

# "Ze zeggen dat het overgaat" "Leven met gemis"

Op vrijdag 23 oktober is in Gent het nieuwe centrum voor verlies en trauma "De Bedding" van Evamaria Jansen en Johan Maes geopend en tevens hun nieuwste boek voorgesteld: "Ze zeggen dat het overgaat".

## Expertisecentrum verlies en trauma "De Bedding"

Verlies en rouw horen bij het leven. Toch heerst er in onze cultuur een soort collectieve afweer ten opzichte van alles wat met verlies en rouw te maken heeft. Rouwenden worden vaak met clichés wandelen gestuurd en heel wat rouw blijft onopgemerkt en niet erkend. De schade hiervan op het vlak van onze lichamelijke en geestelijke gezondheid wordt meer en meer duidelijk, denken we maar aan de toename van zelfdoding en depressie.

In dit expertisecentrum verzamelt men niet enkel informatie uit (internationaal) wetenschappelijk onderzoek, maar dragen ook vanuit eigen ervaring in de rouwzorg en rouwtherapie bij aan de bestaande kennis en inzichten rond dit thema.

Het is de bedoeling een andere kijk op rouw te verspreiden binnen de wereld van opvoeding en onderwijs, welzijn- en gezondheidszorg, maar ook in andere sectoren van de samenleving zoals bv. de bedrijfsweld waarin de dag van vandaag mensen met moeilijke verlieservaringen kampen. Zo werkt men samen aan een nieuwe rouwcultuur waarin meer zorg en aandacht gaat naar rouw en verliesverwerking. Veel verlieservaringen komen ook voort uit trauma's. Ook aan de impact hiervan wil het team van De Bedding niet voorbijgaan. Mensen kunnen traumatiserende ervaringen in hun leven verwerken en bewerken vanuit een eigen opgebouwde veerkracht,

Johan Maes (\*1954). Studeerde agogische wetenschappen en is Europees erkend Pessopsychotherapeut. Hij heeft zich gespecialiseerd in rouwtherapie, was 6 jaar lang directeur van de Federatie Palliatieve Zorg Vlaanderen en werkt deeltijds in het vormingscentrum Zorg-Saam in Wijgmaal als educatief medewerker. Hij is freelance trainer-opleider bij KERN in de opleiding Lichaamsgerichte Experiencele Psychotherapie en de opleiding Individuele Begeleiding. Hij is redacteur en auteur van het boek 'Leven met gemis: een handboek over rouw, rouwbegeleiding en rouwtherapie' (2007) voor hulpverleners en medeauteur van het boek 'Ze zeggen dat het overgaat' (2009).



Johan Maes

mits er een omgeving is die hen hierbij steunt. Waar interne en externe hulplijnen ontbreken, is het belangrijk plekken aan te bieden voor heling en groei.

## Het boek

Een boek vol concrete verhalen en praktische tips hoe je op een gezonde manier kunt omgaan met je eigen rouwproces. Over rouw, verlies en verdriet is veel geschreven, maar steeds vanuit het model van Kübler-Ross, dat zegt dat wie rouwt psychisch door verschillende, meestal chronologische fasen gaat. Het is de bron van veel schuldgevoelens bij mensen die merken dat de pijn nooit overgaat.

Nieuw onderzoek toont overtuigend aan dat ieder rouwproces uniek is en niet noodzakelijk 'overgaat'. In dit baanbrekende boek vertalen de auteurs de resultaten van dit onderzoek voor het eerst voor een ruim publiek van rouwende mensen en hun omgeving.

Info:  
De Bedding v.o.f.  
Krommewal 2, 9000 Gent  
0032 486 15 57 34 of  
0032 499 73 26 38  
debedding@telenet.be  
www.debedding.eu



Eva Maes Jansen

Evamaria Jansen (\*1958). Ze studeerde af aan de Vrije Pedagogische Academie in Zeist en werkte een aantal jaren in het antroposofisch- en muziekonderwijs. Zij rondde daarna diverse therapeutische opleidingen af op het vlak van Gestalttherapie & Psychosynthese, rouwtherapie en psychodrama; ze specialiseert zich bijkomend in Emotional Freedom Technics. Ze is medeauteur van het boek 'Ze zeggen dat het overgaat' (2009) en is bezig aan een boek over één bepaald aspect van rouw.



