



Zaanstreek-Waterland

Verdriet en rouw

Protocol voor kinderopvang en peuterspeelzaal

Inhoudsopgave

1. Inleiding	2
2. Consultatie	2
3. Het thema door op het kinderdagverblijf of peuterspeelzaal.....	2
4. Een ernstig ziek kind	2
5. Het bericht	3
6. Crisisteam/sleuteltrio	3
7. Stappenplan	4
Stap 1: duidelijkheid zien te krijgen.....	4
Stap 2: het informeren van leidsters en andere betrokkenen	4
Stap 3: aangepaste activiteiten.....	5
Stap 4: het verwerkingsproces en het afscheid	5
Stap 5: hulp van buitenaf gewenst?	7
Stap 6: terugkijken, evalueren	7
8. Adressen	9
9. Boeken/websites	10
Bijlage 1: Rouwtaken.....	11
Rouwtaak 0: opvoeden in leven en dood	11
Rouwtaak 1: laten doordringen dat de ander echt dood is	11
Rouwtaak 2: omgaan met een wirwar aan gevoelens	12
Rouwtaak 3: verder leven met het gemis	12
Rouwtaak 4: het weefsel van het leven opnieuw weven	12
Bijlage 2: rouw per leeftijd	13
Kinderen van 0-4 jaar.....	13
Kinderen van 4-6 jaar.....	13
Kinderen van 6-9 jaar.....	13
Kinderen van 9-12 jaar.....	14
Bijlage 3: Checklist	15
Stap 1: duidelijkheid zien te krijgen.....	15
Stap 2: informeren van de betrokkenen	15
Stap 3: aangepast rooster	15
Stap 4: verwerkingsproces/afscheid	15
Stap 5: eventueel hulp van buitenaf inschakelen.....	15
Stap 6: terugkijken en evalueren	15

1. Inleiding

Kinderen, leidsters, de houder van het kinderdagverblijf (kdv) of peuterspeelzaal (psz), administratief en huishoudelijk personeel van een kdv/psz vormen met elkaar een gemeenschap. Als iemand uit die gemeenschap een ernstige, ongeneeslijke ziekte krijgt of overlijdt, is dat een gebeurtenis die de hele gemeenschap raakt. Dit protocol, bestemd voor leidsters en directie, brengt punten onder de aandacht die in een dergelijke situatie van belang zijn en bevat suggesties en aanbevelingen op dit terrein.

Afhankelijk van de persoon die overleden is en de plaats die hij/zij innam in de groep kan het gehele protocol worden gevolgd of delen daarvan. De rol van de kinderen is natuurlijk afhankelijk van hun leeftijd. Vanwege de leesbaarheid wordt dit er niet steeds bij vermeld.

Voor de buitenschoolse opvang (BSO) is er het protocol voor het basisonderwijs.

2. Consultatie

In de praktijk zal het vrij zelden voorkomen dat een kind, leidster of iemand anders uit de groep overlijdt. Dit betekent dat het kdv en psz niet makkelijk een 'routine' kan opbouwen in het omgaan met dergelijke situaties. Om overhaaste en ongecoördineerde acties te voorkomen, kan het van belang zijn om snel een contactpersoon te raadplegen die ervaring heeft op dit gebied. Het jeugdgezondheidsteam van GGD Zaanstreek-Waterland kan in een dergelijke situatie benaderd worden voor advies of andere informatie.

3. Het thema door op het kinderdagverblijf of peuterspeelzaal

Als je op een kdv of psz met verdriet en rouw te maken krijgt, dan moet je het doen met de basis die er al ligt. Daarom is het van belang om het thema verdriet en rouw niet uit de weg te gaan, ook als er niks ernstigs aan de hand is (zoals overlijden van de kat, het zien van een dood vogeltje op de weg). Het is belangrijk dat het een onderwerp is waar vrij over kan worden gesproken, net als over andere zaken. Aanleiding voor een gesprek in de groep kan datgene zijn wat zich voordoet, zoals de dood van de poes of een dood vogeltje dat buiten ligt of het overlijden van de oma van één van de kinderen. Het is van belang dat leidsters weten wat kinderen voor ideeën kunnen hebben over de dood. Dat verschilt per leeftijdscategorie.

