



ROUWEN

Laat die lege stoel nog maar even staan

Een onverwacht sterfgeval op school, hoe ga je daarmee om? Wat doen pubers met hun emoties? Er bestaan protocollen voor, en gespecialiseerde begeleiders. „Ik heb een verdrietige boodschap voor jullie.”

Door onze redacteur **Juliette Vasterman**

Als een leerling of docent plotseling overlijdt, haal de lege stoel dan niet direct weg uit de klas. Laat de plek de eerste weken symbolisch leeg. En creëer samen met leerlingen een herinneringsplek. Met foto's, kaarsen en bloemen. Of spulletjes van de overledene op een kast of tafel. Een herinneringsfilmje maken is ook een mogelijkheid. Waarbij scholieren foto's van de overledene achter elkaar monteren. Met teksten erbij, of muziek. Het kan getoond worden tijdens een herdenking op school, of op de website worden geplaatst.

Dit advies komt van de GGD Groningen en staat in een protocol voor middelbare scholen, over wat te doen als iemand overlijdt. Afgelopen week pleegde een docent van het Stedelijk Gymnasium in Den Bosch zelfmoord door van het dak van de school te springen. Een paar dagen eerder beroofde een leerling van het Grotius College in Heerlen zich van het leven omdat hij gepest zou worden.

Het gebeurt niet vaak dat een leerling of

docent onverwachts sterft, en al helemaal niet door zelfdoding. Maar elke school kan met die situatie te maken krijgen, zegt Dorine Dokter van rouwbegeleidingspraktijk BuroTroost in Alkmaar. En dan is iedereen aangeslagen, ontredder. Mensen kunnen soms niet meer helder denken, daar is ook geen tijd voor. Daardoor maken ze fouten of vergeten dingen. Dan is het verstandig een leidraad zwart op wit te hebben. Toch hebben genoeg scholen die niet, weet Dokter. Of er ligt een vaag knip-en-plakdingetje in de la.

Straks escaleert de boel

Dokter bezoekt geregeld onderwijsinstellingen om te helpen bij rouw. Ze ziet scholen die adequaat reageren, de lessen stilleggen, de leerlingen direct persoonlijk inlichten en een crisisteam benoemen. Maar er zijn ook directeuren die in paniek raken en te lang zwijgen. Dat moet je niet doen, zegt Dokter. Je moet de communicatie zoveel mogelijk in eigen hand proberen te houden. Voor je het weet, gaat het voorval een eigen leven leiden. Via social media voorzien jongeren elkaar razendsnel van



Scholen in rouw na een sterfgeval. Het Grotius College in Heerlen (l), het Stedelijk Gymnasium in Den Bosch (r) en het Corbulo College in Voorburg (onder).

Tips

Soms komt het verdriet van scholieren jaren later nog boven

Houd er rekening mee dat bij veel leerlingen rouw pas later komt. Weken of maanden na het overlijden van iemand, kan een scholier vragen stellen of emotioneel reageren, vertelt Henriëtte Doosje van Buro Nazorg in Zwolle. Ze geeft trainingen over rouw, ook aan scholen. Doosje vertelt dat pubers plots boos kunnen worden, concentratieproblemen krijgen of gedragsproblemen vertonen.

Het is belangrijk om in het dossier van een leerling te noteren of de scholier een dierbare heeft verloren. Want, zegt Doosje, soms

komt het verlies na jaren zelfs nog boven. Bijvoorbeeld in het eindexamenjaar, waar een scholier plots zijn overleden ouder in deze periode zo mist.

Blijf in gesprek met leerlingen, zegt Doosje. Vraag hoe het gaat, ook maanden later. Zeg gewoon: hoe is het nu met je? En heb je misschien hulp nodig?

Een kind in rouw kan niet altijd meekomen op school. Dat is logisch, zegt Doosje, maar ze hoort nog wel eens van jongeren die in haar praktijk komen dat leerkrachten tegen hen zeggen dat ze een

toets gewoon moeten maken. Want het overlijden is al een half jaar geleden. Doosje zegt: geef leerlingen lucht en aandacht. Praat met ze, kijk wat ze aankunnen en willen.

En: sta er niet van te kijken als een tiener naar een feestje gaat kort na het overlijden van een dierbare. Jongeren rouwen in stukjes en hun leven gaat ook door, zegt Doosje. Dat is niet erg.

Leerkrachten moeten ook aan zichzelf denken. Doosje hoort nog wel eens dat docenten zeggen: maar wie zorgt er voor ons?

informatie, ze speculeren erop los en straks escaleert de boel. Ze noemt de zelfdoding van een man in een dorp waarbij al snel het verhaal de ronde deed dat hij ook zijn kinderen zou hebben vermoord. Wat niet waar bleek te zijn.

