

# Rouwprotocol Kinderdagverblijf De Guppies

KDV

VSO

BSO

1



Inhoudsopgave	
Inleiding .....	3
Verdriet en rouw .....	4
Een ernstig ziek kind .....	4
Rouw bij overlijden .....	4
Eigen rouwproces .....	5
Manier van denken .....	6
Uitgestelde rouw .....	6
Rouwen is nooit klaar .....	7
Emoties die kunnen spelen bij kinderen in een rouwproces .....	7
Invloed op gedrag .....	9
Mogelijke gedragsveranderingen .....	9
Wat kun je doen voor een kind op de groep .....	10
Het bericht .....	11
Literatuurlijst .....	12

## Inleiding

Kinderen, pedagogisch medewerkers, de eigenaar van het kinderdagverblijf en huishoudelijk personeel van een kinderdagverblijf vormen met elkaar een gemeenschap.

Als iemand uit die gemeenschap een ernstige ongeneeslijke ziekte krijgt of overlijdt, dan kan dat de hele gemeenschap raken. Dit protocol is bestemd voor het omgaan na het verliezen van een kind, een dierbare of ouder/verzorger. Hopelijk gaat het niet vaak voorkomen op het kinderdagverblijf. Natuurlijk volgen we de wensen en behoeften op van de kinderen, ouders/verzorgers aangezien ieder het op zijn eigen manier wilt doen.

De rol van de kinderen is natuurlijk afhankelijk van hun leeftijd, maar zeker ook jonge kinderen maken het bewuster mee dan er vaak gedacht wordt.

## Verdriet en rouw

Als je op een kinderdagverblijf met verdriet en rouw te maken krijgt, dan moet je het doen met de basis die er al is. Daarom is het van belang om het thema verdriet en rouw niet uit de weg te gaan, ook als er niks ernstigs aan de hand is. Kinderen kunnen door verschillende oorzaken een proces van rouw en verdriet doormaken.

Dit kan in onze ogen iets relatief kleins zijn, bijvoorbeeld het verliezen van een lievelingsknuffel of het overlijden van een huisdier, maar er zijn ook kinderen die op jonge leeftijd al ingrijpende gebeurtenissen meemaken zoals een scheiding van ouders en het overlijden van dierbare personen. Het is belangrijk dat er vrij over kan worden gesproken. Het is van belang dat pedagogisch medewerkers weten wat kinderen voor ideeën kunnen hebben over de dood.

## Een ernstig ziek kind

Behalve met een onverwacht overlijden, kan het kinderdagverblijf ook het bericht ontvangen dat een kind ernstig (ongeneeslijk) ziek is. Laat zolang dat kan het kind binnen de groep zo normaal mogelijk meedoen. Geen eisen meer stellen, omdat dat 'zelig' zou zijn, betekent tegelijkertijd het kind 'opgeven'. Ook als het kind niet meer op de groep kan komen, blijft het contact met het kinderdagverblijf belangrijk.

Veel kinderen willen gewoon naar het kinderdagverblijf komen. De ouders van het betreffende kind kunnen aangeven wat wenselijk en mogelijk is. Welke informatie wordt verstrekt aan de andere ouders en eventueel de kinderen, welke juist niet, waar moet rekening mee worden gehouden. Een goed contact met ouders zal bij het kinderdagverblijf bijdragen aan het vertrouwen in eigen kracht en intuïtie om ook in zeer moeilijke omstandigheden de juiste weg te bewandelen.

## Rouw bij overlijden

Ieder kind gaat ervan uit dat de mensen om hem of haar heen lang en gezond zullen leven. Vooral jonge kinderen vinden dit zo vanzelfsprekend dat ze er niet aan twijfelen dat dit altijd zo blijft. Ook (zeer) jonge kinderen lijden verlies en rouwen als een dierbare is overleden of als de ouders gaan scheiden. Soms denken we dat kinderen 'gelukkig' te jong zijn om te beseffen wat er gebeurd is. We hopen dat de pijn en het verlies het kind bespaard zullen blijven. Dit is helaas niet het geval. Hoewel ze de situatie niet begrijpen, rouwen zij ook.

