

Na zo lang nog?

Pastorale zorg aan volwassenen met jong ouderverlies



Afstudeeronderzoek Henrike Dankers

Opleiding Theologie, Christelijke Hogeschool Ede

Begeleider PDC De Herberg: Alide Snitselaar

Begeleider CHE: Sjoerd van der Velde

Mei 2017

Voor de voorkant zijn (met toestemming) afbeeldingen gebruikt van het boek *Vader en Dochter* van Michael Dudok de Wit.
Dit boek werd gemaakt naar de animatiefilm *Father and Daughter*.

Vader en dochter fietsen samen door de polder.
Boven aan de dijk nemen ze afscheid.
Vader stapt in een boot en roeit naar de horizon.
Het meisje blijft wachten tot hij terugkomt.

De jaren verstrijken. Vader komt niet terug.
Het leven van het meisje rolt als een film voorbij,
tot ze een oude vrouw is geworden...

Woord vooraf

Dit afstudeeronderzoek gaat over pastorale zorg en over verhalen van volwassenen met jong ouderverlies. Naast literatuuronderzoek zijn tien volwassenen geïnterviewd over hun ervaringen met en behoeften aan pastorale zorg rondom het vroege verlies van hun ouder. In dit adviesrapport worden zij bij name genoemd. Door het noemen van hun naam onderstrepen ze: mijn verhaal doet er toe! Om deze volwassenen goed tot hun recht te laten komen, staan hun verhalen tussen de tekst van het rapport zelf. Hun citaten zijn veelzeggende plaatjes die kleur geven aan de theorie.

Als eerste wil ik deze tien volwassenen van harte bedanken. Voor hun moed om hun eigen, persoonlijke verhaal rondom het overlijden van hun ouder(s) te vertellen. Voor het inzicht dat ze hebben gegeven in welke pastorale zorg wordt geboden aan volwassenen met jong ouderverlies en hoe deze te verbeteren.

Ik wil Pastoraal Diaconaal Centrum De Herberg bedanken als opdrachtgever van dit onderzoek. In het bijzonder Alide Snitselaar. Zij had vertrouwen in het onderzoek. Zij zag de relevantie ervan in voor de gasten, de gastenbegeleiders, de gemeenten. Daardoor kon een begin worden gemaakt met dit onderzoek. Dank voor alle gesprekken, het meedenken en de mogelijkheid om alvast iets van het onderzoek te delen tijdens de stafvervaardersdag.

Ik wil mijn begeleider vanuit de CHE, Sjoerd van der Velde, bedanken voor de plezierige en in mijn ogen pastorale manier van begeleiden. Zijn kennis van zaken rondom dit specifieke thema was waardevol. De woorden 'wat is dit toch een mooi onderzoek' stimuleerden mij om door te gaan.

Bij de tien volwassenen had ook mijn eigen naam kunnen staan. Zelf was ik negen jaar toen dertig jaar geleden mijn vader overleed. Mijn verhaal resoneerde mee tijdens dit onderzoek. Ik dank degenen die wilden luisteren naar mijn verhaal. Ik denk aan supervisie. Daar kwam mijn verhaal op tafel. Daar is het idee van dit onderzoek ontstaan en gerijpt. Ik denk aan de pastor van de hogeschool, familie en vrienden bij wie ik mijn verhaal kwijt kon. Ik ben vooral dankbaar voor *breakdown*-momenten die werden begrepen, vaak gepaard met een glas wijn en een zakdoek om te snuiten. Ik denk aan en dank mijn gezin voor alles wat ik aan hen te danken heb.

Tot slot: ik hoop van harte dat dit onderzoek bijdraagt aan het verbeteren van pastorale zorg aan volwassenen met jong ouderverlies. Ik hoop dat er meer aandacht en begrip komt voor de verhalen van deze mensen. Ik hoop op moed van pastors om ernaar te vragen. Ik hoop op moed van volwassenen om hun verhaal te vertellen. Na zo lang nog....

Henrike Dankers
Mei 2017

Inhoudsopgave

Woord vooraf.....	3
Samenvatting.....	6
Hoofdstuk 1. Inleiding onderzoek.....	7
1.1 Aanleiding onderzoek en probleemstelling	7
1.2 Relevantie onderzoek	7
1.3 Doelstelling, vraagstelling en deelvragen	8
1.4 Projectresultaat.....	8
1.5 Opzet onderzoek.....	8
1.6 Begrippenlijst.....	9
Hoofdstuk 2. Methodische verantwoording onderzoek	10
2.1 Deelnemers.....	10
2.2 Dataverzameling	11
2.3 Risico's.....	12
2.4 Interviews.....	12
2.5 Validiteit en betrouwbaarheid	14
Hoofdstuk 3. Pastorale zorg.....	15
3.1 Inleiding.....	15
3.2 Door wie?	15
3.3 Definitie.....	15
3.4 Bevindingen pastorale zorg.....	16
3.5 Hermeneutisch-narratief pastoraat.....	17
3.6 Contextueel pastoraat.....	17
Hoofdstuk 4. Pastorale zorg bij verlies en rouw	19
4.1 Inleiding.....	19
4.2 Rouwen	19
4.3 Modellen.....	19
4.4 Bevindingen rouwen.....	20
4.5 Rouwpastoraat	20
4.6 Bevindingen rouwpastoraat	24
Hoofdstuk 5. Gevolgen jong ouderverlies korte termijn	25
5.1 Inleiding.....	25
5.2 Jong ouderverlies.....	25
5.3 Gevolgen korte termijn.....	27
5.4 Bevindingen gevolgen jong ouderverlies korte termijn.....	31
Hoofdstuk 6. Gevolgen jong ouderverlies lange termijn	32
6.1 Inleiding.....	32
6.2 Blijvende invloed.....	32
6.3 Achterwaarts rouwen	32
6.4 Meer gevolgen lange termijn	34
6.5 Bevindingen gevolgen jong ouderverlies lange termijn.....	36
Hoofdstuk 7. Ervaringen pastorale zorg jong ouderverlies	37
7.1. Inleiding.....	37
7.2 Periode rondom overlijden tot en met adolescentie.....	37
7.3 Periode volwassenheid	39
7.4 Betekenis geloof	41
7.5 Bevindingen ervaringen pastorale jong ouderverlies.....	42

Hoofdstuk 8. Behoeften pastorale zorg jong ouderverlies	43
8.1 Inleiding.....	43
8.2 Persoonlijke pastorale zorg kindertijd tot en met adolescentie	43
8.3 Meer betrokken worden kindertijd	44
8.4 Persoonlijke aandacht volwassenheid.....	44
8.5 Begrip voor blijvende invloed.....	45
8.6 Andere behoeften	46
8.7 Bevindingen behoeften pastorale zorg jong ouderverlies	46
Hoofdstuk 9. Conclusie en aanbevelingen	47
9.1 Inleiding.....	47
9.2 Conclusie.....	47
9.3 Aanbevelingen.....	48
Bibliografie	50
Geraadpleegde websites.....	51
Bijlagen	52
Bijlage 1: Powerpointpresentatie en feedback lezing PDC De Herberg	52
Bijlage 2: Oproep onderzoek.....	55
Bijlage 3: Vragenlijst bij interview.....	56
Bijlage 4: Mail oproep via diverse kanalen.....	59
Bijlage 5: Mail afspraak interview deelnemers	60

Samenvatting

In dit afstudeeronderzoek zijn ervaringen met en behoeften aan pastorale zorg van volwassenen met jong ouderverlies onderzocht met als doel inzicht te krijgen in welke pastorale zorg aan hen wordt geboden en hoe deze te verbeteren.

Een pastor ziet om naar de mensen, is present, luistert naar het verhaal van mensen en verbindt dat met het Verhaal van God. Rouwen na een verlies is normaal. Rouwen is hard werken en een persoonlijk werk. Rouwpastoraat is ook troostpastoraat. Troosten kan onder andere door de rouwende zijn verhaal te laten vertellen.

Jong ouderverlies is voor kinderen een trauma: te groot om te bevatten en een blijvende kras op de ziel. Rouwen en ondertussen jezelf ontwikkelen, is loodzwaar. Kinderen gaan overleven, dat is begrijpelijk en helpend. Ondertussen komt het rouwen op een zijspoor. Het kan jaren duren voordat het inmiddels vaak volwassen kind het verlies van toen gaat verweven in zijn leven nu. Jong ouderverlies is van blijvende invloed. Het is begrijpelijk dat volwassenen na zo lang nog 'achterwaarts rouwen' om het verlies van hun ouder.

