

# **PROTOCOL**

**PLOTSELINGE DOOD  
VAN EEN LEERLING OF LEERKRACHT  
IN HET (SPECIAAL) BASISONDERWIJS**

GGD Limburg-Noord  
Januari 2010

## INHOUDSOPGAVE

VOORWOORD .....	7
1. STAPPENPLAN .....	8
Inleiding	
Consultatie	
Stap 1: Het bericht	
Stap 2: Sleuteltrio	
Stap 3: Duidelijkheid	
Stap 4: Het informeren van de schoolgemeenschap	
Stap 5: Contact met de ouders/familie van de overledene	
Stap 6: Informeren van ouders	
Stap 7: Aangepast rooster	
Stap 8: Begeleiding tussen overlijden en uitvaart	
Stap 9: Administratieve zaken	
Stap 10: Individuele begeleiding van leerlingen	
Stap 11: Nazorg voor de groepsleerkracht en het team	
Stap 12: Terugkijken, evalueren	
2. ZELFDODING .....	15
Inleiding	
Afstemming en overwegingen	
3. OMGAAN MET DE PERS.....	16
Inleiding	
Aanbevelingen	
4. ANALYSE VAN EIGEN EMOTIES .....	17
Inleiding	
Uiten van emoties	
Zelfreflectie	
5. SLECHT NIEUWS GESPREKKEN .....	19
Inleiding	
Stap 1: De voorbereiding	
Stap 2: De inleiding	
Stap 3: Vertel het nieuws kort en bondig	
Stap 4: Ga in op de eerste emoties	
Stap 5: Geef zo nodig verdere toelichting	
Stap 6: Ga na welke hulp eventueel geboden moet worden	
6. HET INFORMEREN VAN LEERLINGEN.....	22
Inleiding	
Het vertellen van het slechte nieuws	
Eerlijk en duidelijk	
Concrete uitleg	
'Ik weet het niet'	
Stilte	
Verdere informatie	

7.	KINDEREN EN HET BESEF VAN DE DOOD .....	24
	Inleiding	
	Kinderen tot 3 jaar	
	Kinderen van 3 tot 6 jaar	
	Kinderen van 6 tot 9 jaar	
	Kinderen van 9 tot 12 jaar	
	Kinderen van 12 jaar en ouder	
8.	FASEN IN DE ROUWVERWERKING .....	26
	Inleiding	
	Fase 1: Boosheid, verdriet en angst	
	Fase 2: Desoriëntatie en desorganisatie	
	Fase 3: De ontkenning	
	Fase 4: Opstandigheid	
	Fase 5: Aanvaarding	
	Fase 6: Integratie	
	Tot slot	
9.	HET AFSCHEID, DE UITVAART .....	28
	Inleiding	
	Een condolérancebezoek	
	Afscheid nemen van de overledene	
	Deelname aan de uitvaart	
	Vorbereiding op een begrafenis	
	Vorbereiding op een crematie	
	Herdenkingsdienst op school	
	Culturele verschillen	
	Uitvaartrituelen in enkele andere culturen	
	Rituelen tijdens of na de uitvaart	
10.	SUGGESTIES VOOR KRINGGESPREKKEN.....	32
	Inleiding	
	Doelen van een kringgesprek	
	Kringgesprekken op verschillende momenten	
	1. Direct na het bekend worden van het overlijdensbericht	
	2. Eén of twee dagen voor de begrafenis/crematie	
	3. Direct na de begrafenis/crematie	
	4. Enkele dagen na de begrafenis/crematie	
	5. Enkele weken na de begrafenis/crematie	
	Gestructureerde gesprekken	
	1. Vorbereiding	
	2. Inleiding van het gesprek	
	3. De leerlingen aan het woord	
	Specifieke methodes	
	1. 'Lege hoofdjes'	
	2. Vragendoos	
	3. 'Dood eerlijk'	
	Aandachtspunten bij deze kringgesprekken	

11. ANDERE WERKVORMEN .....	38
Inleiding	
Spel	
Tekenen, knutselen	
De laatste boodschap op een kaartje	
Kaarten maken	
(Voor)lezen	
Poëzie	
En verder ...	
Aandachtspunten bij deze werkvormen	
12. LESKISTEN DOOD EN ROUW .....	40
Inleiding	
Leskisten Dood en Rouw	
Te leen	
13. LITERATUUR .....	41
Inleiding	
1. Boeken voor leerkrachten als hulpverlener	
2. Boeken algemeen, filosofie, kennis	
3. Poëzie	
4. Boeken over zelfdoding	
5. Boeken voor ouders en nabestaande volwassenen	
6. Boeken voor kinderen om te kijken, voor te lezen en zelf te lezen	
7. Boeken voor broertjes, zusjes en andere jeugdige nabestaanden	
14. INSTANTIES EN WEBSITES .....	53
BRONVERMELDING EN COLOFON .....	54
BIJLAGE 1: FORMULIERENSET .....	54
- Voorbeeld casusformulier	
- Voorbeeld sleuteltrioformulier	
- Voorbeeld communiqué basisonderwijs	
- Voorbeeldbrief basisonderwijs/ouders	
BIJLAGE 2: 'UW KIND HEEFT EEN SCHOKKENDE GEBEURTENIS MEEGEMAAKT;.....	62
INFORMATIE VOOR OUDERS'	



## VOORWOORD

Een onverwacht sterfgeval doet zich - gelukkig - maar zelden voor binnen een school. Maar als het zich voordoet, is het een gebeurtenis die de gehele 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 (ouder, broer of zus) hebben de afdeling Jeugdgezondheidszorg van de GGD Limburg-Noord het bestaande Handboek Dood en Rouw geactualiseerd aan de hand van het protocol van de GGD Groningen.

Het protocol 'Plotselinge Dood' bevat onder meer achtergrondinformatie, gesprekstips, aandachtspunten voor het verwerkingsproces en standaardbrieven. Het protocol biedt directie en leerkrachten een zekere houvast in de - mogelijk - verwarde situatie die zich voordoet wanneer een leerling of leerkracht onverwacht overlijdt.

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

Dit protocol is niet bedoeld ter vervanging van directe contacten. Integendeel: er wordt geadviseerd om, als daar behoefte aan is, snel contact te zoeken met bijvoorbeeld de arts JGZ of verpleegkundige JGZ van de GGD Limburg-Noord. De GGD is in het verleden regelmatig door scholen benaderd voor advies en ondersteuning naar aanleiding van een onverwacht sterfgeval.

**Venlo, juni 2009**

**T. Groendijk**

**Manager afdeling JGZ, GGD Limburg-Noord**

## 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 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. Zo kunt u als school een beroep doen op de verpleegkundige of jeugdarts JGZ van de GGD Limburg-Noord. Andere instanties en contactpersonen zijn te vinden in hoofdstuk 14. Instanties en websites.

### Stap 1: Het bericht

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

Het overlijdensbericht kan op diverse manieren binnenkomen:

- via het mondelinge circuit;
- telefonisch;
- per post;
- door middel van een advertentie in de krant;
- via een officiële melding aan directie of administratie.

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 contact-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). De groepsleerkracht of intern begeleider kan het bericht verifiëren bij vrienden of burens en de directie kan dit doen bij politie, huisarts of jeugdarts JGZ van de GGD.