Jonge kinderen die nog weinig of geen woorden tot hun beschikking hebben, slaan ervaringen vooral lichamelijk op. Aan het lichamelijke geheugen zijn geen woorden gekoppeld, dus ook als ze ouder worden, kunnen ze niet goed uitleggen wat er precies aan de hand is.

Het overlijden van een dierbare is vaak nog maar het begin van een heleboel veranderingen in het leven van een kind. Jonge kinderen hebben nog geen besef van de onomkeerbaarheid. Ze begrijpen niet dat hun overleden dierbare echt nooit meer terugkomt. Woorden als 'nooit' of 'voor altijd weg' zeggen hen nog niets.

Daarom is het belangrijk dat je het ze heel goed uitlegt, keer op keer opnieuw. Als ze verdrietig zijn, is het omdat ze een overleden in 'het nu' missen, niet omdat hij/zij nooit meer terugkomt.

Kinderen vanaf ongeveer 6 jaar kennen het verschil tussen dood en leven. Ze begrijpen meestal dat dood zijn betekent dat je echt nooit meer levend wordt. Het besef dat ook mensen van wie je houdt dood kunnen gaan, kan kinderen angstig maken.

## Eigen rouwproces

Door het overlijden van een dierbare maakt een kind een rouwproces door. Elk kind rouwt op zijn eigen manier en uit zijn gevoelens op zijn eigen manier, daar is geen patroon voor. Toch zijn er wel gedragingen, gedachten en gevoelens die vaak voorkomen. Hoe kinderen deze gevoelens en gedachten uiten, verschilt per kind, per leeftijd en per moment.

### Fases die vaak voorkomen:

- Protestfase

Dit is de eerste reactie nadat het slechte nieuws is verteld. Het eerste wat je meestal voelt is een gevoel van verdoofd zijn. Dit is een manier om de klap psychisch op te vangen en in etappes door de laten dringen. Als je hieruit ontwaakt, ontstaat er meestal een ontkenningfase. Je denkt dat het een vergissing is en dat de persoon er nog gewoon is.

- De wanhoopfase

In deze fase leer je leven met het verdriet. Er komen allerlei emoties bij kijken zoals wanhoop, schuldgevoel, angst en jaloezie.

- Het losmaken

Je pakt de draad van het leven weer op ook al mis je de overledene nog heel erg. Je bent in staat te denken aan de overledene zonder het reddeloze verdriet.

- De aanpassingsfase

De herinneringen worden een stuk van het nieuwe leven en je bent weer in staat het normale dagelijkse leven op te pakken. Het verdriet zal aanwezig blijven, maar de intense pijn gaat over in een andere vorm van bedroefdheid.

De manier waarop kinderen deze fasen doorlopen kan wisselen per kind. Niet alle fasen worden altijd doorlopen en ook hoeft niet elke fase even lang te duren.

Kinderen zijn niet in staat om continu verdrietig te zijn. Ze rouwen op en af. Een kind kan plotseling overdonderd worden door verdrietige gevoelens en even later alweer vrolijk naar buiten rennen. Hoewel het volwassenen weleens op het verkeerde been zet, is dit afwisselen van verdriet en spelen gezond gedrag.

Een jong kind (0-6 jaar) heeft nog niet voldoende cognitieve mogelijkheden om het overlijden van een dierbare en de consequenties ervan te begrijpen. Het gaat meer

om de beleving ervan. Het kind vangt spanningen en emoties op die er om hem heen zijn.

Vanaf ongeveer 7 jaar oud kunnen kinderen beter angsten en problemen onder woorden brengen. Een kind van deze leeftijd zal het overlijden van een dierbare naast emotioneel ook rationeel verwerken. Ze denken na over de oorzaken en de gevolgen. Toch kunnen ze nog erg in de war raken. Ze hebben nog niet de vaardigheden om met de situatie om te gaan. Als ze het overlijden begrijpen, dan betekent dat niet dat ze de situatie ook accepteren, het maakt acceptatie wel iets gemakkelijker.

