



Productverslag

Weet wat je doet bij rouw!

**Ondersteuning voor teamleiders en groepsleiding
bij het handelen na overlijden van een jongere en
in de begeleiding van jongeren in rouw.**

**Yvonne Linting Kalshoven
Sociaal Pedagogische Hulpverlening
April 2005
Begeleiders:
E. Tjeenk Willink
J.J. van Elst**

Voorwoord

Voor u ligt het productverslag welke als onderwerp heeft, ondersteuning bieden aan teamleiders en groepsleiding De Bruggen Leiden.

- Ondersteuning bieden, in het handelen, na het overlijden van een jongere of een ouder.
- Ondersteuning bieden in het begeleiden van jongeren bij rouw.

Met veel plezier heb ik onderzoek gedaan, om meer te weten te komen over handelen en ondersteunen bij rouw. Dit onderzoek is zeer leerzaam geweest. Zo ben ik meer te weten gekomen over het rouwproces en rouwtaken. Interessant vond ik de informatie over rouw bij jongeren, waarbij de kenmerken per leeftijdsfase mij veel duidelijk hebben gemaakt.

Veel medewerking heb ik gehad van de teamleiders en groepsleiding van De Bruggen Leiden, bereidwillig hebben zij mijn vragen beantwoord en vragenlijsten ingevuld. Een aantal medewerkers van verschillende andere locaties van De Bruggen hebben het onderzoek ondersteund, onder andere door het kopiëren van materiaal, het opzoeken en doorgeven van adressen en het beantwoorden van vragen. Mijn hartelijk dank hiervoor.

Veel dank ben ik verschuldigd aan mijn gezin, die mij alle tijd en rust gaven om het eindproduct tot een goed einde te brengen. Veel hulp heb ik gekregen van mijn dochters op alle mogelijke punten zoals, het nakijken op schrijffouten en spreektaal, bij het vastlopen van de computer, bij het werken met een speciale computer programma, het beantwoorden van vragen, het stimuleren en het onvoorwaardelijk vertrouwen, van het hele gezin, dat het zeker goed zou worden.

Ook mijn begeleider Evert Tjeenk Willink heeft bijgedragen aan het geheel door mij te wijzen op de tekortkomingen en mijn vragen geduldig te beantwoorden. Bedankt.

Ten behoeve van de leesbaarheid heb ik gebruik gemaakt van de "hij"-vorm. Uiteraard wordt waarin de tekst "hij" staat, ook "zij" bedoeld. Verder maak ik gebruik van de afkorting LVG voor Licht Verstandelijk Gehandicapt.

Inhoudsopgave:

	pagina	
Inleiding	1	
Affiniteit en motivatie voor het onderwerp	1	
Doelstelling/ doelgroep	1	
Verantwoording voor het onderwerp	1	
Probleemstelling	2	
Deelvragen	2	
De opbouw van het product verslag	4	
Hoofdstuk 1 Instellingsanalyse	5	
1.1 De Bruggen	5	
1.2 Doelstelling	5	
1.3 Orthopedagogische centra "De Bruggen" Leiden, specialistische zorg	5	
1.3.1 Doelstelling	6	
1.3.2 Visie	6	
1.3.3 Beschrijving van de groepen	6	
1.3.4 Reden van plaatsing:	6	
1.3.5 Voogdij	6	
1.3.6 Deskundigen	7	
1.3.7 Verantwoordelijkheid	7	
1.4 Behandeling, begeleiding en zorg	8	
1.4.1 De methodische aanpak	8	
1.4.2 De methodische cyclus	8	
1.5 Conclusie	8	
Hoofdstuk 2 Een licht verstandelijke handicap en gedragsproblemen	9	
2.1 Een licht verstandelijke handicap, wat houdt dat in?	9	
2.2 Gedragsproblemen	11	
2.3 Conclusie	11	
Hoofdstuk 3 Praktijk onderzoek	12	
3.1 Verantwoording voor het onderzoek	12	
3.2 Analyse enquête	13	
3.2.1 Kantekening	16	
3.3 Conclusie van het onderzoek	16	
Hoofdstuk 4 Rouw	17	
4.1 Wat is rouw	17	
4.2 Het rouwproces	17	
4.3 Taken bij rouw	18	
4.3.1 Taak 1: Het aanvaarden van het verlies	18	
4.3.2 Taak 2: Het ervaren van de pijn van het verlies	18	
4.3.3 Taak 3: aanpassen aan een leven zonder de overledene	19	
4.3.4 Taak 4: de overledene emotioneel een plek geven en verder leven zonder de overledene	19	
4.4 Rouw bij jongeren	20	
4.5 Rouwgedrag bij jongeren	20	
4.6 Specifieke rouwkenmerken per leeftijdsfase	21	
4.6.1 Kinderen 0 tot 6 maanden	21	
4.6.2 Kinderen 6 maanden tot 2 jaar	21	
4.6.3 Kinderen 2 jaar tot 6 jaar	21	
4.6.4 Kinderen van 6 tot 11 jaar	22	
4.6.5 Adolescenten	22	

4.7 Rouwtaken bij jongeren	23
4.7.1 Taak 1 Erkenning: beseffen dat iemand echt dood is.	23
4.7.2 Taak 2 Verwerken	23
4.7.3 Taak 3 Aanpassen	23
4.7.4 Taak 4 Investeren	23
4.8 Licht verstandelijk gehandicapten en rouw	24
4.8.1 Begeleiding en ondersteuning	24
4.9 Rouw in andere culturen	25
4.9.1 rouwverschillen	25
4.9.2 Uitvaartrituelen en – gebruiken bij Moslims	26
4.9.3 Uitvaart rituelen en –gebruiken bij Hindoestanen	26
4.9.4 Uitvaart rituelen en –gebruiken bij Joden	26
4.10 Conclusie:	28
Hoofdstuk 5 Hulpmiddelen	29
5.1 Extra hulp bij het rouwproces	29
5.2 Welke middelen stimuleren het verwerken van verlies en rouw bij jongeren?	29
5.3 Conclusie	31
Hoofdstuk 6 Conclusie	32
6.1 Conclusie met betrekking tot de probleemstelling	32
6.2 Het product	34
6.2.1 Het protocol	34
6.2.2 Hoe kan de handleiding gebruikt worden?	35
6.2.3 Is het product bruikbaar?	
Evaluatie	36
Bijlage	
1 Enquête	
2 ADHD	

Inleiding

Als onderwerp voor het eindproduct heb ik gekozen voor alle facetten rondom rouw. Hiermee bedoel ik rouwhandelingen, rouwbegeleiding, rouwondersteuning, het rouwproces en hulpmiddelen bij rouw.

Als hulpverlener in residentiële instellingen kun je te maken krijgen met het overlijden van een cliënt. In mijn werkkring, orthopedisch centra "De Bruggen" Leiden, zijn de cliënten kinderen en jongeren. Binnen De Bruggen Leiden spreken we over jongeren. Deze benaming gebruik ik dan ook in het verdere verslag. Een overlijden van een jongere is voor de hulpverlener die ermee te maken krijgt een moeilijke situatie. Naast het overlijden van een jongere kan ook een ouder komen te overlijden. Wanneer deze situaties zich voordoen moet de groepsleiding belangrijke handelingen uitvoeren en beslissingen nemen. Hierbij dient rekening gehouden te worden met gedragsregels en de specifieke omstandigheden waarmee je in die situatie te maken krijgt.

Bij De Bruggen Leiden heb je ten eerste te maken met een complex geheel van personen waar ouder(s), voogd, jongeren uit de groep(en), groepsleiding, behandelcoördinator en andere deskundige een onderdeel van zijn. Ten tweede heb je te maken met de culturele- en godsdienstige achtergronden, de verstandelijke beperking van de jongeren en in veel gevallen ook van de ouder(s), onervarenheid van groepsleiding, schrik, verdriet en angst van alle betrokkenen. En ten derde je eigen beleving, onbegrip en onbekendheid. De jongeren hebben buiten een licht verstandelijk gehandicapt ook ernstige gedrags- en emotionele problemen. Dit maakt het geheel nog complexer en eist deskundigheid van de leiding.

Affiniteit en motivatie voor het onderwerp

Mijn affiniteit met het onderwerp komt in eerste instantie voort uit interesse. Zowel in persoonlijke- als werkomstandigheden kom je in situaties waarbij kennis van rouwverwerking nodig is. Zelf heb ik in situaties verkeerd die bij mij de vragen oproep 'hoe kan ik de kinderen het best begeleiden' en 'hoe ervaren de kinderen het verlies'. In mijn persoonlijke omgeving viel mij vooral het verschil in rouwbeleving op en wat je als "buitenstaander" kan betekenen voor mensen in rouw. Het is mij duidelijk geworden, dat voor een goede rouwverwerking begrip, steun, eigen manier van rouwverwerking en rituelen bij overlijden, belangrijk zijn. Tijdens mijn MBO opleiding heb ik binnen De Bruggen Leiden onderzoek gedaan naar de aanwezigheid van bruikbare rouw informatie. Uit dat onderzoek kwam naar voren dat er heel weinig op papier stond en veel medewerkers niet veel wisten over dit onderwerp. Dit gegeven is altijd in mijn achterhoofd blijven zitten. Hierdoor ben ik mij blijven afvragen 'kan ik als SPH'er hierin iets betekenen?'.

Doelstelling/ doelgroep

Met het product wil ik de medewerkers - met name de groepsleiding - van stichting De Bruggen Leiden (doelgroep) ondersteuning bieden bij het handelen wanneer een jongere woonachtig in de instelling of een ouder komt te overlijden. Het product biedt voldoende handvaten om de leiding te sturen en te steunen in het handelen en bij het bieden van ondersteuning aan de jongere. Met het product kunnen medewerkers van De Bruggen handelingen omtrent het overlijden op de juiste manier uitvoeren en zijn zij in staat, de jongere, de groep en de ouder(s) op de meest optimale manier te ondersteunen en te begeleiden.

Verantwoording voor het onderwerp

Voor dat ik definitief mijn keuze bepaalde voor dit onderwerp, heb ik eerst een oriënterend gesprek gehouden met enkele teamleiders. Het doel van deze gesprekken was: Is mijn indruk, dat er te weinig richtlijnen en informatie is omtrent overlijden en rouw, juist? Uit de gesprekken is naar voren gekomen dat de teamleiders weinig ervaring hebben ten aanzien van het overlijden van jongeren. Ten aanzien van het overlijden van ouder(s) is er meer ervaring. In de gesprekken is aangegeven dat ondersteuning, in de vorm van

richtlijnen, bij het handelingen omtrent een overlijden welkom is. Geen richtlijnen en achtergrond informatie in de groep ervaren zij als een gemis. Vervolgens ben ik gesprekjes aangegaan met groepsleiding van verschillende groepen. Hieruit kwam naar voren dat er onder groepsleiding weinig kennis is omtrent rouw, rouwverwerking en handelingen omtrent het overlijden van een jongere. Het belang van meer kennis is bij teamleiders en groepsleiding wel aanwezig.

De gesprekken hebben mijn bevestigd dat mijn indruk; "er is weinig richtlijnen en informatie is omtrent overlijden en rouw aanwezig", juist was. In mijn motivatie heb ik al beschreven dat je wat kan betekenen voor nabestaande in rouw. Hiervoor moet je buiten het kunnen tonen van medeleven ook de nodige kennis bezitten over rouw, rouw rituelen en rouwhandelingen. Deze kennis zou gehaald kunnen worden uit informatie bronnen en richtlijnen die op de leefgroepen aanwezig behoren te zijn.

Waarom is dit allemaal zo belangrijk? Vanuit de literatuur, workshops en eigen ervaring is mijn duidelijk geworden dat er, zonder kennis er veel onherstelbare fouten gemaakt worden door goedbedoelde maar verkeerde handelingen. Denk eens aan het informeren van de ouder(s), dit is verschrikkelijk moeilijk en moet goed doordacht plaats vinden. Het gevaar is dat je niet bedacht bent op de emoties, reacties of gedragingen. Het kan ook gebeuren dat in de 'paniek' of alle hectiek mensen niet worden ingelicht. Omtrent de opvang van groepsgenoten wanneer er een jongere is overleden, of omtrent de opvang van een jongere wanneer een ouder is overleden zijn er veel handelingen die het rouwproces kunnen bespoedigen. Denk aan afscheid nemen van de overledene, uitleg over de dood of iets betekenen bij de uitvaart. Je doet jongeren tekort wanneer je hier geen aandacht aan besteedt. Wanneer een allochtone jongere komt te overlijden, krijg je te maken met onbekende rituelen of gewoontes. Deze kunnen vreemd of onnodig overkomen en daardoor niet geaccepteerd worden door de team- of groepsleiding. Hierbij kan je, je voorstellen dat er onnodige problemen bijkomen die vóórkomen kunnen worden als je de achtergronden begrijpt. Als we kijken naar de doelgroep hebben de jongeren buiten hun licht verstandelijk handicap ook gedragsproblemen. Door onrust zullen de gedragsproblemen kunnen verergeren, denk aan agressie of hyperactiviteit. Deze onrust kan veroorzaakt worden door angsten, onbekende emoties, onbekende situaties en andere. Dit heeft mij doen besluiten bij mijn keuze voor het onderwerp te blijven en mijn kennis als SPH er in te zetten om hierin wat te betekenen voor de team- en groepsleiding van De Bruggen Leiden.

Probleemstelling

Naar aanleiding van deze informatie heb ik de volgende probleemstelling geformeerd:

Hoe kunnen medewerkers - met name de groepsleiding - van De Bruggen Leiden, gesteund worden in het handelen, wanneer er een licht verstandelijke gehandicapte jongere of een van hun ouders komt te overlijden en hoe kunnen zij ondersteund worden in hun taak als begeleider ten aanzien van de jongere(n) na een verlieservaring.

Om de relevantie van de probleemstelling te onderzoeken heb ik literatuur onderzoek gedaan. Literatuur onderzoek heeft uitgewezen dat het rouwproces van kinderen en de begeleiding hierin door de jaren heen, veel pedagogen en anderen heeft bezig gehouden. Veel verschillende theorieën zijn er op los gelaten. Het onderzoek heeft verder uitgewezen dat er vele rouwstichtingen bestaan die allemaal steun en begeleiding bieden aan nabestaande, rouwondersteuners en anderen. Veel rouwstichtingen zijn ook gericht op kinderen en jongeren een enkele op verstandelijk gehandicapten. In de literatuur vond ik de bevestiging dat een goede rouw begeleiding en ondersteuning belangrijk is en dat het wenselijk is dat hulpverleners deze kennis bezitten.

Deelvragen

Met de volgende deelvragen beantwoord ik de probleemstelling.

Deelvraag 1 Wat is de doelgroep van De Bruggen Leiden?

- 1.a Wat houdt een licht verstandelijke beperking in?
- 1.b Wat houdt een gedragsprobleem in?
- 1.c Met welke methoden wordt er gewerkt binnen De Bruggen Leiden?
- 1.d Welke ondersteuningsmogelijkheden zijn er binnen De Bruggen?

Deelvraag 2 Wat is rouw?

- 2.a Hoe laten kinderen/ jongeren zien dat ze rouwen?
- 2.b Hoe laten licht verstandelijk gehandicapten kinderen/ jongeren zien dat ze rouwen?
- 2.c Wat is het verschil tussen licht verstandelijk gehandicapten kinderen en normaal begaafde kinderen met betrekking tot rouwverwerking?

Deelvraag 3 Welke betekenis heeft rouw in andere culturen?

- 3.a Hoe rouwen andere culturen?
- 3.b Met welke overlijdensrituelen en gewoonte kun je te maken krijgen?

Deelvraag 4 Welke mogelijkheden voor hulp bij de begeleiding zijn er?

- 4.a Welke ondersteuning/ informatie behoefte is er bij groepsleiding en teamleiders?
- 4.c Welke mogelijkheden zijn er voor het inwinnen van informatie?
- 4.d Welke mogelijkheden zijn er voor het aanvragen van gespecialiseerde hulp?
- 4.e Welke middelen stimuleren het verwerken van verlies en rouw bij kinderen?

NB: de deelvragen zijn niet als hoofdstuk ingedeeld

De opbouw van het product verslag

Hoofdstuk 1 bevat een instellingsanalyse van de instelling waarvoor het product bestemd is. Hiermee wordt er antwoord gegeven op de deelvragen;

1 Wat is de doelgroep van De Bruggen?

1.c Met welke methoden wordt er gewerkt binnen De Bruggen Leiden?

1.d Welke ondersteuningsmogelijkheden zijn er binnen De Bruggen?

Om antwoord te kunnen geven op de juist genoemde deelvragen heb ik gebruik gemaakt van de introductie cursus van De bruggen Leiden. Verder heb ik de internetsite van De Bruggen zelf gebruikt en komt er veel informatie uit eerdere verslagen van mijzelf. Voor deze bronnen heb ik gekozen omdat deze relevante informatie verstrekten.

In hoofdstuk 2 wordt uitleg gegeven wat een licht verstandelijke handicap inhoudt. Verder wordt er aandacht besteed aan relevante gedragsproblematiek van de jongeren.

Hiermee worden de deelvragen,

1 a. wat is een licht verstandelijke handicap, en

1.b wat houdt een gedragsprobleem in.

Om deze deelvragen te kunnen beantwoorden heb ik gebruik gemaakt van de introductie cursus van De bruggen Leiden en literatuur onderzoek gedaan. Voor het literatuuronderzoek heb ik verschillende boeken gelezen en internetsites geraadpleegd.

Hoofdstuk 3 geeft antwoord op deelvraag 4.a Aan welke ondersteuning/ informatie is er behoefte bij de groepsleiding en teamleiding en leg ik verantwoording af voor het onderzoek. Dit doe ik door middel van een analyse van mijn enquête. Deze enquête is, door middel van een vragenlijst, gehouden onder de groepsleiding en teamleiders van De Bruggen Leiden.

In hoofdstuk 4 ga ik in op rouw, het rouwproces en rouwverschillen. Verder besteed ik aandacht aan rouw in andere culturen. Door middel van literatuur onderzoek geef ik antwoord op de deelvragen;

2. Wat is rouw

2.a Hoe laten kinderen/ jongeren zien dat ze rouwen?

2.b Hoe laten licht verstandelijk gehandicapten kinderen/ jongeren zien dat ze rouwen

2.c Wat is het verschil tussen LVG kinderen en normaal begaafde kinderen met betrekking tot rouwverwerking?

Om deze vragen te kunnen beantwoorden heb ik gebruik gemaakt van verschillende boeken over het onderwerp en internet sites. Verder zijn eerdere verslagen van mijzelf ook zeer nuttig geweest evenals een documentatie map en diverse brochures.

In mijn literatuur onderzoek naar rouw in andere culturen heb ik vooral gebruik gemaakt van internet sites en de boeken Mens en medemens van G.J. den Besten, Th.B. Paping en H.Pol en Afscheid nemen van onze doden van J. Fortuin J en K. van Kilsdonk.

Met deze informatie heb ik antwoord gegeven op de deelvragen;

3 Welke betekenis heeft rouw in andere culturen?

3.a Hoe rouwen andere culturen?

3.b Met welke overlijdensrituelen en gewoonte kun je te maken krijgen?

In hoofdstuk 5 ben ik ingegaan op de mogelijkheden die er zijn voor steun bij begeleiding. Hiermee heb ik de volgende deelvragen beantwoord.

4. Welke mogelijkheden voor hulp bij de begeleiding zijn er?

4.c Welke mogelijkheden zijn er voor het inwinnen van informatie?

4.d Welke mogelijkheden zijn er voor het aanvragen van gespecialiseerde hulp?

4.e Welke middelen stimuleren het verwerken van verlies en rouw bij jongeren?

Voor het beantwoorden van deze deelvragen heb ik vooral gebruik gemaakt van internetsites en heb ik interne deskundige geraadpleegd.

Hoofdstuk 6 bevat de conclusie, de inhoud en de vorm van het eindproduct

Hoofdstuk 1 Instellingsanalyse

Inleiding

In dit hoofdstuk wordt er een analyse gegeven van de organisatie De Bruggen en in het bijzonder van de locatie Leiden waarvoor het product bestemd is.

Hiermee geeft dit hoofdstuk antwoord op de deelvragen;

1 Wat is de doelgroep van De Bruggen?

1.c Met welke methoden wordt er gewerkt binnen De Bruggen Leiden?

1.d Welke ondersteuningsmogelijkheden zijn er binnen De Bruggen?

1.1 De Bruggen

De Bruggen is een algemeen Christelijke Stichting voor mensen met een verstandelijke handicap. De Bruggen is ontstaan uit een fusie van de stichtingen Cunera, Hooge Burch, Schievaart en Ursula. Door deze fusie zijn er veel verschillende locaties. Zo heeft "De Bruggen specialistische zorg" o.a. een locatie in Den Haag, Zwammerdam en Leiden.

1.2 Doelstelling

De Bruggen baseert zich voor het verlenen van geboden diensten op een mensvisie waarin de ontwikkeling van elk mens tot uniek persoon centraal staat. Ieder mens heeft zijn eigen levensverhaal, zijn eigen unieke aanleg, ervaringen en geschiedenis die hem maakt tot de persoon die hij is. Mensen met een verstandelijke handicap zijn, als een ieder, volwaardige burgers die met respect en waardigheid bejegend worden. Als zodanig worden zij in de gelegenheid gesteld:

- ☐ De eigen mogelijkheden ten volle te benutten en vaardigheden te ontwikkelen;
- ☐ Deel te nemen aan de samenleving;
- ☐ Eigen keuzes te maken over de invulling van hun leven;
- ☐ Relaties op te bouwen en te onderhouden met familie, vrienden en kennissen;

Bron: (Tegels F. (2003), Introductiecursus.De Bruggen specialistische zorg)

1.3 Orthopedagogische centra "De Bruggen" Leiden, specialistische zorg

De Bruggen Leiden is een orthopedagogisch centrum voor de behandeling van jongeren met een licht verstandelijke handicap, in de leeftijd van 8 t/m 22 jaar. Tevens kan er sprake zijn van psychosociale problemen, psychische- en of gedragsstoornissen en een problematische opvoedsituatie (POS). Binnen De Bruggen wordt naast de individuele (hulp)vraag van de jongere ook gekeken naar zijn systeem van herkomst, het "thuis" van de jongere. De wetenschap dat de plaatsing (de behandeling) van tijdelijke aard is maakt duidelijk hoe belangrijk de betrokkenheid van het systeem van herkomst is.

Bron: (Tegels F. (2003), Introductiecursus.De Bruggen specialistische zorg)

Veel van de opvoedingstaken wordt door De Bruggen overgenomen, zoveel mogelijk in samenwerking met thuis. Elke jongere heeft een eigen persoonlijke begeleider die de persoonlijke belangen bewaakt. Verder hebben zij, zo mogelijk, contact met de ouder(s). Een klein percentage heeft pleegouders waar ze soms op bezoek gaan.

De groepen worden gedraaid door veel wisselende groepsleiding. Dit komt mede door de vierentwintig uur diensten en de parttimers. Door ziekte verzuim, cursussen en andere redenen staan er ook regelmatig invallers op de groep.

Stichting De Bruggen heeft een christelijke grondslag. Bij De Bruggen Leiden wordt dit vertaald in het gedrag van de medewerkers en wordt zoveel mogelijk overgebracht op de jongeren. Denk hierbij onder andere aan het tonen van respect. De jongeren wordt de mogelijkheid geboden om zijn geloof te belijden. Zo wordt er rekening gehouden met religieuze maaltijd voorschriften zoals het niet eten van varkensvlees of meedoen met de ramadan. Voor elke maaltijd wordt er een minuutje stilte gehouden waarin de jongeren de mogelijkheid krijgen om te bidden. Er zijn geen jongeren die naar de kerk gaan, maar De Bruggen Leiden staat open voor jongeren die dit wel willen.

1.3.1 Doelstelling

De Bruggen Leiden heeft als doelstelling het opvoeden, begeleiden en behandelen van gedragsmoeilijke, licht verstandelijke gehandicapte jongeren die in hun ontwikkeling zijn belemmerd of dreigen vast te lopen. De hulpverlening stelt zich tot doel de voorwaarden te scheppen waardoor de lichtverstandelijk gehandicapte jongere in staat worden gesteld zelfstandig invulling te geven aan de relatie van de ontwikkelingstaken.

Bron: (Tegels F. (2003), Introductiecursus.De Bruggen specialistische zorg)

1.3.2 Visie

De cliënt staat centraal, als uniek mens met zijn eigen ervaringen en levensgeschiedenis; zijn eigen ontwikkeling. In dialoog (interactie, relatie) met de cliënt wordt geprobeerd de (hulp)vraag die hij stelt helder te krijgen. Deze vraag is richting gevend voor het denken en handelen; er wordt gestreefd naar vraaggestuurde zorg, dus zorg op maat. Aan deze zorg wordt op methodische wijze gestalte en uitvoering gegeven. Gezamenlijk oplossingen vinden die de cliënt en zijn omgeving perspectief biedt en ontwikkeling (weer) mogelijk maakt wordt hierbij zeer belangrijk gevonden.

Bron: (Tegels F. (2003), Introductiecursus.De Bruggen specialistische zorg)

1.3.3 Beschrijving van de groepen

De Bruggen" Leiden heeft plaats voor 57 kinderen, deze zijn verdeeld over zes groepen. Binnen de groepen wordt rekening gehouden met het niveau en de begeleidingsbehoefte van de jongeren.

<u>Groep 1</u>	is een instroomgroep,	leeftijd 8 t/m 13 jaar	midden laag niveau
<u>Groep 2</u>	is een instroomgroep,	leeftijd 12 t/m 16 jaar	midden hoog niveau
<u>Groep 3</u>	is een groep voor uitbehandelde jongere, er is plaats voor 1 B.Z.P. jongere (Bijzonder Zorg Plan),	leeftijd 15 t/m 22 jaar	gecombineerd niveau
<u>Groep 4</u>	is een vervolg groep,	leeftijd 15 t/m 18 jaar	het klimaat is normerend
<u>Groep 5</u>	is een vervolg groep,	leeftijd 13 t/m 18 jaar,	laag midden niveau
<u>Fasehuis Beukershof:</u>		leeftijd vanaf 16 jaar,	begeleid zelfstandig wonen
<u>Naschoolse dagbehandeling</u>		leeftijd 11 t/m 15 jaar,	thuiswonend

1.3.4 Reden van plaatsing

De licht verstandelijke handicap van de jongeren, samen met de psychosociale, psychische- en of gedragsstoornissen zorgen voor een moeilijke opvoedsituatie. De ouders zijn in de meeste gevallen ook niet voldoende pedagogisch onderlegd en kunnen op een gegeven moment de opvoeding van hun kind niet meer aan. Hierdoor stagneert de ontwikkeling van de jongeren. De draaglast is voor de ouder(s) groter geworden dan de drachtkracht. Onder draaglast versta ik, aandacht- en leermoeilijkheden, opvoedproblemen en gedragsstoornissen van de jongere. De ouders van de jongeren behoren veelal ook tot de groep licht verstandelijk gehandicapten.

Bron: (Tegels F. (2003), Introductiecursus.De Bruggen specialistische zorg)

1.3.5 Voogdij

Bijna alle jongeren wonend binnen De Bruggen, staan onder de voogdij van hun biologische ouder(s). Dit betekent dat de jongeren vrijwillig geplaatst zijn en alle verantwoording bij de ouder(s) ligt. Wanneer er sprake is van volledige onder toezichtstelling of bij overlijden van beide ouders, komt de jongeren onder voogdijschap van een toegewezen voogd. De verantwoording van de jongeren komt dan bij deze voogd te liggen. Alle jongeren wonend bij De Bruggen hebben wel een gezinsvoogd, deze is meer ondersteunend in het gezin aanwezig en heeft geen eindverantwoording.

De ouders hebben dus ook de financiële verantwoording, krijgen de kinderbijslag van hun kind en betalen alle kosten. Ouders sluiten dus ook de verzekeringen af.

De ouders zijn verplicht, De Bruggen, een maandelijkse bijdrage te betalen van, op dit moment, ongeveer 80 euro.

1.3.6 Deskundigen

Voor ondersteuning van de groepswerkers zijn er diverse specialisten in dienst. Voor ondersteuning bij rouw kunnen we gebruik maken van een behandelingscoördinator, een maatschappelijk werkende en een speltherapeute. De behandelingscoördinator neemt de signalen, gegeven worden door de begeleider, over. Deze zorgt ervoor dat het behandelingsplan zonodig bijgesteld wordt, er extra hulp komt of geeft aanwijzingen ten aanzien van de begeleiding van de jongere. De speltherapeute van De Bruggen heeft veel ervaring met rouwverwerking bij (licht) verstandelijk gehandicapten en kan in samenspraak met de behandelingscoördinator ondersteunend zijn bij de rouwverwerking. De maatschappelijk werkende kan de groepsleiding steunen bij de praktische zaken tijdens en na het overlijden.

1.3.7 Verantwoordelijkheid

In geval van een overlijden zijn de verantwoordelijkheden als volgt verdeeld:

De Teamleider

Elke leefgroep heeft een teamleider, deze heeft de verantwoordelijkheid in alle zaken die het team aangaan.

De verantwoordelijkheid ten aanzien van het protocol bij overlijden kan gezien worden als:

- ☐ het team bekend maken met het protocol
- ☐ toe zien op naleving van het protocol

Na een overlijden is een teamleider verantwoordelijk voor het contact binnen de zorgdienst, (groepsleiders en de zorgmanager). Hij stelt deze op de hoogte van het gebeuren. Tevens zorgt de teamleider voor de organisatie tijdens de uitvaart. Dit houdt in het regelen van:

- ☐ Het vervoer van de kinderen en de medewerkers
- ☐ Begeleiding van de kinderen tijdens de uitvaart
- ☐ De inbreng van de kinderen tijdens de uitvaart
- ☐ Organisatie tijdens de kerkdienst en tijdens de uitvaart plechtigheid
- ☐ Muziek, toespraak etc.

De nazorg van het team is in handen van de teamleider eventueel in samenwerking met de zorgmanager. Denk aan groeps- en individuele gesprekken. De Brugge Leiden heeft geen traumateam, deze is wel aanwezig binnen een andere locatie evenals een predikant. Het is mogelijk om hier een beroep op te doen.

De behandelingscoördinator

Voor de inhoud van de behandeling, van jongeren, is een behandelingscoördinator verantwoordelijk. De Bruggen Leiden beschikt over meerdere behandelingscoördinatoren met ieder zijn eigen verantwoordelijkheid over één of meerdere leefgroepen.

In geval van overlijden is de behandelingscoördinator verantwoordelijk voor het contact en communicatie met de maatschappelijk werkende, het hoofd behandelingsdienst, de directeur, de individueel begeleider van de jongere. De behandelingscoördinator stelt deze op de hoogte van het gebeuren. Het is tevens zijn taak om de ouders en andere op de hoogte te brengen, op te vangen en te begeleiden. Deze taak kan ook doorgegeven worden aan de maatschappelijk werkende of, als de mentor er op dat moment toe in staat is, kan deze hierin ook een rol vervullen. De behandelingscoördinator blijft de eindverantwoordelijke. In samenspraak met de ouders kan behandelingscoördinator de begrafenis/ crematie regelen, of hierin ondersteuning bieden. Contacten met de arts en zonodig de politie vallen allemaal onder de verantwoording van de behandelingscoördinator.

De groepsleiding

De begeleiding van de jongeren voor, na en tijdens de begrafenis/crematie is in handen van de groepsleiding, die hierin begeleid wordt door de maatschappelijk werkende en de behandelingscoördinator.

1.4 Behandeling, begeleiding en zorg

Binnen De Bruggen staat de cliënt centraal en middels een dialoog met de jongere wil men de hulpvraag helder krijgen. De vraag van de jongere is richtinggevend voor het denken en handelen van de groepswerkers. De jongeren worden behandeld in een optimaal genormaliseerde en geïntegreerde leefsituatie. Hierin participeren de jongere en zijn vertegenwoordigers, plaatsende instantie, begeleiders, behandelaars en anderen. Binnen de behandelomgeving wordt veel waarde gehecht aan openheid, veiligheid, wederzijds respect en vertrouwen. Op methodische wijze geeft men de zorg gestalte en uitvoering. De mate waarin onze cliënten zich tot zelfstandigheid ontwikkelen is afhankelijk van het ten volle (kunnen) benutten van de eigen mogelijkheden en vaardigheden. Hierbij hebben zij professionele ondersteuning tijdelijk of blijvend nodig. Deze ondersteuning krijgt vorm in de persoonlijke zorgrelatie. Zeker in de rouwondersteuning is de persoonlijke zorgrelatie erg belangrijk. Immers de jongere moet een veilige omgeving ervaren wil hij beginnen met het uiten en verwerken van rouw. De professionele ondersteuning bij rouw kan gericht zijn op het herkennen en sturen van de emoties.

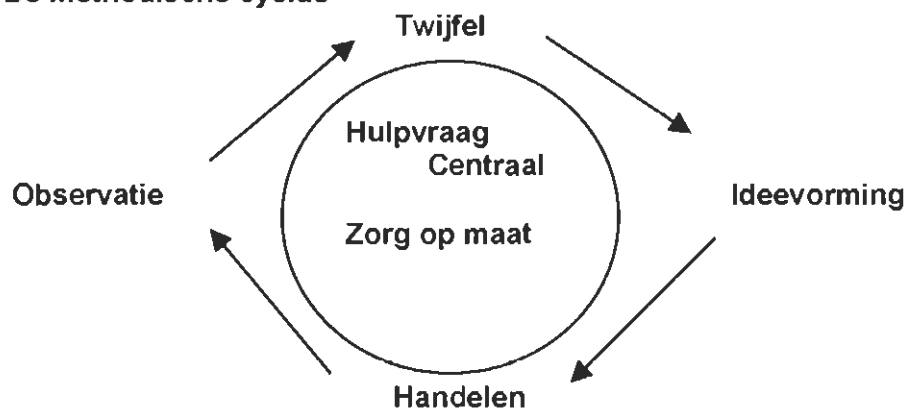
Bron: (Tegels F. (2003), Introductiecursus.De Bruggen specialistische zorg)

1.4.1 De methodische aanpak

De behandeling is, zoals u in onderstaand schema kunt zien, een methodisch proces, dat de cyclische fasen doorloopt van observatie, twijfel en ideevorming. Door te handelen wordt het proces getoetst, wat weer tot observatie, twijfel en ideeën zal leiden. Het behandelproces is transparant en daardoor controleerbaar, toetsbaar en stuurbaar.

Midden in de cyclus staat 'Hulpvraag centraal' en 'zorg op maat'. Dit zijn twee belangrijke uitgangspunten voor het vormgeven van vraaggestuurde zorg. Na een verlies ervaring wordt de behandeling getoetst via de methodische cyclus. Hierdoor worden problemen gesignaleerd en de behandeling aangepast.

1.4.2 De methodische cyclus



Bron: (Tegels F. (2003), Introductiecursus.De Bruggen specialistische zorg)

1.5 Conclusie

De ouders hebben de voogdij dus alle verantwoordelijkheid over hun kinderen. In geval van overlijden heeft De Bruggen een ondersteunende taak naar de ouders toe. Naar de jongeren en groepsleiding heeft De Bruggen, in geval van overlijden, een grote verantwoordelijkheid. Binnen De Bruggen is er een team van deskundigen werkzaam die binnen een duidelijke taakverdeling in samenspraak met de ouder(s) voor alle partijen alles zo goed mogelijk proberen te organiseren. In veel gevallen zullen de ouder(s) ook aanspraak maken op vermeende deskundigheid. Veel zal afhangen van de situatie en het verstandelijk vermogen van de ouder(s). De licht verstandelijke handicap en de gedragsproblemen maken het moeilijk om begeleiding te bieden. De visie (vraag gestuurd werken) en de methodische aanpak (methodische cyclus) kan steun bieden.

Hoofdstuk 2 Een licht verstandelijke handicap en gedragsproblemen

Inleiding

In dit hoofdstuk wordt uitleg gegeven over de betekenis van een licht verstandelijke handicap. Elk kind dat woont bij De Bruggen Leiden heeft een licht verstandelijke handicap, dit is namelijk een criteria voor opname bij De Bruggen Leiden. Een ander criteria is het hebben van gedragsproblemen. In dit hoofdstuk zal ik een omschrijving geven van de gecombineerde problematiek die de doelgroep kent. De begeleiding van licht verstandelijk gehandicapten bij rouw, zal een andere zijn dan van normaal begaafde kinderen. Enige kennis omtrent deze doelgroep is dan ook gewenst.

Hiermee geef ik antwoord op de deelvragen

1.a Wat houdt een licht verstandelijke beperking in?

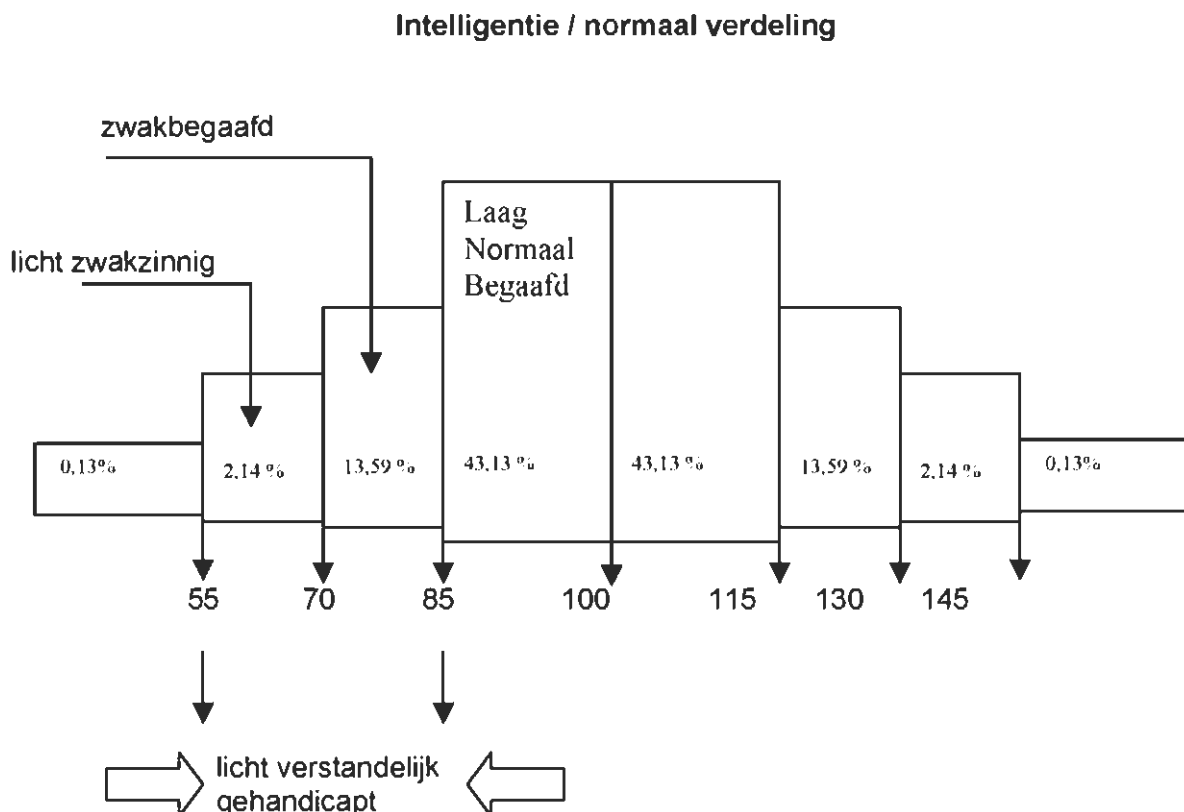
1.b Wat houdt een gedragsprobleem in

2.1 Een licht verstandelijke handicap, wat houdt dat in?

"Het is van belang ons te realiseren dat LVG jongeren eigenlijk pas als zodanig worden gecategoriseerd wanneer ze worden opgenomen binnen de hulpverlening. Daarvoor, binnen de eigen, lagere economische context, zijn ze veelal gewone kinderen met weliswaar "leerproblemen" waardoor ze veelal op het praktijkonderwijs zitten. Jongeren uit midden en hogere economische klasse, kennen de categorisering LVG al eerder". (Tegels, 2003)

Het praktijkonderwijs is voor jongeren ouder dan twaalf jaar. Onder de twaalf jaar volgen de jongeren veelal MLK onderwijs. MLK wil zeggen onderwijs voor Moeilijk Lerende Kinderen.

"Licht verstandelijk gehandicapt" is een classificatie van verstandelijk functioneren waarvan de verdeling binnen de gehele range er als volgt uit ziet:



Bron: (Tegels F. (2003), Introductiecursus.De Bruggen specialistische zorg)

Men spreekt van een licht verstandelijke handicap ("mental retardation") wanneer;

1. het niveau van functioneren onder het gemiddelde ligt (IQ tussen 55 en 85),
2. er gelijktijdig tekorten of beperkingen zijn in het adaptief functioneren.

Met adaptief functioneren wordt volgens Verhulst (2000) bedoelt de mate waarin iemand erin slaagt om tegemoet te komen, aan de eisen geldend voor zijn leeftijd met betrekking tot vaardigheden zoals: communicatie, zelfverzorging, interpersoonlijke vaardigheden, huishoudelijke taken, schoolse vaardigheden, vrije tijdsbesteding, gezondheid, veiligheid, gebruik maken van algemene voorzieningen en het plannen en richting geven van activiteiten. Dit komt overeen met wat Bijman en Lamberix (2004) aangeven. Zij spreken namelijk over, kinderen met een licht verstandelijke handicap blijven duidelijk achter in hun taalontwikkeling, zij hebben meer gezondheidsgelateerde problemen en hebben beperkte sociale vaardigheden dan normaal begaafde kinderen in dezelfde leeftijdsfase.

Een licht verstandelijk handicap wordt pas duidelijk op de kleuterleeftijd. "Er is bij een licht verstandelijke handicap sprake van een vertraagde cognitieve ontwikkeling. Zij kunnen minder grote hoeveelheden informatie verwerken dan normaal begaafde kinderen". (Bijman en Lamberix 2004,17). Tevens hebben deze kinderen volgens Bijman en Lamberix (2004,17) moeite met specifieke cognitieve vaardigheden, zoals de megacognitie en het kortetermijngeheugen.

De beperkingen op het sociale vlak uit zich vooral in het sociale gedrag. De problemen zijn dan gerelateerd aan moeilijkheden in het juist interpreteren van of reageren op sociale situaties. LVG jongeren reageren impulsief zonder oog te hebben voor de gevoelens van anderen of de consequenties van hun gedrag. Het "lezen " van sociale situaties gaat hun niet goed af. (Bijman en Lamberix 2004, 18). Wat je ziet is, dat hun eigen verdriet heel belangrijk er bestaat dan even niets anders. Hun reacties kunnen heel heftig zijn als andere deze gevoelens niet delen. In een situatie van een overlijden kunnen hier veel spanningen onder de jongeren in de groep ontstaan.