Naast literatuuronderzoek zijn tien volwassenen met jong ouderverlies geïnterviewd. Hun verhalen laten zien dat pastorale zorg aan volwassenen met jong ouderverlies vaak beperkt is gebleven tot het omzien naar het gezin als geheel tijdens de kindertijd. Er is vrijwel geen pastorale zorg geboden aan het kind zelf. Ook tijdens de volwassenperiode ontbreekt pastorale zorg. Aan persoonlijke en langdurige pastorale zorg tot op volwassen leeftijd bestaat wel behoefte. De pastorale zorg tijdens de kinderperiode kan worden geboden door gewoon present te zijn en het verlies af en toe te benoemen. De pastorale zorg op volwassen leeftijd kan worden verbeterd door ook na zo lang nog te vragen en te luisteren naar 'hun verhaal'. Het hermeneutisch-narratieve model en het contextuele model kunnen helpen om het hele verhaal vanzelf ter sprake te laten komen. Het verlies blijven benoemen, kennis verspreiden over dit thema, contact met ervaringsgenoten en ruimte bieden voor vragen, huilen en klagen in de kerk zijn andere aanbevelingen.

Hoofdstuk 1. Inleiding onderzoek

Dit afstudeeronderzoek gaat over pastorale zorg aan volwassenen met jong ouderverlies. In dit inleidende hoofdstuk wordt beschreven hoe ik tot dit onderwerp ben gekomen, de relevantie en het doel van het onderzoek en welke hoofd- en deelvragen daarbij richtinggevend zijn geweest.

1.1 Aanleiding onderzoek en probleemstelling

Mijn persoonlijke levensverhaal en de opleiding Godsdienst Pastoraal Werk (GPW) zijn aanleiding geweest voor het onderzoek. Ik was negen jaar toen mijn vader overleed. Door het volgen van de opleiding GPW kwam de vraag naar boven in hoeverre er in het pastoraat aandacht is voor volwassenen met jong ouderverlies. Vanuit een voorstudie van literatuur blijkt weinig te zijn geschreven over dit thema. Wel beschrijft een krantenartikel over volwassenen worden na het verlies van één van je ouders ("Levenslang pastoraat alstublieft," 2012), dat pastoraat bij kinderen die een ouder verliezen nogal eens ontbreekt, met name op latere leeftijd. Ankersmid (2015) en Liese (2011, 2015) schrijven over volwassenen met jong ouderverlies, los gezien van het pastoraat. Op basis van empirisch onderzoek constateren zij dat:

- ruim tien procent van de mensen die nu tussen de twintig en zeventig jaar zijn, vóór hun twintigste levensjaar één of beide ouders hebben verloren door overlijden;
- een dergelijk verlies op jonge leeftijd nog tientallen jaren haar sporen na kan laten;
- herkenning nodig is voor de mensen die dit is overkomen;
- inzicht in de problematiek van verlate rouw nodig is voor hulpverleners;
- bij jong ouderverlies vaak de aandacht vooral uitgaat naar de achterblijvende ouder;
- er een opvatting lijkt te heersen dat je de dingen die je meemaakt, achter je moet laten. Kinderen zouden het verlies van hun ouder(s) in hun jeugd moeten verwerken. Zwijgen over de vroege dood van een ouder komt bij volwassenen daarom vaak voor.

Bovenstaande toont aan dat er weinig aandacht is voor volwassenen met jong ouderverlies. Ook in het pastoraat lijkt het daaraan te ontbreken.

1.2 Relevantie onderzoek

1.2.1 Opdrachtgever Pastoraal Diaconaal Centrum De Herberg

Pastoraal Diaconaal Centrum (PDC) De Herberg is opdrachtgever van dit onderzoek. De Herberg is een gastvrij huis voor mensen die pastorale zorg nodig hebben en fungeert daarmee als 'verlengstuk van de kerkelijke gemeente'. De Herberg neemt pastoraat aan gemeenteleden over van gemeenten. Daarnaast geeft De Herberg presentaties over pastorale onderwerpen aan gemeenten en worden cursussen aangeboden aan ambtsdragers, pastoraal medewerkers. De Herberg heeft vijf tot zes gastenbegeleiders en ongeveer 80 vrijwilligers. De gastenbegeleiders zetten plannen uit en geven advies aan gasten. De vrijwilligers zijn voor de gasten 'luisterend en troostend nabij'. Er is één gastenbegeleider die de kerkelijke gemeenten ondersteunt (PDC De Herberg, z.j.).

De Herberg krijgt regelmatig gasten met jong ouderverlies. Daarom vindt De Herberg het relevant te weten welke pastorale zorg door kerkelijke gemeenten aan hen wordt geboden. Wat zijn ervaringen en behoeften van volwassenen? Een aandachtspunt hierbij is wat een dergelijk verlies voor een gevolgen heeft voor het geloof. Om de pastorale zorg goed te laten aansluiten bij de gasten, vindt De Herberg het ook relevant te weten wat de gevolgen zijn van jong ouderverlies tot op de volwassen leeftijd.

1.2.2 Opleiding Theologie CHE Ede

Het onderzoek sluit aan bij de beroepsspecialisatie Pastoraal Agogisch Werk van de kennisagenda van de Opleiding Theologie CHE Ede. De inzichten en aanbevelingen van het onderzoek zijn relevant voor diverse plekken in het GPW-werkveld. Kerkelijke gemeenten kunnen worden ondersteund in de pastorale zorg aan volwassenen met jong ouderverlies. Kerkelijke organisaties kunnen de

onderzoeksresultaten gebruiken in de toerusting van pastoraal medewerkers. De post-HBO-cursus 'Pastoraat bij rouw en verlies' van de Opleiding Theologie neemt in het vervolg het thema pastorale zorg aan volwassenen met jong ouderverlies op in het programma.

1.3 Doelstelling, vraagstelling en deelvragen

Omdat er weinig aandacht lijkt te zijn voor volwassenen met jong ouderverlies, ook in het pastoraat, is de doelstelling van het onderzoek als volgt geformuleerd:

Inzicht krijgen in welke pastorale zorg wordt geboden aan volwassenen met jong ouderverlies en hoe deze te verbeteren.

De doelgroep van het onderzoek is afgebakend. Het onderzoek richt zich op volwassenen die tijdens hun basisschoolperiode (6-12 jaar) te maken kregen met jong ouderverlies. Omdat een groot aantal van de gasten van De Herberg tussen de 30-50 jaar is en veelal afkomstig uit gemeenten van de Protestantse Kerk in Nederland, is het onderzoek verder gericht op deze doelgroep.

Naast inzicht krijgen in wat er gebeurt aan pastorale zorg aan volwassenen met jong ouderverlies, is het doel van dit onderzoek hoe deze pastorale zorg te verbeteren. Daarom moet zowel gevraagd worden naar ervaringen met pastorale zorg als ook naar behoeften. Hoe wordt het krijgen of ontbreken van pastorale zorg door de volwassenen gewaardeerd? Wat heeft hen geholpen, wat hebben ze gemist? De vraagstelling van het onderzoek is dan ook:

Wat zijn ervaringen met en behoeften aan pastorale zorg van volwassenen met jong ouderverlies?

De daarbij behorende onderzoeksvragen zijn onderverdeeld in vijf deelvragen:

1. Wat is pastorale zorg?
2. Wat is pastorale zorg bij verlies en rouw?
3. Wat zijn gevolgen van jong ouderverlies op korte en lange termijn?
4. Wat zijn ervaringen met pastorale zorg van volwassenen met jong ouderverlies?
5. Wat zijn behoeften aan pastorale zorg van volwassenen met jong ouderverlies?

1.4 Projectresultaat

Het projectresultaat van dit onderzoek is een adviesrapport bestemd voor PDC De Herberg. Dit rapport geeft gastenbegeleiders en vrijwilligers inzicht in welke pastorale zorg wordt geboden aan volwassenen met jong ouderverlies met daarbij advies in de vorm van aanbevelingen hoe de pastorale zorg aan gasten met jong ouderverlies verbeterd kan worden. Hiermee kunnen gastenbegeleiders ook kerkelijke gemeenten ondersteunen in de pastorale zorg aan volwassenen met jong ouderverlies. In juni a.s. wordt het definitieve adviesrapport gepresenteerd en overgedragen aan de gastenbegeleiders van De Herberg. In maart heb ik een lezing gehouden over het onderzoek voor de vrijwilligers van De Herberg tijdens de zogenaamde stafvervaardersdag. De powerpointpresentatie bij de lezing en de ontvangen feedback staan in bijlage 1.