C. Bij een plotselinge dood van een leerling of leerkracht op school is het vanzelfsprekend dat de ouders/familie direct worden geïnformeerd, bij voorkeur door de directeur (meer

informatie: zie hoofdstuk 5. 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 goed gecoördineerde actie (reactie) van de school. Daarom is het aan te bevelen een zogenaamd 'sleuteltrio' te vormen dat bestaat uit:

- de directeur of diens vervanger;
- de groepsleerkracht;
- de vertegenwoordiger van de oudercommissie;
- eventueel anderen zoals de interne begeleider en een extern deskundige.

Dit sleuteltrio ontwikkelt en coördineert de activiteiten, stemt de agenda's op elkaar af en is de komende week voor onderling beraad bereikbaar. Het is van belang om af te spreken wie de eindverantwoordelijkheid heeft.

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 van 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 4. 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 en vriendinnetjes 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 mogelijke contacten opnemen met de familie zoals externe hulpverleners, leerplichtambtenaar 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**

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.

De getroffen groep moet direct aan het begin van de dag geïnformeerd worden. Hoe dat het beste kan gebeuren is te lezen in hoofdstuk 6. 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 of leerlingbegeleider. Het is van belang om de opvang zoveel mogelijk in de klas te houden. Desalniettemin moet er wel een ruimte ingericht worden waar leerlingen terecht kunnen die alleen maar willen huilen of erg overstuur zijn. Zorg daarbij voor de aanwezigheid van koffie, thee, limonade, koek of 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 of leerlingbegeleider).

#### **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, verpleegkundige JGZ /jeugdarts JGZ 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, condoléance- 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 9. 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 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 Rijksinspectie.

### **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.

Rapporten en tekeningen kunnen het beste persoonlijk naar de ouders worden gebracht. Het is in ieder geval niet verstandig om dergelijke eigendommen aan broertjes of zusjes mee te geven.

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.

Ook kan gebruik worden gemaakt van de materialen in de leskisten Dood en Rouw van de GGD Limburg-Noord.

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 of de overleden leerling of leerkracht toonbaar is.

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.

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.

Meer inhoudelijke informatie over stap 8 is te vinden in hoofdstuk 7 t/m 12.

### **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. 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;

- psycho-somatische klachten als hoofd- en buikpijn;
- concentratiestoornissen;
- slapeloosheid;
- ander spelgedrag;
- stemmingswisselingen;
- angstdromen;
- toespelingen op suicide;
- slecht eten;
- wilde verhalen;
- lusteloosheid, moeheid;
- zondebok-verschijnselen;
- 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 leerlingenvolgsysteem 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 overdraagt.

Soms zal hulp van buitenaf wenselijk of nodig zijn. In overleg met de ouders kan de school besluiten om hulp in te schakelen.

Voor verwijsmogelijkheden zie hoofdstuk 14. Instanties en websites.

### **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.

### **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.

## 2. ZELFDODING

### Inleiding

Zelfdoding is een speciale vorm van een plotselinge dood. Er zijn enkele punten die u als school moet weten of overwegen als zich een situatie voordoet waarin het gaat om een 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.

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 waar u niet achter staat 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).

Meer inhoudelijke informatie over zelfdoding is te vinden in hoofdstuk 13. Literatuur en op de websites die in hoofdstuk 14 worden genoemd.

### **3. OMGAAN MET DE PERS**

#### **Inleiding**

In bijzondere gevallen raakt de pers betrokken bij de plotselinge dood. Als er in de media bijvoorbeeld aandacht is besteed aan een ongeval, kan de pers trachten een beeld te krijgen van de wijze waarop een school omgaat met rouwverwerking.

Vooral in situaties waarin een school zeer geschokt is door het plotselinge sterfgeval, is het niet altijd eenvoudig om de pers te woord te staan. Daarom worden in dit hoofdstuk kort enige aanbevelingen over het omgaan met de pers besproken.

#### **Aanbevelingen**

De belangrijkste aanbevelingen bij perscontacten zijn:

- zorg voor openheid en duidelijkheid (voorzover de direct betrokkenen hiervoor toestemming geven);
- laat alle contacten met de pers lopen via één woordvoerder.

De woordvoerder moet een zeker gezag hebben. Te denken valt aan de wethouder of de voorlichter van de gemeente (in geval van een openbare school), een vertegenwoordiger van het bestuur of de directie.

Onaangekondigd binnendringende reporters die zonder toestemming leerkrachten, leerlingen of ouders vragen stellen, kunt u de toegang weigeren. Bedenk echter wel dat de media ook hun werk moeten doen, probeer daarom altijd open en duidelijk te zijn. Maak eventueel een afspraak voor een interview op een tijdstip dat het de woordvoerder schikt. Ook kunt u voorstellen dit op een andere plaats dan op de school te doen.

#### 4. ANALYSE VAN EIGEN EMOTIES

##### Inleiding

Wanneer leerkrachten, leerlingbegeleiders en directie leerlingen willen helpen bij het verwerken van emoties die worden opgeroepen door het plotselinge sterfgeval, vraagt dat een professionele houding en opstelling.

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, leerlingbegeleider 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. In tegendeel: 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 (bijvoorbeeld in het sleuteltrio of 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 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?

Zo nodig kan een vertrouwde collega steun bieden en mee de klas ingaan.

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.

## 5. 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. In de vakliteratuur heet zo'n gesprek een 'slecht nieuws gesprek'. Zo'n 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 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 'opvangmogelijkheden' na het gesprek? Welke opvang is beschikbaar?

### Stap 2: De inleiding

Een slecht nieuws gesprek mag nooit een overval zijn! 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 nadere 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. Laat u de ander wel raden, dan laat u hem of haar als het ware een

strop om de eigen hals leggen en dat is in de gegeven omstandigheden wel erg cru. 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 meedeelt.

#### **Stap 4: Ga in op de eerste emoties**

Waarschijnlijk zal het overlijdensbericht leiden tot directe, heftige of minder heftige emoties: schrik, verbijstering, ongeloof, verzet en misschien ook al verdriet of woede. In feite zijn allerlei emoties denkbaar na een dergelijk bericht. Het is van groot belang daarvoor open te staan en daar actief, invoelend naar te luisteren.

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. Daarna kunt u aangeven dat u dergelijke emoties herkent, dat u misschien ook zo verbijsterd was toen u het nieuws hoorde en even geschrokken als degene aan wie u het nu vertelt. Maar geef eerst de ander de gelegenheid om zijn/haar eigen emoties te uiten!

#### **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 worden.

## Plotselinge dood van een leerling of leerkracht in het (speciaal) basisonderwijs

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 vervolgsprek? Het is van belang de mogelijkheden in dit opzicht te noemen voordat u het gesprek beëindigt. De verpleegkundige JGZ of jeugdarts JGZ van de GGD Limburg-Noord kan u hierbij van advies dienen. Meer hulpverlenende instanties of personen zijn te vinden in hoofdstuk 14. Instanties en websites.