Vanaf ongeveer 10 jaar oud kunnen kinderen beter vragen stellen over het overlijden en over de concrete omstandigheden en gebeurtenissen.

## Manier van denken

Jonge kinderen denken magisch: de wereld draait nog om hen. Ze zijn nog niet in staat om logisch te denken, oorzaak en gevolg zegt hen nog niets. Hierdoor kunnen jonge kinderen gedachten hebben door voor ons volwassenen volkomen onlogisch lijken. Dit soort gedachten kunnen veel angst en schuldgevoel bij kinderen veroorzaken, waar volwassenen om hen heen geen weet van hebben.

Van ongeveer 7 tot 10 jaar maken kinderen een overstap van magisch denken naar het zogenaamde concreet denken. In het concrete denken zijn dingen goed of fout, moeilijk of makkelijk, leuk of stom. Ze hebben de neiging om dingen heel letterlijk te nemen.

Vanaf 10 jaar beginnen kinderen een bepaalde onafhankelijkheid te krijgen. Aan de andere kant zijn ze ook nog afhankelijk van hun ouders/verzorgers. Het sterven van een dierbare roept kinderlijke gevoelens op, terwijl ze op deze leeftijd juist helemaal niet kinderachtig willen zijn. Door alle emoties die ze ervaren, kunnen ze erg van slag raken.

## Uitgestelde rouw

Kinderen gaan meestal pas rouwen als de situatie weer veilig aanvoelt voor hen. Zo kan het zijn dat een kind die een ouder verliest, de eerste twee jaar door lijkt te leven alsof er niets aan de hand is. Daarna kan hij ineens grote slaapproblemen ontwikkelen, agressief worden naar andere kinderen of heel verdrietig worden en niet meer met andere kinderen willen spelen. Hij heeft zijn verdriet eigenlijk tijdelijk 'opgeborgen'.

De omgeving legt vaak niet de link met het overlijden, dat is namelijk al 'zo lang geleden'. Het uitstellen van rouw is overigens bij kinderen eerder normaal dan afwijkend gedrag. Wel is belangrijk dat deze verlate rouw wordt herkend en erkend en het kind alsnog de steun en begeleiding krijgt die het zo hard nodig heeft. Het definitief wegstoppen van verdriet, kan tot ernstige problemen leiden.

## Rouwen is nooit klaar

Een ingrijpend verlies verwerken is een levenslang proces; het is nooit klaar. Dat wil niet zeggen dat kinderen met een verlieservaring niet gelukkig kunnen worden. Het verlies is wel altijd ergens op de achtergrond aanwezig. Kinderen ontwikkelen zich en komen steeds tot nieuwe inzichten. Zij kunnen veel vragen stellen en deze vragen steeds weer opnieuw stellen, omdat zij de informatie steeds weer op een andere manier begrijpen.

Het verwerken van verlies gaat niet vanzelf. Het is hard werken en daarbij is de steun en hulp van mensen in de directe omgeving, dus ook vanuit de kinderopvang waar het kind mogelijk heen gaat, van grote waarde!

## Emoties die kunnen spelen bij kinderen in een rouwproces

Hieronder wordt beschreven welke emoties kunnen spelen bij kinderen die een rouwproces doorlopen, zodat je deze beter kunt (h)erkennen en begrijpen.

### Boosheid

Kinderen kunnen sneller boos zijn door het overlijden van een dierbare. Ze gaan bijvoorbeeld eerder ruzie maken met andere kinderen of vertonen lastig gedrag. Hun boosheid is dan 'verkeerd geadresseerd'. Soms is de boosheid ook onmacht en zit er verdriet onder.

### Verdriet

Kinderen kunnen zich erg verdrietig voelen en vaker huilen. Vooral oudere kinderen hebben vaak de neiging hun verdriet te onderdrukken, omdat ze niet willen dat leeftijdsgenootjes hun kwetsbaarheid zien. Het verdriet komt er dan vaak 's avonds uit of op andere momenten thuis. Vaak is een klein dingetje dan de aanleiding voor hevig verdriet.

