij de leerlingen naar boven zijn gekomen en het maken van afspraken voor de toekomst. Centraal in dit gesprek staan 'de dingen van alledag' en 'vooruitkijken'.

Thema's in dit gesprek kunnen zijn:

- wat doen we met de lege stoel: blijft de stoel dit jaar leeg of gaat er iemand op zitten;
- ongelukken en ongelukkige gevoelens: hoe kunnen we ervoor zorgen dat er in de toekomst geen nieuwe slachtoffers vallen (als de overledene is omgekomen bij een ongeval of als gevolg van een suïcide);
- verdriet en andere gevoelens rond de dood: hoe lang mag je daar last van hebben, waar kun je terecht als je er eens over wilt praten of er hulp bij nodig hebt? (voor adressen zie hoofdstuk 14 "Instanties en websites")

5. Enkele weken na de begrafenis/crematie

Het doel van dit gesprek is vooral om leerlingen duidelijk te maken dat allerlei gevoelens over het sterfgeval ook na verloop van tijd nog kunnen spelen. Centraal staat 'terugkijken'.

Thema's in dit gesprek kunnen zijn:

- een evaluatie van de voorgaande periode, de berichtgeving, de manier waarop erover gesproken is, de bijdrage die de school/groep heeft geleverd bij de uitvaart of crematie;
- de herinneringen aan de overledene: hoe blijft de overledene in de herinnering voortleven, welke aardige dingen blijven we ons herinneren, zijn er ook minder leuke herinneringen;
- mag je minder leuke herinneringen hebben (Ja!) of moet je je daar schuldig over voelen (Nee!)?

Door regelmatig kringgesprekken te voeren waarin de leerlingen met hun vragen en emoties voor de dag kunnen komen, worden het praten over de dood en de belevingen daaromheen voor veel leerlingen steeds gemakkelijker. Het helpt hen - om in fasen - het sterfgeval te verwerken.

Gestructureerde gesprekken

Hoewel kringgesprekken de ruimte moeten bieden aan leerlingen om hun emoties en (mogelijk verwarde) gedachten te uiten, is het van groot belang om de gesprekken gestructureerd te laten verlopen. Die structuur biedt leerlingen namelijk de veiligheid die ze - juist bij dit soort moeilijke gesprekken - nodig hebben.

1. Voorbereiding

Ga met de leerlingen in een ruimte zitten die voor hen vertrouwd is: het eigen lokaal, de kantine of het overblijflokaal. Plaats de stoelen (zo mogelijk) in een U-vorm zonder tafels ervoor. Ga zelf aan het hoofd van de U-vorm zitten en zorg ervoor dat u alle leerlingen kunt aankijken.

2. Inleiding van het gesprek

Vertel wat uw (belangrijkste) bedoeling is met dit gesprek. Vertel dat een sterfgeval/overlijdensbericht van iemand in de directe omgeving altijd bij de mensen die hem/haar kenden allerlei gevoelens, gedachten en vragen oproept. Vertel ook dat het heel goed en belangrijk is om daarover te praten zodat je er niet in je eentje over blijft piekeren. Als u een thema wilt bespreken, leidt dat dan - kort - in. Vertel erbij dat het thema alleen een 'opstapje' is voor het gesprek en dat alles wat de leerlingen willen inbrengen of vragen voor gaat. Vertel ook dat het niet de bedoeling is dat iemand zich gedwongen voelt om iets te vertellen of te zeggen wat hij/zij niet kwijt wil.

Aandachtspunten:

- wees zelf open en eerlijk;
- wees niet bang uw eigen gevoelens te tonen, het zal de leerlingen waarschijnlijk alleen maar helpen om uw voorbeeld te volgen;
- praat daarbij zoveel mogelijk in de ik-vorm (ik-boodschappen).

3. De leerlingen aan het woord

Het kan voor leerlingen heel moeilijk zijn om in een groep hun gevoelens te uiten of hun (misschien verwarde) gedachten uit te spreken. U kunt hen helpen door bijvoorbeeld te vragen:

- "Ik ben ontzettend geschrokken van dit bericht. Ik ben er ook heel erg door aan het denken geslagen. Ik vraag me af hoe jullie ertegenaan kijken. Wie zou daar iets over willen zeggen?";
- "Het is nu al een paar weken geleden dat ...x... overleden is. Ik merk dat ik nog regelmatig aan hem/haar terugdenk. Is dat bij jullie ook zo? Wie wil daar iets over zeggen?".

