

Compagnon bij het rauwe rouwen



An Hooghe is psycholoog en relatie- en gezinstherapeut. Ze werkt in het Universitair Psychiatrisch Centrum van de KU Leuven. Daarnaast heeft ze haar eigen praktijk 'Verbinding in Verlies'. Al twintig jaar werkt zij voornamelijk met mensen die in het leven geconfronteerd worden met verlies en rouw. Ze leidt hulpverleners op en doet onderzoek naar de partnerrelatie van ouders na het verlies van een kind.

Ze heeft net een boek gepubliceerd: 'Anders nabij. De stille kracht van ouders na de dood van hun kind'. Ik ontmoet haar op het moment dat zij het voor het eerst in handen krijgt.)*

Hoe voelt het om dit boek vast te pakken?

Ongelooflijk! Ik voel alles tegelijk: geluk, verdriet, ontroering. En ook trots. Niet zozeer op mezelf, maar vooral op de vijf ouders die eraan meegewerkt hebben.

Je bent een therapeut voor mensen die rouwen. Geen evident beroep. Was dat altijd al je droom? Heb je daar bewust voor gekozen? Of ben je er veeleer 'ingerold'?

Allebei, denk ik. Als klein kind wist ik al dat ik met mensen wilde werken, met de liefde en met de pijn van het leven. Psychologe worden, en later relatie- & gezinstherapeute lagen in de lijn van de verwachtingen.

Ik herinner me nog levendig mijn ontmoetingen met een ouder koppel, zeventigers, strijdend met elkaar rond dagelijkse dingen. Op een bepaald moment sloeg de kwaadheid van mevrouw om in een enorm verdriet.

Meer dan vijftig jaar geleden was ze bevallen van een doodgeboren kindje. Zij had het nooit gezien, haar echtgenoot wel. Nooit hebben ze er met elkaar over

gesproken en zij heeft nooit geweten of het een jongen of een meisje was. Ze had het hem ooit gevraagd, maar hij wilde haar beschermen tegen teveel pijnlijke herinneringen en had gezwegen. Ze is nog steeds kwaad op hem. Stiekem had ze haar kind toch een naam gegeven. Niemand wist hiervan.

Ik stond perplex en voelde me machteloos tegenover zoveel verdriet en kwaadheid die al meer dan vijftig jaar opgehoopt zaten in een lichaam dat het langs alle kanten uitschreeuwde van de pijn.

Je machteloosheid heeft je uitgedaagd. Mag ik het zo zeggen?

Misschien, maar alleen als startpunt. Ik ontmoette in mijn praktijk vele jongeren en volwassenen die diep geraakt waren door de dood. Allemaal op zoek naar zichzelf, naar een andere soort band met de overledene, naar verbindingen met hun partner, ouders en kinderen. Zoekend ook naar een nieuwe plaats in de maatschappij.

Hun verhalen waren stuk voor stuk authentiek. Vol diepgang en betekenis. En ik begon stilaan te voelen dat ik intens met de liefde aan het werk was, eerder dan met de dood. Het veranderde mij als mens en als moeder van mijn kinderen. Maar ook als therapeut. In die zin ben ik de therapeut geworden die ik nu ben, en was het niet zozeer een bewuste keuze.

Maar de beslissing om daarover een boek te schrijven, is dat zonder meer wel. Hoe is 'Anders nabij' tot stand gekomen?

In de vele verhalen die ik in mijn praktijk hoorde vertellen, begon ik gelijkenissen te ontdekken. In al die zoektochten zaten ook elementen van eenzelfde stille kracht. Na verloop van tijd kreeg ik het gevoel dat vooral ook andere lotgenoten deze verhalen

zouden moeten horen om er herkenning, erkenning en kracht in te vinden. Vele ouders schrijven af en toe een tekstje, als een soort therapeutisch proces voor zichzelf, en sturen mij dit nadien op. Sommige teksten waren zo krachtig dat ik de toestemming begon te vragen om deze te mogen delen met andere ouders. Ik was verrast door het effect hiervan: de ouder die het geschreven had, was blij om het te kunnen delen en een meerwaarde te kunnen zijn voor anderen, en diegenen die het mochten lezen, haalden hier veel steun uit. Ik ben ervan overtuigd dat lotgenoten veel kunnen betekenen voor elkaar.

