



Zaanstreek-Waterland



# **Verdriet en rouw**

## **Protocol voor het primair onderwijs regio Zaanstreek-Waterland**

## **Inhoudsopgave**

1. Inleiding	3
2. Consultatie	3
3. Het thema dood op school	3
4. Een ernstig zieke leerling	4
5. Het bericht	4
6. Sleuteltrio of crisisteam	4
7. Stappenplan	5
8. Werkvormen	8
9. Adressen	9
10. Boeken en websites	10
Bijlage 1 Rouwtaken	11
Bijlage 2 Rouw bij kinderen	13
Bijlage 3 Rouw per leeftijd	14
Bijlage 4 Tips voor het omgaan met rouwende kinderen	16
Bijlage 5 Rouwen in verschillende culturen	
Bijlage 6 Checklist	19

## **1. Inleiding**

Leerlingen, leerkrachten, directie, administratief en onderwijsondersteunend personeel van een school: zij vormen met elkaar een 'gemeenschap'. Als iemand uit die 'gemeenschap' een ernstige ongeneeslijke ziekte krijgt of overlijdt, is dat in de meeste gevallen een gebeurtenis die de hele 'gemeenschap' raakt. Het omgaan met een ernstig zieke of overleden leerling of collega vraagt om bezinning. Dit protocol voor leerkrachten en directies, brengt punten onder de aandacht dat in een dergelijke situatie van belang is en bevat suggesties en aanbevelingen.

Afhankelijk van de persoon die ernstig ziek of overleden is en de plaats die hij/zij innam in de 'schoolgemeenschap', kan de school het hele protocol volgen of delen daarvan.

De school kan dit protocol ook helemaal of gedeeltelijk volgen, als een ouder of verzorger van één van de leerlingen een ernstige ongeneeslijke ziekte krijgt of overleden is. Dit is afhankelijk van het beleid van de school hierin.

## **2. Consultatie**

In de praktijk zal het gelukkig vrij zelden voorkomen dat een leerling of een leerkracht of iemand anders uit de 'schoolgemeenschap' overlijdt. Dat betekent wel, dat scholen niet gemakkelijk een 'routine' opbouwen in het omgaan met dergelijke situaties. Om overhaaste en ongecoördineerde acties en reacties te voorkomen kan het belangrijk zijn om snel een contactpersoon te raadplegen die ervaring heeft op dit gebied. U kunt de jeugdverpleegkundige of jeugdarts van GGD Zaanstreek-Waterland in een dergelijke situatie om advies benaderen.

## **3. Het thema dood op school**

Een school waar verdriet en dood onderwerpen zijn waar vrij over kan worden gesproken, kan veel betekenen voor alle betrokkenen. Aanleiding voor een gesprek in de groep kan zijn datgene wat zich voordoet: de dood van de poes, een dood vogeltje op het speelplein, enz. Het is belangrijk dat leerkrachten kennis hebben van wat kinderen voor ideeën kunnen hebben over de dood. Dat verschilt per leeftijdscategorie. In de literatuur is veel informatie te vinden hoe een leerkracht het thema dood in het algemeen in de groep aan de orde kan stellen.

Het is van groot belang om, los van een dergelijke emotionele gebeurtenis, als schoolteam met elkaar van gedachten gewisseld te hebben over de thema's 'ongeneeslijke ziekte of dood', eventueel met ondersteuning van een deskundige. Daarin moet plaats zijn voor de eigen emoties over dit onderwerp, ervaringen daarmee en hoe je ermee kunt/zult omgaan. Het is verstandig om als school een beleid hierover vastgesteld te hebben. Om ervoor te zorgen dat de school zo weinig mogelijk hulp van buitenaf nodig heeft, moeten leerkrachten (en leerlingen) goed voorbereid zijn.

Een mogelijkheid is het lenen van de themakoffer 'Verdriet & Rouw'. Deze op maat samengestelde themakoffer met materialen om het onderwerp met de leerlingen te bespreken, is gratis te leen bij GGD Zaanstreek-Waterland.

## 4. Een ernstig zieke leerling

Behalve met een onverwacht overlijden, kan de school ook het bericht krijgen dat een leerling ongeneeslijk ziek is. Zolang het kan moet de leerling zo normaal mogelijk doorgaan op school. Geen eisen meer stellen, omdat dat 'zelig' zou zijn, betekent tegelijkertijd de leerling 'opgeven'. Ook als de leerling niet meer op school kan komen, blijft het contact met school en onderwijs belangrijk. Zelfs kinderen die weten dat hun tijd beperkt is, willen vaak gewoon les.

De ouders kunnen aangeven wat wenselijk is en mogelijk. Welk onderwijs kan normaal doorgaan, wat niet, welke informatie wordt verstrekt aan medeleerlingen, welke juist niet, waar moet rekening mee worden gehouden, enz. Een goed contact tussen leerkracht(en) en ouders zal bijdragen aan het vertrouwen in eigen kracht en intuïtie om ook in zeer moeilijke omstandigheden de juiste weg te bewandelen.

Meer informatie over de ondersteuning is te lezen op de website van het landelijk netwerk Ziek zijn & Onderwijs: [www.ziezon.nl](http://www.ziezon.nl)

## 5. Het bericht

Ieder geval van overlijden is anders. De doodsoorzaak kan zeer uiteenlopend zijn: ziekte, een ongeval of zelfmoord. Het moment van overlijden ook: het kan op school gebeuren, in het weekend, in de avonden of in de vakantie. Het overlijdensbericht kan op verschillende manieren binnenkomen, bijvoorbeeld:

- officiële melding aan directie of administratie,
- via sociale media,
- via het mondelinge circuit,
- telefonisch,
- per post/e-mail of via een advertentie in de krant.

Het bericht moet zo snel mogelijk naar:

- De directie of een (vooraf aan te wijzen) directielid. Bij diens afwezigheid aan een (vooraf aan te wijzen) vervanger, die het bericht eerst verifieert.
- De leerkracht van de betrokken groep.

Degene die het bericht ontvangt, gaat bij de melder na of bovengenoemde sleutelfiguren al op de hoogte zijn gesteld. Zo niet, dan zal de ontvanger van het bericht dat zelf moeten doen. 'Zo snel mogelijk' betekent: desnoods in het weekend, tijdens de vakantie, tijdens de les of 's avonds laat.

Als het overlijden op school plaatsvindt, is het vanzelfsprekend dat de ouders/familie direct worden geïnformeerd, bij voorkeur door de directeur. Wanneer ouders/partners niet direct bereikbaar zijn, kan school de hulp van de politie inroepen om hen op te sporen.

## 6. Sleuteltrio of crisisteam

Een ongeneeslijke ziekte of plotselinge dood van iemand uit de schoolgemeenschap vraagt om een goed gecoördineerde actie (reactie) van school. Daarom is het aan te bevelen om een sleuteltrio of crisisteam te vormen. Dat kan bestaan uit:

- De directeur of diens vervanger
- De groepsleerkracht
- Intern begeleider/schoolmaatschappelijk werker

Dit sleuteltrio komt bij elkaar, stemt de agenda's op elkaar af en zorgt ervoor de komende dagen voor onderling overleg bereikbaar te zijn. Het is belangrijk om af te spreken wie de eindverantwoordelijkheid heeft en welke volmachten er gegeven moeten worden voor roosterwijzigingen, opvang van leerlingen en contact met de familie van de overledene.

