

'Rouw geen ziekte maar je kunt er wel ziek van worden'



RAALTE - „Kort na een overlijden is er aandacht van familie, vrienden en kennissen voor nabestaanden. Maar na een jaar, en vaak al na een kortere periode, gaat voor velen het leven weer verder. Behalve voor de nabestaande, terwijl de behoefte aan steun juist dan zo groot is. Als je bij jezelf merkt dat je na verloop van tijd last blijft houden van verschillende klachten, en dat je niet lekker in je vel zit, dan is het raadzaam hulp in te roepen”, zeggen Renate Klomp-Van Gaalen en Rosa Kiekebosch-Wigink. „Want rouw is geen ziekte, maar je kunt er wel ziek van worden, zelfs jaren later.”

Renate Klomp draagt na 12,5 jaar haar praktijk voor verlies- en rouwbegeleiding over aan de 45-jarige Rosa Kiekebosch-Wigink. „Ik loop sinds een half jaar met de gedachte rond om te stoppen”, vertelt de zestigjarige Raaltese. „In dit intensieve werk, waarin ik me met hart en ziel gegeven heb en erg veel geleerd heb van mijn cliënten, wil ik nu een stapje terug doen om ruimte te geven aan andere dingen die op mijn pad komen. Ook wil ik meer aandacht besteden aan onze kleinkinderen. In Rosa heb ik een fijne opvolgster gevonden, ik heb het volste vertrouwen in haar.”

Renate Klomp is bijna 43 jaar lang werkzaam geweest in de zorg. Ze begon op haar achttiende als kraamverzorgster, daarna was ze maatschappelijk werkster in de Zaanstreek, Meppel en vanaf 1979 in Raalte. Naast het werken met individuen en gezinnen, werkte ze veel en graag met groepen. „Lotgenoten samenbrengen, waarin ze kunnen vertellen over hun eigen ervaringen en luisteren naar die van anderen. Zo kan men elkaar tot steun zijn, een half woord is vaak al genoeg.”

Eind jaren negentig besloot Renate Klomp haar eigen praktijk te openen, bij haar thuis aan de Jan van Arkelstraat. „Ik wilde me met hart en ziel wijden aan verlies- en rouwbegeleiding. Iedereen krijgt, vroeg of laat in zijn leven, met verlies en/of rouw te maken. Het is bijzonder mooi om mensen in hun verdriet te kunnen en mogen helpen. Bepaalde situaties raken me

extra. Bijvoorbeeld het overlijden van kinderen en jongeren. Daar heb ik wel eens wakker van gelegen."

Klomp kan allerlei voorbeelden uit haar praktijk aanhalen. Rouw en verdriet zit niet alleen in je hart en hoofd, maar het is voelbaar in het hele lijf, weet ze. Zo paste ze massages toe. „Aanraken en aangeraakt worden kan veel betekenen."

Ook is ze via haar praktijk regelmatig een schakel geweest in moeilijke situaties. Zo kwam ze bij een man die op sterven lag, maar een ruzie met zijn broer nooit had uitgesproken. „Ik heb hem geholpen het samen met zijn broer uit te praten. Dat is gelukt, zo konden beiden elkaar loslaten."

Ook begeleidde ze eens een meisje van wie een broertje vroeger was overleden. „Ze durfde toen niet te kijken, dus had hem na zijn overlijden niet meer gezien. Maar toen haar vader jaren later ernstig ziek werd, kwam het allemaal weer boven. Ze heeft alsnog samen met mij een brief aan haar overleden broertje geschreven. Daarna kon ze het sterven van haar vader beter mee beleven."

„Kinderen en jongeren van wie een dierbare overlijdt, dragen dit verlies vaak hun hele leven met zich mee. Het zou fijn zijn als de omgeving aan de jongeren vraagt hoe het met hen gaat, in plaats van hen te vragen hoe het met de overgebleven ouder gaat. Jongeren houden zich vaak groot, dragen vaak een masker en zeggen 'ik red mij wel', terwijl er grote eenzaamheid achter schuil gaat."

Renate Klomp vindt het een zegen, dat de laatste vijftien jaar meer aandacht wordt besteed aan rouwbegeleiding en aan een meer persoonlijke invulling van de uitvaart.

„Gelukkig wisten huisartsen, fysiotherapeuten, uitvaartbegeleiders en anderen die werkzaam zijn in de zorg, de weg naar mijn praktijk te vinden."

Renate Klomp is blij dat zij hun cliënten voortaan door kunnen verwijzen naar de praktijk van Rosa Kiekebosch-Wigink.

Een doorverwijzing is echter niet nodig, mensen kunnen ook zelf contact met haar opnemen.

Haar praktijk is te vinden aan de Alingcamp 51a in Heeten, via telefoon 06-48647561 of via de internetpagina www.rosakiekebosch.nl . In overleg is het ook mogelijk dat zij op huisbezoek komt. Rosa Kiekebosch runt sinds vijf jaar een praktijk voor counselling en coaching, met als specialisatie rouw- en verliesbegeleiding. „Ik wens Rosa veel succes met dit mooie werk", besluit Klomp.