Tegels, (2003) stelt dat het beleven van veiligheid voor een licht verstandelijk gehandicapte afhankelijk is van het concreet ervaren daarvan. Alleen "weten" wat er gaat gebeuren, "weten" dat je zus of zo moet handelen is voor een LVG jongere niet voldoende.

Duidelijkheid, continuïteit en regelmaat zijn een voorwaarden voor het beleven van veiligheid. Deze veiligheid is een vereiste bij het kunnen uiten en beleven van rouw. Het vasthouden van de dagstructuur moet daarom zoveel mogelijk gehandhaafd worden.

De beperking in de communicatie uit zich in het moeilijk verwoorden van wat er in hen leeft en wat ze voelen. Vertellen over hun ervaringen of belevingen is te moeilijk en maakt hun extra kwetsbaar. Tegels, (2003) ziet bij LVG jongeren duidelijke problemen die voortkomen uit zijn verstandelijke handicap. Enkele van deze problemen hebben invloed op de reacties van de jongeren wanneer zij te maken krijgen met een verlies ervaring. Deze problemen staan hier vermeld:

1. Onverwachte veranderingen of problemen kunnen leiden tot paniekreacties. Een overlijden komt altijd onverwacht (zelfs als iemand al een lange periode ziek is)
2. Inleven in anderen en zich in andere situaties kunnen verplaatsen (inventiviteit) is heel moeilijk voor ze. In een periode rondom overlijden en uitvaart zullen reacties en gedragingen van volwassenen en jongeren onbekend zijn voor een LVG jongeren.
3. Opnemen van sociale informatie lukt moeizaam. Hoe ga je om met een groepsgeenoot die zijn vader verloren heeft. Waarom moet ik tegen hem aardig doen? Waarom wil hij nu niet met mij spelen. Waarom krijgt hij zoveel aandacht? Dit zijn allemaal vragen waarop het antwoord voor een LVG jongeren niet direct duidelijk is, het antwoord zal ook niet makkelijk geaccepteerd worden.
4. LVG jongeren blijven langer in de egocentrische ontwikkelingsfase steken. De jongere zal zijn eigen verdriet projecteren op anderen.
5. Het waarnemen van fijnere gevoelsnuances is iets waar je rekening mee moet houden bij LVG jongeren. Stemmingen, gezichtsuitdrukkingen, verborgen emoties zij lijken er een derde zintuig voor te hebben. Dit begrijpen of thuis brengen kunnen zij niet altijd, dit geeft onrust.

2.2 Gedragsproblemen

Buiten het hebben van een licht verstandelijke handicap hebben de jongeren wonend bij De Bruggen ook gedragsproblemen. Voortkomend uit gedragsstoornissen. In de omgang met jongere en rouw zullen deze stoornissen van invloed zijn. Onderstaande stoornissen zijn ingedeeld via de via Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM- IV.) IV staat voor deel vier. Stoornissen die niet relevant zijn voor de begeleiding en ondersteuning van rouw zijn hieronder niet vermeld. Over de meest voorkomende stoornissen ADHD en autisme is in de bijlage extra informatie te vinden.

De veel voorkomende stoornissen zijn:

Aandachtstekort stoornissen en gedragsstoornissen

- a. Aandachtstekort stoornis met hyperactiviteit (ADHD) (zie bijlage 2)
- b. Gedragsstoornis, conduct disorder (de jongeren heeft geen respect voor de rechten en gevoelens van anderen.)
- c. Oppositioneel opstandige gedragsstoornis (stoornis met als kenmerken negatief, vijandig en openlijk ongehoorzaam gedrag)

Pervasive ontwikkelingsstoornis

(informatieverwerkingsstoornissen met als kenmerken problemen met sociale contacten, communicatie en beeldend vermogen (fantasie); Daartoe behoren onder meer autisme en aan autisme verwante stoornissen.

Hechting

Reactieven hechtingsproblemen (zich niet of moeilijk hechten waardoor jongeren geen vertrouwensband krijgen met hun ouders of verzorgers)

Angststoornissen

Gegeneraliseerde angststoornis (angstige verwachting; onrealistisch buitensporig angstig zijn voor mogelijke gebeurtenissen.

Slaapstoornissen

- a. Primaire insomnia (slapenloosheid)
- b. Nachtmeries (angstaanjagende dromen)
- c. Insomnia in samenhang met depressie of angststoornis

Stoornissen in de impulsbeheersing

Periodieke explosieve stoornis (kan zijn woede niet beheersen en vertoont buitensporig gewelddadig gedrag)

Relationele problemen

Ouder-kind relatieproblemen

Bron: (Tegels F. (2003), Introductie cursus. De Bruggen specialistische zorg)

2.3 Conclusie

Niet alleen een IQ tussen 55 en 85 wil zeggen dat je een verstandelijke gehandicapt hebt, ook de tekorten in het adaptief vermogen spelen hierin een rol. De jongeren wonend binnen De Bruggen hebben ook gedragsproblemen, wat het behandelen en opvoeden van deze jongeren zo 'moeilijk' maakt.

Een licht verstandelijke handicap is duidelijk van invloed op de beleving van rouw. Veel reacties van LVG jongeren wijken af van de reacties van normaal begaafde jongeren. Dit is mede het gevolg van het feit dat LVG jongeren zich niet kunnen inleven in de gevoelens van anderen en het verdriet van andere dus ook niet begrijpen. Een overlijden zal het gevoel van veiligheid wegnemen en inbreuk hebben op de structuur waaraan de jongeren gewent zijn. Bij het (tijdelijk) wegvallen van de structuur zal de jongeren meer ongewenst gedrag vertonen. Hebben jongeren één of meerdere bovenstaande gedragsproblemen is het verstandig om er rekening mee te houden dat deze in een periode van rouw heftiger naar voren zullen komen. In de begeleider bij rouw bij LVG jongeren is het daarom belangrijk dat je rekening houdt met de symptomen van een gedragsstoornis. Houdt er ook rekening mee, in je verwachtingen naar de jongeren toe; verwacht geen gedragingen waaraan ze niet kunnen voldoen.

Hoofdstuk 3 Praktijk onderzoek

Inleiding

Het houden van oriënterende gesprekken met teamleiders en in een later stadium met groepsleiding heeft mij bevestiging gegeven dat er veel behoefte is aan informatieve ondersteuning over veel verschillende onderwerpen. Vele gaven aan het jammer te vinden dat er op de groep geen informatie bronnen aanwezig zijn. Zelf had ik ook veel verschillende ideeën over diverse onderwerpen die ik belangrijk vond. Om meer duidelijkheid te krijgen welke informatie nodig is, heb ik na een tip van mijn begeleider een onderzoek gehouden waarbij ik gebruik heb gemaakt van vragenlijsten. De anonimiteit van de vragenlijsten en het tijdbesparend karakter hebben mijn doen besluiten voor deze vorm te kiezen.

Als onderzoekseenheid heb ik gekozen voor groepsleiding en teamleiders van alle leefgroepen. Deze onderzoekseenheid heeft direct te maken met de jongeren en werken op de groep zelf. Door deze eenheid aan te houden denk ik het beste resultaat te verkrijgen uit het onderzoek. Met de resultaten uit het onderzoek hoop ik meer zicht te krijgen op de behoefte vraag en kan ik deelvraag 4.a 'aan welke ondersteuning/ informatie is er behoefte bij de groepsleiding en teamleiding', te beantwoorden. Met de uitkomst van deze enquête kan ik mijn deelvragen aanpassen of herzien als mede de onderwerpen van mijn product.

3.1 Verantwoording voor het onderzoek

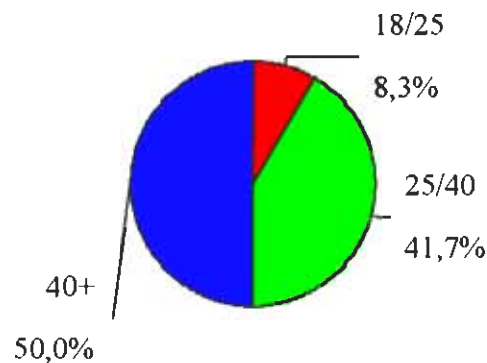
De enquête heb ik gehouden aan de hand van vooropgestelde vragenlijsten. (Zie Bijlage 1) Deze vragenlijsten werden anoniem ingevuld worden waardoor ik bij de respondenten geen weerstand verwachtte bij het invullen van de vragenlijsten. De vragen zijn op een manier samengesteld waarvan ik verwachtte het meeste rendement te krijgen. Bewust heb ik gekozen om de medewerkers in de gelegenheid te stellen hun te verwachten problemen kenbaar te maken per categorie. Ik heb drie categorieën samen gesteld, jongeren, ouders en leefgroep. Dit zijn namelijk de drie categorieën waar de medewerkers mee te maken hebben. De selectie van de onderzoekseenheden is op toevalbasis gemaakt. Met een kleine kanttekening; in elke leefgroep zijn er vragenlijsten uitgedeeld. Deze selectie van respondenten draagt bij aan de betrouwbaarheid van het onderzoek.

De vragenlijsten heb ik persoonlijk afgegeven, zodat ik iedereen kon voorbereiden op het onderwerp. Hiervoor heb ik gekozen omdat het onderwerp rouw voor mensen heel beladen kan zijn. Een tweede reden hiervoor was; het persoonlijk uitdelen van vragenlijsten vergroot het rendement. Toch is het aantal teruggekregen en ingevulde vragenlijsten mij tegen gevallen. De vragen die ik heb opgesteld hebben tot doel gehad, mij meer duidelijkheid te verschaffen over de vragen, twijfels en informatie behoefte van de groeps- teamleiders. Wel moet ik mededelen dat deze manier van data verzamelen niet generaliseerbaar is. De teruggekomen vragenlijsten geven geen beeld van de algemene meningen onder de groepsleiding en teamleiders. Dit komt onder andere doordat het grootste deel van de vragenlijsten is ingevuld door oudere medewerkers, terwijl de verdeling gelijk was, (zie figuur1 Leeftijd van de respondenten) Dit zal vooral te maken hebben met de ervaringen van oudere medewerkers. Verder is de behoeftevraag persoonlijk. Omdat het product alleen bestemd is voor De Bruggen Leiden is het niet generaliseerbaar zijn van het onderzoekje verder niet van belang.

3.2 Analyse van de enquête

Verdeelt over alle leefgroepen heb ik dertig enquêtes uitgedeeld. Hiervan zijn er twaalf terug gekomen. Deze zijn ingevuld door twee teamleiders en tien groepsleiders. Opvallend is dat er van de groep respondenten er maar een klein percentage jonger is dan 25 jaar. (zie figuur 1. leeftijd van de respondenten) Dit geeft geen reëel beeld van de gemiddelde leeftijd, de groep 18 tot 25 jarige is in werkelijkheid namelijk groter dan de groep 40+.

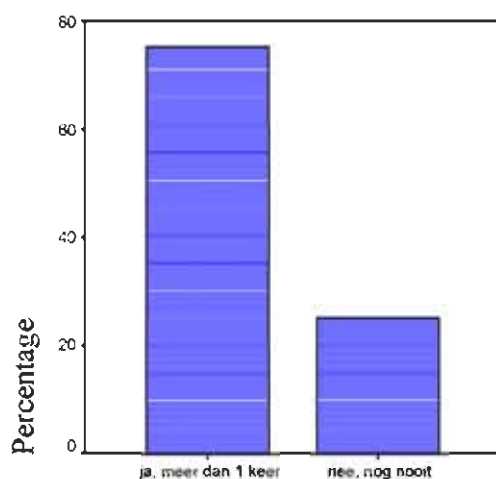
Figuur 1. Leeftijd van de respondenten



Op de vraag of werknemers wel eens te maken hebben gehad met een sterfgeval binnen De Bruggen antwoordt 75 % hiermee meerdere malen te maken hebben gehad (zie figuur 2. "Sterfgeval in de werkring").

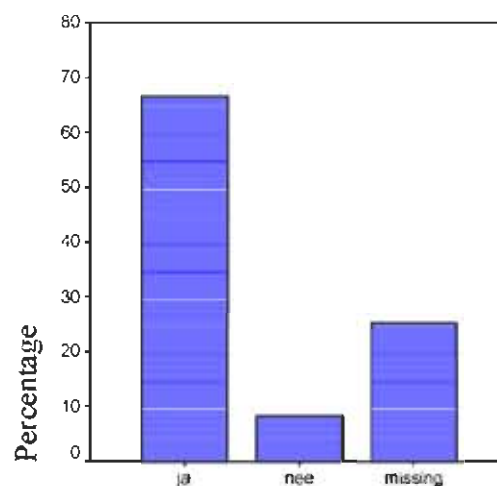
Zeven van de 12 werknemers hebben te maken gehad met het overlijden van een collega. Wel moet worden aangemerkt dat deze collega's in alle gevallen geen directe band met de kinderen hadden. Er was sprake van het overlijden van de kok. Dit overlijden heeft recent plaatsgevonden en verklaard waarom het percentage zo hoog is. Nog een feit dat het hoge percentage verklaard is de leeftijd van de respondenten. Opvallend is dat maar 16,7 % van de respondenten nooit te maken heeft gehad met een sterfgeval. Veel begeleiders hebben te maken gehad met een kind wiens ouder is overleden.

Figuur 2. "Sterfgeval in de werkring"



Sterfgeval in werkring

Figuur 3 betrokken bij handelingen

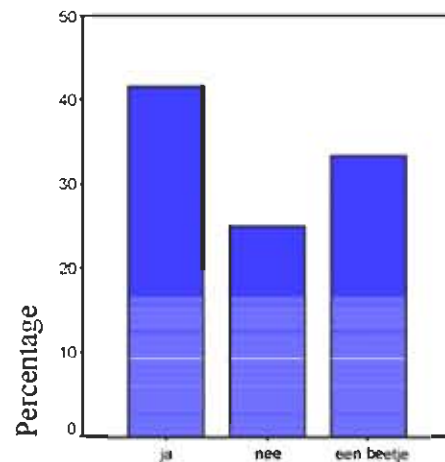


Was u betrokken?

Van de 75% die te maken heeft gehad met een sterfgeval is 76,7% daadwerkelijk betrokken geweest bij handelingen rondom het overlijden. (Zie figuur 3 betrokken bij handelingen).

In alle gevallen is er sprake van het begeleiden naar de begrafenis. Bij de opvang en het verstrekken van informatie was 50% betrokken. Onder informatie verstrekken versta ik onder anderen; uitleg over de dood, wat er gaat gebeuren, de begrafenis, condoleren enzovoort. Opvallend vond ik dat er maar drie respondenten daadwerkelijk ondersteuning (rouwbegeleiding) hebben geboden aan een jongeren.

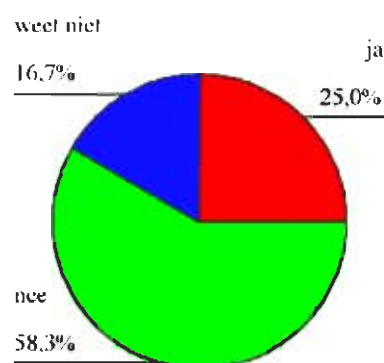
Figuur 4 Op de hoogte van handelingen



Op de hoogte van handelingen

Wanneer er een jongere in een leefgroep komt te overlijden zegt 41,7% te weten hoe er gehandeld moet worden; (zie figuur 4 op de hoogte van handelingen). Dit is op het eerste gezicht hoger dan ik verwacht had na aanleiding van informele gesprekken met groepsleiding. Hierbij mag in aanmerking genomen worden dat de teamleiders duidelijk weten hoe te handelen. Zij vertegenwoordigen 16,7%. Blijf er nog 25% over. Deze vertegenwoordigen de groepsleiding. Tegenover de 25% die weet hoe te handelen staat 75% die dit niet weet. Dit is wel wat ik ongeveer verwacht had.

Figuur 5 is er informatie aanwezig



Dit hoge percentage valt misschien te verklaren uit het feit dat meer dan de helft 58,3%, aangeeft dat er geen informatie aanwezig is op de groepen die kunnen helpen bij de handelingen; (zie figuur 5 is er een informatie bron aanwezig).

Dit vind ik een hoog percentage, gezien het feit dat 75% toch mee te maken heeft gehad met een sterfgeval. Aangegeven wordt door 25,0% dat er informatie aanwezig is; zie figuur 5 (is er informatie aanwezig). Deze informatie bestaat uit een jeugdboek en een handleiding van de stichting 'Achter de regenboog'. Eén respondent gaf aan dat er in de groep mondelinge afspraken zijn ten aanzien van een sterfgeval. Op de vraag of de aanwezige

informatie bronnen volledig zijn gaven 50% aan het onvoldoende te vinden. Uit de enquête is naar voren gekomen dat er onder de groepsleiding en teamleiders behoefte is aan een protocol 50%, een stappenplan 25% en een checklist.

In tabel 1. (problemen met betrekking op overlijden jongere), is in een overzicht weer gegeven welke problemen de respondenten verwachten als er een jongere komt te overlijden. Van de respondenten geeft 41,7% problemen te verwachten bij afstand nemen van eigen emoties. Dit geeft aan hoe moeilijk het is om met een sterfgeval te maken te krijgen. Wat mij opviel was het hoge percentage 33,3% wat problemen ziet in het maken van afspraken met de ouders. Deze afspraken hebben te maken met de uitvaart en alle handelingen daar om heen. Hierbij geeft nog eens 25% aan te verwachten ontevreden te zullen zijn over de gevolgde procedure.

Tabel 1. Problemen met betrekking op overlijden jongere.

Praktische zaken; mee condoleance, uitvaart.	5 personen
Afstand nemen van je eigen emoties	5 personen
Hoe kan je de jongeren het beste inlichten	4 personen
Nazorg rouwverwerking	4 personen
Het verdriet over het verlies (hoe mee om te gaan)	4 personen
Afspraken en taak verdeling met ouder(s)	4 personen
Ontevredenheid over de gevolgde procedures (uitvaart)	3 personen
Hoe ga je om met afwijkende reacties	3 personen
De opvang jongeren	3 personen
Emotionele problemen	3 personen
Acceptatie van het overlijden	2 personen
In het steunen van medewerkers in emoties en handelen	2 personen
Wie regelt de praktische zaken zoals; het afleggen van de overledene, het opbaren, schuldgevoelens	2 personen
In het handelen iets vergeten	2 personen
Escalatie/ onrust in de groep	2 personen
Persoonlijke verwerking	2 personen
Inlichten van het overlijden van hun kind	2 personen
Het niet kunnen beantwoorden van alle vragen	2 personen
Niet weten hoe te handelen wat onrust kan veroorzaken	2 personen

Ook bij het overlijden van een ouder verwachten de respondenten veel problemen met hun eigen emotie. Zie tabel 2. (problemen met betrekking overlijden ouder). Veelvuldig wordt genoemd, het inlichting van de jongere. 50 % van de respondenten geeft aan hier problemen mee te hebben. Ook het omgaan met afwijkende reacties, de opvang van jongeren, (hieronder versta ik ook de jongeren de ruimte kunnen geven voor emoties) en het verdriet om verlies bij de jongere geeft problemen. Maar 1 persoon geeft aan problemen te verwachten met betrekking tot onrust in de groep. Naar mijn mening is dit opvallend weinig omdat de situatie na het overlijden van een belangrijk persoon in de groep veel spanning oplevert.

Wanneer er een medewerker komt te overlijden verwachten de respondenten allen problemen met hun eigen emoties. Als extra opmerking hebben meerdere aangegeven dat de jongeren van de leefgroep niet zo'n sterke band hebben met de medewerkers van De Bruggen. Zelf wil ik hierbij opmerken dat er verschil zit in hoeverre de jongeren persoonlijk contact hadden met de overledene. Het overlijden van een groepsleiding zal anders aankomen dan het overlijden van een directeur waar ze niets mee van doen hebben.

Tabel 2 Problemen met betrekking overlijden ouder

Hoe kan je de jongeren het beste inlichten	6 personen
Afstand nemen van je eigen emoties	4 personen
Hoe ga je om met afwijkende reacties	3 personen
Inlichten/ opvang van de groep	3 personen
De jongeren de ruimte kunnen geven voor emoties	3 personen
Verdriet om het verlies	3 personen
Je rol in de ondersteuning naar de groep toe	3 personen
rouwverwerking	2 personen
Inleven in de problemen van de ouder(s)	2 personen
Wie regelt de opvang en begeleiding van de jongeren	2 personen
Onrust in de groep	1 persoon

De respondenten hebben aangegeven belangstelling te hebben voor de onderwerpen beschreven in tabel 3. achtergrond informatie.

Tabel 3. Achtergrond informatie over

Rouwen bij verstandelijk gehandicapten	8 personen
Overlijdensrituelen en gewoonten in andere culturen	8 personen
Rouwen bij kinderen	6 personen
Rouwverwerking	5 personen
Het rouwproces	5 personen

Bij de respondenten was er een verschil te bemerken tussen groepsleiding en teamleiders. De teamleiders zijn geïnteresseerd in team begeleidingsvragen, zoals wie regelt de opvang, wie organiseert hulp bij rouwverwerking. Wie regelt de praktische zaken bij de uitvaart enzovoort. Een belangrijke vraag was ook wie zorgt er voor dat groepsleiding steun en begeleiding krijgt bij het verwerken van de emoties.

3.2.1 Kantekening:

Om een compleet beeld, ten aan zien van rouw binnen De Bruggen, te krijgen, heb ik een extra mondeling onderzoekje gehouden. Dit onderzoekje is gehouden onder de medewerkers van alle leefgroepen in de leeftijdscategorie 18 tot 25 jaar. Hieruit is naar voren gekomen dat er over het onderwerp weinig wordt nagedacht. Pas na vragen en uitleg van mijn kant kwam er een besef van 'dat kan ons ook overkomen'. Op de vraag waar zijn hun informatie dachten te halen, wist niemand een goed antwoord. Op de vraag is er informatie op de groep aanwezig antwoorden op een enkele uitzondering na dit niet te weten. Hierna kwam naar voren dat zij eigenlijk informatie bronnen onder handbereik wilde hebben. De bronnen die zij nodig dachten te hebben zijn de volgende in willekeurige volgorde:
Richtlijnen voor het handelen bij het overlijden van een jongere
Informatie over rouw bij (LVG) jongere en rouwrituelen in andere culturen.

3.3 Conclusie van het onderzoek

Uit het onderzoek is naar voren gekomen dat er meer medewerkers te maken hebben gehad met een sterfgeval dan ik in eerste instantie had verwacht. Hier moeten twee kantekeningen bij worden geplaatst. Ten eerste; het recent overlijden van een werknemer van De Bruggen Ten tweede; .De leeftijd van de respondenten. Over het onderwerp is weinig literatuur aanwezig binnen De Bruggen Leiden en veel werknemers hadden nog nooit stil gestaan bij het onderwerp. Dit was wat ik verwachtte. Er blijkt veel behoefte aan informatiebronnen te zijn. Waarbij voor alle onderwerpen van rouw belangstelling is. Naar mijn mening verwachtte opvallend weinig respondenten spanningen in de leefgroep na aanleiding van een overlijden. Veel respondenten verwachtten problemen met hun eigen emoties. Een goede begeleiding voor het team lijkt mij op zijn plaats.

Hoofdstuk 4 Rouw

Inleiding

In dit hoofdstuk wil ik ingaan op rouw, het rouwproces en rouwverschillen. Op het onderdeel rouw bij kinderen wil ik ingaan omdat het voor de doelgroep ook zeker geschikt is om als informatie bron te gebruiken. Bij mensen met een verstandelijk handicap zijn er duidelijke overeenkomsten met de manier waarop normaal begaafde kinderen in een bepaalde leeftijdsfase omgaan met dood en rouw. Hiermee geef ik antwoord op de deelvragen:

- ☐ 2. Wat is rouw?
- ☐ 2.a Hoe laten kinderen/ jongeren zien dat ze rouwen?
- ☐ 2.b Hoe laten LVG kinderen/ jongeren zien dat ze rouwen?
- ☐ 2.c Wat is het verschil tussen LVG kinderen en normaal begaafde kinderen met betrekking tot rouwverwerking?

Verder besteed ik aandacht aan rouw in andere culturen. Dit doe ik door, uitvaartrituelen- en gebruiken bij Moslims, Hindoestanen en Joden en de uitleg hiervan te onderzoeken en te beschrijven. Hiermee geef ik antwoord op de deelvragen:

- ☐ 3 Welke betekenis heeft rouw in andere culturen?
- ☐ 3.a Hoe rouwen andere culturen?
- ☐ 3.b Met welke overlijdensrituelen en gewoonte kun je te maken krijgen?

Om de deelvragen te kunnen beantwoorden heb ik veel literatuur onderzoek gedaan. Verder hebben internet sites mij goed geholpen

4.1 Wat is rouw

Een ernstig verlies leidt meestal tot vele reacties die benoemd worden met de term 'rouw'. Met kan pas van rouw spreken als er een band, een relatie met de overledene was. Zonder band met de ander is rouw onmogelijk. Een band met de overledene kan zowel positief als negatief ervaren zijn. Verschillende deskundigen hebben aangegeven dat een negatief ervaren band soms tot een moeilijke rouwverwerking kan leiden. Immers de band is niet meer te herstellen. Rouw kan veroorzaakt worden door verschillende soorten verlies. Gedacht kan worden aan het verlies van werk, gezondheid of verlies van partner door scheiding. Gezien het onderwerp, beperk ik mij tot het verlies van een dierbare.

"Bij rouw gaat het om verlies waar je niet zomaar overheen stapt. Het raakt je in je hele wezen. Emoties als verdriet, woede, wanhoop beheersen op dat moment je leven. Deze gaan samen met het gevoel verlaten te zijn, fysieke pijn en angstgevoelens. Soms treed er zelfs een schuld gevoel op. [] Er is veel voor nodig om hiermee te leren leven. Dat gaat niet in een van tevoren bepaalde termijn en ook niet vanzelf. Het is een geleidelijk proces dat tijd en activiteiten vraagt van de rouwende". (Gils van Trudy 2000, 23).

4.2 Het rouwproces

Rouwen is een normale, gezonde reactie die zorgt voor de acceptatie van het verlies. Rouw is langzaam beseffen dat door het verlies je leven ingrijpend is veranderd. Het is tevens de bewustwording dat een bepaalde verandering onomkeerbaar hoort bij jouw leven en jouw levensgeschiedenis. Door deze acceptatie kan de nabestaande zich aanpassen aan de nieuwe situatie, waarin de geliefde persoon alleen nog in de herinnering voortleeft, het rouwproces. De rouwende moet het verlies zelf verwerken, dit vraagt zijn volledige inzet en een soms bijna bovenmenselijke krachtsinspanning. Een oplossing is er niet. Andere kunnen het verlies niet wegnemen of de verwerking overnemen. Wel kunnen zij delen in alle gedachten en gevoelens die bij het verlies horen en hiermee veel steun geven aan de rouwende. Bij een aangrijpende verlies ervaring worstelen mensen niet alleen met het feitelijke verloren gaan van een persoon, dier of relatie maar evenzeer met het verlies van het perspectief dat daar het gevolg van is.

Mönnink. (2001) zegt hierover in Verlieskunde handreiking voor de beroepspraktijk "Verlies bedreigt de KERN van je bestaan".

De kern van ons bestaan bestaat uit: K van controle op de werkelijkheid, de E van eigenwaarde, de R van rechtvaardigheidsbesef en de N van nu-in-relatie-tot-later, het

toekomstperspectief. Het toekennen van betekenissen van jezelf en aan de wereld spruit voort uit de behoefte je KERN te behouden en te beschermen. Verlies kan één of meer aspecten van je kern ondermijnen. Het bestaan dat je hebt opgebouwd kan door het verlies in één klap zinloos lijken.

Iedereen die een dierbare heeft verloren doorgaat een rouwproces. Dit wil niet zeggen dat ieders rouwproces er hetzelfde uitziet. Iedereen rouwt op de manier die bij zijn of haar persoonlijkheid past. Iedere rouwende bepaalt een eigen pad in het rouwproces. Wel is het zo dat er veel herkenbare momenten aan te wijzen zijn in het proces.

De Amerikaanse arts-psychiater Elizabeth Kübler Ross onderscheidt verschillende fasen in het rouwproces. Deze fasen geven een duidelijk verloop van het rouwproces weer.

Hieronder wil ik de fasen zonder verdere uitleg even noemen omdat ze naar mijn idee wel heel herkenbaar zijn. Achtereenvolgens zijn dat:

- ☐ de *verdovende shock* bij het horen van het overlijdensbericht
- ☐ de *desoriëntatie*
- ☐ de *ontkenning* van de dood
- ☐ de *opstandigheid* die boosheid en soms schuldgevoelens oproept
- ☐ de *aanvaarding*
- ☐ de *integratie* van het verlies in het alledaagse leven

Bij deze indeling wordt niet expliciet duidelijk welke zware taken in het rouwproces door de nabestaande moeten worden vervuld.

4.3 Taken bij rouw

"Bij rouw moet er absoluut een vast omschreven psychische taak worden voltooid: het doel is zich los te maken van de verwachtingen van en de herinneringen aan de overledene" (*Freud, 1913*).

Elk rouwproces bestaat uit vier rouwtaken. In literatuur kwam ik steeds terecht op de vier rouwtaken komende van het rouwtakenmodel van de Amerikaanse psychiater en rouwtherapeut W. Worden. In enkele bronnen wordt er afgeweken van de oorspronkelijk benaming van de taken. Uit mijn onderzoek is gebleken dat het inhoudelijk op hetzelfde neerkomt. Zelf hou ik mij bij de oorspronkelijk benaming van de taken van W. Worden. Deze rouwtaken zeggen niet zo veel over het rouwproces, maar meer over de uitkomst.

4.3.1 Taak 1: Het aanvaarden van het verlies

Aanvaarden van het verlies betekent: het geloven en onder ogen kunnen zien van het verlies, het verstandelijk weten en het gevoelsmatig beseffen dat het verlies heeft plaatsgevonden.

Het beseffen van het verlies is moeilijk. Mensen geven dit wel aan in woorden als: "ik kan niet geloven dat hij dood is". De realiteit van het overlijden dringt vaak pas geleidelijk door. Karakteristiek is dat men wel weet dat de dierbare overleden is, maar dat men op een ander niveau kennelijk niet beseft. Vaak formuleren nabestaanden dit als tegenstelling tussen verstand en gevoel: verstandelijk 'weet' men het, maar gevoelsmatig niet. Zo komt het vaak voor dat nabestaanden de overledene op straat menen te zien lopen, totdat ze zich realiseren dat het niet waar kan zijn, omdat ze immers 'weten' dat de persoon is overleden. Het omgekeerde van aanvaarding van het verlies is ontkenning. Men doet of het overlijden niet heeft plaatsgevonden. Soms is er sprake van een gedeeltelijke ontkenning, de nabestaande dekt nog een tijdlang de tafel voor de overledene, of 'praat' men tegen hem.

4.3.2 Taak 2: Het ervaren van de pijn van het verlies

De verwerking van een verlies gaat vaak gepaard met emotionele pijn. Verschillende emotionele reacties kunnen daarbij in afwisseling voorkomen. Het ene moment voelen nabestaanden zich intens verdrietig, boos of somber en is er een hevig verlangen naar de overledene. Op een ander moment is het verdriet meer op de achtergrond aanwezig. Het is goed om te beseffen dat het uiten van rouwgevoelens iets anders is dan het ervaren van deze gevoelens. Soms ervaren nabestaanden veel verdriet, maar uiten zij dit niet, of als zij

alleen zijn. Hoewel ieder mens de emotionele pijn om het verlies op een andere manier voelt en uit, kan het voorkomen dat mensen voor deze tweede taak weglopen. Dit kan bijvoorbeeld door het onderdrukken van verdriet of andere emoties, of door het wegstoppen van gedachten en herinneringen aan de overledene. W. Worden is van mening dat deze tweede rouwtaak persé moet worden uitgevoerd, omdat nabestaanden de pijn anders hun hele verdere leven met zich mee zullen dragen.

4.3.3 Taak 3: aanpassen aan een leven zonder de overledene

Het overlijden van een dierbare leidt vrijwel altijd tot veranderingen in het leven van nabestaanden. Op al die veranderingen moeten nabestaande een antwoord vinden. De mate waarin dit het geval is, is afhankelijk van de rol die de overledene vervulde. Een vrouw van wie de man altijd de beslissingen nam en die zorgde voor allerlei praktische zaken, staat na zijn overlijden voor de taak om zelfstandig beslissingen te nemen en om de praktische zaken zelf te regelen. Een moeder die de opvoeding van haar kinderen altijd met haar man deelde, staat na zijn overlijden ineens voor de taak om de kinderen alleen op te voeden. Er verandert soms ook iets in de identiteit van nabestaanden. Een man die zijn vrouw verliest is ineens geen echtgenoot meer, maar weduwnaar. Een moeder die haar enigst kind verliest, verliest haar moederrol. Kinderen die hun ouders verliezen hebben niemand meer om kind bij te zijn. Op alle veranderingen moeten nabestaanden een antwoord vinden. Ook moeten zij hun verwachtingen, ideeën en opvattingen over de toekomst en het leven aanpassen. Ze moeten zich opnieuw bezinnen op het leven en de betekenis ervan. Het aanpassen betekent soms dat men een antwoord op de *waarom* vraag weet te vinden. Vaak betekent het echter dat men ermee moet leren leven dat er geen antwoord op te vinden is.

4.3.4 Taak 4: de overledene emotioneel een plek geven en verder leven zonder de overledene

Het is onmogelijk om iemand die zo dierbaar was en die zo'n belangrijke plaats innam in het leven te 'vergeten' of 'los te laten'. Dat hoeft ook niet. De relatie met de overledene blijft bestaan, maar de aard van de relatie verandert. In een rouwproces dient men als het ware een plek te vinden voor de overledene. Een geschikte plek is een plek die het nabestaanden mogelijk maakt om verder te leven, om zich te richten op de toekomst, om zich te richten op dingen die niet met het verlies en de overledene te maken hebben. Onder het verder leven valt ook het aangaan van nieuwe banden en soms het aangaan van een nieuwe intieme relatie. Soms verloopt de verwerking van een verlies heel moeizaam omdat mensen moeite blijven houden met deze vierde taak. Het kan bijvoorbeeld gebeuren dat mensen zich vast blijven houden aan de overledene en de band met hem of haar niet veranderen. Het kan ook gebeuren dat mensen zich niet op de toekomst durven richten omdat zij het moeilijk vinden om met hun leven verder te gaan zonder de aanwezigheid van de dierbare.

Bron: W. Worden, *Fasen en taken bij rouw*, http://www.rouw.nl/rouw/deel_1b_rouw.htm, *Rouwtaken*, <http://www.in-de-wolken.nl/rouwtaken.html>

4.4 Rouw bij jongeren

"Heel veel grote mensen zeggen dat het voor kinderen nog niet zoveel uitmaakt. Want die zijn nog maar klein en kind. Dat is helemaal niet waar! Want kinderen die voelen net zo goed pijn!" (Carlos, 11jaar)

Citaat uit: 'Ik krijg tranen in mijn ogen als ik aan je denk, (Ineke van Essen 1999,)

De hevigheid van het rouwen bij jongeren, doet niet onder voor die bij volwassenen. Jongeren laten echter hun rouw, verdriet en niet te omschrijven gevoelens op een andere manier zien. De eerste rouwreacties bij jongeren komen soms pas enkele weken of maanden na de dood. Zij schuiven het rouwen vaak voor zich uit tot ze voelen dat voldaan is aan hun fysieke en psychologische veiligheid. De wijze waarop jongeren iets proberen te begrijpen van dood en rouw (en hier al dan niet in slagen) is gerelateerd aan de cognitieve,

emotionele en fysieke fase van hun ontwikkeling. Voor volwassenen is het vaak erg moeilijk om het anders geuite verdriet te herkennen als rouwgedrag. Jongeren staan er eenvoudigweg niet bij stil, dat er iemand zomaar uit hun leven kan verdwijnen. Het verlies is daarom vaak totaal onverwacht en onbegrijpelijk. Zij zullen op zoek gaan naar informatie om de dood in hun ogen begrijpelijk en daardoor verdraaglijke te maken. Zij zullen vragen stellen waar een antwoord op geven heel moeilijk is. Deze vragen kunnen door hun eerlijkheid soms cru over komen. Een hevig geëmotioneerde opvoeder zal het moeilijk vinden om de gevraagde informatie zo helder en duidelijk mogelijk te geven. Volwassenen willen jongeren zoveel mogelijk beschermen tegen het verdriet en de pijn. Maar juist in deze situatie is het van belang om een eerlijk antwoord te geven op de vragen en niet om de feiten heen te draaien. Hierdoor kunnen ze de confrontatie met het verlies meestal goed aan. Een eerlijk antwoord geven is de feiten niet verzachten maar op een voor hun niveau begrijpelijke wijze uitleg geven. Gedetailleerde gruwelijke details mogen achter wege blijven. Vooral jonge kinderen hebben een uitgebreide fantasie en kunnen onrealistische ideeën krijgen over de dood als er geen eerlijke uitleg gegeven wordt. Verzachtende antwoorden kunnen bij jongeren leiden tot verwarring en angst.

OPA BLIJFT HEEL LANG SLAPEN
"Ik wil niet naar bed, anders ga ik dood"
JE MOEDER IS OP EEN VERRE REIS GEGAAN
"Waarom huilt iedereen dan?" "Waarom heeft ze me niet gedag gezegd?"

Elke jongere zal zelf zijn grenzen aangeven wat betreft de feiten die hij aankan. De informatie die je de jongere verstrekt, zal in het begin summier zijn en van lieve lede meer details gaan bevatten. Dit is mede afhankelijk van de leeftijd en niveau van de jongere. Reële informatie die het nodig heeft voor de verwerking van het verlies mag de jongere nooit onthouden worden. Met deze informatie bedoel ik niet alleen de antwoorden, maar ook dierbare en fijne herinneringen aan de overledene. Herinneringen spelen bij het verwerkingsproces van een jongere een ontzettend grote rol. Door met behulp van (tastbare) herinneringen aan de overledene te denken, wordt het ontstane gevoel van eenzaamheid kleiner. De jongere heeft steun aan de wetenschap dat je door herinneringen een overledene toch heel dicht bij je kunt hebben. Bij sommige jongeren is dit gevoel zelfs zo sterk dat zij in gedachten of hardop praten en overleggen met de overleden persoon. Het is voor iedereen belangrijk om je emoties en gevoelens te kunnen uiten.

Bron: Dr. Riet Fiddelaers-Jaspers, *Handreiking voor het omgaan met rouwende kinderen* (1998), Herbert Martin, *Verliesverwerking en stervensbegeleiding bij kinderen* (1999)

4.5. Rouwgedrag bij jongeren

Rouw is ontzettend zwaar, dit geldt zeker voor jongeren. Het verschil met het rouwgedrag van volwassenen zit hem volgens Dr. Riet Fiddelaers-Jaspers (1998: 88) vooral in; de ontwikkelingsfase, het denken, het voelen en het gedrag.

Jongeren kunnen niet de hele dag continu verdrietig zijn en wisselen treurige momenten automatisch af met vrolijke, actieve momenten. Volwassenen vinden deze abrupte overgang vaak onbegrijpelijk. Hoe jonger het kind hoe meer zij behoefte hebben om gewoon even te spelen met lego of barbies. Het lijkt dan alsof er niets is gebeurd. Zij leiden hun eigen aandacht van het verdriet af door actief bezig te zijn. Dit gedrag zien we ook terug bij volwassenen, denk aan mensen die zich helemaal op hun werk storten.

Het is moeilijk om jongeren te helpen bij hun verdriet om het verlies. De één zal het verdriet wegstopen en de andere zal er juist heel explosief mee omgaan. Sommige laten het verdriet even voor wat het is om het later weer op te pakken. Jongeren kunnen eigen verdriet verdringen als ze zien dat een ouder verdrietig is na aanleiding van het gebeuren. Zij zullen hun ouder(s) niet willen belasten.

Meisjes hebben vaak minder moeite om zich te uiten. Een verklaring kan gevonden worden in het feit dat zij graag veel van hun gevoelens delen met vriendinnetjes. Door deze

uitwisseling van emoties is tussen vriendinnen een vertrouwensband ontstaan. Deze band zorgt voor de veiligheid waarbinnen het meisje zich durft te uiten.

Statistisch gezien is de kans op probleemgedrag na een verlies bij jongens groter dan bij meisjes. De jongens zijn kwetsbaarder omdat zij hun emotie uiten door stoer gedrag te gaan vertonen. Eén reden hiervoor kan zijn dat huilen niet bij een jongen hoort. Een andere reden kan zijn dat de jongen zich niet veilig voelt in de omgeving waarin bovenstaande opvatting geldt en daarom een gedragsverandering doormaakt. Het bieden van extra warmte en aandacht en het aangaan van een dialoog is in de periode van rouw nodig.

Bron: Fiddelaers-Jaspers Riet Dr. Jong verlies. Handreiking voor het omgaan met rouwende kinderen(1998) Laden A, Kinderen en de dood (1997) e.a.

4.6 Specifieke rouwkenmerken per leeftijdsfase

Rouw bij jongeren gebeurt in stadia en verschilt per leeftijdsfase. De kennis over dood en rouw bepaalt mede bij jongeren de reacties op de dood en rouw. Er is veel onderzoek gedaan en er zijn veel meningen gevormd over de vraag 'hebben kinderen voldoende innerlijk vermogen om te rouwen'. De controverse betreft vooral de leeftijd, dat wil zeggen het al dan niet bereikt hebben van een bepaald leeftijdsniveau. Bowlby (1960) was van mening dat rouw al mogelijk was op de leeftijd van zes maanden. Hierop kwam hij twintig jaar later weer terug. Anna Freud was van mening dat rouwen pas mogelijk is vanaf het tweede á derde levensjaar, mits goed begeleid, besproken en uitgelegd. In navolging van Anna Freud meent Erna Furman (1986) dat rouwen mogelijk is vanaf het drieënhalve tot vierde jaar. Weer andere, zoals Anthony (1971), menen dat een kind het oedipusconflict moet hebben opgelost, maar ook over voldoende cognitie met betrekking tot de dood moet beschikken en wel zeven of acht jaar oud moet zijn. Andere stellen de leeftijdsgrens nog later en spreken over de adolescent (Wolfenstein 1966) en (Nagera 1970). Nagera maakt er wel de aantekening bij dat vanaf het stadium van objectconstantie bepaalde aspecten van rouw bij kinderen te zien zijn, die veel overeenkomsten vertonen met de rouwreacties van volwassenen.

