

Vader van overleden dochter pleit voor begeleiding op de werkplek

‘Werkgever moet beter begrijpen wat rouw precies is’

Werknemers in rouw verdienen een betere begeleiding. Dat vindt Nils Van Uffelen, een van de vijf ouders die in het boek *Anders Nabij* getuigen over het verlies van hun kind.

TEKST AMÉLIE JANSSENS
FOTO THOMAS LEGREVE

In de zomer van 2007 stierf de 16-jarige Charlotte op reis. Plots. In het boek beschrijft Nils Van Uffelen de eerste maanden en jaren na het onverwachte afscheid van zijn dochter. Hij heeft het daarin ook over de terugkeer naar zijn professioneel leven. Daarbij viel hem iets op: hoe moeilijk die terugkeer is en hoe weinig begeleiding daarvoor voorzien is.

Je stelt dat opnieuw aan het werk gaan na een rouwproces te weinig aandacht krijgt. Waar liggen dan de pijnpunten?

‘In Vlaanderen rust nog altijd een groot taboe op het onderwerp *dood*. We praten er niet graag over en na een aantal maanden verwachten sommige mensen in je omgeving dat je de bladzijde omslaat. Terwijl je niets liever wil dan over jouw overleden kind te praten. Ook op de werkplek is het snel weer over naar de orde van de dag. Als je terugkeert, plaats je een foto op je



Nils Van Uffelen is vandaag loopbaancoach en richtte Uitgeverij Charlotte op, ter ere van zijn overleden dochter.

bureau en zullen enkele collega's de eerste week nog wel vragen hoe het met je gaat. Maar dan stopt het. Heel wat lotgenoten hebben het echt moeilijk met die re-integratie. En maak je geen illusies, veel meer werknemers dan je denkt maken dit mee.'

Hoe kunnen we mensen na een rouwproces beter begeleiden in hun professioneel leven?

‘Volgens mij zijn daarbij verschillende partijen van belang. De wetgever voorziet vandaag drie dagen rouwverlof. Blijf je langer thuis, dan ben je ziek voor je werkgever. Ik hoor vaak van anderen hoe erg ze het vinden dat ze in dat geval naar een controlearts moeten. Wat gaat die precies controleren? Dat systeem lijkt me dus aan een update toe. Ook de personen die binnen het bedrijf bezig zijn met personeelszaken zouden beter opgeleid moeten worden om te begrijpen wat rouw precies is.

Als een werknemer de stap zet om terug te keren, kunnen ze hem een betere begeleiding aanbieden. Ten derde zijn er de collega's. Ook zij zitten met veel vragen. Wat kan ik of mag ik zeggen? Kan ik het ook over mijn eigen emoties hebben? Infosessies voor collega's zijn dus een must. En de werknemer zelf heeft ten slotte ook een verantwoordelijkheid. Maar is hij op de hoogte van de hulp en begeleiding die hij

kan krijgen? Hulp bij het rouwproces is er wel, maar je vindt weinig literatuur over de stap naar werken. Ons boek kan alvast een eerste hulpmiddel zijn.'

Je moest vast een lange weg afleggen voor je zelf op-nieuw aan werken kon denken?

‘Van de eerste maanden na de dood van Charlotte herinner ik me bitter weinig. De wereld zakte weg onder mijn voeten, mijn zelfvertrouwen kreeg een enorme knauw. Niets was nog zeker. Daarna begon voor mij de fase van aanvaarding. Dat was hard maar dankzij begeleiding kwam ik op dat punt: Charlotte komt niet meer terug. En dan stelde zich de vraag *Wat moet ik hier nu mee?* Ik merkte bij mezelf dat mijn prioriteiten veranderden. Ik keek op een andere manier naar de wereld. Die *ratrace*, het belang van getallen, geld en prestatie. Mijn ambitie lag plots ergens anders.'

Veranderde ook je visie op werken?

‘Ik verloor mijn dochter maar tegelijk ook enkele waarden. Ik denk niet dat ik als mens ben veranderd, ik sta vandaag gewoon dichterbij wie ik echt ben. In mijn opvoeding kreeg ik mee dat ik hard moest werken om carrière te maken. Dan zou alles in orde komen. Ik speelde de rol die paste bij wat ik dacht te willen bereiken. Dat ben ik kwijt. Ik weet nu wat ik belang-

rijk vind in een job en streef dat na. In die zin ben ik vandaag waarschijnlijk een evenwichtiger persoon. Ik ben loopbaancoach en geef dat ook mee aan de personen die ik begeleid. Wie ben je, wat wil je echt, waar wil je naartoe? Dat zijn de vragen die iedereen zich moet stellen.'

Je verloor enkele waarden maar je schrijft dat je ook mensen uit je omgeving verloor in dat proces.

‘Omdat je zelf een ingrijpend verandingsproces doormaakt, verlies je soms de aansluiting met bepaalde mensen. Mijn sociale agenda is tegenwoordig bijvoorbeeld zeer licht. Afspraken maken en din-

‘De ratrace, geld en prestaties? Mijn ambitie ligt nu ergens anders’

NILS VAN UFFELEN

gen plannen, dat hoeft niet teveel voor mij. Ik moet aanvaarden dat niet iedereen zich daarin herkent. Om heel dat proces door te komen heb je energie nodig. En je moet voor jezelf bepalen waar je die haalt. Voor mij is dat bijvoorbeeld uit de natuur. En energievreters moet je dan vermijden. Dat zijn heel moeilijke keuzes.'

Maar je leert ook nieuwe mensen kennen. Op het forum van het boek merk je dat veel mensen echt geholpen zijn door jullie getuigenissen. Dat was het uiteindelijke doel?

‘Ik ben blij dat het boek zo goed onthaald wordt. En dat mensen er iets aan hebben. Hoe vreemd het ook klinkt, op die manier heeft het overlijden van mijn dochter nog zin. Dan kan ik daar een betekenis aan geven en daaruit weer energie halen om stappen verder te zetten. Dat hoor ik wel vaker van lotgenoten. Dat ze iets opstarten ter nagedachtenis van hun kind. Ik richtte de Uitgeverij Charlotte op, Elke (*een van de vier andere getuigen in het boek, red.*) richtte de vzw Prinses Harte op waar alle opbrengsten van het boek integraal naartoe gaan. Iemand anders zal actief geld inzamelen voor een goed doel. Het zijn allerlei initiatieven die betekenis moeten geven aan dat zware verlies.' ■

>>>
Meer informatie over
het boek en het forum
op www.andersnabij.be

