

## 'Hulp bij het verweven van een intense verlieservaring in je leven'

**Lichtenvoorde** - Iedereen heeft in zijn of haar leven wel eens te maken (gehad) met een intense verlieservaring. Gevoel en verstand gaan dan vaak niet gelijk op in deze periode en sommige mensen blijven vastzitten in hun emoties. Zij kunnen dan steun vinden door er over te praten. Maar niet iedereen heeft mensen waar ze hiervoor terecht kunnen en moeten dan op zoek naar andere steun. Deze kunnen zij onder andere vinden bij Liesbeth Verhagen in haar expoatelier Ont-Moeten waar op ongedwongen wijze in een prettige sfeer hulp geboden kan worden.

Liesbeth heeft een professionele post-HBO-opleiding gevolgd als rouw- en verliesbegeleider en was jaren betrokken bij Stichting Prisma. Deze stichting heeft een duidelijke weg ingeslagen en biedt hulp aan mensen met kanker en hun naasten. Omdat Liesbeth wel door wilde gaan met ál haar werkzaamheden op het gebied van rouw- en verliesbegeleiding worden deze nu in haar atelier aan de Raadhuisstraat gegeven.

Liesbeth: "Ik merk dat sommige mensen behoefte hebben aan hulp bij het verweven van een groot verlies in je leven. Dit hoeft niet altijd te gaan om een sterfgeval, maar kan ook te maken hebben met (echt) scheiding, verlies van gezondheid of werk. Iedereen rouwt op eigen wijze en bij de een duurt dit langer dan bij de ander. Ook kinderen weten niet altijd wat ze moeten doen en zoeken houvast om een persoonlijke balans te vinden. Door het praten over het verlies, individueel of in groepsverband, kan al veel duidelijkheid geven. Maar soms kan het gebruik van creatieve middelen (schilderen, tekenen, een brief schrijven) helpen om het verlies te verwerken. Belangrijk is wel dat de middelen gekozen worden die bij de mensen passen."

Verwerken van verlies wil niet zeggen dat je dit moet vergeten, je draagt je verlies het hele leven mee. Verwerken betekent eigenlijk : het verlies verweven in je leven. Soms blijven mensen vastzitten in hun emoties en lijkt het alsof ze niet verder kunnen. "Ook kinderen kunnen problemen krijgen bij een echtscheiding van hun ouders. Zij moeten dit verlies (de veiligheid van beide ouders in hetzelfde huis) verwerken en om leren gaan met de nieuwe situatie. Door afspraken te maken in mijn atelier creëer ik een ongedwongen sfeer waarin het voor hen veilig is om hun verhaal te doen. Ook het werken met poppen die de huiselijke situatie nabootsen werkt bij hen. Het verdriet zal altijd een wond blijven, maar ze leren er mee om te gaan. Soms komen meerdere kinderen uit één familie hier tegelijk en dan gaan we samen schilderen. Op die manier heb ik al heel veel verrassende resultaten bereikt. Maar ook volwassenen kunnen veel baat hebben bij het uiten van hun verlies. Ouders willen niet altijd naar hun kinderen gaan met hun verdriet omdat ze hen daarmee niet willen belasten. Ze kunnen wel de behoefte hebben om dit met anderen te delen om op die manier verder te gaan met hun leven. Door volwassenen en kinderen aandacht en tijd te schenken kunnen zij hun emoties beter verwerken en doorgaan met hun leven. Bij het eerste gesprek, dat helemaal vrijblijvend en kosteloos is, luister ik naar hun verhaal en geef ik aan wat ik te bieden heb. Komt er een vervolgspraak dan volgt er wel een rekening, maar die is vaak gedeeltelijk terug te krijgen van de zorgverzekering, afhankelijk van de wijze waarop men verzekerd is. Dit is allemaal vooraf af te spreken zodat iemand niet voor vervelende verrassingen komt te staan."