

## Lessuggesties Rouwen Bouwenbouw

Niet iedereen praat gemakkelijk over de dood en over rouw. Toch is de dood onlosmakelijk met het leven verbonden. Het leven is vergankelijk. Planten, dieren en ook mensen zullen op een dag sterven. In Nederland verliezen bijna 6.000 kinderen per jaar een van hun ouders (CBS.nl). Daarnaast krijgt een minder grote groep te maken met het verlies van een broer of zus. In elke klas zal er hoe dan ook een moment zijn waarop de kinderen te maken krijgen met het overlijden van iemand. Iemand die dicht bij ze staat, die ze kennen via hun vriendjes of doordat er een heftig voorval in de maatschappij gebeurt.

Niet alleen het overlijden van mensen heeft impact, ook na het verlies van een huisdier is er sprake van een rouwproces. Onderzoek heeft uitgewezen dat het belangrijk is om over dit verlies te praten. Om de vragen die kinderen hebben niet onbeantwoord te laten, maar om hen ruimte te geven om hun gevoelens te uiten en daar aandacht aan te besteden. Hierbij is het belangrijk om de behoeften van de kinderen te volgen.

Deze lesbrief geeft praktische handreikingen om met de leerlingen in de klas te praten over de (angst voor de) dood en rouw. De lessen kunnen onafhankelijk van elkaar worden uitgevoerd



### Filmpjes

Wil je samen met de klas een video kijken over het onderwerp? Kijk op:  
[Mijn vader heeft zelfmoord gepleegd](#)

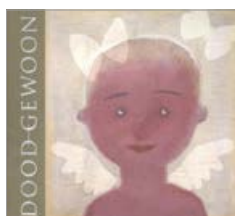
### Klasgenootje missen

Als de klas te maken heeft met het overlijden van een medeleerling, is het goed om het bespreekbaar te maken. Lees bijvoorbeeld het gedicht 'Altijd overal' (uit Doodgewoon) voor.

Praat daarna met de kinderen over wat ze het meest missen aan hun klasgenootje. Wat was bijzonder aan dit kind? En hoe willen ze altijd aan hem of haar blijven denken?

Maak hierna samen een gedenkplek. In de klas of ergens anders. Betrek de kinderen bij de keuze waar de gedenkplek moet komen, maar ook bij het bepalen welke spullen ze er willen neerzetten. Een foto, een kaars, het favoriete boek, de bal waar hun klasgenootje altijd mee speelde ... ?

## Tipboeken



### Kringgesprek

[*luistervaardigheid & spreekvaardigheid*]

Lees een van de tipboeken voor aan de leerlingen of laat de leerlingen zelf een boek kiezen over het onderwerp. Hou daarna naar aanleiding van dit boek een kringgesprek in de klas over rouw. Creëer een open sfeer, waarin de leerlingen voelen dat ze alles mogen zeggen.

- Lees het gedicht 'Bang' uit het boek *Doodgewoon* van Bette Westera. Hoe denken de kinderen over de dood? Zijn ze er bang voor? Waarom wel/niet? Hoe erg is het om bang te zijn voor de dood? Helpt het je voorzigtiger te zijn? Of durf je juist helemaal niets meer te doen? Wat helpt hen in nadenken over de dood? Worden ze geholpen door religie? Of krijgen ze hulp van anderen? Wordt er in het gezin vrij gesproken over de dood? Of is er geen ruimte om er over te praten? Zouden ze dat graag anders zien?
- Vraag de kinderen om een van de boeken over het thema te lezen. Ga daarna in groepjes met elkaar in gesprek over de boeken. Waar ging het boek over? Wat vonden ze het mooist uit het boek? Waar werden ze verdrietig van? Hoe ging de hoofdpersoon uit het boek om met de dood? Konden ze er goed over praten? Hebben de kinderen zelf weleens meegemaakt dat iemand uit hun omgeving dood ging? Hoe hebben ze toen afscheid genomen?
- Kijk samen naar de mini-documentaire *Mijn vader heeft zelfmoord gepleegd*. Hierin vertelt Arthur hoe hij het nieuws te horen kreeg en wat voor impact het heeft gehad op zijn leven.

Bereid de leerlingen vooraf voor op het onderwerp. Dat het een moeilijk onderwerp is, maar dat Arthur zijn verhaal graag deelt omdat hij wil dat er meer over gesproken wordt.

Neem na het filmpje ruim de tijd om over het onderwerp na te praten. Hoe voelen de leerlingen zich? Wat vinden ze van het filmpje? Hebben ze zelf ooit zoiets meegemaakt of kennen ze iemand die het heeft meegemaakt? Kunnen ze zich voorstellen dat mensen zo verdrietig zijn dat ze niet meer willen leven? Hoe zouden ze die mensen kunnen helpen? Kúnnen ze die mensen wel helpen? Kunnen ze zelf naar iemand toe als ze verdrietig zijn? Maak duidelijk dat het belangrijk is om te praten over je gevoel.

### Tijd om te rouwen

[*Schrijfo opdracht*]

Bespreek voordat je met deze opdracht aan de slag gaat met de klas hoe lang zij vinden dat een rouwproces moet duren. Wanneer zou een nabestaande moeten stoppen met denken aan een persoon? Bestaat er een klok die aangeeft wanneer je klaar bent met het rouwproces? Leg uit dat er geen regels zijn als het gaat om rouwen.

