

Lesideeën bij verlies, ziekte en dood

Inhoud	1 ACHTERGRONDINFORMATIE	4
	1.1 Plotselinge dood	4
	1.2 Ernstige ziekte	4
	1.3 Zelfdoding	5
	1.4 Vermissing of verdwijning	8
	2 LESIDEEËN	9
	2.1 Dromenvangers maken	9
	2.2 Een boom die spreekt	10
	2.3 Emoties bij zelfdoding	11
	2.4 Filosofergesprek	12
	2.5 Gebedsvanen	14
	2.6 Gedachtenisprentjes	15
	2.7 Gedichten	16
	2.8 Gevoelskwartet	19
	2.9 Gevoelsmasker	21
	2.10 Gordijn vol emoties	22
	2.11 Herinneringsdoosje	23
	2.12 Herinneringsmuur	25
	2.13 Hou contact	26
	2.14 Ik denk ... ik voel	27
	2.15 Ik heb nog zoveel te vragen	30
	2.16 In evenwicht: mobile	31
	2.17 Japans schilderij	33
	2.18 Kwaadmuur	34
	2.19 Memory planting	35
	2.20 Rap	36
	2.21 Stilteplek in school	37
	2.22 Symbolen in stenen	38
	2.23 Symbolen voor leven en dood	39
	2.24 Toekomstboom	40
	2.25 Troost	41
	2.26 Troostcirkels	42
2.27 Troostpost	44	
2.28 Van scherven naar geheel: mozaïek	45	
2.29 VerBEELDing	47	
2.30 Website herdenken	48	
2.31 Zorgenboom	49	
2.32 Zorgpoppetjes	50	

Voorwoord

De lesideeën zijn te gebruiken tijdens de eerste dagen nadat zich op school een calamiteit heeft voorgedaan. De materialen zijn een bewerking van bestaand materiaal uit de VS (Columbine) en KPC Groep.

Aangezien iedere schoolsituatie anders is, dient de gebruiker zelf te beoordelen of en voor welke leerlingen dit lesmateriaal geschikt is. Soms is een les met een enkele wijziging gemakkelijk aan te passen aan een andere leeftijd- of niveaugroep. De lessen zijn bedoeld als inspiratiebronnen. In de lessen komen zoveel mogelijk intelligenties aan bod; soms zijn de werkvormen verbaal, soms visueel en soms creatief. Sommige lessen zijn geschikt als mentorles of deel van een vakles, in andere gevallen is het ook mogelijk lessen om te buigen tot grotere opdrachten of prestaties.

Het kan wenselijk zijn om niet alle leerlingen van een groep deze lessen verplicht te laten volgen: ieder gaat immers op zijn of haar manier om met een calamiteit. Sommige leerlingen hebben wellicht meer behoefte aan 'gewone' lessen. Het vraagt dan ook inlevingsvermogen en creativiteit van begeleiders om recht te doen aan die verschillen. Soms hebben leerlingen een stimulans nodig en soms is respect voor een andere verwerkingsvorm van belang.

1 ACHTERGRONDINFORMATIE

1.1 Plotselinge dood

Met een plotselinge dood wordt bedoeld: het onverwachte overlijden van een persoon hetzij ten gevolge van een natuurlijke oorzaak (bijvoorbeeld een hartstilstand of herseninfarct), hetzij ten gevolge van niet-natuurlijke oorzaken zoals bij een ongeluk, ramp, geweld, zelfdoding of (gezins)moord.

Achtergronden

Verstandelijk zijn jongeren voldoende ontwikkeld om te snappen wat dood zijn is. Maar als het hen overvalt – zoals bij een onverwacht en plotseling overlijden – dan is het voor hen niet te begrijpen. Ze hebben het gevoel de controle over het leven kwijt te raken, voelen zich niet alleen verdrietig, maar ook machteloos en boos. Omdat het vaak de eerste keer is dat ze van zo nabij met de dood te maken krijgen, zijn ze ook onzeker over wat ze moeten zeggen en doen. Het is belangrijk om bepaalde leerlingen die mogelijk extra geraakt zijn in de gaten te houden, zoals broertjes, zusjes en andere familieleden, naaste vrienden, leerlingen die zelf al een verlies geleden hebben en leerlingen die misschien getuige zijn geweest.

Signalering

Wanneer jongeren worden geconfronteerd met een plotseling overlijden zijn vele reacties en gevoelens normaal. Verdriet, boosheid, angst, verwardheid: een scala van gevoelens kan voorkomen. Door het geven van adequate steun (zie: Hoe te handelen) kunnen de meeste leerlingen na verloop van tijd de draad weer oppakken en normaal functioneren. Wanneer de symptomen langdurig zijn, intensief, wanneer een leerling niet meer kan functioneren in zijn sociale omgeving (thuis, op school, baantje, verenigingen) of beschadigend bezig is voor zichzelf of anderen, is er sprake van gecompliceerde rouw en is gespecialiseerde hulp buiten school noodzakelijk.

Hoe te handelen

De meeste jongeren vinden het fijn om hun gevoelens op hun eigen manier met leeftijdgenoten te delen, zeker wanneer het een gezamenlijke vriend of klasgenoot betreft. En naast praten is doen belangrijk. Een ontmoetingsgroep zoals een rouwgroep kan hierbij helend werken. Ook individuele aandacht is belangrijk. In de lessituatie door rekening te houden met bepaalde dagen (vader of moederdag, sterfdag enz.) en thema's (kanker bij biologie, leven en dood bij levensbeschouwing, enz.) en door subtiele aandacht. Buiten de les door individuele begeleiding. In de literatuurlijst zijn diverse handreikingen te vinden zowel voor individuele als groepsbegeleiding.

1.2 Ernstige ziekte

Jongeren die worden geconfronteerd met uitval van lichaamsfuncties, amputatie, een ernstige chronische of een levensbedreigende ziekte moeten hun levensplan herzien en hun perspectief op de toekomst bijstellen. Dit is een ingrijpende verliessituatie.

Achtergronden

Een ernstige ziekte heeft veel invloed op het (sociale) leven van de jongere. Vaak moet het levenspatroon worden aangepast en kunnen de normale bezigheden niet meer plaatsvinden. Ook kan er sprake zijn van schaamte door lichamelijke verandering (amputatie, stoma, kaalheid). De contacten met leeftijdgenoten veranderen. De leerling kan niet meer of slechts beperkt naar school of er moeten aanpassingen in de schoolomgeving plaatsvinden.

Signalering

De signalering vindt meestal plaats via een bericht van de ouders of de leerling zelf.

Hoe te handelen

Van belang is om contact op te nemen (bijvoorbeeld door de mentor) met de leerling en de ouders en na te gaan wat er precies aan de hand is en wat de consequenties zijn voor de schoolloopbaan van de leerling en de sociale contacten op school. Vervolgens is het belangrijk om met de leerling en de ouders de behoeften en de mogelijkheden te bespreken. Hoe wordt het bericht gecommuniceerd? Op de site van de VOKK zijn voorbeeldbrieven te vinden met informatie voor ouders en verzorgers van medeleerling van een leerling met kanker.

Welke aanpassingen zijn nodig in school zodat de leerling zo mogelijk toch naar school kan? Is internetleren (met rechtstreekse beeldverbinding met de klas) mogelijk en gewenst? Hoe krijgt het contact mentor en leerling vorm? Is er bezoek mogelijk en gewenst? Hoe kan de klas contact houden met de zieke leerling (e-mail, msn, dagboek enz.)?

Een en ander kan worden uitgewerkt in een regelmatig bij te stellen handelingsplan en de verantwoordelijkheid is van bijvoorbeeld de mentor of zorgcoördinator.

Overig

Bij de VOKK zijn boeken en brochures verkrijgbaar, een folder speciaal voor leerkrachten, een video en er is een projectkoffer te leen met onder andere suggesties voor werkvormen.

1.3 Zelfdoding

Zelfdoding betreft de dood van iemand door eigen toedoen. Gewoonlijke worden er drie soorten motieven genoemd die kunnen leiden tot (een poging tot) zelfdoding: het doodsmotief wanneer er een sterke intentie is tot dood willen zijn, het interruptiemotief met als doel om tijdelijk aan een ondraaglijke situatie te ontsnappen en het appélmotief om een beroep te doen op anderen om te helpen de situatie te veranderen. Een poging tot zelfdoding die niet de dood tot gevolg heeft is dus niet altijd een 'mislukte' poging, afhankelijk van het motief van de jongere (of de persoon waarmee de jongeren te maken hebben).

Achtergronden

Ieder jaar sterven er in Nederland ongeveer 1500 mensen door zelfdoding; dat is ongeveer vier per dag. Daarvan zijn er 40 tot 55 jonger dan 20 jaar (cijfers CBS 1996-2003). Zich ophangen en voor de trein of metro gooien vormen daarbij de belangrijkste doodsoorzaken, gevolgd door van grote hoogte springen. Het betreft meer jongens (22 tot 44) dan meisjes (8 tot 19). Bij pogingen tot zelfdoding overheersen de meisjes. Van de ongeveer 850 jaarlijkse opnamen in algemene ziekenhuizen wegens een poging betreft het slechts in 20% van de gevallen een jongen. Het totale aantal pogingen is vele malen groter, omdat niet alle pogingen worden gemeld en geregistreerd of zelfs maar herkend. Men schat dit aantal op ongeveer 15.000 per jaar. Dat grote aantal is ook zorgwekkend, omdat jongeren die een poging hebben gedaan de grootste risicogroep vormen voor een volgende poging. Uit onderzoek blijkt dat er speciale aandacht moet zijn voor meisjes van Surinaamse, Turkse en Hindoestaanse afkomst; zij doen in vergelijking met Nederlandse meisjes vaker een poging tot zelfdoding.

Behalve het ongeloof en het verdriet kunnen ook schuldgevoelens bij leerlingen en docenten een rol spelen; misschien hebben begeleiders iets geweten van de depressiviteit van de leerling en een leerling een tijdlang begeleid, misschien heeft een goede vriend zwijgplicht gekregen en wist hij van de plannen.

Enkele voorbeelden van misvattingen over zelfdoding (zie verder het boek Weer-zin:in leven).

- Iemand die er een eind aan wil maken, doet het uiteindelijk toch. Dit klopt niet. Veel pogingen zijn impulsieve daden en vaak een noodkreet om hulp.

- Iemand die er over praat, doet het toch niet. Dit klopt niet. Als iemand zegt er liever een eind aan te maken, is dat voldoende reden om aan te nemen dat hij hulp nodig heeft. Er zijn voldoende voorbeelden van jongeren die een einde aan hun leven hebben gemaakt en dit vooraf kenbaar hebben gemaakt.
- Is iemand de moed echt heeft verloren, kun je niks meer doen. Dit klopt niet. De jongere heeft vaak de realiteitszin verloren en geen toegang meer tot vroegere afweermechanismen. Daar kun je aan werken. Het kan zijn dat een crisisopname noodzakelijk is.
- Door zelfdoding ter sprake te brengen, breng je iemand op een idee. Dit klopt niet. Door niet te praten over je vermoedens dat iemand er aan denkt er een einde aan te maken, help je de jongere niet om uit zijn maalstroom van gedachten te komen. Het ter sprake brengen geeft vaak opluchting en haalt de jongere uit het isolement waar hij steeds verder in terecht komt. Er is meestal niet één oorzaak waarom iemand kiest voor (een poging tot) zelfdoding. Meestal is het een combinatie van factoren. Een van de belangrijkste onderliggende oorzaken is een ernstige vorm van depressie.

