

# **“Groeien na Verlies”**

Een werkpakket samengesteld door de Netwerken Palliatieve Zorg van Oost-Vlaanderen  
Auteurs : Eva Janssens, Lucie Cannie, Michael Carpels, Philippe Helaers, Tiny Van Keymeulen

Omslagillustratie : Ingrid Bogaert  
2005

## Inleiding

Dit boekje wil een concreet en praktisch instrument zijn om leerkrachten in staat te stellen gericht te handelen bij verliessituaties waarmee men in de klas geconfronteerd wordt. Het wil direct bruikbaar zijn om vlug actie te kunnen ondernemen zowel in een klascontext, als individueel naar een leerling toe.

Het is opgedeeld in verschillende hoofdstukken die elk afzonderlijk te raadplegen zijn, afhankelijk van de nood en de vraag van het moment.

**Een eerste hoofdstuk** omvat informatie omtrent rouw in het algemeen en specifiek wat hierbij typerend is voor kinderen en jongeren.

Een checklist overloopt de meest voorkomende reacties en signalen die kunnen wijzen op "verborgen rouw" (zonder hierbij exhaustief te willen zijn). Een lijst met adressen die hulp kunnen bieden en een lijst met basisliteratuur sluiten hoofdstuk één af.

Zelfdoding bij jongeren komt steeds meer voor. In **het tweede hoofdstuk** wordt in gegaan op hoe men bepaalde signalen kan herkennen, hoe preventief kan gewerkt worden en hoe men klasgenoten het best kan opvangen als er zich een dergelijk traumatisch gebeuren voordoet. Er wordt ook aandacht besteed aan leerlingen die geconfronteerd worden met zelfdoding in hun omgeving.

We leven in een multiculturele samenleving. Dit is zeker ook voelbaar in de klas. Vandaar vonden we het belangrijk om ook een hoofdstuk toe te voegen over hoe wordt omgegaan met sterven en rouw in andere visies en culturen. **Hoofdstuk drie** geeft de belangrijkste krachtlijnen weer.

Een draaiboek maakt dat er efficiënter en sneller gehandeld kan worden. In **hoofdstuk vier** wordt een dergelijk draaiboek als voorbeeld uitgewerkt. Er wordt beschreven wat men dient te doen, het verloop en de verschillende stappen, eerste hulp en een verwijzing naar andere bestaande draaiboeken.

**Hoofdstuk vijf** geeft een overzicht van mogelijke concrete doe-ideeën en werkvormen in de klas, aangepast aan de situatie en de leeftijd. Het omvat een lijst van boeken en pakketten met werkvormen om rond het thema "dood" te werken in de klas.

Het laatste hoofdstuk behandelt nazorg op korte en langere termijn. Het is immers aangewezen dat men ook op langere termijn af en toe eens blijft stilstaan bij het geleden verlies. **Hoofdstuk zes** licht toe hoe men deze nazorg vorm kan geven via bv. bezinningsmomenten en rituelen.



# Inhoudstafel

## Voorwoord

## Inleiding

### Algemene informatie

- Rouw bij kinderen 1
- Signalen en reacties 5
- Doorverwijsadressen 8
- Literatuurlijst 10
- Enkele nuttige websites 15

### Zelfdoding

- Inleiding 16
- Zelfdoding bij leerlingen 17
- Signalen 20
- Preventie en aanpak 21
- Leerlingen geconfronteerd met zelfdoding 25
- Tot slot 27

### Rouw vanuit verschillende visies

- Inleiding 28
- Algemeen 28
- Overzicht van de verschillende visies 30
  - Rooms-Katholiek
  - Protestant-Christelijk
  - Joden
  - Moslims
  - Vrijzinnig Humanisten
- Leestips en geraadpleegde bronnen 39
- Nuttige Adressen voor informatie 39

<b>Draaiboek</b>	
• Inleiding	40
• Draaiboek bij overlijden van een leerling	41
• Draaiboek bij overlijden van een gezinslid van een leerling	46
• Draaiboek bij overlijden van een familielid van een leerling	50
• Onverwachte zaken en valkuilen	52
• Leestips	52
<b>Doe-ideeën</b>	
• Inleiding	53
• 'De dood' en 'rouwen' als algemene thema's	54
• Wat na een overlijden	55
– Als een leerling uit de klas overlijdt	
– Als iemand uit de directe omgeving overlijdt	
• Andere vormen om rond gevoelens te werken	58
• Verdere verwijzingen	59
• Bijlage: verhalen	61
<b>Nazorg-wijzers</b>	
• Wegwijzers inzake nazorg op school	71
• Nazorgwijzers	72
<b>Geraadpleegde literatuur</b>	
<b>Netwerken Palliatieve Zorg</b>	
<b>Dankwoord</b>	

## Voorwoord

Wat voor u ligt is het resultaat van een samenwerking tussen de vier Netwerken Palliatieve Zorg van Oost-Vlaanderen. De Netwerken hebben als doelstelling de palliatieve zorg in de regio te bevorderen en te ondersteunen.

In 2001 werd, via een tijdelijke subsidiëring door de Vlaamse Liga tegen Kanker, de aanzet gegeven voor de implementatie van rouwzorg binnen de Netwerken Palliatieve Zorg.

De Oost-Vlaamse Netwerken willen, naast zorg voor nabestaanden en hulpverleners en de ontwikkeling van rouwzorg in de verschillende palliatieve settings, eveneens naar de scholen toe een aanbod verzekeren. Leerkrachten worden immers onvermijdelijk en vrij vaak met rouw en verlies geconfronteerd in de klas, hetzij door de dood van een familielid van een leerling, van een leerling zelf of van een collega.

Vanuit onze bekommernis om rouw en verlies meer bespreekbaar en werkbaar te maken in de klas, werkten we een project uit dat een handreiking wil zijn voor leerkrachten bij verliessituaties op school.

Door middel van dit werkpakket "Groeien na verlies" en een Rouwkoffer willen we tips en suggesties aanreiken.

We hopen zo bij te dragen om op school makkelijker met een thema, waarover meestal wordt gezwegen maar dat nochtans essentieel deel uitmaakt van eenieders leven, om te kunnen gaan.



## Rouw bij kinderen en jongeren

Rouwen is de reactie (psychisch en/of fysiek) op het verlies van iemand waarmee een betekenisvolle relatie bestond. Het gaat dus over een "betekenisvol" verlies. Men kan dus enkel spreken enkel van rouwen of rouwverwerking na het overlijden van iemand waarmee men een band een relatie beleefde. Alle andere verliezen die kunnen ontstaan (naar aanleiding van verandering van school, bij een echtscheiding, als men verhuist of bij het sterven van een huisdier), vallen onder de term verliesverwerking.

Men wordt van jongsaf aan geconfronteerd met rouw. Denken we maar aan het overlijden van oma of opa. Sommigen verliezen hun moeder of vader op zeer jonge leeftijd of er is een broertje of zusje, een klasgenootje of een leerkracht gestorven.

Men dient alert te zijn op het feit dat - in geval van een slepende ziekte - het rouwproces reeds vóór het overlijden een start kan nemen. Men spreekt dan van 'anticipatorische rouw'. Ook kinderen ontkomen hier niet aan. Het is goed dat men als school, als omgeving hier oog voor heeft en reeds in deze periode zorg draagt voor het kind en zijn getroffen gezinsleden.

Men kan dus stellen dat scholen frequent te maken hebben met rouw bij kinderen.

Hoe kinderen hierop reageren is afhankelijk van hun persoonlijkheid, opvoeding en omgeving en hun ontwikkelingsfase. Hoewel iedereen anders rouwt, op zijn eigen unieke manier, kan men bij kinderen toch wel een indeling maken volgens leeftijdsfase.

<b>Leeftijd</b>	<b>Begrip van dood</b>	<b>Kenmerken</b>
<b>0 – 12 maanden</b>	Geen echt besef van dood	Bevredigen basisbehoeften : slapen, eten, drinken, veiligheid
<b>1 – 3 jaar</b>	Geen echt besef, geen onderscheid tussen levende en niet-levende dingen	Scheidingsangst; kunnen zich snel terug hechten bij continuïteit van zorg
<b>4 – 6 jaar</b>	Dood is een tijdelijk stadium, zoals slapen, dus omkeerbaar. Dood overkomt alleen anderen Goot interesse in de lichaaamelijke kant	Magisch denken : overtuiging dat eigen gedachten het gebeuren beïnvloeden. Vatbaar voor schuldgevoelens
<b>6 – 10 jaar</b>	Dood is definitief en onomkeerbaar, maar nog geen besef van het onvermijdelijke ervan	Fantasie- en geloofsbeelden zijn aanwezig
<b>11-13 jaar</b>	Dood is universeel, onvermijdelijk en definitief Grote nieuwsgierigheid	Angst voor eigen sterfelijkheid als men van dichtbij geconfronteerd wordt
<b>+13 jaar</b>	Dood is onomkeerbaar, onherroepelijk en universeel	Doorbraak abstract denken. Verlies in deze periode wordt doorkruist door puberteit en identiteitscrisis
<b>16 – 18 jaar</b>	Doodsbeeld vergelijkbaar met volwassene	Leunen vaak meer aan bij leeftijdsgenoten. Verlies kan proces van los komen bemoeilijken. Vaak uitgestelde rouw en kans op parentificatie (opnemen van de ouderrol)



### **Tot drie jaar**

Er is nog niet echt een doodsbef maar baby's en peutertjes zijn wel heel sfeergevoelig en voelen dus ook aan dat er iets ingrijpends aan de hand is en dat de omgeving ongewoon reageert. Scheidingsangst kan sterk aanwezig zijn maar op deze leeftijd kunnen ze zich snel opnieuw hechten als de continuïteit en invulling van verzorging en behoeften verzekerd is.

### **Van vier tot zes jaar**

Er is reeds een onderscheidingsvermogen tussen wat dood en levend is maar het wordt ervaren als een tijdelijk stadium en niet als een definitief, onomkeerbaar gebeuren. Dood associëren ze vaak met oud zijn. Vandaar dat ze in paniek kunnen raken als een leeftijdsgenootje of een jonger iemand sterft.

### **Van zes tot tien jaar**

De dood wordt beleefd als definitief en onomkeerbaar maar nog niet als universeel en onvermijdelijk. Er is nog een vorm van magisch denken aanwezig waardoor ze het gevoel hebben op één of andere manier invloed te kunnen uitoefenen op het sterven. Dit kan dan weer leiden tot sterke schuldgevoelens als zij menen mee verantwoordelijk te zijn voor iemands dood.

### **Vanaf elf jaar**

Vanaf deze leeftijd zijn kinderen stilaan in staat tot abstract redeneren. De dood wordt beleefd als universeel en onvermijdelijk maar is toch nog een beetje "de ver van m'n bed show", tenzij ze werkelijk van dichtbij geconfronteerd worden met de dood van een geliefd iemand. Dan kan de dood heel dichtbij komen en dit kan heel veel angst geven met betrekking tot de eigen sterfelijkheid.



## Jongeren en adolescenten

Verlies in deze leeftijdsperiode wordt doorkruist met de drang naar zelfstandigheid en alle andere emoties die eigen zijn aan deze fase. Ook al is hun zienswijze over de dood nagenoeg dezelfde als van volwassenen, toch kan de dood van leeftijdsgenoten of jongere mensen hen angstig en verward maken, alsof ze nog steeds de mening zijn toegedaan dat doodgaan hen niet kan overkomen. Voor hen komt de dood dan heel tastbaar dichtbij.

Vaak delen ze liever hun gevoelens met leeftijdsgenoten dan met ouders of andere volwassenen. Ze hebben de neiging zich stoerder voor te doen dan ze zich voelen. Ze hebben nood aan terughoudende maar beschikbare volwassenen. Sommigen sluiten zich helemaal af voor volwassenen en beginnen pas jaren later met hun rouwproces. Anderen hebben neiging tot parentificatie (nemen de ouderrol op zich), waardoor eigenlijk meer gevraagd wordt dan ze aankunnen en de rouw uitgesteld wordt.

Kinderen, van welke leeftijd ook, kunnen rouwen om een verlies. Alhoewel er gelijkenissen zijn met rouw bij volwassenen, zijn er toch ook een aantal belangrijke verschillen:

- Kinderen zijn emotioneel afhankelijk en gericht op de ouders en andere belangrijke volwassenen in de omgeving. Kinderen hebben een veilige omgeving nodig om te kunnen rouwen. Het verdriet van de volwassenen in de omgeving maakt dat kinderen vaak geneigd zijn hun rouw uit te stellen tot de volwassene zijn eigen verdriet voor een stuk verwerkt heeft. Nochtans is uiten van verdriet door de volwassenen een noodzakelijke voorwaarde voor het kind om te "mogen" rouwen. Daardoor krijgt het kind als het ware de toestemming van de volwassene om zijn verdriet te kunnen uiten.
- Kinderen, vooral jonge kinderen, kunnen moeilijk langere tijd in éénzelfde gevoel blijven zitten. Vandaar dat het vaak gebeurt dat ze het ene moment heel verdrietig kunnen zijn en het andere moment weer vrolijk aan het spelen zijn. Dit kan zeer vreemd overkomen voor volwassenen maar op die manier wordt een noodzakelijke buffer ingebouwd om zichzelf te beschermen.
- Emoties van kinderen, zeker in een rouwproces, kunnen heel explosief zijn. Naast angst, en verdriet komt boosheid vaak voor. Boosheid kan lastig zijn om mee om te gaan en wordt soms, ten onrechte, niet gezien als horend bij een rouwproces. Het komt voort uit een groot gevoel van onmacht en lijkt wel een poging om alsnog de wereld naar de hand te zetten. Kinderen zijn nog niet in staat al deze gevoelens goed en weldomschreven te verwoorden. Ze uiten zich vaak beter in tekenen, boetseren, spelen. Kinderboeken en werkboeken kunnen eveneens een belangrijk werkmiddel zijn.

Het is de opdracht voor de volwassenen om deze explosieve gevoelens toe te laten maar deze wel te helpen kanaliseren want kinderen weten met deze gevoelens geen blijf.

## Signalen en reacties

### Uitgestelde rouw

Als er ogenschijnlijk niet onmiddellijk een rouwreactie komt, wil dit niet zeggen dat het kind niet rouwt. Hij stelt zijn rouw gewoon uit tot het veilig genoeg is om zelf te rouwen. Zo spaart hij de volwassenen in zijn omgeving (zie hierboven). Oudere kinderen en jongeren kunnen vluchten in muziek, uitgaan, contact met vrienden of andere hobby's. Zo kan het lijken alsof het hen allemaal niet raakt. Niets is minder waar! Meestal is het een vlucht om niet met het gemis bezig te zijn en stellen ze zo hun rouw uit.

### Explosieve emoties

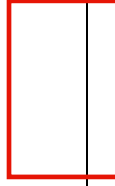
Door het feit dat kinderen nog niet zo goed in staat zijn emoties in taal te verwoorden, kunnen de emoties zich nogal heftig uiten. Het kan verdriet zijn maar ook woede en agressie, wat vaak veel moeilijker ligt om mee om te gaan. Volwassenen kunnen deze gevoelens helpen verwoorden door ze te benoemen. Bovendien kunnen volwassenen hulpmiddelen en manieren aanreiken om kinderen te leren deze hevige emoties op een gepaste manier te uiten.

### Wisselend gedrag

Typisch voor kinderen is dat ze zich in deze periode zeer wisselend kunnen gedragen. Verdriet en vreugde kunnen kort op elkaar volgen. Dit is zeer normaal. Kinderen hebben deze afwisseling nodig om het voor henzelf draaglijk en leefbaar te houden. Oudere kinderen kunnen zich het ene moment zorgend en zelfstandig opstellen en op het andere moment in afhankelijk en kinderlijk gedrag vervallen.

### Regressief gedrag

Een rouwend kind valt vrij makkelijk terug in een vroegere ontwikkelingsfase. Zo kan een jonger kind plots weer gaan bedwateren, duimzuigen of zich afhankelijkjer gedragen. Ook een ouder, reeds zelfstandig kind kan weer in een vroegere afhankelijkere ontwikkelingsfase terugvallen.



### **Onhandelbaar of moeilijk gedrag, veranderd gedrag**

Een kind dat voordien meegaand was kan opstandig en moeilijk worden, dikwijls naar aanleiding van een situatie die omstanders niet onmiddellijk koppelen aan het overlijden. Anderzijds kan een extravert kind dat voordien altijd haantje de voorste was, door het verlies zich stil en teruggetrokken gaan gedragen. Kortom veranderd gedrag moet men in deze omstandigheden beschouwen als signaalgedrag. Alertheid hierop is dus aangewezen.



### **Veranderende schoolresultaten**

Vaak beïnvloedt het overlijden van een betekenisvol iemand de schoolresultaten van kinderen. Bij een uitgestelde rouwreactie gebeurt dit soms een hele tijd nadien. Meestal dalen de punten doordat het kind niet in staat is om zich te concentreren. Anderzijds worden de schoolresultaten in sommige gevallen beter dan vroeger, omdat het kind goed zijn best wil doen omwille van de overledene. Dit kan wijzen op vermijding m.n. "de kop in het zandtechniek". Het kind stort zich dan als afleiding op de studie, net zoals volwassenen zich in dergelijke omstandigheden op hun werk kunnen storten.

### **Veranderend eet- en slaappatroon, lichamelijke reacties**

Het slaappatroon kan door rouw gestoord raken. Dikwijls uit zich dat door moeilijk in slaap raken of moeilijk doorslapen, nachtmerries enz ... Het kan ook zijn dat het zich vertaalt in overdreven vermoeidheid en een grotere slaapproefte. Verminderde eetlust of juist vreetbuien doen zich evenzo frequent voor bij kinderen in rouw. Bovendien kunnen de spijsvertering en de darmen behoorlijk in de knoop liggen. Dit is normaal maar de lichamelijke klachten mogen niet te lang duren, anders kunnen er ernstige gezondheidsproblemen ontstaan.

### **Zich terugtrekken**

Soms trekt het kind of de jongere zich terug in zichzelf en wil hij niet meer deelnemen aan het sociale gebeuren. Tijdelijk kan dit gezond zijn en een eigen manier zijn om het overlijden te verwerken, maar een te lange periode van zich terug trekken kan leiden tot isolement en depressie. Het is belangrijk dat een vertrouwenspersoon toch een manier zoekt om contact te onderhouden.



Dit is slechts een greep uit mogelijk herkenbaar signaalgedrag bij kinderen en jongeren. Het zijn reacties die kunnen voorkomen kort na het gebeuren, maar ook een hele tijd nadien en net dan legt men vaak niet meer de link met rouw !

Dit signaalgedrag dient niet gedramatiseerd te worden, het zijn normale reacties.

Het is ondersteunend als de leerkracht een gesprek aanbiedt bij de leerling of de zekerheid geeft dat hij - ook later, als hij er wel wil over praten - bij hem terecht kan.

Het is slechts als dit gedrag langdurig blijft aanhouden dat professionele hulp moet ingeschakeld worden.

We dienen ons ervan bewust te zijn dat ieder op zijn unieke manier rouwt.

Het ene kind heeft nood aan erover praten en extra aandacht in de klas, het andere wil net zoals de anderen behandeld worden en voelt zich het meest comfortabel zonder al die extra aandacht. Sommigen voelen zich, na overlijden van ouder of broer of zus, net in de klas meer op hun gemak omdat dit milieu vertrouwd aanvoelt dan alle verwarrende veranderingen thuis. Het is goed als de leerkracht dit even bevroegt aan de leerling zelf.

Wees indachtig dat er thema's en momenten in de klas zullen zijn die het verdriet extra activeren, bv een bepaald verhaal, een lied, een gebeurtenis, een activiteit. Dit is normaal en dient op zich niet vermeden te worden maar als leerkracht dien je hiervoor attent te zijn en de leerling(en) op te vangen.



## Doorverwijsadressen

Naast ondersteuning in de klas zelf zijn er voor kinderen en jongeren in rouw een aantal nuttige professionele doorverwijsadressen waar men beroep kan op doen, uiteraard na overleg met de leerling en de ouders.

- *CLB's of centra leerlingenbegeleiding.* U weet zelf - of de directie kan het u vertellen - met welk CLB de school verbonden is.

- Sommige scholen hebben een psycholoog in dienst.

- *CGGZ of centra geestelijke gezondheidszorg.*

In elke regio is er, naast de centra voor volwassenen, ook een centrum geestelijke gezondheidszorg voor kinderen en jongeren. De Vlaamse vereniging voor geestelijke gezondheidszorg kan u vertellen waar u terecht kan in uw regio.

