**‘Rauw’ in de klas**

Deze tekst is gericht op leerkrachten. Wie dat niet is, kijkt even over de schouder mee.

*Vooraf: bekijk op YouTube het filmpje van Dudok de Wit: Fathers en Daughters. Wat roept dit bij jou op?*

*Kijk eens geïnteresseerd en kritisch naar de website www.stichtingjongehelden.nl*

**Basisschool**

Rouw doet pijn. Rouw is rauw. Daar moeten wij goed mee omgaan. Rouw van kinderen kan schrijnen tot in het volwassen leven. De klas en de leerkracht bieden veel mogelijkheden om een leerling met verdriet te ondersteunen. Want:

* De juf/meester kent de verdrietige leerling beter dan elke andere hulpverlener.
* De leerkracht ziet de leerling elke dag een heel aantal uren en kan dus goed observeren hoe een leerling met verdriet zich sociaal-emotioneel ontwikkelt. Gedrag en resultaten bieden indicatoren daarvoor.
* De leerkracht kan onmiddellijk interveniëren zodra er reden tot ongerustheid is.
* Op school lopen de natuurlijke ‘hulpbronnen’ rond van een kind met verdriet, namelijk de vriendjes en vriendinnetjes. Een leerkracht kan die erbij betrekken.
* Op school lopen ook andere hulpbronnen rond die kunnen ondersteunen (bijv. leerlingbegeleiders en pedagogen, al dan niet van buiten de school afkomstig)
* Structuur (normale dagindeling, normale verplichtingen) is goed voor iemand die het moeilijk heeft. School biedt dat.
* Een leerkracht kan makkelijk en spontaan contact hebben met ouders / een ouder (die soms zelf nog dagelijks op school komt). Een telefoontje naar huis dat er vandaag iets was met een verdrietige leerling, kan prima. Officiële hulpverlening is altijd minder spontaan.
* School kan dus signaleren en begeleiden maar ook doorverwijzen naar officiële hulpverlening als dat nodig mocht zijn.
* Als rouw in de school komt door overlijden van een leerling of leerkracht, is er een protocol dat behulpzaam is bij het begeleiden van de kinderen.

**Soorten troost**

Er wordt onderscheid gemaakt tussen

*afleidende troost* (een oerreactie van ‘troosters’: mensen bij hun gevoel vandaan leiden; gevaar: je neemt de gevoelens niet serieus),

*luisterende troost* (wie actief luistert, doet weinig; de betekenis is echter groot,)

*meevoelende troost* (gevaar: je gaat te veel mee in de emoties van de ander)

*instrumentele troost* (via bewust uitgekozen muziek, liederen o.i.d. of bepaalde activiteiten kom je dicht bij de gevoelens van de ander)

*innerlijke troost* (mensen troosten zichzelf, ze voeren bijvoorbeeld gesprekken met iemand die er niet meer is)

*gelovige troost* (geloof in God biedt bescherming en geborgenheid)

*Welke soort troost kun jij goed bieden bij verdrietige kinderen, welke vind je moeilijk en welk is je valkuil? Waarom?*

*Aan welke troost kun je goed vormgeven in jouw individuele relatie met een verdrietige leerling, welke soort troost kun je goed bieden in de hele klas/groep? Hoe dan?*

**Hoe zou jij met het volgende omgaan?**

*Vers verdriet*

**Hanjo** (8) is voor het eerste weer op school na het overlijden en de begrafenis van een pasgeboren broertje.

Er is een leerling overleden, **Jennifer**(11 jaar). Ze zat achterop de fiets bij haar buurjongen. Dat ging niet goed. Hij verloor zijn evenwicht en viel de goede kant op, in de wegberm. Het meisje viel de andere kant op en werd door een auto aangereden. Ze stierf ’s nachts in het ziekenhuis. De school is ’s morgens vroeg op de hoogte gesteld. 25 leerlingen komen de klas binnen. Niemand weet ervan af.

*Vragen van kinderen*

De leerkracht vraagt of de kinderen nog gebedspunten hebben. **Tera** (6 jaar) vraagt ‘Wilt u bidden voor mijn oma die gestorven is?’ Tera heeft inderdaad zes weken ervoor haar eerste grootouder verloren.

**Dick** (12 jaar) heeft nog maar veertien dagen geleden zijn vader verloren. Hij heeft na de bijbelvertelling over het paasfeest een vraag. Hij drentelt als de pauze begint om de leerkracht heen. ‘Waarom laat God wel zijn Zoon opstaan uit de dood? Weet u dat? Ik heb ook gebeden dat God mijn vader uit de dood zou laten opstaan. Maar Hij heeft het niet gedaan. Dat is toch niet eerlijk?’

