



# Rouwen met kinderen

Stil. Dat werd ik tijdens de sessie 'Rouwen met kinderen' van Claire Vanden Abbeele op de pedagogische studiedag in Antwerpen. Ik was enorm geboeid door de verhalen van Claire over kinderen die rouwen. De andere toehoorders toonden, net als ik, dat deze sessie hen niet onberoerd liet.

Claire schreef boeken als 'Er zijn voor jou. Omgaan met jonge mensen die rouwen', en 'Nu jij er niet meer bent'. Vanuit die literatuur, maar vooral vanuit haar jarenlange ervaring als therapeute vertelde ze hoe kinderen rouwen en hoe je daar als leerkracht mee kunt omgaan en het verlies bespreekbaar kunt maken.

## Geconfronteerd worden met verlies

Gemiddeld worden twee op drie leerlingen ooit geconfronteerd met de dood van een medeleerling of een leerkracht. Dat betekent dat leerkrachten tijdens hun loopbaan kinderen in hun klas hebben die met een verlies te maken krijgen en dat moeten verwerken.

Kinderen rouwen niet alleen bij het sterven van een persoon uit hun nabije omgeving. Er zijn veel vormen van verlies en veel factoren die daar in meespelen. Als iemand van het gezin of de vriendenkring plots ziek wordt of een ongeval meemaakt, dan moeten kinderen dat ook verwerken. Jonge kinderen rouwen ook bij het verlies van hun favoriete huisdier. De echtscheiding van de ouders is voor kinderen eveneens een ervaring van verlies en pijn. Een kind wiens ouder in de gevangenis zit of in de psychiatrie werd opgenomen, ervaart verlies. Als kinderen voortdurend te maken krijgen met ruzies en spanningen in het gezin, moet dat verwerkt worden.

## Rouwen

Claire geeft aan dat kinderen hetzelfde verdriet kennen als volwassenen. Wanneer kinderen te maken krijgen met het verlies, worden ze geconfronteerd met pijn. Pijn die vaak een weg zoekt in hun lichaam.

Kinderen laten op veel manieren zien dat ze liefhebben en dat ze rouwen. Ze krijgen te maken met verschillende gevoelens waar ze op reageren. Als een kind zegt: "Mijn zusje is niet echt dood." dan is dat een uiting van beminnen, maar ook van missen. Kinderen kunnen het verlies ontkennen, er angstig om zijn, in paniek geraken, boos worden, zich vastklampen aan iets of iemand rondom hen.

Als je te maken krijgt met een verlies, moet je dat eerst aanvaarden. Dat is ook zo voor kinde-

ren. Kinderen hebben het daar vaak moeilijk mee omdat de realiteit niet steeds ten volle tot hen doordringt. Kinderen die de dood van een geliefde ontkennen, geven aan dat ze hun verdriet op dat moment niet aankunnen. Ontkennen is een bescherming voor de pijn.

Een andere manier om de realiteit niet te aanvaarden, is het ontkennen van de betekenis van het verlies: "Ik hield niet echt van haar. Zij was geen goede moeder. Eigenlijk mis ik haar niet." Zo wordt minder betekenis gegeven aan het verlies, dan dat het in werkelijkheid is.

"Hoe kan mijn papa nú doodgaan? Hoe kan hij mij zomaar in de steek laten?" Als kinderen zo reageren, dan is dat een vorm van radeloosheid die zich kan uiten via kwaadheid.

Voor Claire Vanden Abbeele zijn er verschillende vormen van expressie. Niet elk kind kan zich al even goed uitdrukken en toont op een andere manier dat het rouwt. Door te huilen, ziek te worden, veel te slapen, het koud te hebben, enz. spreekt het lichaam een taal en kan het rouwende kind zijn gevoelens uiten.

## Het rouwproces wordt beïnvloed

De omstandigheden van het verlies kunnen de manier van rouwen beïnvloeden. Kinderen die te maken krijgen met zelfdoding reageren anders dan kinderen die deel uitmaakten van een lang stervensproces en zich op de dood konden voorbereiden. Toch komt elk afscheid nog steeds onverwacht.

De innigheid van de relatie met de overledene of een eerder (onverwerkt) verlies geven ook vorm aan het verloop van de rouw.