*Vlaamse Vereniging voor Geestelijke Gezondheidszorg (VGG)*

*Tenderstraat 14 - 9000 Gent*

*Tel. 09 221 44 34*

*e-mail : [info@vvgg.be](mailto:info@vvgg.be)*

*website : [www.vvgg.be](http://www.vvgg.be)*

- *Zelfhulpgroepen.*

In sommige streken zijn er groepen jongeren die op geregelde basis samenkomen om als lotgenoten na een verlies ervaringen uit te wisselen en steun te vinden bij elkaar. Adressen vindt men bij :

*Trefpunt Zelfhulp*

*Van Evenstraat 2B - 3000 Leuven*

*Tel. 016 23 65 07*

*e-mail : [anne-marie.dinneweth@soc.kuleuven.ac.be](mailto:anne-marie.dinneweth@soc.kuleuven.ac.be)*

*website : [www.zelfhulp.be](http://www.zelfhulp.be)*

- *Zelfstandige therapeuten.*

Het Netwerk Palliatieve Zorg of een centrum geestelijke gezondheidszorg kan u ook doorverwijzen naar therapeuten in de buurt die gespecialiseerd zijn in het werken met kinderen in rouw.

- *Leefsleutels.*

Deze organisatie ontwikkelt programma's voor scholen ter bevordering van zelfontplooiing, training en ontwikkeling van sociale en emotionele vaardigheden. Leefsleutels kan dus ook aangesproken worden voor het geven van vorming aan leerkrachten of aan leerlingen omtrent dit thema. Eveneens verlenen zij informatie en advies.

*Leefsleutels vzw,  
Leopoldstraat 95 - 2800 Mechelen  
Tel. 015 45 94 20  
e-mail : [Leefclefs@skynet.be](mailto:Leefclefs@skynet.be)  
website : [www.leefsleutels.be](http://www.leefsleutels.be)*

- *Netwerk Palliatieve Zorg.*

In iedere regio is er een Netwerk Palliatieve Zorg. Men kan er terecht met vragen over palliatieve zorg maar ook voor informatie, advies en doorverwijzing rond rouw- en verliesverwerking. De coördinaten van het Netwerk van uw regio kan u opvragen via

*Federatie Palliatieve Zorg Vlaanderen  
Vander Vekenstraat 158 - 1780 Wemmel  
Tel. 02 456 82 00  
e-mail : [info@palliatief.be](mailto:info@palliatief.be)  
website : [www.palliatief.be](http://www.palliatief.be)*

## Literatuurlijst

### Nuttige boeken voor leerkrachten

Brochure	*	De meest gestelde vragen over kinderen en de dood	In De Wolken, Heeze, 2002
Fiddelaers-Jaspers Riet	*	Jong verlies. rouwende kinderen serieus nemen; vijfde herziene druk	Ten Have, Kampen, 2005
Fiddelaers-Jaspers Riet	*	Afscheid voor altijd. Omgaan met verdriet en rouw in het primair onderwijs	Educatieve Partners Nederland, Houten, 1999
Fiddelaers-Jaspers Riet	*	Doodnormaal ? Verdriet en rouw bij leerlingen	Educatieve Partners Nederland, Houten, 1996
Fiddelaers-Jaspers Riet		Doodgaan is geen feest. Over doodgaan, cremieren en rouwen	In De Wolken, Heeze, 2003
Keirse Manu	*	Helpen bij verlies en verdriet. Een gids voor het gezin en de hulpverlener	Lannoo, Tielt, 1995
Keirse Manu	*	Kinderen helpen bij verlies; een boek voor al wie van kinderen houdt	Lannoo, Tielt, 2002
Storms Werner	*	Dood zijn, hoelang duurt dat ? Vragen van en voor kinderen over de dood	Clavis, Hasselt, 2000, niet meer verkrijgbaar
Tilstra Harm	*	Kinderen en ingrijpende situaties. Over levensbedreigende ziekte in de naaste omgeving	Kwintessens, Hilversum, 2001
Tilstra Harm	*	Kinderen en ingrijpende situaties. Over dood, rouwen en troosten	Kwintessens, Hilversum, 2002
Vanden Abbeele Claire	*	Nu jij er niet meer bent. Rouwen met kinderen	Lannoo, Tielt, 2001
VZW Leefsleutels	*	Als de dood voor de dood op school ?	VZW Leefsleutels, 2002
Werk- en herinneringsboek	*	Naar een nieuwe horizon	KPC, In De Wolken, Heeze, 2002
Zakboekje	*	Stripverhaal voor rouwende kinderen	KPC, In De Wolken, Heeze, 2001
Zakboekje	*	Stripverhaal voor rouwende jongeren	KPC, In De Wolken, Heeze, 2001

## Nuttige boeken voor kinderen en jongeren

### Algemeen

Delfos Martine	Dood is niet gewoon	4 - 10	Voor kinderen die het overlijden van een betekenisvol iemand meemaken	Trude van Waarden Producties, Bussum, 2003
Fiddelaers-Jaspers Riet	Ik weet niet wat ik weten moet	7 +	Antwoorden op veel gestelde vragen van kinderen over doodgaan	Ten Have, Kampen, 2005
Fiddelaers-Jaspers Riet	Ik zal je nooit vergeten	6 – 12	Herinneringsboek om ervaringen en herinneringen op te schrijven. Kan gebruikt worden als brug tussen school en thuis	In De Wolken, Heeze, vijfde druk, 2002
Fiddelaers-Jaspers Riet	Waar ben je nu, zie jij me nog	7 – 12	Teksten bij een afscheid voor en door kinderen en jongeren	KPC, In De Wolken, Heeze, 2000
Fiddelaers-Jaspers Riet	Als iemand dood gaat	8 – 12	Wat jij wil weten over doodgaan, begraven en cremieren, als voorbereiding voor leerkrachten	KPC, In De Wolken, Heeze, 1999
Fiddelaers-Jaspers Riet	Doodgaan is geen feest.	3 – 8	Voorleesboek voor kinderen met uitleg over doodgaan, cremieren en rouwen	KPC, In De Wolken, Heeze, 2003
Fiddelaers-Jaspers Riet	Ik zal je nooit vergeten	Tot 12j.	Mijn boek vol herinneringen, werkboek tot 12 j, ook bruikbaar voor lesthema	KPC, In De Wolken, Heeze, 1999
Fiddelaers-Jaspers Riet	Wie ben ik zonder jou	12 – 18	Herkenningsliteratuur, ook zeer bruikbaar voor leerkrachten	KPC, In De Wolken, Heeze, 2000
Kranendonk Anke	Van huilen krijg je dorst	6 – 9	Vragen van een 7 jarige jongen bij de ongeneeslijke ziekte van zijn oom	Lemniscaat, Rotterdam, 1993
Stalfelt Pernilla	Het boek van de dood	3 – 8	De dood is op een visuele, luchtige en soms grappige manier voorgesteld, ook kijkboek, eveneens inspirerend voor leerkrachten	Hoogland & van Klaveren, 2000
Storms Werner	Dood zijn, hoe lang duurt dat ?	6 – 16	Veelgestelde vragen van en voor kinderen over de dood; om beter met kinderen te spreken over dood	Clavis, Hasselt, 2000 Niet meer leverbaar
van Emmerik Yvonne	Als vlinders spreken konden	6 – 18	Korte eenvoudige teksten, gedichten om taal te geven aan de rouw van kinderen en jongeren	Dabar-Luyten, Heeswijk, 1997



Van Gog Marian, Feld Richard	Bloe, deel 5 : verdrietig	6 – 12	Prentenboek over het herkennen van verdriet	SGO, Hoevelaken, 2001
Velthuys Max	Kikker en het vogeltje	3 – 7	Prentenboek over verdriet en verwarring rond de dood	Leopold, Amsterdam, 1992

### Dood van een ouder

Elias Bettie	Water van zout	8 +	Gevoelens van Dries na het overlijden van zijn papa	Bakermat, Mechelen, 1998
Fiddelaers- Jaspers Riet	Als jij er niet meer bent	7 +	Informatie, antwoorden op vragen, tips als je ouder doodziek is	Ten Have, Kampen, 2005
Honig Tom	Rabarber	10 +	Hoe drie kinderen elk op hun eigen manier met het verlies van hun moeder omgaan	SWP, Amsterdam, 2008
Lindell Unni	De zuigzoen	14 +	Eigentijds verhaal over de gevoelens van een tiener na het overlijden van mama	Lemniscaat, Rotterdam, 2000
Mandelbaum Pili	Zoals vroeger	3 – 7	Na het overlijden van de papa van Lisa helpt opa haar over haar verdriet en angst heen	Infodok, Amsterdam, 1990
Minne Brigitte	Als rozenblaadjes vallen	14 +	Ziekte, afscheid en dood van een moeder, verteld door de dochter	Clavis, 2003
Post Alma	Gewoon met z'n drieën	4 +	Gevoelens van jonge kinderen na de dood van hun vader	Sjaloom, Amsterdam, 1997
Reef Odiel	Alles is voor altijd anders	9 – 14	Dood van moeder	Sjaloom, Amsterdam, 1998
Sels Tania en Pype Joke	Nooit meer is voor altijd	4 +	Overlijden van ouders	Clavis, Hasselt, 2000
Slee Carry	Pijnstillers	9 – 16	Dood van moeder	Prometheus, Amsterdam, 1997
Vanden Heede Sylvia	Een bed bij het raam	6 – 12	Verhaal over een jongen die weet dat zijn mama niet meer kan genezen	Lannoo, Tiel, 2007
Van der Werf Hanneke	Het was een vrijdag	10 +	Een boek voor jongeren in een situatie waarin een ouder overlijdt	Van Tricht, Twello, 2007
Van Dongen	Dag papa in de hemel	3 – 6	Prentenboek over het overlijden van de vader van	De Bonte bever,

Ingrid				een peuter	Utrecht, 1998
Van Emmerik Yvonne	En opeens is alles anders	7 – 14		Over het verlies van een moeder	Lannoo, Tielt, 1997
van Essen Ineke	Ik krijg tranen in mijn ogen als ik aan je denk	6 – 14		Kinderen vertellen over wat zij meemaakten bij de dood van hun vader of moeder	Stichting achter de regenboog, Utrecht, 1999
K. Van Frankenhuyzen	Jou langzaam loslaten	10 – 16		Verwerking van de dood van een moeder	De Toorts, Haarlem, 1993
Van Mol Sine, De Bode Ann	Mama heeft kanker	3 – 9		Voorleesboekje voor kinderen tot 9 jaar over kanker	VLK, Brussel, 2003
Waccary Ria	Hellup, mijn papa gaat dood	7 +		Hoe een jongen van acht omgaat met ziekte en overlijden van zijn papa	Tekstone, 2007

### Dood van een grootouder

Bartels Berdie	Een kist vol schatten	8 +		Over het verwerken van ziekte en dood van opa	Zwijsen B.V., Tilburg, 2007
Berebrouckx Annemie	De oma van Jules	3 – 7		Kijk en vertelboekje over de dood van oma	Leopold, Amsterdam, 1999
Boonen Stefan	Wacht op mij	8 +		Een doordringend verhaal over de dood van een opa en de verwerking ervan. Uitverkocht	Clavis, Amsterdam, 2001
Bruna Dick	Lieve oma pluis	3 – 6		Overlijden van oma, ook voorleesboekje	Mercis Publishing, Amsterdam, 1996
Doray malika	Elke woensdag naar oma	3 – 7		Kijk en vertelboekje over de dood van oma	Altiora, Averbode, 2002
Dreesen Jaak	De vlieger van opa	4 – 8		Opa wordt ernstig ziek en sterft	Altiora, Averbode, 1988
Kuijer Guus	Krassen in het tafelblad	6 – 14		Over de dood van een oma die Madelief nauwelijks gekend heeft	Querido, Amsterdam, 1978
van Lieshout Ted	Toen oma weg was	3 – 10		Overlijden van oma. Voor beginnende lezers en als voorleesboekje	Zwijsen, Tilburg, 1993
Verrept Paul	Ik mis je	5 – 9		Overlijden van grootouders	Clavis, Hasselt, 1998
Vrouwke Klapwijk & Marja Bos	Dag lieve oma	5 – 12		Over de dood van oma, aangevuld met een informatief gedeelte via vraag en antwoord	Callenbach, Kampen, 2004

### Dood van broer of zus

Breebaart Piet en Joeri	Als je dood bent, word je dan nooit meer beter?	6 – 10	Over het overlijden van Joeri's drie jaar jongere broertje Remi	Lemniscaat, Rotterdam, 1993
Pohl, P. & K. Gieth	Ik mis je, ik mis je	7 – 14	Over verlies van een zusje	Querido, Amsterdam, 1994
Somers Patrick	Sterrenkind , ook bijhorende video	3 – 7	Kijk en vertelboek over hoe een juf in haar klas spreekt over dood na verlies van een broertje	Christofoor, Zeist, 2000
Van Lieshout Ted	Gebr.	12 +	Luuk zoekt na het overlijden van zijn broer, via zijn dagboek, uit wie hij nu werkelijk was	Van Goor, Amsterdam, vijfde druk 2002

### Dood van een vriend

Slingenberg Ben	Een e-mail van Lumie	10 +	Ziekte en overlijden van een klasgenootje	Callenbach, Kampen, 2de druk 2002
Vos Mariska	Een stoel in de hemel	4 – 10	Overlijden van een klasgenootje en de verwerking ervan	Colombus, Heerenveen, 2005
Vriens Anneke	Achtste-groepers huilen niet	9 – 12	Over een klasgenootje dat ongeneeslijk ziek is en zal sterven	Van Holkema & Warendorf, Houten, 1999

### Dood van een dier

Beuscher Armin	Over de grote rivier	3 – 6	Over het thema afscheid nemen en doodgaan, aansluitend bij het begripsvermogen van kleintjes	Van Goor, Amsterdam, 2003
Bourguignon Laurence	De oude olifant	3 – 7	Gevoelig boek over vriendschap, oud worden, sterven en afscheid nemen	Clavis, Amsterdam/Hasselt, 2004
Elias Bettie	Ik mis je zo	6 – 9	Het verdriet van een jongetje dat afscheid moet nemen van zijn hond	Bakermat, Mechelen, 1996

Van den Berg Marinus	De drie vogels	3 – 6	Mama vogel gaat dood en het jonge vogeltje moet zonder mama verder. Voorleesverhaal voor de allerkleinsten	Gottmer, Bloemendaal, 1990, tweede druk 2003 in eigen beheer v. auteur
Varley S.	Derk das blijft altijd bij ons	3 – 7	Dood van een dier en de reactie van andere dieren	Lemniscaat, Rotterdam, 1984
Velthuijs Max	Kikker en het vogeltje	3 – 6	Over de dood van een vogeltje op een niveau dat aansluit bij het doodsbegrip van de allerkleinsten	Leopold, Amsterdam, vijftiende druk, 2004
Viorst Judith	Dat is heel wat voor een kat, vind je niet?	4 – 8	Over de dood van een kat	Kosmos, Amsterdam, 1984

### Overlijden van kinderen

Moeyaert Bart	*	Voor altijd, altijd	7 – 8	Over een vrouw die zich vreemd gedraagt wegens het grote verdriet over het verlies van haar dochtertje	Zwijzen, Tilburg, 1992
Pelgrim Els& The Tjong Khing	*	Kleine Sofie en Lange Wapper	7 – 14	De zwaar zieke Sofie denkt na over hoe de wereld in elkaar zit en wat er met je gebeurt als je dood bent	Querido, Amsterdam, 1984
Stolp Hans	*	De gouden vogel	+8	Dagboek van een stervende jongen	Lemniscaat, Rotterdam, 1987
Schuyesmans Willy	*	Stilstaan	Vanaf 10	De 10 jarige Benjamin sterft onverwacht aan een hartstilstand. Ook over rituelen	Altiora, Averbode, 1995

## Enkele nuttige websites

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

Informatie over verliesverwerking bij kinderen en jongeren; hulp- en advieslijn.

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

Info over publicaties, boeken en brochures. Info over omgaan met rouwende kinderen, forum en chatroom.

**[www.missingyou.be](http://www.missingyou.be)**

Missing you ; geschikt voor jongeren en jongvolwassenen (12 tot 30 jaar) die een ouder, broer of zus hebben verloren. Een interactieve site met getuigenissen, praathoek, aankondiging van gespreksgroepen en ontmoetingsdagen.

**[www.kankerspoken.nl](http://www.kankerspoken.nl)**

Info over kanker, vragen, reacties. Hulp voor kinderen, ouders, leerkrachten en hulpverleners.

**[www.palliatieve-zorg-en-kinderen.be](http://www.palliatieve-zorg-en-kinderen.be)**

Website vanuit de Federatie Palliatieve Zorg Vlaanderen met tal van informatie voor ouders en hulpverleners over omgaan met kinderen die geconfronteerd worden met palliatieve situaties

**[www.centering.org](http://www.centering.org)**

Engelstalige site met info over verwerking van verlies bij kinderen, kinderboeken en creatieve hulpmiddelen en tips voor het omgaan met verlies en verdriet in de klas.

**[www.verliesverwerken.nl](http://www.verliesverwerken.nl)**

Informatie over verliesverwerking, voor geïnteresseerden, nabestaanden en rouwbegeleiders. De site omvat ook een interessante literatuurlijst over en voor kinderen en jongeren in rouw.

**[www.ovok.be](http://www.ovok.be)**

Informatie door en over de zelfhulpgroep "ouders van een overleden kind". Via deze site kan men contact leggen met lotgenoten.

**[www.kindenrouw.nl](http://www.kindenrouw.nl)**

Maakt voorlichtingsmateriaal over rouw en verliesverwerking bij kinderen en wil kinderen helpen bij hun verwerkingsproces.

**[www.klasse.be/archieven](http://www.klasse.be/archieven)**

In een archiefnummer van het tijdschrift 'Klasse' werd het thema rouw en verlies bij kinderen op school uitgebreid besproken. Het nummer is te vinden onder bovenstaande website.

## Inleiding

Minstens éénmaal per week is er een leerling die sterft door zelfdoding. Bij 15 procent van de lagere schoolkinderen en 30 à 40 procent van de leerlingen in de secundaire school konden onderzoekers gedachten met betrekking tot zelfdoding weerhouden. Jongens scoorden daarbij hoger dan meisjes. Zelfdoding is - na het slachtoffer zijn van een verkeersongeval - de tweede doodsoorzaak voor jongeren tussen 10 en 24 jaar.

Drie op vier slachtoffers van zelfdoding maakten hun opzet weken voordien kenbaar. Niemand had de signalen gemerkt of ernstig genomen. Ook hun leerkrachten niet.

*Marc, klasleraar:*

*"Je gelooft zoiets niet. Jongeren staan toch voor gretigheid, voor het leven, voor blijheid en geluk? Ik kon alleen nog voor me uitstaren. Dat Wouter zoiets had kunnen doen. Waarom toch? Wat nu? Hoe vertel ik het aan de klas? Hoe moet dat verder met een klas zonder Wouter? Een film draaide in mijn hoofd van mijn laatste contacten met hem. Waarom had ik niet gezien wat Wouter bezighield? Had ik dit niet kunnen vermijden? Hoe zet ik die film af?"*

*Er is intussen op school veel veranderd. Ik vind het verschrikkelijk erg dat daar eerst iemand voor moet sterven. Het is allemaal te laat voor Wouter. Of misschien had in zijn geval niets nog kunnen helpen. Vroeger wisten alleen de directeur en de prefect het als leerlingen thuis problemen hadden. Nu komt er een speciale klassenraad. Er staat niets van op papier, maar iedereen weet het. Zo blunderen we bijvoorbeeld niet als de leerling in kwestie wat laat is met een taak of minder goed oplet. We duwen hem niet nog dieper de put in. De sfeer op school is veranderd. Iedereen weet dat dit niet meer mag gebeuren en dat we daaraan kunnen werken. Wie open staat voor elke leerling en er echt naar kijkt, kan heel wat problemen vlug opsporen, ook als iemand met zelfmoordneigingen zit. Ik ben geen therapeut geworden, maar wel een andere leerkracht."*

## Zelfdoding bij leerlingen

### Poging tot Leven ...

- Zelfdoding en pogingen tot zelfdoding vormen het zichtbare gedeelte van *suicidaal gedrag*. Het is een breed spectrum waar ook doodswensen, gedachten en plannen maken rond zelfdoding toe behoren. Gedachten rond zelfdoding en gedachten aan de dood komen zeer vaak voor bij jongeren. Het zijn kleine gedachte-experimenten waarbij de jongere zich voorstelt wie om hem zou rouwen en of hij zou gemist worden.
- Een poging tot zelfdoding is een signaal, een teken dat iemand met problemen zit ("Er is iets met mij, het gaat niet"). Dat maakt hij aan de omgeving kenbaar. Het is een uiting van de pijn waar een eind aan moet komen. Hij vraagt op een indringende manier dat iets zou gebeuren ("Help mij"). Zelfdoding is voor hem de oplossing voor een onoplosbaar probleem. Een poging tot zelfdoding moet steeds serieus genomen worden, ook al gaat het 'slechts' om een hulpkreet. Wat als een mislukte poging begon kan, als er geen aandacht aan wordt besteed, evolueren tot een gelukte zelfdoding.

