(logo van de school)

**Protocol rouwverwerking**

(…naam van de school)

Inhoud

[Inleiding 3](#_Toc35685244)

[Hoofdstuk 1 Communicatie 4](#_Toc35685245)

[1.1 Het bericht 4](#_Toc35685246)

[1.2 Hoe vertel ik het? 4](#_Toc35685247)

[Hoofdstuk 2 Verantwoordelijkheden 5](#_Toc35685248)

[2.1 Het crisisteam 5](#_Toc35685249)

[Hoofdstuk 3 Stappenplan bij overlijden leerling 6](#_Toc35685250)

[Hoofdstuk 4 Stappenplan bij overlijden leraar 8](#_Toc35685251)

[Hoofdstuk 5 Stappenplan bij overlijden van een ouder 10](#_Toc35685252)

[Hoofdstuk 6 Stappenplan bij overlijden van een medewerker binnen de school 11](#_Toc35685253)

[Hoofdstuk 7 Stappenplan bij overlijden partner/ouder/kind van een leraar 12](#_Toc35685254)

[Hoofdstuk 8 Verwerkingsideeën 13](#_Toc35685255)

[Hoofdstuk 9 Boeken 14](#_Toc35685256)

[9.1 Onderbouw 14](#_Toc35685257)

[9.2 Bovenbouw 14](#_Toc35685258)

[9.3 Voortgezet onderwijs 14](#_Toc35685259)

[Hoofdstuk 10 Aanbevelingen voor school 15](#_Toc35685260)

[Hoofdstuk 11 Stappenplannen in tijden van het corona-virus 16](#_Toc35685261)

[11.1 Stappenplan bij overlijden leerling 16](#_Toc35685262)

[11.2 Stappenplan bij overlijden leraar 16](#_Toc35685263)

[11.3 Stappenplan bij overlijden ouder 18](#_Toc35685264)

[11.4 Stappenplan bij overlijden partner/ouder/kind van een leraar 19](#_Toc35685265)

[Hoofdstuk 12 Rouwverwerking bij kinderen 20](#_Toc35685266)

[12.1 Vier tot zes jaar 20](#_Toc35685267)

[12.2 Zeven tot negen jaar 21](#_Toc35685268)

[12.3 Tien tot twaalf jaar 22](#_Toc35685269)

[12.4 Algemene tips voor het vertellen van het nieuws 22](#_Toc35685270)

[Hoofdstuk 13 Tips voor verwerking ouders thuis 24](#_Toc35685271)

[13.1 De eerste week na overlijden 24](#_Toc35685272)

[13.2 De eerste maand 24](#_Toc35685273)

[13.3 Het eerste jaar 24](#_Toc35685274)

[Hoofdstuk 14 Informatie voor leerkrachten 25](#_Toc35685275)

[14.1 Rouwtaak 1: Erkennen van verlies 25](#_Toc35685276)

[14.2 Rouwtaak 2: Herkennen van de pijn die bij het verlies hoort 25](#_Toc35685277)

[14.3 Rouwtaak 3: Verkennen van het leven zonder de overledene 26](#_Toc35685278)

[14.4 Rouwtaak 4: Erop durven vertrouwen dat niet iedereen doodgaat 26](#_Toc35685279)

[Hoofdstuk 15 Reacties van rouwende kinderen 28](#_Toc35685280)

[15.1 Verdringing 28](#_Toc35685281)

[15.2 Rolovername 28](#_Toc35685282)

[15.3 Regressie 28](#_Toc35685283)

[15.4 Concentratiestoornissen 28](#_Toc35685284)

[15.5 Psychosomatische klachten 28](#_Toc35685285)

[15.6 Psychische uitingen 29](#_Toc35685286)

[15.7 Schuldgevoel 29](#_Toc35685287)

[15.8 Angst 29](#_Toc35685288)

[15.9 Paniek 29](#_Toc35685289)

[Bijlage 1 Mijn boekje vol herinneringen 30](#_Toc35685290)

[Bijlage 2 Voorbeeldteksten voor rouwadvertentie 31](#_Toc35685291)

# Inleiding

Een sterfgeval komt binnen een school niet zo vaak voor. Maar áls het zich voordoet, dan is het een gebeurtenis die iedereen raakt, die bij de school betrokken is. In zo’n verwarrende en emotionele periode moet de school tactvol, snel en weloverwogen reageren. Vaak worden op zo’n moment van de directeur en leraren inspanningen verwacht, die van een totaal andere orde zijn dan het dagelijkse werk. Voorbereid zijn kan op zo’n moment van groot belang zijn. Zeker in crisissituaties luistert de manier van handelen zeer nauw, terwijl juist op dat moment gevoelens van verslagenheid en machteloosheid overheersen.

Niemand houdt ervan zich voor te bereiden op dergelijke situaties. De school draagt echter de verantwoordelijkheid voor het welzijn van leraren en leerlingen. De voorbereiding op ingrijpende gebeurtenissen is een onderdeel van die verantwoordelijkheid. In het geval dat zich een sterfgeval voordoet op de … (naam van de school) dan zal dit protocol beschrijven hoe men dient te handelen en wat er van alle partijen verwacht mag worden. Dit biedt een houvast in onrustige tijden.

# Communicatie

## Het bericht

Ieder geval van overlijden is weer anders; het kan op elk moment gebeuren en ook de oorzaak kan uiteenlopend zijn. Verder kan het overlijdensbericht op verschillende manieren binnenkomen: mondeling, telefonisch, per post, via een advertentie of via een officiële mededeling.

Bij ontvangst van het bericht moet gelet worden op een aantal dingen: belangrijk is om te controleren of het bericht echt is. Vervolgens moet het bericht direct worden doorgegeven aan de directie en daarna aan de leraar(en) van de betrokken groep en aan het bestuur. Degene die het bericht ontvangt gaat na of de bovenstaande betrokkenen inderdaad op de hoogte zijn gebracht. Zo niet dan zal de ontvanger dit zelf moeten doen.

## Hoe vertel ik het?

De wijze waarop de verdrietige boodschap wordt meegedeeld is erg belangrijk. De mensen aan wie het moet worden verteld mogen nooit overvallen worden. Ze moeten de gelegenheid krijgen er voor te gaan zitten en te weten dat er iets ernstigs wordt verteld.

Een inleidende zin om kinderen gericht te laten luisteren is: Ik heb een verdrietige boodschap voor jullie. Waarna je het slechte nieuws duidelijk en kort vertelt. Ouders kun je aanspreken met: Ik moet u iets ernstigs meedelen of ik vind het moeilijk om te zeggen, maar ik heb bijzonder triest en slecht nieuws voor u. Vertel daarna het nieuws kort en bondig. Laat de anderen niet raden wat u komt vertellen.

Ga daarna in op emoties die loskomen. Laat de ander gelegenheid om de emoties los te laten komen. Slecht nieuws levert altijd een heleboel vragen op. Het is belangrijk om zo open mogelijk de informatie te geven waarvan je zelf op de hoogte bent. Ga daarna bekijken of en welke hulp er geboden moet worden. Sta hier van tevoren al bij stil. Met wie kunnen mensen eventueel contact opnemen? Is er een nummer dat gebeld kan worden etc.