Er zijn vele signalen die kunnen wijzen op plannen tot zelfdoding, maar ze zijn vaak niet specifiek; dat wil zeggen: ze kunnen ook wijzen op andere problemen, zoals opvallende uiterlijke veranderingen, gedragsveranderingen, verslechtering van schoolprestaties, afwezigheid en veranderingen in sociaal gedrag. Wel specifiek zijn mondelinge of schriftelijke aanwijzingen, of via SMS of MSN en informatie van derden zoals vrienden die hun zorg uitspreken.

Het is van belang zeker actie te ondernemen als er meerdere signalen tegelijk zijn die niet passen bij het normale beeld van deze leerling, zich in grote hevigheid voordoen en ook anderen ze waarnemen (lees verder hoofdstuk 4 van Weer-zin in leven). Wanneer je te maken krijgt met een suicidale leerling, is het van belang je eigen deskundigheidsgrenzen in de gaten te houden en op zijn minst backing te krijgen van een deskundige. Vaak is een zorgvuldige doorverwijzing nodig.

Een andere belangrijke groep wordt gevormd door leerlingen die met zelfdoding in hun omgeving te maken hebben gehad. Hun rouwproces is extra gecompliceerd vanwege de eigen keuze van de ander tot de dood, de eventuele schuldvraag of de vraag of men niet oplettend of nalatend is geweest, de vraag of men niet belangrijk genoeg is geweest om voor te blijven leven. Deze jongeren worstelen vaak met veel zingevingsvragen.

Signalering

De volgende signalen zijn te observeren bij het werken met leerlingen (De Wilde en Kienhorst, 1997):

- opvallende verandering in het uiterlijk
- afname van concentratievermogen en geheugen
- verslechtering van schoolprestaties en van het maken van huiswerk
- zichtbare gedragsveranderingen zoals energie-explosies, gevolgd door perioden van niets doen; extreme vermoeidheid, verveeld zijn of desinteresse
- veranderingen in sociaal gedrag, zoals emotionele uitbarstingen, veel lachen of huilen
- vaker dan normaal afwezig zijn en spijbelen
- mondelinge en/of schriftelijke aanwijzingen (gedicht, opstel, tekening) waaruit blijkt dat de leerling het leven somber inziet en veel bezig is met de dood of met zelfdoding
- informatie van derden (klasgenoten, vrienden, ouders, collega's) over mogelijke gedachten van de leerling aan zelfdoding.

Het is van belang om actie te ondernemen

- als er sprake is van meerdere van deze signalen tegelijkertijd
- als de signalen niet passen bij het normale beeld van deze leerling, als het haaks staat op het gedrag dat hij gewoonlijk vertoont

- als een of meer signalen zich in grote hevigheid voordoen
- als ook anderen, ouders, collega's of leerlingen deze waarnemen.

De genoemde signalen kunnen wijzen op een verhoogd risico van suïcidaal gedrag, maar kunnen ook betrekking hebben op andere problemen (De Wilde en Kienhorst, 1997). Daarom is een nadere diagnose noodzakelijk. Ook moet in een gesprek met de leerling, de ouders en eventueel vrienden worden nagegaan of er ook sprake is van niet direct zichtbare kenmerken, zoals terugtrekgedrag, wisselende stemmingen, psychosomatische klachten, enz.

Hoe te handelen

Na de signalering is het van belang om de ernst van de situatie in te schatten. Daarvoor is het noodzakelijk om met de leerling te praten over diens concrete plannen. Hoe concreter en verder ze zijn uitgewerkt, hoe groter het risico dat een poging tot zelfdoding aanstaande is. De volgende vragen kunnen daarbij een hulpmiddel zijn (zie voor een verdere uitwerking Fiddelaers-Jaspers & Spee, 2000):

- Heb je al besloten welke methode je gaat gebruiken?
- Heb je de middelen voor de methode al geregeld?
- Heb je al vastgesteld wanneer je het gaat doen?
- Heb je al besloten waar je het gaat doen?
- Laat je een boodschap achter voor degenen die achterblijven?
- Heb je maatregelen genomen om te voorkomen dat anderen je storen tijdens de poging?

De schoolsituatie kent zijn grenzen in begeleiding en bij (plannen tot) suïcide ligt de taak vooral bij signaleren, de leerling in veiligheid stellen en doorverwijzen. Een goed netwerk dat doorverwijzing bij crisis mogelijk maakt, is hierbij onmisbaar.

Wanneer er een suïcidepoging van een leerling of personeelslid plaatsvindt met dodelijke afloop is transparantie, duidelijkheid en alerte aandacht van belang. Voor leerlingen is het belangrijk dat ze te horen krijgen wat er is gebeurd. Dit is ook noodzakelijk om speculaties en indianenverhalen te voorkomen. Natuurlijk hoeven ze niet alle details te horen, maar wel de oorzaak en wat er in grote lijnen is gebeurd. Dit gebeurt uiteraard in nauw overleg met de familie.

Anderzijds moet de zelfdoding geen heldendaad worden. Hierin moet de school zeer duidelijk zijn. Zelfdoding is een teken van immens lijden en niet romantisch of mooi.

Een risico is dat zelfdoding veel aandacht oplevert en dat sommige leerlingen jaloers zijn op deze aandacht en op een idee kunnen worden gebracht. Docenten dienen daar zeer alert op te zijn. Kopieergedrag, althans het vermoeden ervan, is al vaker voorgekomen op scholen in Nederland. Wetenschappelijk zijn er aanwijzingen dat kopieergedrag zelfs voorkomt na het zien van televisiefilms met suïcide, met name wanneer het geslacht en de leeftijd overeenkomen (Schmidtke & Häfner, 1988). Soms lijkt het of suïcide in bepaalde regio's een epidemisch karakter krijgt. Daarom is het van belang met leerlingen te praten over de zin van het leven, de motieven die mensen kunnen hebben om die niet meer te zien en de copingstrategieën te bespreken die je in kunt zetten op momenten van diepe wanhoop en eenzaamheid. Verder moet er alerte aandacht zijn voor risicoleerlingen zoals de vrienden van de overledene en degenen die een slechte relatie met hem of haar hadden en zich nu schuldig kunnen voelen. En verder depressieve leerlingen, leerlingen die al eerder geconfronteerd zijn met een overlijden (door zelfdoding) in hun omgeving of leerlingen die eerder een poging tot zelfdoding gedaan hebben. Maak leerlingen duidelijk dat er andere opties zijn en zorg ervoor dat het begeleidingssysteem in de school helder is zodat ze weten waar ze terecht kunnen.

1.4 Vermissing of verdwijning

We spreken van vermissing wanneer:

- iemand tegen redelijke verwachting in afwezig is uit de voor die persoon gebruikelijke en veilige omgeving
 - er sprake is van een plotselinge en onverwachte afwezigheid de verblijfplaats van iemand onbekend is en – wanneer dat in diens belang is – moet worden vastgesteld.
- (Bron: meldpunt Vermisten van het Nederlandse Rode Kruis).

Achtergronden

Jaarlijks worden in Nederland zo'n 16.000 personen vermist, onder wie ook veel jongeren. Na 48 uur is 80% overigens weer terecht. Maar sommigen blijven langere tijd vermist of worden nooit gevonden. Jaarlijks zijn er 120 kindervervalsingen. Vaak betreft het een kind dat door zijn ouder naar het land van herkomst is meegenomen, terwijl de ouder die het ouderlijk gezag heeft daarvoor geen toestemming heeft gegeven. Ook komt het voor dat leerlingen tegen hun zin worden uitgehuwelijkt in het land van herkomst of daar worden achtergelaten om door de familie te worden opgevoed.

Signalering

Van vermissing kan sprake zijn wanneer leerlingen zonder bericht langere tijd niet op school verschijnen en ook thuis niet bekend is waar ze zijn, wanneer allochtone meisjes na een vakantie niet meer op school komen of wanneer ouders bellen omdat ze hun zoon of dochter vermisten.

Hoe te handelen

Als iemand in je omgeving vermist raakt, is een aantal dingen die je kunt en moet doen:

- Zo snel mogelijk aangifte doen bij de politie en aandringen op zoekacties Zorg ervoor dat je een persoon bij de politie krijgt toegewezen, die je bij zoekproces begeleidt.
- De politie aan de juiste gegevens helpen en de gekregen vragenlijsten zo goed en nauwkeurig mogelijk invullen.
- Contact opnemen met het Meldpunt Vermisten.
- Familie en vrienden op de hoogte brengen.
- Zoveel mogelijk mensen in de omgeving op de hoogte brengen.
- Een soort dagboek bijhouden en daarin tijden waarop gesprekken hebben plaats gevonden, met wie gesproken is en een korte inhoud van het gesprek vermelden. Noteren van plaatsen en bijzonderheden. Bijhouden wat je zelf doet of laat doen.
- Bekijken van de plaatsen waar de vermiste normaal komt.
- Eventueel contact zoeken met de media, dagblad of tv.
- Als de vermiste weer terecht is: direct de politie informeren of de vermiste contact laten opnemen met de politie.

2 LESIDEEËN

2.1 Dromenvangers maken

Levenscirkels met daarbinnen een soort spinnenweb. Kan volgens Indiaanse traditie boven het bed gehangen worden om goede dromen op te vangen (te bewaren) en de nare dromen via het middengat te laten verdwijnen.

Toepasbaar bij

dood, plotselinge dood, ernstige ziekte, zelfdoding, vermissing of verdwijning, gijzeling, terroristische aanslag, moord, gezinsmoord

Doel

versterken
verwerken

Werkwijze

- Buig een takje in een rondje. Snij uiteinden schuin af, plak ze aan elkaar en wikkel de uiteinden met touw bij elkaar.
- Maak met dat touw een web. Je komt dan in het midden uit en plaatst daar b.v. een kraal of schelp. Tijdens het maken van het web kun je allerlei dingen invoegen.

Benodigdheden

- Levend takje van een boom (+ 50 cm.) of een gekochte ring (doorsnede + 15 cm)
- Stevig touw, katoenen garen of veterband
- Kralen, veren, schelpen, bosproducten als beukennotjes enz.

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

- Je kunt ook vooraf de leerlingen het materiaal zelf laten zoeken en meenemen
- Geef voldoende aandacht aan de verhalen over nare dromen die tijdens het maken los kunnen komen
- Dromenvangers zijn ook kant-en-klaar te koop
- Afbeeldingen en werktekeningen zijn op Internet makkelijk te vinden via een zoekmachine

Benodigde tijd

2 uren

Bronvermelding

Lieke Schasfoort-Simonis, Carmelcollege Emmen.

2.2 Een boom die spreekt

Enkele maanden na de gebeurtenis emoties en onbeantwoorde vragen letterlijk een plek geven door het planten van een boom in de schooltuin.

Toepasbaar bij

Zelfdoding

Doel

- verwerken
- verdergaan

Werkwijze

Laat leerlingen voor de overleden leerling gedichtjes verzamelen of zelf schrijven of laat ze een briefje schrijven waarin b.v. onbeantwoorde vragen gesteld kunnen worden. Graaf met de leerlingen een plantgat in de schooltuin. Laat de tekstjes voor wie dat wil, voorlezen. Laat ieder zijn eigen gedichtje of briefje in het plantgat leggen en plant samen de boom. Je zou ook nog een naamplaatje bij de boom kunnen plaatsen. Nabespreken in de kring.

Benodigdheden

- Papier
- Boom
- Schop
- Een emmer gevuld met water
- Naamplaatje

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Goed om aan te geven dat alles wat je geschreven hebt voedsel geeft aan de boom.

Benodigde tijd

2 uren

Bronvermelding

Bert Haring s.g. Tabor Hoorn.

