

«Mijn opa is dood»

Slechte cijfers op een test, een knuffel die stuk is, ouders die scheiden, een vriend verongelukt, opa is dood... Leerlingen brengen hun verdriet mee naar school. Leerkrachten zijn vaak bijzondere mensen in hun leven. De manier waarop zij met dat verdriet omgaan, bepaalt mee hoe een leerling zijn verdriet verwerkt. Zeker als het verdriet groot is.

DE DOOD IN DE KLAS. WAT DOET U?

- Laat leerlingen voelen dat ze welkom zijn met hun verdriet. Dat u dat **verdriet erkent**. Laat hen er in de klas over praten als ze dat willen. Toon dat u bezorgd bent. Trek de aandacht open naar alle leerlingen...
- Vaak willen medeleerlingen iets doen met hun eigen verdriet of dat van anderen. **Luister aandachtig** naar hun eigen voorstellen. Zoek uit wat ze kunnen doen bij de begrafenis/uitvaartdienst/crematie. Geef ze de kans om als groep – eventueel met de hele school - de begrafenis/crematie bij te wonen. Dat is voor iedereen een belangrijke stap in het rouwproces.
- Zoek samen met de leerlingen naar **manieren om verdriet te verwerken**: schilderen, poëzie, muziek, een wandeling, schrijven...
- **Lok vragen uit** en beantwoord ze eerlijk. Een antwoord op moeilijke vragen kan ook zijn «Ik weet het niet».
- Bekijk even of u de leerlingen **thuis** kan helpen. Vaak is er zoveel verdriet dat ouders niet openstaan voor het verdriet van hun kinderen.
- Is er een **ritueel** op school? Bijvoorbeeld een kring vormen en even stil zijn. Zo voelen leerlingen zich in de groep opgenomen en gesteund, ook op moeilijke momenten. Als u anders nooit over religie praat, moet u dat nu ook niet doen.
- Bekijk hoe leerlingen verdriet verwerken. Verminderde leerprestaties, onhebbelijk gedrag, ongewone reacties... kunnen een uiting zijn van het verwerkingsproces. **Verwijs tijdig door** (naar CLB, huisarts...) als de rouw problemen dreigt te geven.
- Als een leerling uit de klas overlijdt, **doe dan niet alles weg** wat aan die leerling herinnert. Een foto in de klas is een gelegenheid om te praten. Het is ook een teken dat wie weg is, niet vergeten is. Verdriet kan lang duren en verdwijnt nooit helemaal.



GROOT EN KLEIN VERDRIET: 7 TIPS

Leerlingen worstelen op twee niveaus met de dood: ze proberen te begrijpen wat de dood precies betekent én ze proberen om te gaan met hun gevoelens. Hoe kan u ze als leerkracht steunen? Vink aan wat voor uw klaspraktijk klopt.

- ❑ **We praten in de klas vaak over gevoelens.** Leerkrachten die een sfeer scheppen waar leerlingen terecht kunnen met al hun gevoelens (blij, bang, boos, kleine verdrietjes...), zorgen ervoor dat ze ook groot verdriet makkelijker kunnen verwerken.
- ❑ **We praten in de klas over de dood.** Een dode vogel in het park, bloemen die verwelken... Er zijn veel aanleidingen om te tonen dat de dood bij het leven hoort.
- ❑ **Ik toon mijn eigen gevoelens** (verdriet, boosheid, angst...)? Wat u doet, is 'normaal'. U geeft het goede voorbeeld.
- ❑ **Ik antwoord op alle vragen.** Schrik niet van vreemde vragen («Moet mijn opa nu aarde eten», «Heeft mama het nu koud?»). Vertel geen leugens. Geef toe dat u niet op alle vragen een antwoord weet.
- ❑ **Ik luister naar de gevoelens achter de vragen.** Voelt de leerling zich schuldig? Is hij boos? Luister ik naar zijn gevoelens of zeg ik «dat het wel overgaat»?
- ❑ **Ik zeg dat verdriet lang kan duren** en nooit helemaal verdwijnt. Als u een leerling voorhoudt dat hij gauw niet meer verdrietig zal zijn, zal hij na een tijdje zijn gevoelens niet meer durven tonen.
- ❑ Ik heb een **stille hoek** in de klas of een **stille ruimte** in de school. Leerlingen kunnen daar naartoe als ze dat wensen. Daar worden wel dwingende afspraken over gemaakt.

In het novemnummer van hun Klasse lezen ouders een bijdrage van De Eerste Lijn over verdriet en rouw. Wat de school kan doen als een leerkracht of leerling overlijdt, leest u in de achtste bijdrage van de Eerste Lijn of op www.klasse.be/dossier/verdriet. Enkele boekentips: «Nu jij er niet meer bent, rouwen met kinderen en tieners» - Claire Vanden Abbeele - Lannoo - 24,75 euro en «Helpen bij verlies en verdriet. Een gids voor het gezin en de hulpverlener» - M. Keirse - Lannoo - 16,95 euro of «Kinderen helpen bij verlies» - M. Keirse - Lannoo - 16,95 euro.

