

OPLEIDING SOCIAAL WERK

Maatschappelijk werk

Jongeren en rouwen

Ondersteuning vanuit een politiecontext

Scriptie van

Liesbeth NAUWELAERTS

tot het behalen van

het diploma Bachelor Sociaal Werk

Academiejaar 2013-2014

INHOUDSOPGAVE

Inleiding	9
1. Voorstelling van de stageplaats bij politie Mechelen	11
1.1 Politie Mechelen	11
1.1.1 De dienst wijkwerking.....	11
1.1.2 Het onthaal	11
1.1.3 De interventieploegen.....	12
1.1.4 De dienst verkeer.....	12
1.1.5 De dienst openbare orde	12
1.1.6 De dienst lokaal onderzoek.....	12
1.2 Jeugd en Gezin	12
1.2.1 Slachtofferbejegening	13
2. Probleemstelling: hiaat tussen praktijk en theorie	15
2.1 Getuigenissen.....	15
2.2 'Ons verdriet'.....	16
2.3 Probleemstelling	17
I Theoretisch gedeelte.....	19
1. Trauma en slachtofferbejegening	19
1.1 Wat is een traumatische gebeurtenis?	19
1.2 Soorten trauma's	19
1.2.1 Inhoud: meest voorkomende soorten	19
1.2.1.1 Seksueel misbruik	20
1.2.1.2 Fysiek misbruik.....	20
1.2.1.3 Verwaarlozing	20
1.2.1.5 Getuige van intrafamiliaal geweld.....	20
1.2.2 Kwantiteit: eenmalig, repetitief en cumulatief trauma	20
1.2.3 Type van trauma-ervaring: de rol van interpersoonlijke nabijheid	21
1.2.4 Impact.....	21
2. Wat is rouwen?.....	23
2.1. Hoe gaan kinderen om met rouwen?	23
2.1.1 Nul tot twee jaar oud.....	23
2.1.2 Twee tot zes jaar oud	24
2.1.3 Zes tot tien jaar oud.....	24
2.1.4 Tien tot twaalf jaar oud.....	24
2.1.5 Twaalf tot achttien jaar oud.....	24

2.2. Hoe uiten kinderen rouwgevoelens?	25
3. Wat zijn de fasen van een rouwproces?	26
3.1 Rouwen voor nabestaanden	26
3.1.1 Ontkenning	26
3.1.2 Onderhandelen	26
3.1.3 Woede	26
3.1.4 Verdriet en depressie.....	27
3.1.5 Aanvaarding	27
3.2 Rouwen voor kinderen	27
3.2.1 Realiteit begrijpen	27
3.2.2 Voelen van de pijn	28
3.2.3 Leren leven zonder de overledene	28
3.2.4 Opnieuw banden smeden	28
II Praktijkgedeelte	29
1. Ontstaansgeschiedenis Slachtofferbejegening.....	29
1.1 Wetgeving Slachtofferbejegening	29
1.2 De rechten van het slachtoffer	31
1.2.1 Het recht op een eerbiedige en correcte behandeling.....	31
1.2.2 Het recht om informatie te krijgen	32
1.2.3 Het recht om informatie te geven.....	32
1.2.4 Het recht op juridische bijstand en rechtsbijstand	32
1.2.5 Het recht op financieel herstel	32
1.2.6 Het recht op hulp	33
1.2.7 Het recht op bescherming en respect voor het privéleven.....	33
2. Hoe vertel je slecht nieuws?.....	34
2.1 Waarmee rekening houden bij een slechtnieuwsmelding?.....	34
2.1.1 Algemene richtlijnen voor een slechtnieuwsmelding.....	34
2.1.2 Leeftijdsspecifieke richtlijnen voor een slechtnieuwsmelding	35
2.1.2.1 Nul tot zes maanden oud	35
2.1.2.2 Zes maanden tot twee jaar oud	35
2.1.2.3 Twee tot vijf jaar oud	36
2.1.2.4 Vijf tot acht jaar oud	37
2.1.2.5 Negen tot elf jaar oud	38
2.1.2.6 Elf tot veertien jaar oud	38
2.1.2.7 Veertien tot achttien jaar oud	38
2.2 Tips ter ondersteuning van het rouwproces	39
2.2.1 Praten over gevoelens	40
2.2.2 Praten over de dood	40

2.2.3 Tonen van gevoelens	40
2.2.4 Antwoorden op alle vragen	40
2.2.5 Luisteren naar gevoelens achter vragen	40
2.2.6 De kans geven om afscheid te nemen	41
2.2.7 Herinneringen in stand houden	41
3. Bestaande hulpmiddelen om kinderen te helpen omgaan met rouwen	42
3.1 Internet	42
3.2 Boeken	42
3.2.1 Boeken over volwassenen	42
3.2.2 Boeken over kinderen	42
3.2.3 Boeken voor kinderen	44
3.3 'De Eerste Troost'	46
3.4 'Een beetje afscheid'	47
4. Evaluatie van de bestaande hulpmiddelen	49
4.1 Evaluatiecriteria	49
4.1.1 Evaluatie websites	49
4.1.2 Evaluatie boeken	49
4.1.2.1 'De meest gestelde vragen over kinderen en de dood'	50
4.1.2.2 'De visjes van Océane'	50
4.1.3 'Een eerste troost'	50
4.1.4 'Een beetje afscheid'	50
4.2 Gemeenschappelijke onderdelen	51
5. 'Ons verdriet'	53
5.1 Voor de politieambtenaar	53
5.2 Voor de nabestaanden	54
5.3 Evaluatie hulpmiddel voor politieambtenaren	54
5.4 Evaluatie 'Ons verdriet'	55
Besluit	57
Literatuurlijst	59
Bijlage 1 De slechtnieuwsmelding door de politieambtenaar	64
Bijlage 2 Ons verdriet	71

Woord vooraf

Graag wil ik enkele personen bedanken voor hun hulp, steun en vertrouwen tijdens mijn opleiding Maatschappelijk Werk waarvan deze scriptie de bekroning is.

Als eerste wil ik de Karel de Grote- Hogeschool bedanken voor het aanbieden van de enorm interessante en leerrijke opleiding. Deze school heeft het voor mij mogelijk gemaakt om een maatschappelijk werkster in hart en nieren te worden. Door de combinatie van theorie en praktijk ben ik klaar voor het werkveld.

Daarnaast is de Lokale Politie van Mechelen zeker even belangrijk geweest voor mijn leerproces. Deze geweldige stageplaats stond me bij met een team van erg bekwame politieassistenten. Zij leerden mij de kneepjes van het vak en stuurden me bij waar nodig. Hierbij waren Matthias en Jacques de twee grootste steunpilaren. Zij volgden mijn stage en scriptie actief op en moedigden me aan wanneer het wat minder ging. Ook kwam ik in contact met de andere diensten van de Politie. Ik kreeg de kans om een dag met wijkagenten de baan op te gaan en twee dagen met interventiediensten. Tijdens deze dagen heb ik erg veel geleerd over de verschillende aspecten van politie. Ik heb bij de Lokale Politie van Mechelen vele mensen leren kennen die me elk op hun eigen manier geholpen hebben bij mijn stage en scriptie.

Vervolgens wil ik mijn stagebegeleidster, Lieve Desmet, graag bedanken voor de steun en de kritische blik. Zij stuurde me bij en spoorde me aan waar nodig.

Ook wil ik mijn familieleden bedanken voor de steun. In het bijzonder mijn mama die me de kans gaf om te studeren. Ook zorgde zij ervoor dat ik voldoende spijs en drank had om lange dagen achter mijn laptop te overleven. Daarnaast was mijn zus Stefanie een grote steun. Zij zorgde voor het nalezen van iedere letter in deze scriptie en gaf hierbij opmerkelijke commentaar om mijn scriptie zo goed mogelijk te maken.

Tenslotte, maar niet minder, wil ik mijn vrienden en vriendinnen bedanken. Zij hielpen mij door de mindere periodes, feliciteerden me wanneer het goed ging en zorgden voor de nodige ontspanning af en toe.

Inleiding

Deze scriptie is het resultaat van de inzichten die ik verworven heb tijdens mijn opleiding Maatschappelijk Werk aan de Karel de Grote- Hogeschool en de ervaringen die ik opgedaan heb tijdens mijn stage bij de politie van Mechelen. Tijdens dit derde en laatste jaar van mijn opleiding, kreeg ik de kans om theorie aan praktijk te toetsen. De stageplaats bij politie Mechelen bij dienst Jeugd en Gezin vormde de voedingsbodem en bron van inspiratie voor deze scriptie. Het onderwerp kadert binnen de werking van de dienst Slachtofferbejegening, een onderdeel van de dienst Jeugd en Gezin.

Tijdens de eerste weken van de stage las ik vele verslagen om me een concreet beeld te kunnen vormen van de werking van elke dienst. Enkele processen-verbaal in verband met sterfgevallen, trokken meteen mijn aandacht, in het bijzonder die waarbij kinderen getroffen werden door een overlijden. Ik merkte dat de politieambtenaren die in aanraking kwamen met deze nabestaanden, moeilijkheden ondervonden bij het melden van het slechte nieuws en de verdere reacties op het verlies.

Om deze moeilijkheden te bekampen, ging ik op zoek naar adequate hulpmiddelen. Ik ontdekte dat er hulpmiddelen bestaan voor politieambtenaren maar dat deze te duur en ontoereikend zijn voor politiezone Mechelen. Bijgevolg ontstond het idee om zelf een hulpmiddel te maken, gebaseerd op de doeltreffende aspecten van bestaande middelen en de noden van het ervaren politiekorps. De doelstelling van deze scriptie is om de kloof tussen theorie en praktijk te vernauwen door middel van een instrument voor politiemensen en nabestaanden.

In de volgende twee hoofdstukken stel ik de stageplaats bij politie Mechelen gedetailleerd voor en ga ik dieper in op de probleemstelling. Het hiaat tussen praktijk en theorie, dat de fundering vormt voor deze scriptie, wordt geïllustreerd door enkele getuigenissen van ervaren politieambtenaren. Het theoretische gedeelte dat volgt, handelt eerst over de traumatische gebeurtenis. Het tweede hoofdstuk van het theoretische gedeelte gaat over rouwen en is voornamelijk geconcentreerd op kinderen.

In het praktijkgedeelte wordt eerst de ontstaansgeschiedenis en wetgeving van Slachtofferbejegening uit de doeken gedaan. Het volgende hoofdstuk bevat een opsomming van relevante bestaande hulpmiddelen, die ik daarna zal evalueren op basis van theoretische en praktijkgerichte criteria. Voor de praktijkgerichte criteria doe ik een beroep op de ervaring van de Mechelse politieambtenaren. De onderdelen die doeltreffend en noodzakelijk blijken, neem ik op in mijn

zelfgemaakte hulpmiddel. In het hoofdstuk *Hoe vertel je slecht nieuws?* combineer ik nogmaals theoretische inzichten met praktijkervaringen. Het laatste hoofdstuk is gewijd aan mijn hulpmiddel, dat ik opdraag aan de politie van Mechelen.

In het besluit vat ik de hoofdlijnen samen en geef ik een overzicht van de belangrijkste inzichten die aan de grondslag liggen van mijn zelfgemaakte hulpmiddel.

1. Voorstelling van de stageplaats bij politie Mechelen

1.1 Politie Mechelen

De lokale Politie van Mechelen staat sinds 2001 in voor de veiligheid van de inwoners van haar politiezone. Deze bestaat uit Mechelen, Battel, Leest, Heffen Muizen, Hombeek en Walem. De kerntaken dewelke politie Mechelen vervult, zijn vastgelegd in officiële documenten. Zo moet iedere politiezone in het bezit zijn van een wijkwerking, een onthaal, interventieploegen, een afdeling verkeer, een dienst openbare orde, een dienst lokaal onderzoek en tot slot Slachtofferbejegening.

1.1.1 De dienst wijkwerking

De dienst wijkwerking is onderverdeeld in verschillende categorieën. Naast de wijkagenten, het wijkoverlastteam, het bike team en het team hondengeleiders, maken de cellen milieu en vreemdelingen en de dienst kantschriften deel uit van de dienst wijkwerking.

De wijkagenten krijgen een persoonlijke wijk toegewezen. In dit gebied doen zij nazicht en fungeren ze als aanspreekpunt voor de plaatselijke bevolking. Voor het wijkoverlastteam en het bike team werken maar liefst vierentwintig inspecteurs en twee hoofdinspecteurs samen om overlastfenomenen in de stad te bestrijden. Het team hondengeleiders levert bijstand aan interventie- en overlastploegen.

De cel milieu controleert het naleven van de algemene bestuurlijke politieverordening. Binnen dit takenpakket leggen ze de nadruk op sluikestorten, hondenpoep en vervuiling van de openbare weg. De cel vreemdelingen onderzoekt schijnhuwelijken en mensenhandel. De dienst kantschriften tenslotte, behandelt de gerechtelijke kantschriften. Zij hebben oog voor sociale problemen die in het kader van hun onderzoeken aan het licht komen. Bij dergelijke vaststellingen zorgen zij eveneens voor de nodige doorverwijzingen naar interne diensten.

1.1.2 Het onthaal

Het onthaal van de lokale Politie Mechelen is dag en nacht bereikbaar. Tijdens de dag kan iedere vraag er gesteld worden en kan er aangifte gedaan worden van feiten. 's Nachts is er een permanentie, waardoor aangifte ook dan mogelijk is.

1.1.3 De interventieploegen

De interventieploegen rijden 24u op 7 rond in de politiezone Mechelen. Zij patrouilleren op regelmatige basis om onregelmatigheden te ontdekken. Deze onregelmatigheden houden gevaren in op de weg of diefstallen. Ook verdachte situaties of personen. Daarnaast zijn zij altijd oproepbaar voor noodgevallen.

1.1.4 De dienst verkeer

De dienst verkeer zorgt voor de verkeerssignalisatie op de openbare weg. Ook grijpen zij in wanneer het wegdek niet in orde is en regelen zij reparatie.

1.1.5 De dienst openbare orde

De dienst openbare orde zorgt voor de openbare rust, veiligheid en gezondheid. Binnen deze dienst bestaan er drie cellen. Ten eerste is er de cel administratief beheer van evenementen. De medewerkers van deze cel adviseren de stad Mechelen bij het al dan niet goedkeuren van aanvragen van evenementen. Ten tweede is er de cel gerechtshof die instaat voor de organisatie van de voorleiding van gedetineerden en aangehouden personen op het gerechtshof te Mechelen. De derde cel is de dienst advies, vergunningen en mobiliteit. De medewerkers van deze cel verschaffen advies en coördineren preventieve verkeersacties.

1.1.6 De dienst lokaal onderzoek

De dienst lokaal onderzoek staat bekend als de lokale recherche. Binnen deze dienst verleent men kwalitatieve ondersteuning aan de verschillende diensten. Ook voert de dienst lokaal onderzoek opdrachten uit binnen gerechtelijke dossiers. Recherche is onderverdeeld in 6 secties, namelijk diefstal, drugs, financiële misdrijven, geweld, minderjarigen en zeden.

In 2010 werd bijkomend de dienst Jeugd en Gezin opgericht. Deze dienst is niet officieel verplicht want het behoort niet tot de officiële kerntaken. Ze werd opgericht naar goeddunken van de korpschef.

1.2 Jeugd en Gezin

Dienst Jeugd en Gezin is een onderdeel van Politie Mechelen, alsook mijn stageplaats. Deze stage is de voltooiing van mijn drie jaar durende studie Maatschappelijk Werk aan de Karel de Grote- Hogeschool. Deze dienst vormt tevens het onderzoeksterrein voor mijn scriptie. Het is een tweedelijnsdienst, wat inhoudt dat cliënten terechtkomen op deze dienst door middel van doorverwijzing. De dossiers die met jeugd te maken hebben, gaan over minderjarigen die in

verontrustende situaties opgroeien. Gezinnen die gekenmerkt worden door verontrustende omstandigheden, worden door andere diensten gemeld aan de dienst Jeugd en Gezin. De wijkagent en interventieploegen spelen hierin een belangrijke rol. Alle dossiers die met jeugd te maken hebben komen zo door middel van doorverwijzing terecht bij de dienst Jeugd en Gezin.

1.2.1 Slachtofferbejegening

De dienst Slachtofferbejegening is, zoals reeds vermeld, een onderdeel van de dienst Jeugd en Gezin. Vanuit dit luik van mijn stage is mijn scriptie tot stand gekomen.

Volgens de wet op het politieambt en de ministeriële omzendbrief GPI 58, behoren Slachtofferbejegening en een correcte opvang tot de basistaken van elke politieambtenaar. Toch zijn er specialisten in Slachtofferbejegening binnen de politiezone Mechelen.

De Europese Unie definieert een slachtoffer als volgt: "een natuurlijke persoon die als rechtstreeks gevolg van een strafbaar feit schade, met inbegrip van lichamelijke, geestelijke of emotionele schade of economisch nadeel heeft geleden." Daarnaast ook "[f]amilieleden van een persoon wiens overlijden rechtstreeks veroorzaakt is door een strafbaar feit en die schade hebben geleden als gevolg van het overlijden van die persoon." (Schulz; Mavroyiannis, 2012)

De correcte eerste opvang van slachtoffers bij misdrijven is de belangrijkste taak bij dienst Slachtofferbejegening. De slachtofferbejegenaar wordt ingeroepen wanneer het slachtoffer dat wenst en bij een traumatische gebeurtenis. Wat een traumatische gebeurtenis is, wordt uitgelegd in '*Wat is een traumatische gebeurtenis*', hoofdstuk 1 van het theoretisch deel. Er is een vaste lijst opgesteld van deze gebeurtenissen. Deze zijn onder andere carjacking, homejacking, een verdacht overlijden,... Een andere taak van de slachtofferbejegenaar is het hercontacteren van slachtoffers. Deze hercontactnames gebeuren telefonisch of door middel van een huisbezoek. De slachtofferbejegenaar bepaalt de wijze van hercontactname zelf en baseert zich voor deze keuze op de omstandigheden. Bij slachtoffers van opzettelijke slagen en/ of verwondingen speelt de ernst van de feiten bijvoorbeeld een grote rol.

Slachtoffers van inbraken zonder hun aanwezigheid, worden meestal telefonisch gecontacteerd. Tijdens de telefoongesprekken wordt nagegaan hoe het op dat moment gaat met het slachtoffer en Slachtofferhulp wordt aangeboden. Dat is hulpverlening vanuit het centrum van algemeen welzijn. Bij Slachtofferhulp kunnen slachtoffers terecht voor onverwerkte gebeurtenissen en moeilijkheden tijdens het

verwerkingsproces. De slachtoffers kunnen zelf contact opnemen met Slachtofferhulp maar ze kunnen ook doorverwezen worden via dienst Slachtofferbejegening.

Huisbezoeken gaan meestal door bij slachtoffers van ernstigere feiten, zoals inbraken met geweld, verkrachting of een overlijden van iemand uit de nabije omgeving. Er wordt gepeild naar de toestand van het slachtoffer tijdens het huisbezoek, alsook naar het verwerkingsproces. Als vastgesteld wordt dat de slachtoffers de gebeurtenissen niet kunnen verwerken of te weinig netwerk hebben om op terug te vallen, dan kunnen ze doorverwezen worden naar Slachtofferhulp. (Politie Mechelen, 2014)

2. Probleemstelling: hiaat tussen praktijk en theorie

Het verlies van naasten doet iedereen pijn en verdriet. De politieambtenaar komt vaak als eerste persoon in contact met nabestaanden bij het melden van het slechte nieuws. De eerste reacties op het verlies worden daarom eveneens opgevangen door de politieambtenaar. Bij volwassen nabestaanden kan er doorgaans op een rustige en rationele manier gesproken worden en is verdere inmenging van de politieambtenaren veelal niet nodig. Dat is omdat ze, dankzij hun volwassen gedachtegang, beter kunnen omgaan met verlies. Minderjarigen daarentegen, met name kinderen tot jongeren die minder dan achttien jaar oud zijn, hebben vaak extra aandacht nodig. In dit hoofdstuk begin ik met een paar getuigenissen van slachtofferbejegenaars van de Lokale Politie Mechelen om het aanwezige probleem te onderstrepen. Daarnaast zal ik de oplossing die ik voor dit probleem bedacht heb, uitleggen. Tot slot zal ik de probleemstelling weergeven van waaruit ik het theoretische deel opgebouwd heb.

2.1 Getuigenissen

Politieambtenaren zijn het doelpubliek van het hulpmiddel voor politieambtenaren. Omdat zij het hulpmiddel zullen gebruiken, moet het aan al hun eisen voldoen. Daarom ben ik op zoek gegaan bij politie Mechelen naar politieambtenaren die ervaring hadden met slechtnieuwsmeldingen. Zo kon ik ontdekken hoe dat in de praktijk in zijn werk gaat, waar de moeilijkheden liggen en wat hen zou kunnen helpen bij de eerste contacten met minderjarigen die geconfronteerd worden met een verlies. De resultaten van deze bevragingen verwerk ik in het finale hulpmiddel. Deze twee getuigenissen illustreren hoe een slechtnieuwsmelding kan verlopen.

Een slechtnieuwsmelding die ik moest brengen was die bij een kind van 9 jaar. Zijn vader was omgekomen bij een verkeersongeval. Bij aankomst heb ik ervoor gezorgd dat het kind naar een andere kamer gebracht werd, samen met een familielid. Vervolgens heb ik de echtgenote van de overledene het slechte nieuws verteld. Wanneer zij gekalmeerd was, vroeg ze me om het nieuws tegen haar zoon te vertellen. Vervolgens heb ik het nieuws tegen de jongen verteld. Hij reageerde erg verdrietig en trok zich terug in zijn kamer. Na enkele minuten kwam hij naar buiten om vragen te stellen. Daarna ging hij opnieuw naar zijn kamer om vervolgens nogmaals naar buiten te komen om vragen te stellen. Tot slot zei de jongen: 'bedankt maar ik zal papa niet meer terugzien'. Hij heeft zich dan teruggetrokken in

zijn kamer samen met het familielid. – Jean Schoubben, dienst verkeer (persoonlijke communicatie, 2014)

Ik heb het slechte nieuws gemeld aan de echtgenote van het slachtoffer. Zij wilde het slechte nieuws echter liever zelf tegen het kind vertellen. – Kevin Matthijs, dienst interventie (persoonlijke communicatie, 2014)

2.2 'Ons verdriet'

Minderjarigen zijn de meest kwetsbare groep van de bevolking. Ze zijn immers nog volop bezig met hun ontwikkeling en met het vormen van hun identiteit, wat veel inspanningen vergt. Wanneer minderjarigen daarnaast geconfronteerd worden met een pijnlijk verlies, kan dit een grote impact hebben op hun ontwikkelingsproces. Daarom is het belangrijk om minderjarigen goed op te volgen binnen het rouwproces.

Voor politieambtenaren is het niet vanzelfsprekend om zich te verdiepen in alle uitingen van rouwen bij kinderen en jongeren. Daarom zal ik in deze scriptie een hulpmiddel creëren voor politiebeambten. Omdat zij tijdelijk in het gezin aanwezig zijn, zal ik ook een hulpmiddel maken dat politieambtenaren aan de zorgverleners kunnen overhandigen. Met dat hulpmiddel kunnen zorgverleners concreet aan de slag. Het biedt ondersteuning bij de opvolging van het rouwproces van de minderjarige.

Het hulpmiddel voor politiebeambten zal vooreerst gericht zijn op de slachtofferbejegenaars. Slachtofferbejegening is een basistaak voor iedere politieambtenaar, wat omschreven staat in de ministeriële omzendbrief GPI 58 (cf. *II Praktijkgedeelte, 1.1 Wetgeving Slachtofferbejegening*). Daarom is het de bedoeling om op termijn iedere politieambtenaar binnen de politiezone Mechelen een hulpmiddel aan te bieden. Op deze manier zullen zij houvast vinden bij de eerste opvang van kinderen die geconfronteerd worden met verlies.

In dit hulpmiddel zal ik eerst uitgebreid beschrijven hoe de slechtnieuwsmelding per leeftijdscategorie het best verloopt en welke reacties te verwachten zijn. Vervolgens worden de uitingen van rouw per leeftijd geduid. Hierbij worden aandachtspunten gegeven die interessant zijn om mee te geven aan de nabestaanden, zodat zij beseffen dat de reactie van de minderjarige gezond is of niet. Ieder kind rouwt uiteraard anders maar toch zijn er gelijkenissen op te sporen.

Daarna wordt het rouwproces van minderjarigen per leeftijd oppervlakkig geschetst. De eerste fase zal meer uitgebreid neergeschreven worden zodat politieambtenaren de nabestaanden kunnen inlichten over wat er de eerste dagen

kan gebeuren. Op die manier weten de nabestaanden al een beetje wat hen te wachten staat. De verdere rouwfasen zullen oppervlakkiger neergeschreven worden maar bieden de politieambtenaren een antwoord op de meest voorkomende vragen. Voor de gedetailleerde omschrijving kunnen zij dan verwijzen naar het hulpmiddel voor nabestaanden dat zij achterlaten.

Dit hulpmiddel voor nabestaanden zal kort beschrijven hoe een slechtnieuwsmelding het best kan gebeuren. Dit wordt kort beschreven omdat de politieambtenaar de slechtnieuwsmelding in de meeste gevallen op zich zal nemen. In situaties waarin nabestaanden dit toch zelf moeten doen, kunnen zij teruggrijpen naar het hulpmiddel. Als tweede onderwerp zullen de uitingen van minderjarigen per leeftijdsfase geduid worden. Dit zal meer uitgebreid gebeuren dan in het hulpmiddel van de politieambtenaar daar de zorgverleners elk gedrag moeten kunnen begrijpen en kaderen.

Vervolgens wordt informatie gegeven over het rouwproces van minderjarigen, alweer per leeftijdsfase. Hierbij worden ondersteunende tips aangereikt om nabestaanden te helpen bij het omgaan met de rouwende minderjarige.

