

Stappenplan VO 'Als de dood in school komt'

Wat te doen als een leerling of een personeelslid overlijdt?

Stappenplan voor het voortgezet onderwijs in de provincie Drenthe

Colofon

Dit stappenplan mag voor gebruik binnen scholen gereproduceerd worden. Hiervoor is vooraf geen toestemming van GGD Drenthe nodig.

U kunt deze uitgave bestellen bij:

GGD Drenthe
Mien Ruysweg 1
9408 KA Assen
0592 306 300
info@ggddrenthe.nl

De handreiking is ook te downloaden van www.ggddrenthe.nl.

Voorwoord

Een sterfgeval komt binnen een school gelukkig niet zo vaak voor. Maar als het zich voordoet, dan is het een gebeurtenis die de hele schoolgemeenschap raakt. In zo'n verwarrende en emotionele periode moet de school tactvol, snel en weloverwogen reageren.

Voor u ligt het stappenplan 'Als de dood in school komt'. Wij hopen dat dit stappenplan uw school houvast biedt in de - mogelijk - verwarde situatie die zich voordoet wanneer een leerling, leerkracht of ander personeelslid (plotseling) overlijdt.

Dit stappenplan is gericht op de voortgezet onderwijsscholen in de provincie Drenthe. Stappenplannen gericht op het basisonderwijs kunt u vinden op www.ggddrenthe.nl.

Dit stappenplan is niet bedoeld ter vervanging van directe contacten met hulpverlenende jeugdarts of jeugdverpleegkundige van de GGD, de contactpersoon van het sociaalteam/van de gemeente en PSHI. Dit stappenplan kunt u als aanvullende informatie gebruiken bij het eigen schoolprotocol. In bijlage 1 is een beknopte versie van dit stappenplan weergegeven.

Bij het samenstellen van dit stappenplan is gebruik gemaakt van de Handreiking 'Als de dood ingrijpt.....' van GGD Hollands Midden, 'Dood op of rond de school' van GGD Regio Utrecht en 'Als een ramp de school treft' van de KPC Groep.

Inhoud

Voorwoord

1. Inleiding
2. Stappenplan
3. Zelfdoding/moord
4. Omgaan met de pers
5. Achtergrondinformatie
6. Slecht nieuwsgesprek
7. Het informeren van leerlingen
8. Het afscheid, de uitvaart
9. Het rouwproces
10. Verschillende culturen en religies
11. Suggesties voor kringgesprekken en andere werkvormen
12. Verdrietkoffer
13. Literatuur
14. Hulpverleningsinstanties en websites

Bijlagen

1. Inleiding

'Als de dood in school komt' worden leerlingen, leerkrachten en ondersteunend personeel op harde wijze geconfronteerd met de eindigheid van het leven. Het maakt daarbij nauwelijks verschil of dit overlijden onverwachts gebeurt of dat men het heeft zien aankomen.

Op zo'n moment worden er inspanningen van schoolleiders en leerkrachten verwacht die zo totaal anders zijn dan hun dagelijkse werk. Het is dan goed om zo mogelijk voorbereid te zijn. Een stappenplan klaar te hebben liggen. In een crisissituatie luistert de manier van handelen namelijk zeer nauw. Op het moment dat gevoelens van verslagenheid en machteloosheid overheersen, moeten schoolleiding en –medewerkers handelen. Niemand houdt ervan om zich voor te bereiden op dergelijke situaties. Maar de school draagt wel de verantwoordelijkheid voor het welzijn van leerlingen en leerkrachten. De voorbereiding op zo'n ingrijpende gebeurtenis, is een onderdeel van die verantwoordelijkheid.

Het verlies kan hiermee niet worden voorkomen, maar de manier waarop de school reageert is wel bepalend voor de reactie, de verwerking en het herstel van het gewone leven.

In de praktijk komt het zelden voor dat een leerling of een leerkracht of iemand anders uit de schoolgemeenschap (plotseling) overlijdt. School kan daardoor 'gelukkig' niet gemakkelijk een 'routine' opbouwen in het omgaan met dergelijke situaties. Dit stappenplan biedt handvatten om in deze situaties toch adequaat te kunnen reageren.

Dit stappenplan is bestemd voor de directie en personeelsleden van een school voor voortgezet onderwijs. In dit document vindt u een stappenplan waarin we de nodige acties en aandachtspunten in geval van een (plotseling) overlijden voor u op een rij zetten. In hoofdstuk 3 wordt een aantal onderwerpen verder uitgewerkt. In hoofdstuk 4 vindt u suggesties voor activiteiten in de klas. Hoofdstuk 5 bevat een literatuurverwijzing van boeken voor volwassenen en kinderen. In hoofdstuk 6 zijn adressen opgenomen van belangrijke instellingen. En tot slot vindt u in de bijlagen diverse formulieren, voorbeeldbrieven en informatie voor ouders.

Vanuit GGD Drenthe is er voor gekozen om meerdere stappenplannen te schrijven voor de verschillende onderwijsinstellingen. Zie voor meer informatie hierover www.ggddrenthe.nl. Afhankelijk van het kind of personeelslid dat is overleden, de manier waarop, de plaats die hij/zij innam binnen de school en de relatie die tot de overledene bestond, kan het gehele stappenplan of delen ervan worden gevolgd. Dit document geeft een richtlijn, u kunt hier uw eigen invulling aan geven, specifiek voor de betreffende situatie.

De handreiking is vooral gericht op de situatie waarin een leerling of medewerker van school overlijdt. Leerlingen kunnen echter ook op andere manieren te maken krijgen met verlies. Denk aan het overlijden van een ouder, broer of zus, opa of oma of vriend(in). Ook deze situaties kunnen voor een leerkracht aanleiding zijn om aandacht in de groep te besteden aan dood en verlies.

Juist omdat het omgaan met een overlijden geen dagelijkse praktijk is, kan het van belang zijn om iemand in te schakelen die ervaring heeft met dit soort situaties. U kunt denken aan de jeugdarts of de jeugdverpleegkundige (JGZ team) van de GGD of de contactpersoon van het Jeugd team van de gemeente. Deze mensen kunt u om raad en bijstand vragen (zie de adressenlijst).

Het JGZ team van de GGD en team Jeugd zullen met elkaar afstemmen wie welke ondersteuning het beste op uw school kan bieden. Bij een calamiteit met meerdere slachtoffers of veel maatschappelijke onrust kan ook een beroep gedaan worden op PSHI (coördinator bij maatschappelijke onrust en/of incidenten). In nauwe samenwerking en afstemming met de school kunnen verschillende instanties, zo nodig in teamverband, bekijken wie, wanneer, welke ondersteuning nodig heeft.

Voor informatie en inschakeling van het PSHI kunt u contact opnemen met GGD Drenthe.

2. Stappenplan

Als een leerling of medewerker van school overlijdt, is dat een gebeurtenis die de hele schoolgemeenschap raakt, vooral diegenen die de overledene goed kennen. In zo'n situatie moet snel, tactvol en weloverwogen worden gereageerd naar de nabestaanden, de leerlingen en het personeel.

Het slechte nieuws vertellen en het opvangen van leerlingen is een belangrijke taak. Het begeleiden van leerlingen is echter niet alleen de taak van de school. De school kan de ouders aanspreken en betrekken bij de situatie. De verantwoordelijkheid kan nooit alleen bij de school liggen. De school mag en moet zijn grenzen en wensen duidelijk aangeven aan de nabestaanden, leerlingen en personeel.

In dit hoofdstuk zijn de nodige acties en aandachtspunten in een stappenplan verwerkt. De stappen zijn zoveel mogelijk op volgorde uitgewerkt. Toch zullen sommige stappen tegelijkertijd aandacht vragen. Daarnaast is de uitvoering van dit stappenplan afhankelijk van de situatie waarin een leerling of leerkracht komt te overlijden.

In bijlage 1 vindt u een verkort overzicht van het stappenplan.

Stap 0: De leerling is terminaal ziek

Tijdens de ziekteperiode is contact met de leerling en het gezin van groot belang. Om het gezin niet te belasten met allerlei goedbedoelde, maar wellicht niet gewenste activiteiten vanuit school is het aan te bevelen om één contactpersoon vanuit de school aan te wijzen. Deze persoon fungeert als intermediair tussen gezin en school en eventueel ziekenhuis. Een van de belangrijkste taken van de contactpersoon is de betrokkenheid van school in evenwicht te houden zeker als het ziekteproces langer duurt. Spreek met de ouders af op welk moment in de lessen wordt gesproken over het naderende overlijden. En waarover mag er op sociale media gesproken worden door de leerlingen?

Stap 1: het bericht komt binnen

Een bericht van overlijden kan op verschillende manieren binnenkomen:

- via een mededeling van directbetrokkenen
- via het mondelinge circuit
- via (sociale) media
- telefonisch

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

- Als het bericht niet rechtstreeks van de ouders of directbetrokkenen, een arts of de politie komt, moet eerst worden gecontroleerd of de berichtgeving juist is. In een enkel geval is er namelijk sprake van een valse melding (misplaatste grap, overspannen toestand). De leerkracht of directie kan het bericht verifiëren bij ouders/directe familie, politie, huisarts of jeugdarts van de GGD.
- Het bericht moet zo spoedig mogelijk worden doorgegeven aan:
 - de directie of een (vooraf aan te wijzen) directielid. Is laatst genoemde afwezig, dan moet het bericht doorgegeven worden aan een (vooraf aan te wijzen) vervanger;
 - de leerkracht van de betrokken groep;
 - een vertegenwoordiger van de oudercommissie/-raad of de contact-ouder van de groep.Degene die het bericht ontvangt gaat bij de melder na of de bovenstaande personen al op de hoogte zijn gesteld. Zo niet, dan zal de ontvanger van het bericht dit zelf moeten doen.

'Zo spoedig mogelijk' betekent ook: in het weekend, tijdens de vakantie, tijdens de les of 's avonds laat.

- Bij een plotselinge dood van een leerling of leerkracht op school is het vanzelfsprekend dat de ouders/familie direct worden geïnformeerd, bij voorkeur door de directeur of de politie. Wanneer ouders niet direct bereikbaar zijn, kan hulp van de politie worden ingeroepen om hen te bereiken.

Stap 2: het kernteam samenstellen

De (plotselinge) dood van iemand uit de schoolgemeenschap vraagt om een goed gecoördineerde actie (reactie) van de school. Daarom is het aan te bevelen een zogenaamd 'kernteam' te vormen.

Afhankelijk van de situatie kan het kernteam bestaan uit:

- de directeur of diens vervanger
- de mentor of een andere docent
- eventueel anderen zoals de internbegeleider en een externe deskundige
- eventueel vertegenwoordiger van ouderraad

Het kernteam komt zo spoedig mogelijk bij elkaar, stemt de agenda's op elkaar af en zorgt ervoor de eerste week geregeld voor onderling overleg bereikbaar te zijn. Het is van belang om af te spreken wie voor wat verantwoordelijk is en welke volmachten aan wie gegeven moeten worden ten aanzien van roosterwijzigingen, opvang van leerlingen en contact met de familie van de overledene.

Het kernteam is verantwoordelijk voor het uitvoeren van de verdere stappen van het stappenplan:

- verkrijgen van duidelijkheid
- informeren van het team
- organisatorische aanpassingen
- informeren en opvangen van leerlingen
- contact met de ouders/familie van de overledene
- regelingen in verband met rouwbezoek en uitvaart
- inrichten van een herinneringsplek
- individuele begeleiding van leerlingen
- administratieve afwikkeling
- nazorg aan de betrokkenen
- terugkijken en evalueren

Van het kernteam wordt een professionele opstelling verwacht. Dit betekent dat zij duidelijk en helder sturing kunnen geven aan datgene wat aan emotionaliteit binnen de school naar boven komt. Daarom is het van belang om stil te staan bij de eigen gevoelens en gedachten tegenover de dood (eventueel de zelfgekozen dood) en de eigen betrokkenheid bij de overledene. Dit kan de keuze van de samenstelling van het kernteam bepalen.

Stap 3: directe actie van het kernteam

Het is belangrijk dat het kernteam onderstaande taken snel na ontvangst van het bericht uitvoeren.

Duidelijkheid verkrijgen

Is het beeld duidelijk en compleet? Het is aan het kernteam om in kaart te brengen:

- wie is er overleden
- wat is er precies gebeurd
- waar en hoe is het gebeurd
- wie legt contact met ouders/familie (en blijft contactpersoon naar hen toe)
- welke informatie mag wel/niet naar buiten worden gebracht in overleg met direct betrokkenen

- wie zijn de belangrijkste vrienden/vriendinnen/collega's
- zijn er naaste of andere familieleden op school (in welke groep)
- wanneer en waar is de begrafenis of crematie
- stelt de familie prijs op aanwezigheid van (een afvaardiging van) leerlingen/personeel

Het kernteam brengt zo nodig de hulpverlening op gang, gaat na of iedereen die op school zou moeten zijn er ook is. En zorgt ervoor dat leerlingen die op de plaats van het ongeval zijn naar school worden gehaald. De school vormt een centrale schakel in het omgaan met het overlijden van een leerling of personeelslid. De school vormt ook de uitvalsbasis van waaruit verwerken van emoties plaats kan vinden.

Het kernteam gaat vervolgens na wie nog meer geïnformeerd moeten worden over het overlijden. Het kernteam spreekt af wie, wie informeert, op welke wijze en in welke volgorde. Houdt schriftelijk bij wie geïnformeerd is. Leerlingen/personeelsleden die in eerste instantie niet bereikt zijn, kunnen op een later moment alsnog geïnformeerd worden. Probeer te voorkomen dat er via sociale media bijvoorbeeld al informatie verspreid wordt, voordat eenieder via de juiste weg geïnformeerd is.

- het personeel (denk ook aan hen die op dat moment niet op school zijn)
- broers en zussen, neven en nichten die op school zitten
- de klas of stamgroep van de leerling of leerkracht
- vrienden en vriendinnen in andere groepen
- ex-groepsgenoten
- overige leerlingen (denk ook aan leerlingen in de gymzaal, op excursie, schoolreis e.d.)
- ouders van groepsgenoten
- ouderraad
- schoolbestuur
- Personen en instanties verbonden aan school die mogelijk contact kunnen opnemen met de familie zoals de GGD, de schoolbegeleidingsdienst, schoolmaatschappelijk werk, een externe hulpverlener en de leerplichtambtenaar.

Stap 4 : Het informeren van de scholengemeenschap

Informeren van het team

Het is belangrijk dat elk teamlid dezelfde informatie krijgt. Roep het team van leerkrachten, ondersteunend personeel en andere medewerkers bij elkaar voor een bijeenkomst. Vertel wat er is gebeurd en hoe de school hiermee om gaat.