# Verantwoordelijkheden

Bij een goede voorbereiding op een ingrijpende gebeurtenis is het van belang dat taken en verantwoordelijkheden duidelijk zijn voor iedereen. Het is goed om te weten wat er van jou verwacht wordt in deze periode en wat je van een ander mag verwachten.

De directeur zal samen met de IB-er en een leraar een crisisteam vormen als eerste aanspreekpunt. Goed om te weten is dat de directeur altijd de eindverantwoording houdt. Het college van bestuur zal bij ingrijpende gebeurtenissen als sparringpartner van de directeur dienen.

## Het crisisteam

Het crisisteam is verantwoordelijk voor:

* Het verstrekken van informatie naar de betrokkenen.
* Het doen van nodige organisatorische aanpassingen.
* Het zorgen voor opvang van leerlingen en collega’s.
* Het onderhouden van contacten met ouders.
* Regelingen in verband met rouwbezoek en uitvaart.
* Het zorgen voor de administratieve afwikkeling.
* De nazorg aan de betrokkenen.

Het crisisteam zorgt …

* Voor een compleet beeld van het gebeurde.
* Dat iedereen geïnformeerd wordt die het zou moeten weten: personeel, klas, familie die op school is, overige leerlingen, administratie, ouders, activiteitencommissie, medezeggenschapsraad, bestuur, personen.
* Dat er afspraken onderling gemaakt worden met instanties die mogelijk contact opnemen met de familie zoals: leerplichtambtenaar, GGD.

Wat wordt er verwacht van het crisisteam?

Van dit crisisteam wordt een professionele opstelling verwacht. Belangrijk hierbij is: je eigen gevoelens en gedachten tegenover de dood, de eigen betrokkenheid bij de overledene, je eigen emoties etc. Als een leraar en/of anderen problemen hebben met de professionele opstelling, kunnen ze de hulp inroepen van de GGD en/of collega’s.

# Stappenplan bij overlijden leerling

1. Bericht komt binnen: mondeling, telefonisch, via post, advertentie of via officiële mededeling.
2. Als het bericht niet rechtstreeks van ouders, arts of politie komt, moet eerst gecontroleerd worden of de berichtgeving juist is. Dit doet de persoon die de mededeling het eerst heeft gehoord.
3. Degene die het bericht ontvangt, meldt dit aan de directie.

*Bij overlijden van een leerling op school, worden ouders direct geïnformeerd. Bij voorkeur door de directeur van de school. Wanneer ouders niet direct bereikbaar zijn, kan de hulp van de politie worden ingeroepen.*

1. De directie geeft het bericht door aan het bestuur en roept het team bijeen. Tijdens deze bijeenkomst wordt de situatie besproken. Teamleden die niet aanwezig zijn, worden telefonisch op de hoogte gebracht.
2. Bij overlijden van een leerling wordt een crisisteam geformeerd dat de situatie verder zal coördineren. Dit crisisteam bestaat uit: de directeur, de leraar(en) en IB-er.
3. Vervolgens worden de ouders van de groep waar het overleden kind in zit telefonisch op de hoogte gebracht. Dit gebeurt door de leraar(en). Kan een ouder niet bereikt worden dan kan de voicemail ingesproken worden met de vraag om terug te bellen.
4. Als ouders op de hoogte zijn gebracht wordt hen gevraagd dit nieuws met hun kind te delen.
5. Vervolgens worden andere ouders van de school geïnformeerd over het nieuws. Dit gebeurt via de mail.
6. Voor de betreffende klas wordt een klassenbijeenkomst georganiseerd. Dit wordt door de leraar(en), de directie en eventueel de ouders van het overleden kind gedaan. Tijdens deze klassebijeenkomst kan iedereen zijn/haar emoties kwijt.
7. Vervolgens moeten kinderen de gelegenheid krijgen om de schok verder te verwerken. Geef b.v. de opdracht: jongens en meisjes, ga maar doen wat je wilt doen. Je mag huilen, tekenen, een gedichtje maken, knippen, plakken, (indien mogelijk) naar buiten gaan, maar je mag ook niets doen.
8. De leraar houdt de reacties van de kinderen goed in de gaten en maakt hier eventueel aantekeningen van.
9. Geef de gemaakte werkstukken een duidelijke plek: op de tafel waar het kind zat, een map voor de ouders etc.
10. Maak, na overleg met de ouders van het kind, een hoekje in de klas waar een foto staat, waar kinderen hun tekeningen kwijt kunnen en hun geschreven stukjes en waar een condoleanceregister ligt.
11. Het crisisteam bespreekt met de ouders van het overleden kind hun eventuele wensen voor de begrafenis/crematie.
12. In de plaatselijk krant wordt een rouwadvertentie geplaatst. Dit gebeurt door het bestuur/directie in overleg met het crisisteam.
13. Afhankelijk van de leeftijd van de groep en de reactie van de groep zelf, gaan kinderen onder begeleiding van de ouders naar de begrafenis/crematie (indien de familie van de overleden leerling dit wenselijk vindt).
14. Ouders kunnen besluiten ervan af te zien om de kinderen de begrafenis te laten bezoeken. In dat geval blijven deze kinderen thuis.
15. Elke dag na het overlijden wordt de dag begonnen met een moment van aandacht rondom het overleden kind. Dit gaat door zolang de behoefte er is. Kinderen van hogere groepen kunnen hun vragen in een “vragendoos” stoppen. Deze vragen worden tijdens de klassengesprekken behandeld.
16. Vraag de ouders van de leerling waar ze behoefte aan hebben. Nodig ze uit bij belangrijke gebeurtenissen: musical, presentatie project etc. Besteed aandacht aan de verjaardag van het overleden kind. Een hele belangrijke stelregel is: Doe niet alsof de leerling nooit heeft bestaan.