1.5 Opzet onderzoek

Na dit eerste inleidende hoofdstuk wordt de methode bij het onderzoek beschreven. In dat tweede hoofdstuk wordt verantwoording afgelegd over gemaakte keuzes. Het beantwoorden van de vraagstelling en deelvragen is gebeurd met behulp van literatuur- en praktijkonderzoek: de interviews met de volwassenen met jong ouderverlies. Er is eerst literatuuronderzoek gedaan naar de vraag wat pastorale zorg is en wat pastorale zorg is bij verlies en rouw (deelvraag één en twee). De bevindingen hiervan staan beschreven in hoofdstuk drie en vier en zijn gebruikt bij het maken van de vragen van het interview. Vervolgens is in de literatuur gezocht naar de gevolgen van jong ouderverlies op korte en lange termijn (deelvraag drie en vier). Vanuit deze theorie zijn

(sub)thema's gekozen voor het interview. In hoofdstuk vijf en zes worden deze gevolgen beschreven. Het literatuuronderzoek wordt hierbij verbonden met ervaringen van de deelnemers. Hoofdstuk zeven en acht vormen de kern van het praktijkonderzoek. Ze geven inzicht in welke pastorale zorg wordt geboden aan volwassenen met jong ouderverlies (de ervaringen van de deelnemers met pastorale zorg, deelvraag 4) en hoe deze te verbeteren (de behoeften van de deelnemers aan pastorale zorg, deelvraag 5). Waar mogelijk worden de persoonlijke verhalen verbonden met theorie uit de voorgaande hoofdstukken. Vanuit zowel het literatuur- als praktijkonderzoek wordt ten slotte in hoofdstuk negen de vraagstelling van het onderzoek beantwoord. Vanuit de conclusie wordt een advies uitgebracht in de vorm van aanbevelingen om de pastorale zorg aan volwassenen met jong ouderverlies te verbeteren.

1.6 Begrippenlijst

Hieronder staat een lijst met definities van de meest voorkomende begrippen uit dit onderzoek:

- **Jong ouderverlies:** Het verlies van een ouder door de dood vóór het twintigste levensjaar (Liese, 2015).
- **Verlies:** "Het besef dat er een einde is gekomen aan de bestaande hechtingsrelatie met geliefde mensen en/of andere vertrouwde levensonderdelen" (De Mönnink, 2015, p. 55).
- **Rouw:** "Rouw is het persoonlijk antwoord dat mensen geven op verlies van een betekenisvolle ander of een betekenisvol iets" (Van der Meulen, 2010, p. 182). Zie verder Hoofdstuk 4.
- **Volwassene:** "In het algemeen is een volwassene een individu die zichzelf in het leven kan redden. Biologisch gezien is een volwassene volgroeid en geslachtsrijp, vaak rond het 25^e levensjaar. In een juridische context wordt het begrip "meerderjarig" gebruikt" (Wikipedia, 2016, 18 december). In Nederland ben je meerderjarig vanaf 18 jaar. Psychologisch gezien kenmerkt de (latere) volwassenheid zich door het opmaken van de balans van het leven tot dan toe. Volwassenen gaan zich bezighouden met het eigen verleden (Ganzevoort & Visser, 2007). Dat in de volwassenheid naar voren komt wat men achterliet, is een interessant gegeven voor dit onderzoek.
- **Pastorale zorg:** Pastorale zorg wordt uitgevoerd door ambtsdragers, vrijwilligers en gewone gemeenteleden¹. Pastorale zorg is 'herderen': een pastor ziet om naar mensen, is gezonden door de Goede Herder en wijst op de Goede Herder. Een pastor luistert naar het verhaal van mensen en probeert dat te verbinden met het Verhaal van God. Een pastor heeft echte aandacht voor de persoonlijke en unieke situatie van de ander en zal daarom vooral present willen zijn. Zie verder Hoofdstuk 3.
- **Verhaal:** Een verhaal is de ordening in tijd en plaats van het onderling dynamisch verband tussen de personages, hun handelingen en de overige gebeurtenissen (Meulink-Korf, 2002). Een verhaal begint en eindigt ergens mee en het heeft een plot. Een levensverhaal wordt verteld vanuit herinneringen en interpretaties van wat mensen hebben meegemaakt.
- **Ervaringen en behoeften:** In dit onderzoek wordt met 'ervaringen' bedoeld: dat wat de deelnemers *hebben meegemaakt* aan pastorale zorg rondom het verlies van hun ouder. Dit staat niet los van wat ze daarbij hebben gevoeld. Met 'behoeften' wordt bedoeld: dat wat de deelnemers *nodig hadden of hebben* aan pastorale zorg rondom het verlies. Deze begrippen zullen elkaar soms overlappen. Toch is gekozen voor een apart hoofdstuk over de behoeften. Dit helpt om de verbeterpunten voor de pastorale zorg te verduidelijken en een helder advies uit te brengen.

Nu het onderzoek is ingeleid, wordt in het navolgende hoofdstuk de onderzoeksmethode toegelicht.

¹ Waar in dit onderzoek bij 'pastor' gesproken wordt van 'hij', kan ook 'zij' worden gelezen.

Hoofdstuk 2. Methodische verantwoording onderzoek

In dit hoofdstuk wordt verantwoording afgelegd over de onderzoeksmethode. Allereerst wordt stilgestaan bij de deelnemers aan het onderzoek en hoe deze zijn geworven. Vervolgens wordt de dataverzameling beschreven. De risico's bij het onderzoek worden genoemd en een beschrijving van het voorbereiden, afnemen en analyseren van de interviews. Tot slot wordt ingegaan op de validiteit en betrouwbaarheid van het onderzoek.

2.1 Deelnemers

2.1.1 Afbakening populatie

De populatie van dit onderzoek bestaat uit volwassenen met jong ouderverlies die lid zijn (geweest) van de Protestantse Kerk in Nederland (PKN). Om deze populatie af te bakenen, is gezocht naar volwassenen die:

- een ouder hebben verloren toen zij tussen de 6 en 12 jaar waren (basisschoolperiode);
- nu tussen de 30 en 50 jaar zijn;
- lid zijn (geweest) van de Protestantse Kerk in Nederland.

De werving van deelnemers verliep moeizaam (zie 'Werving deelnemers'). Daarom is in overleg met de opdrachtgever besloten om bovenstaande doelgroep te verbreden om het streven tien deelnemers te vinden te halen. Bij leeftijd van deelnemers nu is 'ongeveer' toegevoegd. Twee deelnemers zijn ouder dan 50 jaar en één deelnemer is jonger dan 30 jaar. De afbakening van het kerkgenootschap is ook verbreed. Zes deelnemers zijn lid van de PKN (waarvan één deelnemer zichzelf 'niet meer zo actief meelevend' noemt). Drie deelnemers zijn lid van de Hersteld Hervormde Kerk. Eén deelnemer is lid geweest van de Gereformeerde Kerk Vrijgemaakt.

2.1.2 Bij name genoemd

In Tabel 1 staat een overzicht van de deelnemers. Zij worden bewust en met toestemming bij name genoemd. Zij hadden de moed om hun eigen, persoonlijke verhaal rondom het overlijden van hun ouder(s) te vertellen. Met het noemen van hun naam komen deze volwassenen uit de anonimiteit tevoorschijn: dit is mijn verhaal. Door het noemen van hun naam onderstrepen ze: mijn verhaal doet er toe. Om deze volwassenen goed tot hun recht te laten komen, staan hun verhalen tussen de tekst van het rapport zelf. Hun citaten zijn veelzeggende plaatjes die kleur geven aan de theorie. Wegens privacy-redenen koos een enkele deelnemer voor een pseudoniem.

Tabel 1 Deelnemers onderzoek pastorale zorg aan volwassenen met jong ouderverlies

Naam	Geslacht	Leeftijd	Jong ouderverlies
Wim	m	53	Acht jaar als zijn vader (43) overlijdt.
Cootje	v	40	Elf jaar als haar vader (59) overlijdt.
Maarten	m	34	Vier jaar als zijn moeder (36) overlijdt.
Herma*	v	38	Twaalf jaar als haar moeder (40) overlijdt.
Marjon*	v	49	Negen jaar als haar moeder (39) overlijdt.
Klariska	v	38	Tien jaar als haar moeder (38) overlijdt.
Jan	m	64	Elf jaar als zijn moeder (41) overlijdt.
Simone*	v	40	Zes jaar als haar vader (42) overlijdt.
Anouk	v	24	Negen jaar als haar vader overlijdt, tien jaar als haar moeder overlijdt.
Christian	m	39	Zeven jaar als zijn vader (55) overlijdt.

*deze namen zijn pseudoniemen

2.1.3 Werving

Jong ouderverlies is een thema dat de deelnemers persoonlijk raakt. Voor een deel van hen kan het verlies een moeilijk bespreekbaar thema zijn. Deelnemers zullen aarzelen mee te doen. Er is daarom goed nagedacht over een zorgvuldige benadering van deelnemers (zie 'Zorgvuldigheid').

Eerst is aan tien predikanten binnen de PKN telefonisch gevraagd of zij iemand kennen binnen de doelgroep. Geen enkele predikant noemde direct een naam. Drie predikanten gaven later (met toestemming van de betrokkene) in totaal vijf namen door. Bij nader contact blijkt dat drie personen ouder waren dan 12 jaar ten tijde van het verlies. Een vierde wil uiteindelijk toch niet meedoen ‘aangezien het een diepte-interview betreft’. Eén van de vijf personen blijkt na een verkennend telefoongesprek open te staan voor deelname aan het onderzoek.

