

**Zo, nu ben je
wees**

doei

Jojanneke van den Bosch

WeesWijzer

Zo, nu ben je wees

*Ervaringen en handreikingen
van één van de tienduizenden weeskinderen
in Nederland*

Jojanneke van den Bosch

Alle rechten voorbehouden. Copyright © 2012 Jojanneke van den Bosch.

Niets uit deze publicatie mag worden gereproduceerd zonder toestemming van de auteur. Verzoeken voor gebruik van fragmenten uit deze uitgave kunnen worden ingediend bij de auteur.

www.weeswijzer.org / www.zonubenjewees.nl

Eerste editie: januari 2013

ISBN: 978-1-291-19209-4

Tekst: Jojanneke van den Bosch

Omslag: Richard van Klooster, Front-taal

Binnenwerk: Jojanneke van den Bosch

Meelezer: Daan Westerink

Foto auteur: Winand Stut Fotografie

Uitgever: WeesWijzer

Stel. Je bent veertien, je ouders overlijden een paar maanden na elkaar. Een hartinfarct. Agressieve longkanker. Je staat er ineens nagenoeg alleen voor. Wat doe je dan? In wat voor situaties kom je terecht? Hoe groei je op?

Alleen al in Nederland zijn er ca. 30.000 minderjarige wezen en halfwezen. Jaarlijks komen er vele wezen bij. Er overlijden jaarlijks bij benadering 3800 ouders. Het laatste weeshuis sloot halverwege de 20e eeuw. Maar wezen zijn van alle tijden. In 'Zo, nu ben je wees' deelt Jojanneke van den Bosch (1975) oncomfortabele waarheden over opgroeien zonder ouders en biedt ze handreikingen. Een schets van de paradox tussen aanwezigheid en onzichtbaarheid van deze jongeren. En die van omstanders.

In 2007 startte Eos Online Communicatie, het bedrijf van Jojanneke van den Bosch, het project WeesWijzer.nu, een online platform in continue ontwikkeling dat zich richt op laagdrempelige kennisuitwisseling van praktische informatie voor en over weeskinderen. Het project staat open voor inhoudelijke bijdragen van ervaringsdeskundigen, omstanders, zorgverleners, experts en andere belanghebbenden.

www.weeswijzer.org

*Ik mis je
ik mis je
als ik weet niet hoe
Er zijn geen woorden voor
het missen
dat ik doe*

*Ik zou wel kunnen zeggen
'zoals de dood het leven mist'
Maar ik weet niet
of de dood dat doet*

- Herman van Veen

Voor mijn vader, Menno Saranus van den Bosch (24 februari 1925 – 12 september 1989),
die een kamer kon vullen met zichzelf en zijn verhalen, mooier kon schrijven dan Sinterklaas en
wiens tomeloze enthousiasme nog dagelijks door mijn leven giert.

Voor mijn moeder, Aleida Berendina ten Hag (11 juni 1941 – 15 februari 1990),
wiens blauwe ogen en temperament zelfs Liz Taylor beschaamd naar de vergetelheid
kon toveren en wiens creativiteit ik koester.

Voor mijn zus, die mij liefdevol opkweekte in jampotjes op een flatgalerij
en wie ik geluk, een vol hart en een mooi leven toewens.

Voor mijn geliefden, die deel zijn van mij en ik van hen.

Voor jou en voor ieder kind, met of zonder ouders: wees welkom bij jezelf.

Voor mij.

Inhoudsopgave

Proloog

1. Valentijnskaart
2. De onvoorwaardelijkheid voor eeuwig weg
3. Spraakwater
4. Weg was de enige weg
5. De muziek moest harder dan huilen kon klinken
6. Zet 'm maar in de tuin
7. Kast
8. Wie denk je wel dat je bent?
9. Thank you seems to be the hardest word
10. Trommel
11. Corvee
12. Ik kan het niet vieren met hen
13. Storm in mijn hoofd
14. Blauwe envelop
15. Nu ben je er toch wel overheen?
16. You stay the course, you hold the line
17. Flamingo's
18. Aandacht
19. IJsprinses
20. Hierbij verklaar ik mij
21. Vogelvrij
22. Thuis
23. De dood en social media
24. 0800-hemel

Epiloog

Dank aan de helden

Literatuur, online, social media

Proloog

Niets is sterker dan een idee waarvoor de tijd is gekomen

Op 12 september 1989 overleed mijn vader aan de gevolgen van hartfalen. Op 15 februari 1990 stierf mijn moeder, na enkele jaren van depressie, aan een zeer agressieve vorm van longkanker. Ik was veertien jaar en wees. Het is alweer meer dan twintig jaar geleden. Het waren bewogen jaren. Met tegenvallers, strijd, weerstand. Maar ook met succes, acceptatie, verbazing en kansen. En momenten van bizar groot geluk, hoe vreemd dat ook mag klinken.

Deze bundel beschrijft situaties en korte bespiegelingen die een inkijkje geven in situaties die ieder weeskind zouden kunnen overkomen. Ze zijn uit mijn leven gegrepen. De bundel is niet bedoeld als levensverhaal. Daarvoor is het uiteraard volstrekt incompleet. Bovendien hoop ik - vanzelfsprekend - veel langer te leven. Ik had ervoor kunnen kiezen om in de verhalen te vertellen over de levens van mijn vader en moeder. Meer te delen over hoe bijzonder ze waren, wat hun talenten, grappen en eigenaardigheden waren, hoe mooi en slim ze waren, maar bij tijd en wijle ook neerslachtig, met scherpe randjes. Hoe ze voor ons zorgden door voor dag en dauw op te staan om een krantenagentschap te runnen dat in ons levensonderhoud voorzag. Al zou het mij best een goed gevoel geven om honderduit over hen te vertellen: het heeft geen educatieve waarde in het licht van het onderwerp 'waar loop je tegenaan als je wees wordt'. Daarom staan in deze bundel anekdotes uit mijn leven, die ingaan op de periode na het overlijden van mijn ouders.

Dit boek gaat in essentie niet over mij, ondanks dat ieder hoofdstuk waargebeurde situaties uit mijn leven beschrijft. Als er nu niet tienduizenden wezen en halfwezen waren geweest, was dit boek niet geschreven. Dat ik degene ben die dit heeft meegemaakt, zou je wat mij betreft mogen vergeten. In feite is het geschreven in de hoop dat jij, als lezer, iets meer te weten komt over hoe weeskinderen in een westerse samenleving vandaag leven. Waar ze wérkelijk tegenaan lopen.

De situaties in deze bundel snijden thema's aan die voor veel weeskinderen herkenbaar zullen zijn. Vanzelfsprekend is iedere situatie uniek. Ieder mens is uniek. Maar in het leven van een weeskind is zoiets onomkeerbaars gebeurd, dat dit fundamentele levensthema's beroert. En ieder kind vindt hierin zijn of haar eigen weg. En soms vindt een kind hierin níét zijn of haar weg. Dat is dan in mijn beleving een situatie die niet zomaar mag voorkomen. Sterker nog, we kunnen onszelf in alle redelijkheid niet in de spiegel aankijken als we niet ons best doen om elkaar te helpen. Als we níét een hand uitsteken en werkelijk bij onszelf bedenken wat we voor een kind kunnen betekenen. Ik pleit voor een groter sociaal gevoel en persoonlijke verantwoordelijkheid. Gevoel voor mensen die nét even dat extra beetje hulp kunnen gebruiken. Een opstapje. Mensen met een eigen verhaal, een eigen levenswijze, een eigen unieke achtergrond. We kunnen zoveel van elkaar leren. We kunnen elkaar zo goed helpen. De sleutel is de bereidheid daartoe. Vaak genoeg blijkt dit de grootste drempel in situaties waarin mensen zich machteloos voelen. Er bestaat geen *ready made* oplossing. Geen *one size, fits all*. Want in de praktijk blijkt dat net de pasvorm van een *one size, fits all*-bikini. Iedere vrouw weet wat dit betekent. Kansloos. *One size, fits nobody*. Maar er zijn wel ervaringen. Ervaringen om te delen.

Soms vragen mensen me *‘Waarom deel je verhalen uit je persoonlijke geschiedenis?’* Niet alleen in de context van dit boek. Van sommigen in mijn omgeving, uit heden en verleden, ver en dichtbij, krijg ik vragen over het werkelijke ‘waarom’ van dit boek. Sommigen van hen kenden mijn geschiedenis ook jaren geleden al, maar zeggen dan: *“Is het werkelijk nodig om de vuile was buiten te hangen? Wij wilden er wel voor je zijn maar konden het niet. Dit doet pijn om te lezen. Het is allemaal al zo lang geleden.”* Dat het pijnlijk is, kan ik me voorstellen. Vooral als zij destijds geen manier hadden om me op wat voor manier dan ook te helpen, al dan niet door overmacht. Maar dat kan voor mij niet het gevolg hebben dat de situaties niet onder woorden zou gebracht zouden kunnen worden. Precies dát, die genoemde redenen, illustreren juist waarom het pijnlijk is voor een weeskind om níet te zeggen wat er scheelt. Wat er niet klopte aan de situatie. Wat er beter had gekund. Bovendien is het voor duizenden kinderen vandaag relevant. Voor hen is het níet ‘allemaal al zo lang geleden’. Geen oude koeien. Zij staan vandaag in de drek.

De beeldvorming over weeskinderen is in de media niet echt actueel. Omdat het voor de hand ligt dat de meeste mensen bij het woord ‘weeskind’ denken aan een kind in een ver land, in een andere cultuur dan de jouwe. Hoe schrijnend die situaties van weeskinderen in verre landen ook mogen zijn; ook in westerse landen zijn weeskinderen, met ieder een eigen verhaal, eigen uitdagingen en eigen ontwikkelingen.

‘Wees’. Een simpele zoekopdracht op het woord ‘orphan’ of ‘weeskind’ in Google levert een prominente link naar een Hollywoodfilm in het horrorgenre op (over een griezelig moordlustig weesmeisje). De musicalfilm over de koddige roodharige Annie (met haar kwam het goed) en het sprookje van het meisje met de zwavelstokjes (met haar kwam het niet goed) staan ook hoog in de Google zoekresultaten. Ook vind je een online game (*‘Orphans make a really good meal! Kidnap as many as you can from the streets of Victorian London!’*). De stap naar Huckleberry Finn en Harry Potter is eveneens snel gezet (de in de boeken zorgvuldig beschreven emoties van laatstgenoemde komen, wonderlijk genoeg, misschien nog wel het meest in de buurt van de werkelijkheid). Ook leidt de googlezoektocht naar een goedbedoelde maar desondanks enigszins de plank mis slaande documentaire waarin wordt verteld dat ‘alle weeskindertjes vandaag de dag goed en liefdevol worden opgevangen door vrienden en familie en dat weeshuizen daarom niet meer bestaan’. Al met al niet echt een representatief beeld. Verre van.

Meer dan twintig jaar geleden wilde ik met een dierbare bekende van mijn moeder praten over herinneringen aan haar. Had daar behoefte aan. Verhalen horen over hoe ze was voordat ik er was. Iemands frisse blik en persoonlijke herinneringen horen. Het mocht niet zo zijn. Het antwoord was: *“Stel hem die vragen maar niet, anders wordt hij emotioneel, en dat is ook weer zo wat.”* Ik zweeg. De vraag ging in rook op. Het antwoord waar ik naar verlangde, ook. En daarbij de mogelijkheid om mijn behoefte aan verhalen, werkelijke ervaringen die iemand met mijn moeder had, te horen. Dat voelde in de jaren daarna als een gemis. De hele waarheid was immers niet boven water gekomen. Door het niet mogen vragen en het niet mogen horen ontbrak een deel van mijn afkomst. En voor mijn gevoel een deel van mezelf.

Gabriel Byrne (de acteur bekend van films als *The Usual Suspects*, *Little Women*, *Enemy of the*

State, Miller's Crossing, en de HBO-serie *In Treatment*) zei ooit in een interview: *we lie by silence (we liegen door te zwijgen)*. Hij zei het in een andere context. Over een volstrekt andere, maar pijnlijke ervaring: misbruik van kinderen in de katholieke kerk. Maar de woorden raakten ook de kern van mijn verhaal. Dat zwijgen voelde als een ontkenning van wat ooit was maar wat ik nog voelde. Het voelde alsof het er niet mocht zijn. Voor kinderen die hun ouders verliezen is het van belang dat zij vragen kunnen blijven stellen over hun achtergrond en afkomst. Dat het bespreekbaar blijft. Het is waardevol als ooms, tantes en overige bekenden van overleden ouders zich openstellen voor vragen van de kinderen. Het gaat niet om hun verdriet of om wat het allemaal losweekt. Het gaat om de kennis die zij hebben en die ze moeten delen met de kinderen als deze daarom vragen. Zwijgen kan meer kapot maken dan je lief is. Het zou me medeplichtig maken aan het tot stilte manen van vele andere weeskinderen. *We lie by silence*. Het is absoluut waar. Daarom deel ik deze verhalen. Ik kan het niet níet delen.

In mijn werk als adviseur online communicatie en sociale media horen opdrachtgevers vaak dat ze zich dienen te begeven op de platforms waar hun doelgroep zich bevindt. Dat ze moeten gaan waar zij zijn, en hun eigen authentieke verhaal moeten vertellen op een manier dat het werkelijk tot de verbeelding spreekt, zodat ze de conversatie met hun doelgroepen aan kunnen gaan. Het zou een ernstige tekortkoming zijn als ik dit advies niet zou opvolgen. Als het verhaal van een weeskind niet tot ieders verbeelding beschreven zou worden. Want is dat niet de weg naar betrokkenheid? Verhalen zijn krachtig. Hun doel: het openstellen van een thema en het mogelijk betrekken van anderen bij de vergroting van bewustwording. Om zin te geven aan wat er gebeurd is, om handvatten te bieden aan hen die het nodig hebben, om inzicht te geven aan hen die niet weten dat dit ook vandaag voorkomt. Hier en nu. *I have to address this issue*.

*Happiness is neither virtue nor
pleasure nor this thing nor that but
simply growth, We are happy when
we are growing.*

- William Butler Yeats

1

Valentijnskaart

Het einde van het begin.

*Lieve Harry,**

*Waarschijnlijk weet je wel dat je deze Valentijnskaart van mij hebt gekregen.
Wil je het niet in de klas vertellen? Ik vind je echt leuk.*

L.V.

P.S.: Groetjes aan je moeder.

Dit was de tekst op mijn allereerste Valentijnskaartje. Ik kreeg 'm van klasgenootje Lars. Het was een kaart met een jukebox erop. Ik had niets met jukeboxen, maar waarschijnlijk is dat ook de reden dat ik nog steeds weet hoe de kaart eruit zag. Dat is wel vaker met details die je niet kunt verklaren: ze blijven kleven. Wachtend op verklaringen.

Groetjes aan je moeder. Hartstikke lief bedoeld. En wat moet je ook zeggen tegen iemand wiens moeder sterft? “Groeten aan de overkant”? “Neem goed afscheid”? Ik zou het niet weten. Lars wist het ook niet. Niemand wist het. Het was zoals het was.

Die groeten heb ik nooit meer kunnen doen. De volgende dag, 15 februari 1990, was ik wees. De tekst van de kaart ben ik nooit vergeten. Vooral het post scriptum. “*P.S.: Groetjes aan je moeder.*” Wij, mij zus en ik, wisten dat ze terminaal ziek was. Lars wist dit niet. Ik praatte er eigenlijk zelf niet over met mijn klasgenoten. Ze vroegen er ook niet naar. Een vreemd gevoel van onbehagen. De dood, daar praatte je niet over. Ik wist ook niet zo goed wat ik erover had moeten zeggen. Ik was mijn vader al verloren aan de dood. Daar werd eigenlijk ook nauwelijks over gepraat. Ik had daar op dat moment ook niet zo'n behoefte aan. 'Gewoon' doorleven was eigenlijk al lastig genoeg. Maar wel het enige waar ik me aan kon vasthouden. School. Huiswerk. Dat soort dingen.

** Dat Lars me Harry noemde, was eigenlijk wel vertederend. Mogelijk was het een symptoom van mijn stoere gedrag als kind. Het iets willen uitstralen dat smaakte naar 'Ik Kan Het Wel Alleen'. Het heeft jaren geduurd voordat ik dat van me af had geschud.*

Handreiking

Als iemand in je omgeving wees wordt, valt het lang niet mee om te bedenken wat te zeggen. En vaak zegt men dan maar niets. Best begrijpelijk. Maar als ik terugkijk, ben ik dankbaar voor iedereen die überhaupt de moed verzamelde om iets te zeggen. Blijk te geven van het feit dat het gezien werd. Dat het niet verzwegen hoefde te worden. Dat Lars de moed had als veertienjarige om wél iets te zeggen, dat deed me goed. Ik zou het iedereen willen toewensen. Als iemand in je omgeving een dierbare verliest, geef dan blijk van het feit dat je weet dat het is gebeurd. Dat je diegene ziet. Realiseer je dat diegene jaren na dato nog terug kan kijken op een bijzondere periode in zijn of haar leven. Houd diegene op dat moment in de buurt. Zorg dat diegene jou deelgenoot kan maken van wat er gebeurt. Draag bij aan een zacht randje van een ingrijpende gebeurtenis in iemands leven. Zachte randjes maken dat iemand beter in staat is om zo'n indrukwekkende gebeurtenis een plaats in zijn of haar leven te geven.

Houd het ook behapbaar voor jezelf. Je hoeft niet iemand volledig te dragen op zo'n moment. En als je naar Lars' voorbeeld kijkt, zie je ook dat het geen *rocket science* is. *Just be around.*

2

De onvoorwaardelijkheid voor eeuwig weg

Mijn vader

*Do not go gentle into that good night,
Old age should burn and rage at close of day;
Rage, rage against the dying of the light.*

(...)

*And you, my father, there on the sad height,
Curse, bless me now with your fierce tears, I pray.
Do not go gentle into that good night.
Rage, rage against the dying of the light.*

Dylan Thomas

Ik stond op 12 september 1989 om 23.45 uur op een kruispunt met mijn opoefiets. De fiets die mijn ouders drie jaar daarvoor voor mijn elfde verjaardag feestelijk met lolly's hadden beplakt. Ik was op weg naar huis, mijn zus had die dag haar tweeëntwintigste verjaardag gevierd. Op weg naar huis hoorde ik ineens kerkklokken. Kwart voor twaalf 's avonds is doorgaans niet een moment dat kerkklokken luiden. Ik wist ook vrij zeker dat die klokken niet werkelijk konden luiden op dat tijdstip. En toch hoorde ik ze. Ik stond ineens als aan de grond genageld. Dacht dat

als ik stilstond, ik beter kon beoordelen of ik de klokken wel of niet hoorde. Toen ik stil stond, dacht ik ineens aan mijn vader. Ik had de indruk dat hij me riep. Dat ik naar hem toe moest fietsen. Ik bedacht me ineens hoe het zou zijn als hij dood zou zijn. Wat zou ik voelen? Hoe zou hij eruit zien? Ik schrok van mijn morbide gedachten en stapte snel weer op mijn fiets.

De volgende dag durfde ik mijn vader niet te bellen. En de dag daarna ook niet. Stel dat... En toen ging de telefoon. Ik was thuis, samen met mijn moeder. Ze nam de telefoon op. Het was familie van mijn vaders kant. Ze hadden mij al een tijdje geprobeerd te bereiken, maar omdat mijn vader en moeder gebrouilleerd waren geraakt na hun scheiding bleek dat geen eenvoudig klusje. Om een lang verhaal kort te maken: toen mijn moeder de telefoon beantwoordde wist ik eigenlijk direct wat er was gebeurd. De grond zakte onder mijn voeten vandaan. Ze zei: "Ze zeggen dat je vader dood is."

Ik wist het. Mijn zus wist het nog niet. Ik moest haar vertellen dat papa op de dag van haar verjaardag was overleden. Ik draaide het nummer van het huis waar ze op kamers zat. Drie woorden maakten dat er geen weg terug was. Stilte aan de andere kant.

Mijn moeder

*Say, if I only could,
I'd make a deal with God,
And I'd get him to swap our places,
Be running up that road,
Be running up that hill,
With no problems.*

- Kate Bush

Ik weet me het exacte moment werkelijk niet te herinneren dat ik mijn moeder voor het laatst levend zag. Het was in ieder geval niet zo'n prachtig, intens moment waar je soms wel eens over leest in meeslepende romans. Er was geen Kodak-moment waarop we elkaar nog eens diep in de ogen keken, goed afscheid namen en wisten 'dat het goed was zo'. Op de dag dat ik wees werd zat ik op school. Het was proefwerkweek en dat was de reden dat ik ervoor koos om op school te zitten in plaats van in het ziekenhuis in een andere stad. Geen idee waarom ik die keuze maakte. Niemand bleek dat ook vreemd te vinden. Ik werd uit het handenarbeidlokaal gehaald, ik weet nog dat ik werkte aan het schuren van een stukje koper. Ik was een sleutelhanger aan het maken die ik prachtig blauw zou emailleren. Handenarbeid was bij ons op school, ook op het VWO, een verplicht vak. Ik vond het eigenlijk best fijn om te doen, zo naast alle theoretische vakken. Eenmaal in de werkkamer van de conrector werd me verteld dat het ziekenhuis had gebeld, en dat ik nog gebeld zou worden. De telefoon ging. Een wat snerpende, koude stem klonk aan de andere kant van de lijn. "Ik zou maar snel naar het ziekenhuis komen, want je moeder vertoont vlekken dat ze doodgaat."

Vlekken. Ja, dat kon geen goed nieuws zijn. Toch? Maar ik had proefwerkweek. Wat te kiezen?

Ik was als verdoofd en kon niet bij mijn gevoel komen. Ook was ik niet in staat om logische keuzes te maken. Ik kon op dat moment werkelijk niet zien wat belangrijker was. Proefwerkweek. Stervende moeder. Wik-weeg. Het illustreert hoezeer je in shock kunt verkeren en bij gebrek aan begeleiding vreemde keuzes maakt. Ik ben naar huis gegaan, heb mijn oom en tante gebeld. Zij zijn 's avonds met me meegegaan naar het ziekenhuis. Toen was mijn moeder al overleden. We kwamen het ziekenhuis binnen, we waren 'aan de late kant'. Mij was telefonisch te kennen gegeven dat 'het mortuarium tot zes uur open' was. De vergelijking met een supermarkt drong zich op. Pakje boter - dode moeder. Winkel dicht. De hoofdverpleegster wachtte ons op. Uit haar nonverbale communicatie bleek haar irritatie over het feit dat we pas om kwart voor zes waren gearriveerd. "Ik had toch gezegd dat we om zes uur sluiten? De diensten worden gewisseld, en we houden de kelder na zessen niet open." Mijn oom, tante en ik keken verbaasd naar de verpleegster. Blijkbaar ging het leven gewoon door. Dat had ik op zich verwacht, maar dat dit zo'n nuchtere vorm zou aannemen in de uren nadat mijn moeder haar laatste adem had uitgeblazen, had ik niet voelen aankomen. De hoofdverpleegster riep een andere zuster, wier dienst erop zat. Ze zou door 'de kelder' met haar vouwfiets naar de uitgang gaan. Ze zou 'toch langs het mortuarium komen', dus we konden wel meelopen. Zei ze. Ik durfde er niets tegenin te brengen, ik was te bang dat ik mijn moeder dan helemaal niet meer zou zien. Mijn oom zei ook niets, maar wierp de verpleegster wel een vernietigende blik toe. Blijkbaar had de verpleging geen hoge pet van ons op. We hadden al eerder gehoord dat het verplegend personeel het niet op prijs had gesteld dat mijn zus en ik niet dagelijks langskwamen en niet een groter deel van de verzorging van onze moeder op ons hadden genomen. Nu kan ik me daar, jaren na dato, best iets bij voorstellen. Toch verbaasde het me dat de toonzetting niet bepaald werd afgestemd op communicatie richting een veertienjarige.

Met de verpleegster en haar fiets liepen we gehaast door de lage gewelven van de kelder. "Jullie vinden de weg zelf wel terug, hè?", riep ze ons vluchtig na. Er gebeurden wonderlijke dingen. Daar stonden we dan. Mijn oom en ik. We volgden de instructies van de inmiddels wegfietsende zuster, sloegen twee keer rechtsaf. En daar lag ze. Op een stalen baar, onder een groen laken. Haar gezicht was vrijgehouden. Ze zag er niet als zichzelf uit, maar ik herkende haar wel. Ik durfde haar bijna niet aan te raken. Was zelfs bang voor mijn niet meer ademende moeder. Wat als ze toch wakker zou worden? En dan boos zou worden? Deze irrationele gedachte alleen al deed me beven van angst. Mijn oom keek naar zijn zus, en naar mij. Het was het meest persoonlijke moment dat ik ooit met mijn oom meemaakte. Niemand deelde dit. "Ik heb het wel gezien. Langer kijken gaat dit niet veranderen. Wil jij nog een moment?" vroeg hij me. Dat wilde ik, niet echt wetend wat ik in een paar extra minuten wijzer zou worden. Ik staarde gebiologeerd naar de roerloosheid. Er bewoog echt niets. De wereld was veranderd, en het moment waarop dat gebeurde kreeg vorm in absolute roerloosheid. Ik was ademloos door shock. Mijn moeder was ademloos voor altijd. Ik wist dat ik wees was. Het zou nooit meer zijn zoals het ooit was. En als bij donderslag bij heldere hemel kon ik me ook niet meer herinneren hoe dat 'ooit' eruit had gezien.

Op dat moment hadden mijn beide ouders het aardse voor de eeuwigheid verruild. Maar voor mij voelde die eeuwigheid op dat moment meer als levenslang. Ouders geven het onvoorwaardelijke element in je leven. Wanneer dat wegvalt weet je ineens zeker dat je nooit meer die vanzelfsprekendheid zal voelen. Dat je nooit meer zomaar onredelijk kunt zijn en dat

het gevoel voor je dan nog steeds onveranderd aanwezig is.