Van het sleuteltrio wordt een professionele opstelling verwacht. Daarom is het van belang om stil te staan bij de eigen gevoelens en gedachten tegenover de dood en de eigen betrokkenheid bij de overledene.

## 7. Stappenplan bij overlijden

Zie checklist bijlage 6.

### Stap 1: Duidelijkheid zien te krijgen

Allereerst moet er een duidelijk en compleet beeld komen:

- Klopt het bericht?
- Wie is er overleden?
- Wat is er precies gebeurd?
- Waar, wanneer en hoe is het gebeurd?
- Zijn de ouders/familie al op de hoogte?
- Zijn er broers/zussen op school? In welke groep?
- Wie zijn de belangrijkste vrienden/vriendinnen?

Dit is de informatie waar leerlingen, collega's en ouders in eerste instantie naar vragen.

Daarna komen vragen als:

- Wanneer en waar is de begrafenis of crematie? Je kunt te maken krijgen met kinderen en jongeren uit andere culturen. Voor meer informatie:  
Troost voor tranen, Ineke Wienese  
Veelkleurig verdriet, afscheid nemen in verschillende culturen, KPC groep.  
Deze boeken zijn ook te leen bij de GGD.
- Stelt de familie prijs op aanwezigheid van (eventueel een afvaardiging van) leerlingen/docenten?
- Welke informatie over de doodsoorzaken mag van de familie bekend gemaakt worden?
- Welke andere wensen heeft de familie?

Dergelijke vragen vormen een goede aanleiding om vanuit school snel, liefst dezelfde dag nog, contact op te nemen met de familie. Hoe moeilijk dat ook is. Vraag eerst telefonisch welk moment gelegen komt.

In het eerste bezoek gaat het vooral om een uitwisseling van gevoelens. Meestal is luisteren belangrijker dan praten. Maak bij vertrek een volgende afspraak om over allerlei praktische zaken te praten. Daarbij is het belangrijk om niet alleen contact en oog te hebben voor de 'volwassen' familieleden (ouders, partner), maar ook met/voor de kinderen.

### Stap 2: Het informeren van leerkrachten, leerlingen en andere betrokkenen

- Informeer collega's en alle andere betrokkenen (bv. conciërge, overblijfouder(s), buitenschoolse opvang) zo snel mogelijk na ontvangst van het bericht.
- Het is goed om als team elkaar eerder te zien, voordat de kinderen erbij komen. Dit geeft ruimte om vragen te stellen, de eigen emoties een plaats te geven en om samen een plan van aanpak op te stellen.
- Informeer het bestuur en houd hen op de hoogte.
- Informeer de getroffen groep (of groepen) direct aan het begin van de dag. De schoolleiding licht de leerlingen persoonlijk in (in de groep of voor de gehele school in de aula). Daarna blijft vooral de getroffen groep zoveel mogelijk onder de hoede van de groepsleerkracht.
- Besluit hoe de school de ouders van de leerlingen informeert (alleen ouders van leerlingen in de getroffen groep of de ouders van alle leerlingen). Mogelijkheden: per brief, e-mail, Whatsapp, een ouderbijeenkomst.

Eenduidige informatie is erg belangrijk.

- Als er geen volledige duidelijkheid is, geef dan de informatie die er is. De volgende dagen kunnen meer informatie opleveren. De nieuwe informatie kan de school op die dag bekend maken. Geruchten en speculaties ("ik heb ook gehoord dat...") scheppen wantrouwen en verwarring. Wijs één persoon aan voor contacten naar 'buiten', zoals politie en pers.
- Zie er op toe dat alle mensen, die worden geïnformeerd, de mogelijkheid hebben tot het stellen van vragen en uiten van emoties.

- Bekijk bij melding van een sterfgeval in de vakantie of in het weekend of de groepsleerkracht of directeur de directe vriendenkring of eigen groep meteen en persoonlijk informeert.
- Geef het overlijdensbericht ook door aan: administratie (schoolverzekering), ouderraad, jeugdverpleegkundige en anderen die contact zouden kunnen zoeken met de overledene of diens familie.
- Bekijk van tevoren of er die eerste dag bijzondere dingen in de getroffen groep gepland zijn, zoals een verjaardag van een leerling of de eerste dag van een nieuwe leerling.

### **Stap 3: Aangepast rooster**

- Pas bij een sterfgeval het rooster voor de eerstkomende week aan.
- Besluit of een roosterwijziging voor de hele school nodig/wenselijk is of alleen voor de betreffende groep(en).
- Toetsen vervallen. Zeg geplande schoolfeesten/schoolreisjes, algemene schoolactiviteiten of verjaardagen van leerkrachten in de komende week (weken) af of stel ze uit.
- Als de familie van de overledene daar prijs op stelt, moet iedereen die dat wenst in de gelegenheid worden gesteld de begrafenis/crematie bij te wonen.
- Als de school een dag (dagdeel) dicht gaat, is toestemming nodig van de Rijksinspectie. Voor ingrijpende roosterwijzigingen is contact nodig met de bovenschoolse directie (voor openbaar onderwijs), dan wel met het bestuur (voor bijzonder onderwijs).

### **Stap 4: Het verwerkingsproces en het afscheid**

#### 1<sup>e</sup> dag

- De groepsleerkracht vangt, eventueel samen met de directeur, de getroffen groep en vrienden uit andere groepen op, nadat de directeur de leerkrachten heeft geïnformeerd. Het is belangrijk om daarna de leerlingen geruime tijd (een uur, enkele uren) bij elkaar te houden onder leiding van de groepsleerkracht. Doe dit in een kring of in een lokaal waar de groep normaal niet zit, zodat de 'lege stoel' niet alle aandacht trekt.
- Het sleuteltrio draagt zorg voor opvang van ouders in een aparte ruimte.
- De leerkracht geeft in een klassengesprek zoveel mogelijk informatie (zie stap 1). Na de eerste schrik en ontreddeering zullen er veel vragen loskomen. Het is belangrijk daar zo open en eerlijk mogelijk op te antwoorden ("Ik weet het niet" kan ook eerlijk zijn).
- Werk tijdens de eerste dag kan de school met open opdrachten (opstellen, gedichten lezen en voorlezen).
- De eigen groepsleerkracht informeert afwezige leerlingen ook zo snel mogelijk persoonlijk.
- Denk ook aan de opvang van de ouders die hun kind naar school brengen. Schakel hiervoor eventueel iemand van de ouderraad in.
- Het sleuteltrio maakt tijd vrij om zelf ook de emoties te kunnen uiten.