## Geen Uitweg ...

- Een leven zonder problemen bestaat niet. In de meeste gevallen vinden leerlingen wel oplossingen voor hun problemen. Maar soms zien ze geen uitweg en mislukt alles wat ze proberen. Die mislukkingen kunnen gekaderd worden in het rijpingsproces dat jongeren meemaken.
- Komen tot zelfdoding is een proces. Alvorens het leven af te wijzen heeft de leerling allerlei manieren geprobeerd om een oplossing te vinden.
- Suïcidaal gedrag is steeds het resultaat van een **opeenstapeling van risicofactoren** die mekaar onderling beïnvloeden :

**Relationele problemen** : een problematische of conflictueuze relatie, communicatie- stoornissen met ouders, leerkrachten, vrienden, of gewoon een tekort aan voor hem of haar belangrijke personen.

**Situationele factoren** : 70 procent van de risicofactoren houdt verband met het gezin.

- Suïcidale kinderen hebben meer dan andere kinderen één van hun ouders verloren door scheiding of overlijden. Het verlies zelf kan aanleiding zijn voor neigingen tot zelfdoding, maar ook de kwaliteit van de relatie met de overblijvende ouder. In de meeste gevallen gaat het hier om hulpkreten, zelfs om pogingen om de ouders weer bij elkaar te brengen.
- Onstabiele thuissituatie : veel ruzie, geweld
- Kindermishandeling en incest
- Rigide gezinsstructuur met onduidelijke ouder-kindrelatie

**Persoonlijkheidsfactoren** : impulsiviteit, moeilijk separatieproces (het zich losmaken) van de ouders, gebrek aan eigenwaarde, problematisch leven en omgaan met een handicap, problematische ervaring van de seksuele identiteit, depressie, zwart-wit denken.

**Sociale factoren** : uitzichtloze loopbaanontwikkeling, toenemende concurrentiestrijd of gevoelsarme omgeving kan leiden tot onzekerheid, eenzaamheid.



## Meer jongens ...

- **Niet elke leerling** die in een crisis geraakt, denkt aan zelfdoding. Hoe hij reageert hangt af van de situatie, van wie hij is, van wat hij al meemaakte, van de steun die hij al dan niet vindt.
- De **gemiddelde leeftijd** waarop zelfdodinggedrag aanvangt is in de loop van de voorbije decennia gedaald. Dat heeft te maken met de puberteit die vroeger ingaat.
- **Jongens** gaan meer over tot zelfdoding dan meisjes. Redenen hiervoor zijn ondermeer, dat jongens impulsiever zijn en dat de maatschappelijke verwachtingen naar jongens hoger liggen. Ze leren zich sterk houden terwijl meisjes zich meer mogen uiten en makkelijker een emotioneel netwerk uitbouwen.
- **Homoseksuele jongeren** ondernemen vijf keer meer pogingen tot zelfdoding dan heteroseksuele jongeren. Zelfdoding is voor hen een belangrijke mogelijkheid om hun "probleem" op te lossen.
- Suicidaal gedrag is niet gebonden aan een bepaalde **onderwijsvorm**. Het komt overal voor.

## Signalen

'Wie over zelfdoding praat, voert de daad nooit uit.' : zegt het volksgeloof. De realiteit toont aan dat het anders is. We moeten de signalen ernstig nemen en niet afdoen als een poging tot chantage of een manier om zich af te reageren.

### Signalen bij zowel kinderen als jongeren kunnen zijn :

- Weglopen, spijbelen, de ouders vermijden, zich agressief gedragen, zichzelf pijn doen, gestoord spelgedrag, slaap- en eetstoornissen, grote faalangst.
- Specifiek gedrag als *bijna* onder een auto lopen, *bijna* van een grote hoogte vallen, kunnen een signaal zijn dat het kind ten einde raad is.
- Afscheid nemen. Jongeren hebben dan vooral de neiging om zaken waar ze veel waarde aan hechten weg te geven als een soort van afscheidsgeschenk.
- De genoemde signalen gaan vaak samen met fantaseren over de dood.

### Een belangrijke vaststelling is een zekere evolutie in hun innerlijk gevoelsleven :

- Vernauwing van de denk- en gevoelswereld : wat vroeger belangrijk was, is dat nu niet meer.
- Zelfdodingfantasieën : "Het zou beter zijn als ik er niet meer was."
- Agressie : zowel tegen zichzelf als tegen anderen. De gedachte aan zelfdoding en de innerlijke strijd kunnen van lange duur zijn, maar de overgang van denken naar doen kan vrij plots komen.
- De leerling reageert snel met verdriet en tranen op kleine incidenten.
- Hij is passief, trekt zich terug, verveelt zich in de groep.
- Hij is gesloten, uit zijn boosheid of verdriet niet in de vertrouwde omgeving.
- Hij legt moeilijk contact en ontwikkelt methodes om toch de aandacht op zich te vestigen : herhaalde ongelukjes, wegnemen van bezittingen, impulsief agressief gedrag, slechtere schoolprestaties.

Deze signalen kunnen onduidelijk en soms zelfs tegenstrijdig zijn.

Als leerkrachten/opvoeders signalen negeren of verkeerd begrijpen, kunnen gedachten aan zelfdoding overgaan in plannen en pogingen.

Elke poging verhoogt het risico op een geslaagde zelfdoding, aangezien het gedrag dan 'geleerd' is en tot het gedragsrepertorium van het individu gaat behoren.

## Preventie en Aanpak

De school kan niet de schuld krijgen voor wat fout loopt in gezin of samenleving. Maar ze heeft wel de plicht om kinderen goed te begeleiden, noodsignalen op te vangen en hulp te bieden waar nodig. Een goed schoolklimaat is de beste vorm van preventie. Dat zal echter niet verhinderen dat een aantal leerlingen toch suïcidaal is, wordt of blijft. Het is daarom belangrijk dat de school een preventiebeleid uitstippelt dat deel uitmaakt van de globale leerlingenbegeleiding.

### Preventiebeleid

#### DOEL VAN HET PREVENTIEBELEID

- Kan voorkomen dat er paniek ontstaat of verkeerde beslissingen worden genomen.
- Kan voorkomen dat een leerling een (nieuwe) poging doet.
- Kan ervoor zorgen dat een poging met zo weinig mogelijk letsels gebeurt.
- Kan ervoor zorgen dat de omringenden (leerlingen en leerkrachten) er geen letsels aan overhouden.
- Kan voorkomen dat andere leerlingen suïcidaal gedrag overnemen.

Een dergelijk plan werkt rond **drie grote luiken** : wat te doen bij vermoeden van een eventuele poging, wat na een poging, en wat na de zelfdoding ? (zie punt 2, 3 en 4)

Omgaan met zelfdoding is een zware taak die de school niet alleen kan en mag opnemen.  
Samenwerken met **externe hulpverleners** is noodzakelijk : Centra voor Leerlingen-begeleiding, Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg, Comités Bijzondere Jeugdzorg, Centra voor Ambulant Welzijnswerk, de huisarts, een therapeut, een ziekenhuis.

**AANPAK BIJ VERMOEDEN VAN SUÏCIDALITEIT**

- Praat met de leerling over de signalen die hij uitstuurt en de vermoedens die u heeft.
- Als u zich niet gewapend voelt voor zo'n gesprek, zorg dan dat iemand anders het doet.
- Toon begrip door rustig en open te praten over het verlangen om te sterven.
- Neem de gedachte aan zelfdoding ernstig en toon dit ook.
- Erken de moeilijkheden die de leerling ervaart, kruip in zijn vel en luister naar de gevoelens en feiten die hij/ zij brengt.
- Structureer zijn gevoelens en feiten. Dat helpt de angst en verwarring van de leerling verminderen.
- Expliciteer zijn gedachten aan zelfdoding: hoe vaak denkt hij eraan, hoe concreet zijn de plannen. Peil daarbij naar belangrijke of mogelijke crisismomenten vandaag en in de nabije toekomst.
- Geef geen valse hoop, beloof niet meer dan wat u echt kan.

**« Wat je beter NIET doet »**

- Preken, door de waarde en de schoonheid van het leven te preken.
- Formuleer geen onmiddellijke oplossingen.
- Minimaliseer de feiten en belevingen van de leerling niet.
- Zeggen dat de leerling zijn ouders of anderen veel verdriet aan doet.
- Beloven dat u er met niemand anders over zal over praten.

Hoewel al deze reacties vaak goed bedoeld zijn, gaan ze voorbij aan de beleving van de leerling en wordt hij nog dieper in de put geduwd.

**Zoek steun**

Niet alleen voor de leerling, maar ook voor uw eigen veiligheid en gezondheid.

Als u er onderdeel van gaat (omdat het u te zwaar is geworden), ervaart de leerling dat als een afwijzing of een bewijs dat niemand kan helpen. Beloof daarom nooit absolute geheimhouding. Zeg tegen de leerling wel met wie u erover zult praten en waarom. Verwittig de directeur, de coördinator of een vertrouwenspersoon. Zij kunnen dan op hun beurt stappen zetten naar de ouders en naar hulpverleners. Volg de zaak op door u te vergewissen van het feit dat de leerling ook buiten de scholieren opvang heeft.

## WAT NA EEN POGING TOT ZELFDODING ?

10 tot 12 procent van de leerlingen die een poging tot zelfdoding ondernemen, gaan later over tot zelfdoding - 2 tot 3 procent zelfs binnen het jaar. Na één jaar onderneemt 15 à 20 procent van de jongeren een nieuwe poging en bijna de helft na meerdere jaren. Een goede opvang is van levensbelang. Eens te meer omdat het zeer waarschijnlijk is dat de leerling voor medische of psychiatrische zorg een tijdje niet naar school is gekomen.

- Bespreek de terugkeer en opvang van de leerling in de klas met de ouders, de reeds betrokken hulpverlener(s) en indien mogelijk de leerling zelf.
- Zorg ervoor dat de leerling zo gewoon mogelijk - niet als een geval - zijn schoolperiode kan voltooien.  
Deze bekommernis moet ook een rol spelen in de keuze om al dan niet leerkrachten en schoolpersoneel in te lichten.  
Hen wél betrekken verhoogt de mogelijkheden voor toezicht en opvang.
- De medeleerlingen :
  - als de school één van de redenen is van het suïcidaal gedrag (pesten), moet dat worden aangepakt.
  - als niemand van de leerlingen op de hoogte is van de poging en de betrokken leerling dit ook niet wenst, is het beter de andere leerlingen niet in te lichten.
  - als andere leerlingen wel op de hoogte zijn (of er bestaat een vermoeden) is het nodig hierover te praten
- De school blijft alert voor suïcidale signalen in de betrokken klas, maar ook bij vrienden en "vijanden". Deze kunnen zich erg schuldig voelen.  
De geboden hulp na een poging blijft vaak puur medisch. De kans dat hij/zij opnieuw probeert is dus erg groot.  
Samen met gespecialiseerde diensten zoals het Centrum ter Preventie van Zelfmoord kan meer hulp worden geboden in functie van :
  - Het verminderen van de psychologische en sociale problemen of het isoleren van de leerling
  - Het verbeteren van het zelfbeeld
  - Het helpen vinden van bevredigende sociale relaties
  - Het stimuleren van andere probleemoplossende strategieën

Let wel ! Elke signaal van eventuele poging tot zelfdoding kan men niet vlug even naar gespecialiseerde diensten doorschuiven. Bij een noodkreet doet iemand in de eerste plaats een beroep op de ontvanger van die boodschap. Een signaal rond zelfdoding is veeleer een zoektocht naar begrip dan naar actief ingrijpen. Luisteren is vaak belangrijker dan doen.  
Met doorverwijsmogelijkheden achter de hand voelt u zich veiliger om in te gaan op de vraag. Maar doorverwijzen geeft al vlug de verkeerde indruk van afwijzing of bevestiging van gevoel van hulpeloosheid ("Ook die kan niets doen voor mij"). Onderzoek toont aan dat suïcidale personen een lage doorverwijstrouw hebben. Ze geloven niet dat iemand hen nog kan helpen.

## EEN LEERLING STERFT DOOR ZELFDODING

Een zelfdoding van een leerling is één van de meest aangrijpende gebeurtenissen die school en klas kunnen meemaken. Er moet snel een crisisplan in werking worden gesteld (*zie hoofdstuk : Draaiboek*). Het plan omschrijft de initiatieven en wie van het schoolpersoneel hieraan zal meewerken:

- Wat is er gebeurd, waar en hoe, omstandigheden, redenen ? Dit kan de school te weten komen via de familie, arts of politie.
- Ga na welke broers, zussen, vrienden en "vijanden" de leerling op school had. Dit om te vermijden dat zijzelf in een depressie of isolement terecht komen, door oa schuldgevoelens. Let hierbij vooral op signalen bij « vijanden ».Er kunnen sterke schuldgevoelens ontstaan wanneer er een problematische relatie was met de overledene. (zie volgende pagina )
- Zorg voor informatie en opvang :
  - Bepaalde leerlingen zullen individueel moeten worden ingelicht en hebben individuele opvang nodig. De klas kan in groep worden opgevangen. Betrek specialisten.
  - Het is niet de taak van de school om de ouders te begeleiden. Maar ouders waarderen meestal wel warmte en steun van de school, niet alleen de dagen na het verlies, ook op langere termijn, wanneer voor iedereen het leven weer verder gaat.
  - Informeer ook de ouders waar de kinderen terecht kunnen voor *professionele hulp (U kan bij het CLB doorverwijsadressen krijgen)*.

### Tips voor in de klas

- Schuif de lessen aan de kant. Laat iedereen zijn emoties uiten. Het is de eerste stap naar de verwerking van wat is gebeurd.
- Een leerkracht hoeft zijn eigen gevoelens niet weg te steken. Een leerkracht die triest is, toont dat hij met zijn leerlingen begaan is. Leerlingen worden zo uitgenodigd om hun eigen gevoelens te laten zien.
- Praat over zelfdoding. Wees niet bang dat het onderwerp suïcidaal gedrag zal stimuleren. Er is geen wetenschappelijke basis voor deze vrees.
- De houding van de leerkracht heeft een grote invloed op de stemming en het verloop van het gesprek. Het zijn vooral de leerlingen die aan bod moeten komen. De leerkracht is de gespreksleider.
- Een kringgesprek rond dood vraagt meer dan één lesuur. Het is ook aangewezen om de ruimte aan te passen.
- Over een sterfgeval praten betekent correcte informatie geven. Dat voorkomt wilde verhalen en fantasieën. Waarschijnlijk komen er ook vragen over de dood. Leerlingen mogen ook leren dat er op sommige vragen geen antwoorden zijn.
- Ban niet alles van de overledene uit de klas. Je kan niet doen alsof er niets is gebeurd. Een lege bank blijft het best een lege bank. Het geeft aan leerlingen het gevoel dat een mens niet vergeten wordt.
- Afscheid nemen is belangrijk : het helpt om de dood van iemand als realiteit te erkennen. Probeer in overleg met de ouders naar de uitvaart te gaan.

## Leerlingen geconfronteerd met zelfdoding

Het is belangrijk om aandacht te hebben voor wat nabestaanden na een verlies door zelfdoding "karakteristiek" kan treffen. Let wel, niet iedereen hoeft dit zo te beleven. En ook mensen die iemand niet door zelfdoding hebben verloren kunnen op deze wijze reageren binnen hun rouw.

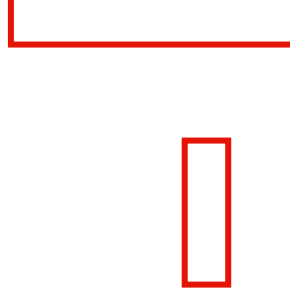
We zien dat **schok en ongelooft** vaker doorwerken dan bij andere doodsoorzaken. Dit doordat de omstandigheden waarin de zelfdoding gebeurde en hoe men de overledene vond, vaak zeer traumatisch inwerken.

Naast het optreden van een posttraumatische stressstoornis kan **ontkenning** tot de meest uitgesproken rouwreactie uitgroeien. Immers, het onder ogen zien van een zelfdoding als doodsoorzaak kan emotioneel te pijnlijk zijn. Tevens kan er vanuit een sociaal schaamtegevoel de tendens tot verhulling optreden. Een kind kan zich voor de gebeurtenis afsluiten. Het doet dan net of er niets aan de hand is en gaat gesprekken over en herinneringen aan de overledene liever uit de weg.

Nabestaanden stellen ook meer **vragen naar de omstandigheden** waarin de zelfdoding heeft plaats gevonden en willen dit soms tot in het ultieme detail te weten komen. Hierbij wil men als het ware het traject van de tijd voor de zelfdoding reconstrueren. De allesoverheersende vraag is hierbij het "**waarom ?**" en het pogen dit in te vullen om motieven en verklaringen te verkrijgen die het onbegrijpelijke, begrijpbaar zouden maken.

Het zich storten in zelfdodinglectuur, websites, lezingen volgen, deskundigen contacteren, etc., dient om de puzzel van het "waarom ?" te kunnen vervolledigen. Echter diegene die de puzzel compleet zou kunnen maken, is er niet meer.

Hier plaatst zich tevens de waarde die sommige nabestaanden hechten aan een afscheidsbrief.  
Naast de ontgensprekelijk emotionele waarde, hoopt men - vaak tevergeefs - hierin antwoorden te vinden.



Meestal komen er bij zelfdoding sterke **schuldgevoelens** voor bij de nabestaanden. Men verwijt zichzelf dat men te weinig heeft gezegd, Of dat men niet genoeg gedaan heeft om de zelfdoding te voorkomen. Juist voor kinderen zijn schuldgevoelens zeer moeilijk te verwerken. Een kind kan vol zitten met schuldgevoelens. Deze uiten zich vaak in gedragsstoornissen, overbeweeglijkheid en gebrek aan concentratie, wegdromen en afdwalen tijdens de lesuren (en deze zijn sterk in frequentie toegenomen na de zelfdoding). De kans dat de schoolprestaties hierdoor verslechteren is groot. Een kind heeft in deze periode heel veel behoefte aan steun. Uit het gedrag valt deze behoefte meestal niet direct af te lezen. Een kind lokt vaker uit dat het wordt genegeerd dan dat het wordt gesteund door de omgeving. Als het kind agressief gedrag vertoont kan dit voor de omgeving onduidelijk zijn.

Er kunnen irrationele schuldgevoelens ontstaan, bijvoorbeeld als het laatste contact in onenigheid is verlopen. De "waarom-vraag" roept dikwijls gevoelens van **schuld** op (Had ik maar ..., Ik had het moeten zien aankomen, ...). Tevens is er de mogelijkheid dat er "survivor-guilt" optreedt (het gevoel dat de dode het meer verdient om te leven dan de nabestaande zelf).

Gevoelens van **angst** behoren eveneens tot mogelijke reactievormen naar aanleiding van een zelfdoding. Overbezorgdheid is vaak het uiterlijk gedrag waarin angst zich vermomt. Er kan angst zijn dat ook anderen zelfdoding zouden plegen. Ook kan men bang zijn dat zelfdoding erfelijk bepaald is. Dit kan vooral spelen rond de tijd dat een nabestaande dezelfde leeftijd bereikt als waarop het familielid zelfdoding pleegde.

De zelfdoding van een naaste kan op langere termijn tot **depressieve gevoelens** leiden. Bij de nabestaanden komen er vragen boven naar de zin van het eigen leven. Niet zelden gaat dit gepaard met gedachten om ook een eind aan het leven te maken. Uit onderzoek blijkt dat nabestaanden na zelfdoding een grotere kans maken om ook door zelfdoding te overlijden in vergelijking met nabestaanden van mensen die door andere oorzaken zijn overleden. Soms doet zich het opvallende verschijnsel voor dat nabestaanden gedragingen en symptomen van de overleden persoon gaan overnemen. Men identificeert zich met de overledene. Op deze wijze tracht de rouwende het verlorene vast te houden. In geval van zelfdoding kan deze identificatie in zeldzame gevallen zelfs zo ver gaan, dat men op precies dezelfde manier zelfdoding wil plegen als de overledene.

In contrast tot het schuldgevoel staat een gevoel van **opluchting**. De zelfdoding kan namelijk ook het einde betekenen van iets waar men al jaren in angst en zorg om geleefd heeft. Het kan de vrijheid tot eigen leven terugschenken, daar de dreiging van de zelfdoding jarenlang het leven beheerste. Opluchting kan ook samengaan met het gevoel dat de overledene eindelijk rust gevonden heeft en zijn lijden gelenigd is. Echter, gevoelens van opluchting kunnen op hun beurt ook sterke schuldgevoelens oproepen.



**Kwaadheid** in al zijn verscheidenheid (op zichzelf, op de overledene, op de omgeving, op de hulpverleners, op God, op de media ...) kunnen we ook aantreffen en dient vaak als bliksemafleider ten aanzien van al dan niet vermeende schuldgevoelens.

