

Geachte,

Het Rode Kruis Vlaanderen, Afdeling Diest en Annick for Kenya nodigen u uit op de lezing

Helpen bij verlies en verdriet.

Een opdracht voor elke burger.

Prof. Dr. Manu Keirse
Hoogleraar Faculteit der Geneeskunde KU Leuven

Verdriet en verlies staan steeds om de hoek in ieders leven. Iedereen weet dat verlies tot het leven behoort en toch bereiden weinig mensen zich hierop voor. Zowel de rouwenden als de omgeving stellen zich allerlei vragen: "Is het normaal dat ik mij na maanden nog zo verdrietig voel? Zal ik nog ooit opnieuw kunnen genieten van het leven? Hoe komt het dat ik mij zo moeilijk kan concentreren, dat ik steeds weer allerlei dingen vergeet, dat ik me zo moe voel ook al heb ik bijna niets gedaan? Is het normaal dat ik na drie jaar nog steeds momenten ken waarop ik zo verdrietig ben en hem zo sterk kan missen? Kunnen kinderen van drie jaar reeds de dood van hun opa begrijpen? Is het niet beter hen te beschermen tegen verdriet? Rouwen mannen anders dan vrouwen?"

En de vragen van de omgeving: "Is het wel goed dat ze zoveel over haar overleden man praat? Is dat niet zich nestelen in het verdriet? Mogen wij onze kinderen nog wel meenemen bij vrienden waarvan een kind is gestorven? Mag je kinderen confronteren met dood en sterven of is het beter om er niet met hen over te praten? Is het wel normaal dat een vrouw zo verdrietig is na het sterven van haar man die toch 88 jaar mocht worden? Is het niet beter de naam van de overledene niet meer uit te spreken en dit onderwerp zoveel mogelijk te vermijden? Zullen mensen er niet sneller overheen zijn als we hen helpen er niet meer aan te denken? Kunnen mensen na een echtscheiding of andere belangrijke verliezen een gelijkaardig rouwproces doormaken? Hoe kan je kinderen helpen een echtscheiding te verwerken?"

Op al deze vragen wordt een antwoord gegeven. Mensen in verdriet kunnen erdoor beter begrijpen wat ze doormaken en dat kan voor hen een belangrijke steun zijn. Vrienden en familie kunnen er concrete suggesties horen om mensen in verdriet te helpen en tot steun te zijn. Men blijft vaak weg bij mensen in verdriet omdat men niet weet wat men kan zeggen. Men leert hoe men adequaat kan reageren.

De spreker luisterde meer dan 40 jaar naar mensen in verdriet en reikt vanuit deze rijke ervaring suggesties aan die helpen om verdriet te overleven en voor de omgeving om mensen beter te begrijpen en tot steun te kunnen zijn. Het gaat niet over de dood maar over het leven.

Ten voordele van het project

Met de steun van Rode Kruis Vlaanderen,

Afdeling DIEST