



Gelderland-Midden

Rouw en verdriet op Voorgezet Onderwijs

Draaiboek Jeugdgezondheidszorg

Draaiboek voor het omgaan met een overlijden of een calamiteit op of rond de school

Inhoudsopgave

Voorwoord	3
Inleiding	3
Draaiboek	4
1. Het binnenkomen van het bericht	4
2. Het bijeenroepen of instellen crisisteam	4
3. De bekendmaking	4
4. Op de hoogte stellen van het bestuur	5
5. Opvang leerlingen getroffen groep(en)	5
6. Opvang collega's	5
7. Consultatie van deskundigen	5
8. Contact zoeken met de nabestaanden	5
9. Informeren van de ouders van de leerlingen	5
10. Organisatorische aanpassingen	6
11. Het condoléance en begrafenis- of crematiebezoek	6
12. Herdenkingsbijeenkomst op school	6
13. Omgaan met de pers	6
14. Administratie	6
15. Het afscheid, de uitvaart	6
16. Nazorg	6
17. Evaluatie	6
Instanties	7
Websites	8
Literatuurlijst	8
Bijlagen	
Bijlage 1. Taken crisisteam, schooldirectie of coördinator	9
Bijlage 2. Checklist informeren van betrokkenen	10
Bijlage 3. Slecht nieuwsgesprek	11
Bijlage 4. Het vertellen van het verdrietige nieuws aan de leerlingen	13
Bijlage 5. Checklist contacten met nabestaanden	15
Bijlage 6. Informatiebijeenkomst voor ouders	16
Bijlage 7. Voorbereiding op een begrafenis/crematie	17
Bijlage 8. Checklist nazorg	19
Bijlage 9. Rouw in andere culturen	20
Voorbeeldbrief 1	
Bekendmaking aan ouders	22
Voorbeeldbrief 2	
Informatie voor ouders 'uw kind heeft een schokkende gebeurtenis meegemaakt'	23
Voorbeeldbrief 3	
Begravenis/crematie	25

Voorwoord

Elke school kan helaas te maken krijgen met rouw en verdriet. Denk aan calamiteiten, waarvan je hoopt dat ze aan je schooldeur voorbijgaan, het plotseling overlijden van een leerling of leerkracht of een andere dramatische gebeurtenis, die diep ingrijpt in het leven van de betrokkenen en het dagelijks leven op school.

Vrijwel altijd moet rekening worden gehouden met langdurige processen, met alle emoties die daarbij horen, waarbij veel mensen betrokken zijn. En al die mensen moeten op een juiste wijze, op het juiste moment geïnformeerd en begeleid worden.

De manier waarop gereageerd wordt, blijkt van grote invloed op het verwerkingsproces van degenen die betrokken zijn bij een plotseling overlijden of een calamiteit.

Of er nu wel of niet een speciaal crisisteam voor dit doel op school moet worden ingesteld, leidt nogal eens tot discussie. Waarom zou je een crisisteam instellen en actueel houden als je de kans dat een calamiteit je school treft niet zo groot acht. Extra werk inderdaad, maar het voordeel is, dat -mocht er zich onverwacht een overlijden of een calamiteit voordoen-, de kans op het uitbreken van paniek sterk is verminderd en daarmee het maken van pijnlijke fouten.

De ervaring van jeugdartsen en jeugdverpleegkundigen leert, dat in het geval dat zich een crisissituatie voordoet, scholen die over een draaiboek beschikken, in het algemeen beter in staat zijn om adequaat te reageren. Het verdient dus aanbeveling dat scholen een draaiboek klaar hebben liggen, waarin stap voor stap behandeld wordt wat er, mocht er zich een droevige gebeurtenis of calamiteit voordoen, op je af kan komen in zo'n periode. Het kan gebruikt worden om te toetsen of aan alles is gedacht.

Dit draaiboek wordt u aangeboden door JGZ, GGD Gelderland Midden. Het kan gebruikt worden als checklist of als leidraad voor het maken een eigen draaiboek. Aangepast aan de eigen situatie en voorkeur kan een draaiboek worden ontwikkeld, waaruit het eigen karakter en klimaat van de school spreken.

GGD Gelderland Midden heeft in het kader van 'risicozorg' voor jeugdigen een taak bij het bieden van hulp bij 'rampen en calamiteiten'. De schoolleiding kan in dat geval een beroep doen op ondersteuning door jeugdarts of verpleegkundige bij de begeleiding van jongeren.

Tot slot moet een draaiboek na gebruik worden geëvalueerd en zo nodig worden bijgesteld.

Het up-to-date houden van een draaiboek, denk aan namen en telefoonnummers van in- en externe deskundigen, vereist het aanstellen van een of meer verantwoordelijken.

Inleiding

Een draaiboek moet behalve een soort stappenplan -waarin stap voor stap behandeld wordt wat er, mocht er zich een droevige gebeurtenis of calamiteit voordoen, op je af kan komen- de volgende onderdelen bevatten:

- wie heeft in geval van calamiteiten de leiding;
- wie maken deel uit van het crisisteam;
- wat zijn de taken van het crisisteam;
- op welke externe deskundigen kan een beroep worden gedaan;
- op welke wijze kan de eerste opvang plaatsvinden;
- hoe en wat wordt met docenten, leerlingen en ouders gecommuniceerd;
- wie coördineert de voorlichting en staat de pers te woord;
- hoe is de nazorg geregeld?

In dit draaiboek is geprobeerd op bovenstaande vragen antwoord te geven. Voor een beter overzicht is gewerkt met bijlagen, waar naar verwezen wordt.

U treft de verschillende stappen, die naargelang de feitelijke situatie, -soms tegelijkertijd- moeten worden uitgevoerd.

Adressen van instanties en websites zijn toegevoegd. Tot slot een literatuurlijst.

U kunt kosteloos gebruik maken van de box 'Rouw en Verdriet'. Hierin is literatuur en materiaal te vinden rondom het omgaan met rouw en verdriet. Deze box is verkrijgbaar via de JGZ-medewerker van uw school.