De informatie kan het volgende inhouden:

- wat is er precies gebeurd
- wie zijn de leden van het kernteam, welke stappen gaat de school ondernemen
- het verstrekken van achtergrondinformatie, bv over het voeren van 'slecht nieuws gesprekken', kinderen/jongeren en het besef van de dood, taken in het rouwproces
- het geven van suggesties voor kringgesprekken en werkvormen voor in de groep
- afspreken op welke manier de teamleden de komende tijd op de hoogte worden gehouden van nieuwe afspraken, mededelingen, ontwikkelingen (bv e-mail, korte bijeenkomsten, memo's)
- contactpersoon voor medewerkers (voor zn. emotionele ondersteuning).

Laat het personeel hun eigen vragen stellen, hun emoties tonen en steun zoeken bij elkaar. Ze kunnen ook gezamenlijk bespreken hoe ze het bericht aan de leerlingen zullen vertellen.

Informereren en opvangen van de leerlingen

Aandachtspunten vooraf:

- de docenten/mentoren zullen het slechte nieuws aan hun klas moeten vertellen. Voor de één is dit gemakkelijker dan voor de ander. Zorg er daarom voor dat één van de docenten ambulant is en - zo nodig - kan bijspringen. Dit kan bijvoorbeeld een duo-docent zijn. Zo'n docent kan niet alleen een collega ondersteunen, maar ook zorg besteden aan leerlingen die extra aandacht nodig hebben. Het is ook mogelijk dat de directeur het slechte nieuws vertelt en dat de docent erbij is voor de opvang van leerlingen.
- Degene die het slecht nieuws vertelt dient zich te realiseren dat dit slechte bericht andere ervaringen kan reactiveren.

Informeer de getroffen klas waarin het overlijden heeft plaatsgevonden direct.. De goep kan dan alvast met elkaar nadenken over het eventueel inrichten van een gedenkplekje binnen school of een andere vorm van rouwverwerking, rituelen en symbolen. Denk ook aan het informeren van leerlingen die absent zijn.

Het kernteam stelt een officiële mededeling op voor het personeel en de overige leerlingen. Het kernteam maakt afspraken of en, zo ja, welke ouders van de leerlingen geïnformeerd moeten worden en hoe dit moet gebeuren.

Met name de getroffen klas blijft zoveel mogelijk onder de hoede van de docent/mentor. Het is van belang om de opvang zoveel mogelijk in de groep te houden. Toch kan er wel een ruimte worden ingericht waar leerlingen terecht kunnen die op zichzelf willen zijn of erg overstuur zijn. Het is goed als in deze ruimte ook iemand van school aanwezig is. Zorg voor iets te drinken en/of te eten.

Mogelijk hebben sommige leerlingen er behoefte aan zich lichamelijk uit te leven, bijvoorbeeld met een bal in de gymzaal of op het schoolplein; dit kan bevrijdend werken. Geef ze hiervoor de mogelijkheid.

Als leerlingen persé naar huis willen, moet worden nagegaan of de ouders thuis zijn, op de hoogte zijn en hun kind kunnen ophalen. Zijn ouders wel thuis, maar kunnen ze hun kind niet ophalen, zorg er dan als school voor dat het kind onder begeleiding van een docent/vriend(in)/ broer/zus naar huis gaat. Of maak hier duidelijke afspraken over. Indien ouders niet thuis zijn, dan zorgt de school voor de nodige opvang van leerlingen.

Komt de melding van een sterfgeval in de vakantie of aan het begin van een weekend? Beoordeel dan of de directe vriendenkring onmiddellijk en persoonlijk moet worden geïnformeerd en zo ja, door wie dit moet gebeuren.

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

Het is het beste om nog dezelfde dag contact op te nemen met de ouders/familie van de overledene; vraag telefonisch of het gelegen komt.

Zo'n contact is moeilijk: hoe kies je de juiste woorden, hoe tref je de juiste toon? Meestal is luisteren belangrijker dan spreken. Zo nodig kunnen politie, huisarts, jeugdverpleegkundige of jeugdarts van de GGD of Slachtofferhulp hierbij ondersteuning bieden.

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

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

Bij een tweede bezoek kan gevraagd worden wat de school voor de ouders/familie kan betekenen. Op dat moment is het bovendien duidelijker wat de ideeën en wensen van de leerlingen, leerkrachten en andere betrokkenen zijn. In overleg met de ouders/familie wordt helder wat kan of niet kan. Ook kunnen er afspraken worden gemaakt over bijvoorbeeld een mogelijke rouwadvertentie door de school, (condolérance)bezoek van leerkrachten en leerlingen, bijdragen aan en bijwonen van de uitvaart en een eventuele afscheidsbijeenkomst op school. Belangrijk om in gedachten te houden is of er sprake is van cultuurverschillen en daardoor een andere manier van omgaan met de dood.

Spreek af en laat nabestaanden weten wie er vanuit de school contact met hun onderhoudt en blijft onderhouden. Deze contactpersoon is spreekbuis van de ouders, docenten en leerlingen.

Stap 6: Informeren van de ouders van leerlingen

De ouders van alle leerlingen moeten worden geïnformeerd (eventueel alleen de ouders van de getroffen klas). Dit kan het beste door middel van een brief/ e-mail met daarin informatie over:

- de gebeurtenis
- organisatorische aanpassingen
- de zorg voor de leerlingen op school
- contactpersonen op school, regels over aanwezigheid
- rouwbezoek en mogelijke aanwezigheid bij de uitvaart
- eventuele afscheidsbijeenkomst op school
- nazorg voor de leerlingen

In de bijlagen is een aantal voorbeeldbrieven opgenomen en tips voor ouders om hun kind(eren) te begeleiden bij het (plotselinge) sterfgeval. Meestal wordt er in de eerste brief met name aandacht besteed aan het overlijden. In latere brieven komen meer organisatorische zaken aan de orde.

Stap 7: Regelen van organisatorische aanpassingen

Bij een sterfgeval tijdens het schooljaar zal het rooster in mindere of meerdere mate moeten worden aangepast. Dit is afhankelijk van de omstandigheden en de plaats die de overledene in de schoolgemeenschap heeft ingenomen.

Het kernteam geeft richtlijnen m.b.t. toetsen, proefwerken, school-evenementen, e.d.

Indien de familie daar prijs op stelt, moet iedereen die er zich nauw bij betrokken voelt en die dat wenst in de gelegenheid worden gesteld de begrafenis of crematie bij te wonen.

Als de school een dag of dagdeel dicht gaat, is toestemming nodig van de Rijksinspectie.

Stap 8: Begeleiding tussen overlijden en uitvaart

Hieronder noemen we een aantal aandachtspunten voor de periode kort na overlijden.

Gevoelens uiten

Het overlijden van een leerling of leerkracht roept bij leerlingen veel op. Ruim daarom veel tijd in voor vragen, gesprekken en het uiten van emoties.

Tijdens de eerste dag kan in verband met de verwerking gewerkt worden met opdrachten zoals knutselen, opstel/gedicht maken, lezen of voorlezen. Leerlingen die niet zo verbaal zijn en jonge kinderen, uiten zich soms beter op een creatieve manier (bijvoorbeeld door te tekenen).

Ook kan uw school gebruik maken van de materialen in de Rouw & Verdrietkoffer van GGD Drenthe.

Worden de lessen weer gedeeltelijk hervat? Houd er dan rekening mee dat ook in die lessen gepraat kan worden over het sterfgeval en over de belevingen van de leerlingen.

Inrichten van een herinneringsplek

Het overlijden van een leerling heeft ook praktische consequenties. Wat bijvoorbeeld te doen met een lege stoel in de groep, het rapport dat net was geschreven of het opstel? De stelregel is: doe niet alsof de leerling nooit heeft bestaan. Haal de lege stoel niet direct weg, hij kan beter de eerste weken symbolisch leeg blijven staan. Creëer samen met de leerlingen een herinneringsplek, zoals een foto, een kaars, bloemen, attributen van de leerling op een kast of tafel in het lokaal.

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

Sociale media

Als de omgeving van de overledene geen bezwaar heeft, kan sociale media ook een rol spelen bij het delen van gevoelens. Belangrijk is hierover goede afspraken met vooral de leerlingen en alle betrokkenen te maken.

Condoléancebezoek

Als de nabestaanden het op prijs stellen, kunnen docenten leerlingen stimuleren om een bezoek te brengen aan hun overleden klasgenoot. Bereid de leerlingen op dit bezoek voor; de nabestaanden zijn zeer verdrietig, hun overleden klasgenoot ziet er wit uit en voelt koud aan, misschien is de kist al gesloten etc. Als kinderen de overledene niet willen zien, dring dan niet aan. Dat ze gekomen zijn is al een grote stap en bewonderingswaardig.

Vorbereiding op de uitvaart

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

Als leerlingen de uitvaart bijwonen, moet dit goed worden voorbereid. Voor veel leerlingen zal het de eerste keer zijn dat zij van nabij zoiets meemaken. Het is daarom belangrijk dat zij van tevoren weten wat er gaat gebeuren. Welke rituelen vinden plaats en wat is de oorsprong daarvan? (kerkdienst, eventuele toespraken, muziek, bloemen, condoleren, advertenties). Lesuren kunnen worden besteed aan tekenen, musiceren, bespreken en schrijven. De leerlingen kunnen bijvoorbeeld (gezamenlijk) een brief aan de ouders/familie schrijven of tekeningen voor hen maken. Ook kunnen zij misschien een brief aan de overledene schrijven, waarin zij vertellen wat zij hem of haar nog hadden willen zeggen. Als een leerling het wil en durft, en als de familie daar prijs op stelt, kan deze namens de groep iets zeggen of voordragen bij de uitvaart. Dit kan gezamenlijk worden voorbereid.

De dag van de uitvaart

Als de familie er prijs op stelt, kunnen (vertegenwoordigers van) personeel en leerlingen aanwezig zijn bij de begrafenis of crematie. Voor leerlingen van de onderbouw kan het gewenst zijn dat hun ouders meegaan. Het is aan te bevelen zoveel mogelijk gezamenlijk naar de uitvaart te gaan en na afloop op school gezamenlijk iets te drinken en ervaringen uit te wisselen.

Om zoveel mogelijk leerlingen en leerkrachten de kans te geven afscheid te nemen van de overledene, kan (in overleg met de nabestaanden) een afscheidsbijeenkomst op school georganiseerd worden. Een afscheidsbijeenkomst op school is ook een mogelijkheid als leerlingen en leerkrachten niet bij de uitvaart mogen of kunnen zijn. Het is aan te bevelen na deze bijeenkomst gezamenlijk iets te drinken en na te praten.

De dag na de uitvaart

Deze dag kan worden benut om terug te kijken op de gebeurtenissen van de afgelopen dagen. Het is nu mogelijk en wenselijk om de aandacht te verleggen van de eigen emoties van de leerlingen naar het verdriet van bijvoorbeeld de ouders en andere familieleden.

De aandacht kan weer worden gericht op het hervatten van de 'gewone gang van zaken', op de toekomst. Belangrijk gesprekspunt daarbij zal vermoedelijk zijn 'de lege plaats': wie gaat er op de stoel van de overledene zitten? Mag die door een ander 'bezet' worden of blijft die stoel dit schooljaar leeg? Hoe blijven we de overledene gedenken?

En dan verder

Probeer - zo mogelijk - weer te starten met de gewone lessen. Blijf daarbij steeds letten op signalen bij leerlingen die het moeilijk hebben. Die signalen kunnen wijzen op diverse stadia van verwerking in het rouwproces: ontkenning en ongeloof, woede en boosheid, verdriet (eventueel depressie) en verwerkt verdriet en acceptatie. Sommige leerlingen stellen hun rouw uit en tonen pas na maanden verdriet. Met name leerlingen die al eerder een verlies hebben geleden, lopen dit risico.

Zo nu en dan kan de school nog lessen besteden aan het rouwproces van de leerlingen. Wanneer en hoe vaak dit moet gebeuren is niet te zeggen, er is geen standaard te geven. Sommige leerlingen willen dit helemaal niet en vinden het vreselijk om stil te staan bij het 'verse verdriet'. Andere leerlingen hebben hieraan juist wel behoefte.

Stap 9: Administratieve zaken

De administratieve zaken moeten zorgvuldig worden afgehandeld. De naam van de overledene moet uit de officiële registers worden geschreven. Ga zorgvuldig om met alles wat er van de overleden leerling of leerkracht nog op school aanwezig is. Voor de nabestaanden zijn dit heel waardevolle zaken. Geef de eigendommen zo mogelijk persoonlijk af, geef ze in ieder geval niet mee aan broertjes of zusjes.

Tijdens latere contacten kunnen financiële zaken aan de orde komen zoals (gedeeltelijke) restitutie van de ouderbijdrage.

Overleg met de ouders/ familie hoe zij in de komende tijd contact willen houden met de school.

Stap 10: individuele begeleiding van leerlingen

Jongeren zijn extra kwetsbaar wanneer het gaat om verdriet en rouw. Signalen die wijzen op (ernstige) problematiek zijn onder meer:

- leermoeilijkheden
- spijbelgedrag, absenties
- psychosomatische klachten als hoofd- en buikpijn
- concentratiestoornissen
- slapeloosheid
- stemmingswisselingen
- angstdromen
- toespelingen op suïcide
- slecht eten
- wilde verhalen
- lusteloosheid, moeheid
- zondebok-verschijnselen
- prikkelbaarheid
- onverschilligheid
- veel of niet meer kunnen huilen
- agressiviteit

- schuldvragen/-gevoelens
- vreemd lachen
- zich terugtrekken
- plotselinge gedragsveranderingen

Signalen van (ernstige) problemen kunnen zich ook voordoen bij personeelsleden. Komen de bovenstaande signalen in de eerste weken na het overlijden van een medeleerling of docent voor, dan is er geen directe reden tot bezorgdheid. Het is normaal na een ingrijpende gebeurtenis. Neemt het gedrag in extremiteit toe of neemt het aantal signalen dat een leerling uitzendt toe, dan kan het zijn dat er actie ondernomen moet worden. Ook kan het noodzakelijk zijn extra maatregelen te nemen als een leerling bij onverwerkt 'oud' zeer nu extreem gaat reageren op het 'nieuwe' overlijden.

Leerlingen met ernstige problemen naar aanleiding van een sterfgeval hebben vaak individuele aandacht nodig. Voor leerlingen die behoefte hebben aan extra ondersteuning kan een wekelijks gesprekje met iemand binnen de school (bijvoorbeeld de docent, intern begeleider of zorgcoördinator) al veel betekenen. Andere leerlingen vinden het prettig om eerst hun gedachten op papier te zetten/tekenen alvorens er met iemand over te praten.

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

Van een nieuwe leerling is de voorgeschiedenis niet altijd bekend. Het is belangrijk dat de oude school de informatie (warm) overdraagt.