Het is griezelig hoe hard de stilte schreeuwen kan.

Handreiking

Wees worden, wees zijn, is zwaar werk. Werk waar je niet zelf voor gekozen hebt. Je krijgt er geen diploma voor, geen salaris en geen onvoorwaardelijke goedkeuring. Het overkomt je, en het werk dat voor je ligt behelst het vinden en vormgeven van je eigen leven. Het leven met een onomkeerbaar verlies, en het vinden van onvoorwaardelijkheid in jezelf. En als tiener of puber is dat sowieso al een hele klus, ook als je ouders hebt. Die levensfase verklaart veel van de - in de ogen van volwassenen - onredelijkheid. En dat is helemaal prima. Maar als je weeskind bent, dan zijn er geen ouders tegen wie je je even kunt afzetten, wat toch een bekend voorrecht van pubers is. Maar de behoefte van een jongere om zichzelf te ontdekken, zichzelf te definiëren, blijft aanwezig, ouders of geen ouders. Dat kan het moeilijker maken om zich te binden aan anderen. En het kan het ook moeilijker maken om begeleiding te accepteren van andere volwassenen dan ouders, hoe goed bedoeld dit ook mag zijn. En toch is dit van groot belang.

Volwassenen hebben de verantwoordelijkheid om jongeren te begeleiden naar een goed, beter bestaan. In mijn perceptie geldt dit ook voor andermans kinderen. Inspireer jongeren, bied hulp waar je ziet dat het nodig is. Faciliteer kansen. Luister. Coach. Herinner de jongere aan zijn of haar talenten. Talenten vormen het plaveisel van de weg naar een mooie toekomst. Talenten zijn prachtige instrumenten die een kind helpen ontdekken wat hij goed kan, waar hij plezier in heeft. De weg naar een fijnere toekomst is gemakkelijker te bewandelen als deze inspirerend is. Help een kind ontdekken wat hij werkelijk wél wil. Want alles wat je aandacht geeft, groeit. Je kunt er dus maar beter op letten dat een weeskind genoeg faciliteiten krijgt.

Toon vertrouwen in capaciteiten. Het helpt jongeren enorm wanneer er bevestiging komt van een volwassene. Want ieder teken van bevestiging is een kleine versie van “Je deugt. Je mag er zijn. Doe wat je leuk vindt en waar je goed in bent. Jouw leven is zó de moeite waard dat je er vást iets prachtigs van gaat maken.” Dat soort bevestiging is zoveel waard en levert de kracht en positiviteit op die nodig is om de lange weg te bewandelen van het verwerken van het onomkeerbare verlies. En het levert veerkracht op. Veerkracht om verdriet zelf op te kunnen vangen. Op weg naar een gezond, volwassen leven.

Ik zou ieder weeskind toewensen dat hij of zij bijgestaan zou worden door een mentor. Iemand die pragmatische keuzes kan maken in overleg met de jongere. Soms is er niet méér nodig dan een warme trui of kopje thee na schooltijd. Een luisterend oor bij het delen van herinneringen. Je verhaal kwijt kunnen is zo belangrijk. Of een beetje hulp bij huiswerk, het opstellen van een huishoudbudget. Soms is er iets meer nodig. Het invullen van ingewikkelde formulieren, gesprekken met school, het regelen van sportles. Maar vergis je niet: veel weeskinderen kunnen zich erg ongemakkelijk voelen bij het accepteren van hulp. Ze zijn het vaak niet gewend en kunnen soms niet goed omgaan met het gevoel dat er dan iets tegenover zou moeten staan. Niet zelden sluimert er een onderliggende, soms onbewuste gedachte als: *“Wat heb ik nou te bieden?”*

Als iemand me helpt, dan kan ik daar toch niets tegenover stellen.” Mijn boodschap: Reik tóch een helpende hand aan zij dit dit echt, werkelijk nodig hebben. Iemand die weet hoe het voelt om onvoorwaardelijkheid uit zichzelf te moeten halen doordat de bron, ouders, weg is gevallen, zal jouw inzet lang met zich meedragen. De jongere is diep dankbaar, al zal dat wellicht niet altijd even gemakkelijk zichtbaar zijn. Je maakt werkelijk een verschil. En dat zou je genoeg voldoening moeten geven.

Natuurlijk zijn er enkele bestaande kanalen waar gebruik van gemaakt kan worden. Een maatschappelijk werker, een toeziend voogd, een medewerker van een kerk, een schooldecaan. Maar iedereen bekleedt verschillende rollen in het leven. In het leven van een weeskind kun je buurvrouw, gesprekspartner, huiswerkbegeleider of speelkameraad zijn. En verzorger. Soms kun je iets zien dat onredelijk is, slecht te rijmen is met de situatie waar het kind in verkeert. Denk bijvoorbeeld aan een chronisch gebrek aan huishoudgeld, spijbelgedrag of een mate van verdriet die het dagelijks leven in de weg zit. Ga in dat soort situaties het gesprek aan met het kind en bezie of je iets concreets kunt veranderen aan de situatie. Geef het kind de gelegenheid om zijn of haar gedachten en praktische besognes te delen, ook als dit steeds opnieuw is. Wees aanwezig, ook als dit niet tot een concreet gesprek leidt. Toon initiatief en interesse. Sociale steun is ontzettend belangrijk. Vaak is dit na verloop van tijd, bijvoorbeeld na een jaar, nog belangrijker dan direct na het moment van verlies. Kijk met je hart, en je zult zien wat een weeskind nodig heeft.

3

Spraakwater

“De eerste keer was in het weeshuis, en toen later, in mijn tienerjaren, stotterde ik. En toen, eh, werd ik gekozen tot secretaresse van de Engelse les op school, en toen eh, toen moest ik ‘notulen van de laatste vergadering’ zeggen. En eh, toen zei ik ‘No-no-no-notu-tu-tu...’ (lacht) Oh, het is vreselijk. Na de tijd in het weeshuis, toen ik dertien was, begon het weer. Ik weet niet hoe het gebeurde, maar ik stotterde gewoon. Soms, als ik heel nerveus ben of opgewonden of zoiets, stotter ik. En één keer, toen ik een kleine rol in een film had, eh, eh, de regisseur liep op me af en schreeuwde tegen me. Oh, hij zei afschuwelijke dingen, gromde van woede. En toen ik in de scène stond, wist ik alleen maar ‘woe-woe-woe-woe...’ uit te stoten in plaats van mijn scriptregels. De regisseur schreeuwde “JIJ stottert toch niet!?” Ik antwoordde: “Ja, dat denk JIJ!” (lacht) Oh god, het is zo pijnlijk!”

- Marilyn Monroe

Door de schok van het ontworteld raken, het overlijden van mijn vader en moeder, verloor ik het vermogen om me verbaal en fysiek sterk te uiten. Letterlijk. Ik kreeg geen halve zin uit mijn

mond zonder staccato stotterkanonnade. Als een soort mitrailleur - Rambo zou jaloers zijn - kwamen er delen van woorden uit me. Sprakelozer had ik niet kunnen zijn. Mijn handschrift stond vol met dwangmatig geplaatste puntjes. Ik kreeg de vreemdste hardnekkige zenuwtics. Ook mijn vioolspel was ineens vruchteloos. Het was alsof ik verlamd was, opgesloten, en dat ik niet meer uit mijn eigen omhulsel kon ontsnappen. Niet verbaal, niet muzikaal, niet schriftelijk. Dit was dus hoe trauma eruit kon zien en kon klinken. *V-v-v-d-dorie! Sh-sh-sh-shit! B-b-bollocks!*

Goed bedoelende docenten adviseerden me toch vooral rustig aan te doen. Vooral toch even na te denken voordat ik wat wilde zeggen. Wonderlijk dat het voor de buitenwereld kan overkomen alsof je spontaan je denkvermogen bent verloren als je stottert. Dat ervoer ik nog als het meest vervelend. Wél goede cijfers halen op school, maar ineens argwanend bekeken worden als je door een op zich concreet aanwijsbare reden verbaal gehandicapt raakt. Vanzelfsprekend was deze laatste interpretatie precies dat: een interpretatie. Want was het wel argwaan van de buitenwereld? Waarschijnlijk niet. De beste mensen om me heen bedoelden het allemaal goed en wisten wellicht ook niet zo goed hoe ze met deze situatie om moesten gaan. Dat schiep in ieder geval een band; ik wist het ook niet.

Op de middelbare school schreef ik, net als ieder ander, opstellen. In een van mijn stukken koos ik voor de briefvorm. Het was autobiografisch. Over de dood, over overleven, over humor, over het afwenden van andermans keuzes, je knapzak pakken en vertrekken. Mijn docent vond het een goed en persoonlijk stuk en vermoedde dat de inhoud mijn klasgenoten wat meer inzicht in mijn achtergrond zou geven en stelde voor dat ik het zelf voorlas. Voor de klas. Op zijn stoel. Rode vlekken spreidden zich uit over mijn hals. Ik voelde de wol prikken op mijn huid. Waarom had ik, *for sweet bearded baby Jesus' sake*, die trui aan gedaan? bedacht ik me willekeurig. De paniek gierde door mijn lijf. Met langzame stappen toog ik naar de stoel op de verhoging in de klas. Waarom stond er eigenlijk een verhoging? Nu zagen ze me nog meer. En hadden misschien nog meer aandacht voor mijn haperende gewau-wau-wauwel. En het stuk wilde ik eigenlijk helemaal niet delen met de klas, voelde me in mijn hemd staan. Mijn docent spoorde me enthousiast aan. "Toe maar! Iedereen is razend benieuwd naar je stuk." Dat was net even niet wat ik wilde horen. Ik scheurde in sneltreinvaart, waar Matthijs van Nieuwkerk vandaag de dag jaloers op zou zijn, door mijn epistel heen. Niet dat de inhoud daardoor ook maar enigszins overkwam. Dat vond ik een bijkomend voordeel. Na mijn laatste woorden bleef het stil. Na een paar momenten die als jaren voelden, zei mijn docent ietwat beteuterd: "Zo klonk je verhaal niet in mijn hoofd toen ik het las."

Tijdens mijn studietijd aan de academie, jaren na het inruilen van mijn geboorteplaats in het oosten van het land voor het vrijere westen, leerde ik opnieuw me verbaal te uiten. Door het ontwerpen, maar vooral door de presentaties die we moesten houden om ons werk toe te lichten. Dat leek vaak op 'verdedigen', waar het vaak ook op neer kwam. De lat lag hoog op de academie, en er werd veel van studenten verwacht. Er waren verschillende groepen, sommige populairder dan andere. In mijn herinnering viel ik een beetje buiten de groepen, maar echt erg vond ik dat

niet. Het was een sociale tekortkoming van mijzelf. Studenten in mijn woonplaats inspireerden me vooral, al deden zij een volstrekt andere ontwerpstudie. Halve nachten werkten we samen in ateliers. Kritische architectuurstudenten die veel van zichzelf eisten. Vrienden die opgingen in hun acteerpasie. Ik hield van iedere minuut in hun gezelschap. Voelde dat het me op koers hield. Gefocust. Hoe meer presentaties en beoordelingen we doorstond, hoe verbaal gemakkelijker het voor me werd. Het opgaan in de inhoud met een passie neigde naar een verbetering. Er was niet de onbezorgde vrije beleving van de kunstopleiding. Ik kon er niet echt de vinger op leggen, maar er was een groot contrast tussen het voor mij relatief veilige Delft met fijne kritische architectenvrienden en de omgeving van de academie. Waar we in Delft voluit praatten en discussieerden over ideeën en theorieën over ontwerpen en het toen nog prille internet, lukte dit me minder in mijn eigen studentenklas.

Stotteren kan voelen alsof je in je hemd in de vrieskou staat. Je wilt je wapenen tegen de kou, maar hebt er de middelen niet voor. Om je heen staan mensen in comfortabele winterjassen, terwijl jij je best doet om te blijven functioneren. De frustratie van het stotteren was groot op momenten dat ik me realiseerde dat het een erfenis was. Overgehouden aan een periode die me had getekend en die ik achter me probeerde te laten. Het irriteerde me mateloos dat ik blijkbaar niet bij machte was me verbaal te bevrijden. Mijn lijf deed niet wat het moest doen.

Er waren een paar aardige klasgenoten met wie het in de pauzes best gezellig was. De koetjes-en-kalfjesgesprekken vond ik wat moeilijk. Was er niet zo goed in. Haakte vaak net op het verkeerde moment in een gesprek in, en schakelde dan over op een volstrekt ander onderwerp. Ontwerpen lukte beter. Verder ging ik eigenlijk al snel op in mijn eigen html-wereldje. Werd verleid door het vertalen van mijn ontwerpen naar enen, nullen, metatags, graphics en links. Achteraf bezien: een nerd. Eigenlijk was dat ook wel prima. Omdat programmeren en het vertalen van beeld en ontwerp naar internettoepassing me goed af ging, groeide het vertrouwen in mijn vermogen tot creatie en dat vertaalde zich naar een sterker verbaal vermogen. Het gestotter nam af. Er kwamen hele zinnen uit mijn mond. Alleen op momenten van stress, bijvoorbeeld na een nacht doorwerken of net voor een eindbeoordeling, viel mijn stem nog in scherven. Flow en haperingen wisselden elkaar af. Omdat ik het verschil in stemgebruik en ontspanning merkte tijdens momenten van flow, besloot ik dit gericht op te zoeken. Een gerichte stap was het aansluiten bij een klassiek koor. Penderecki, Mozart, Orff. Tijdens het zingen stroomden adem en stem als vanzelf. De ademhalingsoefeningen brachten me weer dicht bij mijn oorsprong. Dat was een van de grootste ervaringen van bevrijding die ik tot op dat moment had ervaren. Deze vaardigheid bewees zijn nut tijdens de studie en in het contact met vrienden. Het bleef niet onopgemerkt. In mijn omgeving zeiden vrienden en sommige familieleden, als ik toch even niet uit mijn woorden kwam: "Ach, dan zing je het toch gewoon?". Dat leverde grappige situaties op en ontspande direct.

Na mijn afstuderen aan de academie vroeg mijn klassendocent van het college waar ik jaren daarvoor op school had gezeten, of ik het vijftigjarig bestaan van de school 'aan elkaar wilde praten'. Het verwonderde me, maar het was ook wel weer leuk. Alsof er een knop omging was ik deel van de zaal, en de zaal deel van mij. Volstreekte ontspanning, mateloos plezier en echt persoonlijke verbinding met anderen was het gevolg. Het was zeker: dit wilde ik nooit meer loslaten. Dit was wie ik was. Wie ik ben. Ik mocht gehoord worden. Daarmee was het geheeld.

Inmiddels is spreken de kern van mijn werk. Ik deel kennis en ervaring over nerd-onderwerpen (online strategie, social media, social e-learning), neem doorlopend screencasts en video's op, spreek instructies en podcasts in. En op ieder moment, of het nu één-op-één is of in een zaal met honderden mensen; ik ben deel van hen, zij zijn deel van mij. Die relatie is hecht. Ook persoonlijke vragen zijn welkom. De stap naar het voelen van vrijwillige verbondenheid met alles en iedereen is dan snel gezet. Voor mij is dat een van de essenties van geluk. Diep, donker verdriet en diep geluk liggen dicht bij elkaar, kunnen voor mij soms niet zonder elkaar bestaan. Dat weten geeft rust en enorme energie. Tegenstellingen bestaan niet voor niets. En dat is prima. Zo zonder ik me soms een tijd lang af. Dat staat ook in contrast met mijn maatschappelijke leven, mijn werk en vrienden. De behoefte aan alleen zijn blijft, zeg soms dagenlang niets. Heel af en toe stotter ik nog. Een dierbare vriend zegt dan: "Meissie. Dat is één van je charmes." D-d-dank je.

Handreiking

Traumatische ervaringen kunnen op ontelbaar veel manieren naar buiten komen bij iemand. Het is van belang dat dierbaren, omstanders of zorgverleners deze signalen herkennen en als zodanig duiden. Zo kan er aandacht voor komen, wat een oplossing mogelijk maakt. Dit betekent niet dat het euvel plotsklaps gefikt is, maar wel dat er ruimte ontstaat. Er zijn tal van verschijningsvormen van verdriet door verlies. Bij mij was het het tijdelijk verliezen van een natuurlijke vaardigheid. Bij iemand anders kan het misschien gaan om het kiezen van 'verkeerde vrienden', criminaliteit, extreme bindingsangst, een gespannen relatie met de eventueel overgebleven ouder, agressie, angstig gedrag, of juist erg aanhankelijk gedrag. Het is niet zonder meer te voorspellen wat de verschijningsvorm zal zijn.

Een suggestie voor omstanders, dierbaren en/of zorgverleners, is om goed te kijken naar veranderingen in onder andere gedrag, communicatie en dagritme. Als er 'ineens' iets echt verandert, is de kans groot dat dit te maken heeft met het geleden verlies. Het is van belang dit ook, in alle veiligheid voor degene die het betreft, concreet te benoemen en ernaar te vragen. Vraag wat diegene er zelf van denkt, of hij/zij behoefte heeft aan hulp. Kun je de hulp niet zelf bieden, dan is dit geen probleem: faciliteer wel (als je dat kan) de mogelijkheid om de oplossing te vinden. Bijvoorbeeld door mee te gaan naar de huisarts (of diegene zelfstandig te laten gaan), contact te zoeken met een instelling die ervaring heeft met het symptoom.

Soms is het net even teveel gevraagd (van iemand die kort geleden een verlies heeft geleden) om een psycholoog te bezoeken. Kort na een verlies is de tijd meestal nog niet rijp om een manier te vinden om te leren omgaan met het verlies. De werkelijke oorzaak van het probleem is namelijk niet ineens weg te nemen. De ouders blijven dood. Wel kan degene in kwestie meer gemak ervaren in het dagelijks leven. Dat kan ook veel goedmaken. Dit lijkt een indirecte aanpak van de situatie. Maar het verlies kan nooit meer ongedaan gemaakt worden. Dat feit kan niet in een maandje gesprekken voeren worden opgelost. Sommige dingen gaan nooit meer voorbij. Nooit duurt erg lang. Het kost tijd om daar rust in te vinden. Voor eenieder is het anders, er staat geen vaste tijd voor. Er is geen sprake van verwerken. Maar dat wil niet zeggen dat de weg naar rust toe niet iets gemakkelijker gemaakt mag worden.

Het doet denken aan de aanslag op het Nederlandse Koninklijk Huis tijdens Koninginnedag in 2009. Een onverlaat reed met zijn Suzuki door een feestvierende mensenmassa heen. Gelukkig bleef de koninklijke familie gespaard. Zeer tragisch was dat hij sommigen ombracht tijdens zijn dodemansrit richting de Koningin. Deze ervaring was uiteraard traumatisch voor aanwezigen, in het bijzonder voor degenen die een dierbare verloren door deze bizarre wandaad. Zorgverleners boden in de dagen na de aanslag een leger psychologen aan. Voor kinderen. Om gericht en bewust te praten over wat er was gebeurd. Om het te verwerken. In mijn perceptie was dit niet echt de beste optie. Goed bedoeld, maar niet effectief. Kinderen gaan doorgaans anders met crises om dan volwassenen. En praten hoeft niet altijd de beste manier te zijn om verder te leven. Veiligheid bieden wel. Je kunt een kind niet verplichten direct te praten over wat er gebeurd is. Praten voorkomt niet per definitie de schade die het kind er later van kan ondervinden. Voor sommigen zal het zinvol zijn, en het aanreiken van gesprekken is dan ook aan te raden. Maar dan nog blijft het een kwestie van afwachten hoe iemand ermee zal omgaan, en op dat moment plan de campagne te maken en te bezien hoe je degene in kwestie het best verder helpt. Als je geluk hebt, dan is iemand je d-d-dankbaar.

4

Weg was de enige weg

Ga dan in hemelsnaam maar. Wij weten het ook niet. Misschien is het wel je beste kans.

In het jaar na het overlijden van mijn ouders probeerden mijn zus en ik ons zo goed en kwaad als het ging te redden. Ik ging naar school, mijn zus zocht werk. We deden ons best om alles draaiende te houden. We hadden er echter te weinig basis voor. Een dagelijks ritme hadden we eigenlijk niet, door een onregelmatige levensstijl die voor ons vanzelfsprekend was geworden in de periode van de scheiding van onze ouders, het overlijden van onze vader en de ziekte van onze moeder. De vier voorgaande zware jaren eisten hun tol en zetten ons op een forse achterstand in het leven. We hadden geen dagelijks bestaan met rust, reinheid en regelmaat. Het leverde af en toe hilarische Pippi Langkous-achtige momenten op. Pannenkoeken bakken in de kleine uren. Spontane klusdriftbuien waarbij het hele huis ineens geveerd 'moest' worden. Uren achter de weggelopen hond aan draven om hem uiteindelijk ketend terug te vinden in het nabijgelegen bejaardenhuis. Stiekem uitgaan in het studentencafé in de stad. En ijstaarten smaakten 's nachts het best. Op sommige momenten hebben we ons echt slap gelachen.

Mijn zus en ik zochten beiden naar ankers. De school werd een baken, en richtte al mijn energie op Niet Stranden. Valt niet mee, als je eigenlijk nog net te jong om je dromen te verwezenlijken en ze werkelijk als haalbaar te durven zien. Als ik op school boeiende dingen las, zoog ik deze op en droomde dat ik weg was van waar ik was. Ver, ver weg. De dagelijkse realiteit sloot niet aan op een fijner leven: we moesten zoals ieder ander rekeningen betalen, zorgen voor brood op de plank en net doen alsof alles oké was. Dat laatste werd een ware missie. We hadden praktische

hulp nodig, maar we waren niet in staat om het te vragen. Want we hadden al ervaren dat we niet echt op anderen konden rekenen. Immers: waar waren zij dan? Wij zagen ze niet. Onze halfbroer hielp ons om onze administratie netjes te krijgen. Dat was erg fijn. Dat was betrokkenheid en op de momenten dat het kon, was hij er. Sommige andere familieleden lieten ook soms van zich horen. Maar verder deed iedereen in onze omgeving alsof er niets was gebeurd. Alsof wij niet bruut waren ontworteld. We wisten eigenlijk niet waarom, maar we durfden het ook niet onder woorden te brengen. Want als de wereld deed alsof er niets was gebeurd, dan was het zeker ook niet aan ons om aan te geven dat het eigenlijk helemaal niet goed met ons ging. Dat werd nog eens gevoed door buitenstaanders. Sommigen zeiden: *“Goh zeg, wat doen jullie dat allemaal knap, goed hoor! Jullie redden je wel!”*. Ongetwijfeld goed bedoeld, maar eigenlijk was dat voor ons ook een teken dat we niet mochten klagen. En we hadden het zelf over ons afgeroepen, we speelden onze rollen op zijn minst geloofwaardig. Hun reactie was eerder voor ons een hint vanuit de ander: het was niet de bedoeling dat we hulp vroegen. Dus deden we dat niet. Hoe vaker we hoorden dat we 'het zo goed deden' des te meer we dat probeerden uit te stralen. Een rookgordijn ophielden voor de werkelijke, wrange situatie. Wij realiseerden ons maar al te goed dat er niemand was die voor ons zorgde. En als je dan zélf zou toegeven dat het moeilijk is om voor jezelf te zorgen in barre omstandigheden...dat is net zoiets als het leven opgeven. De schijn ophouden was eigenlijk de enige overlevingsstrategie die we hadden. Het pleitte anderen vrij van het bieden van hulp. Dit klinkt minder sympathiek dan ik probeer te vertellen. Maar toch verbaast het me nog steeds. Wie laat nu twee kinderen in een huis alleen? Het antwoord was hard maar bleef onuitgesproken: men wilde ons niet in huis nemen, om wat voor reden dan ook.

Op school hield men tot op zekere hoogte rekening met de situatie. Men informeerde af en toe hoe het met ons ging. Toen ik de weken na het overlijden van mijn moeder onregelmatig op school kwam, zei mijn mentor: *“Het is nu alweer een paar weken geleden, het is niet de bedoeling dat je het overlijden van je moeder gaat gebruiken als spijbelexcuus.”* Spijbelexcuus? De gedachte was niet eens bij me opgekomen. Mijn klassenleraar had mijn klasgenoten verteld dat mijn ouders waren overleden toen ik even met een vaag verzoek uit de klas werd geroepen door de rector. Het was fijn geweest als mijn klassenleraar me had gevraagd hoe we de klasgenoten zouden vertellen wat er was gebeurd.

Dagen zweefden als in een vage roes voorbij. Ik had geen vat op dingen en situaties. Proefwerken kwamen en gingen, als verdoofd deed ik wat ik dacht dat moest. Soms goed, soms belabberd. Dagelijkse beslommeringen maakten eigenlijk geen indruk meer op me. Ik maakte geen misbruik van de situatie. Ik vond het schokkend dat ik wel als zodanig werd bekeken. Had er veel voor gegeven als iemand eens had gevraagd: *“Is er iets dat ik voor je kan doen? Kan ik je ergens mee helpen? Hoe gaat het vandaag met je?”*. Het lijkt zo vanzelfsprekend. Maar het gebeurde niet. Het waren nu ook weer niet de middeleeuwen; het waren de vroege jaren negentig. Daar staat tegenover dat ik waarschijnlijk niet had geweten wat ik nodig had, als iemand het me gevraagd had. Mijn zus en ik konden het allemaal niet goed meer bolwerken. Er werd zoveel van ons verwacht...maar het zat er gewoon niet meer in. We worstelden met dagelijkse dingen, en uiteindelijk ook met elkaar. Wij waren zo ontzettend verschillende persoonlijkheden. Ook dat eiste zijn tol: in zo'n enorme stressvolle situatie op elkaar aangewezen zijn terwijl je elkaar eigenlijk niet had uitgezocht en ook nog zo verschillend

bent...dat kon toch niet lang goed gaan. Op dat moment in onze levens kampten we met een doorlopend trauma en een mismatch in onze persoonlijkheden. En op een gegeven moment barstte de bom. Ik zag geen toekomst meer in onze huiselijke situatie en zag mijn zus ook steeds vaker keuzes maken waar ik bang van werd. Het verlossende woord kwam van de ouders van mijn beste vriendin: *“Je mag een tijdje bij ons komen wonen, we hebben een kamer over.”* Aanvankelijk twijfelend koos ik er toch voor om de stap te nemen. Ik overlegde het met mijn zus en halfbroer. Ze dachten met me mee en zeiden: *“Ga dan in hemelsnaam. Ik weet het ook niet. Maar wellicht biedt dit je een echt betere kans.”* Ik greep mijn kans, pakte mijn spullen en vertrok naar de andere kant van het land. Weg. Wegger dan weg. Het bleek de beste keuze die ik ooit had gemaakt. Mijn redding.