Als de leerlingen met hun emoties, vragen en gedachten voor de dag komen is het van belang om zoveel mogelijk te luisteren. Geef geen commentaar. Luister en vraag zo nodig door. Bedank leerlingen die iets verteld of gevraagd hebben of geef ze op een andere manier een complimentje daarvoor. Als leerlingen elkaar becommentariëren, leg dan uit dat iedereen zijn/haar eigen gevoelens en gedachten heeft en dat het niet nodig is dat anderen er precies zo over denken.

Aandachtspunten:

- luister zoveel mogelijk actief, invoelend ("Je bedoelt ...?", "Je voelt je ...?", "Je probeert me duidelijk te maken dat ...?");
- iedere leerling die iets wil zeggen moet daartoe de kans krijgen. Sommige leerlingen moeten daar extra toe worden uitgenodigd door hen met hun naam aan te spreken: "Saskia, wat denk jij als je dit hoort? Wil jij daar ook iets over vertellen?" (Als Saskia er niets over wil vertellen, moet dat uiteraard gerespecteerd worden!).

Soms leidt een kringgesprek tot voornemens, plannen of ideeën. Probeer die steeds zo concreet mogelijk samen te vatten en peil de meningen van de groep. Schrijf zo nodig afspraken, plannen of wensen die geuit zijn op het bord. Peil tot slot ook de meningen over het gesprek en ga na of er behoefte is aan meer gesprekken of kondig aan wanneer u van plan bent een vervolgesprek te houden.

Specifieke methodes

Soms is het nodig om met behulp van een specifieke methode de leerlingen te helpen hun gevoelens en gedachten in de groep te bespreken. Bij het eerste gesprek (direct na het overlijdensbericht) is het niet wenselijk om specifieke methodes te hanteren: dat gesprek zal een vrijwel onvoorbereid gesprek zijn. Maar bij het tweede en eventueel volgende gesprek kan een specifieke methode heel nuttig zijn.

Er zijn verschillende methodes voor dit soort kringgesprekken denkbaar. We noemen er drie:

1. 'Lege hoofdjes'

Geschikt voor: Kinderen vanaf de middenbouw van het basisonderwijs.
Doel: Kinderen helpen hun eigen gedachten en gevoelens over de dood onder woorden te brengen.
Werkwijze: Teken de contouren van een (kinder)hoofdje ter grootte van een A-4; kopieer dat voor elk kind; deel de fotokopieën uit en vraag aan de kinderen om in de hoofdjes de woorden te schrijven die volgens hen als eerste door het hoofd schieten bij iedereen die erbij betrokken is. Als iedereen klaar is, kunnen de hoofdjes opgehangen worden. Vraag aan de kinderen hun hoofdje zelf toe te lichten. Vervolgens kan aan de groep gevraagd worden of zij dat ook hebben. Vraag de kinderen ook wat je het beste kunt doen als je zoiets denkt of voelt.

2. Vragendoos

Geschikt voor: Leerlingen vanaf de middenbouw van het basisonderwijs.
Doel: Leerlingen helpen met de verwerking van het gemis en verdriet.
Werkvorm: De kinderen stoppen de vragen die hen bezighouden in een doos. Niemand hoeft zich te schamen omdat hij/zij een gekke vraag heeft want er is de bescherming van de anonimiteit. Tijdens een kringgesprek worden alle vragen besproken. U kunt zelf ook vragen aan de kinderen voorleggen:

- wat zou je nog tegen je overleden groepsgenootje willen zeggen;
- waar denk je het meeste aan als je aan hem/haar denkt;
- wat zul je het meeste missen?

Vervolgens kunnen de leerlingen voor zichzelf of in groepjes gaan werken. Enkele ideeën:

- ze bedenken wat de overleden leerling of leerkracht voor iemand was en zetten dat in enkele regels op papier;
- ze bedenken hoe ze zich de overledene willen blijven herinneren en schrijven dat op;
- ze maken een tekening voor de overledene of voor de ouders/familie;
- ze maken een collage waarin ze de kenmerken van de overleden leerling of leerkracht en de herinneringen aan hem/haar verwerken;
- ze schrijven een gedichtje voor de overledene;
- ze verwoorden hun gevoelens in een afscheidsbrief aan de leerling of leerkracht of in een troostbrief aan de ouders.

