

# In gesprek met...

## Elise Alders uitvaartbegeleider

‘Bespreek de dood met elkaar’



Ze weet al hoe ze haar eigen uitvaart wil en heeft dat ook besproken met haar partner en kinderen. Volgens uitvaartbegeleider Elise Alders is het voor alle geliefden belangrijk dat van elkaar te weten. “Je hebt dan een kompas en dat is fijn als het verdriet groot is.”

Al tien jaar is Elise samen met Martine Klumper eigenaar van hart & ziel uitvaarten. Werken in de uitvaartwereld was niet iets waar Elise altijd van droomde. Ze wilde na een lange carrière in de reclame en marketing werk doen dat er toe doet. “Ik kreeg de behoefte menselijker bezig te zijn. Bij een afscheid ben je betrokken bij families op een heel kwetsbaar moment. Er is geen ruimte voor *chit chat*, het gaat gelijk ergens over. De meeste mensen zijn in normale omstandigheden prima in staat zelf te handelen, maar geconfronteerd met intens verdriet blokkeren ze. Ik bied graag hulp op die momenten, iedereen heeft recht op een goed afscheid.”

**Wat boeit je aan het werk?** “Ik kom met zoveel mensen in aanraking, iedereen is anders en geen situatie hetzelfde. Het is boeiend om een korte periode dichtbij een familie te staan, en samen te kijken hoe we een mooi afscheid kunnen organiseren. Het is fijn als het lukt de uitvaart passend te maken bij de overledene en de personen die afscheid nemen, ondanks het grote verdriet.”

**Hoe ga je om met de emoties waarmee je te maken krijgt?** “Een afscheid raakt me bijna altijd, maar het is niet mijn verdriet. Ik raak niet overmand door emotie zoals de nabestaanden. Als het gaat om gevoelens ben ik gewoonlijk een spons, in het begin werd ik daar zenuwachtig van. Inmiddels vraag ik mij af of het erg is als mensen zien dat het me raakt. Helemaal niet, families beschouwen dat als menselijk.”

**Is het niet vervelend zo vaak met verdriet geconfronteerd te worden?** “Ik denk dat als het me niet raakt, ik niet met dezelfde betrokkenheid kan werken. Door open te staan voor emotie begrijp ik families beter en kan ik het werk ook beter uitvoeren. Het is niet zo dat ik altijd enorm geraakt word. Natuurlijk is het ook verdrietig wanneer oude mensen met een prachtig leven achter de rug overlijden, maar hun leven is voltooid.”

**Welke situatie is voor jou het moeilijkst?** “Als het kinderen betreft of mensen die zich

in dezelfde situatie bevinden als ikzelf. Het is voor mij extra verdrietig en moeilijk als het een vader of moeder betreft met jonge kinderen zoals wij hebben. Maar het is mijn werk. Ik heb een bepaalde distantie en kijk waar ik iets kan toevoegen. Op zo'n moment ben ik anders met het verdriet bezig.”

**Lig je wel eens wakker van je werk?**

“Niet meer zo vaak. Soms als het verdriet heel groot is of de situatie dichtbij komt. Het kan ook om een praktische reden zijn, als ik de locatie niet rond krijg bijvoorbeeld. Ik vind het belangrijk dat het afscheid gaat zoals de familie dat wil.”

**Wat was de reactie van je omgeving op je besluit een uitvaartonderneming te starten?** “Voor mijn ouders was het wel wennen. Ze zagen vooral nadelen aan de emotionele kant van het werk. Ze kennen mijn grote inlevingsvermogen en vroegen zich af of deze keuze wel zo verstandig was. Mijn partner vond dat ook, maar die liet het besluit aan mij. Het fijne van samenwerken met Martine is dat ik met haar kan delen wat ik meemaak. Je moet soms je verhaal kwijt.” ➤

# ‘Ik hoop zelf op een afscheid met een lach en een traan’

## **Sommige personen vinden dat de uitvaartwereld geld verdient aan andermans verdriet.**

“Er zijn mensen die zo denken en wellicht ook bedrijven in de branche die zo werken. Volgens mij is er een flink verschil tussen grote en kleine uitvaartondernemingen. De kleinere bedrijven hebben allemaal een andere invalshoek en werken over het algemeen integer. De grotere bedrijven waarbij uitvaartverzekeringen gekoppeld zijn aan uitvaartondernemingen, dat is een totaal andere wereld. Mensen hebben hun hele leven voor een uitvaartverzekering betaald. Van tevoren is afgesproken wat ze voor dat bedrag krijgen. Als de uitvaart vervolgens geregeld kan worden in 15 uur in plaats van 25 uur, dan heeft de ondernemer tien uur verdiend. Daar komt weinig liefde bij kijken. Het is natuurlijk wel zo dat in Nederland bij wet is vastgelegd, dat je begraven of gecremeerd moet worden. Dat kan men over het algemeen niet zelf. Ik verdien aan de tijd die ik bezig ben met het organiseren van een uitvaart. Willen nabestaanden veel zelf doen, dan is dat goed. Het gaat mij er om dat nabestaanden afscheid kunnen nemen op een manier die bij ze past.”

**Je ziet veel overleden mensen, hoe is dat voor jou?** “Ik heb daar geen problemen mee, dode mensen zijn niet eng voor mij. Vaak kleden en verzorgen we samen met de familie de overleden dierbare. De meesten zijn op oudere leeftijd vredig ingeslapen. Een zelfdoding is natuurlijk wat anders, het afscheid nemen is dan erg moeilijk. Bij mensen die met pijn zijn overleden, zien we vaak dat de grimassen uit het gezicht verdwijnen door het ontspannen van de

spieren na overlijden. Eindelijk weer rust op het gelaat van de dierbare.”