*Gedrag van leerlingen*

Het zusje van **Jente** (9 jaar) is lang ziek geweest en nu gestorven. De begrafenis is ook al achter de rug. De leerkracht houdt haar in de gaten, maar zij merkt niets aan Jente. Ze is net zo lief en rustig en ijverig als altijd.

**Jeroen** ( 10 jaar) is nooit een erg druk mannetje geweest. Sinds hij in dit schooljaar geen vader meer heeft, vraagt hij alle de aandacht. Dat is nu al een half jaar zo. Dat botst met klasgenoten en soms ook met de leerkracht.

*Situaties van leerlingen*

**Hassan** (7 jaar) zit moe in de klas. Zijn familie is erg druk met het overlijden van een nicht van 25 jaar in Den Haag. Elke avond zoeken famillieleden elkaar daar op. Hassan kende haar nauwelijks, maar hij vertelt van een groot verdriet. Zijn schoolwerk schiet er echt bij in.

**Gwenn** (7 jaar) heeft geen moeder meer. Die heeft zichzelf van het leven beroofd. Haar vader redt het niet om zijn baan te combineren met de zorg voor zijn twee kinderen. Gwenn gaat daarom voorlopig bij opa en oma wonen. Haar broer blijft bij vader.

*Leven na de dood*

**Cora** (9 jaar) heeft ogenschijnlijk geen verdriet. Ze zegt hetzelfde als haar vader: ‘Mama is nu in de hemel en heeft geen pijn meer. Ik hoef geen verdriet te hebben, juf!’

**Erik** (5 jaar) huilt in de klas als hij aan zijn gestorven broer denkt. De juf praat even met hem. Hij troost zichzelf met de mededeling: ‘Peter is nu een sterretje aan de hemel’. Dan kijkt hij stoer en zegt: ‘en nu ben ik lekker de grootste thuis!’

**Melanie** (5 jaar) mist haar gestorven opa. ‘Ik denk dat opa nog wel op mijn verjaardag komt, hoor juf, want dat had hij beloofd!’

*Kringgesprek met de klas*

Er is een meester overleden. Hij is drie maanden ziek geweest. Alle kinderen van zijn klas (groep 6) zijn naar de rouwdienst en de begrafenis geweest. Dat was emotioneel. De klas heeft in de rouwdienst een lied gezongen. De kinderen hadden allemaal van te voren een tekening mogen maken. Die tekeningen waren aan de zijkant van de kist geplakt. Als de kinderen een dag later op school zijn, voeren twee leerkrachten een kringgesprek over wat ze de dag ervoor hebben meegemaakt.

*Zeg wat jij als leerkracht in zo’n kringgesprek aan de orde zou willen stellen.*

*Maak tevens een plan voor deze hele eerste lesdag na de begrafenis. Hoe ziet die e ruit?*

**De middelbare school**

Leerlingen op de middelbare school maken ook situaties van rouw mee. Meestal gaat dat om een opa of oma. Soms sterft een vader of moeder, broer of zus. Soms zelfs verliest een leerling al de tweede ouder. Soms sterft een klasgenoot, soms een docent.

Als het om rouw in de school gaat, heeft een school een protocol. Daarin staat het beleid rondom het sterven van een leerling of docent. Veel scholen geven ruimte aan een klas (klassen) om te rouwen. Lessen worden even (bijvoorbeeld twee uur) niet gegeven en daarna juist weer gewoon voortgezet. Een week lang is er een stilteplek in de school waar leerlingen een foto kunnen bekijken, iets kunnen opschrijven. Een klas gaat op rouwbezoek en (onder schooltijd) naar de begrafenis. Een mentor voert een klassengesprek over het verdriet. Als een leerling door zelfdoding gestorven is, wordt er ook een ouderavond belegd met een deskundige spre(e)k(st)er.

*Ontwerp een programma voor een lesuur waarin jij als mentor stilstaat bij het overlijden van een klasgenoot, de dag ervoor. Praat je alleen? Laat je leerlingen ook iets doen? Komt God ter sprake?*

**Enige opmerkingen over rouw bij pubers**

Jongeren rouwen hetzelfde en deels anders dan volwassenen.