Draaiboek Rouw en verdriet

Iedere calamiteit of droevige gebeurtenis is anders. Maar hoe verschillend ook, er zijn toch een aantal overeenkomsten betreffende informatievoorziening en organisatie op school bij plotseling overlijden of een calamiteit. Hieronder treft u de verschillende stappen, die naargelang de feitelijke situatie, moeten worden uitgevoerd.

1. Het binnenkomen van het bericht

Verifieer zonnodig het bericht, wanneer het niet afkomstig is van familie of bevoegden. Soms is er sprake van een (misselijke) grap of ongegrond gerucht. De directie kan dat doen bij politie, huisarts of jeugdarts van de school. Denk ook aan opvang van degene die het slechte nieuws bracht, ga na of iedereen op school is, die er moet zijn (let op eventuele ontdaan weggelopen kinderen, die getuige zijn geweest van een ongeval).

Geheimhouding is noodzakelijk totdat de directie een procedure in werking heeft gesteld. De noodzaak tot geheimhouding moet aan de melder(s) van het ernstige bericht, indien van toepassing, en de ontvanger van het bericht, bijvoorbeeld secretariaat of leerkracht worden meegedeeld. Dit is noodzakelijk om ongecontroleerde acties bij leerkrachten en leerlingen te voorkomen.

Soms moet het bericht tot nader order geheim blijven. Dat kan bijvoorbeeld het geval zijn bij suicide.

N.B.: Zelfdoding komt onder leerlingen niet veel voor maar als het voorkomt is de ontreddeing groot. In die situatie is het wenselijk dat er goed overleg met de ouders is. De leerlingen, leraren en het overig personeel worden pas ingelicht als het gesprek met de ouders heeft plaatsgehad.

Er wordt met de ouders of nabestaanden een tijdstip afgesproken waarop de leerlingen ingelicht mogen worden.

Overleg met de ouders of nabestaanden wat er al dan niet verteld zal worden. Ouders en school moeten het eens zijn over de informatie die wordt verstrekt en over de wijze waarop de schoolbevolking medeleven betuigt. Als dit niet tot overeenstemming leidt, heeft de school een eigen verantwoordelijkheid tegenover de leerlingen. In dat geval zal de schoolleiding moeten beslissen of zij tegemoet komt aan de wensen van de ouders, waar zij niet achter staat of een eigen koers vaart in het belang van de leerlingen. Denk aan: het bevorderen van een adequate rouwverwerking, het verminderen van gevoelens van schuld, angst en depressiviteit en het voorkomen van nieuwe suicide(pogingen).

2. Het bijeenroepen of instellen crisisteam

Wie moet zitting hebben in een crisisteam? Per school kan de samenstelling verschillend zijn. In elk geval moeten zitting hebben de directeur, de leerkracht betreffende groep, een vertegenwoordiger van de ouderraad. Te overwegen valt een vertegenwoordiger van het bestuur, de IB-er, een geestelijk verzorger en een extern deskundige. Het is verstandig een eindverantwoordelijke (meestal directeur) en een coördinator te benoemen.

Taken Crisisteam

Als er geen 'vast' crisisteam is aangesteld, waarop een beroep kan worden gedaan, kunnen het bestuur en de directie bij een calamiteit besluiten tot het instellen van een 'ad hoc' crisisteam, dat nog op de dag van de melding bijeenkomt. In het geval er geen crisisteam hoeft te worden ingeschakeld is het verstandig een coördinator aan te stellen. Meestal zal dat een directielid zijn.

Soms kan het goed zijn om een externe deskundige in te schakelen. Indien gewenst, kan de hulp van de jeugdarts en/of jeugdverpleegkundige van GGD Gelderland Midden worden ingeschakeld. Zij kunnen advies en/of ondersteuning bieden.

3. De bekendmaking

Er moeten afspraken gemaakt zijn in het (crisis-)team over: wie geïnformeerd moeten worden en wie dat dan doet. Zie *bijlage 2 voor informeren betrokkenen en bijlage 3 slecht nieuwsgesprek.*

Het schoolteam spreekt af wie wie informeert. Bijzondere aandacht moet er zijn voor de nauwt betrokkenen. Zeker zij moeten het bericht op een zorgvuldige wijze krijgen.

Denk bij plotseling overlijden van een leerling allereerst aan het informeren van broers, zussen, intieme vrienden, vriendinnen (wie is de meest aangewezen om dat nieuws te brengen?)

Is er opvang mogelijk na het gesprek? Met het team wordt afgesproken welke informatie in de klassen gegeven wordt. De docenten kunnen in geval van overlijden in de klas iets meer vertellen om zo het gesprek op gang te brengen, maar

geef in eerste instantie niet teveel informatie tegelijk. Zeg dat in principe alle reacties goed zijn: 'moet je huilen, dan is dat prima, hoeft dat niet dan is het ook goed.' Vertel eventueel dat de ouders per brief geïnformeerd zullen worden.

In geval van overlijden van een personeelslid informeert de schoolleiding behalve het bestuur ook de M.R. Denk eraan dat het onderwijs ondersteunend personeel en andere op school werkende mensen ook op de hoogte moeten worden gebracht. Houdt rekening met de vakantietijd. Belangrijk is in die periode telefonische of schriftelijke informatie aan klasgenoten/collega's.

4. Schoolleiding stelt, indien nodig, het bestuur op de hoogte

Denk in geval van een calamiteit ook aan het op de hoogte stellen van de onderwijsinspectie of de gemeente. Als de school in verband met een uitvaart tijdelijk sluit, is toestemming nodig van de inspectie.

5. Opvang leerlingen en getroffen groep(en)

Voorzorgsmaatregel; opvang van eventuele leerlingen, die overstuurd zijn, daarna pas de klas ingaan. Bespreek gezamenlijk de gebeurtenis en de gevoelens die daarbij opkomen. Breng een overlijdensbericht zonder omhaal. Dat kan na een inleidende zin: 'ik moet iets ergs vertellen'...

Het is 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 nadere toelichting en uitleg achterwege te laten. Daarvoor is later alle gelegenheid.