# Stappenplan bij overlijden leraar

1. Bericht komt binnen: mondeling, telefonisch, via post, advertentie of via officiële mededeling.
2. Als het bericht niet rechtstreeks van partner, arts of politie komt, moet eerst gecontroleerd worden of de berichtgeving juist is. Dit doet de persoon die de mededeling het eerst heeft gehoord.
3. Degene die het bericht ontvangt meldt dit aan de directie.
4. De directie geeft het bericht door aan het bestuur en roept het team bijeen. Tijdens deze bijeenkomst wordt de situatie besproken. Teamleden die niet aanwezig zijn, worden telefonisch op de hoogte gebracht.
5. Bij overlijden van een leraar wordt een crisisteam geformeerd dat de begeleiding verder zal coördineren. Dit crisisteam bestaat uit: de directeur, een leraar, de IB-er.
6. Vervolgens worden de ouders van de desbetreffende klas telefonisch op de hoogte gebracht van het bericht.
7. Als ouders op de hoogte zijn gebracht, wordt hen gevraagd dit nieuws met hun kind te delen.
8. Vervolgens worden alle andere ouders van de school via de mail op de hoogte gebracht door de directie.
9. Voor de desbetreffende klas wordt er een klassenbijeenkomst georganiseerd. Dit wordt door de duoleraar (en anders de vorige leraar van de klas) en de directie gedaan. Tijdens het groepsgesprek kan iedereen zijn/haar emoties kwijt.
10. Vervolgens moeten kinderen de gelegenheid krijgen om de schok verder te verwerken. Gebruik een aangepast programma voor die dag. Bijvoorbeeld het maken van een tekening, het opschrijven van herinneringen, etc.
11. De aanwezige leraar houdt de reacties van de kinderen goed in de gaten en maakt hier eventueel aantekeningen van.
12. Afhankelijk van hoe de groep reageert, kan in de dagen erna telkens begonnen worden met een klassengesprek met daarin aandacht voor de overledene, de reacties etc.
13. Zo spoedig mogelijk brengt het team of een delegatie een bezoek aan de nabestaanden.
14. Er wordt op de school een hoekje gecreëerd met foto en condoleanceregister. Met de nabestaanden wordt gesproken over hun eventuele wensen m.b.t. de begrafenis/crematie.
15. In de plaatselijke krant wordt een rouwadvertentie geplaatst. Dit doet het bestuur/directie.
16. De gehele school zal de dag van de begrafenis/crematie vrij zijn. Leerlingen kunnen onder begeleiding van hun ouders naar het afscheid (indien de familie van de overleden leraar dit wenselijk vindt).
17. De ouders kunnen er voor kiezen af te zien van het bijwonen van de begrafenis/crematie door hun kind. Deze kinderen blijven dan thuis.
18. Op de eerstvolgende schoolbijeenkomst wordt aan de overleden leraar gerefereerd.
19. De nabestaanden blijven door het team geïnformeerd en uitgenodigd worden over bijzondere gebeurtenissen en feestelijke bijeenkomsten tijdens het eerste jaar na overlijden.

# Stappenplan bij overlijden van een ouder

1. Bericht komt binnen: mondeling, telefonisch, via de post, advertentie of via een officiële mededeling.
2. Als een bericht niet vanuit de officiële instanties komt, moet eerst gecontroleerd worden of de berichtgeving juist is.
3. Degene die het bericht ontvangt, meldt dit aan de directie.
4. De directie geeft het nieuws door aan de leraar en aan het team.
5. De leraar geeft het telefonisch door aan de klassenouder en daarna aan de andere ouders. Ouders wordt gevraagd dit nieuws zelf met hun kind te delen.
6. De directie neemt contact op met de andere ouder en kijkt of een huisbezoek (door directie en leraar) gewaardeerd wordt. Indien dat het geval is, gaan zij op huisbezoek. De directie stemt af met de andere ouder wat in deze situatie wenselijk is om het rouwproces van het betreffende kind zo goed mogelijk te ondersteunen. Zo kunnen alle kinderen uit de klas bijvoorbeeld iets maken voor het kind.
7. De directie neemt contact op met het bestuur voor een advertentie in plaatselijke krant.
8. In de groep wordt gepraat over het overlijden van de ouder van een kind. Hier moet ruimte zijn om eventuele emoties te tonen.
9. De leraar overlegt in het team wie naar de begrafenis/crematie gaan. In ieder geval een directielid en de leraar(en).
10. Als het kind van de overleden ouder weer op school komt, wordt hier (indien het kind dat wil) uitgebreid aandacht aan besteed in een kringgesprek. Gesprekspunten kunnen zijn: Wat is er gebeurd? Wat is er veranderd? Hoe voel je je?
Realiseer je dat een kind in een bijzondere positie komt: hij heeft iets heel ergs meegemaakt en komt op school in een uitzonderingspositie, hij/zij is immers vaak de enige die dit heeft ervaren. Misschien heeft een kind ook niet de behoefte om er in de kring over te praten. Wees hier alert op. Geef het kind in ieder geval de tijd om het gebeurde op zijn/haar manier te verwerken.
11. Houd als leraar contact met de overgebleven partner over het gebeurde en over de reacties van het kind. Dit kind wordt het eerste jaar (en indien nodig langer) in de SEO-hulpgroep geplaatst, zodat leraaren alert blijven op het welzijn en de emotionele ontwikkeling van dit kind. Daarbij kan een passende begeleiding voor dit kind worden opgesteld. Indien nodig wordt er proactief externe hulp ingeschakeld.

# Stappenplan bij overlijden van een medewerker binnen de school

1. Bericht komt binnen: mondeling, telefonisch, via de post, advertentie of via een officiële mededeling.
2. Als een bericht niet vanuit de officiële instanties komt, moet eerst gecontroleerd worden of de berichtgeving juist is.
3. Degene die het bericht ontvangt meldt dit aan de directie.
4. De directie geeft het bericht door aan het team. Teamleden die niet aanwezig zijn, worden telefonisch op de hoogte gebracht.
5. Ouders van school worden via de mail op de hoogte gebracht en vertellen het nieuws aan hun kind.
6. De directie neemt contact op met het bestuur.
7. De leraaren houden een gesprek met de klas.
8. De directie plaatst een advertentie in de plaatselijke krant in overleg met het bestuur.
9. In het team worden afspraken gemaakt wie naar de begrafenis/crematie gaat en hoe.
10. Er wordt met de overgebleven partner contact gezocht over de wensen rondom deze begrafenis/crematie.
11. Directie en één of meerdere teamleden zullen een bezoekje brengen aan de overgebleven partner.

# Stappenplan bij overlijden partner/ouder/kind van een leraar

1. Bericht komt binnen: mondeling, telefonisch, via de post, advertentie of via een officiële mededeling.
2. Als een bericht niet vanuit de officiële instanties komt, moet eerst gecontroleerd worden of de berichtgeving juist is.
3. Degene die het bericht ontvangt meldt dit aan de directie.
4. De directie geeft het bericht door aan het team. Teamleden die niet aanwezig zijn worden telefonisch op de hoogte gebracht.
5. De directie gaat in gesprek met de leraar om te vragen of deze een huisbezoek waardeert. Als de leraar het waardeert dan gaat er een delegatie van het team op huisbezoek.
6. Tijdens het huisbezoek wordt besproken wij hij/zij nodig heeft of hij/zij wil dat leraren en anderen op de begrafenis/crematie aanwezig zijn.
7. Belangrijk is om voor de leraar een aanspreekpunt op school te hebben. Dit moet iemand zijn met wie de leraar een goede band heeft. De leraar moet zelf deze behoefte voelen.
8. In geval van overlijden van kinderen of partner van leraar wordt een advertentie geplaatst in de plaatselijke krant namens de school.