## **6. 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 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 geen zin om God in de antwoorden te betrekken als de leerlingen voor het eerst met Hem geconfronteerd worden. Voorkom dat de dood voorgesteld wordt als de wil van God. Kinderen gaan dan twijfelen aan de betrouwbaarheid van God of worden bang dat God hen ook spoedig tot zich roept.

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 groepsgeenoot 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 groepsgeenoot 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, suggesties zijn te vinden in hoofdstuk 13. Literatuur.

### 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?

Meer informatie over deze vragen is te vinden in de hoofdstukken 9 t/m 12.

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.

## **7. 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**

Heel kleine 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 natuurlijkheid 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 met alle implicaties om te gaan.

### **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.

## **8. 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 niks. 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.

## **9. 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 condoléancebezoek**

Een condoléancebezoek, 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 schenken.

### **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 condoléancebezoek, 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.

Het is van belang dat voldoende leerkrachten 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**

Om kinderen voor te bereiden op een begrafenis kunt u gebruik maken van de informatie in deze paragraaf.

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 onder een soort afdakje, 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.

Maar 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 paddestoel kunt tikken.

### **Vorbereiding op een crematie**

Om kinderen voor te bereiden op een crematie kunt u gebruik maken van de informatie in deze paragraaf.

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 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 crematie vindt vrijwel altijd meteen plaats als iedereen nog in de koffiekamer is. 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 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.

### **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. 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 wordt een week rouw in acht genomen.

Hindoestanen kiezen bijna altijd voor een crematie omdat dat voor het lichaam de snelste manier is om terug te keren tot de bron. In de aula wordt de kist geopend en versierd. Enkele van de nabestaanden gaan mee naar de oven om de verbranding mee te maken.

Moslims worden vaak in het land van herkomst begraven. Het lichaam wordt in een linnen doek, zonder kist, begraven op de rechterzij met het gezicht richting Mekka.

### **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 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;
- ieder kind schrijft op een ster van gekleurd karton een laatste boodschap voor de overleden leerling of leerkracht. Tijdens de uitvaart gooien de kinderen de sterren 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.

## 10. SUGGESTIES VOOR KRING-GESPREKKEN

### 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 8. 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 grootouder, 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 9. 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 hebben post gevat bij de leerlingen en het maken van afspraken voor de toekomst.

Centraal in dit gesprek staan 'de dingen van alledag' en 'voorkijken'.

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 met name 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 nabestaanden 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 kenbaar te maken 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 en decompenseren ("flippen/uit de bol gaan"). Als dat gebeurt, is het van het grootste belang om direct hulp in te schakelen (zie hoofdstuk 14. Instanties en websites). Stop het gesprek, blijf bij de leerling die decompenseert en schakel een collega in om de rest van de klas op te vangen.
2. Als u de indruk heeft dat een leerling in de klas zo labiel is dat de kans bestaat dat deze bij een kringgesprek decompenseert, 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);
- een voorgesprek voeren met de labiele leerling.
3. Accepteer negatieve gevoelens ten opzichte van de overledene.
  4. Wees alert op 'wilde verhalen', 'verheerlijking van de (zelfgekozen) dood' en andere signalen.
  5. 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.
  6. Maak zo nodig afspraken met de verpleegkundige JGZ /jeugdarts JGZ van de GGD of een andere hulpverlener/hulpverlenende instantie om uw signalen, indrukken, vragen en twijfels te bespreken (voor adressen zie hoofdstuk 14. Instanties en websites).

## 11. ANDERE WERKVORMEN

### Inleiding

Naast het voeren van kringgesprekken kunnen ook andere werkvormen worden gebruikt om leerlingen te helpen bij het verwerkingsproces. De keuze zal afhangen van de omstandigheden, de leeftijd van de leerlingen en hun relatie met de overledene.

In dit hoofdstuk worden enkele werkvormen opgesomd.

### Spel

Jonge kinderen, met name kleuters, verwerken het gebeuren in hun spel. Ze spelen de gebeurtenis rond het overlijden na door auto's te laten botsen en zieke of dode poppen te verzorgen in de poppenhoek.

### Tekenen, knutselen

Vaak willen kinderen iets maken voor hun overleden groepsgenootje of leerkracht. Dat kan een mooie tekening zijn, een plakwerkje of iets toepasselijks dat ze zelf in elkaar knutselen.

### De laatste boodschap op een kaartje

De leerlingen kunnen op kaartjes schrijven wat ze nog tegen de overleden leerling of leerkracht willen zeggen. Als leerkracht kunt u dit doen voor de jongste leerlingen. De kaartjes worden aan de ouders gegeven of aan een bloem gehangen en meegenomen naar de uitvaart.

### Kaarten maken

Laat de leerlingen een mooie kaart maken en naar iemand sturen die verdriet heeft. Dat kan de familie van de overledene zijn, maar ook iemand anders in de omgeving van de leerlingen.

### (Voor)lezen

Het voorlezen of zelf lezen van een verhaal of (prenten)boek levert een belangrijke bijdrage aan het verwerkingsproces (voor titels zie hoofdstuk 13. Literatuur). Kinderen voelen zich gesteund door de gevoelens van de hoofdpersoon.

De leerlingen kunnen ook zelf een boek kiezen waarin dood, verdriet of rouw een thema is. Laat ze vertellen over het boek dat ze hebben gelezen. Ze kunnen er ook eerst in tweetallen over praten.

Stel vervolgens de volgende vragen:

- vond je het een mooi boek;
- werd je er verdrietig van;
- wat raakte je;
- wie huilt er wel eens bij een verhaal, liedje, boek of film;
- hoe vind je het als je geraakt wordt door een verhaal, liedje, boek of film? Wat doe je dan?

### Poëzie

Ook het werken met poëzie helpt leerlingen het verdriet te verwerken (titels zijn te vinden in hoofdstuk 13. Literatuur). Vraag de kinderen wat de gedichtjes voor hen betekenen, worden ze erdoor geraakt?

Vervolgens kunnen de kinderen zelf een gedichtje schrijven voor de overledene of diens ouders/familie.

### En verder ...

En verder kan nog gebruik gemaakt worden van de volgende werkvormen:

- het schrijven van een opstel;
- het schrijven van een afscheidsbrief, individueel of gezamenlijk;
- het schrijven van een condoléancebrief, individueel of gezamenlijk;
- het opstellen van een rouwadvertentie namens de groep/school;
- het uiten van emoties in expressie-vakken (tekenen, schilderen, musiceren);
- het maken van een fotoboek of collage als gezamenlijke herinnering aan de overledene;
- activiteiten ter voorbereiding en invulling van de afscheidsbijeenkomst (teksten en muziek zoeken en oefenen, advertentietekst opstellen).

### Aandachtspunten bij deze werkvormen

1. Er kunnen ook negatieve gevoelens jegens de overledene aanwezig zijn, schep hiervoor ruimte.
2. Houdt rekening met religie/cultuur en religieuze/culturele verschillen.
3. Houdt ook rekening met bijgeloof en fantasievoorstellingen bij leerlingen (als gevolg van films en literatuur).
4. Kinderen kunnen niet 24 uur achter elkaar rouwen. Het is daarom goed om ook activiteiten te organiseren die niets met het overlijden te maken hebben. Een andere mogelijkheid is om leerlingen keuze-opdrachten te geven, ze kunnen dan zelf bepalen of ze met het overlijden en de overledene bezig willen zijn of liever iets anders doen.
5. Sommige kinderen hebben pas geleden ook al een ernstig verlies geleden. Deze kinderen hebben in de meeste gevallen extra aandacht nodig. U kunt met hen overleggen of ze bij alle werkvormen aanwezig willen zijn. Sommige kinderen willen dat en vervullen een soort leidersrol, anderen willen dat niet.
6. Als het gaat om een zelfdoding dan zijn er leerlingen die deze zelfdoding verheerlijken. Wees hierop attent.