De werkstukken kunnen worden gebundeld in een boek en aan de ouders/familie worden gegeven. Dat boek kan een plaatsje krijgen bij de kist waarin de overledene is opgebaard.

3. 'Dood eerlijk'

Geschikt voor: Leerlingen vanaf de middenbouw van het basisonderwijs.
Doel: Leerlingen helpen te praten over hun gedachten en gevoelens.
Werkvorm: Voordat het spel gespeeld kan worden, schrijft u een aantal aanvulzinnen op kaarten. De kinderen zitten in een kring en pakken om beurten een kaart van de stapel. Ze lezen de zin voor en vullen die vanuit hun eigen beleving aan. Ook de andere leerlingen krijgen de kans de zin aan te vullen.

Voorbeelden van aanvulzinnen:

- toen ik hoorde dat ...;
- er is mij nooit verteld dat ...;
- ik wou dat ik kon ...;
- vaak vraag ik me af ...;
- ik zou willen dat ik nooit ...;
- ik zou nu nog tegen (naam overledene) willen zeggen ...

Aandachtspunten bij deze kringgesprekken

1. Het is mogelijk dat leerlingen bij dergelijke gesprekken hun eigen emoties niet de baas kunnen, er geen grip meer op hebben ("flippen/uit de bol gaan"). Als dat gebeurt, is het van het grootste belang om direct hulp in te schakelen (zie hoofdstuk 15. "Instanties en websites"). Stop het gesprek, blijf bij de leerling die geen grip meer heeft op zijn/haar eigen emoties en schakel een collega in om de rest van de klas op te vangen. Als u de indruk heeft dat een leerling in de klas zo labiel is dat de kans bestaat dat deze bij een kringgesprek geen grip meer heeft op zijn/haar eigen emoties, overweeg dan wat u het beste kunt doen:
 - geen kringgesprek voeren (heeft het nadeel dat de rest van de groep minder goed opgevangen wordt dan zou kunnen);
 - een kringgesprek voeren zonder de labiele leerling erbij (heeft mogelijk een stigmatiserende uitwerking);
 - en voorgesprek voeren met de labiele leerling.
2. Accepteer dat niet iedereen positieve gevoelens ten opzichte van de overledene koestert.
3. Wees alert op 'wilde verhalen', 'verheerlijking van de (zelfgekozen) dood' en andere signalen.
4. Zorg dat u uw indrukken en de signalen die u opvangt in een dergelijk kringgesprek binnen de school kan bespreken met een collega, een leerlingbegeleider en/of een groep collega's.
5. Maak zo nodig afspraken met de jeugdverpleegkundige/jeugdarts van de GGD of een andere hulpverlener/-hulpverlenende instantie om uw signalen, indrukken, vragen en twijfels te bespreken (voor adressen zie hoofdstuk 14. "Instanties")

12. INSTANTIES EN WEBSITES

Inleiding

In dit hoofdstuk vindt u een aantal instanties die hulp kunnen bieden als er plotseling en onverwacht een leerling of leerkracht overlijdt. Bij elke instantie staat kort beschreven welke hulp er geboden kan worden. Daarnaast zijn er talrijke verschillende websites rondom de thema's kinderen rouw en school. Hiervan is slechts een kleine selectie opgenomen, waarop weer vele links naar andere websites te vinden zijn.

Instanties

www.achterderegenboog.nl

Stichting Achter de Regenboog is er voor kinderen en jongeren, die van dichtbij te maken hebben (gehad) met het overlijden van een dierbare.

Calamiteitenteam KPC Groep

De onverwachte dood van leerlingen of docenten, een steekpartij op het schoolplein, (seksueel) geweld naar leerlingen of docenten. Soms wordt een school zo diep geraakt dat het normale functioneren wordt bedreigd en er spoedeisende hulp nodig is. Wanneer u dit meemaakt kunt u kosteloos een beroep doen dit team van experts.

Calamiteitenteam KPC Groep

Postbus 482

5201 AL 's Hertogenbosch

Tel. 073 6247233

www.kpcgroep.nl/calamiteitenteam

GGD Zuid-Limburg

Slachtofferhulp

Slachtofferhulp kan helpen bij schokkende gebeurtenissen zoals een ongeval of misdrijf. Medewerkers van slachtofferhulp kunnen snel ter plekke zijn en de eerste opvang bieden.