Soms is hulp van buitenaf wenselijk of nodig. Het kernteam zal dan besluiten moeten nemen om al dan niet hulp van buiten in te roepen. Deze hulp kan bestaan uit:

- *Begeleiding bij het verwerkingsproces*
Deze ondersteuning kan onder meer geboden worden door de jeugdarts/-verpleegkundige van de GGD en/of schoolmaatschappelijk werk of internbegeleider
- *Individuele opvang van leerlingen*
Leerlingen die naar aanleiding van een overlijden signalen afgeven van (ernstige) problemen, kunnen (via de jeugdarts) verwezen worden naar een hulpverlenende organisatie.

Een verwijzing naar een externe instantie zal voor weinig leerlingen nodig zijn. Toch zal bij veel leerlingen het overlijden nog geruime tijd 'nawerken'. Het is daarom van belang dat zij bij iemand op school terecht kunnen voor eventuele opvang of om hun hart eens te luchten. Maak dit onder de leerlingen bekend; wie, wanneer, waar?

Stap 11: nazorg voor het team

Een docent/mentor die zich intensief heeft beziggehouden met het overlijden van een kind of collega kan na de uitvaart in een diep gat vallen. Al die tijd heeft hij of zij zich professioneel opgesteld als leerkracht, begeleider van de leerlingen en vertegenwoordiger van de school.

Veel steun kan zo'n leerkracht ondervinden van het team. Een evaluatie bij een teamvergadering een paar weken na het overlijden van een leerling of personeelslid kan veel duidelijkheid geven en zorgen

voor een adequaat inspelen op gevoelens, gedachten en vragen. Een luisterend oor en oprechte aandacht zijn veel waard. Ook kan ondersteuning gevraagd worden bij het maatschappelijk werk of de Arboarts van de organisatie waar de school bij aangesloten is.

Stap 12: terugkijken en evalueren

Het is aan te bevelen om één tot drie maanden na de begrafenis/crematie met het betrokken team terug te kijken op de gebeurtenissen. Indien nodig kan daarbij een externe deskundige worden ingeschakeld, bijvoorbeeld een pedagoog of de jeugdarts van GGD Drenthe. Evalueer ook de gang van zaken. Wat is goed gegaan? Wat moet verbeterd worden? Ook kunnen de contacten die er zijn met de nabestaanden onder de loep genomen worden. Hoe kijken zij terug op de rol en aanpak van de school? Hoe kijken de broers/zussen van de overleden leerling die ook op deze school zitten terug? Hoe gaat de school in de toekomst om met de ouders? Welke invloed heeft het overlijden gehad op de leerlingen, docenten, ondersteunend personeel? Zo'n bijeenkomst is een goede gelegenheid om signalen te bespreken die zijn opgevangen tijdens de lessen en in individuele gesprekken met leerlingen. Zo nodig kan alsnog besloten worden tot verwijzing of het inroepen van hulp van buiten bij het verwerkingsproces. Spreek tijdens zo'n bijeenkomst ook af wie namens de school nog een bepaalde tijd contact blijft houden met de ouders/familie. Zo'n contact wordt meestal zeer op prijs gesteld.

Het kernteam doet er verstandig aan om kort na de evaluatie met het betrokken team, de gebeurtenissen rond het overlijden en de werkwijze/protocol door te praten. De opgedane ervaringen kunnen leiden tot bijstelling van (onderdelen van) de handreiking of tot nieuwe afspraken met betrekking tot leerlingbegeleiding.

Tot slot

- Gedurende de rest van het schooljaar zou de school voor degenen die daaraan wensen deel te nemen periodiek (op een vaste dag en een vast tijdstip) een zgn. 'herinnering moment' kunnen houden om nog eens stil te staan bij het overlijden van de leerling/het personeelslid.
- Sta af en toe stil bij bepaalde herinneringen, bepaalde dagen zoals de verjaardag- en sterfdag van de overledene of bepaalde gebeurtenissen als een schoolreis of uitvoering. Denk op zo'n moment aan de ouders/familie, broertjes en zusjes. Een bezoekje, kaart, bloemen of een ander gebaar kan op zo'n moment voor de nabestaanden ondersteunend zijn.
- Het is goed om de rouwperiode op een gegeven moment af te ronden. Een stoel hoeft niet maanden leeg te staan. En een kaartje sturen bij bepaalde gebeurtenissen hoeft bijvoorbeeld niet langer dan een jaar. Maar nogmaals, ook dit is geheel afhankelijk van de situatie.
- Doe geen beloftes aan de ouders/familie van de overledene die de school niet kan nakomen.
- Als het overlijden een ongeval of moord betreft, dan zal tijdens het gerechtelijke proces de school – door de media- mogelijk herhaaldelijk herinnerd worden aan het overlijden van de leerling of het personeelslid. Wees hier alert op en schep de ruimte om op deze momenten de overledene te kunnen gedenken.

3.Zelfdoding/(Gezins)moord

3A. Zelfdoding

Zelfdoding is een speciale vorm van plotselinge dood. Gelukkig komt dit binnen school niet vaak voor, maar als het zich voordoet is de ontredde groot. Signalen zijn vooraf niet altijd even duidelijk. Depressiviteit, teruggetrokken gedrag en isolement zijn signalen die belangrijk kunnen zijn, maar hoeven zeker niet altijd te duiden op een naderende poging tot zelfdoding. Eerdere (mislukte) zelfdodingspogingen zijn wél signalen die wijzen op een mogelijk hernieuwde poging. Maar soms is achteraf niet te verklaren waarom een leerling of docent gekozen heeft voor de dood.

De adolescentie is een leeftijdsfase die niet altijd probleemloos verloopt. Conflicten met ouders, gebrek aan zelfvertrouwen, depressies, drugs, alcoholmisbruik, agressiviteit, het zijn slechts enkele voorbeelden van problemen waar jongeren mee te maken kunnen hebben. Soms escaleren deze problemen tot een onhoudbare situatie voor de jongere en heel soms monden ze uit in suïcide of een poging daartoe.

Leerlingen die extra risico lopen na een zelfdoding zijn:

- Vrienden en vriendinnen van de overledene, maar ook 'vijanden'
- Leerlingen met depressieve buien, stille en teruggetrokken leerlingen
- Leerlingen die al eens eerder met zelfdoding te maken hebben gehad
- Leerlingen die zelf ooit een poging ondernomen hebben
- Leerlingen die zichzelf beschadigen

Taak van de school

In een situatie waarin een leerling of docent overlijdt door zelfdoding is het wenselijk dat er goed overleg plaatsvindt met de ouders/nabestaanden. Deze en de vertegenwoordiger(s) van de school zullen het met elkaar eens moeten zijn over de informatie die wordt verstrekt en over de wijze waarop de schoolgemeenschap medeleven betuigt.

Als dit overleg niet tot overeenstemming leidt, heeft de school een eigen verantwoordelijkheid tegenover haar leerlingen. In dat geval zal de directie c.q. het kernteam moeten beslissen in hoeverre zij wél en in hoeverre zij niet tegemoetkomen aan wensen van de ouders/nabestaanden. In dat geval zullen zij een eigen keuze moeten maken, vooral in het belang van de leerlingen. Dit belang van de leerlingen kan zijn:

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

Het kan zijn dat na een suïcidepoging andere jongeren ook suïcide gaan plegen. Dit is het effect van schuldgevoelens of identificatie van de suïcidepoging op leeftijdsgenoten. Zij vragen zich af waarom hen dit drama niet is overkomen, of het hun schuld is, of ze hem op tijd hadden kunnen helpen, etc.

Ook kan het zijn dat jongeren zich door het collectieve verdriet en de aandacht die er voor is voor de overledene, geroepen voelen om ook voor zelfdoding te kiezen in de hoop dezelfde aandacht te krijgen. Het gaat er om de groep jongeren te helpen hun gevoelens te uiten. Degenen die achterblijven hebben vaak nog veel vragen en lang last van negatieve gevoelens.

Het suïcidaal proces

Een suïcide of suïcidepoging komt niet uit de lucht vallen hoewel dit voor de omgeving regelmatig wel het geval lijkt. Er gaat vaak een langdurig proces dat zich in de volwassene afspeelt aan vooraf. Dit proces verloopt gedeeltelijk bewust en gedeeltelijk onbewust. Bovendien is slechts een gedeelte hiervan zichtbaar voor de omgeving.

Achtergrondinformatie

Zelfdoding kan veel vragen en gevoelens van schuld oproepen. Ook kunnen leerlingen zelfdoding gaan verheerlijken waardoor mogelijk kans op nieuwe pogingen ontstaan. Daarom wordt hieronder uitgebreid aandacht besteed aan suïcidaal gedrag.

Suïcidaal gedrag is veelal een gedragsmatige uiting van de wens een verandering, al dan niet de dood, te bewerkstelligen. Meestal is suïcidaal gedrag het gevolg van tegelijkertijd optredende factoren.

Begrippen

Er worden drie categorieën van suïcidaal gedrag onderscheiden:

1. *Suïcide*: gedrag met een dodelijke afloop, dat in volle wetenschap of verwachting van die afloop door betrokkenen werd ondernomen, persoon bedoelde via de gevolgen van deze handelingen door hem gewenste verandering te bewerkstelligen.
2. *Suïcidepoging*: gedrag zonder dodelijke afloop, het gedrag bestaat uit zichzelf verwonden of het innemen van een zodanige hoeveelheid van een bepaalde stof dat de (therapeutische) norm overschreden is, het gedrag wordt opzettelijk en weloverwogen uitgevoerd, persoon bedoelde via de gevolgen van deze handelingen door hem gewenste verandering te bewerkstelligen.
3. *Suïcide-ideatie*: het actief denken aan of overwegen van suïcide of suïcidepoging, als gedrag om ervaren problemen te verminderen of op te lossen.

Vooroordelen

Er bestaan veel mythes die het denken van mensen over zelfmoord en de manier waarop ze ermee omgaan beïnvloeden. Hieronder enkele 'populaire misvattingen':

- mensen die erover praten doen het meestal niet
- zelfmoord is een ziekte
- mensen die het echt willen doen, doen het meteen goed
- mensen die het echt willen kan je toch niet tegenhouden
- mensen die suïcidepogingen doen, proberen vooral aandacht te trekken
- zelfmoord gebeurt impulsief

Suïcidepogingen worden wel eens ingedeeld in 2 categorieën: 'de serieuze pogingen' en de 'aandachttrekkende-pogingen'. De eerste categorie bevat pogingen met invoelbare of aanvaardbare aanleidingen en veelal ernstig lichamelijk letsel. De tweede categorie omvat pogingen met oninvoelbare of 'rare' aanleidingen met weinig lichamelijk letsel. De 'aandachttrekkende-pogingen' waarbij al snel wordt gesproken van manipulatie, ontlokken negatieve houdingen en bestraffende opmerkingen. De zogenaamde serieuze pogingen krijgen meer aandacht en hulpverlening. Tekenend is dat mensen die herhaaldelijk zelfmoordpogingen doen vaker tot de 'aandachttrekkende-categorie' worden gerekend terwijl ze zeker niet minder risico lopen om te overlijden door zelfmoord dan

personen die een 'serieuze' eerste poging hebben ondernomen. Bovendien kan men uit de ernst van het letsel niet afleiden in hoeverre iemand echt dood wilde zijn.

Hoe vaak komt het voor?

In 2016 zijn 121 jongeren in de leeftijd van 10-25 jaar door zelfdoding overleden. Ten opzichte van 2015 is er sprake van een lichte daling (130 in 2015). De meeste zelfdodingen vinden plaats onder jongeren van 20-25 jaar. In deze leeftijdsgroep hebben in 2016 73 jongeren zich van het leven beroofd. Onder jongeren van 15-20 jaar gaat het om 39 jongeren.

Zelfdoding komt onder jongens vaker voor dan bij meisjes. Onder de 10-15 jarigen gaat het om 6 jongens en 3 meisjes; onder 15-20 jarigen om 24 jongens en 15 meisjes en bij de 20-25 jarigen om 53 jongens en 20 meisjes. Sinds 2000 was er sprake van een stijgende lijn in het aantal meisjes dat zich van het leven beroofden. Onder de 15-20 jarigen zijn er ten opzichte van 2000 in 2014 drie keer zoveel meisjes overleden door zelfdoding. In 2015 is er binnen deze leeftijdsgroep echter sprake van een daling van 25 meisjes in 2014 naar 20 meisjes in 2015. In 2016 is dit aantal gelijk gebleven.

Zelfdoding neemt met de leeftijd toe. Onder de 10- tot 15-jarigen waren er in 2016 9 zelfdodingen, onder de 15- tot 20-jarigen 39 zelfdodingen. De leeftijdsperiode waarin zelfdoding het meeste voorkomt onder jongeren is tussen de 20 en 25 jaar. In 2016 ging het daarbij om 73 jongeren (CBS, 2017).

3B. (Gezins)moord

Moord

Een school die geconfronteerd wordt met de vermissing van en/of moord op een leerling is verbijsterend. Leerlingen en docenten worden opeens geconfronteerd met misdaad, onrecht, rouw en er is veel woede, verdriet en pijn. Het trekt een zware wissel op een school als de recherche de school binnenkomt, de pers op het schoolplein staat en de leerlingen uit hun doen zijn. Dit vraagt veel van het kern- en docententeam. Soms is er extra druk omdat er nog geen verdachten zijn. Het duurt dan vaak lang voordat de school weer toekomt aan normaal lesgeven. Als de dader wordt gevonden, volgt er nog een lange periode waarin er steeds weer momenten zijn waarop de zaak weer opblaait: de rechtszaak, een eventueel hoger beroep. Vaak gaat dat steeds weer gepaard met media-aandacht. In de bijlage een voorbeeld van informatiebulletins aan leerlingen inzake de dood van een vermiste leerling.

Gezinsmoord

Scholen die geconfronteerd worden met gezinsmoord maken een zware tijd door. Vaak zijn er een of twee kinderen bij betrokken en dat maakt dat er in meerdere groepen een lege plek is. Verder brengt een gezinsmoord veel ontzetting, kwaadheid en verdriet: het mag niet dat ouders hun eigen kinderen doden, dat druist in tegen alle waarden die we in onze samenleving koesteren.

Zeker kinderen die thuis onveilige gezinssituaties kennen (vechtscheidingen, geweld in het gezin ed.) kunnen heel bang zijn: zou hun vader of moeder dit ook kunnen doen? Docenten zijn gebaat bij ondersteuning. Soms is het prettig om samen met een collega voor de groep te staan en kan het geruststellend zijn dat er 'professionals' op de achtergrond aanwezig zijn.

Probeer zo mogelijk altijd de eigen mentor van de leerlingen voor de groep te zetten. Voor leerlingen is structuur en veiligheid in deze dagen erg belangrijk.

Het is bij deze gebeurtenissen erg belangrijk dat er een goede relatie is tussen ouders en school; het samen verantwoordelijk voelen voor het welzijn van de leerlingen.

4. Omgaan met de pers

In bijzondere gevallen, wanneer het overlijden van een leerling of docent nieuwswaarde heeft, kan de media interesse tonen. Journalisten en cameraploegen kunnen dan op de stoep staan. Ook als er in de media-aandacht is besteed aan een ongeval, kan de pers trachten een beeld te krijgen van de wijze waarop een school omgaat met rouwverwerking.