Handreiking

De dood is niet sexy. En omgaan met de dood valt dan ook niet mee. Niet alleen voor degenen die er direct mee te maken hebben, ook voor omstanders kan het een bittere pil zijn. Men wil de man met de zeis het liefst ver buiten de deur houden. Bijna alsof de dood 'besmettelijk' zou kunnen zijn. Als iemand met de dood te maken heeft, wakkert dit een besef van onze eigen sterfelijkheid aan. En sterfelijkheid is ook al niet sexy.

Maar hoe kan het dan wel? Op een ontspannen manier omgaan met de dood en iemand helpen? Als je ziet dat jonge mensen zichzelf moeten redden omdat ze er werkelijk alleen voor staan, dan is het fijn als je in de buurt blijft en je hulp aanbiedt. Realiseer dat degene(n) in kwestie misschien niet eens weten waar ze behoefte aan hebben. Twijfel je aan wat je kunt bieden of aan wat je denkt dat nodig is? Begin dan eens met de *basics*. Waar hebben mensen in de basis behoefte aan? Een dak boven hun hoofd, veiligheid, voedsel en sociaal contact. Als er in deze basisbehoeften iets ontbreekt, dan herken je direct wat je zou kunnen bieden. Een deken. Een brood. Een schouder. Een oor. Een stem. Een stem om anderen (school, omstanders) aan te spreken voor degene die met verlies kampt. Een medestander is zoveel waard. En als je een concrete suggestie hebt voor hulp aan iemand, check dan vooraf even bij diegene of deze vorm van hulp welkom is. Breng het niet als voldongen feit. Zeg bijvoorbeeld iets als *“Ik zat eens te denken, misschien is het wel heel fijn om eens wat anders te eten dan stampot en brood. Vind je het leuk om twee keer per week bij ons aan te schuiven 's avonds?”* Of: *“Ik zag dat je iedere ochtend zo'n eind naar school moet lopen. Is je fiets misschien kapot? Ik heb er nog eentje in mijn schuur staan. Wil je 'm lenen? Of zal ik je leren hoe je 'm zelf kunt maken?”* Of: *“Goh, het is alweer drie maanden geleden dat het allemaal gebeurde. Mag ik eens langskomen voor de gezelligheid? Ik ben zo benieuwd naar hoe het met je gaat.”* Echt. Zo makkelijk kan het zijn.

Docenten zou ik toewensen dat zij hun leerling, die een verlies te verwerken heeft, ook eens thuis bezoeken (of in ieder geval informeren of dat wenselijk is). Zorg dat je een indruk krijgt van hoe diegene leeft. Of diegene wel in de situatie verkeert waarin huiswerk gemaakt kan worden en waar enige vorm van ontspanning te vinden is. Of dat dagelijkse dingen goed genoeg geregeld zijn. Zie je dat er iets aan schort, kijk dan of je er zelf iets in kunt betekenen of dat je een professional zou kunnen benaderen voor hulp op een bepaald gebied. Check het wel altijd van te voren bij de jongere in kwestie, die weet vaak zelf aan te geven wat hij of zij nodig heeft. Maak het verschil als docent. Je verantwoordelijkheid gaat in zo'n situatie net even verder dan controleren of iemand wel voor de bel binnen is.

De manier waarop een jongere omgaat met verlies is een voorbode van hoe later relaties worden aangegaan. Amerikaanse onderzoekers constateerden dat er drie typen jongeren zijn: veilig gehechte, angstig gehechte en vermijdend gehechte jongeren. Een veilig gehechte adolescent voelde zich op jonge leeftijd veilig en beschermd en ziet de wereld als grotendeels veilige plek. Als een ouder overlijdt, accepteert hij of zij dit lang niet altijd.¹ Maar het leven gaat wel door met alle bezigheden en mogelijke relaties. Een angstig gehechte jongere voelt zich onveilig als hij of zij alleen is. Pijnlijke herinneringen en gevoelens kunnen dan de boventoon gaan voeren. Niet zelden ligt depressie op de loer. Een vermijdend gehechte jongere rekent nooit op anderen. De behoefte aan controle is groot. Pijnlijke gevoelens of herinneringen krijgen geen ruimte. Dit kan tot onderdrukte rouw leiden, met zelfs lichamelijke klachten. Niet zelden kan dit gepaard gaan met destructief gedrag (in welke vorm dan ook). Of een jongere zelf met het idee komt om hulp te vragen of niet; kijk eerst naar de veerkracht van de jongere zelf en zijn omgeving. Daarna kun je ondersteuning aanreiken.

Als iemand geen uitweg ziet in de gang van zaken in het dagelijkse leven, verken dan samen de praktische mogelijkheden. Als iemand écht niet meer wil zijn waar hij of zij is, bekijk dan samen welke verstandige oplossingen voorhanden zijn. Is er een kamer of huis in een veilige situatie te regelen? Is er voldoende inkomen? Heeft diegene dan wel mensen om zich heen die met praktische zaakjes kunnen helpen? Word onvergetelijk voor iemand door kansen voor diegene te zien of te creëren. Omgaan met iemands verlies kan soms zeer aardse vormen aannemen. Wonen, eten, slapen, praten. Het maakt de dood een ontspannender deel van het leven. En als je het werkelijk niet kunt opbrengen...doe dan niet alsof. Blijf dan uit de buurt. Niets zo vervelend als iemand die een onecht (hoewel meestal goed bedoeld) antwoord geeft (*“Je weet het hè, je kan altijd bellen hoor!”*) terwijl diegene eigenlijk niet bij de telefoon wacht tot deze gaat rinkelen, of er niet echt mee kan omgaan als degene die met het verlies kampt ook echt de telefoon pakt. Het is óók menselijk als je het werkelijk niet kan opbrengen. Maar wees daar dan zuiver in. Kun je het niet opbrengen, zeg dat dan. Kun je het wel opbrengen, zeg het dan niet - doe dan gewoon iets. Tegelijkertijd is het zo dat een jongere het vaak beter doet dan een volwassene: hij of zij zoekt de afleiding die noodzakelijk is in tijden van verlies. Volwassenen (vooral vrouwen) denken te vaak dat praten de enige manier is, en blijven thuis. Juist de afwisseling tussen confrontatie en vermijding is belangrijk. Soms wordt steun afgewezen, soms geaccepteerd. Maar de betrokkenheid vanuit bijvoorbeeld een school wordt wel als belangrijk ervaren: de teleurstelling kan groot zijn als een school geen interesse toont of reageert op het geleden verlies.

5

De muziek moest harder dan huilen kon klinken

¹ Ook veilig gehechte jongeren kunnen vastlopen na een ingrijpend verlies. Op www.rouwhulp.nl is meer informatie te vinden.

In het eerste jaar na de dood van mijn ouders bood muziek de uitlaatklep waar ik zo behoefte aan had. Ik kon mijn verdriet niet uiten naar omstanders omdat daar de ruimte en ontvankelijkheid bij anderen niet echt toe was. En omdat ik me realiseerde dat het me niet populairder zou maken als ik wérkelijk zou laten zien wat ik écht voelde. Pijn. Woede. Ongeloof. Onmacht. De harde muziek was als zalf voor mijn hart. Ik hoorde mijn gevoel en laafde me in de herkenning. Het voelde als een thuis.

De muziek kruiste mijn pad toen ik bij de televisiegids een gratis mini-cd kreeg waarop één *track* van de band, Front 242, stond. Het intrigeerde me en ik ging op zoek naar andere muziek van de band. Luisterde vaak urenlang naar de cassettebandjes. Met mijn walkman in de schoolgangen. Thuis. Op de fiets. In de bus. Lopend in de stad. Eigenlijk overal. De muziek vertaalde mijn gevoel en ging daar soms nog overheen. Schaamteloos hard. Hoe harder het klonk, des te beter het was. *'The sore in my soul, the mark in my heart'*, klonk het.

Ik voelde zoveel tegelijk. Zoveel, dat het onderscheid nauwelijks helder was tussen de verschillende emoties. Alles lag onder een loep. Of het nu het verlies van mijn vader en moeder, een ruzie met mijn zus, een onbeantwoorde liefde of een 3 voor Natuurkunde was. Alles kleefde aan elkaar als een onontwarbare kluwen van buitenproportionele emotie. Genadeloos hard. Daarmee vergeleken waren Front 242 en de Sex Pistols voor mij een ware troost. Daar hadden Wham! en Right Said Fred voor mij weinig in kunnen betekenen. Niets ten nadele van hen, overigens.

Kennissen vonden mijn plotsklaps omgeslagen muziekvoorkeur maar vreemd. Vonden mijn zwarte kleding en legerkistjes maar raar. Ze vroegen niet naar de reden van mijn voorkeur. Waaróm ik het zo mooi vond. Terwijl daar wel de sleutel tot de toenadering lag. Gelukkig ontmoette ik mensen die door mijn schil van harde muziek heen keken. Zoals mijn tekenleraar op de middelbare school. Tegen mijn klasgenoten zei hij, niet wetend dat hij in gehoorsafstand stond: 'Jo is een kwetsbaar, gevoelig meisje. Het lijkt van niet, door die kistjes. Maar het is wel zo.' Hij zag, herkende en begreep. Bij mensen als hij voelde ik me geaccepteerd en welkom.

Handreiking

In je tienerjaren ben je op zoek naar jezelf. Probeer je jezelf vorm te geven, je een stijl eigen te maken. Als je in die levensfase wees wordt, krijgt die zoektocht naar jezelf een complexe wending. Jij maakte je toch los van je ouders? En nu zijn zij er ineens niet meer. Dat werpt je terug op jezelf. En die eigen basis is nog heel wankel. Dat maakt je ineens heel bewust van levensvragen. Terwijl klasgenoten zich druk maken over hoe laat ze thuis mogen komen, ben jij je leven zelf aan het regelen. Dat levert soms onoverbrugbare kloven op. Is iets cool of bittere noodzaak? Past iets bij je of vindt de buitenwereld dat? Wat vind je zelf eigenlijk? Alles is ineens een stuk intenser.

Voor tieners en pubers zijn kleinere zaken vaak onoverkomelijk, liggen onder een loep. Emoties lopen soms niet synchroon met de omvang van de situatie. Het valt niet mee om een verlies dat écht onomkeerbaar is te accepteren als je zelf eigenlijk met andere kwesties zit die misschien net

zo belangrijk lijken. Een onbeantwoorde kalverliefde kan dan bijna net zo erg zijn als het verlies van je vader of moeder. Dat lijkt buitenproportioneel. Het IS ook buitenproportioneel. Maar het is niet vreemd, als je kijkt naar de leeftijdscategorie. Juist in die fase ben je op zoek naar jezelf, naar bevestiging en zelfontwikkeling. Door jezelf af te zetten en/of specifieke eigen keuzes te maken definieer je jezelf. Dat is een proces. Als volwassene kun je dat overzien, als tiener nog niet. Dat is ook niet iets dat je van een jongere kunt verwachten. Als je de basis van je bestaan verliest, je thuis en oorsprong, word je teruggeworpen op datgene dat je tot dan toe hebt opgebouwd. Als die basis niet zoveel behelst op dat moment, dan is het fijn als volwassen omstanders het pijnlijke proces herkennen en tonen dat de jongere geaccepteerd wordt voor hoe hij of zij is. Dat diegene goed is zoals hij of zij wenst te zijn. Alleen als er een aanzienlijke mate van acceptatie is van volwassenen en/of rolmodellen, voelt een jongere zich veilig genoeg om zich onbevangen en vol vertrouwen door te ontwikkelen. Al is een kind wellicht niet perfect...wie wel? En wie is een volwassene om voorkeuren van een kind te beoordelen of veroordelen? Accepteer de persoonlijkheid van een weeskind. Hij of zij zal je dankbaar zijn. Al ziet die dankbaarheid er soms wat wonderlijk uit.

6

Zet 'm maar in de tuin

U komt de Heer brengen? Dat is mooi. Zet 'm maar in de tuin.

Na een paar maanden na de dood van onze ouders kwamen twee mensen van de kerk langs. Nu kwamen ze de veertien jaar voorafgaand daaraan nooit aan de deur, dus wonderlijk vonden we het wel. We waren Nederlands Hervormd gedoopt. We gingen ieder jaar braaf naar de kerstnachtsdienst (het zong zo lekker in de kerk), maar verder deden we er niet echt iets aan. We geloofden in 'iets', kenden de bijbelse verhalen, zagen er de symboliek in en hadden geleerd wat goed-en-kwaad was. Dachten we.

De deurbel ging. Een dame van middelbare leeftijd en een wat oudere man stonden in de deuropening. "We komen je de Heer brengen, want we hebben gehoord dat je ouders nu in de hemel zijn. Als je nu weer naar de kerk gaat, komt het weer goed." Tja. Ze waren overleden ja. Maar de hemel? Voor zover ik wist was mijn vader gecremeerd en lag mijn moeder onder de zoden. Ik zag ineens waarom het concept 'hemel' zo aantrekkelijk is voor velen. Lichte wolken, eeuwige vredige rust en een vriendelijke vergevingsgezinde grijsaard tegenover stoffelijke vergankelijkheid. Ik zou het wel weten. Maar goed. Ik keek de mensen verwonderd aan en wist niets anders uit te brengen dan: "U komt de Heer brengen? Zet 'm maar in de tuin. Als 'ie zo goed was, had 'ie ons vast niet in deze situatie gebracht. Of heeft 'ie een winterjas meegenomen?" Het cynisme vond ik op dat moment maar moeilijk te omzeilen. De Heer was in mijn beleving sowieso niet zo'n ontspannen type, al was het maar omdat zijn dienaren in de naam van de Heer mijn vader ooit uit de kerk hadden verbannen omdat hij met mijn moeder voor de kerk wilde trouwen, terwijl hij eerder was gescheiden van een andere vrouw. Echt handig was dat natuurlijk niet - vanuit het perspectief van de kerk. Mensen zijn niet perfect,

maken fouten. De keuze van mijn ouders heeft sommigen buitengewoon veel verdriet bezorgd, het heeft een levensveranderende impact op hen gehad. Dat is niet te onderschatten. Toch deed het me, vanuit een menselijk (en dus niet vanuit een religieus) perspectief, ietwat wreed aan. Mijn vader, die dertien jaar lang orgel had gespeeld in de kerk en er een speciale band mee had was nooit meer welkom. Mensen mogen dan onhandige en (voor meerdere betrokkenen) zeer pijnlijke keuzes maken; toen ik klein was verkeerde ik in de veronderstelling dat de Heer 'best wel' vergevingsgezind was. Dat zal hij vast zijn, maar zijn dienaren hadden toch een andere aanpak dan die bij een liefdevolle beleving van het geloof zou passen. Mijn ouders zagen tijdens hun leven nooit meer iemand van de kerk waar mijn vader verbannen was. Wel hadden ze positief contact met een vrijzinnige en vriendelijke ouderling van een andere kerkstroming. Hij toonde betrokkenheid - en een kopje thee en luisterend oor - tijdens de laatste oudejaarsavond van mijn moeder. Hij was de eerste persoon die met ons meedacht op die dag. Hij zei: "Kom om de beurt maar even bij ons thee drinken, eet een oliebol mee. Als je straks weer teruggaat, kun je je zusje aflossen bij je moeder." Dat was fijn. Hoe schrill was het contrast met de bekeerders aan de deur. Toen zij aanbelden, wist ik de nijd van het verlies niet langer te verbergen. Ze keken me enigszins bestraffend aan en dropen na enige tijd af. De Heer namen ze overigens weer mee. Helpen valt nog niet mee, dat bleek.

Handreiking

Wellicht ten overvloede, maar toch: ik respecteer eenieder die een geloof belijdt. Dit is geen aanklacht tegen een kerkelijke instelling van welke stroming dan ook. Het was natuurlijk niet een aardige reactie van mij aan de deur. Ik had dat heel anders kunnen doen. Misschien ook wel moeten doen. Het was sociaal geweest om het anders aan te pakken. Als er een Heer was en mij op dat moment de kerkgangers verbeterd had zien toespreken, zou hij vast niet bijster trots zijn geweest. Maar ik voelde er de ruimte niet voor. En had er ook geen behoefte aan. Het was fijn geweest als ze iets concreter waren in hun steunbetuiging. Iets minder 'ga naar de kerk, dan komt het goed', iets meer 'is er iets waar je op dit moment behoefte aan hebt?'

Tegenwoordig ben ik er zo eentje van het 'ietsisme'. Je weet wel. Zo iemand die voelt dat 'er iets is', maar niet precies weet wát. Ik voel me hoe dan ook verbonden met vrijwel alles en iedereen. Dat voelt goed. Uiteindelijk maakt het wat mij betreft niet zoveel uit wát er nu precies is en wie nu De Enige Echte Versie 'kent'. In een interview over religie hoorde ik Gabriel Byrne een vriend citeren: "*If you believe in the garden, it's enough. There don't have to be fairies at the bottom of it.*"² Ik had het niet treffender kunnen zeggen. Sprookjes zijn prima. Maar of je nu in 'iets' gelooft of in Boeddha, Shiva, Mohammed, The Force of in 'niets': het zou fijn zijn als iedereen in ieder geval zou handelen met een vanzelfsprekend respect en sociale betrokkenheid voor anderen. Met compassie, tolerantie en een luisterend oor. Dan zijn we al 'n stuk verder. Het had mij destijds goed gedaan. We zijn daar nog niet.

² Interview over *Ó[} • c æ} c ā }*, augustus 2008 (YouTube: <http://bit.ly/cswordreligion>). *Ó[} • c æ} c ā }* ^ q • A Û, [Is het verhaal van James Carroll, een voormalige katholieke priester op reis naar een confrontatie met zijn verleden.

7

Kast

Toen mijn zus en ik achterbleven in ons ouderlijk huis, was het niet eenvoudig om de eindjes aan elkaar te knopen. Daarbij voelden we de behoefte om een nieuw thuis voor onszelf te maken, een thuis dat minder leek op ons huis zoals dat was, zonder het verleden geweld aan te willen doen. Daar moesten we een weg in vinden. Na verloop van tijd veranderde ons ouderlijk huis in een plek waar het hart van het verleden niet meer huisde, maar waar een nieuw ook niet kon aarden. We deden ons best het samen te rooien, maar voelden ons te verslagen in de strijd om het echt te kunnen laten werken.

Onze energie sijpelde weg naar het tonen aan mensen om ons heen dat 'het toch best wel goed ging'. We hadden nog wat meubels van 'ervoor'. Een handgesneden, diepbruine notenhouten kast. Met een allegorisch tafereel en mooie laatjes. Als je je ogen dichtdeed, rook je als je je best deed, in de kast nog de kaneelstok van mijn moeder. We bewaarden van alles in de kast. Oude concertkaartjes, beschilderde paaseieren, schoolrapporten, glazen. We besloten de kast te verkopen. Om een nieuwe weg te vinden, maar vooral om het schoolgeld te kunnen bekostigen. We hadden geen flauw idee of er potjes waren voor kinderen zoals wij. Mijn vioollessen had ik al opgegeven. Omdat dat geld kostte, maar ook omdat het me minder kon boeien. Dat krijg je als je in overlevingsmodus schiet en praktische zaken de overhand nemen. Kunst, cultuur, verdieping: het wordt allemaal relatief. Kies je voor vioolles of voor aardappelen en groenten?

Er kwam een opkoper langs. "Vijftienhonderd gulden, verder kan ik niet gaan", zei hij. Maar dan wel als we óók de koperen ketel erbij deden. *Bollocks*. Een slimme koopman die een schone kans zag bij een paar jonge meiden die, wat antieke kasten betreft, van toeten noch blazen wisten. We hadden gedacht dat we er meer voor zouden krijgen. Toch in iedere geval twee keer die duizendertig gulden schoolgeld en doe 'ns gek, een maand huur en schoenen voor de winter. Helaas.

Twintig jaar later ontmoette ik online vertrouwde mensen tijdens een ontspannen twitterborrel in een bruin cafe in de stad waar ooit deze gebeurtenissen plaatshadden. Op weg naar het toilet zag ik hem staan. De kast. Een paar tellen stokte mijn adem. Het was zonder enige twijfel onze kast. Het handgesneden tafereel, het loszittende pilaartje, het sluitwerk. Een vertrouwd beeld. Ik opende het deurtje waar ik ooit mijn brugklasrapport had bewaard, sloot mijn ogen, stak mijn neus in de kast en probeerde de vertrouwde geur te herkennen. Geur raakt herinneringen direct. Ik dacht een zweem te herkennen, probeerde beelden op te roepen van voorbije tijden. Het was slechts het hout. De herinneringen in de kast waren verdreven door...een glorieus pure chocoladegeur. De kast diende nu als chocolaterie in het restaurantgedeelte van het café. Even later vertelde ik de eigenaar van het restaurant het verhaal van de kast. "Vertel eens, waarom verkocht je de kast?" Ik lichtte het onbevangen toe. De café-eigenaar was even stil, en antwoordde vervolgens: "Het klopt. Deze kast heb ik van dezelfde opkoper gekocht. Overigens

wel voor veel meer dan jullie ervoor kregen. Een paar jaar geleden stond een meisje, iets ouder dan jij, stil en in tranen voor deze zelfde kast." Dat kon ik wel plaatsen.

Mijn twittergenoten aan tafel maakte ik deelgenoot van het verhaal. Het voelde goed om het te delen. Die kast stond daar prima. Ik pakte een chocolaatje uit de kast, genoot van de volle smaak en voelde me werkelijk gelukkig dat deze herinnering een formidabel zoet einde had gekregen.

Handreiking

Al is materie maar materie: herinneringen zijn vaak verbonden aan voorwerpen. Mooie herinneringen, minder mooie herinneringen. Ze kunnen ook voor mijlpalen in je persoonlijke ontwikkeling staan. Een rapport, een ooit gekoesterd cadeautje, een kast. Ze zijn symbolen voor een gevoel van thuis, van hoop, voor *a sense of belonging*. Spulletjes zijn in ogen van sommigen zo onbelangrijk. 'Die jas pas je toch nog niet, laten we die aan tante Truus geven.' Hoezo? Die jas was van haar moeder! Maak mooie herinneringskisten met de belangrijkste, herkenbaarste, dierbaarste spulletjes. Fotografeer de spullen die echt niet bewaard kunnen worden en maak er een collage van. Maak herinneringen tastbaar door een herinneringenboekje te maken. Is het niet voor nu, dan is het zeker heel waardevol voor later.

Als je te jong moet 'overleven voor de basics' houdt dit je ontwikkeling tegen, je kunt je dan niet vrij ontwikkelen. Als je je daar niet van bewust bent, leef je in een staat van relatieve onwetendheid. Je weet immers niet wat je mist. Als je je er wel van bewust bent, voel je je geamputeerd van de dingen waarvan je weet dat ze je vormen. Of dit nu Bach, Warhol of je eigen vioolgekras is.

Jaren geleden vond ik mijn gevoel van thuis in mezelf en in de verbinding met mijn vrienden, mijn dierbaren. Mijn gevoel van thuis zit in mijzelf, waar ik ook ga. Maar herinneringen worden opgeroepen door voorwerpen. Ze zijn verworpen tot symbolen. Soms om te koesteren, om te behouden. Soms om los te laten, ze te bevrijden van de lading die je er ooit aan toekende en ze een nieuw, mooi vervolg toe te wensen.

8

Wie denk je wel dat je bent?

Waar haal je je eigen kern vandaan? Van anderen of uit jezelf?

Anderhalf jaar na het overlijden van mijn ouders vertrok ik naar Delft. Op weg naar een nieuw bestaan. De ouders van mijn toenmalige beste vriendin gaven mij de kans om een nieuw bestaan op te bouwen. Ik mocht een aantal maanden bij hen wonen om een start te maken en ben hun daar nog steeds dankbaar voor. Al snel merkte ik ineens het verschil in mentaliteit in deze stad. Ik woonde, leefde, leerde ineens in een omgeving waarin het de bedoeling was dat je je breed

ontwikkelde en waar je je eigen plek in het leven en de maatschappij veroverd. Voor je eigen ontwikkeling, voor die van anderen, en om je potentieel en je oorsprong eer aan te doen. Dit was merkbaar in de klas, in de pauzes op school en in mijn fris ontsproten vriendenkring. Men Wilde Wat In Het Leven. Eigenlijk leefden zij zoals ik van nature leefde, maar waar ik niet zelden de tot op het maaiveld afkappende opmerking 'Wie denk je wel dat je bent?' op had gekregen. Bijvoorbeeld als ik aangaf dat ik misschien wel wilde gaan studeren, of grotere plannen had dan mijn sociale reikwijdte in het oosten kon vermoeden.