## **Krijg je nieuwe inzichten door het werk?**

“Ik sta meer in het leven dan vroeger. Doordat ik zoveel te maken heb met verlies en verdriet, ben ik me er bewust van dat je zelf wat van het leven moet maken. Ga ervoor, niemand anders doet het voor je en uit je emoties naar elkaar. Het leven kan zomaar afgelopen zijn of je kunt een dierbare verliezen. Bewust zijn betekent voor mij dat ik besef dat ik leef. Ik geniet nu meer en heb meer vertrouwen gekregen in het leven.”

## **Is verdriet ongemakkelijk voor mensen?**

“Voor mij niet, maar voor sommigen wel, die verontschuldigen zich voor hun tranen. Ze voelen zich ongemakkelijk. Soms wil een nabestaande niet spreken tijdens de uitvaart uit angst te gaan huilen. Als ik het idee heb dat het wel belangrijk voor ze is om te spreken, stimuleer ik dat. Doen ze dat niet, dan kan iemand nadien spijt krijgen, wat wellicht ook de verwerking in de weg kan staan.”

## **Wordt er genoeg gerouwd in Nederland?**

“Bij ons is de uitdrukking ‘doe maar gewoon, dan doe je al gek genoeg’ er erg ingebakken. Dat geldt ook voor afscheid en verdriet. Nabestaanden denken al snel dat hun omgeving van ze verwacht dat ze verder moeten met leven. Ze laten liever niet zien dat ze net een geliefde verloren hebben. Vroeger was dat anders, vrouwen liepen lange tijd in een zwarte rok na het overlijden van een familielid. Rouw was zichtbaar aan de buitenkant in kleding en sieraden, dat is verdwenen. Verlies hoorde meer bij

het leven dan nu, mensen werden minder oud door ziektes.”

## **Zijn er taboes rond de dood?**

“Alles wordt juist steeds opener, er kan aanzienlijk meer. Vroeger was een uitvaart standaard, nu is de aanpak veel persoonlijker. Er wordt gekeken naar wat écht past bij de overledene. Mensen vinden minder zaken gek tegenwoordig. Dat zien we terug in de keuze van de rouwkaart, de locatie, de muziek en de catering.”

## **‘Het leven is maakbaar’ is tegenwoordig de teneur, past verdriet daar nog wel bij?**

“Dat is zeker een algemeen maatschappelijk verschijnsel. Wat ik wel merk is dat mensen de uitvaart proberen ‘mooi’ te maken. Het perfecte afscheid, het kan ook maar één keer natuurlijk. Er wordt meer nagedacht over de sfeer en de intimiteit. Uitvaarten zijn nu veel sfeervoller dan twintig jaar geleden.”

## **Is de dood voldoende bespreekbaar?**

“Het zou beter zijn als we de dood meer met elkaar zouden bespreken. In het werk kom ik regelmatig situaties tegen dat families niet weten of iemand begraven of gecremeerd wil worden. Op zo’n moment is dat een heel moeilijke keus. Het is fijn om van elkaar te weten wat je wilt. Bovendien kan het mooie gesprekken opleveren als je met elkaar praat over de dood. Wil je een grote of kleine uitvaart, formeel of juist niet. Dat kan tijdens de afwas, het hoeft echt geen zwaar gesprek te zijn.”

## **Het is wel een droevig gesprek dat de meeste mensen liever uit de weg gaan.**

“Ja, klopt en dan wordt het onderwerp weer weggedrukt, maar het is juist mooi als je in

de geest van iemand afscheid kan nemen en zeker weet dat diegene daar achter stond. Voor veel mensen is het moeilijk, maar bespreek de dood met elkaar. Ook als het gaat om levensverlenging, hoelang wil je dat je leven gerekt wordt en wil je gereanimeerd worden? Denk daarover na, deel het met elkaar en maak een levenstestament op."

**Waarom vindt men het toch zo moeilijk om erover te praten?** "De eindigheid van het leven is ingewikkeld. Mensen willen zich afsluiten voor de pijn en het verdriet. Het is nog niet zover, dus we denken er niet aan. Het verdriet wordt niet kleiner als je je uitvaart met elkaar bespreekt, maar je weet wel wat de ander wil. Je hebt een kompas en dat is fijn, juist als het verdriet groot is."

**Heb jij al nagedacht over je eigen uitvaart?** "Ik zie tijdens mijn werk natuurlijk veel voorbij komen wat me aanspreekt of wat bij mij zou passen. Toch heb ik met mijn partner besproken dat ik het bij hem en de kinderen laat of ik begraven of gecremeerd wordt. Heel lastig natuurlijk, je zadelt de ander met een moeilijke beslissing op, maar ik vind het belangrijk dat zij achter de keuze staan. Als mijn geliefden het fijn vinden om naar een vaste plek te gaan, dan is begraven prima. Willen ze liever mijn as verstrooien, dan vind ik het ook goed. Ik sta los van dat proces. Ik weet wel hoe ik mijn afscheid wil en dat hebben we ook al besproken. Wat mij beter past is het leven te vieren dan erom te treuren. Geen formele toespraken, alles wat je tegen me wilt zeggen doe je nu maar. Ik hoop op een afscheid met veel muziek, een lach en een traan." \*

