

Dood en rouw op school – bijlagen

INHOUDSOPGAVE

- Bijlage 1: Suggesties voor kringgesprekken
- Bijlage 2: Andere werkvormen
- Bijlage 3: Verdrietkoffers en ander lesmateriaal
- Bijlage 4: Literatuur
- Bijlage 5: Instanties en websites
- Bijlage 6: Brieven en formulieren

BIJLAGE 1: SUGGESTIES VOOR KRINGGESPREKKEN

Inleiding

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

Doel van het kringgesprek

Een kringgesprek naar aanleiding van een sterfgeval van een leerling of personeelslid kan verschillende doelen hebben. Het is van belang om vooraf heel duidelijk te bepalen welk doel u met het kringgesprek nastreeft.

Mogelijke doelen zijn:

- Een uitlaatklep bieden voor gedachten en gevoelens ten aanzien van de dood (eventueel de zelfdoding) en de overledene.
- Emoties naar aanleiding van het sterfgeval bespreekbaar maken.
- Verwerking van emoties.
- Achtergronden verduidelijken en mogelijke misvattingen corrigeren.
- Problemen signaleren die zijn ontstaan naar aanleiding van het sterfgeval.
- Afspraken maken over de begrafenis/crematie of afscheidsdienst op school.
- Bespreken van voorzorgsmaatregelen ter voorkoming van ongevallen.
- Bespreken van maatregelen ter verbetering van de sfeer in de groep.
- Bespreken wie er (eventueel) op 'de lege stoel' gaat zitten.

Kringgesprekken op verschillende momenten

Een sterfgeval roept bij leerlingen in de verschillende fasen van het verwerkingsproces verschillende emoties en vragen op. Daarom is het aan te bevelen om niet één kringgesprek te voeren maar een aantal. Daartoe lenen zich de volgende momenten:

1. Direct na het bekend worden van het overlijdensbericht

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

Het gesprek concentreert zich op de emoties van de leerlingen.

Thema's in dit eerste kringgesprek kunnen zijn:

- Wie heeft er eerder een sterfgeval meegemaakt (bijv. van grootouder, huisdier)?
- Hoe hoorde je daarvan?
- Wat riep het bij je op?
- Wat deed je met die gevoelens of gedachten?
- Wat roept dit bericht bij je op?
- Wat kun je doen met de gevoelens en gedachten die dit bericht bij je oproepen?

2. Een of twee dagen vóór de begrafenis/crematie

Dit gesprek kan meerdere doelen hebben:

- Emoties die zijn ontstaan naar aanleiding van het sterfgeval 'de dood' (in het algemeen) of de overledene bespreekbaar maken.
- Voorbereidingen treffen voor de begrafenis/crematie/afsheidsdienst.

Dit gesprek concentreert zich niet zozeer op de eigen emoties (van de leerlingen) maar meer op de overledene.

Thema's in dit kringgesprek kunnen zijn:

- De overledene: wat weten we van hem/haar?
- Hoe willen we ons hem/haar blijven herinneren?
- Hoe zouden we afscheid van hem/haar kunnen nemen (zie hoofdstuk 6)?
- Hoe verloopt een begrafenis, crematie of afsheidsdienst en welke rituelen doen zich daarbij voor (zie hoofdstuk 6)?
- Wie heeft wel eens een begrafenis of crematie meegemaakt?
- Wat vond je daarbij mooi en goed?
- Welke afspraken kunnen wij maken over de begrafenis/crematie/afsheidsdienst van de overledene (bijvoorbeeld een voordracht, muziek, een brief of advertentietekst)?

3. Direct na de begrafenis/crematie

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

Thema's in dit gesprek kunnen zijn:

- Wat betekent rouwen?
- Wat betekent afscheid nemen?
- Is het erg als je op zo'n moment je gevoelens laat zien of juist niet?
- Hoe kun je troosten of helpen als iemand verdriet heeft?

4. Enkele dagen na de begrafenis/crematie

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

Thema's in dit gesprek kunnen zijn:

- De lege stoel: wie gaat er op de stoel van de overledene zitten, of blijft deze leeg?
- Hoe zullen/kunnen we de overledene blijven gedenken?
- Welke conclusies kunnen we voor onszelf trekken uit de wijze waarop iemand is overleden?
- Hoe lang mogen we 'last hebben' van verdriet, pijn en woede vanwege het sterfgeval?
- Waar kun je terecht als je nog eens over deze situatie wilt praten?

5. Enkele weken na de begrafenis/crematie

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

Thema's in dit gesprek kunnen zijn:

- Een evaluatie van de voorgaande periode, de berichtgeving, de manier waarop erover is gesproken, de bijdrage die de school/groep heeft geleverd bij de uitvaart of crematie.
- De herinneringen aan de overledene: hoe blijft de overledene in de herinnering voortleven, welke aardige dingen blijven we ons herinneren, zijn er ook minder leuke herinneringen?
- Mag je minder leuke herinneringen hebben (a!) of moet je je daar schuldig over voelen (Nee!)?
- Misschien is er gelegenheid om te praten over de plaats, de rol en de zin van de dood.

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

Gestructureerde gesprekken

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

1. Voorbereiding

Ga met de leerlingen in een ruimte zitten die voor hen vertrouwd is: het eigen lokaal, de kantine of het overblijflokaal.