#### 2e en 3<sup>e</sup> dag

- Deze dag kan school gebruiken om de eerste emoties van de dag ervoor te bespreken en samen de plannen uit te werken voor een herdenkingsbijeenkomst of de uitvaart. Voor een aantal leerlingen zal het de eerste keer zijn dat zij zoiets meemaken. Het is belangrijk dat zij vooraf weten wat er gaat gebeuren, welke rituelen er aan te pas komen en wat de oorsprong daarvan is (de kerkdienst, eventuele toespraken, muziek, bloemen, advertenties, het condoleren). Rituelen van andere culturen kunnen verschillen van de Nederlandse (zie bijlage 5 Rouw in verschillende culturen).
- Benut lessen met tekenen, musiceren, schrijven (bijvoorbeeld: een afscheidsbrief aan de overledene of een klassikale condoleancebrief aan de ouders). Als een leerling wil en durft (en als de familie het op prijs stelt) kan deze namens de klas bij de uitvaart iets zeggen of voordragen. De klas kan samen dan een tekst opstellen of uitzoeken. Zorg voor een volwassene die naast het kind staat om het kind te ondersteunen en die eventueel de tekst uit kan spreken als het kind in huilen uitbarst.
- Creëer een plek of ruimte buiten het groepslokaal waar leerlingen iets neer mogen leggen voor de overledene, zoals een tekening. Dit kan bijvoorbeeld bij een foto van de overledene.
- Hou er rekening mee dat als de groep lessen weer gedeeltelijk hervat, er ook dan gepraat kan worden over het sterfgeval en de belevingen van de leerlingen. Deze belevingen kunnen erg verschillen zijn. Het is belangrijk om erbij stil te staan, dat er verschillende reacties mogelijk zijn en dat alle reacties binnen redelijke grenzen goed zijn.

- Blijf aandacht houden voor de groepsleerkracht(en) die de leerlingen opvangen.
- Als de familie er prijs op stelt, kunnen leerkrachten en leerlingen naar de begrafenis of crematie. Voor de latere verwerking is het belangrijk dat ze dit bijwonen. School kan dat stimuleren. Voor leerlingen is het gewenst dat hun ouders dan meegaan. Probeer zoveel mogelijk samen te vertrekken vanaf de school (eventueel: speciaal geregeld vervoer). Ga na afloop van de begrafenis of crematie samen op school iets drinken en napraten.
- Als de familie geen prijs stelt op de aanwezigheid van leerlingen/leerkrachten kan school zelf een afscheid-/herdenkingsdienst houden met voordrachten, muziek en eventueel gebed. Ook hierna: samen thee/limonade drinken en napraten.

De dag na de uitvaart

- Benut deze dag om terug te kijken op de gebeurtenissen van de dag ervoor. Het is nu mogelijk om de aandacht te verleggen van de eigen emoties van de leerlingen naar het verdriet van bijvoorbeeld de ouders van de overledene. School kan een gezamenlijk opgestelde condoleancebrief versturen. Ook kan school de aandacht richten op de toekomst, het hervatten van de lessen en toetsen. Belangrijk gesprekspunt 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 jaar leeg? Hoe besteden we aandacht aan de overledene?
- Keer zoveel mogelijk terug tot het gewone rooster en maak dit bekend. Na ongeveer één week wordt duidelijk een streep gezet onder het aangepaste lesprogramma en gestructureerde activiteiten rondom rouw. Bedank alle betrokkenen die zich hebben ingezet om leerlingen, leerkrachten en ouders op te vangen.
- Laat alle leerkrachten alert blijven op signalen van leerlingen. Mogelijke reacties van leerlingen kunnen zijn:
  - ontkenning/ongeloof,
  - woede/boosheid,
  - verdriet (eventueel depressie),
  - schuld/schaamte,
  - angst,
  - verwerkt verdriet/acceptatie.

### **Stap 5: Hulp van buitenaf gewenst**

Kinderen kunnen door het 'voorval' min of meer ernstige problemen krijgen. Signalen die kunnen wijzen op problematiek, zijn onder meer:

- plotselinge gedragsveranderingen,
- absenties,
- concentratiestoornissen/-problemen,
- stemmingswisselingen,
- angstige dromen,
- toespelingen op suicide,
- 'wilde verhalen',
- zonebokverschijnselen,
- schuldvragen.

Deze signalen kunnen zelfs pas na langere tijd optreden, ook als de betreffende groep of leerling bij een andere leerkracht zit. Wees alert op het verband met die ingrijpende gebeurtenis.

Leerkrachten/collega's en ouders kunnen ook signalen van min of meer ernstige problemen afgeven. Soms is hulp van buitenaf wenselijk of nodig.

Het sleuteltrio kan besluiten om hulp in te roepen voor:

- Begeleiding bij het verwerkingsproces op school en/of
- Individuele opvang van leerlingen.

### Begeleiding bij het verwerkingsproces op school

Als een school behoefte heeft aan begeleiding bij het verwerkingsproces kan school de Jeugdgezondheidszorg van GGD Zaanstreek-Waterland bellen. Door samen dit protocol door te nemen proberen we dan de hulpvraag te analyseren.

Dan zijn er 2 mogelijkheden:

1. De school kan zelf verder.
2. De school heeft behoefte aan meer begeleiding. De jeugdgezondheidszorg van GGD Zaanstreek-Waterland biedt begeleiding of verwijst door naar andere instellingen.

### Individuele opvang van leerlingen

Voor de meeste leerlingen zal een externe verwijzing niet nodig zijn. Opvang op school door de groepsleerkracht, interne begeleider of vertrouwenspersoon is vaak voldoende. De school kan de Jeugdgezondheidszorg van GGD Zaanstreek-Waterland advies vragen over leerlingen die signalen afgeven van ernstige problematiek. In overleg wordt een nadere strategie uitgestippeld.

### Juridisch advies

Het bestuur moet altijd ingelicht worden. Bij het overlijden van een leerling in een schoolsituatie (bv. tijdens schoolkamp, in de gymles) kan de school te maken krijgen met politie en justitie. Win dan juridische bijstand advies in bij het bestuur.

## **Stap 6: Terugkijken, evalueren**

### Team

Het is aan te bevelen om in een teamvergadering, ongeveer een maand na de uitvaart, terug te kijken op de gebeurtenis en de gang van zaken te evalueren. Een dergelijk bijeenkomst is een goede gelegenheid om de signalen te bespreken die leerkrachten hebben opgevangen tijdens de lessen en in individuele gesprekken met leerlingen. Als dat nodig is moet toch nog besloten worden tot verwijzing (kan ook nog jaren later) of het invoeren van hulp bij het verwerkingsproces.

Het sleuteltrio doet er verstandig aan een datum in de agenda te noteren om ongeveer drie maanden na de gebeurtenis het geheel nog eens door te praten. De opgedane ervaringen kunnen leiden tot nieuwe afspraken over een onverhoopt volgend sterfgeval en het beleid van de school daarin.

### Kinderen

Evalueer na ongeveer drie maanden of eerder als ze aangeven daar aan toe te zijn met de kinderen.