Tot slot zijn de **reacties van de omgeving** zeer belangrijk. Mensen reageren aanvankelijk vaak begripvol en met veel warmte. Doch anderzijds worden nabestaanden van een zelfdoding ook geconfronteerd met onbegrip, stigmatisering en vermijdingsgedrag. Dergelijke reacties kunnen ook leiden tot zelfstigmatisering en isolatie van de nabestaanden.

Maar ook het positieve mag benoemd worden. Er kan juist een hechtere relatie ontstaan tussen nabestaanden en hun omgeving, het leven kan aan intensiteit winnen en doorheen de tranen kan ook vreugde een plaats krijgen.

Weet dat bovenstaande gevoelens kunnen voorkomen bij kinderen/jongeren die geconfronteerd zijn met zelfdoding en dat het dan belangrijk is dat je er oog voor hebt en hen laat weten wat je opvalt en bezig houdt door bv. ernaar te vragen of te beschrijven wat je meent op te merken.

## Tot slot

De preventie van suïcidaal gedrag bij kinderen en jongeren is een taak van de samenleving, het gezin en de school. De school, als onderdeel van de samenleving heeft een eigen maar beperkte taak. Taboe doorbrekend zijn en vroegtijdige detectie werken preventief, maar zijn weinig doeltreffend als kinderen en jongeren nergens heen kunnen met hun problemen.

Suïcidaliteit bij jongeren kan een aanleiding zijn om het menselijke klimaat van de school te bevragen :

- Brengen we naast kennis ook **vaardigheden bij** : communicatie, weerbaarheid, assertiviteit, omgaan met gevoelens, aanpakken van problemen, hulp vragen voor zichzelf of een vriend ?
- Staan we in de les ook stil bij bepaalde problemen (maatschappelijk hete hangijzers, kopbrekers) en bij **probleemoplossend gedrag** (spijbelen, druggebruik, masker opzetten, hulp vragen, depressief worden, zelfdoding) ?
- Beschouwen we de leerling als een evenwaardige gesprekspartner ? Dan pas lukt echte en **eerlijke communicatie**.
- Biedt de school **een structuur** waardoor problemen worden signaleerd (groene leerkracht, de zorg wordt verdeeld over verschillende leerkrachten) ? Wordt er een plan opgesteld in samenwerking met leerkracht en CLB ?
- Laten we leerlingen leerlingen zijn ? Leerlingen moeten geen problemen hebben om normaal te zijn. Ze zijn echter ook niet abnormaal als ze moeilijkheden krijgen of zich rot voelen. Dat besef kan al een hele opluchting zijn.
- Krijgen leerlingen **informatie** over sociale netwerken ? Voor elk probleem kan je hulp vragen.
- Werken we aan een **goede verhouding** tussen leerling en leerkracht (het goede voorbeeld geven, aanmoedigen) ?

Bij dergelijke vragen durven stilstaan komt het totale leefklimaat ten goede.

## Doorverwijsadressen

---

Lotgenotencontact kan erg deugdzaam zijn voor kinderen en jongeren.

Er is een website ontworpen, specifiek voor Nabestaanden na Zelfdoding die zeer toegankelijk is voor kinderen en jongeren en oa een forum heeft voor jongeren: **[www.werkgroepverder.be](http://www.werkgroepverder.be)**

Werkgroep Verder behartigt de belangen van Nabestaanden na Zelfdoding en organiseert oa. Ieder jaar « de dag van de nabestaanden », gespreksavonden, praatgroepen...allemaal voor oa. kinderen en jongeren.

Interessante boeken voor kinderen en jongeren :

« **Weg van mij** » Werkboek (5-12jaar)

Riet Fiddelaers-Jaspers en Monique van Eve  
uitgeverij Averbond, 2007

« **100 procent Lena** » (10-12jaar)

Stefan Boonen  
uitgeverij Clavis, 2006

« **Om alles wat er niet meer is, jongeren over achterblijven na zelfdoding** » (middelbare schoolleeftijd)

Monique van 't Erve en Riet Fiddelaers-Jaspers  
uitgeverij Averbode, 2008

## Inleiding

We leven in een veelkleurige samenleving waarin verschillende culturen, levensbeschouwingen en visies elkaar ontmoeten, ook op school. Om leerkrachten bij verliesituaties op school terdege te ondersteunen mag een hoofdstuk over rouw vanuit verschillende visies, godsdiensten en culturen niet ontbreken.

We hebben ons echter beperkt tot een belichting van de meest voorkomende visies in ons land. Deze beschouwing is dus niet volledig. Voor verdere informatie over specifieke culturen of etnische groepen verwijzen we naar de hierna vermelde leestips.

In de literatuur is helaas niet veel te vinden over hoe - vanuit verschillende visies - met kinderen in rouw anders wordt omgegaan.

## Algemeen

- Kinderen hebben nood aan uitleg en informatie om zich een beeld te kunnen vormen van wat er gebeurt. In bepaalde culturen is het echter niet gebruikelijk hierover open met kinderen te communiceren. Openheid rond dood en sterven is in onze westerse cultuur vaak een taboe. Bij allochtonen is dit taboe dikwijls nog groter. Het kan belangrijk zijn een gepaste middenweg te vinden tussen het in ere houden van tradities en toch te luisteren naar wat een kind nodig heeft. Verhalen kunnen in deze omstandigheden extra nuttig zijn om dit onderwerp toch bespreekbaar te maken.  
Communiceren over de dood wordt er niet makkelijker op als de taal ook nog een probleem vormt.  
Men kan zich indenken dat voor kinderen die de Nederlandse taal niet goed machtig zijn bv. ziekenhuistaal heel vreemd overkomt.  
Het communiceren over handelingen, gebruiken en rituelen is dan niet zo eenvoudig. Het raadplegen van een tolk is in die omstandigheden zeker geen verbodige luxe.
- De rouwreacties kunnen cultureel sterk verschillen. In bepaalde culturen is uitbundig huilen toegestaan terwijl in andere culturen een ingetogener houding vereist wordt en het tonen van emoties niet gewaardeerd wordt.

- Rituelen geven een kader, een vertrouwdeheid en verbondenheid. Ze kunnen emoties kanaliseren. Veel van deze rituelen zijn echter - zowel in de westerse wereld als in andere culturen - in onbruik geraakt. Rituelen zijn vaak meer gericht op volwassenen en worden door kinderen niet altijd goed begrepen. Bijkomende uitleg over de betekenis ervan kan het kind helpen het hele gebeuren beter te begrijpen.
- In elke cultuur zijn er groepen die de voorschriften strikt opvolgen en anderen die er vrijere opvattingen op nahouden. De mate van integratie speelt hierin vaak een belangrijke rol, bv. veel moslims van de jongere generatie houden steeds minder de eigen rituelen en gebruiken in ere.
- Allochtone jongeren worden veelal opgevoed tussen twee verschillende culturen. Vanuit die dubbelheid hebben ze dan ook te maken met verschillende gebruiken en rituelen. Dit kan leiden tot verwarring en tegenstrijdige, conflictueuze gevoelens en gedragingen en kan een problematische rouwverwerking in de hand werken.
- In bepaalde culturen is het niet de gewoonte openlijk te spreken over dood en rouw. Het is van belang dat men hiermee rekening houdt. Als men twijfelt of men al dan niet bepaalde zaken kan doen of zeggen bij de ondersteuning van allochtone rouwende kinderen kan u dit altijd bevragen bij de familie.
- Meestal worden kinderen graag betrokken bij het afscheid en is het goed om te luisteren welke rol ze daarin zelf willen hebben en wat ze willen doen. Dit moet echter bekeken worden tegen de achtergrond van traditie en cultuur. Dan pas kan het kind rond dit gebeuren een plaats krijgen als men zicht heeft op wat binnen de traditie en cultuur mogelijk is.



## Overzicht van de verschillende visies

### Rooms-Katholiek

#### Geloof

- God wordt aanzien als de schepper en men gelooft in een leven na de dood, in het hiernamaals. Traditioneel bestaat het beeld van de hemel, de hel en het vagevuur. Waar men terecht komt, hangt af van hoe men heeft geleefd, welke zonden men heeft begaan en in hoeverre deze werden vergeven. Deze betekenis speelt bij de meeste katholieken momenteel geen rol meer.
- Als belangrijk ritueel voert men de ziekenzalving uit, bestaande uit handoplegging en zalving met Heilige Olie. Dit is één van de zeven sacramenten die de mens doorheen zijn levensloop begeleiden. Door deze sacramenten kan de mens de nabijheid van God ervaren en wordt de zieke en de familie voorbereid op de dood. De ziekenzalving werd vroeger gezien als het sacrament van de stervende. Nu beschouwt men het als het sacrament voor de ernstig zieke. Dit kan herhaald worden. Het is een teken van bescherming, bemoediging en troost.

#### Gebruiken betreffende sterven/opbaren

- Voor het opbaren zijn er geen specifieke voorschriften. Men plaatst een kruis, kaarsen, bloemen en wijwater naast de overledene. Er wordt vaak een rozenkrans tussen de gevouwen handen gelegd.
- Het opbaren gebeurt door zorgverleners, de familie of begrafenisondernemer. Meestal gebeurt de opbaring in een rouwcentrum of mortuarium. Ook opbaring thuis is mogelijk.
- Er worden rouwkaarten verstuurd naar familie, vrienden en kennissen.

#### Uitvaart

- Er is een uitvaartmis of requiemmis, een engelenmis (vroeger) voor kinderen of een gebedsdienst in een kerk of crematorium, voorgedaan door een priester. Hij sprenkelt wijwater op de kist, als symbool van reiniging en als verwijzing naar het doopsel. Persoonlijke inbreng in de dienst is steeds meer mogelijk.
- De overledene kan momenteel zowel begraven als gecremeerd worden, volgens eigen keuze. Meestal wordt er een bidprentje voorzien.
- Als de overledene begraven wordt kan de nabestaande een scheidende bloemen op de kist strooien.

- Indien de overledene gecremeerd wordt, kan men kiezen wat met de urne met de as van de overledene gebeurt. De as kan uitgestrooid worden op een strooiweide op het kerkhof of op een plek naar wens. De urne kan bijgezet worden in een colombarium, begraven worden of meegenomen worden naar huis. De begrafenisondernemer kan daar alle informatie over verstrekken.
- Op het graf of aan het colombarium kunnen bloemen worden gelegd als eerbetoon aan de overledene.
- Na de dienst worden de nabestaanden gecondoleerd en volgt er een koffietafel of zelfs warme maaltijd. Dit is wel streekgebonden.

## **Rouw**

- Daarna kunnen op geregelde tijdstippen herdenkingsmissen opgedragen worden waar de naam van de overledene wordt benoemd.
- In tegenstelling tot vroeger wordt geen specifieke rouwperiode met rouwkleedij meer vooropgesteld.
- Allerheiligen en Allerzielen zijn de specifieke herdenkingsdagen voor Katholieken. Men bezoekt het graf, dat men voordien heeft opgepoetst, en er worden bloemen neergezet.



## **Protestant-Christelijk**

### **Geloof**

- Protestanten geloven dat God aan het begin en aan het einde staat. Zijn woord is oorsprong, doel en zin.
- Men gaat ervan uit dat het lot geheel in Gods handen ligt.
- Protestanten geloven in het eeuwig leven maar doorheen het leven nu is men op weg naar het koninkrijk Gods.
- Belangrijkste verschillen met katholieken zijn :
  - Protestanten geloven in de Ene Middelaar tussen God en mensen, nl. Jezus Christus.
  - De Bijbel is de enige maatstaf voor geloof en leven.
  - 2 sacramenten (doop en avondmaal) i.p.v. 7.
  - synodale i.p.v. episcopale structuur.
- Er wordt een strenge soberheid gehanteerd en er zijn geen kerkelijke erediensten voorzien.

### **Gebruiken betreffende sterven/opbaren**

- De stervende wordt begeleid door predikant, ouderling of diaken, mogelijks met oliezalving en gebed.
- Bij het opbaren zijn er geen voorschriften behalve een sobere opstelling en een kruis zonder de afbeelding van de lijdende Christus.
- Er worden troostende woorden uit de Bijbel gelezen en er wordt gebeden samen met en voor de familie.
- Orthodoxe Protestanten houden nog vast aan de oude gebruiken zoals het dragen van zwarte rouwkleeding, opbaring in een wit doodshemd, sluiten van gordijnen, afdekken van spiegels enz ...

### **Uitvaart**

- De dominee is de regisseur bij een begrafenis of crematie, niet de begrafenisondernemer.
- De predikant gaat voor in de uitvaartdienst. Deze gebeurt bij voorkeur in het eigen kerkgebouw.
- De kist wordt in de nabijheid van de doopvont, paaskaars en avondmaalstafel geplaatst.
- Bij Gereformeerden is crematie geaccepteerd, bij Orthodoxen niet.
- Emoties worden ingetoomd en iedereen gedraagt zich beheerst want uiten van emoties behoort niet tot de Calvinistische levensstijl.
- Het noemen van de naam van de overledene, als gegrift in de palm van Gods hand, is een belangrijk gegeven.
- De gedachten aan de overledene heeft eveneens een plaats in de dienst.
- Protestantenvinden troost in de Bijbel, de gebeden, de psalmen, gezangen en liederen.
- Protestantenvanteren geen specifieke rituelen. Hierdoor is er voor de nabestaanden veel ruimte voor eigen invulling.
- Bij de begrafenis of uitstrooiing van de as wordt een geloofsbelijdenis en zegen uitgesproken.

### **Rouw**

- Enige tijd na de uitvaart gaat de diaken op huisbezoek.
- De dodenherdenking vindt plaats op de laatste zondag van het kerkelijk jaar, dit is de zondag vóór de advent. Dan worden de namen genoemd en een kaars aangestoken ter nagedachtenis aan de overledenen van het afgelopen kerkjaar.





### Geloof

- Het Joodse geloof is een godsdienst van het leven, ondanks alle trauma's die Joden in de loop van de geschiedenis hebben opgelopen.
- Hun geloof is gebaseerd op de 3-delige Tenach, de Joodse Bijbel. Het eerste deel is de Tora - praktisch uitgewerkt door rabbijnen tot de Talmoud - en omvat strikte gedragsregels voor Joden. Hoe hiermee wordt omgegaan verschilt strikt Orthodoxe Joden die de Talmoud volgens de letter toepassen en de liberale Joden die heel wat flexibeler zijn.
- Het is geen gewoonte om rechtstreeks met de zieke het slechtnieuwsgesprek te voeren. Bij een slechte prognose wordt enkel de naaste familie op de hoogte gebracht want men mag de hoop niet verliezen en de stervende mag niet ontmoedigd raken.

### Gebruiken betreffende sterven/opbaren

- Het sterven mag zeker niet worden versneld en euthanasie is onbespreekbaar. Een stervende mag ook niet worden aangeraakt. Zelfs een kussen mag niet worden verlegd, want iedere aanraking zou het leven met één minuut of een fractie van een seconde kunnen verkorten. Zolang iemand nog leeft mag er niets rond de begrafenis worden geregeld.
- Voor Joden is bewust sterven zeer belangrijk. Medicatie om de pijn te verlichten mag niet tot suïcide leiden.
- Het is een "Mitswa" d.w.z. een religieuze plicht om zieken en stervenden te bezoeken. Het wordt als een voorrecht beschouwd om bij het sterven aanwezig te kunnen zijn.
- Enkele leden van de "Chevra Kadisjah" (Heilige Gezelschap) blijven de stervende 24/24u bijstaan en trachten hem te helpen de "Shemah" (het joodse credo : God is Een en Enig) als laatste woorden uit te roepen !
- Eén van de kinderen van de overledene sluit de ogen en de mond.
- De dode wordt met een laken toegedekt en mag niet meer worden aanschouwd. Er is dus ook geen afscheid bij een rouwbezoek. Er is wel een dodewake.
- Er brandt een licht of lamp aan het hoofdeinde zolang de overledene opgebaard ligt.
- Er gebeurt een rituele reiniging door vooraanstaande en vrijwillige leden van de Joodse gemeenschap, de "Chevrah Kadisjah" en dit zonder dat de familie hierbij aanwezig is. Daarna wordt de overledene in een wit "Doodskleed of Lijkwade" gehuld. Mannen krijgen een gebedsmantel om maar zonder de gebedskwasten. Het lichaam wordt in een eenvoudige kist gelegd.

## **Uitvaart**

- Crematie is bij Orthodoxe Joden verboden, bij liberale Joden is dit wel toegestaan.
- Begraven gebeurt binnen de 24 (in Israël) of 36u na overlijden, in een eeuwigdurend graf.
- Van belang is dat het lichaam ongeschonden blijft, aangezien ziel en lichaam terug worden verenigd. In Israël mag een lichaamsdeel afgestaan worden voor transplantatie om een levende te redden.
- Tonen van verdriet is tijdens de uitvaart toegestaan.
- Vrouwen en mannen stellen zich gescheiden op.
- Rouwkransen en bloemen zijn in principe verboden. Men kan wel een gift schenken voor een goed doel.
- Men condoleert pas na de begrafenis.

## **Rouw**

- De rouwtijd bedraagt één jaar. Men is gebonden aan vaste regels.
- Zo mogen nabestaanden gedurende de eerste 7 dagen het huis niet verlaten en zitten ze op de grond of op lage krukjes, het "Sjiwwwe zitten". Het is een week van vele traditionele verboden en weinig verplichtingen. Anderen nemen huishoudelijke taken op zich. Bedoeling is dat tijdens deze periode schuldgevoelens tegenover de overledene verwerkt worden.
- De volgende rouwperiode duurt tot 30 dagen na de begrafenis, waarbij men iedere dag het "Kaddisj" zegt - een Heiliging van Gods naam. Langzaam wordt het dagelijkse leven terug opgenomen. Mannelijke nabestaanden scheren zich in deze periode niet en vrouwen maken zich niet op.
- Als teken van rouw maken nabestaanden een scheur in hun kledij.
- De bezoeker mag in deze rouwperiode niet groeten maar moet wachten tot de rouwenden het woord nemen.
- Op het einde van dit rouwjaar wordt er een steen op het graf geplaatst. Joodse graven zijn eenvoudig en niet versierd.
- Elk volgend jaar wordt de overledene herdacht op de sterfdag, de Jaartijddag. Nabestaanden steken een lichtje aan en bezoeken de begraafplaats. De 4 joodse hoogtijdagen zijn eveneens herdenkingsdagen.

### Geloof

- De Koran is het heilig boek. Moslims bidden tot Allah. Er dient echter vermeld dat er zeer veel verschillende groeperingen in de Moslimwereld bestaan, die ook in hun gebruiken sterk van elkaar kunnen verschillen. Toch zijn er een aantal algemene richtlijnen
- De dood in de Islam is geen eindpunt maar een overgang naar een tussenwereld waar men wacht.
- De engel Israfil zal de op de laatste dag de doden wekken. Er wordt een oordeel geveld. Na ondervraging komen de rechtvaardigen in het paradijs, de onrechtvaardigen in de hel.
- In de Moslimwereld kent alleen Allah het tijdstip van overlijden en de wijze waarop. Bewust blijven is belangrijk. Bij pijnbestrijding wil men zekerheid er niet suf van te worden. Tussenkomsst en oordeel van de imam is hierbij soms van zeer groot belang.
- Binnen het Islamitisch geloof spreekt men niet zo makkelijk over de dood. Vandaar dat de slechtnieuwsmededeling meestal via de familie verloopt en niet aan de patiënt gemeld wordt.
- Ziekenbezoek en stervensbezoek zien Moslims als hun religieuze plicht. Lijden wordt beschouwd als reiniging van de ziel.

### Gebruiken betreffende sterven/opbaren

- Het is belangrijk dat de stervende eventuele schulden op zijn sterfbed alsnog aflost. Indien hij aan bepaalde religieuze verplichtingen niet heeft kunnen voldoen, kan er als compensatie een deel van de bezittingen aan de armen worden geschonken.
- De stervende wordt op zijn rechterzij gelegd met het gezicht naar Mekka, dit om hem aan zijn geloof te herinneren.
- De stervende moet op het einde nog het geloof in Allah uitspreken.
- Bij het overlijden zijn er 4 taken :
  1. het wassen van het lichaam
  2. het in doeken wikkelen
  3. het gebed voor de overledene
  4. de begrafenis
- Bij Moslims is de rituele wassing van de overledene verplicht. Het is een religieuze traditie. Dit moet door Moslims gebeuren en door leden van hetzelfde geslacht als de overledene. Het aantal wassing dient oneven te zijn, meestal is dit 3 maal.
- Het dode lichaam moet ongeschonden blijven i.v.m. de wederopstandingsgedachte.
- Het lichaam wordt daarna in eenvoudige witte lijkwade gehuld, de mannen met drie doeken, de vrouwen vijf.
- Het dodengebed gebeurt onder leiding van een imam.