Om ervoor te zorgen dat een kdv/psz zo weinig mogelijk hulp van buitenaf nodig heeft is het wenselijk goed voorbereid te zijn. Hiervoor is het lenen van de 'Verdrietkoffer' een mogelijkheid. Deze 'Verdrietkoffer' met onder andere voorleesboekjes, prentenboeken en achtergrondinformatie voor leidsters is gratis te leen bij GGD Zaanstreek-Waterland.

4. Een ernstig ziek kind

Naast een onverwacht overlijden, kan een kdv of psz ook het bericht ontvangen dat een kind ernstig (ongeneeslijk) ziek is. Laat zolang dat kan het kind binnen de groep zo normaal mogelijk meedoen. Geen eisen meer stellen, omdat dat 'zielig' zou zijn, betekent tegelijkertijd het kind 'opgeven'. Ook als het kind niet meer op de groep kan komen, blijft het contact met het kdv of de psz belangrijk. Veel kinderen willen gewoon naar het kdv/de psz blijven komen. De ouders van het desbetreffende kind kunnen aangeven wat wenselijk en mogelijk is. Welke informatie wordt verstrekt aan de andere ouders en eventueel de kinderen, welke juist niet, waar moet rekening mee worden gehouden, enz.

Goed contact met de ouders zal bij de leiding bijdragen aan het vertrouwen in eigen kracht en intuïtie om ook in zeer moeilijke omstandigheden de juiste weg te bewandelen.

5. Het bericht

Iedere situatie bij een overlijden is weer anders. De doodsoorzaak kan zeer uiteenlopend zijn: ziekte, wiegendood, een ongeval of gezinsmoord. Het moment en de plaats van overlijden eveneens: het kan overdag thuis gebeuren, op de groep, 's avonds, 's nachts, in het weekend of in de vakantie.

Het overlijdensbericht kan ook op diverse manieren binnenkomen, bijvoorbeeld:

1. Officiële melding door ouders of huisarts aan directie of administratie
2. Via sociale media
3. Via het mondelinge circuit
4. Telefonisch
5. Per post of via een advertentie in de krant

Het bericht moet zo spoedig mogelijk (ook 's avonds, in het weekend of in de vakantie) worden doorgegeven aan:

- De manager (bij diens afwezigheid aan een (vooraf aan te wijzen) vervanger, die het bericht eerst verifieert;
- De leidster(s) van de betrokken groep;
- Een vertegenwoordiger van de oudercommissie/-raad of de contactouder van de groep.

Degene die het bericht ontvangt, gaat bij de melder na of bovengenoemde sleutelfiguren al door hem of haar op de hoogte zijn gesteld. Als dit niet gebeurd is, doet de ontvanger van het bericht dit alsnog.

Wanneer het overlijden op de locatie plaatsvindt, is het vanzelfsprekend dat de ouders/familie direct worden geïnformeerd. Bij voorkeur door de houder van het kdv of de psz. Wanneer ouders niet direct bereikbaar zijn, kan hulp van de politie worden ingeroepen om hen op te sporen. Omdat het dan meestal gaat om een onverwacht overlijden, moet eerst door de arts c.q. schouwarts worden nagegaan of het een natuurlijke dood betreft.

Zeker als het een kind betreft kan de locatie een tijdje 'plaats delict' worden tot het onderzoek heeft plaatsgevonden of tot is vastgesteld dat het om een natuurlijke dood gaat.

Dit is voorschrift maar kan tot extra traumatisering leiden, zowel bij de leidsters als de kinderen. Het is raadzaam om slachtofferhulp tijdig in te schakelen.

6. Crisisteam/sleuteltrio

Om alles goed en gecoördineerd te laten verlopen, wordt het crisisteam samengesteld. Geadviseerd wordt dat de functie van de deelnemers staat omschreven in plaats van namen, dit in verband met wisselingen. Het team bestaat bijvoorbeeld uit:

- de houder van het kdv of de psz of diens vervanger
- de groepsleid(st)er
- zo mogelijk een vertegenwoordiger van de oudercommissie/-raad

Het kan van belang zijn dat iemand die wat meer afstand heeft de coördinatie op zich neemt. Bij een kdv/psz dat onderdeel is van een grotere organisatie kan dat iemand van het hoofdkantoor zijn. Ook kan een professional van de GGD worden ingeschakeld.

