

WEBINAR

KIND IN ROUW

Laura Rovers Martini

LETTER
en lijn

www.letterenlijn.com

AGENDA

- Rouw bij kinderen (4 - 12 jaar)
- Communicatie
- Gedrag en rouw: de 4 B's
- Rituelen en herinneren
- Er zijn voor je kind
- Q&A en afsluiting



ROUW IS DE NATUURLIJKE REACTIE OP VERLIES

KINDEREN ROUWEN ANDERS



DUALE PROCES VAN ROUW

Verliesgericht

Confrontatie met verlies

Betekenenissen en gevoelens

Loslaten/aangaan/herdefinieren van
relaties

Ontkennen/vermijden
van herstel

Herstelgericht

Deelnemen aan veranderende wereld

Nieuwe dingen doen

Afleiding van verlies

Ontkennen/vermijden van verdriet

Nieuwe rollen/identiteit/relaties

DUALE PROCES VAN ROUW

Verliesgericht

Confrontatie met verlies

Betekenenissen en gevoelens

Loslaten/aangaan/herdefinieren van
relaties

Ontkennen/vermijden
van herstel

DUALE PROCES VAN ROUW

Herstelgericht

Deelnemen aan veranderende wereld

Nieuwe dingen doen

Afleiding van verlies

Ontkennen/vermijden van verdriet

Nieuwe rollen/identiteit/relaties

DUALE PROCES VAN ROUW

Verliesgericht

Confrontatie met verlies

Betekenenissen en gevoelens

Loslaten/aangaan/herdefinieren van
relaties

Ontkennen/vermijden
van herstel

Herstelgericht

Deelnemen aan veranderende wereld

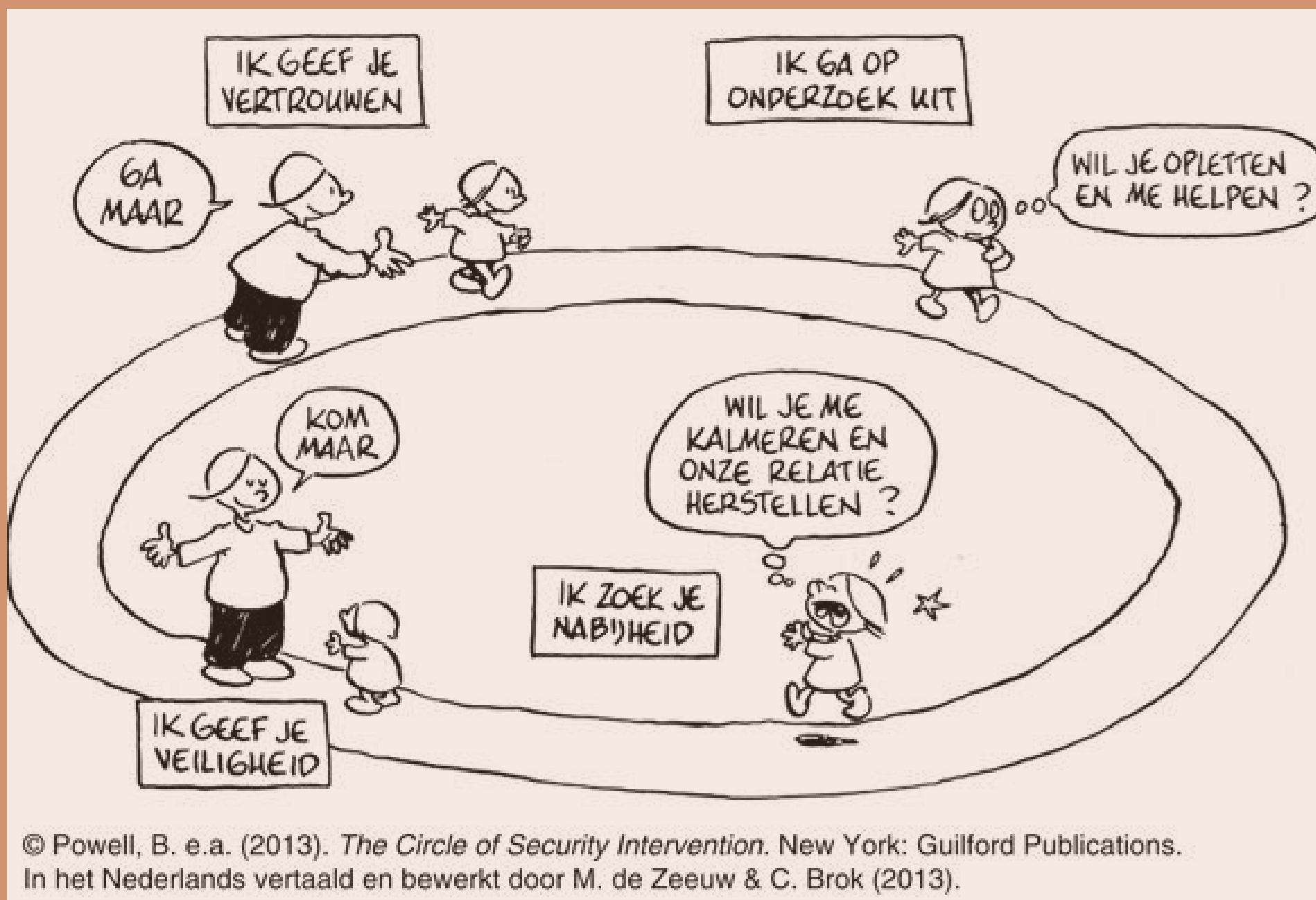
Nieuwe dingen doen

Afleiding van verlies

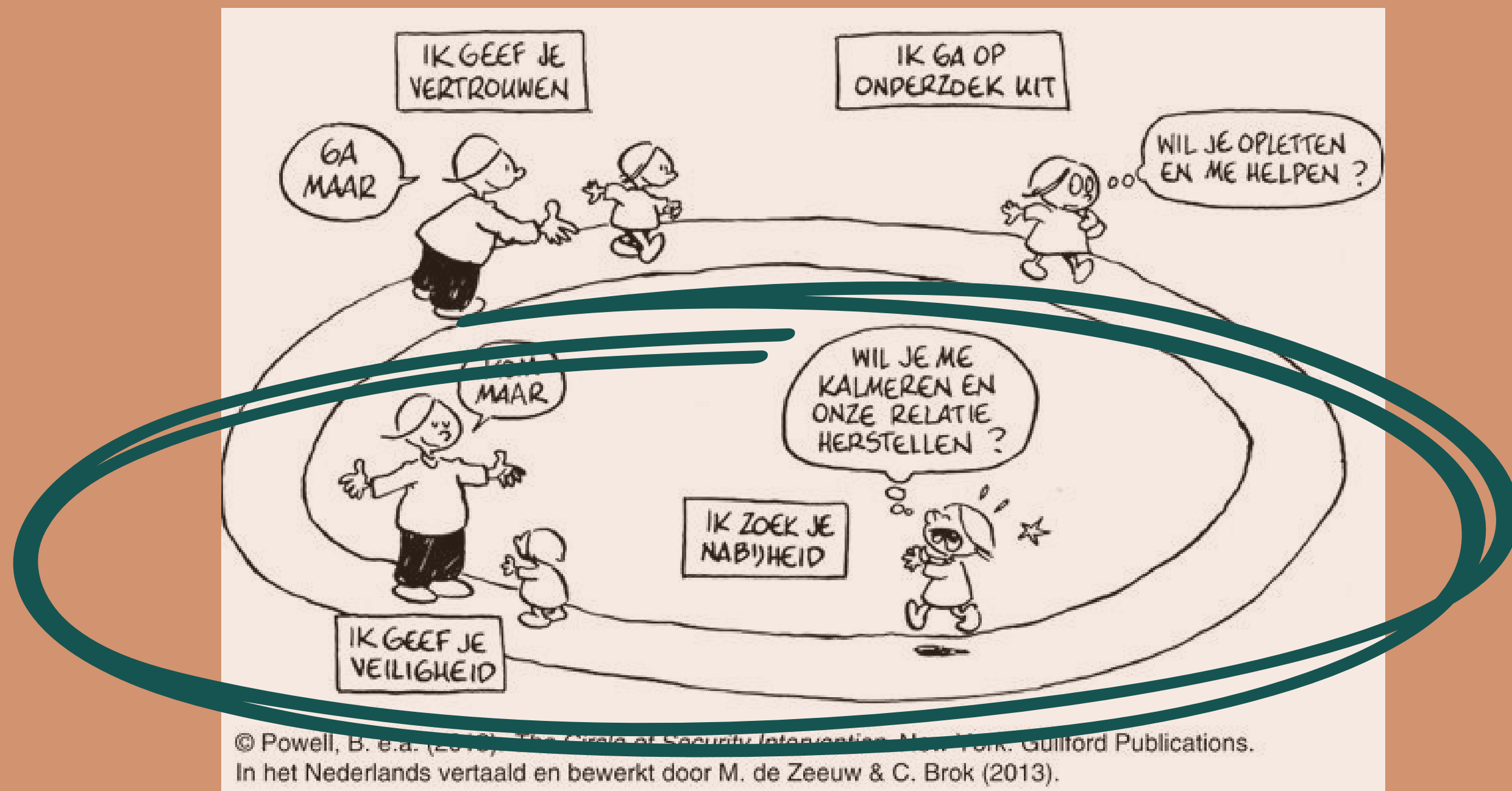
Ontkennen/vermijden van verdriet