Laat de leerlingen elkaar helpen en troosten. Probeer de opvang binnen de klaslokalen te houden. Zorg -als dat mogelijk is- dat er een ruimte binnen de school beschikbaar is waar kinderen die erg overstuurd zijn, opvang krijgen. *Zie bijlage 4 het vertellen van het verdrietige nieuws aan jongeren.*

6. Opvang collega's

Door het (crisis)team moet ook aandacht worden besteed aan de emoties van de teamleden.

Indien nodig kan hulp worden ingeroepen van de maatschappelijke opvang van de Arbo-dienst, het crisisteam van de Geestelijke Gezondheidszorg, Bureau Slachtofferhulp of schoolmaatschappelijk werk.

7. Consultatie van deskundigen

Hulp van buitenaf kan worden ingeschakeld als team of directie de indruk heeft dat de aanpak van het probleem deskundigheid vereist waarover in het team niemand beschikt. Soms vergt de aanpak meer tijd dan een team kan opbrengen. Bijvoorbeeld voor de opvang en verwerking. In die gevallen is het gewenst steun en hulp van buitenaf in te schakelen. De ervaring leert dat de afhandeling van een calamiteit het beste in teamverband, vanuit bestaande contacten, kan gebeuren. Bijvoorbeeld met Jeugdgezondheidszorg. In dat geval is het nodig dat de jeugdarts ook op de hoogte is van het bestaan en inhoud van een (school)draaiboek.

Als er veel geregeld moet worden is het prettig dat een buitenstaander even meekijkt. Het is vaak de onzekerheid, de angst om iets verkeerd te doen of iets te vergeten, die een deskundige buitenstaander voor een deel kan wegnemen.

8. Contact zoeken met de nabestaanden

Eventueel in samenwerking met de huisarts, politie, slachtofferhulp e.d. Maak voor dezelfde dag een afspraak voor bezoek. Voor het opsporen en informeren van familieleden kan de politie worden ingeschakeld. Bijvoorbeeld wanneer plotselinge dood het gevolg is van een ongeval op of rond de school. *Zie bijlage 5 checklist contacten met nabestaanden.*

9. Informeren van de ouders van de leerlingen

Bij een calamiteit is het altijd wenselijk om de ouders per brief te informeren over mogelijk te verwachten reacties van jongeren. Afhankelijk van de situatie kan het soms verstandig zijn zo spoedig mogelijk een bijeenkomst te houden met de ouders van de leerlingen van betrokken groepen. *Zie bijlage 6 voor informatiebijeenkomst voor ouders.*

In de berichtgeving aan de ouders is het van belang dat de volgende zaken aan de orde komen:

- namen van de contactpersonen naar wie ouders kunnen bellen;
- eventuele roosteraanpassingen;
- indien bekend rouwbezoek en gewenste aanwezigheid bij de uitvaart;
- wensen van nabestaanden;
- eventueel een herdenkingsdienst op school;
- nazorg voor de leerlingen.

- Voorbeeldbrief 1: 'bekendmaking aan ouders'
Voorbeeldbrief 2: 'uw kind heeft een schokkende gebeurtenis meegemaakt'
Voorbeeldbrief 3: 'begrafenis/crematie'

10. Organisatorische aanpassingen

Eventueel moet het rooster voor de eerstkomende week worden aangepast. Geplande schoolfeesten, schoolreisjes worden afgezegd of uitgesteld.

Contacten met bloemist, begrafenisondernemer, ziekenhuis, busmaatschappij voor eventuele aanpassingen.

11. Het condolérance en begrafenis- of crematiebezoek

Neem nog dezelfde dag contact op met de nabestaanden. Ga bij voorkeur met zijn tweeën. In elk geval moet de schoolleiding vertegenwoordigd zijn of een brief van de schoolleider. Vraag wat de school kan betekenen.

Overleg over de te nemen stappen: -bezoekmogelijkheden van leerlingen, -het plaatsen van een rouwadvertentie, -bijdragen aan de uitvaart, -bijwonen van de uitvaart, -hoeveel aanwezigen namens school, -leerlingen met of zonder ouders.

12. Herdenkingsbijeenkomst op school

In overleg met de ouders en/of nabestaanden. Om zoveel mogelijk leerlingen in de gelegenheid te stellen afscheid te nemen of omdat het niet mogelijk is dat leerlingen bij de uitvaart aanwezig zijn, wordt soms een herdenkingsdienst op school gehouden (waarbij het Bestuur aanwezig kan zijn). Tijdens deze dienst kunnen leerlingen teksten en gedichten voordragen, liedjes zingen en muziek maken. Zo ja, wanneer en wie doet wat?

13. Omgaan met de pers

Geef bij persberichten geen informatie over de gebeurtenis, maar over hoe de school ermee omgaat. Een voordeel van zelf contact met de pers zoeken is dat de regie min of meer in handen te houden is. Selecteer: wie staan we wel te woord en wie niet. Bepaal de kernboodschap en probeer bondig, open en concreet te zijn. Zorg voor openheid en duidelijkheid, voor zover de direct betrokkenen hiervoor toestemming geven. Benoem een vaste persoon die contacten met de pers onderhoudt.

14. Administratie

Als een of meerdere leerlingen overlijden: blokkeer onmiddellijk uitgaande post aan de betreffende leerling(en). Denk aan de formele uitschrijving, eventuele restitutie schoolgelden en persoonlijke bezittingen.

15. Het afscheid, de uitvaart

Het is erg belangrijk dat leerlingen afscheid kunnen nemen van de overleden leerling of leerkracht. Dat kan tijdens een bezoek aan de ouders/familie van de overledene, tijdens een begrafenis of crematie of tijdens een afscheidsdienst 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. *Zie bijlage 7 voorbereiding op de begrafenis of crematie.*

16. Nazorg

De mentor heeft een taak in de nazorg van de leerlingen. Kom af en toe terug op het verlies. Richt een plekje in de klas ter herinnering aan de overleden leerling. Ook kun je samen met de klas een herinneringsboek maken. Het gaat erom dat de kinderen nog het gevoel hebben dat ze over hun klasgenootje mogen praten en dat het niet vergeten is.