### Verwarring en angst

Jonge kinderen kunnen angst ervaren, omdat ze bang zijn dat een ander dierbaar gezinslid of zichzelf zullen overlijden of bang worden dat degene die overleden is zich misschien onder het bed heeft verstopt. Ook iets oudere kinderen kunnen zich angstig en onveilig gaan voelen. Dit kan bijvoorbeeld zichtbaar zijn bij het afscheid nemen van de ouders. Ook nachtmerries en slecht slapen kunnen voorkomen. Kinderen kunnen ineens allerlei angsten ontwikkelen zoals verlatingsangst, angst voor het donker, angst om alleen thuis te zijn, angst om ergens te gaan logeren.

### Schuldgevoelens

Kinderen leggen vaak een gedeelte van de schuld bij zichzelf. Vooral peuters kunnen de schuld erg naar zich toetrekken, omdat zij zichzelf nog erg als belangrijkste persoon in de wereld kunnen beschouwen. Door de schuld op zich te nemen, proberen veel kinderen ook grip op de situatie te krijgen. Iets wat buiten hen om gebeurt, is beangstigend en hebben ze niet in hun macht. Door de schuld op zich te nemen, krijgen ze het gevoel dat ze het ook weer kunnen herstellen.

### Lichamelijke klachten

Kinderen kunnen klachten krijgen zoals buikpijn, obstipatie, astma, allergie en verkoudheden. Dit kan een lichamelijke oorzaak hebben en het is belangrijk hiermee naar de dokter te gaan. Het kan ook dat het lichaam op deze manier 'vertelt' wat het jonge kind zelf nog niet onder woorden kan brengen.

### Gebrek aan zelfvertrouwen/schaamte

Kinderen kunnen onzekerder worden en bijvoorbeeld negatiever over zichzelf denken, doordat zij uit een gezin met een overleden ouder komt. Dit kan zich uiten in de omgang met klasgenoten en bij activiteiten. Niet alle kinderen durven over het overlijden van een dierbare te praten. Soms zijn ze bang om zelig gevonden te worden of raar, of het kind kan zich schamen. Voor wat oudere kinderen geldt dat ze er graag bij willen horen, maar soms voelt het zich juist buitengesloten.

### Moeheid

Sommige kinderen kunnen vermoeider zijn, bijvoorbeeld omdat ze minder goed slapen. Ook vragen de emoties die ze ervaren veel energie.

### Missen van de ouder

Kinderen kunnen de ouder die is overleden hevig missen. Ook kunnen ze op bepaalde momenten de persoon, het gezin en hun leven missen, zoals het was voor het overlijden. Vooral vakanties, feestdagen, verjaardagen en andere speciale momenten kunnen aanleiding zijn om hevig te verlangen naar hoe het was voor die tijd. Het missen wordt vaak na verloop van tijd wel minder, maar op bepaalde momenten blijft het gevoel van missen terugkomen.

### Bezorgdheid

Kinderen kunnen zich zorgen maken over hun ouders. Over hun vader of moeder die verdrietig is en een dierbare zo erg mist.

### Geen emoties

Een verrassend groot aantal kinderen kan doorleven alsof er niet gebeurd is. Een kind kan alle gevoelens opbergen tot het veilig genoeg voelt om ze tevoorschijn te laten komen. Het komt echter ook voor dat een kind opmerkelijk onaangedaan en sterkt blijft overkomen. In dat geval kan er echter een reden tot zorg zijn.

### Opluchting

Sommige kinderen zijn na het overlijden opgelucht, omdat er een einde is gekomen aan een nare periode van bijvoorbeeld ernstige ziekte. Deze gevoelens zijn vaak voor het kind, de ouders en de omgeving minder goed te begrijpen en kunnen kinderen erg in de war maken.

### (Valse) hoop

Jonge kinderen kunnen hopen dat de overleden persoon toch op hun verjaardag er weer zal zijn. Het is van belang dat het kind weet dat de persoon die overleden is echt niet meer terugkomt, hoe hard dit ook mag klinken. Door valse hoop heeft het kind meer verdriet.