## **Uitvaart**

- Bij Moslims moet de overledene zo vlug mogelijk begraven worden (veelal tussen de 24 en 36u). Dit is nodig voor de zielerust van de overledene.
- De begrafenis dient te gebeuren op een eeuwigdurende, Islamitische begraafplaats en bij voorkeur zonder kist. De overledene wordt met zijn gezicht naar Mekka gedraaid.
- Huilen is toegestaan, luidkeels schreeuwen wordt echter niet geapprecieerd want dat zou betekenen dat men twijfelt aan de goedheid van Allah.
- Crematie is niet toegestaan uit respect voor het lichaam en vanuit de associatie met de hel.
- Veel Moslims kiezen er nog voor om in het moederland begraven te worden, deels door gebrek aan aangepaste begraafplaatsen in België. De huidige generatie kiest echter meestal om hier begraven te worden, omdat ze een grotere binding hebben met België en omdat familieleden hier ook verblijven. Er komen daarom ook steeds meer Moslimbegraafplaatsen bij om aan deze nood te kunnen voldoen.
- De begrafenis is een mannenaangelegenheid, geleid door een imam.
- Dichtscheppen van het graf wordt beschouwd als een religieuze daad.

## **Rouw**

- De eerste rouwtijd duurt 3 dagen, waarbij de directe nabestaanden binnenshuis blijven. De familie wordt gecondoleerd en van eten voorzien door familie en burens. Nadien is condoleren ongepast omdat men de nabestaanden niet aan het verlies mag blijven herinneren.
- De rouwtijd wordt momenteel soms verlengd tot 40 dagen, waarna de rouwperiode officieel door gebeden en een maaltijd wordt afgesloten. Tijdens de rouwperiode worden dagelijks stukken uit de Koran gelezen.
- Voor een weduwe geldt een rouwtijd van 4 maanden en 10 dagen. Zij neemt gedurende die periode geen deel aan festiviteiten. Daarna wordt de rouwperiode afgesloten.
- In de rouwperiode geven de naaste bloedverwanten aalmoezen aan een goed doel.
- Voor veel Moslims betekent een sterfgeval een zware financiële last door alle sociale en rituele verplichtingen die ze moeten nakomen.

### Geloof

- Vrijzinnig humanisten geloven niet in een God of een hiernamaals en plaatsen zich dus niet in de realisatie van een Godsplan.
- Zij gaan ervan uit dat elke mens zelf vorm en inhoud moet kunnen geven aan het leven, en hanteren daarbij een aantal richtsnoeren. Deze richtsnoeren zijn niet in expliciete "geboden" vertaald, maar verwijzen naar belangrijke waarden waardoor vrijzinnig humanisten hun denken en handelen laten leiden. Zo vinden zij dat ieder vrij moet kunnen uitmaken welke invulling hij aan het leven wenst te geven met respect voor ieders keuze. Zij willen daar ook tenvolle zelf de verantwoordelijkheid voor dragen.
- Nadruk ligt op zinvolheid en waardigheid van het leven. Vrijzinnig humanisten zijn dan ook grote voorstanders van alles wat het leven humaniseert.

### Gebruiken betreffende sterven/opbaren

- Voor humanisten behoort het sterven uitdrukkelijk tot het leven. Zij willen dan ook dat het sterven zo zinvol en waardig mogelijk kan beleefd worden en dat ieder hierin zo veel mogelijk gefundeerde keuzes kan maken.
- Vrijzinnig humanisten hebben geen specifieke symbolen of gebruiken tijdens de stervensfase. Aan symbolen en gebruiken van andere levensbeschouwingen in deze levensfase hebben zij geen boodschap. Maar uit het beluisteren van hun individuele noden en verlangens zal blijken of er met specifieke wensen kan rekening worden gehouden om het sterven te humaniseren.
- Vrijzinnig humanisten kunnen in de laatste levensfase mogelijk behoeftes hebben aan morele steun van een moreel consulent. Dit is iemand die, vanuit de vrijzinnige levensbeschouwing, probeert nabij te zijn in moeilijke momenten. In de stervensfase kan de moreel consulent hulp bieden aan de stervende en/of de familie om de laatste levensfase zo waardig en zinvol mogelijk te beleven.
- In de centra morele dienstverlening kan men met deze vraag terecht. Er wordt ook hulp geboden bij het waardig afscheid nemen door een vrijzinnig-humanistische afscheidsplechtigheid.

### Uitvaart

- Vrijzinnig humanisten kiezen zowel voor begraven als cremieren.
- Er worden geen gestandaardiseerde rituelen gehanteerd bij de uitvaart. Men hecht daarentegen veel belang aan persoonlijke inbreng door bv. eigen geschreven teksten voor te lezen of muziek te spelen of uit te kiezen. Bij de uitvaart ligt de nadruk op het leven van de overledene, op de wijze waarop hij zin aan dit leven gaf, en op de betekenis die hij heeft gehad voor de mensen om hem heen.
- Voor de uitvaart kan men kiezen voor een vrijzinnig-humanistische plechtigheid waarin de uniciteit van de overledene en de verbondenheid met de nabestaanden wordt benadrukt.
- In elk centrum morele dienstverlening helpt men u verder om deze plechtigheid te verzorgen. In Oost-Vlaanderen gebeurt dit in samenwerking met de dienst "Feniks vzw", die vrijzinnig-humanistische plechtigheden verzorgt bij alle belangrijke momenten in het leven.

## Rouw

- Mensen vanuit een humanistische levensvisie rouwen natuurlijk even sterk als nabestaanden met een godsdienstige overtuiging maar er zijn geen gedragsregels vanuit hun levensbeschouwing waardoor deze rouw 'zichtbaar' wordt.
- Voor ondersteuning en rouwbegeleiding kan men steeds terecht in de centra morele dienstverlening.
- In Oost-Vlaanderen wordt jaarlijks in het najaar een vrijzinnig-humanistische plechtigheid gehouden voor diegenen die samen hun overledenen wensen te herdenken.

Dit overzicht is summier en zeker niet volledig. Wij hopen echter hiermee houvast te bieden om met rouwenden, die een andere visie hebben rond dood en sterven, makkelijker te kunnen omgaan. De gulden regel is echter openheid en respect voor anderen, voor alle levensbeschouwelijke visies en bij twijfel bevragen hoe je hen het best kan ondersteunen. Voor verdere verdieping verwijst ik naar de hieronder vermelde bronnen en leestips.



## Leestips en geraadpleegde bronnen

- R. Fiddelaers-Jaspers, Veelkleurig verdriet, afscheid nemen in verschillende culturen. KPC Groep, 2000
- M. Steemers Van Winkoop, Geloven in leven. Van Gorcum BV, 2003
- S. Pessiron, Rouwen in zeven Nederlandse culturen. Seram Press
- K. Van Steenkiste, Rituelen en symbolen bij afscheid en rouw. Onuitgegeven syllabus, 2004
- [www.heermans.demon.nl](http://www.heermans.demon.nl) - Rouwkost, rouwverwerking op de basisschool

## Nuttige adressen voor informatie

Katholieken  
Dioscesane Pedagogische Begeleiding  
Bureau voor Katholiek onderwijs  
Marialand 31  
9000 Gent  
Tel. 09 223 11 25  
E-mail [dpb.gent@vsko.be](mailto:dpb.gent@vsko.be)  
Website [www.kogent.be](http://www.kogent.be)

Protestanten  
Synodebureau VPKB  
Marsveldstraat 5  
1050 Brussel  
Tel. 02 511 44 71  
E-mail [synodebureau@vpkb.be](mailto:synodebureau@vpkb.be)  
Website [www.protestanet.be](http://www.protestanet.be)

Joden  
Europees Joods informatiecentrum vzw  
Brugmanlaan 319  
1000 Brussel  
Tel. 02 344 34 44  
E-mail [ceji@ceji.org](mailto:ceji@ceji.org)  
Website <http://www.ceji.org>

Moslims  
Executive van de Moslims in België  
Roupe plaats 16, bus 3  
1000 Brussel  
Tel. 02 648 35 60  
E-mail [emb@skynet.be](mailto:emb@skynet.be)

Vrijzinnig Humanisten  
Centra Morele Dienstverlening  
federaal secretariaat  
Brand Whitlocklaan 87  
1200 Sint-Lambrechts-Woluwe  
Tel. 02/735.81.92  
fax 02/735.81.66  
E-mail [cmd.federaal@uvv.be](mailto:cmd.federaal@uvv.be)  
Website [www.uvv.be](http://www.uvv.be)

<http://freewebs.com/rouwverwerking/moslims.htm>

## Inleiding

Soms wordt het bericht al een tijdje verwacht, soms komt het als een donderslag bij heldere hemel : er is een leerling gestorven. De schok is altijd groot. Ondanks het verdriet moet er plotseling een heleboel gebeuren. Daarom is het belangrijk om vast te leggen wat er stap voor stap moet geregeld worden rond deze boodschap.

Een draaiboek kan op verschillende manier opgebouwd worden :

- Je kan uitgaan van de taken per persoon.  
Bv. "de schoolleider is verantwoordelijk voor ..."  
"de leerkracht(en) is (zijn) verantwoordelijk voor ..."
- Je kan uitgaan van procedures.
- Soms bestaat een draaiboek alleen uit inhoudelijke suggesties.

De informatie uit een draaiboek wordt altijd bij crisismomenten gebruikt en moet snel opgenomen kunnen worden. Het heeft dan ook geen zin om een draaiboek zeer gedetailleerd uit te werken. Een overzichtelijke checklist is handig. Een uitgebreid draaiboek met verantwoording van de te nemen stappen kan als achtergrondinformatie dienen.

Een school die nog geen draaiboek heeft opgesteld, kan gebruik maken van reeds bestaande voorbeelden om een eigen draaiboek op te stellen. Uiteraard blijft het voortdurend noodzakelijk om het draaiboek te evalueren, aan te passen en te verbeteren. Hou er ook rekening mee dat er wel eens onverwachte zaken en valkuilen optreden. Voorbeelden hiervan worden vermeld op de laatste bladzijde van dit hoofdstuk.

Afhankelijk van het gebeuren kunnen er verschillende scenario's uitgeschreven worden in een draaiboek :

- Het overlijden van een leerling.
- Het overlijden van een gezinslid van een leerling (bv. ouder, broer of zus,...).
- Het overlijden van een familielid van een leerling (bv. grootouder, oom, tante, neef of nicht,...).

Het gebeurt wel eens dat een combinatie van scenario's in werking treedt bijvoorbeeld als een leerling sterft en het broertje zit op dezelfde school in een andere klas.

Als een grootouder inwoont, dan kan deze gelden als gezinslid. Het is ook mogelijk dat kinderen rouwen om een goede vriend, om het overlijden van een huisdier, om de verhuis van een vriendje, omdat ze zelf verhuizen, enz. Kinderen kunnen een hechte band hebben met een niet-inwonend familielid, waardoor het meer aangewezen kan zijn om het "draaiboek bij het overlijden van een gezinslid van een leerling" te volgen. Let daarom op met de vastgelegde scenario's en heb ook aandacht voor dergelijke situaties.



## Draaiboek bij het overlijden van een leerling

Wat gebeurt er ?	Wat moeten we doen?
<p><b>Het bericht komt binnen :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tijdens de schooluren</li> <li>- Buiten de schooluren</li> <li>- Een ongeval of sterfgeval in schoolverband (bv. schoolreis, sportdag,...)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Opvang van degene die het bericht meldt</li> <li>- Overdracht van de melding naar de schoolleiding</li> <li>- Opvang van degene die het bericht meldt</li> <li>- Overdracht van de melding naar de schoolleiding</li> <li>- Opvang van degene die het bericht meldt</li> <li>- Overdracht van de melding naar de schoolleiding</li> </ul>
<p><b>De schoolleiding hoort het bericht :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- De school is niet betrokken</li> <li>- De school is betrokken (tijdens de schooluren of in schoolverband)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- De melding verifiëren wanneer het bericht niet afkomstig is van de familie of andere bevoegden</li> <li>- Informeren naar het wie, wat, waar en hoe het gebeurd is</li> <li>- Zorgen voor telefonische bereikbaarheid van de school</li> <li>- Geheimhouding tot nader order</li> <li>- Crisisteam samenstellen</li> <li>- De omstandigheden waaronder de gebeurtenis plaatsvond verifiëren</li> <li>- Hulpverlening op gang brengen</li> <li>- Nagaan of iedereen op school is die er moet zijn</li> <li>- Ervoor zorgen dat de leerlingen die zich op de plaats van het ongeval bevinden naar school worden gebracht</li> <li>- De gegevens van de overledene nagaan</li> <li>- Geheimhouding tot nader order</li> <li>- Contact zoeken met nabestaanden (eventueel in samenwerking met politie, huisarts, slachtofferhulp e.d.)</li> <li>- Crisisteam samenstellen</li> </ul>

### Het crisisteam :

- Ontwikkelt en coördineert de nodige activiteiten.
- Leden : iemand van de schooldirectie, de klastitularis en eventuele, in deze situatie belangrijke anderen zoals de interne begeleider, CLB en een extern deskundige.
  
- 1 persoon wordt als eindverantwoordelijke aangewezen.
- is verantwoordelijk voor :
  - informeren van de betrokkenen;
  - organisatorische aanpassingen;
  - opvang van leerlingen en collega's;
  - contacten met ouders;
  - regelingen in verband met rouwbezoek en uitvaart;
  - administratieve afwikkeling;
  - nazorg van de betrokkenen.
- gaat na wie geïnformeerd moet worden over het overlijden :
  - het personeel;
  - de klas van de leerling;
  - familieleden zoals broers of zusjes, neven en nichten die op school zitten;
  - ex-klasgenoten;
  - vrienden en vriendinnen in andere klassen;
  - overige leerlingen (denk ook aan leerlingen in de turnzaal, op excursie, schoolreis en dergelijke);
  - chauffeur en leerlingen die meereizen wanneer de leerling met het busje naar school kwam (bijvoorbeeld in het buitengewoon onderwijs);
  - ouders, ouderraad;
  - schoolbestuur;
  - personen en instanties die mogelijk contact opnemen met de familie zoals externe hulpverlening, CGG en dergelijke.
- spreekt af wie wie informeert.  
Bijzondere aandacht moet er zijn voor de dichtste betrokkenen.  
Zeker zij moeten het bericht op zorgvuldige wijze krijgen.

## Wat moeten we verder doen ?

### Het vertellen van het verdrietige nieuws aan de kinderen

#### - Aandachtspunten vooraf

Geef extra aandacht aan familie (broer, zus, neef of nicht) van de overleden leerling !  
Het kan gunstig zijn om ook hun klas in te lichten over het gebeuren.  
*(zie ook : Draaiboek bij het overlijden van een gezinslid van een leerling)*

De klassenleerkracht bereidt zich voor op het gesprek met de klas.  
Er zijn leerkrachten die erg veel moeite hebben om met deze boodschap de klas in te gaan.

- Creëer een sfeer waarin het mogelijk is om te zeggen dat je er moeite mee hebt, of misschien wel dat je het niet kunt. Bekijk in hoeverre je elkaar kunt ondersteunen met tips.
- Zorg - indien mogelijk - dat één van de leerkrachten ambulant is en kan bijspringen : het kan zijn dat er leerlingen zijn die extra opvang behoeven.
- Probeer de opvang zoveel mogelijk in de klas te houden, maar zorg dat er een ruimte is waar leerlingen naartoe kunnen die alleen willen huilen of erg overstuur zijn.
- Wees erop voorbereid dat deze situatie andere verlieservaringen kan reactiveren, zowel bij leerlingen als bij leerkrachten.
- Zorg dat je werkvormen bij de hand hebt die verwerking stimuleren.
- Bereid je goed voor : wat ga je zeggen en hoe, welke effecten kun je verwachten.

#### - De mededeling

- Begin met een inleidende zin.
- Vertel het hoe, waar en wanneer van de gebeurtenis.
- Breng het bericht over zonder eromheen te draaien.
- Geef in eerste instantie alleen de hoogst noodzakelijke informatie.
- Neem voldoende tijd voor emoties.

Wanneer de emoties wat luwen en de kinderen vragen hoe het verder moet, kun je overstappen naar de volgende informatie:

- Vertel hoe het contact verloopt met de familie.
- Geef uitleg over gevoelens van verdriet die naar boven kunnen komen (iedereen verwerkt het verdriet op zijn eigen manier, huilen mag, niet huilen is ook normaal).
- Vertel bij wie de leerlingen terecht kunnen voor een persoonlijk gesprek.
- Laat de kinderen weten hoe het programma van deze dag en de komende dagen er uit ziet.
- Geef, als er naar gevraagd wordt, heel summier uitleg over rouwbezoek en uitvaart (vaak kan dat beter in een later stadium).

<b>Organisatorische aanpassingen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Als leerlingen naar huis willen, ga dan na of de ouders thuis zijn, op de hoogte zijn en hun kind kunnen ophalen of zorg voor begeleiding naar huis.</li> <li>- Kijk kritisch naar de activiteiten die de school de komende dagen organiseert, zoals feesten, sportdagen en dergelijke. Wellicht is aflassen of uitstel nodig.</li> <li>- Regel desgewenst de organisatie van een afscheidsdienst op school.</li> </ul>
<b>Contacten met ouders van de overleden leerling</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Het eerste bezoek</li> </ul> <hr style="border-top: 1px dashed red;"/> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Het tweede bezoek</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Neem nog dezelfde dag contact op.</li> <li>- Maak voor dezelfde dag een afspraak voor een huisbezoek.</li> <li>- Ga bij voorkeur samen met iemand van de schooldirectie.</li> <li>- Houd er rekening mee dat het eerste bezoek meestal alleen een uitwisseling van gevoelens is.</li> <li>- Vraag of je een tweede bezoek mag brengen om wat verdere afspraken te maken.</li> </ul> <hr style="border-top: 1px dashed red;"/> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vraag wat de school kan betekenen voor de ouders.</li> <li>- Overleg over alle te nemen stappen : <ul style="list-style-type: none"> <li>• bezoekmogelijkheden van leerlingen;</li> <li>• het plaatsen van een rouwadvertentie;</li> <li>• het afscheid nemen van de overleden leerling;</li> <li>• bijdragen aan de uitvaart;</li> <li>• afscheidsdienst op school.</li> </ul> </li> </ul>
<b>Contacten met de ouders van de overige leerlingen</b>	<p>Informeert de ouders via een brief over :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- de gebeurtenis;</li> <li>- organisatorische (rooster-)aanpassingen;</li> <li>- de zorg voor de leerlingen op school;</li> <li>- contactpersonen op school;</li> <li>- regels over aanwezigheid;</li> <li>- rouwbezoek en aanwezigheid bij de uitvaart;</li> <li>- eventuele afscheidsdienst op school;</li> <li>- nazorg voor de leerlingen;</li> <li>- (eventueel) rouwprocessen bij kinderen en problemen die zich daarbij kunnen voordoen.</li> </ul>

<b>Begeleiding tussen overlijden en uitvaart</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Heb veel aandacht voor gedrag/verdriet van de leerlingen.</li> <li>- Creëer een herinneringsplek. Haal de lege stoel niet meteen weg. Bedenk met de klas hoe je de overledene het best kunt gedenken : foto, kaars, bloemen, attributen van het kind, geliefd speelgoed en dergelijke.</li> <li>- Creëer veel ruimte voor de vragen die leerlingen hebben. Sommige leerlingen die niet zo verbaal zijn, uiten zich beter creatief, bv. door te tekenen. <i>(zie ook : map Doe-ideeën)</i></li> <li>- Maak zonodig gebruik van speciale lessen om met de leerlingen te praten over hun gevoelens en te werken aan het afscheid nemen.</li> <li>- Spreek af wie het contact met de ouders onderhoudt. Stimuleer klasgenootjes op bezoek te gaan (als de ouders dat op prijs stellen).</li> <li>- Ga - na overleg met de ouders van de overleden leerling - met de kinderen aan het werk om een bijdrage te leveren voor de dienst(en), bv. : teksten, tekstboekjes maken, muziek maken, bloemen dragen, enz.</li> <li>- Spreek af wat de kinderen nog meer kunnen doen bij de verschillende diensten.</li> <li>- Controleer zonodig of de overleden leerling toonbaar is alvorens met de kinderen op rouwbezoek te gaan.</li> <li>- Bereid het bijwonen van de uitvaart goed voor. Vertel aan de leerlingen wat ze kunnen verwachten.</li> <li>- Houd rekening met cultuurverschillen.</li> <li>- Is er een vlaggenstok op school, overweeg dan de vlag halfstok te hangen.</li> <li>- Organiseer eventueel, in overleg met de ouders, een afscheidsdienst op school om zoveel mogelijk leerlingen de kans te geven afscheid te nemen.</li> <li>- Vang de leerlingen na de uitvaart op om nog even na te praten.</li> </ul>
<b>Nazorg</b>	<i>zie map Nazorg</i>
<b>Administratieve zaken</b>	<p>Handel de administratieve zaken zorgvuldig af.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Blokkeer alle uitgaande post betreffende het overleden kind.</li> <li>- Ga zorgvuldig om met alles wat er van het overleden kind nog op school is: voor ouders zijn dit heel waardevolle zaken. Geef geen bezittingen mee aan broertjes of zusjes. Tijdens latere contacten kunnen deze bezittingen overhandigd worden aan de ouders.</li> <li>- Tijdens latere contacten kunnen ook financiële zaken ter sprake komen.</li> </ul>

## Draaiboek bij het overlijden van een gezinslid van een leerling (bv. ouder, broer, zus,...)

Wat gebeurt er ?	Wat moeten we doen ?
<p><b>Het bericht komt binnen :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tijdens de schooluren, de leerling is op school</li> <li>- Buiten de schooluren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Opvang van degene die het bericht meldt</li> <li>- Overdracht van de melding naar de schoolleiding</li> <li>- Opvang van degene die het bericht meldt</li> <li>- Overdracht van de melding naar de schoolleiding</li> </ul>
<p><b>De schoolleiding hoort het bericht :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tijdens de schooluren</li> <li>- Buiten de schooluren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- De melding verifiëren wanneer het bericht niet afkomstig is van de familie of andere bevoegden</li> <li>- Informeren naar het wie, wat, waar en hoe het gebeurd is</li> <li>- De schoolleiding verwittigt onmiddellijk de leerling (indien mogelijk kan het beter zijn dat de klastitularis dit doet) en de klastitularis</li> <li>- De schoolleiding laat de leerling contact nemen met thuis</li> <li>- De schoolleiding laat (eventueel onder begeleiding) de leerling naar huis of bij familie brengen</li> <li>- Zorgen voor telefonische bereikbaarheid van de school</li> <li>- Geheimhouding tot nader order</li> <li>- Opvolgteam samenstellen</li> <li>- De melding verifiëren wanneer het bericht niet afkomstig is van de familie of andere bevoegden</li> <li>- Informeren naar het wie, wat, waar en hoe het gebeurd is</li> <li>- Zorgen voor telefonische bereikbaarheid van de school</li> <li>- Geheimhouding tot nader order</li> <li>- Opvolgteam samenstellen</li> </ul>

### **Het opvolgteam :**

- Ontwikkelt en coördineert de nodige activiteiten.
- Leden : iemand van de schooldirectie, de klastitularis en een eventuele, in deze situatie belangrijke andere zoals bv. de interne begeleider.
  
