

vrouw die aan elkaar gegeven werden. En een stel met een horeca-achtergrond zat op een podium met voor zich een ontkurkte fles wijn. De getuigen stonden achter hen. Ze deden een paar stappen naar voren, schonken vervolgens de wijn in en proostten op het bruidspaar. Een ander paar betrad letterlijk het huwelijkspad. Ze kregen een rugzak mee met symbolische artikelen zoals een landkaart met de cartografie van de liefde, een kaars voor licht in hun leven en potloden om elkaars leven in te kleuren. Ik krijg ook regelmatig verzoeken van gemengde stellen waarbij de een wel een christelijke achtergrond heeft en de ander niet. Samen met hen zoek ik dan naar een vorm, passend bij hun eigen 'levensovertuiging'. Bij een uitvaart ga ik weer anders te werk. Dan hangt de afscheidsviering af van wat bij de overledene paste. Het is belangrijk dat de nabestaanden het gevoel hebben degene van wie ze afscheid hebben genomen, 'ontmoet' te hebben. Dat kan door middel van een verhaal, tekst, gedicht of muziek waar de overledene van hield en de nabestaanden zich goed bij voelen. Een mevrouw vertelde mij bijvoorbeeld dat ze sterretjes naar beneden zag vallen toen haar schoonmoeder overleed. Ik heb toen zilveren sterretjes gemaakt en die op de

“Ik bied mensen de mogelijkheid om invulling te geven aan rituelen en verdieping te zoeken”

kist laten vallen. Dat deed haar heel goed, omdat ik haar ervaring serieus had genomen. Alles wat ik bedenkt, gebeurt altijd in overleg. Ik vind het belangrijk dat mensen vieren en gedenken vanuit hun eigen gedachten over geloof en zingeving.”

Larissa van der Molen (30) is maatschappelijk werker, creatief therapeut en verlies- en rouwtherapeut. Zij heeft een eigen praktijk 'De Troostboom' en begeleidt kinderen van 4 tot 21 jaar bij de verwerking van een verlies of overlijden. Rituelen spelen hierbij een belangrijke rol.

“In mijn praktijk help ik kinderen en jongeren die een verlies moeten verwerken. Door overlijden, maar bijvoorbeeld ook door echtscheiding, door amputatie van een lichaamsdeel, bij werkloosheid of bij een relatie die is stukgelopen. Rituelen en symbolen zijn daarbij een belangrijk onderdeel. Kinderen zijn vaak nog te jong om hun gevoelens te benoemen en juist daarom zijn rituelen en symbolen heel geschikt om hun verdriet een plek te geven. In mijn praktijk heb ik een 'troostboom' staan. Aan de takken kunnen kinderen briefjes, wensen, geheimpjes en kleine pakjes hangen. Bomen zijn een centraal thema binnen mijn behandelwijze. Ik zie de boom als symbool van leven. De fases die een boom in de verschillende seizoenen doormaakt, kun je vergelijken met iemand in het rouwproces. In de herfst ben je verdrietig en is het gemis nog vers en zo bouw je langzaam op naar de lente waarin je weer zin krijgt in de mooie momenten van het leven. Naast de bomen zijn ook stenen, schelpjes, sterretjes en vlinders symbolen die regelmatig terugkeren. Ik heb bijvoorbeeld verschillende gekleurde steentjes; op het einde van de begeleiding mogen ze zelf een ster maken om het verlies een 'definitieve' plek te geven. Die hangen ze aan de sterrenhemel die ik in mijn praktijk heb gemaakt. Daar is ook een herinneringsmuur waar foto's hangen van de mensen die zijn overleden of die ze missen. De kinderen mogen er ook iets bij schrijven. Deze rituelen

gebruik ik omdat het belangrijk is om het verdriet te uiten. Aan het begin van de therapie knutselt elk kind een doos waarin hij briefjes, tekeningen, foto's, geheimen en kaartjes mag stoppen. Het 'boze en lieve-woordenblik' is een ander ritueel. De een gooit er steeds dezelfde woorden in: 'ik mis mama' en de ander gaat zich te buiten aan scheldwoorden. Met een meisje heb ik een verdrietig kussen gemaakt. Op de momenten dat ze steun nodig heeft, pakt ze het verdrietige kussen en houdt dit tegen haar gezicht. Gaandeweg kom ik erachter waardoor een kind geraakt is. Ik varieer voortdurend met de rituelen. Ieder kind en elke situatie is anders. Uiteindelijk laat ik aan de fantasie van het kind over wat het beste bij hem of haar past.”

“Kinderen zijn vaak nog te jong om hun gevoelens te benoemen, daarom zijn rituelen heel geschikt”

