



ONZE VISIE

In het Land van Rouw is de persoonlijke ontwikkeling van de rouwbegeleider net zo belangrijk als de professionele groei. Deze visie, als basis voor de begeleidingsrelatie, staat centraal in de opleiding.

Tocht op twee benen

Met het ene been lopen we over het pad van de persoonlijke ontwikkeling. Je maakt verbinding met je eigen levensverhaal over verlies, liefde en rouw. Met het andere been bewandelen we het pad van de professionele groei. Hierbij nemen we de kennis en werkervaring mee die iedere student in zijn of haar discipline al heeft opgedaan. Deze gezamenlijke bagage vormt je als mens en als begeleider. Dit is een doorlopend leer- en ontwikkelingsproces.

Rouwlandschap

Rouw is de achterkant van de liefde. Het is een normale en gezonde reactie op verlies. Want als liefde stroomt, dan is het logisch dat we rouwen bij verlies. Rouw is de prijs die we betalen als in het leven aangegane verbindingen zijn verloren.

In onze opleiding werken we met de metafoor van het rouwlandschap. Tijdens de tocht door de rouw- en verlieservaringen zoeken we naar een eigen manier waarop we verdriet kunnen herbergen en een plek kunnen geven. Als student integreer je je persoonlijke verhaal met de professionele ervaring, kennis en inzichten die de opleiding je aanreikt.

We gaan ervanuit dat ieder mens in potentie de veerkracht heeft om zijn of haar pad in het rouwlandschap te doorlopen. Hulpbronnen zijn in en rondom ieder mens aanwezig. Rouwen heeft getuigen nodig, een kring van mensen die aanwezig willen zijn en ons willen ontmoeten in het verliesverhaal.

Het pad door het land van rouw is een unieke tocht. Het vraagt om een liefdevolle bedding waarin we ons door anderen gedragen voelen en ons ingebed weten in een groter geheel. Zo kunnen we leren dat rouw, net als liefde, bij het leven hoort.

Uitgangspunten en inspiratiebronnen

We ontwikkelden een eigen manier van werken, gebaseerd op jarenlange ervaring, wetenschappelijke kennis en vele ontmoetingen met leermeesters, collega's, cliënten en studenten.

In onze opleiding putten we uit theorieën, werkvormen en vaardigheden van verschillende stromingen en disciplines.

Relatie als basis

De relatie tussen begeleider en cliënt vormt de basis van verliesbegeleiding. In dit contact ontstaat er verbinding die het mogelijk maakt om stil te staan bij het verlies en samen op zoek te gaan naar hulpbronnen en betekenisvolle doelen. In deze relatie kan de begeleider ook zijn eigen verlies- en herstelervaringen inbrengen daar waar het dienend is. Zo werken we in het veld van de ontmoeting, waarin het veerkrachtige en zelfherstellende vermogen wordt aangesproken.

Systemisch denken en handelen

Het systemisch denken en handelen staat centraal in de opleiding. De verborgen dynamieken en ordeningen in een systeem zijn van grote invloed op de ontwikkeling van onze identiteit en relaties.

Grondlegger van het systemische werk, zoals wij dat gebruiken, is Bert Hellinger. Hij baseerde zich op het gedachtegoed uit verschillende stromingen en leermeesters. Neem bijvoorbeeld Iván Böszörményi Nagy en de principes van de contextuele therapie:

- De wetten en ordening van een systeem moeten worden geëerd. Verticale loyaliteit prevaleert en zorgt voor trouw en binding aan het systeem.
- Iedereen heeft recht op een plek in het systeem. Niets of niemand mag worden uitgesloten.
- Er dient een balans te zijn tussen geven en nemen.

Elk verlies heeft zijn eigen verhaal. Dat is van invloed op de manier waarop mensen met verlies omgaan. Het omvat immers ook de geschiedenis van eerdere verliezen, de familiehistorie en of er toen wel of niet is gerouwd. Daarom is het van belang de dynamiek rondom verlies binnen het eigen systeem van herkomst te (her)kennen en je bewust te maken wat daarvan de gevolgen voor iemands persoonlijkheid zijn.

Als begeleider moet je ook steeds langs je eigen geschiedenis om bij de rouw van een ander aanwezig te kunnen zijn. Stilstaan bij rouw- en verliesprocessen vraagt om een heldere ontmoeting met de begeleider. De begeleider biedt met zijn of haar verhaal ook zelf een context, waarbinnen de mensen die in begeleiding komen hun verlies kunnen herbergen.

Hechtingstheorie

Rouwen is onlosmakelijk verbonden met hechten en liefhebben. We baseren ons op de hechtingstheorie van John Bowlby en Mary Ainsworth. De wijze waarop we zijn gehecht, vormt de blauwdruk en het gereedschap voor hoe mensen kunnen rouwen. Mensen gaan vanuit hun oude patronen en hechtingsstijlen met verliessituaties om. We zijn geïnspireerd door het werk van dr. Franz Ruppert. Hij legt een verband tussen de multi-generatiele patronen van hechting en de gevolgen daarvan op de identiteit en het zelfgevoel.

Ieder verlies vraagt rouw



Rouwen doen we niet alleen bij een verlies door de dood. We rouwen ook bij een verlies door scheiding, van gezondheid, werk of een ideaal. We kennen vele soorten van verlies, soms klein en soms heel groot. Het ene verlies kunnen we bevatten, het andere is zo ingrijpend dat het een diepe verwonding aanbrengt. In onze opleiding maken we onderscheid tussen verlieservaring, hechtingstrauma, verliestrauma, familietrauma, diffuus verlies en gestapeld verlies.