De opvang kan variëren van het voeren van gesprekken tot het regelen van praktische zaken. Vervolggesprekken zijn mogelijk.

Slachtofferhulp Nederland

Telefonisch servicepunt 0900-0101 (lokaal tarief)

www.slachtofferhulp.nl

Websites gespecialiseerd in informatie over de dood, verdriet en rouw

www.stichtingjongehelden.nl

Het doel van Stichting Jonge Helden is: voorkomen dat kinderen/tieners ernstig vastlopen, nadat ze met een ingrijpend verlies te maken hebben gehad dat ze niet (voldoende) hebben kunnen verwerken. Dit kunnen kinderen en jongeren zijn:

- waarvan de vader, moeder, broer of zus is doodgegaan
- met scheidende of gescheiden ouders
- met een ernstig ziek gezinslid.

<http://www.kindenrouw.nl/>

Deze stichting wil kinderen helpen in hun rouwproces, na het overlijden van een ouder, broer of zusje of een andere dierbare persoon. De stichting richt zich in eerste instantie op het geven van voorlichting aan scholen, instellingen en particulieren die met rouwende kinderen te maken hebben. Ze heeft een viertal films op dvd uitgebracht en verstrekt brochures. Zij is opgericht door een aantal particulieren die dit grote verdriet als kind 'aan den lijve' hebben ondervonden.

www.in-de-wolken.nl

In de Wolken richt zich op verliessituaties die ontstaan door het overlijden van een belangrijke ander. Er worden brochures, boeken en andere materialen ontwikkeld voor rouwenden. Hoewel In de Wolken zich richt op alle rouwenden is zij met name gespecialiseerd in rouwende kinderen en jongeren.

Op de website van 'In de wolken' vindt u suggesties voor **boeken** over het thema:

- o **Kinderen:** <http://www.in-de-wolken.nl/kinderen-boeken>
- o **Jongeren:** <http://www.in-de-wolken.nl/jongeren-boeken>
- o **Rouw in diverse culturen:** <http://www.in-de-wolken.nl/cultureleachtergrondenliteratuur>
- o **Omgaan met rouw op school:** <http://www.in-de-wolken.nl/rouwopschool>

www.nji.nl

Het Nederlands Jeugdinstituut heeft een digitaal dossier gepubliceerd over de gevolgen van het overlijden van een kind. Het dossier besteedt aandacht aan het verloop van het rouwproces in het gezin en aan hoe het gezin de draad weer kan oppakken. Het dossier biedt ook een overzicht van voorzieningen en lotgenotenorganisaties waar het gezin steun of hulp kan krijgen en bevat cijfers, instrumenten, relevante onderzoeken, literatuur en websitelinks. <http://www.nji.nl/smartsite.dws?id=120087>

www.rouwnazelfdoding.nl

Website met publicaties en over voorlichting, advies en begeleiding voor nabestaanden na zelfdoding.

Websites, speciaal voor het onderwijs:

www.heermans.demon.nl

Rouwkost. Website over rouwverwerking op de basisschool met lessuggesties, stappenplan en literatuurlijsten (<http://www.heermans.demon.nl/literatuurlijst.htm>)

www.internetwijzer-bao.nl

Vele links naar rouwprotocollen, lessuggesties, verdrietkoffers en ervaringen.

www.kpcgroep.nl

Onder het thema calamiteiten is een enorm aantal lessuggesties, draaiboeken, checklisten en voorbeeldbrieven te vinden m.b.t. de onderwerpen verlies, zelfdoding, ernstige ziekte, vermissing (gezins) moord, seksueel geweld en mishandeling, (inter) cultureel geweld, intimidatie, internetgeweld, loverboys, ontvoering, brand, drugs, wapenbezit en rampen op afstand.

www.yarden.nl

Yarden vereniging heeft lespakketten ontwikkeld die inzicht bieden in de mogelijkheden van handelen in een crisissituatie, bijv. het lespakket "Hoe moet ik nou toch die klas/groep in?". Tevens heeft Yarden een eigen jeugdwebsite die is ontwikkeld in samenwerking met Stichting de kinderconsument. De kindersite is opgesplitst in drie subgroepen, 4-6 jaar, 7-9 jaar en 10-12 jaar.

www.leraar24.nl/dossier/533

Op Leraar24 vindt u een dossier en video's over omgaan met verlies en rouwverwerking.

