



*Thamar Post*

**Want dat is ook verlies**

“Ik weet  
het nog precies.

Het was 7 maart 2005.

Ik was aan het sneeuwruimen.

En toen werd het zwart.” Het leven van Frans stond op z'n kop na zijn herseninfarct. Opeens moest hij afscheid nemen van het leven zoals hij dat daarvoor gekend had. En dat is een stukje verliesverwerking, vindt Thamar Post (29).

Afgelopen mei legde zij de laatste hand aan haar scriptie over verweringsbegeleiding bij CVA- (Cerebro Vasculair Accident) cliënten. Verliesverwerking is een onderwerp dat Thamar altijd geïnteresseerd heeft. In haar werk als ambulante cliëntbegeleider bij de Zeemeeuw kwam zij in aanraking met cliënten met Niet Aangeboren Hersenletsel en ze beseftte dat ook zij te maken hebben met een verlies. “Bij verliesverwerking denkt men vaak aan een overlijden,” vertelt Thamar. “Maar verlies is heel breed. En mensen die afscheid moeten nemen van een deel van hun leven hebben daar ook mee te maken.” Bij patiënten met NAH is dit vaak in grote mate het geval. “Vlak na mijn CVA vroeg mijn vrouw een scheiding aan en verloor ik mijn baan,” vertelt Frans. Daarmee om te leren gaan en een nieuw leven op te pakken, is niet niks. “Je blijft hulp moeten vragen,” zegt Frans. “Ik loop nog steeds tegen dingen aan.”

### **(H)erkenning**

Thamar heeft voor haar onderzoek bekeken hoe er bij Esdégé-Reigersdaal wordt omgegaan met begeleiding bij de verwerking na een CVA. Er wordt zeker aandacht aan

besteed, maar tijdens het onderzoek voor haar scriptie kwam Thamar erachter dat er bij begeleiders maar beperkt kennis en scholing is. “Verliesverwerking speelt lang niet altijd een rol in de begeleiding,” maakt ze duidelijk. “Terwijl dat toch heel belangrijk is. Erkenning is bijvoorbeeld een belangrijke stap om verder te kunnen gaan.” Volgens Thamar ligt een grote rol bij de begeleiding en dan vooral in de zin van een signalerende functie. Zij zijn direct bij de cliënt betrokken en zouden het beste kunnen inschatten waar hij of zij aan toe is. Frans vertelt dat hij goede ervaringen heeft met de begeleiding die hij kreeg. Na zijn letsel raakte hij structuur kwijt en wilde hij niet uit bed komen. Op een gegeven moment hebben begeleiders hem bij de hand genomen en gewezen op dagbesteding bij de Albatros. “Ik voelde mezelf daar heel lang te goed voor, maar nu heb ik er bijna spijt van dat ik er niet eerder ben begonnen. Maar er komt zoveel in één keer op je af.”

### **Brede begeleiders**

Thamar: “Je moet als begeleider ook wel heel breed zijn en kunnen begeleiden op allerlei gebieden. En het is logisch dat niet iedereen daar nog bij stilstaat. De combinatie van hersenletsel en verlies is lastig. Je moet als begeleider mee kunnen gaan in het tempo van de cliënt en aan veel dingen denken. Begeleiders zijn heel praktisch ingesteld, gericht op doen. Wat ook goed is, maar soms kun je daardoor missen dat iemand nog in een verwerking zit. Terwijl wij als begeleiding al gauw door willen. Je moet goed kunnen inschatten wanneer iets bijvoorbeeld een depressie is. Wanneer moet je er iets mee doen? En doe je dat zelf, of verwijst je een cliënt door? Die keuze moet

je wel kunnen maken. Je moet je realiseren dat er verschillende fases zijn, namelijk ontkenning, woede, marchanderen, depressie en aanvaarding.” Wel heeft ze gemerkt dat medewerkers in de dagbesteding eerder vragen over verliesbegeleiding signaleren. Thamar: “Dagbesteding is een actieve nieuwe levensvulling. Het is een uitdaging en je bent op een nieuwe manier bezig om je leven in te richten. Je kunt er echt een nieuwe start mee maken.” Frans: “Die nieuwe start heeft bij mij echt wel even geduurd. Maar nu loopt alles gelukkig goed.”

### **Wordt vervolgd?**

De scriptie van Thamar is net afgerond en ze hoopt dat men er iets mee kan. “Het lijkt mij mooi



*Thamar en Frans*

als er een cursus gegeven zou kunnen worden. Of dat er een protocol geschreven wordt. Veel cliëntbegeleiders voelen veel aan, bijvoorbeeld uit ervaring. Maar het zou fijn zijn als je dat kon onderbouwen.” Frans vindt het een goed idee: “Ik had het zelf nooit gezien als verlies, maar zo is het wel. En het is eigenlijk best fijn om te weten en het op die manier te bekijken.” Thamar: “Er was wel echt interesse voor, maar er moet natuurlijk ook geld en ruimte voor zijn.” Na de zomer gaat ze er weer verder mee. En wie weet... Misschien dat het onderwerp verlies binnenkort in de opleiding kan worden verwerkt.

*Irma de Vries*