- 1 persoon wordt als eindverantwoordelijke aangewezen.
- is verantwoordelijk voor :
  - informeren van de betrokkenen;
  - organisatorische aanpassingen;
  - opvang van leerlingen en collega's;
  - contacten met ouders;
  - regelingen in verband met rouwbezoek en uitvaart;
  - administratieve afwikkeling;
  - nazorg van de betrokkenen.
- gaat na wie geïnformeerd moet worden over het overlijden :
  - het personeel;
  - de klas van de leerling;
  - overblijvende gezinsleden van de leerling;
  - familieleden zoals neven en nichten die op school zitten;
  - personen en instanties die mogelijk contact opnemen met de familie
- spreekt af wie wie informeert.
- spreekt af wie de betrokken leerling verder opvolgt en begeleidt.

## Wat moeten we verder doen ?

### Contact met de leerling

- Iemand van het opvolgteam gaat een gesprek aan met de betrokken leerling.
- Laat de leerling een vertrouwenspersoon uitkiezen op school. Vraag wat de leerling zelf wil en verwacht rond verdere ondersteuning.
- Informeer de leerling bij wie hij of zij eventueel terecht kan voor verdere opvang bij afwezigheid van de aangeduide vertrouwenspersoon.
- Maak afspraken rond het hernemen van de lessen.

### Contacten met het gezin

#### - Het eerste bezoek

- Neem nog dezelfde dag contact op.
- Maak voor dezelfde dag een afspraak voor een huisbezoek.
- Ga bij voorkeur samen met iemand van de schooldirectie.
- Houd er rekening mee dat het eerste bezoek meestal alleen een uitwisseling van gevoelens is.
- Vraag of je een tweede bezoek mag brengen om wat verdere afspraken te maken zeker indien de leerling niet onmiddellijk de lessen herneemt.

#### - Het tweede bezoek

- Vraag wat de school kan betekenen voor het gezin.
- Overleg over alle te nemen stappen:
  - aanwezigheid en opvang van de leerling op school.
  - bijwonen van de uitvaart door leraren en eventueel leerlingen van de klas.
  - eventuele bijdragen aan de uitvaart.
  - het plaatsen van een rouwadvertentie in het schoolkrantje.

### De melding

- Meld het bericht aan het secretariaat en het personeel. Een kort bericht kan in de leraarskamer opgehangen worden, met vermelding van de naam van de leerling en de klas.
- Geef aan wanneer de betrokken leerling afwezig zal zijn.
- Meld het bericht aan de klas van de leerling.
  - Wees erop voorbereid dat deze situatie andere verlieservaringen kan reactiveren, zowel bij leerlingen als bij leerkrachten.
  - Zorg dat je werkvormen bij de hand hebt die verwerking stimuleren.  
(zie ook : map Doe-ideeën)
  - Bereid je goed voor: wat ga je zeggen en hoe, welke effecten kun je verwachten.
  - Vertel hoe het contact verloopt met de leerling en de familie.



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geef uitleg over gevoelens van verdriet die naar boven kunnen komen.</li> <li>• Vertel bij wie de leerlingen terecht kunnen voor een persoonlijk gesprek.</li> <li>• Geef, als er naar gevraagd wordt, heel summier uitleg over rouwbezoek en uitvaart (vaak kan dat beter in een later stadium).</li> <li>• Taakverdeling organiseren voor het bijhouden van de cursussen gedurende de eventuele afwezigheid van de betrokken leerling.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Meld het bericht ook aan afwezige leerlingen van de klas en afwezige leerkrachten.</li> <li>- Informeer de ouders van de klasgroep via een brief over : <ul style="list-style-type: none"> <li>• de gebeurtenis;</li> <li>• eventuele aanwezigheid bij de uitvaart;</li> <li>• nazorg voor de leerlingen.</li> </ul> </li> </ul>
<b>De uitvaart</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bereid het bijwonen van de uitvaart goed voor. Vertel aan de leerlingen wat ze kunnen verwachten.</li> <li>- Houd rekening met cultuurverschillen.</li> <li>- Vang de leerlingen na de uitvaart op om nog even na te praten.</li> <li>- Maak afspraken onder de leerkrachten in overleg met de directie wie naar de uitvaart kan gaan.</li> <li>- Denk aan het verzamelen van rouwkaartjes van de andere leerkrachten en leerlingen.</li> </ul>
<b>Nazorg</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Het is wenselijk om na de uitvaart of op een later moment nogmaals contact op te nemen met de leerling en zijn of haar gezin. (Zie ook : map Nazorg)</li> </ul>
<b>Administratieve zaken</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vermeld het overlijden in het volgende schoolkrantje.</li> </ul>

## Draaiboek bij het overlijden van een familielid van een leerling (bv. grootouders, oom, tante, neef of nicht,...)

Wat gebeurt er ?	Wat moeten we doen ?
<p><b>Het bericht komt binnen :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tijdens de schooluren</li> <li>- Buiten de schooluren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Opvang van degene die het bericht meldt</li> <li>- Overdracht van de melding naar de schoolleiding</li> <li>- Opvang van degene die het bericht meldt</li> <li>- Overdracht van de melding naar de schoolleiding</li> </ul>
<p><b>De schoolleiding hoort het bericht :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tijdens de schooluren</li> <li>- Buiten de schooluren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- De melding verifiëren wanneer het bericht niet afkomstig is van de familie of andere bevoegden</li> <li>- Zorgen voor telefonische bereikbaarheid van de school</li> <li>- Geheimhouding tot nader order</li> <li>- Opvolgteam samenstellen</li> <li>- De melding verifiëren wanneer het bericht niet afkomstig is van de familie of andere bevoegden</li> <li>- Zorgen voor telefonische bereikbaarheid van de school</li> <li>- Geheimhouding tot nader order</li> <li>- Opvolgteam samenstellen</li> </ul>

### **Het opvolgteam:**

- Ontwikkelt en coördineert de nodige activiteiten.
- Leden : iemand van de schooldirectie, de klastitularis en een eventuele, in deze situatie belangrijke andere zoals bv. de interne begeleider.
- 1 persoon wordt als eindverantwoordelijke aangewezen.
  - gaat na wie geïnformeerd moet worden over het overlijden.
  - spreekt af wie wie informeert.
  - spreekt af wie de betrokken leerling verder opvolgt en begeleidt.

## Wat moeten we verder doen ?

<b>Contact met de leerling</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Iemand van het opvolgteam gaat een gesprek aan met de betrokken leerling.</li><li>- Laat de leerling een vertrouwenspersoon uitkiezen op school. Vraag wat de leerling zelf wil en verwacht rond verdere ondersteuning.</li><li>- Informeer de leerling bij wie hij of zij eventueel terecht kan voor verdere opvang bij afwezigheid van de aangeduide vertrouwenspersoon.</li><li>- Maak afspraken rond afwezigheid op school.</li></ul>
<b>Contacten met het gezin</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Neem nog dezelfde dag contact op.</li><li>- Vraag wat de school kan betekenen voor het gezin.</li><li>- Overleg over alle te nemen stappen, zoals aanwezigheid en opvang van de leerling op school, het plaatsen van een rouwadvertentie in het schoolkrantje.</li></ul>
<b>De melding</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Meld het bericht aan het secretariaat en het personeel. Een kort bericht kan in de leraarskamer opgehangen worden, met vermelding van de naam van de leerling en de klas.</li><li>- Geef aan wanneer de betrokken leerling zal afwezig zijn.</li><li>- Meld het bericht aan de klas van de leerling.<ul style="list-style-type: none"><li>• Wees erop voorbereid dat deze situatie andere verlieservaringen kan reactiveren, zowel bij leerlingen als bij leerkrachten.</li><li>• Zorg dat je werkvormen bij de hand hebt die verwerking stimuleren. (zie ook : map Doe-ideeën)</li><li>• Taakverdeling organiseren voor het bijhouden van de cursussen gedurende de eventuele afwezigheid van de betrokken leerling.</li></ul></li><li>- Meld het bericht ook aan afwezige leerlingen van de klas en afwezige leerkrachten.</li></ul>
<b>De uitvaart</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Iemand van het opvolgteam schrijft een rouwbetuiging naar het gezin en de leerling in naam van de school.</li><li>- Denk aan het verzamelen van rouwkaartjes van de andere leerkrachten en leerlingen.</li></ul>
<b>Nazorg</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Het is wenselijk om na de uitvaart of op een later moment nogmaals contact op te nemen met de leerling en zijn of haar gezin.</li></ul>
<b>Administratieve zaken</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Vermeld het overlijden in het volgende schoolkrantje.</li></ul>

## Onverwachte zaken en valkuilen

Ondanks een goed in elkaar stekend draaiboek kan een school allerlei onverwachte zaken en valkuilen tegenkomen.

- De leerkracht die het bericht net heeft ontvangen, vertelt - op weg naar de kamer van de schoolleiding - het nieuws aan iedereen die het horen wil.
- De school vergeet het bericht te verifiëren.
- Het draaiboek is onvindbaar.
- De leerlingen in de turnzaal worden vergeten.
- De school heeft allerlei ideeën voor de dienst. De ouders willen er niets van weten.
- De klas waarin het zusje van het overleden kind zit, besteedt nauwelijks aandacht aan het gebeuren.
- De klasleerkracht heeft zichzelf emotioneel niet meer in de hand, waardoor een aantal kinderen verward raken.
- Op de eerste dag dat er weer lesgegeven wordt, zijn de tafel en de stoel van de leerling al weggehaald.
- De kinderen willen de eerste dag na de uitvaart nog even napraten. De leerkracht besteedt er geen aandacht aan en begint gewoon met de les.
- De gekozen vertrouwenspersoon kan het niet aan om ondersteuning te bieden.
- Er zijn geen afspraken gemaakt rond het bijhouden van de cursussen van de afwezige leerlingen.
- ...

## Leestips

Dit hoofdstuk is gebaseerd op bovenvermelde boeken en webstek.

- VZW Leefsleutels, *Als de dood voor de dood op school ? Dossier basisonderwijs*, VZW Leefsleutels, 2002.
- Fiddelaers-Jaspers Riet, *Afscheid voor altijd*, Houten, Educatieve Partners Nederland BV, 1999.
- Fiddelaers-Jaspers Riet, *Doodnormaal*, Houten, Educatieve Partners Nederland BV, 1996.
- **[www.ndc-horizon.be](http://www.ndc-horizon.be)** (bij inhoudelijk aanbod: Leven en Dood op school)

Wie meer informatie wil, kan de literatuurlijst raadplegen uit hoofdstuk één van dit werkpakket.

## Inleiding

Bij het geconfronteerd worden met verlies in de klas is het niet altijd eenvoudig om concrete werkvormen te vinden. Dit hoofdstuk wil hierbij een hulpmiddel zijn.

Op de volgende bladzijden vindt u enkele doe-ideeën met betrekking tot :

- 'de dood' en 'rouwen' als algemene thema's.
- wat na een overlijden ?
- andere vormen om rond gevoelens te werken.

We hebben zeker niet de bedoeling om exhaustief te zijn. We reiken hier slechts enkele mogelijke lesactiviteiten aan en verwijzen vervolgens naar boeken, publicaties, websites waar u meer informatie kunt vinden.

## 'De dood' en 'rouwen' als algemene thema's

### Vragenbox

- Doel :* Groepsgesprek rond het thema op gang brengen.
- Leeftijd :* Vanaf de tweede graad van het basisonderwijs. Voor leerlingen die zich verbaal vlot kunnen uiten.
- Benodigdheden :* Een doos of materiaal om zelf een doos te maken/te versieren; pen en papier.
- Verloop :* Er wordt een doos in de klas geplaatst, waar leerlingen hun vragen over de dood (of een ander thema) in kwijt kunnen. Eventueel wordt de doos eerst samen versierd. Er wordt afgesproken hoe lang de doos er zal staan. Eventueel wordt iemand uitgenodigd om te helpen de vragen te beantwoorden. Er kan ook met de kinderen besproken worden wat zij willen dat er nadien met de doos gebeurt.

### Gesprekswandeling

- Doel :* Gesprek rond het thema op gang brengen. Aanvoelen van de band tussen natuur en thema's als 'sterven', 'vergankelijkheid'.
- Leeftijd :* Secundair onderwijs. Voor leerlingen die zich verbaal vlot kunnen uiten.
- Benodigdheden :* Pen en papier. Aangepaste kledij.
- Verloop :* Er wordt een wandeling in de natuur uitgestippeld. Aanvankelijk wandelen leerlingen alleen en schrijven ze af en toe een woord op dat hen te binnen valt als ze over het thema nadenken. Wanneer ze dat willen kunnen ze naast iemand gaan lopen en vragen of die klasgenoot even met hem/haar over deze gedachten/gevoelens wil praten. Er kan bijvoorbeeld afgesproken worden dat ieder gedurende de wandeling minimum drie gesprekspartners gehad heeft.

### Werken met verhalen

- Doel :* Gesprek rond het thema op gang brengen.
- Leeftijd :* Alle leeftijden - afhankelijk van het gekozen verhaal.
- Benodigdheden :* Een verhaal over het thema.  
In bijlage vindt u enkele verhalen. We verwijzen ook naar de literatuurlijst die u vindt in het hoofdstuk 'Rouw bij kinderen en jongeren'. In plaats van met een geschreven verhaal, kan ook met een video gewerkt worden.
- Verloop :* Leerlingen lezen het verhaal of de leerkracht leest het voor. Voordien of achteraf wordt stilgestaan bij vragen als :  
Wat maakt jou droevig ? Wat heb je zelf al verloren ? Wat voelde je toen ? Wat deed jij bij dat verlies ?  
Wat heeft je toen geholpen ? Wat verandert er ? Hoe kan je zorgen dat je je hetgeen je verloren hebt blijft herinneren ?  
Eventueel kan een levensboom gemaakt worden waarin eigen verliessituaties in kaart worden gebracht.

## Wat na een overlijden ?

### Als een leerling uit de klas overlijdt

Een plekje maken voor het overleden kind

- Doel : Een manier vinden om om te gaan met de leegte. Het afscheid concreter maken. Uiting geven aan emoties.
- Leeftijd : Alle leeftijden.
- Benodigdheden : Zie verloop.
- Verloop : Er wordt een plekje in de klas vrij gemaakt waar het overleden kind nu een plaats zal krijgen. Op een bank of tafeltje kunnen volgende dingen geplaatst worden : een foto van de overledene met zijn/haar naam; bloemen (eventueel door de klasgenoten zelf geplukt of gemaakt); een kaars (of door iedere klasgenoot een kaarsje waarbij nog iets aan de overledene kan gezegd worden); iedere klasgenoot zet er iets wat hem/haar dierbaar is of wat hem/haar aan de overledene doet denken; een doosje voor briefjes en/of tekeningen waarop je uitdrukt wat je nog aan de overledene wil zeggen. Met briefjes en tekeningen kan eventueel een gedenkboek voor de dichtste nabestaanden gemaakt worden. Een alternatief hiervoor is het inspreken van boodschappen op een cassettebandje en dit aan de dichtste familie geven.

Ballonnen

- Doel : Het afscheid concreter maken. Uiting geven aan emoties.
- Leeftijd : Alle leeftijden.
- Benodigdheden : Voor elke deelnemer een (witte) ballon, papier, scharen, kleurpotloden, touw.
- Verloop : De deelnemers maken een tekening of tekst rond wat ze nog aan de overledene willen zeggen (eventueel is het stukje papier in de vorm van een wolkje geknipt). Misschien willen ze zeggen hoe ze zich nu voelen of wat ze leuk vonden aan de overledene. Hang deze briefjes aan de ballonnen en laat ze samen wegvliegen.

### Brief aan de ouders

- Doel : Uiting geven aan emoties. Ondersteunen van de ouders.
- Leeftijd : Alle leeftijden.
- Benodigdheden : Pen en papier en/of kleurpotloden, verf, stiften,...
- Verloop : Klasgenoten kunnen in een brief of tekening uitdrukken wat de overledene voor hen betekende, welke (leuke) herinneringen ze hebben, hoe ze de overledene zagen, ... Deze brieven kunnen bijvoorbeeld tijdens de uitvaart afgegeven worden.

### Vier basisgevoelens

- Doel : Uiting geven aan gevoelens.
- Leeftijd : Derde graad basisonderwijs, eerste graad secundair onderwijs.
- Benodigdheden : Evenveel grote vellen papier als er leerlingen zijn, stiften.
- Verloop : Op groot papier laat je vier leerlingen op hun rug liggen met de benen lichtjes gespreid. Andere leerlingen tekenen hun omtrek af met een stift. Elke figuur krijgt in het hoofd een ander gevoel: blij, bang, boos en bedroefd. Hang deze papieren tegen een muur en laat de leerlingen ervoor gaan staan. Aan de hand van een aantal vragen gaan de leerlingen bij de figuur staan die overeenkomt met hun gevoel bij die vraag. Nodig hen uit te vertellen waarom ze daar staan en noteer in het kort hun antwoorden in de getekende figuur. Let op dat hier geen discussies ontstaan bij verschillende meningen. Iedereen heeft het recht om zich te voelen zoals hij dat wil. Alle antwoorden zijn goed.

- Wat voel je als je aan ... denkt toen hij nog in onze klas was ?
- Wat voel je als je denkt aan het moment dat ik jullie vertelde dat hij dood was ?
- Wat voel je als je terugdenkt aan de uitvaart ?
- Wat voel je als je aan de dood denkt ?
- Wat voel je als je aan je eigen dood denkt ?
- Wat voel je nu, na deze activiteit ?
- Wat voel je als je weet dat wij nog heel lang kunnen leven ?

Laat de papieren eventueel nog een tijd in de klas hangen en nodig de kinderen uit om hun gevoelens en gedachten te noteren op momenten dat zij dat wensen.



## Als iemand uit de directe omgeving van een leerling overlijdt

### Een plekje maken voor de overledene

Doel : Het afscheid concreter maken. Uiting geven aan emoties.

Leeftijd : Alle leeftijden.

Benodigdheden : Zie verloop.

Verloop : Er wordt een plekje in de klas vrij gemaakt voor de overledene. Op een bank of tafeltje kunnen volgende dingen geplaatst worden : een foto van de overledene met zijn/haar naam; bloemen (eventueel door de klasgenoten zelf geplukt of gemaakt); een kaars. In ieder geval moet er ruimte gemaakt worden voor het verhaal van de rouwende. Eventueel kunnen de leerlingen tekeningen maken of een briefje schrijven voor de rouwende. Deze tekeningen en briefjes kunnen ook een plek krijgen op dit plaatsje voor de overledene.