Plaats de stoelen (zo mogelijk) in een U-vorm zonder tafels ervoor. Ga zelf aan het hoofd van de U-vorm zitten en zorg ervoor dat u alle leerlingen kunt aankijken.

2. Inleiding van het gesprek

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

Aandachtspunten:

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

3. De leerlingen aan het woord

Het kan voor leerlingen heel moeilijk zijn om in een groep hun gevoelens kenbaar te maken of hun gedachten uit te spreken. U kunt hen helpen door bijvoorbeeld te zeggen:

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

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

Aandachtspunten:

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

4. Moeten er afspraken worden gemaakt?

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

Specifieke methodes

Soms is het nodig om met behulp van een specifieke methode de leerlingen te helpen hun gevoelens en gedachten in de groep te bespreken. Bij het eerste gesprek, direct na de bekendmaking van het overlijden, is het niet wenselijk om specifieke methoden te gebruiken: dat gesprek zal vrijwel onvoorbereid plaatsvinden. Maar bij het tweede en eventueel volgende gesprekken kan een specifieke methode nuttig zijn. Er zijn verschillende methodes voor dit soort kringgesprekken denkbaar. De eerste drie methodes zijn geschikt voor het basisonderwijs maar kunnen met enkele aanpassingen ook gebruikt worden in het voortgezet onderwijs.

1. 'Lege hoofdjes'

geschikt voor: leerlingen in de midden- en bovenbouw van het **basisonderwijs**.

doel: kinderen helpen hun gedachten en gevoelens over de dood onder woorden te brengen.

werkwijze: teken de contouren van een (kinder-)hoofd ter grootte van een A-4. Kopieer dat voor elk kind. Deel de fotokopieën uit en vraag aan de kinderen om in het getekende hoofd de woorden te schrijven die, volgens hen, als eerste door het hoofd schieten bij iedereen die er bij betrokken is.

Als iedereen klaar is, kan men de 'volgeschreven hoofden' ophangen en aan de kinderen vragen om ze zelf toe te lichten. Vervolgens kan men vragen of de anderen er ook zo over denken. Daarna kan de vraag worden gesteld wat men het beste kan doen als men zoiets denkt of voelt.

2. Vragendoos

geschikt voor: leerlingen vanaf de middenbouw van het **basisonderwijs**.

doel: leerlingen helpen met de verwerking van het gemis en verdriet.

werkvorm: de kinderen stoppen de vragen die hen bezighouden in een doos. Niemand hoeft zich te schamen omdat hij/zij een gekke vraag heeft want er is de bescherming van de anonimiteit. Tijdens een kringgesprek worden alle vragen besproken. U kunt zelf ook vragen aan de kinderen voorleggen:

1. "Wat zou je nog tegen je overleden groepsgenootje willen zeggen?"
2. "Waar denk je het meeste aan als je aan hem/haar denkt?"
3. "Wat zul je het meeste missen?"

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

- Ze bedenken wat de overleden leerling of leerkracht voor iemand was en zetten dat in enkele regels op papier.
- Ze bedenken hoe ze zich de overledene willen blijven herinneren en schrijven dat op.
- Ze maken een tekening voor de overledene of voor de ouders/familie.
- Ze maken een collage waarin ze de kenmerken van de overleden leerling of leerkracht en de herinneringen aan hem/haar verwerken.
- Ze schrijven een gedichtje voor de overledene.
- Ze verwoorden hun gevoelens in een afscheidsbrief aan de leerling of leerkracht of in een troostbrief aan de ouders.
- De werkstukken kunnen worden gebundeld in een boek en aan de ouders/familie worden gegeven. Dat boek kan een plaatsje krijgen bij de kist waarin de overledene is opgebaard.

3. "Dood eerlijk"

geschikt voor: leerlingen vanaf de middenbouw van het **basisonderwijs**.

doel: leerlingen helpen te praten over hun gedachten en gevoelens.

werkvorm: voordat het spel gespeeld kan worden, schrijft u een aantal aanvulzinnen op kaarten. De kinderen zitten in een kring en pakken om beurten een kaart van de stapel. Ze lezen de zin voor en vullen die vanuit hun eigen beleving aan. Ook de andere leerlingen krijgen de kans de zin aan te vullen.

Voorbeelden van aanvulzinnen:

- "Toen ik hoorde dat..."
- "Er is mij nooit verteld dat..."
- "Ik wou dat ik kon..."
- "Vaak vraag ik me af..."
- "Ik zou willen dat ik nooit..."
- "Ik zou nu nog tegen (naam overledene) willen zeggen..."