## Invloed op gedrag

Bij signaleren gaat het om gedragsveranderingen bij een kind, waarvoor geen duidelijke verklaring aanwezig is wat betreft de ontwikkeling van het kind. Als er iemand is overleden in de directe nabijheid kan dit een oorzaak zijn van gedragsverandering. Het is belangrijk dat je signalen objectief weergeeft. Dat wil zeggen dat je concrete, feitelijke gedragsveranderingen beschrijft en dat je niet interpreteert.

## Mogelijke gedragsveranderingen

### Druk en dwars gedrag

Kinderen worden vaak drukker, dwars, geprikkelder en rustelozer.

### Teruggetrokken gedrag

Sommige kinderen trekken zich terug en spelen minder met leeftijdgenootjes, zijn stiller en minder betrokken bij de groep.

### Dwingend/veeleisend gedrag

Kinderen kunnen zich dwingender of veeleisender gaan gedragen dan eerst.

### Aangepast gedrag

Sommige kinderen vertonen extreem aangepast gedrag, zijn netjes en gehoorzaam en lezen soms zelfs andere kinderen de les.

### (Te) veel rekening houden met ouders

Sommige kinderen hebben de neiging bij alles wat ze doen of niet doen, rekening te houden met hun ouders.

### Slecht eten en slapen

Slapeloze nachten en geen eetlust hebben.

### Weinig emoties tonen

Sommige kinderen laten weinig van hun gevoelens zien. Ze weten zich geen raad met hun gevoelens en laten hun binnenkant voor wat het is. Of ze sluiten zich erg af voor hun gevoel als een soort overlevingsstrategie.

### Regressie

Kinderen kunnen terugvallen in oud gedrag. Ze gaan bijvoorbeeld weer broekplassen of vragen om hun speen.

### Ontkennen wat er is gebeurd

Peuters en kleuters kunnen hun pas ontdekte vermogen tot fantaseren gebruiken om te ontkennen wat er is gebeurd. Ook oudere kinderen kunnen datgene wat gebeurd is voor zichzelf ontkennen. Op deze manier wapenen ze zich tegen de pijn en het verdriet.

### Minder goed concentreren

Kinderen kunnen vaker even wegdromen en er met hun gedachten niet bij zijn.

Rouwprotocol Kinderdagverblijf De Guppies



### In spel verwerken

Door middel van spel uiten kinderen hun gevoelens. Ze kunnen bijvoorbeeld een situatie naspelen. Voor kinderen is dat een gezonde manier om verdriet en gemis te uiten.

### Projecteren van eigen gedachten en gevoelens op jongere broertjes en zusjes

Sommige kinderen praten liever over de gevoelens van hun broertje of zusje en het feit dat ze zich daar zorgen over maken, hun eigen gevoelens willen ze verborgen houden.

### Opstandig gedrag

Kinderen vanaf 10 jaar oud kunnen zich meer gaan afzetten tegen volwassenen of leeftijdsgenootjes. Na het overlijden van een dierbare kan het gedrag heftiger zijn, het is een verdedigingswapen!

## **Wat kun je doen voor een kind op de groep**

Je helpt de kinderen door ze serieus te nemen. Wees voor de kinderen een luisterend oor. Als je vragen stelt, stel dan in het begin voornamelijk open vragen. Wissel dit af met wat meer gesloten vragen. Het kind wordt gestimuleerd zich te uiten. Het belangrijkste is verzwijg het verdriet en verlies niet.

Alleen al een hand op een schouder kan soms genoeg zijn om een kind te steunen in zijn of haar verdriet. Je hoeft niet altijd antwoord te geven op alle vragen, maar luister goed en vraag door. Het geeft het kind de ruimte om te praten en je kunt achterhalen wat er zich afspeelt in de gedachten van het kind.

Tips voor het voeren van een gesprek met de kinderen:

- Sluit aan bij waar het kind mee bezig is; knutselen, een spel of een tekening.
- Ga op dezelfde hoogte zitten en kies een rustig moment uit.
- Steun het kind en stel het op zijn gemak
- Gebruik korte zinnen en stel maar één vraag tegelijk
- Vraag belangstellend en betrokken

Je mag je eigen emoties ook best laten zien en benoemen. Het kan juist een troost zijn voor het kind. Geef het kind extra aandacht door een knuffel te geven of wat meer tijd voor het kind te nemen.