### Kerkhofbezoek

Doel : Uiting geven aan emoties; ondersteunen van de rouwende.

Leeftijd : Alle leeftijden.

Benodigdheden : Zie verloop.

Verloop : Het bezoek wordt best gepland als er al enige tijd sinds het overlijden verstreken is. Er kunnen teksten voorgelezen worden, bloemen gelegd worden, ...

## Andere vormen om rond gevoelens te werken

### Praten over gevoelens

- Doel : Ruimte scheppen om gevoelens te uiten.
- Leeftijd : Vanaf tweede graad basisonderwijs (gevoelens aanpassen).
- Benodigdheden : Kaarten met daarop gevoelens.
- Verloop : Vooraf schrijft de leerkracht met grote letters de gevoelens op kaarten.  
De leerlingen zitten in een kring, de kaarten liggen in het midden zodat ze goed leesbaar zijn.  
Om beurt kiezen de kinderen twee kaarten die te maken hebben met hun gevoelens.  
Zij vertellen waarom zij juist deze kaarten kiezen.

Voorbeelden van gevoelens :

*agressief zacht open ontvankelijk wraakzuchtig angstig vertrouwvol niet opgenomen opstandig machteloos bemind begrepen tekortgekomen warm gekoesterd geborgen alleen gebroken beschaamd kwetsbaar boos opgejaagd gedragen tekort-geschoten verwacht vooruitkijkend humoristisch minderwaardig thuis een vreemde veilig knuffelend plagend aanvaard gevend ontvangend concurrerend nijdig afgunstig kwaad razend dynamisch ondernemend assertief krachtig vernederend onbegrepen voor-schut-gezet verbitterd troosteloos kwetsbaar verbijsterd in-de-hoek-geduwd verlaten futloos niet au-serieux genomen opgejaagd uitgesloten verloren machtig gekwetst leeg onzeker schuldig alert verdrietig eenzaam hulpeloos armzalig mild jaloers beter-dan melancholisch blij ...*

### Praatstok

- Doel : Ruimte scheppen om gevoelens te uiten; luisteren naar en respecteren van elkaars gevoelens.
- Leeftijd : Basis- en secundair onderwijs.
- Benodigdheden : Tak, versiering (veren, stenen, touwtjes, schelpen, blaadjes, stukjes stof,...).
- Verloop : Als iemand iets vertelt, dan is het belangrijk dat de verteller de nodige tijd en ruimte krijgt om heel zijn verhaal te doen. Zoals bij de indianen kun je gebruik maken van een praatstok die de kring rond gaat. De gouden regel is : wie de praatstok in handen heeft, krijgt daarmee het woord, en alle anderen zwijgen en luisteren. De praatstok biedt veiligheid en letterlijk een houvast als iemand aan het woord is. Hiermee krijgen de stillere leerlingen ook tijd en ruimte om iets te zeggen (als zij dat willen, want iedereen kan passen door de stok gewoon door te geven zonder iets te zeggen) en de veelpraters moeten na één verhaal een rondje wachten om nog eens aan de beurt te komen. Het laatste rondje kan in stilte worden gemaakt. Zo een praatstok maak je zelf (of laat je door de leerlingen maken) met een stuk tak dat wordt versierd met veren, stenen, touwtjes, schelpen, blaadjes, stukjes stof, enz.

## Verdere Verwijzingen

### Adressen

In deze lijst nemen we adressen op waar u terecht kan voor meer doe-ideeën.  
Voor meer adressen verwijzen we naar het hoofdstuk 'Algemene informatie'.

CEGO – Centrum voor ErvaringsGericht Onderwijs  
Vesaliusstraat 2  
3000 Leuven  
016/325790  
[CEGO@ped.kuleuven.ac.be](mailto:CEGO@ped.kuleuven.ac.be)  
[www.kuleuven.ac.be/cego](http://www.kuleuven.ac.be/cego)

CIS – Centrum Informatieve Spelen  
Naamsesteenweg 164  
3001 Leuven  
016/222517  
[cis@spelinfo.be](mailto:cis@spelinfo.be)  
[www.spelinfo.be](http://www.spelinfo.be)

Kleur Bekennen (mondiale vorming)  
Documentatiecentra  
[www.cocosnet.be](http://www.cocosnet.be)

Leefsleutels vzw  
Leopoldstraat 95  
2800 Mechelen  
015/459420  
[leefclefs@skynet.be](mailto:leefclefs@skynet.be)  
[www.leefsleutels.be](http://www.leefsleutels.be)

NDC Horizon vzw  
Van Trierstraat 18  
2018 Antwerpen  
03/2378143  
[ndc-horizon@pi.be](mailto:ndc-horizon@pi.be)  
[www.ndc-horizon.be](http://www.ndc-horizon.be)  
[www.folkmanis.de](http://www.folkmanis.de)

Federatie Palliatieve Zorg Vlaanderen  
Vander Vekenstraat 158  
1780 Wemmel  
02/4568200  
[fed.pal.zorg.vl@skynet.be](mailto:fed.pal.zorg.vl@skynet.be)

[www.users.pandora.be/luc.jacobs14](http://www.users.pandora.be/luc.jacobs14)

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

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

### Jeugdbewegingen

KLJ - Nationaal	016 47 99 99
Jeugd en Gezondheid - Regionale contactpunten	www.jg.cm.be
Chirojeugd Vlaanderen - Nationaal	03 231 07 95
KSJ-KSA-VKSJ - Landelijk Verbond	02 201 15 10
VVKSM (scouting) - Verbondscentrum	03 231 16 20

### Leestips

Fiddelaers-Jaspers Riet, *Afscheid voor altijd. Omgaan met verdriet en rouw in het primair onderwijs*, KPC Schoolpers, Houten, 1996.

Vanden Abbeele Claire, *Nu jij er niet meer bent, rouwen met kinderen en tieners*, Lannoo, Tielt, 2001.

Vanden Abbeele Claire, *Mijn herinneringsboek*, Lannoo, Tielt, 2002.

VZW Leefsleutels, *Als de dood voor de dood op school?*, VZW Leefsleutels, 2002.

Werk- en herinneringsboek: *Naar een nieuwe horizon*, KPC In De Wolken, Heeze, 2002.

## Bijlage : verhalen

### De vriend van Peter

Peter lag nog in bed. Door de gesloten gordijnen kon hij niet zien of het vannacht gesneeuwd had ... Als er sneeuw lag, dan zou hij de nieuwe slee uitproberen. Dat had hij met Guido afgesproken. Guido was zijn beste vriend.

Peter hoorde beneden de telefoon rinkelen. Wie zou daar al zo vroeg opbellen ? Gestommel op de trap. Vader en moeder kwamen naar boven. Hoe laat zou het zijn ? Ze praatten zachtjes en waren voor zijn deur blijven staan. 'Dat is vreemd', dacht Peter, en hij ging rechtop zitten.

De deur ging open. Moeder keek naar Peter en ze keek vreemd. Heel even keek ze maar, toen sloeg ze haar ogen neer en liep snel naar het bed toe. Peter wist niet wat hij moest doen. 'Ligt er sneeuw ?' vroeg hij, maar heel hard.

Maar dat hielp niet. Moeder ging ernstig op de rand van het bed zitten. Peter voelde paniek. 'Wat doen jullie raar!' riep Peter.

'Luister, Peter' zei moeder, 'De moeder van Guido belde net op ...'

'De moeder van Guido ? Wat is er gebeurd ?'

'Er is iets ergs gebeurd. Guido is gestorven.' Het duurde even voordat Peter het begreep, 'Guido dood ??' schreeuwde hij toen opeens en trok de dekens over zijn hoofd. 'Je liegt ! Guido is niet dood ... niet écht dood ...'

Moeder streek over zijn hoofd, maar Peter duwde haar hand weg en begon te snikken. 'Toe nou' zei moeder. Maar vader zei: 'laat hem maar even' en ze gingen zacht de kamer uit.

Peter wist niet hoelang hij gehuild had of misschien wel geslapen. God ! Geslapen ? Slapen, terwijl Guido dood was ! Was Guido wel dood ? Hij keek opzij naar de plek waar mama had gezeten. Misschien was het wel een droom. Maar nee, mama was hier geweest en ze was de kamer uitgegaan. Misschien had ze zich vergist. Misschien had iedereen zich vergist. Misschien was Guido schijn dood of was het een grap.

Peter stond op om naar buiten te kijken. Er hoefde nu geen sneeuw meer te zijn. Er was ook geen sneeuw. Dat komt goed uit, dacht peter. 'Guido, ben je echt dood ?' fluisterde hij. Hij schrok ervan. Dan wil ik nooit meer een vriend !

Op school was Peter heel stil. Moeder had hem gebracht. 'Je hoeft niet naar school', had ze gezegd. Maar Peter had stoer gezegd: 'Jawel'. Nu praatte iedereen over Guido. Peter voelde zich klein worden en helemaal dicht gaan. Iedereen deed of hij Guido goed gekend had maar hij, Peter, had Guido pas gekend. Hij moest verdrietig zijn. Zelfs Marijke zat te snikken. Aanstelster !

Naast Peter had de meester het bankje van Guido weggezet ... Nu was Peter helemaal alleen. Hij wou ook alleen zijn. Guido's bankje weg : alsof hij nooit meer mocht terugkomen ... alsof hij weg moest ... Peter werd kwaad. Ze begrepen er niets van. Niks begrepen ze van Guido. Hij kon zijn tranen niet meer tegenhouden. Peter liep huilend de klas uit. Op de gang dacht Peter aan de sneeuw die er niet was en aan de mooie nieuwe slee van Guido die nu in de schuur stond. Maar Guido was dood. Peter leefde met een leeg gevoel. Een paar dagen later liep hij met moeder naar de kerk. Ze hield zijn hand vast en zei niets. Dat was goed. Guido werd in de grote kerk begraven.

Er lag sneeuw die ochtend. Zo moet het ook dacht Peter. Gek, Guido in de kerk. Vorige maand hadden ze nog gerend door de middengang toen er niemand was.

En Guido had nog aan de bel geluid bij de sacristie. Het wordt nooit meer zoals vroeger, dacht Peter. En dat was ook zo. Was dat ook zo ?

*bron: [www.users.pandora.be/luc.jacobs14](http://www.users.pandora.be/luc.jacobs14)*

## MENEER POMEROY

Nog niet zolang geleden leefde er, ergens op onze wereld, een man die meneer Pomeroy heette. Hij was vijftig jaar getrouwd geweest met een lief klein dametje dat Flora heette, maar hun huwelijk eindigde toen ze vorig jaar was gestorven. Daarna leefde meneer Pomeroy alleen met zijn pensioen.

Sommige mensen vonden meneer Pomeroy een beetje eigenaardig, maar dat vond hij zelf helemaal niet. Onder zijn hoge hoed droeg hij bijvoorbeeld een prisma. ('Om als ik zin heb, kleuren te zien,' vertelde hij iedereen die ernaar vroeg.) Hij droeg een paarse bril om zijn dromen te zien; een groene das om als tafellaken te gebruiken en, als het nodig was, een paar witte handschoenen om zijn problemen te hanteren.

Meneer Pomeroy had veel gereisd in zijn leven. Hij was natuurkundige geweest, soldaat bij de cavalerie, ontdekkingsreiziger in Azië, spinazieboer, snarenmuzikant en vliegerverkoper – allemaal op verschillende momenten. En toen trok hij zich terug en ging naar de stad om rustig na te denken.

Maar rust maakte meneer Pomeroy knorrig en rusteloos. De stad was zo vervelend dat zijn ogen ervan begonnen te steken, er waren zoveel regels dat zijn oren er pijn van deden en de burens maakten zoveel lawaai dat zijn spieren ervan jeukten. Vooral nu Flora er niet meer was.

Op den duur werd meneer Pomeroy zo rusteloos dat hij in rondjes ging lopen. En zo praatte hij eigenlijk ook. Hij werd zo knorrig dat hij bijna niet meer lachte, niet eens meer om zichzelf. Zelfs de gedachte dat hij waarschijnlijk niet lang meer te leven had, bracht daar geen verandering in.

En ineens besloot hij zijn dagen te eindigen met een nieuw leven, waarin hij net zoveel zou reizen als vroeger. Hij pakte zijn boeltje en verliet de stad om alle wegen van de wereld te bewandelen. Hij had een vlieger om de lucht te plagen, een hangmat voor zijn boeken, een kleed om te bidden en te picknicken en een cello om zich in slaap te spelen. Maar dat was nog lang niet alles ...

In een oogwenk was meneer Pomeroy weer de oude en meer. Het is waar dat de mensen onderweg hem gemeen behandelden : ze scheuwden hem na en als ze er zin in hadden, sloegen en beroofden ze hem zelfs. Maar dat kon hem niet schelen, niet veel tenminste, want hij voelde zich weer net zo vrij als vroeger. Hij kreeg nieuwe en trouwe vrienden - de natuur, dieren en kinderen - die hem limonade en selderij gaven, zorgzaamheid en kruiden en, wanneer hij daar behoefte aan had, onderdak en gezelschap. Van een oude dame kreeg hij op een keer een paard tot vriend. (Jammer genoeg verloor hij het paard toen hij een week later te vlug door een bocht van de weg ging.) Meneer Pomeroy was zo blij met zijn nieuwe vrienden en de reizen die hij maakte, dat hij al gauw weer gewoon denken en lachen kon. Hij was inderdaad een nieuw mens geworden.

Maar op een herfstdag, toen de bladeren harder begonnen te worden, voelde meneer Pomeroy aan zijn botten en ademhaling dat hij spoedig zou sterven. Dit nieuws verontrustte hem. En niet alleen omdat hij op dit leven van reizen en trekken gesteld was (en hij nog zoveel plaatsen wilde bezoeken). Wat hem het meest hinderde was het feit dat hij zoveel aan zijn nieuwe vrienden te danken had - de natuur en dieren en kinderen - want zij hadden erg veel gedaan om zijn reizen (en laatste dagen) prettig te maken. En voor zijn dood wilde hij hen nog op de één of andere manier bedanken. Met andere woorden : hij wilde als een behoorlijk mens sterven. Maar hoe ? ...

Met een ernstig gezicht deed meneer Pomeroy zijn witte handschoenen aan en dagenlang liep hij piekerend heen en weer ...

Tot hij op een middag over de wortel van een oude kastanjeboom struikelde en hij eindelijk op een idee kwam : als hij stierf zou hij zichzelf en zijn bezittingen aan de natuur, de dieren en de kinderen geven. Maar hoe ? (Want het is niet makkelijk om jezelf weg te geven.) Meneer Pomeroy had de oplossing gauw gevonden. Hij wist dat stervende mensen vaak een testament maken. Hij nam wat notaris papier (dat hij altijd bij zich had) en schreef heel zorgvuldig zijn laatste wil.

Nadat hij die in zwarte lettertjes (met hier en daar een kleurtje) had opgeschreven, voelde hij zich een stuk beter. Hij hoefde geen besluiten meer te nemen: zijn testament vertelde hem wel wat hij doen moest. Hij had dus veel meer vrije tijd en dat kwam goed uit, want een stervend mens heeft het erg druk en heeft al zijn vrije tijd nodig. Maar meneer Pomeroy had niet veel tijd om zich beter te gaan voelen : volgens zijn testament moest hij al gauw sterven, terwijl de herfstkleuren nog in hem leefden en vóór de winter begon en alles bedekte. Met het testament in zijn hand ging hij op zoek naar een geschikte plaats om te sterven. En 's avonds, nadat hij uren gezocht had, vond hij een heel mooi plekje naast een vijver, tussen een weiland en een woud. Het lag niet ver van zee.

En de volgende dag begon meneer Pomeroy zichzelf weg te geven. Om te beginnen gaf hij zijn knoopsgat aan de bloemen die zijn knoopsgat altijd zó opgefleurd hadden dat alle aardige meisjes tegen hem hadden geglimlacht zolang hij zich herinneren kon dat aardige meisjes naar hem keken (hetgeen lang, heel lang geleden was).

De rest van zijn jas stak hij op een stok en zo gaf hij hem aan de motten.

En zijn witte handschoenen gaf hij als slaapzak aan de zeesterren, die zich 's nachts zo graag op een warm plekje wilden verstoppen.

Daarna ging meneer Pomeroy de verdere dag slapen, want hij was moe en wilde zichzelf niet al te vlug weggeven.

Maar de volgende ochtend stond hij vroeg en vrijgevig op. Hij pakte zijn prisma, keek er nog één keer door en gaf het aan de regenboog, zodat de regenboog terug naar de zon kon. Met zijn hoed beschermend boven zijn ogen stond meneer Pomeroy naar de reactie van de zon te kijken, toen er een hert aankwam dat door jagers achtervolgd werd. Meneer Pomeroy zette zijn hoed op het hertengewei, zodat het hert uit de verte op een jager leek. 'Als de jagers denken dat je bij hen hoort, zijn ze vast niet zo vlug met schieten', fluisterde hij.



Zo bleef Meneer Pomeroy dagenlang weggeven. Hij gaf zijn kleding aan een ziek stuk gras, dat voor de winter nodig toegedekt moest worden. Hij gaf zijn vlieger aan de lucht die hem al jarenlang had proberen af te pakken, maar Meneer Pomeroy was hem altijd te slim af geweest.

En zijn roodwitte zakdoek gaf hij, zoals een heer betaamt, aan een zwerm lieveheersbeestjes om hem als tent bij hun jaarlijkse bijeenkomst te gebruiken. En aan twee oude bomen - die zoveel van elkaar hielden dat zij één wilden worden (hij wist dat door het nachtelijk gekreun van hun takken) - gaf hij zijn hangmat.

Aan de vijver gaf hij zijn schaduw - als bescherming tegen de winterse kou en als beschutting voor de vissen in de zomer.

Zijn schoenveters bond hij aan de twijgen van een struik, zodat de dieren er letters en cijfers van konden maken en op die manier leren lezen en rekenen.

Zijn schoenen gaf hij aan een paar zwerfhonden, die op een dag aankwamen en 's middags geheimzinnig verdwenen. Meneer Pomeroy bleef zichzelf weggeven tot hij naakt was. Alleen zijn cello had hij gehouden, omdat hij er 's nachts in kroop om warm te blijven en zichzelf van binnen uit in slaap te spelen. Maar hij gaf zijn cello ten slotte aan de nacht, zodat de cello bij het ochtendgloren de nacht in slaap kon spelen. (meneer Pomeroy zette zijn cello onder een wilg, die hem iedere nacht wilde bespelen als de nacht beloofde 's morgens meer dauw te geven.)

Terwijl hij druk bezig was met het weggeven van zijn lichaam, kwam er een beer die zijn voorpoten zo bezeerd had dat hij niet echt meer omhelzen kon. Meneer Pomeroy gaf hem meteen zijn armen. De beer omhelsde hem dankbaar en liep door.

Daarna gaf meneer Pomeroy zijn handen aan een verstomde piano die net voorbij kwam.

Nu ging meneer Pomeroy zijn lichaam weggeven. Hij deed het snel, want het begon koud te worden - net als hijzelf. (Dat gaat zo met stervende mensen.)

Aan een kerk in de buurt gaf hij zijn knieën.

Aan een konijn zijn voeten.

En aan een vat dat jarenlang bier en wijn had bewaard en nu leeg stond, gaf hij zijn borst. Want holle vaten klinken zo hard.

De schelpen op het strand kregen zijn oren.

Vlugger en vlugger - want hij was erg zwak - gaf meneer Pomeroy de rest van zichzelf weg. Zijn ene oog gaf hij aan een stier (zodat de stier rood kon zien) en het andere gaf hij aan een orkaan (zodat die kon zien welke verwoestingen hij aanrichtte en in de toekomst misschien wat voorzigtiger zou worden).

Met een schreeuw van vreugde (en een gefluisterd geheim) gaf hij zijn stem aan de wind, die zoveel van zijn woorden in het verleden onverstaaanbaar had gemaakt.

Aan de donder gaf hij de stervende, onregelmatige klop van zijn oudemannenhart.

En aan de vogels gaf hij zijn hart, want hij had altijd al willen vliegen.

Meneer Pomeroy had nu nog maar één ding weg te geven : zijn dromen en die waren voor de kinderen.

(Dit was het geheim dat hij de wind had toegefluisterd.) Terwijl de eerste winterwolken kwamen opzetten, riep de wind alle kinderen op de velden in de buurt bij elkaar. En toen zij er allemaal waren, kwam de wind fluitend naar beneden en meneer Pomeroy gooide hen al zijn dromen toe. De wind bracht ze naar een laaghangende sneeuwvlak en even later sneeuwden meneer Pomeroy's dromen op alle kinderen in de wereld.