Het was verfrissend om te zien dat mijn leeftijdgenoten in het voor mij frisse en gemoedelijke Delft ambitie en plezier hadden, en een 'we zien wel hoe ver we komen, maar ik heb er nu al lol in'-mentaliteit. Die leken ze volstrekt niet met welke vorm van arrogantie dan ook te verbinden. Blijkbaar was die associatie er één uit de omgeving waar ik vandaan kwam. Waar mijn ouders me altijd aanspoorden me toch vooral te ontwikkelen, Algemeen Beschaafd Nederlands te spreken (mama: "Met dialect kom je niet verder, schat."), na te denken over wat ik wilde in het leven, verdween deze instelling in mijn omgeving zodra mijn ouders stierven. Hier en daar waren wel wat aansporende geluiden, maar soms waren deze geladen met een zweempje 'eigenlijk ben je wat sneu, maar wel creatief. Waarom word je geen kapster of zo'. Niets mis met kapsters, overigens. Maar toch, ik voelde me aangesproken alsof we in het begin van de twintigste eeuw leefden.

De hoon van de criticasters hebben me eigenlijk juist die schop in de goede richting gegeven. Niet omdat ik hen wilde bewijzen dat ik het wél in me had, maar om me vrij te vechten van de besmette omgeving waarin ik verkeerde. Weg. Weg. Weggedeweg.

Ik dompelde me onder in de fijne creatieve sfeer in mijn nieuwe stad. Vierde verjaardagen met huisgenoten, gaven elkaar zelfgemaakte cadeaus. Bosjes oude Barbies met gipskruid. Lampen gemaakt van fruitschalen met nepfruit en kerstlichtjes. Stronkjes witlof met een vlaggetje erin, met 'All You Need Is Lof' erop geschreven. Skinny dippen in de nabijgelegen recreatieplas, net voor de zon opkwam. Zelf extravagante jurken maken voor de vele themafeestjes die eigenlijk bijna altijd wel ergens waren. Het was een verademing. Een warm bad. Met vrienden en bekenden raakte ik in gesprek over 'waar wil je heen, wat zijn je wensen en wat ga je er aan doen'. Meestal terloops. Zomaar wat flarden van gesprekken, die (in het licht van bovenstaande) wellicht illustreren hoe bizar dit op mij overkwam (en tegelijkertijd laten zien hoe lang de weg nog was die voor me lag). Mijn houding en gevoel in de gesprekken zeiden vanzelfsprekend alles over mijn situatie, en niet over degenen die er onbevangen, onbevreesd en vrij op reageerden (*bless them*).

"Dus je denkt dat je gaat trouwen en kinderen krijgen met hem?"

Vriendin: "Jemig, ik zou niet weten waarom niet."

"Oh. Maar hoe weet je dat het over een paar jaar nog steeds goed gaat dan?"

"Weet ik niet. Maar ik heb geen reden om aan mezelf of aan hem te twijfelen. We zien het wel! Maar eh, het lijkt er op dat jij er vooral vanuit gaat dat dingen niet blijvend kunnen zijn."

"Eh...tja."

"Wat ga je studeren? Japáns? En hoe ver gaat je dat brengen dan?"

Kennis: "Nou, als het goed is, naar Japan. Kom ik nog eens ergens. Tja, of ik ga een andere vage studie doen. Ik weet nog niet wat ik precies wil, maar ik denk maar zo: als je vertrouwen hebt in de kansen die je geboden worden en in de dingen die je leuk vindt, dan kom je toch altijd waar je zijn wil?"

"En is dat niet wat naïef?"

"En ben jij niet wat zwartgallig?"

"Is er iets mis met kiezen voor een beetje zekerheid? Misschien ben jij zelf wel de enige op wie je kunt rekenen."

"Volgens mij heb je het in die opmerking over jezelf, maar ik ga daar in ieder geval niet vanuit."

Béng! Spijker op z'n kop.

"Waarom ga je straks eigenlijk naar de kunstacademie als je zo mooi kunt zingen?"

Afwassend: "Huh?"

Pleegmoeder: "Nou?"

Ik: "Eh, is dat zo dan? Eh, nou ja, als grafisch ontwerper kun je in ieder geval nog een baan vinden. En misschien lijkt het alleen maar alsof ik wel aardig kan zingen, maar prikt men er zo doorheen. Zingende kat in de zak."

"Ben je bang dat niemand op je zit te wachten?"

"Ik denk dat ik daar niet eens over na durf te denken. Maar ja, ik zing toch in een koor?"

Mozart's Requiem, Carmina Burana, you name it, I sing it."

"Ja, lekker veilig hoor, in zo'n koor. Bangerd. Je doet jezelf tekort. Maar goed, het klinkt gezellig hoor, zo bij de afwas."

En wat deed ik? Ik trok een raar gezicht en liet het.

In de jaren na deze onzekere, zoekende puberperiode kruisten steeds vaker mensen mijn pad die die me inspireerden en aanmoedigden toch vooral praktisch na te denken over wat mijn dromen werkelijk waren. Want de dromen waren er wel, maar een vanzelfsprekend geloof in de mogelijkheden ontbrak. Niet zo heel raar, als je vanaf je vroege tienerjaren eigenlijk volledig op jezelf bent teruggeworpen. En wat weet een kind van dertien, veertien jaar nu eigenlijk helemaal? In ieder geval niet voldoende om een mate van zelfvertrouwen te hebben waar je je leven op kunt bouwen. Onzekerheid, zoeken en misperen maken tijdens de ontdekkingstocht is een absoluut recht van tieners en pubers: je bent immers emotioneel en biologisch nog niet 'af'. Je bent eenvoudigweg nog niet in staat om echt bewuste keuzes te maken die impact hebben op je toekomst. Daar heb je begeleiding in nodig. Als iemand in je omgeving dan reageert op je zoektocht met '*Wie denk jij wel dat je bent?*', is dat een enorme doodoener. Als je in een veilige omgeving opgroeit waarin je in de basis weet dat je deugt, dat je welkom bent en er mag zijn, is het fijn fouten maken. Iedereen maakt namelijk fouten. De vraag is hoe je omgeving omgaat met jouw fouten, en hoe jij daar dan weer op reageert. Dat is de enige manier van leren in je leven.

Na een tijdje ging het een stuk beter met het volgen van mijn dromen. Tijdens mijn tweede studiejaar kregen we de kans om een dikke week naar New York te gaan. Ik was negentien, had nooit gevlogen en had zo ongeveer drie maanden brood met tevredenheid gegeten om het ticket bij elkaar te sprokkelen. Maar ik kon het nét betalen en schreef me in. Dolgelukkig vertelde ik bekenden uit mijn geboorteplaats, bij wie ik even op bezoek was, over mijn plannen en de reis die ik ging ondernemen. Ik keek hen aan en was benieuwd wat ze ervan vonden. "*Oh, dat gaat*

toch niet door” was de reactie. Wat was dát nou weer voor opmerking?

Samen met studiegenoten vlogen we van Amsterdam naar New York in een Bengaals vliegtuig dat eigenlijk iets van een bus weg had. *I loved every minute of it*. De energie van de stad was precies wat ik nodig had. Het gevoel dat je natúúrlijk kon bereiken wat je wilde. Dat je als vanzelfsprekend in de maalstroom mee moest gaan. Ik voelde me meteen thuis. En nog, als ik er ben. De anonimiteit en de snelle manier van doen contrasteren met verbinding met anderen. En toch stoort het niet. Ook New York heeft buurtse trekjes. De foto's die ik maakte heb ik achteraf nooit aan de *non-believers* in mijn geboorteplaats laten zien. Leek me vrij zinloos. Een beetje pijn deed het begrip aan betrokkenheid overigens wel. Geen ontvangstcomité op Schiphol.

Aan het eind van mijn derde studiejaar vond de jaarlijkse eindbeoordeling plaats. Ik had er hard aan gewerkt en was er wat nerveus voor. Een paar dagen voor de bewuste beoordelingsdag kreeg ik één van de mooiste wensen die ik ooit van iemand heb gekregen. Mijn halfbroer stuurde me een kaartje: *“Gelukkig hoef jij je eigenwaarde niet af te laten hangen van een beoordeling door anderen. Toch succes met je eindbeoordeling.”* Sommige woorden verliezen nooit hun waarde - wat er ook gebeurt.

Eigenlijk is - in mijn beleving - op de vraag 'Wie denk je wel dat je bent?' maar één antwoord te geven: 'Ik ben, denk ik, meer dan het beeld dan jij misschien van mij hebt. Ik deug, heb talent en kansen, en gebruik deze om een fijn en vol leven te leiden dat eer doet aan wie ik ben, aan wie mij het leven hebben gegeven en aan degenen van wie ik hou. Interessanter is misschien: wie denk jij dat JIJ bent? Ik krijg de indruk dat jij zelf niet het vertrouwen hebt dat er meer mogelijk is dan jij zelf voor elkaar bokst.' Maar ja, schud dat maar eens uit je veertienjarige punkmouw.

Handreiking

Het valt niet mee om te bepalen wie of wat je bent als je in ontwikkeling bent. Dat kan ook niet anders: 'ontdekken' is inherent aan 'het nog niet weten'. Dat is een recht. Daarbij is het moeilijk om toe te geven aan jezelf en anderen dát je nog niet weet wat je mogelijkheden precies zijn en wat je daar precies mee wilt. Het lijkt alsof hier een taboe op rust. Nu meer dan ooit lijkt je zo snel mogelijk te moeten bepalen wie je bent, wat je talenten en ontwikkelpunten zijn en wat je concrete doelen en toekomstplannen zijn. Op zich heeft dat al een mate van onredelijkheid van heb-ik-jou-daar in zich. De volwassen generatie stimuleert deze snelle ontwikkeling. Op zich fantastisch om doelen te formuleren, maar de meeste kinderen hebben op de leeftijd van veertien of vijftien jaar nog niet precies voor ogen wat ze willen. En dat zou ook niet moeten hoeven. Maar het laatste wat je daarbij kunt gebruiken, is een omgeving met mensen die juist het ontdekken (laat staan ontwikkelen) van je potentieel belemmeren. Dus mocht een zoekend kind je pad kruisen, doe hem/haar en jezelf een plezier en help in de zoektocht. Laat iemand zich ontwikkelen. Sta toe dat ze fouten maken, daar leerde jij immers ook het meest van. Laat iemand verder komen dan jij ooit kwam. Zie het als investering in de wereld die door blijft ademen ook wanneer jij er ooit niet meer zal zijn. Kleine moeite, mogelijk gigantisch rendement. Mogelijk - want dat is nu net de essentie van potentieel.

Tip voor jongeren:

Wanneer je je als weeskind niet geholpen (of zelfs belemmerd) voelt, probeer dan tóch een helder signaal hierover af te geven bij een vertrouwenspersoon. Dit kan een schooldecaan, docent, een buurvrouw of een (andere) slimme kennis in je omgeving zijn. Leg uit dat je meer wilt in het leven, en dat je op dit moment te weinig steun vindt en dit wél nodig hebt. Wellicht is dit het moeilijkste dat je ooit zult moeten doen, maar het levert je werkelijk iets op. Vertrouw erop dat het vragen om hulp niets te maken heeft met zwakte, opgeven, 'het niet zelf kunnen' of (en dat is een gevaarlijke) "ik verdien dat vast niet". Vang je bot in je zoektocht naar een vertrouwenspersoon of heb je het gevoel eigenlijk niemand te kunnen vertrouwen? Of dat het onacceptabel is dat je het niet zelf kunt oplossen? Dat zijn nare gevoelens. En helaas absoluut herkenbaar voor vele andere jongeren die zijn 'ontworteld'. Toch loont het de moeite om op zoek te gaan naar iemand die je kan steunen in deze zoektocht. Dit zou iemand kunnen zijn die net even niet die dingen tegen je zegt die je eigenlijk verwacht te horen. Als iemand tegen je zegt "*ja joh, de wereld is hard, wen er maar aan*", of "*wie voor een dubbeltje is geboren, wordt nooit een kwartje*" of "*je vader was timmerman, is daar iets mis mee of zo?*" of dat soort doodoeners, luister hier dan niet naar. Deze opmerkingen zeggen namelijk per definitie iets over degene die ze uitspreekt, niet over jou. Jij weet diep van binnen beter. Jij hebt je eigen verhaal te maken in je leven. Zorg dat het een te gek verhaal wordt. Je verdient het!

Tip voor omstanders:

Jongeren zijn per definitie zoekend. Dat is hun recht. Daarbij kan het buitengewoon veel voldoening geven om je steentje bij te dragen aan iemands ontwikkeling. Dat hoeft geen groot gebaar te zijn. Als je geen therapeut bent, dan hoef je dus ook geen therapie aan te bieden. Er zijn is veel belangrijker. Overweeg eens, bij een kopje thee na schooltijd, een zoekende jongere (met wie je een positieve verstandhouding hebt) wat belangstellende vragen te stellen over wat hij of zij nodig heeft. Wat zijn of haar dromen en wensen zijn. En denk vervolgens op een concrete en creatieve manier mee over hoe deze dromen en wensen te verwezenlijken zijn. Toon dat realisatie hiervan vaak dichterbij ligt dan vaak gedacht. Mocht jij zelf zijn vergeten hoe het voelt om je eigen dromen en wensen te verwezenlijken: wat is er met je gebeurd dat je ze uit het oog bent verloren?

Tip voor zorgverleners:

Meestal word je pas geconfronteerd met een jongere op het moment dat er al iets echt mis is gegaan. Dat is eigenlijk onlosmakelijk verbonden met je functie als zorgverlener. Overweeg ook deze situatie voor te blijven door te helpen met de groei van bewustwording en voorlichting voor jongeren. Dat kun je doen vanuit je eigen organisatie, of eens samen op te trekken met andere organisaties die net even andere diensten bieden dan jouw organisatie. Misschien doe je dit allang. In dat geval: fantastisch! Maar weten jongeren hier ook van? Of blijft het wellicht beperkt tot een foldertje in een wachtkamer of een website die jongeren wellicht zelf niet zo snel tegenkomen (omdat ze op Facebook en Twitter zitten)? Struin eens rond in sociale media. Zie wat jongeren bezighoudt. En zet vervolgens zelf de eerste stap. Het kan zijn dat een jongere je afhoudt. Probeer in te schatten of dit is omdat hij of zij zich in de kaarten gekeken voelt of geïntimideerd voelt, of omdat het probleem - en daarmee de gêne - eigenlijk te groot is voor een kind om te dragen. Gebruik vervolgens je eigen inzicht om constructief te handelen. Heb je geen flauw idee hoe je met sociale media jongeren kunt bereiken of hoe je met hen kunt

communiceren? *Buy some bricks and steel, build a bridge and get over yourself.* Vraag hulp aan iemand die dit kan faciliteren en je de nodige inzicht en vaardigheden kan verschaffen.

9

Thank you seems to be the hardest word

‘Het meisje met de zwavelstokjes’ (sprookje van Hans Christian Andersen) anno 1992 had gelukkig niet het eind van het tragische sprookje. Maar de weg naar oplossingen is soms wrang.

Feitelijk weet ik me niet precies te herinneren of de winter van 1992 een heel koude was of niet. Maar het voelde als een koude Siberische leegte in hart en lijf. Ik ging naar school, ontdekte het studentenleven (al zat ik dan nog op het voortgezet onderwijs), maakte vrienden. Dat dan weer wel. Mijn opoefiets was van ellende vergaan, dus de dagelijkse tocht naar school ging te voet. Het was een halfuurtje lopen. Niet zo erg, maar het kostte wel tijd. Soms kwam ik te laat op school daardoor. Een winterjas had ik niet, maar ik had wat handigheid opgedaan met ‘laagjes dragen’. Op een gegeven moment was de rits van mijn jasje kapot, hield de panden met mijn handen dicht. Soms prikte de striemende regen mijn handen. De verdovende muziek op de cassettes in mijn oude, vertrouwde walkman leidde me vaak af, maakte me los van gevoel, van pijn. Soms droogde de jas net niet op tijd voor de volgende schooldag.

Eén van mijn kennissen in het studentenkringetje bood - heel lief en hartverwarmend - aan mijn jas te laten maken door zijn moeder. Ze was handig met de naaimachine, en wilde er wel een nieuwe rits in zetten. Mijn keel kneep dicht bij het horen van dit aanbod. Ik stamelde *“Wil je moeder dat voor mij doen? Maar waarom dan?”* De verbazing ging gepaard met schaamte. Ik had eigenlijk geen keuze: ik moest het aannemen. Afwijzen was eigenlijk geen optie. Maar de neiging was groot. Het ontvangen van hulp kan uitzonderlijk moeilijk zijn.

De weerzin van het accepteren kan oplossingen in de weg zitten. Ik liet me overhalen, en een paar dagen later kreeg ik mijn jasje terug. Met nieuwe rits. Ik wist niet goed wat ik moest zeggen. *“Dank je, je hebt me echt enorm geholpen. Kan ik iets terugdoen?”* was vanzelfsprekend passend geweest. Of *“Ik weet niet zo goed wat ik moet zeggen.”* In plaats daarvan stotterde ik wat, bloosde. Mijn keel kneep dicht, mijn hart klopte als een razende. Ik keek wat verbijsterd, trok de jas aan en zweeg. Ik kon het niet. Wist me volstrekt geen houding te geven. Mijn ouders hadden me netjes opgevoed, ik sprak met twee woorden. Maar hoe lief en zorgzaam dit ook was van de moeder van deze kennis; het voelde voor mij als ‘opgeven’. Ik dacht: *“Als ik niet eens goed voor mezelf kan zorgen, ben ik verloren. Als ik niets zeg, heb ik niet opgegeven.”* Ik was niet in staat om mijn kennis uit te leggen wat ik voelde en waar ik mee worstelde op dat moment. En het accepteren van een gedachte als *‘het is oké om níet alles zelf te kunnen’* was ondenkbaar. Ik stotterde. *“O-o-o..k-kee”* perste ik nog net mijn keel uit.

Het onvermogen me uit te drukken bleef niet zonder gevolgen. Mijn kennis riep: *“Ondankbare*

hond! Jemig man! Mijn moeder doet wat voor jou, en wat doe jij? He-le-maal niets! Niets! Ga toch weg mens!” Zijn woorden staken met de scherpte van striemende regen in mijn hart. Ik heb de jongen nooit meer gesproken. Achteraf gezien begreep ik zijn reactie natuurlijk. Deze was gevoed door primaire emotie en door mijn volstrekte onvermogen me uit te drukken.

Het was een barre winter.

Handreiking

In de loop van de jaren ontmoette ik veel jongeren die met dezelfde huivering bij het accepteren van hulp worstelden. Na enig doorvragen bleek dat eenieder van hen een dierbare had verloren en sindsdien in mindere of meerdere mate op zichzelf was aangewezen. Daaruit concludeerde ik dat dat een causaal verband heeft. Hoe netjes iemand ook is opgevoed; soms kan iemand het door een intrinsieke strijd tussen ‘doorleven’ en ‘verdriet hebben’ niet opbrengen om sociaal wenselijk te reageren. Dit is een noodsignaal: de hulpvraag is duidelijk, maar de acceptatie niet. Eigenlijk verwacht degene in kwestie dat de oplossing zich níet aandient. Dat zou ‘immers’ naadloos passen in het plaatje van ‘het verlaten kind’. De bron van oplossingen (idealiter ‘ouders’) was weggefallen, dus dan lijken de oplossingen ineens ook onbereikbaar. Een griezelige manier van voelen en denken. Eén die liefst zo snel mogelijk aangepast wordt. Omstanders en zorgverleners kunnen hier een rol in spelen.

Tip voor weeskinderen:

Het valt niet mee als je alles zelf moet regelen. En dat het dan niet altijd helemaal gaat zoals je zou wensen. Of misschien durf je niet eens na te denken over wat je wensen zouden zijn en ervaar je je huidige situatie als ‘normaal’. Maar dit is niet normaal.

Tip voor omstanders:

Het kan uitermate vervelend zijn als iemand die je helpt of probeert te helpen, ondankbaar of ‘asociaal’ reageert. Alsof het niets betekent wat je voor iemand doet. Als het iemand is die je goed kent (bijvoorbeeld een leerling, buurmeisje of buurjongen of kind van vrienden), kan dat echt van diegene tegenvallen. Je hád immers niet hoeven helpen maar hebt het tóch gedaan. Hulde voor je actie. Probeer niet te streng te reageren op dit ‘asociale’ gedrag maar vraag naar de reden. Spreekt de ontvanger dan alsnog niets uit of slaat hij/zij dicht, kun je er altijd nog voor kiezen om te melden dat je gewoon gedaan hebt wat nodig was op dat moment. Je hoort de dankbaarheid misschien niet, maar dat betekent niet dat die er niet is. Haal de dankbaarheid uit jezelf. Je hebt iets goeds gedaan.

Tip voor hulpverleners:

Het is fijn als je werk nut heeft voor degenen die je helpt. Dat je erkenning krijgt voor je werk. Maar soms kan iemand dat niet opbrengen, omdat er een ander, groter, probleem aan ten grondslag ligt. Probeer pragmatisch concrete oplossingen te vinden voor problemen die je zelf redelijkerwijs kunt herkennen. En vind je voldoening uit het feit dát je iets hebt kunnen doen. Probeer met mildheid naar de sociale onbeholpenheid van de ontvanger te kijken. Zeg desnoods iets als *“Ik krijg de indruk dat het misschien moeilijk is om dit te ontvangen of om ‘dank je wel’ te zeggen. Ik ga er maar vanuit dat het goed is wat we nu doen”*.

10

Trommel

We lopen hier niet op eierschalen

Op de middelbare school ontmoette ik in de wandelgangen een meisje. Ze keek me altijd ietwat venijnig aan. Ik wist niet echt waarom, maar het was me wel opgevallen dat zij en ik nogal wat overeenkomsten hadden. We zagen er vrijwel hetzelfde uit. Dezelfde donkerrode boblijn, de eyeliner, de lange shirts en Dr. Martens. Het was eigenlijk een beetje eng voor onze omgeving, die ons steeds vaker met elkaar verwarde. De irritatie die dit opleverde bij het meisje was aanzienlijk. Niet zo verwonderlijk: als je zestien bent, doe je je best om jezelf te ontdekken. Compleet met zorgvuldig gekozen felle veters in je kistjes. Dan zit je niet te wachten op een dubbelganger met diezelfde veters in diezelfde kistjes.

Op een gegeven moment zaten het meisje en ik bij elkaar in de buurt in de middagpauze. Ik besloot haar aan te spreken, want met al die dodelijke blikken had ik het nu wel gehad. Bovendien fascineerde ze me ook wel. Zouden er méér overeenkomsten zijn dan alleen ons uiterlijk? “Waarom kijk je me altijd zo boos aan?” opende ik het gesprek, volstrekt niet wetend welke reactie ik kon verwachten. “*Jij lijkt op mij. Dat lijkt mij genoeg.*” antwoordde het meisje. “*Nee, jij lijkt op mij!*” beet ik terug. Onze gezichten waren donderwolken. Onze vriendinnen stonden er gierend van het lachen naast. “*Hahaha, ze reageren zelfs hetzelfde! Dit moest zo zijn! Bizar!*” Stiekem zagen het meisje en ik eigenlijk ook wel dat onze vriendinnen gelijk hadden. Plots brak het ijs, en het was het begin van een intense vriendschap.

Al snel ontmoette ik haar ouders. Warme, gastvrije mensen met een enorm sociale inslag. Toen ik kennismakte met hen, zagen zij precies waarom hun dochter en ik elkaar wel móesten ontmoeten. Niet zelden haalden ook zij ons door elkaar. Tijdens de afwas of in het terloopse voorbijgaan. Ze hadden oog voor individuen en een (terecht) gezond gevoel van eigenwaarde. Dit was dan ook luid te horen in huis, want men sprak met een volume alsof er bonuspunten te behalen waren. Dat was grappig en prettig, vooral als hun hele familie bijeen was. Het was voor mij wel even wennen: in mijn ouderlijk huis werden niet vaak stemmen verheven. Niet dat mijn ouders niet enthousiast waren, integendeel. De verschijningsvorm was echter volstrekt anders. Ook hun gezonde nuchterheid verschilde van mijn ouders.

Mijn kersverse pleegvader (de band groeide snel) kon me kordaat “*Trommel!*” noemen, als ik iets onhandigs had gedaan. Met erachteraan “*ja zeg, daar moet je tegen kunnen hoor, zo zijn wij nu eenmaal. We lopen hier niet op eierschalen. En zeg nou zelf, het is toch ook suf wat je deed? Haha!*”. Dat was precies wat ik nodig had. Nuchtere, gegronde feedback zonder drama. Zonder elkaar te ontzien. Zonder te denken “*oh jee, ze is wees, nu moeten we voorzichtig zijn*”. Want ik was vooral een zoekend meisje van zestien. Wees of geen wees. Kistjes of geen kistjes. En de nuchtere begeleiding vond ik aanvankelijk eng, maar was een werkelijke verademing voor me.

Ik kwam geregeld bij hen op bezoek. Op een gegeven moment kwam ik in de situatie dat ik echt hulp nodig had. Door een samenloop van omstandigheden moest ik een vage studentenkamer huren boven een shoarmazaak. Het was de enige kamer die ik kon vinden. De kamer kon niet op slot, de badkamer ook niet. Het raam keek uit op een muur, de wastafel was verstopt. Werkelijk alles rook naar shoarma (ik eet het nog steeds niet). Het was, zagezegd, een werkelijk paradijs. Toen mijn pleegvader zag waar ik was beland, twijfelde hij geen seconde. Hij liet me de hoognodige spullen voor een paar dagen in een weekendtas pakken en bracht me naar zijn huis. Hij was even stil, en zei: *“Jij gaat nu mee. Van daaruit kijken we verder.”* Ik voelde me meteen bezwaard; ik kon toch niet zomaar een beroep op hen doen? En ik had toch een plek? Ik wilde geen gebruik maken van de situatie. Mijn pleegvader was onvermurwbaar en liep al met mijn tas naar de auto. Dan mocht ik wel een trommel zijn, maar dan in ieder geval een trommel met perspectief.