4. "Welke kaartjes passen bij jou?"

geschikt voor: leerlingen van de eerste jaren **voortgezet onderwijs**

doel: leerlingen helpen zich bewust te worden van de gevoelens die het overlijdensbericht bij hen oproept en de leerlingen duidelijk te maken dat er nooit sprake is van één gevoel, maar dat er zich meestal meer en vaak ook tegenstrijdige, gevoelens tegelijk aandienen.

werkwijze: neem een aantal kaartjes of een velletje papier (maximaal A-5-formaat) en schrijf op elk kaartje een van de volgende emoties. Leg die kaartjes op de grond en vraag leerlingen om de beurt twee kaartjes te pakken die het meest op hen betrekking hebben, of die het meest overeenkomen met hun stemming. Vraag ze om - kort - uit te leggen waarom ze die twee kaartjes hebben gekozen. Begin zelf. Als een leerling het moeilijk vindt om uit te leggen waarom hij/zij die kaartjes heeft gekozen, leg dan uit dat het soms heel moeilijk is om daar meer over te vertellen. Of laat blijken dat u het heel begrijpelijk vindt dat een leerling die emotie(s) heeft en waarom u zich dat kunt voorstellen.

kaartjes:

Boos	Geschrokken	Somber
Verdrietig	Verbaasd	Vreemd
Verward	Onverschillig	Onwennig
Bang	Opgelucht	Razend
Verwonderd	Teleurgesteld	Wanhopig
Moe	Verongelijkt	Angstig
Schuldig	Troosteloos	Alleen
Kwaad	Niet-schuldig	Jaloers
Verbijsterd	Gespannen	Woedend

variant: U kunt als variant ook een aantal uitspraken op kaartjes zetten die jongeren gedaan zouden kunnen hebben naar aanleiding van een sterfgeval.

Voorbeelden:

Waarom nou?	Waarom hij/zij en niet ik
Het is de schuld van ons allemaal	Het is ook mijn schuld
Ik kan het nog steeds niet geloven	Het is niet eerlijk
Ik zal hem/haar vreselijk missen."	Als het mij was overkomen..
Ik heb dit nog nooit meegemaakt."	Wie is de volgende?
Gisteren leek alles nog zo zeker	Ik weet het allemaal niet meer
Ik zal hem/haar nauwelijks missen	Ik voel me in de steek gelaten
Ik kan aan niets anders meer denken."	Ik denk steeds dat hij/zij morgen weer hier is

Aandachtspunten bij deze kringgesprekken

- Het is mogelijk dat leerlingen bij dergelijke gesprekken hun eigen emoties niet de baas kunnen, er geen grip meer op hebben en decompenseren ('flippen', 'uit de bol gaan'). Als dat gebeurt, is het van het grootste belang om direct hulp in te schakelen van de huisarts of de genoemde organisaties. Stop het gesprek, blijf bij de leerling die decompenseert en schakel een collega in om de rest van de klas op te vangen.

- Als u de indruk heeft dat een of enkele leerlingen in de klas zo labiel zijn dat de kans bestaat dat deze bij een kringgesprek decompenseren, overweeg dan wat u het beste kunt doen:
 1. Een voorgesprek met de labiele leerling(en).
 2. Een kringgesprek voeren zonder de labiele leerlingen erbij (stigmatisering!).
 3. Geen kringgesprek voeren (met als nadeel dat de rest van de klas minder goed opgevangen kan worden).
- Wees alert op allerlei ongewone signalen, op 'wilde verhalen' en 'verheerlijking' van de (zelfgekozen) dood.
- Accepteer negatieve gevoelens ten opzichte van de overledene.
- Zorg dat u uw indrukken en de signalen die u opvangt in een dergelijk kringgesprek binnen de school kan bespreken/bespreekt met bijvoorbeeld een collega, een leerlingbegeleider of een groep collega's.
- Maak zo nodig afspraken met jeugdverpleegkundige of de jeugdarts van de GGD of met de schoolmaatschappelijk werker met voor een consultatief overleg, waarbij u de door u opgevangen signalen en uw indrukken kunt bespreken.

BIJLAGE 2: ANDERE WERKVORMEN

Inleiding

Naast het voeren van kringgesprekken kunnen ook andere werkvormen worden gebruikt om leerlingen te helpen bij het verwerkingsproces. De keuze zal afhangen van de omstandigheden, de leeftijd van de leerlingen en hun relatie met de overledene. De ene werkvorm is meer geschikt voor het basisonderwijs, de ander meer voor het voortgezet onderwijs. Hieronder worden enkele werkvormen genoemd. U kunt ook gebruik maken van de Verdrietkoffers van de GGD.

Spel

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

Tekenen/knutselen

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

De laatste boodschap op een kaartje

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

Kaarten maken

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

(Voor)lezen

Het voorlezen of zelf lezen van een verhaal of (prenten)boek levert een belangrijke bijdrage aan het verwerkingsproces (voor titels zie bijlage 4). Kinderen voelen zich gesteund door de gevoelens van de hoofdpersoon.

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

Stel vervolgens de volgende vragen:

- Vond je het een mooi boek?
- Werd je er verdrietig van?
- Wat raakte je?
- Wie huilt er wel eens bij een verhaal, liedje, boek of film?
- Hoe vind je het als je geraakt wordt door een verhaal, liedje, boek of film? Wat doe je dan?

Poëzie

Ook het werken met poëzie helpt leerlingen het verdriet te verwerken. Vraag de kinderen wat de gedichtjes voor hen betekenen, worden ze erdoor geraakt? Vervolgens kunnen de kinderen zelf een gedichtje schrijven voor de overledene of diens ouders/familie.

En verder...