Vooraf in situaties waarin een school zeer geschokt is door het plotselinge sterfgeval, is het niet altijd eenvoudig om de pers te woord te staan.

De belangrijkste aanbevelingen bij perscontacten:

- ⇒ zorg voor openheid en duidelijkheid (voor zover de directe nabestaanden hiervoor toestemming geven)
- ⇒ laat alle contacten met de pers lopen via één (door de directie aangewezen) woordvoerder

Benoem een perswoordvoerder

De woordvoerder moet een zeker gezag hebben. Het kan iemand zijn van het kernteam, bijvoorbeeld de directeur. Maar ook een bestuurslid of een wethouder bij een openbare school zou als woordvoerder kunnen optreden.

Laat niemand anders dan de woordvoerder de pers te woord staan. Wijs ook leerlingen hierop. Het benaderen van leerlingen behoort namelijk tot 'de werkwijze' van journalisten. Wijs leerlingen op de nadelige effecten van medewerking met de pers. Het kan namelijk voor nabestaanden heel vervelend zijn om 'feiten' terug te lezen/horen in de pers, die als waarheid gepresenteerd worden, terwijl deze 'feiten' niet op waarheid berusten. Of er zijn afspraken gemaakt tussen de persvoorlichter van school en de nabestaanden. Maar de leerlingen weten niets van die afspraken en brengen meer of andere informatie naar buiten dan is afgesproken met de familie.

Laat geen journalisten toe op het schoolterrein maar wees behulpzaam

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

Bescherm leerlingen tegen zichzelf

Leerlingen uit de hogere groepen vinden het vaak moeilijk om de verleiding te weerstaan wanneer de media-aandacht aan hen besteden. Ze willen soms in de schijnwerpers staan en geïnterviewd worden. Willen praten over het verdriet, over wat ze hebben meegemaakt, zichzelf belangrijk voelen. Het is belangrijk de voor- en nadelen hiervan met leerlingen te bespreken.

Inzage vooraf

Bij een toezegging voor een interview is het aan te raden vooraf af te spreken de tekst voor publicatie te lezen en eventuele wijzigingen te kunnen aanbrengen. Dit geldt ook voor gefilmd materiaal, zoals een documentaire. Houd er rekening mee dat bij nieuwsprogramma's daarvoor meestal geen ruimte is. Zorg er wel voor dat geen van de leerlingen goed herkenbaar in beeld komt. U kunt bijvoorbeeld afspreken dat de opnames buiten schooltijd gemaakt worden. Probeer ook de privacy van de overleden leerling of leerkracht te beschermen.

Leg een (digitale) map aan waarin artikelen die verschenen zijn over het overlijden van de leerling of leerkracht gestopt worden. Het geeft duidelijkheid wat en wanneer er iets gepubliceerd is.

Overleg met betrokkenen

Als de school besluit mee te werken aan een artikel of een interview, is vooraf overleg met de nabestaanden noodzakelijk. Zorg dat de nabestaanden kopieën krijgen van de artikelen.

Sociale media

Sociale media zijn niet meer weg te denken in ons huidige tijdsbeeld. Voor veel mensen maar zeker ook voor leerlingen, een belangrijk onderdeel van hun sociale interactie. Sociale media inzetten in crisismanagement vraagt in eerste instantie durf, maar blijkt in de praktijk, mits goed voorbereid en uitgevoerd, uitermate effectief door de snelheid en de toegankelijkheid ervan. Twee belangrijke do's:

- geheimhouding tot nader orde, eerst verifiëren van bericht en na contact met nabestaanden
- houd Twitter, Facebook, WhatsApp, Instagram ed. over het overlijden van de leerling/medewerker goed in de gaten

(uit: *Als een ramp de school treft: omgaan met calamiteiten in het onderwijs*, 2012, 4^e druk KPC groep)

5. Achtergrondinformatie

Analyse van eigen emoties

Het vraagt van u als docent, leerlingbegeleider of directeur een professionele houding en opstelling wanneer u leerlingen wilt helpen bij het verwerken van emoties n.a.v. een sterfgeval. Bij die professionele opstelling hoort dat u zich in hoge mate bewust bent van uw eigen gevoelens en gedachten ten aanzien van de dood, eventueel van zelfdoding, en van de overledene.

Onverwerkte eigen emoties en emoties waar u zich niet van bewust bent, draagt u, hoe onbewust ook, over op de leerlingen. Dit kan het begeleidingsproces verstoren en voor leerlingen verwarrend zijn.

Er is dus eigen inzicht nodig om op een verantwoorde wijze leerlingen te begeleiden die te maken hebben met een sterfgeval. In dit hoofdstuk kunt u hier meer over lezen.

Uiten van emoties

Wanneer er iemand binnen de school overlijdt, maakt dat niet alleen bij leerlingen maar ook bij u als leerkracht de nodige gevoelens los. In eerste instantie lijken angst, medeleven en onzekerheid het handelen onmogelijk te maken. Toch zal er iets gedaan moeten worden.

Wat er ook gebeurt, u moet zich allereerst bewust zijn van het feit dat u uw eigen gevoelens niet buiten spel kunt zetten. Leerlingen en ouders verwachten dat ook niet. In tegendeel: ze stellen het juist op prijs en weten zich gesteund als u laat zien dat u ook aangedaan bent.

Zelfreflectie

Na de eerste reacties op het overlijden van een leerling of collega zullen leerlingen begeleid moeten worden om met het verdriet om te kunnen gaan. Aan dit begeleidingstraject gaat voor u een zelfreflectie vooraf. Als u zich te weinig bewust bent van uw eigen gevoelens en gedachten, en u wilt leerlingen helpen bij het omgaan met hun emoties, ontstaat er een risico: het is zeer denkbaar dat u tijdens de begeleiding van leerlingen overvallen wordt door uw eigen emoties t.a.v. de dood. U kunt daar dan pijnlijk door verrast worden.

Een reflectie op eigen emoties en gedachten kan individueel of gezamenlijk (bijvoorbeeld in het kernteam of schoolteam) plaatsvinden.

Stel uzelf de volgende vragen:

- Hoe kijk ik aan tegen de dood?
 - wat voor associaties roept het woord 'dood' bij mij op
 - welke herinneringsbeelden komen naar boven
 - welke emoties roepen die associaties en herinneringsbeelden op
 - komen minder prettige situaties m.b.t. dood en rouw naar boven
 - heb ik mijn emoties onder controle als ik over mijn ervaringen met de dood spreek
 - welke plaats neemt 'de dood' in, in mijn wereldbeeld
 - is de dood het einde of het begin van iets nieuws

- Hoe kijk ik aan tegen een zelfgekozen dood, suicide?
 - welke associaties roept het woord 'suicide' bij mij op
 - welke eigen ervaringen op komen omhoog
 - welke gevoelens spelen daarbij een rol: (on-)begrip, schuldgevoelens, onmacht, geloof
 - welke invloed hebben die ervaringen en gevoelens op mijn houding nu
- Hoe ervaar ik dit sterfgeval en de wijze waarop de leerling of mijn collega is overleden?
 - hoe was mijn houding tegenover de overledene
 - in welke opzichten zal ik hem/haar missen
 - in welke opzichten voel ik me eventueel 'bevrijd'
 - zijn er nabestaanden of omstandigheden die het sterfgeval extra verdrietig/complex maken
 - waar en/of bij wie kan ik mijn eigen verdriet uiten?
- Kan ik het begeleidingsproces alleen aan of kan ik beter hulp vragen? Zo nodig kan een vertrouwde collega steun bieden en mee de groep ingaan.

6. Slecht nieuwsgesprekken

Als het overlijdensbericht als eerste bij de school binnenkomt (bijvoorbeeld omdat de leerling op school overlijdt), moeten de ouders/ familieleden geïnformeerd worden. Broertjes en zusjes die ook op school zitten mogen daarbij niet worden vergeten. We noemen zo'n gesprek een 'slecht nieuwsgesprek'.

Doorgaans zal zo'n gesprek met familieleden door (of in overleg met) de politie worden gevoerd!

Mocht de situatie zich anders voordoen, of wilt u een slecht nieuwsgesprek voeren met vrienden, vriendinnen en groepsleden van de overledene, dan biedt dit hoofdstuk wellicht enige handvatten. Het voeren van een slecht nieuwsgesprek vraagt om de nodige tact. Er zijn enkele gesprekstechnische aandachtspunten bij aan te geven. In dit hoofdstuk schenken we hier stap voor stap aandacht aan.

Stap 1: De voorbereiding

Het is belangrijk om vóór het gesprek na te gaan:

- Aan wie moet het slechte nieuws worden doorgegeven?
- Wie is de meest aangewezen om dat nieuws te brengen?
- Hoe moet de 'aankondiging' geschieden: gaat u bijvoorbeeld zonder aankondiging vooraf naar de ouders of belt u eerst op? Laat u vrienden/vriendinnen van de overledene naar uw kamer komen zonder hen vooraf te laten weten waar u over wilt praten?
- Moeten er eventueel voorzorgsmaatregelen getroffen worden? Moet bijvoorbeeld vooraf gezorgd worden voor 'opvangmogelijkheden' ná het gesprek? Welke opvang is beschikbaar?

Stap 2: De inleiding

Een 'slecht nieuwsgesprek' mag nooit een overval zijn. De ouders, familieleden of leerlingen aan wie u het nieuws moet melden, moeten de kans krijgen om -bij wijze van spreken- 'even goed te gaan zitten' en hun aandacht te richten op hetgeen u hen moet meedelen. Een uitgebreide inleiding ('er omheen draaien') is niet nodig, u kunt het slechte nieuws met één of enkele korte zinnen inleiden:

- *"Ik moet u iets ernstigs meedelen....."*
- *"Ik vind het moeilijk om te zeggen, maar ik heb bijzonder triest nieuws voor je....."*
- *"Ik vrees dat ik u ermee overval, maar ik moet jullie iets meedelen"*

Elke docent of directeur zal vermoedelijk bij een dergelijke inleiding formuleringen kiezen, die het beste bij hem/haar passen. Toch is het van belang om bij een dergelijke korte inleiding zoveel mogelijk in de ik-vorm te spreken: ik-boodschappen zijn duidelijk en bij een slecht nieuwsgesprek is duidelijkheid een eerste vereiste. Daarnaast is er met ik-boodschappen de grootste kans dat u direct de aandacht krijgt van degene aan wie u het slechte nieuws moet melden.

Stap 3: Vertel het nieuws kort en bondig

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

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

Belangrijk: vertel aan verschillende mensen consequent hetzelfde bericht.

Stap 4: Ga in op de eerste emoties

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

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

- *"Je bent volkomen verbijsterd door dit bericht ..."*
- *"Ik merk dat het bericht je helemaal overvalt ..."*

Sta stil bij dergelijke emoties, geef de ander de tijd en de gelegenheid om uiting te geven aan de eerste emoties. Daarna kunt u aangeven dat u dergelijke emoties herkent, dat u misschien even verbijsterd was toen u het nieuws hoorde en even geschrokken als degene aan wie u het nu vertelt. Maar geef eerst de ander de gelegenheid om zijn/haar eigen emoties te uiten.

Stap 5: Geef zo nodig verdere toelichting

Slecht nieuws roept vrijwel altijd veel vragen op, zeker als het slechte nieuws een overlijdensbericht betreft van een kind of je collega

- *"Wat is er precies gebeurd?"*
- *"Hoe kon dat gebeuren?"*
- *"Hoe lang heeft het geduurd?"*
- *"Waar is het gebeurd?"*
- *"Waarom ...?"*

Het is van belang om zo open mogelijk de informatie te geven waarover u beschikt. Zeker in gesprekken met ouders van een overleden leerling. Hoe moeilijk en pijnlijk het ook is, ouders hebben er recht op te weten wat er precies is gebeurd. Het zal soms zelfs nodig zijn om hen te helpen hun eigen vragen te stellen.

Houdt u informatie achter, dan denkt u, in deze fase misschien dat u daarmee het leed verzacht. Later zal echter blijken dat het voor de ouders (en anderen) nog pijnlijker is, als zij niet alles te horen hebben gekregen, als zij niet die informatie hebben gekregen waar zij in feite wel recht op hebben. Zeker als men erachter komt dat u die informatie al had, maar niet met hen hebt gedeeld. Dit kan leiden tot een breuk in het vertrouwen tussen school en ouders/leerlingen/andere betrokkenen. Anders is het als u die informatie moest achterhouden in het kader van een (politie)onderzoek of omdat u in afstemming met directbetrokkenen hebt besloten deze informatie niet vrij te geven.

Vertel ook hier aan verschillende mensen consequent hetzelfde bericht.

Stap 6: Ga na welke hulp eventueel geboden moet worden

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

- *"Wat moet er nu gebeuren"?"*
- *"Hoe vertel ik het aan"?"*
- *"Hoe kom ik hier ooit overheen"?"*

Het is van belang om, als brenger van het slechte nieuws, ook stil te staan bij de gevolgen die het nieuws heeft voor de directbetrokkenen. Ook al bent u geen hulpverlener, u zult in deze fase van het gesprek oog en oor moeten hebben voor de gevolgen van het slechte nieuws en voor de problemen die erdoor veroorzaakt worden.

Vertel duidelijk welke ondersteuning en/of praktische hulp u of de school kan bieden en welke 'hulpbronnen' er nog meer zijn in te schakelen. Met wie kunnen de ouders/leerlingen contact opnemen als zij na dit gesprek behoefte hebben aan een vervolgesprek? Het is van belang de mogelijkheden in dit opzicht te noemen voordat u het gesprek beëindigt. De jeugdverpleegkundige, jeugdarts of pedagoog van de GGD kunnen u hierbij van advies dienen. Zij kunnen altijd anderen inschakelen.

7. Het informeren van leerlingen

In een vorig hoofdstuk is al even aangestipt dat iedere jongere, afhankelijk van leeftijd, op eigen wijze tegen de dood aankijkt. Wanneer met de leerlingen over de dood wordt gepraat, is het van belang om hiermee rekening te houden.

Jongeren van twaalf jaar en ouder

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

De persoonlijke en emotionele afstand zijn echter nog groot. Het kan iedereen overkomen, behalve mensen in de eigen omgeving. Maar dat verandert drastisch als ze te maken krijgen met het sterven van een klasgenoot. Juist jongeren worden diep geraakt wanneer de dood in hun nabije omgeving toeslaat.

Ze zijn in een fase waarin ze vraagtekens zetten bij het leven. Ze vragen zich af wat de zin van het leven is: "*Waarom en waarvoor zijn we op aarde?*". Een confrontatie met de dood maakt dat de vragen en soms ook de verwarring rondom het leven en de dood toenemen.

Afhankelijk van de situatie zal de docent/mentor het nieuws aan de klas vertellen. Mogelijk kan een collega hierbij aanwezig zijn om de nodige steun te kunnen bieden.