Bouw een moment in waarin de rouwfase op een of andere manier formeel wordt afgesloten. Bijvoorbeeld door een familielid na enige maanden een dankwoordje te laten uitspreken of schrijven. Het bestuur bedankt, indien van toepassing, alle betrokken instanties voor de inzet.

De directie en het crisisteam hebben ook een taak in de opvang van de zorg en nazorg voor de personeelsleden en de directieleden zelf. Soms is het goed als externe deskundige de 'maatschappelijke opvang' van de Arbo-dienst in te schakelen. *Zie bijlage 8, checklist nazorg.*

17. Evaluatie

Hoe is het met iedereen? Hoe is het met de nazorg? Wat zijn de zorgen geweest, zijn er nog behoeften? Wat had beter gekund? Eventueel bijstellen draaiboek.

Instanties

Adviespunt school en veiligheid

Het Adviespunt is bereikbaar via

030 – 285 66 16 | adviespunt@schoolenveiligheid.nl

Slachtofferhulp Nederland

Regio Gelderland Midden/Gelderland Zuid

Tel.: 0900-0101

Achter de Regenboog

Verliesverwerking met kinderen en jongeren

Advieslijn

[085 047 15 71](tel:0850471571)

Humanitas

Lotgenotengroepen

info@humanitas.nl

Telefoonnummer:

020 5231100

Websites

www.achterderegenboog.nl

Stichting Achter de Regenboog biedt steun aan kinderen en jongeren die een dierbare hebben verloren. Met persoonlijke begeleiding, lotgenotencontact en waardevolle informatie helpen wij hen om te gaan met het verlies en een weg te vinden in hun verdriet.

www.in-de-wolken.nl

In de Wolken is gespecialiseerd in verlies op allerlei terreinen. Zoals verlies door ziekte, overlijden, echtscheiding en verliezen van je baan. Daarbij krijgt de invloed van hechting en van traumatische ervaringen op het rouwen specifieke aandacht.

www.nji.nl/opvoeden-en-ouderschap/rouw-bij-kinderen-en-jongeren

Informatie en tips om je kind te helpen bij rouwen naar leeftijd.

www.missingyou.be

Kreeg je te maken met het verlies van een dierbare?
Missing You kan jou helpen rouwen.

www.digitalerouwkoffer.nl

Boeken, muziek, informatie, poëzie voor diverse ingrijpende gebeurtenissen. Specifiek uitgesplit naar leeftijdsgroepen.

www.kankerspoken.nl

Elk jaar krijgen kinderen & jongeren te maken met een moeder, vader, opa of oma met kanker. Ouders maken zich zorgen en vragen zich af hoe zij hun kinderen het beste kunnen helpen. Deze site biedt hulp aan kinderen & jongeren. Ook voor ouders, vrienden, bekenden, leerkrachten en hulpverleners is deze site een bron van informatie.

www.rouw.nl

Informatie over rouwproces vanuit verschillende theorieën.

Rouwbehandeling.nl

De plek waar je alle informatie vindt over onderzoek en rouwbehandelingen na een plotseling verlies. Ontwikkeld door [Fonds Slachtofferhulp](#).

[Calamiteitenteam - School en veiligheid](#)

Een calamiteit vraagt om een buitengewone inspanning van directie en medewerkers. Juist dan heb je als school behoefte aan tips en ondersteuning. Daarom biedt het calamiteitenteam van School & Veiligheid een helpende hand.

Literatuur

Hieronder staan enkele voorbeelden van boeken rondom thema rouw en verdriet. Voor volledige lijst zie document 'Literatuurlijst rouw en verdriet_VO_12 jaar en ouder_2025'

- De rouwende school
- Mijn troostende ik
- Als een ramp een school treft
- Weer-zin in het leven
- Afscheid voor altijd
- Doodnormaal?
- Veelkleurig verdriet
- Als je woorden zoekt
- Als jongeren rouwen, 80 vragen

Bijlagen

Bijlage 1: Taken crisisteam

- het informeren van de betrokkenen, zie bijlage 2 voor checklist;
 - de opvang van leerlingen, zie bijlage 4;
 - de opvang van collega's;
 - contacten met ouders, zie bijlage 6;
 - eventueel samenstellen van een taakgroep, samen met bestuur;
 - regelingen in verband met rouwbezoek en uitvaart, zie bijlage 7;
 - administratieve afwikkeling;
 - nazorg voor de betrokkenen, zie bijlage 8.
-
- informatieoverdracht aan alle betrokken personen en groepen, checklist zie bijlage 3 en 4;
 - zorgen dat contact wordt onderhouden met de nabestaanden; zie bijlage 6;
 - coördinatie van advertentieteksten;
 - de organisatie van condolérance en begrafenis- of crematiebezoek, zie bijlage 8;
 - instellen van zorg en nazorg voor leerlingen en leerkrachten.

De coördinator/directeur heeft de eindverantwoordelijkheid

Bijlage 2: Checklist informeren van betrokkenen

- het personeel, denk ook aan degenen die op dat moment niet op school zijn;
- de groep van de leerling of leraar, familieleden zoals broers of zussen, neven en nichten die op school zitten;
- ex-klasgenoten;
- vrienden en vriendinnen in andere klassen;
- overige leerlingen, denk ook aan de leerlingen in de gymzaal, op excursie, schoolreis en dergelijke;
- chauffeur en leerlingen die meereizen wanneer de leerling met het busje naar school komt (bijvoorbeeld in het speciaal onderwijs);
- ouders, ouderraad;
- schoolbestuur;
- personen en instanties die mogelijk contact opnemen met de familie zoals externe hulpverlening, leerplichtambtenaar, GGD en dergelijke.

Bijlage 3: Slecht nieuwsgesprek

Inleiding

Als het overlijdensbericht als eerste bij de school binnenkomt, zullen de ouders en/of familieleden geïnformeerd moeten worden. Broertjes en zusjes, die ook op school zitten, mogen daarbij niet vergeten worden. In de vakliteratuur heet zo'n gesprek een 'slecht nieuws gesprek'.