2.3 Emoties bij zelfdoding

Emoties als verdriet, schuld, schaamte en boosheid bespreekbaar maken.

Toepasbaar bij

Zelfdoding

Doel

Voorlichten en verwerken

Werkwijze

Bespreek met de leerlingen onder welke ellendige omstandigheden iemand de beslissing neemt zichzelf van het leven te beroven. Dat gevoelens van schuld heel normaal zijn maar dat de beslissing tot zelfdoding door de persoon zelf is genomen. Dat zelfdoding geen heldhaftige daad is om aandacht te krijgen maar voortkomt uit diepe wanhoop.

Laat leerlingen individueel en anoniem op papier antwoord geven op de vraag: ik voel mij... .

Spoor ze aan deze gevoelens met ieder op zijn/haar manier met kleuren, symbolen of wat dan ook te ondersteunen.

Hang de tekeningen bijvoorbeeld op het bord en bespreek na.

Benodigdheden

- Tekenpapier
- Kleurpotloden
- Kleurkrijt
- Viltstiften

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Afhankelijk van het stadium van verwerking kunnen emoties heftig zijn. Houdt dit in de gaten en grijp bij heftige uitingen in. Het is niet onverstandig met twee docenten te werken.

Benodigde tijd

2 uren

Bronvermelding

Bert Haring s.g. Tabor Hoorn.

2.4 Filosofergesprek

Een filosofergesprek houden met de klas over de zin van het leven (en de dood) en je eigen plaats en houding daarin.

Toepasbaar bij

Ernstige ziekte, plotselinge dood

Doel

- versterken
- verdergaan

Werkwijze

Kringgesprek met in het midden de filosofietjes (kaartjes) die naar eigen inzicht gepakt kunnen worden en beantwoord

Groepsgesprek naar aanleiding van de filosofietjes

Benodigheden

Kaarten met Filosofietjes: uitspraken om over na te denken, om het mee eens of oneens te zijn
Losse kaartjes en schrijfmateriaal om eigen filosofietjes toe te voegen

Benodigde tijd

1 lesuur

Bronvermelding

"Kinderen en de dood" Humanistisch Verbond, inleidingen conferentie oktober 1997, Roermond.

Bijlage bij: Filosofergesprek

<p>Eens of oneens Sommige leerlingen hebben de zekerheid nodig dat hun overleden vriend of vriendin de komende tijd niet vergeten wordt. <i>Rian Hoorns</i></p>	<p>Eens of oneens De plotselinge dood van een leerling of docent kan 'oud' verlies' weer actualiseren. <i>H. Barteling en C. Hanssen</i></p>	<p>Eens of oneens Vergeten is geen troost, het is de ontkenning van het verdriet. <i>Manu Keirse</i></p>
<p>Eens of oneens Het meest karakteristieke van de rouw is niet een voortdurende depressiviteit, maar de tijdelijke hevige pijnscheuten. <i>Manu Keirse</i></p>	<p>Eens of oneens Verlies verwerken staat gelijk aan arbeid verrichten. <i>Manu Keirse</i></p>	<p>Eens of oneens Kinderen weten heel goed aan te geven wat hen helpt en wat juist niet. <i>Karaleela Oldenkerk</i></p>
<p>Eens of oneens Voor wie er niet iedere ochtend mee wakker wordt, is het moeilijk te onthouden dat in een enkele moment de wereld voor altijd verandert. <i>Karaleela Oldenkerk</i></p>	<p>Eens of oneens 'Hij praat er nooit over' betekent in sommige gevallen: 'Hij praat er niet met mij over'. <i>Karaleela Oldenkerk</i></p>	<p>Eens of oneens Van de leerlingen zegt 40% dat er in de lessen geen aandacht wordt besteed, toe een leraar of leerling overleed. <i>Riet Fiddelaers-Jaspers</i></p>
<p>Eens of oneens Bij leren voor het leven hoort ook omgaan met de dood. <i>Riet Fiddelaers-Jaspers</i></p>	<p>Eens of oneens Kinderen en jongeren kunnen op een verrassende wijze troosten. <i>Marines van den Berg</i></p>	<p>Eens of oneens Volgens mij zijn niet de kinderen en jongeren het probleem, maar de volwassenen die denken: ik weet het beter... <i>Marines van den Berg</i></p>
<p>Eens of oneens Het is een mythe dat kinderen niet over de dood willen praten. <i>Heleen Schoots-Wilke</i></p>	<p>Eens of oneens Wanneer je het onderwerp doodzwijgt, laat je een kind alleen worstelen met zijn verdriet. <i>Heleen Schoots-Wilke</i></p>	<p>Eens of oneens Vergeten is geen troost, het is de ontkenning van het verdriet. <i>Manu Keirse</i></p>

2.5 Gebedsvanen

Het maken van gebedsvanen, zoals in Tibet gebeurt: gebeden worden geschreven op lange vanen papier of stof en opgehangen. De wind neemt de gebeden mee, en zo worden ze overgegeven aan de tijd en de elementen.

Toepasbaar bij

Vermissing of verdwijning, ernstige ziekte, zelfdoding, dood, plotselinge dood, moord en gezinsmoord

Doel

verwerken

Werkwijze

Bespreek wat gebedsvanen zijn, leg het principe uit, laat voorbeelden zien

Laat de leerlingen op repen stof een wens, gedachte of gebed schrijven

Hang de vanen aan lange lijnen in de wind, tot de stof verkleurd is en vergaan. De wind neemt de gebeden mee tot in alle uithoeken en dat kan bijvoorbeeld een vermissing heel symbolisch zijn. Natuurlijk kun je ze ook binnen het gebouw ophangen.

Je zou van de halfvergane repen stof ook een bal kunnen vormen en die aan een ballon op laten stijgen.

Variant: brievenkoord: brieven in enveloppen of zo aan een lange lijn binnen de school hangen

Benodigdheden

- Gekleurde lappen stof en/of papier waar vlaggen en vanen uit geknipt kunnen worden
- Stiften
- Lange stokken of lijnen
- Bevestigingsmateriaal (knijpers, draad)

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

- Spreek af wanneer de vanen weer weggaan
- Kleur van stof/papier kan door leerlingen individueel gekozen worden: veelkleurig, ieder zijn aandeel
- Zorg voor assistentie bij het ophangen

Benodigde tijd

Dagdeel

Bronvermelding

Ellen Koemans, Alfrink College, Zoetermeer

Voor achtergronden en ideeën over bevestiging: Barker, D. (2003), Tibetaanse gebedsvlaggen; geef je zegeningen mee aan de wind. Haarlem. Altamira-Becht

2.6 Gedachtenisprentjes

Elke leerling maakt een eigen gedachtenisprentje voor bijv. een gestorven klasgenoot. Dat kan in woord, maar ook in beeld.

Toepasbaar bij

Dood, plotselinge dood

Doel

- versterken
- verwerken

Werkwijze

- In de eigen klas korte instructie door de docent.
- De leerlingen werken al of niet individueel aan het bedenken en uitvoeren van hun idee hierover.
- Eventueel met muziek op de achtergrond, mogelijk lievelingsmuziek van de gestorvene.
- Je zou ook alle gedachtenisprentjes aan de muur kunnen hangen en de kinderen de kans geven om in stilte te kijken en te lezen. De leerlingen kunnen hier ook in groepjes van twee/ drie aan werken
- Misschien kunnen enkele leerlingen hun gedachtenisprentje voorlezen/ laten zien, maar alleen op vrijwillige basis.

Benodigdheden

- Pen
- Papier
- Kleur - en versiermateriaal
- Pritt (=plakmateriaal)

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

- In de literatuur wordt dit onderdeel omschreven als kwetsbaar. Een grote mate van veiligheid in de klas is absoluut vereist.
- Voldoende begeleiding moet aanwezig zijn om bepaalde leerlingen bij te staan.

Benodigde tijd

Ongeveer één (les) uur

Bronvermelding

Jaspers, Dirk (eindred.)(2002). Als de dood voor de dood op school : Verlies en verdriet in theorie en praktijk op de basisschool. Mechelen : Leefsleutels. (pag. 42.)

2.7 Gedichten

Lezen en schrijven van gedichten

Toepasbaar bij

Dood, plotselinge dood, ernstige ziekte, zelfdoding, vermissing of verdwijning, moord, gezinsmoord

Doel

verwerken

Werkwijze

- Zoek gedichten uit die met het onderwerp te maken hebben. Bij rouw zijn er talloze gedichten te vinden.
- Lees de gedichten, eventueel via een carrouselwerkvorm, laat leerlingen er op reageren.
- Wat vind je terug dat waar is voor jou, welke woorden dragen de juiste lading, welk gedicht vertaalt jouw gevoel?
- Daarna kun je leerlingen een poging laten wagen zelf gedichten te laten schrijven.
Bepreek
wat een gedicht is, wat de trucs zijn om je gevoelens in woorden te ordenen.
- Geef de leerlingen ruim de tijd Belangrijk is dat alles goed is.
- De gedichten kunnen op kaartjes of posters opgehangen of misschien zelfs in een bundeltje uitgegeven worden.

Benodigdheden

- Gedichten, veel voorbeelden
- Stencil met schrijftips
- Bij opschrijven op posters ook grote vellen
- Bij bundel : kopij in passend lettertype, kaft ontwerpen etc.

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Een variant is werken met raps, liedjes en verhalen

Voorbeelden van gedichten o.a. in: Kun je de dood ook groeten, diverse auteurs, Kok Kampen 2003 of Ik heb alleen woorden, H. Warren en M. Molegraaf (samenstellers), Amsterdam, Bert Bakker, 1998.

Benodigde tijd

2 uren/dagdeel/project

Bronvermelding

Ellen Koemans

Alfrink College, Zoetermeer

Bijlage 1 bij: Gedichten

Poëzie schrijven: tips

- Vooraf is belangrijk dat kinderen een aantal gedichten gelezen hebben, om de sfeer te proeven en om er over te kunnen praten
- Inventariseer met de kinderen de kenmerken van gedichten. Wanneer is iets een gedicht? Als het goed is rolt daaruit het beeld dat in poëzie eigenlijk alles mag, veel meer dan in proza. Wat vorm betreft: het mag rijmen, maar het hoeft niet, het mag in strofen en met hele regelmatige zinnen, maar het hoeft niet, je mag zelf weten hoe je gebruik maakt van de bladzijde, je mag het wit van de bladzijde gebruiken, je hoeft je niet te houden aan alle regels over hoofdletters en leestekens. Wat de inhoud betreft: het mag overal over gaan, elk onderwerp is goed. Vaak zit er wel een dubbele bodem in een gedicht, je kunt er wat langer over nadenken. Wat de taal betreft; meestal noemen leerlingen wel het bijzondere taalgebruik, het "poëtische".
- Je kunt versvormen kiezen die een duidelijke structuur hebben, als houvast. Voorbeelden hiervan zijn het **elfje**, waarin elf woorden worden gebruikt, en de **haiku**, een drieregelige Japanse versvorm.

Een **elfje** is als volgt opgebouwd:

<i>Zilver</i>	<i>een woord, kleur</i>
<i>Mijn tranen</i>	<i>twee woorden, mens dier of ding</i>
<i>Sporen van verdriet</i>	<i>drie woorden, mededeling over mens dier of ding</i>
<i>Ik laat je los</i>	<i>vier woorden, meer informatie</i>
<i>Bijna</i>	<i>een woord, samenvatting of afronding</i>

Een haiku bestaat uit 17 lettergrepen, geordend in drie regels van 5 – 7 – 5 lettergrepen:

*Je bent er niet meer
Maar ik voel je meer dan ooit
In alle dingen*

Een echte haiku bevat een natuurobservatie, die verbonden wordt aan een gevoel. In de bibliotheek en in de boekhandel zijn boekjes te vinden met voorbeelden.