Bijlage 1 Formulierenet

Hierbij treft u een aantal formulieren, voorbeeldbrieven en voorbeeldcommuniqués aan die gebruikt kunnen worden:

- o bij de communicatie over een plotseling sterfgeval;
- o om gegevens en afspraken vast te leggen.

Standaard formulieren

Vaak is het moeilijk om steeds weer 'het verhaal' over een plotseling overlijden te vertellen. Om zeker te zijn van de juiste informatie legt u die vast op het casusformulier. Op het sleuteltrio-formulier is of wordt vastgelegd wie de aanspreekbare personen zijn in een geval van een plotselinge dood.

Het kan handig zijn een kopie van beide ingevulde formulieren op een vaste centrale plaats ter beschikking te hebben.

Voorbeelden van brieven en communiqués

Om te zorgen dat iedereen voldoende geïnformeerd is, kan gebruik gemaakt worden van communiqués en brieven voor leerlingen, ouders en personeel. Ze kunnen op prikboarden worden opgehangen, ter plaatse uitgedeeld of per post verspreid worden. Enkele voorbeelden worden gegeven, maar ieder geval is anders en iedere school heeft natuurlijk zijn eigen cultuur en toon. De voorbeelden geven een indruk van de soort informatie die gegeven moet worden.

Voorbeeld casusformulier

Overleden is op: (datum)

Naam:

Contactpersoon familie:

Adres familie:

Telefoonnr.:

Stellen wel/geen prijs op medelevende telefoontjes.

Contactpersoon school:

Hij/zij was leerling van groep:

Broertje/zusje van: Groep:

..... Groep:

Vriendje/vriendinnetje van: Groep:

..... Groep:

..... Groep:

..... Groep:

Het overlijden is het gevolg van:

.....

Waren er anderen bij? Ja/Nee

Zo ja, wie (van school):

.....

Verdere bijzonderheden mogen wel/niet bekend gemaakt worden:

.....

De begrafenis/crematie wordt verzorgd door:

tel.nr

en vindt plaats op

datum te

tijd

Met de familie is afgesproken:

Bloemen ja/nee bijzonderheden:

toespraak ja/nee wie:

advertentie namens school ja/nee

aantal aanwezigen namens school:

leerlingen uit eigen groep ja/nee

(denk hierbij aan het advies om ouders van basisschoolleerlingen mee te laten gaan naar de uitvaart)

Leerlingen uit andere groepen: ja/nee

(denk hierbij aan het advies om ouders van basisschoolleerlingen mee te laten gaan naar de uitvaart)
Verder afspraken met de familie:

Voorbeeld sleuteltrioformulier

Schooljaar /

Sleutelfiguren die verantwoordelijk zijn voor coördinatie en regie bij plotseling overlijden van een lid van de schoolgemeenschap
(Advies is (1) en (2) in te vullen aan het begin van elk schooljaar)

1. Namens de directie

dhr./mevr.....
 adres
 tel.nr.
 Plaatsvervanger
 dhr./mw
 adres
 tel.nr.

2. Namens de ouders

dhr./mw.....
 adres
 tel.nr.
 Plaatsvervanger
 dhr./mw.....
 adres
 tel.nr.

3. De leerkracht van de groep van de overledene

dhr./mw
 adres
 tel.nr.

Voorbeeldbrief overlijden van een leerling

Plaats, datum

Geachte ouders, verzorgers,

Gisterochtend is er een ernstig ongeluk gebeurd dat het leven heeft gekost aan, leerling uit groep X van onze school.

Wij zijn hierdoor erg geschokt en verdrietig. Alle kinderen zijn hiervan in een groeps gesprek op de hoogte gesteld.

Wij hopen dat u thuis uw kind goed kunt opvangen als het erover wil praten. Ten behoeve hiervan vindt u achter deze brief enige informatie.

Namens de ouders vanhet verzoek om hen nu niet thuis te bellen. Hoe begrijpelijk uw medeleven ook is, dergelijke telefoontjes vormen een zware belasting. Wel kunt u de school bellen.

D heer/mevrouw onderhoudt het contact met de familie en zal ons verder op de hoogte houden. Als er meer bekend is over hoe wij afscheid kunnen nemen van, berichten wij u hierover.