## **12. LESKISTEN DOOD EN ROUW**

### **Inleiding**

In de laatste twee hoofdstukken is in algemene zin aandacht geschonken aan werkvormen die leerlingen kunnen helpen bij de verwerking van hun verdriet. In dit hoofdstuk worden de zogenaamde 'Leskisten Dood en Rouw' van de GGD Limburg-Noord gepresenteerd waarin een aantal concrete materialen verzameld is.

### **Leskisten Dood en Rouw**

De leskisten rond het onderwerp verdriet/rouwverwerking bevatten concrete achtergrondinformatie, handvatten en tal van (les)suggesties om:

- met leerlingen te praten over de dood in algemene zin en de overleden groepsgenoot of leerkracht;
- leerlingen voor te bereiden op het afscheid;
- leerlingen te begeleiden bij de verwerking van het verdriet.

### **Te leen**

De leskisten zijn in geval van een calamiteit kosteloos te leen bij de GGD Limburg-Noord. In onderling overleg wordt de uitleentijd afgesproken.

De GGD Limburg-Noord is op werkdagen geopend van 8.30 – 17.00 uur.  
Telefoonnummer: (077) 850 48 48. Vraag naar het secretariaat van de afdeling JGZ.

Website: [www.ggdlimburgnoord.nl](http://www.ggdlimburgnoord.nl)

## 13. LITERATUUR

### Inleiding

In dit hoofdstuk wordt een opsomming gegeven van een groot aantal boeken over het thema dood/zelfdood. De literatuurlijst is ingedeeld in 7 categorieën:

1. Boeken voor leerkrachten als hulpverlener
2. Boeken algemeen, filosofie, kennis
3. Poëzie
4. Boeken over zelfdoding
5. Boeken voor ouders en nabestaande volwassenen
6. Boeken voor kinderen om te kijken, voor te lezen en zelf te lezen
7. Boeken voor broertjes, zusjes en andere jeugdige nabestaanden

### 1. Boeken voor leerkrachten als hulpverlener

Abbeele, Claire Van den

*"Nu jij er niet meer bent"*

Een leidraad voor ouders, leerkrachten en ieder die te maken heeft met rouwende kinderen en tieners. Het boek geeft inzicht in de rouwreacties in de verschillende leeftijdsfasen en er zijn adviezen en veel praktische oefeningen in opgenomen.

Lannoo, Tielt 2001

Eland Jeanette, Carlijn de Roos & Rolf Kleber

*"Kind en trauma" Een opvangprogramma"*

Komen ze hier ooit overheen? Wat kan ik doen om te helpen? Vragen bij de confrontatie met kinderen die getroffen zijn door een ramp, een ongeluk, geweld of een plotseling verlies. Dit boek is een verslag van een onderzoek naar psychische gevolgen van een trauma bij kinderen. Het onderzoek heeft geleid tot een individueel opvangprotocol. Daarnaast krijgen ouderbegeleiding, groepsopvang en opvang op school uitgebreid aandacht.

Swets en Zeitlinger, Lisse 2000

Fiddelaers-Jaspers, Riet

*"Afscheid voor altijd"* Omgaan met verdriet en rouw in het primair onderwijs.

Het boek biedt scholen en leerkrachten een kader bij de vragen die zij hebben in het omgaan met rouw van leerlingen in de ontwikkelingsfasen gedurende de basisschooljaren. Het geeft met name handreikingen voor het maken van een draaiboek.

Schoolpers/Educatieve Partners Nederland, Houten 1996

Fiddelaers-Jaspers, Riet (eindred.)

*"Als een ramp de school treft"* Omgaan met calamiteiten in het onderwijs

Scholen krijgen in toenemende mate te maken met schokkende gebeurtenissen die het schoolleven voor enige of soms lange(re) tijd ontwrichten. Deze publicatie geeft handreikingen hoe te handelen bij een ramp of calamiteit. Er worden suggesties gegeven voor het opstellen van een draaiboek en om te gaan met situaties van machteloosheid en verslagenheid.

KPC Groep, Den Bosch 2000

Fiddelaers-Jaspers, Riet

*"De meest gestelde vragen over kinderen en de dood"*

Informatiebrochure voor opvoeders met antwoorden op vragen als: hoe zien kinderen de dood, hoe vertel je dat iemand dood is of dood gaat, hoe betrek je kinderen bij het afscheid, hoe leg je uit wat begraven of cremen is en hoe rouwen kinderen.

Stichting In de wolken, Heeze 2003

Fiddelaers-Jaspers, Riet  
*"Doodgaan is geen feest"*  
Voorleesboek met prenten waarin de crematie aan bod komt.  
Stichting In de wolken, Heeze 2003

Fiddelaers-Jaspers, Riet, Ine Spee, Dorinde Roos  
*"Veelkleurig verdriet"*  
Voor leerkrachten is het een noodzaak inzicht te hebben in de tradities en rituelen in de culturen van de kinderen die hun school bezoeken. Dit boek geeft kennis over de gebruiken van diverse religies en culturen en is bedoeld voor volwassenen die op professionele wijze te maken hebben met kinderen.  
KPC Groep, Den Bosch 2000

Fiddelaers-Jaspers, Riet  
*"Waar ben je nu, zie je me nog?"*  
(Voor)leesboek met teksten voor en door kinderen om hen voor te bereiden op de afscheidsdienst.  
Stichting In de wolken, Heeze 2000

Fiddelaers-Jaspers, Riet  
*"Wie ben ik zonder jou?"*  
Jong zijn en verder leven na een verlies, boekje voor iedereen die met rouwende jonge mensen te maken heeft.  
Stichting In de wolken, Heeze 2000

Keirse, Manu  
*"Kinderen helpen bij verlies"*  
Een gids om ouders, leerkrachten, familieleden en hulpverleners te helpen om kinderen en jongeren te begeleiden in de confrontatie met verlies zoals ernstige ziekte in de familie, echtscheiding en zelfdoding.  
Lannoo, Warnsveld 2002

Vriens Anneke, Carla Versteeg  
*"Vandaag neem ik een snipperdag"* Peter een bijzonder kind op de basisschool.  
Ervaringsverhaal van een moeder en leerkracht rond het overlijden van een kind. Voor leerkrachten van de basisschool en ouders.  
CPS, Amersfoort 1997

Weijers, Annet & Petra Penning  
*"Het leven duurt een leven lang"*  
Een boek om kinderen en jongeren te helpen bij verlies. Naast de informatie die gegeven wordt over rouw bij kinderen en jongeren worden vele werkvormen besproken die kinderen kunnen helpen hun gevoelens tot uiting te brengen.  
Nijmegen 2001  
Te bestellen: (024) 355 55 4

