

Basiskennis over rouw en verlies is een verrijking voor elke leerkracht



MARSHA SCHILDER

Verlieservaring bij kinderen

Terwijl de kinderen in de klas rustig aan het werk waren, werd de stilte plots ruw verstoord toen iemand riep: 'Juf, Glim beweegt niet meer!' Iedereen keek geschrokken op. Glim was één van onze twee geliefde vissen. Met een blik in de viskom, wist ik genoeg: Glim was dood.

De reacties varieerden: sommige kinderen wilden kijken, anderen juist niet, en een meisje begon te huilen. Er werd door elkaar gepraat en er ontstond lichte paniek. Ik dacht: Hoe los ik dit op met 24 kinderen om mij heen? Maar al snel realiseerde ik me dat deze situatie een verdrietige, maar betekenisvolle levenservaring kon zijn. Aan mij de taak om adequaat te reageren op hun behoefte aan emotionele ondersteuning en informatie.

We gingen zitten in de kring en wat volgde was een bijzonder gesprek, waarin iedereen de ruimte kreeg om te praten en te luisteren. Kinderen deelden hun eigen ervaringen over verlies, vertelden over overleden huisdieren en familieleden. Ze boden elkaar troost en toonden empathie.

Samen maakten we plannen voor een afscheid. Glim kreeg een mooi versierd doosje en een kruis dat door de kinderen geknutseld werd. Met z'n allen begroeven we hem in de Beleeftuin van de school.

Die dag deden we geen spelling of rekenen meer, maar wat hebben de kinderen veel geleerd: over leven en dood, vreugde en verdriet, afscheid nemen en troosten.

**“Kinderen deelden hun eigen
ervaringen over verlies, vertelden over
overleden huisdieren en familieleden.
Ze boden elkaar troost en toonden
empathie.”**

Het belang van kennis over rouw en verlies

Ik werd me meer bewust van de impact van verlies op jonge kinderen toen onze school in de jaren erna te maken kreeg met een aantal grote verliezen. Ik merkte dat er binnen ons team behoefte was aan professionele begeleiding en kennis over het ondersteunen van kinderen in rouwsituaties. Helaas ontdekte ik dat er binnen onze school en de stichting weinig aanbod was op dit gebied.

Het boek 'Kinderen helpen bij verlies' van Manu Keirse gaf mij waardevolle inzichten en praktische handvatten waar ik direct iets aan had. Het deed me inzien dat kinderen veel vaker met verlies te maken krijgen dan we ons realiseren. Het gaat niet alleen om overlijden, maar ook om verliezen zoals scheiding, verhuizing of doubleren op school.

Geïnspireerd door het boek besloot ik mijn kennis verder te verdiepen. Ik startte de post-hbo-opleiding Begeleiden bij Rouw en Verlies.

Dankzij deze opleiding – en de lessen van experts zoals Manu Keirse, filosoof Joachim Duyndam en mijn schoolopleider Luuc Smit – groeide het besef dat ik hier iets mee wilde doen. Mijn wens is om rouw en verlies een plek te geven in het basisonderwijs. Het bespreekbaar maken van dit onderwerp op jonge leeftijd is essentieel.



Rouw en verlies in de praktijk

Een basiskennis over rouw en verlies is een verrijking voor elke leerkracht. Het helpt om verdrietige situaties beter te begrijpen en kinderen effectief te ondersteunen. Dagelijks zijn er kinderen die te maken krijgen met verlies, soms op school, maar vaak thuis. Als daar iets gebeurt, staat een kind in de klas alleen in zijn verdriet. Hoe fijn is het dan als er begrip en aandacht voor is? Als je een juf of meester hebt, die ziet dat je niet lekker in je vel zit. Die begrijpt dat je geen letter op papier krijgt, omdat je gisteren te horen hebt gekregen dat je ouders gaan scheiden, of die snapt waarom je het nieuwe schoolthema over het ziekenhuis niet leuk vindt, nu oma daarin ligt en misschien nooit meer beter wordt?

Het opmerken dat een kind ergens mee worstelt, is een belangrijke eerste stap. Maar dan? Eén ding staat vast: verdriet verdwijnt niet door erover te zwijgen. Door open met kinderen over verlies te praten, geef je hen een goed voorbeeld van hoe hiermee om te gaan. Kinderen leren namelijk vooral door te observeren wat volwassenen doen en zeggen. Verdriet bespreekbaar maken zorgt voor begrip en biedt troost.

Begeleiding bij rouw en verlies

Naast lesgeven bied ik nu ook persoonlijke begeleiding bij rouw en verlies. Hierbij ondersteun ik bij het omgaan met emoties en veranderingen en het verweven van verlies in het dagelijks leven. Omdat elk verlies en rouwproces uniek is, wordt de begeleiding persoonlijk afgestemd. Niet alleen gesprekken, maar ook andere werkvormen, zoals (kinder)yoga of creatieve activiteiten, kunnen helpen.

We kijken samen waar de behoefte ligt

Met het bestuur van onze stichting, Ronduit, heb ik een paar mooie gesprekken gevoerd over rouw en verlies in het onderwijs. Fijn dat zij het belang onderschrijven om dit een plek op school te geven en daarin ook actief meedenken. Er zijn plannen om een cursus aan te bieden via de Ronduit Academie, zodat mijn kennis gedeeld kan worden met collega's. Een ander idee is het ontwikkelen van lesmateriaal waarmee we het onderwerp op een laagdrempelige manier de klas in kunnen brengen.

Als we kinderen kunnen leren dat 'rouw' met een OU wordt geschreven en 'verlies' met een V, dan kunnen we ze vast ook de betekenis uitleggen van deze woorden en vaardigheden aanleren om hiermee om te gaan. Zo geven we hen waardevolle bagage mee voor de rest van hun leven.

rouwenverlies@marshaschilder.nl
+316 53 38 60 39