- Voor een jongere is iemand die overleden is niet ‘maar mijn oude opa’, ‘maar mijn vader die al lang ziek was’, ‘maar een klasgenoot’, ‘maar een ongeboren broertje’. Volwassenen kunnen zo nog redenen, pubers (meestal) niet. Onderschat hun rouw dus niet.

- Jongeren lijken toch al snel over te gaan tot de orde van de dag (thuis, op school). Ze doen hun normale, voor ouders leuke of niet leuke activiteiten. Vergis u niet: ze hebben tijd nodig om alles te laten zakken. Dat normaal doen is daarvan een onderdeel.

- Er zijn ook jongeren die rouwen op een zijspoor zetten. Met name als hun ouders (of ene ouder) veel verdriet hebben, stellen ze hun eigen verdriet uit. Het verdriet van de jongere komt pas later, met horten en stoten óf het komt ogenschijnlijk helemaal niet en dan komt het soms heel veel later nog.

- Rouwen kost energie. Dat maakt pubers kwetsbaar. Sommige pubers zijn door het rouwen extra moe, extra geprikkeld, extra huilerig. Anderen zijn juist extra stil. Ze stoppen hun verdriet weg.

- Sommige pubers willen hun verdriet heel graag alleen verwerken en hun gevoelens met niemand delen. (Die kunnen anderen toch niet begrijpen, denken ze; of ze schamen zich er een beetje voor; ze kunnen hun kwetsbaarheid niet hanteren) Dat kan er bijvoorbeeld toe leiden dat ze soms veelvuldig stiekem naar het kerkhof gaan.

- Pubers kunnen elkaar steunen (samen praten, uithuilen bij elkaar, al dan niet via de computer). Ze kunnen elkaar daardoor ook verder van slag maken.

- Sommige pubers zakken (tijdelijk) terug in hun kind zijn. Ze worden weer klein (op schoot zitten; weer bij ouders in bed kruipen) en klampen zich angstig vast aan ouders / de ene overgebleven ouder.

- Dubbele klappen (het ene gezinslid sterft, een ander gezinslid wordt ernstig ziek) zijn voor pubers driedubbel zwaar.

*Een leerling van 16 jaar zegt tegen jou: ik kan nog steeds mijn schoolwerk niet doen sinds mijn opa tien dagen geleden gestorven is. Ik heb dus geen huiswerk gemaakt. Ik heb ook geen briefje bij me, want ik wil mijn ouders er niet bij betrekken. Wat is jouw reactie als docent?*

*Je hebt een leerling die bij jou (leerlingenpastor) komt op verzoek van de moeder. Het meisje heeft haar vader 10 maanden geleden verloren. Thuis is ze brutaal (wat ze vroeger niet was) en op school heel teruggetrokken. Ze komt zonder mopperen bij jou, maar zegt vrijwel niets. Het is ja of nee en verder komt er niks uit. Hoe ga je dat aanpakken?*

**Wanneer moeten we ons zorgen maken?**

Dit is lastig te zeggen. Wat is normaal pubergedrag? Wat is normaal rouwverwerkinsgedrag? Wat is abnormaal en dus riskant? Wanneer wordt een jongere té depressief en moet hij hulp hebben (op school; professionele hulp)?

De kern: als de gedragsverandering abnormaal groot is en/of abnormaal lang duurt (helaas niet op te merken bij jongeren die hun verdriet verbergen!) is er hulp nodig. Je kunt ook zeggen: als het gewone functioneren van een leerling te lang wegvalt, heeft hij / zij hulp nodig.

* Ze verzorgen hun uiterlijk niet meer of heel anders (gaan vreemde kleding dragen…)
* Hun geheugen en concentratievermogen nemen af.
* Ze houden aan stress gerelateerde lichamelijke klachten (ze slapen slecht, ze eten slecht, ze hebben aanhoudend onduidelijke pijn e.d.)
* Hun schoolresultaten worden slechter, huiswerk maken doen ze slecht of niet.
* Hun dagelijks omgang met gezinsleden en vrienden verandert.
* Sommigen raken steeds meer geïsoleerd.
* Ze spijbelen steeds vaker, zijn op onvoorspelbare tijden thuis.
* Ze zeggen of doen dingen waarvan anderen schrikken (praten over dood willen zijn; schrijven vreemde gedichten…)
* Andere mensen uiten ook hun bezorgdheid over hen.
* Ze gaan ineens / veel roken, drugs gebruiken, alcohol drinken

Wie zich zorgen maakt om een rouwende puber, moet geen risico’s nemen. Overleg minimaal met mensen die de puber ook kennen (familie, school).