

Vragen?

In De opvoedvraag beantwoorden experts wekelijks opvoedvragen van lezers. Ook een vraag? Stuur een mailtje naar opvoedvraag@trouw.nl

Verlies de opvoedvraag

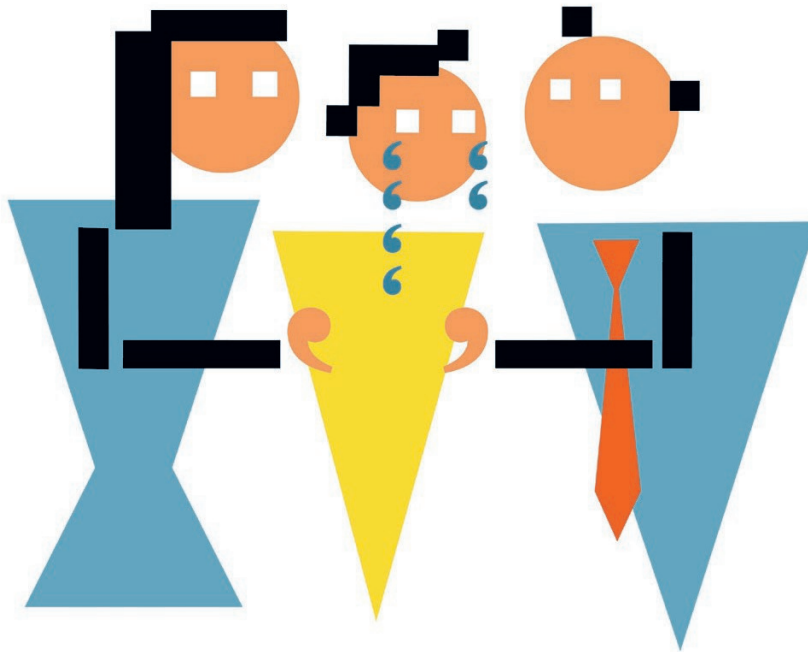
Kan mijn dochter rouwen om een oma die ze nooit heeft gekend?

Dochter (5) heeft sinds kort verdriet om oma, die ze alleen kent van een foto. Besef over wat 'doodgaan' is komt vaak plotseling in de ontwikkeling van een kind. Hoe ga je om met die rouw?

Een paar jaar voor ze kinderen kregen, is haar schoonmoeder overleden, vertelt een moeder. "Haar foto hangt aan de muur en we praten regelmatig over haar." Ook hun dochters (5 en 2) weten dat het oma is, daar in dat fotolijstje en 'dat papa daar soms nog verdrietig om is'. Maar sinds kort kan de oudste opeens heel verdrietig zijn om oma. "Kunnen kinderen echt verdriet hebben om een opa of oma die ze nooit hebben gekend?", vraagt moeder zich af. "Hebben wij iets verkeerd gedaan door zo vroeg te vertellen dat deze oma niet meer leeft? Of hoort dit erbij en is het een fase?"

Nee hoor, deze ouders hebben niks verkeerd gedaan, zegt rouw- en verliesbegeleider Sonja Lassche van Verliesjuf & Veerkracht. Ze is ook leerkracht in het basisonderwijs. "Het is juist mooi dat deze ouders oma insluiten in het familieverhaal, haar foto aanwijzen en liefdevol over haar spreken. Dit toont een kind: 'ik hoor bij een groter geheel'."

Peuters en jonge kleuters kunnen de onomkeerbaarheid van de dood nog niet overzien, zegt Lassche. Zij zitten nog in een soort magische wereld. Als ze ouder worden en hun brein zich verder ontwikkelt, komt er een kantelpunt en beseffen ze dit ineens. "Dan kunnen ze angst en verdriet voelen over de dood." Meestal is dat rond de zes of zeven jaar, soms wat eerder, zegt Lassche.



ILLUSTRATIE FADI NADROUS

'Hebben wij iets verkeerd gedaan door zo vroeg te vertellen dat deze oma niet meer leeft?'

"Misschien heeft dit meisje nog een andere oma en beseft ze opeens: die kan ook doodgaan. Of papa of mama."

Hoe reageer je daar het beste op? "Je wilt je kind stevigheid en nabijheid geven als haar vertrouwen in de wereld een beetje aan het wankelen is. Wees dus eerlijk, want dat maakt je betrouwbaar. Zeg dus niet: wij gaan nooit dood. Je kunt wel uitleggen dat de meeste mensen oud en ziek zijn als ze doodgaan."

Ook verlies- en rouwtherapeut Danica Speelman van praktijk Emoties-enzo benadrukt het belang van eerlijk zijn. "Je wilt je kind niet angstig maken, maar ze voelen het feilloos aan als je de boel verdraait. Dat maakt het juist lastiger voor ze." Benoem daarom alleen waar het kind wat aan het heeft, adviseert zij. "Wees zo eerlijk mogelijk, zonder dat je je kind shockeert. Nare dingen over het stervensproces zijn voor je kind bijvoorbeeld niet relevant."

Rond hun zesde krijgen kinderen vaak interesse in biologische details, weet Speelman. Denk aan: wat gebeurt er na de dood met je lichaam, kruipen er onder de grond wormen door je heen? "Dan kun je bijvoorbeeld zeggen dat je langzaam verdwijnt in de aarde. Je kunt ook zeggen: ik moet even over dit antwoord nadenken. Zodat je even kunt afstemmen met bijvoorbeeld je partner over wat je denkt dat een goed antwoord is."