### Contact met de ouders/familie

Spreek af wie namens de school contact blijft houden met de ouders/familie. Een dergelijk contact wordt in de meeste gevallen zeer op prijs gesteld. Denk daarbij aan de verjaardag van de overledene, sterfdag, belangrijke schoolgebeurtenissen, zoals afscheid van groep 8. De betrokkenheid van de ouders bij wat op school gebeurt, is veelal groot.

Realiseer met elkaar, dat het niet vanzelfsprekend de leerkracht van de betrokken groep hoeft te zijn, die contact met de ouders/familie onderhoudt. Niet elke leerkracht kan daar gemakkelijk mee omgaan.

## **8. Werkvormen**

Om de leerlingen te helpen bij het verwerkingsproces kan school tal van werkvormen en methodieken toepassen. De keuze hangt af van de omstandigheden, de leeftijd van de leerlingen en hun relatie met de overledene.

Mogelijkheden zijn:

- De themakoffer Verdriet & rouw (op maat samengesteld en gratis te leen bij de GGD).
- Het schrijven van een opstel of gedicht.
- Voordragen van gedichten, voorlezen van verhalen.
- Het schrijven van een afscheidsbrief, individueel of klassikaal.
- Het schrijven van een condoleancebrief (individueel of samen) of het opstellen van een rouwadvertentie namens de groep/school.



- Het uiten van emoties in expressievakken (tekenen, schilderen, musiceren).
- Het maken van een fotoboek als gezamenlijke herinnering aan de overledene.
- Activiteiten ter voorbereiding en invulling van de afscheidsbijeenkomst (teksten van een gedicht of gebed zoeken, muziek, advertentietekst opstellen, bloemen e.d.).
- Voor actuele boeken, brochures en andere materialen:  
<https://www.in-de-wolken.nl>

## 9. Adressen

### 1. GGD Zaanstreek-Waterland, team Jeugdgezondheidszorg

Advies bij verdriet en rouw op kindercentrum en school  
Algemeen bezoekadres: Vurehout 2, 1507 EC Zaandam  
Telefoon: 0900 – 254 54 54  
Website: [www.ggdzw.nl](http://www.ggdzw.nl)

### 2. Bureau Slachtofferhulp Zaanstreek/Waterland

Helpt na een misdrijf of verkeersongeluk. Slachtofferhulp kan eventueel ook themabijeenkomsten organiseren. Ouders kunnen met vragen terecht bij Slachtofferhulp. Kinderen vanaf circa 8 jaar kunnen voor een gesprek terecht.  
Algemeen telefoonnummer: 0900-0101  
Website: [www.slachtofferhulp.nl](http://www.slachtofferhulp.nl)

### 3. Vereniging Ouders, kinderen en kanker

Informatie en voorlichting over kanker  
Telefoon: 030-2422944  
Website: [www.vokk.nl](http://www.vokk.nl)

Informatie als het kind niet meer beter wordt  
Contact- en informatielijn: 06-39105000  
Website: [www.koesterkind.nl](http://www.koesterkind.nl)

### 4. Stichting 'Achter de Regenboog'

Stichting Achter de Regenboog ondersteunt kinderen en jongeren bij het verwerken van het overlijden van een dierbare, zodat deze gebeurtenissen geen belemmering vormen om een gezond volwassen bestaan op te bouwen.  
Voor inhoudelijke informatie en advies kunt u bellen met de Informatie- en advieslijn: 0900 - 233 41 41 (15 cent/min.)  
Website: [www.achterderegenboog.nl](http://www.achterderegenboog.nl)

### 5. In de Wolken, boeken en materialen bij verliessituaties

In de Wolken richt zich op verliessituaties zoals overlijden en is speciaal gericht op rouwende kinderen en jongeren. Op de site zijn zowel boeken voor de kinderen zelf over kinderen zelf als over kinderen te vinden. Er zijn informatiebrochures, werk- en herinneringsboeken en rouwarmbandjes.  
Telefoon: 040-2260450  
Website: [www.in-de-wolken.nl](http://www.in-de-wolken.nl)

## 10. Boeken en websites

Voor boeken over verdriet en rouw voor docenten en leerlingen raden we aan contact op te nemen met de bibliotheek of boekhandel. Voor een actuele boekenlijst zie de website van Stichting in de wolken: [www.in-de-wolken.nl](http://www.in-de-wolken.nl)

Websites voor leerkrachten

- [www.in-de-wolken.nl](http://www.in-de-wolken.nl)  
In de Wolken richt zich op verliessituaties die ontstaan door het overlijden van een belangrijke ander. Er worden brochures, boeken en andere materialen ontwikkeld voor rouwendes. In de Wolken richt zich op alle rouwendes, maar is vooral gespecialiseerd in rouwende kinderen en jongeren.
- [www.vokk.nl](http://www.vokk.nl)  
Informatie over kinderkanker, de behandeling, de mogelijke gevolgen en voor praktische informatie.
- [www.jongeheldenindeklas.nl](http://www.jongeheldenindeklas.nl)  
Informatie over het belang van de docent bij rouw in de klas.

Websites voor kinderen

- <http://www.voorjongehelden.nl>  
Een website die jongeren kan helpen bij het grote verlies van een dierbare.
- [www.achterderegenboog.nl](http://www.achterderegenboog.nl)  
Stichting Achter de regenboog ondersteunt kinderen en jongeren bij het verwerken van het overlijden van een dierbare.

## **Bijlage 1 Rouwtaken**

Rouwenden hebben er behoefte aan om te weten waar ze aan toe zijn na een verlies. Hoe lang gaat het rouwen duren? Hoeveel pijn en verdriet kunnen ze nog meer verwachten? Dat is waarschijnlijk de reden waarom het indelen van het rouwproces in fasen zo populair is. Het geeft een soort schijnzekerheid en controle over wat jezelf of de ander overkomt.

Maar rouw houdt zich niet aan die opeenvolgende fasen. Rouw gaat zijn eigen gang. Tussen rouwende personen zijn overeenkomsten, maar er zijn ook veel individuele verschillen. En rouwenden zijn er vooral niet mee geholpen als ze in een hokje geduwd worden en opmerkingen krijgen in de trant van: je laat je gevoelens te weinig zien, je laat je teveel beheersen door je verdriet, je had er al overheen moeten zijn. Kortom de boodschap: je doet het niet goed.

Sommige mensen pleiten voor een model waarin geen opeenvolging van fasen is. Zo'n model ziet er uit als een doolhof. Het 'leedgevecht' vindt plaats in dit doolhof. Men weet de weg niet. De uitgang is moeilijk te vinden en vaak komen mensen terug op plaatsen waar ze al eerder zijn geweest. Voor veel mensen is dit herkenbaar, ze hebben vaak het idee dat ze rondjes lopen en de uitgang van het doolhof nooit meer zullen vinden. Vaak wordt ook het taakmodel van William Worden gebruikt. Hij gaat er vanuit dat rouwen hard werken is waarbij taken verricht moeten worden. Dat merken rouwenden ook, want ze worden er doodmoe van.