Het vertellen van het slechte nieuws

Natuurlijk moeten leerlingen niet overvallen worden met nieuws waar ze totaal niet op rekenen, maar het heeft ook geen zin om met een lange inleiding de ernst van de situatie te verdoezelen. Begin met een inleidende zin om de kinderen gericht te laten luisteren, bijvoorbeeld:

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

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

Eerlijk en duidelijk

Kinderen worstelen op twee niveaus met de dood: ze proberen te begrijpen wat 'dood' betekent en moeten leren omgaan met de gevoelens die het verlies oproept.

Door eerlijk en duidelijk te zijn, helpt u hen daarbij. Ook al overzien kinderen nog niet alles, het is altijd beter de waarheid te vertellen dan ze iets op de mouw te spelden. Daarnaast is bekend dat als kinderen geen antwoorden op hun vragen krijgen, ze hun eigen fantasie de vrije loop laten en de hele situatie door hen gruwelijker of angstaanjagender ingevuld kan worden dan werkelijk het geval is. Als u merkt dat leerlingen met halve waarheden aan de haal gaan en hun eigen verhaal maken van de toedracht van het overlijden, zorg dan dat u laat merken dat u dit weet. En vertelt u hen hoe het werkelijk zit, welke feiten bekend zijn en welke feiten niet.

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

Ook moet er voor gezorgd worden dat een dergelijk bericht geen zakelijke mededeling wordt. Als u op een integere manier het slechte nieuws vertelt en in staat bent de eigen gevoelens te tonen, stimuleert dat leerlingen om zich te uiten.

Concrete uitleg

Het is van belang om zo concreet mogelijk uit te leggen wat 'dood' precies inhoudt. Vertel dat iemand die dood is niets meer voelt en dus geen pijn heeft, het niet koud heeft en zich niet ziek voelt. Het is belangrijk zorgvuldig te zijn in de manier waarop u uitleg geeft. Biedt jongeren geen uitleg die afwijkt van wat uzelf gelooft.

Maak de dood niet aantrekkelijk. Het gevaar is dat leerlingen de dood gaan verheerlijken, wat vaak voorafgaat aan zelfdoding.

"Ik weet het niet"

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

Stilte

Jongeren moeten na de onheilstijding van de eerste schrik bekomen. Iedere leerling verwerkt de schok op zijn of haar eigen manier. De meeste jongeren zijn met stomheid geslagen als ze horen dat een klasgenoot of docent overleden is.

Onbewust verwachten jongeren van u als volwassene dat u het zwijgen doorbreekt door vragen te stellen en antwoorden te geven. Omdat er zoveel vragen zonder antwoord zijn, is dit een moeilijke opgave. De stilte roept een gevoel van verstikking op. Het gevaar van doorpraten bestaat om dit gevoel te bezweren. Het mag echter gerust een tijdje stil zijn in de klas. Wordt de stilte pijnlijk en is deze niet meer functioneel, dan kunt u de stilte doorbreken door bijvoorbeeld te zeggen: *"Jullie zijn er stil van. Het is een enorme schok, ook voor mij. Misschien kun je even met je buurman of buurvrouw praten over wat dit bericht betekent"*.

De draad kan ook opgepakt worden door een mooi gedicht voor te lezen.

Verdere informatie

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

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

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

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

Wees beducht dat jongeren met een laag zelfbeeld moeilijk om hulp vragen en jongeren met een gering probleemoplossend vermogen hebben het erg moeilijk om zich staande te houden en zich aan te passen aan de nieuwe werkelijkheid waarin ze het verlies een plaats moeten geven.

8. Het afscheid, de uitvaart

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

Het condoleancebezoek

In het verwerkingsproces speelt de wijze van afscheid nemen van de overledene een belangrijke rol. Het condoleancebezoek kan een mogelijkheid bieden om op een duidelijke wijze afscheid te nemen. Bereid een condoleancebezoek zorgvuldig voor. Maak vooraf duidelijke afspraken met de ouders/familie

Allereerst moet duidelijk worden of de ouders/familie een bezoek van leerlingen op prijs stellen. Sommige nabestaanden willen liever zoveel mogelijk met rust worden gelaten. De meesten stellen bezoek van leerlingen echter erg op prijs.

De leerlingen moeten van tevoren duidelijk weten wat hen te wachten staat: is de overledene zichtbaar of is de kist gesloten, wat is er in de ruimte waar de overledene ligt te zien en te verwachten, hoe moet men zich in die situatie gedragen, wie zijn er aanwezig, hoe moet men reageren op eventuele andere aanwezigen en het verdriet van de ouders van de leerling. Er moet voldoende ruimte zijn om met elkaar even in de buurt van de overledene te blijven staan. Het moet ook mogelijk zijn voldoende afstand te nemen of te houden van de overledene en er moet ruimte en gelegenheid zijn snel weg te gaan. Wellicht is het aan te bevelen dat kinderen altijd vergezeld worden door één van hun ouders.

Leerlingen zitten vaak vol met vragen: wat moeten we zeggen, moet je een hand geven, moet je iets meenemen, waar praat je over, wat doe je als ze gaan huilen, hoe lang moet je blijven? Het is belangrijk om aan dergelijke vragen uitgebreid aandacht te schenken.

Voor een condoleancebezoek kan men een draaiboek opstellen, bijvoorbeeld:

- verzamelen in school
- gezamenlijk reizen naar waar de overledene ligt (thuis/rouwcentrum)
- gezamenlijk terugreizen naar de school
- gezamenlijk nabespreken

Van tevoren kan men bijvoorbeeld afspreken dat iedereen voor zichzelf moet beslissen of hij/zij naar de kist loopt, in de kist kijkt of op een afstand blijft staan.

Bij terugkomst in school moet er een situatie zijn, waarin de leerlingen kunnen worden opgevangen. Men kan eventueel gezamenlijk wat drinken en de ervaringen uitwisselen. In deze 'nazit' kan opnieuw over de gevoelens, ervaringen en gedachten met elkaar worden gesproken.

Bij het condoleancebezoek, maar ook daarna, kunnen zeer heftige emoties loskomen. Door de omstandigheden en de massaliteit kan de opvang soms moeilijk zijn. Het is dan ook raadzaam voldoende volwassenen als begeleiding mee te nemen en de opvangtaken van tevoren te verdelen en voor te bespreken. Betrek op het moment zelf ook altijd de andere leerlingen bij de opvang van groepsgenoten. De volwassenen hebben met name een structurerende taak.

Afscheid nemen van de overledene

Wanneer de mogelijkheid er is, is het goed dat leerlingen afscheid nemen van de overleden leerling of docent. Vraag van tevoren aan de ouders/familie of aan de uitvaartleider of de leerling of leerkracht nog 'toonbaar' is. Controleer dit zo mogelijk ook persoonlijk.

Na een zwaar ongeval is het niet altijd mogelijk de overledene te zien, de kist is dan gesloten. In zo'n geval wordt soms een foto van de overledene op de kist geplaatst.

Net als bij een condoleancebezoek, moet ook dit bezoek goed met de leerlingen doorgesproken worden:

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

Vertel de leerlingen dat de overledene wit ziet, koud aanvoelt en niet meer kan bewegen. Leg ook uit dat leerlingen zelf mogen weten of ze naar de kist toelopen, erin kijken, de kist of de overledene aanraken of juist afstand houden.

Het is van belang dat voldoende leerkrachten of ouders meegaan ter begeleiding. Zorg ervoor dat deze begeleiders rustig blijven; dat is voor leerlingen geruststellend en voorkomt dat de emoties hoog oplopen.

Deelname aan de uitvaart

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

- tekeningen maken om in de afscheidsruimte op te hangen
- allemaal een steen beschilderen die op het graf gelegd kan worden
- teksten zoeken of maken en deze tijdens de uitvaart voordragen
- gedichtjes zoeken of maken en deze voordragen
- liedjes en muziek uitzoeken, oefenen en tijdens de afscheidsbijeenkomst zingen of spelen

Leerlingen moeten weten wat ze tijdens de afscheidsbijeenkomst kunnen verwachten: wat is de gang van zaken, staat de kist er al of wordt hij binnen gedragen, wat gebeurt er met de kist als de bijeenkomst is afgelopen, geef je de nabestaanden na afloop een hand?

In de volgende paragrafen vindt u informatie om kinderen op een begrafenis of crematie voor te bereiden.

Vorbereiding op een begrafenis

Om kinderen voor te bereiden op een begrafenis of crematie kunt u gebruikmaken van de informatie in deze paragraaf. Ook zijn er op leeftijd gerichte boekjes, zie hoofdstuk 14; literatuur.

Bij een begrafenis vindt een afscheidsbijeenkomst meestal in de kerk of een aula van het crematorium plaats. Na deze bijeenkomst gaan directbetrokkenen of iedereen naar de begraafplaats. Daar wordt de kist meestal meteen bij het graf gezet. Soms wordt er nog muziek gespeeld, gesproken of een gebed uitgesproken.

Vervolgens neemt iedereen afscheid van de overledene, bijvoorbeeld door een laatste woord te spreken, bloemen op de kist te leggen of nog even langs de kist te lopen. Daarna of als iedereen is weggegaan, laat men de kist in het graf zakken. De kuil wordt vervolgens opgevuld met aarde. Meestal wordt er nog een heuveltje van aarde gemaakt waarop de bloemen komen te liggen. Zo blijft het graf liggen tot het grafmonument klaar is en erop geplaatst wordt.

Wat gebeurt er nu met iemand die begraven is?

Het lichaam verteert door bacteriën die in het lichaam aanwezig zijn. Dus niet door wormen of maden. Deze beestjes leven, door zuurstofgebrek, niet zo diep onder de grond. Dit proces duurt tientallen jaren. Uiteindelijk blijven de beenderen over.

Vorbereiding op een crematie

Bij een crematie gaat de familie vooraf aan de afscheidsbijeenkomst meestal naar een familiekamer in het crematorium. De overige genodigden verzamelen zich in de ontvangstruimte en gaan nadien naar de aula.

De familie bepaalt wat er tijdens de afscheidsbijeenkomst gebeurt. Ze geeft van tevoren aan welke muziek ze wil horen en zorgt zelf of via een uitvaartverzorger voor de sprekers. Dat kan een dominee zijn, maar ook familie, kinderen of collega's. Soms wordt er ook gezongen. De afscheidsbijeenkomst kan heel persoonlijk ingevuld worden met kaarsen, bloemen, ballonnen of wat de nabestaanden maar willen. Aan het einde van de bijeenkomst lopen de mensen langs de (open) kist om een laatste groet te brengen aan degene die overleden is. Dat kan met een woordje, een tekening, een brief, een bloem, een hand op de kist of door even bij de kist stil te staan.

Na afloop gaan de meeste mensen naar de koffiekamer om even na te praten. Wanneer de familie dat op prijs stelt, is er ook gelegenheid om te condoleren.

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

Hoe gaat cremeren in zijn werk?

Als de mensen uit de aula vertrokken zijn, wordt de kist naar de oven gereden. In de ovenruimte worden de handvatten en andere metalen delen van de kist gehaald. De bloemen worden meestal niet mee verbrand, die worden buiten bij de strooivelden gelegd of de familie neemt ze mee naar huis.

De overledene krijgt een uniek registratienummer, dit nummer staat overal op. Een steentje van klei met dit nummer wordt voor op de kist gelegd en gaat mee de oven in om bij de as te blijven. Dan weet je dat die as van die overledene is behorende bij het registratienummer.

De crematie vindt vrijwel altijd meteen plaats als iedereen nog in de koffiekamer is. De oven wordt verhit tot zo'n 800 graden waarna de kist erin gaat. Door de grote hitte gaat de kist vanzelf branden. Na ongeveer één tot anderhalf uur is de crematie voorbij en komen de grove asresten van kist en overledene uit de oven. De inhoud van de aslade wordt gescheiden ingezameld. Als er nog metalen van sieraden, monturen van brillen en dergelijke inzitten, worden die er met een magneet uitgehaald. De opbrengst van edelmetalen wordt aan een goed doel geschonken. Wat er dan is overgebleven wordt in een speciale machine verpulverd en daarna in een asbus/urn gedaan. Het steentje met het registratienummer wordt er weer bijgedaan en de bus wordt afgesloten met een deksel waarop het nummer en de naam van de overledene staan. De urn blijft in ieder geval een maand in het crematorium, dat is wettelijk verplicht.

Binnen een jaar moet de familie beslissen wat er met de as gaat gebeuren. Daarvoor zijn diverse mogelijkheden. De familie kan kiezen voor verstrooien op een strooiveld, met een schip of vliegtuig boven zee uitstrooien of op een dierbaar plekje. De familie kan ook besluiten de as langdurig te bewaren door het bij te zetten in een urnen muur, een urnen graf of te begraven op een begraafplaats. De urn mag ook mee naar huis worden genomen om erbinnen of buiten een plaatsje voor te vinden.

Herdenkingsdienst op school

Om zoveel mogelijk leerlingen in de gelegenheid te stellen afscheid te nemen of omdat het niet mogelijk is dat leerlingen bij de afscheidsdienst aanwezig zijn, wordt soms een herdenkingsbijeenkomst op school gehouden. Ook tijdens deze afscheidsbijeenkomst kunnen leerlingen teksten en gedichten voordragen, liedjes zingen en muziek maken. De dagen voorafgaande aan deze herdenking kunnen kinderen tekeningen maken die in de ruimte waar het afscheid plaatsvindt, opgehangen worden.

Culturele verschillen

Rouwrituelen zijn cultuurgebonden. Bij leerlingen of docenten met een andere culturele achtergrond is het van groot belang dat u zich als school vooraf op de hoogte stelt van wat u kunt verwachten en wat er van uw school verwacht wordt. Bepaalde uitingen van rouw, zoals vrouwen die zich huilend op de kist werpen, zijn voor kinderen vaak vreemd en angstaanjagend.

Afscheid nemen is soms niet mogelijk, omdat de ceremonie alleen toegankelijk is voor mannen. Het komt ook voor dat de afscheidsrituelen plaatsvinden in het land van herkomst.

Afhankelijk van de situatie is het dan aan te raden om zelf een plechtigheid op school te organiseren, zodat leerlingen de gelegenheid krijgen om afscheid te nemen.

Rituelen tijdens of na de uitvaart

Rituelen zijn belangrijk voor de rouwverwerking. Ze geven vorm aan het afscheid en scheppen ruimte om aan een nieuwe fase te beginnen. Rituelen geven een gevoel van saamhorigheid en eensgezindheid en zorgen zo voor kracht en steun.