Mij weghalen uit de situatie waarin ik verzeild was geraakt, is één van de meest krachtige acties van liefde geweest die ik in mijn leven heb ervaren. De ouders van mijn vriendin hebben mij opgevangen op een moment dat dat zeer nodig was. Zij twijfelden geen moment en namen me voor een paar maanden in huis, ondanks alle gedoe die dit opleverde. Om *plan de campagne* te maken voor wat mijn toekomst zou gaan brengen.

Ik ervoer de dagelijkse gang van zaken in een gezin. Met huiswerk controleren, afwassen en opruimen. Boterhammen smeren, thee zetten en schooltas inpakken. Ritme, grenzen, duidelijkheid. Na een paar maanden kon ik, door grote moeite van mijn pleegmoeder, mijn intrek nemen in een bejaardenflat die drie jaar later gesloopt zou worden. Ik had een eigen stek. Van mij. Een thuis. Natuurlijk hield ik een house warming party voor mijn vrienden. Onderbuurman Philip (83) vond het prima. *“Wat zeg je? Beestje? Oh, feestje. Meissie, ga je gang, ik hoor toch niets.”* Mijn pleegouders zeiden later over over hun hulp aan mij: *“We hebben gewoon gedaan wat nodig was. Niet meer, niet minder. Het was gewoon nodig.”* Dat zeggen ze nog. En het mag dan zo zijn, maar het feit dát zij werkelijk actie ondernamen, zegt alles over hen en maakt hen buitengewone, bijzondere mensen.

Mijn dierbare vriendin en haar ouders zijn sterke mensen die (helaas ook) met een intens en groot verlies leven en tegelijkertijd zo krachtig en liefdevol in de wereld staan. Zij zijn deel van mij, ik ben deel van hen. Al hebben we geen bloedband, ik voel me met hen verbonden. Ik ben hen zo dankbaar. Ik houd veel van deze helden. Ik ben *one lucky* trommel.

Handreiking

Ik kan er niet omheen: als weeskind heb je een extra kwetsbaarheid. Dit is een gegeven. Dit betekent echter niet dat (in minder of meerdere mate betrokken) omstanders, weeskinderen als een soort invalide hoeven te behandelen. Een kind heeft recht op begeleiding richting de toekomst. Dit betekent soms een wat meer confronterende eerlijkheid dan het kind misschien lijkt aan te kunnen (of gewend is). Gezinnen leiden verschillende levens, mensen communiceren er ook anders. Het is juist prima en gezond als een kind leert te functioneren in andere omgevingen en zich, ondanks verbale directheid, veilig leert te voelen. Bij zichzelf en bij mensen die hiervoor openstaan. Het is daarom raadzaam om niet teveel op eierschalen te lopen. Inspireer een opgroeiend kind door je eigen kracht constructief te tonen. Zodat een kind zelf

leert dat hij of zij later de ruimte mag nemen (en verdient) om zelf een krachtige persoonlijkheid te worden. Verhelp vooral de oorsprong van de schijnbare noodzaak om op eierschalen te lopen. Een weeskind is ook niet 'zelig'. Het is een gewoon kind, zoals iedereen. En gewone mensen behandel je gewoon, spreek je gewoon aan als ieder ander.

Investeer in iemands kracht door zelf een kind te inspireren. Zachte heelmeesters maken stinkende wonden, om maar een cliché te gebruiken. Maar met een klein charmant litteken is uitstekend te leven. Het kan je leven tekenen, maar je wordt dan wel wie je werkelijk bent. Help iemand zijn of haar eigen kracht aan te boren, zodat diegene kan uitgroeien tot degene die hij of zij werkelijk is. Iets mooiers kan ik me bijna niet voorstellen.

11

Corvee

De bejaardenwoning waar ik tijdelijk mocht wonen, moest natuurlijk ook worden voorzien van warm water. De meteropnemer van het energiebedrijf vertelde me dat het contract getekend moest worden op het kantoor. Dat kon tijdens kantooruren. Ik dacht eigenlijk vooral in schooluren. Dat bleek ongeveer hetzelfde te zijn. Ik besloot later wel uit te leggen op school waarom ik wat lessen had gemist en liep, bij gebrek aan fiets, naar het energiebedrijf aan de rand van de stad. 't Was ongeveer drie kwartier lopen. Geschiedenis gemist. Moest een tijdje wachten bij de loketten. Duits gemist. *"Das ist ein Glücksfall. Toll."* Identiteitskaart laten zien, papieren tekenen, terug de stad in en naar school. Net op tijd voor de waslijst Franse onregelmatige werkwoorden. *Malchanceux*.

Als je te laat kwam, moest je je altijd melden bij de conciërge. *"Dus jij moest naar het energiebedrijf. Ik moet het je nageven: die kende ik nog niet. Had je niet even kunnen bellen? Oh nee, da's waar ook. Tot hoe laat heb je les?"*, vroeg hij. Tien over vier. *"Kwart over vier hier melden: corvee. Tot straks!"* *"Ja maar -"* *"En nu opschieten voordat je morgen óók mag."*

Okidoki.

Handreiking

Soms moet je als weeskind, of als je als jongere om wat voor reden dan ook zelfstandig leeft, praktische dingen regelen die je eigenlijk niet bij scholieren verwacht. Dat is niet leuk, maar het betekent ook dat sommigen dat soort taken niet met een scholier associëren. Logisch ook, want ze horen ook niet bij pubers. Maar soms is het gewoon zo.

De conciërge die me corvee gaf werd in het eindexamenjaar overigens een bondgenoot. Hij begon door te krijgen dat mijn situatie net even anders was. Dat had af en toe voordelen. Was ik een heilig boontje dat nooit haar staart drukte? Natuurlijk niet. Ik had mijn vrienden met name in het Delftse studentenleven. Dit betekende dat ik genoot van het uitgaansleven, tussen de

schoolonderzoekperiodes door. Omdat ik vooral zelf bepaalde hoe laat ik ging slapen (en of dat gebeurde), liep ik af en toe behoorlijk afgemat door de schoolgangen. Mocht dan af en toe van de conciërge op het ziekenkamertje een uur uitslapen. Dit was natuurlijk volstrekt illegaal en dus ons geheim. Maar het gaf hem de gelegenheid een oogje in het zeil te houden en te informeren of het wel goed ging. Dat was erg aardig en het gaf me het gevoel dat het iemand iets kon schelen. Soms is dat het enige dat nodig is. Een bondgenoot.

12

Ik kan het niet vieren met hen

“Nou meid, je hebt appeltaart gewonnen: nul spelfouten in je eindexamen.”

In 1993 deed ik eindexamen. Ik zat op een college met buitengewoon goede docenten en waar een cultuur heerst van 'je mag er zijn, maar we verwachten wel dat je een bijdrage levert aan de maatschappij'. Hier waren mensen die daadwerkelijk iets van hun leven wilden maken. Iets voor een ander wilden betekenen. Dromen en plannen hadden voor de toekomst. Heerlijk!

Toen ik na alle schoolonderzoeken dan ook het centraal schriftelijk examen met goed gevolg had afgelegd lag dus eigenlijk de wereld aan mijn voeten. De eerste dag van de rest van het leven! De toekomst lag weer helemaal open, ik kon gaan studeren. Wat was ik blij dat ik ondanks alle malaise van de voorgaande jaren toch op eigen kracht mijn papiertje had gehaald. Op het moment dat mijn docent Nederlands me vertelde dat ik geslaagd was, heb ik natuurlijk gejuicht. Ik had een mijlpaal gehaald. Sterker nog, ik had een weddenschap gesloten (om een appelpunt) met mijn docent Nederlands over het aantal spelfouten (nul) dat ik zou maken. Ik had gewonnen. Te gek! En ook nog mijn papiertje! Schooltas aan de vlag! Ik zag mijn klasgenoten het vieren met elkaar, met vrienden, met...ouders. *“Ik kan het niet met hen vieren.”* Als een drukkende deken leek de gedachte me te verstikken. Natuurlijk had ik mijn huisgenoten in het studentenhuus waar ik inmiddels een kamer had veroverd (want dat bejaardenhuus was best gezellig, maar op een gegeven moment had ik toch meer behoefte aan gezelschap thuis). De studenten waren blij voor me en hingen bij wijze van baldadigheid speciaal voor mij een tas aan een vlaggenmast buiten. Op een studentencomplex waar werkelijk iederéén al eerder eindexamen had gedaan (het waren immers studenten). Ze waren er tijdens de diplomautreiking en dat was fijn. Ook mijn halfbroer kwam bij de uitreiking. Dat heb ik enorm gewaardeerd. Het was erg fijn dat met hem te delen. Mijn pleegouders zagen het gemis in mijn ogen en handelden ernaar. Zoals zij dat eerder deden. Ik ben ze er nog steeds dankbaar voor. Zij gaven mij het grote belang van eigen mijlpalen terug.

Maar mijn ouders waren de grote afwezigen. Ik kon het niet met mijn ouders, mijn afkomst, mijn bron, delen. Het sloeg me in het gezicht. Blijdschap en intens gemis kun je op hetzelfde moment even sterk voelen.

Handreiking

Ieder kind heeft mijlpalen. Hoe ouder je wordt, hoe minder vaak je de 'standaard' mijlpalen beleeft. Je eigen mijlpalen maken enorme indruk op jezelf en drukken een stempel op je ontwikkeling. Je achttiende verjaardag, je eindexamen, gaan studeren, je eerste relatie, samenwonen, afstuderen...allemaal grote gebeurtenissen die je (meestal) als je jong bent voor het eerst beleeft. Het delen met dierbaren die onvoorwaardelijk van je houden is een groot goed. Zij zien jouw ontwikkeling en kijken met je mee. Zien je veranderen. Zien de offers die je hebt moeten brengen en je blijdschap bij succes. Als er op deze momenten dierbaren ontbreken, zoals ouders, dan is dat een groot gemis. De pijn die dat oproept kan ineens weer heel heftig zijn. Maar wel normaal.

Het was in mijn geval fijn dat er mensen waren die zagen dat ik gezelschap nodig had tijdens mijn eindexamen. Zij zagen werkelijk dat ik er in principe alleen voor stond. Zij namen de moeite om het moment met mij te delen. Al miste ik op dat moment mijn ouders en hun bevestiging enorm...ik kon hen dat wel vertellen. En ook was het fijn om even niet die dingen te hoeven benoemen die iedereen zag. En tegelijkertijd vierden wat ik had bereikt. Dat was een moment van absolute veiligheid. De ouders van mijn dierbare vriendin die het met me deelden noem ik tot op de dag van vandaag mijn pleegouders. We hebben niet zozeer verwachtingen van elkaar. Maar het voelt goed. Familie.

Zie je iemand die een mijlpaal alleen beleeft? Vier het mee. Leg het vast op een foto. Het is een kleine moeite maar het betekent zoveel voor degene die zich op dat moment minder eenzaam voelt. Als iemand ziet dat het goed is. Ook als je iemands buurvrouw of vriendinnetje van vroeger bent. Ben je de vader of moeder van een klasgenoot van iemand die zijn ouder(s) is verloren? Vul een klein stukje in. Vervul heel even, als is het maar voor een dag, de rol van iemand die de mijlpaal in iemands leven bevestigt. Je verandert het leven van iemand die dat erg nodig heeft. En waarschijnlijk krijg je er zelf een nog voller hart van.

13

Storm in mijn hoofd

Coen Flink overleden? Die was ongeveer even oud als papa.

In 2000 overleed Coen Flink. Coen Flink was acteur, en bekend van de televisieseries 'De Appelgaard' en 'Oppassen!' En van de telefilm 'Storm in mijn hoofd', die overigens na zijn overlijden pas werd uitgezonden op televisie (2001). Die telefilm bekeek ik meerdere malen op video. De band was versleten, maar het verhaal greep me. Ik zag parallellen met mijn vader. Het maakte dat ik me meer verbonden voelde met mijn vader, door de hersenspingsels van een generatiegenoot te zien en horen.

Handreiking

Als ouders sterven als jij jong bent, is dat apart. De meeste ouders sterven als ze zelf bejaard, en hun kinderen volwassen zijn. Als zoon of dochter heb je dan het hele proces van volwassen worden kunnen doorlopen. Natuurlijk blijf je altijd iemands kind en doet het pijn als je je ouder(s) verliest. Ook als je vijftig, zestig of zeventig bent. Dat verdriet is begrijpelijk en in principe vanzelfsprekend. Maar als ouders sterven als hun kinderen jong zijn, dan zie je als kind kun generatiegenoten doorleven. Ouder worden. Opa worden, oma worden. Ergens kan dat soms benijdenswaardig zijn ('Zij Zijn Er Nog, De Mijne Niet'), anderzijds kan het troostend zijn om generatiegenoten van je ouders te zien. Alsof ze stiekem, als is het dan onzichtbaar, in een soort parallel universum doorleven. Een beetje een wassen neus, maar de gedachte op zich is wel verzachtend. Maar als vervolgens dan zelfs de schijnbaar eeuwig jonge generatiegenoten dan óók sterven...dan is de blesseuretijd voorbij. Zijn jouw ouders echt weg. Deze redenatie is uiteraard gevoelsmatig en volstrekt niet gebaseerd op welk feit dan ook. Nu was mijn vader van 1925, dus eerlijkheidshalve wordt de spoeling generatiegenoten toch best rap veel dunner. Als zelfs de generatiegenoten van mijn ouders sterven...dan zijn ze écht weg. Coen Flink was zeven jaar jonger dan mijn vader. Maar toch. Elf jaar geleden maakte het nog een grotere indruk. Kortom: als je op jonge leeftijd een ouder verliest, dan kan dat op veel latere leeftijd ineens een issue zijn. Bijvoorbeeld als leeftijdsgenoten van je ouders sterven, of als zij opa en oma worden. Dat is niet erg, het is normaal. Ga er dan ook normaal mee om als iemand daar emotioneel over wordt.

14

Blaauwe envelop

Zeg maar gewoon Van Wette.

Eenmaal achttien jaar en studierend bleek ik ook voor de Belastingdienst te bestaan. Mijn sofinummer (tegenwoordig Burger Service Nummer) was ineens hét middel om met mij te communiceren als volwassene. Volwassen. *Yeah, right.* Volwassen zijn betekende: de eerste Enge Blauwe Envelop krijgen. Want in begin jaren '90 bestond er nog zoiets geweldigs als uitkering uit de Algemene Weduwen- en Wezenwet (later Algemene Nabestaandenwet). Dit hield in dat ik een bepaalde maandtoelage kreeg om van te kunnen bestaan. Dit was mijn redding. Studeren is duur. Studeren aan de kunstacademie kan van een afstand lijken als één grote knip- en plakgrap (wat het overigens niet is), maar aangezien ik direct met computers aan de slag ging, kwam daar een dure digitale grap bij.

En daar plofte hij dan in mijn studentenkamerpostvakje. De Blauwe Envelop. Ik moest mijn belastingformulier invullen. Wist nauwelijks dat ik voor hen bestond. Ik dacht dat alleen werkende mensen zo'n ding kregen. Nu stond er wel een map met een uitgebreide papierwinkel in mijn kast, een Enge Grote Map met veel papier in plastic hoesjes. Mijn huurcontract zat erin,

mijn energierekening, mijn studiefinancieringspapieren en de bonnetjes van onkosten voor mijn studie. Ik wist niet of ik in staat was dat Enge Formulier in te vullen, maar realiseerde me wel dat ik geen ruzie wilde met de Blauwe Brigade. Ik vatte de koe bij de horens en toog met de stoptrein naar Rijswijk (Z-H) naar het belastingkantoor. Liep naar binnen en meldde me bij de receptionist: *"Hallo, ik ben Jojanneke, ik ben achttien en ik moet blijkbaar mijn belastingformulier invullen. 'k Heb geen flauw idee hoe ik dat moet doen en waarop ik moet letten. Kan iemand het me voordoen of me even helpen? Ik kan dit niet alleen."* De receptionist staaarde me met een glazige blik aan. Even leek het erop dat hij me zou wegsturen. Na enig aandringen pakte hij de telefoon, overlegde kort met iemand en verwees me door. *"Neem de lift naar de zevende, Van Wetten helpt je wel verder."* *"Van Wetten?"* *"Van Wetten. Zo heet 'ie. Nou, dag!"* Ik pakte mijn map met papieren en toog naar de zevende.

"Dus jij wil je belastingformulier invullen. En dan kom je hier naartoe?", zei Van Wetten. Hij zag er ook uit als een Van Wetten. Ik herinner me dat ik dacht: best vriendelijk. Voor een belastingadviseur. *"Eh, ja. Ik kreeg een enge blauwe envelop toegestuurd, en nu weet ik het even niet meer. Ik wil het graag netjes doen, dus dacht ik: ik kom wel gewoon naar jullie toe."* Van Wetten keek verbaasd. *"Een enge blauwe envelop? Wat is daar eng aan?"* Van Wetten grijnsde. Ik had er nog niet bij stilgestaan dat een blauwe envelop ook wel eens niet eng kon zijn. *"Wat fijn dat u het niet eng vindt: dan ben ik volgens mij in ieder geval bij u aan het juiste adres."*

Van Wetten hielp me zo goed als hij kon. Hij legde me rustig uit wat ik moest doen en wat ik achterwege mocht laten. Ik had het goed gedaan, er was niets engs. Ik vulde de formulieren in en liet ze achter bij Van Wetten. Met een ontspannen gezicht verliet ik het belastingkantoor. Ik voelde me alsof ik een draak had verslagen.

Handreiking

Administratie kan best intimiderend zijn als je tiener bent en je dat nooit eerder hebt gedaan of als nooit iemand je heeft uitgelegd hoe het werkt. 'Enge' formulieren kunnen dan beklemmend werken. Ik zou me goed kunnen voorstellen dat menig ander kind het net een beetje té eng vindt en daardoor de kop in het zand steekt - met alle gevolgen van dien. Die gevolgen kunnen vanzelfsprekend vele malen enger zijn dan al die formulieren bij elkaar. Omstanders, docenten, vrienden of zorgverleners kunnen jongeren helpen bij het in kaart brengen van de administratie van jongeren die dit nodig hebben en die net even meer verantwoordelijkheden dragen dan hun leeftijdgenoten. En dan het liefst in een zo vroeg mogelijk stadium.

Het zou fantastisch zijn als er een korte training via internet zou komen waar jongeren leren hoe een en ander werkt, en dat iemand in het eigen netwerk van de jongere hem of haar daar in de dagelijkse gang van zaken begeleidt. Zo verdwijnt de ongemakkelijkheid met het onderwerp. De uitstekende middelen van het Nibud en ervaringen van anderen zouden hier mooi materiaal voor kunnen vormen. Het belangrijkste lijkt mij het gemakkelijk toegankelijk maken van de informatie. En dan direct in de communicatie toegespitst op degenen die het nodig hebben.

Humanitas³ biedt dit bijvoorbeeld aan voor jongeren.

15

Nu ben je er toch wel overheen?

Tijdens de vakantieperiodes van de kunstacademie, waar ik inmiddels studeerde, ging ik soms op bezoek bij mijn familie in mijn geboorteplaats. Tijdens één van deze uitjes fietste ik wel in de omgeving. Een frisse neus halen in de streek die mij zo bekend was, maar tegelijkertijd zo ongemakkelijk was geworden. Er waren inmiddels acht jaren verstreken sinds het overlijden van mijn ouders. Ik fietste door Diepenveen. Ik pauzeerde op het plaatselijke terras. Na een paar minuten liep een oudere man het terras op. Met zijn zoon. De man overlegde met het personeel over zijn veertigjarige huwelijksjubileum. Ik herkende de man meteen. Het was een buurman uit hetzelfde eengezinswoningblok als ons ouderlijk huis. Ik riep zijn naam, hij keek me wat onderzoekend aan, leek me niet te herkennen. Het verbaasde me. *"Ik ben het, Jojanneke, het buurmeisje van een aantal jaren geleden. Hoe gaat het met u?" "Wie? Oh, eh, ja. Ik zag het niet zo gauw."* Ik vermoedde dat hij het toen nog steeds niet zag, dus herinnerde ik hem aan de situatie van destijds. *"Oh ja, dat. Maar daar ben je nu toch zeker wel overheen? Wij bereiden hier trouwens ons veertigjarige huwelijksjubileum voor. Nou dag hè!"* zei hij, en liep vief het pad af. *"Euh ja, nou dag hè"*, zei ik toen maar.

Maar wat had hij toch gezegd? *"Daar ben je nu toch zeker wel overheen?"* De woorden spookten door mijn hoofd. Had ik er al overheen moeten zijn? Liep ik 'achter'? Was ik eigenlijk een zeurkous omdat ik het er nog over had? Had ik mijn mond moeten houden? Was er iets mis met mij?

Ik betrok de lading van de opmerking 'daar ben je nu toch zeker wel overheen' op mezelf. Ik wou dat ik toen had geweten dat die opmerking werkelijk niets met mij te maken had, maar meer met het gebrek aan betrokkenheid van degene die deze had uitgesproken. Het had me, achteraf bezien, niet moeten verbazen. Destijds verliet ik in grote overtuiging de stad. Had daar ook haast mee gehad. Ik vond dat ik destijds genoeg op een luisterend oor gewacht had bij mensen bij wie dit ijdele hoop was geweest. Ik besloot het incident maar te zien als een duidelijke bevestiging van de juistheid van mijn keuze om te vertrekken.

Later dacht ik nog eens aan het incident. En aan de jeugdige neiging om bevestiging van buitenaf te vinden. Bij anderen dan jezelf. En soms bij de verkeerde mensen. Dat hoort wellicht bij ontwikkeling. Voortschrijdend inzicht. Ik vergeleek het met het verschil tussen de slager en de bakker. Een bakker verkoopt zoete broodjes, volkorenbrood, krentenmikken en koekjes. Je kunt iedere dag bij diezelfde bakker smeken om een pond gehakt, maar dat zal kansloos blijken. Het enige dat je rest is stoppen met vragen en op zoek gaan naar de slager. Als je geluk hebt,

³ Humanitas heeft verschillende initiatieven, zoals de website Mind Your Own Life (www.mindyourownlife.nl/je-leven), waarop jongeren gemakkelijk informatie kunnen vinden over hoe met geld om te gaan en hoe je praktische zaken aanpakt. Ook heeft Humanitas de site www.uitdemin.nl voor jongeren die het moeilijk vinden om met geld om te gaan of hier zelf onvoldoende kennis over hebben.

ontdek je bijtijds dat je de bevestiging uit jezelf kunt halen. Te allen tijde. En dan zijn die zoete broodjes leuke bonussen. Voor af en toe.

Handreiking

Sommige kinderen krijgen de vaardigheid om bevestiging in zichzelf te vinden van huis uit mee. Vanaf de vroegste jeugd lijken deze kinderen vrij te leven en alle kansen en ideeën op hun werkelijke waarde te bekijken. Gadeslagen door aanmoedigende ouders. Een vanzelfsprekend gevoel van eigenwaarde is daarbij de kers op de taart. Er zijn ook kinderen die niet van nature dat gevoel van eigenwaarde voelen, en misschien wel daarom enorm gestimuleerd en aangemoedigd worden door hun ouders. Soms wat teveel (denk aan de wat al te enthousiast schreeuwende ouders langs de lijn van het voetbalveld), soms wat te weinig. Er zijn vanzelfsprekend geen ideale formules hiervoor. Voor weeskinderen geldt dat hun ouders geen mogelijkheid meer hebben om teveel of te weinig aan te moedigen. Dit vormt voor veel weeskinderen een hiaat in hun ontwikkeling. Maar ook als ze dat gevoel van eigenwaarde wel met de paplepel ingegoten kregen: na de dood van ouders valt de bron van de eerste bevestiging weg: hun oorsprong. De bron van onvoorwaardelijke erkenning. En hoe de band ook was tussen ouder en kind: de te vroege ontworteling kan een leven ontwrichten. Dat maakt het moeilijker om een vrij pad te banen en het leven vrij en zelfverzekerd te benaderen.

Om dit tijt te keren, is het van belang dat een kind zich gehoord voelt. Dat het zijn of haar verhaal kwijt kan bij iemand die er werkelijk aandacht voor heeft. Iemand die eerlijk meedenkt en onverbloemd kan reageren. Of dit een bevriende volwassene, een familielid of zorgverlener is, is van ondergeschikt belang. Het feit dat het kind gehoord wordt en vanuit dat punt zijn of haar eigen identiteit, zelfvertrouwen kan ontwikkelen en leert zichzelf in alle eerlijkheid te erkennen, is de sleutel naar een werkelijk vol bestaan.

Vraag je eens af: zou jij een rol kunnen spelen in het leven van een zoekende jongere? Ken je iemand die zoekend is op dit gebied? Zet eens een eerste stap. Een goede eerste vraag aan de jongere zou kunnen zijn: *"Wat vind je eigenlijk zelf van [vul maar in]? Ik ben benieuwd naar wat jij erover denkt"*. Ik zou zeggen: kleine stap, grote winst. *One small step for a man, one giant leap for mankind*. Een keer langs de lijn van het voetbalveld staan is uiteraard ook een optie. Enthousiast aanmoedigend schreeuwen mag.

En voor de duidelijkheid: het is aan niemand om te bepalen of de tijd al is gekomen om 'er nu maar eens overheen te zijn'. Er zijn hele rouwprocesmodellen ontwikkeld in de loop van de tijd. Deze lopen uiteen. Het model van de psychiater J. William Worden gaat uit van deze volgorde: acceptatie; doorleven van emoties; aanpassing; herinnering. Een ander model, dat van psychiater Elisabeth Kübler-Ross, gaat uit van de volgorde: ontkenning; protest; onderhandelen en vechten; depressie; aanvaarding.

Ik geloof niet in die modellen of in specifieke volgorde van emoties. En wetenschappelijk is geen enkel model door de test gekomen als betrouwbaar. Bij mij is de rouwperiode bijvoorbeeld cyclisch verlopen. Om de zoveel jaar komt er weer een restje voorbij. Waar je dan iets mee kunt.

