

# JUDY WAGENAAR: „ROUW THERAPIE EN EEN BOEKJE OVER MISSTANDEN IN DE ZORG ZOULDEN NIET NODIG MOETEN ZIJN”

**HAAR VADER OVERLEED PLOTSELING; HAAR MOEDER MAAKTE IN HET VERZORGINGSTEHUIS EEN LIJDENS- WEG DOOR EN WILDE NIET MEER VERDER LEVEN. JUDY WAGENAAR STOND BEIDE KEREN MACHTELOOS. INMIDDELS HEEFT ZE AAN HAAR NEGATIEVE ERVARINGEN EEN POSITIEVE DRAAI KUNNEN GEVEN. EERST DOOR ROUW THERAPEUT TE WORDEN VOOR LEERLINGEN VAN HAAR SCHOOL, LATER DOOR EEN BOEKJE TE SCHRIJVEN OVER MISSTANDEN IN DE ZORG. HET EERSTE EXEMPLAAR OVERHANDIGDE DE LEERKRACHT AAN HET ALPHENSE WELLANTCOLLEGE GISTEREN AAN CDA-KAMERLID JAN DE VRIES.**

Door Jolanda van Luinen

## OVER (H)ERKENNING

**Zullen we bij het begin beginnen: het overlijden van je vader?**

„Dat is goed. In november 1996 voelde mijn vader zich opeens niet lekker. Ampere een week later stierf hij onverwacht, in het ziekenhuis. Hij was 78 jaar. Hoewel ik een eigen leven had – ik was 40, getrouwd en moeder – liep ik door zijn overlijden helemaal vast. Ik kon niet meer normaal functioneren. In mijn omgeving vonden mensen het een mooie dood voor iemand van die leeftijd; ik kon helemaal niets met die opmerking. Ondanks de vele tv-programma's over dit onderwerp, merkte ik dat mensen in het echt liever een lach zien dan een traan. Na de begrafenis wordt niet meer gevraagd hoe het met je gaat. Te bang dat je gaat huilen. Om mijn leven weer op de rit te krijgen heb ik toen gezocht naar boeken over rouwverwerking. Vooral aan die van Kübler-Ross had ik veel. Inmiddels heb ik een hele rouwbibliotheek.”

„Anderhalf jaar nadat ik mijn vader verloren had, verloor een kind op het Wellantcollege – hier geef ik Nederlands, studieles en godsdienstles – de zijne. Ik realiseerde me toen dat dit voor een tiener een ramp moest zijn en wilde graag iets voor hem betekenen. Door mezelf te scholen – er komen maandelijks boeken bij over dit onderwerp – kon ik, op zijn verzoek pas twee jaar later, gesprekken met hem houden over zijn verdriet en verlies. Sinds die tijd ben ik op dat gebied helaas niet meer werkeloos geweest op school, en zijn de twee lessen per week die er voor staan al gauw te weinig.”

„Mijn werk als rouwtherapeut – het woord 'therapeut' vind ik eigenlijk te beladen – doe ik dus vanuit mijn eigen ervaringen en de kennis die ik heb opgedaan vanuit rouwverwerkingboeken. Een belangrijk punt hierbij is de herkenning en erkenning van het verlies. Erover blijven praten, ook al doet het pijn. De pijn wordt dan langzamerhand minder, al zal het gemis van de overledene je hele leven bij je blijven.”

## OVER VERTROUWEN

**In hoeverre neem jij in de rouwverwerkingsgesprekken je eigen ervaringen mee?**

„Als je wilt dat tieners open met je praten, dan moet je zelf ook open zijn over wat je bezighoudt. Zo heb ik aan een meisje dat ik begeleidde toen haar moeder op sterven lag, verteld dat mijn broer zojuist was overleden.



„Ik hoop dat zowel zorginstellingen als (kinderen van) hun cliënten iets aan dit boekje hebben.”

Foto: Wil Kokelaar

Bij een ander meisje viel het overlijden van haar moeder in de week dat ik de mijne verloor. Niemand vind het onprofessioneel dat er dan bij mij ook tranen komen. Als je maar niet harder huilt dan het kind, is mijn stelregel. De keren dat ik zelf getroost wil worden, kan ik terecht bij een collega die ik heb opgeleid tot rouwtherapeut. Daarnaast is ook hij ervaringsdeskundige. We vangen elkaar in moeilijke tijden op. Onze taakverdeling is dat hij in principe de gesprekken met jongens voert en ik met meisjes. Vroeger werd gezegd dat jongens en mannen niet mochten huilen. Gelukkig nu niet meer, want huilen – ook al is het maar even – kan zo opluchten. In de gesprekken die mijn collega Nico met leerlingen heeft, wordt door hem ook heus wel eens een traantje geplengd.”

**Zijn stoere jongens niet bang dat na een gesprek 'iedereen' weet hoe verdrietig ze zijn?**

„Er is me nooit speciaal gevraagd om het besprokene binnenskamers te houden. Waarschijnlijk omdat er vanaf het eerste gesprek direct een wederzijds, grenzeloos vertrouwen is. Dat merk je, doordat ze me dan 'Judy' noemen, terwijl het tijdens de lessen 'mevrouw Wagenaar' is. Maar het is niet zo dat ik in die twee functies twee verschillende personen ben. Ik blijf namelijk altijd mezelf: een toegankelijk mens zonder muurtje om zich heen.”