Tot slot worden activiteiten voor kinderen en jongeren beschreven om nabestaanden te ondersteunen bij het rouwproces. Door deze activiteiten samen met de minderjarige uit te voeren, zullen zij de minderjarige en zichzelf helpen bij het rouwproces.

Deze hulpmiddelen zijn bestemd voor de politiezone Mechelen en zijn medewerkers, omdat ze gebaseerd zijn op hun ervaringen en noden. Ook zijn ze tot stand gekomen dankzij hun medewerking en op hun vraag.

2.3 Probleemstelling

In dit hedendaagse informatietijdperk worden we overspoeld door informatie die overal opduikt. Niet alle informatie is even betrouwbaar en het is vaak moeilijk om door het bos de bomen nog te zien. Informatie over rouwen bij kinderen is bijvoorbeeld te vinden op internet, in boeken, in brochures en bij gespecialiseerde rouwconsulenten. Tegelijkertijd is de wetgeving rond slachtoffers er eveneens erg op vooruitgegaan de laatste jaren. De combinatie van deze twee ontwikkelingen zorgt ervoor dat het brengen van slecht nieuws beter voor te bereiden is. Zo ook het ondersteunen van minderjarige slachtoffers die als nabestaanden moeten omgaan met een verlies.

Het is voor iedereen moeilijk als de politie aan de deur staat met een slechtnieuwsmelding. Voor de politieambtenaar is het brengen van slecht nieuws

vaak even moeilijk als het voor de nabestaanden is om het nieuws te horen. De politieambtenaar wil dit op een zo goed mogelijke manier doen, om het rouwproces te vergemakkelijken. Een slechtnieuwsmelding bij kinderen is meestal nog moeilijker dan bij volwassenen omdat kinderen vaak nog niet beseffen wat de 'dood' is. De reacties van kinderen zijn minder voorspelbaar dan die van volwassenen. Daarom hebben politieambtenaren hier hulp bij nodig.

Als nabestaande weet je eveneens vaak niet waar te beginnen. In de eerste plaats ben je als zorgverlener en nabestaande veelal bezig met het omgaan met het verlies voor jezelf. Daar komt dan nog eens de zorg over een rouwende minderjarige bovenop. Op zo'n moment is het opzoeken van informatie over rouwen vaak het laatste waar je aan denkt. Als nabestaande en zorgverlener is bijkomende hulp en informatie welkom. De politieambtenaar is er om het nieuws te brengen en blijft de nabestaanden ondersteunen bij de eerste reacties maar achteraf moet de zorgverlener het overnemen. Daarom is een korte duidelijke beschrijving van alles wat je kan verwachten, behulpzaam.

Grondig theoretisch en praktijkgericht onderzoek is nodig om de hulpmiddelen, die zowel politieambtenaren als nabestaanden nodig hebben, te verwezenlijken. Het theoretisch onderzoek dat ik samenbreng onder *I Theoretisch gedeelte*, is gebaseerd op internetbronnen, artikels en boeken. Voor het praktijkonderzoek dat ik bundel onder *II Praktijkgedeelte*, haalde ik de mosterd bij de slachtofferbejegenaars van de politiezone Mechelen.

De onderzoeksvraag waarop deze scriptie gebaseerd is, luidt als volgt: "Hoe kan je kinderen en jongeren tot 18 jaar ondersteunen bij het verwerken van een rouwproces vanuit een politiecontext?".

I Theoretisch gedeelte

1. Trauma en slachtofferbejegening

1.1 Wat is een traumatische gebeurtenis?

Trauma komt van het Griekse woord *traūma*, wat 'wond' betekent. (Philippa, 2009) Bij een traumatische gebeurtenis kunnen we de etymologische betekenis uitbreiden van 'verwonding, kwetsuur' (WNT, 1998) naar 'psychische schok'.

Een traumatische gebeurtenis is een niet-alledaags voorval met een grote impact. Het is een extreme en overweldigende ervaring waarbij de verwerkingsmechanismen tekortschieten. De impact van een traumatische gebeurtenis bestaat uit veel verschillende gevoelens, waaronder pijnlijke emoties. Het is vaak niet makkelijk om met deze emoties om te gaan, wat procesmatig gebeurt. Er worden verschillende stappen doorlopen om deze gevoelens een plaats te geven en te verwerken. Steun en opvang zijn noodzakelijk wanneer dat voor iemand moeilijk of zelfs onmogelijk is en kan verkregen worden bij Slachtofferbejegening.

Personen die moeilijkheden ondervinden bij het verwerken van een traumatische gebeurtenis, krijgen te kampen met stressreacties zoals herbelevingen, vermijdingsgedragingen en verhoogde waakzaamheid. De eerste twee reacties zorgen voor het herstel van het trauma mits een goed evenwicht. Het kost veel inspanning om deze balans te vinden omdat het slachtoffer de confrontatie aan moet gaan met pijnlijke emoties. (Bibi, 2011; S.N., 2014)

1.2 Soorten trauma's

Voor de slachtofferbejegenaar is het belangrijk om een basiskennis te bezitten over de soorten trauma's. Voor mijn zelfgemaakte hulpmiddel baseer ik mij op dit niet-volledige overzicht. Soorten trauma's worden inhoudelijk onderzocht, maar ook kwantitatieve aspecten, de rol van interpersoonlijke nabijheid en de impact worden summier onderzocht.

1.2.1 Inhoud: meest voorkomende soorten

Er bestaan verschillende soorten van trauma. Een eerste indeling is gebaseerd op de aard van het trauma. De vijf meest voorkomende soorten trauma waar kinderen mee in aanraking komen zijn seksueel misbruik, fysiek misbruik, verwaarlozing,

psychologisch misbruik en intrafamiliaal geweld. De inhoud van deze misdaden die leiden tot een trauma, wordt verder geëxpliciteerd. (Hodges et al., 2013)

1.2.1.1 Seksueel misbruik

Seksueel misbruik omvat elke vorm van ongewenst seksueel contact, gaande van aanraken tot penetratie met een volwassene of een autoriteitsfiguur tot kinderprostitutie of kinderpornografie.

1.2.1.2 Fysiek misbruik

Fysiek misbruik wordt gescheiden van seksueel misbruik want gaat over fysieke straffen, mishandeling en aanranding door minstens een zorgverlener.

1.2.1.3 Verwaarlozing

Onder verwaarlozing wordt een significant tekort aan psychologische of psychische zorg voor het kind verstaan.

1.2.1.4 Psychologisch misbruik

Psychologisch misbruik handelt over het emotioneel of psychologisch slecht behandelen van het kind, door ten minste een zorgverlener.

1.2.1.5 Getuige van intrafamiliaal geweld

In dit geval is het kind getuige van partnergeweld of intrafamiliaal geweld. De voorwaarde is dat het kind blootgesteld is aan minstens een gewelddadige episode tussen zorgverleners. (Hodges et al., 2013)

1.2.2 Kwantiteit: eenmalig, repetitief en cumulatief trauma

Daarnaast zijn er verschillende soorten trauma's te onderscheiden op basis van kwantiteit. Eerst en vooral wordt een onderscheid gemaakt tussen een eenmalig trauma en een repetitief trauma. (S.N., 2014) Voorbeelden van het eenmalige trauma zijn bijvoorbeeld een verkeersongeval of de dood van een naaste. Seksueel misbruik of pestgedrag kan eenmalig maar ook repetitief zijn. Een repetitief trauma is bijvoorbeeld wanneer een kind getuige is van veelvuldig huiselijk geweld. (Hodges et al., 2013 & Price et al., 2013)

In veel gevallen is er sprake van een cumulatief trauma, waarbij eenzelfde persoon verschillende trauma's meemaakt. (Briere, Hodges, & Godbout, 2010; Briere, Kaltman, & Green, 2008; Cloitre et al., 2009; Follette, Polusny, Bechtle, & Naugle, 1996)

1.2.3 Type van trauma-ervaring: de rol van interpersoonlijke nabijheid

In de eerste plaats moet het onderscheid gemaakt worden tussen interpersoonlijke en niet-interpersoonlijke trauma-ervaringen. Interpersoonlijke nabijheid wordt gekenmerkt door de betrokkenheid van een bekend persoon bij het trauma en door de rol die deze persoon speelt. Het gaat dus om de nabijheid tussen de participant en het slachtoffer van het trauma. Bij een niet-interpersoonlijke trauma-ervaring is een onbekend persoon betrokken als participant.

In de tweede plaats moeten de verschillende types van trauma-ervaring onderscheiden worden. Een eerste type is het 'bekend trauma', waarbij een kind bijvoorbeeld de kennis bezit dat een familielid gewelddadig werd gedood. Een tweede type is wanneer het kind getuige is van een trauma. Een derde en laatste type is het 'directe trauma' waarbij het kind rechtstreeks betrokken is. Bijvoorbeeld door zelf het slachtoffer te zijn van een gewelddadige aanval.

Onderzoek toont aan dat interpersoonlijke trauma's waarbij de interpersoonlijke nabijheid significant was, geassocieerd werden met problemen met externaliseren zoals gedragsproblemen. Directe trauma-ervaring werd geassocieerd met symptomen op alle domeinen. Een trauma in de kindertijd toont een duidelijk verband aan met psychiatrische zorg en een zwakke mentale en/ of fysieke gezondheid in de toekomst. (Felitti et al., 1998; Finkelhor, Ormrod, & Turner, 2007) In het bijzonder jonge kinderen, hebben een grotere kans om negatieve gevolgen te ondervinden als resultaat van een trauma door hun minder ontwikkelde verwerkingsmechanismen. De gevolgen van het trauma kunnen de psychologische, neurobiologische, relationele en cognitieve ontwikkeling verstoren. (Cook et al., 2005) Ze hebben vaak een belemmering op emotioneel gebied, gedragsregulatie, aandacht, posttraumatische stress en dissociatie. Een aantal relevante factoren die de vroege trauma-ervaring beïnvloeden, zijn temperament, socio-economische status, geslacht en leeftijd. (Price, M. et al., 2013)

1.2.4 Impact

Traumaliteratuur geeft te kennen dat verschillende traumasoorten een verschillende impact kunnen hebben. Zo wordt seksueel misbruik bijvoorbeeld vaak geassocieerd met latere seksuele angsten, seksuele problemen of afwijkend seksueel gedrag. (Briere & Runtz, 1990) Fysiek misbruik of mishandeling kan zorgen voor angst of agressie. (Godbout, Dutton, Lussier, & Sabourin, 2009) Psychologisch misbruik tot slot, kan in verband gebracht worden met een laag zelfbeeld. (Briere & Runtz, 1990)

Daarom kan geconcludeerd worden dat personen die blootgesteld zijn aan een aantal verschillende traumasoorten, een wijdere reeks van gelijktijdige psychologische effecten kunnen ondervinden. Daarnaast kan het zorgen voor vermeerdering van onder meer angst, woede en posttraumatische stress. Deze kunnen op hun beurt bijkomende, potentieel onaangepaste verwerkingsmechanismen veroorzaken zoals dissociatie en middelenmisbruik. (Briere et al., 2010 ; Vandereycken; Van Deth, 2011)

Meerdere blootstellingen aan meerdere traumasoorten, oftewel aan een 'cumulatief trauma', zorgt onvermijdelijk voor symptoomcomplexiteit en heeft impact op het latere leven. Symptoomcomplexiteit is de gelijktijdige aanwezigheid van meerdere, verschillende typen van symptomen bij hetzelfde individu. Enkele voorbeelden zijn onder meer angst, depressie, woede, posttraumatische stress, dissociatie, seksuele problemen en acting-out. Uiteraard zijn er naast symptomen nog verscheidene problemen gerelateerd aan de blootstelling aan een trauma tijdens de jeugd. (Hodges et al., 2013)

2. Wat is rouwen?

Rouwen is 'droefheid voelen om een sterfgeval' volgens het Van Dale woordenboek. (Van Dale, 2014) Maar rouwen is niet hetzelfde als verdriet hebben. Verdriet is een emotie die hoort bij rouwen, net zoals schuldgevoelens, opluchting en angst. Rouwen is het verdriet verwerken op lange termijn, het emotioneel verwerken van en omgaan met gevoelens. Energie en tijd zijn noodzakelijk voor het rouwproces (cf. infra I Theoretisch gedeelte, 3. *Wat zijn de fasen van een rouwproces?*), daarom moeten kinderen tijd en ruimte krijgen om dit proces door te maken en hun leven weer op te nemen.

2.1. Hoe gaan kinderen om met rouwen?

Bij een sterfgeval in de nabije omgeving wil je kinderen vaak sparen voor het verdriet dat met het verlies gepaard gaat maar tegelijkertijd kan je de realiteit niet minimaliseren. Het is goed om kinderen te betrekken bij het verdriet en om met kinderen over verlies en dood te praten. Dood, afscheid nemen en verlies horen immers bij het leven. Riely (2003) verwoordt dit treffend in volgend citaat: "Everyone wanted Charles to be healed and happy again, but no one realized that for the healing and the mourning process to begin, someone had to give Charles permission to be sad and teach him how to grieve."

2.1.1 Nul tot twee jaar oud

Baby's zijn reeds gevoelig voor de omringende sfeer. Ze voelen de emoties van anderen aan en kunnen daardoor anders reageren. Zo voelen baby's zich bijvoorbeeld minder snel getroost wanneer de stem of bewegingen van hun verzorger veranderd zijn. Vanaf dat ze vier tot vijf maanden oud zijn, beginnen ze hun vaste verzorger te missen. Wanneer de verzorger intens verdriet beleeft, reageert hij anders op de behoeften van het kind. Daardoor verandert de baby's beleving en zal de baby rouwen bijvoorbeeld door slechter te slapen of door vaker te huilen.

Kinderen tot twee jaar oud voelen aan dat er iets mis is, maar kunnen dit niet verwoorden. Sommigen huilen, anderen trekken zich terug of worden erg druk. Op deze leeftijd begrijpen kinderen het concept 'dood' niet. Ze merken echter wel dat ze gescheiden zijn van iemand. Ze kunnen dit eveneens aanvoelen als 'achtergelaten zijn'.

2.1.2 Twee tot zes jaar oud

De reactie op verlies van peuters en kleuters lijkt op de reactie van hun ouders. Ze zijn namelijk even ontredderd. Kinderen van deze leeftijd begrijpen echter niet wat 'de dood' inhoudt en denken dat iemand voor eventjes weg is. Ze gebruiken soms woede om met verlies om te gaan en hebben dan ook veel nood aan een vertrouwde omgeving. Andere gedragingen om hun verdriet te uiten kunnen droefheid en agressie zijn. Sommige kinderen hebben last van nachtmerries. Sommige kleuters ervaren blaas- en darmproblemen.

2.1.3 Zes tot tien jaar oud

Kinderen die naar de lagere school gaan, beginnen te beseffen dat de dood onomkeerbaar is. Doordat ze zich eveneens bewust worden van hun eigen sterfelijkheid, kunnen ze zich onveilig voelen. Daarom hebben ze een geruststellende, ondersteunende omgeving nodig. Op deze leeftijd is het niet abnormaal voor kinderen om fobieën te ontwikkelen. Ook worden zij soms erg bezitterig aangezien ze dan meer zekerheid hebben dat iets niet zal weggaan. Ze kunnen eveneens concentratiemoeilijkheden krijgen door het verdriet. Zij zullen het ook moeilijk vinden om hun gevoelens om te zetten naar woorden. Kinderen tussen zes en negen jaar oud ervaren vaker psychosomatische klachten zoals hoofdpijn en buikpijn.

2.1.4 Tien tot twaalf jaar oud

Jonge kinderen tussen tien en twaalf jaar oud zijn vaak gefascineerd door de dood. Daardoor stellen ze veel vragen. Het antwoord is niet het belangrijkste aspect van het vragenstellen, maar wel de ruimte om de vragen te stellen. Deze kinderen begrijpen de dood doordat ze het gemis ervaren, hoewel ze nog niet voortdurend met het verlies bezig zijn. In vele gevallen willen kinderen van deze leeftijd de begrafenis bijwonen en onderdrukken ze hun eigen pijn en verdriet om anderen te beschermen. Na een bepaalde periode gaan ze meestal door met hun gewone leven. Deze tieners hebben, net als kinderen van zes tot tien jaar oud, meer kans op psychosomatische klachten.

2.1.5 Twaalf tot achttien jaar oud

Pubers beseffen dat de dood onomkeerbaar is en dat het iedereen overkomt. Ze weten dat iedereen, zichzelf ook, zal sterven maar zien dit pas gebeuren in een verre toekomst. Ze willen het verlies doorgaans zelfstandig verwerken, maar zoeken veiligheid en bescherming op bij vertrouwenspersonen. Deze vinden ze vaak in hun minderjarige vriendenkring, omdat ze comfortabeler met vrienden kunnen praten

over gevoelens. Wanneer kinderen zich isoleren moet er ingegrepen worden want dat duidt op een problematisch rouwproces. De gevaren bij pubers zijn middelenmisbruik. Kinderen van deze leeftijd hebben namelijk meer kans op drank- of drugsmisbruik en verhoogde seksuele activiteit. Risicovol en grensverleggend gedrag is veelvoorkomend bij jongeren van deze leeftijd. (kind en gezin, 2014 ; s.n., 2014 ; Evans, 1996 ; Seager & Spencer, 1996 ; Wolraich et al., 2000)

2.2. Hoe uiten kinderen rouwgevoelens?

Wanneer kinderen door een rouwproces gaan, ongeacht hun leeftijd of besef van het concept 'dood', uiten zij dit op een bepaalde manier. Hoewel deze uitingen variëren bij elk kind, zijn er gelijkenissen aan te treffen. Het is mogelijk dat sommige regressieve uitingen stammen uit de vorige levensfase.

De meeste kinderen uiten gevoelens van verdriet, woede, schuld of angst. Sommigen kunnen eerst lief en aanhankelijk zijn en plotseling erg agressief uit de hoek komen. Ze kunnen hard huilen of roepen, zeuren, nors zijn of constant aandacht eisen. Sommige kinderen hebben stemmingswisselingen en eetproblemen, worden stil en lusteloos, anderen zijn altijd verdrietig en lachen niet meer. Verlatingsangst, automutilatie, ongehoorzaamheid en driftbuien zijn allemaal manieren waarop een kind rouwgevoelens kan uiten.

Kinderen die reeds naar school gaan, kunnen concentratiestoornissen ontwikkelen waardoor zij slechter presteren op school. Sommigen krijgen lichamelijke klachten waarvan de oorzaak niet duidelijk is zoals hoofdpijn en buikpijn. Slaapproblemen, nachtmerries en bedplassen zijn voorkomende problemen bij rouwende kinderen. Vaak praten kinderen spontaan over het verdriet tijdens het spelen, tekenen of knutselen of beginnen ze opeens te praten. Het kan ook een belangrijk signaal zijn als een kind zich helemaal niet uit.

Uit bovenstaande voorbeelden wordt duidelijk dat ieder kind op zijn eigen manier rouwt. Deze verschillende uitingsvormen zijn afhankelijk van de leeftijd en het karakter van het kind en ook de omgeving speelt hierbij een rol. Wanneer de omgeving open is over het verlies, bijvoorbeeld door te praten over het verdriet, zal een kind hier zelf meer ruimte voor krijgen. Kinderen in een drukke omgeving wachten soms met rouwen tot de omgeving gestabiliseerd en rustig is. Het is niet abnormaal dat een kind het rouwproces uitstelt, maar het is belangrijk om de gedragsveranderingen op te merken en om er gepast op te reageren. Meestal kunnen de ouders helpen bij het verwerken van het verlies. In andere gevallen kunnen gespecialiseerde hulpverleners geraadpleegd worden.

3. Wat zijn de fasen van een rouwproces?

Zoals voorheen gezegd, worden de emoties die gepaard gaan met een traumatische gebeurtenis verwerkt aan de hand van een proces. Bij het verlies van een naaste is het allesoverheersende gevoel verdriet. Om met dit verdriet om te gaan en om dit verlies een plaats te geven, moeten deze gevoelens verwerkt worden. Dit gebeurt door middel van een rouwproces. Zoals Kübler-Ross in haar bekende theorie schrijft, zijn er vijf fasen in het rouwproces.

3.1 Rouwen voor nabestaanden

Allereerst worden de verschillende rouwfasen voor nabestaanden in het algemeen omschreven. Vervolgens zal ik deze concretiseren voor minderjarige nabestaanden. Er bestaan echter verschillen en afwijkende aandachtspunten omdat deze fasen niet in een vaste volgorde voorkomen. De volgorde is namelijk individueel verschillend.

3.1.1 Ontkenning

De eerste fase is die van ontkenning. Hierbij weigeren nabestaanden, bewust of onbewust, te erkennen dat iemand overleden is. Ontkenning is een manier om zichzelf te beschermen. Door het besef niet onmiddellijk toe te laten, bepaalt men zelf in welk tempo men het rouwproces aangaat. Het is echter belangrijk om na verloop van tijd te erkennen dat iemand overleden is om niet vast te blijven zitten in deze fase.

3.1.2 Onderhandelen

De tweede fase van Kübler-Ross is die van onderhandelen. Tijdens deze fase belooft men iets te doen als er iets anders tegenover staat. Hierbij probeert men dingen te zoeken die je wel in de hand hebt ter compensatie van het verlies.

3.1.3 Woede

Bij de derde fase ervaren mensen veel woede. Wanneer iemand tot het volle besef is gekomen dat hij of zij iemand verloren heeft, ontstaat er vaak boosheid. Gedurende deze fase is de nabestaande vaak moeilijk te bereiken. Deze woede maskeert een grote hoeveelheid pijn. Vaak is de persoon die het slechte nieuws bracht het mikpunt van de woede. Men zoekt iemand om de schuld op te schuiven om niet te moeten omgaan met de gevoelens van verdriet.

3.1.4 Verdriet en depressie

De vierde fase is die van verdriet en depressie. Deze fase biedt zich aan wanneer alle vorige fasen zijn doorlopen en er geen hulpmiddelen meer zijn om het verdriet uit de weg te gaan. Men voelt zich in deze fase verdrietig, angstig, onzeker en men heeft spijt. Vaak denkt de nabestaande tijdens deze fase aan verliezen uit het verleden. Hierdoor kan de rouwende behoefte hebben aan het herhaaldelijk uiten van het verdriet.

3.1.5 Aanvaarding

De vijfde en laatste fase kenmerkt zich door aanvaarding. De nabestaande aanvaardt dat de overledene niet meer terugkomt en accepteert het verdriet. Deze fase wordt pas bereikt wanneer men tijd heeft gehad om de voorbije fasen rustig te verwerken. Men kan in deze fase het verlies loslaten. Dat is niet hetzelfde als vergeten. Het is het verlies een plaats geven en verder gaan met het leven. (Kübler-Ross Vlaanderen, 2014; Kleuters Rouwen Ook, s.d.)

3.2 Rouwen voor kinderen

Bovenstaande fasen zijn de algemene fasen die nabestaanden doormaken tijdens een rouwproces, volgens Kübler-Ross. Minderjarigen kunnen het nog niet aan om continu bezig te zijn met gedachten over het verlies. Daarom hebben de fasen bij minderjarigen een andere opeenvolging. Deze fasen werden toegepast op situaties waarin een slachtofferbejegenaar verzeild kan raken.

3.2.1 Realiteit begrijpen

De eerste fase is het verlies onder ogen zien en het aanvaarden van de realiteit. Als het kind blijft geloven dat de persoon nog zal terugkomen dan is er geen reden tot rouwen en zal er niet gerouwd worden. Het kan helpen om het kind te betrekken bij het afscheid nemen, onder meer door de overledene te groeten en door mee te gaan naar de begrafenis of crematie.

De jongere kan het verlies pas onder ogen zien en aanvaarden wanneer hij of zij zich veilig voelt in zijn omgeving. Het is belangrijk om de jongeren vragen te laten stellen en hun gevoelens te laten uiten, want dat helpt om de dood te verduidelijken. Het is tevens belangrijk om de volledige waarheid tegen kinderen te vertellen. Wanneer ze zelf iets dienen te verzinnen, is deze fantasie doorgaans veel erger dan wat er echt gebeurd is. Een verklaring maakt het aanvaarden minder moeilijk. Soms lijkt het alsof een jongere op het eerste moment vooral bezorgd is om zijn eigen gemak en om het doorlopen van het dagelijkse leven. Het lijkt op dat

moment alsof het kind niet voelt maar eigenlijk stelt het zijn rouwproces uit totdat het zich veilig voelt.

3.2.2 Voelen van de pijn

De tweede fase komt na het besef van het verlies en houdt het voelen van de pijn in. Het is belangrijk in deze fase dat een kind zijn gevoelens de vrije loop kan laten. Kinderen voelen het verlies zowel lichamelijk als emotioneel. Wanneer het verdriet verdrongen wordt, komt het later vaak terug in de vorm van kwaaltjes zoals hoofdpijn en slaapproblemen. Je kan een kind dus best verdrietig laten zijn en praten over dit verdriet in plaats van afleiding te zoeken. Het is eveneens belangrijk om als volwassene je gevoelens te tonen aan kinderen. Zo weten zij dat hun gevoelens geuit mogen worden waarna ze dit makkelijker zullen doen. Volwassenen kunnen de pijn en het verdriet niet overnemen maar ze kunnen jongeren wel leren dat pijn en verdriet bij het leven horen.

3.2.3 Leren leven zonder de overledene

De derde fase is het leren leven zonder de overledene. Dit moment biedt zich aan wanneer de draad van het leven weer opgepikt moet worden. Bij het verderzetten van het dagelijkse leven dienen goede en slechte herinneringen meegenomen te worden. Kinderen moeten getoond worden dat herinneringen aan de overledene een ruimte krijgen en er mogen zijn. Op die manier kunnen zij hun verlies een plaats geven.