## 2. Boeken algemeen, filosofie, kennis

Boswijk-Hummel, Riekje  
*"Afscheid nemen"*

Dit boek geeft helder de emoties weer waarmee mensen te maken kunnen krijgen, niet alleen na een overlijden maar ook na ander verlies (gezondheid, echtscheiding enz.).  
De Toorts, Haarlem 1998

Kelley, Patricia  
*"Een woord van troost"*

Aan de hand van voorvallen uit haar praktijk als rouwtherapeute en ervaringen uit haar eigen leven beschrijft de auteur wat je te wachten kan staan als je een dierbare verliest. Met name de wat moeilijkere aspecten zoals tegenstrijdige gevoelens en hoe wij hiermee om kunnen gaan worden belicht.  
Bert Bakker, Amsterdam 1999

Kienhorst, Ineke  
*"Rouw"*

Een boek voor mensen die nog niet zo lang geleden iemand door de dood verloren hebben en voor mensen in hun omgeving. Het boek geeft veel informatie over rouw, onder andere over welke gevoelens en reacties voor kunnen komen.  
LSR, Utrecht 1999

Kübler-Ross, Elisabeth  
*"De cirkel van het leven"*

De auteur spreekt in dit autobiografische boek over haar contacten met terminaal zieke kinderen, volwassen stervenden en aids-patiënten. Het maakt de gedrevenheid zichtbaar waarmee zij nieuwe wegen insloeg op de terreinen van stervensbegeleiding en bijna-doodervaringen.  
Ambo, Amsterdam 1997

Ladan, A. en H. Groen - Prakken ( red.)  
*"Kinderen en de dood"*

Dit boek wil duidelijk maken hoe kinderen rouwen en welke risico's zij daarbij kunnen lopen. Het is een psychoanalytische benadering van rouw bij kinderen en van de wijze waarop de omgeving het kind bij zijn verwerking van de dood kan helpen.  
van Gorcum, Assen 1997 (Reeks NPI)

Landelijke Stichting Rouwbegeleiding  
*"Gids na een overlijden"*

Handleiding voor nabestaanden betreffende zakelijke beslissingen en de verwerking van het verlies.

Deel I geeft een overzicht van de te regelen zaken, voornamelijk op het administratieve en financiële vlak. Deel II gaat over de beleving en de verwerking van het verlies in de maanden of jaren na het overlijden. Een overzicht van boeken over rouw, nuttige adressen etc. is toegevoegd.

Landelijke Stichting Rouwbegeleiding, Utrecht (wordt 2 x per jaar herzien)

Longaker, Christine  
*"Het licht van afscheid"*

Een leidraad voor emotionele en spirituele zorg. De auteur combineert haar eigen geschiedenis en haar jarenlange ervaring met hospicewerk met de eeuwenoude tradities en universele spirituele principes van het Tibetaans Boeddhisme.  
De Boekerij bv, Amsterdam 1997

Pessireron, Sylvia

*"Rouwen in zeven 'Nederlandse' culturen"*

Afscheidsrituelen nemen in elke cultuur een belangrijke plaats in. Dit boek beschrijft rituelen en ceremoniën rondom de dood uit de meest voorkomende culturen in onze samenleving. Seram Press, Utrecht 1999

Polspoel, A.R.M.

*"Wenen om het verloren ik"*

Als een dierbare sterft, sterft er ook iets in de nabestaanden. Naast inzicht in de uiterlijke gedragingen geeft dit boek de innerlijke dynamiek van de rouw weer. De auteur pleit voor een doorleven van alle verwarrende emoties zodat men tot een heropbouw van het ineengestorte leven kan komen. Een boek zowel voor hulpverleners als voor nabestaanden.

Kok, Kampen 2003 (negende totaal herziene druk)

Zeylmans, Renée

*"Rouwverwerking en rouwbegeleiding"*

De auteur richt zich tot mensen die een rouwproces doormaken en tot begeleiders van rouwendenden. Renée Zeylmans schrijft vanuit haar eigen ervaringen en die van haar cliënten en cursisten. De zingeving is daarbij een centraal thema.

Christofoor, Zeist 2000

### 3. Poëzie

Berg, Marinus van den

*"Je naam klinkt in ons door"* Klein monument voor een overleden kind

Een bundel die troost kan bieden na het verlies van een kind. Er zijn teksten van de auteur en illustraties van beeldende kunst in opgenomen.

Kok, Kampen 2001

Emmerik, Yvonne van

*"Als vlinders spreken konden"*

In korte eenvoudige teksten wordt de rouw voor kinderen bespreekbaar gemaakt. Er wordt gezocht naar woorden verder dan de dood.

Dabar-Luyten, Aalsmeer 1997

Fiddelaers-Jaspers, Riet (samenst.)

*"Als je woorden zoekt..."*

Een keur van tekstfragmenten, gedichten, enkele woorden, een paar zinnen die van toepassing kunnen zijn.

KPC Groep, Den Bosch 1996

Kleijne, Jos de (samenst.)

*"Kon uit de dood ik die éne doen keren"*

Teksten uit de Nederlandse letterkunde die vorm geven aan het verdriet om het heengaan van een nabij mens en aan de herinneringen van de achterblijvers aan de overledene.

SUN, Nijmegen 1998

Lier, Emmy van

*"Eendagsvlinder"*

Het beschrijven van het stervensproces van haar dochter, de leegte erna en het terughalen van herinneringen was voor de moeder een instrument waardoor het ondraaglijke draaglijk werd.

Dabar-Luyten, Aalsmeer 1997

Oosterhuis, Huub  
*"Op dood en leven"*

In deze bundel is een dertigtal van de bekendste gedichten van Huub Oosterhuis samengebracht die handelen over leven en dood.  
Ten Have-Baarn, Kampen 2002

Warren, Hans en Mario Molegraaf (samenst.)  
*"Ik heb alleen woorden"*

De honderd meest troostrijke gedichten over afscheid en rouw uit de Nederlandse poëzie.  
Bert Bakker, Amsterdam 1998

#### 4. Boeken over zelfdoding

Fiddelaers-Jaspers, Riet, Ine Spee  
*"Weer-zin in leven"*

Een handreiking voor scholen bij de begeleiding van een (mogelijke poging tot) zelfdoding van een leerling, docent, ondersteunend personeelslid of bij zelfdoding in de gezinssituatie. Vragen die o.a. aan de orde komen: wat kun je als school doen en hoe draag je bij aan preventie?  
Educatieve Partners Nederland BV, Houten 2000

Kayser, Danny  
*"Herinneringen in de toekomst"*

Een boek dat ingaat op de ingrijpende gevolgen van zelfdoding. Hoe kunnen nabestaanden het verlies met alle overweldigende gevoelens integreren in de realiteit en in de toekomst? Het boek is zowel bedoeld voor hulpverleners als voor nabestaanden.  
Elsevier/De Tijdstroom, Maarssen 2000

Kienhorst, Ineke  
*"Rouw na zelfdoding van een kind"*

De auteur gaat in op specifieke omstandigheden en reacties die zich kunnen openbaren bij ouders na de zelfdoding van hun kind. Er zijn fragmenten uit gesprekken en brieven opgenomen van ouders die hun kind door zelfdoding hebben verloren.  
AVVL Uitvaartzorg, Diemen 1999