Met vriendelijke groet,

Vervolgbrief overlijden van een leerling

Plaats, datum

Geachte ouders,

De plichtigheid voor de begrafenis van zal plaatsvinden in de aula van de algemene begraafplaats.....te.....
.....,
op dag om uur

Na de begrafenis is er gelegenheid tot condoleren in de ontvangstkamer van de begraafplaats.

De school wordt vertegenwoordigd door twee teamleden en enkele leden van de ouderraad. Na contact met de familie kan ik u meedelen dat ouders die met hun kind(eren) afscheid willen nemen hierbij ook uitgenodigd zijn.

Het zal duidelijk zijn dat u een dergelijke beslissing zelf moet nemen omdat u het beste weet wat een dergelijke plichtigheid kan losmaken bij uw kind(eren).

U hoeft voor deze dag niet apart toestemming tot vrijaf te vragen.

Wij kunnen ons voorstellen dat de verwerking van deze tragische gebeurtenis in sommige gevallen niet zonder problemen verloopt. Bij vragen of moeilijkheden met de verwerking kunt u contact met ons opnemen.

Team

..... school

Voorbeeldbrief overlijden van een ouder

Plaats, datum.

Beste ouders, verzorgers,

Helaas moet ik u meedelen, dat de moeder vanuit groep X is overleden. Zij leed al heel lang aan een ongeneeslijke ziekte, waar gisteren een einde aan is gekomen.

Op school willen wij meeleven met iedereen in vreugdevolle, maar ook in droevige tijden. Woorden blijven voor je gevoel maar woorden, waarmee je stuntelend en niet begrijpend probeert te zeggen wat je zou willen zeggen, maar we hebben bij een brief nu eenmaal niets anders dan woorden.

Wij leven mee met, met zijn/haar oudere broer/zus en met zijn/haar vader bij dit grote verlies. Zo gauw wij iets meer weten over de mogelijkheid tot condoleren en de begrafenis zullen wij u hiervan op de hoogte stellen.

.....

Vervolgbrief overlijden van een ouder

Plaats, datum.

Beste ouders, verzorgers,

In aansluiting op de brief vandag, kan ik u medelen, dat de begrafenis vanzal plaatsvinden op

De rouwdienst zal worden gehouden omin
De begrafenis zal daarna plaatsvinden op de Begraafplaats

.....
adres.....
om

Na afloop hiervan is er gelegenheid tot condoleren bij
Namens alle betrokkenen bij onze school is er een blijk van medeleven gestuurd aan de familie.
Bij de uitvaart zullen namens de school.....aanwezig zijn en vertegenwoordigers namens het bestuur en ouderraad.

Wij dachten dat het ook goed was dat kinderen uit de groep(en) vandie dat willen er bij kunnen zijn om hun klasgenootje te laten zien dat zij meeleven. Om begrijpelijke redenen moeten zij dan wel onder begeleiding van een ouder naar de plechtigheid gaan. Deze kinderen kunnen dan omuur uit school gehaald worden.

Wij kunnen ons ook voorstellen dat kinderen er niet naar toe willen om uiteenlopende redenen of dat er geen begeleiding van ouders bij kan zijn. Deze kinderen kunnen gewoon op school blijven, alwaar opvang geregeld is.

Wij hopen op deze manier als 'school' onze betrokkenheid met elkaar te laten blijken en de familie..... tot steun te zijn zoveel als mogelijk is.

.....

Voorbeeldbrief overlijden van een leerkracht

Plaats, datum.

Geachte ouders, verzorgers,

Het doet mij enorm veel verdriet u mee te moeten delen, dat(naam leerkracht) vanochtend is overleden.

Vol hoop en vertrouwen in de toekomst heeft zij tot het laatste ogenblik tegen haar ziekte gestreden. De laatste dagen in het ziekenhuis wist ze zich omringd door haar gezin, familie en vrienden. Velen zijn bij haar op bezoek geweest en hebben afscheid van haar kunnen nemen.

De kinderen zijn door hun leerkrachten op de hoogte gesteld. Het sterven van een naaste is een ingrijpende gebeurtenis in het leven van een kind. Het overlijden van een leerkracht is daarop geen uitzondering. De leerkrachten doen hun uiterste best de leerlingen zo goed mogelijk op te vangen en te begeleiden. Veel kinderen zullen thuis willen praten over het slechte nieuws en steun van u nodig hebben bij het verwerken ervan. Ik vertrouw erop dat u uw kind zult opvangen en begeleiden.