Nieuwe rollen/identiteit/relaties

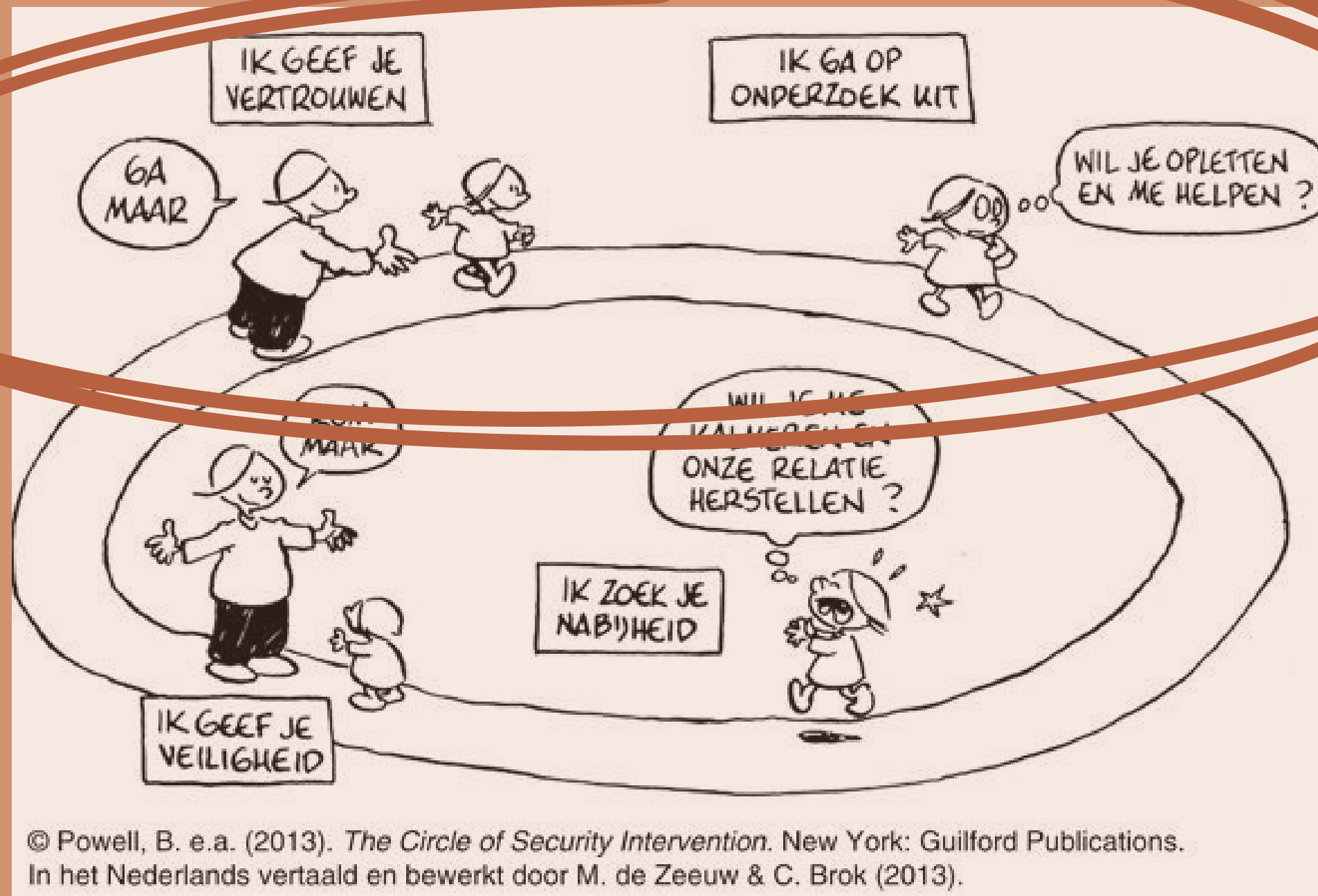
CIRKEL VAN VEILIGHEID EN VERTROUWEN



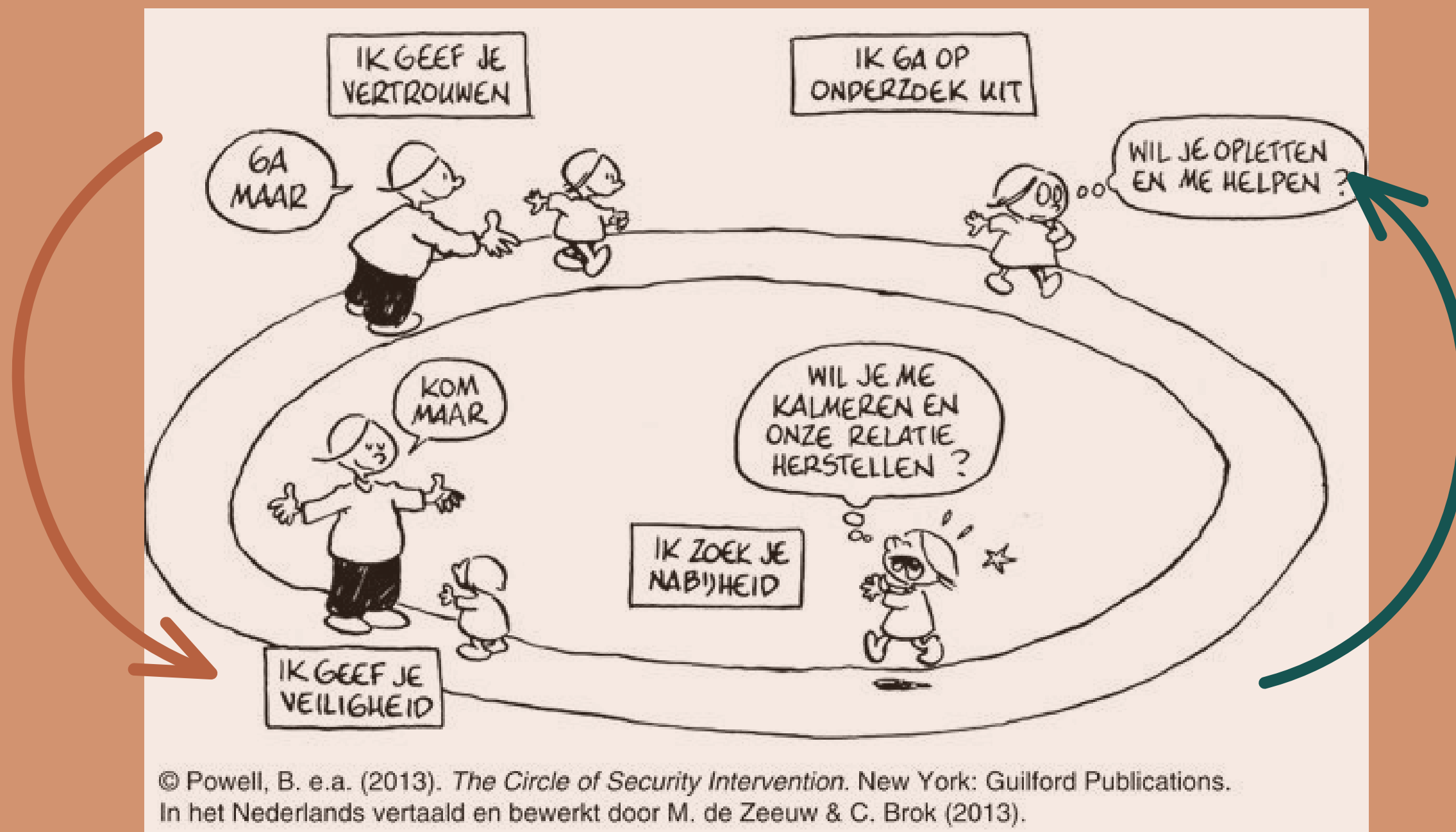
CIRKEL VAN VEILIGHEID EN VERTROUWEN



CIRKEL VAN VEILIGHEID EN VERTROUWEN



CIRKEL VAN VEILIGHEID EN VERTROUWEN



KINDEREN BEGRIJPEN DOOD EN VERLIES STAP VOOR STAP

4 - 6 JAAR KLEUTERS

Kenmerken:

- zien de wereld heel concreet
- nemen taal letterlijk
- stellen vaak dezelfde vragen



4 - 6 JAAR KLEUTERS

Wat helpt:

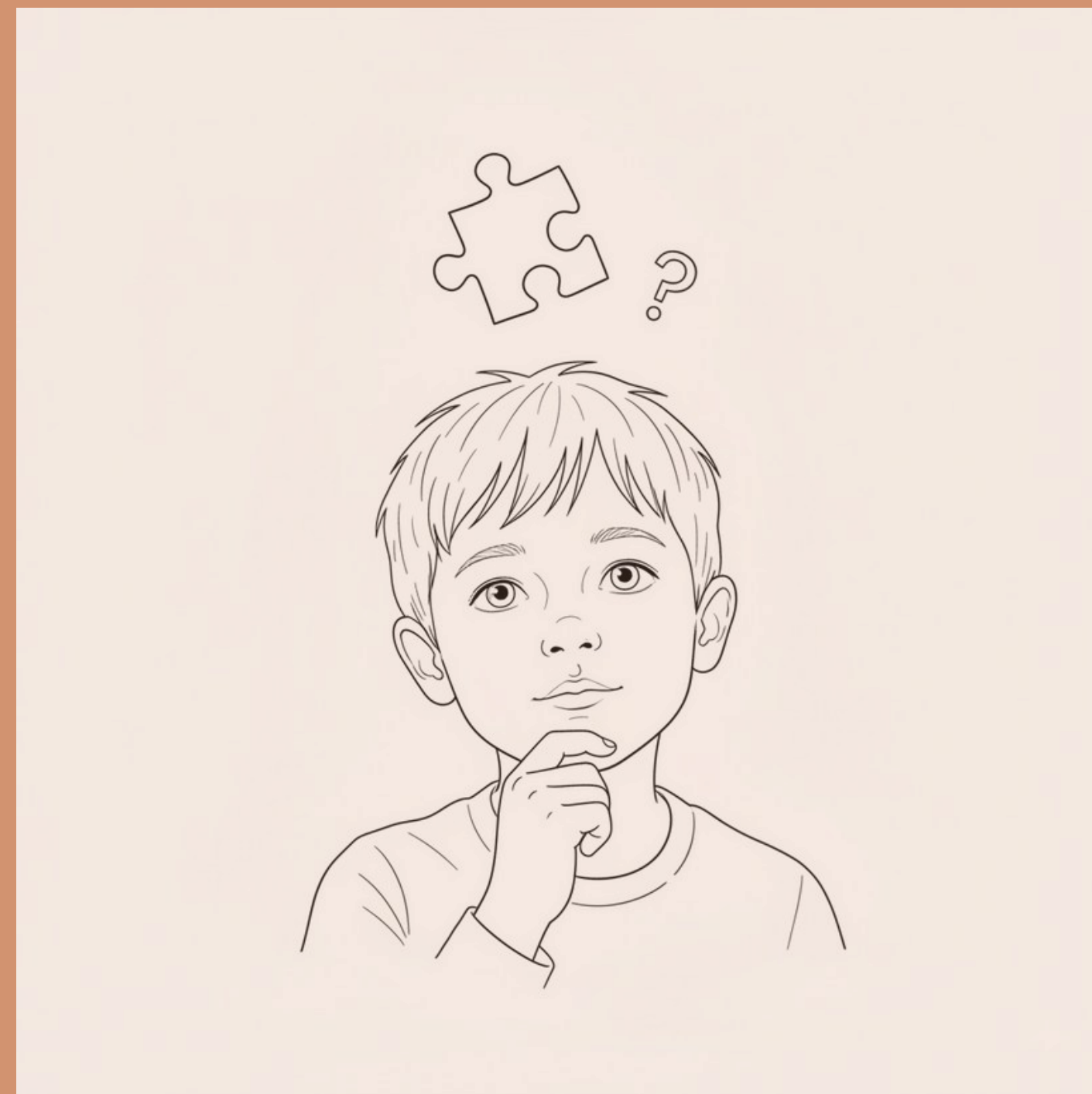
- Wees concreet en eerlijk
- Herhaal je antwoorden
- Geef structuur
- Gebruik spel



7 - 9 JAAR MIDDENBOUW

Kenmerken:

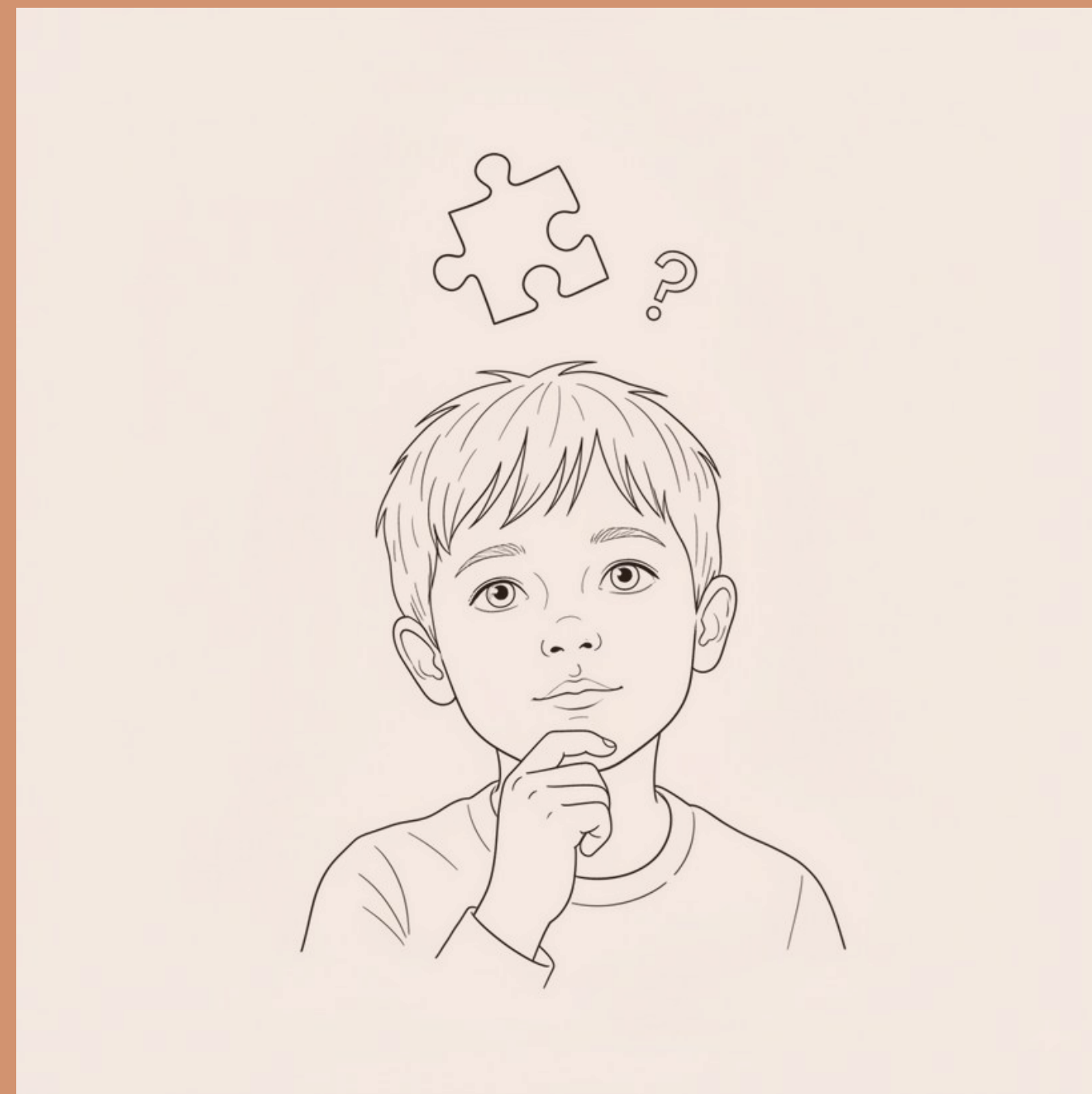
- denken in goed of fout
- vaak schuldgevoel
- nieuwsgierig naar de dood



7 - 9 JAAR MIDDENBOUW

Wat helpt:

- Laat gevoelens toe
- Stel grenzen
- Blijf praten
- Stimuleer herinneringen



10 - 12 JAAR BOVENBOUW

Kenmerken:

- besef van sterfelijkheid
- angst, piekeren
- anderen niet verdrietig willen maken
- willen niet anders zijn



10 - 12 JAAR BOVENBOUW

Wat helpt:

- Open gesprekken
- Ruimte voor vragen