Monsjou-Krijger, Ellen van (red.)  
*"En hoe nu verder.....?"*

Twaalf nabestaanden komen aan het woord over de verwerking van het verlies van een dierbare door zelfdoding. Ouders, echtgenoten, familieleden, vrienden, ieder benadert het verwerkingsproces vanuit zijn of haar eigen standpunt.  
Ankh-Hermes BV, Deventer 1997

Polet, Anne  
*"Verder"*

Dit boek gaat over rouw na suicide. Door een combinatie van eigen ervaringen en informatie van deskundigen is het zowel geschikt voor nabestaanden en hun omgeving als voor hulpverleners, huisartsen en rouwbegeleiders.  
Acco, Leuven/Leusden 2002 (tweede herziene druk)

## 5. Boeken voor ouders en nabestaande volwassenen

Abbeele, Claire Vanden

*"Nu jij er niet meer bent"*

Een leidraad voor ouders, leerkrachten en ieder die te maken heeft met rouwende kinderen en tieners. Het boek geeft inzicht in de rouwreacties in de verschillende leeftijdsfasen en er zijn adviezen en veel praktische oefeningen opgenomen.

Lannoo, Tielt 2001

Berg, Marinus van den

*"Je kind verliezen"*

Ouders die een kind verliezen voelen zich vaak onbegrepen. Dit boek probeert een gids te zijn tussen twee werelden, de binnen- en de buitenwereld, en gaat op zoek naar manieren van 'weerbaar rouwen'.

Kok, Kampen 1997

Fiddelaers-Jaspers, Riet

*"De meest gestelde vragen over kinderen en de dood"*

Informatiebrochure voor opvoeders met antwoorden op vragen als: hoe zien kinderen de dood, hoe vertel je dat iemand dood is of dood gaat, hoe betrek je kinderen bij het afscheid, hoe leg je uit wat begraven of cremen is en hoe rouwen kinderen.

Stichting In de wolken, Heeze 2003

Fiddelaers-Jaspers, Riet

*"Doodgaan is geen feest"*

Voorleesboek met prenten waarin de crematie aan bod komt.

Stichting In de wolken, Heeze 2003

Fiddelaers-Jaspers, Riet

*"Jong verlies"*

De auteur benadrukt dat we kinderen en jongeren juist bij de dood moeten betrekken en hun verdriet serieus moeten nemen. Een boek voor ouders en andere betrokkenen bij de opvang en begeleiding van kinderen in rouw.

Kok/KPC Groep, Kampen 1998

Fiddelaers-Jaspers, Riet

*"Waar ben je nu, zie je me nog?"*

(Voor)leesboek met teksten voor en door kinderen om hen voor te bereiden op de afscheidsdienst.

Stichting In de wolken, Heeze 2000

Fiddelaers-Jaspers, Riet

*"Wie ben ik zonder jou?"*

Jong zijn en verder leven na een verlies, boekje voor iedereen die met rouwende jonge mensen te maken heeft.

Stichting In de wolken, Heeze 2000

Keirse, Manu

*"Kinderen helpen bij verlies"*

Een gids om ouders, leerkrachten, opvoeders, familieleden en hulpverleners te helpen om kinderen en jongeren te begeleiden in de confrontatie met verlies zoals ernstige ziekte in de familie, echtscheiding of zelfdoding.

Lannoo, Warnsveld 2002

Klein-Vuyst, drs. L.C.

*"Rouwen om een kind"*

Het boek is bedoeld voor ouders die een kind op jonge leeftijd (van ca. 4 maanden tot ca. 16 jaar) hebben verloren en voor de mensen om hen heen. Hoe gaat een gezin verder na zo'n ingrijpende gebeurtenis? Hoe voorkom je dat het grote verdriet de aandacht voor de andere kinderen verdringt? Deze en andere vragen komen in dit boek aan de orde.

Groen, Heerenveen 1999

Rosof, Barbara D.

*"Het zwaarste verlies"*

Hoe overleeft een gezin dit verlies? Wat draagt bij tot het herstel? Welke kennis hebben gezinnen en therapeuten opgedaan waarmee anderen door hun verlies heen geholpen kunnen worden? Een handreiking bij de verwerking van de dood van een kind.

Bert Bakker, Amsterdam 1998

Wolzak, Ide

*"Kind in rouw"*

Rouwen kinderen anders dan volwassenen? Een handreiking bij de begeleiding.

Vereniging Ouders van een Overleden Kind

Te bestellen: (0252) 370 604

## 6. Boeken voor kinderen om te kijken, voor te lezen en zelf te lezen

### Tot 4 jaar:

Allen, Nicholas

*"Hemeltjelijf"*

Een warm en liefdevol verhaal over de dood van een lievelingshond.

Julia ziet haar hond Bas bezig om zijn koffer in te pakken. Hij vertelt dat hij naar de hemel gaat. De twee wisselen hun ideeën uit over hoe de hemel eruitziet. Met humor verteld.

Zirkoon, Amsterdam 1996

Berebrouckx, Annemie

*"De oma van Jules"*

Prentenboek met korte teksten.

Kleuter Jules vraagt aan verschillende mensen in zijn omgeving wie zijn oma was om er zo met trots achter te komen dat hij op haar lijkt.

Leopold/Elzenga, Amsterdam 1999

Bruna, Dick

*"Lieve oma Pluis"*

Nijntje heeft veel verdriet als oma is doodgegaan. Ze brengt haar bloemen bij het graf op een rustig plekje in het bos. Prentenboek met eenvoudige tekeningen in kleur en tekst op rijm.

Mercis Publishing, Amsterdam 1997

Dongen, Ingrid Van

*"Dag papa in de hemel"*

De vader van Susanne is ernstig ziek. Als hij dood gaat probeert ze op allerlei manieren contact met hem te zoeken: ze schrijft hem een brief, belt hem op en fantaseert over hem.

Herkenbare gevoelens zoals boosheid en verdriet worden afgewisseld met dagelijkse

bezigheden.  
De Bonte Bever, Utrecht 1998

Hübner, F.  
*"De allerbeste oma van de wereld"*  
Dit kleurvolle prentenboek gaat over een peuter/kleuter en zijn relatie met zijn grootmoeder. Het boek laat zien hoe het jongetje zijn verdriet verwerkt als zijn lieve oma overlijdt. Mooie tekeningen en een hoopvolle boodschap.  
De Vier Windstreken, 1997

Puttock, Simon, Allison Bartlett  
*"Een verhaal voor Rosa"*  
Een prentenboek met korte teksten over Rosa het nijlpaard en Jacob het aapje. Zij zijn dikke vrienden, maar als Rosa sterft denkt Jacob dat hij nooit meer zal kunnen lachen. Samen met Lea de kameleon treurt hij om Rosa en heel langzaam voelen Jacob en Lea zich iets beter. Een verhaal over vriendschap, dood, verdriet en troost.  
Luister, Amsterdam 2000