Rituelen geven kinderen een gevoel van veiligheid. Ze kunnen een belangrijke rol spelen bij de verwerking van een sterfgeval. Enkele voorbeelden (in overleg met de familie):

- Iedere leerling maakt een kaartje met een tekening. Het kaartje wordt aan een bloem gehangen, tijdens de uitvaart lopen de kinderen langs de kist en leggen hun bloem erop.
- Iedere leerling schrijft een laatste boodschap voor de overleden leerling of leerkracht op bijvoorbeeld een ster van karton, tijdens de uitvaart leggen ze deze in de kist of graf
- Op school wordt een plek ingericht met knuffels en andere eigendommen van de overleden leerling of leerkracht, een foto van hem of haar en waxinelichtjes.
- Ieder kind plant een zonnebloempit in de 'schooltuin' rondom een monumentje voor de overleden leerling of leerkracht.
- Ieder kind maakt een vlinder. De vlinders krijgen een plek op het graf
- Ieder leerling zet zijn naam of tekst op een kiezelsteentje, de steentjes worden vervolgens op het graf gelegd
- Kinderen gaan bellenblazen als de kist zakt of bij het graf of in het crematorium

9. Het rouwproces

Inleiding

Kinderen rouwen ook, net als volwassenen. In grote lijnen is het rouwproces hetzelfde. Kinderen ervaren dezelfde pijn, maar hun reacties zijn minder voorspelbaar. In dit hoofdstuk worden de verschillende rouw emoties in algemene zin belicht. De rouwreacties wisselen elkaar af en hoeven niet persé in vervolgstappen te verlopen. Het kan ook zijn dat bepaalde rouwreacties terugkomen. Nieuw wetenschappelijk onderzoek wijst nu in de richting van omgaan met de dood als een heen en weer gaande beweging tussen verlies en verbinding zoeken: rouwgevoelens om het gemis, maar ook kijken hoe om te gaan met de toekomst. Om duidelijkheid te geven met welke gevoelens rouw gepaard kan gaan volgt hieronder een aantal rouwreacties.

Boosheid, verdriet en angst

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

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

Desoriëntatie en desorganisatie

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

De ontkenning

Bij ontkenning ontkent de leerling de werkelijkheid omdat deze te veel pijn doet. Er is geen opvallend gedrag.

De meeste kinderen kiezen er bij deze emotie voor alleen te zijn en de eenzaamheid op te zoeken. Het verdringen van het verlies kan ertoe bijdragen dat de leerling geen nieuwe intieme gevoelsrelaties aan wil gaan om nieuw verlies te voorkomen.

Opstandigheid

Bij opstandigheid protesteert de leerling tegen de werkelijkheid. Sommige kinderen zijn kwaad op personen die in hun ogen de dood hadden kunnen voorkomen (verwijten aan bijvoorbeeld ouders, politie, huisarts, ziekenhuis).

Ook kan er sprake zijn van concentratie - en leerproblemen, slapeloosheid en terugval in een vorige ontwikkelingsfase (bijvoorbeeld weer duimen of bedplassen (ook bij jongeren kan dit), thuis en op school zich extra aanhankelijk en afhankelijk tonen).

Aanvaarding

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

Integratie

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

Tot slot...

Voor alle taken in het rouwproces geldt:

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

Contact met nabestaanden

Door contact met de nabestaanden te onderhouden kan er gekeken worden welke steun en aandacht het gezin op prijs stelt. Dit kan in de loop van de tijd veranderen. Van belang is om de verwachtingen aan beide zijden goed uit te spreken; dit voorkomt pijnlijke teleurstellingen.

Belangrijke momenten zijn:

- De verjaardag van de overleden leerling
- De sterfdag één jaar later

10. Verschillende culturen en religies

Het is goed om ook jongeren nog te informeren over het verloop van een uitvaart en het gebruik van rituelen. Hiervoor is het nodig zelf op de hoogte te zijn van de achtergrond van religieuze of culturele rituelen. Binnen een religie of cultuur kunnen echter grote verschillen zijn. Soms houdt men zich strikt aan de traditionele voorschriften, soms juist niet. Ook als u denkt goed op de hoogte te zijn van de gewoonten is het goed om na te vragen hoe het afscheid precies zal verlopen. Anders komt u voor verrassingen te staan.

Katholieken

Het afscheid is vormgegeven in een mis waarbij wijwater en wierook een belangrijke rol spelen. Er kan een collecte zijn ten behoeve van de kerk of om missen op te dragen aan de overledene. De avond voor de uitvaart houdt men meestal een avondwake. Tijdens de dienst wordt soms een gedachtenisprentje uitgedeeld met de afscheidstekst of een tekst ter overweging. Meestal zijn er veel bloemen aanwezig.

Protestanten

Over het algemeen is de uitvaartdienst bij protestanten veel soberder dan bij katholieken. Traditioneel horen er ook geen bloemen en kaarsen bij, maar dit wordt nu soms wel toegepast. Van oudsher was er geen rouwdienst vanuit de kerk. Sinds de jaren '70 gebeurt dit wel maar dit is niet in alle kerkgemeenten gebruikelijk. In orthodoxe kring is cremeren verboden.

Moslims

Reinheid speelt een grote rol bij de rituele voorschriften. Na het overlijden volgen rituele wassingen die alleen uitgevoerd mogen worden door mensen die alle voorschriften kennen. Mannen worden door mannen, vrouwen door vrouwen verzorgd. Moslims worden vaak in het land van herkomst begraven of op een islamitische begraafplaats in Nederland. Dit moet binnen 24 uur gebeuren. In Nederland gebeurt het na de wettelijke termijn van 36 uur.

Cremeren is verboden uit respect voor het lichaam en de associatie met de hel. De begrafenis is een mannenaangelegenheid. Vrouwen bezoeken het graf meestal wanneer de mannen vertrokken zijn. Na de begrafenis volgt een rouwperiode van veertig dagen die feestelijk wordt afgesloten.

Hindoestanen

Het overlijdensbericht wordt bij Hindoestanen niet per kaart verzonden, maar telefonisch rondgezegd. Men kiest vrijwel altijd voor een crematie, omdat dat voor het lichaam de snelste manier is om terug te keren tot de bron. De overledene wordt door het vuur gereinigd van alle menselijke onreinheden. De crematie betekent een bevrijding van de ziel. Daarom krijgt ook vreugde een plek naast alle andere emoties. De kist met de overledene is open. De zonen staan aan het hoofdeinde, de oudste zoon is kaalgeschoren. De stoet aanwezigen loopt langs de kist en legt er bloemen of bloemblaadjes in. Enkele mannelijke familieleden gaan mee naar de oven om de verbranding mee te maken. Op de dertiende dag eindigt de rouw met een plechtigheid.

Surinaamse creolen

De meeste creolen in Nederland zijn protestant, maar bij velen speelt het wintigeloof een rol. Bij een sterfgeval voeren de meeste creolen een combinatie van christelijke en wintirituelen uit. In besloten kring worden reinigings- en zuiveringsrituelen uitgevoerd. Er wordt gezongen, gedanst en gebeden. Na drie dagen komt iedereen bijeen voor het rouwbeklag waarbij gedanst, gezongen, gegeten en gebeden wordt.

Bijna altijd kiest men voor begraven. Na de begrafenis is er weer rouwbeklag en na veertig dagen opnieuw. Dan gaat het er feestelijk aan toe omdat de rouwperiode afgesloten wordt.

Joden

Na het overlijden wordt de dode onmiddellijk met een laken afgedekt. Ook de naaste familie mag de overledene niet meer zien. Het aanschouwen van een overledene geldt als een aantasting van de geestelijke integriteit van de mens, omdat de overledene daar zelf geen zeggenschap meer over heeft.

Joodse uitvaarten vinden zo mogelijk binnen 36 uur na het overlijden plaats.

De overledene wordt meestal begraven. Liberale joden staan crematie wel toe. Meestal ontbreken bloemen. Nadat de kist in het graf gezonken is, maken nabestaanden een scheur in hun kleren als teken van rouw. Er volgen zeven dagen van rouw. Men blijft thuis, de mannen scheren zich niet en men wordt verzorgd door anderen die bijvoorbeeld eten komen brengen.

Molukkers

De meeste Molukkers behoren tot het protestantisme. Een beperkt aantal is rooms-katholiek. Daarnaast behoort een minderheid tot de islam. De opvattingen van protestantse en katholieke Molukkers over de dood komen overeen met de gangbare opvattingen van protestanten en rooms-katholieken in Nederland. De Molukkers hebben zich over het algemeen wel georganiseerd in eigen kerkgemeenschappen, met eigen dominees en pastores.

11. Suggesties voor kringgesprekken en andere werkvormen

11 A. Kringgesprekken

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

Doel van het kringgesprek

Een kringgesprek naar aanleiding van een sterfgeval van een leerling of een 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 uitlaat bieden voor gedachten en gevoelens ten aanzien van de dood 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 afscheidsbijeenkomst 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 enkele kringgesprekken.

Daartoe lenen zich de volgende momenten.

1. Direct na het bekend worden van het overlijdensbericht

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

Het gesprek concentreert zich op de emoties van de leerlingen.

Thema's in dit eerste kringgesprek kunnen zijn:

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

2. Eén of twee dagen vóór de begrafenis/crematie

Dit gesprek kan meerdere doelen hebben:

- emoties die zijn ontstaan naar aanleiding van het sterfgeval, de dood in het algemeen of de overledene bespreekbaar maken
- voorbereidingen treffen voor de begrafenis/crematie/afscheidsbijeenkomst.

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
- hoe verloopt een begrafenis, crematie of afscheidsbijeenkomst, welke rituelen doen zich daarbij voor.
- 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/afscheidsbijeenkomst van de overledene (bijv. een voordracht, muziek, een brief of advertentietekst)?

3. Direct na de begrafenis/crematie

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

Thema's in dit gesprek kunnen zijn:

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

4. Enkele dagen na de begrafenis/crematie

Het doel van dit gesprek is vooral het bespreekbaar maken van de gevoelens die sinds de afscheidsbijeenkomst 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
- wat wordt er met het kluisje gedaan
- 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 of hulp nodig hebt Evt. praten met JGZ of JMW in school

5. Enkele weken na de begrafenis/crematie

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

Thema's in dit gesprek kunnen zijn:

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

Door regelmatig kringgesprekken te voeren waarin de leerlingen met hun vragen en emoties voor de dag kunnen komen, wordt 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 bij de nabestaanden altijd 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 dat thema alleen een 'opstapje' is voor 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)
- gebruik een dierenverhaal om wat meer op afstand te spreken over dood

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 vragen:

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

Als de leerlingen met hun emoties, vragen en gedachten voor de dag komen, is het van belang om zoveel mogelijk te luisteren. Geef geen commentaar. Luister 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 gemaakt worden?

Soms leidt een kringgesprek tot ideeën, voornemens of plannen. Probeer die steeds zo concreet mogelijk samen te vatten en peil de meningen van de groep. Schrijf zo nodig afspraken, plannen of wensen die geuit zijn, op het bord. Peil 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 methodes 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. We noemen er drie:

1. 'Lege hoofdjes'

Geschikt voor: kinderen vanaf de middenbouw van het basisonderwijs en voortgezet onderwijs.

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

Werkwijze: teken de contouren van een (kinder)hoofdje ter grootte van een A-4; kopieer dat

voor elk kind; deel de fotokopieën uit en vraag aan de kinderen om in de hoofdjes

de woorden te schrijven die volgens hen als eerste door het hoofd schieten bij iedereen die erbij betrokken is. Als iedereen klaar is, kunnen de hoofdjes opgehangen worden. Vraag aan de kinderen hun hoofdje zelf toe te lichten. Vervolgens kan aan de groep gevraagd worden of zij dat ook hebben. Vraag de kinderen ook wat je het beste kunt doen als je zoiets denkt of voelt.

2. Vragendoos

Geschikt voor: leerlingen vanaf de middenbouw van het basisonderwijs.

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

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

- wat zou je nog tegen je overleden groepsgenootje willen zeggen;
- waar denk je het meeste aan als je aan hem/haar denkt;
- wat zal 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. Het kan ook na de begrafenis of crematie aan de familie/ ouders gegeven worden.

3. 'Dood eerlijk'

Geschied voor: leerlingen vanaf de middenbouw van het basisonderwijs.

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

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

Voorbeelden van aanvulzinnen:

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

Aandachtspunten bij deze kringgesprekken

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

11 B. Andere werkvormen

Inleiding

Naast het voeren van kringgesprekken kunnen ook andere werkvormen worden gebruikt om leerlingen te helpen bij het verwerkingsproces. De keuze hangt af van de omstandigheden, de leeftijd van de leerlingen en hun relatie met de overledene. In dit hoofdstuk beschrijven we enkele werkvormen.

Expressievakken

Veel kinderen vinden het prettig om hun emoties te uiten via expressie. Ze schilderen, tekenen, boetsen of musiceren bijvoorbeeld iets dat hen doet denken aan hun overleden medeleerling of docent

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 docent 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. U kunt de boodschap ook op lange linten laten schrijven en die over de kist laten hangen of aan een tak binden en die meegeven tijdens 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 boek levert een belangrijke bijdrage aan het verwerkingsproces (voor titels zie hoofdstuk 13. Literatuur). Kinderen voelen zich gesteund door de gevoelens van de hoofdpersoon.

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

Stel vervolgens de volgende vragen:

- vond je het een mooi boek?
- werd je er verdrietig van?
- wat raakte je?
- wie huult er weleens 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 gemaakt worden 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 klas/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.
- Houdt rekening met religie/cultuur en religieuze/culturele verschillen.
- Houdt ook rekening met bijgeloof en fantasievoorstellingen bij leerlingen (als gevolg van films en literatuur).
- Kinderen en jongeren kunnen niet 24 uur achter elkaar rouwen. Het is daarom goed om ook activiteiten te organiseren die niets met het overlijden te maken hebben. Een andere mogelijkheid is om leerlingen keuze-opdrachten te geven, ze kunnen dan zelf bepalen of ze met het overlijden en de overledene bezig willen zijn of liever iets anders doen.
- 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 attent.

Een lach en een traan

'Een lach en een traan' is een manier om op een creatieve wijze uiting te geven aan gevoelens. De deelnemers werken individueel. Ze krijgen allemaal twee werkbladen: 'Zon' en 'Traan'. De opdracht is om in de traan de gevoelens van verdriet te verbeelden en in de zon hoe ze weer vreugde zouden kunnen ervaren.

Variaties:

- De traan kan gebruikt worden om in te schrijven van welke gedachten over de overledene je verdrietig wordt (wat mis je) en de goede herinneringen worden in de zon geschreven.
- De werkstukken kunnen verzameld worden en aangeboden aan de nabestaanden van de overledene.

Sommige leerlingen vinden het heel moeilijk om te bedenken wat hen weer vreugde zou geven. Dan mag de zon ook op zichzelf staan, de zon die hen verwarmt en koestert.

12. Verdrietkoffer

De 'Verdrietkoffer' is een themakoffer van GGD Drenthe rond het onderwerp verdriet en rouwverwerking.

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 cremieren te behandelen als onderwerp.