„Alleen de mentor – en eventueel Nico – breng ik op de hoogte van het verloop van de gesprekken, maar dat weten de leerlingen. Soms nodig ik de kinderen bij mij thuis uit om verder te praten of ik geef hun mijn mobiele num-

mer. Daar is nog nooit misbruik van gemaakt. Wanneer we met een groep kinderen als afsluiting van een serie gesprekken het rouwspel spelen (zie [www.allesterrenvandeheemel.nl](http://www.allesterrenvandeheemel.nl), red.), spreken we wel expliciet af dat alles onder ons blijft. Anders zou niemand vrijuit durven spreken en heeft het spel geen zin. Nico en ik hebben het spel ook eens met collega's gespeeld. Daarbij kregen we de bevestiging dat niet alleen jongeren maar ook volwassenen het als heilzaam ervaren om in een veilige omgeving nog eens over hun verlies te praten.”

## OVER HET BOEKJE

**Ook met het (over)lijden van je moeder heb je uiteindelijk iets goeds kunnen doen. Vertel eens?**

„In zoverre iets goeds, dat ik via mijn boekje 'Wilt u alstublieft voor mij zorgen?' mensen ervan bewust wil maken dat in sommige verzorgingstehuizen ouderen niet de aandacht en zorg krijgen die ze verdienen. In het geval van mijn moeder kwam dat door structurele miscommunicatie tussen medewerkers van het tehuis onderling, en die naar mijn moeder en haar familie toe. Als je niet weet dat dit kan gebeuren, gaat de situatie met je op de loop. Ik hoop dat het boekje anderen aanzet zo nodig te vechten voor hun ouders.”

„Mijn moeder heeft van 2000 tot haar overlijden in 2005 in een groot verzorgingstehuis gewoond. Hiervan werd ze de eerste en laatste periode – toen ze niet op haar eigen kamer verbleef, maar op een afdeling – niet goed verzorgd. Dit leidde tot veel pijn en ongemakken. Een voorbeeld: de dag nadat ze uit het ziekenhuis kwam na een

heupoperatie, werd ze door het weekendhoofd teruggestuurd, omdat de wond gedeeltelijk open was. Maar dat was juist de bedoeling, want zo geneest de wond beter. Hij had alleen drie keer per dag gespoeld moeten worden. En dus werd mijn moeder weer teruggebracht naar het verzorgingstehuis. Al gauw kwamen wij erachter dat de wond niet volgens schema gespoeld werd, met alle gevolgen van dien. Ook schrijnend was het dat er niet naar haar geluisterd werd. Dat werd er niet beter op toen ze haar op de dementieafdeling hadden geplaatst, terwijl ze voor 100 procent bij haar verstand was. Pas na ons aandringen werd ze geholpen bij het eten en drinken. Er werd onzachtzinnig met haar twee gebroken armen omgegaan en ze werd niet vaak genoeg geholpen met plassen, ondanks haar blaasontsteking. Op een gegeven moment kreeg ze zelfs door een zuster toegebeten dat ze maar in haar bed moest poepen. Mijn moeder is in dat tehuis vernederd, niet gekend en soms helemaal niet gezien. Ik heb mezelf een tijd verweten dat ik er niet eerder voor had gezorgd dat ze van die afdeling gehaald werd en naar haar eigen kamer werd gebracht.”

**Hoe kwam je erbij om over de moeilijke tijd van je moeder een boekje te schrijven?**

„Na haar overlijden vroeg de verpleeghuisarts of ik niets kon doen met het moeilijke begin en einde van mijn moeder in het tehuis. Omdat ik wist dat ik schrijven kon, besloot ik direct na haar begrafenis een week de tijd te nemen om alles 'op papier' te zetten. In de drie jaar dat het verhaal in mijn

computer heeft gestaan, heb ik het nooit aangepast of opgeleukt, want het is nu eenmaal zoals het is. Het hoofd van het tehuis heeft toegegeven dat er in dit eerbetoon aan mijn moeder geen enkele onwaarheid staat.”

„Toen ik onlangs hoorde van een internetuitgeverij die boeken ook in heel kleine aantallen print, besloot ik met mijn moeders verhaal naar buiten te treden. Ik hoop dat zowel zorginstellingen als (kinderen van) hun cliënten er iets aan hebben. 'Wilt u alstublieft voor mij zorgen' is verkrijgbaar via boekhandel Haasbeek.”

## OVER TOEKOMSTPLANNEN

**Wat kunnen we nog van Judy Wagenaar verwachten?**

„Eigenlijk zouden rouwtherapie en een boekje over misstanden in de zorg niet nodig moeten zijn, maar dat zijn ze wel. Omdat rouwtherapeut worden eigenlijk zo eenvoudig is – je hebt alleen een warm hart nodig en enige kennis – zou ik graag (toekomstige) leerkrachten willen coachen om ook dit werk op hun school te doen.”

**Naam:** Judy Wagenaar  
**Geboortedatum:** 21 december 1955  
**Geboorteplaats:** Een (gemeente Norg)  
**Beroep:** leerkracht vmbo Wellantcollege + rouwtherapeut  
**Relatie:** getrouwd met Henk Wagenaar (57)  
**Kinderen:** 2 jongens en 4 meiden  
**Hobby's:** lezen, (blog)schrijven, 's zomers buiten tennissen, passie voor helpen bij rouwverwerking