Voor de steun uit de omgeving bepaalt of een kind ongeschonden uit een verlieservaring komt. Die steun situeert zich op verschillende niveaus: emotionele ondersteuning, steun bij financiële problemen, zekerheid en ritme creë-

ren en hulp en opvang bij schoolse activiteiten. Kinderen vragen zich immers af wat er met hen gaat gebeuren nu mama of papa gestorven is of ziek is. "Wie gaat er nu met mij voetballen?" kan voor een volwassene een banale vraag lijken, maar een kind geeft daarmee aan dat zijn dagelijkse structuur door elkaar geschud is en dat het steun nodig heeft.

## De plaats van de school in het rouwproces

Voor kinderen die een familielid of vriend verliezen, stort de vertrouwde wereld in. Alles verandert, maar op school gaat het leven door. De klas en de school zijn de enige constante omdat daar de lessen hun gewone ritme blijven volgen.

Claire Vanden Abbeele vindt het belangrijk dat scholen het verdriet en het rouwproces van hun leerlingen erkennen. Als een school of de betreffende klasleerkracht daar niet in slaagt, zullen de rouwende leerlingen teleurgesteld zijn en hun leerkracht als onverschillig bestempelen. Zo'n leerling denkt immers dat zijn leerkracht te weinig om hem geeft.

Rouwende kinderen waarderen het wanneer hun leerkracht iets van zich laat horen, een kaart stuurt, de begrafenis bijwoont of hen aanspreekt over wat er gebeurd is. Leerkrachten mogen zich niet afzijdig houden van dat verdriet.

Claire geeft aan dat leerkrachten soms 'vluchten' omdat het verdriet van een leerling dicht bij een eigen verlies komt. Het is geen eenvoudige taak om als leerkracht om te gaan met het sterven van een leerling of met de dood in de omgeving van een van je leerlingen, een collega,... Maar toch kun je als leerkracht best zelf het slechtnieuwsbericht overbrengen aan je klas. Als je denkt dat je dat niet kunt, kun je het aan een andere leerkracht vragen. Kinderen





zullen je authenticiteit waarderen als je hun eerlijk zegt dat het bericht je zo geschokt heeft en dat je niet in staat bent om het hen zelf te vertellen.

Het is zinvol om als schoolteam vooraf na te denken wat je doet bij het overlijden van een leerling, ouder, broer of zus van een leerling of een collega. Door een 'draaiboek' te ontwikkelen, weet je bij dergelijke situaties onmiddellijk hoe de melding in de klassen gebeurt, hoe met de betrokken klas stilgestaan kan worden bij dat gebeuren, op welke manier contact gelegd wordt met de familie en hoe in de loop van het schooljaar de nodige aandacht kan geschonken worden aan dat ingrijpend gebeuren. Een volledig draaiboek met alle mogelijke scenario's is opgenomen in het boek *Er zijn voor jou*.

## Hoe leerkrachten kunnen reageren

Claire Vanden Abbeele geeft in haar boeken en sessies raad aan leerkrachten om adequaat om te gaan met het verdriet van rouwende kinderen. Hierna volgen enkele van deze tips.

### Wanneer een kind of klas met een verlies geconfronteerd wordt

■ De meeste leerlingen reageren met verslagenheid op het slechte nieuws dat bijvoorbeeld een klasgenootje of leerkracht overleden of ernstig ziek is. Als het stil wordt in de klas, laat dan de stilte stilte zijn en probeer later openheid te creëren voor hun vragen.

■ Een eerste confrontatie met de dood is een zeer ingrijpende gebeurtenis die een waaier aan gevoelens (verdriet, verzet, jaloezie, enz.) oproept. Kinderen weten vaak niet wat hun overkomt en hoe ze met die verschillende gevoelens moeten omgaan. Leerkrachten kunnen hun verzekeren dat alle gevoelens er mo-

gen zijn en dat er geen goede of slechte gevoelens zijn.

■ Jonge mensen zijn vaak 'doe-mensen'. Ze willen misschien een rouwboek samenstellen, muziek maken, bloemen neerleggen of iets schrijven. Luister als leerkracht naar hun voorstellen. Zoek uit wat daarvan haalbaar is op school en bij de begrafenis.

■ Als leerkracht moet je jezelf de wirwar aan emoties toestaan. Ook voor leerkrachten is de regel: praat over het gebeuren en wat je daarbij voelt.