Je kunt ook een vrijere versvorm kiezen. Het gaat dan om de taal die de leerling vindt en de ordening die hij of zij er in aanbrengt.

Tips voor bij het schrijven:

- Begin met een brainstorm: schrijf alles op wat in je opkomt bij een naam, een gevoel, een gebeurtenis. Door het associëren kom je op ideeën en ontstaat soms al een rijtje woorden die je kunt gebruiken.
- Een andere associatieoefening is die van de zintuigen. Bedenk bij een bepaalde herinnering of een gevoel hoe het er uit ziet, wat je hoort, wat je ruikt, hoe het smaakt en wat je voelt.
- Laat alle overbodige taal weg: schrap gerust. Hoe minder ballast van lidwoorden en overtoellige taal, hoe mooier de essentie naar voren komt.

Laat leerlingen rustig aan het werk gaan hiermee, benadruk dat alles goed is en stimuleer ze om verder te gaan of om nog andere dingen te schrijven. Eventueel kan iedereen zijn of haar gedicht op een groot vel papier zetten, in zijn eigen handschrift, of juist op kleine gekleurde papertjes, die later op een grote poster worden geplakt en worden opgehangen.

Bijlage 2 bij: Gedichten

Bruikbare gedichten bij format Gedichten

Enkele bruikbare gedichten:

- Weggaan, Rutger Kopland
- Voor een dag van morgen, Hans Andreus
- Het Egidiuslied (anonymus)
- Vlinders , Johanna Kruit
- De gestorvene, Ida Gerhardt
- Ziekentroost, J.C. van Schagen
- Ritueel, J.P. Rawie
- "O, als ik dood zal zijn", J.H. Leopold

Publicaties

- Jozef Deleu (samenstelling) (1998) Groot verzenboek : vijfhonderd gedichten over leven, liefde en dood : een thematische bloemlezing uit de Nederlandstalige poëzie van de twintigste eeuw. Tiel : Lannoo
- Yvonne van Emmerik (1997) Als vlinders spreken konden : voor kinderen die rouwen. Kampen : Ten Have
- Riet Fiddelaers-Jaspers (samenstelling) (2000) Waar ben je nu, zie jij me nog? : teksten bij een afscheid geschreven voor en door kinderen. Heeze : In de wolken
- Riet Fiddelaers-Jaspers (samenstelling) (2003) Kun je de dood ook groeten : 101 afscheidsgedichten. Kampen : Kok (hierin zijn gedichten van Hans Hagen, Johanna Kruit, Theo Olthuis, Ted van Lieshout en vele anderen opgenomen)
- Bert Voorhoeve (samenstelling) (1997) Verhalen en sprookjes op de grens van leven en dood. Zeist : Christofoor
- Aldert Walrecht (samenstelling) (1987) Grote Bloemlezing Mij liet je leven. Eindhoven : Citroenpers
- Diverse dichtbundels van o.a. Ted van Lieshout, Hans Hagen, Theo Olthuis, Johanna Kruit

2.8 Gevoelskwartet

Een kwartet maken en spelen waarin gevoelens aan bod komen en benoemd worden.

Toepasbaar bij

Dood, plotselinge dood, ernstige ziekte, zelfdoding, vermissing of verdwijning, moord, gezinsmoord

Doel

- verwerken
- verdergaan

Werkwijze

- Teken op kaartjes gezichtjes die een bepaald gevoel uitdrukken.
- Maak van deze gezichtjes ieder 4 kaartje en voor alle kaartjes dezelfde achterkant, plastificeer de kaartjes
- Speel het kwartet
- Als je een kwartet hebt, vertel dan wat jij weet over dat gevoel

Benodigdheden

- Witte kaartje
- (Dikke) zwarte stiften
- Plastificeerfolie of speciaal lamineerapparaat hiervoor

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Ook als levend kwartet te spelen

Je kunt er ook voor kiezen het kwartet zelf te maken en het alleen met de groep te spelen

Benodigde tijd

2 uren: 1 uur voor het maken en 1 uur voor het spelen.

Bronvermelding

Weijers, A. & P. Penning (2001). Het leven duurt een leven lang. Nijmegen : SON (I.s.m. Stichting Achter de Regenboog.) deel II, taak 2, p.14. ISBN 90-9014574-5

Bijlage bij: Gevoelskwartet

Werkblad kwartetspel

1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____	1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____
1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____	1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____

2.9 Gevoelsmasker

Gevoelsmasker maken waarin duidelijk wordt dat je buitenkant soms iets anders laat zien dan de binnenkant voelt.

Toepasbaar bij

Dood, plotselinge dood, ernstige ziekte, zelfdoding, moord, gezinsmoord

Doel

verwerken

Werkwijze

Maak gebruik van bestaande maskers of maak ze zelf van papier

Laat leerlingen hun naar buiten getoonde gevoelens tekenen op de buitenkant van het masker

Laat leerlingen hun naar binnen gekeerde gevoelens tekenen op de binnenkant van het masker

Benodigdheden

- Papier
- (Kleur)potloden, stiften
- Maskers (wit, stof) uit feestwinkel of zelfgemaakte papieren maskers
- Verf, kwasten en water
- Glittertjes, sterretjes, veren enz.

Benodigde tijd

2 uren

Bronvermelding

Fiddelaers-Jaspers, R. (2003). Rouw op je dak. 's-Hertogenbosch : KPC Groep, p. 81-83

Weijers, A. & P. Penning (2001). Het leven duurt een leven lang. Nijmegen : SON (I.s.m.

Stichting Achter de Regenboog.) deel II, taak 2, p.25 – 28. ISBN 90-9014574-5

2.10 Gordijn vol emoties

Het maken van een reeks van drie collages.

Toepasbaar bij

Dood, plotselinge dood, vermissing of verdwijning, zelfdoding, terroristische aanslag, gijzeling, moord, gezinsmoord

Doel

verwerken

Werkwijze

Gesprek over het gebeurde; welke emoties komen er los?

Eerst de 'negatieve' reacties, denk dan aan boosheid, woede, verdriet, enz. Beeld dit uit op een kaartje van A5 formaat. Maak bijvoorbeeld gebruik van bestaande (ansicht)kaarten of ga zelf knippen, plakken, tekenen, maar ook schrijven.

Alle kaartjes gaan in een transparant gordijn of op een bord. Bespreek dit.

Doe hetzelfde met 'positieve' reacties, de mooie herinneringen.

Tot slot de 'creatieve' reacties: wat zijn oplossingen/ hoe ga je er mee om/ heb je tips/ adviezen/ vragen?

Benodigdheden

- een doorzichtig plastic gordijn met allemaal vakjes erin (EXPO bijv.). Of een (verrijdbaar) bord.
- gekleurde kaartjes, A5 formaat.
- ansichtkaarten, tijdschriften, kleurtjes, stiften, scharen, lijm.

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Wellicht willen leerlingen langer aan een kaartje werken. Geef hiervoor altijd de ruimte.

Je kunt de kaartjes ook met elkaar herschikken om een mooier of duidelijker beeld te krijgen.

Zorg dat eenieders bijdrage evenveel waardering krijgt: het is geen creativiteitstest!

De derde collage kun je ook laten maken uit de eerste twee.

Benodigde tijd

2 uren, evt. met een langere tijd tussen de 2e en de 3e collage.

Bronvermelding

Anette van 't Erve, Alfrinkcollege Zoetermeer

2.11 Herinneringsdoosje

Ontwerp een doosje waarin je je verdriet kunt stoppen en/of je mooie herinneringen, dierbare gedachten etc. N.a.v. een verhaal van Toon Tellegen over de eekhoorn die een mooie avond wil bewaren en hem in een doosje stopt, zodat hij er altijd nog een keertje naar kan kijken als hij wil. De vormgeving van het doosje is natuurlijk ook heel belangrijk!

Toepasbaar bij

Ernstige ziekte, zelfdoding, vermissing, moord, gezinsmoord

Doel

verwerken

Werkwijze

- Geef leerlingen een 'bouwplaat' van een doosje, dat ze in elkaar kunnen zetten om er vervolgens mee aan de slag te gaan.
- Of laat leerlingen een doosje ontwerpen/meenemen. De opdracht kan dan zijn dat het doosje jouw gevoel weer moet geven: moet het doorzichtig, glad, rus, scherp, donker, teer zijn?
- Wat past bij de inhoud?
- Je kunt ook twee doosjes laten maken, of twee kanten in hetzelfde doosje: een dierbare kant en een verdrietige kant.
- Laat leerlingen in het doosje dingen stoppen die voor hen op dat moment hun gevoel weergeven: een symbool, een foto, een briefje

Benodigdheden

- Afhankelijk van de opdracht: papier, verf, allerlei materialen van karton tot hout, van plastic tot schuimrubber. Verf, glitters, touwtjes, lintjes, knopen etc.
- Eigen herinneringen van de leerlingen

Tips en speciale aandachtspunten voor begeleiders

- Het verhaal van Toon Tellegen kun je als inleiding gebruiken.
- Je kunt de doosjes tentoonstellen of mee naar huis geven.

Benodigde tijd

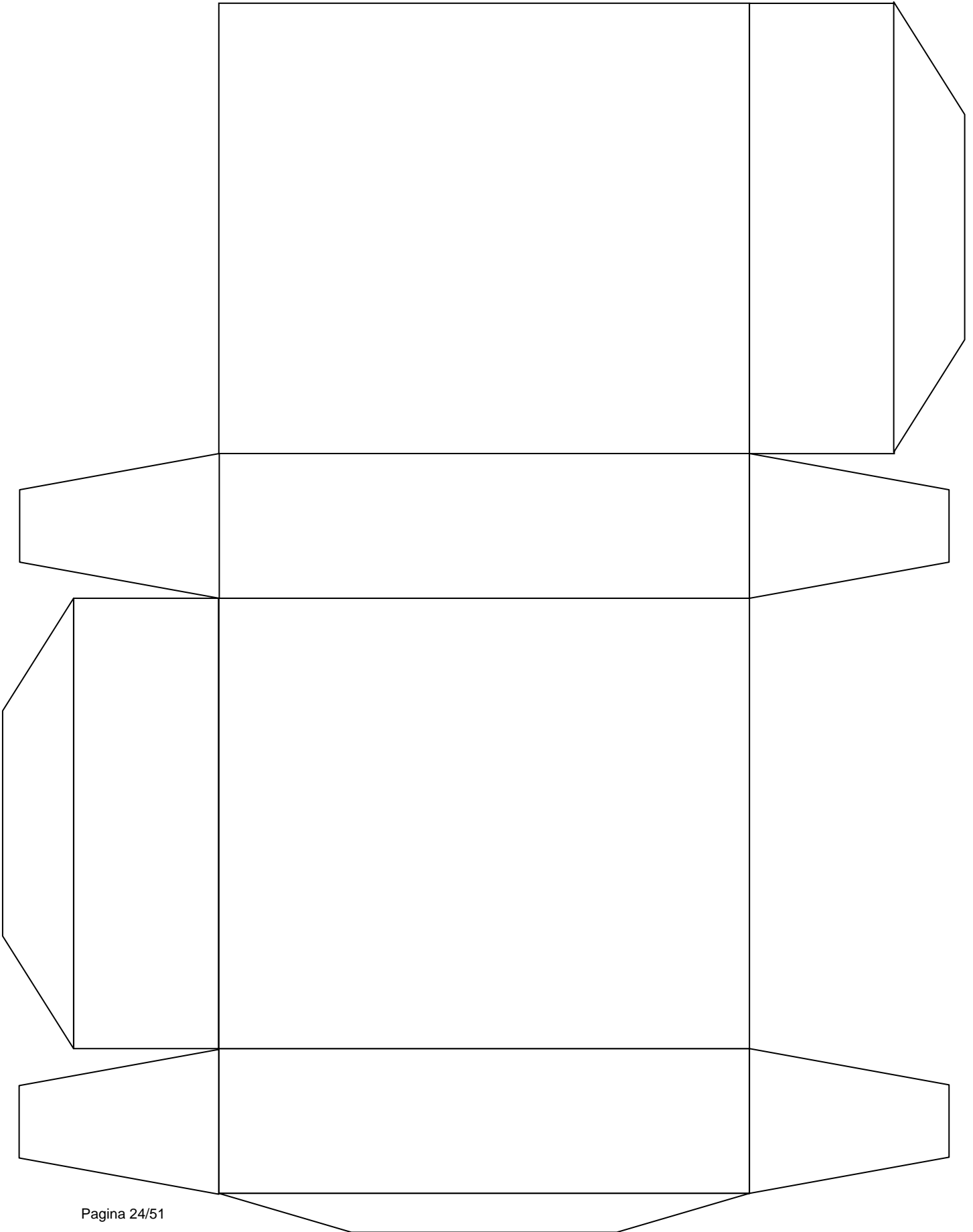
Een dagdeel

Bronvermelding

Tellegen, T. (1995) Bijna iedereen kon omvallen. Amsterdam : Querido kinderboeken, 1995 (p. 72, 73, 74)

