

Een levensveranderende gebeurtenis in het gezin.

Alles is anders, er moet veel geregeld worden, er is tijd nodig om te wennen aan de nieuwe situatie, er is rust nodig om straks weer gezond in het nieuwe leven te kunnen staan en bij te dragen. Voor jezelf en voor andere gezinsleden. Bij geboorte is daar in de wet in voorzien. Bij overlijden niet. Terwijl de impact, zoals u zult begrijpen, minstens zo groot is en met nogal een ander emotioneel uitgangspunt en perspectief.

Ik werd op mijn 37e na een plotseling kort en heftig ziekbed van mijn man, waarin ons derde kind werd geboren, weduwe. Ik bleef achter met een tweeling van toen 5 jaar en een baby van 9 weken.

Met jonge thuiswonende kinderen gebeurt er heel veel in zo'n situatie. Iedere situatie is uiteraard uniek, maar ik weet dat veel van wat op mij afkwam vrij uniform is.

Uiteraard is de emotionele impact enorm, voor alle gezinsleden. Dit proces is heel persoonlijk maar ook daarin zijn grote gemene delers te vinden. Dit op zich zou ik geen reden voor rouwverlof willen noemen. Bij onvoldoende belastbaarheid om emotionele redenen, is de uitweg van (tijdelijke) arbeidsongeschiktheid nog enigszins te verdedigen.

Bij het wegvallen van een partner/ouder in een jong gezin, is er echter rouw bij jezelf en bij de kinderen wat veel vraagt van de overgebleven ouder. Daarnaast moet er rond een overlijden veel geregeld worden en zijn er veel praktische puzzels die opnieuw een oplossing moeten krijgen.

Deze stapeling is heftig.

De draaglast wordt op meerdere leefgebieden vergroot voor de achterblijvende ouder. Denk bijvoorbeeld aan herinrichten financiële huishouding, praktische huishouding maar ook de intensiteit van de opvoeding door rouwende kinderen. Intussen is de draagkracht letterlijk gehalveerd; namelijk het dragen van het gezin door twee ouders naar één (zelf ook rouwende) ouder.

Op dit moment is arbeidsongeschiktheid/ziekteverzuim de enige 'oplossing'. En is men afhankelijk van een flexibele werkgever en begripvolle bedrijfsarts. Sommige mensen krijgen de ruimte die nodig is, anderen lopen tegen muren op rondom werk, wat niemand op de lange termijn ondersteunt om goed en duurzaam terug te keren in het arbeidsproces. Deze willekeur is onwenselijk.

Graag help ik u op weg met enkele voorbeelden van wat er zoal op een jonge achterblijvende ouder afkomt:

- Regeldruk
 - o Als iemand jong en zeker onverwacht overlijdt, ligt er meestal niet netjes een mapje klaar met wat waar geregeld kan worden. Er moeten papieren worden opgevraagd bij de notaris, er moeten rekeningen afgesloten of omgezet worden (bij iedere instelling een ander proces!), lidmaatschappen opgezegd etc. Hiervan heeft iedereen wellicht een beeld.
 - o Ook rondom eventuele (kinderopvang)toeslagen, ANW, inkomen moet er flink geregeld worden. De hele financiële situatie moet opnieuw in kaart gebracht worden en balans vinden.
 - o Er zijn mensen die (snel) hun woning uit moeten én hieromheen in de problemen komen (nee, niet iedereen kan een ORV afsluiten).
 - o Er moest bij ons een auto weg én er moest een nieuwe gezinsauto komen waar we in passen.
 - o Je kunt dit vaak niet zonder hulp uit de sociale kring. Dit moet óók gecoördineerd worden.
 - o Achtergebleven ouder moet in veel gevallen méér gaan werken om de financiën sluitend te krijgen.
- Kinderen ondersteunen
 - o Kinderen hebben vaak baat bij ondersteuning in hun rouwproces door iemand die niet zelf emotioneel betrokken is. Dit voor elkaar krijgen is een tijdrovend proces.
 - o Eén ouder moet contact met school onderhouden, met de opvang, met eventuele hulp zoals hierboven genoemd.
 - o Kinderen moeten door één ouder worden gebracht en gehaald (school, hobby's maar óók weer die extra hulp die hier vaak bij komt kijken is een logistieke puzzel).

- Ook kinderen hebben goede en minder goede dagen en hun overgebleven ouder is de veiligheid die ze dan nodig hebben (dat vraagt tijd, flexibiliteit én energie).
- Vormgeven nieuwe leven
 - Er zijn nieuwe routines nodig. In huis. Alle zorgtaken liggen bij één ouder (die zelf een periode aanzienlijk minder belastbaar is).
 - Maar ook daarbuiten. Er moet gepuzzeld worden met de kinderopvang, met werkdagen en –tijden (door altijd zelf halen én brengen en reistijd, krijg ik geen 8 uur meer in een dag op mijn huidige werkplek bijvoorbeeld).
Alle coördinatie van hulp en oppassen is een tijdrovende klus aangezien er meer nodig is én het op één persoon aankomt.

Wat zou het een verademing zijn wanneer er flexibel inzetbaar verlof bestaat. Het lijkt mij zelfs voorliggende noodzaak om rouwverlof in te kunnen zetten. Dit om de basis thuis gedegen op orde te kunnen krijgen. Zodat je, ook als je weer werkt, tijd hebt om dit soort dingen goed en rustig te kunnen doen én weer duurzaam bij te dragen door deel te nemen aan het arbeidsproces. Ik ben er bovendien van overtuigd dat die ruimte op de langere termijn zorgkosten voor kinderen én ouder en uitval op werk bespaart.

Jonge ouders, vol in het leven, die er alleen voor komen te staan mét een berg verdriet. Als maatschappij zouden we daar toch een stukje meer ondersteuning aan mogen geven. Met als doel ook deze gezinnen weer mee te laten draaien, in het belang van iedereen.