Dat is zeer individueel. In een rouwproces kan niemand voor een ander beslissen aan welke fase iemand toe is, en al helemaal niet op belerende of oordelende toon. Het is belangrijk dat iemand mag zijn zoals hij is. En dat er naast omgaan met verlies, ook ruimte gegeven wordt aan het ervaren van nieuwe, fijne ervaringen. Zodat er een balans ontstaat. Sommigen zeggen dat verlies, net als andere intense levenservaringen, een leven lang met je meereist. En dat is prima. Als je rugzak er maar niet te zwaar van wordt.

16

You stay the course, you hold the line

*'You stay the course, you hold the line, you keep it all together
You're the one true thing I know I can believe in
You're all the things that I desire, you save me, you complete me
You're the one true thing I know I can believe'
- Sarah McLachlan*

Toen ik net 23 was, studeerde ik af. Na de stage bij een Amsterdams ontwerp bureau en mijn afstudeerprojecten kon ik me gaan beraden over mijn post-academische leven. Verder studeren? Een baan zoeken? Freelancen? Geen idee. Parallel aan mijn studie had ik schrijfblokken volgeschreven over mijn persoonlijke ontwikkeling en probeerde ik chocola te maken van wat er in de voorgaande jaren was gebeurd. En er waren mannen in mijn leven.

Als bij donderslag bij heldere hemel werd ik bloedverziekend verliefd op een avontuurlijke, spannende, stoere man. Het ging snel tussen ons. Binnen enkele weken woonden we praktisch samen, maakten we vakantieplannen, lazen we boeken die ons weer nieuwe avonturen opleverden en zetten we onze huisdieren bij elkaar. De nieuwe realiteit was een feit. De wereld lag aan onze voeten. Hij: ondernemend, paden banend. Ik: zoekend, ontdekkend, plannen makend, enthousiast. Alles was Groots en Meeslepend. Dat was ook precies zoals we het wilden. Werk, internet, kunst, zelfrealisatie, doelen stellen, reizen, inspiratie, creatie. Alles was groot en vol leven. De avontuurlijkheid van mijn partner gaf mij het gevoel dat ik me daarin kon koesteren. Ik voelde me thuis en kon me in al mijn gelukzaligheid bijna niet meer voorstellen dat ik ooit nog zoekend naar een thuis zou zijn. Voor mij had de avontuurlijkheid een soort gevoel van Harrison Ford en Karen Allen in Raiders of the Lost Ark. *What was not to like?*

Tijdens onze eerste vakantie gingen we naar Frankrijk. We hadden niet een specifieke missie, wel een aantal plannen. Eén van de acties die we zouden ondernemen was 'op zoek gaan naar Maria Magdalena', voortvloeiend op één van de verhalen in boeken die we lazen. Volgens een legende was Maria Magdalena na het overlijden van Jezus met Martha en Lazarus vertrokken uit haar land om haar versie van het Woord te verkondigen. Dat vonden we, nog buiten alle symboliek, eigenlijk vooral een spannend verhaal. Het riekte naar relikwieën, mystieke

toestanden en nog meer spannende verhalen. Het was het pre-Wikipediaanse tijdperk, dus we wisten nog niet wat we zouden aantreffen. In de basiliek van Sainte Marie-Madeleine de Saint-Maximin-la-Sainte-Baume in het zuiden van Frankrijk vonden we een opvallend goed verzorgde crypte. We zagen een gouden borstbeeld met een glazen stolp op de plek van het gezicht, met daarachter de vermeende schedel van Maria Magdalena. Het was een spectaculaire aanblik. We spraken met de nonnen van de abdij, ontmoetten boeiende mensen.

Ons leven was avontuur. We bezochten plekken waar ik nooit was geweest, aten in toprestaurants en genoten van Brunello, grappa's en andere heerlijkheden. *Life was sweet* - en het smaakte naar meer. Stiekem trouwen in Las Vegas. Dat leek ons wel wat. We praatten erover, wilden 'ja' zeggen...maar deden het niet. Na een tijdje hielden we op met plannen maken. Het kwam ook niet meer ter sprake.

Na een paar jaar bleek ik het contact met wie ik ook alweer zélf aan het worden was, verloren te zijn. Misschien wel door alle avontuurlijkheden. Ik verloor me in de liefde en had mezelf ingeleverd. Beetje dom, maar *hey, life happens*. Ik was stiekem ook wat bang voor ons voorgenomen huwelijk, was daar eigenlijk nog niet aan toe. Deze kentering was niemands 'schuld', maar het betekende wel dat ik het hiaat in mezelf niet meer bleek te kunnen vullen. Het was de klassieke val van het zoekende weeskind: ik was nog te gewond. Na een aantal jaren gingen we uit elkaar. Beiden op weg naar een ander leven. Hij naar een leven met een andere vrouw, ik op koers naar herwonnen zelfstandigheid na een periode van verwerking van verlaat verdriet. Ik heb veel van de relatie geleerd en gun hem nog steeds alle goeds. Het gevoel van vrijheid dat het me vervolgens opleverde koesterde ik als nooit tevoren.

Handreiking

Bij sommige mijlpalen, zoals afstuderen, beginnen met werken, samenwonen, trouwen, ouderschap of andere levensveranderende gebeurtenissen kan de rouwverwerkingstrein weer langskomen met de bagage die je de vorige keer 'vergeten' was. Of waar je eenvoudigweg nog niet eerder aan toe was gekomen. Bij velen gebeurt dit na een aantal jaren steeds weer. Dit is voor eenieder anders. Bij mij kwam de rouwverwerking in cirkels. Deze zijn niet altijd even gemakkelijk herkenbaar, die momenten dat zich rouwwerk aandient. Voor mij gold dat ik op een gegeven moment accepteerde dat er altijd een deel met me meegroeit en dat er altijd weer iets langs zal komen. En dat is helemaal prima. Het is deel van wie ik werkelijk ben. Dat geldt niet voor iedereen, maar ik ken mensen voor wie dit ook zo werkt. Het mooie is: zonder dát zou je niet deze versie van jezelf geworden zijn. Deze mate van acceptatie zou aangemoedigd mogen worden door dierbaren. En mochten zij onvoldoende op de hoogte zijn om wat voor reden dan ook, is het prima om een coach te vragen te begeleiden in dit proces. Het is overigens wel zo dat je nooit kunt voorspellen wat het met je doet als je moeder of vader wordt zonder moeder of vader, of als je gaat trouwen zonder je ouders. Iets dat ooit gebeurde toont dan ineens in volle kracht de latere consequenties. Hier zijn geen standaardoplossingen voor.

Flamingo's

Leven en werken vanuit vrije wil

Na mijn studie stortte ik me op werk. Gretig, noest, een *eager beaver*. Het was niet moeilijk er de motivatie voor te vinden; ik had immers niets anders gedaan dan overleven in de voorgaande jaren. Leven, wonen, leren, studeren. Rouwen, helen. Alles met één beweegreden: Vooral Niet Stranden. Ik had anderen om me heen zien slagen, maar ook zien falen, zien opgeven. Ik wist dat als ik dat laatste zou doen, 'alles' verloren zou zijn. Dat schrikbeeld gaf me de schop die ik nodig had. Dat kwam overigens meer uit angst voort dan uit moed, laat dat duidelijk zijn. Het resulteerde in een absolute werkfixatie. Vanuit een enorm overlevingsinstinct. Dat dan weer wel.

Het geniepige van dit proces was dat na verloop van tijd de eerste beweegreden ('vooral niet stranden') volstrekt irrelevant werd. Ik was niet gestrand, en had eigenlijk ervaren hoe het is om te 'slagen' (wat dat ook moge betekenen). Maar het opgejaagde van de eerste beweegreden bleef hangen. Nóg een project, nóg een baan, nóg een prestatie... De coping strategie bleef. Hardnekkig. Ik had me in een baan gemanoeuvreerd waarin ik solistisch en in een complex krachtenveld werkte. De hoeveelheid werk was enorm. Door de combinatie van grote werkdruk en mijn verbeterde ambitie sloeg uiteindelijk de uitputting toe. Ik kon niet meer. Ik hoorde mezelf fluisteren: "*Ik ben ongelukkig. Moe en ongelukkig. Bloody miserable.*" Het was de waarheid. Ik wist wel dat dit ooit zou veranderen, maar hoe? En wanneer?

Op een nacht werd ik twee keer wakker van confronterende dromen. De eerste droom ging over mijn studentenkamer. Werkte weer eens een nacht door aan een van mijn eindbeoordelingprojecten voor de academie. Doodmoe liep ik tegen het ochtendgloren naar mijn bed. Ik sloeg het laken op, maar zag tot mijn enorme irritatie dat er al iemand in het bed lag. Ik dacht: ik kan twee dingen doen. Ik kan haar mijn bed uit jagen of zelf op zoek gaan naar een andere plek om te rusten. Ik koos voor het eerste. Ik pakte de arm van de vrouw en sjoerde er aan. De vrouw lag roerloos. Ze leek dood. "Hè bah, wat vervelend. Ik ben moe. Moet ik dit echt nu oplossen?" dacht ik. Ik besloot het de volgende dag wel te bezien en wilde mijn eigen kamer verlaten. De vrouw opende haar ogen. Mijn eigen ogen keken mij aan. Zij was mij. Ze keek me indringend aan en zei: "*Laat je me werkelijk voor dood achter?*". Ik was sprakeloos. Ik schrok wakker en sloeg het klamme laken open. Ik voelde dat dit niet zomaar een droom was.

Even later probeerde ik de slaap weer te vatten, en al vlot zakte ik weg. Ik liep door een moerassig gebied. Een kudde flamingo's waadde gracieus door het ondiepe water. Met prachtige, beheerste stappen bewogen de lange, dunne pootjes geruisloos in het water. Mijn blik werd gevangen door een flamingo aan de rand van het moeras. Ze keek me gepijnigd aan. Haar pootjes en vleugels waren gebroken. Bruut staken de scherpe benen door haar vel en veren. Ze keek me aan. "*Help me, doe iets. Dit kan niet zo blijven.*" Mijn hart brak. Ik kon deze vogel niet uit haar lijden verlossen. De gedachte aan het haar afmaken vond ik ondraaglijk en ondenkbaar. Ik twijfelde even. Het waren complexe breuken. Kon het geheeld worden? Geen flauw idee. Maar

na een paar momenten was het me duidelijk: ik móest het proberen. Toen ik met grote overtuiging en met de beste wil van de wereld haar pootjes en vleugels voorzichtig pakte en zei "*Ik ga je helpen*", genazen ze binnen een seconde. De flamingo stond voorzichtig maar doelgericht op, zei: "*Dank je. Ik ben vrij. Je hebt me gered*", wikte haar vleugels en vloog de de zon tegemoet.

Rustig en buitengewoon alert ontwaakte ik. Alles was nu anders. Ik wist wat ik moest doen. In overleg met mijn leidinggevende stopte ik met mijn baan en legde me een paar maanden toe op het worden wie ik ook alweer was. Dit was een zware maar prachtige periode. Na een paar maanden absoluut in mezelf investeren greep ik in mijn werk weer terug naar wat mijn vuur al jaren eerder werkelijk deed branden. Ik heb dat niet meer losgelaten. Het mooie is dat de bron van waaruit de ambitievlam brandt, niet meer het 'overleven' is. Het is leven in het hier en nu, met onbevangen vertrouwen in morgen en later. Klinkt natuurlijk hartstikke 'in balans' allemaal. Maar of dat altijd, iedere dag zo is? *No friggin' way*. Maar het vertrouwen dat het altijd weer goed komt, heeft voldoende wortel geschoten.

Handreiking

Veel weeskinderen zijn bang om te falen. Bang om op te geven. Als je weet dat je in de basis alleen op jezelf kunt terugvallen omdat je vangnet is weggefallen, is het moeilijk om ontspannen om te gaan met de uitdagingen in je leven. Vrijwel alles lijkt dan een strijd. Alles of niets. De dood of de gladiolen. De inzet is altijd hoog. Dit kan een enorme impact hebben op hoe je in het leven staat en op de levenskeuzes die je maakt. Dat dit mij overkwam, is niets unieks. Niet zelden loopt een weeskind na enige jaren tegen de eigen grenzen aan. Zonder te willen generaliseren: de meeste weeskinderen die ik ken hebben een soortgelijke ervaring. En de weeskinderen die deze ervaring niet hebben, zitten helaas aan de andere kant van het palet. De kant van het opgeven, van het niet geloven in wat dan ook. In ieder geval niet in zichzelf. Iedere situatie is uniek, maar de neiging om, vaak op verbeterde wijze, de belangen in uitersten te leggen (Alles Of Niets!), is iets dat voorkomt bij veel weeskinderen.

Er zijn verschillende manieren waarop je hier mee om kunt gaan. Als het jezelf betreft, kun je (al dan niet in gesprek met een vertrouwenspersoon, coach, psycholoog of andere begeleider) boven tafel krijgen wie je ook alweer was, wat je ook alweer wilde, voordat je je liet leiden door je overlevingsinstinct. Wat zijn je talenten? De dingen die je uitstekend doet, zonder dat je er over na lijkt te denken? Wat doet je vuur laaien? Waar wil jij iedere dag met plezier je bed voor uitkomen? Maak daar contact mee. Geloof je niet dat het zin heeft hier over na te denken? Dan heb je een groter probleem dan hierboven geschetst.

Ken je iemand met een vergelijkbare situatie? Ga met diegene in gesprek en vraag of diegene zich nog herinnert wie hij of zij werkelijk in de basis was. En of het leven dat vandaag geleid wordt, wel aansluit op deze basis. Help iemand op weg zijn basis weer terug te vinden. Het fundament van de eigen gezonde drijfveren en talenten. Immers: zonder stevig fundament is het moeilijk een thuis te bouwen.

18

Aandacht

De studie was voltooid, het werkende leven kon beginnen. Bij een reclamebureau en een ontwerpbureau had ik mijn eerste banen. Ik leerde er veel. Ontwerpen deed ik op zich met plezier, maar ik leerde met name hoe collega's binnen organisaties zich gedragen. Het was nieuw voor me. Tijdens mijn stage in Amsterdam had ik er al wat van kunnen proeven, maar toen het een baan werd, merkte ik dat de wederzijdse afhankelijkheid en bijbehorende hiërarchische situaties een nieuwe dimensie in sociale complexiteit opleverden. Om een lang verhaal kort te maken: ik koos vrij vlot weer voor het freelance bestaan.

Tijdens een van mijn inspiratietoetjes door mijn stad, langs boekwinkels, tijdschriftenrekken en mijn favoriete architectuurinstituut, kwam ik een klasgenote van de brugklas tegen. Ik had haar minstens tien jaar niet meer gezien. We zaten bij elkaar in de eerste en tweede klas. Ik bleef vervolgens zitten wegens de stressvolle situatie thuis, waarna ik alsnog met succes mijn middelbare schooltraject doorliep. We babbelden kort, zij vertelde over haar voorgenomen verhuizing naar Shanghai, om daar haar eigen reclamebureau met haar partner voort te zetten. Ik vond het ontzettend leuk om te horen dat meer mensen 'van vroeger' hun creatieve pad kozen, en ik bewonderde haar moed om naar de andere kant van de wereld te verhuizen.

Ze informeerde naar het door mij gelopen pad in dat afgelopen decennium. Ik vertelde over mijn verhuizing naar het westen van het land. *“Ik zag het niet zitten om te blijven hangen in het oosten. Mijn ouders waren toen net overleden, en ik zag niet zoveel kansen voor mezelf in die stad. Ik wilde gewoon weg, en toen ik daar de kans toe kreeg greep ik die”,* lichtte ik toe. De klasgenote keek me peilend aan en zweeg even. *“Wat bedoel je precies?”* antwoordde ze twijfelend na een paar momenten. Ik zag de onduidelijkheid in mijn toelichting niet, maar vervolgde op verzoek. *“Nou, toen mijn ouders er ineens niet meer waren, woonde ik samen met mijn zus. Om verschillende redenen leek het ons beter dat ik een ander pad zou gaan bewandelen, en dat deed ik. Ik ging een tijdje bij een vriendin en haar ouders wonen. Je kent haar wel, ze zat ook bij ons in de klas en was al eerder uit onze stad vertrokken. Ik verhuisde achter haar aan. Een paar maanden later ging ik op kamers.”* Het meisje keek me aan en zei: *“Ik weet niet zo goed wat ik van dit verhaal moet maken. Voor zover wij wisten had je dat verhaal over je dode ouders verzonnen om aandacht te trekken. Houd je dat nu gewoon nog steeds vol, of was dat echt gebeurd?”*

Mijn benen voelden als kille pilaren op de grond. Heipalen die niets met mijn lijf te maken hadden. Ik staarde haar aan, voelde me koud en hol. Ik was perplex. Mijn hart begon in mijn romp te bonzen. Zo hard dat ik nauwelijks stil kon blijven staan. Ik bewaarde mijn evenwicht en herpakte me.

“Wat zeg je precies? Dat je niet gelóofde dat mijn ouders waren overleden? Is dat wat je bedoelt?” perste ik uit mijn van spanning dichtgeperste keel. *“Niemand geloofde het in onze*

klas”, antwoordde ze. Ik keek haar sprakeloos aan.

Niemand geloofde het in de klas.

De woorden suisten door mijn hoofd. Ineens vielen sommige puzzelstukken op hun plaats. Waarom mijn klasgenoten niet zo geïnteresseerd of betrokken waren geweest, waarom nauwelijks werd geïnformeerd hoe het ging. Ik realiseerde me ineens dat men destijds iets in de richting van *“laat maar praten, dat verhaal waait vanzelf wel over. Als je het geen aandacht geeft, houdt ze vanzelf op met broodjes aap vertellen”* gedacht moet hebben. Ik weet dat uiteraard niet zeker. Maar ik zou me niet zo gauw iets anders kunnen voorstellen dan dat, afgaande op het gebrek aan interesse.

Het meisje nam me nogmaals peilend op. Ik keek haar aan, en bedacht me dat ze misschien wachtte op ‘een nieuwe versie van de leugen’. Ineens schoot me te binnen dat we een overlijdensadvertentie in de krant hadden gezet. Het bewijs was er. *“Dus als je het niet gelooft, ga je het maar na. Bovendien waren er twee docenten (mijn klassendocent en de docent godsdienst) bij de begrafenis van mijn moeder”*, zei ik. *“Ja, dat ga ik nu echt niet meer na hoor. En nou ja okee, dan is het wél gebeurd. Maar wij waren veertien jaar, kinderen nog, wat verwacht je dan? Wij hadden toch niet dat soort dingen meegemaakt, voor ons was dat natuurlijk ook vreemd om te horen.”* Ik keek haar aan, gefrustreerd en - wellicht misplaatst - verbaasd om haar koude reactie. Ik zag in haar ogen nog steeds het uitgangspunt van ‘de eigen opvatting staat centraal, het algemeen belang niet’, dat een kind in alle ongeunsteldheid kan hebben. Iets dat wortel schiet in de periode ‘Sinterklaas komt vooral cadeautjes brengen bij mij’. En wat stond ik mezelf daar ook te verdedigen en te verklaren! Volstrekt onnodig. Laten die reacties van omstanders nu juist één van de redenen geweest zijn dat ik de stad destijds had verlaten, dus het had me niet echt moeten verbazen. Maar dat deed het wel. *“Nou, veel succes in Shanghai dan maar. Veel geluk en toedelo.”* Ik draaide me om en liep weg. Weg van het ongelooft, weg van het gebrek aan, nou ja, alles waar je wellicht behoefte aan had gehad op zo een moment. Die zijn we beter kwijt dan rijk, dacht ik onwillekeurig.

Ik vervolgde mijn tocht door de stad, die ‘s morgens een zoektocht naar inspiratie was geweest, maar een wrang vervolg had gekregen. Kon mijn aandacht niet meer echt richten op design en kunst. Gedachten kolkten door mijn hoofd. Het meest bizarre was dat mijn klasgenoten mij (of wie dan ook) blijkbaar in staat achtten om zo’n ‘verhaal te verzinnen’. ‘Om aandacht te trekken’, galmde het nog na in mijn oren. Dit waren mensen met wie ik twee jaar dagelijks in de klas had gezeten. Mensen die, net als ik, bezig waren op HAVO/VWO-niveau. Mensen met hersens, ogen en oren. Net als ik. Mijn klassendocent had de klasgenoten toch iets verteld over wat er was gebeurd? Ach. Ik herinnerde me dat mijn klassendocent niet meer die van hen was toen ik wees werd; zij waren doorgegaan naar 3VWO en ik was in de tweede blijven zitten. Mijn klassendocent had hen niet gesproken, hij had mijn ‘nieuwe’ tweede brugklasgenoten gesproken. Desondanks verbaasde het me destijds dat niemand uit die groep informeerde. Een paar maanden later had ik het wel over het verlies van mijn ouders gehad met een klasgenoot uit die betreffende groep. Hij wist wat er was gebeurd, maar wist niet zo goed hoe hij ermee om moest gaan. Dat begreep ik op zich wel. Ik wist namelijk zelf ook niet zo goed hoe ik ermee om moest gaan. Maar dat vond ik minder erg dan volstrekt niet geloofd te worden. Gelukkig had ik destijds

geen flauw benul van hun ongeloof. Ik weet niet wat schadelijker zou zijn geweest: het niet weten dat ze het niet geloofden, of het wel weten op dat moment. En daar dan mee om zien te gaan. Ik neem het de klasgenoten van destijds niet kwalijk. Het was zoals het was. Jaren later heb ik het bewuste meisje nog wel eens gegoogeld. Maakt mooie dingen. Ben oprecht blij voor haar. Maar het was fijn geweest als het net even anders was gegaan.

Handreiking

Pubers kunnen wreed zijn. Die wreedheid is menselijk, begrijpelijk, wellicht onbewust en ook een voorrecht: lang niet iedereen krijgt op jonge leeftijd te maken met tegenvallers van deze omvang. Gelukkig maar. Ben blij dat ik destijds, al die jaren geleden, niet wist dat mijn klasgenoten me niet hadden geloofd. Ik had de situatie ook niet echt anders kunnen aanpakken op het voortgezet onderwijs; ik wist immers niet dat men me niet geloofde. Als ik het wél had geweten, hoop ik dat ik het lef had gehad om een docent aan te spreken voor hulp. Om met hen te praten over wat er was gebeurd. Of nog stoerder: de betreffende klas zélf aan te spreken. Maar de beste stuurlui staan aan wal: de kans is groot dat ik dat niet had gedurfd, bang dat het weer als een roep om aandacht zou zijn overgekomen. De afwijzing die dat had opgeleverd was wellicht veel moeilijker op te vangen geweest als prille puber.

In de klas waar ik zat toen mijn vader overleed (ik was toen, zoals dat heet, ‘halfwees’), had mijn klassendocent wel gesproken met mijn medeleerlingen. Dat werd dan weer wel gedaan op een moment dat ik voor een wissewasje naar de conrector werd geroepen. De conrector vertelde me dat mijn docent op dat moment mijn klasgenoten inlichtte over het verlies van mijn vader. Het verbaasde me dat ik er niet bij mocht zijn. “Het is toch mijn situatie?” gaf ik aan. “We doen het zo om jou te sparen, omdat anders al je klasgenoten je misschien aan gaan staren, dat is misschien gemakkelijker voor jou.” Ik waardeerde de gedachte en de moeite die ze namen, maar voelde ook onmacht. Kon immers niet zelf zeggen op dat moment wat er aan de hand was, en was bang dat ik als ‘zielig’ of ‘sneu’ zou worden bestempeld.

Voor wat betreft het ongeloof: ik weet niet of dat voorkomen had kunnen worden. Het was een goede stap van mijn docent om met mijn - op dat moment huidige - klasgenoten te spreken. Achteraf bezien was het wellicht beter geweest als hij mij had gevraagd wat ik zélf de fijnste manier zou vinden om de informatie met mijn klas te delen. Uiteindelijk was ik zelf ook een mens met hersens, ogen en oren, die op scherp stonden voor iedere kritische blik. Zoals dat ieder puberend kind eigen is. Mijn suggestie: betrek een kind zelf in de communicatie. Ziet hij of zij er uit eigen beweging van af, respecteer het. Maar maak geen beslissingen waar het kind zelf niet volledig inzicht in heeft en waarvan de gevolgen niet echt te voorspellen zijn.

19

IJsprinses

Geruisloos vlieg ik over het ijs en laat alles los.

Na een aantal jaren ambitieus werken en genieten van aan projecten werken en doelen stellen (en halen) brak een tijd van wat meer ontspanning aan. Ik had inmiddels een baan in dienstverband, zocht wat meer vastigheid en dagelijks voorspelbaar ritme. Met vrije vrijdagmiddagen. Wat me voorheen als een absolute hel voorkwam, koos ik nu met overtuiging. Ik zat thuis bij de thee te kijken naar schaatswedstrijden op televisie. Het was de tijd van Gianni Romme, Rintje Ritsma en Jochem Uytdehaage.

Vroeger keken we vaak naar schaatswedstrijden op televisie. In de huiskamer volgden we de rondjes die Hilbert van der Duim tussen keurig aangeveegde, langgerekte hoopjes sneeuw door zoefde. *‘Ónvóórstélbáár snel!’*, zoals mijn vader met armgebaren kon uitroepen in al zijn tomeloze enthousiasme. Ik was rond die tijd zeven jaar. We woonden zelf op nog geen tien minuten fietsafstand van de ijsbaan af waar die wedstrijd op dat moment werd gehouden, maar we hadden geen kaartjes. Wel keken we gebiologeerd naar de gele cijfers op het televisiescherm (mijn vader: *"met tienden van seconden verschil! Tienden!"*), en hielden af en toe de rondetijden bij. Maar het belangrijkste was voor ons eigenlijk wel de laatste ronde. Zouden de schaatsers het op karakter halen, of zou het technisch nog perfect gaan? Groen van jaloezie keek ik naar die sportieve mensen op het ijs. Geruisloos en schijnbaar moeiteloos maaiden ze over de ijsplak.