Ellen Koemans, Alfrink College, Zoetermeer

Bijlage bij: Herinneringsdoosje



2.12 Herinneringsmuur

Herinneringsmuur maken n.a.v. een calamiteit. Later kan die muur omgevormd worden naar iets anders, iets blijvends of juist afgebroken worden om met de bouwstenen iets nieuws te maken.

Toepasbaar bij

Zelfdoding, vermissing of verdwijning, dood, plotselinge dood, gijzeling, terroristische aanslag, brand

Doel

verwerken

Werkwijze

- Op een plek in of bij de school bouwen de leerlingen een muur of een bankje, van bakstenen of keien.
- Het zou mooi zijn af en toe een nisje te maken, zodat er in het nisje iets neergezet kan worden wat met de gebeurtenis te maken heeft. De nisjes vormen de symbolische "luchtgaten".
- De muur wordt een soort herinneringsplek, een klagmuur, waar je briefjes kan neerleggen, voorwerpen kan neerzetten.
- Duidelijk zou moeten zijn dat na verloop van tijd de muur een andere functie zou moeten krijgen: de stenen worden gebruikt voor een bankje, de nisjes worden leeggehaald en beplant etc.

Benodigdheden

- Stenen, cement, troffels, herinneringen etc.
- Technisch toezicht en assistentie
- Wellicht een vergunning als het buiten is.

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

- Begeleiding is noodzakelijk, evenals overleg met de beheerder van het gebouw! Denk ook aan de brandveiligheid
- Op het Terra College in Den Haag is er na de moord op Hans van Wieren een herinneringsbank gebouwd op het schoolplein

Benodigde tijd

Enkele dagdelen/project

Bronvermelding

Ellen Koemans, Alfrink College, Zoetermeer

2.13 Hou contact

Video kijken met oproep om contact te houden met ernstig zieke jongeren, vervolgens kringgesprek en komen tot afspraken om het contact te bewaken.

Toepasbaar bij

Ernstige ziekte

Doel

voorlichten

Werkwijze

- Video bekijken met opname van programma "Jong" d.d. 29 januari 2003 waarin Ester van Weperen (22 jaar) een oproep doet om gewoon om te blijven gaan met ernstig zieke jonge mensen
- Klassengesprek n.a.v. de video. Een mogelijke uitkomst zou kunnen zijn het bijhouden van een klassendagboek voor de zieke of het contact houden via internet met webcam

Benodigdheden

Opname EO programma "Jong" van 29 januari 2003 met oproep Ester.

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

- Oud verdriet dat boven kan komen
- Het verhaal van Ester is ook te vinden op: <http://stichting-danielle.nl/lotgenoten.html>
- Wellicht bruikbaar: de site van de Vereniging Ouders, Kinderen en Kanker: <http://www.vokk.nl>.

Benodigde tijd

1 lesuur: totaal video-opname ongeveer 25 minuten en natuurlijk langer als het een vervolg gaat krijgen via bijvoorbeeld een klassendagboek.

Bronvermelding

Lieke Schasfoort, Carmelcollege Emmen. Geïnspireerd door idee Ester van Weperen via EO programma "Jong" en de Stichting Daniëlle.

EO programma "Jong" van 29 januari 2003. Te verkrijgen bij de afdeling Publiekszaken van de EO: tel. 035-6474645. Video € 29,95 + 4,95 verzendkosten, DVD € 39,95 + 2,50 verzendkosten

2.14 Ik denk ... ik voel

In een groep of individueel gevoelens van schuld en schaamte kanaliseren.

Toepasbaar bij

Zelfdoding

Doel

verwerken

verdergaan

Werkwijze

Werkblad 1. Ik denk... ik voel... Laat de leerlingen de gebeurtenis, in dit geval de zelfdoding, de negatieve gedachten die ze daarbij hebben en de gevoelens die dit oproept, opschrijven. Doe dit ook plenair, met op het bord een afspiegeling van het werkblad. Niet iedereen zal zijn gedachten en gevoelens met de klas kunnen of willen delen maar dat hoeft ook niet; je hebt aan een paar voorbeelden genoeg. Maak duidelijk wat irreële gedachten zijn en dat deze gedachten de oorzaak zijn van je negatieve gevoelens.

Werkblad 2. Ik denk... ik voel... Laat opnieuw de gebeurtenis opschrijven en laat leerlingen individueel of plenair op zoek gaan naar meer reële gedachten die bij de zelfdoding horen. Ga met de leerlingen na wat dit betekent voor de eigen gevoelens ten aanzien van de zelfdoding.

Benodigdheden

Werkblad 1 en 2. Ik denk... ik voel

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Duidelijk moet zijn dat door je gedachten te sturen in een meer reële richting je grip krijgt op je gevoelens van b.v. schuld en schaamte. Het is raadzaam deze bijeenkomst als mentor samen met een docent of leerlingbegeleider te doen.

Benodigde tijd

1 lesuur

Bronvermelding

Bert Haring s.g. Tabor Hoorn

Werkblad 1 Ik denk... ik voel...

Gebeurtenis

--

Gedachten

--

Gevoelens

--

Werkblad 2 Ik denk... ik voel...

Gebeurtenis

--

Gedachten

--

Gevoelens

--

2.15 Ik heb nog zoveel te vragen

Groepsgesprek over de gebeurtenissen en de vragen die dat oproept.

Toepasbaar bij

Dood, plotselinge dood, ernstige ziekte, zelfdoding, vermissing of verdwijning, gijzeling, terroristische aanslag, moord, gezinsmoord

Doel

- voorlichten
- verwerken

Werkwijze

Inleiding over het feit dat er geen gekke vragen bestaan

Vragen op papier laten zetten en in een doos doen

Vragen laten trekken, voorlezen en samen antwoorden bedenken of laten uitzoeken via internet of m.b.v. deskundigen

Benodigdheden

- Papier
- Schrijfmateriaal
- Doos

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Nodig eventueel externe specialisten uit als de schoolarts, brandweer, begrafenisondernemer enz. Afhankelijk van de situatie of de vragen die worden gesteld.

Zoek instanties op internet b.v. via de gemeentesite, <http://rouwverwerking.pagina.nl>,

<http://www.pagina.nl> om dan alfabetisch verder te zoeken (b.v. brandweer) of

<http://www.overheid.nl/organisaties/buiten/zorginstellingen> met b.v. alle landelijke GGD's op de rij.

Benodigde tijd

2 uren

Meer tijd als er veel opzoekwerk uit voortkomt dat nog in de groep teruggekoppeld moet worden of als het leidt tot een vervolgesprek met specialisten

Bronvermelding

Fiddelaers-Jaspers, R. (2003). Rouw op je dak. 's-Hertogenbosch : KPC Groep, p. 57

2.16 In evenwicht: mobile

Verdriet en ellende kunnen je uit evenwicht brengen. Troost en aandacht kunnen evenwicht misschien weer enigszins herstellen. Wat houdt jou in balans? Ontwerp een mobile met zowel je verdriet als je troost: het mag er allebei zijn en het een houdt het ander in evenwicht

Toepasbaar bij

Ernstige ziekte, zelfdoding, vermissing of verdwijning, dood, plotselinge dood, moord, gezinsmoord

Doel

- versterken
- verwerken

Werkwijze

- Laat leerlingen nadenken over hun verdriet en over hun troostervaringen.
- Laat ze dat verbeelden in een kleine voorwerpjes of symbolen, die ze aan de mobile kunnen hangen.
- De mobile moet in evenwicht kunnen blijven, het heeft iets teers en het is letterlijk en figuurlijk in beweging. Waar het evenwicht van de mobile ligt, moet je aftasten, uitproberen.
- Zie voor precieze werkwijze de bijlage

Benodigdheden

Koperdraad/ijsdraad, papier, lijm, knutselpullen, tangetjes, nylondraad.
Snelle mobile: gebruik een kleeërhanger

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Na verloop van tijd zou je de mogelijkheid kunnen bieden om de mobile aan te passen: wat kan er af, wat kan er bij?

