

# Nabijblijven

een training voor  
ervaren hulpverleners



**Landelijke Stichting Rouwbegeleiding**

---

## Inleiding

---

**Het verlies van een dierbare is één van de meest ingrijpende gebeurtenissen die mensen kunnen meemaken. Rouw raakt alle dimensies en niveaus van het leven en dringt zo door in elk levensgebied. Het rouwproces vraagt veel van rouwenden. Het vergt ook veel van de begeleiders die hen helpen dit verlies te integreren in het leven.**

Als rouwbegeleider kan men geconfronteerd worden met verdriet, met onoplosbare vragen, met verschillende gevoelens zoals angst, schuld, somberheid en boosheid.

Er wordt niet alleen een beroep gedaan op de kennis rond rouw en rouwzorg. De begeleider wordt ook aangesproken op de persoonlijke verhouding tot verlies en rouw en de manier waarop men die integreert in de eigen werkwijze. Rouwzorg vraagt om deskundigheid en medemenselijkheid.

De training biedt een compleet programma waarmee reeds ervaren hulpverleners hun (zelf)inzicht, kennis en vaardigheden kunnen vergroten om nabestaanden beter te kunnen helpen.

---

## Doelgroep

---

De training is bedoeld voor die hulpverleners die (betaald of onbetaald) ervaring hebben in het begeleiden van mensen en zich verder willen specialiseren en verdiepen in de hulp aan nabestaanden.

---

## Uitgangspunten

---

Gedurende de hele training wordt de verbinding gemaakt met de eigen werksituatie. Er wordt steeds gewerkt met persoonlijke leervragen die tot actieve participatie uitnodigen.

Naast het beschikken over kennis van rouw en rouwzorg is het vooral de kwaliteit van de ontmoeting tussen de rouwende en de hulpverlener/begeleider die ervoor zorgt dat een rouwende zich gesteund en geholpen weet. Daarom ligt het accent in de training op het integreren van de aangeboden stof middels zelfreflectie en het delen van vragen en ervaringen tussen de deelnemers. Er is aandacht voor de verschillende levensgebieden die door rouw worden geraakt, waaronder het gebied van zingeving, het 'onoplosbare' aspect van rouw, het zoeken naar en vormgeven van een nieuwe weg.

Verschillende werkvormen worden gebruikt zodat de training actief en afwisselend blijft.

---

## **Opbouw van de training**

---

De training bestaat in totaal uit drie modules verdeeld over veertien dagdelen (zeven niet aaneengesloten dagen).

---

### **Module 1 (zes dagdelen)**

---

In de eerste module wordt ingegaan op de persoonlijke betekenis van dood en verlies en hoe deze van invloed is op de eigen werkwijze. Er wordt gesproken over het rouwproces, het rouwgedrag, verschillende soorten verlies en de factoren die de intensiteit van de verlieservaring beïnvloeden.

Tenslotte wordt, als aanzet op module 3, het begeleiden van rouwenden behandeld. Hierin komen de persoonlijke grenzen en kwaliteiten aan de orde.

---

### **Module 2 (twee dagdelen)**

---

Voor rouwbegeleiders is het van belang om te weten wat het onderscheid is tussen normale en gecompliceerde rouw, hoe men kan vaststellen of er sprake is van gecompliceerde rouw en welke methoden gebruikt worden om mensen met gecompliceerde rouw verder te helpen.

Er wordt in deze module, aan de hand van casuïstiek en oefeningen, aandacht besteed aan de vraag hoe men als rouwbegeleider kan omgaan met moeilijke rouwproblematiek in de eigen werksituatie.

---

### **Module 3 (zes dagdelen)**

---

Door het in praktijk brengen en toetsen van het inzicht en de ervaringen van module 1 en module 2, komt de deelnemer hier tot verdieping (hoe kom ik over en wat is het effect). Men krijgt zicht op de persoonlijke leervragen, de kwaliteiten en de valkuilen tijdens de begeleiding.

De deelnemer ontwikkelt zich verder in het communiceren met rouwenden en het plaatsen van effectieve interventies. Ook leert men de grenzen van de draagkracht (her)kennen.

Er wordt nader ingegaan op ingebrachte praktijksituaties door middel van gedramatiseerde interactie als werkvorm en bespreking van casuïstiek.

---

## **Lesmateriaal**

---

Ter ondersteuning van het leerproces wordt een reader uitgereikt.

---

## Algemeen

---

Wellicht ten overvloede wordt benadrukt dat deze training niet bedoeld is om de deelnemers in het eigen rouwproces te ondersteunen. Wanneer belangstellenden voor de training nog intensief bezig zijn met het eigen rouwproces, is het aan te raden eerst aandacht te besteden aan de persoonlijke verwerking. Tijdens de training wordt van de deelnemers een actieve participatie verwacht. Hiervoor moet men enigszins afstand kunnen nemen van eigen verlieservaringen.

---

## Aanmelding en lestijden

---

De training wordt meerdere malen per jaar georganiseerd op een centraal bereikbare locatie in het land. Bij inschrijving verbindt men zich voor de gehele training. Voor actuele gegevens verwijzen wij naar het inlegvel.

De training zal uitsluitend doorgang vinden wanneer zes weken voor aanvang een voldoende aantal deelnemers is ingeschreven. Bij ziekte of plotselinge verhindering van de trainer zal getracht worden een vervangende opleider uit de trainerspool van Nabijblijven te vinden. Lijkt dit niet mogelijk, dan worden de deelnemers in de gelegenheid gesteld de training op andere, nader te bepalen data, alsnog te volgen.

De lestijden zijn van 10.00 uur tot 17.00 uur (twee dagdelen) met onderbrekingen voor pauzes en lunch.

