

„Je bent een deel van je basis kwijt; iemand met wie je je jeugd hebt gedeeld.”  
Petra van Velden begint een gespreksgroep voor mensen die een broer of zus zijn verloren

# Een broer of zus is een stukje van jezelf

**Nieuwe gespreksgroep voor mensen die broer of zus verloren hebben.**

**EIBERGEN** – Het verdriet van ouders die een kind verliezen is onpeilbaar. Maar wie ziet het verdriet van de broer of zus? Niemand. Daarom stapte de Eibergse Petra van Velden een jaar geleden naar dominee Eveline Struijk en stelde voor een gespreksgroep te beginnen voor mensen die een broer of zus verloren zijn.

Petra raakte zelf haar broer Matthijs kwijt. In 1995 vertrok hij voor een tijdje naar Engeland. Daar stapte hij op spoorrails, zonder te weten dat in Engeland de stroomkabels soms langs het spoor lopen. 24.000 volt maakten een einde aan zijn leven.

Een drama, maar het medeleven gaat bij zulke gebeurtenissen uit naar de ouders, ontdekte Petra. „Blijkbaar vinden we dat logisch”, zegt ze. „Dat vind ik eigenlijk zelf ook. Ze hebben verdorie een kind verloren.”

Dominee Eveline Struijk bevestigt dat. „Wat erg voor je ouders, wordt er dan tegen je gezegd.” „Maar voor een broer of zus is het ook moeilijk”, vervolgt Petra. „Je bent een deel van je basis kwijt, iemand met wie je je jeugd hebt gedeeld, met wie je normen en waarden deelt. Mijn broer is een stukje van mezelf.”

Elf jaar liep Petra rond met het verlies. Tot ze twee jaar geleden stuitte op het boek 'Broederziel alleen?', waarin auteur Minke Weggemans

**Nieuwe gespreksgroep over verlies**

● Morgen houdt pastor Marinus van den Berg een openbare lezing over het onbegrip dat mensen in hun omgeving ervaren als ze een dierbare verliezen. Het thema is 'Misverstanden over de rouw'. De lezing is in sociaal-cultureel centrum De Huve in Eibergen, om 20.00 uur. Aanmelden/informatie is mogelijk bij L. Siebelder: 0545 47 16 67 of lia.siebelder@12move.nl.

● Bezoekers kunnen zich ook opgeven voor de nieuwe rouwbegeleidingsgroep 'Verlies van broer of zus' van Petra van Velden en dominee Eveline Struijk. Iedereen mag zich aanmelden voor deze gespreksgroep. Opgeven/informatie: petra1@kpnplanet.nl of 0545 29 41 46 (Van Velden), e.strubo@hetnet.nl of 0545 47 29 87 (Struijk).

gemans het verhaal vertelt van mensen die een broer of zus verliezen. Het raakte haar diep. „Ik herkende er zóveel in, dat ik me direct heb aangemeld voor een workshop. Ik denk: Nu doen, voor ik het niet meer durf.”

Een heel weekinde bracht ze door met lotgenoten. „Heel zwaar, en ik was ook heel nerveus. Je bent zo druk met je eigen verhaal. Maar het was een eyeopener: je bent niet de enige die het nog met zich meedraagt. Mijn broer was elf jaar geleden overleden, maar dat was vergeleken met de rest nog kort. Bij sommigen was het al veertig of vijftig jaar geleden.”

De pijn blijft altijd, zo bleek, en zit soms diep weggestopt, nooit er-

kend. „Dat weekeinde gaf mij zó ontzettend veel verlichting; ik dacht: Nu kan ik het verlies omzetten in iets goeds.” Ze zocht contact met dominee Struijk, die al een rouwgroep voor partners begeleidde. Auteur Minke Weggemans werd uitgenodigd voor een lezing en de respons was overweldigend, vertelt Van Velden. „Er hadden zich amper twintig mensen aangemeld, maar 's avonds konden we de stoelen niet aanslepen.”

De gespreksgroep kwam moeiteloos van de grond. Zes bijeenkomsten waren er. Iedereen kon zijn verhaal kwijt en dat is de grootste winst, vinden Van Velden en Struijk. „Juist omdat mensen het voor de eerste keer vertellen, komt er héél veel boven”, weet Petra. „Het belangrijkste is dat er geluisterd wordt”, zegt Struijk. Het is de erkenning van je eenzaamheid, beschrijft Petra. „De gespreksgroep brengt je bij de essentie: wat betekent een broer of zus voor je? We nemen klakkeloos aan dat ze er zijn, en dat ze ergens anders gaan wonen. En dat we elkaar bijna nooit zien vinden we logisch, want we zijn zo druk.”

Ze heeft een goede raad voor wie een broer of zus is kwijtgeraakt: „Hoe pijnlijk of moeilijk het ook is, je moet zelf de eerste stap zetten om erover te praten. Omdat je zelf het moment moet kiezen dat het voor jou goed voelt.” Want een ander gaat je niet helpen. „Het is heel moeilijk om te zeggen: voor mij is het óók erg. Maar je moet er echt zelf mee komen. Mensen, zelfs vrienden, zullen het onderwerp bij voorkeur niet aanroeren.” En goede raad voor bekenden, familie en vrienden heeft ze ook. „Ga gewoon eens vragen hoe het met iemand is.”



Het medeleven bij het verlies van kinderen gaat vrijwel altijd uit naar de ouders. De achterblijvende broers en zussen dragen het verlies in stilte.

foto Frank Jansen/GPD

## ‘Laat het verhaal niet onafgemaakt liggen’

**Minke Weggemans over het verlies van een broer of zus.**

Minke Weggemans schreef het boek 'Broederziel alleen?' over het verlies van een broer of zus. Het boek beschrijft de ervaringen van verschillende mensen die een broer of zus kwijt zijn. Weggemans sprak hiervoor meer dan honderd lotgenoten. Uit de omschrijving: *Het verlies van een broer of zus is biologisch gezien het*

*'meest dichtbij' verlies: je had het zelf kunnen zijn. Toch wordt er weinig over gesproken of naar gevraagd.*

De Zutphense werkt als pastoraal therapeut en begeleidt gespreksgroepen, rouwgroepen en uitvaarten. Ook geeft ze lezingen en workshops. Ze is opgegroeid in een gezin van tien kinderen, van wie er vijf overleden zijn. In een interview in deze krant vertelde ze eerder over haar boek. „Ik heb een boekenkast vol rouwliteratuur, maar die gaat over het verlies van

een partner, een kind of een ouder. Als er in al die boeken één regel besteed wordt aan het verlies van een broer of zus, is het veel. Je kunt zelfs bij een rouwverwerkingsgroep terecht als je huisdier is gestorven! Maar voor mensen die een broer of zus hebben verloren is er niets.” Terwijl broers en zussen een hele bijzondere band hebben. „Ze zijn van dezelfde makelij, ze hebben je van jongs af aan meegemaakt en staan het dichtst bij je. En of je nu een goed contact met ze hebt of

niet; er zijn onnoemelijk veel herinneringen die je met niemand anders deelt dan met hen.”

Praat over een overleden broer of zus, vindt ze. „Hoe eerder je dat doet hoe beter, maar óók na 20, 50 of zelfs 70 jaar kun je er nog mee beginnen. Laat het verhaal van je broer of zus niet onafgemaakt liggen. Het kan een heel mooi en leerzaam bewustwordingsproces zijn, dat je ook iets oplevert.”

www.broederzielalleen.nl  
www.rouwboeken.nl



Minke Weggemans schreef het boek 'Broederziel alleen?', over het verlies van broers of zussen. archief foto Ceas Baars