Zelf schaatste ik alleen op de kolk als het echt hard had gevroren. We hadden twee paar schaatsen thuis: kunstschaatsen in mijn maat en noren in de maat van mijn zus. Ik was dus het meisje dat probeerde sneller dan het licht te schaatsen. Op die botte oude kunstschaatsen. Dat was vanzelfsprekend vrij kansloos, aangezien mijn klasgenootjes veelal op noren of Friese doorlopers reden en daar toch veel sneller mee ‘vort konden’. Na vijf achtjes draaien was dan bij mij de lol er wel af en keek ik in de thermoskan of er nog chocomel of thee was. Maar die noren van mijn zus...die boden misschien nieuwe kansen. Ik zat op de bank, deed de noren van mijn zus aan op de vloerbedekking. Ik propte een sok voor mijn tenen, trok de veters hard aan - “want dat hoort zo, toch?” - en gebaarde met mijn armen wijd naar mijn zus. *“Hoe kun je nu op zúlke lange ijzers staan en níet omvallen? Zúkke!”* Ik stond op, wierp een blik op een zich woedend makende Hilbert van der Duim (vogelpoepje) en deed een poging tot een in mijn ogen acrobatische *move*. Ik verloor mijn evenwicht en maaide wild met mijn armen, voordat ik op Tom & Jerry-wijze op de grond landde. Vloerbedekking is geen ijs. Mijn zus lachte hartelijk en legde me uit dat die ijzers scherp zijn en dat je daar grip mee hebt op het ijs. “Ja, dat zal wel. Pffff. Doei!” Ik trok nijdig de vermaledijde noren uit, bestempelde ze tot martelwerktuigen en pakte mokkend mijn glas Djoez. Maar het schaatsen kijken bleef. Met nog grotere bewondering keek ik naar de mensen die wél op noren konden staan.

Bijna twintig jaar later besloot ik met één van mijn vriendinnen te gaan schaatsen. Op noren. Ik had er eindelijk genoeg van om niet te kunnen wat ik zo mooi vond om te zien. En op mijn negende had ik toch absurd hard gerolschaatst op mijn blauw-gele rollerskates. *How hard could it be?* Dus togen mijn vriendin en ik naar de Haagse Uithof. Ik huurde noren - *"Ik kan ze altijd nog voor kunstschaatsen ruilen mocht het niet lukken!"* - trok de veters hard aan (dat was ik niet vergeten) en stapte op het ijs. Zijwaartse beweging. Leek een beetje op rolschaatsen wel, ja. Ik weet niet precies hoe het kwam en wat er gebeurde, maar ik had nog maar één ding in mijn hoofd. Stilte. Ik schaatste en ging er volledig in op. Na een tijdje deed ik (kort) mijn ogen dicht, omdat ik voelde wat ik moest doen en er op vertrouwde. Ik reed. Best hard, voor een eerste keer op noren. Mijn vriendin haastte zich achter me aan en zei: *"Ik weet niet wie jij voor de gek probeert te houden, maar ik kan je niet meer bijhouden."*

Ik ging volledig op in het moment en in het schaatsen. Het waren twee nanoseconden van uitzinnig geluk. Ik kon schaatsen! Ik kon schaatsen! Schaatsen! Mijn wilde schaatswaas bracht de slappe lach op gang bij mijn vriendin en mij. In de weken erna bleef ik naar de ijsbaan gaan, en na enkele weken kocht ik eigen schaatsen. De magie van het met zachte klappen vliegen over de buik van het bevroren water hield me in zijn greep. Ik werd steeds meer wie ik werkelijk was. Met iedere slag zorgde ik beter voor mezelf. Geruisloos vloog ik over het ijs en liet alles los. *This is my church. This is where I heal my hurts*, hoorde ik Faithless zingen door de luidsprekers boven het ijs. De ijsbaan was mijn tempel. *Hell yeah!*

Een seizoen later had ik hoge noren, een jaar daarna klapschaatsen. Schaatsen werd de liefde van mijn leven. Ik dacht in die periode natuurlijk na over waarom dit zo'n belachelijk grote *begeistering* bij me teweegbracht. Ik realiseerde me dat het kwam doordat ik niets anders meer in gedachten had dan dát. Het filterde alle ruis weg. Leed, verdriet, pijn, willekeurig langs spokende herinneringen aan een stervende moeder, de plotselinge dood van mijn vader, een pijnlijke puberteit, alles was voor eventjes helemaal weg. Ik was vrij. Na de eerste twee seconden euforie realiseerde ik me dat ik te oud was om 'er professioneel iets mee te gaan doen'. Dat was misschien maar goed ook: ik had immers mijn werkpad wel gevonden. Met internet, communicatie en design. Maar het schaatsen bracht me dichterbij mezelf dan ik ooit had kunnen denken. Dit was leven.

De zeven jaren daarna schaatste ik veel, heel veel. Maar meer dan dat schreef ik over schaatsen. Ik maakte wedstrijdverslagen, voorspelde uitslagen die steeds vaker bijna profetisch uitpakten, nam video's op met schaatsliefhebbers en schaatsers. Schaatsreporter.nl was geboren. Ik kwam op plaatsen waar menig schaatsfanaat mogelijk spontaan van zou gaan kwijlen. Ik won een prijs met mijn blog (een telefoon met internet), ontmoette mijn helden, en gaf eraan toe. Ik genoot van ieder moment. Na duizenden uren blogposts schrijven en tientallen video's opnemen later veranderde dat. Steeds meer mensen lazen mijn blog ieder schaatsweekend. Op een gegeven moment had ik een weekend geen zin, en besloot te gaan winkelen. Ik kreeg hier en daar wat pinnige reacties dat 'een sportverslaggever toch niet kon verzaken op zo'n groot kampioenschap'. Maar ik vond mezelf helemaal geen sportverslaggever. Op dat moment wist ik: als je van je hobby je werk maakt, ben je je hobby kwijt. Ik ben toen gestopt met Schaatsreporter. *Kill your darlings*. Besloot toen wat vaker de ijzers zelf onder te binden. Want tja, daar ging het ook alweer om. Maar de liefde voor het schaatsen en de stilte en vrijheid die

het me gegeven heeft, zijn gebleven. Of het nu op zwart, hard, hemels natuurijs, de 400 meterbaan of Wollman Skating Rink in Central Park is. Vriest het al?

Handreiking

De kracht van afleiding en passie is niet te onderschatten. Niet te ontkennen. Je kunnen verliezen in iets waar je ongelooflijk veel van houdt kan dit opleveren. Het is voor iedereen verschillend hoe dit precies vorm krijgt. Als je te maken hebt gehad met een groot verlies, herken je wellicht dat herinneringen zich af en toe opdringen en met je op de loop gaan. Soms op momenten van stress, of juist op momenten dat je even de spanning van de boog kunt halen. Het is belangrijk hier op in te spelen. Ik wist dit niet toen ik zelf net wees was geworden. Als je midden in een fase van puur overleven zit, heb je zelf nauwelijks ruimte om na te denken over 'leuke dingen doen'. Soms heb je daar geen energie voor of komt het simpelweg niet bij je op. Toch is het belangrijk om je te kunnen uiten, een manier van ontspannen te vinden die bij je past. Ook dit zijn ervaringen die je vormen. Ervaringen die minder schokkend zijn dan het verlies dat je geleden hebt, en die subtiliteit maakt juist het verschil. Dit is overigens het enige wat wel wetenschappelijk bewezen is: dat er een balans gevonden moet worden tussen verdriet en afleiding.

Als je zelf in de positie zit dat je dit niet ziet of voelt, is het fijn als iemand in je omgeving je af en toe even uit de situatie haalt waar je in zit. Door een frisse neus te halen, samen 'iets leuks' te ondernemen of om er samen achter te komen hoe je, ondanks alle toestanden, toch een weg naar ontspanning kan vinden. Als je zelf al een hobby hebt, is het van belang hier wel iets mee te blijven doen. Om de balans te proberen vast te houden. Als je dit niet uit jezelf kunt halen, het niet kunt opbrengen: vraag iemand om een oogje in het zeil te houden, op je te letten. En wanneer nodig kan diegene ingrijpen.

Als je iemand ziet worstelen met 'de situatie', kan het veel voldoening geven om diegene wat prettige afleiding te bieden. Even een uitweg te geven voor dingen die soms net even te zwaar zijn om te dragen. Je hoeft het daarbij niet te hebben over wat er allemaal niet goed gaat. Misschien wel juist niet. Maar degene die worstelt, zal dat zelf wel aangeven. Neem dat initiatief ertoe eens. Het kan je als mens verrijken en je helpt iemand er mogelijk werkelijk mee. Check wel, voordat je voortvarend allerlei plannen maakt, of diegene er op dat moment voor openstaat. Als dit niet het geval is, stel het dan een tijdje later alsnog voor.

Als je zorgverlener bent en je hebt je over een jongere ontfermd die om wat voor reden dan ook niet bij zijn of haar ouders kan leven, heb je waarschijnlijk al ervaring in het aanreiken van mogelijkheden van het onderhouden van hobby's en ken je wellicht al manieren om de middelen hiertoe beschikbaar te stellen. Mogelijk via gemeentelijke fondsen of een andere concrete oplossing. Blijf dit aanreiken en probeer ervoor te zorgen dat een vriend, vriendin of ander positief contact uit het eigen sociale netwerk (al dan niet digitaal, maar uiteindelijk wel *in real life*) van de jongere betrokken is bij de hobby-activiteit. Het delen van positieve momenten met vrienden en bekenden maakt dat de herinnering eraan ook wordt gedeeld. Dit kan enorm bijdragen aan het onderhouden van de activiteit en aan toekomstige optimistische ervaringen.

Hierbij verklaar ik mij

*“...to have and to hold from this day forward, for better for worse,
for richer for poorer, in sickness and in health, to love, cherish, and to obey,
till death us do part, according to God's holy ordinance;
and thereto I give me my troth.”*

Ondanks mijn herwonnen vrijheid en ontspanning, merkte ik toch dat ik de gewoonte had om soms keuzes te maken die niet helemaal klopten waren met wat ik mezelf toewenste. Ik koos soms voor mensen die eigenlijk eenzelfde mate van zorgelijkheid hadden. Er leek een soort wetmatigheid aan ten grondslag te liggen. Ik noemde het ‘de wet van de resonantie’: datgene dat je zelf met je meedraagt, herken je in een ander. Dat kun je dan aantrekkelijk of afstotelijk vinden, maar hoe dan ook: het doet iets met je. Het was een paar weken voor mijn dertigste verjaardag. Tijdens een regenachtige zondag keek ik naar *The Empire Strikes Back* (Star Wars V). Mocht je een hekel hebben aan Star Wars: hou vol. Ik kom snel terzake. Ik zag Luke Skywalker zijn Jedi master Yoda vurig overtuigen van het feit dat hij klaar was met zijn training, klaar om de slechte (maar toch best wel stoere) Darth Vader te confronteren. Luke vroeg Yoda wat hij kon verwachten tijdens zijn oefening in een griezelige grot. *“Alleen wat je al met je meedraagt”* was het antwoord. Luke faalde hopeloos. Ik realiseerde me op mijn beurt dat ik mijn eigen falen veroorzaakte doordat ik me liet leiden door wat ik met me meedroeg. Op zich had ik daar Star Wars natuurlijk niet voor nodig. Zoals menigeen weet is Star Wars gelardeerd met alle soorten symboliek, mythen, religie en historische verwijzingen die je maar zou kunnen bedenken. Dus een Bijbel of boek met mythen en sagen (al dan niet met elfen en trollen) openslaan had wellicht ook volstaan.

Maar hoe dan ook. Doordat ik die dingen herkende in een ander, legde ik verbindingen met net niet de juiste mensen. Het illustreerde eigenlijk precies dat ik niet goed in mijn vel zat. Ik wist dat als ik het anders wilde en gezondere verbindingen wilde leggen, dat ik zelf moest bepalen wat ik dan wél wilde en wat er werkelijk in potentie in mezelf zat, en me daar comfortabel bij gaan voelen. Dan zouden er in ieder geval andere dingen en mensen ‘resoneren’. Ik had een fantastische coach in Amsterdam. Zij deed de suggestie dat ik er een eigen symbool voor zou kiezen. Dat vond ik een vrij briljant plan. Ik besloot mezelf de juiste dingen toe te wensen, en dan die dingen, die eigenlijk al deel van mezelf waren. Als een soort herinnering. Om wakker te blijven en deze dingen dagelijks te herkennen en ernaar te handelen. Eigenlijk waren het een soort ‘wedding vows’. Ik besloot een prachtige ring voor mezelf uit te kiezen en mezelf eeuwige trouw te beloven. *For better, for worse, until death does me part*. Gelukkig vind ik mezelf goed gezelschap. *I do*.

21

Vogelvrij

*When I was younger, so much younger than today,
I never needed anybody's help in any way.
But now these days are gone, I'm not so self assured,
Now I find I've changed my mind and opened up the doors.*

*Help me if you can, I'm feeling down
And I do appreciate you being round.
Help me, get my feet back on the ground,
Won't you please, please help me.*

- John Lennon & Paul McCartney

Onvrijwillig zelfstandig opgroeien kan soms als een vogelvrij bestaan voelen. Het woord 'vogelvrij' heeft iets van als 'opgejaagd wild, kan op ieder moment neergeschoten worden, is op zichzelf aangewezen'. Soms is vogelvrij zijn juist een *blessing in disguise*. Het kan de creativiteit prikkelen oplossingen te vinden die je anders wellicht niet had gevonden. Oplossingen die misschien op meer situaties van toepassing kunnen zijn dan je misschien dacht. Als de regels niet vastliggen, kun je ze zelf bepalen. De kunst is dan wel om het nijpende gevoel van noodzaak te laten verdwijnen en daardoor de echt vruchtbare creativiteit meer ruimte te geven.

In de meer dan twintig jaren wees-zijn heb ik die creativiteit steeds sterker tot de kern van mijn leven gemaakt. Uiteindelijk kun je een oorspronkelijk idee naar alles vertalen. Dit inzicht en vertrouwen daarin geven zin aan wat er gebeurd is en wat de rest van mijn jaren kan gaan brengen.

Hoe fijn dit alles ook mag klinken; soms gaat deze vlieger niet op. Heb je gewoon on-ge-loof-lijke pech. Zit je in een situatie waarin je écht écht iemands hulp kunt gebruiken. Dan is de houding van 'ik ben heel creatief en ik kan het allemaal wel zelf' volstrekt ontoereikend, hoe hardnekkig je er ook in mag staan. Soms kun je het even niet alleen. Het mooiste wat er dan kan gebeuren is dat je bewust wél hulp vraagt aan iemand die je vertrouwt. Is de ander bereid je te helpen, dan ga je een gelijkwaardige afhankelijkheid aan. Voor veel weeskinderen is het zetten van deze stap een enorme. Is de stap gezet, kan er veel moois gebeuren. Je kunt je veel meer verbonden gaan voelen met anderen.

Het mooie is dat dit inzicht zich vertaalt in de relaties met dierbaren, geliefden, collega's, inspirators. Het herkennen van hun eigen zoektocht leidt ertoe dat je werkelijk geïnspireerd wordt in verbondenheid met dingen, situaties, mensen, media. Zodat je kunt herkennen wie je van nature werkelijk bent en kunt zijn. En als je geluk hebt, kun je de wereld iets werkelijk waardevols terug geven. Als dat vogelvrij is, teken ik ervoor. En natuurlijk zijn niet al mijn

angsten en onzekerheden als sneeuw voor de zon verdwenen. Maar ik realiseer me wel dat elke angst in principe een tralie van je eigen gevangenis is. Desondanks: het kan als een achtbaan voelen. Soms leuk, soms eng.

Dit inzicht is niet uitsluitend voor weeskinderen. Wel is het iets dat ik vanuit deze achtergrond heb ervaren en heeft het mijn ontwikkeling getekend. Het gevoel van vogelvrijheid (in beide betekenissen) zou zeker ook voor mensen in andere situaties kunnen gelden.

22

Thuis

Onderzoekend en een beetje schalks keek hij me aan. *“Waar kom je oorspronkelijk vandaan?”* vroeg hij. *“Uit het oosten”,* antwoordde ik. *“Hm, exotisch. Balkan? Turkije? Griekenland? Daar hebben vrouwen soms ook blauwe ogen. Waar zo?”* *“Eh...Salland.”* *“O.”* Genoeg gepraat.

Handreiking

Dichtbij is relatief. Ver weg is relatief. ‘Thuis’ kan ook relatief worden. De lading van het begrip kan veranderen. Als je de plaats verlaat waar je bent opgegroeid en elders een nieuw leven opbouwt, ben je niet meer thuis waar je dat ooit was, en echt thuis, in de zin van ‘bij je oorsprong’, ben je op de nieuwe plaats dan ook niet. Je kunt je er wel thuis voelen. Je hebt in ieder geval niet je oorsprong op de plaats van je keuze. Dit geldt uiteraard niet specifiek voor weeskinderen. Maar als je door de dood je oorsprong bent verloren, is het verlaten van je thuis wel definitief. Er is geen weg terug, al zou dat ook absoluut niet zijn wat je zou willen. Eigenlijk zit je dan in ‘de twilight zone’. Je ‘sense of belonging’ hangt tussen plaatsen in. Er is een kloof die vrijwel onoverbrugbaar is. Enerzijds omdat je hier zelf voor gekozen hebt, anderzijds omdat anderen je zagen vertrekken en daar iets van vinden. Op de oude plek zijn mensen die zich jou herinneren, waar oude verhalen aan je kleven als zoete honing of niet weg te krijgen pek en veren. Op de nieuwe plek zijn mensen die je wilt leren kennen maar die niet weten hoe goed je kon rolschaatsen of hoe afzichtelijk je eruit zag toen je je eerste bril droeg.

Degenen die mij ooit zagen vertrekken vroegen me pakweg vijftien jaar ‘wanneer kom je terug?’ Dat was een wonderlijke vraag, want ik had volstrekt niet de intentie om terug te komen. Tegelijkertijd voelde ik mijn wortels op de plek waar de vraag gesteld werd. Na de eerste vijftien jaar veranderde de toonzetting: *“Het is maar goed dat je toen bent gegaan en dat je blijft, want hier ben je ook niet meer thuis.”* Dat klonk hard. En dat was het ook. Maar meer dan wat dan ook was het een heldere constatering. Want ik was ook niet meer thuis waar ik vandaan kwam. Toch reed ik zonder de weg te hoeven zoeken door de stad, kende alle grote straten, had op veel plekken in de stad herinneringen die ik nooit vergeten zou. Ik liep in de buurt van mijn ouderlijk huis, keek of ‘mijn prunus’ nog in de tuin stond. Ik liep waar ik dode egels en vogels begroef, rolschaatste, hutten bouwde, mijn eerste vriendje zoende. Soms kwam ik mensen tegen. Bekende gezichten van ooit. Dus een deel van me voelde wel dat die plek wel echt was waar ik

vandaan kwam. Nog voelt dat zo. De band lijkt verbroken. En ik zal nooit terugkeren. Toch blijft er een connectie met die plek. Al werd ik daar op mijn veertiende ontworteld; er liggen resten in de grond, *in more ways than one*.

Het voordeel van een verse, nieuwe plek is dat je opnieuw kunt beginnen. Je hebt de kans een leven te leiden dat meer bij je past dan sommige oude verhalen kunnen doen vermoeden. Met een beetje geluk ervaar je de nieuwe plek als een nieuwe versie van 'thuis'. Als je ongelooflijk veel geluk hebt, ervaar je 'thuis' als de plek in jezelf waar je je verbonden voelt met de mensen van wie je houdt, of ze nu bij je zijn of niet, dichtbij of ver, levend of *long gone*. Het mooie is: het maakt dan niet meer uit waar je bent. Voor mij mag mijn oorsprong in het oosten liggen, mijn thuisgevoel heb ik in mezelf. Gewoonten en routines zijn voor mijn gevoel een uiting van 'je thuis voelen'. En toegegeven, die routines heb ik dan het liefst thuis in Rotterdam, op reis in New York en Cap d'Ail. Fietsen door het Lage Bergse Bos. Slenteren door vertrouwde buurten en boekwinkels in New York. Dobberen in het tijdloze, blauwste blauw van de Middellandse Zee in Cap d'Ail. Met een kudde schapen struinen door de Amsterdamse Waterleidingduinen. Eindeloos schaatsen tussen rietkragen op perfect zwart natuurijs. Dat zijn voor mij momenten dat ik werkelijk thuis ben. Horizonverbredende suggesties zijn overigens altijd welkom. Als iemand aangeeft dat hij of zij zich - waar dan ook - niet echt thuis voelt, kun je in gesprek gaan. Ontdekken wat dat gevoel van 'thuis' werkelijk voor iemand is. Is het een plek, zijn het mensen? Door in gesprek te gaan kun je het concreter maken voor iemand. En misschien dat je, precies doordat je in gesprek gaat met iemand hierover, bijdraagt aan het definiëren van een 'sense of home'.

23

De dood en social media

Samen met elf andere bekende en minder bekende Nederlanders werd ik tot Twitteraar van het Jaar 2009 verkozen. Het was eigenlijk een gebbetje, een grappig initiatief van een enthousiaste twitteraar. Wel met een award, bubbels en bitterballen in Carré.

Eén van de andere winnaars was Arjen. Ik kende Arjen niet heel goed, maar zijn onmiskenbare stem wel. Ik luisterde regelmatig naar zijn radioprogramma op de zender waar hij manager van was. En volgde hem op Twitter. Arjen had een bekende, prachtige radiostem en was een zeer sympathiek mens. Na de prijsuitreiking stonden we wat te babbelen. We maakten wat grappen, een beetje ongemakkelijk door de opgeprikte toestand in het theater. We keken door onze vers aangemeten Polaroid-zonnebrillen met pokerfaces waar Michael Corleone en Apollonia Vitelli trots op zouden zijn naar bobo's en BN'ers. We fluisterden onze gedachten erover. Het was een kostelijke avond.

Negen dagen later keek ik op mijn Twitter timeline. Die stroomde vol berichten, maar voor mij stond de tijd even doodstil. Ik las dat Arjen was verongelukt in zijn eigen huis. Het bericht van

zijn overlijden was vrijwel direct *trending topic*. Ik besloot Arjens laatste 3200 tweets te downloaden en te sturen naar zijn radioredactie. Ik merkte dat het me iets deed om zijn laatste tweets door te lezen. Te zien wat hij deelde, wat hij dacht. Arjen was gezegend met een gouden pen, rake woorden, een uitstekende muzieksmaak en een ware passie om deze te delen met anderen. Nog altijd staan zijn tweets online. Ik ben blij dat dit zo is. De laatste is van 20 januari 2010. Ongeveer een jaar na Arjens overlijden stopte zijn radiozender. Het laatste lied in de ether was zijn favoriet, *Tears Run Rings* van Marc Almond. Nog altijd als ik het op de radio hoor krijg ik een brok in mijn keel.

Handreiking

De dood is deel van het leven. Zowel off- als online. Natuurlijk ga je alleen 'in real life' dood. Je bestaan is sinds Google echter ook na je dood gewaarborgd. Beter gezegd: je online voortbestaan is niet te voorkomen. Als je bij leven en welzijn enigszins vindbaar was in zoekmachines, verandert dit niet zo snel. Google onthoudt in principe alles. Dit beïnvloedt het rouwproces van sommige nabestaanden. Je kunt voor je databeheer laten vastleggen wat er met je data en je ict-omgeving moet gebeuren na je overlijden. Dat wil zeggen dat je onder andere je digitale toegangsgegevens van je fotosites, e-mail en website(s) kunt laten sturen aan jouw directe nabestaande(n) indien is bevestigd dat je daadwerkelijk bent overleden. Daarbij kun je aangeven wat er met deze services moet gebeuren; of ze bijvoorbeeld moeten worden opgeheven of juist niet. Een paar van deze services vind je op de website van Time.com (<http://bit.ly/bitsofdeath>).

In sociale media is de ontwikkeling, sociologisch gezien, complexer. Er zijn situaties bekend waarbij de achterblijvende partner de Facebookpagina van de overledene blijft bijhouden, als een manier om het gevoel te houden in contact te blijven. Ook zijn er live tweetverslagen gemaakt van uitvaarten, zodat degenen die er niet bij konden zijn, zich toch verbonden voelden met het moment van afscheid. Bizar? Wellicht. Maar feit is dat het gebeurt. Sommigen putten er kracht uit, kunnen beter afscheid nemen door de betrokkenheid meer te voelen door de tweets te zien. Het mooie ervan is dan wel weer dat het mensen bindt. Al dan niet met hashtag. Voor mij geldt: *#Hashtags aren't just about trending topics, they're about binding people.*

Daar komt bij dat het afscheid nemen gefragmenteerd gebeurt. Niet alleen vindt het afscheid op diverse platforms en dus in diverse sociale kringen (Facebook, Twitter, Google+, Tumblr e.d.) plaats, ook blijven de met de overleden bevriende mensen met zijn of haar gegevens geconfronteerd, zodat het heel even kan lijken of degene nog onder de levenden is. Amerikaanse sociologen hebben onderzoek gedaan waarin taalgebruik door nabestaanden op de social mediaprofielpagina's is geanalyseerd. Er blijken nieuwe rituelen te ontstaan. Eerst delen mensen uitspraken die op zich kenmerkend zijn bij vers rouwenden, zoals 'Ik mis je nu al' en 'je was zo lief'. Na verloop van tijd komen meer herinneringen naar boven, deze worden dan ook gedeeld. Bijvoorbeeld 'Ik herinner me hoe goed je was in ijshockey. Het hele team mist je!' Vervolgens komen de mijlpalen. 'Het is nu vijf jaar na die afschuwelijke dag...ik mis je nog steeds! We hebben veel over je gepraat tijdens de jaarlijkse memorial-bbq ter ere van jou.'