De koffer bevat concrete achtergrondinformatie, handvatten en tal van (les)suggesties om:

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

De verdrietkoffer voortgezet onderwijs bestaat uit:

- boeken met achtergrondinformatie voor docenten
- boeken voor leerlingen, zowel jeugdromans als informatieve boeken
- brochures met achtergrondinformatie
- werkboeken (ter inzage)
- suggesties voor muziek en literatuur
- tips voor omgaan met rouwende kinderen
- diverse (spel)materialen

Uitleen

De Verdrietkoffer is te leen bij GGD Drenthe. Hieraan zijn geen kosten verbonden. Vraag de jeugdverpleegkundige van uw school ernaar. De school kan de verdrietkoffer zolang lenen als gewenst, tenzij een andere school de koffer nodig heeft.

13. Literatuur

Er verschijnen regelmatig goede boeken over verdriet, dood, afscheid en rouw. Een actueel overzicht van boeken rondom deze thema's kunt u vinden op:

<https://www.in-de-wolken.nl/>

<http://www.rouw.nl>

<http://ziezon.nl>

14. Hulpverlening, instanties en websites

Hulp bij opvang en verwerking

Bij een sterfgeval is soms meer ondersteuning nodig of gewenst dan een school kan bieden.

De ondersteuning kan nodig zijn bij:

- de acute opvang van familieleden of klasgenoten, direct na (het bericht van) het overlijden;
- de verwerking, het rouwproces, enige tijd na het sterfgeval.

Leerlingen en schoolpersoneel kunnen indien gewenst altijd rekenen op hulp van buitenaf.

Hulp van buitenaf kan worden ingeschakeld als de directie in overleg met het schoolteam de indruk heeft dat een gesignaleerd probleem méér of andere hulp behoeft dan de school kan bieden. Soms kan de aanpak van een probleem een deskundigheid of een vaardigheid vereisen, waarover niemand in de school beschikt. Soms vergt de aanpak van een probleem meer tijd dan het team kan opbrengen, ook bij onderlinge verschuivingen in het takenpakket. In die gevallen is het gewenst steun en hulp van buitenaf in te schakelen. Belangrijk aandachtspunt daarbij is, dat het inschakelen van externe hulp berust op 'common sense'. In ieder geval dient het voltallig personeel op de hoogte te zijn van de inschakeling van externe hulp.

Instanties

GGD Drenthe

De jeugdarts of de jeugdverpleegkundige van de school zal bij een sterfgeval in ieder geval geïnformeerd worden. Zij kunnen in een consultatieve rol benaderd worden (voor advies). Ze kunnen ook ingeschakeld worden voor, of betrokken worden bij, de gesprekken met vrienden, groepsgenoten en desgewenst bij de contacten met de familie van de overledene. Bij de opvang van individuele leerlingen die problemen ervaren bij het verwerkingsproces, kan de jeugdarts adviseren en bemiddelen. De jeugdarts/jeugdverpleegkundige kan een spilfunctie in de hulpverlening vervullen en eventueel doorverwijzen naar andere instellingen. Indien wenselijk kan het PSHI (zie pagina 5) ingeschakeld worden.

Bij overlijden door een ongeval of misdrijf is de gemeentelijke lijkschouwer als één van de eersten op de hoogte van het overlijden. Meestal is dit een arts van de GGD. Hij of zij zal proberen om zijn/haar collega die als jeugdverpleegkundige of jeugdarts bij de school betrokken is op de hoogte stellen. Maar soms loopt de informatie via een andere route.

Sociaalteam van de gemeente

Soms is een sterfgeval (bij leerlingen) aanleiding tot gedragsproblemen, emotionele problemen, problemen thuis of in relaties met medeleerlingen. Vaak worden op school de eerste signalen waargenomen zoals concentratiemoeilijkheden, somberheid, dalende motivatie, afzondering of spijbelgedrag. De contactpersoon van het JGT voor de school verbonden, kan op de school consultatie en advies aan beroepskrachten bieden. Als er op de school sprake is van Schoolmaatschappelijk Werk, kan er tevens kortdurende hulp aan leerlingen op school en hun ouders/verzorgers worden geboden.

Kinder- en jeugdpsychiatrie

Hulp van de Geestelijke Gezondheids Zorg 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 bedplassen), leer- en concentratieproblemen, spijbelen of depressies.

Op de afdeling preventie kunnen scholen terecht voor nazorg, informatie en deskundigheidsbevordering voor het team over onderwerpen als verliesverwerking, depressie of suïcide. Verder kan er advies en consultatie worden aangevraagd voor docenten en leerlingen.

Mensen met psychische en psychiatrische klachten kunnen bij de GGZ terecht. Aanmelding gebeurt via de jeugdarts van de GGD of de huisarts.

Politie

Voor het opsporen en informeren van familieleden van de overledene, kan de politie worden ingeschakeld. Wanneer de dood het gevolg is van een ongeval (bijvoorbeeld op school) of van een misdrijf, dan moet de politie vanzelfsprekend worden ingeschakeld.

Algemeen telefoonnummer: 0900 88 44

Alarmnummer: 112

Onderwijsbegeleidingsdienst

De onderwijsbegeleidingsdienst kan zowel groepen als individuele leerlingen en het schoolteam begeleiden bij een (plotseling) overlijden.

Ouders kunnen met hun vragen betreffende opvang van hun kind(eren) ook bij de onderwijsbegeleidingsdienst terecht.

Calamiteiten/zedenteam

In Drenthe functioneert sinds enkele jaren een PSHI waarin onder meer bovenstaande organisaties participeren. Als er sprake is van meerdere slachtoffers, moord of suïcide, veel maatschappelijke onrust kan het calamiteitenteam ingeschakeld worden.

Het doel van het PSHI is het voorkomen en beperken van gezondheidsproblemen en maatschappelijke onrust bij ingrijpende incidenten. Het team coördineert de psychosociale hulpverlening: wie doet wat, voor wie en wanneer? Op die manier draagt het team bij aan snelle en efficiënte hulpverlening: niet te veel en niet te weinig en altijd in nauw overleg met de betrokken instellingen.

Het team komt in actie als naast de gewone inzet van de betrokken instellingen samenwerking en coördinatie nodig zijn.

Het aanbod van het team bestaat uit:

- advies aan en ondersteuning van instellingen
- opvang van en hulpverlening aan betrokkenen
- voorlichting aan familieleden, collega's, buurtgenoten etc.
- advies en ondersteuning bij contacten met de pers

Hierbij kan het team o.a. het volgende bieden:

- het organiseren en uitvoeren van een voorlichtingsbijeenkomst
- een vast contactpersoon voor betrokken instellingen
- schriftelijk informatiemateriaal over ingrijpende incidenten, hulpverleningsmogelijkheden, omgaan met de pers etc.
- lesmateriaal

KPC groep

Inschakelen van Calamiteitenteam.

Een school die te maken krijgt met een calamiteit die invloed heeft op sociaal-emotioneel welbevinden van management, personeel, leerlingen, ouders en directe omgeving, kan gratis advies krijgen van adviseurs van het Calamiteitenteam.

Bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 9.00 – 17.00 uur: 073-6247233

www.kpcgroep.nl. Op de website o.a.

[Lesideeën bij verlies, ziekte en dood \(pdf\)](#)

Landelijke steunpunt verlies

Het landelijk steunpunt verlies 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

Tel: (033) 4616886 (ma, di, do, vr. van 9.00 – 12.00 uur)

E: info@steunbijverlies.nl

www.steunbijverlies.nl

Landelijke Zelfhulporganisatie 'Ouders van het overleden kind'

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

Postadres: postbus 418, 1400 AK Bussum

Tel: (0900) 20 22 723 (werkdagen van 9.00 - 12.00, 14.00 - 17.00, 19.00 - 22.00 uur)

www.ook.nl

OnderwijsAdvies

Het onderwijsadviesbureau kan zowel groepen als individuele leerlingen en het schoolteam begeleiden bij een (plotseling) overlijden. Ouders kunnen met hun vragen betreffende opvang van hun kind(eren) ook bij OnderwijsAdvies terecht.

www.onderwijsadvies.nl

Slachtofferhulp Nederland, Drenthe

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.

Tel: 0900 0101 (ma-vr. 9.00 – 17.00 uur)

www.slachtofferhulp.nl

Stichting 'Achter de Regenboog'

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

Postadres Landelijke Stichting

Stichting Achter de Regenboog

Postbus 13012

3507 LA Utrecht

Informatie- en advieslijn: 0900 233 41 41 (werkdagen 9.00 tot 11.00 uur (gratis))

www.achterderegenboog.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. In de Wolken voorziet in de behoefte aan informatie via publicaties, brochures, boeken en een uitgebreide literatuurlijst. Ook worden op beperkte schaal informatiebijeenkomsten, lezingen en ouderavonden gehouden. Aan In de Wolken is een kleine praktijk voor begeleiding van rouwende kinderen verbonden.

Bezoekadres: Spoorlaan 9c Heeze

Postadres: Spoorlaan 9c, 5591 HT Heeze

Tel: (040) 2260450 (werkdagen 9.00 tot 12.00 uur, m.u.v. de schoolvakanties)

www.in-de-wolken.nl

Websites**Rouwverwerking op de basisschool**

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

www.heermans.demon.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

Stichting kind en rouw

De stichting kind en rouw trekt zich het lot aan van kinderen die in een rouwproces zijn gekomen.

www.kindenrouw.nl

Rouw.nl

De informatie- en adressengids voor rouwverwerking

Verzorgd door de Uitvaart Internet Diensten met informatie over een onderzoek 'Omgaan met rouw' van de Universiteit van Utrecht; enquête rouwverwerking; algemene informatie over rouwverwerking, met o.a. de fasen van rouw, hulp aan nabestaanden.

www.rouw.nl

VOKK

Verzorgd door de Vereniging Ouders, Kinderen en Kanker met informatie over deze vereniging; publicaties, ook voor kinderen, ook voor het onderwijs, ook over kinderen die niet zullen genezen; links; nieuws en tips.

www.vokk.nl

Vereniging Ouders van een Overleden Kind

De site van deze landelijke zelfhulporganisatie biedt ruimte aan de werkgroep broers en zussen. OOK geeft diverse brochures uit, onder andere voor kinderen in rouw en over rouw op school.

www.ook.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

Zonder ouders

Informatie voor iedereen die zijn/haar ouder(s) door overlijden verloren heeft.

www.zonderouders.nl

www.voorjongehelden.nl

Voor kinderen/ jongeren die iemand hebben verloren door overlijden of te maken hebben met echtscheiding

www.oudersvanjongehelden.nl

Voor ouders die een partner of kind hebben verloren of andere dierbare

www.rouwnazelfdoding.nl

Advies en voorlichting

Erve van 't, M. en Windmeijer, P.

[Steun voor ouder\(s\) en kind\(eren\) na zelfdoding van een gezinslid \(pdf\)](#)

Handleiding voor organisatie en begeleiding

Indigo, 2011

Landelijk Steunpunt rouw: www.landelijksteunpuntrouw.nl

Bijlagen

1. Stappenplan checklist
2. Formulieren set
 - 2A. Voorbeeld casusformulier
 - 2B. Voorbeeld van kernteam-formulier
 - 2C. Voorbeeldbrief aan ouders bij overlijden van leerling na ziekte
 - 2D. Voorbeeldbrief aan ouders bij poging tot zelfdoding van leerling zonder dodelijk gevolg
 - 2E. Voorbeeld van informatie aan leerlingen, ouders en collega's bij zelfdoding van een leraar of leerling
 - 2F. Voorbeeldbrief aan ouders m.b.t. zelfdoding (1)
 - 2G. Voorbeeldbrief aan ouders m.b.t. zelfdoding (2)
 - 2H. Voorbeeldbrief aan leraren
 - 2I. Brief aan leerlingen, een week na de gebeurtenis
 - 2J. Voorbeeldbrief aan ouders met informatie over de uitvaart
 - 2K. Voorbeeld van informatiebulletin bij de dood van een vermiste leerling
 - 2L. Brief aan leerlingen ouders
 - 2M. Informatiebulletin 2
 - 2N. Informatiebulletin 3
 - 2O. Informatiebulletin 4
 - 2P. Informatiebulletin 5
 - 2Q. Voorbeeldbrief aan ouders bij levensbedreigende ziekte van een leerling
3. Uw kind heeft een schokkende gebeurtenis meegemaakt; informatie voor ouders
4. Kaartjes voor kringgesprek
5. Traan
6. Zon

Het bericht komt binnen

- Controleer het bericht op juistheid
- Geef het bericht door aan: directie en leerkracht/mentor.
- Als het overlijden op school plaatsvindt: familie inlichten (gebeurt vaak door politie).

1

2

Kernteam samenstellen

Het kernteam kan bestaan uit: directeur, leerkracht/mentor, zorgcoördinator/extern deskundige en/of vertegenwoordiger oudercommissie

Directe actie van kernteam

- Doel:
Een zo compleet mogelijk beeld verkrijgen van de overledene en wat er is gebeurd.
- wie is er overleden
 - wat is er precies gebeurd
 - waar en hoe is het gebeurd
 - het kernteam verifieert de melding (nogmaals)
 - wie legt contact met ouders/familie (en blijft contactpersoon)
 - welke informatie mag wel/niet naar buiten worden gebracht in overleg met direct betrokkenen
 - wie zijn de belangrijkste vrienden/vriendinnen/collega's
 - zijn er naaste of andere familieleden op school (in welke groep)
 - bericht van overlijden doorgeven aan de GGD zowel bij overlijden van een kind als een leerkracht

3

4

Informeren van de scholengemeenschap

Informeren van personeel

- wat is er precies gebeurd
- wie zijn de leden van het kernteam, welke stappen gaat de school ondernemen
- personeel weet waar de verantwoordelijkheden liggen en wie de beslissingen neemt
- Wat kunnen leerkrachten m.b.t. reacties van leerlingen. Er wordt achtergrondinformatie verstrekt, bijv. over het voeren van 'slecht nieuws gesprekken', kinderen en het beseffen van de dood, taken in het rouwproces
- het geven van suggesties voor kringgesprekken en werkvormen voor in de groep
- informatie geven over de opvangmogelijkheden voor leerlingen
- afspreken op welke manier de teamleden de komende tijd op de hoogte worden gehouden van nieuwe afspraken, mededelingen, ontwikkelingen (bv e-mail, korte bijeenkomsten, memo's)
- contactpersoon voor medewerkers (voor zn. emotionele ondersteuning)
- personeelslid 'aanwijzen' die de sociale media over het incident volgt en het kernteam informeert
- ruimte geven voor het stellen van vragen
- afspraken maken m.b.t. herdenkingsplek in de school
- inlichten van personeel dat niet aanwezig is

Informeren van leerlingen

- wat is er gebeurd
- let op leerlingen die extra aandacht verdienen (die bijv. al eerder een verlies hebben meegemaakt)
- mogelijkheden aangeven voor (interne/externe) opvang voor leerlingen
- opvang van leerlingen na de informatieverstrekking

Informeren van ouder(s)/verzorger(s)

- informeren van ouders per brief (meegegeven aan de leerling) of digitaal: hoe, wie, wat, wanneer

Contact met de ouders/familie van overledene

- neem diezelfde dag nog contact op met de nabestaanden
- spreek een huisbezoek af
- geef aan bij de nabestaanden wie contactpersoon is vanuit school
- wanneer en waar is de begrafenis of crematie
- stelt de familie prijs op aanwezigheid van (een afvaardiging van) leerlingen/personeel

5

Update aan ouders van leerlingen

- Verstuur een brief/ e-mail aan ouders van leerlingen met daarin informatie over:
- de gebeurtenis
 - organisatorische aanpassingen
 - de zorg voor de leerlingen op school
 - contactpersonen op school
 - mogelijke aanwezigheid bij de uitvaart
 - eventuele afscheidsbijeenkomst op school
 - nazorg voor de leerlingen.

