



Emoties-enzo

Praktijk voor kinderen en volwassenen

Al vele jaren wordt er vanuit Emoties-enzo de “lotgenotengroep voor kinderen (8-12 jaar) in rouw” gegeven. Dikwijls kwam er vanuit de ouders van deze kinderen het verzoek ook een dergelijke groep te starten voor de ouders zelf. Om aan deze behoefte te voldoen, zal op 7 oktober a.s., parallel aan de kindergroep, de **pilot** starten voor de **ouders en/of verzorgers**.

Als er iemand binnen het gezin komt te overlijden, komt je wereld tot stilstand. Alles wat voorheen normaal was, is dat nu niet meer. Rouw maakt bij eenieder uit het gezin een wirwar aan gevoelens los die soms volledig met je aan de haal kunnen gaan. Rouw is persoonlijk. Er is geen goede of foute manier van rouwen. Iedereen rouwt op zijn eigen manier. Elkaars manier van rouwen “begrijpen”, “lezen”, en accepteren kan ingewikkeld zijn, vooral omdat een tsunami aan gevoelens jou tegelijkertijd ook kan overdonderen. Dit brengt onvoorspelbaarheid en wisselvalligheid met zich mee en kost enorm veel energie. Juist de combinatie van jouw eigen rouw én die van jouw kind, maakt het loodzwaar.

Er is (bijna) niets zo erg als de pijn van je eigen kind voelen. En waarschijnlijk ben je daarbij zelf ook in rouw. Je kunt jezelf niet uitschakelen en toch wil je voorkomen dat de ontwikkeling van je kind stagneert door het rouwproces. Vele vragen kunnen je bezighouden:

“Hoe begeleid ik mijn kind in rouw? – Mijn kind is niet verdrietig. Gaat het wel goed? – Mijn kind is continu heel boos. Wat nu? – Mijn kind heeft het al zo moeilijk. Hij mag maar even alles van mij. Doe ik daar goed aan? – Mijn kind is zo lief en verzorgt me heel de tijd. Is dat goed?”

In zes wekelijkse bijeenkomsten van 1,5 uur zullen we onder andere bovengenoemde thema’s en praktijkvragen bespreken. Door het geven van informatie over rouw zul je je zekerder gaan voelen, want *kennis geeft houvast en begrip!*

Ook het contact met lotgenoten is helpend. Rouw wordt vaak omschreven als eenzaam. De kracht van lotgenotencontact is dat je allen vergelijkbare emoties en dilemma’s ervaart, en dat geeft steun. Je voelt je gehoord en begrepen want de ander ervaart dezelfde gevoelens als jij.

De herkenning, liefdevolle erkenning en educatie over rouw tijdens deze bijeenkomsten zal je verder helpen in het bijstaan van je kind én jezelf in het rouwproces.

Praktische informatie:

De lotgenotengroep **“ouders en/of verzorgers van kinderen (8-12 jaar) bij rouw”**

bestaat uit zes wekelijkse bijeenkomsten van 1,5 uur (van 15.30 tot 17.00 uur).

Data: 7, 14 en 28 oktober en 4, 11 en 18 november 2021

Begeleider: Donna Slotboom (rouwtherapeut/ervaringsdeskundige).

Kosten: € 90,- per persoon/echtpaar (eenmalige pilotprijs).
In overleg te declareren bij uw zorgverzekeraar.

Locatie: Emoties-enzo Vlietweg 15 (2266 KA) Leidschendam.

Er is plek voor maximaal 6 deelnemers.

Voor aanmelding of meer informatie kunt u contact met ons opnemen via info@emoties-enzo.nl of via ons algemene nummer: 085-0470233.