

er zijn voor jou

OMGAAN MET

JONGE MENSEN DIE ROUWEN

claire vanden abbeele

lannoo

Inhoud

Woord vooraf | 7

Inleiding | 9

Wie snijdend verdriet ervaart, rouwt | 13

MEER DAN VERDRIET | 14

De dood verstoort het gekende leven | 15

Het leven doet pijn | 15

Kwetsbaarder dan ooit | 16

Recht op rouw | 16

Niet bang zijn | 16

Zoveel soorten van verdriet | 17

DOOD | 18

Rouwen om een ouder | 18

Rouwen om een broer of zus | 22

Rouwen om oma, opa, familielid | 25

Rouwen om een vriend of vriendin | 26

Rouwverwerking bij jonge mensen met autisme | 28

ROUWEN NA EEN VERKEERSONGEVAL | 31

ZELFDODING | 41

Jonge mensen met zelfmoordneigingen | 41

Het rouwproces bij confrontatie met zelfdoding | 44

ROUWEN BIJ ADOPTIE | 47

ROUWEN OM DE VERLOREN LEVENSKRACHT | 51

HET BELANG VAN DE HERINNERING | 54

ZIEKTE | 60

ECHTSCHIEDING | 60

Wat is rouwen? | 63

RAUWE ROUW | 64

OMGAAN MET ROUWENDE KINDEREN EN JONGE MENSEN: EEN OPDRACHT | 65

Veel ouders vragen zich af: hoe vertel ik mijn kind over de dood? | 65

Ruimte geven aan emoties bij de melding van het slechte nieuws | 66

Rouwen kinderen en jonge mensen anders naargelang hun leeftijd? | 67

HOE KUN JE KINDEREN EN JONGE MENSEN HELPEN MET DE
VERSCHILLENDE ROUWTAKEN? | 70

Rouwen is een tocht doorheen een labyrint van gevoelens | 71

Wat betekent dit verlies voor kinderen, jonge mensen? | 72

Hoe er zijn voor hen? | 73

Overzicht van de taken in het rouwproces en hoe ermee om te gaan | 75

De hemel ligt in henzelf | 79

Omgaan met rouwende jonge mensen is aftasten wat kan | 80

Omgaan met rouwende jonge mensen is begrip hebben

voor de jonge mens die op zoek is naar zichzelf | 81

Jij bent jij en ik ben ik | 84

WAT KAN BIJ ROUW HOREN? | 86

BIJ WELK GEDRAG MAAK IK ME ZORGEN? | 88

ROUWEN, HOELANG DUURT HET? | 90

Helpen: zorgvolle aandacht voor wat is | 93

HET GROTE VERLIES | 94

ZE ZIJN WIE ZE ZIJN | 94

AANDACHT GEVEN AAN ONZE GEBAREN EN WOORDEN | 95

JOUW VERDRIET EN DAT VAN HEN | 96

GENEGENHEID | 96

HET BELANG VAN HUMOR | 98

HELPEN IS AANDACHT HEBBEN | 99

Adviezen voor rouwbegeleiders | 101

WAT WE NIET MOETEN DOEN | 102

WAT NIET HELPT, IS STEEDS WEER ZEGGEN... | 104

WAT KUNNEN WE DOEN? | 104

WAT KUN JE ALS FAMILIE OF VRIENDEN DOEN? | 105

Jonge mensen troosten | 107

IK HOU VAN JE ZOALS JE BENT | 109

IK ZAL ER ZIJN ALS EN ZOALS JIJ HET WILT | 109

IK ZAL JE BELUISTEREN, ERKENNEN EN WAARDEREN? | 110

HOE KUN JE TROOST ZIJN VOOR JE KIND? | 110

Wat kan een school doen? | 113

DE SCHOOL EN DE CONFRONTATIE MET DE DOOD | 114

Wat doet de confrontatie met de dood met jonge mensen op school? | 114

Wat betekent het voor de leerkrachten? | 115

Omgaan met een leerling die een ouder, broer, zus of dierbare heeft verloren | 118

ROUW GROEPEN OP SCHOOL | 120

Het nut van een rouwgroep op school | 121

WAT DE SCHOOL KAN DOEN EN BETEKENEN | 123

EEN NIEUWE EEUW VOOR HET ONDERWIJS | 126

DRAAIBOEK | 128

Wat te doen bij het overlijden van een leerling? | 129

Wat te doen bij een leerling die ernstig ziek is? | 138

Wat te doen bij het overlijden van een gezinslid van een leerling | 140

Wat te doen bij het overlijden van een leerkracht? | 141

Wat kan je als ouder, leerkracht of begeleider samen doen? | 143

COMMUNICEREN VIA SYMBOLEN EN CREATIVITEIT | 144

Werken in groep | 146

WERKVORMEN | 149

Werkvormen bij de rouwtaken | 170

Bespreking van enkele films | 175

Nawoord | 191

DURF TE LEVEN IN HET NU | 192

Bijlage | 195

Met dank aan | 205