Dit crisisteam komt bij elkaar en zorgt ervoor de komende dagen voor onderling beraad bereikbaar te zijn. Vervolgens wordt een taakverdeling gemaakt. Er wordt afgesproken wie de eindverantwoordelijkheid heeft en welke volmachten er gegeven moeten worden ten aanzien van roosterwijzigingen, opvang van kinderen en contact met de familie van de overledene. Van het crisisteam wordt een professionele opstelling verwacht. Daarom is het belangrijk om stil te staan bij de eigen gevoelens en gedachten tegenover de dood en de eigen betrokkenheid bij de overledene.

Het is van groot belang om los van een dergelijke emotionele gebeurtenis als team al eens met elkaar van gedachten te wisselen over de thema's 'ongeneeslijke ziekte' of 'dood', eventueel met ondersteuning van een deskundige (bijv. een pedagogisch adviseur van de GGD).

Daarin moet plaats zijn voor de eigen emoties met betrekking tot dit onderwerp, ervaringen daarmee en hoe je ermee kunt/zult omgaan. Stel als organisatie van tevoren beleid hierover vast.

7. Stappenplan

Stap 1: duidelijkheid zien te krijgen

Om een compleet en duidelijk beeld te krijgen, wordt antwoord gezocht op de volgende vragen:

- klopt het bericht?
- wie is er overleden?
- waar, wanneer en hoe is het gebeurd?
- zijn de ouders/familie al op de hoogte?
- zijn er broers/zussen op de kdv/het psz of basisschool? In welke groep?
- indien het overlijden op de locatie plaatsvond: zijn de betreffende instanties benaderd in verband met het onderzoek (tot nader orde mag er niemand weg van het personeel).

Later komen meer vragen waarop antwoord moet komen. Nog dezelfde dag wordt, hoe moeilijk ook, contact opgenomen met het gezin/de familie. Vraag eerst telefonisch of het gelegen komt. Mogelijk ben je pas later welkom omdat de eerste dag veel geregeld moet worden. In dit eerste bezoek gaat het vooral om een uitwisseling van ervaringen en gevoelens. Luisteren is dan belangrijker dan praten. Het is belangrijk om niet alleen contact te hebben met en oog te hebben voor de 'grote' mensen, maar ook voor de kinderen in het gezin. Maak bij vertrek een volgende afspraak om over allerlei praktische zaken te praten. In het tweede gesprek kunnen de volgende dingen aan bod komen:

- wanneer en waar is de begrafenis of crematie?
- stelt de familie prijs op aanwezigheid van (eventueel een afvaardiging van) kinderen/groepsleiders?
- welke informatie over de doodsoorzaken mag van de familie bekend gemaakt worden?

Stap 2: het informeren van leidsters en andere betrokkenen

- Informeer collega's en alle andere betrokkenen zo snel mogelijk na ontvangst van het bericht. Het is goed om elkaar als team even te spreken, voordat de kinderen komen. Dit geeft ruimte om vragen te stellen, eigen emoties een plaats te geven en een gezamenlijk plan van aanpak op te stellen. De houder van het kdv/de psz moet geïnformeerd worden en van verdere ontwikkelingen op de hoogte gehouden worden.
- Informeer de ouders van de betreffende groep (of groepen) persoonlijk direct aan het begin van de dag als ze hun kind brengen. Liefst apart van de kinderen omdat deze erg kunnen schrikken van de reactie van ouders. Zelfs baby's kunnen hierop reageren. Besluit hoe de ouders van de kinderen uit andere groepen geïnformeerd worden en welke ouders. Dat kan per brief, post of via de mail. Via de mail vraagt extra aandacht, door bijvoorbeeld goed na te denken over de tekst in de onderwerpregel en door in de mail kort in te leiden op de inhoud van de brief die als bijlage wordt toegevoegd. Per sms/app kunnen ouders eventueel attent gemaakt worden op de mail zodat ze hun ingekomen berichten ook lezen.
- Eenduidige informatie is erg belangrijk zodat er geen verschillende verhalen die wereld in worden gestuurd. Als er nog geen volledige duidelijkheid is, wordt de informatie gegeven die wel aanwezig is en gezegd dat de rest van de informatie zo spoedig mogelijk volgt. Dat voorkomt dat er geruchten op gang komen en speculaties plaatsvinden. Die scheppen verwarring en zijn vaak pijnlijk voor de betrokken ouders.
Ook kan met ouders worden afgesproken dat nieuwe informatie op de website komt, eventueel in een afgeschermd deel. Wanneer het om een tragische gebeurtenis gaat, wordt één persoon door het management benoemd als contactpersoon van de pers. Dat geldt ook voor het contact met politie en justitie.
- Wanneer de melding in de vakantie of aan het begin van het weekend binnenkomt, zorg er dan voor dat de eigen groep onmiddellijk persoonlijk of telefonisch wordt geïnformeerd door leidsters of houder van het kdv/de psz. Dat geldt ook voor informatie aan het personeel. Het heeft geen zin iemand niet in te lichten om de vakantie niet te 'bederven'. Ze kunnen het beter rechtstreeks horen dan via sociale media zoals Twitter of sms. Vergeet niet na te gaan wie nog meer contact heeft met het gezin en dus ook geïnformeerd moet worden, zoals scholen/kdv/psz waar broers/zussen zitten, de administratie, de ouderraad, de jeugdverpleegkundige, de chauffeur van het busje (bij een medisch kinderdagverblijf).