In de loop van de jaren is er enige kritiek gekomen op het model en hebben verschillende mensen het bijgesteld en aangevuld. Voor een deel nemen we die opmerkingen mee. Ook de titels van de rouwtaken hebben we enigszins aangepast en rouwtaak 0 is toegevoegd.

### **Rouwtaak 0: opvoeden in leven en dood**

Leren leven met verlies is iets dat in feite van jongs af aan geleerd moet worden. Volwassenen kunnen jonge mensen niet beschermen tegen de aanwezigheid van de dood en de gevolgen daarvan voor hun leven. Uit onderzoek blijkt dat vrijwel alle kinderen op het moment dat ze naar het voortgezet onderwijs gaan al te maken hebben gehad met het overlijden van iemand die ze kennen.

Er is geen manier om verlies uit de weg te gaan, ook niet voor jonge mensen. Wanneer ze geen gelegenheid krijgen om te rouwen dan komen de rouwreacties op enig moment in het leven terug. Vaak in een andere, minder herkenbare vorm. Bijvoorbeeld in gedragsproblemen, psychosomatische problematiek of onverklaarbare klachten. Volwassenen kunnen kinderen en pubers wel voorbereiden op het omgaan met verlies. De beste omgeving om dit te doen is thuis, in de vertrouwde omgeving. Maar in de praktijk vindt deze voorbereiding vaak niet plaats. Dat is jammer, want het helpt enorm als kinderen voorbereid zijn wanneer ze te maken krijgen met een ernstig verlies.

### **Rouwtaak 1: laten doordringen dat die ander echt dood is**

De eerste taak is te laten doordringen, te erkennen, dat dood betekent dat die ander nooit meer terug komt. Om in staat te zijn met het verlies om te gaan, moeten rouwenden kunnen begrijpen wat er is gebeurd en wat dat betekent voor hun leven. Het helpt wanneer ze, als dat enigszins mogelijk is, de overledene zelf zien en echt afscheid kunnen nemen. Mensen die geen gelegenheid hebben gehad op die manier afscheid te nemen, hebben meer moeite om tot zich door te laten dringen en te geloven dat de ander er niet meer is.

Het duurt trouwens toch vrij lang voordat het echt doordringt dat iemand nooit meer terugkomt. De rouwende wil er begrijpelijkerwijs niet aan dat de ander dood is en zou het liefst de tijd terugdraaien. Het betekent in feite een acceptatie van een wereld die veranderd is en dat is een zware opgave. Het is normaal dat rouwenden degene die dood is op straat denken te herkennen. Ze zetten bij het tafeldekken toch weer dat vierde bord neer. Stuk voor stuk ervaringen waarbij zij zich tegelijkertijd realiseren: "Oh nee, dat hoeft niet meer, dat kan niet meer". Gevoel en verstand lopen in die periode niet in de pas. Verstandelijk kunnen we begrijpen dat de ander dood is, maar gevoelsmatig kunnen we dat niet bevatten en ook niet accepteren.

### **Rouwtaak 2: omgaan met een wirwar aan gevoelens**

Rouwenden herkennen het verlies door de pijn die ze voelen. Ze zoeken wegen om met hun gevoelens om te gaan en de wirwar van gevoelens te ontwarren. Want bij een verlies is er niet alleen sprake van verdriet. Rouw bestaat uit veel gevoelens. Ze kunnen zich verdrietig, angstig, opgelucht, jaloers, schuldig of boos voelen en die gevoelens kunnen allemaal door elkaar lopen. Of mensen voelen helemaal niets. En dat is enorm verwarrend. Niemand kan hen vertellen hoe zich moeten

voelen of hoe ze moeten rouwen. Sterk zijn betekent vooral dat je jezelf goed voelt bij de wijze waarop je met je verlies omgaat, dat je goed voor jezelf zorgt en je niet verstopt achter je gevoelens. Emoties moeten kunnen stromen anders verliest het leven na verloop van tijd nog meer glans.

Soms worden rouwenden beïnvloed door mensen om hen heen die van mening zijn dat je sterk bent als je je emoties niet laat zien. Maar juist door tranen te laten zien, kunnen verdriet en al die andere gevoelens gedeeld worden.

### **Rouwtaak 3: verder leven met het gemis**

In deze taak verkent de rouwende hoe het leven nu verder moet. De eerste tijd zijn er telkens opnieuw gebeurtenissen die hem confronteren met het verlies: de verjaardag van de overledene, de eerste kerst zonder hem of haar, de eerste vakantie na het overlijden en zo zijn er vele andere belangrijke momenten waarop iemand extra gemist wordt. Verder leren leven zonder dat de ander lieflijk aanwezig is, is een zware taak. Hoe zwaar hangt af van de relatie die de rouwende met de overledene had. Wat betekende deze voor hem? Hij moet alleen verder zonder deze belangrijke persoon. Dat betekent dat hij dingen die hij altijd samen deed nu alleen moet doen.

Het is niet zo dat als er sprake is van een slechte relatie, bijvoorbeeld van een opstandige puber met zijn vader, of een partner met een onmogelijk karakter, het rouwproces makkelijker zal zijn. Juist het feit dat het nooit meer goed gemaakt kan worden, maakt dat de rouw intenser is en langer duurt. In het losmakingsproces van een jongere bijvoorbeeld, was er altijd een mogelijkheid om in de toekomst de band met de ouder weer aan te halen. En nu maakt deze ouder zich los door dood te gaan. Dat kan nooit de bedoeling zijn. De toekomst waarin alles weer goed zou komen, is er plotseling niet meer.

Degene die overleden is, vervulde bepaalde rollen en functies. Er valt een leegte. Wie neemt die functie nu over? Wordt er niet meer gelachen in de vriendenkring? Moet moeder besluitvaardiger worden? En gaat vader meer zorgtaken overnemen en vaker knuffelen? Misschien moeten zoon en dochter meer meehelpen in het huishouden nu moeder het alleen moet doen. Alles moet weer een plek krijgen in een patroon dat veranderd is. Langzamerhand neemt iemand anders de taken en de functies van de overledene over of ontstaan er andere gewoonten.

### **Rouwtaak 4: het weefsel van het leven opnieuw weven**

Hoe verder te leven, is de vraag. De rouwende staat voor de taak de overledene een plaats te geven in zijn emotionele leven. Dan is de verbinding tot stand gebracht en komt er ruimte voor nieuwe dingen. 'De dode moet een plek krijgen' is een veelgehoorde uitdrukking. Maar hoe doe je dat dan, vraagt de rouwende zich terecht af. Daar is niet zo gemakkelijk een antwoord op te geven. Ieder doet het op zijn eigen manier.

Je zou kunnen zeggen dat een plek geven gebeurt door het innerlijk bewaren van herinneringen en verder te leven met de dode in het hart. De overledene is dan heel dichtbij en kan op deze manier zijn kracht doorgeven aan degene die achterblijft. Sommige rouwenden hebben het gevoel dat de dode er voor hen is op momenten dat dat nodig is, 'hij zit dan op mijn schouder' zei één puber. Weer een ander zegt: 'hij zit onder mijn huid'.