# Verwerkingsideeën

1. In de bijlage het boekje ‘Mijn boekje vol herinneringen’, dit boekje kan voor de leerlingen gekopieerd worden om hierin te tekenen, schrijven enz.
(kopieermodel te verkrijgen bij Wim Hendriks Uitvaartbegeleideng)
2. In de groep kan een gedenktafeltje gemaakt worden met daarop een foto, een kaars, een bloemetje en een mogelijkheid voor de leerlingen om hier iets te schrijven.
3. In de groep een boekentafel met boeken over het thema rouwverwerking bij kinderen, zie boekenlijst (hoofdstuk 8).
4. Er kunnen kaartjes gemaakt worden die vervolgens aan de bloemen gehangen worden die bij de begrafenis/crematie worden gebruikt voor op de kist.
5. De troostrugzak van Wim Hendriks Uitvaartbegeleiding kan geleend worden met daarin boekjes, knuffels, kaarsjes enz.
6. Groepsgesprekken in grote en kleine kring.

# Boeken

## Onderbouw

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Titel** | **Schrijver** | **ISBN**  | **Leeftijd** |
| Derk Das blijft altijd bij ons | Susan Varley | 9789060695524 | 3-12 jr. |
| Kikker en het vogeltje | Max Velthuijs | 9789025867782 | 3-5 jr. |
| Dat is heel wat voor een kat | Judith Vorst | 9789025741136 | 3-6 jr. |
| Lieve oma Pluis | Dick Bruna | 9789056471712 | 1-4 jr. |
| Ik krijg tranen in mijn ogen als ik aan je denk | Ineke van Essen | 9789491687501 | Vanaf 5 jr. |
| De allerbeste oma van de wereld | K. Hocker | 9789055792528 | Vanaf 4 jr. |
| Dag papa in de hemel | Ingrid van Dongen | 9789064818042 | 4-6 jr. |
| Een opa om nooit te vergeten | Bette Westera | 9789026127816 | 2-6 jr. |
| Ik mis papa | Kai Luftner | 9789462020788 | 4-7 jr. |
| Ik mis mama | Rebecca Cobb | 9789462020580 | 4-12 jr. |
| Waarom is iedereen zo verdrietig vandaag? | Marcel Kalter | 9789079249183 | 4-7 jr. |
| De ballon reis | Marinus v/d Berg | 9789025954970 | 4-7 jr. |
| Siens hemel | Bibi Dumon Tak | 9789045119052 | 5-8 jr. |
| Ik had je nog zoveel willen zeggen | M. v. Nieuwenhuyzen | 9789491740121 | 0-6 jr. |
| Als verdriet op bezoek komt | Eva Eland | 9789025876036 | 3-8 jr. |

## Bovenbouw

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Titel** | **Schrijver** | **ISBN**  | **Leeftijd** |
| En opeens is alles ander | Yvonne van Emmerik | 9789025956424 | 10-13 jr. |
| Achtste-groepers huilen niet | Jacques Vriens | 9789000308071 | 10-12 jr. |

## Voortgezet onderwijs

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Titel** | **Schrijver** | **ISBN**  | **Leeftijd** |
| Perenbomen bloeien wit | Gerbrand Bakker | 9789059362857 | 13-15 jr. |
| Pijnstillers | Carry Slee | 9789049926847 | 13-16 jr. |

# Aanbevelingen voor school

* Lenen van een troostrugzak (Wim Hendriks Uitvaartbegeleiding).
* Gebruik maken van het boekje ‘Mijn boekje vol herinneringen’. Deze mag voor de leerlingen gekopieerd worden (op aanvraag te krijgen)
* In de contacten met de nabestaanden van de overledene goed afstemmen wat de wens van de familie is.

# Stappenplannen in tijden van het corona-virus

## Stappenplan bij overlijden leerling

1. Het bericht komt binnen. Als het bericht niet rechtstreeks van ouders, arts of politie komt, moet eerst gecontroleerd worden of de berichtgeving juist is. Dit doet de persoon die de mededeling het eerst heeft gehoord.
2. Degene die het bericht ontvangt, meldt dit aan de directie.
3. De directie neemt telefonisch contact op met ouders om hen te condoleren en stemt af wanneer er een vervolgtelefoongesprek kan plaatsvinden om wat zaken te bespreken. Tevens wordt besproken dat school de informatie zal delen met het team/bestuur en daarna ouders/leerlingen van de school.
4. De directie geeft het bericht door aan het bestuur en het team.
5. De leraar(en) nemen telefonisch contact op met de ouders uit de klas. Met ouders wordt afgesproken dat zij het aan hun kind vertellen.
6. Daarna verstuurt de directie een mail naar alle ouders van de school.
7. De directie neemt wederom telefonisch contact op met de ouders en bespreekt de situatie (bijvoorbeeld het welzijn van broertjes/zusjes) en vraagt hoe school kan ondersteunen in het rouwproces. Indien ouders dit waarderen kunnen de volgende zaken worden ingezet:
* Online condoleanceregister voor alle ouders van de school.
* Kinderen uit de klas kunnen een A4-tje voor het kind maken voor een boekwerk dat mee gaat in de kist.
* Voor broertjes/zusjes kunnen klasgenootjes een A4-tje maken dat wordt samengebonden tot een boek.
* Het adres van ouders kan gedeeld worden, zodat ieder een persoonlijk bericht naar hen kan doen.
* Als de scholen weer open zijn, kan er een gedenkplekje voor het kind gemaakt worden in de klas.
* Als de scholen weer open zijn, kunnen ouders een bezoek aan de klas doen om met de klas in gesprek te gaan.
1. In de plaatselijke krant wordt een rouwadvertentie geplaatst. Dit gebeurt door het bestuur/directie.

## Stappenplan bij overlijden leraar

1. Het bericht komt binnen. Als het bericht niet rechtstreeks van ouders, arts of politie komt, moet eerst gecontroleerd worden of de berichtgeving juist is. Dit doet de persoon die de mededeling het eerst heeft gehoord.
2. Degene die het bericht ontvangt, meldt dit aan de directie.
3. De directie neemt telefonisch contact op met nabestaanden van de leraar om hen te condoleren en stemt af wanneer er een vervolgtelefoongesprek kan plaatsvinden om wat zaken te bespreken. Tevens wordt besproken dat school de informatie zal delen met het team/bestuur en daarna ouders/leerlingen van de school.
4. De directie geeft het bericht door aan het bestuur en het team.
5. Twee leraren nemen telefonisch contact op met de ouders uit de klas. Met ouders wordt afgesproken dat zij het aan hun kind vertellen.
6. Daarna verstuurt de directie een mail naar alle ouders van de school.
7. De directie neemt wederom telefonisch contact op met nabestaanden en vraagt hoe school kan ondersteunen in het rouwproces. Indien nabestaanden dit waarderen kunnen de volgende zaken worden ingezet:
* Kinderen uit de klas kunnen een A4-tje voor het leraar maken voor een boekwerk dat mee gaat in de kist.
* Het adres van nabestaanden kan gedeeld worden, zodat ieder een persoonlijk bericht naar hen kan doen.
* Als de scholen weer open zijn, kan er een gedenkplekje voor de leraar gemaakt worden in de school.
* Als de scholen weer open zijn, kunnen nabestaanden een bezoek aan de klas doen om met de klas in gesprek te gaan.
* Online condoleanceregister voor alle ouders van de school.
1. In de plaatselijke krant wordt een rouwadvertentie geplaatst. Dit gebeurt door het bestuur/directie.