Bron: Laden A, Kinderen en de dood 1997

Op dit moment is het zo dat er onder deskundige een éénduidige lijn is waar te nemen ten aanzien van rouw en leeftijdsgebonden fasen. Hierbij ben ik van mening dat er rekening gehouden moet worden met het ontwikkelingsniveau van het kind. De leeftijdsgrens moet mijns inziens dan ook soepel genomen worden.

4.6.1 Kinderen 0 tot 6 maanden

Wanneer een baby zijn moeder en in mindere mate zijn vader verliest, zal het kind huilerig kunnen worden door het gemis aan de gewende warmte die het van de ouder kreeg. Verder zijn er op deze leeftijd geen rouwreacties aanwezig.

4.6.2 Kinderen 6 maanden tot 2 jaar

Er zijn geen zichtbare rouwreactie waarneembaar zoals huilen. Wat deze leeftijd laat zien is zoekgedrag, regressief gedrag, slecht eten en rond de twee jaar verzetsuitingen tegenover anderen. Een kind rond de twee jaar zal een ouder wel missen.

4.6.3 Kinderen 2 jaar tot 6 jaar

Een kind in deze leeftijdsfase is totaal ontredderd als er een scheiding plaats vindt met een geliefd persoon. In eerste instantie reageren zij op de ontredde van de volwassene in een later stadium ook als verliesreactie. De reacties op het verlies zijn in deze fase bij alle kinderen ongeveer hetzelfde en uit zich in de vorm van angsten, onzekerheid, klampgedrag en huilen. Het kind zal wisselende stemmingen tonen met snelle overgangen van verdriet naar blijheid. Deze leeftijd kenmerkt zich door het "magisch" denken, het kind zal dus met magische verklaringen komen met betrekking tot de dood. Zij zijn geneigd psychologische motieven toe te schrijven aan gebeurtenissen omdat zij oorzaak en gevolg niet goed interpreteren. Het kan denken dat een ouder dood is gegaan omdat het boos was op hem. Ook zal het proberen kinderlijke oplossingen te vinden: "dan kopen we toch een nieuw

zusje". Kinderen vanaf drie jaar kennen het woord dood wel, maar kunnen zich geen voorstelling maken wat dood zijn precies inhoudt. Het begrijpt nog niet dat de dood definitief is. Het kind kan wachten op de terugkomst van de ouder.

In deze fase ontwikkelt het kind een steeds realistischer beeld van de dood. Eerlijke feitelijke verklaringen van de dood die op een rustige manier worden gegeven, geven het kind grip op de werkelijkheid. Kinderen die zich nog niet door middel van spraak kunnen uiten, vertonen soms de volgende lichamelijke reacties op het verlies:

- ☐ Bedplassen
- ☐ Verminderde eetlust
- ☐ Verstoorde slaap

4.6.4 Jongeren van 6 tot 11 jaar.

Jongeren vanaf vijf jaar ervaren een duidelijk verlies gevoel. Dit uit zich door boos, wanhopig of verdrietig gedrag. Zij kunnen al een betrekkelijk volledig beeld hebben van de dood. Zij beseffen dat de dood een scheiding betekent van een geliefd persoon. Tevens begrijpen zij dat doden mensen niet meer kunnen bewegen, horen, zien en voelen. Dit is voor hen heel verontrustend. Het verschil tussen "doen alsof" (bijvoorbeeld tijdens cowboytje spelen) en "echt" dood zijn moet duidelijk gemaakt worden, zodat het kind beseft dat "echt" dood zijn betekent dat je nooit meer tot leven komt.

Tussen het zevende en negende jaar vindt een belangrijke ontwikkeling plaats in de beeldvorming over leven en dood. Jongeren begrijpen dat de dood definitief is. Dit is essentieel voor het begrijpen van de dood. Jongeren van acht tot negen jaar beseffen dat ze zelf ook dood kunnen gaan en dat de dood een lichamelijke oorzaak heeft en niet komt door dat zij "stout" zijn geweest etc. Ze beginnen te begrijpen dat ieder levend organisme een keer dood gaat. Dit kan een troost zijn voor een jongeren dat het oneerlijk vindt als iemand is overleden, terwijl ieder ander wel leeft en leuke dingen kan gaan doen.

In deze leeftijdsfase kunnen jongeren rouwreacties laten zien in de vorm van huilen, opstandigheid, schuldgevoelens en agressie. De agressie kan gericht zijn op; het eigen voortleven of gericht op de nabestaande ouder. In deze fase komt verstoringen in emotioneel gedrag veel voor. Dit kan wel een jaar na het overlijden aanwezig zijn zoals:

- ☐ Niet naar school willen
- ☐ Stelen
- ☐ Slechte concentratie

4.6.5 Adolescenten

Jongeren vanaf twaalf jaar begrijpen de uiterlijke kenmerken van een dood lichaam en hebben hier vaak veel belangstelling voor. Zij de grote "waarom"-vragen en hebben hun eigen opvatting over de dood.

Het verlies van een geliefde kan invloed hebben op het ontwikkelen van een eigen identiteit en het los maken van de ouder wordt vaak uitgesteld. Jongeren kunnen op deze leeftijd blijf geven van een schijnbare onverschillige of ongevoelige houding. Dit is te verklaren met het feit dat zij in conflict komen met hun drang naar onafhankelijkheid en, door het verlies, de hang naar blijvende afhankelijkheid. Jongeren willen zich los maken van de ouders maar dat is heel moeilijk als je ouder zo'n verschrikkelijk verdriet heeft. Een adolescent wil wel alles zelf regelen, maar heeft bij het verwerken vaak de aanwezigheid, veiligheid en geborgenheid nodig van de overgebleven ouder.

Adolescenten uiten hun verdriet al meer zoals volwassenen. Rouw reacties worden "gewoon". Bij rouwreactie kan je denken aan huilen, ontreddering, opstandigheid enzovoorts. In deze fase zullen rouwreacties eerder geuit worden in het bijzijn van vrienden dan in het bijzijn van ouders. Deze leeftijdsfase kenmerkt zich ook door het uiten van gevoelens in gedichten, dagboeken of bijvoorbeeld in liedjes maken.

Als tegenhanger van deze uitingen kan er ook een kans bestaan op ontkenning en afweer ten aanzien van deze gevoelens, probleem gedrag kan dan het gevolg zijn, denk hierbij aan;

spijbelen, zwerven, drankmisbruik, delinquentie, uitdagend risicovol gedrag. Dit risicovol gedrag doet denken aan compensatie of ontkenning van het gemis of uitdaging aan de dood.

Bron: Wit de C.A.M. Dr. (1990) Fiddelaers-Jaspers Riet Dr. (1998)
Herbert Martin Verliesverwerking en stervensbegeleiding bij kinderen
(1999) Landelijk Steunpunt Rouwbegeleiding

4.7 Rouwtaken bij jongeren

Net als bij volwassenen komen jongeren in het rouwproces voor rouwtaken te staan. Deze taken komen overeen en zal net als bij volwassenen met veel emoties gepaard gaan. Om jongeren te kunnen helpen in hun rouwproces zijn een aantal aspecten van belang. De jongeren hebben gebaat bij eerlijkheid (ten aanzien van het gebeuren) ruimte (om te rouwen op hun eigen specifieke manier) en veiligheid (om hun gevoel te tonen en hun verhaal te vertellen). Daarin "spelen betrokkenheid, contact en uitnodiging een hoofdrol". Herbert Martin (1999). Annet Weijers schrijft hierover in een artikel in Mobiel (1999) "Kennis, inzicht en informatie over verschillende rouwfasen en rouwtaken en het anders rouwen van kinderen is voor elke begeleider van belang".

4.7.1 Taak 1 Erkenning: beseffen dat iemand echt dood is.

Jongeren moeten leren beseffen, te *erkennen*, dat de dood betekent dat de papa nooit meer terug komt. Ze moeten met de werkelijkheid van het verlies leren leven. Het is nodig dat ze begrijpen wat er gebeurt is en wat dat voor hun leven betekent. Sommigen weigeren te erkennen dat de dood een vaststaand gegeven is en lopen bij de eerste taak van de verwerking al vast. Deze ontkenning gaat meestal om het verlies zelf, de betekenis of de onomkeerbaarheid van het verlies. Het gaat niet alleen om de rationele aanvaarding, maar ook de emotionele. Dr. Riet Fiddelaers-Jaspers (1998) is van mening dat jongeren in deze fase het beste te helpen zijn met open- en eerlijkheid.

4.7.2 Taak 2 Verwerken

De jongere moet zijn emoties verwerken, dat betekend eerst de pijn van het verlies ervaren, verwerken en accepteren. Het herkennen en leren uitdrukken van gevoelens is van groot belang. Als de jongere de omgeving als veilig ervaart zal het in staat zijn om zijn gevoelens te uiten. Het voltooien van deze taak wordt bemoeilijkt door de interactie tussen de rouwende en de mensen uit zijn omgeving. Goedbedoelde adviezen kunnen leiden tot het verdringen van het verdriet. Rouwtaak twee gaat om twee ogenschijnlijk tegengestelde processen: *onthechting* en *identificatie*. Onthechting ontstaat door het zich herhaaldelijk herinneren en herbeleven van de ervaringen met de overledene voor zijn of haar dood, waardoor geleidelijk de banden losser worden en de realiteit van het leven zonder hem of haar wordt geaccepteerd. Bij de identificatie neemt de rouwende een stukje van de overledene in zich op en maakt zich dat eigen om hem of haar zo altijd bij zich te houden. "Je kunt jongeren helpen door een klimaat te creëren waarin ze zich veilig genoeg voelen om hun gevoelens te kunnen uiten. Dr. Riet Fiddelaers-Jaspers (1998 96)

4.7.3 Taak 3 Aanpassen

De jongere moet zich aanpassen aan een veranderde omgeving. Het aanpassen aan een nieuw leven heeft verschillende betekenissen voor de jongere. Deze aanpassingen zullen afhangen van de band met de overlevende en de uiteenlopende taken die deze vervulde. Je kan je voorstellen dat voor jongeren die vrijwel geen contact hadden met de ouder(s), het aanpassen minder zal eisen dan voor de jongeren die elk weekend op bezoek gingen en waarvan de ouders nog veel voor hen regelden. Luisteren naar de jongere en samen herinneringen ophalen is als ondersteuning gewenst. Dr. Riet Fiddelaers-Jaspers (1998 100)

4.7.4 Taak 4 Investeren

De jongere moet de overledene emotioneel een plekje geven en de relatie met de overledene herzien. Hierna kunnen zij beginnen met het oppakken van de draad van het leven. Lange tijd zal de angst om weer iemand te verliezen de jongere beletten nieuwe

banden aan te gaan ook schuldgevoel kan hierin een rol spelen. Kinderen en ook jongeren kunnen het als verraad zien aan papa om de nieuwe partner van papa aardig te vinden. Ook bij deze taak is volgens Dr. Riet Fiddelaers-Jaspers (1998) luisteren heel belangrijk. Jongeren kunnen in dit proces concreet worden begeleid. Uitgangspunt kan de levensvisie zijn, dat verdriet onlosmakelijk verbonden is met het leven, het hoort erbij.

Bron: (Fiddelaers-Jaspers R, (1998) Jong verlies. Handreiking voor het omgaan met rouwende kinderen) (Herbert Martin, (1999) Verliesverwerking en stervensbegeleiding bij kinderen)

4.8 Licht verstandelijk gehandicapten en rouw

Bij stervens- en rouwprocessen bij mensen met een verstandelijke handicap bestaan er overeenkomsten met de manier waarop normaal begaafde jongeren in een bepaalde leeftijdsfase omgaan met dood en rouw. De mate van verstandelijke handicap is te koppelen aan een bepaalde ontwikkelingsleeftijd. (Meeusen-van de Kerkhof, 2001) Dit maakt het zinvol te kijken naar de leeftijdsgebonden rouwreacties beschreven in paragraaf 4.6.

Nog meer dan normaal begaafde jongeren, zijn verstandelijk gehandicapte jongeren vergeten rouwenden. Te vaak wordt er van uitgegaan dat jongeren niet begrijpen wat er aan de hand is en daarom maar zoveel mogelijk ontzien moeten worden bij een overlijden. Ook bij LVG kinderen speelt dit. De angst voor de reacties van de jongeren kan mede bepalend zijn om de jongeren zoveel mogelijk te ontzien. Toch hebben juist verstandelijk gehandicapten het nodig om erbij betrokken te worden. Zij hebben concrete ervaringen nodig om te kunnen begrijpen. J. van de Bout en E van der Veen zeggen in Helpen bij rouw hierover "om deze reden heeft een begrafenis waarbij de kist daadwerkelijk zakt de voorkeur boven een crematie waarbij de kist blijft staan". Begraven is duidelijker, concreter voor (licht) verstandelijk gehandicapten. Plaatjes, symbolen en pictogrammen kunnen ook een goed hulpmiddel zijn bij uitleg en voorbereiding op de uitvaart.

LVG jongeren kunnen hun gevoelens onvoldoende controleren. Zij moeten daarbij begeleidt worden om hun emoties van buitenaf te ordenen. Als begeleider moet je hierin een balans zien te vinden om het verdriet niet vergroten. Want er is een grote kans dat het verdriet groter wordt wanneer je er al te lang op in gaat.

Om als begeleider te kunnen begrijpen hoe het LVG kind de dood beleeft, is het belangrijk om te weten wat de dood voor hem betekent. Weet hij, wat dood gaan betekent, wat is zijn beleving erbij, kan hij er over praten of niet? Maar ook op welk ontwikkelingsniveau functioneert hij, verstandelijk, emotioneel, qua communicatie en zingeving? Welke levenservaring draagt hij met zich mee?

4.8.1 Begeleiding en ondersteuning

Als het gaat om rouwverwerking, dragen begeleiders een bijzondere verantwoordelijkheid. De manier van begeleiden hangt namelijk af van zijn visie op het leven en de dood, evenals zijn houding naar anderen hierin. Het bewust zijn van dit mechanismen is een voorwaarde om de ander te kunnen verstaan en te kunnen ondersteunen. Onbewust worden eigen gevoelens vaak geprojecteerd op de cliënt en ontstaat er onbegrip over het gedrag van de cliënt. Denk hierbij aan het over gaan tot de orde van de dag. "Het is thee tijd, waar blijft de thee". Weten waar deze reacties uit voort komen, bijvoorbeeld dat het doorgaan van de dagelijkse routine veiligheid biedt, voorkomt veel onbegrip. Naast de eigen rol van begeleider is het dus zinvol om bepaalde kennis te hebben over rouw en rouwverwerking bij verstandelijk gehandicapten. Men dient te weten op welk niveau iemand functioneert, welke ontwikkelingsniveaus te onderscheiden zijn en welke aspecten een rol spelen bij het verwerken van dood en rouw.

Tevens dient men er als begeleider rekening mee te houden dat:

- Er een groot verschil kan zitten tussen de ontwikkelingsleeftijd en de emotionele ontwikkeling van een licht verstandelijk gehandicapten
- Licht verstandelijk gehandicapten zich richten op hun eigenbeleving. Met het kunnen verplaatsen in een ander wordt een begin gemaakt.

- Het voor hen moeilijk is, om medeleven te betuigen
- Ze hun gevoelens projecteren op een ander
- In de beleving verblijft de overledene op een concrete plaats, die lijkt op plaatsen die men kent en die tot in de details beschreven kunnen worden.
- "De dood" is iets of iemand
- Voorwerpen die aan de dood doen denken kunnen niet alleen ontroering maar ook angst oproepen.
- Er sprake kan zijn van meerdere symptomen (autisme, adhd)

Alle jongeren wonende bij De Bruggen hebben een licht verstandelijke handicap, gedragsproblemen en soms psychische problemen. Er is tevens sprake van wisselende achtergronden. Het overlijden van een dierbare zal dan ook door iedereen op een eigen wijze beleefd worden. Belangrijk is om rekening te houden met het feit dat de jongeren wonend bij De Bruggen in hun reacties heel extreem kunnen zijn. De pieken en dalen zullen net iets hoger en lager zijn dan bij jongeren met een gemiddeld niveau. Omdat veel van onze jongeren niet in staat zijn hun impulsen te bedwingen kunnen zij reageren met agressie. De manier waarop zij bezig kunnen zijn met de dood zal ons als hulpverleners vaak verbijsteren.

4.9 Rouw in andere culturen

In residentiële instellingen wonen op dit moment in verhouding weinig allochtonen jongeren. Binnen De Bruggen Leiden is de grootste groep jongeren van Nederlandse afkomst een klein percentage is van Surinaamse afkomst. Bij de jongste groep neemt het aantal aanmeldingen van allochtonen jongeren toe. Hiervoor is in de literatuur en in de praktijk geen aanwijsbare reden voor gegeven. Het kan, denk ik, komen door de integratie van allochtonen in de Nederlandse maatschappij.

In de manier van rouw en rouwrituelen zullen er veel verschillen zitten tussen de wensen van allochtonen ouders en de wensen van De Bruggen. Hiermee bedoel ik teamleiders, groepsleiding, behandelcoördinator en andere. De eerste verantwoording van de groepsleiding betreft de groep. De eerste gedachten zullen ook zijn, wat is belangrijk voor de jongere in verband met het rouwproces. Allochtonen ouders daar in tegen zullen uitgaan van hun geloof. Hierin zal je als groepsleiding in moeten schipperen. Dit is moeilijk omdat onbegrip voor de wensen van allochtonen ouder(s) en onbekendheid van de achterliggende gedachten vaak deel uitmaakt van het gedachte goed van groepsleiding, immers zij zullen met deze materie nog nooit te maken hebben gehad. Dit blijkt uit praktijk onderzoek, waarbij aangegeven is dat er binnen De bruggen Leiden veel behoefte is aan extra informatie over dit onderwerp.

4.9.1 Rouw verschillen

Zijn er verschillen in rouw tussen allochtonen en autochtonen ouders of wordt het verlies van een kind in alle culturen hetzelfde beleefd?

Zoveel verdriet, wanneer je kind sterft val je in de duisternis en de chaos van tomeloos verdriet:

Rouw, is het gevecht dat je levert om de dood van je kind te overleven. Ondanks de gemeenschappelijke ervaring rouwt ieder van ons op haar en zijn eigen wijze.

Troost, die we elkaar kunnen bieden is: elkaar vasthouden wanneer we dreigen te vallen, elkaar overeind helpen wanneer we weer eens zijn gestruikeld, dat we naar elkaar luisteren, dat we met elkaar huilen, maar ook lachen, elkaar aankijken en herkennen. (www.vook.nl)

Ik denk dat dit voor alle ouders over de hele wereld geldt, de liefde voor een kind en het verdriet over het overlijden is voor elke ouder ongeacht geloof ras of huidskleur allemaal hetzelfde. De uitingen van verdriet zullen heel verschillend zijn. De rouw verwerking bij allochtonen is doorspekt met veel rituelen de rouwverwerking in Nederland is veel meer iets individueels. Dat ouders met een sterke geloofsovertuiging meer vrede kunnen vinden in het overlijden van hun kind, daar geloof ik in.

4.9.2 Uitvaartrituelen en –gebruiken bij Moslims

Moslims zijn nog een relatief kleine groepering in Nederland en komen uit verschillende landen, o.a. Marokko, Suriname, Turkije en Indonesië. Dit komt neer op ongeveer 500.000 moslims uit verschillende landen en culturen. (*Den Besten, Paping, Pol, 1995*)

Net zo als de Christenen die het geloof op verschillende manieren belijden is dit bij de moslims ook zo. Door lokale gebruiken, maar ook als gevolg van stromingen en richtingen binnen de religie kunnen bepaalde gebruiken afwijken van het beschrevenen. De hulpverlener zal door een goede communicatie met de cliënt te weten moeten komen of er nog belangrijke verschillen zijn in wat je al weet over de rituelen van Moslims.

De basis van deze religie is het geloof in Allah als de enige God en in Mohammed zijn profeet. De dood is in de Islam geen eindpunt. Alles is in de handen van God: zowel de tijd, de plaats als de manier waarop iemand sterft. Na de dood gaat de ziel naar een tussenwereld waar ze wacht. Dan komt het grote oordeel, de beloning of straf van het lichaam en de ziel zal worden bepaald. Iedereen zal krijgen wat hij of zij verdient, naar gelang de handelingen die hier op aarde verricht werden.

"Op een dag zal de aarde vergaan en die eindtijd noemt men in de Islam de *"Dag des Oordeels"*. Op die dag zullen de zielen terugkeren naar het lichaam in het graf. En op die dag zal Allah elk van onze verhoren en beslissen wie Hij naar de hemel of de hel zal zenden. De dood heeft voor de moslims veel te betekenen: en wordt gezien als begin van een nieuw leven". (<http://www.flwi.ugent.be/cie/CIE/abid1.htm>)

Voorschriften

De koran schrijft vrij nauwkeurig voor hoe men moet handelen bij overlijden.

Het dode lichaam moet worden gerespecteerd en mag op geen enkele manier worden beschadigd, crematie van het lichaam is dan ook verboden.

Er zijn vrij veel handelingen die moeten gebeuren door naaste familie en vrienden.

De imam (geestelijke) is vrij belangrijk hierbij. Het is niet verplicht dat de imam aanwezig is bij het overlijden en de rituelen daarna, toch is het wel vaak zo dat de imam aanwezig is.

Er zijn 4 taken bij het overlijden

1. Wassen van het lichaam
2. Het in doeken wikkelen
3. Het gebed voor de overledene
4. De begrafenis

Van oorsprong was de begrafenis een mannen aangelegenheid, waarbij zoveel mogelijk mannen uit de moslim gemeenschap de baar dragen. Bij meer liberale moslims zijn echter de vrouwen tegenwoordig ook aanwezig bij de begrafenis. In het graf wordt de overledene op zijn rechterzijde gelegd met zijn gezicht richting Mekka. De moslims kennen een condolérance periode van 3 dagen en een rouwperiode van 40 dagen. De weduwe rouwt echter gedurende 4 maanden en 10 dagen. Vaak wordt er door de familie elke avond voor de overledene gebeden. Na die veertig dagen van rouw wordt de rouwtijd afgesloten met gebeden waarin gevraagd wordt om de overledene op te nemen in 'Djenna', de hemel. Deze gelegenheid heeft een feestelijk karakter; er wordt gegeten en de nabestaanden zijn blij omdat zij geloven dat de overledene een beter bestaan heeft gekregen.

Bron: ((Besten den G.J., Paping Th.B. en Pol H. (1995) Mens en medemens)
(Fortuin J. en Kilsdonk van K. (1998.) Afscheid nemen van onze doden)
(www.gedenkboek.nl) (www.moslima.nl [http://](http://www.uitvaartinformatie.nl/)) (www.uitvaartinformatie.nl/)

4.9.3 Uitvaart rituelen en –gebruiken bij Hindoestanen

Het Hindoeïsme is in India ontstaan en heeft zich van daaruit in de loop der eeuwen verbreid. De Hindoestanen die in Nederland wonen komen hoofdzakelijk uit Suriname en vertegenwoordigd maar een klein aantal van de Nederlandse bevolking, ongeveer 150.000. De Hindoestanen kunnen verdeelt worden in twee groepen De Sanatan dharm zij aanbidden

beelden. De Ariya samaai zijn aanbidden geen beelden. De Hindoestanen kennen in tegenstelling tot de andere godsdiensten geen stichter.

Het Hindoeïsme staat bol van de rituelen en gebruiken. Belangrijk is, het geloof in reïncarnatie waarbij telt; de daden in je vroegere levens (karma) en de kringloop van leven en dood (samsara). Het Hindoeïsme gaat ervan uit dat de mens een kringloop van 'reïncarnaties', doormaakt voordat hij met de oerenergie of de oerkracht(Brahm), herenigd kan worden. Het uiteindelijke doel is eenwording van de atma met de Paramatma, ook wel opgevat als de nadering van de menselijke ziel tot God, de verlossing uit de reïncarnatiecyclus",

De rituelen beginnen al bij het sterfproces, heeft het voorritueel niet kunnen plaatsvinden voor het overlijden dan gebeurt het alsnog na het overlijden. Het contact met het dode lichaam speelt geen centrale rol bij de rouwverwerking. Meestal wordt een dode meteen naar een uitvaartcentrum overgebracht, waar de overledene wordt afgelegd en gewassen in aanwezigheid van naaste familieleden. Bij het overlijden van een kind doen dit de ouders. Ook nu spelen rituelen een belangrijke rol. Zo mag de familie mag niet zelf koken zolang het lichaam niet gecremeerd is. Familie en vrienden zorgen voor het voedsel.

De overledene worden altijd gecremeerd omdat het Hindoeïsme gelooft dat door de crematie de ziel kan vrijkomen en het lichaam kan terug keren naar de elementen waaruit het is opgebouwd. Na de crematie breekt voor de familie 10 dagen van rouw aan. Deze dagen staan in het teken van rituelen, maar de directe nabestaanden mogen pas na een jaar weer feestelijke gebeurtenissen zoals huwelijken organiseren.

Na zes maanden herhalen de nabestaanden de plechtigheid van de dertiende dag en na een jaar wordt de rouwperiode afgesloten met een ceremonie.

Na de crematie wordt de as verstrooid en toe vertrouwd aan de 'oneindigheid'. De traditionele manier om dat te doen is het verstrooien boven stromend water. Meestal wordt de as door de familie verstrooid bij het crematorium, in het besef dat de elementen van de as zo uiteindelijk ook in het water naar de oneindigheid terechtkomen, zeker in Nederland.

*Bron: (Besten den G.J., Paping Th.B. en Pol H. (1995 Mens en medemens)
(Fortuin J. en Kijsdonk van K. (1998.) Afscheid nemen van onze doden)
(www.gedenkboek.nl) (<http://www.uitvaartinformatie.nl/>)*

4.9.4 Uitvaart rituelen en –gebruiken bij Joden

De joodse gemeenschap in Nederland is klein ongeveer 40.000 mensen. In het joodse geloof zijn er ook verschillende stromingen. Toch zullen er geen grote verschillen zijn bij de rituelen omdat de Joden cultureel gebonden zijn, een gezamenlijk beleefd verleden hebben en een gevoel van lotsverbondenheid.

Het jodendom benadrukt dat de wereld van het leven dat van de mens is. Vanuit Gods visie zijn leven en dood geen twee aparte werelden. Wat er na de dood komt laat men over aan de zorg van de Allerhoogste. De mens is geschapen naar Gods beeld en gelijkenis en dient ook in Zijn sporen te gaan.

In het Jodendom is het verboden om de stervende aan te raken, Omdat zo geloven zij, een stervende door het minste of geringste kan overlijden. Men mag een stervende geen actieve hulp geven bij het overlijden omdat het leven en sterven in de handen is van de Hemel.

Wanneer de overledene wordt belemmerd in het streven door invloeden van buitenaf dan mag men die weghalen (medische apparatuur) Ook mag men niet bidden, om het in leven blijven van iemand die reeds stervende is. Men moet er natuurlijk wel zeker van zijn dat de patiënt een gosees (stervende) is.

Zoals men het recht heeft om te leven en men hiervoor al het mogelijke moet doen of laten, zo heeft de mens op een gegeven moment, aan het eind van zijn leven, het recht om te mogen sterven. Het jodendom gaat voor de kwaliteit van zowel het leven als ook het sterven.

Op het moment van overlijden, dit is voor de Joden het moment dat de ziel is uitgegaan, treed er een periode van rouw aan. De periode van rouw duurt betrekkelijk kort, omdat de

overledene zo snel mogelijk begraven wordt. In de rouwperiode worden de spiegels in het huis van de overledene bedekt en wordt geen vlees gegeten en geen wijn gedronken

Ook het Jodendom kent een rituele wassing (tahara) en gebeurt het liefst vlak voor de begrafenis. De joden begraven hun overledenen bij voorkeur zonder kist, maar vanwege de regels die tot voor kort in Nederland golden, gebruiken ze een eenvoudige ruwe vuren houten kist zonder handvatten. In verband met het geloof in de lichamelijke wederopstanding is cremeren voor joden verboden. Bij het begraven is respect voor de overledene het uitgangspunt. In tegenstelling tot de Nederlandse cultuur, waar vaak rekening wordt gehouden met wat de nabestaanden willen of emotioneel aankunnen, vindt de joodse begrafenis zo snel mogelijk plaats. Zo snel dat rouwkaarten versturen vaak geen zin heeft. Het Jodendom kent een rouwperiode van dertig dagen. De rouwtijd voor ouders beslaat een heel jaar.

Bron: (Besten den G.J., Paping Th.B. en Pol H. (1995), Mens en medemens Fortuin J. en Kilsdonk van K. (1998) Afscheid nemen van onze doden. (www.gedenkboek.nl) (http://www.uitvaartinformatie.nl/)

4.10 Conclusie:

Iedereen, volwassenen, kinderen, jongeren en (licht) verstandelijk gehandicapten, die te maken heeft gehad met een verlies, doorgaat een rouwproces waarbij vier rouwtaken te doorlopen zijn. Je kan spreken van een goed doorlopen rouwproces wanneer de vier taken volbracht zijn. De nabestaande is dan in staat om op een rustige manier, zonder de pijn van het verlies te voelen, te denken aan de overledene. Hij kan verder met het leven en is in staat nieuwe relaties op te bouwen.

Sommige deskundigen zoals Elizabeth Kübler Ross spreken van rouwfasen in het rouwproces, naar mijn mening geven de fasen het gevoelsproces weer, van de nabestaande. De rouwtaken zie ik meer als opgaven waar de nabestaande voor komt te staan, om het verlies te verwerken. Het één valt, denk ik, niet los te zien van de ander. Als je bijvoorbeeld kijkt naar taak 1 'het aanvaarden van het verlies', zul je bij de nabestaande de gevoelens verdoving, desoriëntatie en ontkenning kunnen waarnemen. De verdovingsfase hoort dan bij taak 1. Dat veel deskundige uitgaan van de taken kan ik begrijpen immers bij de taken heb je als rouwbegeleider een duidelijke houvast waarmee de rouwende bezig is. Het geeft een helderder beeld.

Het is duidelijk geworden dat het moeilijk is om jongeren te begeleiden en ondersteunen in het rouwproces. Dit komt omdat zij rouwen op een geheel eigen wijze waarbij de cognitieve-, emotionele- en fysieke fase in hun ontwikkeling een rol spelen. Bij LVG jongeren is de mate van verstandelijke handicap te koppelen aan een ontwikkelingsleeftijd. Behalve het ontwikkelingsniveau en de leeftijdsgebonden rouwreacties speelt de culturele achtergrond ook een rol. Denk hierbij aan; het recht om te mogen sterven(Jodendom), de reïncarnatiecyclus (Hindoeïsme) en de dood gezien als een nieuw leven (Moslim). In het handelen rondom een overlijden zullen culturele verschillen vooral tot uiting komen. De wensen van ouder(s) en groepsleiding kan heel verschillende zijn. Zo kan de wens om de overledene te cremeren haaks staan op de wens van de groepsleiding om de overledene te begraven. Begraven is voor LVG jongeren namelijk concreter dan cremeren. Een hulpverlener zal de geldigheidsaanspraken van ouders moeten (h)erkenen. Mijn mening is dat op het moment dat de groepsleiding de culturele achtergronden weet, deze ook begrijpt. Een oplossing is dan te vinden.

Op het moment dat er voldaan is aan de voorwaarden: eerlijkheid, ruimte en veiligheid, kunnen kinderen en jongeren de confrontatie met het verlies goed aan. Zij zullen zelf aangeven wat ze aankunnen en wat ze willen weten. De reacties van jongeren dienen dan ook goed in de gaten gehouden te worden. Je kan de rouwreacties van (LVG) jongeren niet toetsen aan die van jezelf.

Hoofdstuk 5 Hulpmiddelen

Inleiding

in hoofdstuk 5 wil ik ingaan op de mogelijkheden voor begeleiding ten aanzien van de jongere en de ouders. Hiermee beantwoord ik de deelvragen.

4. Welke mogelijkheden voor hulp bij de begeleiding zijn er?

4.c Welke mogelijkheden zijn er voor het inwinnen van informatie?

4.d Welke mogelijkheden zijn er voor het aanvragen van gespecialiseerde hulp?

4.e Welke middelen stimuleren het verwerken van verlies en rouw bij jongeren?

5.1 Extra hulp bij het rouwproces

Om jongeren op een goede manier te begeleiden in het rouwproces is voor de begeleider zijn houding, zijn kennis van het rouwproces, de rouwfasen en rouwtaken heel belangrijk. (zie hoofdstuk vier). Toch kan het rouwproces ondanks de goede begeleiding vast lopen. Per ontwikkelings- en leeftijdsfase zijn er diverse symptomen die aangeven dat er problemen zijn in het rouwproces, zie hoofdstuk vier paragraaf 4,6 (specifieke rouwkenmerken per leeftijdsfase). Het is dus belangrijk om als begeleider op deze aanwijzingen te letten. Wanneer een aantal van deze symptomen zichtbaar worden zal deskundige hulp nodig zijn. Voor hulp zijn diverse mogelijkheden;

Ten eerste kan je gebruik maken van deskundige binnen de eigen werkkring. Denk hierbij aan een;

- ☐ Behandelcoördinator (pedagoog), deze kan hulp bieden bij het diagnosticeren van de problemen bij de jongeren (bijvoorbeeld: hoever is hij in het rouwproces). Tevens kan ze helpen bij het kiezen van de begeleidingsstijl naar de jongere toe.
- ☐ Maatschappelijk werkende, deze kan hulp bieden bij praktische zaken maar ook in ondersteuning van de begeleider.
- ☐ Speltherapeute, biedt hulp wanneer de jongeren vast gelopen zijn in het rouwproces.
- ☐ Creatieve therapeute, biedt eveneens hulp wanneer de jongere vast gelopen is in het rouwproces.

Ten tweede kan je gebruik maken van instanties buiten de instelling. Bij de maatschappelijk werkende of de behandelcoördinator kun je adressen van instanties opvragen. Eén instantie is MEE. MEE biedt steun op alle terreinen van het dagelijks leven aan iedereen met een handicap, functiebeperking of chronische ziekte. Als u een vraag of probleem heeft, kunt u bellen, mailen of langskomen.

Ten derde zijn er internetsites die informatie bieden over allerlei onderwerpen die te maken hebben met rouw. Tevens kan je via de sites veel adressen vinden die hulp kunnen bieden op je specifieke hulpvraag.

Ten vierde literatuur. Er is veel literatuur beschikbaar waar je als rouwbegeleider veel aan kan hebben. Zelf vind ik het boek "Ik krijg tranen in mijn ogen als ik aan je denkt" van Ineke van Essen een aanrader. Het boekje geeft je een kijk in het gevoelsleven van kinderen die een ouder verloren hebben.

Het aanvragen van gespecialiseerde hulp gebeurt altijd in samenwerking met een deskundige. Elke instantie heeft een deskundige in dienst, denk hierbij aan een pedagoog, psycholoog of maatschappelijk werkende.

5.2 Welke middelen stimuleren het verwerken van verlies en rouw bij jongeren?

Wat kan je als begeleider zelf doen als een jongere verdriet heeft en rouwt. Veel is er veranderd in het leven van de jongere. 'Er is een tijd vóór dat het gebeurde en er is een tijd daarna. Er zijn geen woorden die recht doen aan wat er is gebeurd.. Mensen met een lichte verstandelijke handicap, hebben meer dan anderen moeite met leren en onthouden. Bovendien kost het veel moeite om te verwoorden wat er in hen leeft en wat ze voelen. Daardoor zijn ze soms niet goed in staat te vertellen over hun ervaringen of belevingen. Om

de jongere toch te ondersteunen waardoor hij zijn gevoel kan uiten kun je gebruik maken van hulpmiddelen.

Iedereen maakt een ander rouwproces door en zal andere ondersteuning en andere hulpmiddelen nodig hebben. Hierbij zul je in het oog moeten houden dat de jongeren in een wereld leeft die praktisch van aard is. Over het algemeen genomen vindt de jongere het lastig om te abstraheren: het denken van de jongere blijft direct gekoppeld aan concrete ervaringen. Hij leeft in een wereld die tastbaar en concreet is. In de ondersteuning en het kiezen van de hulpmiddelen zul je daarop aan moeten sluiten wil je ondersteuning kunnen bieden op het niveau van de jongere.

Laat bij het kiezen van hulpmiddelen de jongere een actieve rol spelen en sluit aan bij de interesse van de jongere. Dit kan hem een gevoel van controle en grip op de situatie geven. Met behulp van hulpmiddelen kan de jongeren zijn gevoelens en emoties makkelijker uiten, uitleven en ontladen. De jongeren kan met behulp van de hulpmiddelen vaardigheden oefenen om met de situatie om te gaan.

Kortom: gebruik van hulpmiddelen kan het rouwproces van de jonger vergemakkelijken.

Bij het gebruiken van hulpmiddelen kan men denken in twee periodes; vóór de uitvaart en ná de uitvaart. Voor de uitvaart zal de ondersteuning voornamelijk liggen in het visualiseren en het concretiseren van de gebeurtenissen.

Visualiseren betekent zichtbaar maken. Iets letterlijk 'gezicht' geven. Het hele rouwproces kan voor de jongere verwarrend zijn en het voor hem visualiseren kan de jongere grip krijgen op de situatie. Voorbeelden van visualiseren zijn:

- ☐ De jongeren de ruimte bieden om de overledene en de kist te zien.
- ☐ Voorwerpen die geassocieerd worden met herinneringen kunnen bij de kist neer gezet worden
- ☐ Sluit de kist niet helemaal bij de afscheidsdiners of plaats een foto op de kist zodat duidelijk van wie er afscheid wordt genomen.
- ☐ Gebruik maken van pictogrammen, foto's of tekeningen die het proces van sterven en begraven laten zien.

Concretiseren houdt in dat het afscheid zo werkelijk mogelijk wordt gemaakt. Je zou kunnen zeggen: "horen, zien en dan pas geloven". Maak zo veel mogelijk gebruik van zintuigen om het overlijden te laten ervaren en daarmee dichterbij te brengen. Voorbeelden van concretiseren zijn:

- ☐ De overledene aan laten raken. Letterlijk laten voelen dat hij koud en bewegingsloos is. En dus dood
- ☐ Laat de jongere meegaan naar het condoleren, naar de kerk, de aula en de uitvaart.
- ☐ Laat de jongere een taak hebben bij de uitvaart of afscheidsdienst, bijvoorbeeld een tekening op de kist leggen. Een gedichtje opzeggen. Net naar gelang het niveau van de jongere.
- ☐ Om het afscheid zo concreet mogelijk te maken heeft een begrafenis waarbij de kist daadwerkelijk zakt de voor deur boven een crematie waar de kist blijft staan.
- ☐ Bezoek na de begrafenis regelmatig het graf.

Na de uitvaart heeft de jongere nog veel steun en begeleiding nodig. In de ondersteuning van de jongeren kan je gebruik maken van:

- ☐ Taal; verhalen, boeken en video's/dvd's geven de jongere de mogelijkheid tot erkenning en herkenning in de ervaringen van de hoofdpersonen. De jongere kan in een dagboekje schrijven, brieven schrijven of boeken lezen met als thema de dood. Er zijn veel boekjes die aansluiten bij het niveau en de belevingswereld van de jongere.
- ☐ Muziek; het luisteren naar of het maken van muziek roept allerlei emoties, gevoelens en herinneringen op. Muziek is daarom goed te gebruiken in de ondersteuning.

- Drama: bij drama kun je gebruik maken van het (rollen)spel, de fantasie waarin symbolen kunnen worden gemaakt en het 'doen alsof'. Belangrijk zijn de verwerkingsprocessen die op gang worden gebracht.
- Beweging; bij beweging moet het doel in het oog gehouden worden. Is het doel de jongere rustig te laten worden door hem bijvoorbeeld te laten ontspannen of is het doel de jongere zijn gevoelens op een verantwoorde manier te laten uiten.
- Beeldend werken; klei, teken en schildermateriaal, steen, hout, papier zijn voorbeelden van materiaal die door de jongere gebruikt kan worden om een situatie te verbeelden of zijn gevoelens te uiten. Door middel van tekenen kan de jongeren de begrafenis weer beleven wat mee helpt aan een stukje verwerking.

Bron: (Abbeele, C van den.(2001) Nu jij er niet meet bent, 2001)

5.3 Conclusie:

Ondanks de inzet en kundigheid van de begeleider kan een jongere toch vast lopen in zijn rouwproces. Wanneer hier van sprake is, moet er deskundige hulp worden ingezet. Hiervoor zijn mogelijkheden als; deskundigheid binnen de eigen werkkring, deskundige instanties van buiten de instelling of door de eigen deskundigheid te vergroten door literatuur en/of internet sites te raadplegen.

Voor dat er deskundige hulp wordt ingezet kan je als begeleider gebruik maken van hulpmiddelen als, taal, drama, en andere. Bij het inzetten van deze hulpmiddelen is het belangrijk om de jongere zelf te laten bepalen van welke hulpmiddelen er gebruik wordt gemaakt.

Hoofdstuk 6 Conclusie

Na aanleiding van literatuur- en praktijk onderzoek kan ik antwoord geven op de probleemstelling.

Hoe kunnen medewerkers - met name de groepsleiding - van De Bruggen Leiden, gesteund worden in het handelen, wanneer er een licht verstandelijke gehandicapte jongere of een van hun ouders komt te overlijden en hoe kunnen zij ondersteund worden in hun taak als begeleider ten aanzien van de jongere(n) na een verlieservaring.

De doelstelling na aanleiding van mijn probleemstelling was:

Met het product wil ik de medewerkers - met name de groepsleiding - van stichting De Bruggen Leiden (doelgroep) ondersteuning bieden bij het handelen, wanneer een jongere woonachtig in de instelling of een ouder komt te overlijden.

Het product biedt voldoende handvaten om de leiding te sturen en te steunen in het handelen en het bieden van ondersteuning aan de jongere na een verlieservaring.

Met het product kunnen medewerkers van De Bruggen handelingen omtrent het overlijden op de juiste manier uitvoeren en zijn zij in staat, de jongere, de groep en de ouder(s) op de meest optimale manier te ondersteunen en te begeleiden.

Na aanleiding van de conclusies zal ik het eindproduct bepalen.

6.1 Conclusie met betrekking tot de probleemstelling

Voor de relevantie van mijn probleemstelling heb ik praktijk- en literatuur onderzoek gedaan. Opmerkelijk was dat er zeer veel informatie bronnen zijn, zowel literatuur, (boeken, artikelen) internetsites en organisaties die informatie geven over rouwverwerking, maar dat er geen belangrijke verschillen te constateren waren. De verschillen zaten vooral in de betiteling van de taken of de omschrijving van onderwerpen. De basis was hetzelfde.