Eerste boek van Johan Maes.  
(Verschenen in 2007)  
"Leven met gemis"  
Handboek over rouw,  
rouwbegeleiding en rouwtherapie

## Een boek voor jou!

Misschien word jij of wordt iemand in je omgeving geconfronteerd met een tragisch verlies? Misschien heb je al heel wat verlieservaringen meegemaakt en vraag je je af of je alles wel op een goede manier hebt verwerkt? Misschien ben je op zoek naar een houvast of naar een manier om meer inzicht te krijgen in jouw rouwproces of in dat van je partner, een kind, een ouder, vriend, collega of cliënt?

In onze maatschappij wordt rouw nog al te vaak gezien als een afwijking van het gewone, als een emotionele pijn waarvan je zo snel mogelijk moet herstellen. Het probleem of de symptomen moeten worden opgelost, de pijn moet worden verwerkt. Rouw mag een proces zijn, maar het moet wel een eindpunt hebben.

En dat terwijl nieuw wetenschappelijk onderzoek duidelijk aantoonde dat je het recht hebt om te rouwen op jouw manier; zelfs als je je pijn een leven lang meeneemt,

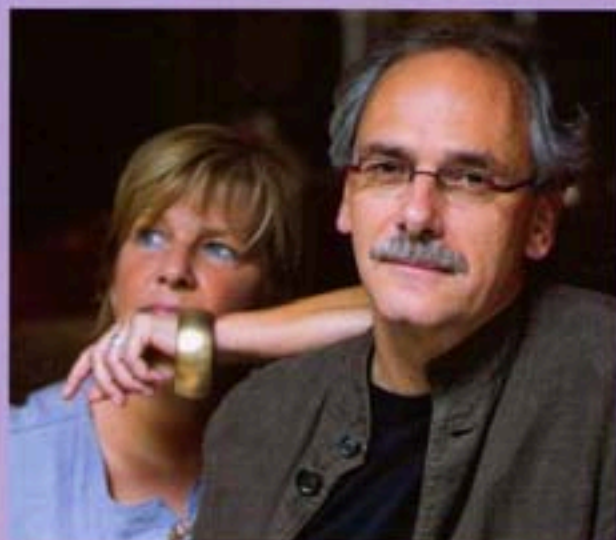
hoeft dit geenszins in te houden dat je minder gezond en minder veerkrachtig functioneert. Aan de hand van tal van concrete verhalen en praktische tips leert dit baanbrekende boek je een antwoord te bieden op verlieservaringen en zo het ondraaglijke te dragen.

Ze zeggen dat het overgaat, maar het is prettiger te weten dat het niet hoeft over te gaan. Want zoals jij uniek bent, zo is ook jouw rouwproces uniek.



Expertisecentrum verlies en trauma

Roger Lathouwers



“Ze  
zeggen  
dat  
het  
overgaat”

Johan Maes  
&



Omvang: ca. 256 pagina's | Prijs: 17,95 euro | nur: 749 | isbn: 978 94 9038 205 6 | [www.witsand-uitgevers.com](http://www.witsand-uitgevers.com)

## Rouwen maakt ziek

Uit een gezamenlijk onderzoek naar rouw, uitgevoerd door de Nederlandse zender KRO en de Koninklijke Facultatieve blijkt dat rouwen ziek maakt met zelfs belangrijk werkverlet tot gevolg.

Bij 10% van de Nederlanders die een partner of een kind verliezen, komt het plezier in het leven nooit meer terug. 13% van hen is ook nooit meer aan het werk gegaan.

Rouwen maakt mensen letterlijk ziek, vooral degenen die een kind of partner verliezen. Het overgrote deel (80% of meer) was in de periode na het verlies vermoeid, had gezondheidsklachten, toonde gebrek aan

eetlust en had geen zin om nieuwe dingen op te pakken en onder de mensen te komen.

Een kwart van de mensen heeft hun dierbare verloren na een lang ziekbed. Opvallend was dat 41% van hen dit lange ziekbed zwaarder heeft ervaren dan de rouwperiode na een overlijden. Een kwart van hen vond de rouwperiode juist zwaarder. Tenslotte is het opvallend dat het verlies van een vriend of collega wordt onderschat. Uit het representatief onderzoek blijkt dat 10% vindt dat er te weinig rekening wordt gehouden met hun verdriet.

Bron: Koninklijke Facultatieve (NL)