3.2.4 Opnieuw banden smeden

Bij de vierde en laatste fase van het rouwproces moeten we opnieuw leren banden te smeden. Deze fase wordt bereikt wanneer de pijn en het gemis naar de achtergrond zijn verplaatst en niet meer continu aanwezig zijn. Het kan zijn dat kinderen niet meer aan de toekomst zullen denken omdat zij pijn zoals degene die ze net verwerkt hebben niet meer willen ervaren. Hierbij is het belangrijk dat kinderen leren werken aan een toekomst en hierin leren geloven. Soms ontstaat de illusie dat we niet meer mogen lachen en ons niet meer mogen binden aan anderen nadat iemand is overleden. We denken de nagedachtenis te bezoedelen door nieuwe relaties aan te gaan. Een kind moet met de hulp van volwassenen ervaren dat er na een tijd, wanneer het verwerkingsproces voltooid is, ruimte is om nieuwe banden te smeden. Na deze fase kunnen jongeren iets beter nieuwe mensen toelaten zonder hier een schuldgevoel over te hebben. (Kübler-Ross Vlaanderen, 2014; Kleuters Rouwen Ook, s.d.)

II Praktijkgedeelte

1. Ontstaansgeschiedenis

Slachtofferbejegening

Politiewerk krijgt altijd te maken met een dader en een slachtoffer. Voor de aanstelling van maatschappelijk assistenten bij de politiediensten in 1980, waren het politieagenten die de opvang van het slachtoffer op zich namen. De dienst Slachtofferbejegening werd later ingevoerd ten gunste van het onderzoek. De belangrijkste taak van de slachtofferbejegenaars bestond in het benaderen van het slachtoffer om meer informatie te verkrijgen over de feiten. Onder invloed van brede maatschappelijke bewegingen, zowel in binnen- als in buitenland, ontstond geleidelijk aan meer aandacht voor slachtoffers. Belangrijke stimulansen werden gegeven vanuit de vrouwenbeweging, de wetenschappelijke wereld, de Centra voor Slachtofferhulp en het overheidsbeleid.

Sinds 1960 zijn er in heel wat stedelijke politiekorpsen sociale diensten opgericht. Het personeel hiervan bestaat uit maatschappelijke assistenten, die de positie van politie assistent bekleden. De sociale diensten zijn onder meer actief op het vlak van de jeugdcriminaliteit en de adoptie-, gezins- en echtscheidingsproblemen. In de eerste plaats rapporteren ze aan het parket, aan de rechtbank of aan bevoegde uitvoerders van deze instanties. Daarnaast staan ze in praktijk veelal in voor bemiddeling en zoeken ze naar korte termijnoplossingen. Ze zorgen er dus voor dat hulpverlening en begeleiding een weg vinden naar het gezin in kwestie.

In 1995 waren er in zevenentwintig steden en gemeenten 'bureaus voor Slachtofferbejegening' operationeel. Dat zorgde voor de aanstelling van meer dan 60 specifieke personeelsleden zonder politionele opleiding, zogenaamd burgerpersoneel. Rond dezelfde tijd als deze aanstelling werd de opdracht van de minister van Binnenlandse Zaken uitgewerkt, dewelke dateerde uit einde 1994. Deze opdracht had als eindproduct een cursus 'politiële Slachtofferbejegening' en een trainingsvideo met bijhorende handleiding. (Werbrouck, 2005)

1.1 Wetgeving Slachtofferbejegening

In België zijn de eerste politieke initiatieven omtrent omvang en bejegening van slachtoffers omstreeks 1980 ontstaan. Verdere ontwikkelingen gebeuren naar aanleiding van de zaak Dutroux in 1996.

Een belangrijke ontwikkeling naar aanleiding van de zaak Dutroux is de wet Franchimont van 12 maart 1998. Voluit heet deze wet "De wet tot verbetering van

de strafrechtspleging in het stadium van het opsporingsonderzoek en het gerechtelijk onderzoek". De wet Franchimont zorgt voor een wettelijke versterking van de positie van het slachtoffer in het strafproces. Deze wet kent het slachtoffer rechten toe bij het afnemen van een verhoor, zoals het laten bijstaan van een vertrouwenspersoon en het verkrijgen van een kosteloze kopie van het proces-verbaal. In deze wettekst wordt eveneens geformuleerd dat een slachtoffer op een behoorlijke manier bejegend dient te worden. Dit wordt later meer uitgebreid in de ministeriële omzendbrief OOp15ter beschreven.

Voor 1998 waren de termen 'slachtoffer' en 'Slachtofferbejegening' niet opgenomen in Belgische wetteksten. Een duidelijke omschrijving aan deze begrippen ontstond pas in 1999. De omzendbrief OOp15ter van 1999 beschrijft een slachtoffer als "de persoon, evenals zijn verwanten, aan wie materiële, fysische en/of morele schade is toegebracht als gevolg van een handeling of een verzuim dat strafbaar is gesteld door het Strafwetboek of door bijzondere strafwetten".

De ministeriële omzendbrieven OOp15 van 1991 en OOp15bis van 1994 gaan OOp15ter van 1999 vooraf. Deze omzendbrieven beschrijven de rol van politie in het kader van Slachtofferbejegening. Sinds 1994 ontstonden meerdere initiatieven om de positie te verbeteren van slachtoffers die beroep doen op politie. Er werden samenwerkingsakkoorden ondertekend tussen de Federale Staat en de Vlaamse Gemeenschap evenals tussen de Federale Staat, de Franse Gemeenschap en het Waalse Gewest. Later werd nog een akkoord gesloten met het Brussels Hoofdstedelijk Gewest. Naar aanleiding van deze initiatieven actualiseerde men de ministeriële richtlijnen. (Van den Bossche, 1999)

In 2006 ontstond de wet op externe rechtspositie van de veroordeelden tot een vrijheidsstraf. Door deze wet krijgen slachtoffers meer rechten tijdens de fase van de strafuitvoering. (Aertsen, 2002) Het is als persoon die schade opliep door een misdrijf mogelijk om zich burgerlijke partij te stellen. Hierdoor kan hij of zij een schadevergoeding aanvragen aan de strafrechter tijdens de strafprocedure. (Politie, 2014)

Het slachtoffer kan eveneens vragen om betrokken te worden bij de uitvoering van een vrijheidsbenemende straf. Die straf kan beperkte detentie, elektronisch toezicht, voorwaardelijke invrijheidsstelling enzovoort zijn. Indien het slachtoffer geen burgerlijke partij is, moet hij of zij een schriftelijk verzoek richten aan de strafuitvoeringsrechter. Deze zal vervolgens bepalen of het slachtoffer belang hebt bij de zaak. Daarna moet het slachtoffer een slachtofferverklaring invullen, ongeacht of hij of zij burgerlijke partij is.

Via deze slachtofferverklaring kan het slachtoffer vragen om geïnformeerd te worden wanneer een straf wordt toegekend en voorwaarden formuleren die mogelijks kunnen worden opgelegd bij het toekennen van een straf. Tot slot kan het slachtoffer ook vragen om gehoord te worden door de strafuitvoeringsrechter. (S.N., 2011)

Artikel 46 van de wet op het politieambt ligt aan de grondslag van politionele Slachtofferbejegening. Dit artikel stelt dat "politiediensten de personen die hulp of bijstand vragen in contact brengen met de gespecialiseerde diensten. [De politiediensten] verlenen bijstand aan slachtoffers van misdrijven door hun de nodige informatie te verstrekken". De inhoudelijke invulling wordt meer uitgebreid omschreven in de ministeriële omzendbrief GPI 58 van 4 mei 2007. Zoals reeds in *Voorstelling van de stageplaats* vermeld (cf. supra), houdt deze richtlijn in dat Slachtofferbejegening een taak is van iedere politieambtenaar. (Van Der Dussen De Kestergat, 2006 ; Noppe et al., 2013)

1.2 De rechten van het slachtoffer

Op 22 februari 1993 werd de Verklaring van de Rechten van het Slachtoffer ondertekend door de leden van Victim Support Europe. Sindsdien is er op 22 februari jaarlijks een 'Dag van het Slachtoffer'.

De politiediensten moeten er op toezien dat ze de rechten van slachtoffers waarborgen. Hieronder worden deze zeven verschillende rechten benoemd en uitgelegd.

1.2.1 Het recht op een eerbiedige en correcte behandeling

Het eerste beschreven recht van een slachtoffer is het recht op een eerbiedige en correcte behandeling. Dit houdt in dat het slachtoffer op een vriendelijke, correcte en tactvolle manier benaderd moet worden, ongeacht het misdrijf in kwestie. Bij deze benadering mogen nationaliteit, sociale afkomst, politieke overtuiging, geloof of geaardheid geen rol spelen. Dat principe is van toepassing binnen elke fase van de tussenkomsten.

Dit recht wordt binnen de politiezone Mechelen gewaarborgd door ieder politieambtenaar op het moment van de feiten. Indien slachtoffers zich niet goed voelen over hun behandeling door een bepaalde politieambtenaar, kunnen ze een gesprek met deze politieambtenaar vragen. Ze kunnen eveneens verzoeken om door een ander politieambtenaar geholpen te worden.

1.2.2 Het recht om informatie te krijgen

Het tweede recht voor slachtoffers is het recht om informatie te krijgen. Zo hebben slachtoffers recht op alle informatie over het verloop van de gerechtelijke procedure. Deze informatie kan verkregen worden via Slachtofferonthaal, een organisatie die uitgaat van het Parket. Hier kunnen slachtoffers informatie opvragen over de inhoud en het verloop van het dossier. Daarnaast hebben ze eveneens recht op informatie over bijstand van een advocaat. Zo kunnen slachtoffers zelf een advocaat onder de arm nemen of, indien ze hier aanspraak kop maken, een pro-Deo advocaat toegewezen krijgen. Verder hebben slachtoffers het recht op informatie over schadevergoedingen en verdere financiële hulp. Tot slot heeft ieder slachtoffer recht op informatie over Slachtofferhulp, wat uitgaat van de Centra voor Algemeen Welzijn.

1.2.3 Het recht om informatie te geven

Een derde toevoeging voor het slachtoffer is om informatie te geven. Dit houdt in dat slachtoffers het recht hebben om de informatie die zij over een bepaald misdrijf hebben, te geven. Zij mogen dus gehoord worden binnen het onderzoek na een misdrijf. Het is belangrijk voor het onderzoek dat een slachtoffer alle informatie die hij of zij heeft, deelt.

1.2.4 Het recht op juridische bijstand en rechtsbijstand

Het vierde recht van slachtoffers is dat op juridische bijstand en rechtsbijstand. Zoals hierboven bij het recht om informatie te krijgen reeds vermeld werd, hebben slachtoffers recht op juridische bijstand door een advocaat. Dit recht hebben zij zodra politie, justitie of hulpverlening tussenkomen. Dit houdt dus het recht op een advocaat in, zelf te financieren of pro-Deo, wat gefinancierd wordt door de overheid.

1.2.5 Het recht op financieel herstel

Het vijfde recht dat omschreven werd in 1993 is het recht op financieel herstel. Dit houdt in dat slachtoffers recht hebben op herstel van de geleden schade. Zij worden hierdoor, binnen een redelijke termijn, financieel vergoed. Dit op voorwaarde dat slachtoffers de omvang van de schade kunnen aantonen. Indien de geleden schade niet financieel maar emotioneel is, kunnen slachtoffers financiële hulp verzoeken bij de Commissie voor financiële hulp aan slachtoffers van opzettelijke gewelddaden.

1.2.6 Het recht op hulp

Het zesde en voorlaatste recht van slachtoffers is het recht op psychosociale hulp. Dit wordt onder meer aangereikt door Slachtofferhulp. Zij adviseren slachtoffers en begeleiden ze naar meer gespecialiseerde hulp.

1.2.7 Het recht op bescherming en respect voor het privéleven

Het zevende en laatste recht waarop slachtoffers beroep kunnen doen, is het recht op bescherming en respect voor het privéleven. De politie moet slachtoffers op dit vlak beschermen tegen bedreigingen. (Werbrouck, 2005 ; Het Nationaal Forum voor slachtofferbeleid, 2011 ; Schulz; Mavroyiannis, 2012)

2. Hoe vertel je slecht nieuws?

Wanneer iemand ziek is, een relatie stukloopt of iemand sterft, ontstaan er verliezen die verwerkt moeten worden. De feiten van het verlies moeten steeds aan de nabestaanden medegedeeld worden, wat zorgt voor moeilijke gesprekken. Het is vaak moeilijk voor de boodschapper om slecht nieuws te vertellen. Wanneer dit nieuws aan minderjarigen verteld moet worden, is het nog belangrijker om dit op de juiste manier te doen. De manier waarop het slechte nieuws verteld wordt, drukt een stempel op de rest van het rouwproces. Hoe jonger kinderen zijn, hoe moeilijker zij bepaalde boodschappen begrijpen.

2.1 Waarmee rekening houden bij een slechtnieuwsmelding?

Bij het melden van slecht nieuws is het belangrijk op enkele aandachtspunten te letten. Hieronder worden deze aandachtspunten geduid.

2.1.1 Algemene richtlijnen voor een slechtnieuwsmelding

Hieronder volgen enkele richtlijnen om het slechte nieuws van een overlijden aan kinderen te vertellen. Deze richtlijnen gelden voor degene die het nieuws vertelt, ongeacht of dit een naaste van het kind is. Het slechte nieuws wordt het best verteld door iemand die dicht bij het kind of de jongere staat en die vertrouwd wordt. Afhankelijk van de leeftijd begrijpen kinderen het concept 'dood' en is het melden van het verlies makkelijker of moeilijker. Het is steeds van belang om een kind te benaderen op zijn eigen tempo en op het niveau van de leeftijd dat een kind bereikt heeft.

Bij iedere leeftijd is het van betekenis het kind of de jongere te tonen dat ze niet alleen zijn met hun verdriet. Zo neem je het kind of de jongere liefst dicht bij je om het nieuws te vertellen.

Je zorgt bij het vertellen van tegenslag best voor een aanknopingspunt. Zo kan je bij een relatiebreuk verwijzen naar de vele ruzies die ook de kinderen gezien hebben. Bij ziekte kan je duiden op de symptomen van de bepaalde persoon en bij een overlijden kan je terugdenken aan het aftakelen of naar de ziekte van een persoon.

Wanneer je tot het vertellen van het overlijden komt, is het belangrijk dat de boodschap onmiddellijk duidelijk is. Daarbij gebruik je om het makkelijk te maken liefst geen ingewikkelde zinnen en hou je het taalgebruik best zo helder en duidelijk

mogelijk. Zo is het duidelijker voor een kind om 'vanmorgen heeft hij een ongeluk gehad, hij was onmiddellijk dood' te zeggen in plaats van 'vanmorgen is er iets erg gebeurd, er was een ongeluk en hij was betrokken'. Als je onmiddellijk zegt wat er gebeurd is en wat de gevolgen van die gebeurtenis zijn, zorgt dit voor minder onduidelijkheden die je later moet uitleggen. Wanneer je het slechte nieuws meedeelt, mag je laten zien dat het jou ook raakt. Kinderen en jongeren mogen zien dat jij het moeilijk hebt met de gebeurtenissen. Wanneer je dit doet, beseffen kinderen dat ze hun verdriet mogen tonen en dat het normaal is dat ze verdriet hebben. Het is echter wel waardevol om je emoties onder controle te hebben en om niet in te storten.

Wanneer je het slechte nieuws verteld hebt, is het relevant om naar de reacties van het kind te luisteren. Kinderen zullen op dit moment hun eerste gevoelens uiten en hun eerste reacties tonen. Maak hen duidelijk dat je bij hen blijft en voor hen zal zorgen doorheen het hele rouwproces. Blijf hierbij ook letterlijk in de buurt en houdt een oogje in het zeil. Laat kinderen voelen dat ze er niet alleen voor staan. (Klasse, 2002)

2.1.2 Leeftijdsspecifieke richtlijnen voor een slechtnieuwsmelding

Bij iedere leeftijdsfase hoort een andere manier bij het meedelen van slecht nieuws omdat kinderen in elke levensfase anders tegen de dood aan kijken.

2.1.2.1 Nul tot zes maanden oud

Baby's tot ongeveer zes maanden oud beleven geen rouw en verdriet. Daarentegen bestaat de mogelijkheid wel dat baby's veel huilen omdat ze gevoelig zijn aan de omringende sfeer en de emoties. Zolang er een vast persoon aanwezig is of er een aantal vaste personen zijn die zorg dragen voor het kind, ondervinden baby's weinig last van het verlies van een naaste. Het is vooral belangrijk dat de basisbehoeften van de baby bevredigd worden. Kinderen van deze leeftijd moet nog niet verteld worden dat iemand gestorven is. De woorden die je hierbij gebruikt, zullen toch niet begrepen worden. Daarnaast is het belangrijker om ervoor te zorgen dat de baby een vast verzorgingspersoon heeft en zo stabiliteit ervaart.

2.1.2.2 Zes maanden tot twee jaar oud

Baby's en peuters tussen zes maanden en twee jaar oud beleven de dood nog steeds niet. Zij leren wel omgaan met scheiding, omdat zij wel merken dat iemand uit hun omgeving er niet meer is, maar zij begrijpen niet wat dood zijn is. Net als baby's tot zes maanden oud, zijn ook kindjes van deze leeftijd gevoelig voor de sfeer van hun omgeving. Zo merken zij zeer goed wanneer hun omgeving verdrietig

is. Baby's en peuters hebben vaak duale gevoelens. Dat wil zeggen dat zij het ene moment erg verdrietig kunnen zijn en het volgende extreem opgewekt. Deze dualiteit dient als zelfbescherming. Zij staan immers erg machteloos tegenover alles gevoelens die ze zelf ervaren en die hun omgeving ervaart. Kinderen van deze leeftijd kan je proberen duidelijk te maken wat de dood is door hen te betrekken bij het afscheid nemen van een overledene. Wanneer zij de overledene aanraken, kunnen zij het verschil voelen tussen leven en dood. Dat zij dit verschil voelen en merken wil niet zeggen dat ze begrijpen wat de dood is. Wel wordt het op deze manier iets concreter.

Tegen kinderen van deze leeftijd zeg je best zo direct mogelijk wie er gestorven is en wat de aanleiding van het overlijden is. Kinderen op deze leeftijd zullen niet beseffen dat iemand echt weg is tot ze met eigen ogen gezien hebben dat iemand niet meer ademt en dat het hart niet meer slaat. Daarom kunnen kinderen van deze leeftijd best zoveel mogelijk betrokken worden bij het afscheid nemen van de overledene zodat het besef van het overlijden doordringt.

2.1.2.3 Twee tot vijf jaar oud

Peuters en kleuters van twee tot vijf jaar oud zitten volop in de leeftijdsfase waarin sprookjes en verhaaltjes als 'echt' beschouwd worden. Ze kunnen op deze leeftijd nog geen onderscheid maken tussen fantasie en werkelijkheid in hun denkwereld. Voor peuters en kleuters is de dood omkeerbaar. Zo wordt Sneeuwwitje ook weer wakker gekust en ontwaakt Doornroosje na een slaap van 100 jaar. Ze verbinden de voorstelling rond de dood aan een lange slaap of de duisternis. De dood is voor peuters en kleuters kortom meer een tijdelijke of permanente scheiding. Met dit besef in het achterhoofd, voelen peuters en kleuters zich wel verdrietig en angstig wanneer iemand weggaat. Woorden als 'voor altijd' of 'nooit meer' zijn erg vaag voor deze kinderen want zij begrijpen niet wat deze woorden betekenen. Kleuters gaan meestal meedoen met de manier van rouwen van hun omgeving. Zij begrijpen echter nog niet goed wat dit allemaal betekent. Ze kunnen eveneens nog niet verwoorden welke gevoelens ze ervaren.

Kinderen op deze leeftijd vertel je dus best zo direct mogelijk dat iemand gestorven is en wat de aanleiding van dit overlijden is. Het afscheid nemen van de overledene zal bij deze leeftijd minder impact hebben doordat zij in sprookjes geloven. Bij deze leeftijdscategorie zal het besef van het overlijden komen door duidelijk uit te leggen dat iemand overleden is en niet meer tot leven kan komen zoals in sprookjes. Daarnaast zullen kinderen beseffen dat iemand niet terugkomt doordat de tijd die verstrijkt en deze persoon afwezig blijft. Bij kinderen van deze leeftijd is het belangrijk om vragen toe te laten en hier duidelijke antwoorden op te geven.

2.1.2.4 Vijf tot acht jaar oud

Kleuters en kinderen in de eerste drie jaren van het lager onderwijs hebben al meer van de buitenwereld gezien dan jongere kinderen. Daardoor zijn zij minder onderhevig aan het rouwproces en de reacties van hun directe omgeving. Kinderen van vijf tot acht jaar oud beginnen te begrijpen wat de dood werkelijk betekent en dat de dood onomkeerbaar is.

Ze ervaren doodgaan op hun eigen manier en delen de gevoelens die ze ervaren met de buitenwereld. Wanneer ze verdrietig zijn om het verlies dat ze geleden hebben, zullen ze openlijk huilen en tonen aan hun omgeving dat ze lijden onder het verlies. Dat zullen zij echter alleen doen wanneer ze zich veilig genoeg voelen in hun omgeving. Op deze leeftijd zijn kinderen erg bang om als 'baby' beschouwd te worden.

Hoewel zij begrijpen wat de dood inhoudt en dat dit definitief is, hebben zij het idee dat de dood enkel anderen overkomt. Het besef dat het hun geliefden wel kan overkomen komt tegelijk. Zij beseffen dus dat de mensen in hun naaste omgeving kunnen sterven maar beseffen nog niet dat zij zelf ook ooit zullen sterven.

Op deze leeftijd zijn kinderen erg kwetsbaar in verband met omgaan met de dood. Zij beseffen wat de dood inhoudt maar weten niet hoe hiermee om te gaan. Door het magisch denken en het hieraan gekoppeld geloven in sprookjes en verhaaltjes die verteld worden, hebben zij nood aan verklaringen voor alles wat gebeurt. Hiermee gaat vaak een schuldgevoel gepaard. Zo hebben zij misschien ooit iemand 'weggewenst' en zijn zij nu bang dat die persoon nu zal sterven door hun wens. In hun beleving kan dit immers. Ook kunnen zij wensen dat iemand terug tot leven komt en wanneer dit niet lukt kunnen ze zich schuldig voelen omdat ze bijvoorbeeld niet hard genoeg gewenst hebben.

Bij kinderen van deze leeftijd is het belangrijk zo direct mogelijk te zeggen dat iemand overleden is en daarbij heel duidelijk de aanleiding van het overlijden. Kinderen van deze leeftijd kunnen geloven dat zij iets met het overlijden te maken hebben door het magisch denken. Het is belangrijk van in het begin uit te leggen dat de dood door een ziekte, ouderdom of een ongeval komt en dat zij er niets mee te maken kunnen hebben. Ook is het bij deze leeftijd belangrijk te duiden dat mensen niet meer terug tot leven kunnen komen, ongeacht hoe graag ze dat willen.

2.1.2.5 Negen tot elf jaar oud

Lagereschoolkinderen van ongeveer negen tot elf jaar oud, zijn door de dagelijkse interactie met ander kinderen en personen op school minder afhankelijk van de volwassenen rondom hen bij het denken over de dood. Zij hebben met hun leeftijdsgenoten een hele leefwereld naast het gezinsgebeuren opgebouwd. Kinderen op deze leeftijd hebben een erg realistische kijk op de dood. Zij beseffen dat iedereen kan doodgaan, inclusief zichzelf. Zij proberen in deze leeftijdsfase vaak een eigen manier te vinden bij het omgaan met de dood en verlies. Zij zoeken naar een eigen manier om het verlies te verwerken. Ondanks de grote zelfstandigheid bij dit hele gebeuren hebben zij zeker mensen nodig om op te steunen wanneer het wat moeilijker gaat.

Bij kinderen van deze leeftijd is het belangrijk zo direct mogelijk te vertellen dat iemand overleden is en wat de aanleiding van dit overlijden is. Voor de rest zullen zij zelf een manier zoeken om te rouwen. Daarbij is het belangrijk dat je hen ondersteunt waar zij dit wensen en dat je klaarstaat wanneer ze je nodig hebben.

2.1.2.6 Elf tot veertien jaar oud

Bij kinderen van elf jaar tot veertien jaar oud is het moeilijker om in te schatten hoe zij op verlies reageren. Sommige kinderen beleven de dood en rouwen zoals lagereschoolkinderen van de leeftijdscategorie negen tot elf. Zij zoeken dus erg naar een eigen manier om te rouwen en hebben hierbij nood aan een vangnet wanneer dit even niet meer lukt. Andere kinderen zitten in de prepuberteit en leunen met hun verwerkingsstrategie dichter aan tegen die van de jongeren van veertien tot achttien jaar. In dit stadium is het belangrijk om na te gaan in welk stadium het kind in kwestie zit en om de omgang met dit kind aan te passen aan die leeftijdscategorie.

2.1.2.7 Veertien tot achttien jaar oud

Jongeren van veertien tot achttien jaar oud beseffen erg goed wat de dood inhoudt en wat 'dood zijn' betekent. Zij hebben reeds een erg volwassen beeld over de dood. Toch richt dit besef zich meer op anderen, buiten hun omgeving. Ze verdringen het idee dat iemand uit hun directe omgeving kan sterven en vooral dat ze zelf zouden kunnen sterven. Jongeren van deze leeftijd zitten volop in de puberteit en zijn dus volop aan het zoeken naar hun eigen identiteit. Om deze zoektocht niet in het gedrang te brengen, maken ze soms geen tijd om te rouwen. Ze zijn eveneens bang dat ze, wanneer ze hun emoties van verdriet zouden uiten en tonen, afgekraakt zouden worden door hun leeftijdsgenoten. Daarom laten

jongeren het rouwen niet altijd toe. Daarom is het belangrijk dat ze volwassenen naast zich hebben staan die zij vertrouwen en waarbij ze met deze gevoelens wel terecht kunnen. Wanneer ze voelen en zien dat volwassenen ook verdriet hebben en rouwen, zullen ze dit sneller toelaten.