Middels literatuur onderzoek is mij duidelijk geworden dat mensen/ jongere de ruimte nodig hebben om op hun eigen manier afscheid te nemen van de dode en te rouwen. De jongeren wonende bij De Bruggen zullen door hun handicap extra begeleiding nodig hebben bij het afscheid en in het rouwproces. Dit geldt zowel bij overlijden van een jongere, als bij het overlijden van een ouder. Hoe belangrijk het afscheid nemen is blijkt wel uit wat Bosch E., (1994) hierover zegt "Afscheid nemen kun je immers niet overdoen". Zeker in het geval van licht verstandelijk gehandicapten is extra aandacht hiervoor nodig, "zien is geloven".

Een 'goed' afscheid bevordert een 'goed' rouwproces.

Maar wat is 'goed' rouwen? En waarom is 'goed' rouwen zo belangrijk?

De literatuur zegt hierover; 'Goed' rouwen betekent de vier rouwtaken doorlopen. Waarom dit zo belangrijk is ligt in het feit dat wanneer een rouwende een rouwtaak niet kan volbrengen, de rouwende niet verder kan met zijn leven. Het niet volbrengen van rouwtaak 1 betekent dit dat er sprake is van ontkenning. Voor jongeren kan dit betekenen dat zij altijd blijven wachten op de terugkeer van vader of moeder. Bij taak 2 kan dit betekenen dat de pijn van het verlies niet verwerkt wordt.

W. Worden is van mening dat deze tweede rouwtaak moet worden uitgevoerd, omdat nabestaanden de pijn anders hun hele verdere leven met zich mee zullen dragen. Voor jongeren kan dit betekenen dat zij in hun volwassen leven te kampen kunnen krijgen met allerlei (psychische) kwalen die terug te verwijzen zijn naar een verlies ervaring in hun jeugd. Blijven hangen in taak 3 betekent de veranderingen in het leven niet aanvaarden en elke keer weer tegen het verlies aanlopen. Jongeren moeten accepteren dat moeder er niet meer is en dus de specifieke moeder taken niet meer uit kan voeren. Taak 4 betekent de overledene 'los' kunnen laten, een eigen plekje geven zodat je verder kan met je eigen leven en weer kan open staan voor nieuwe relaties. Ook voor jongeren geldt dat zij de overledene een plekje moeten geven en de relatie met de overledene moeten herzien.

Het doorlopen van de rouwtaken is zwaar en moeilijk. Lichtverstandelijk gehandicapten jongere hebben hier ondersteuning en begeleiding bij nodig. Hoe je, je als groepsleiding kan inzetten als begeleider hierin, is afhankelijk van de kennis omtrent deze taken.

Op een goede manier afscheid nemen kan; mits je als LVG jongeren begeleidt en ondersteund wordt hierin. Licht verstandelijk gehandicapten zullen dit namelijk niet alleen kunnen, zij hebben behoefte aan uitleg en voorbereiding van het afscheid en de uitvaart, uitleg van de gedragsregels en het reguleren van hun emoties hierbij. Begeleiders behoren te weten hoe te handelen, van welke rituelen er sprake is en bovenal weten dat het afscheid nemen voor elk individu anders is. Je kunnen inleven in de belevingswereld van de jongeren en weten welke hulpmiddelen je kan gebruiken, als voorbereiding of ondersteuning, is nodig. Op deze manier is het afscheid nemen voor de jongere goed te doen en kan het rouwproces beginnen.

Het kan gebeuren dat een jongeren komt te overlijden en de groepsleiding voor de zware taak komt de eerste handelingen te moeten verrichten. Uit mijn praktijk onderzoek is gebleken dat niemand precies weet wat hij dan moet doen, maar verwacht in die situatie op zijn gevoel af te gaan. Dit kan vervelende gevolgen hebben, zoals: iemand vergeten in te lichten of het opvangen van de groep wordt vergeten. Het vergeten van handelingen kan paniek reacties, onrust of agressie veroorzaken bij de jongeren, zij hebben immers behoefte aan duidelijkheid. Gemaakte "fouten" kunnen niet meer terug gedraaid worden en kunnen bijdragen aan een moeilijk rouwproces.

Middels een protocol wil ik dit voorkomen.

In literatuur onderzoek is betrekkelijk weinig te vinden over een stappenplan of protocol bij overlijden. De enkele informatie die ik gevonden heb, is via de internetsite Rouwkorst. URL: <http://users.bart.nl/~heermans/stappenplankort.htm> hoewel deze site is bestemd voor het onderwijs, heb ik het toch als informatie bron kunnen gebruiken. Veel handelingen en aandachtspunten zijn ook bij De Bruggen belangrijk en met enig aanpassingen bruikbaar in het protocol. Meer informatie heb ik verkregen bij een andere locatie van De Bruggen. Deze maakt gebruik van een protocol gericht op het overlijden van oudere en zwaardere verstandelijk gehandicapten. Hierin was voor de verzorgers meer taken weggelegd. Het bood wel richtlijnen. Om een protocol samen te stellen voor gebruikt binnen De Bruggen Leiden heb ik hulp gehad van het hoofd behandelingsdienst. De informatie verkregen uit de literatuur heb ik erin verwerkt.

In mijn praktijkonderzoek ben ik op zoek gegaan naar antwoorden op de vragen; is er behoefte aan ondersteuning binnen De Bruggen en waaruit moet deze ondersteuning bestaan. De eerste vraag kan ik na praktijkonderzoek met ja beantwoorden.

58,3% van de respondenten geven aan dat er geen informatie aanwezig is op de groepen. Dat zou kunnen helpen bij de handelingen; (zie figuur 5 is er een informatie bron aanwezig. Van de 41,7% die wel een informatie bron op de groep hebben geeft 50% aan deze niet voldoende te vinden. Uit het onderzoek is naar voren gekomen dat er onder de groepsleiding en teamleiders behoefte is aan een protocol 50%, een stappenplan 25% en een checklist 8,1%.

De antwoorden op de tweede vraag waren heel variërend. Zie tabel 3 Achtergrond informatie. Er is door praktijk onderzoek duidelijk geworden dat omtrent alle onderwerpen over rouw, er informatie behoefte is.

Mochten er toch problemen komen in het rouwproces zal de kennis omtrent de symptomen de begeleider sneller doen besluiten meer deskundige hulp in te roepen.

Bovenstaande geeft antwoordt op de probleemstelling en mijn conclusie daarvan is, dat het om één belangrijk maar veel omvattend feit gaat namelijk; **kennis**. Kennis omtrent de rouw handelingen(bij het overlijden van een jongere) en kennis omtrent het rouwproces, de rouwfasen en rouwtaken zowel bij (LVG) kinderen, (LVG) jongeren en (LVG) volwassenen.

Gebrek aan kennis betekent geen begrip, geen ondersteuning en geen begeleiding voor de jongeren. De basis veiligheid van de jongeren komt hiermee te vervallen. Maar kennis geeft ook houvast. Houvast in een periode die ook voor de hulpverlener erg moeilijk is. Als ik denk aan de schrik, emoties en misschien wel paniek die er kan volgen op het moment dat een jongere overlijdt, is het voor mij noodzakelijk dat een groepsleid(st)er kan terug grijpen op kennis. Met de kennis omtrent de handelingen die gedaan moeten worden, en door wie ze gedaan moeten worden kunnen veel problemen voorkomen worden.

Kennis over rouwgedrag geeft inzicht in het gedrag van de jongeren of ouder. Acceptatie en begeleiding hierin zal makkelijker gaan en het rouwproces bespoedigen. Groepsleiding zal de taak van begeleider in eerste instantie op zich nemen. Kennis omtrent het rouwproces, de manier waarop jongeren rouwen en hoe je ze hierbij kan ondersteunen kan de groepsleiding veel richtlijnen bieden. Een goede ondersteuning en begeleiding kan het rouwproces net iets makkelijker maken voor de rouwende. De kans op een onverwerkte rouw wordt hiermee verminderd. Het verdriet, de emoties zullen niet minder zijn maar de jongeren zullen zich begrepen en dus veiliger voelen in hun verdriet.

Na aanleiding van bovenstaande blijkt een goede handleiding, met alle informatie die nodig is om goed te kunnen handelen en voor het begrijpen van het rouwproces, van grote betekenis is en welkom bij de medewerkers.

6.2 Het product

Het eindproduct voor De Bruggen Leiden krijgt de vorm van een handleiding. In deze handleiding wil ik alle onderwerpen aan bod laten komen die bijdrage aan de kennis, omtrent rouw, rouwbegeleiding en rouwhandelingen, van de medewerkers van De Bruggen Leiden. In de handleiding komen diverse onderwerpen aan bod die ik wil onderscheiden door gebruikt te maken van verschillende kleuren papier per onderwerp. Dit lijkt mij overzichtelijk en bevordert het gebruik van de handleiding. Deze onderwerpen zijn gekozen door de uitkomst van het praktijk- en literatuur onderzoek.

De handleiding gaat het volgende bevatten:

- ☐ Een protocol, dit protocol is te gebruiken wanneer er een jongeren is overleden op de groep. Het protocol geeft stapsgewijs aan welke handelingen er verricht moeten worden. Het geeft een duidelijk overzicht van de takverdeling.
- ☐ Een checklist, deze checklist is een geheugensteuntje bij het protocol. Elke handeling die verricht is kan worden afgeturfd. Zo voorkom je dat je in deze stressvolle situatie dingen vergeet of dubbel gaat doen. Het kan leiding meer rust bieden.
- ☐ Informatie over rouw, rouw taken en rouwfasen
- ☐ Informatie over kinderen/jongeren en rouw, met hierin het specifieke rouwgedrag per leeftijdsfase en rouwtaken bij jongeren, hoe ga je om met rouwende kinderen
- ☐ Informatie over rouw en rouwgedrag bij LVG kinderen/ jongeren
- ☐ Informatie over rouw en rouwrituelen bij andere culturen

Met deze handleiding wil ik bereiken dat op het moment dat het nodig is ondersteuning aanwezig is.

6.2.1 Het protocol

Protocollen bij De Bruggen vallen binnen de werkgroep protocollen. Deze werkgroep heeft criteria vastgesteld voor het opstellen van een protocol. Wanneer een of meer criteria gelden is het noodzakelijk om een protocol op te stellen. Het protocol bij overlijden voldoet aan drie van deze criteria

1. Vanuit degene die de handelingen moeten uitvoeren is de vraag naar protocollering.
2. Er is een groot risico op schade voor bewoners of personeel als een handeling niet goed wordt uitgevoerd.
3. Handelingen zijn complex en vragen een eenduidige uitvoering

Het beheer van het protocol moet in handen zijn van een protocol eigenaar die inhoudelijk deskundig is ten aanzien van het onderwerp van het protocol. De protocol eigenaren zijn gerechtigd protocollen te veranderen, ieder ander kan ze alleen maar lezen. Het protocol is één jaar geldig. Daarna wordt door de protocoleigenaar bekeken of er veranderingen nodig zijn. Het protocol wordt aangeboden aan de directeur die tekent voor akkoord. De werkgroep zorgt voor het overzicht van alle protocollen bovendien moeten alle wijzigingen in het protocol bij deze werkgroep gemeld worden. Nieuwe protocollen of gewijzigde protocollen worden via de lijn geïntroduceerd. Daarnaast worden medewerkers via de mail geattendeerd op nieuwe protocollen. In bijscholing (pb-traject) komen de protocollen aan bod. De lijn is verantwoordelijk voor het juiste gebruik van protocollen.
(Werkgroep Protocollen De Bruggen, 2003)

6.2.2 Hoe kan de handleiding gebruikt worden?

In de handleiding gaat het eigenlijk om twee dingen, handelen en ondersteunen.

Handelen na het overlijden van een jongere

Ondersteunen na het overlijden van een ouder

Ondersteunen bij het rouwproces

Ondersteunen van het team

Al deze onderwerpen zijn per hoofdstuk samengevat vooraf gegaan door een inleiding "rouw". Aangevuld met overige informatie als rouw in andere cultuur en ouders en rouw. Ook wordt er aandacht besteed aan een literatuurlijst en internet adressen. Het heeft de voorkeur om de handleiding eerst in zijn geheel door te lezen. Je kunt eruit halen wat van toepassing is op de situatie of je eigen interesse behoefte. Door middel van "stappen" is gerichte informatie snel te vinden.

Het hoofdstuk rouw bij kinderen valt niet te los zien van het hoofdstuk licht verstandelijk gehandicapt jongeren en rouw. Rekening houdend met het niveau, de sociaal-emotionele ontwikkeling en ervaring in levens jaren geeft het veel informatie over rouw bij kinderen. Het hoofdstuk helpt je ver op weg in het begrijpen van kinderrouw.

Met behulp van deze handleiding sta je niet met lege handen als je onverwachts te maken krijgt met een overlijden.

Mijn advies is dan ook; iedereen werkzaam op de leefgroepen binnen De Bruggen dient het de hele handleiding te lezen voordat je het daadwerkelijk nodig hebt. Op het moment dat je voor de moeilijke opgave komt te staan begeleiding of ondersteuning te bieden bij rouw ben je thuis in de handleiding en is het makkelijker hem te gebruiken.

6.2.3 Is het product bruikbaar?

Om de bruikbaarheid van het product zoveel mogelijk te garanderen heb ik rekening gehouden met de vragen van de groepsmedewerkers en de belangrijke informatie uit literatuur onderzoek. Verder wordt er veel aandacht geschonken aan de lay-out en de indeling van de onderwerpen. De handleiding kan als geheel gelezen worden maar men kan er ook de informatie in opzoeken die men op dat moment nodig heeft.

De verantwoording van het product wordt in handen gegeven van de teamleiders. Zij zullen de groepsleiding er op moeten attenderen dat er een handleiding aanwezig is op de groep en de belangrijkheid daarvan onder de groepsleiding duidelijk maken. Voor de toelichting kunnen en mogen ze gebruik maken van de auteur.

Evaluatie

Inleiding:

Het maken van het eindproduct, is boeiend, interessant en moeilijk geweest. Vanaf het begin waren er twee stromingen waarmee ik aan het werk was en die ook mijn interesse hadden.

Ten eerste was er de wens om medewerkers te steunen in hun handelingen wanneer er een jongere binnen De bruggen komt te overlijden. Mijn motivatie hiervoor was dat er door onwetendheid hoe te handelen er onherstelbare fouten gemaakt kunnen worden en er paniekreacties kunnen ontstaan zowel bij de jongeren als bij de medewerkers.

Ten tweede was er de wens om de medewerkers te steunen in de begeleiding en ondersteuning van de jongeren. Hiervoor was er volgens mij bij de medewerkers, meer kennis nodig over rouw.

Mijn probleemstelling is voortgekomen uit deze twee punten. Het definitieve besluit welke van de twee uitgangspunten ik als leidraad voor mijn eindwerkstuk zou nemen, heb ik even zo gelaten.

Mijn werkwijze was, na het vaststellen van de probleemstelling eerst informatie inwinnen bij verschillende medewerkers van De Bruggen. Deze bevestigde mijn idee dat er behoefte was aan ondersteuning bij rouw op alle denkbare punten.

Hierna ben ik in de literatuur de relevantie van mijn probleemstelling gaan onderzoeken. Dit onderzoekje gaf aan hoe belangrijk een goede rouwbegeleiding en ondersteuning is.

Zelf had ik wel een idee wat ik de werknemers wilde bieden, maar of dit ook overeenkwam met de wensen van de medewerkers was de vraag. Op aanraden van mijn begeleider heb ik een onderzoek gehouden onder de groepsleiding en teamleiders van de leefgroepen.

Door middel van een vragenlijst en individuele gesprekken ben ik te weten gekomen wat precies de behoefte vraag van de medewerkers zelf was.

Literatuur onderzoek

Met al deze informatie ben ik gerichte literatuur onderzoek gaan doen. In mijn zoektocht naar literatuur over rouw bij verstandelijk gehandicapten ben ik weinig tegen gekomen over rouw bij licht verstandelijk gehandicapten. Het meeste was gericht op mensen met een zwaardere verstandelijk handicap.

De keuze welke literatuur ik wilde gebruiken is mede bepaald door advies van anderen en verwijzingen in verslagen over rouw. Heel veel informatie was er wel over rouw, rouwbegeleiding en rouw bij kinderen. Opvallend was dat in veel boeken over rouw ook een stukje over rouw bij verstandelijk gehandicapten stond. Deze bevatte veel onverwachte informatie voor mij.

Verder heb ik veel internetsites bezocht. Dit kostte echter veel tijd omdat je vaak doorverwezen en doorverwezen wordt. Toch heb ik er veel bruikbare informatie gevonden en heeft het bijgedragen aan mijn inleving in rouw. Dit vond ik zelf erg belangrijk omdat het, volgens mij, mede de sfeer van het product bepaalt. Verder hebben de internetsites mij er op gewezen dat er veel verschillende brochures bestaan. Zoals de brochure "kun je uit de hemel vallen", deze brochure bevat wel informatie over rouw bij licht verstandelijk gehandicapten. Andere brochures waren voor mij van meerwaarde door het feit dat ze mij nog eens benadrukte dat goede rouwbegeleiding en rouwhandelingen belangrijk zijn. De brochures hebben zeker wat betekent bij mijn literatuur onderzoek.

Literatuur onderzoek over licht verstandelijk gehandicapten heeft mij op weg geholpen hoe rouw bij licht verstandelijk gehandicapten gezien kan worden. Zoals de combinatie van het ontwikkelingsniveau van de licht verstandelijk gehandicapten gekoppeld aan de leeftijdsfase van normaal begaafde kinderen.

Het schrijven van het verslag

Alle informatie die ik had verzameld ben ik gaan onderverdelen in hoofdstukken. Eén voor één ben ik de hoofdstukken gaan schrijven. Elk hoofdstuk heb ik getoetst op relevantie van de probleemstelling. Dit is heel moeilijk geweest, immers alles wat ik wist en gelezen had vond ik zeer interessant en het daarom belangrijk. Elke keer heb ik mij daarom weer de

vraag gesteld; hebben medewerkers van De Bruggen deze informatie nodig om op een adequate manier te reageren op een overlijden en is het noodzakelijk om ondersteuning en begeleiding te bieden aan de jongeren?

Werd deze vraag met nee beantwoord, dan heb ik het stuk eruit gelaten.

Hoe ben ik gekomen tot de keuze van mijn product?

Uitgaande van mijn probleemstelling ben ik gaan nadenken. Hoe kunnen team en groepsleiding voldoende gesteund worden in het handelen en het begeleiden na een overlijden. Het is duidelijk geworden dat kennis noodzakelijk is, maar groepsleiding en teamleiders zullen geen deskundige (willen) worden. Een overlijden komt zo weging voor dat opgedane kennis weer weggezakt zal zijn voor dat deze kennis daadwerkelijk gebruikt kan worden. Het geven van een cursus, workshop en andere leek mij daarom niet geschikt. Mijn aandacht ging uit naar iets blijvends waar je op terug kan grijpen wanneer het nodig is. Voor het handelen rondom het overlijden van een jongeren is er vanuit de respondenten de vraag gekomen voor een stappenplan. Dit vond ik een goed plan. Een duidelijk stappen plan wijst de groepsleiding immers op de handelingen die zij of andere moeten verrichten en welke volgorde de handelingen gedaan moeten worden. Tegelijkertijd was ik er van overtuigd dat je er niet bent als hulpverlener, met alleen handelen bij een overlijden. Er is ook een periode erna. Rouwbegeleiding en ondersteuning is noodzakelijk voor LVG jongeren blijkt uit de literatuur. Vanuit de praktijk is ook gevraagd om meer achtergrond informatie over rouw. Zelf ben ik van mening dat zonder kennis is het begeleiden wel heel moeilijk is. Dit heb je kunnen lezen in het verslag. Hoe deze twee punten samen te brengen was lastig terwijl nu ik er op terug kijk het eigenlijk zo simpel is. Beide punten te verwerken in één handleiding was eigenlijk de enigste oplossing.

Hoe de handleiding overzichtelijk en bruikbaar te maken heeft mij ook weer aardig wat hoofdbrekens gekost en is stukje bij beetje tot stand gekomen. De keuze tot verschillende kleuren papier per hoofdstuk, de opfrissers en de wijsneusje maken het volgens mij tot een praktisch en leesbaar geheel.

Het schrijven van het product.

Het schrijven van het product heeft veel tijd in beslag genomen. Met name het protocol was moeilijk, je wilt immers niets vergeten. Bij het maken van het protocol heb ik hulp gehad van het hoofd behandelingsdienst en heb ik gebruik gemaakt van bestaande protocollen van De Bruggen. Het protocol is nu zeer bruikbaar in de praktijk. Het schrijven van de achtergrondinformatie was niet moeilijk maar juist zeer interessant. Tijdens het schrijven ben ik blijven afvragen of de tekst bruikbaar was voor de doelgroep en het beoogde doel. Ik denk zeker dat dit gelukt is en de medewerkers van De Bruggen in de handleiding zeer veel bruikbare informatie vind.

Inhoudelijke kwaliteiten

Als ik kijk naar de inhoudelijke kwaliteiten van het eindproduct, denk ik dat de handleiding hier ruim aan voldoet. Het biedt veel informatie over rouw en het duidelijke handvaten voor het handelen bij overlijden. Alles is op een overzichtelijke wijze beschreven en elk onderwerp is afzonderlijk te lezen. Mocht de handleiding ergens toch nog in te kort doen, dan biedt de literatuurverwijzing genoeg aanknopingspunten om de gemiste informatie op te zoeken. Mijn mening is dat het eindproduct, dus de handleiding voldoet aan de wensen die ik mijzelf gesteld had en zeer bruikbaar is voor De Bruggen Leiden

Literatuurlijst

Boeken

Besten den G J, Th B Paping en H Pol, (1995) "Mens en medemens", Groningen: Wolters-Noordhoff

Bijman Elske en Ivonne Lamberix, (2004) "Doen kinderen wat ze zeggen?" Amsterdam: B.V. uitgeverij SWP

Bosch Erik, (1994) "Dood en sterven in het leven van mensen met een verstandelijke handicap", Soest: H. Nelissen B.V.

Bout J. van de en E van der Veen (red), (1998) "Helpen bij rouw" Maarsen: Elsevier

Essen van Ineke, (1999) "Ik krijg tranen in mijn ogen als ik aan je denk", Utrecht: De Bonte Bever

Fiddelaers-Jaspers R, (1998) "Jong verlies. Handreiking voor het omgaan met rouwende kinderen" Kampen: Kok

Fortuin J en K van Kilsdonk, (1998) "Afscheid nemen van onze doden", Kampen: JH Kok

Gils van Trudy, (2000) "Verlies en rouw", Baarn: H. Nelissen B.V.

Herbert Martin, (1999) "Verliesverwerking en stervensbegeleiding bij kinderen", Baarn: Intro

Laden A, (1997) "Kinderen en de dood", Assen: Van Gorcum

Mönnink de H, (2001) "Verlieskunde handreiking voor de beroepspraktijk", Maarssen: Elsevier

Ploeg van der J.D, (1997) "Gedragsproblemen Ontwikkelingen en risico's", Nieuwegein: Hentenaar boek, Vierde druk

Verhulst Frank C, (2000) "Inleiding in de kinder-en jeugdpsychiatrie", Assen: Derde druk

Artikelen:

Weijers Annet (1999) "de dood voor ogen", Mobiel 99, 6, 10

Documentatie:

Tegels F. (2003), Introductiecursus.De Bruggen specialistische zorg

Landelijk Steunpunt Rouwbegeleiding (1990) "Rouw bij kind/jongeren, ouderen, hulpverleners, verstandelijk gehandicapten, andere culturen en opzet van rouwgroepen". Documentatiemap studiedag, Utrecht,

Brochure

Meeusen-van de Kerkhof R, H van Bommel, W.van de Wouw en M. Maaskant, (2001) Kun je uit de hemel vallen, Landelijk KennisNetwerk Gehandicaptenzorg, Utrecht

Internet sites

Worden W, fasen en taken bij rouw. URL:

http://www.rouw.nl/rouw/deel_1b_rouw.htm 05-01-2005

Anoniem, hulpverleners. URL:

<http://www.achterderegenboog.nl/> 15-08-2004

Anoniem, Licht verstandelijk gehandicapt. URL:

<http://groups.msn.com/LichtverstGehandicapt/lichtvertsgehandicapten.msnw> 27 – 02 2005

Anoniem, rouwkorst. URL:

<http://users.bart.nl/~heermans/stappenplankort.htm> 18-12-2004

Anoniem, rouwtaken. URL:

<http://www.in-de-wolken.nl/rouwtaken.html> 05-01-2005

Anoniem, uitvaart rituelen – en gebruiken bij Hindoes. URL:

<http://www.uitvaart.org/info/religie/rhindoe1.htm> 12 - 01- 2005

Anoniem, uitvaart rituelen – en gebruiken bij Moslims. URL:

<http://www.uitvaart.org/info/religie/rmoslim1.htm> 12-01-2005

Anoniem, Wat is rouw?. URL:

<http://www.in-de-wolken.nl/wat-is-rouw.html> 05-01-2005

Elizabeth Kübler Ross, Fasen bij een rouwproces. URL:

http://www.kubler-ross.nl/p5_bestanden/p7.htm 05-01-2005

Jonge J de, adhd pagina. URL:

<http://www.spreekkamer.net/adhd.htm> 27-01-2005

Ley H de, centrum voor *Islam in Europa* (C.I.E.). URL:

<http://www.flwi.ugent.be/cie/CIE/abid1.htm> 12-09-2004

Maarel L van der, Doodsbegrip bij kinderen. URL:

<http://www.kinderrouw.nl/site/home.htm> 27-12-2004

Maarel L van der, De vier rouwtaken. URL:

<http://www.kinderrouw.nl/site/home.htm> 27-12-2004

Peelen L Welkom bij praktijk sterrenkind, rouwbegeleiding URL:

<http://www.praktijk-sterrekind.com/Rouwbegeleiding.htm> 05-01 2005

GGz web. Nederland. Geestelijke gezondheidszorg (GGz) dit web is samengesteld door de Faculteit der Medische Wetenschappen afdeling Sociale Psychiatrie 15-04-02

Bijlage

Bijlage 1

Enquête: hoe te handelen bij een sterfgeval binnen De Bruggen

Als vierdejaars student van de afdeling Sociaal Pedagogische Hulpverlening van de Haagse Hogeschool, ben ik bezig met een handleiding "hoe te handelen bij een sterfgeval binnen De Bruggen, voor team-en groepsleiding. Door middel van een enquête probeer ik een beeld te krijgen van de knelpunten en vragen die mogelijk spelen bij groepsleiding omtrent dit onderwerp. Mijn doel is om de vragen, knelpunten en problemen te beantwoorden in de handleiding.

Wanneer u bij het invullen vragen heeft of hulp kan gebruiken, kun je mij bereiken op de dagbehandeling of via tel. 0000 000000
Bij voorbaat dank, Yvonne Linting

Geslacht : ☐ man ☐ vrouw

Leeftijd : ☐ 18 / 25 jaar ☐ 25/ 40 jaar ☐ 40 +

Functie : ☐ groepsleiding ☐ teamleiding ☐ invalkracht

Werkzaam in : ☐ groep I ☐ groep II ☐ groep III ☐ groep IV ☐ groep V

1. Heeft u wel eens te maken gehad met een sterfgeval in uw werkkring (De Bruggen)?

- ☐ Ja, éénmaal
- ☐ Ja, meer dan éénmaal nl. keer
- ☐ Nee, nog nooit (ga door naar vraag 4)

2. Betrof dit sterfgeval,

- ☐ een cliënt, dus jongere uit de leefgroep
- ☐ één van de ouders van de cliënt
- ☐ anders nl, _____

3. Was u daadwerkelijk betrokken bij handelingen rondom het overlijden?

(b.v. contact ouder(s)/ verzorger(s), of informatie en opvang groepsgenoten van cliënt)

☐ Ja, mijn taak was _____

☐ nee

4. Bent u op dit moment op de hoogte, welke handelingen er ondernomen moet worden, wanneer er een cliënt in uw leefgroep komt te overlijden?

- ☐ Ja
- ☐ Nee
- ☐ Een beetje

5. Is er op uw groep informatie aanwezig die u richtlijnen biedt voor u handelswijze?

- ☐ Ja,
- ☐ Nee (ga door naar vraag 8)
- ☐ Dat weet ik niet (ga door naar vraag 8)

6. Welke informatie bron is er in uw leefgroep aanwezig?

- ☐ Een protocol
 - ☐ Een stappenplan
 - ☐ Een handleiding
 - ☐ Anders namelijk _____
-

7. Is deze informatie bron voor u volledig?

- ☐ Ja
 - ☐ Dat weet ik niet
 - ☐ Nee, ik mis namelijk: _____
-

8. Welke informatie zou u (nog meer) willen hebben op de leefgroep?

**9. Wanneer een jongere overlijdt komt de groepsleiding voor veel problemen te staan.
Welke problemen zouden zich voor kunnen doen, als u denkt aan maatschappelijke,
praktische en emotionele problemen.**

A. problemen met betrekking op jezelf

B. problemen met betrekking op de leefgroep (jongeren)

C. problemen met betrekking op de ouder(s)/ verzorger(s)

10. Wanneer een ouder van één van de jongere overlijdt komt de groepsleiding voor een aantal problemen te staan.

Welke problemen zouden zich voor kunnen doen, als u denkt aan maatschappelijke, praktische en emotionele problemen.

A. problemen met betrekking op jezelf

B. problemen met betrekking op de leefgroep (jongeren)

C. problemen met betrekking

11. Wanneer een werknemer van De Bruggen Leiden overlijdt, welke problemen zouden zich dan voor kunnen doen, als u denkt aan maatschappelijke, praktische en emotionele problemen.

A. problemen met betrekking op jezelf

B. problemen met betrekking op de leefgroep

12. Heeft u belangstelling voor achtergrond informatie over

- ☐ Rouwverwerking
- ☐ Het rouwproces
- ☐ Rouwen bij kinderen
- ☐ Rouwen bij verstandelijk gehandicapten
- ☐ Overlijdensrituelen en gewoonten

andere nl. _____

Ruimte voor aanvullingen, vragen enz,

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are approximately 20 lines visible. The paper has a slight shadow on its right side, suggesting it's resting on a surface.

Bijlage2

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)

ADHD is een Aandachts-tekort-stoornis met of zonder hyperactiviteit. Het is een stoornis die niet overgaat, je kunt er mee leren leven. ADHD komt niet voort uit de verstandelijke handicap van de jongeren. ADHD- symptomen worden altijd voor het zevende levens jaar ontdekt en soms al voor het tweede levensjaar. Een jongere met ADHD hoeft niet altijd over beweeglijk te zijn; er zijn ook jongeren die juist opvallend rustig zijn. Anderen kunnen zich juist weer op een bepaald onderwerp concentreren waarin ze nauwelijks door iets of iemand af te leiden zijn. Dit noemt men ook wel hyperfocussen.

Volgens recent onderzoek van psycholoog drs. Dirk-Jan van der Meer, (2000) lijkt het er sterk op dat bij kinderen met aanleg voor ADHD, de aandoening zich ontwikkelt of versterkt wanneer ze met 'stressvolle opvoedingssituaties' worden geconfronteerd.

Bij jongeren met ADHD doen zich problemen voor op de volgende gebieden:

Impulsiviteit (de jongeren handelt zonder erbij na te denken, is ongeduldig, schiet snel van de ene activiteit in de andere)

Aandachtsproblemen of concentratie problemen (de jongeren is snel afgeleid, heeft moeite zich blijvend te concentreren, het lijkt niet te luisteren)

Hyperactiviteit (het kind is overmatig beweeglijk, kan niet stil zitten en is rusteloos)

Daarnaast zijn er vaak problemen (al staat dit niet in de DSM-IV criteria) met de Tijdsbeleving; de jongere heeft probleem met het inschatten van tijd, ze komen daardoor vaak te laat.

Bij ADHD zie je vaak het volgende gedrag

Jongeren met ADHD zijn doorgaans minder sociaal intelligent (een stoornis in de sociale ontwikkeling), hiermee wordt bedoeld dat ze minder goed snappen wat andere denken, voelen of willen. Ze hebben weinig zicht op regels en afspraken. Het maken van vriendjes is dan ook moeilijk en lukt vaak niet. Door hun gedrag zijn er vaak conflicten met andere kinderen of volwassenen, wat vaak aanleiding is tot sociale afwijzing. Sommige kinderen zoeken uit zichzelf weinig contact met andere kinderen, soms omdat ze zelf alles willen bepalen.

Jongeren met ADHD veroorzaken vaker ongelukjes of letsels dan anderen. Zij zijn zich minder bewust van de gevaren en kunnen de waarschuwingen van volwassenen minder goed oppakken. Jongeren met ADHD worden vaak als lastig of zelf als gemeen gezien en worden vaak afgewezen op hun gedrag. Deze herhaaldelijke negatieve ervaringen kunnen het zelfvertrouwen danig aantasten en tevens een flinke faalangst bevorderen. Het is niet zo moeilijk voor te stellen dat jeugdigen die bij herhaling ongewild in situaties komen waarin zij op hun kop krijgen, bang worden voor nieuwe situaties waarin zij weer in problemen kunnen komen. De literatuur maakt er melding van dat ongeveer een kwart van alle kinderen met ADHD last hebben van angsten of fobieën.

Op school hebben deze kinderen vaak problemen met taal en rekenen, veel kinderen volgen dan ook het MLK onderwijs.

Als pubers zullen veel ADHD- jongeren extra dwars zijn en het op school makkelijker laten afweten. Een relatief groot aantal gaat gemakkelijk over tot alcohol en drugsgebruik. Het gevaar voor verslaving is groot. Sommige pubers met ADHD gaan over tot gokken of tot het bellen met sekslijnen, waarna de ouders geconfronteerd worden met torenhoge telefoonrekeningen. Het is niet zo dat elk kind met ADHD zulke problemen krijgt bij een groot aantal blijft het gedrag maatschappelijk aanvaardbaar.

Er wordt door onderzoek steeds meer onderscheid gemaakt tussen verschillende types van ADHD namelijk:

- ADD (Attention Deficit Disorder) aandachtsproblemen en concentratiestoornissen.
- HDD (Hyperactivity Deficit Disorder) hyperactiviteit over beweeglijkheid. Impulsiviteit.
- DCD (Developmental Coordination Disorder) impulsiviteit, motorische over beweeglijkheid, of "kinderen".

Buiten deze types zijn er veel variaties en gradaties mogelijk. Al deze verschillende vormen worden doorgaans onder dezelfde noemer geschaard

Uit verschillende onderzoeken is gebleken dat ADHD voorkomt bij zeker 3 % van alle kinderen. Dat betekent dus dat er in bijna elke schoolklas wel één zit! ADHD komt vijf tot negen maal vaker voor bij jongens dan bij meisjes. Het is de meest door kinderpsychiaters gestelde diagnose.

In theorieonderzoek over ADHD zijn er verschillende kenmerken naar voren gekomen die betrekking hebben op de doelgroep deze zijn:

- Kinderen met ADHD doorgaans minder sociaal intelligent (een stoornis in de sociale ontwikkeling), hiermee wordt bedoeld dat ze minder goed snappen wat andere denken, voelen of willen Ze hebben weinig zicht op regels en afspraken
- Kinderen met ADHD hebben vaker ongelukjes of ietsels dan anderen. Zij zijn zich minder bewust van de gevaren en kunnen de waarschuwingen van volwassenen minder goed oppakken.
- Kinderen met ADHD hebben een flinke faalangst
- Kinderen met ADHD hebben vaak problemen met taal en rekenen
- Kinderen met ADHD hebben moeite de aandacht vast te houden bij taken, spel of het uitkijken van een Tv-programma of maken achteloos fouten in schoolwerk, huiswerk, of andere activiteiten.
- Lijkt vaak niet te kunnen luisteren, als het wordt aangesproken.
- Snel afgeleid zijn door prikkels uit de omgeving.
- Onrustig bewegen met handen en voeten, of draaien met de stoel.
- Vaak "in de weer zijn"of "doordraven".
- Moeite hebben om op hun beurt te wachten.

Bezigheden van anderen verstoren of zich hinderlijk opdringen, door bijvoorbeeld zich zomaar in gespreken of spelletjes te mengen.

ADHD is een zeer complexe stoornis waar het kind en de omgeving veel ongemak van ondervinden en waarbij de ontwikkeling op verschillens fronten een achterstand kan oplopen.

Bron: (J de Jonge (2004) adhd pagina.<http://www.spreekkamer.net/adhd.htm>)

ADHD stichting (2003) Wat is ADHD. ?<http://www.adhd.nl/indexorigineel.html>

ADHD en rouwbegeleiding

Wanneer licht verstandelijk gehandicapten jongeren met ADHD te maken krijgen met het overlijden van een ouder/verzorger of groepsgenoot, maakt de ADHD het nog moeilijker om hen te begeleiden. Hun impulsiviteit is nog groter dan bij jongeren met alleen een licht verstandelijke handicap. Hun concentratie is kort, het is dus moeilijk voor hen om een lange uitvaartdienst mee te maken. De begeleider van de jongere dient zich hiervan bewust te zijn. de uitvaart kan misschien kort gehouden worden, de jongeren kan een taak krijgen of er is een mogelijkheid om de dienst voortijdig te verlaten. Het begrip dood is voor hun extra moeilijk omdat er door hun rusteloosheid en korte concentratie veel van het vertelde zal ontgaan. Veel herhaling en kleine beetjes informatie zullen hier een nodig zijn. Verder is het door hun rusteloosheid moeilijk zijn om een lange begrafenisdienst bij te wonen. Pubers met ADHD kunnen extra dwars zijn en kunnen het op school snel laten afweten ook kunnen ze makkelijk over gaan tot alcohol en drugsgebruik. Een ingrijpende verlies ervaring kan dit proces verergeren. Het is niet zo dat elk kind met ADHD zulke problemen krijgt bij een groot aantal blijft het gedrag maatschappelijk aanvaardbaar. Extra oplettendheid is wel gewenst.



Handleiding

Weet wat je doet bij rouw!

**Ondersteuning voor teamleiders en groepsleiding
bij het handelen na overlijden van een jongere en
in de begeleiding van jongeren in rouw.**

**Yvonne Linting Kalshoven
Sociaal Pedagogische Hulpverlening
April 2005
Begeleiders:
E. Tjeenk Willink
J.J. van Els**

Inhoudsopgave

Voorwoord	pagina	1
Inleiding		2
Gebruikswijzer		5
Protocol		7
Verantwoordelijkheid		10
Hoofdstuk 1 Inleiding op rouw		11
1.1 Wat is rouw		11
1.2 Het belang van de juiste ondersteuning		11
1.2.1 Wat vinden nabestaanden steunend gedrag?		12
1.2.2 Wat vinden nabestaanden niet-steunend gedrag?		12
1.3 Gecompliceerde rouw		12
1.3.1 Chronische rouw		13
1.3.2 Ontkende rouw		13
1.3.3 Uitgestelde rouw		13
1.3.4 Getraumatiseerde rouw		13
1.3.5 Gesomatiseerde rouw		13
1.4 Het rouwproces		14
1.4.1 Rouwreacties		14
1.5 Rouwfasen		14
1.6 Rouwtaken		15
1.6.1 Rouwtaak 1 Het aanvaarden van het verlies		15
1.6.2 Rouwtaak 2 Het ervaren van de pijn van het verlies		16
1.6.3 Rouwtaak 3 Aanpassen aan een leven zonder de overledene		17
1.6.4 Rouwtaak 4 De overledene emotioneel een plek geven en verder leven zonder de overledene		17
Hoofdstuk 2 jongere en rouw		19
2.1 Rouwgedrag		19
2.2 Specifieke kenmerken per leeftijdsfase		21
2.2.1 Kinderen 0 tot 6 maanden		22
2.2.2 Kinderen 6 maanden tot 2 jaar		22
2.2.3 Kinderen 2 jaar tot 6 jaar		22
2.2.4 Kinderen van 6 tot 12 jaar		22
2.2.5 Adolescenten		23
2.3 Rouwtaken bij jongeren		24
2.3.1 Taak 1 Erkenning: beseffen dat iemand echt dood is.		24
2.3.2 Taak 2 Emoties ervaren, verwerken en herkennen		25
2.3.3 Taak 3 Aanpassen		25
2.3.4 Taak 4 Investeren		26
Hoofdstuk 3 Licht Verstandelijk Gehandicapten jongeren en rouw		28
3.1 De ontwikkelingsleeftijd en het niveau		
3.2 Rouwbeleving		29
3.3 Rouwverwerking		30

Hoofdstuk 4 Rouw in andere culturen	31
4.1 Uitvaartrituelen en –gebruiken bij Moslims	31
4.1.1 Voorschriften	32
4.1.2 Het graf	33
4.1.3 De rouwperiode	33
4.2 Uitvaart rituelen en –gebruiken bij Hindoestanen	34
4.2.1 De rituelen beginnen bij het sterfproces	34
4.2.2 De crematie	35
4.2.3 De rouwperiode	25
4.3 Uitvaart rituelen en –gebruiken bij Joden	36
4.3.1 Rituelen rondom het overlijden	36
4.2.2 De rituele wassing	
4.2.3 De begrafenis	37
Hoofdstuk 5 Ouders en rouw	39
5.1 Omgaan met ouders en verwanten.	39
5.2 Waar kan de hulpverlening fout gaan?	39
Hoofdstuk 6 Begeleiding en ondersteuning van LVG jongeren	40
6.1 Rouwbegeleiding	41
6.2 Hulpmiddelen om het rouwproces te ondersteunen	42
6.2.1 Extra hulp bij het rouwproces	43
6.3 Hoe vertel je het verdrietige nieuws	44
6.3.1 Kun je het zelf aan?	44
6.3.2 Wat vertel je en hoe?	45
6.4 Hoe (veel) betrek je de jongere bij het afscheid?	46
6.4.1 Wat kan je doen?	47
6.5 Informatieve stichtingen en internetsites	49
6.6 Informatieve Literatuur	51
6.7 Boekjes over de dood voor jongeren	52
Slotwoord	54
Bijlage:	
1. Checklist	

Voorwoord

Beste lezer,

Voor u ligt een handleiding over rouw, rouwhandelingen en rouwondersteuning. Deze handleiding is gemaakt in opdracht van de Haagse Hogeschool, als eindopdracht voor de opleiding Sociaal Pedagogische Hulpverlener.

