



# (H)erkennen van verlies en rouw

Iedereen krijgt in zijn leven te maken met verlies. Hierbij kun je denken aan het verliezen van een dierbare, maar ook aan een scheiding, een traumatische gebeurtenis, ziekte, verlies van vaardigheden of het verliezen van je baan.

Afscheid nemen is onderdeel van het leven, vaak sta je er niet lang bij stil. Maar soms raakt een verlies je dieper, dan ben je in rouw. Iedereen gaat anders om met het verwerken van een verlies en met rouw.

Raakt een verlies jou zo dat je merkt dat je niet verder kunt? Overheerst het verlies jouw hele leven? Dan kun je bij Siza terecht voor ondersteuning bij het verwerkingsproces.

## Begeleiding en behandeling

Voor het leren omgaan met verlies of rouw zijn verschillende vormen van begeleiding en behandeling mogelijk. Je kunt gesprekken voeren met bijvoorbeeld een geestelijk verzorger, rouwbegeleider, orthopedagoog, maatschappelijk werker of beeldende- of muziektherapeut van Siza. Zij kunnen jou in je verwerkingsproces ondersteunen.

*“Elke keer als ik dat liedje hoor, voel ik de tranen komen. Maar mijn moeder is al 10 jaar dood. Is dat normaal?”*



*“Door te schilderen, kon ik voelen wat ik had mee gemaakt. Ik kon het een plek geven zonder het kwijt te raken.”*

## Op maat

In een eerste gesprek onderzoek je met ons welke ondersteuning het beste op jouw vraag aansluit en hoeveel bijeenkomsten er nodig zijn. Je kunt kiezen of je jouw proces wilt aangaan met een groep of dat je individueel wilt werken. Ook bespreken we of je het prettig vindt dat jouw naasten betrokken worden bij de begeleiding of behandeling.

*“Ik weet de eerste dag zonder jou nog goed. Ik was nooit meer hetzelfde.”*

### (H)erkennen van verlies en rouw

#### Anmelding, informatie en advies:

Wil je weten wat we voor jou kunnen betekenen?  
Wij gaan graag met je in gesprek over de vragen die je hebt:

088-377 91 99  
sizaentree@siza.nl

[www.siza.nl/behandeling](http://www.siza.nl/behandeling)