Het slecht nieuws gesprek moet ook gevoerd worden met vrienden, vriendinnen en groepsgenoten van de overledene. Het voeren van een 'slecht nieuws gesprek' vraagt om de nodige tact. Er zijn enkele gesprekstechnische aandachtspunten bij aan te geven. Die hieronder stap voor stap worden behandeld.

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 het nieuws te brengen;
- hoe geschiedt de 'aankondiging';
- gaat u bijvoorbeeld zonder aankondiging naar de ouders/familie of belt u eerst op;
- laat u broertjes/zusjes, vrienden/vriendinnen van de overledene naar uw kamer komen zonder hen vooraf te laten weten waar u over wilt praten;
- welke voorzorgsmaatregelen worden getroffen: moet bijvoorbeeld vooraf gezorgd worden voor 'opvangmogelijkheden' na het gesprek, welke opvang is beschikbaar?

Stap 2: De inleiding

Een slecht nieuws gesprek mag nooit een overval zijn! Ouders, familieleden of leerlingen aan wie u het nieuws moet melden, moeten de kans krijgen om even goed te gaan zitten en hun aandacht te richten op hetgeen u hen wilt 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 en slecht nieuws voor u"; "Ik vrees dat ik u er mee overval, maar ik moet u iets meedelen ...".

Elke leerkracht, interne begeleider of directeur zal bij een dergelijke inleiding formuleringen kiezen die het beste bij hem of haar passen. Het is in ieder geval van belang om zoveel mogelijk in de ik-vorm te spreken, want:

- ik-boodschappen zijn duidelijk, vooral bij een slecht nieuws gesprek is duidelijkheid een eerste vereiste;
- met ik-boodschappen is de kans het grootst dat u direct de aandacht krijgt van degenen aan wie u het slechte nieuws moet melden.

Stap 3: Vertel het nieuws kort en bondig

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

Een belangrijk aandachtspunt in deze fase is: u vertelt het nieuws en laat de ander vooral niet raden wat u komt vertellen. Laat u de ander wel raden, dan laat u hem of haar als het ware een strop om de eigen hals leggen en dat is in de gegeven omstandigheden wel erg cru. Het is ook niet nodig. U bent immers gekomen om slecht nieuws te brengen, u heeft de aandacht er voor gevraagd door uw korte inleiding, dan wordt dus nu van u verwacht dat u het nieuws meedeelt.

Stap 4: Ga in op de eerste emoties

Waarschijnlijk zal het overlijdensbericht leiden tot directe, heftige of minder heftige emoties: schrik, verbijstering, ongeloof, verzet en misschien ook al verdriet of woede. In feite zijn allerlei emoties 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: "u bent volkomen verbijsterd door dit bericht ..."; "ik merk dat het bericht u helemaal overvalt ...".

Sta stil bij dergelijke emoties, laat de ander de tijd en de gelegenheid om daaraan uiting te geven. Daarna kunt u aangeven dat u dergelijke emoties herkent, dat u misschien ook zo 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 tal van vragen op:

- wat is er precies gebeurd;
- hoe kon dat gebeuren;
- waar is het gebeurd;
- waarom?

Het is van belang om zo open mogelijk de informatie te geven waarover u beschikt. Hoe moeilijk en pijnlijk het misschien ook voor de nabestaanden is, ze hebben er recht op om te weten wat er precies gebeurd is. Het zal soms zelfs nodig zijn om hen te helpen hun eigen vragen te formuleren.

Als informatie waarover u beschikt achter gehouden wordt, kan dat in deze fase misschien het leed lijken te verzachten. Later zal echter blijken dat het voor 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 recht op hebben.

Stap 6: Ga na welke hulp eventueel geboden moet worden

Een overlijdensbericht roept bij direct betrokkenen niet alleen heftige emoties op (ook al zullen die niet altijd direct zichtbaar of hoorbaar zijn), 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 als brenger van het slechte nieuws van belang om ook stil te staan bij de gevolgen die dit nieuws heeft voor de direct betrokkenen. 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 (nieuwe) problemen die er door veroorzaakt worden.

Vertel duidelijk welke ondersteuning, (praktische) hulp, u of de school kunt bieden en welke hulpbronnen nog meer in te schakelen zijn. Met wie kunnen de ouders en leerlingen bijvoorbeeld contact opnemen als zij na dit gesprek met u behoefte hebben aan een vervolgesprek? Het is van belang de mogelijkheden in dit opzicht te noemen voordat u het gesprek beëindigt. De jeugdverpleegkundige of jeugdarts van GGD Gelderland Midden kan hierbij van advies dienen.

Bijlage 4: Het vertellen van het verdrietige nieuws aan de leerlingen

Verdrietig nieuws vertellen aan jongeren

Wanneer er iemand overlijdt binnen of dichtbij de school – een leerling, een docent of iemand anders die belangrijk is – moet dat op een goede, zorgvuldige manier aan de klas verteld worden. Jongeren van 12 jaar en ouder zijn zich vaak goed bewust van wat dood betekent, maar gaan er op hun eigen manier mee om.

Waar moet je op letten?

- Bedenk van tevoren of je dit gesprek alleen kunt voeren. Zo niet, vraag dan een collega om erbij te zijn.
- Bereid je goed voor: wat wil je precies zeggen en hoe? Denk ook alvast na over mogelijke reacties van leerlingen.
- Begin met een duidelijke, korte inleiding, zoals: 'Ik moet jullie iets heel verdrietigs vertellen.' Vermijd een lange inleiding, dat kan verwarrend zijn of afleiden.
- Breng het bericht vervolgens helder en eerlijk. Draai er niet omheen.
- Geef eerst alleen de belangrijkste informatie.
- Geef daarna ruimte voor stilte, emoties en reacties.

Hoe jongeren reageren op de dood

Jongeren begrijpen doorgaans goed wat de dood is, maar dat betekent niet dat ze er altijd volwassen mee omgaan. De ene jongere stelt veel vragen, de ander sluit zich juist helemaal af. Sommigen willen praten, anderen reageren met grapjes, boosheid of zelfs onverschilligheid. Dit zijn allemaal normale manieren om te reageren op iets dat overweldigend en ingrijpend is.