Van daaruit is het boek ontstaan. Het geloof dat verhalen van pijn en kracht een grote meerwaarde hebben voor mensen die ook met een diep verdriet en gemis verder moeten.

De mogelijkheid om met anderen te spreken over wat er echt in iemand omgaat, het pure lijden, is in onze maatschappij iets heel erg moeilijks. Voor velen is dat dan ook een groot probleem, en lijdt ertoe dat ze de verbinding met hun omgeving soms kwijt geraken

Hoe bedoel je dat? Over welk maatschappelijk probleem heb je het?

Herman van Veen heeft er een liedje over gemaakt:

“Opzij, opzij, opzij. Maak plaats, maak plaats, maak plaats. We hebben ongelofelijke haast ... We hebben maar een paar minuten tijd. We moeten rennen, springen, vliegen, duiken, vallen, opstaan en weer doorgaan. We kunnen nu niet blijven, we kunnen nu niet langer blijven staan. Een andere keer misschien...”

Er is weinig tijd en ruimte voor rust, stilte, een diepgaand gesprek, familie ... En nog veel minder voor ziekte, liefdespijn en tranen van verdriet, boosheid en wanhoop.

“Heb je dit nu nog niet verwerkt?!” of “Het is nu toch al

Maar, rouwen is geen ziekte!



An (rechts) samen met vier van de vijf ouders, net voor het moment dat ze hun boek voor het eerst in handen krijgen.

x jaar geleden”: elke ouder die ik begeleid, heeft dergelijke opmerkingen moeten slikken. Bijzonder pijnlijk! Nog schrijnender: ouders die een kind verliezen, hebben in België recht op vier (4!) dagen verlof. Klein verlet’ noemt men het dan nog. Natuurlijk hebben ze meer tijd nodig om het verlies te verwerken. En die krijgen ze ook. Dankzij het ziektebriefje van de dokter. Maar, rouwen is geen ziekte!

Dit boek is dus niet zozeer het verslag van een verwerkingsproces, maar een boek met een maatschappelijke boodschap.

Zeer zeker. In de eerste plaats is dit boek bedoeld als een hart onder de riem voor diegenen die ‘het rauwe’ van rouwen ook kennen. De verhalen van de vijf ouders in het boek zijn zo uiteenlopend, dat elke lotgenoot zichzelf wel ergens in herkent. De ondertitel is niet voor niets: ‘De stille kracht van ouders na de dood van hun kind’.

We hebben het ook geschreven voor familieleden, vrienden en collega’s van rouwende ouders. Voor iedereen die beter wil begrijpen waar ouders doorheen gaan als ze een kind verliezen.

Wij hopen ook dat het boek zijn weg vindt naar hulpverleners, in de breedste zin van het woord: huisartsen, verpleegkundigen, pastoors, therapeuten, maatschappelijk werkers, vrijwilligers, begrafenisondernemers, verzekerings- en controleartsen, bedrijfsleiders ...

Eigenlijk is het een boek voor álle ouders. De verhalen in dit boek gaan tenslotte over liefde en ouderschap. Ze zijn zo puur en onversneden dat ik me niet kan voorstellen dat ze je als ouder onverschillig laten.

Ludo Vangilbergen

() Het boek is vanaf begin oktober verkrijgbaar via de website www.uitgeverij-charlotte.be. Maar natuurlijk ook te bestellen via Kloosterboekwinkel Wittem.*

An Hooghe: ‘Anders nabij. De stille kracht van ouders na de dood van hun kind’. Uitg. Charlotte € 19,90