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

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

Aandachtspunten bij deze werkvormen

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

BIJLAGE 3: VERDRIETKOFFERS EN ANDER LESMATERIAAL

Verdrietkoffers

De 'verdrietkoffers' zijn themakoffers rond het onderwerp verdriet en rouwverwerking van de Stichting 'In de wolken'.

De verdrietkoffer is samengesteld om te gebruiken wanneer er sprake is van een overlijden. Dit kan een leerling betreffen of iemand van het personeel maar ook een overlijden in de thuissituatie van een van de leerlingen. De koffer is dus niet samengesteld als themakoffer om doodgaan, begraven en cremeren te behandelen als onderwerp.

De koffers bevatten concrete achtergrondinformatie, handvatten en tal van (les)suggesties om:

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

Materialen basisonderwijs

- Boeken met achtergrondinformatie voor de leerkracht.
- Boeken voor leerlingen: prentenboeken voor de allerjongsten en jeugdliteratuur voor de bovenbouw.
- Brochures met achtergrondinformatie.
- Muzieksuggesties.
- Handpop schildpad.
- Fotospel om te werken met kinderen en gevoelens.
- Mandala.

Er zijn verdrietkoffers voor de onder- en bovenbouw van het basisonderwijs en voor het voortgezet onderwijs.

Uitleen

De verdrietkoffers en de andere materialen zijn te leen bij het Secretariaat JGZ van GGD Gelderland-Zuid. Hieraan zijn geen kosten verbonden.

BIJLAGE 4: PODCAST en LITERATUUR

In de Podcast 'de Verliescirkel' kun je luisteren naar gesprekken en interviews over verlies op vele gebieden in het leven. De Podcastverhalen zijn te vinden op [YouTube](#).

Op de volgende websites zijn actuele boeken te vinden:

www.in-de-wolken.nl

In de wolken richt zich op verliessituaties die ontstaan door het overlijden van een belangrijke ander of door echtscheiding. Er worden brochures, boeken en andere materialen ontwikkeld voor rouwenden en kinderen in echtscheidingssituaties.

www.stichtingjongehelden.nl

De Stichting Jonge Helden biedt laagdrempelig preventieve begeleiding en ondersteuning aan kinderen en jongeren die met rouw of verlies te maken hebben.

BIJLAGE 5: INSTANTIES EN WEBSITES

In dit hoofdstuk vindt u een aantal instanties die hulp kunnen bieden als er onverwacht een leerling of leerkracht overlijdt. Bij elke instelling staat kort beschreven welke hulp men kan bieden. Daarnaast zijn een aantal websites opgenomen waarop een veelheid aan informatie te vinden is.

A. Instanties

GGD Gelderland-Zuid

De GGD heeft via haar medewerkers een directe relatie met de scholen. Wanneer een school ondersteuning wenst kan de jeugdverpleegkundige of jeugdarts van de GGD hiervoor worden ingeschakeld.

Bij overlijden door een ongeval of misdrijf is de gemeentelijk lijkschouwer, een forensische arts van de GGD, als een van de eersten op de hoogte van het overlijden. Hij/zij zal zijn/haar collega die als jeugdverpleegkundige of jeugdarts bij de school werkzaam is op de hoogte stellen. In geval van overlijden als gevolg van een infectieziekte wordt de afdeling Infectieziekten ingeschakeld.

Bij het secretariaat JGZ van GGD Gelderland-Zuid kunt u verdrietkoffers lenen. Hierin vindt u achtergrondinformatie en aandachtspunten ten aanzien van het verwerkingsproces, lessuggesties en een literatuurlijst.

Locatie Tiel:

Telefoon (088) 144 73 00

Locatie Nijmegen:

Telefoon (088) 144 71 44

www.ggd gelderlandzuid.nl

Santé Partners Rivierenland / STMR

Siependaallaan 1

4003 LE Tiel

Telefoon 0900-8433

www.stmr.nl

Stichting Thuiszorg Midden-Gelderland

Burg. Matsersingel 200

6843 NZ Arnhem

Telefoon (026) 376 22 22

www.stmg.nl

Huisarts

De eigen huisarts kan een belangrijke rol spelen in de ondersteuning van kinderen en hun ouders.

Stichting 'Achter de Regenboog'

Stichting 'Achter de Regenboog' ondersteunt kinderen en jongeren bij het verwerken van het overlijden van een dierbare waardoor deze gebeurtenis geen belemmering zal zijn om een gezond en volwassen bestaan op te bouwen.

Kaaphoordreef 38
3563 AV Utrecht
Informatie- en advieslijn: (0900) 233 41 41
www.achterderegenboog.nl

In de Wolken

In de Wolken is een publicatiebureau dat zich speciaal richt op kinderen en jongeren die te maken hebben met verlies en dood. In de Wolken voorziet in de behoefte aan informatie via lezingen, publicaties en verdrietkoffers.

Spoorlaan 9c
5591 HT Heeze
Telefoon (040) 22 60 450
www.in-de-wolken.nl

Eerstelijnssteam in de gemeente

Elke gemeente heeft een eerstelijnssteam. Hiervoor zijn verschillende namen in omloop, bv. wijkteam, gebiedsteam, sociaal wijkteam, kernpunt. Voor de diensten van het eerstelijnssteam is geen verwijzing van een arts nodig. Iedereen met vragen kan contact leggen.