#### **Tot 8 jaar:**

McCardie, Anna  
*"Het kikkerballet"*  
Tijdens de midzomernacht wordt een oude kikker door de andere kikkers verrast met een ballet. Niemand beseft dat het zijn laatste nacht zal zijn. Sfeervol prentenboek met warme illustraties in kleur.  
Zirkoon, Amsterdam 1997

Robberecht, Thierry en Philippe Goossens  
*"Eva in het land van de verloren zusjes"*  
Eva probeert de dood van haar iets oudere zusje te verwerken. Prentenboek met sfeervolle illustraties in donkere kleuren. Een verhaal over rouwen en afscheid nemen.  
Clavis, Amsterdam 2002

Sels, Tania  
*"Nooit meer is voor altijd"*  
Dit prentenboek vertelt over Lotte en wat de dood van haar vader betekent. Hoe haar moeder door haar verdriet is veranderd en hoe zij samen met het verlies omgaan.  
Clavis, Hasselt 2000

Sluis, Claudia van der  
*"Mijn vader is een wolkenman"*  
Voorleesboek over Bolle. Bolle is vijf jaar als zijn vader doodgaat, hij mist hem heel erg.  
Sjaloom, Amsterdam 1997

Somers, Patrik  
*"Sterrenkind"*  
Als Tineke na de vakantie naar groep 3 gaat, wil ze graag vertellen over de dood van haar kleine broertje de afgelopen zomer. Prentenboek met grote, zoetgekleurde waterverftekeningen. Een prentenboek dat kinderen die een dierbaar persoon verloren hebben kan helpen hun verdriet een plek te geven. Het is een goed hulpmiddel bij een gesprek met kinderen over de dood.  
Christofoor, Zeist 2000

Stalfelt, Pernilla

*"Het Boek van de Dood"*

Iedere kleuter maakt een periode door waarin hij de dood op zijn eigen omgeving gaat betrekken en ... misschien kun je zelf wel doodgaan! In dit boek over de dood gaan ernst en luchtigheid samen.

Hoogland & van Klaveren, Amsterdam 2000

Velthuys, Max

*"Kikker en het Vogeltje"*

Kikker heeft een dood vogeltje gevonden. Met andere dierenvrienden gaat hij het dier begraven. Prentenboek met kleurrijke aquarellen en een ondersteunende tekst om met kinderen over leven en dood te praten.

Leopold, Amsterdam 1991

#### **Tot 12 jaar:**

Boonen, Stefan

*"Wacht op mij"*

Een boek met illustraties over de dood van opa. Kleinzoon Jacob probeert zich voor te stellen wat het verlies voor oma betekent en hoe lang 'altijd' en 'eeuwig' duren.

Clavis, Amsterdam-Hasselt 2001

Delfos, Martine

*"Dood is niet gewoon"*

Een kinderboek met tekeningen over de dood van een ouder. Het is bedoeld als leesboek voor kinderen, maar het kan ook als voorlichtingsboek gebruikt worden om bijvoorbeeld een gesprek met de groep op gang te brengen.

Trude van Waarden Producties bv, Bussum 2002

Essen, Ineke van

*"Ik krijg tranen in mijn ogen als ik aan je denk"*

Dertig kinderen vertellen over hun ervaringen na het sterven van één van hun ouders. Het boek gaat over verdriet, angst en pijn maar ook over ouderliefde en een rotsvast vertrouwen in de toekomst.

De Bonte Bever, Utrecht 1999

Fiddelaers-Jaspers, Riet

*"Als iemand dood gaat"*

Informatieboekje voor kinderen.

Stichting In de wolken, Heeze 1999

Fiddelaers-Jaspers, Riet

*"Ik houd je nog even vast"*

Herinneringsbrochure voor kinderen.

Stichting In de wolken, Heeze 2000

Fiddelaers-Jaspers, Riet

*"Ik zal je nooit vergeten"*

Herinneringsbrochure voor kinderen.

Stichting In de wolken, Heeze 1999

Fiddelaers-Jaspers, Riet  
*"Kun je de dood ook groeten"*  
101 Afscheidsgedichten voor kinderen en jongeren.  
Stichting In de wolken, Heeze 2003

Fiddelaers-Jaspers, Riet  
*"Waar ben je nu, zie je me nog?"*  
(Voor)leesboek met teksten voor en door kinderen om hen voor te bereiden op de afscheidsdienst.  
Stichting In de wolken, Heeze 2000

Monuta Uitvaartzorg en -verzekeringen  
*"Soms moet je even huilen"*  
Werkboek over de uitvaart. Door middel van plakken, knippen en tekenen geeft dit boekje kinderen de mogelijkheid actief bezig te zijn met het overlijden.  
Het boekje is gratis verkrijgbaar, tel.: (0800) 023 05 50

St. Christopher's Hospice  
*"Een bijzonder iemand is gestorven"*  
Gevoelens rond de dood van een geliefd persoon getekend en opgeschreven.  
Stichting Achter de Regenboog.  
Te bestellen: (030) 236 82 82

Storms, Werner  
*"Dood zijn, hoelang duurt dat?"*  
Een boek met foto's en illustraties over vragen van en voor kinderen over de dood. Alle aspecten die met het thema 'dood' verbonden zijn komen aan bod zoals: leven na de dood, euthanasie, zelfdoding en crematie. Ook de omgang met de dood in andere culturen komt aan de orde.  
Clavis, Hasselt 2000

Tock, Annelies  
*"Varen naar de overkant"*  
De opa van Raja is veerman. Maar er komt een brug en opa begint aan zijn laatste reis.  
Een poëtisch kinderboek over afscheid nemen en vriendschap.  
Lannoo nv., Tielt 2001

Vriens, Jacques  
*"Achtste-groepers huilen niet"*  
Akkie van groep acht is ernstig ziek en de hele groep leeft mee. Gelukkig kan ze zich nog heel lang overal mee blijven bemoeien maar tenslotte gaat Akkie dood.  
van Holkema & Warendorf, Houten 1999

Yumoto, Kazumi  
*"De kippige, de dikke en ik"*  
Yamashita's oma is gestorven en dat zet hem en zijn twee vrienden aan het denken over de dood. Zij sluiten vriendschap met een oude man die hen veel over het leven kan vertellen.  
Querido, Amsterdam 1997

**Vanaf 12 jaar:**

Boendermaker, Conny

*"Het verhaal van Anna"*

Anna verliest door een ongeluk haar enige en oudere broer Bas. Het verhaal gaat ook over haar ouders, haar vrienden en over Maarten. Ze hebben allemaal te maken met het verdriet over Bas. Maar het verhaal is van Anna, van Anna alleen.

Van Tricht, Twello 2000 (Troef-reeks)

Fiddelaers-Jaspers, Riet

*"Wie ben ik zonder jou?"* Jong zijn en verder leven na een verlies

Je bent jong en je hebt iemand verloren: je vader, moeder, broer, zus, vriend of vriendin of iemand anders die belangrijk voor je is. Leren leven met zo'n verlies is moeilijk, vaak veel moeilijker dan je in eerste instantie denkt. Sommige jongeren voelen niks, andere zijn boos, verdrietig of angstig, en het is ook normaal als je je jaloers of schuldig voelt. Natuurlijk mogen mensen van wie je houdt niet doodgaan maar het gebeurt en als het jou overkomt, roept het van alles bij je op.

