

Een rugzakje vol rituelen:

kleine gebaren, grote betekenis





Wie ben ik?

- Tine Belmans
 - Docent bij het graduaat maatschappelijk werk
 - Ritueelbegeleider bij het Rouwcollectief
 - Mama van Rowan* en Ayra
- Rouwcollectief
 - Rouwcollectief.com
 - Rouwcollectief.com/hou-vast → rouwrituelendatabank



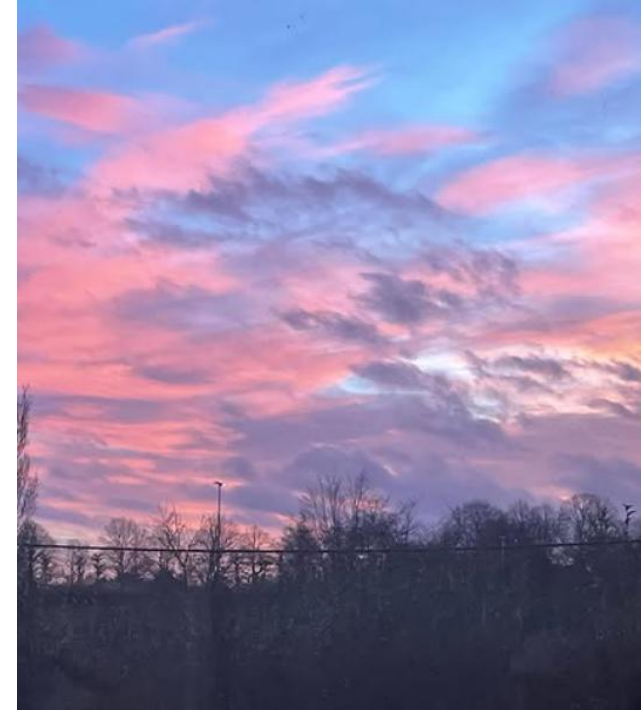
Waarom deze workshop?

- Belang van symboliek en rituelen in een rouwproces
- Jullie inspireren om de nabestaanden tips te kunnen geven, ideeën aan te reiken
- Dit zelf een plekje te geven in jullie werk



Symbolen

- Een beeld dat gelinkt is aan het kind
 - Een dier, een bloem, een boom,... - vaak natuurelementen.
- Ontstaat vaak organisch, spontaan
- Iets tastbaars, een aanknopingspunt
- Leggen de brug tussen het kind en het leven hier
- 'Een teken' van het kind
- Kunnen een insteek zijn voor rituelen



Algemene symbolen

- Wolk, ster, vlinder, boot, boom,...





Voorbeelden van symbolen

- Welke symbolen hebben jullie al gezien in jullie praktijk?
- Hoe uitte zich dat?



Rituelen

- Woord met hoge drempel
- Definitie hier niet belangrijk
- Drie kernwoorden:
 - Een handeling
 - Symboliek
 - Bewust, met een intentie



Belang van rituelen

- Verdwijnen van eerdere tradities en rituelen. (religie/cultuurafhankelijk)
- Creëert verbinding tussen nabestaanden
- Verbinding met het kind dat er niet meer is
- Nieuwe herinneringen
- Overstijgt taal

“Een directe poort naar de emotie” (A. Gavriilakis)

“Rituelen helpen om wat men binnenin beleeft, het diepe verdriet, te laten bewegen” (Ruimtes voor nieuwe rituelen)



Rond het overlijden

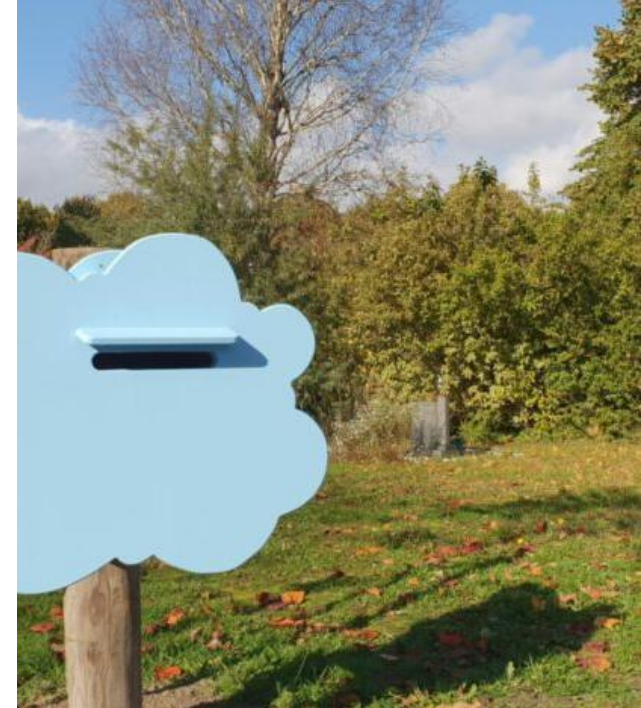
- Aanbod van de koesterkoffers
- Zoveel mogelijk herinneringen creëren
- Bewuste momenten samen met het kind
- Ouders – in shock of automatische piloot
- Vb'en:
 - Zingen of muziek spelen, verhaal lezen
 - Welkom heten van het kindje
 - Lampje dat door medeleerlingen (die eerste weken) aan/uit wordt gedaan.
 - Een sterretjesmuur, waar kindje direct een plekje krijgt



Het hele rouwproces

- Speciale dagen gelinkt aan het kind
 - Geboortedatum, sterfdag, uitgerekende datum...
- Algemene feesten en feestdagen
 - Allerheiligen, Sinterklaas, Nieuwjaar, Kerst,...
 - Een trouw, geboortefeest,...
- Mijlpalen van het kind
 - Eerste schooldag, 10 jaar, overgang middelbaar,...
- Andere, zoals:
 - Wereldlichtjesdag, Dag tegen kanker, Herdenkingsdag voor verkeersslachtoffers, ...
- Hoeft niet gebonden te zijn aan een bepaalde moment.







Brainstorm & uitwisseling

- Hoe kan symboliek en rituelen een plek krijgen in jullie werk?
 - Welke inspiratie kan je doorgeven aan familie/ouders?
- > Wat doen jullie zelf, wat kennen jullie?
- > Wat kunnen jullie toevoegen?



En jullie, in jullie team?

Rituelen kan je ook inzetten in jullie eigen werkcontext:

→ Zelfzorg & teamzorg

Hoe kunnen jullie daar via een ritueel tijd & ruimte voor maken?



Veel succes & plezier ermee!

Meer inspiratie, samen nadenken,...?

Contacteer me: Tine Belmans via
rouwcollectief@gmail.com

Rouwrituelendatabank:

www.rouwcollectief.com/hou-vast

Zelf een ritueel toe te voegen aan de rituelendatabank?
Mail me!