Vanwege de moeizame werving via predikanten wordt een oproep geplaatst op de website van Verlaat Verdriet (<http://verlaatverdriet.nu>), PastorWijzer (<http://www.pastoraatwijzer.nl>) en Samen Alleen (<https://www.samenalleen.nl>) (zie bijlage 2). Via Verlaat Verdriet meldt één deelnemer zich aan. De contactpersoon van Verlaat Verdriet werft nog twee deelnemers. Via Pastorwijzer meldt één deelnemer zich aan. Via Samen Alleen zijn geen deelnemers geworven. De werving van deelnemers via websites levert vier deelnemers op die allen mee willen doen.

De ‘via-via’ manier van werven levert uiteindelijk de meeste deelnemers op: vijf. Door aan anderen te vertellen over het onderzoek, komen spontaan namen van mogelijke deelnemers bovendrijven. Eén deelnemer is geworven via een andere deelnemer. Verhoeven (2014) noemt dit de “sneeuwbalmethode” (p. 244).

Tabel 2 Werving deelnemers

Via	Aantal deelnemers
Predikanten	1
Website	4
Via	5

Eén deelnemer wil vanwege de gevoeligheid van het onderwerp alleen meewerken als het interview schriftelijk kan. Bij nog een andere deelnemer is vanuit praktisch oogpunt gekozen voor een schriftelijk interview. Hen is een uitgebreide vragenlijst toegestuurd met daarbij toestemming om indien nodig aanvullende vragen te stellen.

Er zijn genoeg personen die binnen de doelgroep vallen². Het moeizaam in beeld komen van deelnemers komt mogelijk omdat voor het onderzoeksthema weinig aandacht is; niet van de volwassenen zelf, niet van de omgeving.

De wijze van werven was gevarieerd. Er zijn diverse kanalen gebruikt en niet alle deelnemers waren in dezelfde mate gemotiveerd om mee te doen. Het maken van een selectie was onvermijdelijk: er zijn tien deelnemers ingesloten die de moed hadden mee te doen. Hoewel in hun verhalen een grote gemene deler zit en hun verhalen vaak worden bevestigd vanuit de literatuur, zullen deze tien deelnemers niet representatief zijn voor elke volwassene met jong ouderverlies. Er zullen volwassenen zijn met andere ervaringen dan die van de deelnemers. Die ervaringen zouden kunnen samenhangen met de motivatie aan dit onderzoek deel te nemen, bijvoorbeeld uit angst voor emoties die dit zou losmaken of uit gebrek aan interesse.

2.2 Dataverzameling

In dit onderzoek wordt gevraagd naar ervaringen met en behoeften aan pastorale zorg van volwassenen met jong ouderverlies. Omdat in dit onderzoek de beleving van de deelnemer centraal staat, is naast literatuuronderzoek gekozen voor een kwalitatieve dataverzamelingsmethode. Als instrument is gekozen voor een interview, omdat daarin ruimte is voor de beleving van de

²Jaarlijks worden ruim 6000 minderjarigen (half)wees en 32% daarvan (ongeveer 2000) zit in de basisschoollleeftijd (CBS, 2013). Uitgaande van de doelgroep van dit onderzoek gaat het om kinderen die in de periode van ongeveer 1972 tot 1998 een ouder hebben verloren; een periode van 26 jaar. Dan zouden er nu ongeveer 52.000 personen moeten zijn die qua leeftijd binnen de doelgroep vallen. Ervan uitgaande dat 12% van de Nederlanders lid is van de PKN (Protestantse Kerk, z.j.), zouden er ruim 6000 personen moeten zijn die binnen de totale doelgroep van dit onderzoek vallen.

deelnemer en er informatie verzameld wordt over een bepaald onderwerp. (Verhoeven, 2014). De basisvorm voor het interview is half-gestructureerd: een combinatie van een vaststaande lijst met onderwerpen en een aantal van tevoren bedachte vragen. Dit bood ruimte aan de deelnemers voor eigen inbreng. Tegelijk hielp het mij als onderzoeker objectief te blijven (zie ‘Risiko’s’).

“Het voorbereiden, uitvoeren, verwerken en analyseren van interviews is een intensieve en tijdrovende bezigheid” (Verhoeven, 2014, p. 157). Bovendien treedt bij interviews meestal na een aantal interviews verzadiging op. Daarom is gekozen voor een niet al te grote groep van tien respondenten. Na acht interviews is er een analyse van gegevens geweest. Op dat moment leek de verkregen informatie over de periode kindertijd-adolescentie verzadigd: er werden geen nieuwe dingen meer gehoord. Ook was er behoefte om in de laatste twee interviews extra aandacht te geven aan de periode volwassenheid - omdat bij die leeftijd de focus ligt van het onderzoek - en bij eventuele verbeterpunten voor de pastorale zorg aan volwassenen met jong ouderverlies. Op basis van deze analyse zijn de laatste twee interviews iets aangepast. Op deze manier is er sprake geweest van gefaseerd gegevens verzamelen (Verhoeven, 2014).

2.3 Risiko's

Jong ouderverlies raakt mij persoonlijk. Een risico bij het interviewen is dat je als ervaringsgenoot te weinig afstand bewaart. Daarnaast bestaat het risico dat je de rol van pastor op je neemt als deelnemers door het - misschien wel voor het eerst - bespreken van dit thema ‘leeglopen’. Een gestructureerde vragenlijst opstellen, samen met de begeleider en opdrachtgever, hielp om suggestieve en sturende vragen te voorkomen. De paragraaf over gesprekstechnieken (Verhoeven, 2014, p. 247 ev.) hielp om bewust de rol van objectieve interviewer in te nemen.

2.4 Interviews

Hieronder wordt het voorbereiden, afnemen en analyseren van de interviews beschreven.

2.4.1 Interviewschema

Ter voorbereiding op het afnemen van de interviews, is een interviewschema gemaakt (zie Tabel 3). De (sub)thema's zijn gebaseerd op literatuuronderzoek en op de doelstelling, vraagstelling en deelvragen van het onderzoek. Ook de woordkeus bij de interviewvragen is gebaseerd op literatuuronderzoek. De gekozen woorden bij de definitie van pastorale zorg, komen terug in de vragen. In bijlage 3 staat de vragenlijst die bij het afnemen van de interviews is gebruikt.

Tabel 3 Interviewschema met (sub)thema's

Thema	Subthema
Gebeurtenissen rondom overlijden	Gezinssituatie voor overlijden
	Doodsoorzaak
	Ervaringen pastorale zorg
	Behoeften pastorale zorg
Gevolgen kindertijd-adolescentie (korte termijn)	
Pastorale zorg kindertijd-adolescentie	Ervaringen pastorale zorg
	Behoeften pastorale zorg
Gevolgen volwassenheid (lange termijn)	
Pastorale zorg volwassenheid	Ervaringen pastorale zorg
	Behoeften pastorale zorg
	Betekenis geloof/godsbeeld

De focus in dit onderzoek ligt bij ervaringen en behoeften van pastorale zorg in de volwassenheid. Omdat behoeften van nu niet los staan van hoe er eerder pastorale zorg is geboden, zijn in het interview ook vragen gesteld over de periode rondom het overlijden van de ouder en de kindertijd tot en met de adolescentie. Een aandachtspunt bij het onderzoek is wat een dergelijk verlies voor gevolgen heeft voor het geloof. Daarover is ook een vraag gesteld.

2.4.2 Zorgvuldigheid

Vanwege de gevoeligheid van het onderwerp, zijn de deelnemers rondom het afnemen van de interviews zorgvuldig benaderd.

Zo zijn deelnemers door een bekende gevraagd mee te doen aan het onderzoek. Bij de oproep via diverse kanalen werd een korte uitleg gegeven over de inhoud van en de gang van zaken bij het onderzoek (zie bijlage 4). De deelnemers kregen voorafgaand aan het interview een mail met uitleg van de inhoud van het onderzoek en de gang van zaken, zoals: locatie en tijdsduur interview, geluidsopname van het interview en vertrouwelijke behandeling gegevens. Ook werden de deelnemers alvast bedankt voor hun tijd en moeite (zie bijlage 5). Ter voorbereiding op het interview werden voorbeeldvragen toegestuurd. De interviews zijn afgenomen bij de deelnemers thuis. Eén deelnemer woont in het buitenland. Dit interview is via Skype gedaan. Om vertrouwen te winnen heb ik in het begin kort benoemd dat ik ervaringsgenoot ben. Bij de gespreksintroduktie is toestemming gevraagd voor het maken van een geluidsopname en aantekeningen. Daarbij werd aangegeven dat de geluidsopname op verzoek van de deelnemer altijd gestopt kon worden. Ook is opnieuw de vertrouwelijke behandeling van gegevens besproken en de verwachte interviewtijd. Het praten over ‘koetjes en kalfjes’ bij binnenkomst en de vraag naar persoonsgegevens aan het begin van het interview hielp de deelnemer op het gemak te stellen. Bij de afronding van het gesprek is gevraagd of de deelnemer met de voornaam of met een pseudoniem genoemd wil worden bij publicatie van de onderzoeksgegevens (zie ‘Bij name genoemd’). Bij het schrijven van het adviesrapport worden citaten uit de interviews gebruikt. Alle deelnemers hebben hun eigen citaten gelezen en toestemming gegeven om deze in het rapport te publiceren.

