

Hulp bij opvoed- verdriet



Toen de eerste lockdown net was begonnen en de Kindertelefoon overuren draaide, vroeg Rolien Sandelowsky zich af: waarom is er eigenlijk geen hulplijn voor ouders? Ze besloot er zelf een op te richten: de Oudertelefoon.

'Goedemorgen, met De Oudertelefoon',

zegt Willem, vrijwilliger met een medische achtergrond, tegen een beller. 'Wat zou je willen bespreken?'

(...)

'Ach jee. Ik hoor aan je stem dat het je heel hoog zit.'

(...)

'Verschrikkelijk, zeg.'

Aan de andere kant van de lijn klinkt gesmoord gesnik.

Het is tien over 11 op een donderdagochtend. Boven de daken van de grote stad razen de wolken voorbij, in het hoge appartement van Willem staan de laptop (voor de chatters) en de telefoon (voor de bellers) klaar voor zijn drie uur durende dienst. Ook deze week is hij weer een van de 25 vrijwilligers van De Oudertelefoon, een gratis en anonieme hulplijn voor opvoeders die hun hart willen luchten: iedere week zijn er zo'n 125 bellers en chats. Willem is er al sinds het begin bij. 'Maar', zal hij achteraf enigszins beduusd zeggen, 'dit is wel het heftigste gesprek dat ik tot nu toe heb gevoerd.'

Waarom is er eigenlijk geen hulplijn voor ouders? Vanuit die verbazing richtte Rolien Sandelowsky (32, creatief strateeg en schrijver) in maart 2020 De Oudertelefoon op. De eerste lockdown was net begonnen, de universiteit in Portugal waaraan ze studeerde, was dicht, en ze zat zoals miljoenen anderen thuis toen een vriendin haar vertelde dat de Kindertelefoon nóg meer werd gebeld dan anders. Het was voor veel kinderen dus helemaal niet fijn om zoveel thuis te moeten zijn, concludeerden ze wat treurig. Tijdens datzelfde telefoongesprek kwamen ze tot de conclusie: als je die kinderen wil helpen, moet je hun ouders helpen. 'We zouden rustgevende oefeningen moeten opnemen, bedacht de