

Een nieuwe Ik!

Rieky van Elk (65 jaar) is door een intensief verwerkingsproces gegaan nadat tot twee keer toe borstkanker bij haar werd vastgesteld.

“Jezelf leren kennen is als een ui die je afpelt, elke keer gaat er een laagje af en kom je dichterbij wie je in de kern bent”.

Rieky heeft zichzelf door haar ziekte en de gevolgen ervan opnieuw leren kennen. Haar motto is: neem elke dag bewust afscheid van deze dag, om morgen de nieuwe dag te verwelkomen. Leef in het nu!.

Roer om

“Ik ben mijn werkende leven begonnen in de verpleging. Na een aantal jaren ben ik mij gaan scholen tot humanistisch raadvrouw. Niet veel later ben ik ook een eigen praktijk begonnen als begeleider bij rouw en verlies. Ik verbond mij met hart en ziel aan mijn werk. Zodanig dat ik burn out raakte. Dit deed mij beseffen dat het roer om moest. Ik heb mijn baan opgezegd en ben met mijn praktijk gestopt. Het werd tijd voor een nieuwe uitdaging, die ik vond in onze nieuwe woonplek. Mijn man en ik hadden net een nieuw huis gekocht en we besloten dat ik klusvrouw zou worden. In die periode werd bij mij voor de eerste keer borstkanker vastgesteld.”

Een pittige tijd breekt aan. Rieky combineert de behandelingen voor borstkanker met het klussen in hun huis. Zij heeft er vertrouwen in dat zij zal genezen en gaat vol goede moed de operatie in. Na de operatie pakt zij het verbouwen weer op en na een tijd ontstaat zelfs de behoefte om ook weer buitenshuis aan de slag te gaan. Rieky vindt een nieuwe uitdaging in het voortgezet onderwijs.

Nog voordat zij na vijf jaar schoon verklaard zou worden, ontdekken de artsen een nieuwe tumorplek. Deze keer verloopt het behandelproces anders. “ Door de chemokuren die ik moest ondergaan na de borstoperatie, ontwikkelde ik een chemobrein. Hierdoor raakte ik mijn energie, concentratie en focus kwijt. En ten gevolge van de bestraling kreeg ik een oedeemarm. Dit vroeg ook de nodige aandacht en ik kon helaas niet meer werken, maar ook niet meer klussen”.

Rieky moet afscheid nemen van haar werkzame leven. “Afscheid nemen van mijn werk en collega’s, het deed veel met mij”. Het verwerkingsproces valt zwaar: “Ik moest mijn oude ik loslaten, maar ik wist niet wie mijn nieuwe ik was. Het was onvermijdelijk dat ik mijn grenzen moest gaan aangeven maar kende ik die eigenlijk wel?”

Er volgt een periode waarin Rieky werkt aan het accepteren van haar verlies. “Ik kom nu voor mijzelf op en ik weet wat ik wil en kan. Ik kan mij beter aanpassen aan de hoeveelheid energie die ik heb en ik heb vrijwilligerswerk gevonden die past binnen mijn grenzen en mogelijkheden”.

Een nieuwe IK!

Rieky benadrukt nogmaals hoe belangrijk het is om jezelf te kennen en te leven naar wat je kan: “Ik heb er jaren overgedaan om dichterbij mijzelf te komen. Langzaam komt de nieuwe Rieky in beeld. Een Rieky die beter voor zichzelf kan opkomen en haar grenzen kan aangeven. Een nieuwe IK!”. Ondanks mijn beperkingen ben ik dankbaar voor het leven dat ik leid, voor wat ik kan betekenen voor anderen.”

Over de schrijfster:

Ellis Middelhuis (56 jaar) is in het dagelijks leven manager van een centrum voor mantelzorg, daarnaast schrijft zij levensverhalen over mensen die met levend verlies te maken hebben gekregen en geeft zij trainingen aan professionals hierover. “ Het is mijn missie om aandacht te vragen voor levend verlies zowel bij ervaringsdeskundigen als bij professionals. Een diagnose krijgen is een ding, daarna begint het proces van verwerken en aanpassingen maken naar een nieuw leven met de diagnose.” Ik wil aandacht vragen voor de gevoelens en processen waar men doorheen gaat. Mijn missie is geslaagd als er in de spreekkamer aandacht voor is en ervaringsdeskundigen zicht bewust zijn dat gevoelens van rouw kunnen meespelen.”