---

## Kosten

---

Voor de kosten van de training verwijzen wij eveneens naar het inlegvel. De daargenoemde kosten betreffen de gehele training (incl. BTW).

Inbegrepen zijn:

- koffie, thee, lunches
- een reader

na volledige deelname:

- een certificaat
- indien gewenst inschrijving van een hulpaanbod in het LSR-verwijsbestand

---

## **Certificaat**

---

Deelnemers die de gehele training Nabijblijven voor ervaren hulpverleners gevolgd hebben ontvangen een certificaat van de Landelijke Stichting Rouwbegeleiding (LSR).

Een gecertificeerde rouwbegeleider kan zich in beginsel met een hulpaanbod laten opnemen in het LSR-verwijsbestand. Indien een deelnemer hiervan melding wil maken in de eigen folder raden wij aan dit te doen met de volgende tekst: *"Opgenomen in het verwijsbestand van de Landelijke Stichting Rouwbegeleiding (LSR)"*.

---

## **Registerpunten**

---

Deelname aan deze training levert veertien registerpunten op in het kader van de beroepsregistratie van maatschappelijk werkers.

---

## **Supervisie**

---

Voor deelnemers die een deelnamecertificaat van deze training ontvangen hebben en onbetaald rouwenden begeleiden is na afloop onder voorwaarden supervisie beschikbaar. Meer informatie hierover is bij de Landelijke Stichting Rouwbegeleiding (LSR) te vragen.

---

## **Aantal deelnemers**

---

Minimaal tien en maximaal twaalf deelnemers, afhankelijk van locatie en trainer.

---

## **Inschrijving**

---

Het inschrijfformulier dient uiterlijk zes weken voor aanvang van de training in het bezit te zijn van de LSR.

Het verdient aanbeveling een kopie van het inschrijfformulier te behouden.

---

## **Annulering**

---

Annuleren kan uitsluitend schriftelijk. Als annuleringsdatum geldt: datum poststempel.

Bij annulering wordt:

- tot zes weken voor de eerste cursusdag € 10,- in rekening gebracht;
- tot vijf weken voor de eerste cursusdag 50%;
- tot vier weken voor de eerste cursusdag 75%;
- vanaf vier weken voor aanvang van de cursus 100% van de totale trainingskosten.

Met het inzenden van het inschrijfformulier verklaart de deelnemer zich akkoord met de aangegeven annuleringsvoorwaarden.

---

## **In-company**

---

De training Nabijblijven kan uiteraard ook 'in-company' verzorgd worden. In die situatie kan het programma in overleg aangepast worden aan eventuele wensen. Hierdoor kunnen daadwerkelijke oplossingen geboden worden voor specifieke vragen zoals die zich binnen een organisatie voordoen.

Belangstellende organisaties kunnen contact opnemen met de Landelijke Stichting Rouwbegeleiding (LSR).

---

## **Meer informatie**

---

Op het inlegvel zijn de data voor de eerstvolgende training aangegeven alsmede de kosten voor de gehele training. Daar is ook informatie te vinden over de docenten.

Meer inlichtingen over het trainingsprogramma zijn te vragen bij de Landelijke Stichting Rouwbegeleiding (LSR), telefoon (030) 276 15 00 (tussen 9.00 en 13.00 uur).

## Nabijblijven, een basistraining voor vrijwillige rouwbegeleiders

Deze speciaal voor (aspirant) vrijwillige rouwbegeleiders ontwikkelde training biedt in zijn geheel een compleet programma om rouwenden in een (normaal verlopend) rouwproces adequaat te kunnen ondersteunen. De inhoud is gericht op (zelf)inzicht, kennis en vaardigheden waarbij de nadruk ligt op de zelfwerkzaamheid van de deelnemers.

Deze training is uitsluitend bedoeld voor hen die -zonder scholing en/of werkervaring in de hulpverlening- onbetaald rouwenden (willen gaan) begeleiden.

De training bestaat uit drie trajecten:

- **traject I** '*verlies en rouw*' ( vijf aaneengesloten dagdelen met overnachting)
- **traject II** '*individuele rouwbegeleiding*' (vijf aaneengesloten dagdelen met overnachting en een 'losse' dag van twee dagdelen)
- **traject III** '*begeleiding van rouwgroepen*' (vijf aaneengesloten dagdelen met overnachting en een 'losse' dag van twee dagdelen)

De trajecten zijn afzonderlijk te volgen. Deelname aan traject II is alleen mogelijk na deelname aan het eerste traject , terwijl traject III alleen gevolgd kan worden na deelname aan traject II.

Traject I is overigens bij uitstek geschikt voor vrijwilligers die bijvoorbeeld kort na een overlijden een 'luisterend oor' bieden en/of voorlichting geven over rouw.

De training 'Nabijblijven' is ontwikkeld in het kader van het project 'Nabijblijven: deskundigheidsbevordering voor rouwbegeleiders'. In dit project werkten drie organisaties samen: de Landelijke Stichting Rouwbegeleiding (LSR), het Nederlands Instituut voor Zorg en Welzijn (NIZW) en de Universiteit Utrecht, Vakgroep Klinische Psychologie (UU)

Voor meer informatie en aanvragen van een trainingsbrochure:  
LSR, telefoon (030) 276 15 00 (van 9.00 tot 13.00 uur).

Landelijke Stichting Rouwbegeleiding (LSR)  
Postbus 13189  
3507 LD Utrecht

Tel.: (030) 276 15 00  
Fax: (030) 276 29 76  
E-mail: [info@verliesverwerken.nl](mailto:info@verliesverwerken.nl)  
[www.verliesverwerken.nl](http://www.verliesverwerken.nl)

*LSR, mei 2004*