Soms hebben rouwenden iets tastbaars nodig, een sieraad, een amulet of een bijzondere steen om te voelen dat de overledene er is voor hen en nog van betekenis kan zijn. Wanneer rouwenden deze aanwezigheid kunnen voelen dan is de verbinding tot stand gebracht en komt er ruimte voor nieuwe dingen.

Sommige mensen zijn bang nieuwe banden aan te gaan. Ze denken de overledene onrecht aan te doen, als ze nieuwe contacten leggen. Ze voelen het als verraad aan hun moeder wanneer ze een vriendschap sluiten met de nieuwe partner van hun vader. Ze voelen zich schuldig als ze opnieuw verliefd worden. Sommigen zoeken lange tijd nog contacten die te maken hebben met de overledene. Vaak zijn rouwenden bang wéér iemand te verliezen. Deze angst voor nieuwe contacten kan tot gevolg hebben dat ze in het rouwproces blijven steken en in een isolement terechtkomen.0

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

## **Bijlage 2 Rouw bij kinderen**

Voor meer informatie over rouw bij kinderen verwijzen we u naar het boek 'Jong verlies' van Riet Fiddelaers-Jaspers, in 2005 uitgegeven bij Ten Have in Kampen. U kunt deze lenen bij de GGD. Kinderen rouwen ook, hoe klein ze ook zijn. Rouw van kinderen lijkt veel op rouw van volwassenen. Op een paar punten wijkt het echter af. Tot een jaar of twaalf is hun denkproces is nog niet volledig ontwikkeld en snappen ze bepaalde dingen nog niet. Ook denken ze soms mede schuldig te zijn aan het overlijden omdat ze iets stouts gezegd, gedaan of gedacht hebben (magisch denken). Het is belangrijk dit in de gaten te houden.

Hun gevoelens hebben ze minder onder controle dan volwassenen en ze houden ook minder rekening met conventies. Dus soms reageren kinderen erg explosief. Anderzijds zijn er ook kinderen die helemaal in hun schulp kruipen en nauwelijks iets laten zien van wat hen bezighoudt. Ze houden daarbij vaak rekening met hun rouwende ouders, willen onbewust hun eigen verdriet daar niet aan toevoegen. Ze zijn ook afhankelijk van de grote mensen om hen heen. Als die hen niet goed voorbereiden, informeren en betrekken dan kunnen kleine kinderen zelf ook niks.

Rouw bij kinderen is vaak zichtbaar via het gedrag. 'Lastig' gedrag is soms een uiting van verdriet, niet wetende hoe ze die chaos aan gevoelens op een andere manier moeten uiten. Kinderen verliezen meer dan degene die dood is. Ze verliezen vaak ook hun ouder(s), althans de ouder(s) zoals zij die kenden en hun vertrouwd waren. De sfeer in het gezin verandert, allerlei vertrouwdheden vallen weg. Soms is er een tijdlang weinig aandacht voor hen. Het is dan belangrijk dat er vertrouwde anderen zijn die de ouders kunnen ondersteunen bij de opvang, zoals de leerkracht op school, een tante of oom of vrienden.

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

## **Bijlage 3 Rouw per leeftijd**

### **Kinderen van 4-6 jaar**

Kinderen van vier tot zes jaar kennen wel het verschil tussen leven en dood, maar ze weten nog niet precies wat dood zijn inhoudt. Ze weten dat mensen en dieren dood kunnen gaan. Het definitieve karakter van de dood kunnen ze echter nog niet bevatten. Ze beginnen te beseffen dat dood en verdriet met elkaar te maken hebben. Ze voelen nog geen angst voor de dood.

Kinderen van deze leeftijd denken vaak dat leven en dood elkaar afwisselen. Aan een vierjarig meisje wordt verteld dat haar papa dood is. Ze vraagt: "Mag ik nu naar buiten gaan om te spelen?" De dag na de begrafenis vraagt ze wanneer papa terugkomt. Ze is diep geschokt en intens verdrietig als haar moeder uitlegt dat papa nooit meer terugkomt of als een kindje uit een klas is overleden dan zeggen ze de volgendedag al: "Haal het kapstokje maar weg, want die is er toch niet meer." Volwassenen kunnen hier erg vanschrikken, maar voor een kind is dit logisch: het voorwerp dat er nog is klopt niet vanuit het kinderlijkdenken.

De eerste vragen van kleuters zijn vaak praktisch. hoe en waarom is iemand doodgegaan? En ze blijven vragen stellen, soms tot vervelens toe. We kunnen kinderen op deze leeftijd helpen door door de ogen van het kind te kijken. Kinderen observeren veel beter dan volwassenen dat doen. Dus ga eens door de knieën bij een kist en zie eens wat een kind ziet.

Daarnaast is het goed om steeds maarweer op hun vragen in te gaan. Geef ook eerlijk antwoord waarom en hoe iemand is gestorven. Zo leren kinderen dat iemand echt dood is en nooit meer terug komt. Iemand die dood is, slaapt niet maar is dood en wordt dus ook niet meer levend.

### **Kinderen van 6-9 jaar**

Bij kinderen van zes tot negen jaar begint het besef door te dringen dat de dood onomkeerbaar is, onherroepelijk en definitief. Wat dat definitieve einde precies inhoudt, begrijpen ze echter nog niet. Dat is voor hen erg verwarrend en beangstigend. Dat de dood onvermijdelijk is en iedereen overkomt, beseffen ze aanvankelijk nog niet. "Papa, kun jij dan ook doodgaan?" "Papa, jij moet mij later begraven, beloof je dat?" vraagt Renske van negen aan haar vader die begrafenisondernemer is. Ze beseft niet dat haar vader ook dood zal gaan en, als alles gaat zoals het moet gaan, eerder dan zichzelf. Het groeiende besef dat ook mensen van wie je houdt dood kunnen gaan, zorgt voor emotionele veranderingen die soms gepaard gaan met angst. "Kom jij nog terug?"

Kinderen van deze leeftijd zijn erg kwetsbaar, omdat ze het deels begrijpen maar nog niet de mogelijkheden hebben om er iets mee te doen. Je ziet bij deze leeftijd vaak ontkenning. Ze doen alsof er niets is gebeurd. Ze verbergen hun gevoelens om vooral maar niet kinderachtig te lijken, vaak huilen ze in stilte.

Hoe kun je kinderen op deze leeftijd helpen? Creëer rust en ruimte. Ga niet ineens de confrontatie aan als ze aan het voetballen zijn. Maar ga lekker bij ze zitten of liggen en nodig hen uit om te vertellen. Kinderen kunnen vaak heel goed zelf aangeven wat ze willen vertellen. Nodig hen daarvoor ook uit. Soms moeten kinderen een duwtje in de goede richting hebben om hun gevoelens te kunnen uiten.

