

Het Parool, 7 april 2017

PS. Over het verdriet na de dood van een huisdier wordt nogal eens lacherig gedaan. Maar het rouwen om een dier is vergelijkbaar met het rouwen om een mens. 'Kater Tim was de kern van mijn leven.'

Door: Anouk Kemper 6 april 2017

Vilan van de Loo was bijna twintig jaar samen Tim, haar rode kater. Zijn dood kon ze maar moeilijk verwerken. Over het heftige rouwproces schreef Van de Loo een boek: Van Tim naar Bertje - kleine autobiografie van rouwen en liefhebben, dat net is uitgekomen.

Het was niet makkelijk, maar ze móést het schrijven, om zo haar kat te koesteren. "Tim en ik waren altijd samen. Als ik iets moeilijk vond, dacht ik: ik kan ten minste altijd terug naar huis, naar Tim. Hij was mijn houvast, mijn grote relativerende maatstaf. Ik heb geen man of kinderen, maar had wel een huis vol met Tim en boeken. Dat was de kern van mijn leven."

Het is alsof een deel van het gezin of van jezelf wegvalt.

Op donderdagochtend 29 april 2015 liet ze hem inslapen, een week voor zijn twintigste verjaardag. "Ik was een soort beker die voortdurend overliep van verdriet." Terwijl ze het zegt, schiet ze weer vol.

In eerste instantie geneerde Van de Loo zich een beetje voor haar boek over Tim. "Ik heb een wetenschappelijke achtergrond, ik ben gepromoveerd en werk nu aan een biografie over generaal Van Heutsz. Iets héél anders. En dan opeens zo'n hyperpersoonlijk boek over het verlies van een kleine kater. Neemt iemand mij dan nog serieus of word ik dat gekke poezenvrouwje?"

Ze bespeurt een zekere afkeuring bij anderen. Tim is toch maar een kat? "Mensen vinden dat een relatie met een mens hoger staat dan die met een dier."

Hond voor partner

Psycholoog Nienke Endenburg (54) weet dat dat niet zo is. "Ik heb eens een mevrouw in mijn praktijk gehad die zei: ik had liever dat mijn partner was overleden dan mijn hond."

Endenburg is gespecialiseerd in rouwverwerking bij het overlijden van huisdieren en al 29 jaar verbonden aan de faculteit Diergeneeskunde van de Universiteit Utrecht, waar ze onderzoek doet naar de relatie tussen mens en dier.

"In Nederland rouwen mensen gemiddeld 8,5 maand om hun hond of kat. Hoe sterker de band met het dier was, hoe langer het rouwproces duurt. Dieren kunnen bijvoorbeeld een grote steun zijn geweest bij een scheiding of ziekte. Als zo'n dier overlijdt, is het alsof een deel van het gezin of van jezelf wegvalt."

Is rouwen om een dier dan vergelijkbaar met rouwen om een mens? "Heel vergelijkbaar."

Mijn hart was gebroken.

Als dierenuitvaartverzorger ziet Bianca van Kuppevelt (45) dagelijks mensen rouwen om hun huisdier. Ze werkt voor Majesta Uitvaartzorg voor Dieren, onder meer in Schagerbrug en Amsterdam-Oost. "De acceptatie is vooral moeilijk als het diertje wat jonger is en een kort leven had. Het afscheid valt dan heel zwaar."

"Mijn hond Gumpie is nu een jaar en twee weken dood," zegt Anne van Lie Peters (29), werkzaam in de dealingroom van een grote bank. "In april zou hij zestien zijn geworden." De zwarte labrador kon nog amper lopen, eten deed hij helemaal niet meer.

Hart gebroken

Van Lie Peters en haar ouders besloten hem te laten inslapen. "Ik was toen helemaal over de rooie." Haar stem trilt. "Gewoon van het idee dat hij er straks niet meer zou zijn, mijn hart was gebroken. Maar toen hij eenmaal op mijn schoot lag en insliep, had ik er vrede mee."

Haar hond is op een mooie leeftijd gestorven, maar toch. "Ik denk dat ik nooit meer zo veel van een huisdier zal houden als van deze hond. Hij was mijn eerste huisdier en ik heb hem opgevoed, vanaf pup. Hij is het ergste wat ik ooit ben verloren."

Ze had echter niet de behoefte er met een rouwdeskundige over te praten. "Daar ben ik toch te nuchter voor." Van Kuppevelt verwijst haar klanten niet door naar een psycholoog. "Wij bieden zelf een luisterend oor als mensen hun verhaal kwijt willen."

Het dier wordt in de afscheidsruimte neergelegd op een mooi kleedje, zegt ze. "We steken wat kaarsjes aan. Dan laten we de mensen alleen. In de ontvangstruimte wachten wij op ze, we drinken een kopje koffie en bespreken hun wensen."