Stap 3: aangepaste activiteiten

Ga samen na of de activiteiten voor de komende dagen moeten worden aangepast. Dit kan het beste per activiteit worden bekeken want het is voor de kinderen meestal beter de geplande dingen gewoon door te laten gaan, zeker als ze zich er al op hadden verheugd.

Besluit of het nodig of wenselijk is dat de activiteiten voor het hele kdv/de hele psz worden gewijzigd of alleen voor de betreffende groep(en). Zeg geplande uitjes of verjaardagen van de leidsters in de komende week zo nodig af of stel ze uit. Als kinderen er echter al op rekenen is het meestal beter ze door te laten gaan. Dit vraagt soms wel om uitleg aan de getroffen familie.

Stap 4: het verwerkingsproces en het afscheid

Eerste dag

De leidster vangt, eventueel samen met de manager, de getroffen groep op, nadat de ouders (van de kinderen uit de groep) zijn geïnformeerd. Bied de ouders in een aparte ruimte de gelegenheid om samen verder te praten over het gebeurde. Zorg voor voldoende koffie en thee. De leidster geeft de ouders zoveel mogelijk informatie (zie stap 1). Na de eerste schrik en ontredding zullen er vragen loskomen. Het is belangrijk daar zo open en eerlijk mogelijk op te antwoorden. 'Ik weet het (nog) niet' kan ook eerlijk zijn.

In de groep wordt aan de kinderen in heldere bewoording verteld wat er is gebeurd. Draai er niet omheen en gebruik woorden die kinderen begrijpen, zoals: 'ik moet jullie iets vertellen wat niet zo leuk is. [Naam] is dood. Weten jullie wat dat is, dood?' Als er vragen van kinderen komen, ga je daarop in. Je kunt op de eerste dag een boekje voorlezen.

De concentratieboog van kinderen is kort, dus stem goed op hen af. Vaak willen ze al snel weer de gewone dingen gaan doen. Laat ze in het normale ritme komen, kinderen zijn erbij gebaat als alles zoveel mogelijk hetzelfde blijft en voorspelbaar is. Voorkom dat emoties van volwassenen op de kinderen worden overgedragen. Geef kinderen de kans om op hun eigen manier emoties te uiten. Dat kan zich ook uiten in hongerigheid of lastig gedrag. Neem ze dan even bij je en geef duiding aan het gedrag: 'jij bent ook verdrietig/boos dat [naam] dood is, hè? Juffie heeft soms ook een traan. Dan zijn we samen even verdrietig'. Als er kinderen afwezig zijn omdat ze ziek zijn of op die dag niet op de groep zijn, zorg er dan voor dat ook hun ouders zo spoedig mogelijk persoonlijk geïnformeerd worden. Maak een gedenkhoekje met een foto en leg er een mooi boekje bij waarin ouders en leidsters iets kunnen schrijven voor de ouders van het kind/de familie.

Tweede en derde dag

Zorg dat alles zoveel mogelijk hetzelfde verloopt als normaal, herstel de normale orde. Ga wel in op vragen van kinderen, of houd een kort kringgesprek waarin je tijd neemt om erover te praten. Geef kinderen ruimte en vraag of ze iets willen tekenen of maken. Blijf goed op hen afstemmen en maak onderscheid tussen je eigen emoties en die van de kinderen. De leidsters kunnen deze dagen de emoties van de dag ervoor delen met elkaar en gezamenlijk plannen uitwerken voor een herdenkingsbijeenkomst of de begrafenis/crematie. Dit gebeurt buiten de groep. Voor de meeste peuters is het de eerste keer dat zij zoiets meemaken. Als je vertelt over de uitvaart, doe dat dan zo concreet mogelijk. Je kunt hierbij gebruik maken van lego, speelgoed, een schoendoos met een knuffel erin, een kinderboekje zoals Merijntje Muis, of ervaringen van kinderen die het ooit al hebben meegemaakt. De kinderen mogen tekeningen maken die ze bij het gedenkhoekje kunnen leggen. Ze kunnen kleuren in Merijntje Muis. Vaak komt ook de vraag of kinderen afscheid moeten nemen. Die vraag is niet zo eenvoudig te beantwoorden.