Bij jongeren van deze leeftijd is het belangrijk dat er zo duidelijk en direct mogelijk gezegd wordt wie er overleden is en wat de aanleiding tot dit overlijden is. Daarnaast is het belangrijk om aan deze jongeren mee te geven dat verdriet normaal is en dat ze dit mogen tonen. Als nabestaande is het belangrijk klaar te staan voor de jongere wanneer deze je nodig heeft. Hoe ouder kinderen worden, hoe zelfstandiger ze verdriet proberen te verwerken op hun eigen manier. Dit wil niet zeggen dat ze geen volwassene, geen vertrouwenspersoon naast zich nodig hebben. (S.N., 2004)

Bij jonge kinderen is het belangrijk te weten dat zij met twee verschillende aspecten rond de dood worstelen. Enerzijds willen zij proberen te begrijpen wat het is om dood te zijn. Anderzijds proberen zij te achterhalen hoe ze met alle gevoelens die hen overvallen moeten omgaan.

Wat zeker af te raden is bij een verlies is om het kind zelf te laten ontdekken wat er gebeurd is.

Wanneer je een kind slecht nieuws mededeelt, is het belangrijk om voldoende informatie te geven zodat het kind alles goed begrijpt. Het is niet beter voor het kind om minder te weten. De fantasie van een kind kan dan immers op hol slaan en alles erger maken dan het in werkelijkheid is.

Een verlies vertellen met de boodschap 'het is beter zo' is ook niet gepast voor een kind. Het kind of de jongere zal daar immers niet mee kunnen instemmen door de gevoelens van verlies. (Klasse, 2002)

2.2 Tips ter ondersteuning van het rouwproces

Ieder kind rouwt anders omdat het rouwproces beïnvloed wordt door het karakter van het kind en door de omgeving van het kind. Voor de andere nabestaanden volgt er eveneens een zware tijd na het verlies. Toch is het belangrijk om oog te hebben voor het rouwproces van het kind. Hieronder zijn enkele tips te vinden voor de nabestaanden om de omgeving van het kind zo open mogelijk te maken en verdriet toe te laten.

2.2.1 Praten over gevoelens

Wanneer je als naaste van een kind praat over je gevoelens, zal het kind meer geneigd zijn om ook eigen gevoelens te delen. Wanneer thuis een sfeer hangt waar ieder gevoel uitgesproken kan worden, zorgt dit ervoor dat verdriet makkelijker te verwerken is. Vertel dus zelf aan het kind dat je verdrietig bent. Vertel wanneer je boos bent ook dat dit zo is en waarom dat zo is. Wanneer het kind zich hierin herkent, zal het zijn of haar gevoelens ook uiten en ontstaat er dialoog.

2.2.2 Praten over de dood

Wanneer je over de dood praat, is dit geen taboe in huis. Zo mag je, ook los van de overledene, praten over sterven. Wanneer bloemen verwelken, een vogeltje tegen het venster vliegt of een huisdier sterft, mag hierover gesproken worden. Dit toont aan dat sterven en rouwen bij het leven horen. Ook na het overlijden van een naaste mag nog gesproken worden over die persoon. Om dit in praktijk om te zetten kan je eens aan het kind vragen wat er volgens hem of haar gebeurt wanneer iemand gestorven is. Je kan hierbij ook zelf vertellen wat je denkt.

2.2.3 Tonen van gevoelens

Wanneer je de eigen gevoelens uit, zal een kind zich vrijer voelen om hetzelfde te doen. Wanneer je als volwassene huilt om de overledene, zal een kind zich comfortabeler voelen om hetzelfde te doen. Kinderen spiegelen zich aan de omgeving en leren via de omgeving wat 'normaal' is. Het is dus oké als een kind je ziet huilen of boos zijn. Zorg er wel voor dat je jezelf in de hand houdt. Op die manier kan eveneens een gesprek over gevoelens ontstaan.

2.2.4 Antwoorden op alle vragen

Het is oké om op alle vragen die het kind stelt een antwoord trachten te vinden. Er zullen vreemde vragen voorkomen en vragen waar je het antwoord niet van weet. Wees op die momenten eerlijk en lieg niet tegen het kind. Het is ook niet erg om niet op alle vragen antwoorden te weten, dan is het belangrijk te zeggen dat je het antwoord niet weet. Je kan dan samen met het kind praten over de mogelijke antwoorden op de vraag. Ook kan je vragen wat het voor het kind betekent om sommige antwoorden niet te kennen. Je kan er best van uitgaan dat de fantasie van kinderen alles erger maakt dan het in werkelijkheid is.

2.2.5 Luisteren naar gevoelens achter vragen

Wanneer een kind alle vragen die in hem of haar opkomen kan stellen, is het niet alleen belangrijk om hier een antwoord trachten op te formuleren. Het is eveneens

belangrijk om te luisteren naar de gevoelens die achter de vraag schuilen. Kleinere kinderen kunnen een schuldgevoel hebben, zoals reeds vermeld bij de aandachtspunten bij vijf tot achtjarigen, het is belangrijk dit te herkennen en te weerleggen.

2.2.6 De kans geven om afscheid te nemen

Het is belangrijk om kinderen de kans te geven om afscheid te nemen. Zo kan je een kleine begrafenis houden wanneer een huisdier sterft. Op die manier leert het kind het proces van wat er gebeurt na de dood. Je moet kinderen eveneens de kans geven om te rouwen. Wanneer een gestorven huisdier onmiddellijk vervangen wordt door een ander, krijgt het kind de kans niet om te rouwen over het vorige huisdier. Het nieuwe huisdier zal het oude immers nooit kunnen vervangen. Ontzeg kinderen ook geen huisdieren na een sterfte om ze op die manier te behoeden voor verlies. Het is belangrijk dat kinderen leren dat nieuwe banden gesmeed mogen worden. Soms willen kinderen een tekening maken of een brief schrijven naar de overledene. Geef hen deze kans en moedig hen aan om afscheid te nemen. Sommige kinderen willen eveneens een laatste groet geven aan de overledene of meegaan naar de begrafenis. Stel dit steeds voor aan kinderen maar dwing of verbiedt het hen niet. Indien kinderen bang zijn om mee te gaan, dwing hen dan niet maar vraag waarom ze bang zijn.

2.2.7 Herinneringen in stand houden

Wanneer iemand overleden is, moet je niet alle herinneringen weg doen. Je mag best een foto of ander aandenken in huis laten staan. Op die manier kan nog eens, op een vrije manier, over de overledene gesproken worden. Ook leer je kinderen op die manier dat iemand die overleden is, niet vergeten is. Het is niet de bedoeling dat je iemand volledig vergeet zodra de persoon gestorven is. Het is belangrijk om dit duidelijk te maken aan kinderen. Om herinneringen levend te houden kan je af en toe eens praten over wat het overlijden op dat moment nog met je doet. Je kan bij gebeurtenissen waar je de overledene mist, dit gemis benoemen. (Klasse, 2002)

3. Bestaande hulpmiddelen om kinderen te helpen omgaan met rouwen

Er bestaan reeds een aantal bekende en minder bekende hulpmiddelen voor kinderen bij het rouwproces. Hieronder zal ik een aantal hulpmiddelen van verschillende categorieën oplist en beschrijven. Na deze beschrijving zal in het volgende hoofdstuk een evaluatie maken van deze hulpmiddelen.

3.1 Internet

Op het internet zijn veel websites te vinden met informatie over rouwen en de dood. Op deze internetpagina's zijn de verschillende fasen in het rouwproces terug te vinden met hierbij extra uitleg. Op sommige webpagina's worden activiteiten beschreven die kunnen uitgevoerd worden met kinderen. Op de wetenschappelijk gefundeerde website 'Kleuters Rouwen Ook' (2012) worden activiteiten zoals het maken van een gemisdoosje, dansen op muziek, schilderen op muziek en het vertellen van verhalen aangereikt. Hierbij wordt wat extra informatie gegeven met het doel van de activiteit en kort hoe dit best aangepakt kan worden. Ook wordt op het internet vaak de link gelegd met boeken over rouwen en de dood.

3.2 Boeken

3.2.1 Boeken over volwassenen

De boeken waarnaar verwezen wordt zijn veelal boeken voor volwassenen. Zij kunnen de feiten die ze lezen dan overbrengen naar de kinderen. Zo heeft Manu Keirse verschillende boeken over het rouwproces geschreven. Zowel over volwassenen als over kinderen.

3.2.2 Boeken over kinderen

Daarnaast zijn er boekjes geschreven waarin men antwoorden tracht te geven op de vragen die kinderen kunnen stellen. Deze boeken zijn gericht op volwassenen maar gaan dus over het rouwproces van kinderen. Een voorbeeld hiervan is 'De meest gestelde vragen over kinderen en de dood' van Fiddelaers-Jaspers en Fiddelaers (1998). Hieronder zal ik de inhoud van dit boekje kort kaderen.

Het boekje begint met de eerste vraag die ouders zich meestal stellen 'moet je kinderen belasten met de dood?'. Voor ouders is het vaak moeilijk in te schatten wat een kind aankan rond de dood en wat je wel en niet moet vertellen. In dit hoofdstuk wordt gekaderd dat afscheid en verlies vaak voorkomen in het leven. Zo

gaat een knuffel of pop kapot, een vriendinnetje verhuist of een huisdier sterft. Kinderen worden dus vaker geconfronteerd met verlies. Wanneer ze deze verliezen reeds doorgemaakt hebben, is het makkelijker om de dood te begrijpen.

Vervolgens legt men uit hoe kinderen van iedere leeftijd de dood zien. Op die manier kunnen ouders de reacties van hun kind beter begrijpen. Hier wordt per leeftijdscategorie uitgelegd wat kinderen doorgaans wel en niet begrijpen.

In hoofdstuk drie van De meest gestelde vragen over kinderen en de dood wordt uitgelegd hoe het slechte nieuws gegeven kan worden. Hier leggen Fiddelaers-Jaspers en Fiddelaers (1998) uit hoe je kan vertellen dat een dierbare overleden is.

Het vierde hoofdstuk geeft meer informatie over hoe de boodschap van het slechte nieuws het best klinkt. Bij dit deel geven ze duidelijk weer welke woorden je wel en niet kan gebruiken om de boodschap duidelijk te laten overkomen.

In het vijfde hoofdstuk worden enkele voorbeeldvragen gegeven die kinderen kunnen stellen met daarbij de mogelijke antwoorden die je als nabestaande kan geven.

Vervolgens wordt duidelijk gemaakt dat kinderen betrokken kunnen worden in de afscheidsplichtigheid. Hoe dit juist te doen is niet zo voor de hand liggend. Daarom geven ze ook daarover tips.

Voor een begrafenis of crematie wordt de overledene doorgaans een laatste groet gegeven. In hoofdstuk zeven wordt geduid of kinderen bij dit moment aanwezig kunnen zijn of niet.

Vervolgens wordt in hoofdstuk acht en negen uitgelegd wat respectievelijk begraven en cremieren is. Hier wordt duidelijk geschetst wat je kinderen best wel en best niet kan vertellen rond deze gebeurtenissen.

Bij de uitvaartplichtigheid is het niet altijd evident om kinderen mee te nemen. Over dit onderwerp wordt dieper ingegaan in hoofdstuk tien. De rituelen die volwassenen uitvoeren, zijn echter soms wat afstandelijk en onduidelijk voor jonge kinderen. Daarom wordt in hoofdstuk elf uitgelegd welke rituelen kinderen zelf kunnen doen samen met de ouders om het afscheid op hun niveau te brengen.

Na de afscheidplichtigheid is het rouwproces niet afgerond. Vaak is pas dan het verlies echt doorgedrongen en kan er dan echt gerouwd worden. In hoofdstuk twaalf wordt duidelijk gemaakt dat kinderen ook rouwen. In dit hoofdstuk wordt uitgelegd hoe dit bij kinderen werkt en verloopt. Op die manier weten ouders wat ze kunnen verwachten.

Herinneringen in stand houden wordt bij iedere bron als erg waardevol ervaren. In het voorlaatste hoofdstuk wordt hierop dieper ingegaan. Hier wordt uitgelegd hoelang je blijft praten over de overledene en hoe op lange termijn herinneringen in stand te houden.

Tot slot worden enkele tips gegeven. Deze tips gaan over alle voorgaande hoofdstukken. Het volledige proces van overlijden tot na de begrafenis of crematie wordt in dit boekje uitgelegd.

3.2.3 Boeken voor kinderen

Er zijn eveneens boeken geschreven voor kinderen. 'De visjes van Océane' (Slosse, 2011) bijvoorbeeld gaat over de zelfmoord van een visje en de beleving van een jong kind hierbij. Dit boekje is gericht op kinderen van drie tot zes jaar. Op het einde van dit boekje worden activiteiten voorgesteld voor kinderen om zelfmoord en de dood een plaats te geven. Ik lijst hieronder de activiteiten die Slosse (2011) in 'De visjes van Océane' voorstelt met extra uitleg over iedere activiteit.

Bij de activiteiten stelt Slosse voor foto's van familieleden, vrienden en kennissen op te hangen waarbij je terecht kan met je verdriet. Door dit te doen kan je visueel ervaren dat je niet alleen staat met je verdriet. Je kan zo zien dat er heel wat mensen voor je klaarstaan wanneer het even wat moeilijker gaat.

De tweede activiteit die voorgesteld wordt is het nabootsen van het overlijden en de begrafenis of crematie. Wanneer kinderen naspelen hoe de overledene gestorven is, kunnen zij zien dat het niet zo spectaculair is zoals zij het waarschijnlijk denken. Wanneer ze de begrafenis of crematie voor de echte begrafenis of crematie nabootsen, kunnen ze zich voorbereiden op de echte gebeurtenis. Ze weten dan wat hen te wachten staat zodat ze minder zenuwachtig zullen zijn op de begrafenis of crematie zelf. Wanneer het nabootsen zich na de reële afscheidsceremonie afspeelt, kunnen ze alles nog eens herbeleven. Vaak zijn kinderen overspoeld door indrukken op de afscheidsplechtigheid waardoor ze niet alles gezien of gehoord hebben. Op deze manier kunnen ze rustig en in hun eigen woorden afscheid nemen van hun dierbare. De begrafenis kan nagespeeld worden door een popje te begraven en daarna een kruisje op het grafje te zetten. Een crematie kan nagebootst worden door een papieren popje, dat de overledene voorstelt, te verbranden samen met de ouders.

De derde activiteit die voorgesteld wordt is het praten over de dood. Dit is, zoals reeds vermeld in het hoofdstuk met tips ter ondersteuning van het rouwproces, erg belangrijk voor kinderen om alle gebeurtenissen te begrijpen. Bij 'De visjes van Océane' stelt Slosse voor woorden te overlopen die gerelateerd zijn aan de dood.

Deze woorden moeten vervolgens in twee categorieën verdeeld worden. De ene categorie bestaat uit de woorden die de kinderen kennen of al eens gehoord hebben. De andere categorie bestaat uit de woorden die de kinderen niet kennen en nog nooit van gehoord hebben. Tenslotte is het de bedoeling met het kind te spreken over de woorden die hij of zij wel kent of al gehoord heeft. Het is bij dit gesprek belangrijk ieder woord zo goed mogelijk uit te leggen. Wanneer kinderen deze woorden begrijpen, kunnen ze zich een duidelijker beeld vormen van wat er te gebeuren valt.

De vierde activiteit die men aanreikt is verschillen zoeken tussen het leven en de dood. Het is de bedoeling dit zo duidelijk mogelijk te doen. Zo stellen ze voor diep in en uit te ademen en daarbij het kind mee te geven dat mensen die gestorven zijn dit niet meer kunnen. Ook kan je voelen dat je hart klopt, je met je ogen kan knipperen, pijn kan voelen, kan denken, kan bewegen en kan horen. Dit zijn dingen die mensen die overleden zijn niet meer kunnen. Door deze oefeningen te doen, beseffen kinderen wat dood zijn juist inhoudt.

De vijfde activiteit heet vragenvuur. Hierbij is het de bedoeling een kaars aan te steken en zolang deze kaars brandt, het kind alle vragen te laten stellen die in hem of haar opkomen. Het is nog niet de bedoeling antwoorden te vinden op deze vragen maar wel om alle vragen eens gezegd te hebben. Wanneer de kaars uitgaat, kan je over sommige vragen nog napraten. Sommige vragen zijn niet te beantwoorden. Hier kan je nog over praten maar je kan er geen antwoord op vinden.

De zesde activiteit is het zoeken van een plekje waar de overledene volgens het kind nu is. Dit kan het plekje worden waar het kind heen gaat wanneer hij of zij over de gestorven persoon wil nadenken of tegen hem of haar wil praten. Op deze manier is de overledene niet ver van het kind weg. Het is een manier voor het kind om de dood meer tastbaar en werkelijk te maken.

De zevende activiteit kadert erg in het definitief afscheid nemen van de overledene. Bij deze activiteit is het de bedoeling dat een kind een afscheidsbrief schrijft naar de overledene. Hierbij kan het kind vragen stellen aan de overledene of dingen vertellen. Bij de jongste kindjes is het makkelijker een tekening te maken. Deze brief kan bewaard worden om achteraf nog te laten lezen door het kind of de tekening nogmaals te bekijken.

Bij de achtste activiteit draait alles rond de herinnering van de overledene in stand houden. Bij deze activiteit is het de bedoeling dat je tijd maakt om te praten over de overledene. Dit kan je doen door het haardvuur of een kaarsje aan te steken en aan de overledene te denken terwijl je naar de vlammen kijkt. Je kan, om het

gesprek op gang te houden, op voorhand enkele vragen opschrijven die je wil bespreken met het kind in kwestie.

De negende en voorlaatste activiteit is fantaseren over hoe het kind zou willen dat alles is. Hierbij is het niet belangrijk te denken of alle dingen die het kind wil ook echt kunnen. Het is belangrijker om alle wensen uit te spreken en erover te praten.

De laatste activiteit die Slosse in 'De visjes van Océane' voorstelt is knutselen. Hierbij worden ideeën gegeven om visjes te knutselen, het verhaal gaat immers over visjes. Wanneer kinderen knutselen kan het zijn dat ze tijdens of na het knutselen opeens willen praten over de overledene. Tijdens het knutselen zijn ze ontspannen en het is beter voor kinderen dat ze even afgeleid zijn.

Bij de meeste activiteiten die voorgesteld worden is het vertellen van verhalen er een van. Dit zijn verhalen over verlies en afscheid nemen die herkenbaar kunnen zijn voor deze kinderen. Op het internet en in de bibliotheek zijn vele verhalen te vinden die verteld kunnen worden tegen kinderen om hen zo te laten inzien dat ze niet alleen zijn met hun gevoelens en dat de dood bij ieders leven hoort.

Alle hulpmiddelen die ik hierboven opgesomd heb, zijn hulpmiddelen die nabestaande zelf kunnen opzoeken en gebruiken. Het is echter onmogelijk voor politieambtenaren om al deze informatie uit hun hoofd te kennen. Het is eveneens niet mogelijk om voor zij naar de plaats van de feiten gaan uit te zoeken welke gerichte informatie zij moeten meenemen. Politieambtenaren moeten een hulpmiddel hebben waarmee zij ieder kind en iedere jongeren kunnen helpen zonder nog opzoekwerk te moeten verrichten. Hieronder leg ik een aantal hulpmiddelen uit die reeds gebruikt worden door politieambtenaren.

3.3 'De Eerste Troost'

Een hulpmiddel dat bekendheid verwierf dankzij de media, is 'De Eerste Troost'. Een andere naam waaronder het beter bekend staat, is 'de troostdoos'. Deze doos werd ontwikkeld door een studente sociaal werk, Kim De Nil. Zij maakte het doosje op vraag van de politiezone AMOW tijdens haar laatstejaarsstage Sociaal Werk aan Erasmushogeschool Brussel. De Nil liep stage bij de dienst Slachtofferbejegening, bij stagementor Luc De Geyndt. Aan 'De Eerste Troost' werkten ook andere partners mee, waaronder CAW Archipel, verliestherapeuten, Palliatieve Zorg Vlaanderen, DELA, CEGO Publishers en gezinnen die een dierbare verloren hadden.

Zo'n doos bevat een handleiding waarin uitgelegd wordt de rest van de inhoud van de doos gehanteerd dient te worden. Ook een informatiebrochure voor ouders waarin informatie te vinden is over rouwen. De doos bevat een boekenlijst voor

zowel kinderen als volwassenen. Een gevoelsthermometer, rouwbandjes, zorgenpoppetjes, een speelgoedtelefoon, een kaarsje, een fotokader, een fotoboek, een herinneringsboek, kleurpotloden en versiering zijn terug te vinden in de troostdoos. Op die manier heb je alle hulpmiddelen om het kind in kwestie verder te helpen onmiddellijk bij je. (Van Liefferinge, 2013 ; Van Liefferinge, 2014 ; S.N., 2014)

3.4 'Een beetje afscheid'

Het tweede en laatste middel gebruikt door politiezones om kinderen te ondersteunen bij het rouwproces is het boekje 'Een beetje afscheid' van Frederique Vanassche. Dit boekje werd gemaakt als eindwerk van een postgraduaat rouw- en verliesconsulent. Het hulpmiddel wordt gebruikt bij politiezone VLAS. Een deel van dit boekje is uitneembaar, wat een symbolische betekenis heeft. Wanneer dat deel eruit gehaald wordt, wordt er namelijk letterlijk afscheid genomen van de overledene. Hieronder zal ik het verloop van 'Een beetje afscheid' schetsen.

Het boekje begint met plaats om naam en leeftijd te schrijven. Zo kunnen kindjes aanduiden dat het boekje van hen persoonlijk is.

Op de tweede bladzijde is plaats gemaakt voor een foto van de overledene en het rouwprentje. Op die manier heeft het kind een vaste plaats om de overledene terug te zien.

Vervolgens is er plaats voorzien om neer te schrijven bij wie het kind terecht kan wanneer hij of zij verdrietig is. Op die manier is in één oogopslag te zien dat het kind niet alleen staat met zijn of haar gemist en gevoelens.

De volgende twee bladzijden staan volledig in het teken van gevoelens. Hier staan tekstballontjes met de gevoelens die sommige kinderen ervaren. Ook staan er lege tekstballonnen om zelf gevoelens in te schrijven die het kind ervaart.

Het ervaren van vele gevoelens tegelijk kan soms letterlijk pijnlijk zijn. Bij kinderen is het niet abnormaal dat ze lichamelijk uiten wat ze voelen. Daarom is er op de volgende bladzijde plaats om aan te duiden waar het pijn doet wanneer het kind droevig is.

Praktijk leert ons dat muziek kinderen verder kan helpen om met hun gevoelens aan de slag te gaan. Daarom is er op een verdere bladzijde plaats gemaakt om op te schrijven bij welke muziek aan de overledene gedacht zal worden.

Vaak zijn er vele dingen die kinderen denken maar niet goed kunnen zeggen. Het is dan goed dat ze een dagboek hebben om hun gedachten en gevoelens neer te schrijven. Ook hiervoor zijn verscheidene bladzijden ter beschikking gesteld.

Vervolgens heeft men een bladzijde om een mooie foto op te kleven of een mooie tekening te maken. Bij het werken aan de tekening of het kleven van de foto is het kind creatief bezig en ontspannen.

Meer naar het einde toe wordt ook in dit hulpmiddel de nadruk gelegd op het bewaren van herinneringen na een overlijden. De volgende bladzijden bevatten lege gedachtewolkjes om herinneringen neer te schrijven.

Wanneer iemand overleden is, blijft het gevoel dat je nog zoveel wilde vertellen vaak achter. Daarom is hier een bladzijde behouden om alles wat het kind nog wilde vertellen neer te schrijven.

Om het boekje af te sluiten zijn er nog bladzijden gevoegd die functioneren als dagboek. Hier kan het kind alles neerschrijven waar hij of zij achteraf nog aan denkt. (Vanassche, 2013)

4. Evaluatie van de bestaande hulpmiddelen

De bestaande hulpmiddelen die besproken werden in het vorige hoofdstuk, hebben voor- en nadelen. Voor het nieuwe hulpmiddel is het de bedoeling dat ik alle voordelen tracht te verwerken tot één hulpmiddel. Daarom zal ik ieder hulpmiddel evalueren op twee verschillende assen. Enerzijds voor de nabestaanden die het kind dienen op te vangen en anderzijds voor politieambtenaren die met deze kinderen aan de slag gaan.

4.1 Evaluatiecriteria

In onderstaand hoofdstuk wordt ieder hulpmiddel geëvalueerd in volgorde dat ze in hoofdstuk 3 'Bestaande Hulpmiddelen' voorkwamen.

4.1.1 Evaluatie websites

Het eerste hulpmiddel dat ik beschreven heb zijn de internetpagina's die te vinden zijn. Voor nabestaanden zijn de voordelen van deze pagina's dat je bij het typen van 'rouwen bij kinderen' erg veel resultaten krijgt. Je kan dus onmiddellijk beginnen grasduinen in alle bronnen. Hiertegenover staat het gevaar door het bos de bomen niet meer te zien. Door de overdaad aan bronnen is het eveneens moeilijk uit te vissen welke bronnen waardevol zijn en welke minder betrouwbaar zijn. Vele webpagina's bevatten informatie die verzonnen is door de schrijver of uit de lucht gegrepen is. Vaak zijn het ook getuigenissen over alleenstaande feiten die niet veralgemeend kunnen worden. Ieder kind is immers uniek. Voor de kinderen zelf is het internet niet de beste plaats om alleen rond te snuffelen. Er schuilen vele gevaren waar kinderen niet altijd tegen gewapend zijn. Ook moet rekening gehouden worden met gezinnen die niet beschikken over toegang tot het internet. De drempel om naar een internetcafé of de bibliotheek te gaan om informatie op te zoeken is vaak te hoog.