Vooraf feestdagen zoals Vader of Moederdag kunnen lastig zijn en het verdriet extra naar boven halen. Maak dit gerust bespreekbaar en vraag wat het kind zou kunnen helpen.

Door een foto van de overledene in de groep te hebben, kun je even met het kind bij diegene stilstaan als het kind dat nodig heeft. Ook kan het helpen door samen met het kind herinneringen over de overledene in een rouwkoffer te stoppen of in een plakboek te schrijven.

Blijf duidelijke grenzen aangeven, want dat geeft het kind veiligheid. Reageer zo neutraal mogelijk op negatief gedrag van het kind. Begrens het gedrag, maar probeer niet boos te worden. Zeker omdat je weet wat er speelt, weet je dat een kind gedragingen kan laten zien die voortkomen uit zijn emoties. Zorg er vooral voor dat een kind plezier kan hebben en zich kan ontspannen en dat hij of zij een zorgeloze tijd heeft bij de opvang.

## Het bericht

Ieder situatie bij een overlijden is weer anders.

De doodsoorzaak kan zeer uiteenlopend zijn: ziekte, wiegendood, of een ongeval.

Het moment en de plaats van overlijden eveneens: het kan overdag thuis gebeuren, op de groep, 's avonds, 's nachts, in het weekend of in de vakantie.

Het overlijdensbericht kan ook op diverse manieren binnenkomen:

- Via mondeling contact
- Telefonisch
- Per post/email/ of via een advertentie in de krant
- Officiële melding door ouders of huisarts aan de kinderopvang

Het bericht moet zo spoedig mogelijk worden doorgegeven aan:

- De eigenaar/manager
- De pedagogisch medewerker(s) van de betrokken groep
- Een vertegenwoordiger van de oudercommissie

Wanneer het overlijden op de locatie plaatsvindt, is het vanzelfsprekend dat de ouders/familie direct worden geïnformeerd. Bij voorkeur door de eigenaar van het kinderdagverblijf. Wanneer ouders/partners niet direct bereikbaar zijn, kan hulp van de politie worden ingeroepen om hen op te sporen.

Omdat het dan meestal gaat om een onverwacht overlijden, moet eerst door de arts/schouwarts worden nagegaan of het een natuurlijke dood is. Zeker als het een kind is kan de locatie een tijdje mogelijk 'plaats delict' worden tot het onderzoek heeft plaatsgevonden of tot is vastgesteld dat het om een natuurlijke dood gaat.

Dit is voorschrift maar kan tot extra traumatisering leiden zowel bij de pedagogisch medewerkers als de kinderen. Het is nuttig om vanaf het begin Slachtofferhulp in te schakelen.

Accepteer elkaars verdriet en toon begrip wanneer iemand het moeilijk heeft. Samen verdriet verwerken kan een grote steun zijn.

Niet iedereen toont zijn gevoelens op dezelfde manier. Als iemand niet huilt wilt het niet zeggen dat iemand geen verdriet heeft.

- Sta open voor gevoelens
- Heb controle over je eigen emoties
- Zorg voor gezonde uitlaatkleppen
- Maak het proces van verdriet normaal
- Wees geduldig

Rouwprotocol Kinderdagverblijf De Guppies



## Literatuurlijst

Voor kinderen:

- Lieve oma Pluis, Dick Bruna
- Kikker en het vogeltje, Max Velthuis
- Merijntje Muis neemt afscheid, Ellen Heutink
- Dag opa, Jelleke Rijken
- Stilte a.u.b. ik denk aan de kip, Hans Hagen
- Ik mis je, Paul Verrept
- Als je dood bent word je dan nooit meer beter, Piet Breebaart
- Derk Das blijft altijd bij ons, L.M. Niskos

Voor pedagogisch medewerkers:

- De meest gestelde vragen over kinderen en de dood, Riet Fiddelaers-Jaspers
- Kinderen helpen bij verlies, Manu Keirse
- Jong verlies, Riet Fiddelaers-Jaspers