Het enige dat meneer Pomeroy nog over had, was zijn herinnering - en die kon hij niet weggeven, want die was reeds het eigendom van iedereen. Maar omdat herinneringen altijd in beweging zijn, vloog zijn herinnering weg, hechtte zich vast aan zijn vlieger en vloog vrij door de lucht.

Hierna was meneer Pomeroy niet meer dan een geest van zijn vroegere zelf. Hij dacht (en dit waren de laatste gedachten die hij ooit zou hebben): 'Ik heb nooit gedacht dat sterven zo zou zijn. Ik ben een gelukkig stervend mens ! Sterven is zo makkelijk als je jezelf weggeeft. Misschien kom ik wel terug en kan ik het nog eens overdoen ...'

En toen, met een diepe, diepe zucht die door de wind overal heengevoerd werd, ging meneer Pomeroy dood.

Maar eigenlijk is meneer Pomeroy nooit gestorven. Tot op deze dag leeft hij overal verder waar iets van hem is achtergebleven. De wind spreekt nog steeds met zijn stem (een beetje heser nu). De bloemen zijn trots op zijn knoopsgat en geven het aan elkaar door. Het hert (dat ontkwam) draagt alle seizoenen zijn hoed. Op warme dagen liggen de vissen in zijn schaduw en er zijn maar enkele vissen die een zonnesteek hebben gekregen. De schelpen op het strand luisteren naar de geheimen van de zee.

De twee oude bomen zijn gelukkig verenigd door zijn hangmat (en hebben zelfs al een klein boompje dat naast hen opgroeit). De donder rolt verder met zijn hartenklop. Overdag kun je in de heuvels de piano horen en de cello speelt nog steeds de nacht in slaap ...

En de kinderen, vol van zijn dromen, kijken dikwijls naar zijn vlieger die, met zijn herinnering, door de lucht zeilt.

Iedereen denkt aan hem en praat over hem. Want meneer Pomeroy leeft verder – omdat hij zichzelf heeft weggegeven.

*uit: 'De man die zichzelf weggaf' – Gordon Sheppard*

## **Dat is heel wat voor een kat, vind je niet?**

Mijn poes Roetje is vorige week vrijdag doodgegaan.  
Ik was erg verdrietig.  
Ik moest huilen.  
Ik wilde geen tv kijken.  
Ik wilde geen kip en ook geen chocoladepudding.  
Toen ik naar bed moest, huilde ik nog.


Mijn moeder kwam bij me op bed zitten.  
Ze trok me tegen zich aan.  
Ze zei dat we Roetje morgen samen zouden begraven.  
Bedenk maar eens tien dingen, zei ze, waarom Roetje zo'n fijne poes is geweest.  
Tien fijne dingen om op Roetjes begrafenis te vertellen, morgen.

Ik dacht en ik dacht en ik dacht aan wat ik zo fijn vond van Roetje.  
Negen dingen kon ik bedenken.  
Toen viel ik in slaap.

De volgende morgen was de begrafenis.  
Mijn moeder deed Roetje in een gele sjaal.  
Mijn vader legde Roetje in een kuil bij de boom in de tuin.  
Anne van hiernaast bracht bloemen.

En toen vertelde ik alle fijne dingen van Roetje die ik had kunnen bedenken.

Roetje was slim, zei ik.  
En dapper en grappig en erg schoon.  
Aanhalig en geduldig was hij ook,  
En hij heeft maar één keer een vogeltje gevangen.  
Hij kon zo leuk in mijn oor snorren, zei ik.  
En soms sliep hij lekker warm boven op mijn buik.



Dat zijn er negen, zei mijn moeder.  
Negen dingen waarom Roetje zo'n fijne poes is geweest.  
Ik zei dat ik het tiende nog wel zou bedenken.

Toen Roetje was begraven,  
Zongen wij een liedje voor hem.  
We wisten zo gauw geen poezenliedje.  
Daarom zongen we over katjes,  
Over wilgenkatjes en elzenkatjes.  
Zelfs mijn vader wist de wijs  
En mijn moeder wist de woorden.


Anne en ik gingen met mama naar de keuken.  
We kregen limonade en koekjes.  
Ze liet de bus open op tafel staan,  
Want we mochten er nog een nemen.

Ik gaf mijn andere koekje aan Anne.  
Nu is Roetje weg, zei ik.

Anne zei dat Roetje in de hemel was, bij de engelen, met allemaal andere poezen,  
en dat hij daar heel veel verse melk en vis zou krijgen.  
Ik zei dat Roetje in de tuin lag.  
Niet waar. Hij is in de hemel, zei Anne.  
Hij ligt in de grond in de tuin, zei ik.  
Jij weet er niets van.

Mijn vader kwam binnen en nam een koekje.

In de hemel, riep Anne.  
In de tuin, schreeuwde ik. En hou nou je mond.  
Leg jij het haar maar uit, zei ik tegen mijn vader.  
Zij begrijpt er niets van.



't Kan best zijn dat Roetje in de hemel is, zei mijn vader.  
Zie je nou wel, zei Anne, en ze stak haar tong tegen me uit.

't Kan ook best zijn van niet, zei mijn vader.  
Zie je nou wel, zei ik, en ik trok Anne aan haar vlecht.

Laat los, zei papa tegen mij.  
We weten niet zoveel van de hemel af, zei hij tegen Anne.  
We weten niet zeker of die wel bestaat.

Maar als-ie bestaat, zei Anne, dan is er ook plaats voor Roetje.  
Wat is dat kind eigenwijs !

En dan krijgt hij daar verse vis en melk, zei ze.  
Ze nam nog een koekje en toen ging ze naar huis.

Mijn vader zei dat hij nog werk te doen had in de tuin.  
Ik ging mee om een beetje te helpen.  
Ik vind het zo rot dat Roetje dood is, zei ik.  
Dat is het ook, zei hij. We hebben allemaal verdriet.  
Misschien voelen we het morgen wat minder.

Mijn vader had een zakje met kleine bruine zaadjes.  
Hij schudde er een paar op zijn hand.  
Die zaaien we in de grond, zei hij.  
Daar is voedsel voor ze en ruimte om te groeien.  
Dan komt er al gauw een steeltje uit met blaadjes en later ook bloemen eraan.

Ik scheurde het zakje verder open en keek erin.  
Ik zie geen blaadjes en ik zie ook geen bloemen, zei ik tegen mijn vader.  
Zaadjes veranderen als ze in de aarde liggen, zei mijn vader.  
Onder de grond verandert alles.

Roetje ook ? vroeg ik.

O ja, zei mijn vader. Roetje verandert ook.  
De grond in de tuin neemt hem helemaal op.  
En helpt hij dan mee om bloemen en blaadjes te maken ? vroeg ik.  
Ja zeker, zei mijn vader. Hij zorgt mee voor de bloemen en voor de boom en voor het gras daaromheen.

Dat is eigenlijk heel wat voor een kat, vind je niet ?

Mijn vader en ik zaaiden alle zaadjes in de tuin.  
Mama bracht ons boterhammen en we aten onder de boom.  
Daarna werkten we nog een poosje door.

's Avonds had ik nog steeds geen zin in televisie  
Toen ik mijn lampje uit deed, kwam mama bij me op bed zitten.  
Ze gaf me een zoen en ik zei dat ik haar iets moest vertellen.  
Luister eens, zei ik. En ik telde op mijn vingers af waarom Roetje zo'n fijne poes was geweest.  
Rojetje was slim, zei ik.  
En dapper en grappig en erg schoon.  
Aanhalig en geduldig was hij ook,  
En hij heeft maar één keer een vogeltje gevangen.  
Hij kon zo leuk in mijn oor snorren, zei ik.  
En soms sliep hij lekker warm boven op mijn buik.

Dat zijn er negen, zei mijn moeder.  
Negen dingen waarom Roetje zo'n fijne poes is geweest.

Ja, zei ik, maar nu weet ik het tiende ook.

Rojetje ligt in de grond en hij zorgt mee voor de bloemen en voor de boom en voor het gras daaromheen.  
En dat is eigenlijk heel wat voor een kat, vind je niet ?

*Dat is heel wat voor een kat, vind je niet ?*  
*Judith Viorst, Uitgeverij J.H. Gottmer/H.J.W. Becht BV - Haarlem, 2002*

## **Wegwijzers inzake nazorg bij rouw op school**

Dit document heeft als doelstelling mogelijkheden aan te reiken om - een tijd na een overlijden - doorheen het verdere schooljaar en zelfs de schoolloopbaan, samen met leerlingen te focussen op hun rouwen en momenten te creëren om stil te staan bij degene die overleden is.

We hebben gekozen om wat we wensen mee te geven "Nazorg-wijzers" te noemen.

Het kunnen "wegwijzers" zijn, "vingerwijzers" of gewoonweg "wijzen van", die kunnen begeleiden in de aandacht voor de rouwende leerlingen. Een aantal van deze "wijzers" lenen zich niet altijd voor elke verlieservaring (ieder verlies is anders) en de daardoor ontstane rouw (iedere rouw is anders).

Nu, we geloven stellig in de creativiteit van éénieder om met deze "wijzers" een eigen parcours af te leggen. Het zijn als het ware bakens die leerkrachten in de klas of daarbuiten in de interactie met leerlingen vrij mogen verplaatsen



### Algemeen

- Geef in een eerste tijd voldoende ruimte aan de beleving van de leerlingen. (Wat doet het met mij ?, Wat zie ik dat het doet met anderen ? ...). Een uitgangspunt kan bijvoorbeeld zijn hoe ze de afscheidsplichtigheid hebben beleefd.
- Laat ten allen tijde (er is geen limiet) toe dat leerlingen hun emoties kunnen uiten betreffende het verlies. (individueel of in kleinere groep, klassikaal)
- Maak bespreekbaar of een herdenkingsmoment jaarlijks kan terugkeren. (klassikaal of voor de gehele school)
- Informeer collega-leerkrachten over belangrijke verlieservaringen van leerlingen bij de overgang naar een andere klas. (continuïteit in zorg)
- Tracht eventueel de (rouw-)reacties van leerlingen over een langere periode op te volgen.
- Let op "risico" leerlingen, met name : kinderen die al eerder een verlies hebben geleden, leerlingen met een zwakkere relationele context, leerlingen met gekende psychische problematiek, ...
- Schakel indien nodig over op individuele begeleiding. (hanteer verwijzing naar rouwconsulenten of andere professionele begeleiders)
- Laat leerlingen merken dat naast de dood ook het leven weer doorgaat.
- Creëer voor jezelf als leerkracht ook mogelijkheden om je beleving te uiten. (via team, collegae)
- Geef - bij specifieke gelegenheden zoals moederdag, vaderdag, nieuwjaar, (groot)ouderfeest, ... - extra aandacht aan leerlingen die een (groot)ouder hebben verloren. Het is noodzakelijk te bevragen op welke wijze zij hun verloren (groot)ouder willen gedenken (via een werkje, een brief, ...)



### Nazorg bij het overlijden van een leerling

- Laat leerlingen vrij in de wijze waarop zij een klasgenoot wensen te herdenken. (afscheidsbrief, tekenen, spelen, ...)
- Sta stil bij speciale dagen zoals verjaardag en sterfdag van de overleden leerling. Denk ook aan de ouders via een gebaar, een kaart, ...
- Denk ook aan zussen en broers op deze speciale dagen. Heb extra oog voor hen binnen hun verdere schoolloopbaan.
- Ga zorgvuldig om met alles wat er van het overleden kind nog op school is. Voor ouders zijn dit heel waardevolle zaken. Geef deze dan ook niet zomaar mee aan broer of zus. Vaak hebben deze een transitionele waarde
- Creëer eventueel een plaatsje in de klas ter herinnering aan de overleden leerling. (zijn of haar lege plaats mag ruimte krijgen)
- Je kan ook zijn/haar plaats in de klas een tijdje openlaten.
- Eventueel kan gedurende een tijdje de plaats van de overleden leerling herdacht worden met enkele van zijn persoonlijke zaken.
- Plaats eventueel een foto al dan niet met een kaarsje en/of wat bloemen.
- Overweeg het maken van een herinneringsboek of fotoboek.
- Overweeg om klassikaal een grafbezoek te brengen.
- Bespreek of het kan om de ouder(s) eens te inviteren in de klas (delen van herinneringen)
- Aan het einde van het schooljaar kan een afronding gebeuren met de klas van de overleden leerling. (via een ritueel)

## Nazorg in het gezin

Naast de aandacht die men geeft binnen de schoolmuren kan men ook zorgzaam zijn t.a.v. het gezin.



We denken hierbij aan de jaarlijks wederkerende feestdagen (Kerstmis, Nieuwjaar, Pasen, ...). Deze dagen accentueren vaak opnieuw het gemis. Een kaartje of een telefoontje om mensen te laten weten en voelen dat aan hen wordt gedacht, kan een helende en troostende werking hebben.

De verjaardagen (geboorte- en sterfdatum) vragen ook onze bijzondere aandacht en kunnen middels een gepast woord of attent gebaar, sereen zorg krijgen.

Het aanreiken en uitvoeren - in aangepaste vorm - van enkele van bovenstaande rituelen (kaarsje, foto, hoekje maken, ...) kan ook in de thuissituatie zijn waarde vinden.

Bij dit alles primeert uiteraard het respect voor éénieders keuze en wens. Mensen in hun persoonlijke rouwbeleving hun eigenheid laten, dient immers altijd het uitgangspunt te zijn.

Het staat ieder vrij nog persoonlijke aanvullingen toe te voegen. Vertrouw op het eigen aanvoelen van wat kan in de groep of klas. Voor meer informatie en advies kan men terecht bij de rouwzorgverantwoordelijken van het regionale Network Palliatieve Zorg. De adressen zijn te vinden achter in de bundel.

## Doorverwijsadressen

Naast ondersteuning in de klas zelf zijn er voor kinderen en jongeren in rouw een aantal nuttige professionele doorverwijsadressen waar men beroep kan op doen, uiteraard na overleg met de leerling en de ouders.

- *CLB's of centra leerlingenbegeleiding.* U weet zelf - of de directie kan het u vertellen - met welk CLB de school verbonden is.

- Sommige scholen hebben een psycholoog in dienst.

- *CGGZ of centra geestelijke gezondheidszorg.*

In elke regio is er, naast de centra voor volwassenen, ook een centrum geestelijke gezondheidszorg voor kinderen en jongeren. De Vlaamse vereniging voor geestelijke gezondheidszorg kan u vertellen waar u terecht kan in uw regio.

*Vlaamse Vereniging voor Geestelijke Gezondheidszorg (VGG)*

*Tenderstraat 14 - 9000 Gent*

*Tel. 09 221 44 34*

*e-mail : [info@vvgg.be](mailto:info@vvgg.be)*

*website : [www.vvgg.be](http://www.vvgg.be)*

- *Zelfhulpgroepen.*

In sommige streken zijn er groepen jongeren die op geregelde basis samenkomen om als lotgenoten na een verlies ervaringen uit te wisselen en steun te vinden bij elkaar. Adressen vindt men bij :

*Trefpunt Zelfhulp*

*Van Evenstraat 2c - 3000 Leuven*

*Tel. 016 23 65 07*

*e-mail : [anne-marie.dinneweth@soc.kuleuven.ac.be](mailto:anne-marie.dinneweth@soc.kuleuven.ac.be)*

*website : [www.zelfhulp.be](http://www.zelfhulp.be)*

- *Zelfstandige therapeuten.*

Het Netwerk Palliatieve Zorg of een centrum geestelijke gezondheidszorg kan u ook doorverwijzen naar therapeuten in de buurt die gespecialiseerd zijn in het werken met kinderen in rouw.

- *Leefsleutels.*

Deze organisatie ontwikkelt programma's voor scholen ter bevordering van zelfontplooiing, training en ontwikkeling van sociale en emotionele vaardigheden. Leefsleutels kan dus ook aangesproken worden voor het geven van vorming aan leerkrachten of aan leerlingen omtrent dit thema. Eveneens verlenen zij informatie en advies.

*Leefsleutels vzw,  
Leopoldstraat 95 - 2800 Mechelen  
Tel. 015 45 94 20  
e-mail : [Leefclefs@skynet.be](mailto:Leefclefs@skynet.be)  
website : [www.leefsleutels.be](http://www.leefsleutels.be)*

- *Netwerk Palliatieve Zorg.*

In iedere regio is er een Netwerk Palliatieve Zorg. Men kan er terecht met vragen over palliatieve zorg maar ook voor informatie, advies en doorverwijzing rond rouw- en verliesverwerking. De coördinaten van het Netwerk van uw regio kan u opvragen via

*Federatie Palliatieve Zorg Vlaanderen  
Vander Vekenstraat 158 - 1780 Wemmel  
Tel. 02 456 82 00  
e-mail : [info@palliatief.be](mailto:info@palliatief.be)  
website : [www.palliatief.be](http://www.palliatief.be)*

## Geraadpleegde literatuur

Fiddelaers-Jaspers Riet, *Afscheid voor altijd*. Educatieve Partners Nederland BV - Houten, 1999.

Fiddelaers-Jaspers Riet, *Doodnormaal ?* Educatieve Partners Nederland BV - Houten, 1996.

Fiddelaers-Jaspers Riet, *Jong Verlies : Handreiking voor het omgaan met rouwende kinderen*. KPC/Kok - Kampen, 1998.

VZW Leefsleutels, *Als de dood voor de dood op school ?* VZW Leefsleutels, 2002.

Vanden Abbeele Claire, *Nu jij er niet meer bent: Rouwen met kinderen*. Lannoo - Tielt, 2001.

De Mönnink Herman, *Verlieskunde Handreiking voor de beroepspraktijk*. Ebevier/De Tijdstroom - Maarssen, 1999.

[www.ndc-horizon.be](http://www.ndc-horizon.be)

[www.users.pandora.be/luc.jacobs14](http://www.users.pandora.be/luc.jacobs14)

---

## Netwerken Palliatieve Zorg

Voor informatie en advies kan u terecht bij het Netwerk Palliatieve Zorg uit uw regio



vzw Netwerk Palliatieve Zorg Gent-Eeklo  
Jubileumlaan 221  
9000 Gent  
Tel : 09 266 35 00  
Fax : 09 233 93 90  
E-mail : [npz.genteeklo@scarlet.be](mailto:npz.genteeklo@scarlet.be)  
Website, [www.palliatieve.org](http://www.palliatieve.org)



vzw Netwerk Palliatieve Zorg Waasland  
Moerlandstraat 20  
9100 St Niklaas  
Tel : 03 776 29 97  
Fax : 03 776 40 81  
E-mail : [npzw@tijd.com](mailto:npzw@tijd.com)



vzw Netwerk Palliatieve Zorg Aalst-Dendermonde-Ninove  
Onze Lieve Vrouw Kerkplein 28  
9200 Dendermonde  
Tel : 052 21 54 34  
Fax : 052 21 55 60  
E-mail : [palliatieve.zorg@skynet.be](mailto:palliatieve.zorg@skynet.be)



'Het Leven Helpen' vzw  
Netwerk Palliatieve Zorg Zuid-Oost Vlaanderen  
Sint Walburgastraat 9  
9700 Oudenaarde  
Tel : 055 20 74 00  
Fax : 055 20 87 82  
E-mail : [info@hetlevenhelpen.be](mailto:info@hetlevenhelpen.be)

Sluisken 15  
9300 Aalst  
Tel : 053 21 40 94  
Fax : 053 70 53 50  
E-mail : [palliatieve.thuiszorg.aalst@pandora.be](mailto:palliatieve.thuiszorg.aalst@pandora.be)

Voor de adressen van de Netwerken Palliatieve Zorg in de andere provincies kan u terecht op de web-site van de Federatie Palliatieve Zorg Vlaanderen : [www.palliatief.be](http://www.palliatief.be)

## **Dank aan ...**

Op de eerste plaats gaat onze dank uit naar de Stichting Porticus. Zonder haar financiële steun was de realisatie van deze bundel niet mogelijk geweest.

Verder danken wij mevrouw Ingrid Bogaert die de lay-out van dit Werkpakket verzorgde.

Graag willen we alle mensen bedanken die ons feedback gaven gedurende het proces waarin deze bundel tot stand kwam. Op de eerste plaats de coördinatoren van de Oost-Vlaamse Netwerken Palliatieve Zorg : Elfriede, Brenda, Ruth, Marc, Marleen en Luc, maar ook de CLB's, de scholen en allen die hebben bijgedragen tot het welslagen van het pilootproject.

Voor de inhoudelijke bijsturing van het hoofdstuk "rouw vanuit verschillende visies" danken wij de verschillende ervaringsdeskundigen die dit wilden doorlezen, aanvullen en corrigeren.

Ook de Vlaamse Liga tegen Kanker willen we bedanken. Zij hebben immers de aanzet gegeven tot het verder uitbouwen van rouwzorg in de verschillende regio's en dus tot het ontstaan van dit project.