## Stappenplan bij overlijden ouder

1. Het bericht komt binnen. Als het bericht niet rechtstreeks van ouders, arts of politie komt, moet eerst gecontroleerd worden of de berichtgeving juist is. Dit doet de persoon die de mededeling het eerst heeft gehoord.
2. Degene die het bericht ontvangt, meldt dit aan de directie.
3. De directie neemt telefonisch contact op met de andere ouder om te condoleren en stemt af wanneer er een vervolgtelefoongesprek kan plaatsvinden om wat zaken te bespreken. Tevens wordt besproken dat school de informatie zal delen met het team en ouders/leerlingen van de school en bestuur.
4. De directie geeft het bericht door aan het bestuur en het team.
5. De leraar(en) nemen telefonisch contact op met de ouders uit de klas. Met ouders wordt afgesproken dat zij het aan hun kind vertellen.
6. Daarna verstuurt de directie een mail naar alle ouders van de school.
7. De directie neemt wederom telefonisch contact op met de andere ouder en bespreekt de situatie (bijvoorbeeld het welzijn van het kind/de kinderen) en vraagt hoe school kan ondersteunen in het rouwproces. Indien de ouder dit waardeert kunnen de volgende zaken worden ingezet:
* Online condoleanceregister voor ouders van de school.
* Kinderen uit de klas van het kind kunnen een A4-tje voor het kind maken om het te troosten.
* Het adres van ouders kan gedeeld worden, zodat ieder een persoonlijk bericht naar hen kan doen.
1. Als de scholen weer open zijn, volgt er een groepsgesprek. Gesprekspunten kunnen zijn: Wat is er gebeurd? Wat is er veranderd? Hoe voel je je?
Realiseer je dat een kind in een bijzondere positie komt: hij heeft iets heel ergs meegemaakt en komt op school in een uitzonderingspositie, hij/zij is immers vaak de enige die dit heeft ervaren. Misschien heeft een kind ook niet de behoefte om er in de kring over te praten. Wees hier alert op. Geef het kind in ieder geval de tijd om het gebeurde op zijn/haar manier te verwerken.
2. Houd als leraar contact met de overgebleven partner over het gebeurde en over de reacties van het kind. Dit kind wordt het eerste jaar (en indien nodig langer) in de SEO-hulpgroep geplaatst, zodat leraren alert blijven op het welzijn en de emotionele ontwikkeling van dit kind. Daarbij kan een passende begeleiding voor dit kind worden opgesteld. Indien nodig wordt er proactief externe hulp.
3. In de plaatselijke krant wordt een rouwadvertentie geplaatst. Dit gebeurt door het bestuur/directie.

## Stappenplan bij overlijden partner/ouder/kind van een leraar

1. Bericht komt binnen: mondeling, telefonisch, via de post, advertentie of via een officiële mededeling.
2. Als een bericht niet vanuit de officiële instanties komt, moet eerst gecontroleerd worden of de berichtgeving juist is.
3. Degene die het bericht ontvangt meldt dit aan de directie.
4. De directie belt met de leraar om te condoleren en stemt af wanneer er een vervolgtelefoongesprek kan plaatsvinden om wat zaken te bespreken. Tevens wordt besproken dat school de informatie zal delen met het team/bestuur en ouders van de klas.
5. De directie geeft het bericht door aan het team en het bestuur. Teamleden die niet aanwezig zijn worden telefonisch op de hoogte gebracht.
6. De directie gaat wederom telefonisch in gesprek met de leraar om te vragen wat het team kan doen om te ondersteunen in het rouwproces.
7. In geval van overlijden van kinderen of partner van leraar wordt een advertentie geplaatst in de plaatselijke krant namens de school.
8. Indien het gewaardeerd wordt kunnen ouders uit de klas het adres van de leraar krijgen om een persoonlijk bericht te versturen of kan aan kinderen gevraagd worden een A4-tje te maken om de leraar te troosten. Deze wordt uiteindelijk samengebonden en aan de leraar gegeven.
9. Belangrijk is om voor de leraar een aanspreekpunt op school te hebben. Dit moet iemand zijn met wie de leraar een goede band heeft. De leraar moet zelf deze behoefte voelen.

# Rouwverwerking bij kinderen

Het is onze natuurlijke reactie om kinderen te willen beschermen tegen de dood, pijn en rouw. We willen hen er ver vandaan houden. Maar zo zit het leven niet in elkaar. Ook (jonge) kinderen ontkomen niet aan afscheid en verlies. Dat begint al in het klein, bij het verlies van een favoriete knuffelbeer of de verhuizing van een vriendje. Maar ook de dood speelt een rol in een kinderleven. Een huisdier kan overlijden. En op een bepaald moment zullen bijvoorbeeld opa en oma doodgaan.

Het is daarom belangrijk om uw kind vertrouwd te maken met afscheid nemen en zelfs met verlies, overlijden en rouwverwerking. In het dagelijkse leven zijn er genoeg momenten die u kunt gebruiken om een kind daarmee om te leren gaan. Dat is niet wreed, hiermee helpt u het kind juist zich voor te bereiden op situaties waarin het echt met een groot verlies moet omgaan. Als er nooit met een kind is gesproken over wat ’dood' is, is het voor het kind moeilijker te begrijpen als het plotseling met een verlies wordt geconfronteerd.

**Rouwverwerking bij kinderen verschilt per leeftijd**

Hoe vertelt u een kind dat iemand, bijvoorbeeld oma, is overleden? Uiteraard hangt dit af van het karakter van het kind, maar het hoe hiermee om te gaan verschilt ook per leeftijd van het kind.

## Vier tot zes jaar

Heel jonge kinderen, tot een leeftijd van een ongeveer drie jaar, hebben geen besef van wat de dood inhoudt. Tot zo’n vijf jaar zien ze de dood als iets tijdelijks, want op die leeftijd heeft een kind nog geen tijdsbesef en ‘nooit meer’ is een vaag begrip. Ze willen niet graag dat papa of mama weg gaat en voelen wel aan wat verlies is, maar het verschil tussen dood en levenloos is voor hen niet duidelijk. Dat maakt ook dat jonge kinderen nog niet bang zijn voor de dood. Pas daarom op dat u niet uw eigen angsten op hen overbrengt. Aan de andere kant lijden ze wel onder verlies. Daarom is het belangrijk om heel open met hen te praten en hen voorzichtig voor te bereiden op het verlies. Omdat kinderen echt in het ‘nu’ leven, zult u ook zien dat ze het ene moment intens verdrietig zijn en vijf minuten later weer vrolijk spelen. Rouwverwerking bij kinderen verloopt natuurlijk, met tussenpozen, om te voorkomen dat de pijn te intens is.