- Respecteer stilte



**PRATEN OVER DOOD EN VERLIES
IS SPANNEND OF MOEILIJK**

COMMUNICATIE

- Wees eerlijk, direct en concreet
- Rustige plek, veilige omgeving
- Ondersteun de emoties van je kind (en jezelf)
- Herhaling en continue steun

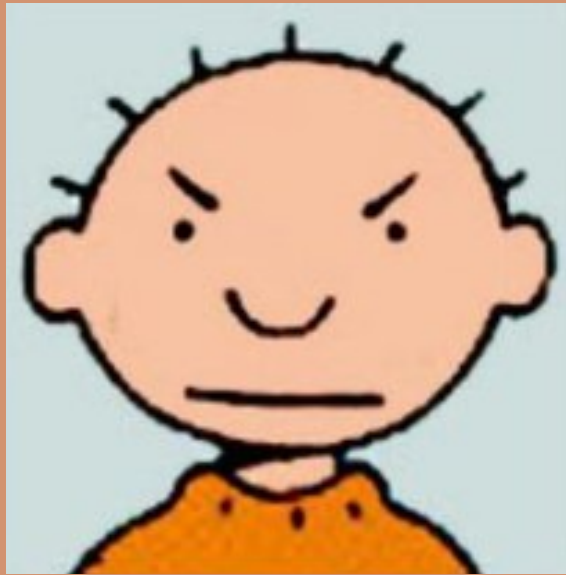
COMMUNICATIE

- Wees eerlijk, direct en concreet
- Rustige plek, veilige omgeving
- Ondersteun de emoties van je kind (en jezelf)
- Herhaling en continue steun