Als oorzaak voor doodgaan geven ze vaak externe verklaringen. Als je hen vraagt waarom mensen doodgaan, kun je antwoorden verwachten als "omdat ze vergiftigd worden", "wanneer ze een ongeluk krijgen" of "als ze uit een vliegtuig vallen". Een uitzondering vormen kinderen die in hun omgeving met doodgaan te maken hebben gehad. Zij hebben een reëler beeld van het gebeuren. De vragen die kinderen in deze leeftijdsfase stellen, komen op volwassenen vaak erg nuchter over. "Waarom heeft opa een bril op? Hij kan toch niks meer zien. Wordt die bril ook verbrand?" Kinderen van deze leeftijd zijn kwetsbaar. Ze kunnen weliswaar de betekenis van de dood begrijpen, maar zijn nog niet in staat met alle implicaties om te gaan.

Op deze leeftijd krijgen kinderen belangstelling voor de uiterlijkheden die bij een sterfgeval horen, zoals de kist, de begrafenis, de crematie en het kerkhof. Ze interesseren zich ook voor wat er na de dood gebeurt.

### **Kinderen van 9-12 jaar**

Kinderen uit de bovenbouw weten dat mensen, dieren en planten leven en dat alles wat leeft een keer dood gaat. Op de vraag waarom mensen dood gaan, noemen ze voornamelijk fysieke oorzaken: "Ze krijgen kanker", "Omdat ze oud zijn", "Als ze een hartaanval krijgen". Een enkel wijsneusje zal ook niet-concrete oorzaken noemen, zoals "iedereen moet sterven", "God roept je bij zich", "De wereld wordt anders te klein".

Kinderen van deze leeftijd zijn minder afhankelijk van volwassenen. Ze willen dan ook niet altijd aandacht vragen voor hun verdriet maar proberen er zelf mee klaar te komen. Ook om niet kinderachtig te lijken en op deze leeftijd begint ook het 'erbij horen' bij de groep. Als je zoiets als de dood van dichtbij hebt meegemaakt, dan kun je een buitenbeentje worden. Kinderen op deze leeftijd houden daar niet van. Omdat de gevoelens er toch uit moeten, vertonen ze soms lastig en opstandig gedrag. Vaak zijn kinderen op deze leeftijd ook heel nieuwsgierig. Ze willen veel weten en vragen soms dingen waaraan volwassenen niet eens willen denken: "Wat gebeurt er onder de grond?" Om kinderen op deze leeftijd te helpen, zorg je dat er een open communicatie is en dat ze zich veilig voelen om vragen te stellen. Geef eerlijk antwoord wat er onder de grond gebeurt, hoe moeilijk je dat antwoord zelf ook vindt.

(Bron: Afscheid voor altijd, Riet Fiddelaers-Jaspers, boek is niet meer leverbaar)

## **Bijlage 4 Tips voor het omgaan met rouwende kinderen**

1. Vertel kinderen en jongeren zoveel mogelijk over de feiten en omstandigheden van het overlijden. Ook als die omstandigheden dramatisch zijn. Ga ervan uit dat de fantasie van kinderen veel erger is dan de werkelijkheid.
  2. Pas de manier waarop je kinderen informeert aan de leeftijd en het begrippenkader van kinderen aan.
  3. Betrek kinderen en jongeren zoveel mogelijk bij alles wat geregeld moet worden. Hun inbreng en wensen zijn belangrijk. Mogelijk kunnen ze ook taken op zich nemen waardoor ze zich nog meer betrokken voelen.
  4. Ga met kinderen en jongeren afscheid nemen van de overledene. Ook als ze er tegenop zien. Vraag waar ze tegenop zien. Dwing nooit, maar stimuleer wel.
  5. Neem kinderen, die beseffen waar het om gaat, mee bij een condoleancebezoek aan de nabestaanden. Het is een verrijkende ontmoeting waar kinderen veel leren van verdriet, troosten en getroost worden.
  6. Zelfs kleine kinderen kunnen al mee naar de uitvaartdienst. Zeker wanneer de dienst aangepast wordt aan de aanwezigheid van kinderen. Bij de uitvaart van opa of oma of anderen die het kind zeer nabij waren, is het aan te raden kinderen zeker vanaf een jaar of zes mee te nemen.
  7. Overleg vooraf met de begrafenisondernemer dat de uitvaart aangepast wordt op de aanwezigheid van kinderen. Als het om de ouder gaat of een broer of zus dient het woord ook af en toe rechtstreeks tot de kinderen gericht te worden. Mogelijk kunnen kinderen een taak krijgen bij de uitvaart.
  8. Ben je als volwassene zelf erg betrokken bij degene waarvan afscheid genomen wordt? Zorg er dan voor dat er iemand in de afscheidsdienst aanwezig is die eventueel voor de kinderen kan zorgen als die het niet meer volhouden. Zodat je zelf lijfelijk en geestelijk aanwezig kunt blijven.
  9. Zorg dat de naam van de overledene nog regelmatig genoemd wordt in huis. Stop dierbare spullen die aan hem of haar herinneren niet weg. "Dood ben je pas als je bent vergeten" zei Bram Vermeulen al.
  10. Geef aandacht aan het rouwende kind op het moment dat hij het nodig heeft.
  11. Vraag niet aan het kind om zijn gevoelens uit te stellen, te doen of ze er niet zijn of te veranderen.
  12. Let op signalen van kinderen. Ga ervan uit dat kinderen bezig zijn met het verlies, al laten ze dat niet altijd merken. Ga in op signalen of begin er zelf over. Vraag regelmatig hoe het gaat, ook al lijkt er geen aanleiding voor te zijn.
  13. Wat je zegt is in het algemeen minder belangrijk dan hoe je het zegt en wat je doet. Vaak is 100% aanwezigheid op het moment dat dat nodig is al voldoende.
  14. Besteed op bepaalde momenten expliciet aandacht aan het overlijden. Bijvoorbeeld op de verjaardag van degene die overleden is, de sterfdag, vader-/moederdag, Allerzielen. Bedenk een ritueel om samen op die dag de overledene te gedenken.
  15. Zorg dat kinderen altijd bij je terecht kunnen, wat hun gedrag is. Soms zijn de reacties veel heftiger dan je zou verwachten. Veroordeel het gedrag niet, maar bied kinderen de veiligheid om hun verdriet ook op een andere manier te uiten.
  16. Schrik niet van bizarre spelletjes die kinderen kunnen spelen met de dood als thema. Het is hun manier om grip proberen te krijgen op het verlies.
  17. Laat kinderen met anderen praten over wat ze meemaken. Ook al gaat het over gezinszaken, het is belangrijk dat een kind zich ook buiten het gezin kan uiten.
- (Bron: [www.in-de-wolken.nl](http://www.in-de-wolken.nl))



## **Bijlage 5 Rouw in verschillende culturen**

Als jongeren te maken krijgen met een uitvaart van iemand met een andere religieuze of culturele achtergrond is het belangrijk hen zo goed mogelijk hierop voor te bereiden. Bijvoorbeeld als de jongere geen religieuze opvoeding heeft gehad en naar een joodse of katholieke uitvaart of naar een dienst in de gereformeerde kerk gaat. U kunt kinderen pas goed informeren als u zelf de achtergronden weet van de religieuze of culturele rituelen. Vaak is er sprake van verschillen binnen een religie of cultuur. Of de familie houdt zich niet aan alle traditionele voorschriften en integreert de traditie met moderne westerse opvattingen.