Belangrijke dingen om te weten:

- Jongeren willen vaak begrijpen waarom het is gebeurd. Geef dus eerlijke, feitelijke informatie (voor zover die beschikbaar is), maar zeg ook gerust als je iets niet weet.
- Ze kunnen worstelen met gevoelens van schuld, machteloosheid of angst. Soms vragen ze zich af: 'Had ik iets kunnen doen?'
- Veel jongeren vinden het lastig om emoties te tonen in een groep. Ze houden zich groot, ook al zijn ze vanbinnen van slag. Geef ze de tijd.
- Ook stoere, stille of 'nuchtere' leerlingen kunnen geraakt zijn. Hun reactie zie je soms pas dagen later.
- De dood kan eerdere verliezen of angsten weer oproepen. Dit kan zich uiten in onrust, concentratieproblemen of plotseling gedrag dat afwijkt van normaal.

Zeg dus duidelijk dat elke reactie er mag zijn:

Iedereen reageert anders. Sommigen zijn stil, anderen willen praten of huilen, of juist even helemaal niks zeggen. Alles is oké.

Eerlijkheid en duidelijkheid

Jongeren merken het meteen als je dingen achterhoudt of mooier maakt dan ze zijn. Ze hebben behoefte aan duidelijkheid én aan ruimte voor hun eigen gevoelens. *Zeg liever: Ik weet ook niet alles, maar dit is wat we nu weten.*

Wees eerlijk over je eigen gevoelens als dat past bij jou. Als jij als volwassene ook zichtbaar geraakt bent, geeft dat jongeren toestemming om hun eigen gevoelens toe te laten.

Wat kun je zeggen?

- *Jullie hebben waarschijnlijk al gemerkt dat het vandaag anders is dan normaal.*
- *Ik moet jullie vertellen dat....is overleden. Dat is heftig nieuws. We weten nog niet alles, maar dit is wat we nu weten.*
- *Jullie mogen hier verdrietig om zijn, boos, in de war of stil. Alles is goed. Er is geen 'juiste' manier om te reageren.*

Hoe nu verder?

- Geef ruimte voor vragen, maar dwing niemand om te praten.
- Vertel bij wie jongeren terecht kunnen als ze later behoefte hebben aan een gesprek (mentor, zorgcoördinator, schoolmaatschappelijk werk).
- Laat weten dat de ouders/verzorgers een brief krijgen.
- Leg uit wat er gebeurt rondom de uitvaart of rouwverwerking op school (zoals een herdenkplek, bijeenkomst of kaart schrijven).
- Geef aan hoe de komende dagen eruitzien: zijn er lessen? Zijn er aanpassingen? Is er een lokaal waar je je even kunt terugtrekken?

Als het stil valt

Na het vertellen van verdrietig nieuws kan het even helemaal stil zijn. Dat is normaal. Sommige jongeren weten niet wat ze moeten zeggen. Je kunt de stilte benoemen en zachtjes begeleiden:

Jullie zijn er stil van. Dat snap ik heel goed. Het is ook veel. Misschien wil je even praten, of iets opschrijven over wat je nu voelt.

Je kunt ook iets voorlezen (een gedicht of tekstje), of een ritueel starten, zoals een kaarsje aansteken, muziek luisteren of een moment van stilte houden.

Tot slot

Jongeren hebben, net als volwassenen, tijd nodig om te verwerken wat er is gebeurd. Door hen serieus te nemen, ruimte te geven en open te communiceren, help je hen op een respectvolle manier omgaan met verlies. Er is geen draaiboek voor rouw, maar samen kun je wel een veilige sfeer creëren waarin alles er mag zijn.

Verdere informatie

Wanneer de eerste emoties wat luwen en leerlingen vragen hoe het verder moet, kunt je 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?

Vertel ook bij wie de leerlingen terecht kunnen voor een persoonlijk gesprek. Zonodig kunt u als school een rooster maken voor de bereikbaarheid in de avonden, weekenden en vakantie.

Bijlage 5: Checklist contacten met nabestaanden

Neem nog dezelfde dag contact op met de nabestaanden. Ga na welke informatie over het overlijden aan de leerlingen verteld mag worden.

- Maak voor dezelfde dag een afspraak voor een huisbezoek.
- Ga bij voorkeur samen met iemand van de schoolleiding.
- Houd er rekening mee dat het eerste bezoek meestal alleen een uitwisseling van gevoelens is.
Vraag of je een tweede bezoek mag brengen om wat verdere afspraken te maken.

De tweede dag

- vraag wat de school kan betekenen voor de ouders;
- overleg over alle te nemen stappen:
- bezoekmogelijkheden van leerlingen;
- het plaatsen van een rouwadvertentie;
- het afscheid nemen van de overleden leerling;
- bijdragen aan de uitvaart ;
- bijwonen van de uitvaart;
- afscheidsdienst op school.

Bijlage 6: Informatiebijeenkomst voor ouders

Tijdens een informatiebijeenkomst kan worden uiteengezet hoe de school heeft gereageerd, wat het beleid is en welke reacties ouders van hun kinderen kunnen verwachten. En bij wie de ouders met vragen terecht kunnen. Ook in het weekend of in de vakantie. Draai niet om de feiten heen. Als er onduidelijkheid is over de feiten, meldt dat dan ook duidelijk. Geef zo eenduidig mogelijke informatie zodat geruchtvorming zoveel mogelijk wordt tegengegaan, vooral als het zelfmoord of vreemde ongevallen betreft. Verder vernemen de ouders welke reacties zij mogelijk van hun kinderen kunnen verwachten en bij wie zij met vragen terecht kunnen.

Bijlage 7: Voorbereiding op een begrafenis of crematie

Een condoléancebezoek

Een condoléancebezoek, een laatste bezoek aan een overledene is geen gebeurtenis waarmee leerlingen iedere dag te maken krijgen. Daarom verdient zo'n bezoek een goede voorbereiding.

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

Zeker de wat oudere kinderen/ jongeren 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.