Een mooie urn, een gedenkbeeldje, de as zelf uitstrooien of juist niet: in principe is alles mogelijk. Psycholoog Endenburg krijgt met name mensen in haar praktijk die zijn doorverwezen door hun dierenarts. "Mensen tussen de 15 en 85 jaar. Mensen met of zonder partner, met of zonder kinderen. Ze hadden in elk geval altijd een heel sterke band met het dier."

Vrouwen

Opvallend: tachtig procent van de mensen die bij Endenburg komt is vrouw. "Mannen hebben een beetje een John Waynesyndroom, zoals ik het noem. Als in: mannen huilen niet. Dat zit ze vreselijk in de weg, want ze hebben dezelfde rouwproblematiek."

De eerste keer zijn mensen bij haar vaak wat sceptisch. "Dan zeggen ze: 'Ik kom maar voor één gesprekje, want mijn man zegt toch dat het onzin is.' Soms maken we daarna een afscheidsboekje of we planten een gedenkboom."

Als de dood van een dier heel traumatisch was, maak ik gebruik van EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing). Dan volg je met je ogen mijn vingers van links naar rechts en vraag ik je dat nare beeld steeds weer voor ogen te halen om het te kunnen verwerken."

Denk nog eens na over wat liefde is.

In therapie

Schrijfster Vilan van de Loo ging ook in therapie nadat kat Tim was overleden. "Dat was niet te harden. Daar zat ik dan betaald te huilen." Ze besloot mede daarom zes weken na Tims dood

een nieuwe kat uit het asiel te halen. Bertje is lief, maar het zal nooit meer worden zoals met Tim, zegt ze.

"Tim is een deel van mijzelf. Ik heb zó veel herinneringen aan hem, zó veel met hem gedeeld. Het is pijnlijk en moeilijk dat hij er niet meer is, maar die emoties verbinden me met hem." Dat de dikke, wollige Bertje - met eigen Facebookpagina Huiskater Bert - nu door haar huis wandelt, biedt troost.

Van Lie Peters heeft niet met mensen over het verlies van haar hond gepraat. "Aan wie vertel je nou zoiets? Lang niet iedereen weet wat voor band je hebt met je hond."

Ze denkt sowieso dat mensen haar verdriet niet zo begrijpen. "Ze denken al snel: het is maar een hond, dus ach." Veel cliënten worstelen met het beeld dat anderen van hun verdriet hebben, zegt Endenburg.

"Dan wordt er op het werk gezegd dat ze toch gewoon een nieuwe hond kunnen halen? Maar het is een dier, geen koelkast die kapot is. Als je een sterke band hebt met een dier is het niet gek dat je er verdriet van hebt als het overlijdt."

Manier van overlijden

Hoe intens het verdriet is heeft niet alleen met de sterkte van de band te maken, maar ook met de manier waarop het dier is doodgegaan. "Misschien was het heel onverwacht of ging de euthanasie niet goed, waardoor je kat nog een meter de lucht in sprong vlak voor het gebeurde. Daar kun je nachtmerries van hebben."

Dierenuitvaartverzorger Van Kuppevelt verloor ook al een paar huisdieren. Destijds werkte ze nog in de ICT en wist ze niets van dierencrematoria. "Volgens mijn dierenarts bestond een individuele crematie niet. Dat bleek niet waar te zijn, daar heb ik best een rotgevoel aan overgehouden."

Ze snapt best dat sommigen het overdreven vinden: een huisdier cremeren. Maar iedereen mag dat voor zichzelf bepalen: "De een zegt 'dood en klaar', de ander wil het op een andere manier invullen."

Overigens cremeert ze niet alleen honden en katten maar ook veel konijnen, reptielen en knaagdieren. "We hebben een keer een leguaan gehad. En een enorme goudvis, van bijna dertig centimeter lang en twintig jaar oud. De klant had daar echt een band mee - heel bijzonder."

Wat is liefde?

Vilan van de Loo heeft een duidelijke boodschap voor mensen die het verdriet om een overleden huisdier niet begrijpen: "Denk nog eens na over wat liefde is. Wij denken dan vaak aan een relatie tussen mens en mens, maar er kunnen heel waardevolle mens-dierrelaties bestaan."

Met haar boek Van Tim naar Bertje hoopt ze dat rouw en gemis van dieren bespreekbaarder worden. Van Tim heeft ze in elk geval iets belangrijks geleerd.

"De onvoorwaardelijke liefde van een dier maakt heel veel goeds bij jezelf los. Je houdt er niet alleen van als het gezond en vrolijk is, het 'houden van' is het hele pakket, net als bij een mens."