Voor politieambtenaren is het internet niet bruikbaar omdat ze niet alle informatie kunnen afdrukken en altijd meenemen. Het is voor politieambtenaren eveneens niet mogelijk eerst informatie op te zoeken over de leeftijdscategorie waarmee zij in aanraking zullen komen aangezien dit niet altijd gekend is op voorhand en ze hier geen tijd voor hebben.

4.1.2 Evaluatie boeken

Het tweede hulpmiddel dat ik reeds beschreven heb zijn boeken. Het grote voordeel aan deze hulpmiddelen zijn de hoeveelheid aan boeken. Er zijn erg veel boeken geschreven voor volwassenen over rouwen alsook voor kinderen, op hun niveau. In

een kleine dorpsbibliotheek zijn al snel 10 tot 15 boeken te vinden. Het nadeel aan dit hulpmiddel is dat naar een bibliotheek gaan vaak een hoge drempel hebben. De andere nabestaanden zijn immers ook bezig met het rouwproces en het regelen van de uitvaartplechtigheid. Daarom kan naar de bibliotheek gaan teveel van het goede zijn. Voor kleine kinderen zijn boeken vaak ontoereikend, kinderen kunnen immers pas vanaf 6 jaar lezen. Voor vele kinderen is boeken lezen eveneens geen ontspanning en hebben zij hier geen behoefte aan na een overlijden.

4.1.2.1 'De meest gestelde vragen over kinderen en de dood'

De voorbeelden die ik aangehaald heb, bevatten eveneens zelf voor- en nadelen. 'De meest gestelde vragen over kinderen en de dood' is interessant maar ook erg verouderd. Dit boekje is ondertussen 16 jaar oud, wat ervoor zorgt dat vele informatie gedateerd is.

4.1.2.2 'De visjes van Océane'

Het boekje 'De visjes van Océane' bevat een erg mooi verhaal met prachtige illustraties. Het voor- en nadeel aan dit boekje is dat het specifiek over zelfmoord gaat. Dit is erg bruikbaar bij een zelfmoord, bij een ongeval of natuurlijk sterfgeval is dit boekje niet bruikbaar. Het nadeel aan het boekje is dat het gericht is op kinderen van drie tot zes jaar oud. Oudere kindjes hebben bijgevolg minder aan dit boekje. Wat het publiek van dit hulpmiddel erg verkleint. Voor politieambtenaren is het opnieuw niet mogelijk om alle boeken steeds op zak te hebben.

4.1.3 'Een eerste troost'

Vervolgens heb ik de troostdoos uit de doeken gedaan. Deze doos bevat elk hulpmiddel dat gebruikt kan worden bij het rouwproces van jonge kinderen. Daarin zit echter onmiddellijk een nadeel. Deze doos is immers geschikt voor kinderen van vijf tot twaalf jaar. Op die manier zijn er vele kinderen die niet bereikt worden met dit hulpmiddel. De troostdoos is daarnaast erg duur. Één doos kost 35 euro en is niet herbruikbaar. Een doos is geschikt voor twee kinderen. Indien er meerdere kinderen in het gezin aanwezig zijn, moeten er meerdere dozen gebruikt worden. Daarnaast is de doos relatief groot om mee te nemen. Het is niet iets dat standaard in politievoertuigen aanwezig kan zijn omwille van de grootte.

4.1.4 'Een beetje afscheid'

Tot slot is 'Een beetje afscheid' het laatste hulpmiddel dat ik beschreven heb. Dit boekje bevat vele onderdelen die erg nuttig zijn voor jonge kinderen. Omwille van het feit dat het een boekje is dat erg dun is, is het makkelijker mee te nemen voor politieambtenaren. Door ondervinding hebben wij bij politie Mechelen echter

gemerkt dat het moeilijk is om zo'n boekjes in handen te krijgen. Eveneens is het publiek van dit boekje kinderen tot twaalf jaar oud. Hier schieten alweer de kinderen ouder dan twaalf jaar over.

4.2 Gemeenschappelijke onderdelen

Om zeker de nodige onderdelen in mijn hulpmiddelen te verwerken, zal ik hieronder de veel voorkomende onderdelen uit besproken hulpmiddelen olijsten met daarbij een korte motivatie of dit onderdeel opgenomen zal worden in mijn eigen hulpmiddelen. Daarnaast zal ik duidelijk maken in welk hulpmiddel dit onderdeel opgenomen zal worden.

Om te beginnen bij het eerste dat gedaan moet worden na een overlijden, denk ik aan de slechtnieuwsmelding. Daar ik een hulpmiddel maak voor politieambtenaren enerzijds en nabestaanden anderzijds, zal dit zeker een onderdeel zijn dat ik opneem in mijn hulpmiddel. In het hulpmiddel voor de politieambtenaar zal dit hoofdstuk de belangrijkste plaats innemen in verhouding tot de rest van het hulpmiddel. In het hulpmiddel voor de nabestaanden zal dit enkel kort besproken worden. In vele gevallen waar politieambtenaren ter plaatse komen, zullen zij immers de slechtnieuwsmelding voor hun rekening nemen.

Vervolgens is het belangrijk te weten hoe kinderen naar de dood kijken. Dit zorgt immers voor verschillen in hun reacties en vragen. Per leeftijdsfase is het belangrijk te weten wat de kinderen en jongeren denken wanneer zij 'dood' horen. Dit zal dus zeker ook in beide hulpmiddelen beschreven worden. In het hulpmiddel van de politieambtenaar zal dit kort beschreven worden omdat zij zo de eerste reactie van de kinderen zullen begrijpen en dit ook kunnen uitleggen aan de nabestaanden. Bij verdere reacties zijn politieambtenaren niet meer ter plaatse aanwezig. Daarom heeft het geen meerwaarde dit uitgebreid in dit hulpmiddel te beschrijven. Bij het hulpmiddel voor de nabestaanden, zal dit wel uitgebreid omschreven worden. De nabestaanden zijn immers de personen die dagelijks geconfronteerd zullen worden met reacties en vragen van de kinderen. Het is daarbij belangrijk dat zij weten dit allemaal vandaan komt.

Het rouwproces bij kinderen is licht verschillend met dat van volwassenen. Daarom is het belangrijk dat dit eveneens geduid wordt. Dit is belangrijker op te nemen in het hulpmiddel voor nabestaanden om de reden dat zij geconfronteerd worden met het volledige rouwproces van de kinderen. Politieambtenaren worden alleen met de eerste reacties geconfronteerd. Daar het belangrijk is dat politieambtenaren de andere familieleden gerust kunnen stellen dat de reactie van het kind normaal is, is

het belangrijk dat zij ook op de hoogte zijn van het rouwproces. Dit moet niet zo gedetailleerd maar wel oppervlakkig zodat zij andere familieleden reeds op de hoogte kunnen brengen zonder dat zij het hulpmiddel voor nabestaanden gelezen hebben. Dit onderwerp zal bijgevolg ook opgenomen worden in beide hulpmiddelen.

Vervolgens zijn volwassenen vaak bezig met het regelen van de uitvaartplechtigheid. Velen vinden het moeilijk hierbij kinderen te betrekken. Het is namelijk een zwaar proces en volwassenen hebben sneller de neiging kinderen hierbuiten te laten. Toch kan het goed zijn, met oog op het rouwproces van kinderen, dat kinderen participeren. Dit onderwerp zal eveneens opgenomen worden in mijn hulpmiddel. Hetzij alleen in het hulpmiddel voor nabestaanden. Wanneer nabestaanden weten dat zij kinderen mogen betrekken, is dit een zorg minder. Het is niet noodzakelijk voor politieambtenaren om te weten hoe nabestaanden dit zullen plannen. Op dat moment zijn politieambtenaren immers niet meer betrokken bij het gezin.

Tot slot wordt bij ieder bestaand hulpmiddel een activiteit aangereikt voor kinderen. Voor de jongste kinderen is dit vaak knutselen en tekenen. Voor oudere kinderen zijn het activiteiten aangepast aan hun niveau. Bij het theoretisch onderzoek zijn activiteiten vaak op de voorgrond getreden waaraan we kunnen zien dat dit nuttig is voor kinderen. Dit onderwerp zal opgenomen worden in het hulpmiddel voor nabestaanden en niet in dat voor politieambtenaren. Politieambtenaren zullen deze activiteiten namelijk niet uitvoeren.

5. 'Ons verdriet'

Minderjarigen zijn volop bezig met hun ontwikkeling. Ze zijn aan het zoeken wie ze zijn en dit is een ingewikkeld en lang proces. Wanneer deze kinderen en jongeren tijdens hun ontwikkeling ook geconfronteerd worden met een groot verlies, is het belangrijk dat hun rouwproces goed verloopt. Indien het rouwproces moeizaam verloopt, is ook de rest van hun ontwikkeling in het gedrang. Daarom zijn minderjarigen de meest kwetsbare groep in de maatschappij op dit vlak.

Niet alleen de minderjarige is aan het rouwen. Ook de andere nabestaanden rondom de minderjarige, lijden onder een groot verlies. Zij maken eveneens een rouwproces door.

Hieronder zal ik de inhoud van zowel het hulpmiddel voor politieambtenaren als dat voor nabestaanden aanhalen. In bijlage zijn de hulpmiddelen terug te vinden.

5.1 Voor de politieambtenaar

Het hulpmiddel voor de politieambtenaar bevat drie onderdelen. Deze onderdelen werden gekozen omwille van hun relevantie bij de taak van politiebeambten als slachtofferbejegenaar.

De slechtnieuwsmelding zal om te beginnen uitgebreid beschreven worden. Deze eerste taak is erg belangrijk omdat ze een goede of minder goede start van het rouwproces betekent. Dit is vaak ook de taak waarvoor slachtofferbejegenars de baan op gaan. Soms gebeurt dit door interventie.

Bij deze slechtnieuwsmelding is het van belang te weten hoe kinderen de dood zien. Aan de hand van dit besef zal de politieambtenaar het nieuws immers anders moeten brengen. Daarom zal dit het tweede deel van het hulpmiddel bevatten. Wanneer politieambtenaren deze kijk van kinderen kennen, kunnen zij nabestaanden dit medelen zodat die ook weten wat te verwachten is bij de kinderen en jongeren.

Wanneer het slechte nieuws is meegedeeld en de eerste reacties van de minderjarigen achter de rug zijn, is het voor de slachtofferbejegenaar weer tijd om de plaats te verlaten. Voor ze dit doen, kunnen ze de nabestaanden reeds op de hoogte brengen van het rouwproces dat zal volgen bij het kind. Hierbij kunnen zij de eerste fase uitleggen en het hulpmiddel voor nabestaanden afgeven. Daarom zal de eerste fase van het rouwproces uitgebreid uitgelegd worden in het hulpmiddel van politiebeambten en zullen de volgende fasen kort geschetst worden.

Tot slot zal in het hulpmiddel voor politieambtenaren de werking van het hulpmiddel voor nabestaanden te vinden zijn. Politiebeambten kunnen de ouders zo uitleggen hoe ze dit hulpmiddel kunnen hanteren om de minderjarige bij te staan.

5.2 Voor de nabestaanden

Het hulpmiddel voor de nabestaanden of zorgverleners is gericht naar de mensen die voor de minderjarige zorgen. Zij zijn de aangewezen personen om de minderjarige te ondersteunen bij het rouwproces.

Binnen dit hulpmiddel zal ieder onderdeel gericht zijn op een leeftijdscategorie. Op die manier is alle informatie voor de nabestaanden snel terug te vinden en moeten ze het hulpmiddel niet volledig doorlezen.

Binnen ieder onderdeel zal de slechtnieuwsmelding kort aan bod komen. In de meeste gevallen zal deze reeds gebeurd zijn door politieambtenaren maar soms is het mogelijk dat ook een ander minderjarige nog ingelicht dient te worden.

Ten tweede zal de kijk van de minderjarige per leeftijdscategorie uitgelegd worden. Dit zorgt ervoor dat de nabestaande zich beter kan inleven in de leefwereld van de minderjarige. Het zal ook enkele vragen en reacties van een kind duidelijk maken.

Vervolgens wordt het rouwproces van een minderjarige geschetst. Ook dit onderdeel zal ervoor zorgen dat nabestaanden het kind of de jongere beter zullen begrijpen. Op deze manier kunnen nabestaanden opvolgen in welke fase een kind zich bevindt.

Als vierde aspect van het hulpmiddel voor nabestaanden zal een idee gegeven worden hoe afscheidsrituelen op het niveau van minderjarigen gebracht kunnen worden. Hier wordt uitgelegd hoe je kinderen voorbereid op een begrafenis of crematie. Ook wordt hier uitgelegd op welke manier je herinneringen in stand kan houden.

Tot slot worden bij het hulpmiddel voor nabestaanden activiteiten aangereikt. Deze activiteiten zullen kinderen en jongeren, aangepast aan hun leeftijd, helpen bij het rouwproces. Ook de nabestaanden die deze activiteiten met de minderjarige uitvoeren, zullen op dat moment actief bezig zijn met hun rouwproces.

5.3 Evaluatie hulpmiddel voor politieambtenaren

Hieronder zal ik het hulpmiddel voor politieambtenaren evalueren volgens dezelfde criteria als ik de reeds bestaande hulpmiddelen geëvalueerd heb. Deze

evaluatiecriteria zijn: makkelijk mee te nemen voor een politieambtenaar, gerichte informatie die onmiddellijk duidelijk is, informatie die voor iedere minderjarige bruikbaar is, gericht op minderjarigen tot 18 jaar oud, betaalbaar tot goedkoop, inhoud gaat over rouwen in het algemeen.

Als eerste moet het hulpmiddel voor politieambtenaren makkelijk mee te nemen zijn. Daar het op normaal A4-papier afgedrukt wordt en het hulpmiddel erg beknopt gehouden werd, is het voor politieambtenaren makkelijk in een map mee te nemen.

Daarnaast bevat het hulpmiddel de informatie die slachtofferbejegenaars bij de hand moeten hebben wanneer een slechtnieuwsmelding bij kinderen moet gebeuren. Deze informatie werd helder weergegeven zodat het niet dubbelzinnig opgevat kan worden.

De richtlijnen binnen dit hulpmiddel zijn gericht naar iedere minderjarige, dit wil zeggen kinderen en jongeren tot 18 jaar oud. Voor iedere leeftijdscategorie wordt duidelijk omschreven hoe de dood gezien wordt, hoe het slechte nieuws op de duidelijkst mogelijke manier gebracht kan worden en tot slot hoe de eerste reacties er kunnen uitzien.

Vermits dit hulpmiddel erg beknopt is en op normaal A4-papier gedrukt wordt, binnen eigen beheer van de Politiezone Mechelen, zal dit erg betaalbaar blijven.

Het hulpmiddel is gericht op rouwen na elk overlijden. Dit kan een natuurlijk overlijden zijn, een moord of zelfmoord.

5.4 Evaluatie 'Ons verdriet'

Hieronder zal ik mijn eigen hulpmiddel 'Ons verdriet' evalueren op basis van dezelfde argumenten als ik de andere hulpmiddelen geëvalueerd heb. Deze evaluatiecriteria zijn: makkelijk mee te nemen voor een politieambtenaar, gerichte informatie die onmiddellijk duidelijk is, informatie die voor iedere minderjarige bruikbaar is, gericht op minderjarigen tot 18 jaar oud, betaalbaar tot goedkoop, inhoud gaat over rouwen in het algemeen.

Vermits 'Ons verdriet' een boekje wordt, zal het makkelijk mee te nemen zijn. Door het kleine formaat neemt het maar weinig plaats in beslag. Voor de politiezone Mechelen zal een manier gevonden worden zodat ieder slachtofferbejegenaar het hulpmiddel voor nabestaanden in zijn bezit kan krijgen wanneer dit nodig is.

De informatie in 'Ons verdriet' is gericht naar de leeftijdscategorie waar het om gaat. Dit wil concreet zeggen dat de informatie die bij de leeftijdscategorie van het

kind in kwestie hoort, snel en efficiënt opgezocht kan worden. De informatie staat zo concreet en duidelijk mogelijk in 'Ons verdriet' uitgelegd.

'Ons verdriet' geeft informatie voor kinderen vanaf 0 jaar tot 18 jaar oud. Het is dus gericht naar alle minderjarigen zonder uitzonderingen. Het gaat eveneens over het rouwproces na iedere vorm van overlijden. Zowel een natuurlijk overlijden, een moord of zelfmoord.

Tot slot wordt 'Ons verdriet' uitgegeven door de Lokale Politie van Mechelen. De lay-out en het drukwerk worden verzorgd door Grafisch bureau X-oc. Door 'Ons verdriet' in grote oplage te laten drukken, kost één exemplaar ongeveer drie euro. Dat is, in vergelijking tot bestaande hulpmiddelen, een pak goedkoper.

Besluit

Het startpunt van deze scriptie bestond uit de vraag "Hoe kan je kinderen en jongeren tot 18 jaar oud ondersteunen bij het verwerken van een rouwproces vanuit een politiecontext?".

Dankzij mijn stage bij de politie van Mechelen ontdekte ik dat er een hiaat bestaat tussen theorie en praktijk. De slechtnieuwsmelding aan minderjarigen bleek in praktijk moeilijk voor veel politieambtenaren. Er circuleert veel informatie over het thema rouwen bij minderjarigen, zoveel dat men door de bomen het bos niet meer ziet. Veel van deze informatie was gebundeld in bestaande hulpmiddelen maar deze bleken een heel aantal minpunten te bevatten.

Om een antwoord te formuleren op mijn onderzoeksvraag, moest ik theorie en praktijk onder de loep nemen.

Daarom ben ik eerst nagegaan wat de aanleiding is van een rouwproces, wat rouwen is en wat een rouwproces inhoudt. Ik heb mij verdiept in alle uitingen van rouwen en trauma bij kinderen en jongeren. Uit het theoretische luik kan geconcludeerd worden dat het belangrijk is dat de slechtnieuwsmelding op een zo goed mogelijke manier gebeurt omdat een trauma of een verstoord rouwproces de ontwikkeling ernstig kan verstoren. Bij minderjarigen kan dit bijgevolg levensingrijpende gevolgen hebben.

Omdat politieambtenaren het slechte nieuws vaak moeten melden aan nabestaanden, wordt dit eveneens belicht in deze scriptie. Zorgverleners zijn vaak niet in staat om het slechte nieuws te brengen aan minderjarigen die met een verlies geconfronteerd worden. Daardoor komt deze taak vaak terecht op de schouders van de politiebeambte.

Voor politieambtenaren is het niet vanzelfsprekend om zich te verdiepen in alle uitingen van rouwen bij kinderen en jongeren. Daarom heb ik, als eindproduct van deze scriptie, een hulpmiddel gecreëerd voor politieambtenaren. Dit hulpmiddel is aangepast aan hun noden en vragen en bevat informatie die kan helpen bij een slechtnieuwsmelding aan een minderjarige.

Omdat politiebeambten tijdelijk in het gezin aanwezig zijn, heb ik eveneens een hulpmiddel gemaakt dat politieambtenaren kunnen overhandigen aan de zorgverleners: 'Ons verdriet'. Met dit hulpmiddel kunnen de zorgverleners concreet aan de slag want het biedt ondersteuning bij de opvolging van het rouwproces van de minderjarige.

Met behulp van het hulpmiddel heb ik de theorie geselecteerd in functie van de praktijk. Slecht nieuws is moeilijk voor alle partijen: de politiebeambte heeft het moeilijk om slecht nieuws te brengen, de minderjarige ondervindt moeilijkheden bij de confrontatie met een verlies en de zorgverlener heeft moeite om naast het eigen rouwproces de minderjarige bij te staan. Dit hulpmiddel voor Politie Mechelen poogt een hulp en houvast te bieden voor allen die te kampen hebben met slecht nieuws.

Afscheid nemen is met zachte vingers, wat voorbij is, dichtdoen en verpakken in de goede gedachten der herinnering. - *Ward Bruyninckx*

Literatuurlijst

- Aertsen, I. (2002). *Vademecum Politie Slachtofferbejegening*. Gent: Academia Press.
- Bibi, S. (2011). Traumatische gebeurtenis, psychotrauma. 2011: Mens en Samenleving. Geraadpleegd op [14 april 2014], <http://mens-en-samenleving.infonu.nl/diversen/74378-traumatische-gebeurtenis-psychotrauma.html>
- Beryce, W.(1998). Mourning Groups for Children Suffering from Expected of Sudden death of Family of Friends. *Journal of Child and Adolescent Group Therapy*, 8 (1), pp.13-22.
- Briere, J.; Hodges, M.; Godbout, N. (2010). Traumatic stress affect dysregulation and dysfunctional avoidance: A structural equation model. *Journal of Traumatic Stress* 23, pp.767-774.
- Briere, J.; Kaltman, S.; Green,G.L. (2008). Accumulated childhood trauma and symptom complexity. *Journal of Traumatic Stress*,21, pp. 223-226.
- Briere, J.; Runtz, M. (1990). Differential adult symptomatology associated with three types of child abuse histories. *Child Abuse & Neglect*, 1, pp.357-364.
- Busch, R.; Kimble C.S. (2001). Grieving Children: Are We Meeting the Challenge? *Pedriatic Nursing*, 27 (4), pp. 414-418.
- Cloitre, M.; Stolbach, B.C.; Herman, J.L.; van der Kolk, B.; Pynoos, R.; Wang, J.; Petkova, E. (2009). A development approach to complex PTSC. Childhood and adult cumulative trauma as predictors of symptom complexity. *Journal of Traumatic Stress*, 22, pp.399-408.
- Cook, A.; Spinazzola, J.; Ford, J.; Lanktree, C.; Blaustein, M.; Cloitre, M.; DeRosa, R.; Hubbard, R.; Kagan, R.; Liataud, J.; Mallah, K.; Olafson, E.; van der Kolk, BK (2005). Complex trauma in children and adolescents. *Psychiatric Annals*, 35, pp. 390-398.
- DELA, (s.d.). *Before you go*. S.d.: DELA. Geraadpleegd op [10 april 2014], <http://www.beforeyougo.be/nl/steun-na-overlijden/rouwproces-bij-kinderen>
- Evans, J.W.(1996). Death and bereavement. 2014: University of California. Geraadpleegd op 18 april 2014], www.com.uci.edu/~anatomy/willed_body/death.htm

- Felitti, V.J.; Anda, R.F.; Nordenberg, D.; Williamson, D.F.; Spitz, A.M.; Edwards, V.; Koss, M.P.; Marks, J.S. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to any of the leading causes of death in adults. The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *American Journal of Preventative Medicine*, 14, pp.245-258.
- Fiddelaers-Jaspers, R. & Fiddelaers, J. (1998). *De meest gestelde vragen over kinderen en de dood* (2^e ed.). Heeze: Stichting In de Wolken.
- Finkelhor, D.; Ormrod, R.K.; Turner, H.A. (2007). Poly-victimization and trauma in a nationally representative longitudinal cohort. *Development and Psychopathology*, 19, pp.149-166.
- Folette, V.M.; Polusny, M.A.; Bechtle, A.E.; Naugle, A.E. (1996). Cumulative trauma: The impact of child sexual abuse, adult sexual assault and spouse abuse. *Journal of Traumatic Stress*, 2, pp.5-35.
- Godbout, N.; Dutton, D.; Lussier, Y; Sabourin, S. (2009). Early experiences of violence as predictors of intimate partner violence and marital adjustment using attachment theory as a conceptual framework. *Personal Relationships*, 16, pp.365-384.
- Het Nationaal Forum voor slachtofferbeleid (2011). *Uw rechten als slachtoffer van een misdrijf* [brochure]. Brussel: Vlaamse Overheid.
- Hodges, M.; Godbout, N.; Briere, J.; Lanktree, C.; Gilbert, A.; Kletzka, N.T. (2013). Cumulative trauma and symptom complexity in children: a path analysis. *Child Abuse & Neglect*, 2013 (37), 891- 898. Geraadpleegd op 14 april 2014, LIMO.
- Keirse, M. (1999). *Vingerafdruk van verdriet woorden van bemoediging* (1^e ed.). Tielt: Lannoo nv.
- Keirse, M. (2002). *Kinderen helpen bij verlies Een boek voor al wie van kinderen houdt* (1^e ed.). Tielt: Lannoo nv.
- Keirse, M. (2002). *Helpen bijverlies en verdriet Een gids voor het gezin en de hulpverlener* (14^e ed.). Tielt: Lannoo nv.
- Kind en Gezin (s.d.). *Rouwen*. s.d.: Kind en Gezin. Geraadpleegd op [12 april 2014], <http://www.kindengezin.be/opvoeding/opvoedingsvragen/rouwen/>