Om het interview te transcriberen is na elk interview de geluidsopname teruggeluisterd. Dit hielp ook om de eigen rol van interviewer kritisch te volgen. Het bleek soms nodig vragen scherper te stellen of ‘stopwoorden’ te verminderen. De “viersecondenregel” (Verhoeven, 2014, p. 249) bij stiltes nodigde deelnemers uit verder te vertellen. Het parafraseren en samenvatten hielp om deelnemers goed te begrijpen. De doorvraag ‘hoe bedoel je’ werkte goed om dieper op een antwoord in te gaan.

2.4.3 Analyse

Acht van de tien interviews zijn opgenomen en vervolgens getranscribeerd. Twee interviews zijn schriftelijk afgenomen. Na de transcriptie zijn alle interviews meerdere keren doorgelezen en ‘gefilterd’. De (sub) thema’s werden overgenomen uit het interviewschema. Vervolgens werden tekstfragmenten gekoppeld aan de (sub)thema’s. Als vorm van open coderen werden deze tekstfragmenten verfijnd tot labels. Hieraan werden waarden toegekend in de vorm van ‘tips en tops’. Tijdens het herlezen van de transcripties zijn treffende citaten onderstreept. De citaten zijn gekoppeld aan passende (sub)thema’s (zie Figuur 1).

Vervolgens is geteld hoe vaak een label bij een (sub)thema voorkwam. Opnieuw vond hier een ordening plaats door tekstfragmenten/labels te rubriceren onder één heldere - soms vanuit de literatuur gekozen - noemer. Bij de gevolgen van jong ouderverlies op korte termijn bijvoorbeeld wordt genoemd: gezinsverzorging in huis, vader hertrouwd, een verhuizing. Deze labels worden gerubriceerd onder de noemer: verlies van het gezin. Met deze laatste manier van ordenen kon een begin worden gemaakt met het beschrijven van de resultaten vanuit de interviews. De beschrijving wordt steeds geïllustreerd met (de eerder geordende) citaten.

Figuur 1 Voorbeeld analyse interview

Thema	Subthema's	Tekstfragmenten	Verfijnd	Tip/Top	Citaat
Pastorale zorg kindertijd-adolescentie	Ervaringen (pastorale) zorg/aandacht	Gezins hulpen en tantes praktisch aanwezig.	Gevolgen korte termijn: - Verlies van gezin zoals het was (gezinshulp, nieuwe ouder, nieuw broertje/zusje) - Gevoel 'anders' te zijn - Eigen boontjes doppen (parentificatie) - Op middelbare school verhaal onbekend. - Zelf er ook niet over praten. - Gewoon verder leven.	Top: praktische hulp	
		Er werd met hen en op school niet over het verlies gepraat; we 'leefden gewoon verder', alsof er niks aan de hand was.			B
		Een oom en tante kwamen regelmatig, maar praatten vooral met mijn vader.			
		Op club, catechisatie heeft in mijn beleving niemand naar mijn verdriet gevraagd (hoe is het nu zonder moeder?).			B
		Het verhaal was wel bekend; iedereen wist het.			
		Aanwezig bij huisbezoek ('mensen in zwart pak'). Ik denk wel dat het over het verlies ging, maar dacht vooral: gedraag je een beetje.			
		Op dat moment zat ik er eigenlijk niet op te wachten. Terugkijkend zou het goed zijn geweest.			
			Aandacht kerk: - verhaal wel bekend, maar niemand die ernaar vroeg (club, catechisatie, huisbezoek). - aandacht vooral naar overgebleven ouder.		
	Behoeften pastorale zorg (wat geholpen, wat gemist?)	Toen geen behoefte om die aandacht te hebben. Terugkijkend zou het me geholpen hebben om het verlies meer bespreekbaar te maken.		Tip: ambivalentie begrijpen: als kind/puber niet de behoefte om erover te praten, maar terugkijkend zou dat juist wel geholpen hebben om het voor nu beter bespreekbaar te maken.	C
		Ik zou willen dat mijn kinderen wel die aandacht zouden krijgen als een van ons er niet meer zou zijn.			

2.5 Validiteit en betrouwbaarheid

In dit onderzoek zijn twee verschillende methoden van dataverzameling gebruikt, namelijk literatuuronderzoek en dataverzameling door middel van interviews. Om de validiteit te vergroten zijn onderwerpen die tijdens de interviews aan de orde komen gebaseerd op het literatuuronderzoek. Daarbij bevestigen de verhalen van de deelnemers meerdere keren de theorie (zie hoofdstuk vijf tot en met acht waarin de theorie geïllustreerd wordt met citaten uit de interviews). Bovendien is van elk interview een geluidsopname gemaakt en is deze getranscribeerd. Zo is bij de verwerking (het herhaaldelijk doorlezen) en (uitgebreide) analyse van het interview dicht bij de werkelijkheid gebleven. Dit heeft de betrouwbaarheid vergroot. Om aan betrouwbare en valide informatie te komen, hebben de 'gevoelige' interviews plaatsgevonden onder alledaagse en vertrouwde omstandigheden, namelijk bij de deelnemers thuis. De interne validiteit is vergroot doordat de kwalitatieve methode van onderzoek past bij een geldig antwoord vinden op de vraagstelling en deelvragen (de beleving van de deelnemer staat centraal). Om de betrouwbaarheid te vergroten is bij elk interview dezelfde vragenlijst gebruikt.

Met het bovenstaande is de verantwoording voor de onderzoeksmethode gegeven. Ook is de gekozen methode toegelicht. De eerstvolgende hoofdstukken geven vanuit literatuuronderzoek antwoord op de vraag wat pastorale zorg is en wat pastorale zorg is bij verlies en rouw.

Hoofdstuk 3. Pastorale zorg

3.1 Inleiding

Dit onderzoek gaat over pastorale zorg en over volwassenen met jong ouderverlies die hun verhaal vertellen.

Je verhaal vertellen

Een verhaal is de ordening in tijd en plaats van het onderling dynamisch verband tussen de personages, hun handelingen en de overige gebeurtenissen (Meulink-Korf, 2002). Een verhaal begint en eindigt en het heeft een plot. Een levensverhaal wordt verteld vanuit herinneringen en interpretaties van wat mensen hebben meegemaakt. Een levensloop is een opsomming van objectieve feiten: toen gebeurde dit, toen gebeurde dat.

“Mensen die door de gang van het leven door elkaar zijn geschud” (Prinsenbergh, 2005, p.14), willen hun levensverhaal weleens vertellen. Om bijzondere en ingrijpende gebeurtenissen kwijt te raken aan anderen en aan zichzelf. Zo brengen mensen structuur en samenhang aan in hun levensverhaal.

“Op verhaal komen of je verhaal halen betekent genoegdoening ontvangen, tot je recht komen” (Prinsenbergh, 2005, p. 175). Levensverhalen komen pas tot hun recht als de verteller een aandachtige gesprekspartner heeft die van harte aanwezig wil zijn. Door te luisteren naar het levensverhaal van de ander komt de verteller uit de anonimiteit tevoorschijn: dit is mijn (naam!) verhaal (Prinsenbergh, 2005).

Je verhaal vertellen helpt om het kwijt te raken, om structuur te geven aan je levensverhaal, om tot je recht te komen.

Er is veel te zeggen over de vraag wat pastorale zorg is. Het leerboek van Ganzevoort en Visser (2007) is als bron gebruikt, omdat het - net als dit onderzoek - focust op het verhaal van mensen. Het boek beschrijft een narratief model waarin het verhaal van mensen en het verhaal van God met elkaar verbonden worden. In het pastorale handboek van Van der Meulen (2010) worden ambtsdragers en vrijwilligers uit de midden-orthodoxie en de meer behoudende delen van de protestantse kerken aangesproken. Omdat de opdrachtgever van dit onderzoek werkt met deze stromingen en de deelnemers hieruit afkomstig zijn, is ook voor deze bron gekozen.

3.2 Door wie?

Ganzevoort en Visser (2007) zien pastorale zorg als verantwoordelijkheid van de hele gemeente. De geloofsgemeenschap is de primaire drager van het pastoraat. “Daar waar mensen omzien naar elkaar, zorgdragen voor elkaar, daar vinden we de basis van de pastorale zorg” (Ganzevoort & Visser, 2007, p. 90). Ook Van der Meulen ziet pastoraat als opdracht van de hele gemeente: “Niet aan enkelingen of aan bepaalde groepen, maar aan de gemeente is de pastorale opdracht toevertrouwd” (p. 7). Ambtsdragers en vrijwilligers zijn in het bijzonder werkzaam in de pastorale zorg én zorgen er tegelijk voor dat de hele gemeente een pastorale gemeenschap wordt die oog leert krijgen voor elkaar (Van der Meulen, 2010). In protestantse termen spreken we dan over het algemeen priesterschap of het ambt aller gelovigen (Ganzevoort & Visser, 2007).