Eerste vuistregel is dat je kinderen niet moet belasten als het niet nodig is. Tegelijk moet je onderscheid maken tussen je eigen gevoel hierover en de behoefte van kinderen. Beslis ook niet voor de hele groep maar bekijk het per kind en laat de ouder beslissen.

Hierbij kun je het volgende laten meewegen:

- leeftijd van het kind;
- het contact dat het kind had met de overledene (een leidster aan wie hij/zij erg gehecht was, een kindje dat altijd op dezelfde dagdelen aanwezig was en met wie hij/zij veel contact had);
- gaat het kind de overledene missen en ernaar vragen;
- stelt de familie van de overledene rouwbezoek van peuters op prijs

Dan is er nog de keuze of leidsters de kinderen begeleiden of dat de ouders dit doen.

Tweede vuistregel is dat het rouwbezoek in het belang van het kind moet zijn, omdat het gehecht was aan degene die overleden is en anders niet zal begrijpen waarom deze niet meer komt. Het kind heeft dan behoefte om het concreet te ervaren dat iemand echt dood is. Wanneer je beslist dat er een rouwbezoek wordt afgelegd, moeten kinderen goed voorbereid worden. De brochure: De meest gestelde vragen over kinderen en de dood (zie: boeken en websites) is hierbij een goede leidraad. Hierin kun je ook lezen hoe je aan peuters uitlegt wat dood zijn is en hoe iemand die dood is er uit ziet. Wanneer meer leidsters in dezelfde groep werken, is het handig om een overdrachtsschriftje te hanteren, waarin zij aan elkaar doorgeven of en hoe over de gebeurtenis is gesproken in de groep en hoe de kinderen hebben gereageerd. Blijf als teamleider aandacht houden voor de leidsters die de kinderen opvangen. Vraag af en toe hoe het met ze is, want voor hen is het ook zwaar.

Vierde en vijfde dag (dag van de uitvaart) en verder

Op de uitvaart is een afvaardiging van het kdv/de psz aanwezig, ervan uitgaande dat de familie die op prijs stelt. Voor de aanwezigheid van de kinderen geldt hetzelfde als hierboven beschreven is voor rouwbezoek. Ga bovendien eerst na wat voor dienst het wordt en of er rekening wordt gehouden met de kinderen. Een lange kerkdienst is meestal niet te doen voor de peuters. Wanneer er getekend of gespeeld kan worden en kinderen rechtstreeks aangesproken worden, is het anders.

Een optie is om hen bij een deel van de dienst aanwezig te laten zijn, in overleg met de ouders en degene die de dienst leidt. Ze kunnen in het begin bijvoorbeeld een soort erehaag vormen en daarna een tekening of een bloemetje bij de kist leggen. Mogelijk volgt er een verhaaltje speciaal voor hen waarna de leidster of de ouders hen weer meenemen. Uiteraard moeten de ouders van de betreffende kinderen akkoord zijn met het bijwonen van de dienst.

Zesde dag en verder

Eventueel wordt kort teruggekeken op de begrafenis/crematie en kunnen de kinderen hun ervaringen vertellen. Vervolgens wordt de orde van de dag zoveel mogelijk hersteld. Het aangepaste programma wordt afgesloten en de betrokkenen die zich hebben ingezet om kinderen, leidsters en ouders op te vangen worden bedankt.