Pro Persona

Hulp van de Geestelijke Gezondheids Zorg (GGZ) kan worden ingeschakeld wanneer een (plotseling) sterfgeval aanleiding geeft tot psychische problemen. Signalen die wijzen op een (ernstige) verstoring van het psychisch evenwicht zijn: gedragsproblemen, regressieverschijnselen (bijvoorbeeld weer in bed plassen), leer- en concentratieproblemen, spijbelen of depressies.

Siependaallaan 3
4003 LE Tiel
Telefoon (0344) 65 61 11
www.propersona.nl

Indigo

Indigo is een landelijk samenwerkingsverband van verschillende GGZ-instellingen. Het aanbod bestaat uit o.a. kortdurende hulpverlening en preventieactiviteiten in de vorm van informatiebijeenkomsten en cursussen. Direct en als het kan dichtbij. Voor deelname is een verwijzing van een (huis)arts noodzakelijk.

Siependaallaan 3
4003 LE Tiel
Telefoon (0344) 65 67 71
www.indigo.nl

Slachtofferhulp Nederland, Regio Oost

Slachtofferhulp kan helpen bij schokkende gebeurtenissen zoals een ongeval of misdrijf. Medewerkers van Slachtofferhulp kunnen snel ter plekke zijn en de eerste opvang bieden. De opvang kan variëren van het voeren van gesprekken tot het regelen van praktische zaken. Vervolggesprekken zijn mogelijk.

St. Annastraat 172
6524 GT Nijmegen
Telefoon 0900 0101
www.slachtofferhulp.nl

Marant, Educatieve diensten

Marant, Educatieve diensten biedt ook begeleiding bij ernstig zieke kinderen. Daarnaast biedt Marant ondersteuning bij rouwbegeleiding en als u algemene aandacht wilt besteden aan het thema dood en rouw in het basisonderwijs.

Nieuwe Aamsestraat 84a
6662 NK ELST
Telefoon (0481) 43 93 00
www.marant.nl
[leskist rouw en verlies](#)

KPC groep

KPC groep verzorgt onder andere trainingen voor mentoren, leerlingbegeleiders, docenten en jeugdhulpverleners over rouw en verdriet bij kinderen.

Bezoekadres: Kooikersweg 2
Postadres: postbus 482, 5201 AL 's-Hertogenbosch
Tel: (073) 6247 247
Fax: (073) 6247 294
www.kpcgroep.nl

Landelijk Steunpunt Rouw

De stichting is een centraal punt waar iedereen terecht kan voor informatie, publicaties en voorlichting over rouw. Ook kan op verzoek worden doorverwezen naar diverse vormen van rouwzorg.

Barchman Wuytierslaan 89
3819 AB Amersfoort
Telefoon (033) 461 68 86
info@landelijksteunpuntrouw.nl
www.steunbijverlies.nl

Vereniging Ouders van een overleden kind

Bij de zelfhulporganisatie 'Ouders van een overleden kind' kunnen diverse brochures en literatuurlijsten worden besteld.

Landelijke Zelfhulporganisatie 'Ouders van het overleden kind'
Postadres: postbus 418, 1400 AK Bussum
www.oudersoverledenkind.nl

Vereniging Ouders, Kinderen en Kanker (VOKK)

De Vereniging Ouders, Kinderen en Kanker www.vokk.nl is een belangenvereniging van en voor gezinnen met een kind met kanker. Zij hebben een facebookpagina.

Als een kind kanker heeft, brengt dat angst en onzekerheid met zich mee voor het hele gezin. Niet alleen tijdens de behandeling, maar ook daarna. En als een kind overlijdt, grijpt dat diep in op het leven van ouders, broers en zussen. Dan is het fijn om steun en informatie te krijgen en ervaringen met anderen te delen. Daarvoor is de VOKK opgericht. De VOKK werkt aan betere zorg, nazorg en begeleiding voor kinderen en hun gezin in alle fasen.

Politie

Voor het opsporen en eventueel informeren van familieleden van de overledene kan de politie worden ingeschakeld. Wanneer de plotselinge dood het gevolg is van een ongeval of van een misdrijf moet de politie vanzelfsprekend worden ingeschakeld.

Telefoonnummer: 0900 88 44

Alarmnummer: 112

B. Websites

Rouwverwerking op de basisschool

Op de website Rouwkost vindt u ondermeer een stappenplan, lessuggesties en ervaringen rond het thema rouwverwerking op de basisschool.

www.heermans.demon.nl

Stichting jonge helden

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

www.stichtingjongehelden.nl

Stichting 'In de wolken'

In de Wolken is gespecialiseerd in informatie en advisering op het terrein van [kinderen](#) en [jongeren](#) die te maken hebben met een verlies door de dood. www.in-de-wolken.nl

Rouwhulp van Ambulatorium Universiteit van Utrecht

Het Programma RouwHulp is een vroegtijdige, preventieve behandeling voor kinderen en jongeren in rouw. Op de website staat meer informatie over het programma, waar het wordt aangeboden en hoe kinderen aangemeld kunnen worden.

www.rouwhulp.nl

Yarden

Yarden is specialist in dienstverlening rondom het levenseinde en biedt producten en diensten aan zoals voorlichtingsmaterialen voor scholen en bijeenkomsten voor rouwenden.