Gebruik eenvoudige en concrete woorden. Als iemand ziek was of heel oud kunt u bijvoorbeeld zeggen: 'Oma's lichaam was kapot, en de dokter kon het niet meer maken.' Aangezien kinderen in deze fase de dood nog niet als onomkeerbaar zien, kan het zijn dat zij na het gesprek gerust vragen wanneer oma weer op bezoek komt. Leg rustig uit dat iemand die dood is nooit meer terug komt. Een idee is om kinderen tijdens deze periode een ‘troostknuffel’ te geven. Deze knuffel kan belangrijk zijn voor de verwerking. Het ene kind zal hem bij zich willen houden als herinnering aan de overledenen. Waar een ander kind het aan de overledene meegeeft in de uitvaartkist. Door een speciaal knuffeltje hiervoor te kiezen zal het kind zijn ‘eigen vertrouwde veilige knuffeltje’ als zodanig blijven zien.

Tip: Leer een kind de verschillen

Voor jonge kinderen is ‘dood’ een weinigzeggend begrip. Zij leven in het moment en hebben geen idee wat ‘nooit meer’ betekent. Het is daarom goed om kinderen het verschil tussen dood en levenloos uit te leggen.

Wijs op levenloze dingen, zoals een huis, speelgoed, auto, tandenborstel of stoel.

Leg uit wat leeft en dus ook kan doodgaan: mensen, dieren, bloemen, bomen en planten. Planten groeien, mensen halen adem en eten.

Wijs voorbeelden aan van iets dat dood is gegaan: een dode vogel, insect of boom. Praat er rustig over met kinderen, vaak worden zij hier niet verdrietig van.

Leg uit dat mensen en dieren dood kunnen gaan door ouderdom, maar ook door ziekte of een ongeluk.

Maak kinderen vertrouwd met rituelen rond de dood, bijvoorbeeld door het begraven van een overleden huisdier in een doosje in de tuin en het graf aan te kleden met een takje of kruis of door in huis een herinneringsplek voor het huisdier in te richten.

Praat openlijk over de dood. Schrik niet van vragen, want kinderen zullen zich op den duur realiseren dat ook zij sterfelijk zijn. Praat openlijk bij vragen als ‘ga ik dood’ of ‘ga jij dood’.

## Zeven tot negen jaar

Vanaf deze leeftijd begrijpen kinderen vaak al dat de dood voor altijd is en dat alle levende dingen een keer dood gaan. Vaak denken ze er echter nog niet over na dat zijzelf ook dood zullen gaan. Het ene kind in rouw zal mogelijk heel boos reageren of om extra aandacht vragen, een ander wordt juist stil en praat er niet meer over. Laat zien dat het normaal is om over de overledene te blijven praten, zodat het kind leert dat het geen verboden onderwerp is en er gewoon over gevoelens mag worden gepraat. Geef het kind de ruimte om verdrietig en boos te zijn en laat merken dat deze reacties horen bij het overlijden van een dierbare. Het kan ook helpen om samen nieuwe rituelen te creëren. Bijvoorbeeld  door altijd op de verjaardag van de overledene naar zijn of haar graf te gaan of door op een bepaalde dag het lievelingseten van de overledene te eten.

Gebruik duidelijke en concrete woorden als u praat over de dood. Vertel wat er is gebeurd en waarom oma is overleden. Ook als die omstandigheden dramatisch zijn. Ga ervan uit dat de fantasie van kinderen veel erger is dan de werkelijkheid. Geef het kind de keuze om afscheid te mogen nemen van de overledene of om mee te gaan naar de begrafenis of crematie ook als ze er tegenop zien. Vraag waar ze tegenop zien, dwing nooit maar stimuleer wel. Leg wel uit hoe deze zich tijdens een begrafenis of crematie hoort te gedragen. Kinderen kunnen al mee naar de uitvaartdienst. Zeker wanneer de dienst aangepast wordt aan de aanwezigheid van kinderen. Bij de uitvaart van opa of oma of anderen die het kind zeer nabij waren is het aan te raden kinderen zeker vanaf een jaar of zes mee te nemen.

Tip: Geef aandacht aan je kind

Geef aandacht aan het rouwende kind op het moment dat hij het nodig heeft. Breek een telefoongesprek af, zet de stofzuiger uit, stel de reparatie even uit en ook die computer kan wachten. Vraag niet aan het kind om zijn gevoelens uit te stellen, te doen of ze er niet zijn of te veranderen. Let op signalen van kinderen. Ga ervan uit dat kinderen bezig zijn met het verlies al laten ze dat niet altijd merken. Ga in op signalen of begin er zelf over. Vraag regelmatig hoe het gaat ook al lijkt er geen aanleiding voor te zijn. Wat je zegt is in het algemeen minder belangrijk dan hoe je het zegt en wat je doet. Dikwijls is 100% aanwezigheid op het moment dat dat nodig is al voldoende.

## Tien tot twaalf jaar

Het is niet te voorkomen dat je kind te maken krijgt met het overlijden van een geliefd persoon of dier. Het is belangrijk dat tieners de mogelijkheid krijgen om op hun eigen manier te rouwen. Het geeft je kind houvast als het gewone leven zo snel mogelijk weer doorgaat.

Op deze leeftijd dringt het tot het kind door dat ook zij een keer doodgaan. U kunt bijvoorbeeld bespreken wat er allemaal komt kijken bij de dood. Betrek jongeren zoveel mogelijk bij alles wat geregeld moet worden. Hun inbreng en wensen zijn belangrijk. Mogelijk kunnen ze ook taken op zich nemen waardoor ze zich nog meer betrokken voelen.

Door een sterfgeval kunnen tieners overstelpt worden door allerlei gevoelens: boosheid, ontreddering, angst, verdriet en schuldgevoel. Als ze dit voor het eerst meemaken, voelen veel jongeren zich onvoorbereid en verward door deze emoties, maar vaak erkennen ze die gevoelens niet. Ze doen er vaak veel moeite voor om aan de buitenkant niks te laten merken, en zijn dan ook weinig ontvankelijk voor steun en hulp. Maar door het ontkennen van verdriet kan de verliesverwerking blokkeren en kunnen gedrags- en emotionele problemen ontstaan. Gelukkig gaat het met de meeste tieners na verloop van tijd beter.

*Tip: Openheid*

Open zijn over de oorzaak en manier van sterven is voor de verwerking van groot belang. Het is belangrijk dat je kind afscheid kan nemen, en aanwezig is bij de uitvaart en een eventuele afscheidsbijeenkomst. Daarnaast is het van belang dat kinderen de ruimte krijgen om op hun eigen manier te rouwen, dat ze goede informatie krijgen over het rouwproces en dat iemand ze vertelt dat hun gevoelens bij het rouwproces horen, maar dat de ergste pijn overgaat.

Jongeren uiten hun emoties vooral bij leeftijdsgenoten en willen er vaak niet met volwassenen over praten. Dat is normaal. Je kunt het best een uitnodigende houding tegenover je tiener aannemen. Een schouderklopje is soms al genoeg. Je kind voelt dan steun. Daardoor weten kinderen dat ze bij je terechtkunnen wanneer ze daar zelf aan toe zijn. Ook (samen) dingen doen kan helpen. De overledene leeft voort in de herinnering van je kind. Het is goed om de dierbare af en toe nog eens ter sprake te brengen, maar forceer je tiener niet om te praten.