■ Wees authentiek. Een levensbedreigende ziekte van een leerling, een plotse dood van een collega, dat raakt leerkrachten. Het kan het verdriet van een eerder verlies in de eigen omgeving opnieuw opwekken. Als je merkt dat je overspoeld wordt door gevoelens, kun je het beste aan een collega vragen om je bij te staan in de klas. Zo heb je iemand op wie je kunt terugvallen bij het brengen van het slechte nieuws in de klas.

■ Een leerling die een dierbare heeft verloren, moet je de gepaste aandacht geven. Zo'n leerling wil niet anders zijn, maar wel erkend worden in zijn gemis. Dat betekent dat je oprecht en meevoelend, maar niet betuttelend bent.

### Wanneer een kind of klas een verlies moet verwerken

■ Het naar buiten kunnen brengen van de vele gevoelens is heel belangrijk. Leerlingen moeten hun angsten en eventuele schuldgevoelens kunnen uiten. Dat komt bijvoorbeeld voor wanneer de kinderen op het moment van het sterven ruzie hadden met de overledene. Beluister deze schuldgevoelens zonder ze te minimaliseren. Laat leerlingen uitspreken over wat ze voelen.

■ Claire suggereert om in klasverband stil te staan bij de vele vragen die het gebeuren oproept. Daarnaast kunnen ook vragen over leven en dood aan bod komen.

■ Meestal zoeken jonge mensen steun bij elkaar. Ze zoeken elkaar op, sturen sms'jes, telefoneren en chatten.

■ Verdriet verwerken, zodat het leven verder gaat, duurt vele jaren. Om te kunnen verwerken, moet je eerst afscheid kunnen nemen. Dat kan bijvoorbeeld door afscheidsbrieven te schrijven, aanwezig te zijn op de begrafenis of door een eigen herdenkingsdienst te verzorgen. Claire maakt er leerkrachten attent op om de stoel van een leerling niet te laten innemen. Zo toon je dat de klas de leerling niet vergeet.

■ Thuis is er vaak zoveel verdriet dat een leerling niet de aandacht krijgt die hij nodig heeft. Bovendien wil hij geen extra last zijn thuis, maar ook niet in de klas. Soms gaat een leerling het gebrek aan aandacht compenseren door aandachtvragend gedrag op school.

■ Stop niet na een maand met je aandacht voor een leerling die met een verlies te maken kreeg. Tijdens het schooljaar waarin dat gebeurde, maar ook de jaren erna, moet er nog aandacht worden besteed aan het gemis. Rouwen kan immers jaren duren.

Claire Vanden Abbeele vindt dat een school of klas die geconfronteerd wordt met eender welke vorm van verlies, de taak heeft om daar op een op deskundige, warmhartige manier mee om te gaan. Tijdens de sessie: 'Nu jij er niet meer bent. Rouwen met kinderen' bleek dat veel leerkrachten zich afvragen of ze goed reageren op de vragen van leerlingen die een verlies proberen te verwerken. De vele tips en voorbeelden gaven antwoorden of aanzetten om een bepaalde aanpak uit te proberen.

Als je meer wilt weten over omgaan met rouwen, kun je inspiratie vinden in de vele boeken die Claire Vanden Abbeele schreef. Claire organiseert ook workshops, lezingen en vormingen over het thema.

Meer informatie vind je op haar website: [www.clairevandenabeele.be](http://www.clairevandenabeele.be).

Eva Tiquet ■

## DOCUMENTATIE

Deze bijdrage is gebaseerd op:

■ de sessie 'Nu jij er niet meer bent, rouwen met kinderen', Claire Vanden Abbeele tijdens de pedagogische studiedag van Antwerpen, zaterdag 14 oktober 2006.

■ Claire VANDEN ABBEELE, **Nu jij er niet meer bent. Rouwen met kinderen en tieners**, Tielt: Lannoo, 2001.

■ Claire VANDEN ABBEELE, **Mijn herinneringsboek. Een herinneringsboek voor kinderen die rouwen**, Tielt: Lannoo, 2002.

■ Claire VANDEN ABBEELE, **Er zijn voor jou. Omgaan met jonge mensen die rouwen**, Tielt: Lannoo, 2004.

■ Claire VANDEN ABBEELE, **Meer dan verdriet. Een boek voor jonge mensen die rouwen**, Tielt: Lannoo, 2004.

■ [www.clairevandenabeele.be](http://www.clairevandenabeele.be)