www.yarden.nl

Suicide

Zelfdoding, niet meer willen leven of suicide. Hoe je het ook noemt, bij 113Online kun je hierover praten. Anoniem, vrij en open. Via de telefoon, e-mail of chat. Je kunt 24 uur per dag vertellen over je angst, depressiviteit en gepieker. Ook kun je praten met lotgenoten op het forum. 113Online is er ook voor naasten en nabestaanden.

www.113online.nl

Jouw GGD

Op dit platform kunnen jongeren van 12 - 23 jaar anoniem chatten en informatie opzoeken. Denk aan onderwerpen die met rouw en verlies te maken hebben, bv. Zelfdoding, ongeneeslijk ziek, overlijden van gezins- of familieleden.

Website: www.jouwggd.nl (zoekterm: 'dood')

Kindertelefoon

De kindertelefoon is bedoeld voor kinderen en jongeren tot 18 jaar die behoefte hebben aan een gesprek over welk onderwerp dan ook. Tel : 0800 - 0432 (van 11.00 - 21.00 uur) Dit gesprek kan ook anoniem. Website: www.kindertelefoon.nl

BIJLAGE 6: BRIEVEN EN FORMULIEREN

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

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

Standaard formulieren

Vaak is het moeilijk om steeds weer 'het verhaal' over een plotseling overlijden te vertellen. Om zeker te zijn van de juiste informatie legt u die vast op het *casus-formulier*.

Op het *sleuteltrio-formulier* wordt vastgelegd wie de aanspreekbare personen zijn in een geval van een plotselinge dood.

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

Het is wenselijk dat de school een eigen draaiboek maakt 'voor het geval dat' en daarbij deze formulieren aan de eigen inzichten en behoefte aanpast.

Voorbeelden van brieven en communiqués

Om te zorgen dat iedereen voldoende geïnformeerd is, kan gebruik worden gemaakt van communiqués en brieven voor leerlingen, ouders en personeel. Ze kunnen op prikboarden worden opgehangen, ter plaatse uitgedeeld of per post worden verspreid.

Enkele voorbeelden worden gegeven, maar ieder geval is anders en iedere school heeft natuurlijk zijn eigen cultuur en toon.

De voorbeelden geven een indruk van de soort informatie die gegeven moet worden.

Als u een keer te maken heeft gehad met een overlijden, dan kunt u de door u gebruikte brieven en communiqués en dergelijke bewaren in het draaiboek, voor als deze in de toekomst onverhoopt nog eens nodig zijn.

VOORBEELD VAN EEN CASUS-FORMULIER

Overleden is op (datum invullen):

Contactpersoon familie:

Adres:

Telefoon:

Door de familie wordt wel/geen prijs gesteld op blijken van medeleven.

De contactpersoon school:

De overledene was leerling van groep:

De beste relaties binnen school: groep ..

..... groep ..

..... groep ..

Familieleden op school: groep ..

..... groep ..

Het overlijden is het gevolg van:

.....

Waren er anderen bij? Zo ja, wie (van school):

.....

Verdere bijzonderheden mogen wel/niet bekend worden gemaakt:

.....

De begrafenis/crematie wordt verzorgd door:

Telefoon:

De begrafenis/crematie vindt plaats op:

datum, te

tijd:

Met de familie is het volgende afgesproken:

- bloemen ja/nee bijzonderheden:

- toespraak ja/nee - wie:

- advertentie ja/nee
- aantal aanwezigen namens de school:
- leerlingen met/zonder ouders

VOORBEELD VAN EEN FORMULIER VOOR HET CRISISTEAM

Schooljaar/. . . .

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

1. Namens de directie:

Dhr/mw:
adres:
telefoon:
e-mail:

Plaatsvervanger:

Dhr/mw
adres:
telefoon:
e-mail:

2. Namens de ouders (basisonderwijs) of de leerlingbegeleiding (v.o.):

Dhr/mw:
adres:
telefoon:
e-mail:

Plaatsvervanger:

Dhr/mw:
adres:
telefoon:
e-mail:

3. De leerkracht van de groep van de overledene

Dhr/mw:
adres:
telefoon:
e-mail:

Opmerking: het is aan te bevelen de onder 1 en 2 aangeduide personen aan het begin van elk schooljaar in te vullen.

VOORBEELD VAN EEN COMMUNIQUÉ (BASISONDERWIJS)

Geachte ouders/verzorgers,

Gisteren is er na schooltijd een ernstig ongeluk gebeurd dat het leven heeft gekost aan, leerling uit groep . . . van onze school. Wij zijn hierdoor erg geschokt en verdrietig. Alle kinderen zijn in een klassengesprek op de hoogte gesteld.

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

Namens de ouders verzoek ik u hen nu niet thuis te bellen. Hoe begrijpelijk uw medeleven ook is, dergelijke telefoontjes vormen thans een te zware belasting. U kunt wel de school bellen. Mevrouw/meneer onderhoudt het contact met de familie en zal ons verder op de hoogte houden.

Als er meer bekend is over hoe wij afscheid kunnen nemen van, dan berichten wij u hierover.

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

Met vriendelijke groet,
.....