## Algemene tips voor het vertellen van het nieuws

* Zorg voor een goed contact met het kind.
Het beste kan iemand die het dichtst bij het kind staat de boodschap vertellen.

Zorg dat u de aandacht van het kind heeft.
Neem een jong kind op schoot en houd bijvoorbeeld zijn handen vast of streel over zijn rug. Zeg bijvoorbeeld: “Ik moet je iets ergs vertellen…”

Leg zo duidelijk mogelijk uit dat (bijvoorbeeld) oma niet meer leeft.
Ze ademt niet meer, voelt niets meer, heeft geen pijn meer en heeft het ook niet koud.

* Wees zo eerlijk mogelijk.
Als (bijvoorbeeld) oma ziek was, leg dat dan uit.
* Laat het kind vragen stellen.
“Hoe lang blijft oma dood? Komt ze wel op mijn verjaardag? Eten en drinken overleden mensen? Waar is oma nu dan?”
* Laat uw emoties zien.
Huil bij het kind. Het kind mag weten dat u erg verdrietig bent.
* Geef het kind ruimte voor emoties. Sommige kinderen worden boos of beginnen te huilen. Emoties tonen mag. Geef het kind dus ruimte voor de emoties en probeer het niet zo snel af te leiden met bijvoorbeeld een koekje. Lichamelijk contact kan het kind troosten en kalmeren.

# Tips voor verwerking ouders thuis

## De eerste week na overlijden

* Het boekje ‘Mijn boekje vol herinneringen’ kan aangeboden worden om te gebruiken voor verwerking.
* Voorlezen of zelf laten lezen van boeken en hierover praten.
* Tekening/kaartje maken met een berichtje voor de familie. Deze kan opgestuurd worden.
* Indien er een online register is een berichtje hierin achterlaten voor de nabestaanden van de overledene.

## De eerste maand

* Zorg dat de naam van de overledene nog regelmatig genoemd wordt in huis.
* In huis kan een gedenkplekje gemaakt worden met een foto, een kaars die bij het afscheid gebruikt is of een tekening van een mooie herinnering.
* Steun geven zit vaak in kleine dingen zoals een knipoog, een woord, een schouderklopje of een belangstellende vraag.
* Het hangt een beetje van je eigen situatie af in hoeverre je er voor je kind kunt zijn. Als je zelf overmand wordt door verdriet, is het moeilijker je kind voldoende aandacht en ondersteuning te geven. Probeer er toch voor je kind te zijn, en schakel eventueel anderen in om je kind te ondersteunen. Denk aan grootouders, vrienden, een mentor of leraar op school en buren.

## Het eerste jaar

* Besteed op bepaalde momenten expliciet aandacht aan het overlijden. Bijvoorbeeld op de verjaardag van degene die overleden is, de sterfdag, vader-/moederdag. Bedenk een ritueel om samen op die dag de overledene te gedenken.
* Zorg dat kinderen altijd bij je terecht kunnen, wat hun gedrag ook moge zijn. Soms zijn de reacties veel heftiger dan je zou verwachten. Veroordeel het gedrag niet maar bied kinderen de veiligheid om hun verdriet ook op andere manier te uiten.
* Verbied kinderen niet met anderen te praten over wat ze meemaken. Ook al gaat het over gezinszaken, het is belangrijk dat een kind zich ook buiten het gezin kan uiten.
* Wanneer je ongestoord met de kind wilt praten, zoek dan naar een voor hem vertrouwde plek of bijvoorbeeld op school naar een plek waar je je beiden prettig voelt, het een beetje gezellig en warm aandoet en je niet gestoord wordt.
* Gaan zitten om er over te praten, leidt vaak tot weinig. Tijdens een ongedwongen moment, wandelend, in de auto, samen klussend, vinden kinderen het vaak gemakkelijker om iets over hun gevoelens en ervaringen te vertellen.

# Informatie voor leerkrachten

De 4 rouwtaken van W. Worden

Rouwen is hard werken, niet iets wat je alleen maar passief ondergaat. William Worden, een Amerikaanse rouwdeskundige, beschreef in 1992 vanuit die gedachte de 4 rouwtaken:
Het kan geruststellend zijn om b.v. te horen: het is heel normaal, dat je ook af en toe helemaal niets kunt voelen, dat je geheugen je in de steek laat, dat je een gevoel van onwerkelijkheid hebt, dat je zo verstrooid bent, dat je af en toe het gevoel hebt gek te worden.

## Rouwtaak 1: Erkennen van verlies

Erkennen van het verlies is eigenlijk realiseren dat een dierbare dood is; de rationele acceptatie. Het gaat daarbij niet om accepteren in de zin van goedvinden. Het gaat om inzien dat je vader er nooit meer zal zijn of dat je moeder niet meer op de bank zit als je thuiskomt. Merk je als leerkracht dat een kind nog in de tegenwoordige tijd praat, dan kan dat betekenen dat het nog midden in de eerste rouwtaak zit.

Voor kinderen is feitelijke informatie over toedracht, oorzaak en gevolg onmisbaar om verder te kunnen. Ze kunnen hiermee het verlies inpassen in het bestaande denkkader. Kinderen spelen overlijden vaak na. Er wordt bijvoorbeeld constant botsautootje, begrafenisje of moordenaartje gespeeld. Voor de omgeving confronterend, maar voor kinderen noodzakelijk.

#### Tips:

* Geef kinderen feitelijke informatie
* Dood is dood en niet weg gegaan
* Laat kinderen afscheid nemen
* Geef veel aandacht, liefde en biedt een veilige omgeving
* Laat kinderen praten, biedt ze een luisterend oor
* Laat kinderen gaan als ze uitvaartje spelen

## Rouwtaak 2: Herkennen van de pijn die bij het verlies hoort

Het voelen en doorleven van de intense pijn, is de zwaarste taak. Vaak is het eerste jaar na de dood een jaar van overleven voor de kinderen. Hoe vier je de verjaardag? Hoe vier de kerst? Na dat eerste jaar is gebleken dat het kan en pas dan komt er ruimte voor het gevoel dat bij verliesverwerking komt. De omgeving denkt vaak dat het verdriet na een jaar wel over is. Je hebt immers alles één keer doorgemaakt. Maar na een jaar kan het kind de steun nog hard nodig hebben.

Vaak wordt gedacht dat de uitvaart het dieptepunt is en dat daarna alles weer beter gaat. Het voelen van de pijn heeft tijd nodig. Kinderen ontwijken deze pijn het liefst. Ze willen niet praten over de overledene, slikken hun tranen in of zeggen dat het eigenlijk best goed gaat. Juist het niet willen praten is een teken dat ze er niet klaar mee zijn. Het is belangrijk dat de tranen die het kind heeft er op de één of andere manier uitkomen.

Pas als ze de omgeving veilig voelen, zijn ze in staat gevoelens te uiten. Tot die tijd kunnen ze wel heel goed vertellen wat er is gebeurd, maar vaak zonder gevoel. Het is alsof ze een verhaal van anderen vertellen.