Ook als u goed geïnformeerd bent over de gewoontes en culturele achtergronden kunt u beter navragen hoe het afscheid precies zal verlopen. Anders komt u misschien toch voor verrassingen te staan. Bij sommige culturen zijn klaagvrouwen aanwezig die het afscheid een dramatisch effect geven waar jongeren van kunnen schrikken. Weer andere culturen maken er een soort feest van waar ze zingen en dansen. Bij sommigen staat eten centraal en wordt ook voedsel meegegeven aan de doden. Hieronder staan een paar veel voorkomende rituelen.

### ***Joodse uitvaarten***

Joodse uitvaarten vinden binnen 36 uur na het overlijden plaats als dat kan. De dode wordt begraven in een kist van opgeschaafde en onbewerkte vurehouten planken. In de kist gaat wat aarde uit Israël mee. Meestal ontbreken de bloemen. Op weg naar het graf houdt de stoet driemaal halt om te laten zien dat er geen haast is. Nadat de kist in het graf is gezonken, maken de nabestaanden een scheur in hun kleren als teken van rouw. Na de uitvaart volgen voor de direct nabestaanden zeven dagen rouw, het sjiwwen. Ze blijven thuis, de mannen scheren zich niet en anderen verzorgen de familie, bijvoorbeeld door eten te brengen.

### ***Hindoestaanse uitvaarten***

Hindoestanen kiezen vrijwel altijd voor een crematie omdat dat voor het lichaam de snelste manier is om terug te keren tot de bron. Vaak zijn hindoestaanse afscheidsdiensten in het crematorium aan het einde van de dag, omdat het er wat anders aan toegaat dan we gewend zijn bij andere plechtigheden. Naast allerlei andere emoties krijgt ook vreugde een plek omdat de crematie de bevrijding van de ziel betekent. De pandit, de hindoestaanse geestelijke, leidt de dienst en zegt mantra's en gebeden op, brandt wierook en offert rijstballetjes. 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 eerste rouw met een plechtigheid.

### ***Surinaamse creolen***

Bij de Surinaamse creolen neemt de lijkbewassing een belangrijke plek in. De familie voert in besloten kring reinigings- en zuiveringsrituelen uit. Ze zingen, dansen en bidden en de dode wordt gebalsemd. Na drie dagen komt iedereen bijeen voor het rouwbeklag waarbij ze dansen, zingen, eten en bidden. Na de begrafenis is er weer rouwbeklag en na veertig dagen opnieuw. Bij deze 'banjapree' gaat het er feestelijk aan toe omdat het het einde is van de rouwperiode.

### ***Moslims***

Bij het overlijden van moslims zijn veel rituele voorschriften. Reinheid neemt daarbij een belangrijke plaats in. Na het overlijden volgen rituele wassingen die alleen mensen, die alle voorschriften kennen, mogen uitvoeren. Mannen verzorgen mannen, vrouwen verzorgen vrouwen. Ze hullen de dode in een laken of in witte doeken en besprenkelen het met reukwater.

Moslims worden vaak in het land van herkomst begraven of op een islamitische begraafplaats in Nederland. Volgens voorschrift moet dit binnen 24 uur gebeuren. De Nederlandse wet kent echter een termijn van 36 uur, hoewel gemeentes hier ontheffing op kunnen verlenen. Het lichaam wordt in een linnen doek, zonder kist, begraven, op de rechterzij, met het gezicht naar het zuidoosten, richting Mekka. Boven het hoofd wordt met plankjes een afdakje gemaakt zodat het hoofd niet direct met aarde bedekt wordt. Veel moslims maken geen bezwaar tegen een kist, maar kiezen dan liefst een hogere. Zodat de dode op de rechterzij kan liggen. Na de begrafenis volgt een rouwperiode van veertig dagen die feestelijk afgesloten wordt.

### ***Christelijke godsdiensten***

Bij katholieken is het afscheid vormgegeven in een requiemmis waarbij wijwater en wierook een belangrijke rol spelen. Er is een collecte voor de kerk of om missen op te dragen aan de overledene. De avond voor de uitvaart houdt de familie meestal een avondwake. Tijdens de dienst wordt een gedachtenisprentje uitgedeeld met een afscheidstekst of een tekst ter overweging. Bloemen zijn meestal in overdaad aanwezig.

Bij protestanten is de uitvaartdienst veel soberder en traditioneel horen er ook geen bloemen bij. Dit is overigens bij veel geloofsgemeentes sterk aan het veranderen.

### ***De rol van voedsel***

Sommige culturen hebben in hun rituelen nadrukkelijk voedsel opgenomen. Zoals de Hindoestanen maar ook zigeuners. Zigeuners leggen op de graven eten, drinken of sigaretten neer. Hoewel dat voor de dode bestemd is, mag iedereen die het graf bezoekt er ook van nemen. Ook krijgt de dode in de kist allerlei zaken mee voor de laatste reis, zoals geld en sieraden. Ook Chinese bevolkingsgroepen kennen dergelijke tradities.

## **Bijlage 6 Checklist**

Stap 1: Duidelijkheid zien te krijgen

- Klopt het bericht?
- Zijn de ouders al op de hoogte?
- In welke groep zit de leerling? Zijn er broers en zussen op school?

Stap 2: Informeren van de betrokkenen

- Zo snel mogelijk collega's instrueren.
- De getroffen klas(sen) informeren.

Stap 3: Aangepast rooster

- Het rooster aanpassen, kijken voor welke klas(sen) dit geldt.
- Proefwerken, schoolreisjes, juffendag, verjaardagen etc. laten vervallen.

Stap 4: Verwerkingsproces/afscheid

- Planning maken hoe de dagen na het overlijden worden ingedeeld.
- Leerlingen de ruimte geven om over het overlijden te praten, tekenen, gedichten schrijven of door muziek luisteren (voor iedere leerling is de verwerking anders).
- Leerlingen voorbereiden op de uitvaart.

Stap 5: Eventueel hulp van buitenaf inschakelen

- Als een leerling dreigt vast te lopen in of na een rouwproces, kan school hulp inschakelen via de jeugdverpleegkundige van de GGD.

Stap 6: Terugkijken en evalueren

- Na ongeveer een maand terugkijken op de situatie en te evalueren.
- Opgedane ervaringen uitwisselen en eventueel het beleid aanpassen.



**Zaanstreek-Waterland**

Postbus 2056 • 1500 GB Zaandam  
Vurehout 2 • 1507 EC Zaandam  
Telefoon (0900) 254 54 54 • Fax (075) 616 30 16  
info@ggdzw.nl • www.ggdzw.nl