Afscheid nemen van de overledene

Wanneer de mogelijkheid er is, is het goed dat leerlingen afscheid nemen van de overleden leerling of leerkracht. Vraag van tevoren aan de ouders/familie of aan de uitvaartleider of de leerling of leerkracht 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 een condoléancebezoek, 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 er voor 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 en/of familie kunnen leerlingen een aandeel hebben in de uitvaart. U kunt samen met de leerlingen:

- 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 uitvaart zingen of spelen.

Leerlingen moeten weten wat ze tijdens de uitvaart 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 dienst is afgelopen, geef je de nabestaanden na afloop een hand?

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

Voorbereiding op een begrafenis

Om kinderen/ jongeren voor te bereiden op een begrafenis kunt u gebruik maken van de informatie in deze paragraaf. Bij een begrafenis vindt een afscheidsdienst meestal in de kerk of een aula plaats. Na de dienst gaat iedereen naar de begraafplaats. Daar staat de kist soms onder een soort afdakje, maar het gebeurt ook dat de kist meteen bij het graf wordt gezet.

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 weggegaan is 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 de grafsteen klaar is en erop geplaatst wordt.

Maar wat gebeurt er nu met iemand die begraven is? Het lichaam heeft zich in de tijd door celdeling zelf gevormd en ruimt zich nu ook zelf weer op. Dat gebeurt door bacteriën die in het lichaam aanwezig zijn. Er komen geen wormen of

maden aan te pas. Want wormen zijn geen vleeseters en de overledene wordt zo diep begraven dat maden er vanwege zuurstofgebrek niet kunnen leven. Daarom is wat er gebeurt niet te vergelijken met een rottingsproces in de open lucht. Dit opruimingsproces duurt tientallen jaren. Uiteindelijk blijven de beenderen over en iets dat je kunt vergelijken met het stof dat je uit een rijpe paddenstoel kunt tikken.

Vorbereiding op een crematie

Om kinderen/ jongeren voor te bereiden op een crematie kunt u gebruik maken van de informatie in deze paragraaf. Bij een crematie gaan de familie, vrienden en kennissen naar een ontvangstruimte in het crematorium waar ze wachten tot de afscheidsdienst begint. De naaste familie gaat meestal naar de familiekamer. Uiteraard mogen zij ook naar de ontvangstruimte, maar de meeste families vinden het prettiger om even rustig te kunnen zitten.

De familie bepaalt wat er tijdens de afscheidsdienst gebeurt. Zij 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 dienst kan heel persoonlijk ingevuld worden met kaarsen, bloemen, ballonnen of wat je maar wilt. Aan het einde van de dienst 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.

Als de mensen uit de aula verdwenen 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 niet mee verbrand, die worden buiten bij de strooivelden gelegd of de familie neemt ze mee.

De overledene krijgt een registratienummer, dit nummer staat overal op. Een steentje van klei met het nummer wordt voor op de kist gelegd en gaat mee de oven in om voortaan bij de as te blijven.

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. Met een magneet worden de spijkers en schroeven van de kist uit de as gehaald. Als er nog metalen van sieraden, monturen van brillen en dergelijke inzitten, worden die er ook 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 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 of 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 er binnen of buiten een plaatsje voor te vinden.

Veel kinderen hebben vragen over het crematieproces vanwege het vuur dat erbij 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.

Culturele verschillen

Rouwrituelen zijn cultuurgebonden. Bij leerlingen of leerkrachten 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 u als 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. In dergelijke situaties is het verstandig om zelf een plichtigheid 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.

Bijlage 8: Checklist nazorg

- Probeer zoveel mogelijk de dag na de uitvaart weer te starten met de lessen.
- Let op signalen van een stagnerend rouwproces bij leerlingen.
- Organiseer zonodig gerichte activiteiten om het rouwproces te bevorderen zoals schrijven en/of tekenen of het werken met gevoelens.
- Let speciaal op risicoleerlingen zoals leerlingen die al eerder een verlies hebben geleden.
- Geef leerlingen, die veel moeite hebben met de verwerking van het verlies, individuele begeleiding.
- Sta af en toe stil bij herinneringen, besteed aandacht aan speciale dagen zoals de verjaardag van de overledene.
- Rond aan het eind van het schooljaar iets af met de kinderen van de klas van de overledene
- Houd oog voor de broertjes/zusjes van een overleden kind.

Bijlage 9: Rouw in andere culturen

Wanneer kinderen en jongeren te maken krijgen met een uitvaart van iemand met een andere religieuze of culturele achtergrond is het van belang hen zo goed mogelijk te informeren. Bijvoorbeeld wanneer het kind of de jongere geen religieuze opvoeding heeft gehad en hij moet naar een joodse of katholieke uitvaart of naar een dienst in de gereformeerde kerk, wanneer het Marokkaanse klasgenootje sterft of wanneer de Hindoestaanse vader van een vriendje overlijdt.

Op dat moment kun je kinderen en jongeren pas goed informeren wanneer je zelf de achtergronden weet van de religieuze of culturele rituelen. Maar vaak is er sprake van verschillen binnen een religie of cultuur. Of men houdt zich niet aan alle traditionele voorschriften maar wordt de traditie geïntegreerd met moderne westerse opvattingen. Ook wanneer je goed geïnformeerd bent over de gewoontes en culturele achtergronden kun je beter navragen hoe het afscheid precies zal verlopen. Anders kom je toch voor verrassingen te staan. Bij sommige culturen zijn klaagvrouwen aanwezig die het afscheid een dramatisch effect geven waar kinderen van kunnen schrikken. Weer andere culturen maken er een soort feest van waar gezongen en gedanst wordt. Bij sommigen staat eten centraal en wordt ook voedsel meegegeven aan de doden. We geven een paar, veel voorkomende, rituelen weer.