Geef de kinderen nu de opdracht om elkaar te interviewen over het onderwerp 'tijd om te rouwen'. Hoe denkt de geïnterviewde over de dood en over rouwen? Is dat anders dan hoe de

kinderen zelf denken? Laat ze dit verwerken tot een gedicht of een verhaal. Lees de gedichten/ verhalen voor in de klas en bundel ze eventueel tot een boekje die de kinderen mee naar huis kunnen nemen.

**TIP:**

**In plaats van de kinderen elkaar te laten interviewen, kun je ze ook de opdracht geven om hun ouders of gezinsleden te interviewen over dit onderwerp. Op deze manier wordt het thuisfront betrokken bij het thema.**

**Rouwen in andere culturen**

Ieder mens gaat anders met afscheid en rouw om. Wat normaal is in onze cultuur, is bijzonder in een andere cultuur. Wij vinden het moeilijk, maar in andere culturen wordt het veel meer gezien als een proces dat ook bij het leven hoort. Zo zijn wij in de regel vrij stil bij begrafenissen, maar bewijzen Maori's hun overledenen de laatste eer door een haka te doen. In de westerse wereld is zwart de kleur van de rouw, in de Zuid-Afrikaanse cultuur rood en in de Chinese cultuur wit. In China wordt vuurwerk afgestoken om de boze geesten te verdrijven en in Mexico eten de mensen nog een laatste maal bij het graf.

Laat de studenten in groepjes van drie of vier samenwerken aan een mini-documentaire over de dood in een andere cultuur. Ze mogen zelf een bevolkingsgroep kiezen. Zorg er wel voor dat er geen dubbele bevolkingsgroepen zijn en dat de verschillende continenten aan bod komen. Mogelijke vragen die de leerlingen kunnen beantwoorden: hoe gaan de mensen in de gekozen bevolkingsgroep om met de dood? Wordt het verdriet hardop geuit of zacht? Hoe gaat het afscheid? Is er sprake van een begrafenis of crematie? En hoe gaat dat dan? Zijn er regels voor de kleding? Welke rituelen zijn er? Is er sprake van een speciale periode van rouw? Etc.

Na een week laten de kinderen de gemaakte documentaires aan elkaar zien. Welke verschillen zien ze? Praat hier nog over na.

**TIP**

**Inspiratie nodig? Kijk dit filmpje over de dood in het hindoeïsme van scholieren Emma en Noah.**

**Oorlogskind**

Laat de kinderen een exemplaar lezen van *Oorlog zonder vader* of lees dit samen in de klas. Als je in oorlog leeft, is er de voortdurende kans om iemand te verliezen of om zelf te sterven. Laat de kinderen in duo's in gesprek gaan over dit onderwerp en een persona\* maken van een kind dat met oorlog te maken heeft. Hoe voelt hij zich? Wat ziet hij? Wat zijn zijn angsten en wat zijn zijn wensen? Is een kind in de oorlog anders dan een kind hier? Hang de persona's op in de klas en bespreek ze met elkaar.

**TIP:**

**Zijn er kinderen in de klas die een oorlog hebben meegemaakt of iemand kennen die een oorlog heeft meegemaakt? Laat ze hier dan over vertellen.**

**Troost**

*[groepsopdracht]*

**Als iemand is overleden, brengen mensen vaak een gerecht naar de nabestaanden. Wat voor eten vinden de leerlingen troostrijk? Maak samen met de leerlingen dit troostrijke menu voor iemand die met verlies te maken heeft gekregen.**

\* Een persona is een tekening van een personage waaromheen de eigenschappen zijn geschreven. Dit kunnen de kinderen op hun eigen manier doen. Ze mogen deze in de kleding van de persoon schrijven, of in steekwoorden eraan.

Mensen die ziek zijn maken soms een bucketlist. Dat is een lijst van dingen die ze nog willen doen voordat ze sterven. Maar voor een bucketlist hoef je niet te wachten totdat je ziek bent.

Schrijf of teken hier 5 dingen op die je graag zou willen doen.

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....

Welke van de vijf wensen zou je nu al kunnen uitvoeren? Schrijf die in grote letters op een A4 en hang het op in de klas. Je hebt nu een afspraak met jezelf en je klasgenoten. Bepaal samen met de rest van de klas wat je in de komende week van je bucketlist gaat afstrepen.

Gedaan?

Maak nu een plan.

1. Bespreek thuis met je ouders hoe je jouw wens kunt uitvoeren.
2. Maak een afspraak om het te doen.
3. Maak foto's of een filmpje van de gebeurtenis en neem die mee naar de klas.
4. Maak een posterpresentatie van jouw bucketlist, met het bewijs van uitvoering.
5. Nodig alle ouders uit om na te praten.

### Nodig:

tijdschriften  
A3-papier (A4 kan ook)  
stiften  
schaar  
lijm.

### Wat is een posterpresentatie?

1. Schrijf op een A3-vel op wat jouw wens was.
2. Plak foto's op de poster waarin je de verschillende stappen van de uitvoering laat zien. Bijvoorbeeld een foto vooraf als je iets heel spannend vond. Een foto tijdens het doen en eentje erna. Schrijf uitspraken op die je hebt gedaan. Hoe was het om je wens uit te voeren?
3. Laat de posters aan elkaar zien. Vertel aan elkaar waarom je sommige keuzes hebt gemaakt. Hoe was het om je wens ook echt uit te voeren? Was het spannender dan je dacht? En durf je nu ook andere dingen op je bucketlist te gaan doen?