

Kindertalent

Onlangs stond ik op de Talentenmarkt in Zeist. De markt bood organisaties de gelegenheid om zich te presenteren en mensen te werven voor hun cursussen en activiteiten en om vrijwilligers te werven. Een heel bont gezelschap van sportverenigingen, koren, een Friese Vereniging, muziekscholen, maneges voor gehandicapten etc. Ook ik stond daar tussen met mijn praktijk voor Rouw- en Verliesbegeleiding om onze rouwgroepen voor kinderen en jongeren te promoten en voorlichting te geven over rouw en verlies.

De reacties van het publiek waren zeer wisselend. Mensen die nauwelijks naar me durfden te kijken, mensen die snel voorbij liepen onder het mompelen van de woorden “dat hoop ik nog niet nodig te hebben of oei rouw, wat zwaar”, maar ook mensen die zeer geïnteresseerd waren en van alles vroegen. Een grote variatie aan reacties dus.

Als mensen mij vragen wat ik doe en ik antwoord dat ik rouw- en verliesbegeleiding geef dan krijg ik vaak de vraag “is dat niet heel zwaar?” Ja natuurlijk, de dood is verdrietig maar dat wil niet zeggen dat je er daarom maar niet over moet praten. Het is tekenend voor onze westerse manier van denken waar de dood geen onderdeel uitmaakt van het leven. Over doodgaan wordt liever niet gesproken, je eigen uitvaart voorbereiden terwijl je nog jong en gezond bent is niet gewoon. Dit is anders in Oosterse maatschappijen waar de overledenen veel meer deel uitmaken van het leven van nabestaanden, waar veel rituelen gebruikt worden en waar men ook veel meer rekening houdt met het feit dat men gaat sterven.

In de begeleiding met kinderen kom je die onbevanging tegenover doodgaan ook tegen. Kinderen rouwen ook, ze zijn soms heel verdrietig maar het volgende moment spelen ze weer buiten of maken een mooie tekening voor pappa die overleden is. Vaak ook spelen ze de gebeurtenis na en verwerken zo op een heel speelse manier hun verdriet. Een kind wil nu eenmaal blijven spelen en kan niet continu verdrietig zijn. Kinderen praten ook makkelijker over wat hen is overkomen, hoe het allemaal gebeurd is en hoe ze zich voelen. In de begeleiding van kinderen die een dierbare hebben verloren gebruik ik ook vaak een spelelement of werken we met creatieve middelen. De gebeurtenis laten tekenen of een troostdoosje maken geeft een prachtige mogelijkheid tot gesprek met een kind over wat er gebeurd is en hoe het zich voelt.

Wat zou het fijn zijn als wij als volwassenen ook nog zo'n stukje kind in ons zouden hebben!

“Je kunt niet tegengaan dat vogels van verdriet overvliegen maar je kunt wel voorkomen dat ze nesten in je haar maken”.

Anke de Jong