In dit afstudeerproject wordt daarom de pastorale zorg onderzocht die door ambtsdragers en vrijwilligers is gedaan, maar ook door ‘gewone’ gemeenteleden.

3.3 Definitie

Bij de definiëring van pastorale zorg worden verschillende invalshoeken beschreven.

3.3.1 ‘Herderen’

Vanuit de historische invalshoek is er de herdermetafoor. Het woord pastor betekent ‘herder’. Pastorale zorg is ‘herderen’; doen wat een herder doet. Een herder zorgt voor zijn kudde, met grote en kleine schapen. Pastorale zorg is er voor volwassenen, maar ook voor kinderen en jongeren. Een herder blijft dichtbij zijn kudde. Daardoor ziet hij zijn schapen. Daardoor weet hij met wie het goed gaat en wie extra zorg nodig heeft.

De herdermetafoor³ is een bijbels beeld. In het Oude Testament is het de herder die zich bekommert over zijn schapen en leidt naar 'grazige weiden'. In het Nieuwe Testament wordt de gelijkenis van Jezus als de Goede Herder gemaakt (Menken-Bekius, 2013). Net zoals Hij werkt een pastor met grote betrokkenheid op mensen. Net zoals Jezus door de Vader is gezonden, wordt een pastor gezonden. Een pastor heeft de opdracht mensen op te zoeken in Jezus' naam. Zoals Jezus er voortdurend op uit trok, op zoek naar mensen, zo wordt een pastor gestuurd. Hij neemt vrijmoedig het initiatief om naar de mensen te gaan. Om oprecht naar hen om te zien (Van der Meulen, 2010). In dat omzien naar mensen, wijst de pastor op de Goede Herder. Net zoals Jezus zijn schapen voedt met het Evangelie, mag een pastor het heil van het Koninkrijk uitdelen.

3.3.2 Zorg voor het verhaal

Vanuit de inhoudelijke invalshoek bestaat het pastoraat uit verschillende stromingen: het kerygmatisch pastoraat, het therapeutisch pastoraat en het hermeneutisch pastoraat (Menken-Bekius, 2013). Bij elke stroming heeft de pastor een andere functie. In het kerygmatisch pastoraat ligt het accent op het overbrengen van de boodschap van Gods heil naar de mensen (*kerygma* = verkondiging, boodschap). De pastor heeft hier de functie van 'getuige'. Het doel van het therapeutisch pastoraat is iemand helpen zichzelf te helpen. De mens met zijn gevoelsleven staat centraal en de pastor is 'helper'. In het hermeneutisch pastoraat is 'tot verstaan komen' een kernbegrip. De pool van het verstaan van Schrift en traditie en van de menselijke ervaring worden in wisselwerking op elkaar betrokken. De pastor heeft hier de rol van 'tolk en gids'. Hij luistert met twee oren. "Met het ene oor naar het Verhaal van God (en van de christelijke gemeente en haar traditie) en met het andere naar de kleine verhalen van mensen" (Van der Meulen, 2010, p. 18). De verbinding tussen die twee verhalen noemen Ganzevoort en Visser (2007) de kern van pastoraat: "zorg voor het verhaal van mensen in relatie tot het verhaal van God" (p. 26).

Met het woord 'verhaal' stuiten we op nog een kenmerk van het hermeneutisch pastoraat: "die van de narrativiteit (*narratio* = verhaal)" (Van der Meulen, 2010, p. 18). Omdat het 'vertellen van verhalen' een belangrijk onderdeel is van dit onderzoek, wordt dieper ingegaan op de methode van het hermeneutisch-narratief pastoraat en het contextueel pastoraat. In beide methoden speelt het verhaal van mensen een belangrijke rol.

3.3.3 Present

De functionele invalshoek laat zien dat pastoraat bestaat uit het ondersteunen, bemoedigen en troosten (bijstaan) van mensen in nood en verdriet. Maar ook begeleiden, helen en verzoenen zijn pastorale functies. De pastor zal daarom in de eerste plaats present willen zijn. Echte aandacht hebben voor de persoonlijke situatie van die ene mens. Wie functioneel naar pastorale zorg kijkt, vraagt zich af wie deze mensen zijn die bij deze gelegenheid en in deze context een pastorale relatie aangaan. Wat kan ik als pastor hier betekenen? Wat leeft bij die ander? Wat moet het effect zijn van mijn handelen (Menken-Bekius, 2013)?

3.4 Bevindingen pastorale zorg

Pastorale zorg wordt uitgevoerd door ambtsdragers, vrijwilligers en gewone gemeenteleden. Pastorale zorg is 'herderen' en heeft te maken met de Goede Herder: een pastor *ziet om* naar de mensen, net zoals een herder omziet naar zijn schapen. Verder is een pastor *gezonden* door de Goede Herder en *wijst* hij op de Goede Herder. Een pastor *luistert naar* het verhaal van mensen en probeert dat te *verbinden met* het Verhaal van God. Een pastor heeft echte *aandacht voor de persoonlijke en unieke situatie* van de ander, en zal daarom vooral *present* willen zijn.

³ Onlangs verscheen een boek over 'priesterlijk pastoraat' (Van der Voet, 2017). Samen zoeken naar Gods nabijheid door meeleven en meebidden. Daarbij zijn oprechte toewijding, aandacht en concentratie belangrijke pijlers. Het is interessant na te denken hoe gedachten over de pastor als priester kunnen doorwerken in de pastorale zorg aan volwassenen met jong ouderverlies.

3.5 Hermeneutisch-narratief pastoraat

De term hermeneutisch-narratief pastoraat sluit aan bij de definitie die Ganzevoort en Visser (2007) aan pastoraat geven: zorg voor het verhaal van mensen in relatie tot het Verhaal van God. In de orthodox-protestantse traditie wordt vaak gesproken over de ervaring (verhaal mens) en de openbaring (verhaal God). Openbaring en ervaring als twee polen van een ellips binnen de pneumatologie. De Geest van God schakelt de mens in (niet omgekeerd!). Het risico van deze bipolaire positie is dat het óf te veel doorslaat naar de kant van de traditie óf te veel naar die van de ervaring. Ganzevoort en Visser (2007) pleiten er daarom voor de twee verhalen met elkaar te verweven. Het gaat om één wereld. Als pastoraal model wordt gekozen voor de gelijkenis. Dit is “een bij uitstek narratieve figuur waarin de werkelijkheid zoals die is, verbonden wordt met het mogelijk anders zijn van die werkelijkheid (het Koninkrijk Gods)” (Van der Meulen, p. 18).

3.5.1 Ontwikkeling hermeneutiek

Hermeneutiek is begonnen als uitlegkunde, het ‘verstaan van teksten’. Later ging het bij hermeneutiek ook over betekenisvolle handelingen, het ‘verstaan van het bestaan’. Ieder mens streeft ernaar dat wat hem overkomt aan vreugde en verdriet in een samenhangend verband te brengen. Zonder die samenhang is het leven een verzameling van losse incidenten zonder betekenis. Het leven van ieder mens is als een verhaal (Ganzevoort & Visser, 2007).

3.5.2 Betekenis voor de pastorale zorg aan volwassenen met jong ouderverlies

Vanuit het hermeneutisch-narratieve model worden in het pastoraat fragmenten van verhalen van mensen verbonden met elkaar én met fragmenten van verhalen van God. De pastor heeft inzicht in het levensverhaal van de pastorant (persoonlijk) en oog voor wat mensen in hun leven kan overkomen (algemeen). Elke levensfase heeft zijn eigen aandachtspunten (zie ‘Begrippenlijst’ in hoofdstuk 1 voor kenmerken van de volwassenheid), maar ieders levensverhaal blijft uniek. De pastor laat de pastorant daarom zijn levensverhaal vertellen. Om inzicht te krijgen hoe de pastorant in het leven staat. Om samenhang aan te brengen tussen gebeurtenissen die hem zijn overkomen. Om inzicht te krijgen welke betekenis bepaalde gebeurtenissen hebben voor het geloof.

Het hermeneutisch-narratieve model kan voor de pastorale zorg aan volwassenen met jong ouderverlies betekenen dat de pastor: oog heeft voor de aandachtspunten van de volwassen leeftijd (algemeen), oog heeft voor de betekenis van rouwen (algemeen), oog heeft voor het verliezen van een dierbare op kinderleeftijd (algemeen) én tegelijk luistert naar het persoonlijke levensverhaal van de pastorant. Wat is er precies gebeurd? Wat is de invloed van het verlies voor het huidige leven van de pastorant? Wat betekent het verlies voor zijn geloofsleven?