In een protocol staat een stappenplan; benoem van tevoren mensen die in een crisissituatie de leiding nemen. Laat hen de informatie over het overlijden verifiëren, laat hen het contact met de familie onderhouden en alle betrokkenen inlichten. Laat hen externe hulpverlening inschakelen, de roosters aanpassen en een afscheidsbijeenkomst organiseren.

Belangrijk punt: hoe informeer je de leerlingen? De GGD Groningen schrijft in het protocol dat je scholieren niet moet overvallen, maar dat het ook geen zin heeft om met een lange inleiding de ernst van de situatie te verdoezelen. „Begin met een inleidende zin om de kinderen gericht te laten luisteren; ik heb een verdrietige boodschap voor jullie.”

Dan volgt een kort verhaal over het overlijden en een beknopte schets van de omstandigheden, zo staat in het protocol. „Het is niet nodig een lang verhaal te vertellen, want de leerlingen zijn door de schok de informatie meteen weer kwijt.”

Héél belangrijk is dat scholen nadenken over hoe ze een overlijden overbrengen, hoe er een sfeer ontstaat waarin leerlingen hun emoties kunnen tonen zonder dat het uit de hand loopt en hoe de begeleiding daarna verder gaat, zegt orthopedagoog Leoniek van der Maarel, van de praktijk Het nieuwe rouwen, in Voorburg. Uit ervaring weet ze dat veel middelbare scholen daar niets over op papier hebben staan. Het idee is vaak, zegt ze, dat pubers er zelf wel uitkomen. Dat ze met elkaar praten en wel aan de bel trekken als er iets is.

Maar de meeste jongeren willen vooral niet anders zijn dan anderen. Ze willen bij de groep horen, niet opvallen. En tonen daarom hun emoties niet zo snel. Bovendien willen pubers geen bemoeienis van volwassenen. Ze zullen gauw zeggen: er is niets aan de hand, bemoei je er niet mee. En dat kan prima zijn, zegt Van der Maarel. Maar het gevaar bestaat wel dat ouders en docenten niet doorhebben wat er werkelijk in iemand omgaat.

Voor leerlingen die minder lekker in hun

vel zitten, kan een overlijden, en zeker een zelfdoding, problemen geven. Scholieren kunnen zich schuldig voelen, had ik iets kunnen doen? Ook een copycatedeffect is mogelijk, waarschuwt Van der Maarel. Niet dat leerlingen met wie niets aan de hand is opeens zelfmoord zullen plegen. Maar voor bepaalde pubers kan het een risico zijn.

Praat er luchtig over

De orthopedagoog raadt aan in gesprek te gaan met scholieren. Laat dat de mentor doen, of de gymleraar, iemand die een band heeft met de jongeren. En praat er luchtig over, zeg gewoon; ik kan me voorstellen dat jullie nu misschien denken; zou ik dit ook doen? Laat leerlingen aan het woord en relatieveer vervolgens, zegt ze. Vertel dat we allemaal wel eens balen en het niet meer zien zitten. Maar dat er altijd oplossingen zijn.

Stichting Jonge Helden staat kinderen en jongeren bij na een ingrijpend verlies. Ze organiseert onder meer contact tussen lotgenoten op school. Jongeren die een vader of moeder hebben verloren - dat komt vaker voor - kunnen met elkaar in gesprek. Dorine Dokter begeleidt scholieren hierbij. De jongeren hebben hetzelfde meegemaakt, en dat schept een band.

Tieners willen vaak hun overgebleven vader of moeder niet lastigvallen met hun verdriet, zegt Mirjam de Zwart van de stichting Jeugdformaat. Ze werkt als schoolmaatschappelijk werker op het Segbroek College in Den Haag en begeleidt daar samen met Renate Verberg (docent Nederlands) een rouwgroep voor leerlingen die een dierbare hebben verloren. Bij een opdracht over hun angsten zie je dat leerlingen altijd dezelfde dingen opschrijven, zegt De Zwart. Dat ze bang zijn dat de andere ouder ook overlijdt bijvoorbeeld. Dat biedt troost; je bent niet de enige die zich zo voelt.

Aan het eind van het schooljaar schrijven de scholieren een brief aan de overledene. Daarin staat alles wat ze nog willen zeggen of vragen, vertelt docent Verberg. Vervolgens mogen de scholieren zelf weten wat ze met de brief doen; in een mooi doosje bewaren, verbranden of aan een heliumballon hangen en de lucht in laten. En dat doen we dan ook écht, zegt Verberg.



Een lang verhaal vertellen is niet nodig. Door de schok zijn de leerlingen de informatie meteen weer kwijt

GGD Groningen