Als hulpverlener in residentiële instellingen kun je te maken krijgen met het overlijden van één van de bewoners, of bewoners verliezen een ouder. In beide gevallen is opvang en begeleiding van de bewoners dan een taak van de groepsleiding. Je staat er niet bij stil, dat ook binnen De Bruggen Leiden, zoiets kan gebeuren. De bewoners immers, zijn jong en lichamelijk gezond. Toch kan het gebeuren en ontstaat er, voor iedereen die ermee te maken heeft, een moeilijke situatie. Emoties zoals verdriet en angst van zowel groepsleiding als jongeren, kunnen een grote rol spelen. Eigen beleving, onbegrip en onbekendheid maakt het nog moeilijker.

Deze handleiding beoogt een stimulans te zijn om de kennis omtrent rouw te vergroten. Het reikt tevens handvaten aan, aan teamleiders en groepsleiding, om jongeren te kunnen steunen en begeleiden in hun verdriet en in het rouwproces. In geval van een overlijden binnen De Bruggen Leiden, biedt het een protocol waarmee via duidelijke stappen alle handelingen rondom het overlijden van een jongere op een duidelijke wijze wordt weer gegeven.

Aan deze handleiding heb ik met veel plezier gewerkt en deze is tot stand gekomen door literatuurstudie en onderzoek in de praktijk. In de praktijk is onderzoek gedaan naar de vragen, wensen en aanwezige kennis van de teamleiders en groepsleiding van De Bruggen Leiden. Aanvullend literatuur onderzoek heeft de basis gevormd voor deze handleiding. Verder hebben medewerkers van verschillende locaties van De Bruggen dit onderzoek ondersteund, onder andere door het kopiëren van materiaal, het opzoeken en doorgeven van adressen en het beantwoorden van vragen.

Mijn hartelijk dank hiervoor.

Veel dank ben ik ook verschuldigd aan mijn gezin, die mij alle tijd en rust gaven om deze handleiding tot een goed einde te brengen. Veel hulp heb ik gekregen van mijn dochters op alle mogelijke punten zoals, bij het nakijken op schrijffouten en spreektaal, bij het vastlopen van de computer, bij het beantwoorden van vragen, het stimuleren en het onvoorwaardelijk vertrouwen, van het hele gezin, dat het zeker goed zou worden.

Ook mijn begeleider Evert Tjeenk Willink heeft bijgedragen aan het geheel door mij te wijzen op de tekortkomingen en mijn vragen geduldig te beantwoorden. Bedankt.

Inleiding

Deze handleiding is bestemd voor teamleiders en groepsleiding van De Bruggen Leiden. Begeleiding bieden in het rouwproces, handelingen uitvoeren rondom het overlijden van een jongere en het herkennen van gecompliceerde rouw zijn allemaal taken waar je als groepsleiding mee te maken kan krijgen. Dit is moeilijk en vereist enige deskundigheid en kennis.

In hoeverre is er deskundigheid en kennis aanwezig bij teamleiders en groepsleiding van De Bruggen Leiden? Deze vraag is beantwoord door een onderzoek in de praktijk. Hierbij is duidelijk geworden dat de gewenste deskundigheid niet voldoende aanwezig is. Er is veel onduidelijkheid bij de respondenten, over wat er moet gebeuren bij het overlijden van een jongere. Verder is er veel onduidelijkheid over wie verantwoordelijk is voor de vele taken of bijvoorbeeld voor de opvang van het team. Over rouwondersteuning, het rouwproces, rouwrituelen en gewoontes in andere culturen is er weinig kennis bij groepsleiding. De respondenten hebben ook aangegeven dat literatuur in de vorm van kennis vergroting en als ondersteuning voor de groepsleiding minimaal aanwezig is, zonder vooropgesteld doel en vaak niet bekend bij alle groepsleiding. Door ziekte verzuim, cursussen en andere redenen staan er ook regelmatig invallers op de groep, waarbij je naar mijn inziens er ook rekening mee moet houden dat hier de nodige kennis niet aanwezig is.

Het is moeilijk om rouwondersteuning te bieden wanneer je als begeleider zelf niet op de hoogte bent van de aspecten rondom rouw. Uit literatuur onderzoek is duidelijk naar voren gekomen dat een goede begeleiding en ondersteuning noodzakelijk is bij licht verstandelijk gehandicapten. Zij moeten gestuurd worden in het reguleren van hun gevoelens, het uiten van hun emoties. Veel voorlichting en het concreet maken van het afscheid en de uitvaart en tevens begeleiding bieden in het rouwproces is een taak van de groepsleiding. Uit het onderzoek is gebleken, dat er een grote behoefte bij zowel teamleiders en groepsleiding bestaat, voor het verkrijgen van informatie bronnen en richtlijnen voor het handelen bij het overlijden van een jongere.

Deze handleiding is samengesteld als het antwoord op de vragen van groepsleiding en teamleiders. De handleiding zal teamleiders en groepsleiding helpen bij de handelingen die genomen moeten worden wanneer een jongere binnen De Bruggen komt te overlijden en helpen bij het bieden van ondersteuning aan de jongere in zijn rouwproces. Het kan tevens helpen wanneer teamleiders en groepsleiding te maken hebben met ouder(s) tijdens het rouwproces of bij collega's die een verlieservaring verwerken.

De kennis over rouw, het rouwproces en rouwbegeleiding zal toenemen na het lezen van de handleiding, ook te gebruiken als naslag werk op het moment dat u ondersteuning nodig heeft. De verschillende aspecten van rouw, die aan bod komen, zorgen ervoor dat teamleiders en groepsleiding *die ondersteuning* kunnen bieden, *die handelingen* kunnen uitvoeren of *dat begrip* kan opbrengen wat op dat moment nodig is.

Het is moeilijk te voorspellen hoe de situatie is wanneer je als teamleider of groepsleiding te maken krijgt met een sterfgeval binnen de instelling. Daarom zal deze handleiding verschillende onderwerpen bevatten:

1. Protocol + checklist voor het overlijden van een jongeren tijdens zijn verblijf op de leefgroep
2. Theoretische informatie over rouw, het rouwproces, rouwtaken, rouwhandelingen en rouw in andere culturen.
3. Tips en adviezen voor hulpmiddelen bij de begeleiding van de jongeren in het rouwproces
4. Overzicht van literatuur, internetsites en "rouw"stichtingen

Om de handleiding gebruiksvriendelijk te maken zijn de onderwerpen ondergebracht in hoofdstukken voorzien van wijsneusjes en opfrissers. De hoofdstukken zijn afzonderlijk te lezen. Om te kunnen vinden wat u zoekt kunt u gebruik maken van de gebruikswijzer op pagina 5.

Met deze handleiding wil ik de volgende doelstellingen behalen:

Op korte termijn:

- *Alle medewerkers van De Bruggen bekend maken met de handleiding. Zowel teamleiders en groepsleiding, als staf en lijn functionarissen.*
Deze doelstelling wil ik behalen met medewerking van de teamleiders en de werkgroep protocollen. Voor ik de handleiding kan indienen bij De Bruggen Leiden zal ik het protocol en mijzelf als protocol eigenaar aanmelden bij de werkgroep Protocollen De Bruggen. Deze wordt voor akkoord wordt getekend door de directeur. De werkgroep zorgt ervoor dat het protocol en de bijpassende handleiding via de lijn (= teamleiders) wordt geïntroduceerd. Teamleiders zorgen ervoor dat het in hun team bekend wordt. Hiervoor is twee maanden nodig.
- *Teamleiders en groepsleiding handvaten bieden bij het handelen, na het overlijden van een jongere. Zij kunnen de handelingen omtrent een overlijden op de juiste manier uitvoeren.*
Dit is van toepassing op het moment dat de handleiding op de leef groepen aanwezig is en er door mij toelichting op is gegeven. Dit zal dus drie maanden zijn
Dit is van toepassing op het moment dat de handleiding op de leefgroepen aanwezig is en er door mij toelichting op gegeven is. Dit zal dus drie maanden zijn.
- *Teamleiders en groepsleiding steunen met voldoende relevante informatie, zodat zij in staat zijn, de jongere, de groep en de ouder(s) op de meest optimale manier te ondersteunen en te begeleiden omtrent een overlijden en in het rouwproces.*
In samenspraak met de teamleider(s) zal ik de kennis die ikzelf verkregen heb na het maken van deze handleiding overbrengen op de teamleiders en groepsleiding. In samenspraak met de teamleiders zal ik hier afspraken voor maken. Hiervoor zijn drie maanden nodig nadat teamleiders op de hoogte zijn gesteld van het bestaan van de handleiding.

Op lange termijn:

- *Het protocol en de handleiding is en blijft bekend bij alle medewerkers van De Bruggen. Het is een onderdeel van de methodiek geworden.*
Deze doelstelling is voor een gedeelte al gerealiseerd bij de doelstellingen op korte termijn. De lange termijn is gericht op het blijvende karakter van de handleiding. De handleiding, of liever gezegd de manier van omgaan met rouw via de handleiding moet een onderdeel worden van de methodiek. Hiervoor is een periode van zes tot twaalf maanden nodig. In deze periode kan het methodiekstuk aangepast worden.
- *Het onderwerp rouw is bespreekbaar geworden binnen De Bruggen.*
Door het aanbieden van de handleiding en het geven van toelichting is het onderwerp bekend geworden. Wanneer de handleiding een onderdeel van de methodiek is geworden zal het ook regelmatige terugkomen op de team agenda. Hiermee wordt en blijft het onderwerp bespreekbaar. Een periode van zes maanden zal nodig zijn voordat het onderwerp vertrouwd is binnen het team. Door het onderwerp regelmatig op de agenda te zetten zal het bespreekbaar blijven.
- *Jongeren worden gesteund door deskundige groepsleiding in het rouwproces.*
Door gebruik te maken van de handleiding zullen de teamleiders en groepsleiding de jongeren op een deskundige manier kunnen begeleiden en steunen. Het doorlezen van de handleiding door alle groepsleiding zal wat tijd in beslag nemen, maar moet binnen zes maanden realiseerbaar zijn.
- *Teamleiders en groepsleiding kunnen jongeren in het rouwproces de nodige hulpmiddelen aanbieden.*
Na het lezen van de handleiding is dit realiseerbaar.

- *Teamleiders en groepsleiding worden gesteund en begeleid na het meemaken van een overlijden binnen De Bruggen.*

Na het lezen van de handleiding is dit realiseerbaar.

Organisatorische voorwaarden

Aanmelding bij de werkgroep protocollen is een belangrijke voorwaarde voor het slagen van het protocol. Bij het aanmelden van het protocol bij de werkgroep worden er afspraken gemaakt over het beleid en regels ten aanzien van het protocol. Hierna wordt het voor akkoord getekend door de directeur. Het protocol kan dan opgenomen worden in de methodiek van de instelling. De werkgroep zorgt er voor dat het protocol wordt geïntroduceerd binnen De Bruggen Leiden en ter inzage is voor de andere locaties. Wanneer het protocol niet wordt opgenomen binnen de werkgroep blijft het iets vrijblijvends waardoor iedere leefgroep ermee werkt zonder een algemeen doel en werkstijl. De kans is groot dat het in een vergeten lade komt te liggen.

De lijn(teamleiders) is verantwoordelijk voor het gebruik van een protocol, zij zien erop toe dat het op de juiste manier gebruikt wordt. Ook voor het gebruik van de gehele handleiding is de lijn verantwoordelijk. Hiervoor zal tijd vrijgemaakt moeten worden.

Om de handleiding te doen slagen is het belangrijk dat het gehele team achter de handleiding staat. Belangrijk hiervoor is dat men goed geïnformeerd wordt en er overleg mogelijk is over de handleiding. Tevens zal binnen de gebruikelijke werkuren tijd vrij gemaakt moeten worden voor de kennismaking met de handleiding en een eventuele presentatie door de auteur van de handleiding.

Een andere organisatorische voorwaarden is het rond krijgen van het financiële plaatje. Het beschikbaar stellen van de handleiding voor elke leefgroep is niet zonder kosten. De handleiding moet immers gedrukt en ingebonden worden.

Let wel: Ten behoeve van de leesbaarheid wordt gebruik gemaakt van de "hij"-vorm.

Uiteraard wordt waarin de tekst "hij" staat, ook "zij" bedoeld.

Omdat binnen De Bruggen Leiden wordt gesproken over jongeren en niet over kinderen wordt in deze handleiding ook gesproken over jongeren. Er zullen gedeeltes zijn waarin de tekst "jongeren" staat ook "kinderen" gelezen kan worden.

Gebruikswijzer

De handleiding: wat wordt er beschreven, waarom worden deze onderwerpen beschreven en waar kun je de informatie vinden die je zoekt?

In deze handleiding gaat het eigenlijk om twee dingen, handelen en ondersteunen.

- ☐ Handelen na het overlijden van een jongere
- ☐ Ondersteunen na het overlijden van een ouder
- ☐ Ondersteunen bij het rouwproces
- ☐ Ondersteunen van het team

Het handelen na het overlijden van een jongere gaat volgens een vaststaand protocol.

Bij het doorlopen van stappen uit het protocol weet je, wat jij en anderen moeten doen. Als ondersteuning bij het protocol is er in de bijlage een checklist toegevoegd.

Het protocol is te vinden op pagina 3

Om ondersteuning te kunnen bieden in rouw die aansluit bij LVG jongere zul je kennis moeten hebben over de specifieke rouwkenmerken per leeftijdsfase passend bij de ontwikkelingsfase van de jongere. Het is een voorwaarde dat je weet hoe een rouwproces verloopt, voor welke taken een jongere komt te staan, hoe jongeren laten 'zien' dat ze rouwen en met welke rouwrituelen je eventueel te maken kan krijgen. Het is bovendien een voorwaarde dat je weet op welke manier LVG jongeren dood en rouw beleven en welke rouwreacties je kan verwachten. En niet te verwaarlozen: Als je weinig tot geen mogelijkheden weet om te ondersteunen, hoe kun je de jongere dan ondersteunen in zijn rouwproces?

Goede ondersteuning betekent ook weten, wanneer je te maken hebt met gecompliceerde rouw en weet hebben van de mogelijkheden (in de vorm van deskundigen of hulpmiddelen) die er zijn om hierin ondersteuning te kunnen bieden.

Bovenstaande onderwerpen komen aan bod en zijn per hoofdstuk samengevat vooraf gegaan door een inleiding "rouw" (om de jongeren en jezelf in rouwreacties te kunnen begrijpen). Dit wordt aangevuld met informatie over onder andere; rouw in andere cultuur, kinderen en jongeren in rouw en ouders en rouw. Ook wordt er aandacht besteed aan een literatuurlijst en internet adressen.

Het heeft de voorkeur om de handleiding eerst in zijn geheel door te lezen. Bij het gebruik van de handleiding kan je er dan uit halen wat van toepassing is op de situatie of je eigen interesse behoefte. Het hoofdstuk rouw bij kinderen, kun je niet los zien van het hoofdstuk licht verstandelijk gehandicapt jongeren en rouw. Rekening houdend met het niveau, de sociaal-emotionele ontwikkeling en ervaring in levens jaren geeft het veel informatie over rouw bij kinderen. Het hoofdstuk helpt je op weg in het begrijpen van kinderrouw.

Na het doorlezen van deze handleiding sta je niet met lege handen als je onverwachts te maken krijgt met een overlijden.

De volgende stappen kunnen je helpen om persoonsgerichte ondersteuning te bieden:

Stap 1: in welke leeftijdsfase zit de jongere, kijkend naar zijn ontwikkelingsniveau en welke rouwreacties horen daarbij.

Stap 2: waar zit de jongeren in het rouwproces, met welke taak is iemand bezig?

Stap 3: welke ondersteuning heeft de jongere nodig

De bovenstaande stappen zijn verwerkt in een schema op de volgende pagina.

Let wel: niet alle informatie uit de handleiding is verwerkt in dit schema, de rode draad wordt slechts weergegeven.

Alle informatie is algemene informatie men dient rekening te houden met de persoonlijke omstandigheden en ontwikkeling van de jongeren.

Situatie: De jongere heeft te maken met overlijden.

Stap 1: in welke leeftijdsfase zit de jongere, kijkend naar zijn ontwikkelingsniveau en welke rouwreacties horen daarbij.

Ontwikkelingsleeftijd 2 tot 6 jaar	Ontwikkelingsleeftijd 6 tot 12 jaar	Ontwikkelingsleeftijd adolescenten
Ontwikkeld beperkt doodsbeseft Magische denken (angstbeelden bij de dood) Fantastie en realiteit lopen door elkaar heen Begin van verbanden leggen tussen ziekte en dood Kan emoties verwoorden, letterlijk taalbegrip	Beperkt doodsbeseft Begint zich te verplaatsen in een ander Projecteert eigen gevoelens op een ander Zoekt logische verklaringen voor de dood Beseft van onomkeerbaarheid van de dood groeit In eerste instantie nuchtere reacties op een overlijden Schuldgevoel en angst als reactie op het verdriet van andere rouwreacties komen op een later tijdstip	Bewust doodsbeseft Logisch denken is gekoppeld aan concrete gebeurtenissen Reëel beeld van de betekenis van de dood Bewust van de onomkeerbaarheid van de dood Inleving van uit eigen beleving aanwezig Denkt na en praat over grote mysterie van leven en dood Eerste waarom vragen
Pag. 22	Pag. 22	Pag. 23

Stap 2: waar zit de jongere in het rouwproces? Wijkt het van het rouwproces af, is er sprake van gecompliceerde rouw? (Pag. 12)

Taak 1:	Taak 2:	Taak 3:	Taak 4:
Erkenning: beseffen dat iemand echt dood is. Ontkenning Ongeloof Onbegrip	Emoties ervaren, verwerken en herkennen Verdriet Woede Aggressie Schuld Angst Jaloezie	Aanpassen Angst voor de toekomst Ophalen van herinneringen Bewustwording van de veranderingen die optreden in het dagelijkse leven De rol van de overledene wordt benoemd	Investeren De draad van het leven wordt weer opgepakt Plezier beleven aan herinneringen Loyaliteit en schuldgevoel Nieuwe banden worden aangegaan Aanvaarding
Pag. 24	Pag. 25	Pag. 25	Pag. 26

Stap 3: welke ondersteuning heeft de jongere nodig

Gebruik maken van hulpmiddelen	Literatuur
Concretiseren en visualiseren Taal, muziek, drama, beweging,	Informatieve stichtingen en internet sites Informatieve Literatuur Literatuur voor kinderen
Pag. 42	Pag. 48

Protocol De Bruggen

Werkmaatschappij: Specialistische Zorg, Leiden

Procedure overlijden bewoner

Doel: Gedragsregels bieden hoe er gehandeld kan worden en soms moet worden bij het overlijden van een bewoner.

Strekking: Deze procedure is van toepassing op het overlijden van een bewoner woonachtig op de locatie Specialistische zorg Leiden.

Stap 0

- ☐ Denk goed na en blijf rustig.
- ☐ Vraag zonodig assistentie van collega('s) uit een andere groep
- ☐ Overleg met je collega('s)
- ☐ Volg de stappen hieronder.
- ☐ Maak gebruik van de checklist in de bijlage

Stap 1 Een arts waarschuwen

Als de dienstdoende (huis)arts niet aanwezig is bij het overlijden, dient deze of zijn waarnemer gewaarschuwd te worden. De arts moet een akte van overlijden opmaken. De arts zal overigens, bij verdachte omstandigheden en/ of suïcide, altijd de Officier van Justitie waarschuwen.

Laat de overledene en zijn omgeving zoals het is, tot dat een arts de dood heeft vastgesteld. Ga na of er een donor codicil aanwezig is.

Stap 2 Waarschuw:

1. De behandelingscoördinator

deze neemt contact op met/ en zorgt voor de communicatie binnen de behandelingsdienst dus met:

- ☐ de arts
- ☐ maatschappelijk werk
- ☐ individueel begeleider
- ☐ hoofd behandelingsdienst
- ☐ directeur

Ook neemt de behandelingscoördinator contact op met:

- ☐ ouders/ voogd (evt. doet de individueel begeleider dit, in overleg)
- ☐ broertje/zusje in een andere groep
- ☐ evt. verdere familie

2. De teamleider

Deze neemt contact op met/ en zorgt voor de communicatie binnen de zorgdienst dus met:

- ☐ Directeur
- ☐ alle groepsleiding
- ☐ teamleiders van de andere groepen
- ☐ school
- ☐ zorgmanager

Na kantoortijd neem je contact op met de bereikbaarheidsdienst. Deze informeert de achterwacht (directeur en hoofd behandelingsdienst)

Stap 3 Opvang van de jongeren:

De jongeren informeren over het overlijden

Kun je het zelf aan? Als je als groepsleider te maken krijgt met een sterfgeval in je groep komt dat hard aan. De jongeren informeren is moeilijk. Het tijdstip van informeren van zal afhangen van het moment van overlijden. Wanneer de jongeren op school of werk zijn is er tijd voor meer voorbereiding. Zijn de jongeren thuis op het moment van overlijden, neem dan zonnodig even een moment voor jezelf. Het is normaal om te huilen, ook, of misschien wel juist, voor je groep. Wanneer de jongeren zien dat jij als volwassene verdriet hebt zal het voor hen ook gemakkelijker zijn zich te uiten. Wees eerlijk tegen de kinderen en neem er de tijd voor. Richtlijnen voor het informeren van de jongeren staan in paragraaf 6.3

Jongeren overbrengen naar een anderen groep

De opvang is geheel afhankelijk of er op het moment van overlijden kinderen op de groep zijn. De kinderen die op de groep zijn worden opgevangen en zonnodig (denk aan de drukte in de groep door aanwezigheid van alle belanghebbende) naar een andere groep gebracht.

De verdeling is als volgt:

- ☐ Groep 1 naar groep 3
- ☐ Groep 3 naar groep 2
- ☐ Groep 2 naar groep 3
- ☐ Groep 4 naar groep 5
- ☐ Groep 5 naar groep 4

Stap 4 Regelen begrafenis of crematie

In de meeste gevallen regelen de ouder(s) of voogd de uitvaart. De maatschappelijk werkende en/of behandelingscoördinator van De Bruggen kan ondersteuning bieden. Wanneer De Bruggen deze taak op zich neemt, wordt in overleg met de maatschappelijk werkende, de behandelingscoördinator en de mentor van de jongeren de begrafenis of crematie geregeld. Denk hierbij aan:

- ☐ Het opbaren, dit kan thuis bij de ouders of bij een uitvaart centrum.
- ☐ Contact opneemt met de verzekeringsmaatschappij waarbij een overlijdensverzekering is ondergebracht. Deze zal dan het telefoonnummer geven van de dichtstbijzijnde uitvaartverzorger, met wie zij een overeenkomst hebben. Op basis van de wensen m.b.t. de uitvaart kan hij de nabestaanden vooraf een geraamde kostenopgave geven. Als het niet klikt tussen de uitvaartverzorger en/of men vindt de kostenraming te hoog is men overigens vrij een andere uitvaartverzorger te vragen. Het is overigens niet (bij wet of id.) verplicht een uitvaartverzorger te vragen om de uitvaart te regelen. Indien de nabestaanden het zelf willen doen mag dat. Wel raden wij de nabestaanden altijd aan om contact te zoeken met een uitvaartverzorger in verband met vragen, problemen, materialen e.d. Men kan dan eventueel wat kosten (honorarium, materialen e.d.) betreft een gedetailleerde afspraak maken met de uitvaartverzorger.
- ☐ Het aangeven bij de burgerlijke stand van het overlijden. Dit moet in de plaats waar het overlijden plaats vond en binnen drie dagen. Het hoeft dus niet in de woonplaats van de overledene te zijn.
- ☐ Contact opnemen met de uitvaartverzorger, de uitvaartverzorger helpt bij het regelen van de begrafenis en andere noodzakelijke zaken.
- ☐ Contact opnemen met de begraafplaats of crematorium, Daar de begrafenis of de crematie uiterlijk 5 dagen na de dag van overlijden moet plaatsvinden, is het noodzakelijk dat de uitvaartverzorger en/of de nabestaanden z.s.m. contact opnemen met de begraafplaats of het crematorium. Dit om de tijd van de begrafenis of crematieplechtigheid vast te stellen.
- ☐ Rouwkaarten (hiervoor kan de begrafenisondernemer zorgen)
- ☐ Rouwauto's (hiervoor kan de begrafenisondernemer zorgen)
- ☐ Rouwadvertentie (hiervoor kan de begrafenisondernemer zorgen)
- ☐ Bloemen (hiervoor kan de begrafenisondernemer zorgen)

Stap 5 De uitvaart

De groepsleiding dient voldoende aandacht te besteden aan de overige jongeren uit de groep en evt. uit de andere groepen. De jongeren moeten goed voorbereid worden op en tijdens de uitvaart. Dit kan door:

- ❑ Voorlezen van een verhaal/boekje waarin de dood een rol speelt
- ❑ De kinderen gelegenheid geven tot afscheid nemen.
- ❑ Elke jongere de gelegenheid bieden tot een persoonlijk afscheid b.v. door ze een tekening of briefje te laten maken
- ❑ Vertellen aan de jongeren wat er bij de uitvaart gaat gebeuren, over de kist, hoe je, je dient te gedragen bij een uitvaart, over het condoleren etc.
- ❑ Mee naar het uitvaartcentrum
- ❑ Actieve rol van de jongeren bij de uitvaart
- ❑ Verder zal er nog geregeld moeten worden door de teamleider:
 - Begeleiding van de jongeren
 - Het vervoer van de jongeren en medewerkers
 - Organisatie in de kerk en/of de aula op de begraafplaats of in het crematorium
 - Muziek
 - Organisatie op de begraafplaats.

Stap 6 Na de uitvaart

Na de uitvaart is het niet voorbij. Er zal behoefte zijn om over het gebeurende te praten. Zorg voor opvang na de uitvaart en geef de jongeren gelegenheid om over de uitvaart te praten. Napraten met de ouders/voogd en de mogelijkheid tot een vervolg gesprek aanbieden. In overleg met de ouders afspraken maken over het leegruimen van de kamer.

Stap 7 Nazorg team etc.

Er moet nazorg zijn voor het team en speciaal voor de persoon die er vanaf het begin mee te maken heeft gehad. B.v. voor de persoon die bij het overlijden aanwezig was, of het lichaam gevonden heeft. Denk hierbij aan verklaren van de doodsoorzaak dit kan heel belangrijk zijn als het overlijden heel onverwachts was. Blijf praten over de gebeurtenis met je collega's, schakel zonodig een deskundige in.

Stap 8 Nazorg jongeren

De nazorg voor de jongeren is heel belangrijk. Het is belangrijk om een lange periode na de uitvaart in gesprek blijven met de jongeren om de gelegenheid te geven hun verdriet te uiten. Informatie over rouwbegeleiding is te vinden in deze handleiding. Schakel zonodig deskundigen in.

Stap 9 Behandelplan aanpassen

Er moet gekeken worden of het behandelplan voor de kinderen aangepast moet worden. De jongeren verwerken zo'n gebeurtenis op hun eigen manier, dus voor ieder moet zonodig het behandelplan aangepast worden.

Stap 10 Evaluatie

Het is verstandig om na ongeveer vier weken te evalueren. De teamleider neemt hierin het initiatief. Met alle betrokkenen kan besproken worden of alles naar wens verlopen is en waar nu nog aan gedacht moet worden.

Denk hierbij niet alleen aan de praktische kant maar ook aan de emotionele kant.

Verantwoordelijkheid

De verantwoordelijkheid is verdeeld in:

A de behandelingscoördinator

De behandelingscoördinator (vanaf nu afgekort b.c.) is verantwoordelijk voor het contact binnen de behandelingsdienst dit is de maatschappelijk werkende en het hoofd behandelingsdienst De b.c. stelt deze op de hoogte van het gebeuren. Ook de ouders worden door de b.c. of de maatschappelijk werkende op de hoogte gebracht, opgevangen en begeleid. Als de mentor er op dat moment toe in staat is, kan die hier in ook een rol vervullen. In samenspraak met de ouders zal de b.c. de begrafenis/ crematie regelen. De contacten met de arts en zonodig de politie vallen allemaal onder de verantwoording van de b.c.

B de teamleider

De teamleider is verantwoordelijk voor het contact binnen de zorgdienst, dit zijn de teamleiders, groepsleiders en de zorgmanager. De teamleider stelt deze ook op de hoogte van het gebeuren. Tevens zorgt de teamleider voor de organisatie tijdens de uitvaart, dit houdt in het regelen van:

Het vervoer van de jongeren en de medewerkers

Begeleiding van de jongeren tijdens de uitvaart

De inbreng van de jongeren tijdens de uitvaart

Organisatie tijdens de kerkdienst en tijdens de uitvaart plechtigheid

Muziek, toespraak etc.

C de groepsleiding

De begeleiding voor, na en tijdens de begrafenis/crematie is in handen van de groepsleiding, die hierin begeleid wordt door de maatschappelijk werkende en de b.c.

Hoofdstuk 1

Inleiding op rouw

De geboorte, als begin van het leven heeft blijdschap tot gevolg. De dood als het einde van het leven, gaat gepaard met verdriet en rouw.

Iedereen krijgt eens in zijn leven te maken met de dood. Vaak wordt de dood in verband gebracht met ouderdom. Gelukkig is dit in de meeste gevallen ook zo. Toch overlijden er ook jongeren als gevolg van ziekte of ongeluk. Jongeren worden geconfronteerd met bijvoorbeeld de dood van ouders, broertje of zusje en ouders krijgen te maken met het overlijden van hun kind. Om de jongeren en jezelf in rouwreacties te kunnen begrijpen volgt er een algemene beschrijving van rouw.

1.1 Wat is rouw?

Het overlijden van een dierbare is een van de meest ingrijpende gebeurtenissen die een mens kan meemaken. Het gaat om verlies waar je niet zomaar overheen stapt. Het raakt je in je hele wezen. Zo'n ernstig verlies leidt meestal tot vele reacties die benoemd worden met de term 'rouw' en tredt alleen op als ertussen de rouwende en de overledene een betekenisvolle relatie bestond. Dat laatste is belangrijk: zonder band met de ander is er geen rouw mogelijk. We kunnen rouw zien als de prijs die men betaalt voor de band die men met de ander had. Hoe intenser de band, hoe intenser de rouw. Die band hoeft overigens niet alleen maar een positieve band te zijn. Ook relaties waarin er sprake was van ruzies, conflicten en negatieve gevoelens over en weer kunnen aanleiding geven tot intense rouw. Volgens de Engelse psychiater Bowlby gaan mensen vanaf de geboorte banden aan met mensen om zich heen. (Hechtingstheorie) Bowlby veronderstelt dat deze banden zich ontwikkelen uit behoefte aan geborgenheid en veiligheid. Het wegvallen van die geborgenheid en veiligheid heeft grote impact op je leven.

Wijsneusje:

Rouwen is een normale, gezonde reactie die zorgt voor de acceptatie van het verlies.

1.2 Het belang van de juiste ondersteuning

Rouwbegeleiding kan gezien worden als een steun in de rug voor nabestaanden die een in essentie een normaal rouwproces doormaken. De nabestaande moet het verlies zelf verwerken, dit vraagt zijn volledige inzet en een soms bijna bovenmenselijke krachtsinspanning. Een oplossing is er niet. Andere kunnen het verlies niet wegnemen. Wel kunnen zij delen in de gedachten en gevoelens die bij het verlies horen. Licht verstandelijk gehandicapten hebben, als het gaat om het verwerken van verlies extra ondersteuning nodig. Denk hierbij aan het concreet maken van het overlijden en de uitvaart, hulp bij het afscheid nemen en het reguleren (op een rijtje zetten) van hun emoties. Zij kunnen dit immers niet alleen. Jongeren met een licht verstandelijke handicap zullen het verdriet op hun eigen manier en eigen tijdstip uiten. In de begeleiding moet hier ruimte voor zijn. Dwingen om te rouwen zal juist het tegenovergestelde bewerkstelligen. Het is van belang voor het 'weten' en de acceptatie van het overlijden dat ook zij zoveel mogelijk betrokken worden bij het overlijden van een dierbare. Dus ook bij het overlijden van een groepsgenoot omdat een groepsgenoot kan worden gezien als een gezinslid. Steun betekend niet alleen gelaten worden rondom het afscheid, je niet alleen voelen tijdens en na het verlies. Rouwen is makkelijker als je, je gesteund voelt in je verdriet. Steun betekent begrip en begrip van mensen uit je omgeving maakt het makkelijker om je te uiten in je verlies.

1.2.1 Wat vinden nabestaanden steunend gedrag?

- ❑ Luisteren: Veel nabestaanden willen een luisterend oor, zodat ze steeds weer kunnen vertellen over het verlies en de overledene, maar vooral ook over dagelijkse zaken.
- ❑ Aanwezig zijn: van familie en vrienden, vaak zonder veel gesprek of actie, wordt zeer waardevol gevonden.
- ❑ Warmte bieden: bijvoorbeeld, een arm om een schouder.
- ❑ Initiatief tonen: veel nabestaanden stellen het op prijs dat anderen zelf creativiteit tonen en initiatieven nemen. Een weduwnaar was blij verrast door de uitnodiging van zijn 9 jarige neef die op de verjaardag zijn overleden tante, een tekening wilde brengen naar het graf. De man die dit in eerste instantie niet van plan was, ging mee naar het graf van zijn vrouw. Samen beleefden ze een waardevolle middag.
- ❑ Evalueren: niet voor de ander denken, maar bij de rouwende eens navragen of wat gebeurd (of juist niet gebeurt) wel goed is.

1.2.2 Wat vinden nabestaanden niet-steunend gedrag?

- ❑ Vermijding van de rouw: Bekenden komen te weinig langs. Als men komt wil men te weinig praten over de overledene; men doet vaak alsof er niets aan de hand is.
- ❑ In een keurslijf geperst worden. Te veel ongevraagde adviezen '*Je moeten eruit gaan*' of '*je moet erover praten*', te veel aanmoedigingen tot herstel '*de volgende Kerst ben je er weer helemaal bij*' en onecht inleven in de ander '*ik weet precies hoe je, je voelt*'

Wijsneusje:

Loop niet voor mij, want ik zal niet volgen.
Loop niet achter mij, want ik zal niet leiden.
Loop naast me, zoals een vriend.

Een rouwbegeleider draagt een bijzondere verantwoordelijkheid. Immers zij zullen die steun moeten bieden. Hoe zij hiermee omgaan hangt af van de eigen ervaring met verlies, evenals hun visie op leven en dood, hun houding naar andere hierin en hun kennis omtrent rouw en handelingen rondom rouw.

Opfrissers

- ❑ Rouw is het geheel van reacties dat optreedt na een verlies van een persoon met wie een betekenisvolle relatie bestond.
- ❑ Rouwen moet jezelf doen.
- ❑ Delen in gevoelens en gedachten van een rouwende kan veel steun geven.
- ❑ Afscheid nemen is voor iedereen belangrijk

1.3 Gecompliceerde rouw

Definitie van gecompliceerde rouw: "*Het intensiveren van het verdriet, zodat het de persoon overweldigt en deze toevlucht neemt tot onaangepast gedrag of eindeloos verdrietig blijft, zonder enige vooruitgang te boeken in het volbrengen van het rouwproces. Het zet processen in werking die geen vordering in het verwerken en aanpassen tot gevolg hebben, maar leiden tot stereotype herhalingen of langdurige onderbrekingen van het genezingsproces,*" (J.Bout, 1998)

Naast gecompliceerde rouw wordt ook wel gesproken van pathologisch, onverwerkt, abnormaal, chronisch, uitgesteld of overdreven verdrietig rouw. Gecompliceerde rouw is onder te verdelen in categorieën en is niet makkelijk vast te stellen omdat er allerlei criteria

zijn waaraan iemand moet voldoen. Wil men de diagnose gecompliceerde rouw vaststellen lijkt voorzichtigheid lijkt op zijn plaats. Het herkennen van gecompliceerde rouw is van belang in de begeleiding van jongeren in rouw omdat professionele hulp hierbij veelal noodzakelijk is. Signalen van gecompliceerde rouw kun je bespreekbaar maken binnen je team en bespreken met de behandelingscoördinator. Samen kun je kijken naar de mogelijkheden voor professionele hulp. Je kan te maken hebben met de volgende vormen en kenmerken van gecompliceerde rouw;

1.3.1 Chronische rouw

Bij chronische rouw worden de rouwreacties ook na lange tijd niet minder. Er is sprake van blijvende reacties zoals huilen, angst, protest, somberheid en het obsessief opwekken van rouw. Kortom allemaal reacties die kenmerkend zijn voor de eerste weken na het overlijden. Als er sprake is van chronische rouw lijkt het of het overlijden kort daarvoor heeft plaats gevonden.

Aanwijzingen voor chronische rouw zijn vaak al snel na het overlijden te voorspellen wanneer het intens verdriet aanhoudend en er een sterk verlangen naar de overledene blijft samen met gevoelens van hulpeloosheid en angst

Chronische rouw kan optreden als iemand in een heel korte periode net meerdere verlieservaringen te maken heeft gehad. Vaak werd de relatie met de overledene gekarakteriseerd door een hoge mate van afhankelijkheid.

1.3.2 Ontkende rouw

Ontkende rouw kan ontstaan als een nabestaande de overledene niet meer heeft kunnen zien. Gedachten en emoties die met het overlijden te maken hebben vaak sterk onderrukt. Kenmerkend is dat het overlijden bijna altijd extreem beangstigend is.

Ontkende rouw dient onderscheiden te worden van een *adequate aanpassingsstrategie* die bestaat uit het vermijden van pijnlijke emoties gedurende een bepaalde tijd.

Deze reacties zijn moeilijk van elkaar te onderscheiden, het verschil zit hem in de angst bij de confrontatie van het verlies bij onkenende rouw, terwijl bij strategische vermijding juist de pijn en het verdriet domineren.

1.3.3 Uitgestelde rouw

Bij uitgestelde rouw vertoont iemand in de eerste periode na het verlies niet of nauwelijks reacties. Deze treden pas na een lange tijd op. Bij kinderen en jongeren is dit een normale reactie, zij rouwen op hun eigen manier en op hun eigen tempo. Kinderen stellen rouw niet bewust uit, volwassenen doen dit wel. Uitgestelde rouw wordt gekenmerkt door een lange periode in het rouwproces zonder rouwreacties.

1.3.4 Getraumatiseerde rouw

Deze vorm van rouw kan voorkomen wanneer het overlijden plaats vond onder traumatische omstandigheden bijvoorbeeld een verkeersongeluk. Kenmerkend voor traumatische rouw is dat de nabestaande er niet aan toe komt om het geleden verlies te verwerken, doordat deze overweldigd wordt door de traumatische herinneringen rond het overlijden.

1.3.5 Gesomatiseerde rouw

Bij gesomatiseerde rouw blijft een emotionele reactie op het verlies uit en worden er lichamelijke klachten geuit waarvoor geen medische oorzaak te vinden is. Het betreft veel nabestaande die niet geleerd hebben emoties en spanningen anders dan op een lichamelijke manier te uiten. Bij jongeren waarvan bekend is dat zij moeite hebben met het uiten van emoties, moet men op deze vorm van gecompliceerde rouw bedacht zijn.

1.4 Het rouwproces

Het rouwproces zoals in deze paragraaf beschreven is het rouwproces zoals volwassenen dit doorlopen. Het verschil in een rouwproces tussen kinderen en volwassenen zit in kleine nuances, deze worden beschreven in hoofdstuk twee. Onderstaande geeft een indruk van de inhoudt en het verloopt van het rouwproces.

Het rouwproces is het proces dat zich binnen in een mens afspeelt, onafhankelijk van de buiten wereld. Iedereen die een dierbare heeft verloren doorloopt het rouwproces. Het rouwproces is een langdurig proces waarvan in het begin de duur niet vaststaat. Iedereen rouwt namelijk op de manier die bij zijn of haar persoonlijkheid past. Iedere rouwende bepaalt een eigen pad in het rouwproces. Wel is het zo dat er veel herkenbare momenten zijn aan te wijzen in het rouwproces, zoals de rouwfasen en de rouwtaken.

Het doel van het rouwproces is de overledene emotioneel een plekje te geven waardoor het voor de nabestaande mogelijk is om verder te gaan met zijn leven. Hierin spelen aanvaarding, acceptatie en verwerking een grote rol.

Rouwreacties die te herkennen zijn in het rouwproces uiten zich in gevoelens, gedrag en gedachten. Rouwtherapeuten gebruiken rouwfasen of rouwtaken voor het verklaren van het rouwproces. De laatste jaren wordt er meer uitgegaan van de rouwtaken aan de hand van het rouwtakenmodel van de Amerikaanse psychiater en rouwtherapeut W. Worden. De reden dat er aandacht wordt besteedt aan de rouwfasen omdat de fasen door de rouwtaken heenlopen. Het verklaart veel emoties die men in het rouwproces tegenkomt.

Wijsneusje:

De verdrietige mens moet een mens met verdriet worden.....

1.4.1 Rouwreacties

De nabestaande moet het verlies zelf verwerken, dit vraagt zijn volledige inzet en een soms bijna bovenmenselijke krachtsinspanning. Het verwerken gaat gepaard met intense, verwarrende en soms ook tegenstrijdige gevoelens, zoals verdriet, somberheid, boosheid, schuldgevoelens en angst. Ook in het gedrag van de nabestaanden komen reacties op het overlijden van een dierbare tot uiting. Je ziet dat rouwende steeds weer willen praten over de overledene of steeds weer afscheid willen nemen van de overledene. Andere zullen juist heel actief bezig zijn met dingen die niets met de het overlijden te maken hebben. Tenslotte heeft het overlijden van een dierbare invloed op de gedachten en herinneringen. De nabestaande kan bijvoorbeeld voortdurend terug denken aan de dagen rondom het overlijden. Er kunnen veel herinneringen naar boven komen over de periode dat de overledene nog leefde. De gedachten en herinneringen kunnen prettig zijn, maar ook een angstaanjagend of een opdringerig karakter hebben.

