

## **ROUW OP JE DAK**

*Een ouder of een broer of een zus verliezen is een ingrijpende ervaring. Zeker in het leven van een adolescent. Twee tot drie procent van de leerlingen krijgt in de middelbare schoolperiode een verlieservaring. Bij de verwerking kunnen school en docenten een belangrijke rol spelen. Riet Fiddelaers-Jaspers van KPC Groep pleit voor het opzetten van rouwgroepen.*

Naar jongeren met een verlieservaring is tot op heden slechts weinig onderzoek gedaan. Wel is duidelijk dat jongeren vaak niet meteen met hun verdriet te koop lopen en kort na het verlies van een dierbare geneigd zijn hun gevoelens te maskeren. Na verloop van tijd blijkt echter dat een houding als 'ik laat me niet kennen' of 'er is niets aan de hand' lastig is vol te houden: daarvoor is er teveel veranderd in hun leven.

### **Erkenning**

Riet Fiddelaers-Jaspers heeft de afgelopen jaren promotie-onderzoek gedaan naar rouw en verdriet op school (zie kader). In dat verband sprak ze met jongeren met een verlieservaring heeft ze met veel jongeren over hun verlieservaring gesproken. "Wat me tijdens die gesprekken opviel, is dat sommige leerlingen het na zo'n ervaring moeilijk vinden om hun gedachten bij de les te houden. Daardoor kelderden in een aantal gevallen de schoolprestaties, sommigen moesten zelfs een jaartje overdoen. Anderen daarentegen zochten juist zoveel mogelijk afleiding in hun studie en probeerden zo hoog mogelijke resultaten te halen. In het algemeen kun je wel stellen dat jongeren op school behoefte hebben aan erkenning voor hun verlies. Niet dat ze uitdrukkelijk aandacht in de klas willen, maar ze verwachten wel dat docenten rekening houden met hun situatie; dat ze begrijpen waarom het af en toe niet lukt met het huiswerk en beseffen dat bepaalde onderwerpen gevoelig liggen."

### **Oog en oor**

Fiddelaers haalt twee voorbeelden aan. In het ene geval gaat het om een leerling wiens zusje bij een brand in huis is omgekomen. Twee weken later staat bij economie 'brandverzekeringen' op het programma. In het andere geval gaat het om een leerling die tijdens de muzikles Tears in heaven van Eric Clapton hoort. De jongen barst in tranen uit; het nummer werd namelijk ook gedraaid tijdens de afscheidsdienst voor zijn plotseling overleden broer. "Op zulke momenten", zegt Fiddelaers, "kan een docent verschillende dingen doen. Hij kan met de les doorgaan alsof er niets gebeurd is, de les onderbreken en de leerling apart nemen op de gang, de situatie bespreekbaar maken in de klas of er even niet teveel aandacht aan besteden. Het punt is echter dat als een docent geen oog en oor heeft voor de signalen van een rouwende leerling, die leerling mogelijk zijn band met de school zal verliezen." Wanneer een docent geen oog en oor heeft voor de signalen van een rouwende leerling, wordt het voor die leerling moeilijk om de band met de school vast te houden.

Fiddelaers stelt dat een docent geen psycholoog, arts of rouwtherapeut is: "Maar aandacht hebben voor het verdriet, al is het maar door simpelweg 'sorry' te zeggen, kan in een rouwproces vaak al helend werken."

### **Rouwgroepen**

Uit onderzoek blijkt dat twee à drie procent van alle leerlingen een verlieservaring heeft. Op een school van 1500 leerlingen zijn dat al snel 30 tot 45 leerlingen.

