

# **Bij verlies en rouw bij kinderen heb je maar twee woorden nodig: “Vertel eens”**

‘Ik was 4 jaar toen wij afscheid namen aan het bed van mijn buurjongetje, die was overreden door een vrachtauto. Ik herinner me nog steeds de intense gesprekken in dat kamertje.’ Manuel Keirse is klinisch psycholoog en expert rouwverwerking. Hij ziet vaak dat ouders het verdriet van verlies bij kinderen willen wegnemen. ‘Verlies blijft, je verwerkt het niet, je moet het overleven en daar kunnen volwassenen bij helpen.’



Je kunt kinderen niet over het verdriet van verlies heen helpen, weet klinisch psycholoog en rouwexpert Manuel Keirse. Hij is emeritus hoogleraar bij de KU Leuven en heeft diverse boeken gepubliceerd over rouw en verlies. Hij houdt zich al meer dan 50 jaar met dit vaak ervaren en té weinig besproken onderwerp bezig. Voor het omgaan met verlies bij kinderen heeft

hij één belangrijk advies: 'Verdriet voelen heeft te maken met liefde voelen. Rouw en liefde voor de afwezige dierbare komen terug op belangrijke kruispunten in het leven, zoals een huwelijk of de diploma uitreiking. Het is daarom belangrijk al met kinderen te blijven praten over het verlies van dierbaren.'

## **Intense gesprekken in het kamertje**

Vroeger ervoeren mensen verlies en rouw anders, vertelt Manu Keirse. 'Toen ik nog klein was gingen mijn ouders heel open en duidelijk om met de dood. Ik kan me als de dag van gisteren herinneren dat we met het hele gezin in het kamertje stonden van mijn buurjongetje van 4 jaar. Hij was die dag overreden door een vrachtauto en wij stonden daar afscheid te nemen. Veel kinderen uit de buurt kwamen binnen. Ik herinner me de intense gesprekken en de warme chocolademelk van die avond. We gingen laat naar bed.' Manu Keirse is, naast onder meer kinderpsycholoog Tischa Neve en pedagoog Steven Pont, een van de sprekers op het KinderopvangTotaal-congres [Emoties bij kinderen op 12 september in Veenendaal](#).

## **Belangrijk zijn de warme sfeer en de woorden**

Wat deze intense en vreselijke gebeurtenis hem heeft geleerd is dat afscheid en rouw belangrijk zijn. De warme sfeer en de woorden. Dat volwassenen luisteren naar de kinderen en dat iedereen er voor elkaar is. 'Die ervaring in het slaapkamertje van mijn buurjongetje was heel belangrijk voor de verwerking van de kinderen in de buurt. Zij moesten de volgende dag door diezelfde straat waar het ongeluk was gebeurd weer naar school.'

### ***Is rouw bij kinderen anders dan bij volwassenen?***

'Kinderen weten niet wat rouw is, zij zien en ervaren wat volwassenen doen. En als papa en mama zeggen dat zij nooit dood zullen gaan, dan is dat meer een uitvlucht dan de waarheid. Ik denk dat het heel belangrijk is dat volwassenen aan kinderen vier dingen duidelijk te maken: Allereerst: alles wat leeft gaat dood; bloemen, dieren, de planten en ook mensen. Ten

tweede: de dood is onomkeerbaar en voor altijd. En niet, zoals kinderen in de film vaak zien, dat iemand ook weer op staat uit de dood. De dood is volledig, dat wil zeggen: opa is niet een sterretje aan de hemel, hij is er niet meer. En als laatste: de dood heeft een oorzaak; ziekte, moord, zelfdoding en ongelukken.

Het is belangrijk om als ouder duidelijk te zijn. Ouders willen vaak het verdriet bij hun kind wegnemen, maar dat hoeft niet. Verdriet heeft te maken met liefde en juist het gemis van een geliefde komt steeds terug op kruispunten in het leven. Ik sprak een jongen die zijn vader was verloren op 8-jarige leeftijd. Dat was verdrietig, maar draaglijk voor hem. Toen hij bij zijn diploma-uitreiking op de middelbare school al die ouders zag die hun kinderen steunden, is hij naar het toilet gerend en heeft daar een half uur zitten huilen. Om de afwezigheid van zijn vader.

Een ander verhaal uit mijn praktijk is dat van een meisje van 9 jaar die met haar rapport naar het graf van haar vader ging. Ze zei: "Ik heb aan pappa mijn rapportcijfers voorgelezen". Zo kunnen kinderen hun geliefde missen en ermee om gaan.'

### ***Ervaren kinderen verschillende soorten rouw?***

'Ja, kinderen ervaren verdriet van allerlei soorten verlies. Dat kan zijn vanwege een ongeneeslijke ziekte van een dierbare of ouders die sterven. Maar ook over een broer of zus die een zware beperking heeft. Of als je een jaar moet overdoen in de klas. Ouders denken vaak dat ze kinderen over verlies heen moeten helpen, maar verlies blijft verlies. Je verwerkt niet jouw verlies, je overleeft het verlies. Kinderen kunnen ook heel verschillend reageren op verlies. Soms zie je ze een half uurtje heel hard huilen en dan gaan ze weer verder met hun spel. In het spel zie je vaak terug hoe ze hun verlies verwerken.