In alle groepen zal men alert moeten blijven op signalen van kinderen. De volgende reacties kunnen onder andere optreden:

Lichamelijke reacties:

- buikpijn
- broekplassen
- stotteren
- slaapproblemen

Emotionele reacties:

- woede/boosheid
- verdriet
- angst
- verlangen/missen

gedragmatige reacties:

- drukker
- terugtrekken
- aanhankelijk/hangerig
- lastiger
- stiller
- de situatie keer op keer uitspelen

De reacties kunnen een tijdje aanhouden en zijn volkomen normaal. Als ze echter lang aanhouden is het zaak actie te ondernemen. Ook terugkerende vragen zijn normaal. Vaak hebben kinderen een ander perspectief en begrijpen ze dingen anders of hebben ze het verkeerd begrepen. Ook proberen ze door hun vragen grip te krijgen op de situatie. De gebeurtenis verwerken in hun spel is heel normaal. Vaak kunnen ze nog dagen botsingen nadoen als het een ongeluk betreft, gaan ze zelf op de grond liggen met de armen stijf naast zich alsof ze dood zijn of begraven knuffels en ander speelgoed in de zandbak. Het is hun manier van verwerken en volkomen normaal.

Na een week

Indien er nog spullen van het kind aanwezig zijn op de groep, worden deze aan de ouders overgedragen. Gooi niks weg. Ouders stellen het vrijwel altijd op prijs om alles te ontvangen wat hun kind betreft. Zelfs de kleinste futiliteiten zijn belangrijk geworden. Beslis wat er gebeurt met de foto van het gedenkhoekje. Krijgt die ergens een plek op de locatie tot het moment dat het kindje normaal gesproken het kdv/de psz zou hebben verlaten, of wordt de foto overhandigd aan de ouders? De tekeningen en het condoleanceboek worden aan de ouders gegeven. Soms moet er ook besloten worden wat er met het bedje gebeurt waar het overleden kindje in geslapen heeft of mogelijk overleden is. Het matrasje kan zo nodig vervangen worden en eventueel kan het bedje opnieuw geveerd of gespoten of kan er op een andere manier voor gezorgd worden dat het een 'gewoon' bedje wordt en niet het bedje waar [naam] in is overleden.

Stap 5: hulp van buitenaf gewenst?

Kinderen kunnen naar aanleiding van het overlijden min of meer ernstige problemen ondervinden. Reacties zoals genoemd bij stap 4 blijven dan langer aanhouden.

Wees alert op het verband met deze ingrijpende gebeurtenissen. Signalen van min of meer ernstige problemen kunnen óók worden afgegeven door collega's en ouders. Soms zijn de reacties thuis meer aanwezig dan op het kdv/de psz, soms is het juist andersom. Hulp van buitenaf kan dan wenselijk of nodig zijn. het crisisteam kan besluiten om hulp in te roepen voor:

- begeleiding van het verwerkingsproces van de groep en/of;
- individuele opvang van kinderen

Begeleiding bij het verwerkingsproces op peuterspeelzaal of kinderdagverblijf

Indien een kdv/psz behoefte heeft aan begeleiding bij het verwerkingsproces kan zij het jeugdgezondheidsteam van GGD Zaanstreek-Waterland bellen. Door gezamenlijk doornemen van dit protocol wordt geprobeerd de hulpvraag te analyseren.

Dan zijn er 2 mogelijkheden:

1. de groep kan zelf verder;
2. de groep heeft behoefte aan meer begeleiding. Het team jeugdgezondheidszorg van GGD Zaanstreek-Waterland verzorgt de begeleiding of verwijst door naar andere instellingen.

Individuele opvang van kinderen

Voor de meeste kinderen zal externe verwijzing niet nodig zijn. opvang door ouders zal vaak voldoende zijn. Het kdv/de psz kan het team jeugdgezondheidszorg van de GGD Zaanstreek-Waterland consulteren voor kinderen die signalen afgeven van ernstige problematiek. In overleg wordt een andere strategie uitgestippeld.

Juridisch advies

De houder van het kdv/de psz moet ten alle tijden ingelicht worden. Bij het overlijden van een kind tijdens de opvang kan het kdv/de psz te maken krijgen met politie of justitie. Aangeraden wordt in dat geval voor juridische bijstand, advies in te winnen bij de houder van het kdv/de psz.

Stap 6: terugkijken, evalueren

Het is aan te bevelen om in een teamvergadering, ongeveer een maand na de begrafenis of crematie terug te kijken op de gebeurtenis en de gang van zaken te evalueren. Een dergelijke bijeenkomst is een goede gelegenheid om eventuele signalen van kinderen te bespreken. Zo nodig moet alsnog besloten worden tot verwijzing of het inroepen van hulp bij het verwerkingsproces (zie stap 5).

Het crisisteam 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 het kdv of de psz daarin. Op basis van de ervaringen kan het protocol worden bijgesteld.