VOORBEELD VAN EEN COMMUNIQUÉ

Aan de ouders/verzorgers van de leerlingen van

Datum

Beste ouders/ verzorgers,

Vanmorgen ontvingen wij het trieste bericht van het overlijden van X, een jaargenoot van uw zoon/dochter.

Als school willen wij er alles aan doen om uw zoon of dochter zo goed mogelijk te begeleiden bij het verwerken van dit tragische bericht. Op school hebben we de leerlingen opgevangen en waar nodig steun geboden.

Desondanks is er wellicht meer of intensievere begeleiding nodig. Als gevolg van deze ingrijpende gebeurtenis kunnen er veranderingen in het gedrag van uw zoon/dochter ontstaan. Dat is heel normaal na een dergelijk gebeurtenis.

Schroomt u niet om bij vragen hierover contact op te nemen met de afdelingsleider van de afdeling, waartoe uw zoon/dochter behoort. Hij kan zorgen voor een afspraak met de

jeugdverpleegkundige,, de jeugdarts of de schoolmaatschappelijk werker.....

Uiteraard kunt u ook zelf uw eigen huisarts of een hulpverlenende instantie inschakelen, indien u dit nodig acht.

Met vriendelijke groet,
.....

VOORBEELD VAN EEN COMMUNIQUÉ (VOORTGEZET ONDERWIJS)

Geachte ouders/verzorgers,

In het afgelopen weekeinde is bij een ongeval , leerling van klas . . . om het leven gekomen. Wij zijn hierdoor diep geschokt en verdrietig.

Met de klas wordt uitgebreid stilgestaan bij het verlies. Wij zullen in de komende tijd ook aandacht besteden aan de verwerking van dit verlies.

Wij hopen dat u thuis uw zoon of dochter ook goed kunt opvangen als er behoefte is om verder te praten over deze gebeurtenis. Ten behoeve hiervan vindt u achter deze brief enige informatie.

Zodra er meer bekend is over de begrafenis/crematie, dan berichten wij u hierover.

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

Met vriendelijke groet,
.....

VOORBEELD VAN EEN BRIEF AAN DE OUDERS (BASISONDERWIJS)

Geachte ouders/verzorgers,

De plechtigheid voor de begrafenis van zal plaatsvinden in de aula van de Algemene Begraafplaats (naam en adres), op om uur.

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

De school wordt vertegenwoordigd door twee personeelsleden en enkele leden van de ouderraad.

Na contact met de familie kan ik u medelen, dat ouders die met hun kind(eren) afscheid willen nemen van hierbij ook uitgenodigd zijn. Het zal duidelijk zijn dat u

een dergelijke beslissing zelf moet nemen, daar u het beste weet wat een dergelijke plechtigheid kan losmaken bij uw kind.

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

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

Namens het team en ouderraad,
.....

VOORBEELD VAN EEN BRIEF AAN DE OUDERS (VOORTGEZET ONDERWIJS)

Geachte ouders,

De plechtigheid voor de crematie van , zal plaatsvinden in de aula van het crematorium (naam en adres), te , op omuur.

Na de rouwplechtigheid is er gelegenheid tot condoleren in de condoleancekamer.

De leerlingen van klas . . . en alle anderen die zich betrokken voelen, gaan gezamenlijk naar het crematorium.

De school wordt vertegenwoordigd door mevrouw en de heer

Na de plechtigheid worden de leerlingen op school terugverwacht. Het rooster is dan aangepast, zodat er met de klas aandacht besteed kan worden aan wat er is gebeurd.

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

Namens de schoolleiding,
.....

VOORBEELD VAN EEN ROUWADVERTENTIE

XXXdag bereikte ons het droevige bericht van het overlijden van één van de ouders van onze school:

xxx xxx

Alle kinderen en het team willen XXX, XXX en XXX laten weten dat wij samen met hen verdrietig zijn en dat we er altijd voor hen zullen zijn.

Leerlingen en schoolteam school XXX, plaatsnaam XXX.

VOORBEELD VAN BEGELEIDENDE INFORMATIE AAN DE OUDERS: ALS HET KIND EEN SCHOKKENDE GEBEURTENIS HEEFT MEEGEMAAKT

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

Hoe zien kinderen de dood?

Hoe kinderen de dood zien hangt af van hun leeftijd.

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

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

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

Praten met kinderen over de dood en de overledene

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

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

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

Geef eerlijk antwoord op vragen van uw kind. Als u dingen niet vertelt, gaat uw kind er zelf over fantaseren. Dat is vaak erger dan de harde waarheid.

U hoeft niet op alle vragen een antwoord te hebben. Ook volwassenen weten niet alles en vinden het soms lastig om over bepaalde dingen te praten. Uw kind mag dit best merken, u mag best zeggen 'Ik weet het niet, maar ik denk ...'.

De verwerking

Kinderen verwerken een plotselinge dood ongeveer op dezelfde manier als volwassenen. Maar kinderen zijn nog niet volwassen en hebben uw steun daarom hard nodig.

Veel kinderen spelen de gebeurtenis na; ze zijn druk bezig met poppen, auto's en verkleedkleden. Dit is een goede manier om het sterfgeval te verwerken.