1.5 Rouwfasen

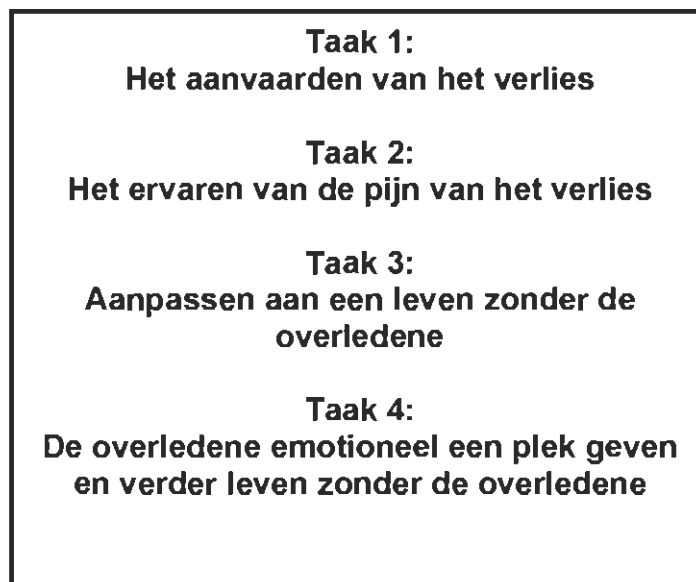
Nabestaande hebben er behoefte aan om te weten waar ze aan toe zijn na een verlies. Hoe lang gaat het rouwen duren? Hoeveel pijn en verdriet kunnen ze nog meer verwachten? Om deze reden is het indelen van het rouwproces in gedeeltes zo populair. Het geeft een soort schijnzekerheid en controle over wat jezelf of de ander overkomt. De Amerikaanse arts-psychiater Elizabeth Kübler Ross verdeelt de herkenbare momenten in, in de fasen:

- ❑ Shock
- ❑ Desoriëntatie
- ❑ Ontkenning (Nee, mama is niet dood)
- ❑ Opstandigheid (die boosheid en soms schuldgevoelens oproept)
- ❑ Aanvaarding
- ❑ Integratie (van het verlies in het alledaagse leven)

De eerste momenten na het bericht van overlijden is er sprake van shock en ongeloof. "Hoe kan dat nou? Ik geloof het niet". Na de eerste shock volgen er verschillende fasen die niet door iedereen in dezelfde volgorde wordt doorlopen. Ook de duur van de periode is voor iedereen verschillend. Een feit is dat ieder deze fasen meemaakt in zijn rouwproces. De laatste fase is voor iedereen de intergratie van het verlies in het alledaagse leven. Deze fase kan worden omschreven als herstel en voltooiing, met als kenmerk dat de nabestaanden de draad van het leven weer oppakken zonder dat zij daarin belemmerd worden door hun verdriet of andere rouwreacties. Deze laatste fase komt overeen met de laatste taak uit het rouwtakenmodel van W. Worden

1.6 Rouwtaken

In deze handleiding is uitgegaan van de rouwtakenmodel van de Amerikaanse psychiater en rouwtherapeut W. Worden. W. Worden gaat ervan uit dat rouwen hard werken is waarbij taken verricht moeten worden. Het volbrengen van deze taken veronderstelt activiteiten van de betrokkene zelf maar kan ook externe beïnvloeding inhouden. Het rouwtakenmodel benadrukt de uitkomst van een rouwproces en de taken die verricht moeten worden. W. Worden onderscheidt een viertal taken waar de nabestaande voor staan. Worden deze taken niet volledig doorlopen spreekt men wel van "geen goede rouwverwerking". Het belang van goede rouwverwerking is groot, het kan leiden tot gecompliceerde- of onverwerkte rouw, wat weer psychische en lichamelijke klachten kan geven in de rest van het leven.



1.6.1 Taak 1: Het aanvaarden van het verlies

Aanvaarden van het verlies betekent: het geloven en onder ogen kunnen zien van het verlies, het verstandelijk weten en het gevoelsmatig beseffen dat het verlies heeft plaatsgevonden. Net na het overlijden en soms nog lange tijd daarna, is dit alles nog heel moeilijk. Mensen geven dit wel aan in woorden als: "ik kan niet geloven dat hij dood is", "het dringt niet tot me door dat hij nooit meer terug zal komen". De realiteit van het overlijden dringt pas geleidelijk door. Hoewel nabestaanden verstandelijk gezien al snel weten dat de ander overleden is, is het gevoelsmatig aanvaarden van het verlies vaak lange tijd heel moeilijk. Zo kan het voorkomen dat nabestaande de overledene op straat zien lopen, tot hij zich plotseling realiseren dat, dat niet waar kan zijn. Wanneer men het verlies *niet* uit de weg gaat, dan nemen deze gedachten vaak af.

Het omgekeerde van aanvaarding van het verlies is ontkenning. Dit is niet verwonderlijk: het verdriet is vaak zo intens en de gevolgen van het verlies zijn vaak zo veelomvattend, dat men soms liever doet alsof het overlijden niet heeft plaatsgevonden. Ontkenning kan totaal

of gedeeltelijk zijn. Een voorbeeld van totale ontkenning is dat mensen geloven dat de dierbare niet dood is en in dit leven terug zal keren. Een voorbeeld van gedeeltelijke ontkenning is dat mensen nog een tijdlang de tafel voor de overledene dekken of tegen hem of haar praten. Hoewel ontkenning een begrijpelijke en normale reactie is, kan langdurige ontkenning soms tot problemen leiden. Het onder ogen zien van het verlies en het verwerken ervan wordt namelijk steeds moeilijker.

Wijsneusje: Rouwen is hard werken!

Welke reacties zie je?

- ☐ Ontkenning
- ☐ Ongeloof

Hoe kun je ondersteunen in deze taak?

- ☐ Laat de nabestaande de fase van ontkenning op zijn eigen tempo doorlopen. Forceer niets!
- ☐ Geef de nabestaande de ruimte om zijn verhaal te vertellen.
- ☐ Erken het verdriet.
- ☐ Leg uit dat rouw na het verlies van een dierbare een normale, gezonde reactie is en dat er veel tijd nodig is om dit verdriet te verwerken

1.6.2 Taak 2: Het ervaren van de pijn van het verlies

De verwerking van een verlies gaat vaak gepaard met emotionele pijn. Deze tweede taak gaat meestal vergezeld met diepe wanhoop, depressiviteit en tal van lichamelijke klachten. Verschillende emotionele reacties kunnen daarbij in afwisseling voorkomen. Zo kan het gebeuren dat de nabestaande zich het ene moment intens verdrietig, boos of somber voelt en er een hevig verlangen naar de overledene is. Op een ander moment is het verdriet meer op de achtergrond aanwezig. Het is goed om te beseffen dat het uiten van rouwgevoelens iets anders is dan het ervaren van deze gevoelens. Soms ervaren nabestaanden verdriet, maar uiten zij dit niet, of als zij alleen zijn. Ieder mens voelt en uit de emotionele pijn om het verlies op een andere manier. Het kan voorkomen dat mensen voor deze tweede taak wegglopen. Niemand vindt het immers prettig om pijn te voelen. Weglopen voor de tweede taak kan door het onderdrukken van verdriet of andere emoties of het wegstoppen van gedachten en herinneringen aan de overledene. Wanneer dit langdurig gebeurt en nabestaanden hun gevoelens blijven wegstoppen kan het den duur steeds moeilijker worden om het verlies een plaats te geven.

W. Worden is van mening dat deze tweede rouwtaak persé moet worden uitgevoerd, omdat zegt hij: *“nabestaanden de pijn anders hun hele verdere leven met zich mee zullen dragen”*. Bij deze tweede taak zijn reacties als ongeloof, ontkenning en verdoving meestal verminderd. Daarvoor in de plaats is er sprake van pijn en woede om het verlies. Dit heeft te maken met het feit dat de nabestaande in de meeste gevallen in staat zijn om de realiteit van het overlijden te aanvaarden. Het aanvaarden van het verlies brengt ook de boosheid naar voren, ‘waarom moet mij dit overkomen’ en wanhoop ‘hoe moet ik de financiën regelen?’ Nabestaanden kunnen bang zijn voor de toekomst. Dit kan te maken hebben met de bezorgdheid of ze het wel zonder hun dierbare zullen redden of met het besef dat andere of zichzelf ook kunnen overlijden. Tenslotte kunnen nabestaande veel angst hebben voor hun eigen reacties, zoals heftige emoties en lichamelijke klachten. Er ontstaat vaak het gevoel dat het nooit meer goed komt.

Welke reacties zie je?

- ☐ Verdriet / Wanhoop
- ☐ Angst
- ☐ Woede / Boosheid
- ☐ Depressiviteit

Hoe kun je ondersteunen in deze taak?

- ☐ Creëer ruimte om gevoelens te uiten
- ☐ Biedt ruim de gelegenheid om de gevoelens over het verlies te vertellen
- ☐ Vraag door op de gevoelens en reacties die het overlijden oproepen.
- ☐ Heb geduld met de nabestaande, ook al vertelt hij honderd keer zijn verhaal.

Wijsneusje:

Het is niet te voorkomen dat de vogels van droefheid landen op de schouders.

Wel is het te voorkomen dat zij nesten bouwen in ons haar...

1.6.3 Taak 3: Aanpassen aan een leven zonder de overledene

Het overlijden van een dierbare leidt vrijwel altijd tot veranderingen in het leven van nabestaanden. Op al die veranderingen moeten nabestaande een antwoord vinden. De mate waarin dit het geval is, is afhankelijk van de rol die de overledene vervulde. Een vrouw van wie de man altijd de beslissingen nam en die zorgde voor allerlei praktische zaken, staat na zijn overlijden voor de taak om zelfstandig beslissingen te nemen en om de praktische zaken zelf te regelen. Een moeder die de opvoeding van haar kinderen altijd met haar man deelde, staat na zijn overlijden ineens voor de taak om de kinderen alleen op te voeden. Er verandert soms ook iets in de identiteit van nabestaanden. Een man die zijn vrouw verliest is ineens geen echtgenoot meer, maar weduwnaar. Een moeder die haar enigst kind verliest, verliest haar moederrol. Kinderen die hun ouders verliezen hebben niemand meer om kind bij te zijn. Op alle veranderingen die er door en na het overlijden plaatsvinden moeten nabestaanden een antwoord vinden. Verwachtingen, ideeën en opvattingen over de toekomst en het leven moeten worden aangepast. Ze moeten zich opnieuw te bezinnen op het leven en de betekenis ervan. Het is niet ongebruikelijk dat nabestaanden het gevoel hebben dat alle richting in het leven verloren is gegaan. Soms zoekt men langdurig naar een antwoord op de vraag waarom het overlijden heeft plaatsgevonden. Het aanpassen betekent soms dat men een antwoord op deze vraag weet te vinden. Vaak betekent het echter dat men ermee moet leren leven en dat er geen antwoord op te vinden is.

Welke reacties zie je?

- ☐ Verandering van het zelfbeeld.
- ☐ Verandering van rol/positie in het dagelijkse leven.
- ☐ Bewustwording van de veranderingen die optreden in het dagelijkse leven
- ☐ De rol van de overledene wordt benoemd.

Hoe kun je ondersteunen in deze taak?

- ☐ Stimuleer de nabestaande in het nadenken over het leven waarvan de overledene geen deel meer van uitmaakt. Dit kan bijvoorbeeld door het stellen van vragen.
- ☐ Bekijk samen welke rol de overledene vervulde in het leven van de nabestaande.
- ☐ Vraag naar de nieuwe invulling van het leven van de nabestaande.
- ☐ Zoek samen met de nabestaande naar nieuwe perspectieven en betrek het sociaal netwerk hierbij.

1.6.4 Taak 4: De overledene emotioneel een plek geven en verder leven zonder de overledene

Het is onmogelijk om iemand die zo dierbaar was en die zo'n belangrijke plaats innam in het leven te 'vergeten' of 'los te laten'. Dat hoeft ook niet. De relatie met de overledene blijft bestaan, maar de aard van de relatie verandert. In een rouwproces dient men als het ware een (emotionele) plek te vinden voor de overledene. Dit is de periode van herstel. Het is duidelijk dat het leven nooit meer als vanouds wordt. Maar het leven blijkt weer waard om geleefd te worden. Wanneer de nabestaande, de overledene een plek weten te geven, is het voor de nabestaande weer mogelijk om verder te leven. Hij kan zich gaan richten op de toekomst en op dingen die niet met het verlies en de overledene te maken hebben. Nabestaande krijgen weer zin om op vakantie te gaan, of een (andere) baan te gaan zoeken. Onder het verder leven valt ook het aangaan van nieuwe banden en soms het aangaan van een nieuwe (intieme) relatie. Soms verloopt de verwerking van een verlies heel moeizaam omdat mensen moeite blijven houden met deze vierde taak. Het kan bijvoorbeeld gebeuren dat mensen zich vast blijven houden aan de overledene en de band met hem of haar niet veranderen. Het kan ook gebeuren dat mensen zich niet op de toekomst durven richten omdat zij het moeilijk vinden om met hun leven verder te gaan zonder de aanwezigheid van de dierbare. Voor mensen die op latere leeftijd een partner verliezen is het soms extra moeilijk om deze taak te volbrengen. Eenzaamheid komt veel voor omdat sommige ouderen niet over de mogelijkheden beschikken om zelfstandig dingen te doen of (nieuwe) contacten te maken en te onderhouden.

Net na het overlijden is het voor veel nabestaande moeilijk om terug te denken aan de tijd voor het overlijden, zonder enig verdriet. Na verloop van tijd zijn de meeste in staat om aan de fijne momenten uit het leven te denken. De herinneringen blijven echter nog lange tijd gepaard gaan met verdriet. Dat is begrijpelijk, aangezien de nabestaande door de herinneringen telkens weer geconfronteerd wordt met het verlies. Over het algemeen kunnen de nabestaande na verloop van tijd met meer plezier terug denken aan het verleden. Ze kunnen de draad van het leven weer oppakken en zich richten op de toekomst. Hun gevoelens, gedachten en gedragingen zullen geen belemmering meer vormen.

Welke reacties zie je?

- ☐ Ontwikkelingen en evenwichtige herinneringen
- ☐ Plezier beleven aan herinneringen
- ☐ Controle over gedachten en herinneringen
- ☐ Aanvaarding

Hoe kun je ondersteunen in deze taak?

- ☐ Besef dat de nabestaande nog steeds heel verdrietig kan zijn.
- ☐ Voorzichtig kan men de nabestaande helpen om zich te richten op wat hem vreugde biedt.

Opfrissers

- ☐ Rouwen is een noodzakelijk verwerkingsproces!
- ☐ Ieder mens rouwt anders en rouwt op zijn eigen unieke manier.
- ☐ Het rouwproces kan ingedeeld worden in fasen en taken.
- ☐ Elk rouwproces verloopt anders.
- ☐ Soms wordt er aan meerdere dingen tegelijk gewerkt.
- ☐ Er is geen vastgestelde "rouwtijd"
- ☐ Een mens staat voor vier rouwtaken
- ☐ Rouwreacties kunnen zich uiten in gedrag, gevoelens en gedachten.

Hoofdstuk 2

Jongere en rouw

“Heel veel grote mensen zeggen dat het voor kinderen nog niet zoveel uitmaakt. Want die zijn nog maar klein en kind. Dat is helemaal niet waar! Want kinderen die voelen net zo goed pijn!” (Carlos, 11jaar)

Citaat uit: ‘Ik krijg tranen in mijn ogen als ik aan je denk, schrijfster Ineke van Essen (1999)

Jongeren worden vaak ‘vergeten’ in hun verdriet. Dit heeft verschillende redenen. Volwassenen hebben het soms te ‘druk’ met hun eigen verdriet en bovendien willen zij jongeren sparen. Soms kan het ook lijken dat de jongeren goed omgaan met het verlies. Nog een reden kan zijn dat jongeren letterlijk niet gehoord worden in hun vraag om aandacht en troost. Jongeren verdienen echter alle aandacht na het overlijden van een ouder, zusje/ broertje en anderen. Want ook voor jongeren is het overlijden van een dierbare een traumatische ervaring

Jongeren staan er eenvoudigweg niet bij stil dat er iemand zomaar uit hun leven kan verdwijnen. Ze hechten zich aan iemand, sluiten vriendschap, houden van die ander en plotseling is die ander er niet meer. Het verlies is voor hen vaak totaal onverwacht en onbegrijpelijk. Wanneer zij te maken krijgen met een ernstig verlies, komen zij net als volwassenen terecht in een rouwproces. De hevigheid van rouw bij jongeren doet niet onder voor die bij volwassenen en het rouwproces verloopt in grote lijnen hetzelfde. Jongeren echter, laten hun verdriet en gevoelens op een andere manier zien. Volgens Riet Fiddelaers-Jaspers manifesteren die verschillen zich op vier gebieden: de ontwikkelingsfase, het denken, het voelen en het gedrag. De wijze waarop jongeren iets proberen te begrijpen van dood en rouw (en hier al dan niet in slagen) is gerelateerd aan de cognitieve, emotionele en fysieke fase van hun ontwikkeling.

Wijsneusje:

Neem kinderen en jongeren serieus in hun verdriet

2.1 Rouwgedrag

Jongere zitten nog volledig in hun psychologische en emotionele *ontwikkelingsproces*. Het kan daarmee niet stoppen of een pauze inlassen. Door het gelijktijdig plaatsvinden van de rouw en het groeiproces kan één van beide in de knel komen. Riet Fiddelaers-Jaspers zegt hierover: “de druk van de interne processen botst met de noodzaak van een time-out. Dus moeten het rouwen en de psychologische groei tegelijkertijd plaats vinden”. Om te kunnen rouwen moeten jongeren begrijpen wat de dood is. Zij *denken* immers niet zo als volwassen, het denkproces is in ontwikkeling. Jongeren zien dingen heel concreet en pakken uitspraken vaak letterlijk op. Jongeren hebben zeker dezelfde mogelijkheden als volwassenen om te *voelen* maar zijn (nog) niet in staat deze te uiten en te beschrijven. Zij begrijpen de pijn hun buik of tranen in hun ogen niet. Ze worden angstig van deze gevoelens. Jongeren laten rouw veelal door hun *gedrag* zien. Hierbij moet je onder andere denken aan angst en agressie, allerlei gedrags- en slaapstoornissen, eet- en zindelijkheidsproblemen. Door de verschillende uitingen van verdriet is het voor volwassenen vaak erg moeilijk om het rouwgedrag bij kinderen te herkennen.

Jongeren hebben veel verdriet als iemand is overleden, maar het ligt niet in hun mogelijkheden om de hele dag continu verdrietig zijn. Zij wisselen treurige momenten automatisch af met vrolijke, actieve momenten. Hoe jonger kinderen zijn, hoe meer zij

behoefte hebben hun aandacht van het verdriet af te leiden. Dit doen zij door actief bezig te zijn met bijvoorbeeld, het spelen met de lego of barbies. Ook als ze ouder worden kan dit gedrag voorkomen. Zelfs bij volwassenen is dit gedrag waar te nemen, denk aan mensen die zich helemaal op hun werk storten. Het is gebleken dat jongeren hun emoties pas echt gaan tonen als zij zich veilig voelen in de omgeving en situatie waarin zij zich bevinden. Zij kunnen hun eigen verdriet verdringen als ze zien dat bijvoorbeeld een ouder verdrietig is na aanleiding van het gebeuren. Zij zullen hun ouder(s) niet willen belasten

Wijsneusje:

Het mag bij een serieus rouwproces niet blijven bij enkel de herkenning van gedragingen, maar moet uiteindelijk leiden tot een goede begeleiding van het kind.

Een jongere dat een zwaar verlies lijdt raakt uit balans. Rouw is zwaar en heeft een negatieve invloed op de gezondheid en welbevinden van de jongeren. Rouw is wel nodig om weer in evenwicht te komen. Jongeren laten een rouwgedrag zien passend bij hun ontwikkelingsfase. Daarom is het moeilijk om jongeren te begrijpen in hun verdriet, zeker als zij nog heel jong zijn. Uitingen van rouw worden vaak niet als zodanig herkend. Hoe ouder de kinderen worden hoe meer hun rouwreacties zullen gaan lijken op die van volwassenen. Een groot verschil in reacties tussen volwassenen en jongeren is; volwassenen tonen hun rouwreacties vaak direct na het overlijden. Daarentegen komen de eerste rouwreacties bij jongeren soms pas enkele weken of maanden na de dood. deze reacties kunnen zijn:

ONTKENNING

"Mijn mama is niet dood gegaan". Als een jongere meteen weer verder speelt of lacht op een manier die niet bij de situatie past, betekent dat niet dat er geen gevoel is, maar dat het verlies eenvoudig te moeilijk te dragen is.

BOOSHEID

"Hoe kunnen ze dood gaan en mij zomaar in de steek laten?"

"Waarom hebben mij papa en mama niet beter voor mijn broertje gezorgd?"

"Waarom heeft God mijn vriendje laten doodgaan?"

SCHULDGEVOEL

"Als ik niet zo stout geweest was zou mijn mama niet zijn doodgegaan"

"Ik was boos op mijn broer en daarom is hij doodgegaan"

PANIEK

"Wie gaat er nou voor mij zorgen?"

LICHAMELIJKE SPANING EN ANGST

"Niet weggaan, mama!"

"Oom Jan, hou je net zoveel van mij als papa?"

JALOEZIE

"Waarom hebben zij hun moeder/vader nog wel?"

VERDRIET/EENZAAMHEID

"Ik mis papa zo, waarom komt hij niet terug?"

Sommigen zullen veel van de hier beschreven reacties vertonen, andere slechts een enkele.

Om de dood begrijpelijk en daardoor verdraaglijke te maken zullen jongeren op zoek gaan naar informatie. Zij zullen vragen stellen. Vragen van jongeren kunnen door hun eerlijkheid soms cru over kunnen komen. Voor een hevig geëmotioneerde opvoeder is het heel moeilijk om de gevraagde informatie zo helder en duidelijk mogelijk te geven. Toch is het belangrijk dat volwassenen in deze situatie een eerlijk antwoord geven op de vragen en niet om de feiten heen draaien. De informatie die je de jongere verstrekt zal in het begin summier zijn en

steeds meer details gaan bevatten. Reële informatie die het nodig heeft voor de verwerking van het verlies mag de jongere nooit onthouden worden. Met deze informatie worden niet alleen de antwoorden op de vragen bedoeld bedoeld, maar ook dierbare en fijne herinneringen aan de overledene.

Wijsneusje:
Dood gaan is definitief, verzijn er dus geen smoesjes omheen

Wanneer een jongere op een eerlijke manier verteld wordt wat er is gebeurd of wat de dood betekent, kunnen ze de confrontatie met het verlies meestal goed aan. Een eerlijk antwoord geven is de feiten niet verzachten maar op een, voor hun niveau, begrijpelijke wijze uitleg geven. Vertel het kind de waarheid, in bewoordingen die het kind kan begrijpen. "Opa voelt niets meer", "opa komt niet meer terug" enzovoort. Denk er aan, dat verzachtende antwoorden bij kinderen kunnen leiden tot verwarring en angst.

JE MOEDER IS OP EEN VERRE REIS GEGAAN

"Waarom huilt iedereen dan?" "Waarom heeft ze me niet gedag gezegd?"

JE TANTE WAS ZIEK EN ZE MOEST NAAR HET ZIEKENHUIS

"Als ik ziek ben, moet ik dan ook naar het ziekenhuis en ga ik dan ook dood?"

"De dokter is stout, hij heeft mijn zusje dood gemaakt"

OPA BLIJFT HEEL LANG SLAPEN

"Ik wil niet naar bed, anders ga ik dood"

Gedetailleerde gruwelijke details echter, mogen achter wegen blijven. Vooral jonge kinderen hebben een uitgebreide fantasie en kunnen onrealistische ideeën krijgen over de dood wanneer er geen eerlijke uitleg gegeven wordt.

Ga ervan uit dat jongeren zelf hun grenzen aangeven wat betreft de feiten die zij aankunnen

Opfrissers

- Kinderen zijn op de dood niet voorbereid.
- Kinderen rouwen op hun eigen manier en op hun eigen tempo.
- Voor het tonen van emoties is een "veilige" omgeving nodig.
- Kinderen kunnen niet de hele dag verdrietig zijn
- Het verschil tussen rouwgedrag van jongeren en volwassenen zit hem vooral in, het denken, het voelen en het gedrag.
- Kinderen uiten hun rouwreacties in een latere fase
- Kinderen zijn het meest gebaat bij eerlijke antwoorden op hun vragen.

2.2 Specifieke kenmerken per leeftijdsfase

Jongeren rouwen, dat is duidelijk. Maar zij rouwen niet allemaal hetzelfde. De rouwreacties van jongeren hangt samen met de leeftijdsfase en de emotionele- en cognitieve ontwikkeling. In de rouwbegeleiding aan jongeren moeten we ons dit realiseren. Om een indruk te geven hoe kinderen het verlies ervaren en er mee om gaan zijn hieronder specifieke kenmerken per leeftijdsfase beschreven. Hierbij moet er wel rekening gehouden worden met het ontwikkelingsniveau van het kind. De leeftijdsgrens moet dan ook soepel genomen worden.

2.2.1 Kinderen 0 tot 6 maanden

Wanneer een baby een ouder verliest, zal het kind huilerig kunnen worden door het gemis aan de gewende warmte die het van de ouder kreeg. Verder zijn er op deze leeftijd geen rouwreacties aanwezig. Een kind dat op deze leeftijd te maken krijgt met een verlies zal daar geen blijvende gevolgen aan over houden.

2.2.2 Kinderen 6 maanden tot 2 jaar

Er zijn geen zichtbare rouwreactie waarneembaar zoals huilen, wat deze leeftijd laat zien is zoekgedrag, regressief gedrag, slecht eten en rond de twee jaar verzetsuitingen tegenover anderen. Een kind rond de twee jaar zal een ouder wel missen.

Wijsneusje:

Aan de hand van het doodgaan van bloemen of planten kan het kind een beeld krijgen van de dood, door natuurlijke oorzaken zoals ouderdom.

2.2.3 Kinderen 2 jaar tot 6 jaar

De emotionele reacties op het verlies zijn in deze fase bij alle kinderen ongeveer hetzelfde. Zij laten rouwreactie zien in de vorm van angsten, onzekerheid, klampgedrag en huilen. In eerste instantie reageren zij op de ontreddering van de ouderen in een later stadia ook als verliesreactie. Het kind zal wisselende stemmingen tonen met snelle overgangen van verdriet naar blijheid. Kinderen kunnen niet lange tijd achter elkaar verdrietig blijven. Het kind zit nog in de fase "magische" denken en zal dus met magische verklaringen komen met betrekking tot de dood. Het kan oorzaak en gevolg niet goed interpreteren en zijn geneigd psychologische motieven toe te schrijven aan gebeurtenissen. Een kind kan bijvoorbeeld denken dat een ouder dood is gegaan omdat het boos was op hem. Ook zal het proberen kinderlijke oplossingen te vinden bijvoorbeeld; "dan kopen we toch een nieuw zusje". Een kind in deze leeftijdsfase is totaal ontredderd als er een scheiding plaats vindt met een geliefd persoon. Kinderen vanaf drie jaar kennen het woord dood wel, maar zij kunnen zich geen voorstellingen maken wat dood zijn precies inhoudt. Het begrijpt nog niet dat de dood definitief is. Het kind kan wachten op de terugkomst van de ouder. Er ontwikkelt zich wel een steeds realistischer beeld van de dood. Een kind leert door kleine verliezen zoals bijvoorbeeld de dood van een huisdier. Ook de dood van een bloemen en planten of kleine dieren zoals een spin of mug maakt dat een kind leert begrijpen dat de dood definitief is. Eerlijke feitelijke verklaringen van de dood die op een rustige manier worden gegeven, geven het kind greep op de werkelijkheid, waardoor hij zich bij latere, meer persoonlijke verliezen beter zal kunnen aanpassen. Kinderen in deze leeftijdsfase kunnen hun gevoelens niet zo precies differentiëren. Kinderen die zich nog niet door middel van spraak kunnen uiten en vertonen soms de volgende reacties op het verlies:

- ☐ Bedplassen
- ☐ Verminderde eetlust
- ☐ Verstoorde slaap
- ☐ Plakkerig gedrag

2.2.4 Jongeren van 6 tot 12 jaar.

Jongeren vanaf vijf jaar ervaren een duidelijk verlies gevoel Dit uit zich in zijn gedrag. Het kind is boos, wanhopig of verdrietig. Zij kunnen al een betrekkelijk volledig beeld van de dood hebben en begrijpen dat de dood een scheiding betekent van een geliefd persoon. Zij beseffen ook dat dode mensen niet meer kunnen bewegen, dit is voor hen heel verontrustend even als het feit dat doden niet meer kunnen horen, zien en voelen. Het verschil tussen "doen alsof (bijvoorbeeld tijdens cowboytje spelen)" en "echt dood zijn" moet duidelijk gemaakt worden, zodat het kind beseft dat "echt dood zijn" betekent dat je nooit meer tot leven komt.

Tussen het zevende en negende jaar vindt een belangrijke ontwikkeling plaats in de beeldvorming over leven en dood. Jongeren begrijpen dat de dood definitief is. Dit is essentieel voor het begrijpen van de dood. Jongeren van acht tot negen jaar beseffen dat ze zelf ook dood kunnen gaan en dat de dood een lichamelijke oorzaak heeft en niet komt door dat zij "stout" zijn geweest. Ze beginnen nu te begrijpen dat ieder levend organisme een keer dood gaat. Dit kan een troost zijn voor een kind dat het oneerlijk vindt dat iemand is overleden, terwijl ieder ander wel leeft en leuke dingen kan gaan doen.

In deze leeftijdsfase kunnen jongeren rouwreacties laten zien in de vorm van huilen, opstandigheid omtrent het verlies, schuldgevoelens en agressie. Deze agressie kan gericht zijn op; het eigen voortleven of gericht op de nabestaande ouder.

In deze fase komt verstoringen in emotioneel gedrag veel voor. Dit kan wel een jaar na het overlijden aanwezig zijn zoals:

- Niet naar school willen
- Stelen
- Slechte concentratie

In 30% van de kinderen komt dit gedrag na twee jaar nog voor. Maar ook in deze fasen zullen er snelle overgangen zijn van het verdriet naar het gewone gedrag.

2.2.5 Adolescenten

Jongeren vanaf twaalf jaar begrijpen de uiterlijke kenmerken van een dood lichaam, zij hebben hier vaak veel belangstelling voor. Zij komen met de grote "waarom"-vragen. Adolescenten hebben hun eigenopvatting over de dood.

Het verlies van een geliefd persoon kan invloed hebben op het ontwikkelen van een eigen identiteit en het los maken van de ouder wordt vaak uitgesteld. Jongeren kunnen op deze leeftijd blij geven van een schijnbare onverschillige of ongevoelige houding. Dit is te verklaren met het feit dat zij in conflict komen met hun drang naar onafhankelijkheid en, door het verlies, de hang naar blijvende afhankelijkheid. Bij het verlies van een ouder, broertje of zusje wordt het moeilijk om je los te maken van je ouder(s). Een adolescent wil alles zelf regelen, maar heeft bij het verwerken van een verlies de aanwezigheid, veiligheid en geborgenheid nodig van de (overgebleven) ouder. Wel kan van dit opgroeiende kind verlangd worden dat het reëel tegen de dood aankijkt.

Adolescenten uiten hun verdriet al meer zoals volwassenen, rouw reacties worden "gewoon". Bij rouwreactie kan je ook nu denken aan huilen, ontredde, opstandigheid enzovoorts. In deze fase zullen rouwreacties eerder worden getoond in het bijzijn van vrienden, dan in het bijzijn van ouders. Deze leeftijdsfase kenmerkt zich ook door het uiten van gevoelens in gedichten, dagboeken of liedjes.

Als tegenhanger van deze uitingen kan er ook een kans bestaan op ontkenning en afweer ten aanzien van deze gevoelens, probleem gedrag kan dan het gevolg zijn, denk hierbij aan; spijbelen, zwerven, drankmisbruik, delinquentie, uitdagend risicovol gedrag. Dit risicovol gedrag doet denken aan compensatie of ontkenning van het gemis.

Opfrissers

- Kinderrouw is afhankelijk van de ontwikkelingsfase.
- Elke leeftijdsfase heeft specifieke rouwkenmerken.
- Een jong kind komt met magische verklaringen voor de dood.
- Het besef dat de dood definitief is, ontstaat.
- Kinderen zijn het meest gebaat bij eerlijke en begrijpelijke antwoorden.
- Jongeren vanaf twaalf jaar komen met de grote "waarom"-vragen

Wijsneusje:
Verdriet is onlosmakelijk verbonden met het leven, het hoort erbij

2.3 Rouwtaken bij jongeren

Ook jongeren komen in het rouwproces voor vier rouwtaken te staan. Het is van belang dat deze rouwtaken daadwerkelijk voltooid worden. Het niet voltooien van deze verdriettaken kunnen verdere groei en ontwikkeling belemmeren. De taken hebben geen specifieke volgorde, maar er is wel een zekeren volgorde voorgesteld in de omschrijving. Zo kan de jongere bijvoorbeeld niet met de emotionele gevolgen van een verlies omgaan als het ontkent dat het verlies heeft plaatsgevonden.

De rouwtaken zeggen niet zo veel over het rouwproces, maar meer over de uitkomst.

Taak 1
Erkenning: beseffen dat iemand echt dood is.

Taak 2
Emoties ervaren, verwerken en herkennen

Taak 3
Aanpassen

Taak 4
Investeren

2.3.1 Taak 1 Erkenning: beseffen dat iemand echt dood is.

Jongeren moeten leren beseffen, dus *erkennen*, dat de dood betekent dat de papa nooit meer terug komt. Ze moeten met de werkelijkheid van het verlies leren leven.

Jongeren zullen nog regelmatig denken dat ze papa zien lopen op straat, of zeggen "ik vraag het even aan papa" om dan pas te beseffen dat papa dood is. Het is nodig dat ze begrijpen wat er gebeurt is en wat dat voor hun leven betekent. Geef daarom eerlijke en begrijpelijke informatie, laat de jongeren afscheid nemen en betrek ze zoveel mogelijk bij de uitvaart. Sommigen weigeren te erkennen dat de dood een vaststaand gegeven is en lopen bij deze eerste taak al vast. Deze ontkenning gaat meestal om het verlies zelf, de betekenis of de onomkeerbaarheid van het verlies. Het gaat niet alleen om de rationele aanvaarding, maar ook de emotionele.

Om tot aanvaarding van het verlies te komen is (veel) tijd nodig. Informatie over het verlies maakt dat het verlies ingepast kan worden in het bestaande denkkader.

Welke reacties zie je?

- ☐ Ongeloof
- ☐ Ontkenning
- ☐ Onbegrip

Hoe kun je ondersteunen in deze taak?

- ☐ Hou bij alles wat je zegt of doet rekening met de leeftijd en het ontwikkelingsniveau.
- ☐ Wees zo open mogelijk over wat er gebeurd is.
- ☐ Geef zo nauwkeurig mogelijk uitleg over de dood.
- ☐ Laat kinderen persoonlijk afscheid nemen.
- ☐ Geef het kind, steeds weer, de gelegenheid om te praten over de gebeurtenis.
- ☐ Erken het verdriet.
- ☐ Reageer direct op vragen en opmerkingen, ook als het niet het 'goede' moment is.

2.3.2 Taak 2 Emoties ervaren, verwerken en herkennen

De jongere kind staat voor de zware taak om de pijn van het verlies te ervaren, te verwerken en te accepteren. Dit doet pijn. Jongeren zullen hiervoor zo veel mogelijk "weglopen". Om de taak van het ervaren van het verlies te kunnen voltooien hebben kinderen deze pijn ervaring wel nodig. Toedekken en vermijden verlengt het rouwproces.

Het herkennen en leren uitdrukken van gevoelens bij deze tweede taak van belang. Er is geen weg om de gevoelens heen. Het gaat hierbij niet alleen om angst en verdriet maar ook om boosheid, schuld, agressie en jaloezie. Jongeren moeten ervaren dat er geen verkeerde of rare gevoelens zijn en dat over gevoelens praten belangrijk is. De jongere zal zijn gevoelens pas uiten op het moment dat hij de omgeving als veilig ervaart. Het voltooien van deze taak wordt bemoeilijkt door de interactie tussen de jongere en mensen uit zijn omgeving. Vaak werken (goedbedoelde) adviezen tegengesteld. "Je hoeft geen verdriet te hebben" of, "je hebt alleen maar medelijden met jezelf". Dit kan leiden tot een verdringing van het verdriet en tot het ontkennen van de noodzaak tot rouwen. Bij deze tweede taak gaat het om twee ogenschijnlijk tegengestelde processen: *onthechting* en *identificatie*.

Onthechting ontstaat door het zich herhaaldelijk herinneren en herbeleven van de ervaringen met de overledene voor zijn of haar dood, waardoor geleidelijk de banden losser worden en de realiteit van het leven zonder hem of haar wordt geaccepteerd. Bij de identificatie neemt de rouwende en stukje van de overledene in zich op en maakt zich dat eigen om hem zo altijd bij zich te houden.

Welke reacties zie je?

- ☐ Verdriet
- ☐ Angst
- ☐ Woede /Boosheid
- ☐ Jaloezie
- ☐ Agressie
- ☐ Schuldgevoel

Hoe kun je ondersteunen in deze taak?

- ☐ Creëer een klimaat van veiligheid waarin het kind zijn gevoelens kan uiten.
- ☐ Ontloop de confrontatie met zijn gevoelens niet.
- ☐ Zoek bij agressie een vorm waarbij het kind zijn agressie kan uiten zonder zichzelf of andere te beschadigen.
- ☐ Geef de jongere de mogelijkheid om zijn gevoelens op een creatieve manier te uiten. Bijvoorbeeld door te tekenen of poppenkastspel.
- ☐ Biedt ruim de gelegenheid om de gevoelens over het verlies te vertellen.
- ☐ Vraag door op de gevoelens en reacties die het overlijden oproepen, maar forceer niets.

2.3.3 Taak 3 Aanpassen

In deze taak verkent de jongere hoe het leven nu verder moet. Er zullen steeds opnieuw gebeurtenissen plaatsvinden die de jongere confronteert met het verlies. Denk hierbij aan verjaardagen, vakanties, of bijvoorbeeld het repareren van de kapotte fiets wat papa altijd deed. De jongere moet zich gaan aanpassen aan een veranderde omgeving. Hoe dit aanpassen verloopt en hoe zwaar dit de jongere zal vallen is afhankelijk van de band die de

jongere met de overlevende had en de uiteenlopende taken die deze vervulde. De jongere zal zich daarom veel vragen stellen. Wie zorgt er nu voor het eten, met wie moet ik nu spelen of wie koopt er nu kleren voor mij? Wanneer de band tussen de jongere en de overledene op het moment van overlijden niet harmonieus is kan de rouw nog intenser zijn. Het toekomst beeld, het komt weer goed, is dan immers verdwenen. Het vergt veel aanpassing om hiermee in reïne te komen. Jongeren kunnen bang zijn de overledene te vergeten en dat willen ze niet, maar toch zal het beeld van de overledene verdwijnen. Herinneringen spelen daarom een belangrijke rol bij deze taak. Jongeren willen immers papa niet vergeten. Foto's, videobanden of persoonlijke spulletjes helpen om de herinnering een plaats te geven.

Een valkuil in deze taak is:

Jongeren gaan de overledene idealiseren, soms krijgen ze het idee dat je ziek of overleden moet zijn om aandacht te krijgen.

Er ontstaat de neiging om jongeren extra klusjes te laten doen als één van de ouders is overleden. Iets extra's doen kan maar moet wel leeftijdspassend zijn.

Wijsneusje:

Verdriet is als een schaduw die plotseling, als je de hoek omgaat, er weer is en die je niet kunt ontlopen.

Welke reacties zie je?

- ☐ Angst voor de toekomst.
- ☐ Ophalen van herinneringen.
- ☐ Bewustwording van de veranderingen in het dagelijkse leven.
- ☐ De rol van de overledene wordt benoemd.

Hoe kun je ondersteunen in deze taak?

- ☐ Het blijft belangrijk dat het kind zijn verhaal kan vertellen.
- ☐ Haal samen met het kind herinneringen op eventueel met behulp van dierbare voorwerpen.
- ☐ Met samen een herinneringsboek of een bewaardoos.
- ☐ Biedt de kinderen een perspectief in het verdriet.
- ☐ Stimuleer de nabestaande in het nadenken over het leven waarvan de overledene geen deel meer van uitmaakt. Dit kan bijvoorbeeld door het stellen van vragen.
- ☐ Bekijk samen welke rollen de overledene vervulde in het leven van de nabestaande.
- ☐ Vraag naar de nieuwe invulling van het leven van de nabestaande.
- ☐ Zoek samen met de nabestaande naar nieuwe perspectieven en betrek het sociaal netwerk hierbij.

2.3.4 Taak 4 Investeren

De jongere moet investeren in nieuwe relaties, leren nieuwe banden aan te gaan en over de toekomst na te denken. Pas als de jongere de overledene emotioneel een plekje heeft gegeven kan het de draad van het leven weer oppakken. Lange tijd zal loyaliteit en schuldgevoel meespelen in de angst om nieuwe banden aan te gaan. Soms kunnen jongeren bang zijn om weer iemand kwijt te raken. Deze angst kan tot gevolg hebben dat de jongere kind in deze laatste taak blijft steken. Pas wanneer het zich vrij voelt om nieuwe banden aan te gaan is taak vier volbracht. De jongere zal nu ook aan de leuke momenten terug kunnen denken.

Freud, (1913, blz. 65). stelt het volgende: "Bij rouw moet er absoluut een vast omschreven psychische taak worden voltooid: het doel is zich los te maken van de verwachtingen van en de herinneringen aan de overledene".

Welke reacties zie je?

- ☐ De draad van het leven wordt weer opgepakt.
- ☐ Plezier beleven aan herinneringen.
- ☐ Loyaliteit en schuldgevoel.
- ☐ Nieuwe banden worden aangegaan.
- ☐ Aanvaarding.

Hoe kun je ondersteunen in deze taak?

- ☐ Geef het kind nog steeds de ruimte om te vertellen.
- ☐ Besef dat het kind nog steeds heel verdrietig kan zijn.
- ☐ Voorzichtig kan men het kind helpen om zich te richten op wat hem vreugde biedt.

Opfrissers

- ☐ In het begin van het rouwproces "vergeten" jongeren soms dat 'papa' is overleden.
- ☐ Toedekken en vermijden van de pijn, verlengt het rouwproces.
- ☐ Het niet voltooien van de vier rouwtaken kan groei en ontwikkeling belemmeren.
- ☐ Bij een niet optimale band kan de rouw nog intenser zijn.
- ☐ Loyaliteit en schuldgevoel spelen mee in de angst om nieuwe banden aan te gaan.
- ☐ De rouwtaken zeggen iets over de uitkomst.