Joodse uitvaarten

Joodse uitvaarten vinden zo mogelijk binnen 36 uur na het overlijden plaats. De dode wordt begraven in een kist van ongeschaafde en onbewerkte vurenhouten 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 siwwa zitten. Men blijft thuis, de mannen scheren zich niet en men wordt verzorgd door anderen die bijvoorbeeld eten komen 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. Meestal worden Hindoestaanse afscheidsdiensten in het crematorium aan het einde van de dag gepland omdat het er wat anders aan toe gaat dan men gewend is bij andere plechtigheden. Naast allerlei andere emoties krijgt ook vreugde een plek omdat de crematie de bevrijding van de ziel betekent. De dienst wordt geleid door de pandit, de Hindoestaanse geestelijke die mantra's en gebeden opzegt, wierook brandt en rijstballetjes offert. 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. In besloten kring worden reinigings- en zuiveringsrituelen uitgevoerd. Er wordt gezongen, gedanst en gebeden en de dode wordt gebalsemd. Na drie dagen komt iedereen bijeen voor het rouwbeklag waarbij gedanst, gezongen, gegeten en gebeden wordt. Na de begrafenis is er weer rouwbeklag en na veertig dagen opnieuw. Bij deze 'banjapree' gaat het er feestelijk aan toe omdat de rouwperiode afgesloten wordt.

Moslims

Bij het overlijden van Moslims krijgt men te maken met veel rituele voorschriften. Reinheid neemt daarbij een belangrijke plaats in. 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. De dode wordt in een laken of in witte doeken gehuld en besprenkeld 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, alhoewel hier ontheffing op verleend kan worden. 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 bij de absoute. Men collecteert, 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 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 gemeentes 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. Bij Nederlandse bevolkingsgroepen is een koffietafel of koffie met cake gebruikelijk.

Voorbeeldbrieven

Voorbeeldbrief 1: Bekendmaking

Geachte ouders,

..... Gisteren,, na schooltijd is een ernstig
ongeluk gebeurd,

.....
waarbij leerling van groep

het leven verloren.

Wij zijn erg geschokt en verdrietig.

Alle kinderen zijn in een klassengesprek op de hoogte gesteld. Wij hopen dat u ook thuis uw kind goed kunt opvangen als het erover wil praten.

Namens de ouders het verzoek hen nu thuis niet te bellen. Hoe begrijpelijk uw medeleven ook is, dergelijke telefoontjes vormen een zware belasting.

..... U kunt wel de school bellen,
mevrouw/meneer onderhoudt

het contact met de familie en zal ons verder op de hoogte houden.

..... Als er meer bekend is over hoe wij afscheid kunnen nemen
van

berichten wij u.

Met vriendelijke groeten,

.....

contactpersoon van de school

Voorbeeldbrief 2: ‘Uw kind heeft een schokkende gebeurtenis meegemaakt’.

Geachte ouder(s)/verzorger(s),

Uw kind heeft onlangs een ingrijpende gebeurtenis meegemaakt. Het gaat om een schokkende situatie die samenhangt met de dood, een ernstig ongeval of ander plotseling verlies. We realiseren ons dat dit een heftige ervaring is, die bij jongeren veel los kan maken. Daarom willen we u informeren en enkele handvatten bieden voor hoe u uw kind kunt ondersteunen in de verwerking.

Hoe gaan jongeren om met de dood?

Jongeren begrijpen heel goed wat dood betekent: dat iemand niet meer leeft en niet meer terugkomt. Maar omgaan met de emoties die dit oproept, is lastig. Ze kunnen heen en weer geslingerd worden tussen verdriet, boosheid, opluchting, schuldgevoel of juist leegte. De ene jongere wil er veel over praten, de ander sluit zich af en lijkt juist door te gaan alsof er niets gebeurd is. Al deze reacties zijn normaal.

Jongeren willen vaak zelfstandig en sterk zijn. Daardoor praten ze niet altijd uit zichzelf over wat hen bezighoudt. Tegelijk hebben ze uw steun hard nodig. Jongeren kunnen piekeren over de zin van het leven, bang worden dat ook anderen doodgaan, of zich schuldig voelen over dingen die ze wel of niet gezegd of gedaan hebben.

Hoe kunt u uw kind helpen?

- Toon dat u beschikbaar bent. Laat merken dat uw kind altijd bij u terecht kan, zonder te pushen. Stel open vragen zoals: "Wat ging er vandaag door je heen?" of "Wil je er iets over kwijt?"
- Geef eerlijke en concrete antwoorden. Als u iets niet weet, zeg dan gerust: "Ik weet het niet zeker, maar ik denk ..."
- Laat emoties er zijn. Verdriet, boosheid of stilte zijn allemaal normale reacties.
- Bespreek eventueel of uw kind naar de uitvaart wil en wat dat inhoudt. Geef ruimte voor eigen keuzes.

Wat kunt u verder doen?

- Zorg voor rust en structuur in huis. Slaap, eten en ontspanning blijven belangrijk.
- Moedig uw kind aan om gevoelens op zijn of haar manier te uiten. Bijvoorbeeld door te praten, tekenen, schrijven of muziek luisteren.
- Let op overmatige teruggetrokkenheid, somberheid of plotselinge gedragsveranderingen.

Wanneer hulp inschakelen?

De meeste jongeren vinden met steun van hun omgeving een manier om met het verlies om te gaan. Als u zich zorgen maakt, aarzel dan niet om hulp in te schakelen. U kunt terecht bij:

- De huisarts
- Schoolmaatschappelijk werk
- De jeugdgezondheidszorg van GGD Gelderland-Midden: bel 088 - 355 6000 of mail naar ggd@vggm.nl

We wensen u en uw kind veel sterkte toe in deze moeilijke periode.

Met vriendelijke groet,

[Naam afzender]
[Functie]
[School / organisatie]

Voorbeeldbrief 3: Begrafenis / crematie

Geachte ouders,

..... De
van zal plaats begrafenis/crematie
vinden op

.....
Na de begrafenis/crematie is er gelegenheid te condoleren in

.....
Na overleg met de familie kan ik u mededelen dat ouders die met hun kind(eren) afscheid willen nemen, bij deze uitgenodigd zijn.

De school zal worden vertegenwoordigd door twee teamleden en enkele leden van de ouderraad.

Voor deze dag hoeft u eventueel niet apart vrijaf te vragen.

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

Met vriendelijke groeten,

Namens team en ouderraad,

.....
contactpersoon van de school