- Kleuters rouwen ook (2012). *Kleuters rouwen ook*. 2012: nioo. Geraadpleegd op [10 april 2014], <http://www.kleutersrouwenook.be/theorie/hoerouwenwe.html>
- Kübler-Ross Vlaanderen, (2014). *Omgaan met verlies*. 2014: Kübler-Ross Vlaanderen. Geraadpleegd op [13 april 2014], http://www.kublerrossvlaanderen.be/?item=1_de_vijf_fasen_van_rouw
- Moerdijk, F. (ed.) et al. (1998). *Woordenboek der Nederlandse taal*(1e ed.). Leiden: INL.
- Noppe, J.; Pashley, V.; De Hert, P.; Luisman, W. (2013). *Mensenrechten en politie* (2^e ed.). Antwerpen: Maklu-Uitgevers nv.
- Philippa, M. (ed.) et al. (2009). *Etymologisch woordenboek van het Nederlands: S-Z*(1^e ed.). Amsterdam: Amsterdam University Press.
- Politie Mechelen (2014). *Kerntaak Interventie*. 2014: Politie Mechelen. Geraadpleegd op [14 april 2014], <http://www.lokalepolitie.be/5358/interventie.html>
- Politie Mechelen (2014). *Kerntaak Lokaal Onderzoek*. 2014: Politie Mechelen. Geraadpleegd op [14 april 2014], <http://www.lokalepolitie.be/5358/lokaal-onderzoek.html>
- Politie Mechelen (2014). *Kerntaak Onthaal*. 2014: Politie Mechelen. Geraadpleegd op [14 april 2014], <http://www.lokalepolitie.be/5358/onthaal.html>
- Politie Mechelen (2014). *Kerntaak Openbare Orde*. 2014: Politie Mechelen. Geraadpleegd op [14 april 2014], <http://www.lokalepolitie.be/5358/openbare-orde.html>
- Politie Mechelen (2014). *Kerntaak Slachtofferbejegening*. 2014: Politie Mechelen. Geraadpleegd op [14 april 2014], <http://www.lokalepolitie.be/5358/slachtofferbejegening.html>
- Politie Mechelen (2014). *Kerntaak Verkeer*. 2014: Politie Mechelen. Geraadpleegd op [14 april 2014], <http://www.lokalepolitie.be/5358/verkeer.html>
- Politie Mechelen (2014). *Kerntaak Wijkwerking*. 2014: Politie Mechelen. Geraadpleegd op [14 april 2014], <http://www.lokalepolitie.be/5358/wijkwerking.html>
- Price, M.; Higa-McMillan, C.; Kim, S.; Frueh, B.C. (2013). Trauma experience in children and adolescents: An assessment of the effects of trauma type and

- role of interpersonal proximity. *Journal of Anxiety Disorders*, 2013 (27), 652-660. Geraadpleegd op 14 april 2014, LIMO.
- Riely M. (2003). Facilitating Children's Grief. *The Journal of School Nursing*, 19 (4), p.p. 212-218.
- Seager, K.M.; Spencer, S.C. (1996). Meeting the bereavement needs of kids in patient/families – not just playing around. *The Hospice Journal*, 11 (4), pp.41-66.
- Schulz, M.; Mavroyiannis, A.D. (2012). *Richtlijn 2012/29/EU van het Europees parlement en de Raad: tot vaststelling van minimumnormen voor de rechten, de ondersteuning en de bescherming van slachtoffers van strafbare feiten, en ter vervanging van Kaderbesluit 2001/220/JBZ*. Straatsburg: Europese Unie.
- Schwab, R. (1997). Parental mourning and children's behavior. *Journal of Counseling and Development*, 75 (4), pp. 258-265.
- Slosse, N. (2011). *De visjes van Océane* (1^e ed.). Averbode: Averbode.
- S.N. (2014). *Accare*. 2000-2014: Assen. Geraadpleegd op [14 april 2014], <https://www.accare.nl/jongeren/psychische-problemen-waarmee-jongeren-bij-accare-komen/iets-ergs-meegemaakt>
- S.N. (2014). *Troostdozen helpen kinderen in Vlaams-Brabant bij rouwverwerking*. 2014: BELGA. Geraadpleegd op [15 april 2014], <http://www.klasse.be/leraren/43131/troostdozen-helpen-kinderen-in-vlaams-brabant-bij-rouwverwerking/>
- S.N. (2011). *Uw rechten als slachtoffer in de strafuitvoering*. 2011: Slachtofferzorg in het arrondissement Mechelen. Geraadpleegd op [20 april 2014], <http://www.slachtofferzorg.be/mechelen/hoe-kunt-u-als-slachtoffer-tussenkomen-in-de-procedure-/uw-rechten-als-slachtoffer-in-de-strafuitvoering>
- S.N. (2004). *Wat is dood zijn voor kinderen*. 2004: HOUVAST. Geraadpleegd op [12 april 2014], <http://www.houvast.be/tekst391.shtml>
- Vanassche, F. (2013). *Een beetje afscheid* (1^e ed.). Kortrijk: Vanassche Frederique.
- Van Dale(ed.) et al. (2014). *Woordenboek der Nederlandsche Taal* (14^{de} ed.). Antwerpen: Van Dale Lexicografie.

- Van den Bossche, L.(1999). Omzendbrief OOP 15ter betreffende politieële slachtofferbejegening. Brussel: Belgisch Staatsblad.
- Van Der Dussen De Kestergat, B. (2006). *Politionele slachtofferbejegening in het kader van de nieuwe politiestructuur* [scriptie]. Leuven: Katholieke Universiteit Leuven.
- Van Liefferinge, J. (2014). *Overhandiging van eerst 'Troostdoos'*. 2014: Persinfo. Geraadpeegd op [15 april 2014], <http://www.persinfo.org/2014/01/28/overhandiging-van-eerst-troostdoos>
- Van Liefferinge, J. (2013). *Ternattenaar ontwikkelt rouwdoosje voor kinderen*. 2013: Persinfo.Geraadpleegd op [15 april 2014], <http://www.persinfo.org/2013/04/16/ternattenaar-ontwikkelt-rouwdoosje-voor-kinderen>
- Vandereycken, W.; Van Deth, R. (2011). *Psychiatrie Van diagnose tot behandeling* (3^{de} ed.). Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Werbrouck, B. (2005). *Slachtofferbejegening binnen de politie* [eindwerk]. Kortrijk: Hogeschool West-Vlaanderen.
- Wolraich, M.L.; Aeves, J; Feldman, H.M.; Hagan, J.F.; Howard, B.J.; Navarro, A.; Richtmeier, A.J. ; Tolmas, H.C. (2000). The pediatrician and childhood bereavement. *Pediatrics*, 105 (2), pp. 445-451.

Bijlage 1 De slechtnieuwsmelding door de politieambtenaar

Minderjarigen zijn volop bezig met hun ontwikkeling. De zoektocht naar wie ze zijn is een langdurig en complex proces. Wanneer deze kinderen en jongeren tijdens hun ontwikkeling geconfronteerd worden met een groot verlies, kan het verloop van hun rouwproces een belangrijke rol spelen. Indien het rouwproces moeizaam verloopt, komt ook de rest van hun ontwikkeling in het gedrang. Daarom zijn minderjarigen de meest kwetsbare groep in de maatschappij op dit vlak.

Omdat de slechtnieuwsmelding een start voor de rest van het rouwproces betekent, is het belangrijk dat deze duidelijk gebeurt. Daarom staat in dit hulpmiddel uitgebreid beschreven hoe deze slechtnieuwsmelding het best gebeurt, afhankelijk van de leeftijd van het kind.

Het slechte nieuws kan gebracht worden door politieambtenaren, bijvoorbeeld bij een verkeersongeval of een onverwacht overlijden. Het brengen van een slechtnieuwsmelding en alle andere aspecten van slachtofferbejegening wordt bij de opleiding tot agent van de politie aangeleerd. Wanneer de politieambtenaar al enkele jaren in het vak zit, maar nog niet vaak geconfronteerd werd met slechtnieuwsmeldingen, is het mogelijk dat deze informatie niet meer vers in het geheugen zit. Om de informatie regelmatig op te frissen, bestond tot op heden nog geen hulpmiddel.

Daarnaast worden de rouwfasen bij kinderen kort toegelicht zodat politieambtenaren vragen kunnen beantwoorden die de nabestaanden zouden kunnen stellen. Om deze nabestaanden niet aan hun lot over te laten, zal de politiebeambte bij het verlaten van de woning een hulpmiddel voor de nabestaanden achterlaten. Dat hulpmiddel bevat informatie over het rouwproces bij kinderen, alsook over activiteiten die kinderen kunnen doen om met hun rouwproces actief aan de slag te gaan.

Slechtnieuwsmelding

Hieronder volgen enkele richtlijnen om het slechte nieuws van een overlijden aan kinderen te vertellen. Afhankelijk van de leeftijd begrijpen kinderen het concept 'dood' en is het melden van het verlies makkelijker of moeilijker. Daarom wordt een leeftijdsgebonden perspectief van kinderen op de dood weergegeven.

Wanneer je als politieambtenaar slecht nieuws moet melden, zijn er enkele dingen die je op voorhand dient na te gaan. Zo kan je best, voor je vertrek, de gezinssituatie nagaan. Zo weet je hoe wat je ongeveer kan verwachten bij aankomst. Het is aangewezen een slechtnieuwsmelding met twee te brengen. De ene persoon kan de kinderen apart zetten terwijl de andere persoon het slechte nieuws brengt. Op die manier worden kinderen niet geconfronteerd met de eerste reacties van ouders. Na het brengen van het slechte nieuws, kan met de nabestaanden overlegd worden wie het slechte nieuws zal brengen en wat er gezegd zal worden.

Voor een kind is het best dat het nieuws verteld wordt door een dierbare naaste. Dit omdat het kind of de jongere aangewezen is op deze dierbare naaste bij de rest van het rouwproces. Je kan het vertellen van het slechte nieuws dus aan een andere nabestaande overlaten en deze nabestaande bijstaan. Hierbij kan je, als politieambtenaar, uitleggen hoe het nieuws best gebracht kan worden zodat het duidelijk is voor het kind. Hierbij leg je de basisprincipes van het melden van slecht nieuws uit. Deze zijn op ooghoogte zitten van het kind, op een manier dat het kind ingesloten wordt en niet weg kan bij het melden van het slechte nieuws. Bij het vertellen van het overlijden, moet duidelijke taal gebruikt worden. Zo gebruik je best de woorden 'dood' en 'gestorven'. Je kan ze voorbereiden op de reacties die kinderen kunnen geven door hen uit te leggen hoe deze kinderen naar de dood kijken. Wanneer ouders twijfelachtig staan tegenover het nieuws zelf vertellen, kan je hen hiertoe de kans geven. Wanneer je merkt dat het niet lukt, kan je als politieambtenaar ingrijpen en het slechte nieuws zelf vertellen.

Daarnaast is het belangrijk om voldoende informatie te geven zodat het kind alles goed begrijpt. Het is niet beter voor het kind om minder te weten. De fantasie van het kind kan dan leemtes invullen en dat kan alles erger maken dan het in werkelijkheid is. Als je onmiddellijk zegt wat er gebeurd is en wat de gevolgen van die gebeurtenis zijn, zorgt dit voor minder onduidelijkheden die later vragen om opheldering. Het kan echter de keuze van de ouders zijn om sommige aspecten van een overlijden niet te vertellen. Wanneer iemand zelfmoord gepleegd heeft, kan het zijn dat nabestaanden niet willen dat kinderen hiervan op de hoogte gesteld worden.

Het kan ook zijn dat ouders niet willen vertellen dat iemand gestorven is. Het is dan als politieambtenaar belangrijk de ouders uit te leggen welke gevolgen deze keuze kunnen hebben. Eerlijkheid duurt immers het langst. Wanneer je als ouder vertelt dat iemand op vakantie is, gaan kinderen blijven vragen wanneer deze persoon terugkomt. Je wordt bijgevolg iedere dag geconfronteerd met het verlies door de onwetendheid van het kind. Daarnaast kan het zijn dat kinderen jaren nadien ontdekken dat iemand gestorven is. Het kan dan zijn dat ze kwaad worden omdat ze niet op de hoogte gebracht werden en de nabestaande niet meer gaan vertrouwen.

Wanneer je het slechte nieuws verteld hebt, is het relevant om naar de reacties van het kind te luisteren. Kinderen zullen op dit moment hun eerste gevoelens uiten en hun eerste reacties tonen. De reacties van kinderen zijn altijd anders, net zoals die van volwassenen. Hieronder worden enkele mogelijke reacties uitgelegd. De leeftijdsaanwijzingen zijn relatief vermits sommige kinderen verder dan wel minder ver staan in hun ontwikkeling

Wanneer kinderen vele vragen stellen waarop je het antwoord niet weet, is het oké om dit zo te zeggen. Je bent geen expert in rouwen als politieambtenaar en dit hoeft ook niet.

Het slechte nieuws melden aan een kind is nuttig vanaf de leeftijd van 2 jaar. Bij kinderen **jonger dan 2 jaar oud** is het belangrijker om ervoor te zorgen dat de baby een vast verzorgingspersoon heeft en zo stabiliteit ervaart.

Kinderen **tussen twee en vijf jaar oud** hebben moeite om het onderscheid te maken tussen fantasie en werkelijkheid. Zo is de dood volgens hen omkeerbaar (denk aan sprookjes zoals Sneeuwwitje en Doornroosje). Kinderen op deze leeftijd vertel je best zo direct mogelijk dat iemand gestorven is en wat de aanleiding vormde voor deze gebeurtenis. Het besef van het overlijden kan pas doordringen wanneer duidelijk uitgelegd is dat iemand overleden is en niet meer terug tot leven kan komen zoals in sprookjes. Daarnaast zullen kinderen beseffen dat iemand niet terugkomt door de tijd die verstrijkt zonder deze persoon. Bij kinderen van deze leeftijd is het belangrijk om vragen toe te laten en hier duidelijke antwoorden op te geven. Het uiten van hun eigen gevoelens is nog niet mogelijk op deze leeftijd. Vaak doen ze mee met hun omgeving.

Kinderen **tussen vijf en acht jaar oud** beginnen te begrijpen wat de dood betekent en dat de dood onomkeerbaar is. Deze kinderen zullen hun gevoelens delen met anderen en zullen openlijk huilen. Dit zullen ze echter alleen doen als ze zich veilig genoeg voelen in hun omgeving.

Zij beseffen wat de dood inhoudt maar weten niet hoe hiermee om te gaan. Door het magisch denken en het hieraan gekoppeld geloven in sprookjes en verhaaltjes die verteld worden, hebben zij nood aan verklaringen voor alles wat gebeurt. Hiermee gaat vaak een schuldgevoel gepaard. Zo hebben zij misschien ooit iemand 'weggewenst' en zijn zij nu bang dat die persoon nu zal sterven door hun wens. In hun beleving kan dit immers. Ook kunnen zij wensen dat iemand terug tot leven komt en wanneer dit niet lukt kunnen ze zich schuldig voelen omdat ze bijvoorbeeld niet hard genoeg gewenst hebben.

Bij kinderen van deze leeftijd is het belangrijk zo direct mogelijk te zeggen dat iemand overleden is en daarbij heel duidelijk de aanleiding van het overlijden. Kinderen van deze leeftijd kunnen geloven dat zij iets met het overlijden te maken hebben door het magisch denken. Het is belangrijk van in het begin uit te leggen dat de dood door een ziekte, ouderdom of een ongeval komt en dat zij er niets mee te maken kunnen hebben. Ook is het bij deze leeftijd belangrijk te duiden dat mensen niet meer terug tot leven kunnen komen, ongeacht hoe graag ze dat willen.

Kinderen **tussen acht en elf jaar oud** hebben een erg realistische kijk op de dood. Zij beseffen dat iedereen zal doodgaan, inclusief zichzelf. Ze proberen op deze leeftijd een eigen manier te vinden bij het omgaan met de dood.

Bij kinderen van deze leeftijd is het belangrijk zo direct mogelijk te vertellen dat iemand overleden is en wat de aanleiding van dit overlijden is. Voor de rest zullen zij zelf een manier zoeken om te rouwen. Daarbij is het belangrijk dat nabestaanden ondersteunen waar nodig.

Jonge kinderen, in de laatste jaren van de lagere school, zijn vaak gefascineerd door de dood. Daardoor stellen ze veel vragen. Het antwoord is niet het belangrijkste aspect van het vragenstellen, maar wel de ruimte om de vragen te stellen.

Bij kinderen **tussen elf tot veertien jaar oud** is het moeilijk in te schatten hoe ze zullen reageren. Sommige kinderen hebben een beleving zoals de vorige leeftijdscategorie. Andere kinderen zullen eerder reacties hebben zoals jongeren in de volgende leeftijdscategorie.

Bij jongeren **tussen veertien en achttien jaar oud** is een erg volwassen beeld over de dood aanwezig. Op deze leeftijd zijn jongeren erg hard bezig met het zoeken naar hun eigen identiteit waardoor rouwen op de lange baan geschoven wordt. Hierin schuilen gevaren in verband met vluchtgedrag. Zo kan het zijn dat jongeren vluchten in middelenmisbruik, andere bezigheden of letterlijk vluchten namelijk weglopen.

Pubers beseffen dat de dood onomkeerbaar is en dat het iedereen overkomt. Ze weten dat iedereen, inclusief zichzelf, zal sterven maar zien dit pas gebeuren in een verre toekomst.

Wanneer ze voelen en zien dat volwassenen ook verdriet hebben en rouwen, zullen ze dit sneller toelaten.

Wanneer het slechte nieuws verteld werd, kan het kind starten aan zijn rouwproces. Het is echter noodzakelijk in het achterhoofd te houden dat ook nabestaanden te kampen krijgen met verlies en rouwgevoelens. Daarom is het aangewezen de nabestaanden de goede raad te geven andere familieleden in te schakelen om de minderjarige op te vangen wanneer de nabestaande dit even niet kan. Het wordt immers een erg moeilijke tijd voor ieder familielid dat rouwt.

Het wil niet zeggen dat je faalt als steunfiguur wanneer je hulp inroept. Dit is een boodschap die duidelijk overgebracht dient te worden wanneer je nuttige adressen doorgeeft.

Rouwproces bij kinderen

Politieambtenaren worden voornamelijk met de eerste reacties geconfronteerd. Het kan voorkomen dat familieleden ongerust zijn over de reactie van het kind op het slechte nieuws en dat zij de politieambtenaar om geruststelling vragen. Omwille van deze reden, is het belangrijk dat politieambtenaren in grote lijnen op de hoogte zijn van het rouwproces van het kind. Zo kunnen ze de nabestaanden bijstaan tijdens deze cruciale momenten.

Het rouwproces van een kind verschilt van dat van een volwassene. Dit komt door het gebrek aan maturiteit bij kinderen. Kinderen zijn nog niet in staat om continu met het verlies bezig te zijn. Afhankelijk van de leeftijd van het kind, zijn ze meer of minder in staat om de dood te begrijpen.

1. Realiteit begrijpen

De eerste fase is het verlies onder ogen zien en het aanvaarden van de realiteit. Als het kind blijft geloven dat de persoon nog zal terugkomen is er geen reden tot rouwen en zal er niet gerouwd worden. Het is belangrijk dat kinderen ervaren dat de overledene echt gestorven is. Dit kan door hen te betrekken bij het afscheid nemen. Dit houdt het groeten van de overledene in en het meegaan naar de begrafenis of crematie. Dit besef komt pas wanneer de jongere zich veilig voelt in zijn omgeving. De kinderen hebben nood aan aandacht in deze moeilijke fase. Het is belangrijk de jongeren vragen te laten stellen en hun gevoelens te laten uiten, dit helpt om de dood te verduidelijken. Het is tevens belangrijk de volledige waarheid tegen kinderen te vertellen. Wanneer ze zelf iets dienen te verzinnen, is dit doorgaans veel erger dan de realiteit. Als er een verklaring is, is het aanvaarden makkelijker. Soms lijkt het alsof een jongere op het eerste moment vooral bezorgd is om zijn eigen gemak en om het doorlopen van het dagelijkse leven. Het lijkt op dat moment alsof het kind niet voelt maar eigenlijk stelt het zijn rouwproces uit totdat het zich veilig voelt.

2. Voelen van de pijn

De tweede fase komt na het besef van het verlies en houdt het voelen van de pijn in. Het is belangrijk in deze fase dat een kind zijn gevoelens de vrije loop kan laten. Je kan een kind dus best verdrietig laten zijn en praten over dit verdriet in plaats van plezierige afleiding te zoeken. Het is eveneens belangrijk als volwassene je gevoelens te tonen aan kinderen. Zo weten zij dat hun gevoelens geuit mogen worden waarna ze dit makkelijker zullen doen.

3. Leren leven zonder de overledene

De derde fase is het leren leven zonder de overledene. Dit moment biedt zich aan wanneer de draad van het leven weer opgepikt moet worden. Kinderen moeten getoond worden dat herinneringen aan de overledene een ruimte krijgen en er mogen zijn. Binnen deze fase komen de schuldgevoelens bij kinderen op. Zo hebben zij iemand misschien toevallig weg gewenst en zijn zij nu bang dat het overlijden door hun toedoen is. Binnen deze fase leert het kind opnieuw te spelen zonder de pijn en het verdriet van het verlies.

4. Opnieuw banden smeden

Bij de vierde en laatste fase van het rouwproces moeten we opnieuw leren banden te smeden. Deze fase wordt bereikt wanneer de pijn en het gemis naar de achtergrond zijn verplaatst en niet meer continu aanwezig zijn. Het kan zijn dat kinderen niet meer aan de toekomst zullen denken omdat zij de pijn zoals degene die ze net doorgemaakt hebben niet meer willen ervaren. Hierbij is het belangrijk dat kinderen leren werken aan een toekomst en hierin leren geloven. Soms ontstaat de illusie dat we niet meer mogen lachen en ons niet meer mogen binden aan anderen nadat iemand is overleden. We denken de nagedachtenis te bezoedelen door nieuwe relaties aan te gaan. Een kind moet met de hulp van volwassenen ervaren dat er na een tijd, wanneer het verwerkingsproces voltooid is, ruimte is om nieuwe banden te smeden. Na deze fase kunnen jongeren iets beter nieuwe mensen toelaten zonder hier een schuldgevoel over te hebben.

Werking hulpmiddel nabestaanden

Bij het verlaten van de woning staat de nabestaande er alleen voor met zowel zijn verdriet als dat van de jongere onder zijn hoede. Daarom is er de kans om het hulpmiddel voor nabestaanden achter te laten met hierin bondige informatie voor de nabestaanden over het rouwproces van de jongere.

In dit hulpmiddel is per leeftijdscategorie de belangrijkste informatie over het rouwproces weergegeven. Ook worden vragen beantwoord die nabestaanden kunnen hebben.

Bijlage 2 Ons verdriet

Wanneer je dit hulpmiddel in handen krijgt, heb je een groot verlies geleden. Bovendien ben je niet alleen, ook een minderjarige uit je nabije omgeving heeft met verdriet te kampen.

Jouw moeilijke taak bestaat erin om niet alleen je eigen rouwproces te doorlopen maar daarnaast ook om een minderjarige in zijn rouwproces te begeleiden. Om je hierbij te helpen, zitten in dit boekje een aantal richtlijnen vervat om je te ondersteunen bij het rouwproces van de minderjarige.

In dit hulpmiddel kan je per leeftijdscategorie terugvinden hoe het slechte nieuws het best gemeld wordt met hieraan gekoppeld hoe kinderen van een bepaalde leeftijdscategorie naar de dood kijken. Daarnaast wordt het rouwproces van een kind uitgelegd zodat jij als naaste het gedrag van de minderjarige kan kaderen en zodat je weet wat je nog kan verwachten. Er wordt uitgelegd hoe je de bestaande afscheidsrituelen op het niveau van het kind kan brengen en welke rituelen je met het kind kan uitvoeren. Tot slot worden enkele activiteiten aangereikt die kinderen kunnen helpen bij het omgaan met het verlies en hun verdriet.

Dat alles wordt kort uitgelegd zodat jij geen tijd moet investeren in het opzoeken van informatie rond verlies bij kinderen, zodat je je kan concentreren op je eigen rouwproces en dat van de minderjarige.

Voor je met dit boekje aan de slag gaat, wordt nog even benadrukt dat je als nabestaande hulp mag inschakelen. Dit kan bestaan uit andere familieleden die jou en de minderjarige ondersteunen. Wanneer dit niet mogelijk is, kan je ook hulpverleningsorganisaties inschakelen. Het Centrum voor Algemeen Welzijnswerk heeft verschillende deelwerkingen die ondersteuning kunnen bieden voor jong en oud. Het is tevens kosteloos. Deze mensen staan klaar voor iedereen met vragen of problemen. Aarzel dus zeker niet om hulp te zoeken wanneer het even wat moeilijker gaat of teveel wordt.

Algemene informatie

Vooraleer je de leeftijdsgerichte informatie raadpleegt, worden hier enkele andere aandachtspunten uitgelegd.

Voor een kind is het best dat het nieuws verteld wordt door een dierbare naaste. Dit omdat het kind of de jongere aangewezen is op deze dierbare naaste bij de rest van het rouwproces.

Wanneer de slechtnieuwsmelding moet gebeuren, kan je het best op ooghoogte gaan zitten van het kind of de jongere. Je plaatst je best zo dat het kind niet weg kan terwijl je het nieuws vertelt. Je sluit het kind dus best in. Bij het vertellen van het nieuws, gebruik je de woorden 'dood', 'overleden' of 'gestorven'. Dit omdat de boodschap zo het duidelijkst overkomt. Hoe iemand overleden is, moet niet samen met de slechtnieuwsmelding gebeuren. Dit mag uiteraard wel. Zeker wanneer het kind hier zelf naar vraagt.

Wanneer je zelf een rouwproces doormaakt, kan het zijn dat je sommige dagen geen honger hebt, langer wakker blijft of 's nachts regelmatig opstaat omdat je de slaap niet kan vatten. Het kan eveneens zijn dat je kinderen meer toelaat omdat je simpelweg niet genoeg energie hebt om er tegenin te gaan. Het is echter belangrijk om structuur te behouden voor kinderen. Wanneer je merkt dat je dit alleen niet lukt, kan je altijd een derde inschakelen om te waken over de structuur in huis.

Wanneer de minderjarige onder jouw hoede hobby's heeft, kan het nuttig zijn deze mensen in te lichten. Op deze manier worden kinderen omringd door meer steunpersonen. Ook scholen kunnen best ingericht worden zodat leerkrachten, zeker in de lagere school, andere kinderen kunnen inlichten over het gebeuren.

Tot slot is het relevant te weten dat sommige kinderen hun rouwproces uitstellen tot hun ouders uit hun diepste dal zijn. Dit kan er soms voor zorgen dat kinderen pas maanden of jaren later echt rouwen.