Van bijzonderheden rond de begrafenis zal ik u zo spoedig mogelijk op de hoogte brengen.

Vriendelijke groeten,
namens het team,
.....(directeur)

Vervolgbrief overlijden van een leerkracht

Plaats, datum

Geachte ouders, verzorgers,

(Datum, tijd).....zal de begrafenis vanplaatsvinden op begraafplaats
.....

Die dag is de school gesloten en hebben de kinderen geen les. Tot de begrafenis isthuis.

Tijdens de bijeenkomst in de aula wordt door een paar mensen het woord gevoerd en zal muziek klinken.
..... hield erg van bloemen. Na afloop van de plechtigheid bestaat de mogelijkheid tot condoleren.

Kinderen kunnen de begrafenis alleen bijwonen als zij door een ouder vergezeld worden. Voor ouders en kinderen, die daaraan behoefte hebben is de school op vanaf 15.00 uur geopend. Zij kunnen van die gelegenheid gebruik maken om met elkaar over de gebeurtenissen te praten.

U kunt de familie een kaartje sturen of op condoleancebezoek gaan. Als u op bezoek wilt gaan vraagt de familie vooraf even te bellen. Het is praktisch, wanneer u, als dat mogelijk is samen met anderen op bezoek gaat.

Vriendelijke groeten,
.....(directeur)

Bijlage 2 Informatie voor ouders: rouwverwerking bij kinderen

Soms krijgen kinderen (plotseling) te maken met dood, geweld of een vreselijk ongeval. Dat kan hen diep raken. Kinderen hebben tijd nodig om dit te verwerken. U als ouder of verzorger kunt hier bij helpen.

Hoe zien kinderen de dood?

Hoe kinderen de dood zien hangt af van hun leeftijd.

Kinderen van 3 tot 6 jaar kennen het verschil tussen leven en dood. Ze gebruiken het woord 'dood' in hun spel. Bijvoorbeeld: Jij bent dood, je moet blijven liggen. Kinderen van deze leeftijd weten dat mensen en dieren dood kunnen gaan. Maar ze begrijpen nog niet dat dit voor altijd is; ze verwachten dat de dode gewoon weer terugkomt. Als er iemand is overleden, stellen ze veel vragen. Bijvoorbeeld: kan hij niet meer lopen, kan hij nog wat horen als ik wat zeg, wordt hij nou niet vies in de grond?

Kinderen van 6 tot 9 jaar beginnen te begrijpen dat de dood voor altijd is. Iemand die dood is komt nooit meer terug. Wat dood-zijn precies inhoudt weten ze nog niet. Ze beginnen te beseffen dat iedereen dood kan gaan, dus ook de mensen van wie ze houden. Dit maakt hen bang. Als ouders even weggaan kan een kind vragen: komen jullie wel weer terug? Op deze leeftijd stellen kinderen vragen over de kist, de begrafenis en het kerkhof. Ze willen ook weten wat er na de dood gebeurt.

Kinderen van 9 tot 12 jaar weten dat alles wat leeft eens dood zal gaan. In deze leeftijd worden kinderen steeds minder afhankelijk van volwassenen. Om niet te kinderachtig te lijken, vragen ze meestal weinig aandacht voor hun angst en verdriet.

Praten met kinderen over de dood en de overledene

Praat met uw kind over de dood en degene die dood is. Probeer zo duidelijk mogelijk uit te leggen wat 'dood' precies is. Vooral bij heel jonge kinderen is dit erg belangrijk, want anders halen ze zich van alles in hun hoofd. Vertel dat iemand die dood is niets meer voelt. Hij voelt dus geen pijn en heeft het ook niet koud.

Leg de dood *niet* op de volgende manieren uit:

- Dood zijn is slapen, maar dan voor altijd. Uw kind kan dan bang worden als het zelf moet slapen. Slaap en dood zijn twee verschillende dingen.
- Dood gaan is op een verre reis gaan en nooit meer terugkomen. Ook dit is voor een kind lastig; het voelt zich in de steek gelaten. Waarom mocht uw kind niet mee? Het vriendje of de leerkracht kwam toch altijd terug als hij op reis ging?
- Iemand gaat dood omdat hij zo ziek is. Vooral kleine kinderen weten niet wat het verschil is tussen erge en minder erge ziekten. Als uw kind zelf eens een griepje heeft, kan het bang worden om dood te gaan. Een goede uitleg is daarom nodig. Bijvoorbeeld: een beetje ziek zijn betekent niet dat je dood gaat. Maar soms is een lichaam zo kapot dat het niet meer gemaakt kan worden.

