

Vooroordelen over rouwen

De don'ts

De omgeving bedoelt het vaak goed, maar zegt vaak uit onwetendheid de verkeerde dingen welliswaar uit de beste intentie, maar toch... De omgeving weet vaak niet hoe je met rouwende om moet gaan. Hier hoe het niet moet.

Via twitter vroeg ik: Wat is volgens jullie het grootste vooroordeel over hoe je moet rouwen? Hier de eerlijke, direct recht uit het hart komende antwoorden.

Laten we leren van deze don'ts en niet in de verdediging schieten of goedpraten waarom we dit zo verkeerd kunnen zeggen.

1. Dat je altijd bepaalde stadia moet doorlopen.
2. Dat het rouwen liever gisteren voorbij is dan vandaag of morgen dus niet te lang klagen en direct weer verder gaan.
3. Dat "flink zijn" en "groot houden" verstandig of knap is. Kom dat nog heel veel tegen.
4. Bij rouwen is huilen en het verdriet hebben de enige emotie die telt
5. Dat het na een jaar maar over moet zijn. Maar, met liefde ben je nooit klaar. Rouw is immers achterkant liefde.
6. Dat je er vooral veel en vaak over moet praten' (?) #rouwgeefteenenormedouw
7. Dat je in het zwart moet gaan zodat iedereen weet dat je rouwt
8. Er van uitgaan dat er een juiste of goede manier van rouwen zou zijn.
9. Elk oordeel.
10. Dat ben ik helemaal met je eens... niemand kan dat ooit voor een ander mens bepalen!
11. Oh dan gaan jullie nu zeker ook scheiden? Een vaak gehoorde reactie!
12. En joh het is toch al zo lang geleden.....
nee maar die komen vaak uit onwetendheid of door mensen die denken iets te moeten zeggen. Terwijl dat niet hoeft.
13. Dat je de hele dag in een grafstemming moet rondlopen en niet meer mag lachen (want dan rouw je niet...)
14. Het woord "moet".
15. Dat over jouw verlies praten niets te maken heeft met loslaten. En heb je losgelaten, dan zijn herinneringen ophalen not done.

16. Dat je na de begrafenis 'gauw weer verder' moet. #rouwen
17. Je hebt het vast al wel een plekje kunnen geven.. Of.. Je hebt er weer 2 bij dat scheelt..gelukkig was ze er maar kort..
ze zou 10 zijn geweest al die herinneringen die je dan hebt..
je alleen nog verdrietig mag zijn in het begin (als je lacht ben je raar)als je verdrietig bent na 6 jr blijf je steken inde tijd
18. Je bent nog jong en kan nog kinderen krijgen. Of:'t beste zou zijn als je nu weer zwanger wordt. En natuurlijk:'t leven gaat door!
19. Juist over hoe je zou moeten rouwen! Daar is geen standaard manier voor: iedereen doet dat op zijn of haar eigen manier/tijd...
20. Dat je het een plek moet geven. Je kunt het niet "wegzetten". het is als de beweging van een spiraal, steeds aanwezig, telkens anders van vorm en intensiteit