Op momenten dat je kind in tranen is om oma, helpt erkennen, zegt Speelman. "Je mag hier verdrietig om zijn. Je kunt ook vragen wat je kind mist. Geef het aandacht, sta er even bij stil, maar ga daarna ook weer door: leid je kind af, of relativeer: nu gaan we even iets leuks doen."

Ouders hoeven in ieder geval niet te schrikken van verdriet, zegt verliesjuf Lassche. Hun kind groeit en daarmee hun besef van sterfelijkheid. "Dat kan confronterend zijn voor ouders. Je wilt je kind laten voelen dat de wereld mooi en veilig is, maar opeens kom je daar niet meer mee weg. Dan is de vraag ook waar je als ouder zelf je stevigheid vandaan haalt. Je ziet soms ook iets van je eigen angst in je kind weerspiegeld." Als kinderen een jaar of negen zijn, maken ze opnieuw zo'n ontwikkeling door en 'ervaren ze een piek in het gevoelsleven', vertelt Lassche. "Het kan dus best zijn dat het gemis van oma dan opnieuw opspeelt bij dit meisje."

Zowel Lassche als Speelman benadrukt dat er achter het verdriet van het meisje ook andere dingen zouden kunnen spelen. "Wellicht is het een uiting van iets heel anders, of reageert ze op emoties van haar ouders", zegt Speelman. Lassche: "Als deze ouders bij mij in de praktijk zouden komen, zou ik ook systemisch kijken. Dan ben ik bijvoorbeeld ook benieuwd naar het stervensproces van oma destijds. Wellicht zit daar onverwerkt verdriet en spiegelt het kind daar iets van vader. Maar dat is zonder meer informatie over dit gezin speculatie."

Marijke de Vries



Sofie voor van de de klas Waart

In de klas lijkt het wel carnaval: de rollen zijn omgedraaid

Met carnaval staat alles op z'n kop. De machtsverhoudingen zijn even omgedraaid, een burger is de prins van het dorp en de burgemeester legt zijn ambtsketen af. Ik heb me zes dagen in het feestgedruis gestort maar inmiddels is het feest ten einde en rest alleen nog de confetti in alle hoeken en gaten van het huis en de draaiende wasmachines met stinkende verkleedkleren.

Op school begint nu de 'saaiere periode'. Alle feestelijkheden zijn klaar, het weer is nog steeds drie keer niks en de rapporten en de oudergesprekken leggen druk op de lerarenkamer. Voor de vakantie hadden wij met collega's een gesprek over het gedrag van sommige leerlingen. We merken dat het sinds co-

rona lastiger is om orde te houden en leerlingen te corrigeren. Dat speelt niet alleen bij ons; in het basisonderwijs en in het voortgezet onderwijs hoor ik deze geluiden regelmatig.

Volgens het Nederlands Jeugdinstituut (NJI) ontbreken harde cijfers, maar ze kunnen wel het een en ander afleiden uit signalen van scholen. Het NJI denkt dat jongeren kennis missen over omgangsvormen omdat ze langere tijd niet van elkaar konden leren in de sociale context van de school. Scholen geven aan meer last te hebben van opstandig gedrag en lastige groepsdynamiek. Het instituut noemt het een 'normale reactie op een abnormale periode'.

Mijn collega's en ik denken dat ook andere factoren een rol spelen. Kinderen hebben in die coronajaren meer dan ooit daarvoor schermtijd

gehad, en deels is die extra schermtijd 'genormaliseerd'. Schermtijd is ingezet als makkelijke oppas tijdens het thuiswerken en wát er gekeken wordt is ook veranderd. Ik hoor soms in groep drie of vier al horrorfilms voorbijkomen die mijn eigen kinderen in de brugklas nog niet mogen zien. En vanaf een jaar of zeven, acht is het niet meer vreemd een mobiele telefoon te bezitten.

Ook hebben kinderen niet alleen leraren als extra opvoeders langdurig moeten missen, maar ook bijvoorbeeld de voetbaltrainers van de plaatselijke sportvereniging. Het spreekwoord luidt niet voor niets: *it takes a village to raise a child*.

Het aloude rust, regelmaat en reinheid kan ons redden, adviseert het jeugdinstituut. Helaas is het met het immense lerarentekort niet al-

We merken dat het sinds corona lastiger is om orde te houden en leerlingen te corrigeren

tijd makkelijk een stabiel leerklimaat te bieden. Mijn vriendin belt me dat de school van haar kinderen op een vierdaagse lesweek overstapt, en dat haar drie kinderen vrij zijn op verschillende dagen. Dat is het zichtbare tekort, ook buiten de randstad worden de gaten inmiddels structureel gevuld met stagiaires, zij-instromers en onbevoegde docenten zoals de onmisbare, maar daarvoor niet opgeleide onderwijsassistenten.

De machtsverhoudingen worden niet alleen met carnaval omgedraaid, maar ook in de klas. Dat werd mij onlangs nog eens duidelijk. Ik sprak een conflictje uit met een leerling uit groep 8 en ik vroeg waar zijn gedrag vandaan kwam. Met droge ogen, zonder dat hij bijdehand wilde doen, zei hij: "Juf, u was brutaal tegen mij en dat accepteer ik niet."