In de Wolken, Heeze 2000

Goudsmid, Bobje

*"Afscheidsbrief"*

De moeder van Anicke wil haar overleden dochter blijven gedenken door op haar verjaardag haar vrienden uit te nodigen. Marit wil echter vooruit kijken, verder leven. In een brief vertelt ze aan Anicke waarom ze niet op haar verjaardag wil komen. Zij neemt afscheid van haar vriendin.

Holland, Haarlem 1999

Lindell, Unni

*"De zuigzoen"*

Stella's moeder is overleden. Haar vader kan er niet over praten en haar beste vriendin is bang voor Stella's verdriet. Pas als ze Tora, een therapeute, ontmoet, verandert haar leven ingrijpend.

Lemniscaat, Rotterdam 1996

Priemen, An

*"Familiegeheim"*

Als zij zestien is, probeert Vera de zelfgekozen dood van haar twaalfjarige broertje Tim te verwerken. Dan ontmoet Vera Jeroen en wordt ze verliefd. Door een toeval ontdekt ze dat er meer aan de hand is bij haar thuis. Met Jeroen probeert ze dat te begrijpen.

Clavis, Hasselt 1999

Reef, Odiel

*"Alles is voor altijd anders"*

Soms heeft Nina geen zin meer om verder te leven, dan wil ze zelf ook dood om weer samen te zijn met haar moeder. En intussen gaat het gewone leven door. In haar dagboek schrijft Nina over de moeilijke dingen waarover ze met niemand durft te praten.

Sjaloom, Amsterdam 1998

St. Christopher's Hospice

*"Je vader of moeder is doodgegaan"*

Deze brochure richt zich op pubers die met eenzaamheid en nieuwe verantwoordelijkheden geconfronteerd worden.

Stichting Achter de Regenboog

Te bestellen: (030) 236 82 82

## **7. Boeken voor broertjes, zusjes en andere jeugdige nabestaanden**

Masini, Beatrice

*"Schaduwbroer"*

Guido had een 5-jarig broertje, Marco. Hij komt af en toe bij verrassing op bezoek bij Guido. Niemand anders ziet of hoort het schaduwkind, maar toch is het er echt.

Lannoo, Tiel 1999

Minne, Brigitte

*"Mijn broer is een marsmannetje"*

Merel vindt haar tweelingbroer maar een huilerige, slome bangerik. Totdat blijkt dat hij aan leukemie lijdt. Tijdens zijn verblijf in het ziekenhuis gaat ze begrijpen hoe moeilijk Ben het heeft.

Vanaf ca. 8 jaar.

Clavis, Hasselt 1994

Robberecht, Thierry en Philippe Goossens

*"Eva in het land van de verloren zusjes"*

Een prentenboek over het omgaan met de dood van een ouder zusje. Een verhaal over rouwen en afscheid nemen.

Tot 8 jaar.

Clavis, Amsterdam-Hasselt 2002

Stark, Ulf, Ann Höglund

*"Mijn zusje is een engel"*

Ulf heeft een ouder zusje dat doodgeboren is en dat hij dus nooit gezien heeft. Ulfs zusje is het liefste zusje van de wereld. Ze zeurt niet en trekt niet aan je haren. En ze is lekker wild want niemand heeft haar ooit opgevoed. Maar ze kan ook kalm en lief zijn. Ze is écht een engel.

Vanaf 6 jaar.

Querido, Amsterdam 1996

## 14. INSTANTIES EN WEBSITES

### Inleiding

Voor actuele gegevens van instanties die hulp kunnen bieden als er plotseling en onverwacht een leerling of leerkracht overlijdt, verwijzen we naar de Rouwwijzer van Noord en Midden Limburg [www.rouwwijzerlimburg.nl](http://www.rouwwijzerlimburg.nl) via [www.gezondlimburg.nl](http://www.gezondlimburg.nl)

### GGD Limburg-Noord

De GGD heeft via haar medewerkers een directe relatie met de scholen. Wanneer u als school ondersteuning wenst, kan de sociaal verpleegkundige of jeugdarts JGZ van de GGD hiervoor ingeschakeld worden.

GGD Limburg-Noord  
Drie decembersingel 50  
Postbus 1150  
5900 BD Venlo  
Tel: (077) 850 48 48  
[www.ggdlimburgnoord.nl](http://www.ggdlimburgnoord.nl)

### Websites met een veelheid aan gevarieerde informatie over de dood, verdriet en rouw

[www.achterderegenboog.nl](http://www.achterderegenboog.nl)

[www.in-de-wolken.nl](http://www.in-de-wolken.nl)

[www.vook.nl](http://www.vook.nl)

## **BRONVERMELDING EN COLOFON**

Protocol 'Plotselinge dood van een leerling of leerkracht in het (speciaal ) basisonderwijs'  
GGD Groningen 2004

# Bijlage 1

## **FORMULIERENSET**

## **BIJLAGE 1: FORMULIERENSET**

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

- bij de communicatie over een plotseling sterfgeval;
- 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 sleuteltrioformulier 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 prikborden 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 in te vullen) : .....

Naam : .....j/m

Contactpersoon familie : .....

Adres familie : .....

Tel.nr. : .....

Stellen wel/geen prijs op meelevende telefoontjes.

Contactpers. school : .....

Hij/zij was leerling van groep : .....

Beste relaties: ..... groep .....

..... groep .....

..... groep .....

Familie: ..... groep .....

..... groep .....

..... groep .....

Het overlijden is het gevolg van:

.....  
.....

Waren er anderen bij? 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 ja/nee

- aantal aanwezigen namens school: .....

- leerlingen met/zonder ouders:

## Voorbeeld sleuteltrioformulier

Schooljaar ...../ .....

Sleutelfiguren die verantwoordelijk zijn voor coördinatie en regie bij plotseling overlijden van een lid van de schoolgemeenschap

( (1) en (2) in te vullen aan het begin van elk schooljaar)

### 1. Namens de directie

dhr/mw .....  
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. ....

**Voorbeeldcommuniqué**

*Plaats,.....*

Geachte ouders/verzorgers,

Gisterochtend is er een ernstig ongeluk gebeurd dat het leven heeft gekost aan ..... , leerling uit groep X. Wij zijn hierdoor erg geschokt en verdrietig. Alle kinderen zijn hiervan in een groepsgesprek 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 het 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. 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,

.....

## Voorbeeldbrief ouders

Plaats, .....

Geachte ouders,

De plechtigheid voor de begrafenis van .....  
zal plaatsvinden in de aula van de algemene begraafplaats .....  
te .....  
op ..... dag en tijdstip .....

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 medelen 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 plechtigheid 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 en ouderraad  
..... school.

## Bijlage 2

**UW KIND HEEFT EEN SCHOKKENDE GEBEURTENIS MEEGEMAAKT;  
INFORMATIE VOOR OUDERS**

## BIJLAGE 2:

### UW KIND HEEFT EEN SCHOKKENDE GEBEURTENIS MEEGEMAAKT; INFORMATIE VOOR OUDERS

*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 verkleedkleren. 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 bedplassen 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 jeugdarts JGZ of jeugdverpleegkundige JGZ