3.6 Contextueel pastoraat

Ook voor het contextueel pastoraat is het verhaal van waarde. Niet de gebeurtenissen in het verhaal, maar het verband tussen personages en hun handelingen staan centraal. Om deze pastorale methode te beschrijven, is het handboek van Van der Meulen (2010) gebruikt. Waar nodig wordt dit aangevuld met theorie van Meulink-Korf (2002) die uitgebreid ingaat op het contextueel pastoraat.

3.6.1 Geen mens is een eiland

Een mens leeft altijd in verbanden en relaties. Geen mens is een eiland. In contextueel pastoraat gaat het om de verwevenheid van mensen met familiale en generationele relaties. Het oriënteert zich op de intergenerationele en contextuele therapie van Boszormenyi-Nagy. Mensen leven hier en nu samen én met mensen die ons zijn voorgedaan of die na ons komen. We zijn kinderen van ons voorgeslacht en ouders van ons nageslacht. Nadruk ligt hierbij op relationeel-ethische verhoudingen: persoonlijke relatie (ik-gij, de ander-ik) en het ethisch appel om recht te doen aan de waarde van de ander. Contextueel pastoraat heeft op het oog dat een familiaal en generationeel gesprek vrucht zal opleveren voor het volgende geslacht en is daarmee toekomstgericht (Van der Meulen, 2010).

3.6.2 Vier dimensies

Nagy noemt “vier dimensies van deze relationele werkelijkheid” (Meulink-Korf, 2002, p. 18): feiten - wat is er ‘objectief’ gebeurd? Psychologie - hoe zijn de feiten beleefd? Interacties - wat zijn onderlinge gedragsbeïnvloedingen en patronen van communicatie? En de - toch wel meest belangrijke - relationele-ethische dimensie: wat máákt dat een menselijk systeem werkt en wat een mens ten diepste motiveert? Dat is de samenhang van recht en verplichtingen tussen mensen. Dat is een denkbeeldige boekhouding door generaties heen. Een dynamiek van geven en ontvangen in belangrijke relaties. Mensen hebben tekorten en tegoeden bij elkaar. Kernwoorden die Nagy hieraan koppelt zijn: loyaliteit, *entitlement* (gerechtigde aanspraak), *fairness*, verschuldigd zijn, erkenning, roulerende rekening, legaat en exoneratie (‘ontschuldiging’) (Van der Meulen, 2010).

Met het oog op het thema van het onderzoek wordt een aantal kernwoorden uitgelicht.

3.6.3 Kernwoorden

Legaat - Iedereen krijgt een legaat mee (Meulink-Korf, 2002). Het deel dat je verdienstelijk kunt maken voor jezelf, je nageslacht en voor anderen. Dat deel waarin je belangen (als kind) niet goed behartigd zijn of beschadigd, is je delegaat. Dit kan leiden tot parentificatie: kinderen gaan van hun kindplek af en gaan naast de ouder staan of boven de ouder staan (Fiddelaers-Jaspers, 2014).

Loyaliteit - Loyaliteit is de verbondenheid die mensen ervaren met hun ouders en hun kinderen (verticaal) en op een andere manier met partners en vrienden (horizontaal). Het gaat om de balans tussen ontvangen en geven. De verticale loyaliteit berust niet op een keuze en is asymmetrisch: ouders geven vooral door te zorgen voor hun kinderen. Toch moet een kind ook kunnen ‘geven’ om de balans meer - maar nooit helemaal - in evenwicht te kunnen brengen (Van der Meulen, 2010).

Entitlement - Een kind heeft recht (*entitlement*) iets aan ouders te geven. Als het geven van het kind niet wordt erkend, bouwt het vaak destructief recht op: het ‘recht’ om hierover boos te zijn. Dit moet erkend worden om er iets mee te doen ten goede: constructief recht (Meulink-Korf, 2002).

Erkenning - Het contextueel pastoraat beoogt erkenning van de ontvangen gaven en van het tekort gekomen zijn (Van der Meulen, 2010). Erkenning geven is niet hetzelfde als ‘gelijk geven’ of ‘vergoelijken’. Erkennen is het respecteren van iemands verdienste of van onrecht wat iemand is aangedaan. Zoals een ouder die erkenning geeft aan een geparentificeerd kind: zo hielp jij mij die lastige tijd door te komen (Meulink-Korf, 2002).

3.6.4 Betekenis voor de pastorale zorg aan volwassenen met jong ouderverlies

In het contextueel pastoraat staat de mens voor God (*coram Deo*) altijd met anderen aan de hand. In deze triadische structuur hoeft God niet expliciet ter sprake te komen en hoeven die ‘anderen’ niet (meer) aanwezig te zijn. De pastor is bondgenoot met de pastorant en verbonden met ‘de anderen’ waarmee de pastorant aan de hand staat. De pastor heeft oog voor de ‘ongekend vreemde’ context van de ander, niet wetend (‘not-knowing’) hoe het met de pastorant zit (Meulink-Korf, 2002). Ook in het contextueel pastoraat “gaat het om dat heel gewone: dat een mens kan uitpraten” (Meulink-Korf, 2002, p. 187). De pastor luistert geduldig naar zijn verhaal, waarbij hij zoekt naar verhaalwendingen die perspectief openen. De pastor helpt de pastorant zijn eigen relationele hulpbronnen aan te boren (p. 57).

Het contextuele model kan voor de pastorale zorg aan volwassenen met jong ouderverlies betekenen dat de pastor aandachtig luistert naar het verhaal van de pastorant waarbij de pastor vooral gericht is op de relaties die de pastorant had en heeft. De pastor heeft oog voor de band met de ouders van de pastorant, ook met de ouder die er niet meer is. Wat heeft je overleden ouder voor jou betekent en andersom? Wat heeft je overgebleven ouder voor jou betekent en andersom? Wat heb je ontvangen, wat gegeven? Is er sprake (geweest) van parentificatie? Is erkenning nodig?

Nu de vraag naar pastorale zorg is beantwoord, gaat het volgende hoofdstuk in op de vraag wat pastorale zorg is bij verlies en rouw.

Hoofdstuk 4. Pastorale zorg bij verlies en rouw

4.1 Inleiding

In dit hoofdstuk gaat het opnieuw over pastorale zorg, maar dan specifiek bij verlies en rouw. Eerst wordt beschreven wat verlies en rouwen is. Daarna komt de betekenis van rouwpastoraat aan bod.

4.2 Rouwen

Rouw is een “emotionele reactie als gevolg van een verlies, in het bijzonder het verlies van een naaste” (Wikipedia, 2016, 18 augustus). Onder ‘verlies’ verstaat De Mönnink (2015): “Het besef dat er een einde is gekomen aan de bestaande hechtingsrelatie met geliefde mensen en/of andere vertrouwde levensonderdelen” (p. 55). Rouw is er dus bijvoorbeeld ook bij het verliezen van je gezondheid of bij het verlies van geld en goed (Van der Meulen, 2010). De definities vanuit de literatuur suggereren dat rouw meer is dan een reactie. “Rouw is het persoonlijk antwoord dat mensen geven op verlies van een betekenisvolle ander of een betekenisvol iets” (Van der Meulen, 2010, p. 182). Door het een antwoord te noemen, krijgt rouw iets dynamisch: een zoeken naar het “innemen van een nieuwe positie na een ingrijpende verandering” (Van der Meulen, 2010, p. 182). Van der Kooi (2014) kiest voor het aan Freud ontleende woord ‘rouwarbeid’. “Proberen met een richting aan het werk te gaan” (p. 44). Dat werk is zeer persoonlijk, er zijn geen regels voor. Fiddelaers-Jaspers (2014) noemt rouwen “vechten om de pijn van het verlies en het verdriet te boven te komen” (p. 28). Je leven weer op de rails te krijgen. Betekenis geven aan de nieuwe wending die het leven heeft gekregen. Volgens Fiddelaers-Jaspers (2014) kun je rouw niet verwerken, - afval verwerk je - maar “je kunt het wel verweven in je leven” (p. 29). Je kunt de draad van het leven niet meer oppakken zoals het was. Je kunt wel een nieuwe draad spinnen. Het verlies wordt geïntegreerd in je leven.

Een antwoord geven, vechten om boven te komen, het verlies verweven in je leven: rouwen is een werkwoord. Rouwen is “keihard werken” (Fiddelaers-Jaspers, 2014, p. 29).

4.3 Modellen

Voor de manier waarop mensen rouwen worden verschillende modellen gebruikt:

4.3.1 Fases

Bij het fasemodel van Kübler-Ross is rouwen een weg die je moet afleggen. Onderweg doorleef je verschillende fases: ontkenning, woede, marchanderen, depressie en tenslotte “aanvaarden wat aanvaard moet worden” (Van der Meulen, 2010, p. 186). Het goede van dit model is dat het beschrijft dat een mens een diepte ingaat en daar doorheen een weg moet afleggen die wel ergens uitkomt. Het model helpt om een bepaald patroon bij rouw te herkennen. Een nadeel is dat het suggereert dat je fases per se in een bepaalde volgorde moet doorlopen. Alsof er maar één weg is om gezond te rouwen. Het model suggereert ook een eindstation. Alsof het verdriet aanvaard en verwerkt moet worden. Alsof we het onder controle krijgen (Van der Kooi, 2014).