Wijsneusje:

Bij een aangrijpende verlies ervaring worstelen mensen niet alleen met het feitelijke verloren gaan van een persoon, maar evenzeer met het verlies van het perspectief dat daar het gevolg van is

Hoofdstuk 3

Licht Verstandelijk Gehandicapten jongeren en rouw

Nog meer dan normaal begaafde jongeren, zijn verstandelijk gehandicapte jongeren vergeten rouwenden. Te vaak wordt er van uitgegaan dat zij niet begrijpen wat er aan de hand is, waardoor ze zo veel mogelijk worden ontzien bij een overlijden. De angst voor de reactie van de jongeren kan mede de oorzaak zijn zij worden ontzien. Dit probleem speelt zeker bij licht verstandelijk gehandicapten (LVG) jongeren. Toch is het van belang dat ook zij betrokken worden bij het overlijden. Betrokken worden bij het overlijden betekent al een start maken met het rouwproces waar door de kans op het goed doorlopen van het rouwproces wordt vergroot. Tevens verkleint het de kans op ontkende rouw. Een niet goed doorlopen rouwproces heeft ook bij deze jongeren een negatieve invloed op de gezondheid en het welbevinden.

3.1 De ontwikkelingsleeftijd en het niveau.

Het overlijden van een dierbare wordt door iedereen op een geheel eigen wijze beleefd. Om te begrijpen hoe iemand met een licht verstandelijke handicap de dood beleeft moet er naar de persoon in zijn totaliteit gekeken worden. Weet hij wat de dood inhoudt? Wat is zijn beleving daarbij? Kan hij erover praten?

Maar ook op welk ontwikkelingsniveau functioneert hij, verstandelijk, emotioneel, qua communicatie en zingeving? Welke levenservaring draagt hij met zich mee?

Er bestaan overeenkomsten tussen rouwprocessen bij mensen met een verstandelijke handicap en de manier waarop normaal begaafde kinderen in een bepaalde leeftijdsfase omgaan met dood en rouw. De mate van verstandelijke handicap is te koppelen aan een bepaalde ontwikkelingsleeftijd. Het is daarom zinvol te weten welke rouwreacties bij welke leeftijdsfase horen en de overeenkomsten met het ontwikkelingsniveau van verstandelijk gehandicapten te kennen. Meer over rouw, rouwtaken en de beleving per leeftijdsfasen is uitvoerig beschreven in hoofdstuk 2. Deze informatie zal meer inzicht geven over het rouwen van de jongeren en de begeleiding die ze daarbij nodig hebben.

Tussen de niveaus van ontwikkeling van LVG jongeren zijn grote verschillen te constateren. Met name tussen de verstandelijke en sociaal emotionele ontwikkeling, waarbij deze laatste in niveau achterblijft. De leeftijd en de levenservaring, de emotionele en gedragsproblemen zijn mede van invloed op de ontwikkelingsleeftijd van het kind. In de IBA's (intern begeleidingsadvies) van de jongeren kan terug gevonden worden in welke ontwikkelingsleeftijd hij zich bevindt.

Wanneer dit vertaald wordt naar de situatie rondom dood en rouwprocessen, dan is het belangrijk om met deze mogelijke verschillen in ontwikkeling rekening te houden. Problemen kunnen bijvoorbeeld ontstaan wanneer iemand met een licht verstandelijke handicap, die emotioneel functioneert op de ontwikkelingsleeftijd van twee jaar, alleen ondersteund wordt op het verstandelijk niveau. Je kan dan emotionele reacties verwachten, zoals agressie of verzet die niet bij zijn verstandelijke niveau horen. Hiervoor mag hij begrip verwachten. Dit begrip kan alleen gegeven worden als men bewust is van deze verschillen.

Wanneer je als ondersteuner meer zicht hebt op het ontwikkelingsniveau en de gedragingen en reacties die daarbij passen ben je beter in staat om de jongeren te begrijpen en hen de juiste ondersteuning te bieden.

Opfrissers

- De mate van verstandelijke handicap is te koppelen aan een bepaalde ontwikkelingsleeftijd.
- Grote verschillen zijn waarneembaar tussen de ontwikkelingsniveaus

3.2 Rouwbeleving

De rouwbeleving van de jongeren wonend bij De Bruggen Leiden zal veel van elkaar verschillen. Onder andere als gevolg van de ontwikkelingsleeftijd. Er zijn echter algemene reacties op de beleving van dood en rouw. Deze zal worden nader toelichten. Een LVG jongeren zal de wereld ervaren en ordenen vanuit zijn eigen behoefte en mogelijkheden en vanuit de sociale regels en normen die hij zich al eigen heeft gemaakt. Het besef dat iemand die ongeneeslijk ziek is, uiteindelijk dood zal gaan is in de meeste gevallen aanwezig. Er is een belangrijke ontwikkeling gaande in de beeldvorming over leven en dood. Het begrip dat de dood definitief is, is aanwezig. Dit is essentieel voor het begrijpen van de dood. De dood wordt vaak nog niet als onvermijdelijk en voor iedereen geldend gezien. 'Eerst gaan oude mensen of de erge zieke mensen dood'. Dit is een verschil met het beeld van normaal begaafde kinderen van acht á negen jaar die wel degelijk beseffen dat ze zelf dood kunnen gaan. Naast de uiterlijke dingen die bij een sterfgeval horen, interesseert hij zich ook voor wat er na de dood gebeurt. Een jongere gaat nadenken over de mythe van leven en dood en gaat op zoek naar verklaringen. De overlevende is in zijn beleving op een concrete plaats die lijkt op plaatsen die hij kent en die tot details beschreven kunnen worden. Hij kan denken dat er wederzijds contact mogelijk is met de overlevende en dat de overlevende het leven en de levende kan beïnvloeden. Ook kan hij in de overtuiging zijn dat er bij overlijden sprake is van rechtvaardigheid en eerlijkheid.

Een LVG jongere is impulsiever in zijn reacties, dan normaal begaafde jongere. Als hij verdrietig is laat hij het merken, hierbij houdt hij er geen rekening mee of het passend is in de situatie. De dood kan ook angst oproepen omdat hij niet alles wat ermee te maken heeft kan begrijpen en verklaren. LVG jongeren kunnen verder rouwreacties laten zien in de vorm van huilen, opstandigheid omtrent het verlies, schuldgevoelens en agressie. Deze agressie kan gericht zijn op; het eigen voorleven of gericht op de nabestaande ouder. Bovenstaande worden enkele rouwreacties genoemd. Er zijn echter nog een paar veel voorkomende reacties die meestal niet direct in verband worden gebracht met de rouw waarin de jongere verkeert. Te denken valt dan aan slaapstoornissen, eetstoornissen en zindelijkheidsstoornissen.

Veel jongeren wonende bij De Bruggen hebben naast een licht verstandelijke handicap, gedragsproblemen en/of psychische problemen. Er is tevens sprake van wisselende achtergronden. Belangrijk is om rekening te houden met het feit dat de jongeren wonend bij De Bruggen in hun reacties heel extreem kunnen zijn. De pieken en dalen zullen net iets hoger en lager zijn dan bij jongeren met een gemiddeld niveau. Omdat veel van de jongeren niet in staat zijn hun impulsen te bedwingen kunnen zij reageren met agressie. De manier waarop zij bezig kunnen zijn met de dood zal ons als hulpverleners vaak verbijsteren.

Opfrissers

- Bewust doodsbesef
- Toenemend inzicht in bepaalde structuren (wereldbeeld)
- Bewust van onomkeerbaarheid van de dood
- Denken na en praten over mysterie van leven en dood
- De dood is iets of iemand
- In het uiten van het verdriet wordt er geen rekening gehouden met de omgeving
- Agressie als uitingsvorm
- De dood kan angst oproepen

3.3 Rouwverwerking

Rouwverwerking begint al op het moment dat een dierbare stervende is of direct na het overlijden. Betrek de jongeren, wanneer dit mogelijk is, bij het hele proces van overlijden, afscheid nemen en de uitvaart.

Afscheid nemen is belangrijk. Even dag zeggen, aanraken of alleen maar kijken. De jongere moet zien en/of voelen, dus ervaren, dat papa echt dood is. Zeker jongeren met een licht verstandelijke handicap hebben ervaring nodig om te weten. Het niet gezien hebben van de overledenen kan soms ontkende rouw tot gevolg hebben. Zie pagina 13

Bij de uitvaart kan de jongeren kleine taakjes verrichten, maar ook meedenken over de kleding van de overledene of helpen muziek uitkiezen

Juist LVG jongeren hebben directe ervaringen nodig om te begrijpen. Dit geldt ook zeker voor het gemis. Het feit dat oma is overleden zal misschien geen reacties uitlokken bij het kind maar na verloop van tijd kan het kind geobsedeerd worden door alles en iedereen die met een oma te maken heeft. Jaloezie speelt dan ook mee, "hij krijgt wel een cadeautje van zijn oma".

Wijsneusje:

'Ik en de mensen uit mijn omgeving zijn niet ziek of oud, dus gaan niet dood.'

Ook LVG jongeren doorlopen de vier rouwtaken. De reacties en gedragingen zijn gelijk als die van normaal begaafde kinderen en jongeren. LVG jongeren zullen wel meer dan normaal begaafde jongeren behoefte hebben aan symbolen en rituelen. Verder spelen herinneringen een ontzettend grote rol bij het verwerkingsproces. De jongere heeft steun aan de wetenschap dat je door herinneringen een overledene toch heel dicht bij je kunt hebben. Bij sommige jongeren is dit gevoel zelfs zo sterk dat zij in gedachten of zelfs hardop praten en overleggen met de overleden persoon. Sommige hebben moeite met het ophalen van herinneringen (een foto album kan hierbij helpen).

Opfrissers

- Rouwverwerking begint bij op het moment dat je weet dat iemand stervende is, of als je kennis neemt van het overlijden
- Afscheid nemen is noodzakelijk
- LVG jongeren hebben directe ervaringen nodig om te begrijpen

Hoofdstuk 4

Rouw in andere culturen

Wanneer een jongeren binnen De Bruggen komt te overlijden is het contact tussen ouders en de instelling heel belangrijk. Beide hebben immers een band met de overledene. De uitgangspunten kunnen in veel gevallen ver uit elkaar lopen. Dit kan zeker gebeuren als het een kind betreft van allochtonen ouders. Zij hebben immers geheel andere rituelen en gebruiken dan wij in Nederland gewend zijn. Om morele spanningen te voorkomen is het noodzakelijk om als gesprek partners zich te verdiepen in elkaars standpunt. In deze situatie zal het hoofdzakelijk de hulpverlener zijn die kennis moet hebben van de achtergronden van de ouder(s). Verder is het belangrijk om op voorhand geen voorkeur voor de uitkomst te hebben.

Waar kan de hulpverlening fout gaan? Allochtonen ouders zullen heel andere wensen en rituelen aanhangen door het geloof of door hun cultuur ingegeven, dan wat de hulpverlener verwacht of wenselijk vindt. Ouders verwachten begrip voor hun visie en zullen in deze situatie een beroep doen op hun geldigheidsaanspraken¹. Wanneer beide (hulpverleners en ouders) een beroep doen op hun geldigheidsaanspraken en wanneer de geldigheidsaanspraken ter discussie worden gesteld kunnen er conflicten ontstaan. In de maatschappij komen ertussen verschillende culturen ook botsingen voor door geldigheidsaanspraken, maar iedereen trekt zich dan terug in zijn eigen domein. In de situatie hulpverlener /cliënt kan dat niet, zij kunnen zich niet van elkaar distantiëren. Hulpverleners komen op voor de belangen van de jongeren en de instelling. Ouders hebben hun visie wat goed is voor hun kind en hun geloof.

Mochten er spanningen ontstaan kan de hulpverlener, die toch in een betere positie verkeert en gezien wordt als deskundige, zich afvragen waarom zij de geldigheidsaanspraken niet erkennen.

4.1 Uitvaartrituelen en – gebruiken bij Moslims

Door lokale gebruiken, maar ook als gevolg van stromingen en richtingen binnen de religie kunnen bepaalde gebruiken afwijken van het beschrevene. Om overzicht te bewaren wordt er niet op elke uitzondering in gegaan. De hulpverlener zal door een goede communicatie met de cliënt te weten moeten komen of er nog belangrijke verschillen.

De basis van deze religie is het geloof in Allah als de enige God en in Mohammed zijn profeet. De dood neemt een belangrijke positie in binnen het Moslim geloof (de Islam). Zij geloven in een leven na de dood, waarbij men in het leven een plaats kan verdienen in het paradijs. De plaats in het paradijs krijgt men toegewezen op de laatste dag. De dag der oordeels. Op deze dag zal de engel Israfil de doden uit hun slaap wakker maken. De rechtvaardigen gaan direct door naar het paradijs van de engel Ridwan, de onrechtvaardige gaan direct door naar de hel, waar de engel Malik heerst.

¹ Geldigheidsaanspraken kunnen gezien worden als de rechten waar de ouders aanspraak op kunnen maken. Een voorbeeld: ouders zullen de uitvaart willen regelen naar hun eigen wensen, ingegeven door hun culturele achtergrond. Zij zijn immers de ouders. Hulpverleners kunnen ook aanspraak willen maken op bepaalde rechten. Zij hebben immers zo lang voor het kind gezorgd of zij denken beter te weten hoe alles geregeld moet worden. Zij gaan dan uit van hun eigen(lees instelling) wensen en behoeften.

De belangrijkste punten van de geloofsleer van moslims zijn:

- Geloof in Gods éénheid
- Zijn Engelen, Zijn Boeken, Zijn Boodschappers
- Geloof in het leven na de dood en de verantwoordelijkheid van de mens op de Dag dat hij voor God verschijnt.
- De goddelijke voorbeschikking, waarin het spanningveld tussen de absolute goddelijke wil en de vrije wil van de mens zichtbaar wordt.

Het voorlaatste en laatste punt zijn erg belangrijk bij de rouw en rouwgebruiken.

4.1.1 Voorschriften

In de Koran wordt nauwkeurig beschreven hoe men moet handelen bij een overlijden. Zo moet het dode lichaam moet worden gerespecteerd en mag op geen enkele manier worden beschadigd, crematie van het lichaam is dan ook verboden. Er moeten veel handelingen gebeuren waarvan er vrij veel gebeuren door naaste familie en vrienden. De imam (geestelijke) neemt rondom het overlijden wel een belangrijke plaats in, maar vanuit de Koran is het niet verplicht dat de imam aanwezig is bij het overlijden en de rituelen daarna. De ervaring is wel dat de imam in de meeste gevallen aanwezig is.

In de Koran worden vier taken beschreven, deze moeten worden uitgevoerd na het overlijden. Deze taken worden hieronder beschreven:

1. De rituele wassing

Na het overlijden sluit een van de aanwezige de ogen en bid iedereen. Daarna wordt het lichaam van de overledene naar een rouwcentrum voor Moslims gebracht waar de rituelen wassing plaats vindt. Dit is heel belangrijk omdat volgens de Koran al het gestorvene onrein is. Het wassen geschiedt door Moslim familieleden of vrienden, waarbij mannen worden gewassen door de mannen en vrouwen worden gewassen door de vrouwen. Uitzondering is dat echtlieden elkaar mogen wassen en verzorgen. Kinderen mogen zowel door mannen als door vrouwen worden gewassen dit zal meestal door de ouders samen gedaan worden.

Men wast het lichaam driemaal, is het dan nog niet rein genoeg, dan wordt wederom gewassen. Het aantal wassingen dien echter oneven te zijn. De geslachtsdelen worden met een doek bedekt. Bij het wassen wordt lotusblad, zepen en geurige parfums gebruikt, die echter geen alcohol mogen bevatten. Vanuit de Koran is bepaald dat er alleen betaald mag worden voor deze activiteiten als er beroepsmatig wordt gewerkt.

2. Het in doeken wikkelen

Na de wassing wordt de overledene in doeken gewikkeld, de man in 3 en de vrouw in 5 doeken. Er dient gewone stof te worden gebruikt zonder stiksels en geen zijde.

3. Het gebed voor de overledene

Tenslotte wordt het djanazah gebed voor de overledene uitgesproken, staande voor de overledene. In het gebed wordt vergiffenis gevraagd voor de zonden van de overledenen. Het liefst wordt het gebed dicht in de buurt van een moskee gedaan, vlak na gebedstijd zodat er meer mensen aanwezig zullen zijn. Dit heeft twee redenen; er zijn meer mensen die vergiffenis vragen voor de overledene en de mensen worden er opgewezen dat het leven maar kort is en niets voorstelt in de vorm van hebberigheid. Als er een kist wordt gebruikt, wordt de overledene op zijn rechterzij in gelegd.

4. De begrafenis

In oosterse landen is de begrafenis meestal binnen 24 uur, in Nederland schrijft de wet echter voor dat er minimaal 36 uur tussen het tijdstip van overlijden en begrafenis moet liggen. Er wordt overigens geen termijn in de moslim literatuur genoemd. Redenen waarom een overleden Moslim in land van herkomst snel begraven wordt is onder andere het klimaat en het feit dat de Moslim gaat er van uit dat de overledene naar zijn plaats in de Hemel verlangt. Dus waarom zou je langer wachten met dit mogelijk te maken.

Volgens de traditie, moeten zoveel mogelijk mannen uit de moslimgemeenschap de baar of de kist dragen, waarbij telkens van dragers wordt gewisseld. Het komt hierop neer dat de overledene eerst met de auto naar de begraafplaats wordt gebracht en dat het laatste stukje de baar, of kist wordt gedragen. Van oorsprong was de begrafenis een mannen aangelegenheid, bij meer liberale moslims zijn echter de vrouwen tegenwoordig ook aanwezig bij de begrafenis.

In het graf wordt de overledene op zijn rechterzijde gelegd met zijn gezicht richting Mekka. De lijkwade wordt aan het hoofd en de voeten losgemaakt. Het graf wordt zodanig gevuld dat de overledene op zijn rechterzijde blijft liggen. Vervolgens worden drie handen met aarde in het graf gestrooid door iedereen die aan de begrafenis deelneemt. Iedere hand aarde gaat gepaard met spreuken. Na de begrafenis wassen alle aanwezigen hun handen.

4.1.2 Het graf

De doden worden op de Dag des oordeel ondervraagd door de engelen Munkar en Nakir, hiervoor wordt veelal in het graf een aparte nis gegraven waar de engel kan plaatsnemen. Het graf wordt opgevuld tot een bult, er komen geen zerken e.d. op. Het blijft beperkt tot een eenvoudige steen met gegevens, zodat het graf teruggevonden kan worden. In Nederland zien we steeds meer dat er ook wat 'luxueuzere' stenen worden gebruikt waarop naam en data staan vermeld. Soms zijn de stenen voorzien van koranteksten en afbeeldingen van een moskee.

Wijsneusje:
Een overledene krijgt een beter bestaan

4.1.3 De rouwperiode

De moslims kennen een condolérance periode van 3 dagen en een rouwperiode van 40 dagen. De weduwe rouwt echter gedurende 4 maanden en 10 dagen. Vaak wordt er door de familie elke avond voor de overledene gebeden. Na die veertig dagen van rouw wordt de rouwtijd afgesloten met gebeden waarin gevraagd wordt om de overledene op te nemen in 'Djenna', de hemel. Deze gelegenheid heeft een feestelijk karakter; er wordt gegeten en de nabestaanden zijn blij omdat zij geloven dat de overledene een beter bestaan heeft gekregen.

Opfrissers

- ❑ De basis van de Islam is het geloof in Allah als de enige God en in Mohammed zijn profeet
- ❑ Het lichaam van een dode moet worden gerespecteerd
- ❑ Er zijn vier taken na het overlijden
- ❑ De rituele wassing vindt plaats in een rouwcentrum voor Moslims
- ❑ Al het gestorvene onrein is.
- ❑ Het lichaam wordt in doeken gewikkeld
- ❑ De moslims kennen een condolérance periode van 3 dagen en een rouwperiode van 40 dagen.
- ❑ De weduwe rouwt 4 maanden en 10 dagen
- ❑ Door middel van gebed wordt na de rouwperiode gevraagd de overleden op te nemen in de hemel (Djenna)

4.2 Uitvaart rituelen en –gebruiken bij Hindoestanen

De rituelen bij Hindoestanen zijn er complex en in de uitvoering ervan zitten veel verschillen. Alleen aan de rituelen die voor hulpverleners belangrijk zijn, wordt aandacht besteed.

Hindoestanen kunnen verdeeld worden in twee groepen. De Sanatan dharm, zij aanbidden beelden. De Ariya samaai, zij aanbidden geen beelden. De Hindoestanen kennen in tegenstelling tot de andere godsdiensten geen stichter. Het uitgangspunt zijn de vier heilige boeken, de *veda's* en het geloof in reïncarnatie. Voor Hindoestanen betekent doodgaan: het einde van een leven en tevens een begin van een nieuw leven in een ander lichaam. In welk lichaam je terug komt heeft onder andere te maken met de daden in je vroegere levens. Het kan voorkomen dat je in een nieuw leven terugkomt in het lichaam van een dier.

Het Hindoeïsme gaat uit van de overtuiging dat de mens een kringloop van 'reïncarnaties', doormaakt voordat hij met 'Brahm', de oerenergie of de oerkracht, herenigd kan worden.

Het levensdoel van de hindoe is, eenwording van de atma met de Paramatma, de verlossing uit de reïncarnatiecyclus". Het geloof in de reïncarnatie is belangrijk voor de uitvaartrituelen.

4.2.1 De rituelen beginnen bij het sterfproces

Tijdens het leven zijn er verschillende 'sanskara's', sacramenten of rituelen, die de overgang naar een andere levensfase markeren. Een van de sanskara's vindt plaats als iemand op sterven ligt. De familie komt bijeen en door de ontboden priester zal eerst met behulp van gebed getracht worden de stervende te genezen. Dit gebed gaat gepaard met verschillende rituelen onder andere wordt er een druppel water in de mond van de stervende gegoten. Het water symboliseert het leven, de vergankelijkheid en de oneindigheid.

Vervolgens legt de oudste zoon een blad van de heilige tulsie- of basilicumboom in de mond van de stervende. Het blad houdt de ziektekiemen op een afstand. Daarna sprenkelen de andere familieleden ook water in de mond van de stervende. Een priester, de 'pandit', leest de stervende voor en bidt met hem en zijn familie. Als iemand al overleden is voordat het ritueel heeft kunnen plaatsvinden, wordt het alsnog uitgevoerd.

Wijsneusje:

Doodgaan is het einde van het leven en tevens het begin van een nieuw leven in een ander (beter) lichaam.

Door het geloof dat na de dood de ziel het lichaam verlaat om een ander stoffelijk omhulsel te vinden of om te worden opgenomen in Brahm, moet het verlaten lichaam zo snel mogelijk terug naar de oerbron met de vijf elementen: *water, vuur, ether, lucht* en *aarde*.

Daarom wordt het 'verlaten' lichaam direct naar een uitvaartcentrum overgebracht, waar de overledene wordt afgelegd en gewassen in aanwezigheid van naaste familieleden. Bij het overlijden van een kind doen de ouders dit. Een overleden man wordt traditioneel in een speciale doek gewikkeld (dhoti en pagri) of -zoals tegenwoordig vaker het geval is- gekleed in een pak; een vrouw krijgt een sari aan. Bij een foto van de overledene wordt lichtje aangestoken, een zogeheten 'dia'. Een dia is een aardewerk schoteltje met ongezouten oftewel 'klare' boter. Dit wordt gedaan omdat de overledene niet in het donker mag zijn. Ook wordt in een koperen bokaal water geschonken ten behoeve van de zielenrust van de overledene. Na bezoek aan de overledene vertrekt men naar het huis van de overledene, waar eveneens een dia wordt aangestoken en een bokaal met water wordt neergezet. Er wordt gebeden en voorgelezen uit de Ramayana. De familie mag niet zelf koken zolang het lichaam niet gecremeerd is. Daarom zorgen familie en vrienden voor het voedsel. De familie geeft bekendheid aan het heengaan via rouwcirculaires in het land en indien mogelijk via de radio voor verre verwanten.

4.2.2 De crematie

Voor Hindoestanen is crematie de basis van het uitvaartritueel, door crematie kan de ziel vrijkomen, en kan het lichaam terugkeren naar de elementen waaruit het is opgebouwd. Voor de crematie worden er ook een aantal rituelen uitgevoerd. Zo scheert een zoon of een andere man uit de familielijn van de man, zijn hoofdhaar af en trek alleen maar witte kleding aan. Zwangere vrouwen mogen geen afscheid nemen omdat de geest van de overledene nog rond zweeft en kan een slechte invloed hebben op het kind. Bij het crematorium dragen de mannen uit de familie met de zonen voorop, de kist naar binnen. De ceremonie wordt geleid door de pandit met een voorgeschreven preek uit de Veda.

Het aantal vijf komt regelmatig terug in de rituelen en staat voor de vijf elementen. Zo worden er vijf balletjes, gemaakt van voedingsmiddelen, geofferd door ze in de kist te leggen; een bij iedere hand, een bij het hoofd, een bij de buik en een bij de voeten.

De oudste zoon loopt vijf maal rond de kist en raakt met een aangestoken dia (lampje) evenzoveel keren de lippen van de dode aan.

De familie neemt afscheid door langs de kist te lopen en rijstkorrels of bloemblaadjes in de kist te leggen. Vervolgens wordt de kist gesloten, met een doek bedekt en naar het crematorium gebracht. Een aantal familieleden is met de Pandit bij de invoer van de kist in de crematieoven aanwezig om te zien dat de crematie werkelijk gebeurt. De oudste zoon kan daarbij de kist in de oven duwen om de verbranding in gang te zetten.

Voor de familie breekt nu een periode van tien dagen rouw aan.

Na de crematie moet de as in principe worden toevertrouwd aan de oneindigheid. De traditionele manier om dat te doen is het verstrooien boven stromend water. Als de vrij zeldzame en dure gelegenheid zich voordoet om de as boven de Ganges te verstrooien zal de familie daar gebruik van maken. Meestal wordt de as door de familie verstrooid bij het crematorium, in het besef dat de elementen van de as zo uiteindelijk ook in het water naar de oneindigheid terechtkomen, zeker in Nederland.

4.2.3 De rouwperiode

In de rouwperiode leeft de familie heel sober en eet vegetarisch. Elke dag wordt er thuis een offerdienst gehouden, waarbij het doel is om voor de ziel van de overledene een nieuw menselijk omhulsel af te smeken en niet die van een lagere vorm, een dier. Op de tiende dag worden vegetarische gerechten gekookt die de overledene lekker vond en wordt een bord met dat eten in de tuin of op het balkon gezet voor de overledene.

Twaalf of dertien dagen na de crematie wordt een rouwplechtigheid gehouden in het huis van de overledene. Onder leiding van een priester worden speciale offers gebracht. De rouw wordt opgeheven, maar de directe nabestaanden mogen pas na een jaar weer feestelijke gebeurtenissen zoals huwelijken organiseren.

Na zes maanden herhalen de nabestaanden de plechtigheid van de dertiende dag en na een jaar wordt de rouwperiode afgesloten met een ceremonie.

Opfrissers

- Er zijn twee stromingen binnen het Hindoeïsme, De *karma* en het *samsara*.
- Uitgangspunt is het geloof in reïncarnatie
- Rituelen beginnen reeds bij het sterfproces
- De overledene mag niet in het donker zijn
- Zwangere vrouwen mogen geen afscheid nemen
- Een man wordt in een speciale doek gewikkeld of draagt een pak; een vrouw krijgt een sari aan.
- De overledene wordt gecremeerd en de as wordt toevertrouwd aan de oneindigheid
- De rouwperiode duurt een jaar

4.3 Uitvaart rituelen en –gebruiken bij Joden

In het joodse geloof zijn er verschillende stromingen. In deze stromingen zijn de rituelen verschillen maar klein. De reden hiervoor is dat de Joden cultureel gebonden zijn, een gezamenlijk beleefd verleden hebben en een gevoel van lotsverbondenheid.

Het jodendom benadrukt dat de wereld van het leven, dat van de mens is. Vanuit Gods visie zijn leven en dood geen twee aparte werelden. Wat er na de dood komt laat men over aan de zorg van de Allerhoogste. De joodse traditie spoort de mens aan menswaardig te leven, zoals God het voordeed (Imatio Dei)

Volgens de joodse traditie is zelfs een stervend mens (gosees) in alle opzichten een levende, met dezelfde rechten en plichten, ook in het uur van zijn dood. *Zo lang een mens ademt, leeft hij, is hij deel van het leven en behoort hij toe aan deze wereld.*

Het is daarom verboden zolang de stervende nog leeft, de begrafenis te regelen. Met name zaken als het uit kiezen van een kist, doodskleding of rouwkaart.

Zoals men het recht heeft om te leven en men hiervoor al het mogelijke moet doen of laten, zo heeft de mens aan het eind van zijn leven, het recht om te mogen sterven. Het jodendom gaat voor de kwaliteit van zowel het leven als ook het sterven.

4.3.1 Rituelen rondom het overlijden.

Men ervaart het als een voorrecht aanwezig te zijn bij het sterven. Het is verboden de stervende (gosees) aan te raken dat klinkt misschien heel wreed, omdat juist de stervenden behoefte heeft aan fysieke nabijheid. Maar de traditie lijkt voorrang te hebben op de kwetsbare partij, de stervende in dit geval. Men mag een stervende geen actieve hulp geven bij het overlijden omdat het leven en sterven in de handen is van de Hemel. Men gaat ervan vanuit dat een stervende door een kleine aanraking kan overlijden.

Wanneer de overledene wordt belemmerd in het streven door invloeden van buitenaf dan mag men die belemmering weghalen. In bepaalde gevallen kan, volgens sommige autoriteiten, ook de medische apparatuur die een stervende belet te sterven, weggehaald worden. Men mag niet bidden om het in leven blijven van iemand die reeds stervende is. Men moet er natuurlijk wel zeker van zijn dat de patiënt een gosees (stervende) is.

Wanneer de toestand kritiek wordt en het moment van sterven dichterbij komt, draagt de familie er zorg voor dat de stervende zijn zonden belijdt, in de vorm van een gebed en zegt men de 'joodse geloofsbelijdenis'. Na het overlijden worden er nog een aantal gebeden en psalmen uitgesproken. Als teken van verscheurdheid, scheurt men vlak voor het overlijden zijn bovenkleed.

Uit respect voor de dode bedekt men zo spoedig mogelijk het lichaam om de overledene niet te beschamen. Zodra de dood is vastgesteld door een arts en men de ogen van de overledene heeft gesloten wordt de Joodse Begrafenisonderneming zo snel mogelijk op de hoogte gesteld.

Op het moment van overlijden begint voor familie, vrienden en bekenden een periode van verdriet, verslagenheid, wanhoop, pijn en rouw, Aninoet genoemd. Zodra men, op wat voor manier dan ook, 'hoort' dat een direct familielid is overleden, wordt men een rouwende. De periode van rouw duurt betrekkelijk kort, omdat de overledene zo snel mogelijk begraven wordt. De nabestaanden hoeven zich uitsluitend bezig te houden met het verdriet en het waken bij de overledene. Zij zijn vrijgesteld van hun religieuze verplichtingen. De spiegels in het huis van de overledene worden bedekt en men steekt een speciale kaars aan (neer nesjama), er wordt geen vlees gegeten en geen wijn gedronken.

4.3.2 De rituele wassing

De rituele wassing (tahara) gebeurt het liefst vlak voor de begrafenis. Traditioneel vindt de reiniging plaats in het metaheerhuis of in een ander gebouw van de joodse gemeenten. De wassing wordt door leden van het begrafenisgenootschap verricht. Dit gebeurt in respectvolle stilte. Mannen worden alleen door mannen gewassen en vrouwen uitsluitend door vrouwen. Bij deze reiniging blijft het lichaam in lakens gehuld, terwijl het lichaam met

kommen warm water wordt afgespoeld. Het lichaam wordt zo gedraaid dat het water elk deel bereikt, maar het gezicht wordt nooit naar beneden gelegd. De overledene wordt vervolgens gekleed in een eenvoudig witkatoenen doodsgewaad of -als het een man betreft- ook nog in zijn eigen gebedsmantel, waar de gebedskwasten vanaf gehaald zijn. Familieleden zijn in principe niet aanwezig bij de taharah, maar wanneer zij dit wensen wordt het hun toegestaan ook enkele handelingen te verrichten, zoals het aantrekken van een sok of het sluiten van de ogen, na het wassen.

4.3.3 De begrafenis

Als het lichaam in de kist is gelegd, wordt er wat aarde van Israël over het lichaam uitgestrooid of in een zakje onder het hoofd gelegd, als teken van verbondenheid met het eigen land. De joden begraven hun overledenen bij voorkeur zonder kist, maar vanwege de regels die tot voor kort in Nederland golden, gebruiken ze een eenvoudige ruwe vurenhouten kist zonder handvatten. De eenvoudige kist is voor iedereen hetzelfde. In verband met het geloof in de lichamelijke wederopstanding is cremeren voor joden verboden.

Bij het begraven is respect voor de overledene het uitgangspunt. In tegenstelling tot de Nederlandse cultuur, waar vaak rekening wordt gehouden met wat de nabestaanden willen of emotioneel aankunnen, vindt de joodse begrafenis zo snel mogelijk plaats. Zo snel dat rouwkaarten versturen vaak geen zin heeft. In Nederland wordt rekening gehouden met de verplichte 36 uur. Ook al kent men de overledene niet persoonlijk, men gaat over het algemeen toch naar een begrafenis, omdat het als een religieuze verplichting wordt gezien. Na een rouwrede in de aula dragen of rijden familie en bekenden de baar of de kist naar het graf dat kort voor de begrafenis gegraven is. De familieleden laten de kist zakken en scheppen als eersten wat zand en gooien dit op de kist. Zij zijn de hoofdverantwoordelijken voor de begrafenis. Daarna wordt de schep teruggezet en niet aan elkaar doorgegeven, dit wordt gedaan om niet de indruk te wekken dat er haast bij is. Het scheppen, uitgevoerd door alle (bij orthodoxen mannelijke) aanwezigen en gaat door tot het gehele graf gevuld is met aarde. Bloemen zijn niet gebruikelijk maar niet verboden.

Wijsneusje:

"Troost uw vriend niet, zo lang zijn dode voor hem ligt"

Zo lang de overledene niet begraven is, zijn zowel de nabestaanden als de gemeenschap bezig met 'het respect voor de dode' en niet met 'het respect voor de levenden' of de troost voor de nabestaanden. Dit betekent dat de gemeenschap verplicht is mee te helpen aan een zo snel mogelijke begrafenis. De rouwende familie wordt pas na de begrafenis getroost door de aanwezigen. Als teken van steun biedt de gemeenschap de rouwende een troostmaaltijd aan (meestal een stuk brood met een ei) Hierna gaat de directe familie naar het rouw huis en begint de rouwweek, de *sjiwwe*.

De rouwendenden verblijven een week lang met elkaar in het rouw huis en werken niet. Meestal hoeft men ook niet te koken of zich bezig te houden met alledaagse dingen zoals: luxueus baden, strijken, kleren wassen, seksuele omgang, trouwen, naar feesten gaan et cetera. De eerste dertig dagen na de begrafenis worden als rouwperiode gezien. In deze rouwperiode scheren de mannen zich niet. De rouwtijd voor ouders beslaat een heel jaar. Aan het eind van het rouwjaar is meestal de steenzetting, waarbij de hele gemeenschap aanwezig is. De grafstenen - matsewa's genoemd - horen eenvoudig te zijn en niet versierd. Meestal worden alleen de naam en de data van geboorte en overlijden vermeld en de afkorting TNTsBH, wat betekent; 'moge de dode in de herinnering van de levenden voortleven'.

Opfrissers

- ☐ Een mens heeft het recht om te mogen sterven. Belemmeringen mogen worden weggehaald.
- ☐ Men raakt het lichaam van een stervende niet aan.
- ☐ Het dode lichaam wordt zo snel mogelijk bedekt.
- ☐ De rituele wassing gebeurt door leden van het begrafenisgenootschap.
- ☐ Het lichaam wordt altijd begraven.
- ☐ Troost voor de nabestaande komt pas na de begrafenis.
- ☐ De begrafenis vindt zo snel mogelijk plaats.
- ☐ Spiegels in het huis van de rouwende worden bedekt.
- ☐ De rouwenden verblijven een week lang met elkaar in het rouwhuis en werken niet.
- ☐ De rouwperiode duurt dertig dagen, voor ouders bedraagt deze een jaar.

Hoofdstuk 5

Ouders en rouw

De dood van een kind is voor ouders misschien wel de moeilijkste ervaring om te verwerken. Bij het overlijden van een kind “verliest” men immers de toekomst. Het inlichten en opvangen van ouder(s) is verschrikkelijk moeilijk en een zware taak. In het protocol staat beschreven wiens taak dat is. Ga hier niet aan voorbij, die taak verdeling is er niet voor niets.

5.1 Omgaan met ouders en verwanten.

Begeleiders en ouder(s) hebben elkaar hard nodig als er sprake is van ernstige ziekte en sterven. In het meest gunstige geval is er sprake van bondgenoten. Het is goed van elkaar te weten hoe men tegen dood en sterven aan kijkt. Komt het sterven geheel onverwachts dan zal er niets bekend zijn over de wensen van de ouders. Het kan moeilijk zijn om met de ouder(s) in gesprek te gaan over de wensen ten aanzien van het afscheid en de uitvaart. Denk maar eens aan de emotionele toestand waarin de ouder(s) kunnen verkeren. Ouders verwachten begrip voor hun visie en zullen in deze situatie (wellicht onbewust) een beroep doen op hun geldigheidsaanspraken. (Zie pag.31) Het is belangrijk dat de hulpverlener die geldigheidsaanspraken herkent en erkent. Ouders kunnen heel andere wensen en rituelen aanhangen door het geloof of door hun cultuur ingegeven, dan wat de hulpverlener verwacht of wenselijk vindt.

5.2 Waar kan de hulpverlening fout gaan?

Wanneer beide (hulpverleners en ouders) een beroep doen op hun geldigheidsaanspraken en wanneer de geldigheidsaanspraken ter discussie worden gesteld kunnen er conflicten ontstaan. Een andere reden waardoor er spanningen kunnen ontstaan is de manier waarop de hulpverlener en de ouder(s) met elkaar communiceren. Gesprekspartners kunnen bijvoorbeeld:

- Overtuigt zijn van het eigen morele gelijk;
- Onverdraagzaam zijn ten opzichte van andere opvattingen;
- Ongenuanceerd omgaan met aanspraken (zwart/ wit denken)
- Kritische vragen van de ander als aantasting van of aanval op zichzelf zien;
- Nuanceren van eigen standpunt als nederlaag ervaren;
- Menen het beste met de ander voor te hebben;
- De ander incompetent of onbevoegd vinden voor gedachten wisseling;
- Menen dat de ander de discussie belangrijker vindt dan het onderwerp;
- Gelijk willen hebben uit gewoonte;
- Menen dat de ander zich maar moet aanpassen.”

Om morele spanningen te voorkomen is het noodzakelijk om als gesprekspartners zich te verdiepen in beide standpunten. In deze situatie zal het hoofdzakelijk de hulpverlener zijn die kennis moet hebben van de achtergronden van de ouders. Verdere is het belangrijk om op voorhand geen/ of minimaal een voorkeur voor de uitkomst te hebben.

Opfrissers

- In het protocol staat beschreven wiens taak het is de ouder(s) in te lichten
- Ouder(s) en hulpverleners moeten overeenstemming bereiken
- Geldigheidsaanspraken moeten gerespecteerd worden

Hoofdstuk 6

Begeleiding en ondersteuning van LVG jongeren

Om kinderen te kunnen helpen in hun rouwproces zijn een aantal aspecten van belang. Op de eerste plaats hebben kinderen *eerlijkheid* (ten aan zien van het gebeuren), *ruimte* (om te rouwen op hun eigen specifieke manier) en *veiligheid* (om hun gevoel te tonen en hun verhaal te vertellen) nodig. Betrokkenheid, contact en uitnodiging spelen daarin een hoofdrol. Kennis, inzicht en informatie over verschillende rouwfasen en rouwtaken en het anders rouwen van kinderen is voor elke begeleider van belang.

Jongeren met een licht verstandelijke handicap, zullen net als alle andere mensen behoefte hebben aan nabijheid en het samen delen van verdriet als er iemand is overleden. Rituelen en symbolen ondersteunen hen bij het kunnen delen en verwerken van het verdriet. Het is voor hen een onzekere periode want alle zekerheden zijn weggefallen. Daarom zijn ze het meest gebaat bij het aanhouden van de vaste gewoonten, zoals de dagstructuur. Zij zullen dit zeker ook zelf aangeven en "vragen" naar de normale dingen. Denk hierbij aan: de tijden van eten en slapen, niet te veel "vreemde" in de groep, woensdags naar de soos, vrijdag zakgeld besteden, enzovoorts.

LVG jongeren kunnen hun gevoelens onvoldoende controleren. Zij moeten daarbij begeleidt worden, waarbij hun emoties van buitenaf geordend worden.

Als begeleider moet je een balans zien te vinden tussen de jongere overal bij betrekken en het verdriet niet vergroten. Want er is een reële kans dat het verdriet groter wanneer je er al te lang en te vaak op in gaat.

Soms kan iemand moeilijke vragen stellen waar je geen of onvoldoende antwoord op kan geven. Denk aan vragen over het leven na de dood. Door zijn impulsieve manier van denken en reageren kan het voorkomen dat een LVG jongere vragen stelt die normaal begaafde mensen niet durven stellen. Het is van belang de vragen serieus te nemen en zo eerlijk mogelijk te beantwoorden. Vertel het als iets niet weet. Jongeren zullen hier begrip voor hebben. Belangrijk is dat het gesprek er is. Overweeg voor het beantwoorden van de vraag wat er achter kan zitten. Is iemand bang voor het onbekende of is hij misschien bang om alleen achter te blijven? Speelt bezorgdheid mee of verdriet?

Het is niet makkelijk om jongeren te begeleiden. De een zal het verdriet wegstoppen, een ander kan er juist heel explosief mee omgaan, sommige laten het verdriet even voor wat het is om het later weer op te pakken. Geef jongeren de gelegenheid om te rouwen en probeer je in te leven, in wat er op dat moment in ze omgaat. Laat je niet misleiden door het gedrag van de jongeren op dat moment, zij zullen snel weer overgaan tot de orde van de dag. Dat wil niet zeggen dat ze geen verdriet hebben. Maar het is zoveel om in één keer toe te laten dat ze het in stukjes bij beetje doen.

Meisjes hebben vaak minder moeite om zich te uiten. Een verklaring kan gevonden worden in het feit dat zij graag veel van hun gevoelens delen met vriendinnetjes. Zij willen door hen getroost worden en wanneer nodig zelf troosten. Door deze uitwisseling van emoties is tussen vriendinnen een vertrouwensband ontstaan. Deze band zorgt voor de veiligheid waarbinnen het meisje zich durft te uiten.

