



## Verlies & Herstel

### Visie

Ik werk vanuit een holistische visie. Dit betekent dat geest, ziel en lichaam verbonden zijn en een eenheid met elkaar vormen. Daarnaast hanteer ik de contextuele benadering. Dat wil zeggen dat het uitgangspunt van een individu niet op zichzelf staat, maar dat het proces zich afspeelt binnen de generaties van een familie, de samenleving en een cultuur.

### Doelgroep

Iedereen heeft te maken met verlies, dit kan met allerlei gebeurtenissen te maken hebben zoals gezondheid, werk, omgeving of verlies van een dierbaar persoon. Het kan ook gaan over verlies van verwachtingen. Bijvoorbeeld ongewenste kinderloosheid of omgaan met een chronische beperking. Dit wordt ook wel 'levend verlies' genoemd.



Hoe ingrijpend een verlies wordt ervaren, gaat vooral over de betekenis die een relatie of verwachting had. Verlies brengt rouw en verdriet met zich mee, dit is niet altijd zichtbaar, maar zeker wel aanwezig. Het is iets wat vaak in stilte wordt gedragen.

Na een ingrijpend verlies kun je soms verward zijn en herken je jezelf niet meer. Als je de richting even kwijt bent, dan ben je welkom om een steuntje in de rug te krijgen. Als verlies- en rouwbegeleider kan ik je op diverse manieren helpen om jouw verlies te kunnen dragen in het dagelijks leven.

Dit kan door persoonlijke gesprekken, wandelend stilstaan bij verlies, schrijfworkshops

*“Verdriet is als een schaduw; mijn schaduw gaat altijd met me mee. Soms zie ik die en soms niet. Op veel momenten ben ik me niet bewust van mijn schaduw. Die ligt vaak achter mij. Maar ik kan een hoek van een straat omslaan en ineens ligt die recht voor mijn voeten.”*

*Manu Keirse*

Over mij,

'Als je stil staat bij de schaduwkanten van het leven.....komt er herstel'

Als je vraagt iets over mezelf te vertellen, waar zou ik beginnen. Ik zou kunnen vertellen dat ik echtgenote, moeder, oma, dochter, zus, vriendin of collega ben. Velerlei rollen die mij toebedeeld worden.



Het leven heeft zijn loopt en zo ging het: van zorgverlener naar psychosociaal werker en verder gespecialiseerd als verliesbegeleider. Omdat het leven voor mij nooit vanzelfsprekend is geweest. En ik levenslang verliezen met mij meedraag, maar desondanks mij uitreik naar het volle leven wat mij gegeven is.

Ik geniet van de veelkleurigheid van het leven; het zorgen voor de ander, wat mij gemakkelijk afgaat, het delen en vergaren van kennis en kunde, van wandelen en stilte, samenwerken en terugtrekken. Inherent aan het leven is dat we soms struikelen, door ziekte, verlies en missers die ons overkomen. Hierin bied ik ondersteuning vanuit de gedachten dat we op doorreis zijn. Dat er samenhang is in alle dingen die op mijn pad komen, leef en werk ik. Gelijkwaardigheid, wederkerigheid en vertrouwen zijn hierin sleutelwoorden.

'Wees welkom, ook als je er nog geen woorden aan kunt geven'.

### Aanbod

- ✓ Persoonlijke gesprekken,
- ✓ Thematische workshops onder andere schrijven
- ✓ Wandelend stilstaan bij verlies
- ✓ Lezingen over omgaan met verlies

Leiden van Moreel Beraad

### Werkwijze

Er worden verschillende methodieken ingezet passend bij holistische visie.

### Contactgegevens

[www.verliesenherstel.nl](http://www.verliesenherstel.nl) 06-25463729

[info@verliesenherstel.nl](mailto:info@verliesenherstel.nl)