

Daarom vinden rouwexperts het een goed idee dat Sergio Herman snel weer aan het werk gaat

Twee weken na verlies zoontje

Het Nieuwsblad van 15/03/2017 door Annelies Roose



FOTO: MIJN POP-UPRESTAURANT !

Goed twee weken nadat Sergio Herman (46) en zijn vrouw Ellemieke hun zoontje Joshua vlak voor de geboorte verloren, was de sterrenchef gisteravond opnieuw te zien als jurylid in *Mijn Pop-uprestaurant*. Voor veel mensen lijkt het misschien te snel, maar rouwexperten zijn niet verwonderd. “Het is net aan te raden gauw weer aan het werk te gaan om je verdriet te verwerken.”

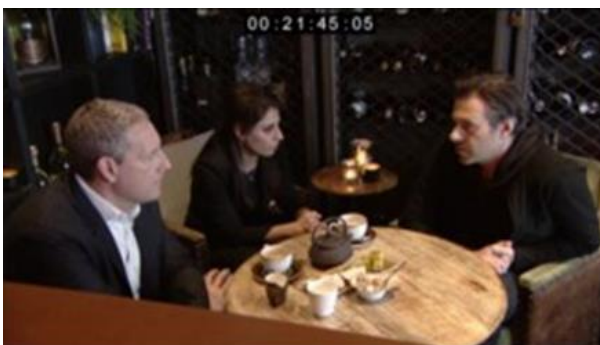


FOTO: MIJN POP-UPRESTAURANT

“*Bric-à-brac* noem ik dat.” “Dat is toch voor de konijnen.” “Het ziet er ook zo triestig uit. Ik zou het thuis zelfs nog niet eens op mijn barbecue leggen.” Afgaand op de snedige commentaren die hem zo typeren, was het gisteravond in *Mijn Pop-uprestaurant* niet aan Sergio Herman te merken dat hij momenteel door een intense rouwperiode gaat. De sterrenchef was te zien zoals we hem kennen: streng maar rechtvaardig, kordaat maar eerlijk.

Het was die ene, anderhalve minuut, die menig kijker even deed slikken: het moment waarop de drie juryleden even stilstonden bij de voorbije weken. “Dag schatje”, zei Sepideh Sedaghatnia toen

Sergio haar wijnrestaurant in Antwerpen binnenkwam en ze hem een knuffel gaf. “Ik vind het waanzinnig dapper dat je hier bent”, vervolgde Gert Verhulst. “Ik denk dat ik afgelopen week zo veel tranen heb gehad dat ze er niet meer zijn”, antwoordde Sergio. “Het is echt verschrikkelijk geweest. Laten we er gewoon invliegen, en kijken waar het schip strandt.”

Het was het enige moment waarop iets werd gerept over het verdriet dat de sterrenchef en zijn vrouw Ellemieke twee weken geleden overviel. Maandenlang hadden ze samen uitgekeken naar de komst van hun derde kindje, een zoon aan wie ze de naam Joshua gaven. Maar begin deze maand ging het mis. Net toen hij elk moment geboren kon worden, is de jongen overleden.



FOTO: MIJN POP-UPRESTAURANT

Veilige cocon

Voor veel mensen gaat het tegen de intuïtie in: zo snel weer de draad oppikken na zo'n zwaar verlies. *“Maar er is niets mis mee”*, zegt **Evamaria Jansen**, rouwtherapeute met dertig jaar ervaring. *“Er zijn twee manieren waarop mensen rouwen. Sommigen isoleren zich in een veilige cocon, waar ze herinneringen ophalen aan wie ze verloren zijn en uitgebreid stilstaan bij wat is gebeurd. Anderen gaan door, zoeken het gewone leven weer op. Soms wordt dat geïnterpreteerd alsof ze zouden vluchten van hun verdriet, maar dat klopt niet.”*



FOTO: MIJN POP-UPRESTAURANT

“Ik raad mensen zelfs altijd aan om gauw weer aan het werk te gaan om hun verdriet te verwerken”, zegt professor emeritus en rouwspecialist Manu Keirse. “Al is er wel een belangrijke voorwaarde aan verbonden: voldoende begrip van de collega's. Rouwenden stoppen veel energie in hun proces. Ze zijn dus snel vermoeid en kunnen zich niet altijd even goed concentreren. Het is belangrijk dat de omgeving dat weet.”

“Soms heeft de omgeving ook de neiging om foute conclusies te trekken”, zegt **Evamaria Jansen**. *“Maar vergis je ook niet: een rouwproces duurt maanden. Ga er dus nooit vanuit dat wie snel weer aan het werk gaat, ook over zijn verdriet is.”*