De link met dit uitgesteld rouwproces wordt niet altijd gelegd door de tijd die erover gaat. Wanneer een kind na ettelijke maanden of jaren ander gedrag begint te stellen, is het interessant na te gaan of dit iets met het verlies van een dierbare te maken heeft.

Nul tot twee jaar oud

Slechtnieuwsmelding

Wanneer de politieambtenaar voor je deur stond, werd jij als nabestaande op de hoogte gesteld van een groot verlies. Wanneer er op dat moment kinderen in de buurt waren, kan het zijn dat zij op de hoogte werden gesteld door jou of de politieambtenaar. Het kan echter ook zijn dat er geen kinderen aanwezig waren en jij deze achteraf moet inlichten. Hieronder wordt uitgelegd hoe deze slechtnieuwsmelding op de meest duidelijke manier gebracht kan worden.

Nul tot zes maanden oud

Kinderen van deze leeftijd moet nog niet verteld worden dat iemand gestorven is. De woorden die je hierbij gebruikt, zullen toch niet begrepen worden. Het is belangrijker om ervoor te zorgen dat de baby een vast verzorgingspersoon heeft en zo stabiliteit ervaart.

Zes maanden tot twee jaar oud

Baby's en peuters tussen zes maanden en twee jaar oud beleven de dood nog steeds niet. Zij leren wel omgaan met scheiding, omdat zij wel merken dat iemand uit hun omgeving er niet meer is, maar zij begrijpen niet wat dood zijn is. Net als baby's tot zes maanden oud, zijn ook kindjes van deze leeftijd gevoelig voor de sfeer van hun omgeving. Zo merken zij zeer goed wanneer hun omgeving verdrietig is. Baby's en peuters hebben vaak duale gevoelens. Dat wil zeggen dat zij het ene moment erg verdrietig kunnen zijn en het volgende extreem opgewekt. Deze dualiteit dient als zelfbescherming. Zij staan immers erg machteloos tegenover alles gevoelens die ze zelf ervaren en die hun omgeving ervaart. Kinderen van deze leeftijd kan je proberen duidelijk te maken wat de dood is door hen te betrekken bij het afscheid nemen van een overledene. Wanneer zij de overledene aanraken, kunnen zij het verschil voelen tussen leven en dood. Dat zij dit verschil voelen en merken wil niet zeggen dat ze begrijpen wat de dood is. Wel wordt het op deze manier iets concreter.

Tegen kinderen van deze leeftijd zeg je best zo direct mogelijk wie er gestorven is en wat de aanleiding van het overlijden is. Kinderen op deze leeftijd zullen niet beseffen dat iemand echt weg is tot ze met eigen ogen gezien hebben dat iemand niet meer ademt en dat het hart niet meer slaat. Daarom kunnen kinderen van deze leeftijd best zoveel mogelijk betrokken worden bij het afscheid nemen van de overledene zodat het besef van het overlijden doordringt.

Hoe kijken kinderen van deze leeftijdscategorie naar de dood?

Baby's zijn reeds gevoelig voor de omringende sfeer. Ze voelen de emoties van anderen aan en reageren kunnen daardoor anders reageren. Zo voelen baby's zich bijvoorbeeld minder snel getroost wanneer de stem en/ of bewegingen van hun verzorger veranderd zijn. Vanaf dat ze vier tot vijf maanden oud zijn, beginnen ze hun vaste verzorger te missen. Wanneer de verzorger intens verdriet beleeft, reageert hij anders op de behoeften van het kind. Daardoor verandert de baby's beleving en zal de baby rouwen door bijvoorbeeld slechter te slapen of vaker te huilen.

Kinderen tot twee jaar oud voelen aan dat er iets mis is, maar kunnen dit niet verwoorden. Sommigen huilen, anderen trekken zich terug of worden erg druk. Op deze leeftijd begrijpen kinderen het concept 'dood' niet. Ze merken echter wel dat ze gescheiden zijn van iemand. Ze kunnen dit eveneens aanvoelen als 'achtergelaten zijn'.

Twee tot zes jaar oud

Slechtnieuwsmelding

Wanneer de politieambtenaar voor je deur stond, werd jij als nabestaande op de hoogte gesteld van een groot verlies. Wanneer er op dat moment kinderen in de buurt waren, kan het zijn dat zij op de hoogte werden gesteld door jou of de politieambtenaar. Het kan echter ook zijn dat er geen kinderen aanwezig waren en jij deze achteraf moet inlichten. Hieronder wordt uitgelegd hoe deze slechtnieuwsmelding op de meest duidelijke manier gebracht kan worden.

Peuters en kleuters van twee tot zes jaar oud zitten volop in de leeftijdsfase waarin sprookjes en verhaaltjes als 'echt' beschouwd worden. Ze kunnen op deze leeftijd nog geen onderscheid maken tussen fantasie en werkelijkheid in hun denkwereld. Voor peuters en kleuters is de dood omkeerbaar. Zo wordt Sneeuwwitje ook weer wakker gekust en ontwaakt Doornroosje na een slaap van 100 jaar. Ze verbinden de voorstelling rond de dood aan een lange slaap of de duisternis. De dood is voor peuters en kleuters kortom meer een tijdelijke of permanente scheiding. Met dit besef in het achterhoofd, voelen peuters en kleuters zich wel verdrietig en angstig wanneer iemand weggaat. Woorden als 'voor altijd' of 'nooit meer' zijn erg vaag voor deze kinderen want zij begrijpen niet wat deze woorden betekenen. Kleuters gaan meestal meedoen met de manier van rouwen van hun omgeving. Zij begrijpen echter nog niet goed wat dit allemaal betekent. Ze kunnen eveneens nog niet verwoorden welke gevoelens ze ervaren.

Kinderen op deze leeftijd vertel je dus best zo direct mogelijk dat iemand gestorven is en wat de aanleiding van dit overlijden is. Het afscheid nemen van de overledene zal bij deze leeftijd minder impact hebben doordat zij in sprookjes geloven. Bij deze leeftijdscategorie zal het besef van het overlijden komen door duidelijk uit te leggen dat iemand overleden is en niet meer tot leven kan komen zoals in sprookjes. Daarnaast zullen kinderen beseffen dat iemand niet terugkomt doordat de tijd die verstrijkt en deze persoon afwezig blijft. Bij kinderen van deze leeftijd is het belangrijk om vragen toe te laten en hier duidelijke antwoorden op te geven.

Hoe kijken kinderen naar de dood?

De reactie op verlies van peuters en kleuters lijkt op de reactie van hun ouders. Ze zijn namelijk even ontredderd. Kinderen van deze leeftijd begrijpen echter niet wat 'de dood' inhoudt en denken dat iemand voor eventjes weg is. Ze gebruiken soms woede om met verlies om te gaan en hebben dan ook veel nood aan een vertrouwde omgeving. Andere gedragingen om hun verdriet te uiten kunnen droefheid en agressie zijn. Sommige kinderen hebben last van nachtmerries. Sommige kleuters ervaren blaas- en darmproblemen.

Het rouwproces bij kinderen

Realiteit begrijpen

De eerste fase is het verlies onder ogen zien en het aanvaarden van de realiteit. Als het kind blijft geloven dat de persoon nog zal terugkomen is er geen reden tot rouwen en zal er niet gerouwd worden. Het is belangrijk dat kinderen ervaren dat de overledene echt gestorven is. Dit kan door hen te betrekken bij het afscheid

nemen. Dit houdt het groeten van de overledene in en het meegaan naar de begrafenis of crematie. Dit besef komt pas wanneer de jongere zich veilig voelt in zijn omgeving. De kinderen hebben nood aan aandacht in deze moeilijke fase. Het is belangrijk de jongeren vragen te laten stellen en hun gevoelens te laten uiten, dit helpt om de dood te verduidelijken. Het is tevens belangrijk de volledige waarheid tegen kinderen te vertellen. Wanneer ze zelf iets dienen te verzinnen, is dit doorgaans veel erger dan de realiteit. Als er een verklaring is, is het aanvaarden makkelijker. Soms lijkt het alsof een jongere op het eerste moment vooral bezorgd is om zijn eigen gemak en om het doorlopen van het dagelijkse leven. Het lijkt op dat moment alsof het kind niet voelt maar eigenlijk stelt het zijn rouwproces uit totdat het zich veilig voelt. Zolang het besef dat de overledene gestorven is er niet is, kunnen zij niet verder naar de volgende rouwfase.

Voelen van de pijn

De tweede fase komt na het besef van het verlies en houdt het voelen van de pijn in. Het is belangrijk in deze fase dat een kind zijn gevoelens de vrije loop kan laten. Kinderen voelen het verlies zowel lichamelijk als emotioneel. Wanneer het verdriet verdrongen wordt, komt het later terug in de vorm van kwaaltjes zoals hoofdpijn en slaapproblemen. Je kan een kind dus best verdrietig laten zijn en praten over dit verdriet in plaats van plezierige afleiding te zoeken. Het is eveneens belangrijk als volwassene je gevoelens te tonen aan kinderen. Zo weten zij dat hun gevoelens geuit mogen worden waarna ze dit makkelijker zullen doen. Volwassenen kunnen de pijn en het verdriet niet overnemen maar ze kunnen jongeren wel leren dat pijn en verdriet bij het leven horen.

Leren leven zonder de overledene

De derde fase is het leren leven zonder de overledene. Dit moment biedt zich aan wanneer de draad van het leven weer opgepikt moet worden. Bij het verderzetten van het dagelijkse leven dienen goede en slechte herinneringen meegenomen te worden. Kinderen moeten getoond worden dat herinneringen aan de overledene een ruimte krijgen en er mogen zijn. Op die manier kunnen zij hun verlies een plaats geven. Wanneer kinderen dit moeten doen, kan best besproken worden met een volwassene hoe dit zal verlopen. Binnen deze fase komen de schuldgevoelens bij kinderen op. Zo hebben zij iemand misschien toevallig weg gewenst en zijn zij nu bang dat het overlijden door hun toedoen is. Hierbij is het belangrijk dat kinderen weten dat dit niet kan gebeuren door een wens of fantasie. Binnen deze fase leert het kind opnieuw te spelen zonder de pijn en het verdriet van het verlies.

Opnieuw banden smeden

Bij de vierde en laatste fase van het rouwproces moeten we opnieuw leren banden te smeden. Deze fase wordt bereikt wanneer de pijn en het gemis naar de achtergrond zijn verplaatst en niet meer continu aanwezig zijn. Het kan zijn dat kinderen niet meer aan de toekomst zullen denken omdat zij pijn zoals degene die ze net verwerkt hebben niet meer willen ervaren. Hierbij is het belangrijk dat kinderen leren werken aan een toekomst en hierin leren geloven. Soms ontstaat de illusie dat we niet meer mogen lachen en ons niet meer mogen binden aan anderen nadat iemand is overleden. We denken de nagedachtenis te bezoedelen door nieuwe relaties aan te gaan. Een kind moet met de hulp van volwassenen ervaren dat er na een tijd, wanneer het verwerkingsproces voltooid is, ruimte is om nieuwe

banden te smeden. Na deze fase kunnen jongeren iets beter nieuwe mensen toelaten zonder hier een schuldgevoel over te hebben.

Afscheidsrituelen

De afscheidsrituelen die vaak voorkomen zijn de laatste groet en verder de begrafenis of de crematie.

Allereerst lijkt het als naaste van een minderjarige soms moeilijk om de minderjarige mee te laten gaan naar de laatste groet. Zo kan je denken dat een kind dit niet aan kan. Toch kunnen kinderen vaak meer aan dan gedacht wordt. Voor jonge kinderen kan het brengen van een laatste groet ervoor zorgen dat ze beseffen dat iemand gestorven is door het met hun eigen ogen te zien.

Verder kan je kinderen van deze leeftijdscategorie zeker al meenemen naar een afscheidsplichtigheid. Dit kan een begrafenis zijn of een viering na een crematie. Bij een begrafenis of crematie kan je het kind meenemen indien het lang genoeg kan stilzitten. Het is dan belangrijk op voorhand uit te leggen wat het kind kan verwachten, hoe de plechtigheid zal verlopen. Bij deze gebeurtenis kan je het kind betrekken in de voorbereidingen. Zo kan een kind de muziek mee kiezen of tekeningen maken om op de kist te leggen. Indien dit niet kan, kan je een tekenhoekje in de kerk plaatsen voor de aanwezige kinderen. Wanneer het kind nog erg klein is, kan het soms beter zijn thuis een kleine afscheidsceremonie te houden. Soms kan het kind hier meer aan hebben dan aan een grote plechtigheid met veel mensen bij.

Activiteiten voor minderjarigen

Activiteiten voor kinderen van deze leeftijd kunnen tekenen en knutselen zijn. Hierbij kan je ze wat materiaal geven en hun eigen gang laten gaan. Je kan ook gericht iets knutselen samen met het kind. Zo kan je bijvoorbeeld een fotokader knutselen om daarin een foto van de overledene te stoppen en zo een aandenken te creëren.

Al deze activiteiten kunnen eveneens, kort, opgenomen worden in bijgevoegd boekje 'Mijn verdriet'. Hierin is plaats voor tekeningen, herinneringen of een dagboek. Een kind mag hier creatief mee zijn op zijn eigen manier.

Het kan zijn dat kinderen tijdens het teken- en knutselproces plots beginnen praten over wat het overlijden met hen doet en dan weer verder spelen. Dit is normaal en het is goed dat je als nabestaande dan tijd maakt voor het kind om te praten over wat hij wil praten.

Je kan ook uit jezelf beginnen praten over de overledene en wat allemaal leuk was bijvoorbeeld. Door zelf herinneringen op te halen, zullen kinderen zich minder geremd voelen om hetzelfde te doen.

Zes tot negen jaar oud

Slechtnieuwsmelding

Wanneer de politieambtenaar voor je deur stond, werd jij als nabestaande op de hoogte gesteld van een groot verlies. Wanneer er op dat moment kinderen in de buurt waren, kan het zijn dat zij op de hoogte werden gesteld door jou of de politieambtenaar. Het kan echter ook zijn dat er geen kinderen aanwezig waren en jij deze achteraf moet inlichten. Hieronder wordt uitgelegd hoe deze slechtnieuwsmelding op de meest duidelijke manier gebracht kan worden.

Kleuters en kinderen in de eerste drie jaren van het lager onderwijs hebben al meer van de buitenwereld gezien dan jongere kinderen. Daardoor zijn zij minder onderhevig aan het rouwproces en de reacties van hun directe omgeving. Kinderen van vijf tot acht jaar oud beginnen te begrijpen wat de dood werkelijk betekent en dat de dood onomkeerbaar is.

Ze ervaren doodgaan op hun eigen manier en delen de gevoelens die ze ervaren met de buitenwereld. Wanneer ze verdrietig zijn om het verlies dat ze geleden hebben, zullen ze openlijk huilen en tonen aan hun omgeving dat ze lijden onder het verlies. Dat zullen zij echter alleen doen wanneer ze zich veilig genoeg voelen in hun omgeving. Op deze leeftijd zijn kinderen erg bang om als 'baby' beschouwd te worden.

Hoewel zij begrijpen wat de dood inhoudt en dat dit definitief is, hebben zij het idee dat de dood enkel anderen overkomt. Het besef dat het hun geliefden wel kan overkomen komt tegelijk. Zij beseffen dus dat de mensen in hun naaste omgeving kunnen sterven maar beseffen nog niet dat zij zelf ook ooit zullen sterven.

Op deze leeftijd zijn kinderen erg kwetsbaar in verband met omgaan met de dood. Zij beseffen wat de dood inhoudt maar weten niet hoe hiermee om te gaan. Door het magisch denken en het hieraan gekoppeld geloven in sprookjes en verhaaltjes die verteld worden, hebben zij nood aan verklaringen voor alles wat gebeurt. Hiermee gaat vaak een schuldgevoel gepaard. Zo hebben zij misschien ooit iemand 'weggewenst' en zijn zij nu bang dat die persoon nu zal sterven door hun wens. In hun beleving kan dit immers. Ook kunnen zij wensen dat iemand terug tot leven komt en wanneer dit niet lukt kunnen ze zich schuldig voelen omdat ze bijvoorbeeld niet hard genoeg gewenst hebben.

Bij kinderen van deze leeftijd is het belangrijk zo direct mogelijk te zeggen dat iemand overleden is en daarbij heel duidelijk de aanleiding van het overlijden. Kinderen van deze leeftijd kunnen geloven dat zij iets met het overlijden te maken hebben door het magisch denken. Het is belangrijk van in het begin uit te leggen dat de dood door een ziekte, ouderdom of een ongeval komt en dat zij er niets mee te maken kunnen hebben. Ook is het bij deze leeftijd belangrijk te duiden dat mensen niet meer terug tot leven kunnen komen, ongeacht hoe graag ze dat willen.

Hoe kijken kinderen naar de dood?

Kinderen die naar de lagere school gaan, beginnen te beseffen dat de dood onomkeerbaar is. Doordat ze zich eveneens bewust worden van hun eigen sterfelijkheid, kunnen ze zich onveilig voelen. Daarom hebben ze een

geruststellende, ondersteunende omgeving nodig. Op deze leeftijd is het niet abnormaal voor kinderen om fobieën te ontwikkelen. Ook worden zij soms erg bezitterig aangezien ze dan meer zekerheid hebben dat iets niet zal weggaan. Ze kunnen eveneens concentratiemoeilijkheden krijgen door het verdriet. Zij zullen het ook moeilijk vinden om hun gevoelens om te zetten naar woorden. Kindjes tussen zes en negen jaar oud ervaren vaker psychosomatische klachten zoals hoofdpijn en buikpijn.

Het rouwproces bij kinderen

Realiteit begrijpen

De eerste fase is het verlies onder ogen zien en het aanvaarden van de realiteit. Als het kind blijft geloven dat de persoon nog zal terugkomen is er geen reden tot rouwen en zal er niet gerouwd worden. Het is belangrijk dat kinderen ervaren dat de overledene echt gestorven is. Dit kan door hen te betrekken bij het afscheid nemen. Dit houdt het groeten van de overledene in en het meegaan naar de begrafenis of crematie. Dit besef komt pas wanneer de jongere zich veilig voelt in zijn omgeving. De kinderen hebben nood aan aandacht in deze moeilijke fase. Het is belangrijk de jongeren vragen te laten stellen en hun gevoelens te laten uiten, dit helpt om de dood te verduidelijken. Het is tevens belangrijk de volledige waarheid tegen kinderen te vertellen. Wanneer ze zelf iets dienen te verzinnen, is dit doorgaans veel erger dan de realiteit. Als er een verklaring is, is het aanvaarden makkelijker. Soms lijkt het alsof een jongere op het eerste moment vooral bezorgd is om zijn eigen gemak en om het doorlopen van het dagelijkse leven. Het lijkt op dat moment alsof het kind niet voelt maar eigenlijk stelt het zijn rouwproces uit totdat het zich veilig voelt. Zolang het besef dat de overledene gestorven is er niet is, kunnen zij niet verder naar de volgende rouwfase.

Voelen van de pijn

De tweede fase komt na het besef van het verlies en houdt het voelen van de pijn in. Het is belangrijk in deze fase dat een kind zijn gevoelens de vrije loop kan laten. Kinderen voelen het verlies zowel lichamelijk als emotioneel. Wanneer het verdriet verdrongen wordt, komt het later terug in de vorm van kwaaltjes zoals hoofdpijn en slaapproblemen. Je kan een kind dus best verdrietig laten zijn en praten over dit verdriet in plaats van plezierige afleiding te zoeken. Het is eveneens belangrijk als volwassene je gevoelens te tonen aan kinderen. Zo weten zij dat hun gevoelens geuit mogen worden waarna ze dit makkelijker zullen doen. Volwassenen kunnen de pijn en het verdriet niet overnemen maar ze kunnen jongeren wel leren dat pijn en verdriet bij het leven horen.

Leren leven zonder de overledene

De derde fase is het leren leven zonder de overledene. Dit moment biedt zich aan wanneer de draad van het leven weer opgepikt moet worden. Bij het verderzetten van het dagelijkse leven dienen goede en slechte herinneringen meegenomen te worden. Kinderen moeten getoond worden dat herinneringen aan de overledene een ruimte krijgen en er mogen zijn. Op die manier kunnen zij hun verlies een plaats geven. Wanneer kinderen dit moeten doen, kan best besproken worden met een volwassene hoe dit zal verlopen. Binnen deze fase komen de schuldgevoelens bij kinderen op. Zo hebben zij iemand misschien toevallig weg gewenst en zijn zij nu bang dat het overlijden door hun toedoen is. Hierbij is het belangrijk dat

kinderen weten dat dit niet kan gebeuren door een wens of fantasie. Binnen deze fase leert het kind opnieuw te spelen zonder de pijn en het verdriet van het verlies.

Opnieuw banden smeden

Bij de vierde en laatste fase van het rouwproces moeten we opnieuw leren banden te smeden. Deze fase wordt bereikt wanneer de pijn en het gemis naar de achtergrond zijn verplaatst en niet meer continu aanwezig zijn. Het kan zijn dat kinderen niet meer aan de toekomst zullen denken omdat zij pijn zoals degene die ze net verwerkt hebben niet meer willen ervaren. Hierbij is het belangrijk dat kinderen leren werken aan een toekomst en hierin leren geloven. Soms ontstaat de illusie dat we niet meer mogen lachen en ons niet meer mogen binden aan anderen nadat iemand is overleden. We denken de nagedachtenis te bezoedelen door nieuwe relaties aan te gaan. Een kind moet met de hulp van volwassenen ervaren dat er na een tijd, wanneer het verwerkingsproces voltooid is, ruimte is om nieuwe banden te smeden. Na deze fase kunnen jongeren iets beter nieuwe mensen toelaten zonder hier een schuldgevoel over te hebben.

Afscheidsrituelen

De afscheidsrituelen die vaak voorkomen zijn de laatste groet en verder de begrafenis of de crematie.

Allereerst lijkt het als naaste van een minderjarige soms moeilijk om de minderjarige mee te laten gaan naar de laatste groet. Zo kan je denken dat een kind dit niet aan kan. Toch kunnen kinderen vaak meer aan dan gedacht wordt. Voor jonge kinderen kan het brengen van een laatste groet ervoor zorgen dat ze beseffen dat iemand gestorven is door het met hun eigen ogen te zien.

Verder kan je kinderen van deze leeftijdscategorie zeker al meenemen naar een afscheidsplechtigheid. Dit kan een begrafenis zijn of een viering na een crematie. Bij een begrafenis of crematie kan je het kind meenemen indien het lang genoeg kan stilzitten. Het is dan belangrijk op voorhand uit te leggen wat het kind kan verwachten, hoe de plechtigheid zal verlopen. Bij deze gebeurtenis kan je het kind betrekken in de voorbereidingen. Zo kan een kind de muziek mee kiezen of tekeningen maken om op de kist te leggen. Indien dit niet kan, kan je een tekenhoekje in de kerk plaatsen voor de aanwezige kinderen. Wanneer het kind nog erg klein is, kan het soms beter zijn thuis een kleine afscheidsceremonie te houden. Soms kan het kind hier meer aan hebben dan aan een grote plechtigheid met veel mensen bij.

Activiteiten voor minderjarigen

Activiteiten voor kinderen van deze leeftijd kunnen tekenen en knutselen zijn. Hierbij kan je ze wat materiaal geven en hun eigen gang laten gaan. Je kan ook gericht iets knutselen samen met het kind. Zo kan je bijvoorbeeld een fotokader knutselen om daarin een foto van de overledene te stoppen en zo een aandenken te creëren.

Het kan zijn dat kinderen tijdens het teken- en knutselproces plots beginnen praten over wat het overlijden met hen doet en dan weer verder spelen. Dit is normaal en het is goed dat je als nabestaande dan tijd maakt voor het kind om te praten over wat hij wil praten.

Daarnaast kan je het kind ook aanzetten een dagboek te beginnen, als hij dit nog niet had. Hierin kan hij dingen opschrijven die hem bezighouden maar waarvan hij het moeilijk vindt om erover te praten. Je kan dan ook de tijd nemen om af en toe aan het kind te vragen of er iets is, misschien uit het dagboek, waar hij over wil praten. Al deze activiteiten kunnen eveneens, kort, opgenomen worden in bijgevoegd boekje 'Mijn verdriet'. Hierin is plaats voor tekeningen, herinneringen of een dagboek. Een kind mag hier creatief mee zijn op zijn eigen manier.

Je kan ook uit jezelf beginnen praten over de overledene en wat allemaal leuk was bijvoorbeeld. Door zelf herinneringen op te halen, zullen kinderen zich minder geremd voelen om hetzelfde te doen.

Negen tot twaalf jaar oud

Slechtnieuwsmelding

Wanneer de politieambtenaar voor je deur stond, werd jij als nabestaande op de hoogte gesteld van een groot verlies. Wanneer er op dat moment kinderen in de buurt waren, kan het zijn dat zij op de hoogte werden gesteld door jou of de politieambtenaar. Het kan echter ook zijn dat er geen kinderen aanwezig waren en jij deze achteraf moet inlichten. Hieronder wordt uitgelegd hoe deze slechtnieuwsmelding op de meest duidelijke manier gebracht kan worden.

Lagereschoolkinderen van ongeveer negen tot twaalf jaar oud, zijn door de dagelijkse interactie met ander kinderen en personen op school minder afhankelijk van de volwassenen rondom hen bij het denken over de dood. Zij hebben met hun leeftijdsgenoten een hele leefwereld naast het gezinsgebeuren opgebouwd. Kinderen op deze leeftijd hebben een erg realistische kijk op de dood. Zij beseffen dat iedereen kan doodgaan, inclusief zichzelf. Zij proberen in deze leeftijdsfase vaak een eigen manier te vinden bij het omgaan met de dood en verlies. Zij zoeken naar een eigen manier om het verlies te verwerken. Ondanks de grote zelfstandigheid bij dit hele gebeuren hebben zij zeker mensen nodig om op te steunen wanneer het wat moeilijker gaat.

