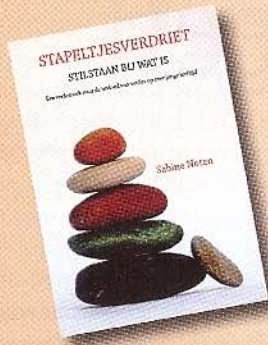


Door Annette Rebel en Joan van de Ven

## Stapeltjesverdriet



In het leven van mensen die vastlopen in hun rouwproces, blijkt vaak dat er nog meer grote verliezen zijn geweest, zoals bijvoorbeeld het verlies op jonge leeftijd van een ouder, broer of zus. Maar het kan ook gaan om andere verliezen zoals scheiding, adoptie, kinderloosheid, het verlies van geboorteland, gezondheid, werk, een oude liefde of een dierbare vriendschap. Het ene verlies stapelt zich op het andere verlies. Naar dit opgestapelde verdriet heeft auteur Sabine Noten onderzoek gedaan, waarvan ze de conclusies heeft beschreven in *Stapeltjesverdriet, stilstaan bij wat is*.

Op basis van dertig diepte-interviews met volwassen mannen en vrouwen die als (ongeboren) baby of kind (tot en met vier jaar) – en in hun latere leven nogmaals – een groot verlies meemaakten, laat Noten zien wat jonge kinderen nodig hebben na een verlies en geeft ze hier richtlijnen voor. Door het verweven van fragmenten uit deze levensverhalen met onderzoeksgegevens en theorie, is een boeiend boek ontstaan. Noten laat zien hoe onbegrepen gedrag verstaan kan worden als de opeengestapelde gevolgen van een op zeer jonge leeftijd ervaren verliestrauma. Met haar boek biedt de auteur betrokkenen en hulpverleners een kader om zicht te krijgen op wat er werkelijk speelt. (AR)

Sabine Noten *Stapeltjesverdriet, stilstaan bij wat is* (In de Wolven)  
ISBN 978 90 77179 055 € 16,95

## Wat kan ik voor je doen?

De meeste mensen willen graag een vriend of vriendin in de rouw helpen, maar velen vragen zich af hoe. In *Wat kan ik voor je doen?* geeft auteur Karin

Kuiper handige suggesties hoe mensen een bevriende nabestaande kunnen ondersteunen in zijn of haar rouwproces.

In haar onverbloemde stijl laat Kuiper de lezer in de huid van de rouwende kruipen: 'Ik heb een geliefde verloren en nu ben ik verdoofd, in shock, onwillig, emotioneel instabiel en uitgeput... Alles is anders en niets voelt nog hetzelfde. Ik heb jullie geduld nodig, terwijl ik zoek naar een nieuw evenwicht en mijn wereld weer leer kennen.' Om vervolgens met heel bruikbare tips te komen met betrekking tot wat iemand daadwerkelijk kan doen voor een vriend of vriendin in



de rouw. Het gaat om heel gewone dingen, zoals een welterusten-sms'je, een avondje uit én een oppas regelen of praktische hulp bieden in de vorm van cheques die ingewisseld kunnen worden bij de gever.

Met *Wat kan ik voor je doen?* heeft Kuiper een treffend vervolg geschreven op haar non-fictieboek *Je mag mij altijd bellen* over haar leven als jonge weduwe na het overlijden van haar man Karel Glastra van Loon. (AR)

Karin Kuiper *Wat kan ik voor je doen? Steunen bij rouw* (uitgeverij Terra)  
ISBN 978-90-8989-140-2 € 9,95

## Ik moet je achterlaten



Hoe ga je als nabestaande om met gevoelens van rouw? Hoe geef je het verlies van een dierbare een plek? Hoe zorg je ervoor dat je leven het weer waard is om geleefd te worden? *Ik moet je achterlaten* is bedoeld als houvast in de tijd na een verlies. Vanuit haar eigen ervaringen laat de auteur zien hoe een



nabestaande weer uit dit vaak donkere dal kan komen.

Zelf verloor Notten verschillende mensen uit haar directe omgeving. Haar gevoelens uitte ze in rouwgedichten en langzamerhand merkte ze dat ze nog steeds gelukkig kon zijn, ook zonder de mensen die er niet meer waren.

Hoewel wetenschappelijke onderzoeken tegen spreken dat rouwen volgens een lineair pad loopt, zoals de ondertitel *Stap voor stap door het rouwproces* impliceert, kunnen mensen in de rouw troost en steun vinden in de gedichten en tips die staan beschreven in dit boek. (AR)

Francis Notten *Ik moet je achterlaten Stap voor stap door het rouwproces* (uitgave in eigen beheer; bestellen via [www.ikmoetjeachterlaten.nl](http://www.ikmoetjeachterlaten.nl))  
ISBN 978-90-841682-1-3 € 12,50

## Het sprookje van de dood



In *Het sprookje van de dood* wordt verteld over een Zieltje dat voor het eerst naar de aarde gaat. Zo krijgt het zieltje een persoonlijke gids die haar zal begeleiden en maakt ze kennis met andere zielen die allemaal een rol in haar aardse leven zullen spelen. Het leven op aarde is eigenlijk een spel waarin het Zieltje zich eerst niets meer zal herinneren van Thuis, maar waarin ze wel steeds kan terugvallen op haar gids, als ze maar zelf om hulp vraagt. Sterven wordt beschreven als terugkeren naar Thuis, naar het licht. Een spiritueel sprookje dat qua taalgebruik is geschreven voor alle leeftijden maar dat met name bij kinderen die niet vertrouwd zijn met het spirituele gedachtegoed wel wat vragen zal oproepen. (JvdV)

Marie-Claire van der Bruggen *Het sprookje van de dood* (Eoscentra) ISBN 978-90-75362-68-8  
€ 12,95