

## *Hoe ga je om met iemand die in rouw is?*

### **Wees LIEF**



**Luister** naar iemands verhaal. Ook voor de tiende keer, ook maanden of jaren later.



**Interesseer** je in de ander. Vraag – ook na langere tijd – hoe het gaat, en praat over de overledene.



**Erken** emoties. Geef er ruimte voor, oordeel er niet over, bagatelliseer ze evenmin en veeg ze niet van tafel.



**Faciliteer**. Help in concrete zin – koken, op kinderen passen – en maak het de ander makkelijker, zeker in de eerste tijd na het overlijden.

## Wees LIEF

Hoe je het beste kunt omgaan met iemand die rouwt, komt altijd neer op dezelfde vier vaardigheden. Ongeacht de vraag of het om een recent of al wat langer geleden verlies gaat. Om de vaardigheden makkelijker te kunnen onthouden hebben we er een acroniem van gemaakt: **LIEF**.  
Ofwel: wees altijd LIEF.

*Uit het boek: Ik weet niet wat ik zeggen moet. Hoe praat je over dood verlies en rouw? © Bureau MORBidee. [www.bureaumorbidee.nl](http://www.bureaumorbidee.nl)*