De meningen over ontwikkelingen en ideeën over ‘digital immortality’ (‘digitale onsterfelijkheid’) zijn (vanzelfsprekend) verdeeld. Sommige platforms gaan (veel) verder dan dat: het platform Deadsocial laat je vooraf ingestelde boodschappen na je dood aan je nabestaanden sturen via Facebook en Twitter. Ik vind het persoonlijk niet zo gezond. Als je je bewust bent van het feit dat nabestaanden in zeer uiteenlopende mate moeite hebben met afscheid nemen en het rouwproces, zou je hier, naar mijn mening, niet extra complicerende factoren in moeten verwerken. Ik vind dat persoonlijk over een ethische grens gaan. Als ik bijvoorbeeld nu nog berichten zou krijgen van Arjen of van andere mensen die ik kende en die nu niet meer onder ons zijn, zou ik dat moeilijk vinden.

Een nalatenschap is precies dat: je laat het na, zonder er verder iets aan te doen. Dat lijkt mij de meest gezonde manier van sterven, voor zover sterven gezond genoemd kan worden. Loslaten is moeilijk. *Deal with it.*

24

0800-hemel

tring

“Hallo, met Jojanneke.

Hè? Echt? Als ik iets niet had verwacht, was dit het. Weet niet zo goed wat ik moet zeggen. Hoe is het? Zijn jullie een beetje aardig voor elkaar daar? Oh, dus dat is in wat rustiger vaarwater gekomen. Nou, dat doet me goed. Maar waar ben je mee bezig? Een naai-atelier? Meen je dat nou? Is dat wat je wilde? Goh. En pap? Haha, als God in Frankrijk, maar dan niet in Frankrijk. *Some things never change.* En oma? Káárten? Dus dat mag? Oh. Oh ja. Ja. Haha, dus die laat ze ook niet staan. Zal ze fijn vinden. Ze hebben vast geen Zwarte Kip. Hè? Jimmy Stewart? Nou, dan is dan wel echt heel fijn voor je. Geniet ervan, hihi. Maar vertel, ben je nog ziek? Niet? Goh, gelukkig maar. Ik was er een beetje bang voor. En hoe is het met-, ...ach, dat brak ons hart zo wreed. Maar dat is een troost, ik zal het haar ouders vertellen. Let een beetje op elkaar, wil je.

Gaat best goed. Ja mam, ik eet gezond. Nou ja oké, niet altijd. Maar meestal. Ja, dat gaat ook goed. Druk met van alles. Iets met internet. In-ter-, ach, laat maar. Nee, ik ga niet op tijd naar bed. Ja, die talen nog steeds. Engels, Frans, Duits. En eh, Italiaans, Spaans en Iers met handen en voeten. Ja, en Zweeds staat ook nog op het menu. Mooi man. Maar nu nog even niet, beetje te volle agenda. Kiezen? Nee natuurlijk niet. Waarom? Het is toch allemaal leuk? Oh ja. Nu ben ik weer onvolwassen. Jaja. Nou, met een beetje geluk blijft dat zo. Moeten we dan maar mee zien te eh...leven.

Ja, met haar gaat het aardig. Gelukkig maar. Ze is een trotse oma. En nog steeds mooi. Oh, dat wist je al. Prachtbaby'tje is het geworden, hè. Was even spannend, maar is meer dan goed gekomen. Pff, dat was wat, zeg. Die meid wordt natuurlijk wonderschoon. Jullie genen met een

fabuleuze schep Indisch bloed. Hoe mooi kan het zijn. Ik? Nee, geen plannen. Nee, dat ook niet. Ben wel met mezelf getrouwd. Niets narcistisch, gewoon een herinnering aan het willen maken van goede keuzes, voor mezelf en voor anderen. En als herinnering aan mijn roots. Jullie. Haha ja, ik zweef een eind weg. Maar vanuit zwevend perspectief hou je wel overzicht - maar dat hoeft ik jou natuurlijk niet te vertellen. Sorry - foutje.

Gunst, als ik had geweten dat je zou bellen, dan had ik beter over mijn vragen aan je kunnen nadenken. Nu denk ik straks natuurlijk 'shoot, ik had dit-en-dat moeten vragen en zeggen'. Maar ja, uitgesproken zouden we toch niet raken, dus vragen zouden altijd tekort schieten.

Nou, vooruit maar. Jij eerst. Nee, jij. Nee, jij. Okee, ik. Weet je nog hoe het ging? Jij eerst. Nee jij, haha. Nou. Welterusten, slaap lekker, tot...nou ja, niet tot morgen. Zeg, die eeuwigheid vind ik trouwens wel echt veel te lang duren. Okee. Wat dan? Okee, goed. Jij eerst...ja.

Welterusten, slaap lekker, tot ooit."

klik

Handreiking

Soms zou je willen dat je even o800-hemel kon bellen. Even ruggenspraak over dagelijkse onbenulligheden, even een woord van advies, even die onvoorwaardelijke verbondenheid voelen. Ook na drieëntwintig jaar elkaar niet zien kun je die behoefte voelen. Het gemis blijft, het verlangen naar weerzien ook. Er is niets of niemand die deze onvoorwaardelijkheid kan vervangen. Er zijn geen antwoorden hierop. Het enige dat je kunt doen is je hart openstellen, plek reserveren voor dat gemis, niet de pijn proberen te ontwijken, niet proberen het op te vullen met iets anders, geen verdoving door wat dan ook. Maar dat je laat zijn wat er is en voelt wat er niet meer is. En wie weet vind je je eerder verloren onvoorwaardelijkheid terug...in jezelf.

'(...) We ourselves shall be loved for a while and forgotten. But the love will have been enough; all those impulses of love return to the love that made them. Even memory is not necessary for love. There is a land of the living and a land of the dead and the bridge is love, the only survival, the only meaning.'

- Thornton Wilder, The Bridge Of San Luis Rey

Epiloog

In deze bundel heb ik bewust rekening gehouden met direct en indirect betrokkenen uit die periode. Heb de meest wrange situaties niet benoemd. Voor mij gaat het over vooruitzien, een helpende hand bieden en verbindingen leggen tussen mensen. Voor mijzelf is deze bundel een *labour of love*. Liefde heeft voor mij niets te maken met pijn, verwijten en schuld. Ik schrijf deze herinneringen niet om te zwartepieten. Wel om samen oplossingen te vinden. Hoop dat de levensinkijkjes in deze uitgave omstanders, zorgverleners, organisaties en uiteraard weeskinderen kunnen inspireren tot het maken van constructieve keuzes. De herinneringen zijn deel van mij en draag ik op een goede plek in mijn hart en met liefde met me mee. Ook de wrange, al schuren die af en toe. Voor mij is het goed zoals het is. Uitsluitend de anekdotes die (naar ik hoop) kunnen bijdragen aan een beeld van wat er zoal kan gebeuren als je wees wordt, heb ik in deze bundel opgenomen. Misschien heb ik hier en daar deze kwetsbare grens overschreden. Dat is dan zo.

Er zijn vanzelfsprekend meer gedachten en ervaringen dan de verhalen in dit boek. Het heeft mijns inziens geen zin om compleet te willen zijn; er zijn namelijk zo ongelooflijk veel andere mensen die soortgelijke ervaringen hebben. Ik hecht er belang aan dat weeskinderen, omstanders en zorgverleners zelf gebruik maken van de mogelijkheid om hun ervaringen te delen ten bate van jongeren die vandaag voor de uitdagingen staan van 'weeskind zijn' in de westerse samenleving.

In de jaren '50 en '60 van de twintigste eeuw sloten de laatste Nederlandse weeshuizen. De zorgtaken werden veelal overgenomen door internaten, waar ook andere jongeren worden opgevangen. Momenteel zijn er circa dertig internaten in ons land. Hier wonen jongeren die niet thuis kunnen of willen wonen, schipperskinderen, kinderen van kermisexploitanten en circusartiesten en jongeren die speciale begeleiding behoeven. En sommige weeskinderen. Omdat er geen onderscheid wordt gemaakt tussen de achtergrond van weeskinderen en andere kinderen (al dan niet met zorgbehoefte), ligt het voor de hand dat weinig mensen weten van specifieke situaties waar weeskinderen mee te maken kunnen krijgen. Of ze nu worden opgevangen door een instantie of niet. Om een beeld te geven van het aantal weeskinderen in Nederland: per jaar overlijden er circa achtendertighonderd volwassenen die een minderjarig kind hebben. We hebben het dus in ieder geval over hetzelfde aantal weeskinderen en halfwezen dat er jaarlijks bij komt. Het werkelijke aantal weeskinderen (per jaar) ligt hoger, omdat in veel gezinnen meer dan één kind woont. De groep halfwezen (kinderen van wie één ouder is overleden) doet er óók toe: de achtergebleven ouder is niet altijd in staat om het kind alle zorg te geven die het nodig heeft. In de afgelopen tien jaar is het aantal ouders van minderjarige kinderen dat overlijdt redelijk constant. Er zijn bij benadering dertigduizend minderjarige weeskinderen in Nederland. Dertigduizend levens die onomkeerbaar zijn veranderd en die dit jonge verlies een leven lang meedragen.

Veel weeskinderen hebben zelf in het verleden oplossingen moeten vinden voor situaties die ze nooit konden zien aankomen. Die opgedane kennis is een waardevol goed. Daarom startte ik in

2007 WeesWijzer⁴ (toen nog onder de noemer Blogging For Good), een project voor en over weeskinderen in Nederland. Weeskinderen van alle leeftijden, met verschillende mate van levenservaring, hebben op WeesWijzer de mogelijkheid om praktische kennis te halen. En oudere weeskinderen, omstanders en experts kunnen kennis delen, zodat een ander er ook iets mee kan. Zoals een goede keuze maken, een oplossing vinden, herkenning vinden of gewoon een adres vinden.

Op dat moment zag ik al wel de noodzaak van het delen van kennis, maar vond ik het niet altijd even gemakkelijk om het onderwerp breder onder de aandacht te brengen. Ik realiseerde me dat ik zelf mijn verhaal zou moeten delen om er bewustwording bij anderen over te kunnen creëren en om anderen hierbij te kunnen betrekken. Gelukkig hebben we wel een aantal weeskinderen kunnen helpen. Met juridisch advies, met praktische informatie en ingangen in het zorgnetwerk. Het geven van praktische informatie is de kern van WeesWijzer. Het is niet een lotgenotenpraatgroep. Wel kunnen we verwijzen naar andere initiatieven, die in die behoefte voorzien.

Het zou fantastisch zijn als deze betrokkenheid zich doorvertaalt naar het online samenwerken aan WeesWijzer, het platform dat meer informatie over en voor weeskinderen in Nederland wil bieden. En wie weet in de toekomst ook in het buitenland. Ik ga er voor het gemak vanuit dat volwassenen in principe bereid zijn hun kennis en vaardigheden te delen met degenen die hier behoefte aan hebben. Dat zij, nu zij zich verder hebben kunnen ontwikkelen en konden uitgroeien tot iemand die werkelijk iets voor een ander kan betekenen, iets terug kunnen doen. Voor betere levens van anderen. Er zijn ook tienduizenden kinderen mét ouders die ook behoefte hebben aan praktische en nuttige informatie, omdat niet iedere volwassene altijd en op elk gebied in staat is om zijn of haar kind van die informatie te voorzien. Maar die kinderen hebben (meestal) toch het gevoel van het kunnen terugvallen op een ouder, een gevoel van geborgenheid of praktische back-up.

Wat WeesWijzer concreet kan betekenen, kan ik wellicht het best illustreren aan de hand van de situatie van 'Marije', het meisje van net achttien jaar, die we met een oproep in één enkele tweet op weg hebben kunnen helpen. Tijdens een vakantie in de zomer van 2010 overleed Marijess moeder aan de gevolgen van een hartstilstand. Ineens stond ze er alleen voor. Diverse instanties werden uiteraard geïnformeerd. Onder andere de woningstichting, de eigenaar van haar huis. Het meisje kreeg er pardoes een nieuw probleem bij: een paar dagen na de begrafenis kreeg ze een brief van de woningstichting, waarin haar vriendelijk doch dringend werd verzocht haar woning zo spoedig mogelijk te verlaten omdat 'ze niet de hoofdhuurder was en een woning bezet hield waar ook drie mensen in konden wonen'. Het meisje was haar ouders kwijt, wist niet wat ze moest doen en dreigde ook nog uit huis gezet te worden. Ze raakte in paniek (wie zou dat niet doen in haar situatie?), googelde op trefwoorden die met weeskinderen, wonen en huren te maken hadden, en kwam bij WeesWijzer terecht. Ik ben zo blij dat Marije contact met me opnam. Ik bedacht me dat Twitter voor mijzelf al jaren het snelste medium was, en plaatste direct de volgende tweet:

⁴ www.WeesWijzer.org, het online platform (in continue ontwikkeling) met praktische informatie voor en over weeskinderen.

#durftevragen Welke jurist (spec. huurzaken) wil weesmeisje van 18 helpen, in ruil voor eeuwige roem en social media advies van @jojanneke?

Binnen één uur hadden we contact met een jurist die het meisje wilde helpen. Die week togen we naar zijn kantoor, waar we alle nodige stappen overlegden. Het duurde al met al ongeveer een half jaar voordat de kwestie werd opgelost. Niet in de laatste plaats omdat de woningstichting niet mee wilde werken. Dat terwijl woningstichtingen toch een sociale verantwoordelijkheid hebben voor de zwakkeren in de samenleving. Uiteindelijk is de situatie opgelost. Zonder die ene tweet had het echter heel anders af kunnen lopen. Sommige situaties zijn zo acuut dat er snel gehandeld moet worden om eventuele schade te voorkomen. De situatie van 'Marije' staat niet op zichzelf.

We kunnen weeskinderen, ervaringsdeskundigen, omstanders en zorgverleners samen van nuttige informatie voorzien. Jaren geleden, in de tijd van papieren agenda's, krabbelde ik op het omslag van mijn agenda: Niets is sterker dan een idee waarvoor de tijd is gekomen. Wat mij betreft is het moment daar. Dat geeft mij een gevoel van voldoening.

Alle beschreven gebeurtenissen al een tijd geleden een goede, gezonde, rustige plek gevonden in mijn leven. Maar deze situaties illustreren het thema 'weeskind in deze tijd' dusdanig dat ik ervoor gekozen heb deze te delen.

In het kader van 'verhalen delen': soms vragen mensen me naar mijn aanwezigheid op Twitter sinds maart 2007. Vragen als 'waarom deel je steeds waar je mee bezig bent?' en 'leer je nu echt mensen kennen?' Het mooie is dat Twitter (en andere sociale platforms) levens kan veranderen. Het gebruik van sociale media liet me mooie situaties meemaken, bijzondere mensen ontmoeten, heeft me werk en ander fijns opgeleverd, momenten laten delen met anderen. Al deze voorbeelden hebben met elkaar gemeen dat sociale verbinding centraal staat. Soms is dat in alle veiligheid, met een gemakkelijk laagje gemakkelijkerheid, soms betekent het dat je elkaar gezelschap houdt op een kerstavond. Of in een ziekenhuis bij ziekte. Of langs de snelweg in nood. Of bij een schaatswedstrijd achter de televisie. Twitter laat mij, sinds het prille begin, zien dat digitale verbondenheid en werkelijke, menselijke verbondenheid in principe één kunnen zijn. En werkelijk *in real life* contact is hierin ook erg belangrijk. Doorslaggevend, meestal. Maar veel ontmoetingen hadden vaak niet eens plaatsgevonden als niet eerder digitaal contact was gelegd. Het zou mooi zijn als sociale media in de tijd die voor ons ligt meer tot wasdom komen. Meer geïntegreerd raken in ons dagelijks leven. Werkelijk op regelmatige basis bijdragen aan ons werk, ons leven. Niet verscholen in anonimiteit, waar sommigen nog voor kiezen. Maar eerder als waarachtig verlengstuk van onszelf. Kun je je voorstellen wat dat kan betekenen? Voor jezelf? Voor anderen? Voor elkaar? Laten we *social* weer écht sociaal maken.

De tijd zal leren hoe WeesWijzer zich ontwikkelt. Laten we de praktische tips uitbouwen en doorgaan aan met het leggen van verbindingen tussen mensen en kennis. Zou je iets kunnen en willen betekenen op het gebied van weeskinderen in de westerse samenleving? Willen bijdragen aan kennisvergroting over dit onderwerpen? Of kun je praktische handvatten faciliteren of delen? Je bent van harte uitgenodigd om deel te nemen aan de online initiatieven van

WeesWijzer. Je kunt bijdragen aan de kennisbron voor en over weeskinderen. Praktische informatie en overige contactmogelijkheden vind je achterin deze bundel.

Kijk in je hart. Houd je dierbaren dichtbij. Stel je open voor mensen die nieuwe dierbaren zouden kunnen worden. Help groei. Help groeien. Heb lief.

Dank aan de helden

Zonder helden geen verhalen, inspiratie of toekomst. Dit zijn mijn helden die me, op welke manier dan ook, bewust of onbewust, levend of overleden, hebben gestimuleerd de verhalen in deze bundel te delen. Welke volgorde dan ook zou nooit genoeg eer aan deze bijzondere mensen doen, dus kies ik de meest voor de hand liggende.

Agniet, voor het mogelijk maken van grote sprongen naar bevrijding en volwassenheid. Alex, voor altijd in mij geloven en het mogelijk maken van dingen. Alissa, voor het geven van leven aan een leeuwin. Annemarie, voor echte vriendschap. Ard, voor het in brand zetten van ijs. Arenea, voor het herkennen en de mooie stap voorwaarts. Arie, voor het door de ruwe randen van puberteit heen kijken. Astrid, voor harde en zachte kracht. Bert, voor het tonen hoe vriendschap in zijn zuiverste en meest actieve manier eruit ziet en voelt. Brenda, voor het gevoel van hetzelfde nest, en voor het proberen. Carla, voor het tonen Hoe Je Dingen Doet. Cécile, voor het diep raken van mijn leven. Coen, voor het zijn van mijn trotse tweede vader en het er werkelijk naar handelen. Daan, voor het delen, reflecteren, en voor het echt weten hoe het voelt. David, voor het tonen van kracht door gevoeligheid en voor het tonen van trouw aan jezelf. Dick, omdat hij een vriend die altijd het goede ziet in alles en voor het geven van wangkrampen van het lachen. Eva, voor het nastreven van haar artistieke passie en voor het tonen van wat voor verbazingwekkende dingen kunnen ontstaan sinds de dag dat zij het licht zag en ik mijn ouders verloor. Eveline, voor het zijn van absoluut de sterkste, meest eerlijke vrouw die ik ken, voor het kennen van vele verhalen die allemaal niet in dit boek staan, voor een geweldig gevoel voor gerechtigheid en voor het zijn van mijn gekozen zus. Gabriel, voor het fel en recht uit het hart spreken, het onthullen van de strijd voor een gevoel van thuis en verbondenheid, voor het aantonen dat het delen van het verhaal de enige optie is en *for acting his talented Irish socks off*. Hester, voor het hebben van een open hart en dit vrijuit te delen. Ide, voor smarts, gevoeligheid en speelsheid, voor het onthouden, en voor het stellen van Grote Vragen in de meest geweldloze, niet-oordelende, mooie manier. Leveyna, voor het vechten als een leeuwin voor haar leven en het brengen van vreugde en dankbaarheid. Lotje, voor het leven van haar droom, voor haar ware vriendschap en het me scherp houden. Lucas, omdat je me het leven liet voelen, ook al zag je nooit het licht. Mama, omdat je me het leven gaf. Marianne, voor het bieden van een thuis toen het niet fouter had moeten gaan. Nina, voor het laten zien van een gevaarlijk ongeremde Godfather-kijk op de wereld en het mij geven van het perfecte alter ego type voor elke situatie. Michiel, voor het hebben van rocket science smarts, een goed hart en omdat hij de grootste droomverwezenlijker is die ik ken. Jeanet, voor het geven van een voorbeeld voor het maken van schrijftijd. Jij, omdat je blijkbaar inziet en wilt lezen hoe belangrijk helden in een leven zijn. Robert, voor het openen van deuren en voor het wakker schudden van avontuur. Ruben, voor het delen van je ware zelf met dierbaren. Ruth, voor het opvoeden van prachtige

kinderen. Snoet, voor het opkomen voor degenen die dat echt nodig hebben, voor het tonen van hoe je dat doet en voor onze tijdloze vriendschap. Nico, voor het delen van verhalen, en voor tomeloze nieuwsgierigheid en dezelfde speelse lol. Nynke, voor het vragen van hulp. Papa, omdat je me het leven gaf. Richard, voor het steunen. Wieneke, voor het realiseren van haar dromen.

Bedankt. Je leert me om de persoon te worden die ik wil zijn.

Literatuur, online, social media

Van het leven geleerd - levenslessen over verlies en verdriet / Manu Keirse. Lannoo, 2009

Verder zonder jou: jongeren over de dood van iemand die ze lief is / D. Westerink, Ten Have, 2010

Leven zonder ouders / D. Westerink, Ten Have, 2011

De rouwende school : handboek voor kinderopvang, primair en voortgezet onderwijs en mbo / R. Fiddelaers-Jaspers. - Heeze : In de Wolken, 2011

Mijn troostende ik : kwetsbaarheid en kracht van rouwende jongeren / R. Fiddelaers-Jaspers. - Kampen : Ten Have, 2010

Ouders zonder voorbeeld / M. Ankersmid; K. den Hollander. - Kampen : Ten Have, 2010

Toolkit kind en trauma : informatie voor leerkrachten van groep 5 t/m 8 / E. Alisic, Landelijk Psychotraumacentrum voor Kinderen en Jongeren, Landelijk Psychotraumacentrum voor Kinderen en Jongeren. - Utrecht : UMC Utrecht, 2010

Troost voor tranen : verhalen over verlies en rouw van jongeren uit verschillende culturen / I. Wienese. - Kampen : Ten Have, 2010

Jong verlies : rouwende kinderen serieus nemen / R. Fiddelaers-Jaspers. - Kampen : Ten Have, 2009

Kind en verlies / C. Overduin. - Maarssen : Elsevier Gezondheidszorg, 2009

Evidence-based practices for parentally bereaved children and their families / R. Haine; ... [et al.], 2008

In: Professional psychology: research and practice; jaargang 39 : nr 2 (Apr. 2008), p. 113-121

Verlieskunde : handreiking voor de beroepspraktijk / H. de Mönnink. - Amsterdam : Reed Business, 2008

Dood is niet gewoon: over de dood van een ouder / M. Delfos. - Amsterdam : Niño-boeken, 2007

Online

www.weeswijzer.org

Twitter: @weeswijzer

Facebook: www.facebook.com/WeesWijzer

Als je interesse hebt om bij te dragen in welke vorm dan ook, stuur dan een mail via de website WeesWijzer.org. Alleen een reactie op deze uitgave geven mag natuurlijk ook: je kunt een tweet sturen naar @jojanneke of @weeswijzer en je kunt reageren op www.WeesWijzer.org.

DOODgewoon

Site voor jongeren van 12 tot 20 jaar die met de dood van een dierbare te maken krijgen of hebben gehad. Deze website is een initiatief van Stichting Jeugd en Rouw Breda e.o. De Stichting zet zich in voor rouwende kinderen en jongeren door middel van lotgenotencontact en ondersteuning van professionals.

Online: www.doodgewoon-online.nl

Facebook: <https://www.facebook.com/DDGWNOnline>

Twitter: @ddgwnonline

Voor Jonge Helden

VoorJongeHelden.nl is voor Jonge Helden: kinderen en jongeren die een dierbare verloren door de dood of met scheiding te maken hebben

JongeHeldenInDeKlas.nl is ontwikkeld voor directies, leerkrachten, docenten, mentoren en zorgmedewerkers in het primair- en voortgezet onderwijs.

Opa's, oma's, ooms en tantes en andere volwassenen die in hun naaste omgeving te maken hebben met kinderen en jongeren met rouw of scheiding, kunnen terecht op www.jongeheldeninjeomgeving.nl.

Rouwhulp

Website van het programma Rouwhulp, een vroegtijdige, preventieve behandeling voor kinderen en jongeren in rouw. Bevat ook informatie voor volwassenen.

www.rouwhulp.nl

Land van rouw, opleiding omgaan met verlies

Website geeft informatie over de opleiding die gaat over het begeleiden van rouw bij verlieservaringen en verliestrauma's.

www.landvanrouw.nl

www.herinnerdingen.nl

Website waar kinderen tot 18 jaar hun herinneringen aan een overledene kwijt kunnen.

www.jongereninrouw.nl

Website voor jongeren in rouw.

www.kindenrouw.nl

De Stichting Kind en Rouw maakt voorlichtingsmateriaal over rouw en verliesverwerking bij kinderen.

Titels van In-De-Wolken.nl:

- Ben je hier of ben je daar?

- Wie ben ik zonder jou?

- De rouwende school -

Jong verlies - rouwende kinderen serieus nemen

- Met mijn ziel onder de arm

- Een zakboekje voor jongeren

- Kun je de dood ook groeten?
- Omgaan met jonge mensen die rouwen
- Over leven en dood
- Kwetsbaarheid en kracht van rouwende jongeren
- Verlaat verdriet

In social media

@weeswijzer
@indewolkennl
@ddgwnonline
@woordenvanfien
@eenherinnering
@daanwesterink

In real death

<http://ifdie.net/>

<http://legacylocker.com/> (Hopelijk pas in te zetten over pakweg 50 jaar. ;-))

Achterzijde

“Van den Bosch doorbreekt taboe over wezen” - Nico Haasbroek, journalist, vm. hoofdredacteur NOS Journaal

“Jojanneke laat zien dat weeskinderen niet zielig zijn (maar dat ze wel volwassenen nodig hebben)” - Daan Westerink, rouwdeskundige, journalist=