Het is ok als je niet overal een
antwoord op hebt

COMMUNICATIE GAAT OOK OVER GEDRAG

DE VIER B'S: BOOS, BEDROEFD, BANG EN BLIJ



DE VIER B'S: BOOS, BEDROEFD, BANG EN BLIJ



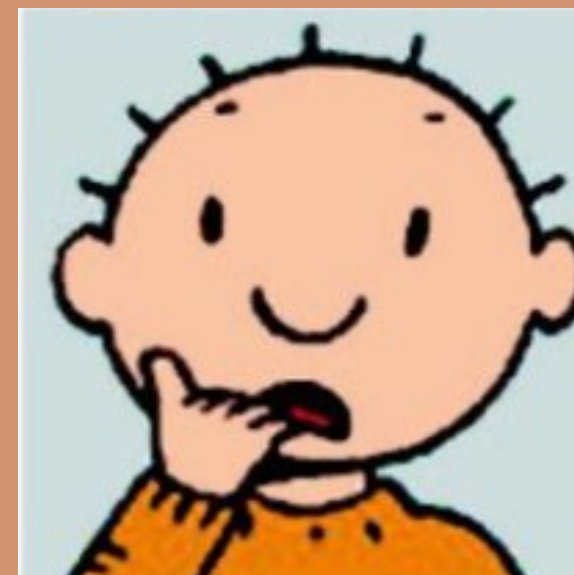
Met boos zijn zegt een kind eigenlijk dat iets oneerlijk is.

DE VIER B'S: BOOS, BEDROEFD, BANG EN BLIJ



Bedroefd of verdrietig zijn is het meest zichtbaar. Troost begint echter bij erkenning en tranen kunnen zorgen voor opluchting.

DE VIER B'S: BOOS, BEDROEFD, BANG EN BLIJ



Soms worden kinderen bang na een verlies en vertonen ze weer gedrag van toen ze kleiner waren.

DE VIER B'S: BOOS, BEDROEFD, BANG EN BLIJ



Blij zijn hoort ook bij rouw, maar kan verwarrend zijn.
Blijheid is de kant van herstel.

OEFENING

Vraag jezelf bij het zien van bepaald gedrag af:

Wat probeert mijn kind me nu eigenlijk te vertellen?

Is het misschien: 'Ik mis mama en ik weet niet wat ik met dit gevoel aan moet'?



**VERLIES VERWEEF JE
IN JE LEVEN**

DE KRACHT VAN RITUELEN EN SYMBOLEN

- Brengen structuur, troost en betekenis
- Hoeft niet groots te zijn
- Moet bij je passen en 'eigen' voelen
- Vergroot verbinding
- Kind leert dat liefde en gemis samen mogen bestaan

HOE KUN JE ER ZIJN VOOR JE KIND?

- Aanwezig zijn met rust en aandacht
- Wees eerlijk
- Normaliseer emoties en dat verdriet gedeeld mag worden
- Zorg voor momenten om te praten en om te spelen en lachen

ROUW IS NORMAAL MAAR SOMS TE ZWAAR

- Zoek hulp
- Denk ook aan jezelf

VRAGEN?

www.letterenlijn.com



ONLINE CURSUS 'EEN ROUWEND KIND BEGELEIDEN'



- 6 modules: video's en e-books
- Checklists en voorbeeldzinnen
- Reflectievragen en oefeningen
- Bonusmodule

SPECIAAL AANBOD VOOR JULLIE



Inschrijven voor
donderdagavond 11 juni:

- Prentenboek 'Voor ALTIJD bij ons' gratis
- Extra groeps Q&A sessie op 18 juni 20.00

VRAGEN?

www.letterenlijn.com



**JE HOEFT HET NIET
PERFECT TE DOEN**