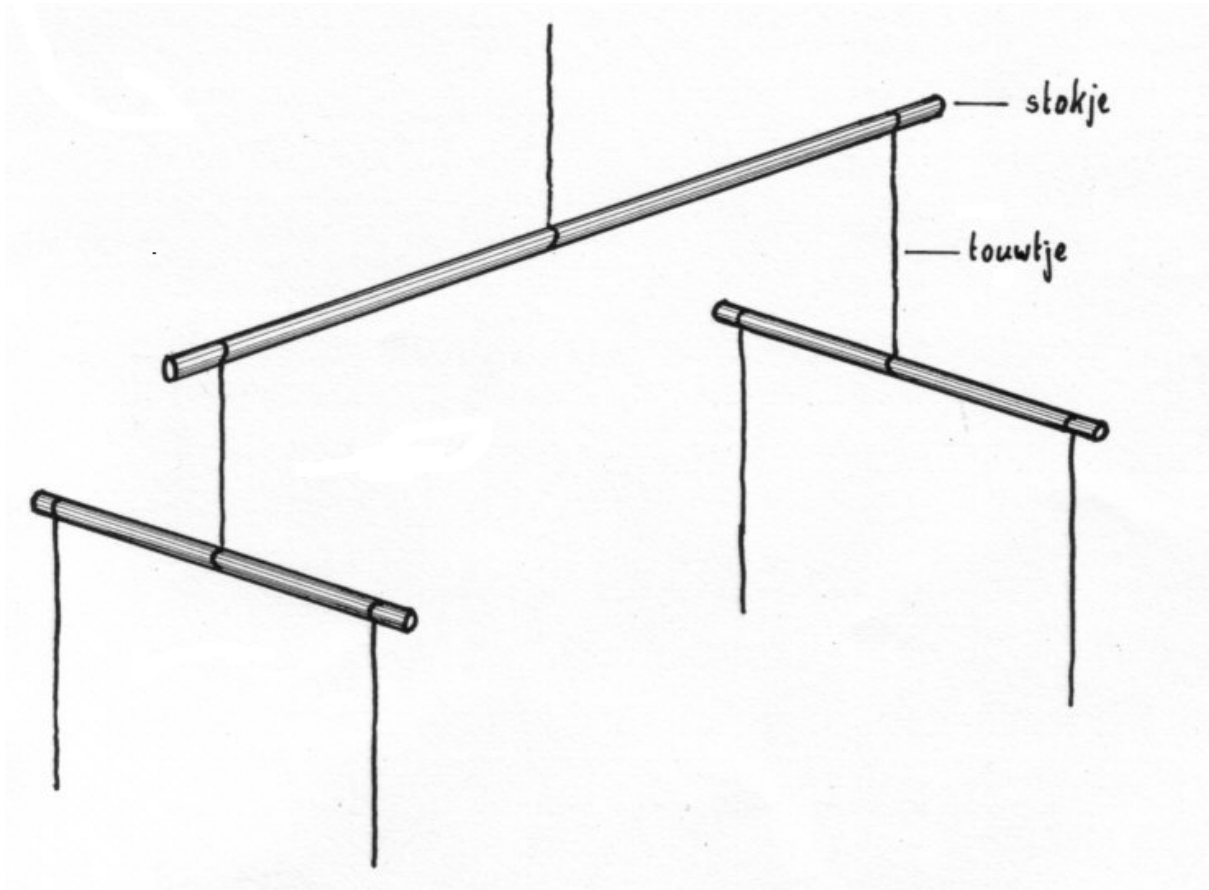
Benodigde tijd

dagdeel

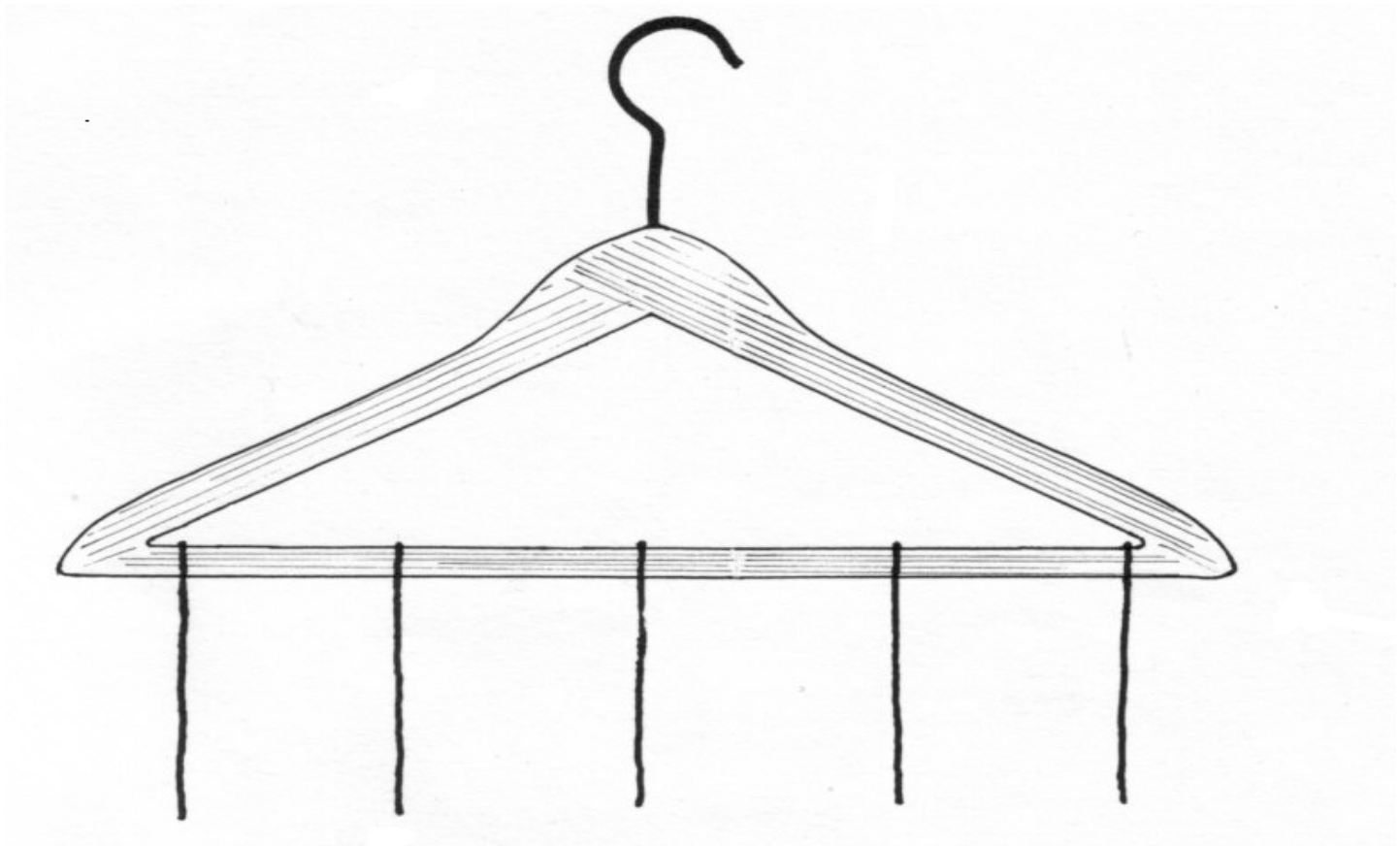
Bronvermelding

Ellen Koemans, Alfrink College, Zoetermeer

In evenwicht : Mobile



of



2.17 Japans schilderij

In de moderne Japanse schilderkunst wordt met drie penseelstreken een heel landschap opgeroepen. Elke leerling maakt een Japans schilderij van de gestorvene, door drie woorden te kiezen.

Toepasbaar bij

Dood, plotselinge dood

Doel

versterken

verwerken

Werkwijze

Elke leerling krijgt drie kaartjes

De leerling kiest drie goed overwogen woorden die een zo ruim mogelijk beeld van de gestorvene te geven. Hij schrijft op elk kaartje zo mooi mogelijk één woord.

Elk kaartje wordt verder versierd met bijv. viltstiften, maar het woord moet duidelijk zichtbaar blijven

Benodigdheden

Grote tekenvellen

Veel kaartjes van 15 x 15 cm

Viltstiften, kleurmateriaal

Pritt (=plakmateriaal)

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Als een leerling geen woorden kan bedenken, kan je de eigenschappen misschien laten tekenen.

Geef de leerlingen ruim gelegenheid hun "Japans Portret" te laten zien en eventueel toe te lichten

Plak alle kaartjes op één grote poster.

Benodigde tijd

Een (les)uur

Bronvermelding

Jaspers, Dirk (eindred.)(2002). Als de dood voor de dood op school : Verlies en verdriet in theorie en praktijk op de basisschool. Mechelen : Leefsleutels. (pag. 41.)

2.18 Kwaadmuur

Tekeningen over boosheid laten maken, om die vervolgens op een kwaadmuur te bevestigen en er weer af te gooien. Uiteindelijk van de eraf gegooide klei weer iets moois maken.

Toepasbaar bij

Dood, plotselinge dood, ernstige ziekte, zelfdoding, vermissing of verdwijning, brand, (inter)cultureel geweld, seksueel geweld, terroristische aanslag, moord, gezinsmoord

Doel

verwerken

Werkwijze

- Laat eerst een tekening maken om te laten zien waar je boos over bent.
- Tekeningen op de muur laten plakken en vervolgens met klei de eigen tekening er vanaf laten gooien.
- Als alles eraf is gegooid de klei verzamelen en er iets moois van maken om mee te nemen naar huis.
- Voorbeelden: hartjes, kaarsenstandaards, handen

Benodigdheden

- Papier- en tekenmateriaal
- Plakband
- Klei
- Zeil om als kwaadmuur te spannen tegen een muur
- Bak met water

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Laat kinderen lekker hard schreeuwen en elkaar helpen als die tekening er maar niet af wil
Kwaadmuur buiten is praktisch.

In plaats van een kwaadmuur, kan ook voor een klaagmuur worden gekozen met plekjes om de briefjes in te stoppen

Benodigde tijd

Dagdeel

Bronvermelding

Weijers, A. & P. Penning (2001). Het leven duurt een leven lang. Nijmegen : SON I.s.m. Stichting Achter de Regenboog. deel II, taak 2, p.39. ISBN 90-9014574-5

2.19 Memory planting

Planten van bomen, struiken of bloemen planten.

Toepasbaar bij

Dood, plotselinge dood, zelfdoding, moord, gezinsmoord, brand

Doel

- versterken
- verdergaan

Werkwijze

Op een plek bij school of in de schooltuin of op het schoolplein wordt voor de overleden leerling of docent één boom, struik of bloemenperkje geplant.

Benodigdheden

Bijv. bomen, struiken, Vergeet-me-nietjes

Materiaal om te planten

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Betrek biologiedocent hierbij

Uitbreiding mogelijk met behulp van muziek (herdenking). Inzet muzikdocent is dan welkom.

Let op uitvoerbaarheid als je bomen gebruikt. Is het praktisch? Neem kleine bomen of struiken

Benodigde tijd

1 lesuur, kan meer, afhankelijk of het een uitgebreidere herdenking wordt

Bronvermelding

Roswitha Fens, SG Tabor Hoorn

2.20 Rap

Een rap maken over de zelfdoding, de vragen en emoties die deze heeft opgeroepen, wat er voor ieder individueel en voor de groep veranderd is, hoe het verder moet.

Toepasbaar bij

Zelfdoding

Doel

- versterken
- verwerken
- verdergaan

Werkwijze

Maak de structuur van de beschikbare muziek duidelijk. Verdeel de groep in subgroepjes die ieder een gerichte opdracht krijgen betreffende de tekst. Studeer de rap in waarbij iedereen die dat wil zoveel mogelijk aan bod komt. Wellicht is er een keer een mogelijkheid de rap in de school te brengen.

Benodigdheden

Cd-speler

Cd met rapmuziek

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Maak afspraken met elkaar over wat je in de rap wel en niet kunt zeggen; dat anderen niet, ook niet onbedoeld, gekwetst mogen worden, dat je dus respectvol met de gevoelens van anderen om moet gaan.

Benodigde tijd

2 uren

Bronvermelding

Bert Haring s.g. Tabor Hoorn.

2.21 Stilteplek in school

Inrichten van stilteplek in school.

Toepasbaar bij

Dood, plotselinge dood, zelfdoding, vermissing of verdwijning, terroristische aanslag, moord, gezinsmoord, brand

Doel

verwerken

Werkwijze

Werkwijze wordt vooral bepaald door de leerlingen zelf. Willen ze foto's? Willen ze schriftjes om berichten achter te laten voor wie ze missen? Hebben ze behoefte aan boeken, gedichten etc.

Benodigdheden

Foto's overledenen; schriftjes per leerling; boeken rondom rouw, gedichten; dingen met symbolische waarde.

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Het is belangrijk dat het voor de leerlingen een plek wordt waar ze kunnen stilstaan bij hun overleden klasgenoten zoals zij dat willen.

Let op: Niet te centraal in school zodat het andere leerlingen niet stoort die geen behoefte hieraan hebben.

Spreek van te voren af of de plek permanent wordt of tijdelijk.

Spreek dan over opbouw, afronding en afbouw

Benodigde tijd

2 lessen. 1 voor planning en afspraken (wie zorgt voor wat) 1 voor uitvoering

Bronvermelding

Roswitha Fens, SG Tabor Hoorn

2.22 Symbolen in stenen

Iedere klas bedenkt een symbool en beeldt dit uit met stenen.

Toepasbaar bij

Dood, plotselinge dood, moord, gezinsmoord

Doel

verwerken

Werkwijze

Laat de klas op het gebeurde reageren, vraag met name om emoties. Schrijf alle reacties op het bord in een woordweb. Onderstreep de meest voorkomende.