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

Let op uw kind als het kijkt naar bepaalde tv-beelden en foto's in de krant. Hoe reageert uw kind hierop? Sommige beelden kunnen de nare ervaring erger maken. Bijvoorbeeld: een vreselijke foto van een ongeluk met een vliegtuig of tv-opnames van een oorlog. Vlak na een vreselijke gebeurtenis is het niet goed dat een kind veel van deze beelden ziet.

Laat uw kind vlak na een vreselijke gebeurtenis niet te lang alleen, maar geef het wel de ruimte om zich zo nu en dan even terug te trekken. Laat uw kind weten dat u in de buurt bent en blijft.

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

Wat zijn normale reacties van kinderen op een sterfgeval?

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

Normale reacties op een sterfgeval zijn:

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

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

Wat hoorde het, zag het en rook het? Wat dacht en voelde het? En wat deden of zeiden anderen?

Het belangrijkste voor alle kinderen is dat ouders tijd voor hen nemen. Tijd om te praten en tijd om samen iets te gaan doen.

Soms merken ouders niet dat hun kind bezig is met wat er gebeurd is. Een kind droomt er bijvoorbeeld over maar vertelt dit niet. Het gebeurt bijna nooit dat een (plotselinge) dood geen indruk maakt. Blijf daarom goed kijken en luisteren naar uw kind.

Sta uw kind tijdelijk toe dat het zich anders gedraagt. Bijvoorbeeld: woest spelen en af en toe niet luisteren. Maak daarover een tijdje geen ruzie.

Hulp

Het kan zijn dat u zelf zo geschrokken bent dat u uw kind niet goed kunt helpen. Zoek dan hulp voor uzelf en zorg ook dat uw kind zijn of haar verhaal ergens kwijt kan.

Zoek hulp voor uw kind als u zich zorgen blijft maken. Aarzel dan niet om contact op te nemen met:

- uw huisarts;
- de jeugdarts of jeugdverpleegkundige van de GGD, telefoon (088) 144 73 30 voor Regio Rivierenland of (088) 144 71 11 voor Regio Nijmegen.

VOORBEELDAFSPRAKEN OP SCHOOLNIVEAU N.A.V. OVERLIJDEN VAN EEN OUDER VAN SCHOOL

Afhankelijk van het feit of de kinderen van de overleden ouder al lang op school zijn, en/of afhankelijk van de bekendheid van de ouder onder andere kinderen, wordt per geval beslist of en hoe we alle leerlingen op school inlichten over het overlijden en de manier waarop.

Kinderen van wie een ouder op een ander tijdstip reeds overleden is, worden door alle leerkrachten extra goed in de gaten gehouden en begeleid.

Bij zelfdoding wordt het volgende uitgelegd aan de groepen waarbij kinderen van de overleden ouder in de klas zitten:

- De ouder hield heel veel van zijn kinderen, hij/zij vond het leven moeilijk en was een beetje ziek in zijn/haar hoofd waardoor het niet goed ging met hem/haar
- Als er gevraagd wordt hoe het gebeurd is kan je aangeven dat we dat niet precies weten.
- Alle oudste kinderen krijgen om 11.45 uur een brief mee naar huis, de kinderen die overblijven krijgen de brief om 15.15 uur mee.
- Als kinderen uit andere groepen met het verhaal komen wordt er uiteraard ook aandacht aan besteed.
- De kinderen van de groepen waarin de kinderen van de overleden ouder zitten krijgen de gelegenheid om iets te tekenen, schrijven of een gedichtje te maken waar wij een troostboekje van kunnen maken voor de betreffende kinderen.
- Mocht er in andere groepen de wens naar voren komen om dit ook te doen, dan mag dat natuurlijk.
- Probeer de rest van de dag zo gewoon mogelijk te laten verlopen en sluit eventueel de ochtend af met een gezellige les.
- Door de directie zal, indien zij dit nodig achten, alles in het werk stellen om professionele hulp te krijgen op de ochtend na het ongeval.
- De directie zal jullie op de hoogte stellen over welke leerkrachten eventueel 'vrij' zijn om een groep of een kind op te vangen indien nodig

Bij overlijden door een ongeval of ziekte worden de kinderen van de klas waarin de kinderen van de overleden ouder zitten op de hoogte gebracht. Verder gelden ook hier de volgende regels:

- De kinderen die in de groep zitten van het kind waarvan de ouder overleden is worden op de hoogte gebracht.
- Als kinderen uit andere groepen met het verhaal komen wordt er uiteraard ook aandacht aan besteed.
- De kinderen van de groepen waarin de kinderen van de overleden ouder zitten krijgen de gelegenheid om iets te tekenen, schrijven of een gedichtje te maken waar wij een troostboekje van kunnen maken voor de betreffende kinderen.
- Mocht er in andere groepen de wens naar voren komen om dit ook te doen, dan mag dat natuurlijk.
- Probeer de rest van de dag zo gewoon mogelijk te laten verlopen en sluit eventueel de ochtend af met een gezellige les.
- De directie zal jullie op de hoogte stellen over welke leerkrachten eventueel 'vrij' zijn om een groep of een kind op te vangen indien nodig.

De directie en, indien mogelijk, de leerkrachten van de groep(en) waar het kind van de overleden ouder zit zullen de begrafenis of crematie bijwonen.