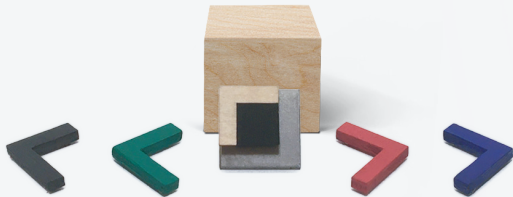


EEN TEKEN
VAN **ROUW**

HANDLEIDING

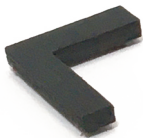
*betekenis
kleurelementen*

NL



BETEKENIS KLEURELEMENTEN

Het rouwembleem bestaat uit verwisselbare kleur elementen die laat zien dat je in de rouw bent en de verschillende behoeftes communiceert die daarbij gepaard gaan. Dit geeft aan omstanders een signaal af hoe zij de rouwende op dat moment het beste kunnen ondersteunen, zonder de angst te hebben de plank mis te slaan.



ANTRACIET

*Geef mij de ruimte.
Eventjes niet.*

Verlies en rouw raken alle facetten van het bestaan. Het is zoeken naar een nieuw evenwicht en daarvoor heb je ruimte nodig. Met deze kleur

geef je een signaal naar de omgeving dat je even met rust gelaten wilt worden. Dus houdt een beetje rekening met me.



GROEN

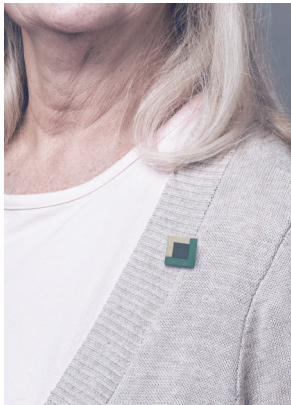
*Geef een seintje.
Blijf nabij.*

De mate van steun van de sociale omgeving speelt een grote rol. Laat even merken dat je er bent. Heel simpel: blijf nabij.

Het praten over rouw gaat ten onder aan wederzijds ongemak. Voor de rouwende, omdat het lijkt dat mensen om hem heen niet willen weten, niet willen horen. Voor de omgeving, omdat ze niet weten of het gepast is om erover te beginnen, en zo ja hoe doe je dat?

Het gaat er niet om dat je hem of haar opvrolijkt, maar dat je er van bewust bent, >>

het verlies inziet en je zelf in de ander kan verplaatsen die een verlies beleeft. Het hoeft niet groots te zijn; een simpele groet of gewoon aanwezig zijn kan al volstaan.





ROOD

Haal me hier uit.

Praat over iets luchtigs.

Een verlies verandert de rouwende. Je bent in strijd met jezelf, je zit vast met je opgekropte gevoelens waar je geen kant mee op kunt.

Op dat moment is hulp van harte welkom.

Neem de persoon mee naar buiten; ga een stukje wandelen en praat over iets luchtigs, laat een opgewekt filmpje zien. Bij het zien van deze kleur heeft iemand behoefte aan afleiding.



BLAUW

*Luister naar me.
Ik moet wat kwijt.*

Verdriet heelt door erkenning en door te uiten. Door de ander er over te laten praten, gun je de rouwende ruimte voor zijn verdriet.

We hebben als omstander de neiging met allemaal 'moeilijke' vragen te komen om de situatie op te lossen, maar gewoon luisteren naar wat de rouwende te vertellen heeft kan al helend zijn. Dit is misschien zelfs wel een van de beste manieren om iemand te ondersteunen, ook in latere stadia van rouw. Aan rouw zit geen tijdslimiet.

info@EenTekVanRouw.nl
www.EenTekVanRouw.nl