Jongens zijn kwetsbaarder omdat zij hun emotie uiten door stoer gedrag te gaan vertonen. Eén reden hiervoor kan zijn dat huilen niet bij een jongen hoort. Een andere reden kan zijn dat de jongen zich niet veilig voelt in de omgeving waarin bovenstaande opvatting geldt en daarom een gedragsverandering doormaakt. Statistisch gezien is de kans op probleemgedrag na een verlies bij jongens groter dan bij meisjes

Een oplossing voor een ouder of hulpverlener is het aangaan van een dialoog met de rouwende jongen. Het gesprek is bedoeld om een veilige situatie te scheppen waarin het duidelijk is dat er plaats is voor emoties. Ook kan in zo'n gesprek duidelijk worden wat de jongen het meeste geraakt heeft. Als blijkt dat hij er liever niet over wil praten, kan het ook op indirecte wijze aangeroerd worden in een vertrouwelijk gesprek over een schijnbaar ander onderwerp. Zowel jongens als meisjes zoeken herkenning van hun situatie en willen door een vertrouwde nabestaande getroost worden. Het bieden van extra warmte en aandacht is in een periode van rouw nodig.

Wijsneusje:

Elke poging om een tijd aan te geven voor de 'rouwperiode' doet mensen te kort

6.1 Rouwbegeleiding

Als het gaat om rouwbegeleiding, draag je als begeleider een bijzondere verantwoordelijkheid. De manier van begeleiden hangt namelijk af van je eigen visie op het leven en de dood, evenals je houding naar anderen hierin. Het bewust zijn van dit mechanisme is een voorwaarde om de ander te kunnen verstaan en te kunnen ondersteunen. Onbewust kunnen eigen gevoelens geprojecteerd worden op de jongere en ontstaat er onbegrip over het gedrag van de jongere. Denk hierbij aan het over gaan tot de orde van de dag. "het is thee tijd, waar blijft de thee". Weten waar deze reacties uit voort komen, bijvoorbeeld dat het doorgaan van de dagelijkse routine veiligheid biedt, voorkomt veel onbegrip. Naast de eigen rol van begeleider is het dus zinvol om bepaalde kennis te hebben over rouw en rouwverwerking bij verstandelijk gehandicapten. Men dient te weten op welk niveau iemand functioneert, welke ontwikkelingsniveaus te onderscheiden zijn en welke aspecten een rol spelen bij het verwerken van dood en rouw.

Aandachtspunten in de begeleiding zijn:

- Er kan een groot verschil zitten tussen de ontwikkelingsleeftijd en de emotionele ontwikkeling van een licht verstandelijk gehandicapten.
- Gevoelens worden geprojecteerd op een ander.
- Medeleven betuigen is voor hen moeilijk.
- Voorwerpen die aan de dood doen denken kunnen niet alleen ontroering maar ook angst oproepen.
- Er kan sprake zijn van meerdere symptomen (autisme, adhd).
- Directe ervaringen helpen begrijpen. Plaatjes, symbolen en pictogrammen kunnen een goed hulpmiddel zijn.
- Schrik niet van bizarre spelletjes die de jongeren kunnen spelen met de dood als thema, het is hun manier om grip proberen te krijgen op het verlies.
- Jongeren zijn niet bedacht op de sterke emoties die gebeurtenissen als verjaardag, kerstmis enz. met zich mee brengt.

Aandachtspunten voor de begeleider zijn:

- Geef aandacht aan de rouwende jongere op het moment dat hij het nodig heeft. Breek een telefoon gesprek af, zet de stofzuiger uit en ook de computer kan wachten.
- Praat over het gebeurde en haal samen herinneringen op.
- Maak het verlies bespreekbaar (mis je hem erg?).
- Maak de jongere duidelijk dat hij naast zijn verdriet ook mag lachen en plezier maken, geef aan dat zijn gedachten/gevoelens normaal zijn.
- Geef logische verklaringen op vragen en maak verbanden zichtbaar.
- Zorg dat de naam van de overledene nog regelmatig genoemd wordt in huis. Stop dierbare spullen die aan hem of haar herinneren niet weg.

- ❑ Let op signalen van kinderen. Ga er van uit dat kinderen bezig zijn met het verlies al laten ze het niet altijd merken. Ga in op signalen of begin er zelf over. Vraag regelmatig hoe het gaat ook al lijkt er geen aanleiding voor te zijn.
- ❑ Besteed op bepaalde momenten expliciet aandacht aan het overlijden. Bijvoorbeeld op de verjaardag. Bedenk samen een ritueel om op die dag de overledene te gedenken.
- ❑ Maak gebruik van hulpmiddelen die de jongere kan helpen om emoties te uiten en gevoelens te verwerken.
- ❑ Hou rekening met het feit dat iedere jongere uniek is en hanteer fases en taken en indelingen op de ontwikkelingsleeftijd niet te star.
- ❑ Stuur fantasiebeelden over de dood bij, om angst te voorkomen en maak concreet wat het wel betekent.
- ❑ Breng samen met de kinderen een bezoekje aan het graf (als dit mogelijk is).
- ❑ Biedt nabijheid aan de jongere door het verdriet samen te delen, er gewoon te zijn voor de ander of door een knuffel te geven (lichamelijk contact, mits het respectvol is).
- ❑ Biedt een warme en veilige sfeer
- ❑ Biedt ruimte aan de jongere om zijn verhaal te vertellen.

Houdingsaspecten van de begeleider zijn:

- ❑ Heb geduld met de jongere, ook al vertelt hij honderd keer zijn verhaal.
- ❑ Vraag niet aan de jongere om zijn gevoelens uit te stellen, te doen of ze er niet zijn of te veranderen.
- ❑ Neem de vragen serieus en probeer achter liggende gevoelens te achterhalen.
- ❑ Let op eigen (voorbeeld)gedrag, je omgang met emoties en gevoelens en je taalgebruik.
- ❑ Ga gevoelig om met de overtuigingen van een kind; ga niet tegen zijn zienswijze in.
- ❑ Zorg dat de kinderen altijd bij je terecht kunnen, wat hun gedrag ook moge zijn. Soms zijn de reacties veel heftiger dan je verwacht. Veroordeel het gedrag niet maar biedt kinderen die veiligheid om hun verdriet ook op een andere manier te uiten.

Opfrissers

- ❑ Te veel aandacht voor het verdriet, kan het verdriet vergroten.
- ❑ De dagstructuur biedt veiligheid.
- ❑ Er is behoefte aan het delen van het verdriet.
- ❑ Er is behoefte om iets te “doen” voor de overledene.
- ❑ Meisjes uiten hun emoties makkelijker dan jongens.

6.2 Hulpmiddelen om het rouwproces te ondersteunen.

Wat kan je als begeleider zelf doen? Veel is er veranderd in het leven van de jongere. 'Er is een tijd vóór dat het gebeurde en er is een tijd daarna. Er zijn geen woorden die recht doen aan wat er is gebeurd.

Mensen met een lichte verstandelijke handicap, hebben meer dan anderen moeite met leren en onthouden. Het kost hun veel moeite om te verwoorden wat er in hen leeft en wat ze voelen. Om jongeren te ondersteunen in het uiten van zijn gevoel en het leren omgaan met het verlies, kun je gebruik maken van hulpmiddelen.

Laat bij het kiezen van hulpmiddelen de jongeren een actieve rol spelen en sluit aan bij hun interesse. Dit kan ze het gevoel geven dat ze controle en grip op de situatie hebben.

Met behulp van hulpmiddelen kunnen zij hun gevoelens en emoties makkelijker uiten, uitleven en ontladen en kunnen met behulp van de hulpmiddelen vaardigheden oefenen om met de situatie om te gaan.

Kortom: gebruik van hulpmiddelen kan het rouwproces van jongeren vergemakkelijken.

Bij het gebruiken van hulpmiddelen kan men denken in twee periodes; vóór de uitvaart en ná de uitvaart.

Voor de uitvaart zal de ondersteuning voornamelijk liggen in het visualiseren en het concretiseren van de gebeurtenissen.

Visualiseren betekent zichtbaar maken. Iets letterlijk 'gezicht' geven. Het hele rouwproces kan voor de jongere verwarrend zijn en het voor hem visualiseren kan de jongere grip krijgen op de situatie. Voorbeelden van visualiseren zijn:

- ❑ De jongeren de ruimte bieden om de overledene en de kist te zien.
- ❑ Voorwerpen die geassocieerd worden met herinneringen kunnen bij de kist neer gezet worden
- ❑ Sluit de kist niet helemaal bij de afscheidsdiners of plaats een foto op de kist zodat duidelijk van wie er afscheid wordt genomen.
- ❑ Gebruik maken van pictogrammen, foto's of tekeningen die het proces van sterven en begraven laten zien.

Concretiseren houdt in dat het afscheid zo werkelijk mogelijk wordt gemaakt. Je zou kunnen zeggen: "horen, zien en dan pas geloven". Maak zo veel mogelijk gebruik van zintuigen om het overlijden te laten ervaren en daarmee dichterbij te brengen. Voorbeelden van concretiseren zijn:

- ❑ De overledene aan laten raken. Letterlijk laten voelen dat hij koud en bewegingsloos is. En dus dood
- ❑ De jongere gaat mee naar het condoleren, naar de kerk, de aula, de uitvaart.
- ❑ De jongere heeft een taak bij de uitvaart of afscheidsdienst, bijvoorbeeld een tekening op de kist leggen. Een gedichtje opzeggen. Net naar gelang het niveau van de jongere.
- ❑ Om het afscheid zo concreet mogelijk te maken heeft een begrafenis waarbij de kist daadwerkelijk zakt de voor deur boven een crematie waar de kist blijft staan.
- ❑ Bezoek na de begrafenis regelmatig het graf.

Na de uitvaart heeft de jongere veel steun en begeleiding nodig. In de ondersteuning van de jongeren kan je gebruik maken van:

- ❑ Taal; verhalen, boeken en video's/dvd's geven de jongere de mogelijkheid tot erkenning en herkenning in de ervaringen van de hoofdpersonen. De jongere kan in een dagboekje schrijven, brieven schrijven of boeken lezen met als thema de dood. Er zijn veel boekjes die aansluiten bij het niveau en de belevingswereld van de jongere.
- ❑ Muziek; het luisteren naar of het maken van muziek roept allerlei emoties, gevoelens en herinneringen op. Muziek is daarom goed te gebruiken in de ondersteuning.
- ❑ Drama; bij drama kun je gebruik maken van het (rollen)spel, de fantasie waarin symbolen kunnen worden gemaakt en het 'doen alsof'. Belangrijk zijn de verwerkingsprocessen die op gang worden gebracht.
- ❑ Beweging; bij beweging moet het doel in het oog gehouden worden. Is het doel de jongere rustig te laten worden door hem bijvoorbeeld te laten ontspannen of is het doel de jongere zijn gevoelens op een verantwoorde manier te laten uiten.
- ❑ Beeldend werken; klei, teken en schildermateriaal, steen, hout, papier zijn voorbeelden van materiaal die door de jongere gebruikt kan worden om een situatie te verbeelden of zijn gevoelens te uiten. Door middel van tekenen kan de jongeren de begrafenis weer beleven wat mee helpt aan een stukje verwerking.

6.2.1 Extra hulp bij het rouwproces

Ondanks de inzet en goede begeleiding van de groepsleiding kan het rouwproces vast lopen. Er kunnen problemen ontstaan in de verwerking van het verlies. Per ontwikkelings- en leeftijdsfase zijn er diverse symptomen die aangeven dat er problemen zijn in het rouwproces, (zie specifieke rouwkenmerken per leeftijdsfase). Het is belangrijk om als

begeleider op deze aanwijzingen te letten. Wanneer een aantal van deze symptomen zichtbaar worden zal deskundige hulp nodig zijn.

Voor hulp zijn diverse mogelijkheden;

Ten eerste kan je gebruik maken van deskundige binnen de eigen werkkring. Denk hierbij aan een;

- ❑ Behandelcoördinator (pedagoog), deze kan hulp bieden bij het diagnosticeren van de problemen bij de jongeren (bijvoorbeeld: hoever is hij in het rouwproces). Tevens kan deze helpen bij het kiezen van de begeleidingsstijl naar de jongere toe.
- ❑ Maatschappelijk werkende, deze kan hulp beiden bij praktische zaken maar ook in ondersteuning van de begeleider.
- ❑ Speltherapeute, biedt hulp wanneer de jongeren is vast gelopen in het rouwproces.
- ❑ Creatieve therapeute, biedt eveneens hulp wanneer de jongere is vast gelopen in het rouwproces.

Ten tweede kan je gebruik maken van instanties buiten de instelling. Bij de maatschappelijk werkende of de behandelcoördinator kun je adressen van instanties opvragen. Eén instantie zal ik noemen omdat die veel doet voor licht verstandelijk gehandicapten. Deze instantie is MEE. MEE biedt steun op alle terreinen van het dagelijks leven aan iedereen met een handicap, functiebeperking of chronische ziekte.

Ten derde zijn er internetsites die informatie bieden over allerhande onderwerpen die te maken hebben met rouw. Tevens kan je via de sites veel adressen vinden die hulp kunnen bieden op je specifieke hulpvraag.

Ten vierde literatuur. Er is veel literatuur beschikbaar waar je als rouwbegeleider veel aan kan hebben. Het boek "Ik krijg tranen in mijn ogen als ik aan je denkt" van Ineke van Essen is een aanrader. Het boekje geeft je een kijk in het gevoelsleven van kinderen die een ouder verloren hebben.

Het aanvragen van gespecialiseerde hulp gebeurt altijd in samenwerking en een deskundige. Elke instantie heeft een deskundige in dienst, denk hierbij aan een pedagoog, psycholoog of maatschappelijk werkende.

Opfrissers

- ❑ Hulpmiddelen sluiten aan bij de interesse van de jongere:
- ❑ Horen, zien en dan pas geloven
- ❑ Bezoek na de begrafenis regelmatig het graf
- ❑ Problemen kunnen ontstaan bij de verwerking van het verlies
- ❑ Professionele hulp in het rouwproces kan nodig zijn

6.3 Hoe vertel je het verdrietige nieuws

Opeens kom je als begeleider voor de taak te staan een jongere te vertellen dat zijn vader, zusje of groepsgeenoot is overleden. Dit is een moeilijke klus..Als begeleider heb je ook je verdriet, verberg dit niet. Dit kan bij jongeren op zo'n moment voor veel verwarring zorgen. Hoe je het verdrietige nieuws vertelt zal afhangen van de relatie tussen het kind en de overledene. Verder hangt het af van de leeftijdsfase, de cognitieve fase en de emotionele fase waarin het kind op dat moment verkeert.

Een jongere zal op het droevige nieuws in de eerste plaats reageren als een jongere, dan pas als rouwende persoon. Jongeren worstelen op twee niveaus met de dood. Verstandelijk proberen ze te begrijpen wat dood betekent. Emotioneel moeten ze omgaan met de gevoelens die gepaard gaan met verlies.

6.3.1 Kun je het zelf aan?

Als je als groepsleiding direct te maken krijgt met een sterfgeval in je groep of met het overlijden van een ouder, komt dat hard aan. En misschien wel zó hard, dat je er zelf niet of moeilijk mee om kunt gaan. Toch moet de boodschap verteld worden. Wat kan je doen?

Vraag voor dat je de jongere inlicht, eerst bij jezelf af:

- Kan ik omgaan met de emoties die het kind kan gaan tonen.
- Kan ik het gesprek alleen aan of is het verstandiger om er iemand bij te vragen.
- Ben ik de juiste persoon om het kind de droevige boodschap te brengen. Voor het kind is het, het beste als de persoon die het dichtste bij het kind staat de boodschap overbrengt.

Ben je de juiste persoon die de boodschap moet brengen, bereid je dan goed voor. Als je dichtklapt moet je even een moment voor jezelf nemen, maar je hebt ook een verantwoordelijkheid naar de jongere of de groep. Het is normaal om te huilen, misschien wel juist, in het bijzijn van de jongeren. Als de jongeren zien dat jij als volwassene verdriet hebt zal het voor hen ook gemakkelijker zijn zich te uiten. Laat je emoties niet de boven toon voeren, dit kan heel beangstigend overkomen.

6.3.2 Wat vertel je en hoe?.

Veel jongeren zullen niet begrijpen wat de dood is. Het is belangrijk dit voor hen concreet te maken. Bij het vertellen kun je gebruik maken van literatuur zoals het Doodboek van de Weerklank. In dit boek wordt het overlijden en alles wat erbij hoort door middel van verhaal en platen uitgelegd. Soms zullen jongeren, in onze ogen, de meest vreemde vragen stellen. Vliegt hij nu de lucht in? Mag ik mee onder de grond? Wees hier bedacht op en geef rustig antwoord. Mochten er vragen komen die je (nog) niet kan beantwoorden, zeg dit dan eerlijk. Jongeren zullen hier begrip voor hebben. Kom zonodig hier later op terug.

Wijsneusje:
Zien is geloven

Het is al een paar keer langsgekomen maar juist dat geeft de belangrijkheid weer. Dood gaan is definitief. Ga er dus geen smoesjes omheen verzinnen. Smoesjes zoals dat iemand heel lang slaapt of op reis is gegaan werken voor (kleine) kinderen heel verwarrend. Het is bedoeld als troost, maar werkt tegenovergesteld. Jongeren worden bang voor het slapen gaan, om op reis te gaan of om ziek te worden. Laat duidelijk het verschil blijken tussen slapen en dood zijn. Wanneer het op een eerlijke manier verteld wordt, kunnen ze de confrontatie met het verlies meestal goed aan. Jongeren laten net zoveel tot zich doordringen als ze zelf aan kunnen en zo beschermen ze zichzelf net zoveel als nodig is. Bescherming van buitenaf tegen de realiteit, kan juist allerlei fantasieën aanwakken, die op hun beurt weer angsten en schuldgevoelens kunnen veroorzaken. Vertel de jongere de waarheid, in bewoordingen die het kan begrijpen.

Wanneer je de jongere hebt verteld dat papa dood is, is het verstandig dat het kind naar papa toe gaat. Laat het zachtjes het lichaam aaien en vertel dat papa koud is en zich niet meer kan bewegen. Vaak is het ook verstandig dat je verteld dat hij niet meer kan voelen, ruiken of praten. De overledene heeft dus geen pijn (meer) en heeft het ook niet koud.

Het is moeilijk antwoord geven op de vraag waar de overledenen nu is. Vanuit de religie zijn er antwoorden, maar wanneer de jezelf of de jongeren geen religieuze achtergrond heeft wordt het al moeilijker. Er zal ook voor jou misschien nooit een duidelijk antwoord op te geven zijn, probeer dit ook niet. Laat de jongere zelf met een antwoord komen. Op de vraag waar is papa nu, kun je vragen, waar denk je dat papa is. Jongeren zullen met een voor hun bevredigend antwoord komen.

Mijn papa is in de hemel, denkt Niels. Dat is waar alle sterren zijn, in het midden van de ruimte. Dan denk ik dat papa gewoon op een ster zit. Dan springt hij van ster op ster tot hij op de onderste ster is. Dan springt hij op een wolk. Dan kijkt hij naar beneden naar ons.

"Ik denk dat het goed gaat met papa. Hij woont in een groot kasteel, waar alle engelen wonen. [] Het is daar heel fijn".

"Pim wilde zo graag dat als hij doodging een ekster werd. Daar dacht hij elke dag aan, en toen is het hem gelukt. [] want Pim had zwart haar en die ekster had allemaal zwarte veren op zijn hoofd".

Enkele citaten uit: Ik krijg tranen in mijn ogen als ik aan je denkt. Ineke van Essen

Wanneer je een jongere de boodschap brengt,

- ❑ Zorg je voor een rustige vertrouwde omgeving, bijvoorbeeld de slaapkamer van de jongere.
- ❑ Neem je een jong kind op schoot bij een ouder kind kan je een arm om hem heen slaan als hij dat toestaat. Je hand op zijn arm of pols leggen kan ook.
- ❑ Begin met een inleidende zin bijvoorbeeld, " Ik moet je iets heel ergs vertellen. Hou het kort, jongeren zijn door de schok de informatie meteen weer kwijt. Zorg wel dat de boodschap overkomt en de jongere de kans krijgt deze op hem te laten inwerken. Laat de jongere gerust je verdriet zien maar hou het wel onder controle.
- ❑ Vertel zoveel mogelijk over de feiten en omstandigheden van het overlijden. Ook als die omstandigheden dramatisch zijn. Ga er vanuit dat de fantasie van kinderen veel erger is dan de werkelijkheid.
- ❑ Pas de wijze waarop je jongeren informeert aan, aan de leeftijd en het begrip kader van de jongeren.
- ❑ Wat je zegt, is in het algemeen minder belangrijk, dan hoe je het zegt en wat je doet
- ❑ Geef jongeren de ruimte om na het brengen van de boodschap, de spanning die het met zich mee brengt te ontladen.

Opfrissers

- ❑ Jongeren worstelen op twee niveaus met de dood.
- ❑ De persoon die het dichts bij de jongere staat licht bij voorkeur de jongere in.
- ❑ Maak gebruik van literatuur.
- ❑ Wees bedacht op moeilijke vragen
- ❑ Kun je het aan?

6.4 Hoe (veel) betrek je de jongere bij het afscheid?

Het besef dat iemand er niet meer is zal bij jongeren heel langzaam doordringen. Evenals het besef dat het afscheid voor altijd is. Jongeren kunnen geholpen worden bij dit proces door ze te informeren over wat er gebeurt is en ze voor te bereiden op wat er gebeuren gaat. Het is verder van belang dat ze zo veel mogelijk betrokken worden bij het afscheid nemen en de uitvaart. Door jongeren erbij te betrekken en duidelijkheid te geven maak je al een begin met de rouwverwerking.

LVG jongeren moeten het begrip 'dood' meemaken om te beseffen wat er aan de hand is. Door het afscheidproces tastbaar en dus duidelijk te maken, geeft je jongeren houvast. Hij krijgt beelden tot zijn beschikking zodat hij er later nog eens op terug kan komen en met behulp van zijn omgeving zijn verdriet kan verwerken. Ook foto's maken van het afscheid en die later nog eens bekijken, is een uitstekende hulp bij het rouwproces.

Wijsneusje:
Kinderen kunnen veel aan, als ze mogen meedoen en meedelen in de emoties die er zijn.

6.4.1 Wat kan je doen?

*Betrek de jongeren zoveel mogelijk bij alles wat er geregeld moet worden. Hun inbreng en wensen zijn belangrijk. Mogelijk kunnen ze ook *taken* op zich nemen waardoor ze zich nog meer betrokken voelen.*

Taken waar jongeren mee kunnen helpen zijn onder andere:

- Helpen bij het uitzoeken van de rouwkaart, de kist of de kleding die de overledene aankrijgt. Jongeren zullen bij hun keuzes rekening houden met wat de overledene mooi vond. 'Mijn mama hield erg van blauw', 'papa, wil vast zijn voetbalshirt aan'.
- Dingetjes in of rond de kist plaatsen, denk aan foto's, favoriet speelgoed, iets van de hobby van de overledene of een zelfgemaakte tekening.
- Ga met de jongeren afscheid nemen van de overledene. Ook als ze er tegenop zien. Vraag waar ze tegenop zien. Dwing nooit maar stimuleer wel.

Tips (Hierbij ben ik uitgegaan dat de overleden in een rouwcentra is opgebaard)

- Spreek het bezoek aan de overledene door. Hoe ziet hij eruit? Hoe ziet de omgeving eruit? Hoe ruikt het daar? Is de kist open of gesloten.
- Ga zelf eerst kijken hoe de overledene eruitziet.
- Leg uit dat ze zelf mogen weten of ze naar de kist lopen of de overledene aanraken wanneer dat mogelijk is natuurlijk.
- Maak een afspraak zodat alleen de jongere(n) er zijn. Ander bezoek wordt niet gestoord en jongeren kunnen vrij vragen stellen.

Tips voor de begeleider:

- Laat de jongeren wennen aan het gebouw en de omgeving. Neem hier de tijd voor.
- Zorg dat er een vertrouwde volwassene meegaat.
- Creëer een rustige en vertrouwde sfeer.
- Hou er rekening mee dat voor jongeren de dood pas angstaanjagend wordt als volwassenen hun angst tonen.
- Wees er bedacht op dat jongeren alles heel goed waarnemen. Zij kunnen dan ook constateren dat de mond van opa zo raar is, of het haar van mama heel anders zit.
- Maak na een tijdje duidelijk dat je ook weer weggaat. Jongeren zullen misschien moeilijk afscheid kunnen nemen. Hierin moeten ze dan geholpen worden.
- Jongeren kunnen regelmatig gaan kijken als daar behoefte aan is. Maak het goed duidelijk wanneer het voor de laatste keer is.
- Neem jongeren die beseffen waar het om gaat mee bij een condoleancebezoek aan de nabestaanden. Het is een verrijkende ontmoeting waar jongeren veel leren van verdriet, troosten en getroost worden.

Tips:

- Bereidt de jongeren op voor wat hun te wachten staat. 'Huilen de papa en mama?' 'Wat moeten we zeggen?' 'Moeten we iets meenemen?'.
- Neem stap voor stap het bezoek voor
- Oefen zonodig de stappen zoals een hand geven, het condoleren.
- Zelfs kleine kinderen kunnen al mee naar de uitvaartdienst van een gezinslid. Zeker wanneer de dienst aangepast wordt, aan de aanwezigheid van kinderen. Bij de uitvaartdienst van een opa of oma of anderen, die het kind zeer nabij waren, is het aan te raden kinderen zeker vanaf een jaar of zes mee te nemen. Dit is een richtlijn

voor normaal begaafde kinderen. Kijk zelf of het kind het aankan. Maar zoals je al aan de richtlijn kan zien kunnen heel jonge kinderen al mee. Het contact dat de kinderen hadden met de overledenen moet ook zeker meetellen in je besluit om hem mee te nemen.

Tips:

- Bereidt de jongeren voor op wat er gaat gebeuren. Het is belangrijk de gebeurtenis stap voor stap door te nemen.
- Uitvaart diensten kunnen in het teken staan van culturele achtergronden. Informeer goed hoe alles verloopt.
- Geeft de jongeren de kans om alle vragen te stellen die hen bezig houden. Vragen kunnen zijn: hoe ziet zo'n kerk of aula eruit? Wat moet ik zeggen?
- Gaat iedereen huilen, ook grote mensen? Zien we het als de kist de oven in gaat? Geef ook antwoord op de vragen die het kind niet stelt.
- Misschien weet je wie er een praatje houdt, welke liedjes er gezongen of gedraaid worden etc. De kinderen kunnen zich hier dan op voorbereiden.
- Ga van tevoren met het kind kijken waar de overledene begraven wordt.
- Laat het kind iets maken of koop een plantje voor op het graf
- Vrijwel ieder crematorium of rouwcentrum is bereid tot een individueel bezoek wanneer er sprake is van een aanstaande uitvaart en kinderen hierop voorbereid moet worden.
- Wanneer er angst heerst over enge beesten onder de grond, vertel dan hoe het vergankelijkheidsproces² verloopt.
- Overleg vooraf met de voorganger of pastor dat de viering aangepast wordt op de aanwezigheid van kinderen. Misschien kan het woord af en toe rechtstreeks tot de kinderen gericht worden. Mogelijk kunnen de kinderen een taak krijgen in de dienst.
- Wanneer je als volwassenen zelf erg betrokken bent bij degene waarvan afscheid genomen wordt zorg er dan voor dat er iemand in de dienst aanwezig is die eventueel voor de kinderen kan zorgen als die het niet meer volhouden zodat je zelf wel lieflijk en geestelijk aanwezig kunt blijven.

Wijsneusje:

'Verdriet om het ene en vreugde om het andere verdragen elkaar op den duur wel', al lijkt dat moment nu nog zo ver weg...

² Het vergankelijkheidsproces;

In de aarde vindt een proces plaats waarbij het lichaam in de loop der jaren weer tot stof vergaat. Daar komen geen wormen, maden of andere enge beesten aan te pas. Wormen zijn geen vlees eters en maden zijn afkomstig van vliegen. Er is geen zuurstof aanwezig dus kunnen vliegen niet leven onder de grond. Vanwege het ontbreken van zuurstof is er geen sprake van een rottingsproces. Het lichaam heeft zichzelf door celdeling gevormd en ruimt zich nu ook zelf weer op. Dat gebeurt door de bacteriën die reeds in het lichaam aanwezig zijn. Dit proces duurt jaren en is afhankelijk van de grondsoort. Er blijven alleen beenderen over en iets dat je kunt vergelijken met het stof dat je uit een rijpe paddestoel kunt tikken. Op deze manier gaat het lichaam weer op in de aarde. Riet Fiddelaers-Jaspers (1998)

6.5 Informatieve stichtingen en internetsites

De Uitvaart encyclopedie	In de Uitvaart-Encyclopedie vindt u vrijwel alle onafhankelijke informatie voor, over en na de uitvaart	http://www.uitvaart.org/info/index.htm
De Uitvaart informatie hulplijn	De Uitvaart Informatie Hulplijn is er voor iedereen met als doel snel gewenste informatie te verkrijgen over zaken rondom uitvaartzorg en een overlijden. De hulplijn is 24 uur per dag, 7 dagen per week te bereiken.	tel 0800- 4444000 http://www.uitvaartinformatiehulplijn.nl/
De stichting Lalla Rookh	Informatie over uitvaartrituelen in andere culturen is hier op te vragen	tel.: 030-2315552
In de Wolken	In de Wolken is gespecialiseerd in informatie en advisering op het terrein van <u>kinderen</u> en <u>jongeren</u> die te maken hebben met een verlies door de dood. In de Wolken voorziet in de behoefte aan informatie via publicaties, brochures, boeken en een uitgebreide literatuurlijst. Ook worden op beperkte schaal informatiebijeenkomsten, lezingen en ouderavonden gehouden. Aan In de Wolken is een kleine praktijk voor begeleiding van rouwende kinderen verbonden	tel: 040-2260450. http://www.in-de-wolken.nl/#
Praktijk voor verliesverwerking met kinderen, jongeren en volwassenen	In deze praktijk worden kinderen, jongeren en volwassenen begeleid bij het verwerken van een overlijden, scheiding of andere problemen. Daarnaast wordt er voorlichting, trainingen en workshops gegeven.	070-3863554/ 0621807653 http://www.kinderrouw.nl/site/home.htm
Rouw.nl	Op deze site is informatie te vinden over allerlei aspecten van rouw. Deze site bevat o.a. een rouwmeter, hiermee kan iemand met verlies ervaring 'meten' hoe ernstig de rouw is en of het raadzaam is professionele hulp te zoeken en een virtuele spreekkamer. Middels de virtuele spreekkamer is het mogelijk gratis advies te krijgen van dr. J Keijser met betrekking tot rouw(problemen)	http://www.rouw.nl/
Steunpunt rouw- en verlies begeleiding	Deze site is van het steunpunt rouw- en verliesbegeleiding te Soest. Het doel is nabestaande in de leeftijd van 16 tot 65 jaar, te begeleiden en te ondersteunen in het rouwproces. Op de hulpvraag wordt binnen 48 uur gereageerd. deze site bevat informatie over rouw en rouwverwerking	www.rouw-en-verlies.nl

Stichting Achter de Regenboog in Utrecht	Stichting Achter de regenboog is er voor kinderen en jongeren, die van dichtbij te maken hebben gehad met het overlijden van een dierbare. Het is een leuke site waar kinderen en jongeren zelf informatie kunnen zoeken en vragen kunnen stellen. Voor hulpverleners, ouders en leerkrachten zijn er pagina's waar nuttige aanwijzingen zijn te vinden met betrekking tot rouw. Op de site zijn diverse telefoonnummers te vinden die gebeld kunnen worden bij nood of bij vragen, zowel door de kinderen /jongeren als volwassenen.	tel.030-230083 http://www.achterderegenboog.nl/
Vereniging voor Ouders van een Overleden Kind	Vereniging Ouders van een Overleden Kind is een zelfhulporganisatie van ouders van een overleden kind, die begrip en medeleven willen bieden aan lotgenoten	Landelijk nummer hulptelefoon 0900-2022723 http://www.vook.nl/

6.6 Informatieve Literatuur

Dood en sterven in het leven van mensen met een verstandelijke handicap	In herkenbare voorbeelden wordt ingegaan op de beleving van mensen met een verstandelijke handicap die met dood en sterven te maken krijgen.	Bosch, Erik ISBN 90 2441 364 8
Ik krijg tranen in mijn ogen als ik aan je denk	Een boekje vol tekeningen, gedichten en citaten afkomstig van kinderen die vertellen over hun ervaringen na het steven van één van hun ouders. Het is een steunend boek voor kinderen met dezelfde ervaring en geeft de volwassenen en helder inzicht in het gevoelsleven van kinderen	Essen van Ineke ISBN 90 6481 326 4
Jong verlies Handreiking voor het omgaan met rouwende kinderen	Een duidelijk boekje, waarin alles rondom rouw en kinderen duidelijk en makkelijk leesbaar beschreven is. Een echte aanrader!	Fiddelaers-Jaspers R, ISBN 90 242 9434 7
Kinderen en de dood	Dit boekje probeert duidelijk te maken hoe kinderen rouwen en welke risico's zij daarbij lopen. Aan de hand van behandelingsvoorbeelden beschrijven de auteurs een aantal stoornissen die op kunnen treden wanneer een ouder overlijdt, hoe een gestagneerd rouwproces weer op gang geholpen kan worden en de problematiek van het vervangkind.	A Laden & H Groen-Prakken ISBN 90 232 3170 8
Kun je uit de hemel vallen?	Beleving van de dood en rouwverwerking door mensen met een verstandelijke handicap	Landelijk KennisNetwerk gehandicaptenzorg ISBN 90 806839 2 2
<i>Nu jij er niet meer bent,</i> Rouwen met kinderen en tieners.	Een boek waarin de begeleiding concreet wordt gemaakt. Praktische adviezen, hulpmiddelen en werkvormen worden beschreven.	C. van den Abbeele,
Het doodboek	Met dit boek kunnen de jongeren voorbereid worden op het afscheid en de uitvaart. Een groot gedeelte bevat pictogrammen en plaatjes waarmee je het gebeuren visueel kan maken voor de jongeren. Dit boek is aanwezig bij De Bruggen Leiden	A Algera, H Jansen, E Oskam S Voortman

6.7 Boekjes over de dood voor jongeren

Kikker en het vogeltje Tot ± 8 jaar	Kikker heeft een vogeltje gevonden: hij haalt Varkentje erbij, ook Eend en Haas komen erbij. Haas stelt vast dat het vogeltje dood is en filosofeert: 'Iedereen gaat dood'. De dieren begraven het vogeltje en gaan vervolgens spelend over tot de orde van de dag. Kikker stelt vast dat het leven prachtig is en in een boom zingt weer een ander vogeltje.	Max Velthuis ISBN 90 2584 754 4
Derk Das blijft altijd bij ons Tot ± 8 jaar	De dieren missen Derk Das heel erg na zijn dood, maar als ze over hem praten is hij toch een beetje bij hen.	Susan Varley ISBN 90 6069 552 6
Mijn vader is een wolkenman Tot ± 8 jaar	Bolle is vijf jaar als zijn vader doodgaat. Hij mist hem heel erg. Samen met zijn moeder probeert Bolle eraan te wennen dat zijn vader er niet meer is. Een ontroerend en troostrijk verhaal.	Claudia van der Sluis ISBN 90 6249 283 5
Dom konijn Tot ± 8 jaar	Prentenboek: Dom Konijn probeert Oud Konijn bij het doodgaan te helpen, door te onderzoeken wat dood zijn is. Een mooi prentenboek.	Edward van de Vendel ISBN 90 214 8528 1
Het Boek van de Dood Tot ± 12 jaar	Kinderen komen al heel vroeg met de dood in aanraking. Dat hoeft niet per sé met verdriet te gaan: een dode vlieg, of een lastige mug die wordt doodgeslagen. Anders wordt het wanneer het dicht bij komt, bijvoorbeeld als je huisdier dood gaat. Dit boek is geen afgerond verhaal, maar een soort lappendeken van tekst en tekeningen waarin zo ongeveer alles aan bod komt van wat zich rond sterven, dood en begrafenissen zoal afspeelt. Een hele belangrijke vraag is: waar ga je heen als je dood bent? Het boek is vooral gemaakt voor kleuters, maar is ook geschikt voor oudere kinderen	Pernilla Stalfelt ISBN 90 763 4706 9
Brieven aan een Prins tot ± 12 jaar	Onder het bed van Lin staat een doos. Een doos vol brieven. Voor haar vader, die al heel lang weg is. Mama zegt dat hij dood is, maar Lin denkt dat hij op zee vaart. In de brieven vertelt ze hem alles. Maar waar moeten die brieven heen? Marius heeft een goed idee... Wat Lin denkt en meemaakt wordt heel mooi verteld in korte verhaaltjes in briefvorm. Om zelf te lezen vanaf zeven jaar, maar ook geschikt om voor te lezen	Johanna Kruit ISBN 90-258-3060-9

Nooit meer is voor altijd ± 8 tot 12 jaar	De papa van Lotte is gestorven. 'Papa komt nooit meer bij ons terug', zegt mama. 'Hoe lang is nooit meer?' vraagt Lotte. 'Nooit meer betekent eigenlijk hetzelfde als voor altijd,' antwoordt mama. Zal mama altijd verdrietig blijven? Of wordt het ooit weer zoals vroeger?	Tannia Sels ISBN 90 6822 712 2
Jan en Jan ± 8 tot 12 jaar	Jan vindt een gewonde ekster, hij noemt hem Jan en verzorgt hem. Tussen Jan en ekster Jan ontstaat een hechte vriendschap. Maar er komt een dag dat Jan afscheid moet nemen van zijn nieuwe vriend.	Bettie Elias ISBN 90 5461 065 4
Dood is niet gewoon 8 tot 12 jaar	'Dood is niet gewoon' is een therapeutisch verhaal voor kinderen. Het gaat over Ilse. Haar vader is plotseling overleden. Het boek is bedoeld voor kinderen die het overlijden van een betekenisvol iemand, met name een ouder, meemaken. Het kan een hulpmiddel zijn als voorlichtingsboek op de basisschool.	Martine Delfos ISBN 90 75 56 46 19
Ik moet je iets heel jammers vertellen 8 tot 12 jaar	Rozemarijn, haar kleine zusje Phebe en hun ouders krijgen zij auto ongeluk. De hele familie komt in het ziekenhuis terecht. Maar terwijl Rozemarijn, Phebe en hun vader langzaam beter worden, gaat hun moeder dood. Rozemarijn is natuurlijk erg verdrietig. En soms vreselijk boos. Dan scheldt ze op haar vader, omdat die niet goed oplette toen hij de auto bestuurde. En op de verpleegsters, ook al zorgen die heel goed voor Rozemarijn en Phebe. Op het eind van het boek mogen Rozemarijn, Phebe en hun vader weer naar huis. Naar een huis zonder mama.	Arno Bohlmeijer ISBN 900003437
Ik krijg tranen in mijn ogen als ik aan je denk ± 8 totjaar	Dertig kinderen vertellen over wat zij meemaakten en hoe hun leven verder ging toen hun vader of moeder doodging. Het gaat over verdriet en geluk. Over akelige gedachten en fijne herinneringen. Over je rot voelen en wat dan helpt.	Ineke van Essen ISBN 90 6481 326 4

Slotwoord

Je bent aan het einde van de handleiding gekomen..

In deze handleiding heb je kunnen lezen dat ieder mens uniek is en ieder op zijn eigen manier rouwt. De rouwbeleving van volwassenen, jongeren en LVG jongeren zijn beschreven en geven inzicht in de verschillen in rouw. Het rouwproces, de rouwbeleving en de ondersteuningsmogelijkheden zijn uitvoerig aan bod gekomen, evenals de specifieke ondersteuning die (LVG) jongeren nodig hebben.

De taken en handeling die genomen moeten worden op het moment dat een jongere is komen te overlijden, staan beschreven in een uitvoerig en duidelijk stappen plan. Met dit stappenplan wordt je als teamleider of groepsleiding gestuurd en gesteund in de stappen en beslissingen die genomen moeten worden op dat moment.

Ik hoop dat deze handleiding je steunt in je begeleiding van de jongeren en in het handelen na een overlijden. Als laatste nog een aantal tips voor jou en je team:

1. Het is raadzaam om het onderwerp regelmatig te bespreken met je collega's en het onderwerp regelmatig op de agenda te zetten voor teamoverleg. Dit is belangrijk om het onderwerp bespreekbaar te houden. Daarnaast kun je, je kennis en ervaring delen met anderen.
2. Zorg dat de handleiding binnen handbereik staat, maak deze plaats aan het team bekend.
3. Lees de handleiding in zijn geheel rustig door, neem hier de tijd voor.
4. Is het onderwerp voor jou beladen, bespreek dit dan met je leidinggevende.
5. Kopieer, op voorhand, de checklist in de bijlage, het origineel blijft dan in takt.

Succes!

Bijlage

Bijlage 1

Checklist 1

De eerste taken na een overlijden

Taken	Handtekening voor gedaan	Niet van toepassing	Later gedaan	Data/tijd???
Stap1 Waarschuw de Huisarts Controleer of er een codicil aanwezig is				
Stap 2 Waarschuw de; 1. Behandelingscoördinator 2. Teamleider 3. Na kantoortijd neem je contact op met de bereikbaarheidsdienst.				
Stap 3 opvang van de jongeren De jongeren informeren over het overlijden De jongeren over brengen naar een andere groep				
Opmerkingen / aandachtspunten:				

Checklist 2

Behandelingscoördinator en Teamleider nemen contact op met:

Taken:	Handtekening voor gedaan	Niet van toepassing	Later gedaan	Data/tijd???
<u>Behandelingscoördinator</u> Neemt contact op met:				
De arts				
Maatschappelijk werk				
Individueel begeleider				
Hoofd behandelingsdienst				
Directeur				
Ouders/ Voogd				
Evt. verdere familie				
<u>Teamleider</u> neemt contact op met:				
Directeur				
Groepsleiding				
Teamleiders				
School				
Zorgmanager				
Opmerkingen / aandachtspunten:				

Checklist 3
Regelen begrafenis of crematie

Taken:	Handtekening voor gedaan	Niet van toepassing	Later gedaan	Data/ tijd???
<u>Ouder/ voogd of anderen</u> neemt contact op met de: Verzekeringsmaatschappij Burgerlijke stand Begrafenisondernemer				
<u>Begrafenisondernemer</u> Neemt contact op met begraafplaats of crematorium <u>Zorgt voor de</u> Rouwkaarten Rouwauto's Rouwadvertentie Bloemen				
<u>Teamleider</u> Deze regelt de Begeleiding van de kinderen Het vervoer van de kinderen en medewerkers Organisatie in de kerk/ aula, begraafplaats/ crematorium Evt. muziek/ toespraak				
Opmerkingen / aandachtspunten: 				