#### Tips:

* Merk je dat een kind verdriet heeft? Benoem het dan.
* Vraag wat een kind fijn vindt als hij/zij verdriet heeft.
* Het kind mag boos zijn zolang het een ander kind niet pijn doet.
* Geef liefde en aandacht want achter boosheid zit vaak verdriet verscholen.
* Laat het kind op een groot vel papier liggen en trek het om. Laat het kind vertellen waar bepaalde gevoelens zitten.

## Rouwtaak 3: Verkennen van het leven zonder de overledene

Als de intense pijn wat is afgezwakt, kan het kind verder met rouwtaak 3. In deze rouwtaak gaat het er vooral om hoe je de overledene bij je houdt. Hoe integreer je de overledene in je leven? Wat doe je op zijn verjaardag?

Kinderen zijn bang om te vergeten. Hoe houd je dan herinneringen vast? Kinderen kunnen dan denken dat er een moment komt dat ze niet meer weten een vader gehad te hebben. Het maakt kinderen angstig als ze merken dat herinneringen vervagen.

#### Tips:

* Als je gaat knutselen voor bijvoorbeeld Vaderdag, overleg met het kind of hij mee wil doen. Misschien wil het juist wel iets maken voor de overledene. Wil het kind niet meedoen, stel het dan voor iets te maken voor de dierbare. Vind je dit lastig, leg de situatie voor aan ouders.
* Maak een herinneringsdoosje, hier kan het kind voorwerpen indoen die hem herinneren aan de overledene.
* Geef het kind een schrift om in te schrijven/tekenen als het verdrietig is.
* Maak een tranenpotje, gebruik hiervoor kralen of steentjes. Vraag waarom ze een ‘traan’ willen hebben om in het potje te doen. Kan ook een traan van vreugde zijn.

## Rouwtaak 4: Erop durven vertrouwen dat niet iedereen doodgaat

Kinderen kunnen heel bang zijn dat iedereen van wie ze houden doodgaat. Vaak is het na een overlijden lastig om relaties aan te gaan en vast te houden. Kenmerkend voor de vierde rouwtaak is dat kinderen weer meer vertrouwen krijgen en de angst voor de dood wat meer loslaten. Deze kan echter bij bedreigingen direct weer om de hoek komen kijken.

#### Tips:

* Benoem de angst als je merkt dat een kind bang is iedereen om zich heen te verliezen.
* Wijs het kind op te prettige dingen in het leven die wel doorgaan.
* Laat het kind inzien dat mensen van hem/haar houden.
* Mandela kleuren geeft een kind rust.

# Reacties van rouwende kinderen

## Verdringing

Kinderen kunnen met dit afweermechanisme net doen of de dierbare niet dood is. Kinderen ontkennen het verlies omdat ze de pijn nog niet kunnen verdragen.

Voorbeeld: Zeggen dat iemand die overleden is verhuist is.

## Rolovername

Vaak zien we dat kinderen de rol overnemen van de overleden ouder, broer of zus. Ze kunnen zowel de persoon als de plaats in het gezin innemen. Ze kunnen het idee hebben dat ze alleen maar wat waard zijn als ze het overleden broertje zijn, dat is wat nu de aandacht heeft.

Ook de rol als partner nemen kinderen soms over, ze krijgen een groot verantwoordelijkheidsgevoel. Soms stimuleer je dit onbewust. ‘Pas je goed op je moeder? Of ‘jij bent nu de man in huis’.

Voorbeeld: Een vader overlijdt en de dochter neemt de zorg voor de moeder over, ze werd naarmate de tijd vorderde steeds gespannener.

## Regressie

Kinderen kunnen terug willen naar het verleden. Toen was het nog veilig en leefde de ouder nog. Iedereen was blij en vrolijk. Ze gaan weer duimzuigen, bedplassen, kruipen op schoot en willen weer aangekleed worden.

Voorbeeld: Een jongen van twaalf wil ineen weer afgedroogd worden na het douchen. Moeder deed dat altijd nog bij zijn overleden broertje.

## Concentratiestoornissen

Op school is het vaak goed te merken dat het kind zijn aandacht niet bij zijn werk kan houden. Hij dwaalt af en kan vragen niet beantwoorden. Het kind is met andere dingen bezig tijdens de les. Ze denken aan thuis en wat er gebeurd is.

Voorbeeld: Het kind zit vaak uit het raam te staren en wist vaak niet waar de les over ging.

## Psychosomatische klachten

Vaak gaan kinderen met pijn in de buik naar school of zijn ze misselijk. Kinderen die moeilijk hun gevoel kunnen uiten hebben daar last van. Rationele kinderen hebben vaak hoofdpijn.

## Psychische uitingen

Kinderen uiten hun verdriet in eerste instantie vaak in boosheid. Het kind kan boos zijn op de dood of op degene die papa aangereden heeft. Het kan zich in de steek gelaten voelen. Ze schamen zich vaak voor hun gevoel.

Voorbeeld: Een kind is boos op zijn vader die overleden is aan kanker, want papa heeft te lang gewacht met naar de dokter te gaan.

## Schuldgevoel

Schuldgevoel kan ertoe leiden dat het kind zich gaat gedragen alsof het schuldig is. Het kan voorkomen dat het kind als het ware op zoek gaat naar straf. Ze kunnen zich schuldig voelen over de dingen die ze wel of niet gedaan hebben met de overledene. Misschien heeft het kind iets lelijks gezegd en wil dat nu graag goedmaken.

Voorbeeld: Het kind is vaak druk thuis, moeder overlijdt aan een hersenbloeding en nu voelt het kind zich daar schuldig over.

## Angst

Kind kunnen een enorme angst krijgen voor het overlijden van een ouder. Ze worden gespannen en zijn veel bezig met hoe de ouder zich voelt en of het wel goed gaat. Deze angst kan verlammend werken.

Voorbeeld: Een kind wil niet meer na het overlijden van een ouder logeren of buiten spelen. Ze was bang dat er iets gebeurde met de andere ouder als zij weg was.

## Paniek

Een kind kan in paniek raken over wie er nu voor hem gaat zorgen. Misschien moet papa hele dagen werken en snapt het kind niet wie er dan is als hij/zij uit school komt. Wie gaat hem naar de voetbal brengen?

1. Mijn boekje vol herinneringen

Dit boekje is op verzoek toe te sturen voor gebruik



1. Voorbeeldteksten voor rouwadvertentie
* Met grote verslagenheid hebben wij kennis genomen van …
* Geschokt zijn wij door het plotselinge overlijden van …
* Verslagen zijn wij door het veel te vroege verlies/overlijden van …
* Geheel onverwacht is overleden …

Met grote verslagenheid hebben wij kennis genomen
van het geheel onverwacht overlijden van

Piet Klaasen

vader van Theo Klaasen uit groep 6 van onze school.

Team … (naam van de school) te … (plaats)

Wij wensen Theo, zijn moeder (naam moeder) en (broertjes en zusje)

veel sterkte in deze moeilijke tijd.

 Datum