

Niet alles wat goed bedoeld is, helpt

Vorige week maakte ik opnieuw mee hoe goedbedoelde aandacht op het verkeerde moment grote gevolgen kan hebben.

Na een overlijden kwamen vrienden onaangekondigd langs om hun medeleven te tonen. Een warm gebaar, zonder twijfel. Maar juist op dat moment zat ik met de familie in gesprek. Als uitvaartondernemer begeleid ik nabestaanden bij de keuzes die in korte tijd gemaakt moeten worden. Dat zijn gesprekken die concentratie vragen. Er was nauwelijks ruimte om rustig te overleggen. De familie vond het moeilijk om te vragen of de vrienden later terug wilden komen. Dat voelt al snel onvriendelijk, terwijl het niets met onwil te maken heeft.

Later die avond sloeg de twijfel toe. De dochter maakte zich ineens grote zorgen of alles wel goed geregeld was. De spanning liep zo hoog op dat ze in paniek raakte en uiteindelijk met een ambulance naar het ziekenhuis werd gebracht.

Natuurlijk kan ik niet zeggen dat de onverwachte bezoeken daarvan de oorzaak waren. Verdriet, vermoeidheid en de vele beslissingen die na het overlijden van haar vader op haar afkwamen, speelden allemaal een rol. Maar ik zie wel hoe belangrijk rust is in die eerste uren. Elke onderbreking kost energie. En juist die energie is dan zo hard nodig.

Het zette mij aan het denken over iets wat we misschien een beetje zijn kwijtgeraakt: de etiquette rondom afscheid nemen. Niet omdat regels zo belangrijk zijn, maar omdat goede omgangsvormen ruimte geven aan verdriet.

Ik merk steeds vaker dat mensen niet goed weten wat helpend is. Dat is ook niet vreemd. De dood is veel minder zichtbaar geworden in het dagelijks leven. Veel mensen groeien er niet mee op en leren daardoor ook niet hoe je je beweegt rondom een overlijden. Onwetendheid leidt dan soms tot gedrag dat met de beste bedoelingen gebeurt, maar voor nabestaanden juist extra belastend kan zijn.



Alexandra Markusse (1974)

'Respect betekent soms juist even wachten.'

Dat betekent ook dat u de familie niet al op de parkeerplaats aanspreekt om uw medeleven te betuigen. Een warme blik, een knikje of een handgebaar is op dat moment meer dan voldoende. Er zal later een passend moment zijn om uw condoleance over te brengen.

En ook buiten de aula kunnen we respect tonen. Even stoppen voor een rouwstoet. Niet tussen mij als uitvaartleider en de rouwauto rijden. De familie bij aankomst eerst de ruimte geven voordat je hen aanspreekt. Het zijn kleine gebaren, maar voor nabestaanden betekenen ze vaak veel meer dan mensen beseffen.

Misschien zie ik dat scherper omdat ik ben opgegroeid in de uitvaartwereld. Voor mij waren de gebruiken rondom overlijden en afscheid nemen vanzelfsprekend. Ik zag al jong hoe respect vaak juist zat in wat mensen níet deden: niet opdringen, niet haasten, niet de aandacht opeisen. Gewoon aanvoelen wat iemand op dat moment nodig heeft. Natuurlijk verschillen gebruiken per familie, cultuur en religie. Er bestaat geen universeel draaiboek voor afscheid nemen. Maar in al die jaren heb ik geleerd dat respect eigenlijk altijd hetzelfde betekent: oog hebben voor de ander.

Misschien is dat wel de belangrijkste les die mijn werk mij steeds opnieuw leert. Niet uitgaan van wat ik graag wil doen, maar van wat de ander op dat moment nodig heeft. Soms is dat een kop koffie, een luisterend oor of hulp bij praktische zaken zoals het rondbrengen van de rouwkaarten. Soms is dat juist stilte en rust.

Want niet alles wat goed bedoeld is, helpt. En soms is juist even wachten de grootste vorm van betrokkenheid.

Een eenvoudig telefoontje met de vraag of een bezoek uitkomt, kan al een wereld van verschil maken. Houd gesprekken kort als je weet dat de familie in overleg is. En gun hen de rust wanneer belangrijke keuzes moeten worden gemaakt. Jouw medeleven is een paar uur later nog net zo waardevol.

Diezelfde zorgvuldigheid zie ik ook tijdens uitvaarten. Regelmatig maken mensen ongevraagd foto's van de overledene of filmen zij delen van de plechtigheid. Ook op sociale media gaat het soms mis. Een overlijden delen voordat de familie dat zelf heeft gedaan, kan enorm pijnlijk zijn. Nabestaanden verdienen de kans om dat verdrietige nieuws op hun eigen manier en op hun eigen moment te vertellen.

Ook de kleine dingen maken verschil. Kom op tijd, maar niet veel te vroeg. Zet je telefoon uit. Volg de aanwijzingen van de uitvaartverzorgers, ook als u denkt dat het anders kan. Wij kennen de wensen van de familie en handelen namens hen. Vragen wij u om goed aan te sluiten zodat er geen lege plaatsen in de rij ontstaan, wilt u daar dan ook gehoor aan geven. Respecteer ook de wensen van de nabestaanden.

Als zij vragen om één onverpakte bloem mee te brengen, neem dan geen boeket in cellofaan mee. Juist door zulke persoonlijke verzoeken te volgen, toont u respect voor hun afscheid. Wacht met condoleren tot het moment waarop de familie daarvoor ruimte heeft.