Rouwtaken

William Worden introduceerde in 1982 het viertakenmodel. Hierbij spreek je de rouwende aan als iemand die niet alleen actief deelneemt aan het rouwproces maar ook zelf een antwoord op het verlies moet formuleren. In de loop van de tijd zijn de rouwtaken aangepast en aangevuld. Daarmee vormen ze een bruikbare kapstok in het werken met verlies in de breedste zin van het woord. De stappen in het rouwlandschap zijn gebaseerd op het werk van William Worden.

Jong Verlies

Rouwen kent geen leeftijd. Zodra we in staat zijn om lief te hebben, zijn we ook in staat om te rouwen. Dit is gebaseerd op het onderzoek Stapeltjesverdriet van Sabine Noten, over heel jong verlies en de gevolgen daarvan op het beleven van later verlies. Mieke Ankersmid introduceerde de term 'verlaat verdriet', een herkenning voor mensen die op jonge leeftijd een of beide ouders verloren door overlijden. Riet Fiddelaers-Jaspers deed onderzoek naar jongeren en rouw.

Gender sensitieve rouw

Mannen rouwen anders dan vrouwen. In de hulpverlening is het van belang om de verschillen en overlappingsen tussen het mannelijke en het vrouwelijke te (h)erkennen en stil te staan bij de invloed die dit heeft op de wijze van rouwen. Toine Lagro-Jansen spreekt van gender-sensitieve hulpverlening.

Duale procesmodel

Rouw is niet alleen gericht op verlies maar ook op afleiding en verandering. Margaret Stroebe en Henk Schut werkten het duale procesmodel uit, de slingerbeweging tussen verlies en herstel. Het gaat over balans tussen het volle verlies ervaren en toch ook ontspanning en afleiding vinden en zinvol bezig zijn. Een balans tussen verdrietig blijven en toch ook bij dat verdriet weg kunnen gaan. In die wisselwerking tussen beide gebieden ontstaat het pad waarover je door het verlies heen kunt lopen. Vreugde ervaren is daarin essentieel om ook de diepte van het verlies te kunnen dragen. Zo ontwikkelt een mens in rouw zijn of haar veerkracht.

Rouw gaat over betekenisgeving

Zowel Robert Neimeyer als Thomas Attig heeft veel aandacht besteed aan betekenisgeving bij rouw. Rouw is niet eindig. Een betekenisvol verlies neem je je hele leven mee. Wij

gebruiken de verliescirkel, uitgewerkt door Riet Fiddelaers-Jaspers en Sabine Noten, afgeleid van de transitiecirkel van George Kohlrieser.

In een gezond rouwproces doorloop je alle stappen van de verliescirkel. Daarmee ben je in staat weer opnieuw contact te maken en uit te reiken naar anderen en het leven. Maar als de verliescirkel niet volledig is doorlopen, dan ervaar je op langere termijn wellicht problemen bij het leggen van contacten, het aangaan van verbindingen, het ervaren van intimiteit en seksualiteit, het omgaan met gevoelens en bij het betekenis geven aan het leven.

De beweging van de ziel

In liefde en rouw zijn mensen door de generaties heen met elkaar verbonden en wordt de ziel geraakt. Dit gedachtegoed is vanuit diverse invalshoeken uitgewerkt door onder meer Wibe Veenbaas en dr. Franz Ruppert. Als verlies te overweldigend is of op te jonge leeftijd plaatsvindt, dan valt het niet te integreren. Daarmee vindt een splitsing op zielsniveau plaats met als doel het verlies te overleven. Het deel van de persoonlijkheid dat het overleven dient, blokkeert de toegang tot de verlieservaring. Daardoor stopt de rouw en kan het niet als levenservaring worden geïntegreerd. Bonanno laat zien dat vermindering of tijdelijk uitstel van rouw nuttig kan zijn om in de moeilijke periode na verlies kracht te verzamelen en de rouw in een later stadium pas werkelijk aan te gaan.

We leren onze studenten om te begeleiden vanuit de helende beweging van de ziel. We geven inzicht, begrip en kennis over de fragmentatie en splitsing die bij verlies kunnen optreden.

Overdracht en tegenoverdracht in rouwbegeleiding

In de ontmoeting met een rouwende cliënt staan we als begeleiders met lege handen. Het komt het er dan op aan om present te blijven en voluit aanwezig te zijn bij de rouw en het ingrijpende verlies. De begeleider moet zijn eigen patronen als hulpverlener kennen. Soms roept alles in ons om in actie te komen en de pijn te verhelpen. Soms is het voor ons zelfs te groot of te confronterend en willen we het liever verhullen. Wibe Veenbaas spreekt over de twee illusies die gestolde liefde met zich meedraagt. De illusie dat we de pijn en het diepe verlies voor de ander kunnen herstellen én de stille verwachting dat de rouw voorbij kan gaan.

We verwachten van onze studenten tot slot veel zelfwerkzaamheid en discipline in het vergaren van kennis door vakliteratuur te lezen en te bestuderen. Zo leiden we mensen op tot wegwijzers in het Land van Rouw.

Bronvermelding:

- Fiddelaers-Jaspers, R. & S. Noten, (2017-3). Herbergen van verlies. Thuiskomen in het Land van Rouw, Heeze: In de Wolken.
- Veenbaas, W. e.a. (2014). Gestolde liefde. Over overdracht en tegenoverdracht in rouwbegeleiding.