Contact met ouders/familie

Spreek af wie namens het kdv of de psz 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 of de sterfdag.

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

8. Adressen

1. GGD Zaanstreek-Waterland, afdeling jeugdgezondheidszorg
Raadgeving bij verdriet en rouw op het kinderdagverblijf/de peuterspeelzaal
Zaandam, telefoonnummer: 075-6519292
www.ggdzw.nl

2. Bureau Slachtofferhulp Zaanstreek/Waterland
Slachtofferhulp biedt praktische, juridische en emotionele steun na een misdrijf, calamiteit of een verkeersongeluk.
Telefoonnummer: 0900-0101
Website: www.slachtofferhulp.nl

3. Vereniging Ouders, kinderen en kanker
Informatie en voorlichting over kanker
Telefoonnummer: 030-2422944
Website: www.vokk.nl

Informatie als het kind niet meer beter wordt
Telefoonnummer: 06-39105000
Website: www.koesterkind.nl

4. In De Wolken, boeken en materialen bij verliessituaties
Telefoonnummer: 040-2260450
Website: www.in-de-wolken.nl

5. Landelijke Zelfhulporganisatie 'Ouders van een Overleden Kind'
De Vereniging Ouders van een Overleden Kind is een landelijke zelfhulporganisatie die lotgenoten met elkaar in contact wil brengen.
Telefoonnummer: 0900-2022723
Website: www.vook.nl

9. Boeken/websites

Deze lijst bevat enkele leesboeken en informatieve boeken over dood en rouw. Ook aanbevolen websites zijn opgenomen. Enkele boeken zijn niet meer verkrijgbaar bij de boekwinkel, maar zijn wel te vinden in de bibliotheken. Ook is het aan te bevelen voor actuele uitgaven contact op te nemen met de boekhandel of bibliotheek.

Voor peuters:

- Lieve Oma Pluis: Dick Bruna
- Kikker en het vogeltje: Max Velthuis
- Stilte a.u.b. ik denk aan de kip: H. Geelen en H. Hagen
- Ik mis je: Paul Verrept
- Kleurboek: Merijntje Muis neemt afscheid (In De Wolken)
- Het wolkenhuis: Hetty van de Donk
- Waar is opa beer?: Ono Alting
- De visjes van Océane: Nathalie Slosse en Alexandra Pillaert

Voor ouders en leidsters:

- De meest gestelde vragen over 'kinderen en de dood': Stichting In De Wolken
- Kinderen in ingrijpende situaties, over dood, rouw en troosten: Harm Tilstra
- Nu jij er niet meer bent, rouwen met kinderen en tieners: Claire van den Abbeele
- Kinderen helpen bij verdriet: Manu Keirse
- Veelkleurig verdriet, afscheid nemen in verschillende culturen: Ine Spee, Dorinda Roos en Riet Fiddelaers-Jaspers
- Met de dood in mijn hart, rouw bij migranten en vluchtelingen: Maartje Goudriaan
- Troost voor tranen: Ineke Wienese
- Jong verlies: Riet Fiddelaers-Jaspers
- Kind en verlies, omgaan met rouwende kinderen: Carla Overduin
- Stapeltjesverdriet, over rouw bij zeer jonge kinderen: Sabine Noten

Websites:

- www.in-de-wolken.nl
- www.achterderegenboog.nl
- www.ggdzw.nl

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 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 zijn, je laat je te veel 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 eruit 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 de doolhof nooit meer zullen vinden. Vaak wordt ook het taakmodel van William Worden gebruikt. Hij gaat ervan uit 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 is er door diverse mensen 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 wanneer kinderen voorbereid zijn wanneer ze te maken krijgen met een ernstig verlies.

Rouwtaak 1: laten doordringen dat de 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 verandert 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 ze 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 andere liefelijk aanwezig is, is een zware taak. Hoe zwaar hangt af van de relatie die de rouwende met de overledene had. Dat betekent dat hij dingen die hij altijd samen deed nu alleen moet doen. Het is niet zo dat wanneer 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 kan 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 zomaar 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 worden de taken en de functies van de overledene overgenomen door iemand anders 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 makkelijk een antwoord op te geven. Ieder doet het op zijn/haar 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 een 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 voor hen is en nog van betekenis kan zijn. Wanneer rouwenden deze aanwezigheid kunnen voelen 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. Sommige 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 terecht komen. (Bron: www.in-de-wolken.nl)