Geef eerlijk antwoord op vragen van uw kind. Als u dingen niet vertelt, gaat uw kind er zelf over fantaseren. Dat is vaak erger dan de harde waarheid. U hoeft niet op alle vragen een antwoord te hebben. Ook volwassenen weten niet alles en vinden het soms lastig om over bepaalde dingen te praten. Uw kind mag dit best merken, u mag best zeggen 'Ik weet het niet, maar ik denk ...'.

De verwerking

Kinderen verwerken een plotselinge dood ongeveer op dezelfde manier als volwassenen. Maar kinderen zijn nog niet volwassen en hebben uw steun daarom hard nodig. Veel kinderen spelen de gebeurtenis na; ze zijn druk bezig met poppen, auto's en verkleedkleden. Dit is een goede manier om het sterfgeval te verwerken.

Zelf iets maken helpt kinderen ook om de dood een plaatsje te geven. Bijvoorbeeld: iets tekenen of iets knippen en in elkaar plakken. U kunt uw kind daarbij helpen door bijvoorbeeld samen een brief te schrijven als afscheid of samen een tekening te maken voor de ouders van degene die overleden is.

Let op uw kind als het kijkt naar bepaalde tv-beelden en foto's in de krant. Hoe reageert uw kind hierop? Sommige beelden kunnen de nare ervaring erger maken. Bijvoorbeeld: een vreselijke foto van een ongeluk met een vliegtuig of tv-opnames van een oorlog. Vlak na een vreselijke gebeurtenis is het niet goed dat een kind veel van deze beelden ziet. Laat uw kind vlak na een vreselijke gebeurtenis niet te lang alleen, maar geef het wel de ruimte om zich zo nu en dan even terug te trekken. Laat uw kind weten dat u in de buurt bent en blijft.

Het meegaan naar de begrafenis of crematie kan helpen bij het afscheid nemen. Uw kind moet van te voren wèl weten wat het kan verwachten.

Wat zijn normale reacties van kinderen op een sterfgeval?

Kinderen reageren verschillend op een (plotseling) sterfgeval. Het ene kind huilt veel en wil er over praten. Het andere kind gaat woest spelen of wordt heel druk. Weer een ander kind wordt stil en trekt zich terug.

Normale reacties op een sterfgeval zijn:

- stiller zijn dan anders;
- heel druk doen;
- minder interesse voor dingen hebben;
- onrustige slaap, nachtmerries;
- angstig gedrag, niet alleen durven zijn;
- om kleine dingen huilen of boos worden;
- minder goede cijfers op school;
- weer in bed plassen of weer duimzuigen;
- lichamelijke klachten zoals hoofdpijn en buikpijn;
- hongerig zijn;
- zich schuldig voelen over wat er gebeurd is;
- dingen doen of beslissen die het anders nooit zou doen.

Als u merkt dat uw kind anders doet, praat er dan over. Laat uw kind zijn eigen verhaal vertellen.

Wat hoorde het, zag het en rook het?

Wat dacht en voelde het?

En wat deden of zeiden anderen?

Het belangrijkste voor alle kinderen is dat ouders tijd voor hen nemen. Tijd om te praten en tijd om samen iets te gaan doen. Soms merken ouders niet dat hun kind bezig is met wat er gebeurd is. Een kind droomt er bijvoorbeeld over maar vertelt dit niet. Het gebeurt bijna nooit dat een (plotselinge) dood geen indruk maakt. Blijf daarom goed kijken en luisteren naar uw kind. Sta uw kind tijdelijk toe dat het zich anders gedraagt. Bijvoorbeeld: woest spelen en af en toe niet luisteren. Maak daarover een tijdje geen ruzie.

Hulp

Het kan zijn dat u zelf zo geschrokken bent dat u uw kind niet goed kunt helpen. Zoek dan hulp voor uzelf en zorg ook dat uw kind zijn of haar verhaal ergens kwijt kan. Zoek hulp voor uw kind als het na een paar maanden nog niet weer de oude is. U kunt contact opnemen met:

- uw huisarts
- of met de afdeling jeugdgezondheidszorg van de GGD Zuid-Limburg