

Gedeelde smart is halve *Kinderen delen hun gevoelens nadat er iemand is doodgegaan*

Gedeelde smart is halve smart; een oud spreekwoord met een grote kern van waarheid. Een aantal kinderen in de basisschoolleeftijd hebben dit onlangs ervaren door hun deelname aan een lotgenotengroep van Stichting Jeugd en Rouw Breda e.o. Bij elk kind uit deze groep was iemand doodgegaan, hun vader, hun moeder, hun broer of zus. In eerste instantie wekelijks en later tweewekelijks kwam de groep bij elkaar in een basisschool in Breda. De groep werd begeleid door twee mensen van genoemde stichting. De eerste keer werden de verhalen aan elkaar verteld, over wie er is doodgegaan en hoe dat gebeurde. Er waren kinderen die spontaan, makkelijk en veel vertelden en er waren kinderen die stilletjes luisterden en regelmatig instemmend knikten. Ze herkenden elkaars verhaal. Aan het eind van de eerste bijeenkomst en ook daarna werd dat door de kinderen gezegd: "Wat fijn, je begrijpt elkaar zo goed. Dat is met andere kinderen die nog nooit zoiets hebben meegemaakt vaak heel lastig". In de volgende bijeenkomsten (totaal acht en een terugkombijeenkomst 3 maanden later) werd er nog veel meer met elkaar gedeeld; zoals herinneringen aan degene die is doodgegaan en, in eerste instantie schoorvoetend, over de angst dat ook de andere ouder dood zal gaan. Soms waren er tranen, maar regelmatig werd er ook gelachen. Er werd getekend, geknutseld en naar muziek geluisterd die voor hen van grote betekenis is: de favoriete song van vader, het lied waar in het crematorium naar geluisterd werd, de muziek waar mama altijd op danste....

Ondertussen was het voor de ouders mogelijk in de school samen op de kinderen te wachten. Natuurlijk werden ook daar de verhalen verteld en de zorgen en het verdriet gedeeld. En of gedeelde smart nu werkelijk halve smart wordt.....dat is eigenlijk niet zo belangrijk. Het helpt en daar gaat het om!!!

Daarom start stichting Jeugd en Rouw Breda e.o. in het voorjaar weer een nieuwe groep voor basisschoolkinderen en bij voldoende aanmeldingen ook met een groep voor jongeren.



Voor meer informatie en aanmelden:
Stichting Jeugd en Rouw Breda e.o.
www.dood-gewoon.nl