Bijlage 2: rouw per leeftijd

Kinderen van 0-4 jaar

Jonge kinderen hebben geen werkelijk besef van de dood. Dat wil niet zeggen dat een overlijden geen invloed op hen heeft. Ze verstaan de woorden misschien niet, maar 'verstaan' andere zaken des te beter. Ze kunnen het verlies ervaren door het contact tussen de verzorger en hen. Ze merken de spanningen en emoties goed op. Probeer hen zoveel mogelijk op dezelfde manier aandacht te geven als voor het overlijden. Jonge kinderen kunnen voelen wat verlies is en daardoor bang worden om gescheiden te worden van de liefde en warmte van hun ouders. Blijf hen dus aandacht geven en probeer de verzorging van de baby niet op de automatische piloot te doen. Aanraken, knuffelen, liefdevolle aandacht, ritmisch bewegen en zingen blijken voor de jonge kinderen het meest aangenaam te zijn.

Houd zoveel mogelijk de rust en regelmaat vast. Dat geeft rust en veiligheid aan jonge kinderen. Juist in de eerste fase na het overlijden. Zolang er een stabiele relatie is, dit wil zeggen: niet te veel verschillende personen die zorg voor hen dragen, en een doorlopend ritme in voeding en slapen gerespecteerd wordt, hebben baby's weinig last. Als zij voelen dat er sensitief en responsief gereageerd wordt is het in orde voor deze kinderen. Op latere leeftijd kunnen kinderen behoefte krijgen om meer te willen weten van de overledene. Verzamel herinneringen en foto's van de overledene in een speciaal 'herinneringsboek' zodat je kind hierin kan kijken.

Wees alert op verlate rouw. Jonge kinderen gaan vaak pas rouwen als zij zich veilig voelen en de situatie thuis weer rustig en stabiel is. Het kan zijn dat je kind pas na een aantal weken, maanden of zelfs pas na een jaar het verdriet gaan uiten. (© Stichting Sterrenkracht en CJG)

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 volgende dag haal: 'haal het kapstokje maar weg, want die is er toch niet meer'. Volwassenen kunnen hier erg van schrikken, maar voor een kind is dit logisch: het voorwerp dat er nog is klopt niet vanuit het kinderlijk denken.

De eerste vragen van kleuters zijn vaak praktisch. Hoe en waarom is iemand dood gegaan? 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 een door de knieën bij een kist en zie eens wat een kind ziet. Daarnaast is het goed om steeds maar weer op hun vragen in te gaan. Geef ook eerlijk antwoord waarom en hoe iemand is gestorven. Zo leren kinderen dat iemand echt door 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 door onvermijdelijk is en iedereen overkomt, beseffen ze aanvankelijk nog niet. 'Papa, kan 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 zijzelf. 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 hun 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. Ze 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 niets meer zien? Wordt die bril ook verbrand?' Kinderen van deze leeftijd zijn erg kwetsbaar omdat ze weliswaar de betekenis van de dood kunnen begrijpen, maar nog niet in staat zijn 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 eenmaal dood gaat. Op de vraag waarom mensen doodgaan, 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 als: '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 om te gaan. Ook om niet kinderachtig te lijken en op deze leeftijd begint ook het 'bij de groep horen' belangrijk te worden. Als je zoiets als de dood van dichtbij hebt meegemaakt, kun je een buitenbeetje 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)

Bijlage 3: Checklist

Stap 1: duidelijkheid zien te krijgen

- Klopt het bericht?
- Zijn de ouders al op de hoogte?
- In welke groep zit het kindje? Zijn er broertjes en zusjes op het kindercentrum of de basisschool?

Stap 2: informeren van de betrokkenen

- Zo snel mogelijk collega's instrueren.
- De getroffen groep(en) moeten worden geïnformeerd.

Stap 3: aangepast rooster

- Het rooster aanpassen, kijken voor welke groep(en) dit geldt.
- Proefwerken laten vervallen.

Stap 4: verwerkingsproces/afcheid

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

Stap 5: eventueel hulp van buitenaf inschakelen

- Als een kind dreigt vast te lopen in of na het rouwproces, kan er hulp worden ingeschakeld via het team jeugdgezondheidszorg van de GGD Zaanstreek-Waterland.

Stap 6: terugkijken en evalueren

- Na ongeveer een maand terugkijken op de situatie en 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