Fiddelaers pleit om meerdere redenen voor het opzetten van een rouwgroep op school: "Om te beginnen is de school niet alleen een vertrouwde omgeving voor jongeren, maar ook een plek waar ze enige afstand van hun emoties kunnen nemen. Veel

jongeren vinden het moeilijk om thuis over hun verdriet te praten, ook omdat ze bang zijn de overige gezinsleden daarmee nog meer te belasten. Een andere ander voordeel van een rouwgroep op school is dat, zeker wanneer er meerdere leerlingen met een soortgelijke verlieservaring zijn, adequater op de hulpvraag kan worden ingespeeld. Daar komt bij dat jongeren in hun rouwverwerkingsproces vaak meer steun hebben aan leeftijdsgenoten dan aan allerlei goedbedoelde adviezen van volwassenen." De belangrijkste functie van rouwgroepen is, volgens Fiddelaers, het normaliseren en het bevestigen van de ervaring van rouwende jongeren. Het begeleiden van deze groepen is geen eenvoudige taak. Zij adviseert scholen hierbij twee getrainde begeleiders te betrekken: "Bij voorkeur een combinatie van een docent met een behoorlijke opleiding op het terrein van leerlingbegeleiding én een professioneel hulpverlener, zoals een schoolmaatschappelijk werker of een psycholoog. De begeleiders van rouwgroepen ervaren hun taak niet alleen als een zware verantwoordelijkheid, ook kunnen ze in hun werk te maken krijgen met diverse emoties en weerstanden van jongeren plus verwachtingen en bedenkingen van collega's en ouders. Daarom is het van cruciaal belang dat de schoolleiding, naast het bieden van morele ondersteuning, zorgt voor een goede inbedding van de taak van de rouwgroepbegeleiders in de schoolorganisatie." <\$"ZapfDingbats">q<\$f\$>

### **Verhalen van rouw**

Het promotie-onderzoek van Riet Fiddelaers-Jaspers heet Verhalen van rouw: de betekenis van steun op school voor jongeren met een verlieservaring. Naast een gedegen literatuurstudie, bestaat dit onderzoek uit een effectmeting van rouwgroepen en de zelfconfrontatiemethode. De laatste methode is een gestructureerde vorm van zelfreflectie op basis van uitspraken van jongeren.

Voor haar onderzoek interviewde Fiddelaers 105 jongeren van 24 scholen (variërend van vmbo tot gymnasium). Deze jongeren hebben in de afgelopen vijf jaar hun vader, moeder, broer en/of zus verloren.

Een interventiegroep van 55 jongeren nam deel aan een rouwgroep op school en/of de zelfconfrontatiemethode. Een controlegroep van 50 rouwende jongeren beperkte zich tot het invullen van vragenlijsten op drie meetmomenten.

In het verlengde van haar onderzoek ontwikkelde Fiddelaers het trainingsprogramma Rouw op je dak. Hiermee zijn op acht scholen elk twee docenten opgeleid tot begeleider van een rouwgroep.

De training wordt inmiddels aangeboden aan een dertigtal scholen. Deelnemers krijgen niet alleen informatie over rouw in de adolescentie, maar oefenen ook het omgaan met groepen rouwende leerlingen.

De training staat open voor ervaren mentoren, leerlingbegeleiders, vertrouwenspersonen, pastors, schoolmaatschappelijk werkers en hulpverleners die werkzaam zijn met jongeren uit het voortgezet onderwijs en het bve-veld.

Bij de training hoort een map met veel praktisch materiaal, zoals suggesties voor het organiseren van rouwgroepen, jeugd- en achtergrondliteratuur, muziek, verhalen en gedichten.

**Fiddelaers promoveert op haar onderzoek op 23 juni aan de Katholieke Universiteit van Nijmegen. Op 24 september organiseert KPC Groep een congres over het thema,. Tijdens deze bijeenkomst vertellen scholen en leerlingen over hun ervaringen met rouwgroepen.**

**Voor meer informatie over het promotieonderzoek Verhalen over rouw en het trainingsprogramma Rouw op je dak: [r.fiddelaers@kpcgroep.nl](mailto:r.fiddelaers@kpcgroep.nl).**