Zoek naar een symbool dat dit centrale gevoel het beste weergeeft. Laat ze in groepjes werken. Kies één emotie/gevoel.

Laat er een plattegrond van tekenen op een A3-vel.

Maak met de klas een tekst die bij het symbool hoort (eerst in groepjes). Laat het op een mooi stevig kaartje schrijven.

Iedereen neemt de volgende keer zelf een steen(tje) mee: niet verplichten! Als klas leg je de stenen op de plattegrond, dit vereist overleg en samenwerking!

Maak een foto van het symbool (liefst digitaal, dan weet je zeker dat het een goede is.)

Aan het einde van de bijeenkomst neemt iedereen zijn steen mee en doet dit in de pilaar die hier speciaal voor gebouwd is.

De foto's en bijbehorende kaartjes worden in een album gebundeld en op een plek gelegd waar iedereen er in kan kijken.

Benodigdheden

- (Foto)album
- Gaas waarvan een pilaar gemaakt wordt (tuincentrum).
- A3 papier, stiften
- Stevig papier

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Je kunt dit ook doen met een groep leerlingen die direct bij de overledene betrokken zijn. De stenen kunnen dan in een vaas o.i.d. of mee naar het graf.

Zorg voor reservestenen.

Na de begrafenis/crematie kan het album aan de nabestaanden gegeven worden. Overleg dit met hen.

Benodigde tijd

2 x 1 lesuur

Bronvermelding

Anette van 't Erve, Alfrinkcollege Zoetermeer

2.23 Symbolen voor leven en dood

Leerlingen gaan op zoektocht naar hun persoonlijke symbolen voor leven en dood. Aan de hand daarvan volgt een gesprek

Toepasbaar bij

Dood, plotselinge dood, zelfdoding, moord, gezinsmoord

Doel

verwerken

Werkwijze

Opdracht vooraf: Zoek een voorwerp, een gedicht of iets anders, dat voor jou symbool staat voor het leven en een symbool voor de dood. Je kunt erover schrijven, dichten, zingen of praten.

Bespreking van de meegenomen symbolen

Benodigdheden

Door deelnemers mee te brengen

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Geef (ruim) van te voren aan wat de bedoeling is zodat deelnemers de tijd hebben iets te zoeken wat bij hen past.

Er kan voor gekozen worden de symbolen daadwerkelijk mee te nemen, maar je kunt ze ook laten benoemen en uitleggen.

Wat voor de één bij het leven hoort, kan volgens de ander bij de dood horen. Neem dit mee in de bespreking.

Zou ook gebruikt kunnen worden bij voorlichting over omgaan met de dood.

Benodigde tijd

2 lessen, maar niet achter elkaar: 1 lesuur uitleg en voorbereiding en 1 lesuur bespreking.

Bronvermelding

Weijers, A. & P. Penning (2001). Het leven duurt een leven lang. Nijmegen : SON (I.s.m. Stichting Achter de Regenboog.) deel II, taak 2, p.32. ISBN 90-9014574-5

2.24 Toekomstboom

Naar aanleiding van het verhaal van de drie bomen een tekening laten maken van de eigen toekomstboom om een toekomstperspectief te tonen en zichtbaar te maken van wie men steun verwacht.

Toepasbaar bij

Dood, plotselinge dood, ernstige ziekte, zelfdoding, vermissing of verdwijning, moord, gezinsmoord

Doel

verdergaan

Werkwijze

- Lees het verhaal voor
- Gebruik de werktekening of maak eigen tekening van toekomstboom
- Hang je belangrijkste toekomstplannen in deze boom
- Hang je belangrijkste voornemens in de boom
- Teken er belangrijke mensen bij die jou helpen je boom van de toekomst krachtig te laten zijn en te laten groeien

Benodigdheden

- Werkblad toekomstboom of eigen tekening
- Papier
- (Kleur)potloden, stiften

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Ook goed bruikbaar hierbij is het gedicht "De vriendenboom" van Martine Bijl, op Internet makkelijk te vinden via een zoekmachine.

Benodigde tijd

1 lesuur

Bronvermelding

Fiddelaers-Jaspers, R. [e.a.] Naar een nieuwe horizon. Werk- en herinneringsboek voor jongeren. ISBN 90-804773-8-9. Stichting In de Wolken (p.40 – 41)

2.25 Troost

Uitzoeken hoe de verschillende culturen/religies met verdriet en troost omgaan (voorlichten).
Troost vinden uit alle windrichtingen (verwerken)

Toepasbaar bij

Eerstige ziekte, zelfdoding, vermissing of verdwijning, dood, plotselinge dood, moord, gezinsmoord

Doel

- voorlichten
- verwerken

Werkwijze

Formeer groepen, niet speciaal samengesteld op cultuur en/of religie.

Laat leerlingen ervaringen uitwisselen van troost/verdriet/hoop/verwerken uit de diverse achtergronden.

Laat elke groep een ritueel kiezen om dat vervolgens zelf vorm te geven.

Laat de rituelen aan elkaar presenteren, of maak bijvoorbeeld een troostlokaal, waar je langs al die mogelijkheden kan gaan, om troost te vinden uit alle windrichtingen.

Benodigdheden

Boeken, informatiebronnen, toegang tot internet, mensen die erover kunnen vertellen.

Andere materialen zijn afhankelijk van de gekozen rituelen

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Kijk rond in het team of bij ouders of er mensen zijn die afkomstig zijn uit een bepaalde religie en vraag ze te assisteren

Zie: Veelkleurig verdriet: Afscheid nemen in verschillende culturen. I.Spee, D. Roos en R.

Fiddelaers-Jaspers. 's-Hertogenbosch: KPCGroep 2000

Benodigde tijd

Project/prestatie

Bronvermelding

Ellen Koemans, Alfrink College, Zoetermeer

2.26 Troostcirkels

Het zichtbaar maken van een eigen steunnetwerk door het maken van troostcirkels.

Toepasbaar bij

Dood, plotselinge dood, ernstige ziekte, zelfdoding, vermissing of verdwijning, moord, gezinsmoord

Doel

versterken

Werkwijze

Na korte inleiding over steun die mensen nodig hebben van hun omgeving

Cirkels van binnen naar buiten in laten vullen met: mensen uit eigen gezin, naaste familie en vrienden, belangrijke mensen als mentor, leerlingbegeleider of buurman, kennissenkring, mensen die je regelmatig ontmoet, maar die iets minder belangrijk voor je zijn.

Benodigdheden

(Kleur)potloden, stiften
Papier of werkbladen bijlage

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Bij verlies in eigen gezin zoeken leerlingen steun meer in cirkels die verder naar buiten liggen omdat men bang is in het gezin nog meer verdriet te brengen.

Relatieuishouding kan behoorlijk veranderd zijn en dat kan tegenstrijdige gevoelens opleveren.

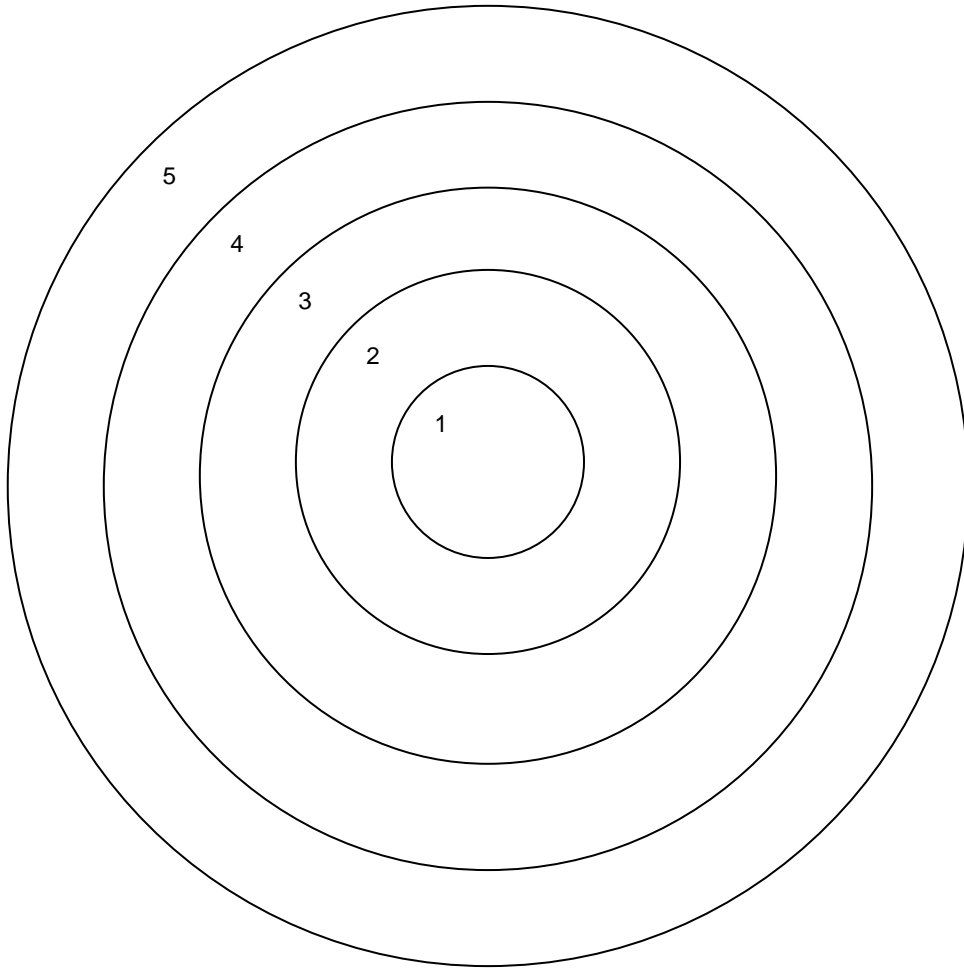
Benodigde tijd

1 lesuur

Bronvermelding

Fiddelaers-Jaspers, R. (2003). Rouw op je dak.'s-Hertogenbosch : KPC Groep

Bijlage bij: Troostcirkels



2.27 Troostpost

Troostpost maken met kraanvogels (symbool voor lang leven, hoop, geluk en tevredenheid) of vriendschapsbandjes (als internationaal symbool van vriendschap)

Toepasbaar bij

Ernstige ziekte

Doel

verwerken

Werkwijze

- Inleiding met b.v. het gedicht "Leo is ziek" door Han Hoekstra uit de bundel "Rijmpjes en versjes uit de oude doos"
- Inleiding over de gebruikte symbolen
- Keuze van symbool
- Maken kraanvogels of vriendschapsbandjes
- Pakket maken en afspreken hoe het wordt afgeleverd

Benodigdheden

- Vouw (origami)papier
- Katoenen garen om kraanvogels aaneen te rijgen
- Katoenen draden voor vriendschapsbandjes
- Verpakkingsmateriaal
- Vouwinstructie en knooptechniek zie bronvermelding

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Denk aan oud verdriet dat boven kan komen!

Ook op het internet zijn vouwinstructies van kraanvogels en knooptechnieken voor vriendschapsbandjes te vinden

Benodigde tijd

2 1esuren

Bronvermelding

Lieke Schasfoort, Carmelcollege Emmen

Yoarra (2005) Knotting 4 you. Vriendschapsbandjes en nog veel meer. Baarn : Cantecleer.

ISBN 90-213-3597-2

Wim Kros (1987) Kreatief met papier. Baarn : Tirion (p. 86, vouwinstructie)

.

