



## ROUWVERWERKING VOOR VOLWASSENEN EN KINDEREN

**Volwassenen en rouwverwerking** - Iedereen weet dat verlies tot het leven behoort, echter wanneer het ons overkomt weten we er niet altijd mee om te gaan. We kunnen plots worden overvallen met een overlijden en soms kennen we voorafgaand een ziektebed, waarna iemand komt te overlijden.

Helaas hangt er om sommige rouwvormen nog wel eens een taboe, of wordt rouw soms niet erkend. Soms kennen we rouw niet eens als persoon, maar om wat er niet is geweest. Denk bijvoorbeeld aan het niet kunnen krijgen van kinderen, een doodgeboren kindje, of de onbekende buitenechtelijke relatie.

Verschillende gevoelens van verdriet kunnen u overvallen; gevoelens van gemis of boosheid, schuldgevoelens of gevoel van machteloosheid. Of juist de confrontatie met de realiteit dat iemand er echt niet meer is; onomkeerbaar. Een periode waarin we soms niet goed meer weten hoe verder te leven, of hoe we nog ergens van zouden kunnen genieten?

Rouw en verlies is steeds een hele intense en persoonlijk ervaring. Hoe gelijkend we soms ook kunnen zijn, geen 2 mensen rouwen op precies dezelfde wijze. Dat geldt zelfs voor ouders die hun kind verliezen, waarin beiden echt een eigen proces kennen, verschillend van elkaar. Wat maakt dat we elkaar daar soms in mis kunnen lopen en zelfs enorm eenzaam kunnen voelen.

Het verwerken van verlies gaat niet altijd vanzelf. Voor rouw staat ook geen tijd, sommigen lijken er in een jaar goed doorheen gekomen te zijn, anderen hebben soms voor dit proces 5 jaar nodig. De omgeving beweegt zich vaak makkelijker voort. Echter zijn deze rouwtermijnen heel normaal. Laat u niet opjagen of vertel u zelf niet dat het nu wel genoeg is geweest, als u nog niet zover bent. Rouw duurt zo lang als het duurt.

Met behulp van een psycholoog kunt u een rouwproces doorlopen, waarin op de juiste wijze aandacht geschonken wordt aan uw verdriet en uw vragen. Geheel op uw tempo, ruimte kunt geven aan uw verdriet. Misschien heeft u behoefte aan een ritueel of een andere vorm van uiting. Zo kunt u op zoek naar een bepaalde vorm van acceptatie in het overlijden. U hoeft zo'n proces niet alleen in te gaan en kan het u enorm opluchten en ruimte geven.

**Kinderen en rouwverwerking** - Ook kinderen krijgen soms te maken met verlies. Het kan zijn dat er familieleden overvallen, een leeftijdgenootje, maar ook een huisdier wat komt te overlijden kan even confronterend zijn voor een kind. Ieder lid van het gezin kan dan zo haar of eigen proces hebben, waarbij we soms niet altijd in de gaten hebben dat een kind of puber het verdriet niet goed verwerkt en hier last van kan ondervinden.



Zo kunnen ze plots bang zijn in het donker, bang zijn om alleen te zijn of te gaan slapen. Of bang zijn dat er meer mensen om hun heen komen te overlijden. Zo kunnen er verschillende problemen ontstaan, bijvoorbeeld; gedragsproblemen, eetproblemen, slaapproblemen, concentratieproblemen, zelfs letterlijk kunnen blokkeren. Pubers kunnen ineens geconfronteerd worden met hun eigen vergankelijkheid.

Devotas biedt op een luchtige wijze hulpverlening om zo het rouwproces plaats te laten vinden. Zodat ook kinderen en pubers leren omgaan met verlies en weer leren vertrouwen op zichzelf.

## CONTACTGEGEVENS

**Hoofdkantoor Devotas**  
Peperstraat 1  
3262 JK Oud-Beijerland

T 0186-785014  
F 0186-629609  
W [www.devotas.nl](http://www.devotas.nl)  
E [info@devotas.nl](mailto:info@devotas.nl)