6

7

Regelen van organisatorische aanpassingen

Bij een sterfgeval tijdens het schooljaar zal het rooster in mindere of meerdere mate moeten worden aangepast

Begeleiden tussen overlijden en uitvaart

- tijd inruimen voor het uiten van gevoelens
- op condoleancebezoek gaan
- voorbereiden op de uitvaart
- begeleiden tijdens de uitvaart
- begeleiden de dag na de uitvaart
- stilstaan bij hoe nu verder

8

9

Administratieve zaken

- De administratieve zaken moeten zorgvuldig worden afgehandeld. De naam van de overledene moet uit de officiële registers worden geschraven.
- Ga zorgvuldig om met alles wat er van de overleden leerling of leerkracht nog op school aanwezig is.

Individuele begeleiding van leerlingen

Is individuele begeleiding van een leerling nodig? Hoe en door wie?

10

11

Nazorg voor het team en zo nodig ouders

- Is nazorg voor docenten/team nodig? Hoe en door wie?
- Evt. ouderavond organiseren (kan van belang zijn na suicide)

Terugkijken en evalueren

- Na 1 – 3 maanden evalueren met het hele team
- Wie blijft contact houden met de familie?
- Kernteam evalueert de gang van zaken en stelt het protocol zo nodig bij

12

Bijlage 2 Formulieren set

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

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

Meer voorbeeldbrieven zijn te vinden in het boek:

Als een ramp de school treft (ook te downloaden van de website van het ministerie van onderwijs door als zoekterm de titel van het boek "als een ramp de school treft" in te voeren)

Omgaan met calamiteiten in het onderwijs

Uitgegeven bij KPC groep

Geschreven door Heleen Schoots-Wilke, Ine Spee en Riet Fiddelaers-Jaspers

Of op de website van het KPC

Standaardformulieren

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 *kernteam-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 prikborden worden opgehangen, ter plaatse uitgedeeld of per (e-mail)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 e.d. bewaren in het draaiboek, voor als deze in de toekomst onverhoopt nog eens nodig zijn.

Bijlage 2A. VOORBEELD VAN EEN CASUS-FORMULIER

Overleden is op (datum invullen):

Contactpersoon familie:

Adres:

Telefoon:

E-mail:

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

De contactpersoon school:

De overledene was leerling van groep:

Familieleden op school:, groep

....., groep

De beste relaties binnen school:, groep

....., 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:

E-mail:

De begrafenis/crematie vindt plaats op:

Datum, te

Tijd:

Plaats:

Met de familie is het volgende afgesproken:

- bloemen ja/nee bijzonderheden:

- toespraak ja/nee wie:

- advertentie ja/nee, welke krant.....
- aantal aanwezigen namens de school:
- leerlingen met/zonder ouders

Bijlage 2B. VOORBEELD VAN EEN KERNTTEAM-FORMULIER

Schooljaar /

Kernteam-leden 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/de leerlingbegeleiding:

Dhr. / mw.:

adres:

telefoon:

e-mail:

Plaatsvervanger:

Dhr. / mw.:

adres:

telefoon:

e-mail:

3. De mentor van de klas 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.

Bijlage 2C. Voorbeeldbrief aan ouders bij overlijden van een leerling na ziekte

Datum:
Betreft:

Geachte ouder(s)/verzorger(s),

Gisteren is <naam leerling>, leerling uit <groep>, na een langdurige ziekte overleden. Wij zijn daardoor erg geschokt en verdrietig. In de klas heeft de docent, <naam>, dit bericht verteld aan de kinderen. Natuurlijk zullen wij vanuit school veel aandacht besteden aan deze verdrietige gebeurtenis. Wij hopen dat u thuis uw zoon/dochter goed kunt opvangen als hij/zij erover wil praten.

Wij vragen u, namens de ouders van <naam leerling>, hen nu niet thuis te bellen. Hoe begrijpelijk uw medeleven ook is, deze telefoontjes zijn op dit moment een te zware belasting voor hen. Misschien kunt u op een andere wijze uw medeleven tonen. U kunt wel de school bellen. <naam docent>, onderhoudt het contact vanuit school met de familie.

Wanneer wij weten hoe wij met de groep en de school afscheid zullen nemen van <naam leerling>, berichten wij u hierover.

Met vriendelijke groet,

<naam>

Directeur

<naam docent> is telefonisch bereikbaar; <telefoonnummer>

2D. Voorbeeldbrief aan docenten

Datum:

Betreft: overlijden van ...

Beste collega,

Vrijdag jongstleden hebben wij de ouder(s)/verzorger(s) van alle leerlingen van onze scholengemeenschap een brief gestuurd over het overlijden van < naam leerling>. Wij willen in aanvulling op deze brief nog enkele andere punten onder je aandacht brengen.

Herdenkingsbijeenkomst

<dag/ tijd> wordt in de school een herdenkingsbijeenkomst gehouden waarvoor leerlingen (en hun ouders) inmiddels zijn uitgenodigd. Ook jij bent bij deze bijeenkomst van harte welkom.

Uitvaartplechtigheid

De uitvaartplechtigheid voor <naam> is op <datum/tijd>. Op <datum/ tijd> vindt de crematie plaats. Wij willen graag op zo kort mogelijke termijn weten welke leraren de uitvaartplechtigheid en/of crematie willen bijwonen. Indien je dat van plan bent, meld dat dan s.v.p. vandaag bij de administratie.

Extra aandacht voor elkaar

Ten slotte een wellicht overbodige opmerking. Het zal immers voor ieder van ons duidelijk zijn dat het overlijden van < naam leerling> voor iedereen binnen de school een grote schok betekent. Toch is het, vaak ook uit zelfbescherming, ook menselijk om weer over te gaan tot de routine van elke dag. Daarom vragen wij iedereen binnen de school hierbij nadrukkelijk de komende dagen en weken extra alert te zijn op signalen van leerlingen en collega's die erop zouden kunnen duiden dat de betreffende leerling of collega er vooralsnog niet in lijkt te slagen het verdriet een plaats te geven in zijn of haar eigen leven. Als je het idee hebt dat iemand extra ondersteuning nodig heeft, meld dat dan s.v.p. bij een directielid of de IB-er <of andere aangewezen persoon>.

Wij wensen je veel sterkte toe.

Met vriendelijke groet,

<naam>

Bijlage: brief aan ouder(s)/verzorger(s)

Bijlage E. Voorbeeldbrief aan ouders met informatie over de uitvaart

Datum:

Betreft:

Geachte ouder(s)/verzorger(s),

Zoals wij beloofd hebben in onze vorige brief sturen we u nadere informatie over de uitvaart van De begrafenis van vindt aanstaande vrijdag plaats.

Op donderdagmiddag worden de groepsgenoten en vrienden van in de gelegenheid gesteld om afscheid van hem te nemen in Met de ouders van en de uitvaartleider is een aparte bezoektijd afgesproken zodat we rustig de tijd kunnen nemen voor het afscheid. De leerlingen gaan gezamenlijk vanuit school naar het rouwcentrum. Er gaan leraren mee om hen te begeleiden en zo nodig op te vangen. Wanneer u er bezwaar tegen heeft dat uw zoon of dochter meegaat naar het rouwcentrum, neemt u dan contact op met de leerkracht van uw kind.

Vrijdagochtend om 10.30 uur is de afscheidsdienst in Leerlingen van klas en docenten gaan gezamenlijk vanuit school naar de kerk. Na de dienst is er gelegenheid tot condoleren in Na de condoleance verzamelen de leerlingen zich weer en gaan terug naar school om samen iets te drinken en na te praten.

Aanstaande maandag om 9.30 uur is er een afscheidsbijeenkomst voor in de aula van de school. Dit is om alle leerlingen de gelegenheid te geven afscheid te nemen van, ook de leerlingen uit andere klassen. De ouders van en zijn zus zullen hierbij aanwezig zijn. De leerlingen kunnen zelf beslissen of ze aan deze afscheidsbijeenkomst deel willen nemen.

Wanneer u vragen heeft over bovenstaande of wanneer u merkt dat uw zoon of dochter problemen heeft met de verwerking, kunt u contact opnemen met

.....
Directeur

2F. Voorbeeldbrief aan ouders bij levensbedreigende ziekte van een leerling

Datum:

Betreft:

Geachte ouder(s)/ verzorger(s),

Met deze brief willen we uw aandacht vragen voor het volgende:

Onze dochter Uit klas heeft leukemie, een vorm van kanker.

Het betekent echter wel dat behandeld wordt met cytostatica, medicijnen die de celdeling remmen. Door de medicijnen neemt haar afweer sterk af en is zij extra vatbaar voor allerlei ziektes en griepjes.

Het is voor het beste als zij, als dat enigszins mogelijk is, net als ieder ander kind gewoon naar school gaat.

Het is zo dat sommige (kinder)ziekten een zeer ernstig verloop hebben bij een kind met kanker en daarom willen wij graag extra beschermen. Daarbij hebben wij uw medewerking nodig en vragen u ons alstublieft onmiddellijk te bellen als uw dochter of zoon ziek is en ons te vertellen om welke ziekte het gaat (niet bij gewone verkoudheid of hoest).

Voor uw medewerking willen wij u bij voorbaat hartelijk bedanken.

De ouders van

Adres:

Telefoonnummer:

E-mail:

Bijlage 3 Uw kind heeft een schokkende gebeurtenis meegemaakt; informatie voor ouders

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

Hoe zien kinderen de dood?

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

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

Zelf iets maken helpt kinderen ook om de dood een plaatsje te geven. U kunt uw kind daarbij helpen door bijvoorbeeld samen een brief te schrijven als afscheid of een gedicht te maken.

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 tevoren wél 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 erover praten. Het andere kind trekt zich terug of wordt juist heel druk.

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
- lichamelijke klachten zoals hoofdpijn en buikpijn
- hongerig zijn
- zich schuldig voelen over wat er gebeurd is
- dingen doen of beslissen die het anders nooit zou doen.

Als u merkt dat uw kind anders doet, praat er dan over. Laat uw kind zijn eigen verhaal vertellen. Wat hoorde het, zag het en rook het? Wat dacht en voelde het? En wat deden of zeiden anderen?

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

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

Sta uw kind tijdelijk toe dat het zich anders gedraagt. Bijvoorbeeld: harde muziek aan 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 van de GGD, telefoon (088) 2460246
- Het Centrum voor Jeugd- en Gezin in uw woonplaats, zie voor contactgegevens:
www.ggddrenthe.nl

Bijlage 4 Kaartjes voor kringgesprek

Kaartjes te gebruiken bij kringgesprek of als aanzet voor het schrijven van een opstel, brief of gedicht.

boos	geschrokken	somber
verdrietig	verbaasd	vreemd
verward	onverschillig	onwennig
bang	opgelucht	razend

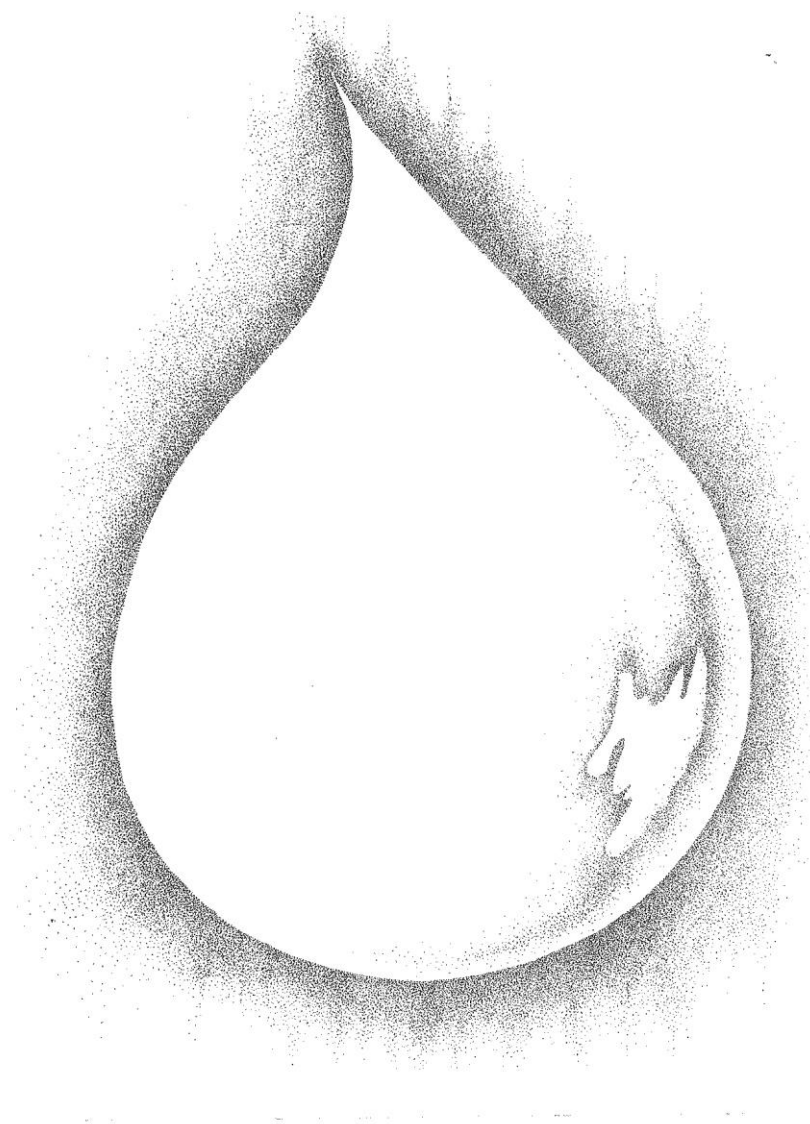
verwonderd	teleurgesteld	Wanhopig
moe	verongelijkt	angstig
schuldig	troosteloos	alleen
kwaad	net-schuldig	jaloers
verbijsterd	gespannen	woedend

Kaartjes te gebruiken bij kringgesprek of als aanzet voor het schrijven van een opstel, brief of gedicht.

'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'

Bijlage 5 Traan



Bijlage 6 Zon