Bij kinderen van deze leeftijd is het belangrijk zo direct mogelijk te vertellen dat iemand overleden is en wat de aanleiding van dit overlijden is. Voor de rest zullen zij zelf een manier zoeken om te rouwen. Daarbij is het belangrijk dat je hen ondersteunt waar zij dit wensen en dat je klaarstaat wanneer ze je nodig hebben.

Hoe kijken kinderen naar de dood?

Jonge kinderen, in de laatste jaren van de lagere school, zijn vaak gefascineerd door de dood. Daardoor stellen ze veel vragen. Het antwoord is niet het belangrijkste aspect van het vragenstellen, maar wel de ruimte om de vragen te stellen. Deze kinderen begrijpen de dood doordat ze het gemis ervaren, hoewel ze nog niet voortdurend met het verlies bezig zijn. In vele gevallen willen kinderen van deze leeftijd de begrafenis bijwonen en onderdrukken ze hun eigen pijn en verdriet om anderen te beschermen. Na een bepaalde periode gaan ze meestal door met hun gewone leven. Deze tieners hebben, net als kinderen van zes tot tien jaar oud, meer kans op psychosomatische klachten.

Het rouwproces bij kinderen

Realiteit begrijpen

De eerste fase is het verlies onder ogen zien en het aanvaarden van de realiteit. Als het kind blijft geloven dat de persoon nog zal terugkomen is er geen reden tot rouwen en zal er niet gerouwd worden. Het is belangrijk dat kinderen ervaren dat de overledene echt gestorven is. Dit kan door hen te betrekken bij het afscheid nemen. Dit houdt het groeten van de overledene in en het meegaan naar de begrafenis of crematie. Dit besef komt pas wanneer de jongere zich veilig voelt in zijn omgeving. De kinderen hebben nood aan aandacht in deze moeilijke fase. Het is belangrijk de jongeren vragen te laten stellen en hun gevoelens te laten uiten, dit helpt om de dood te verduidelijken. Het is tevens belangrijk de volledige waarheid

tegen kinderen te vertellen. Wanneer ze zelf iets dienen te verzinnen, is dit doorgaans veel erger dan de realiteit. Als er een verklaring is, is het aanvaarden makkelijker. Soms lijkt het alsof een jongere op het eerste moment vooral bezorgd is om zijn eigen gemak en om het doorlopen van het dagelijkse leven. Het lijkt op dat moment alsof het kind niet voelt maar eigenlijk stelt het zijn rouwproces uit totdat het zich veilig voelt. Zolang het beseft dat de overledene gestorven is er niet is, kunnen zij niet verder naar de volgende rouwfase.

Voelen van de pijn

De tweede fase komt na het beseft van het verlies en houdt het voelen van de pijn in. Het is belangrijk in deze fase dat een kind zijn gevoelens de vrije loop kan laten. Kinderen voelen het verlies zowel lichamelijk als emotioneel. Wanneer het verdriet verdrongen wordt, komt het later terug in de vorm van kwaaltjes zoals hoofdpijn en slaapproblemen. Je kan een kind dus best verdrietig laten zijn en praten over dit verdriet in plaats van plezierige afleiding te zoeken. Het is eveneens belangrijk als volwassene je gevoelens te tonen aan kinderen. Zo weten zij dat hun gevoelens geuit mogen worden waarna ze dit makkelijker zullen doen. Volwassenen kunnen de pijn en het verdriet niet overnemen maar ze kunnen jongeren wel leren dat pijn en verdriet bij het leven horen.

Leren leven zonder de overledene

De derde fase is het leren leven zonder de overledene. Dit moment biedt zich aan wanneer de draad van het leven weer opgepikt moet worden. Bij het verderzetten van het dagelijkse leven dienen goede en slechte herinneringen meegenomen te worden. Kinderen moeten getoond worden dat herinneringen aan de overledene een ruimte krijgen en er mogen zijn. Op die manier kunnen zij hun verlies een plaats geven. Wanneer kinderen dit moeten doen, kan best besproken worden met een volwassene hoe dit zal verlopen. Binnen deze fase komen de schuldgevoelens bij kinderen op. Zo hebben zij iemand misschien toevallig weg gewenst en zijn zij nu bang dat het overlijden door hun toedoen is. Hierbij is het belangrijk dat kinderen weten dat dit niet kan gebeuren door een wens of fantasie. Binnen deze fase leert het kind opnieuw te spelen zonder de pijn en het verdriet van het verlies.

Opnieuw banden smeden

Bij de vierde en laatste fase van het rouwproces moeten we opnieuw leren banden te smeden. Deze fase wordt bereikt wanneer de pijn en het gemis naar de achtergrond zijn verplaatst en niet meer continu aanwezig zijn. Het kan zijn dat kinderen niet meer aan de toekomst zullen denken omdat zij pijn zoals degene die ze net verwerkt hebben niet meer willen ervaren. Hierbij is het belangrijk dat kinderen leren werken aan een toekomst en hierin leren geloven. Soms ontstaat de illusie dat we niet meer mogen lachen en ons niet meer mogen binden aan anderen nadat iemand is overleden. We denken de nagedachtenis te bezoedelen door nieuwe relaties aan te gaan. Een kind moet met de hulp van volwassenen ervaren dat er na een tijd, wanneer het verwerkingsproces voltooid is, ruimte is om nieuwe banden te smeden. Na deze fase kunnen jongeren iets beter nieuwe mensen toelaten zonder hier een schuldgevoel over te hebben.

Afscheidsrituelen

De afscheidsrituelen die vaak voorkomen zijn de laatste groet en verder de begrafenis of de crematie.

Allereerst lijkt het als naaste van een minderjarige soms moeilijk om de minderjarige mee te laten gaan naar de laatste groet. Zo kan je denken dat een kind dit niet aan kan. Toch kunnen kinderen vaak meer aan dan gedacht wordt. Voor jonge kinderen kan het brengen van een laatste groet ervoor zorgen dat ze beseffen dat iemand gestorven is door het met hun eigen ogen te zien.

Verder kan je kinderen van deze leeftijdscategorie zeker al meenemen naar een afscheidsplechtigheid. Dit kan een begrafenis zijn of een viering na een crematie. Bij een begrafenis of crematie kan je het kind meenemen indien het lang genoeg kan stilzitten. Het is dan belangrijk op voorhand uit te leggen wat het kind kan verwachten, hoe de plechtigheid zal verlopen. Bij deze gebeurtenis kan je het kind betrekken in de voorbereidingen. Zo kan een kind de muziek mee kiezen of tekeningen maken om op de kist te leggen. Indien dit niet kan, kan je een tekenhoekje in de kerk plaatsen voor de aanwezige kinderen. Wanneer het kind nog erg klein is, kan het soms beter zijn thuis een kleine afscheidsceremonie te houden. Soms kan het kind hier meer aan hebben dan aan een grote plechtigheid met veel mensen bij.

Activiteiten

Activiteiten voor kinderen van deze leeftijd kunnen tekenen en knutselen zijn. Hierbij kan je ze wat materiaal geven en hun eigen gang laten gaan. Je kan ook gericht iets knutselen samen met het kind. Zo kan je bijvoorbeeld een fotokader knutselen om daarin een foto van de overledene te stoppen en zo een aandenken te creëren.

Het kan zijn dat kinderen tijdens het teken- en knutselproces plots beginnen praten over wat het overlijden met hen doet en dan weer verder spelen. Dit is normaal en het is goed dat je als nabestaande dan tijd maakt voor het kind om te praten over wat hij wil praten.

Daarnaast kan je het kind ook aanzetten een dagboek te beginnen, als hij dit nog niet had. Hierin kan hij dingen opschrijven die hem bezighouden maar waarvan hij het moeilijk vindt om erover te praten. Je kan dan ook de tijd nemen om af en toe aan het kind te vragen of er iets is, misschien uit het dagboek, waar hij over wil praten. Al deze activiteiten kunnen eveneens, kort, opgenomen worden in bijgevoegd boekje 'Mijn verdriet'. Hierin is plaats voor tekeningen, herinneringen of een dagboek. Een kind mag hier creatief mee zijn op zijn eigen manier.

Je kan ook uit jezelf beginnen praten over de overledene en wat allemaal leuk was bijvoorbeeld. Door zelf herinneringen op te halen, zullen kinderen zich minder geremd voelen om hetzelfde te doen.

Twaalf tot veertien jaar oud

Slechtnieuwsmelding

Wanneer de politieambtenaar voor je deur stond, werd jij als nabestaande op de hoogte gesteld van een groot verlies. Wanneer er op dat moment kinderen in de buurt waren, kan het zijn dat zij op de hoogte werden gesteld door jou of de politieambtenaar. Het kan echter ook zijn dat er geen kinderen aanwezig waren en jij deze achteraf moet inlichten. Hieronder wordt uitgelegd hoe deze slechtnieuwsmelding op de meest duidelijke manier gebracht kan worden.

Bij kinderen van elf jaar tot veertien jaar oud is het moeilijker om in te schatten hoe zij op verlies reageren. Sommige kinderen beleven de dood en rouwen zoals lagereschoolkinderen van de leeftijdscategorie negen tot elf. Zij zoeken dus erg naar een eigen manier om te rouwen en hebben hierbij nood aan een vangnet wanneer dit even niet meer lukt. Andere kinderen zitten in de prepuberteit en leunen met hun verwerkingsstrategie dichter aan tegen die van de jongeren van veertien tot achttien jaar. In dit stadium is het belangrijk om na te gaan in welk stadium het kind in kwestie zit en om de omgang met dit kind aan te passen aan die leeftijdscategorie.

Hoe kijken kinderen naar de dood?

Jonge kinderen, in de laatste jaren van de lagere school, zijn vaak gefascineerd door de dood. Daardoor stellen ze veel vragen. Het antwoord is niet het belangrijkste aspect van het vragenstellen, maar wel de ruimte om de vragen te stellen. Deze kinderen begrijpen de dood doordat ze het gemis ervaren, hoewel ze nog niet voortdurend met het verlies bezig zijn. In vele gevallen willen kinderen van deze leeftijd de begrafenis bijwonen en onderdrukken ze hun eigen pijn en verdriet om anderen te beschermen. Na een bepaalde periode gaan ze meestal door met hun gewone leven. Deze tieners hebben, net als kinderen van zes tot tien jaar oud, meer kans op psychosomatische klachten.

Het rouwproces bij kinderen

Realiteit begrijpen

De eerste fase is het verlies onder ogen zien en het aanvaarden van de realiteit. Als het kind blijft geloven dat de persoon nog zal terugkomen is er geen reden tot rouwen en zal er niet gerouwd worden. Het is belangrijk dat kinderen ervaren dat de overledene echt gestorven is. Dit kan door hen te betrekken bij het afscheid nemen. Dit houdt het groeten van de overledene in en het meegaan naar de begrafenis of crematie. Dit besef komt pas wanneer de jongere zich veilig voelt in zijn omgeving. De kinderen hebben nood aan aandacht in deze moeilijke fase. Het is belangrijk de jongeren vragen te laten stellen en hun gevoelens te laten uiten, dit helpt om de dood te verduidelijken. Het is tevens belangrijk de volledige waarheid tegen kinderen te vertellen. Wanneer ze zelf iets dienen te verzinnen, is dit doorgaans veel erger dan de realiteit. Als er een verklaring is, is het aanvaarden makkelijker. Soms lijkt het alsof een jongere op het eerste moment vooral bezorgd is om zijn eigen gemak en om het doorlopen van het dagelijkse leven. Het lijkt op dat moment alsof het kind niet voelt maar eigenlijk stelt het zijn rouwproces uit

totdat het zich veilig voelt. Zolang het besef dat de overledene gestorven is er niet is, kunnen zij niet verder naar de volgende rouwfase.

Voelen van de pijn

De tweede fase komt na het besef van het verlies en houdt het voelen van de pijn in. Het is belangrijk in deze fase dat een kind zijn gevoelens de vrije loop kan laten. Kinderen voelen het verlies zowel lichamelijk als emotioneel. Wanneer het verdriet verdrongen wordt, komt het later terug in de vorm van kwaaltjes zoals hoofdpijn en slaapproblemen. Je kan een kind dus best verdrietig laten zijn en praten over dit verdriet in plaats van plezierige afleiding te zoeken. Het is eveneens belangrijk als volwassene je gevoelens te tonen aan kinderen. Zo weten zij dat hun gevoelens geuit mogen worden waarna ze dit makkelijker zullen doen. Volwassenen kunnen de pijn en het verdriet niet overnemen maar ze kunnen jongeren wel leren dat pijn en verdriet bij het leven horen.

Leren leven zonder de overledene

De derde fase is het leren leven zonder de overledene. Dit moment biedt zich aan wanneer de draad van het leven weer opgepikt moet worden. Bij het verderzetten van het dagelijkse leven dienen goede en slechte herinneringen meegenomen te worden. Kinderen moeten getoond worden dat herinneringen aan de overledene een ruimte krijgen en er mogen zijn. Op die manier kunnen zij hun verlies een plaats geven. Wanneer kinderen dit moeten doen, kan best besproken worden met een volwassene hoe dit zal verlopen. Binnen deze fase komen de schuldgevoelens bij kinderen op. Zo hebben zij iemand misschien toevallig weg gewenst en zijn zij nu bang dat het overlijden door hun toedoen is. Hierbij is het belangrijk dat kinderen weten dat dit niet kan gebeuren door een wens of fantasie. Binnen deze fase leert het kind opnieuw te spelen zonder de pijn en het verdriet van het verlies.

Opnieuw banden smeden

Bij de vierde en laatste fase van het rouwproces moeten we opnieuw leren banden te smeden. Deze fase wordt bereikt wanneer de pijn en het gemis naar de achtergrond zijn verplaatst en niet meer continu aanwezig zijn. Het kan zijn dat kinderen niet meer aan de toekomst zullen denken omdat zij pijn zoals degene die ze net verwerkt hebben niet meer willen ervaren. Hierbij is het belangrijk dat kinderen leren werken aan een toekomst en hierin leren geloven. Soms ontstaat de illusie dat we niet meer mogen lachen en ons niet meer mogen binden aan anderen nadat iemand is overleden. We denken de nagedachtenis te bezoedelen door nieuwe relaties aan te gaan. Een kind moet met de hulp van volwassenen ervaren dat er na een tijd, wanneer het verwerkingsproces voltooid is, ruimte is om nieuwe banden te smeden. Na deze fase kunnen jongeren iets beter nieuwe mensen toelaten zonder hier een schuldgevoel over te hebben.

Afscheidsrituelen

De afscheidsrituelen die vaak voorkomen zijn de laatste groet en verder de begrafenis of de crematie.

Allereerst lijkt het als naaste van een minderjarige soms moeilijk om de minderjarige mee te laten gaan naar de laatste groet. Zo kan je denken dat een

kind dit niet aan kan. Toch kunnen kinderen vaak meer aan dan gedacht wordt. Voor jonge kinderen kan het brengen van een laatste groet ervoor zorgen dat ze beseffen dat iemand gestorven is door het met hun eigen ogen te zien.

Verder kan je kinderen van deze leeftijdscategorie zeker al meenemen naar een afscheidsplechtigheid. Dit kan een begrafenis zijn of een viering na een crematie. Bij een begrafenis of crematie kan je het kind meenemen indien het lang genoeg kan stilzitten. Het is dan belangrijk op voorhand uit te leggen wat het kind kan verwachten, hoe de plechtigheid zal verlopen. Bij deze gebeurtenis kan je het kind betrekken in de voorbereidingen. Zo kan een kind de muziek mee kiezen of tekeningen maken om op de kist te leggen. Indien dit niet kan, kan je een tekenhoekje in de kerk plaatsen voor de aanwezige kinderen. Wanneer het kind nog erg klein is, kan het soms beter zijn thuis een kleine afscheidsceremonie te houden. Soms kan het kind hier meer aan hebben dan aan een grote plechtigheid met veel mensen bij.

Activiteiten

Afhankelijk van welke leeftijdsfase het dichtst aanleunt bij de jongere, kan u teruggrijpen naar de activiteiten bij de vorige of volgende leeftijdsfase.

Veertien tot achttien jaar oud

Slechtnieuwsmelding

Wanneer de politieambtenaar voor je deur stond, werd jij als nabestaande op de hoogte gesteld van een groot verlies. Wanneer er op dat moment kinderen in de buurt waren, kan het zijn dat zij op de hoogte werden gesteld door jou of de politieambtenaar. Het kan echter ook zijn dat er geen kinderen aanwezig waren en jij deze achteraf moet inlichten. Hieronder wordt uitgelegd hoe deze slechtnieuwsmelding op de meest duidelijke manier gebracht kan worden.

Jongeren van veertien tot achttien jaar oud beseffen erg goed wat de dood inhoudt en wat 'dood zijn' betekent. Zij hebben reeds een erg volwassen beeld over de dood. Toch richt dit besef zich meer op anderen, buiten hun omgeving. Ze verdringen het idee dat iemand uit hun directe omgeving kan sterven en vooral dat ze zelf zouden kunnen sterven. Jongeren van deze leeftijd zitten volop in de puberteit en zijn dus volop aan het zoeken naar hun eigen identiteit. Om deze zoektocht niet in het gedrang te brengen, maken ze soms geen tijd om te rouwen. Ze zijn eveneens bang dat ze, wanneer ze hun emoties van verdriet zouden uiten en tonen, afgekraakt zouden worden door hun leeftijdsgenoten. Daarom laten jongeren het rouwen niet altijd toe. Daarom is het belangrijk dat ze volwassenen naast zich hebben staan die zij vertrouwen en waarbij ze met deze gevoelens wel terecht kunnen. Wanneer ze voelen en zien dat volwassenen ook verdriet hebben en rouwen, zullen ze dit sneller toelaten.

Bij jongeren van deze leeftijd is het belangrijk dat er zo duidelijk en direct mogelijk gezegd wordt wie er overleden is en wat de aanleiding tot dit overlijden is. Daarnaast is het belangrijk om aan deze jongeren mee te geven dat verdriet normaal is en dat ze dit mogen tonen. Als nabestaande is het belangrijk klaar te staan voor de jongere wanneer deze je nodig heeft. Hoe ouder kinderen worden, hoe zelfstandiger ze verdriet proberen te verwerken op hun eigen manier. Dit wil niet zeggen dat ze geen volwassene, geen vertrouwenspersoon naast zich nodig hebben. (S.N., 2004)

Hoe kijken kinderen naar de dood?

Pubers beseffen dat de dood onomkeerbaar is en dat het iedereen overkomt. Ze weten dat iedereen, inclusief zichzelf, zal sterven maar zien dit pas gebeuren in een verre toekomst. Ze willen het verlies doorgaans zelfstandig verwerken, maar zoeken veiligheid en bescherming op bij vertrouwenspersonen. Deze vinden ze vaak in hun minderjarige vriendenkring, omdat ze comfortabeler met vrienden kunnen praten over gevoelens. Wanneer kinderen zich isoleren moet er ingegrepen worden want dat duidt op een problematisch rouwproces. De gevaren bij pubers zijn middelenmisbruik. Kinderen van deze leeftijd hebben namelijk meer kans op drank- of drugsmisbruik en verhoogde seksuele activiteit. Risicovol en grensverleggend gedrag is veelvoorkomend bij jongeren van deze leeftijd.

Het rouwproces bij kinderen

Realiteit begrijpen

De eerste fase is het verlies onder ogen zien en het aanvaarden van de realiteit. Als het kind blijft geloven dat de persoon nog zal terugkomen is er geen reden tot rouwen en zal er niet gerouwd worden. Het is belangrijk dat kinderen ervaren dat de overledene echt gestorven is. Dit kan door hen te betrekken bij het afscheid nemen. Dit houdt het groeten van de overledene in en het meegaan naar de begrafenis of crematie. Dit besef komt pas wanneer de jongere zich veilig voelt in zijn omgeving. De kinderen hebben nood aan aandacht in deze moeilijke fase. Het is belangrijk de jongeren vragen te laten stellen en hun gevoelens te laten uiten, dit helpt om de dood te verduidelijken. Het is tevens belangrijk de volledige waarheid tegen kinderen te vertellen. Wanneer ze zelf iets dienen te verzinnen, is dit doorgaans veel erger dan de realiteit. Als er een verklaring is, is het aanvaarden makkelijker. Soms lijkt het alsof een jongere op het eerste moment vooral bezorgd is om zijn eigen gemak en om het doorlopen van het dagelijkse leven. Het lijkt op dat moment alsof het kind niet voelt maar eigenlijk stelt het zijn rouwproces uit totdat het zich veilig voelt. Zolang het besef dat de overledene gestorven is er niet is, kunnen zij niet verder naar de volgende rouwfase.

Voelen van de pijn

De tweede fase komt na het besef van het verlies en houdt het voelen van de pijn in. Het is belangrijk in deze fase dat een kind zijn gevoelens de vrije loop kan laten. Kinderen voelen het verlies zowel lichamelijk als emotioneel. Wanneer het verdriet verdrongen wordt, komt het later terug in de vorm van kwaaltjes zoals hoofdpijn en slaapproblemen. Je kan een kind dus best verdrietig laten zijn en praten over dit verdriet in plaats van plezierige afleiding te zoeken. Het is eveneens belangrijk als volwassene je gevoelens te tonen aan kinderen. Zo weten zij dat hun gevoelens geuit mogen worden waarna ze dit makkelijker zullen doen. Volwassenen kunnen de pijn en het verdriet niet overnemen maar ze kunnen jongeren wel leren dat pijn en verdriet bij het leven horen.

Leren leven zonder de overledene

De derde fase is het leren leven zonder de overledene. Dit moment biedt zich aan wanneer de draad van het leven weer opgepikt moet worden. Bij het verderzetten van het dagelijkse leven dienen goede en slechte herinneringen meegenomen te worden. Kinderen moeten getoond worden dat herinneringen aan de overledene een ruimte krijgen en er mogen zijn. Op die manier kunnen zij hun verlies een plaats geven. Wanneer kinderen dit moeten doen, kan best besproken worden met een volwassene hoe dit zal verlopen. Binnen deze fase komen de schuldgevoelens bij kinderen op. Zo hebben zij iemand misschien toevallig weg gewenst en zijn zij nu bang dat het overlijden door hun toedoen is. Hierbij is het belangrijk dat kinderen weten dat dit niet kan gebeuren door een wens of fantasie. Binnen deze fase leert het kind opnieuw te spelen zonder de pijn en het verdriet van het verlies.

Opnieuw banden smeden

Bij de vierde en laatste fase van het rouwproces moeten we opnieuw leren banden te smeden. Deze fase wordt bereikt wanneer de pijn en het gemis naar de achtergrond zijn verplaatst en niet meer continu aanwezig zijn. Het kan zijn dat kinderen niet meer aan de toekomst zullen denken omdat zij pijn zoals degene die ze net verwerkt hebben niet meer willen ervaren. Hierbij is het belangrijk dat kinderen leren werken aan een toekomst en hierin leren geloven. Soms ontstaat de illusie dat we niet meer mogen lachen en ons niet meer mogen binden aan anderen

nadat iemand is overleden. We denken de nagedachtenis te bezoedelen door nieuwe relaties aan te gaan. Een kind moet met de hulp van volwassenen ervaren dat er na een tijd, wanneer het verwerkingsproces voltooid is, ruimte is om nieuwe banden te smeden. Na deze fase kunnen jongeren iets beter nieuwe mensen toelaten zonder hier een schuldgevoel over te hebben.

Afscheidsrituelen

De afscheidsrituelen die vaak voorkomen zijn de laatste groet en verder de begrafenis of de crematie.

Allereerst lijkt het als naaste van een minderjarige soms moeilijk om de minderjarige mee te laten gaan naar de laatste groet. Zo kan je denken dat een kind dit niet aan kan. Toch kunnen kinderen vaak meer aan dan gedacht wordt. Voor jonge kinderen kan het brengen van een laatste groet ervoor zorgen dat ze beseffen dat iemand gestorven is door het met hun eigen ogen te zien.

Verder kan je kinderen van deze leeftijdscategorie zeker al meenemen naar een afscheidsplechtigheid. Dit kan een begrafenis zijn of een viering na een crematie. Bij een begrafenis of crematie kan je het kind meenemen indien het lang genoeg kan stilzitten. Het is dan belangrijk op voorhand uit te leggen wat het kind kan verwachten, hoe de plechtigheid zal verlopen. Bij deze gebeurtenis kan je het kind betrekken in de voorbereidingen. Zo kan een kind de muziek mee kiezen of tekeningen maken om op de kist te leggen. Indien dit niet kan, kan je een tekenhoekje in de kerk plaatsen voor de aanwezige kinderen. Wanneer het kind nog erg klein is, kan het soms beter zijn thuis een kleine afscheidsceremonie te houden. Soms kan het kind hier meer aan hebben dan aan een grote plechtigheid met veel mensen bij.

Activiteiten

Activiteiten gericht op deze leeftijdsfase zijn het schrijven van gedachten en gevoelens in een dagboek. Hierin kan hij dingen opschrijven die hem bezighouden maar waarvan hij het moeilijk vindt om erover te praten. Je kan dan ook de tijd nemen om af en toe aan de jongere te vragen of er iets is, misschien uit het dagboek, waar hij over wil praten. Al deze activiteiten kunnen eveneens, kort, opgenomen worden in bijgevoegd boekje 'Mijn verdriet'. Hierin is plaats voor tekeningen, herinneringen of een dagboek. Een kind mag hier creatief mee zijn op zijn eigen manier.

Je kan ook uit jezelf beginnen praten over de overledene en wat allemaal leuk was bijvoorbeeld. Door zelf herinneringen op te halen, zullen kinderen zich minder geremd voelen om hetzelfde te doen.

Vermits de jongere vaker naar leeftijdsgenoten zal gaan bij het verwerken van het verlies, kan je de jongere aansporen om vaak samen te komen bij andere leeftijdsgenoten.