Bij sommige kinderen zie je verdriet ook terug in een andere hevige emotie: boosheid. Kinderen zijn over het algemeen boos omdat ze iets missen, niet omdat ze irritant willen zijn. Als je aandacht geeft aan het kind, aan zijn of haar pijn, dan zie je de boosheid ook verdwijnen. Pijn komt door boosheid naar buiten. Je hebt maar twee woorden nodig bij kinderen om ze te ondersteunen: "Vertel eens". Eigenlijk geldt dat ook voor steun aan mensen

in alle leeftijden.'

Vanaf de tijd dat ouders een constante in het leven van een kind zijn, kunnen kinderen verdriet ervaren. Kinderen zijn al met verdriet bezig lang voordat ze kunnen praten. Je ziet het bijvoorbeeld al bij baby's die huilen. Zodra ze het gezicht van mamma zien is de boosheid of het verdriet over. Het is een misverstand om te proberen kinderen over hun verdriet heen te helpen, je kunt beter met het verdriet van het kind meegaan. Als je het verdriet direct op wilt lossen, dan kun je kinderen zelfs remmen in hun emotionele ontwikkeling. Gemis kan een meerwaarde zijn als je er iets mee doet.'

### ***Waar moeten pedagogisch medewerkers op letten bij kinderen die verlies meemaken?***

Je moet vooral letten op de situatie dat kinderen zich gaan afzonderen, zich in zichzelf keren. Wees er bewust van dat kinderen niet hun verdriet bij de deur van de kinderopvang achterlaten. Zij nemen hun verdriet overal mee naartoe. Deze kinderen hebben extra warmte en genegenheid nodig, zodat ze in die warmte hun verdriet kunnen overleven. Die opmerkzaamheid voor de emoties van kinderen geldt voor de leerkrachten op school en voor de pm'ers op de kinderopvang. Daarom is het belangrijk dat ouders er met de pm'ers over praten als er iets belangrijks in het leven van het kind is gebeurd. Dat kan net zo goed het overlijden van het konijn zijn als de dood van oma. Het verdriet van het kind is ook positief, namelijk het kind is in staat liefde te ervaren voor het konijn. En het konijn is niet zo maar vervangbaar.

Wat kun je doen? Aandacht geven, laat kinderen erover vertellen. Kinderen zijn vaak op zoek naar een veilige omgeving om verdriet toe te laten. Dat kan ook op de kinderopvang zijn. Ik geef mensen vaak vier sleutels mee die alle deuren naar verdriet openen. Allereerst: luister naar het kind. De tweede sleutel: geeft correcte informatie. De derde is warmte en veiligheid en de vierde sleutel is: de herinnering levendig houden. Vooral de correcte informatie geven aan een kind is voor volwassenen niet altijd gemakkelijk. Ik geef ouders en professionals mee: "Spreek zo dat kinderen luisteren, en luister zo dat kinderen ook spreken".'

## ***Wat moet je vooral niet doen als kinderen verlies meemaken?***

‘Je moet vooral niet verwachten dat het over gaat door er niet over te spreken. En weet dat er niet één manier is van rouwen. Kinderen huilen niet alleen maar als ze verdrietig zijn. Wij moeten leren aandacht te hebben voor gemis en verdriet. Je mag verdrietig zijn, je mag het zeggen. Als het op de groep even niet uitkomt om te praten met het kind, dan kun je dat ook gewoon aangeven: “Het past nu niet, we spreken nu een moment af dat we er wel over praten”.

Ik heb in al die jaren dat ik bezig ben met verlies en rouw geleerd dat het belangrijk is dat je kennis hebt over dit onderwerp. Ik heb verschillende boeken erover geschreven en eigenlijk moeten deze boeken bij iedereen op tafel liggen om te lezen. Wat je meestal ziet is dat mensen zich afkeren van iets wat ze niet kennen, ook van dood en rouw. De meeste mensen vermijden dit onderwerp omdat ze denken dat het niet zal gebeuren. Maar kennis helpt mensen juist om er op een goede manier mee om te gaan.

Wat zegt een vader als zijn kindje vraagt: “Pappa, wie zorgt er voor ons als jij er niet meer bent?” Dan zal pappa zeggen: “Dat zal niet gebeuren”. Maar dat is niet de waarheid; alles wat leeft gaat dood. Het verdriet daarover kunnen we niet wegnemen, we kunnen ermee leven.’

Manu Keirse spreek op het congres: [Emoties bij kinderen op 12 september in Veenendaal>>](#)

Lees meer [op KinderopvangTotaal over rouw bij kinderen>>](#)

Lees ook de [boeken van Manu Keirse:](#)

Kinderen helpen bij verdriet

Helpen bij verlies en verdriet

Vingerafdruk van verdriet