2.28 Van scherven naar geheel: mozaïek

Mozaïek maken dat herinnering/troost vorm geeft (vanuit scherven naar een geheel werken)

Toepasbaar bij

Dood, plotselinge dood, ernstige ziekte, zelfdoding, vermissing of verdwijning, brand, terroristische aanslag, gijzeling, moord, gezinsmoord

Doel

verwerken
versterken

Werkwijze

Maak met kinderen een ontwerp dat past bij de gebeurtenis. (bijv. een symbool, een kleurenimpressie van de gevoelens die de gebeurtenis bij je oproep.) Probeer samen tot een ontwerp te komen.

Werk dit ontwerp uit in een "plattegrond". Zoek en knip tegels in de juiste kleuren en afmetingen, en laat leerlingen samen al pratend de stukjes inpassen op de plattegrond. Na de pasfase komt het lijmen, daarna het voegen. Het mozaïek moet een mooie plek krijgen in de school.

Voor een precieze werkwijze: zie bijlage

Benodigdheden

Ontwerp, papier, stiften, onderplaat, tegels, tangen, lijm, voegsel, veiligheidsbrillen, eventueel handschoenen.

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Zoek een werkruimte waar stromend water is.

De band Blöf heeft op de cd "Omarm" (EMI, 2003) een nummer staan dat gaat over de overleden drummer, Chris. Het nummer heet Barcelona en de ikfiguur in dit liedje mist in die stad zijn vriend. "ik zat in Parc Guell, tussen Gaudi's mozaïeken, zo gebroken en zo bont en blauw". (tekst van Peter Slager) Dit nummer en foto's van het werk van Gaudi kunnen misschien helpen bij deze werkvorm.

Benodigde tijd

Project

Bronvermelding

Alfrink College, Zoetermeer

Bijlage bij: Van scherven naar geheel

Mozaïek en benodigdheden

- Badkamertegels
- Multiplex onderplaat
- Kleine tegelsnijders
- Speciale kniptangen voor mozaïek (te koop bij speciaalzaak)
- Voegenmiddel (voor badkamertegels)
- Lijm, bijvoorbeeld Majolicol 682 van Eurocol

Wanneer je kleiner wilt werken kun je gebruik maken van kleine houten of spanen doosjes, spiegels met een houten rand etc.

Bij een multiplex plaat (9mm) van 1 vierkante meter moet je rekenen op 1,5 vierkante meter tegeltjes

Belangrijk

Als het kunstwerk een plaats moet krijgen aan de muur moet je van tevoren gaten boren in de plaat, waardoor het opgehangen kan worden. Later plak je steentjes over de gaten heen.

Ontwerp

- Maak een ontwerp
- Breng het ontwerp over op de onderplaat en verf het voor (zoals "painting by numbers")

Tegels

- Snij met behulp van de tegelsnijder de tegel in lange stroken. Dat werkt makkelijker bij het knippen
- Knip de stroken in kleine scherfjes, willekeurige vormen van ongeveer 1,5 bij 2 centimeter, of kleiner als je op een kleiner vlak werkt. Grillige vormen werken het best, probeer de gladde geglazuurde randjes van de stukjes af te knippen.

Mozaïek

- Pas en puzzel net zo lang tot de tegeltjes het ontwerp bedekken
- Smeer elk stukje tegel in met lijm, bijvoorbeeld met behulp van een ijslollystokje, ongeveer zo dik als pindakaas
- Druk het stukje stevig aan, tot de lijm er aan de zijkant onderuit komt. Let op: niet tot boven de rand van het scherfje!
- Hou tussen de scherfjes 2 a 3 millimeter ruimte aan voor de voeg
- Na het plakken moet het kunstwerk 24 uur drogen

Voegen

- Voeg water bij het voegpoeder tot een yoghurtachtige substantie. Eventueel kun je een kleurstof toevoegen, verkrijgbaar bij een groothandel/speciaalzaak voor professionele klussers
- Giet het voegmiddel over de tegeltjes en wrijf het er tussen m.b.v. een voegrubber
- Poets met een vochtige spons de steentjes tevoorschijn. Er blijft een poederachtig zweem over de steentjes liggen, als alles droog is kun je dit met een zachte doek weg wrijven zodat alles gaat glanzen.

Bron: Alfrink College, Zoetermeer, met dank aan Ingeborg van der Neut en Jose Boijens

2.29 VerBEELDing

Een expositie maken van de verbeelding van je gevoelens, van wat de gebeurtenis bij jou opriep, welke plaats het heeft gekregen etc.

Toepasbaar bij

Dood, plotselinge dood, ernstige ziekte, zelfdoding, vermissing of verdwijning, brand, terroristische aanslag, moord, gezinsmoord, pesten

Doel

- verwerken
- verdergaan

Werkwijze

Geef leerlingen de gelegenheid om uit allerlei materialen en technieken te kiezen. (foto, film, collage, beeld, schilderij, installatie etc.)

Laat leerlingen aan de slag gaan met de verbeelding van hun gevoelens

Stel daarna (met de leerlingen) de expositie samen, hetzij op internet, hetzij als echte tentoonstelling

Nodig mensen uit om te komen kijken naar het resultaat

Denk ook aan een catalogus, waarin iedereen zelf kan verwoorden welk facet hij of zij heeft verbeeld.

Benodigdheden

Alle mogelijke materialen op het gebied van verbeelding. (papier, verf, camera's, klei, hout etc.)

Tentoonstellingsborden

Een ruimte waar de expositie kan worden ingericht

Materiaal om een catalogus mee te maken: papier, tekstverwerkers, mogelijkheid tot reproductie

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Net als bij een echte tentoonstelling moet het eindresultaat eindelijk zijn: het heeft even een vaste plaats gehad, bijvoorbeeld in school, maar het is tijd om verder te gaan.

De expositie kan digitaal of als echte tentoonstelling worden opgezet

Benodigde tijd

Dag of project

Bronvermelding

Ellen Koemans, Alfrink College, Zoetermeer

2.30 Website herdenken

Het maken van een website, of een onderdeel van de schoolwebsite

Toepasbaar bij

Dood, plotselinge dood, zelfdoding, brand, moord, gezinsmoord

Doel

verwerken

Werkwijze

Zoek allereerst contact met de websitebeheerder van de school.

Ga met de leerlingen de wensen, de mogelijkheden en de onmogelijkheden na. Wat kan er op de site, wat willen ze graag op de site? Bij een herdenkingsite kun je denken aan foto's, een condoleanceregister, mooie herinneringen en dergelijke. Ook mededelingen over het afscheid kunnen op zo'n site komen.

Benodigdheden

Op internet zijn eenvoudige bouwprogramma's voor websites te vinden, maar de ICTbeheerder op school is wellicht de eerste informatiebron

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Overleg eerst met de familie en de nabestaanden!

Leerlingen kunnen heel bedreven zijn in het maken van websites, gebruik hun expertise en maak ook gebruik van de kennis die bij collega's aanwezig is.

Pas op met een forum of bijvoorbeeld een condoleanceregister, de reacties daarop kunnen wel eens heftig zijn of nieuwe problemen oproepen. Zorg voor een controle (bijvoorbeeld door eerst de bijdrage te laten mailen naar iemand die het overzicht houdt)

Maak afspraken over de periode dat de site in de lucht is.

Maak een papieren versie voor de nabestaanden.

Kijk ook eens op <http://altaar.kro.nl/default.asp>, een mogelijkheid om via internet een digitaal altaar te maken.

Benodigde tijd

Prestatie/project

Bronvermelding

Ellen Koemans, Alfrinkcollege Zoetermeer

2.31 Zorgenboom

Met de klas een boom maken waarin alle zorgen een plek krijgen

Toepasbaar bij

Vermissing of verdwijning, dood, plotselinge dood, moord, gezinsmoord

Doel

- versterken
- verwerken

Werkwijze

- Bevestig aan de wand een groot papier
- Teken of plak daarop een boom
- Zorg voor een mooie achtergrond
- Laat op los papier leerlingen hun zorgen zetten
- Hang die vervolgens in de boom

Benodigdheden

- Gekleurd papier, karton
- Eventueel behangpapier
- Schaar, lijm, plakband, punaises
- (Kleur)potloden, viltstiften
- Bij een driedimensionale boom zijn ook hout en metaal bruikbaar.

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

Zorg voor een regelmatig gesprek over zorgen die (qua importantie van het moment) verhangen mogen/moeten worden in de boom.

Geef de ruimte om op den duur de boom ook te voeden met mooi en leuke gebeurtenissen.

Daardoor houdt hij genoeg kracht om de zorgen te kunnen blijven dragen.

Alleen uitvoerbaar met (min of meer) vast (mentor)lokaal

Let op kwetsbaarheid als meerdere groepen van dat lokaal gebruik maken, kies dan eventueel voor weghaalbare constructie

Benodigde tijd

1 lesuur voor de opzet, het daarna bijhouden van de boom is afhankelijk van de situatie en de groep.

Bronvermelding

Weijers, A. & P. Penning (2001). Het leven duurt een leven lang. Nijmegen : SON, I.s.m. Stichting Achter de Regenboog. deel II, taak 0, p.6. ISBN 90-9014574-5

2.32 Zorgpoppetjes

Zorgpoppetjes maken (Guatemala)

Toepasbaar bij

Dood, plotselinge dood, ernstige ziekte, zelfdoding, vermissing of verdwijning, pesten, terroristische aanslag.

Doel

- versterken
- verwerken

Werkwijze

Maak het lijf van drie stukjes ijzerdraad(sluiters). Draai twee samen vanaf nek tot taille en laat benen vrij. Gebruik de derde als armen.

Omwind met wol of borduurgaren (en ev. stof) het lijfje en laat handen en voeten vrij.

Maak het hoofd van stof of door met garen het uiteinde van de ijzerdraadsluiters te bedekken.

Lijm ev. goed vast

Benodigdheden

- IJzerdraad sluiters voor (afval)zakken
- Wol of borduurgaren, stofjes
- Eventueel papier voor het hoofd
- Schaar, lijm
- Eventueel kleine (pillen of lucifer) doosjes om ze in te bewaren

Tips en aandachtspunten voor begeleiders

De poppetjes zijn ook te koop in de Wereldwinkel of Fair Trade winkels

Afbeeldingen en werktekeningen zijn op Internet makkelijk te vinden via een zoekmachine

Benodigde tijd

1 lesuur

Bronvermelding

Weijers, A. & P. Penning (2001). Het leven duurt een leven lang. Nijmegen : SON deel II, taak 0, p.8. ISBN 90-9014574-5

Medewerking

Aan de lesideeën hebben meegewerkt: Ariëlle de Ruyter, Femke van Galen en Carlijn de Roos (Stichting Impact) en Laura Beek, Jet Strijker en Arend Groot (Psychotraumacentrum WKZ, Utrecht). Het verzamelen en uitschrijven van de werkvormen kwam tot stand in nauwe samenwerking met Ellen Koemans en Anette van het Erve (Alfrink College, Zoetermeer), René Kok (Sint-Janslyceum, 's-Hertogenbosch), Matyeta Hukom (Herberd Vissers College, Nieuw-Vennep), Lieke Schasfoort (Carmelcollege, Emmen), Bert Haring en Roswitha Fens (Scholengemeenschap Tabor, Hoorn).

Bronvermelding en auteursrecht

Bij het overnemen van lessen is waar nodig vooraf toestemming gevraagd aan de auteursrechthebbenden en hebben we zoveel mogelijk vermeld waar bepaalde lessen vandaan komen. We zijn daarin niet in alle gevallen geslaagd. Zij die menen alsnog rechten te ontlene aan bepaalde tekstdelen, kunnen contact opnemen met Ine Spee (projectleider).