

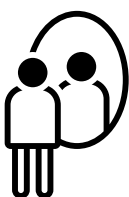
7 handige tips

Praten over rouw en verlies

Jongeren die een verlies ervaren - zowel bij overlijden als echtscheiding - verbergen vaak hun verdriet en zoeken afleiding. School is voor hen een belangrijke plek: hier blijft de situatie onveranderd en ontmoeten ze hun vrienden en vriendinnen. Maar hoe ga je als leerkracht om met deze jongeren?

1 Wees beschikbaar:

Je hoeft geen rouwbegeleider te zijn; je aanwezigheid en steun zijn al waardevol. Onderschat je rol niet.



2 Draai er niet omheen:

Noem het verlies als je weet wat er is gebeurd. Een simpele opmerking als "Ik hoorde wat er is gebeurd, wat verdrietig voor je" kan al veel betekenen. Doe dit één op één met de leerling.



3 Luister aandachtig:

Oordeel niet en probeer niets op te lossen; luisteren helpt al. Laat zien dat je begrijpt dat de situatie pijn doet en lastig is.



4 Bied Informatie:

Informeer jongeren over beschikbare rouwbegeleiding en respecteer hun behoeften. Dus ook als ze niet in gesprek willen. Vraag met wie je deze informatie binnen de school mag delen.



5 Let op signalen:

Let op veranderingen in gedrag zoals: verminderde concentratie, vermoeidheid, toename van verzuim of het vergeten van huiswerk/schoolspullen.

6 Fouten maken mag:

Durf fouten te maken. Het is niet erg als je een keer iets zegt of doet dat niet goed valt. Kom er wel op terug wanneer nodig.



7 Triggers in de klas:

Vraag wat de leerling nodig heeft wanneer hij/zij van slag raakt door iets dat gebeurt in de les. Even uit de les? Erover praten op de gang? Of het even laten. Laat in ieder geval zien dat je het hebt opgemerkt.



Voor vragen over rouw of verlies, neem contact op met een van de rouwbegeleiders van Welzijn Lelystad: jeugdwelzijn@welzijnlelystad.nl
Kijk voor meer informatie op: www.welzijnlelystad.nl



welzijn
lelystad

jeugd
preventie