4.3.2 Taken

Een later rouwmodel van Worden beschrijft rouwtaken. Deze rouwtaken moeten het liefst allemaal doorlopen worden, maar dat hoeft niet in een vaste volgorde. De rouwtaken zijn: beseffen dat iemand echt dood is, omgaan met de warboel aan gevoelens, verder leven met gemis én herinneringen en tot slot: verder leven met die ander in je hart (Fiddelaers-Jaspers, 2014).

4.3.3 Roeien

In het slingermodel wordt het voorbeeld van een roeier gebruikt: hij probeert met twee roeispanten de boot in beweging te krijgen door de ene keer aandacht te geven aan het verlies en de andere keer aandacht te geven aan herstel. Als de roeier steeds alleen maar aandacht geeft aan het ene,

draait de boot rondjes en komt het niet vooruit. Rouwen is roeien: afwisselend tijd nemen voor de pijn en tijd nemen voor verder gaan met je leven (De Mönnink, 2015).

4.3.4 Doolhof

Het doolhofmodel van Ter Horst wil zeggen dat rouwen een heel persoonlijke zoektocht is. Een begaanbare weg zoeken in een nieuw land waar je de weg nog niet weet. Een doolhof, onherkenbaar en onherbergzaam. Verschillende wegen worden uitgeprobeerd. “Je komt steeds weer langs plaatsen waarvan je dacht dat je er voorbij was. Het lijkt maar niet op te schieten, er lijkt maar geen uitzicht te komen” (Van der Kooi, 2014, p. 40).

4.3.5 Wenteltrap

Met het model van de wenteltrap (spiraalmodel) borduurt Van der Kooi voort op het doolhofmodel. Het is een beeld dat hoop geeft. Ook hier kom je steeds weer terug op dezelfde plaats, maar steeds vanuit een veranderend perspectief. Ineens valt het op: er verandert iets (Van der Kooi, 2014).

4.4 Bevindingen rouwen

Rouwen is hard werken. Het is goed dat rouwen (een keer) gebeurt en niet (blijvend) stilstaat. Rouwen is een persoonlijk werk. Er is wel een weg om het verlies te verweven in je leven (niet ‘verwerken’; rouwen kent geen eindstation), maar hoe dat precies moet? Wie weet het? Rouwen na een verlies is heel normaal. In het handboek voor psychologen en psychiaters (DSM5) wordt geprobeerd gecompliceerde rouw te beschrijven, met de kanttekening dat het nog verder onderzocht moet worden (Fiddelaers-Jaspers, 2014). Er worden symptomen en reacties op het verlies benoemd en er wordt een tijdslimiet genoemd: na een periode van ongeveer twee jaar moet er enige verschuiving in heftigheid zijn. Ook Louw (2008) probeert een indeling te maken in ‘normale en abnormale’ rouw op basis van intensiteit en tijd. In de volgende hoofdstukken wordt duidelijk dat het bij jong ouderverlies begrijpelijk is dat na jaren nog gerouwd wordt om dit verlies. Dit is geen abnormaal rouwproces, wel een bijzonder rouwproces.

4.5 Rouwpastoraat

Eén van de doelen van rouwpastoraat is dat rouwen niet stagneert. Daarbij is rouwpastoraat “geen ‘begeleiding’: alsof anderen de weg wel weten. Het is pastoraat dat reisgenoten aan elkaar geven” (Van der Meulen, 2010, p. 207). Door elkaar een hand te reiken en elkaar te wijzen op het uitzicht dat de ander ontging. Samen onderweg zijn in het onherbergzame land van verdriet, met hulp en in naam van de Goede Herder. Lijden is niet pathologisch en rouwen is normaal. Daarom heeft rouwen troost nodig en doorgaans geen therapie. Rouwpastoraat is troostpastoraat (Van der Meulen, 2010).

4.5.1 Troost

Ter Horst (2007) definieert verdriet als een “antwoord op leed” (p. 28). Troost is “hulp bij dit leedgevecht” (p. 97). Deze handeling speelt zich af tussen twee polen: geborgenheid en uitzicht. Troost heeft in zijn wortels te maken met trouw en vertrouwen. Trouw zijn in bezookwerk: “beter in het begin niet te hard lopen, om daarna des te trouwer te kunnen zijn” (Van der Meulen, 2010, p. 207). In het bezookwerk geborgenheid bieden. De ander het gevoel geven: ik heb veel verloren, maar kennelijk ben ik toch nog de moeite waard. Pas dan voorzichtig iets aanbieden wat uitzicht biedt. Iets wat de rouwende vertrouwen geeft voor de toekomst. Zoals een vrijetijdsbesteding of een (kleine) verantwoordelijkheid die past (Van der Meulen, p. 202). Ook in de Engelse vertaling van troost zijn deze twee polen zichtbaar. *Consolation*, het tegenovergestelde van *isolation*, betekent ‘schuilen bij elkaar’ (geborgenheid). En *comfort* is weer ‘samen kracht vinden’ (uitzicht).

Bovenstaande maakt duidelijk dat je niet in je eentje kunt rouwen. Uitvaartverzorger Monuta zette onlangs hun eerste troosthond in om steun te bieden (Monuta, 2016). Volgens Ter Horst (2007) heb je een gemeenschap nodig om met verdriet te kunnen leven. Rouwen speelt zich af tussen

mensen (Fiddelaers-Jaspers, 2010). Mensen die proberen een klein stukje van de zware last mee te dragen zodat je er niet alleen voor staat. Mensen die geborgenheid en uitzicht bieden.

4.5.2 Grondvormen van troost

Ter Horst (2007) en Van der Meulen (2010) noemen verschillende grondvormen van troost:

Praten

Het vorige hoofdstuk benadrukt dat het vertellen van en luisteren naar je verhaal belangrijk is in het pastoraat. Zeker een rouwende wil zijn verhaal weleens vertellen. Om het kwijt te raken aan de ander en aan zichzelf. Om alles wat op de bodem van het hart ligt er eens eerlijk uit te storten. Om zijn verleden opnieuw te herijken. Voor veel pastoraat geldt: spreken is zilver en zwijgen goud. Er zijn niet overal woorden voor. Bij een troostend gesprek ligt de nadruk op het praten van de verteller. De ander laat dit luisterend en vooral zwijgend tot zichzelf doordringen. Maar alleen maar zwijgen is niet goed. Woorden kunnen geborgenheid en uitzicht scheppen. Nadat er eerst lang en aandachtig geluisterd is, kan spreken orde scheppen in de chaos die rouw teweegbrengt. Door vragen te stellen. Door de ander voorzichtig iets in overweging te geven. Het troostende van zo'n gesprek is dat de ander ervaart dat er iemand is die helpt een uitweg te zoeken.

Ook het praten met ervaringsgenoten kan veel troost bieden. Mensen die praten vanuit eenzelfde ervaring ondervinden veel steun en begrip bij elkaar, omdat ze gemeenschappelijke problemen tegenkomen en elkaars gevoelens herkennen.

Doen

Voor of met de rouwende dingen doen, kan troost bieden. Samen de kamer op orde brengen, kinderen van school halen, strijken. De rouwende uitnodigen om samen te eten of een spelletje te doen. Aan de rouwende iets schenken. Dit “zijn allemaal kansen om de rouwende te laten weten dat hij in een gemeenschap van geborgenheid leeft” (Van der Meulen, 2010, p. 202).

Aanraken

Een hand vasthouden, een arm op de schouder kan troosten. Een omhelzing kan warmte van het hart en de ziel van een ander overbrengen. Het aanraken moet functioneel zijn en nooit grensoverschrijdend.

Andere vormen van troost

Elkaar aankijken, in liefde en vertrouwen, kan troostend zijn. Net als een brief schrijven of een kaart, met aandacht uitgezocht en geschreven. Het kan ook troosten om “samen de dingen die gezegd zijn in gebed voor de Allerhoogste te brengen” (Van der Meulen, 2010, p. 200).

Eenzaamheid

Volgens Ter Horst (2007) is eenzaamheid de eerste klacht van mensen met leed: “Iedereen laat me in de steek” (p. 15). Er zijn weinig mensen bereid en in staat om te luisteren naar het verhaal van een mens met leed. Ter Horst (2007) vraagt zich af “wat gewone, aardige mensen beweegt om hun lijdende medemens in de steek te laten” (p. 16)? Hij geeft als antwoorden: zelfbescherming, egoïsme, achteloosheid, oppervlakkigheid, schroom. In een handreiking voor pastoraat aan rouwenden (Protestante Kerk in Nederland (PKN), 2009) wordt als reden gegeven dat mensen bang zijn voor de emoties van rouwenden en dat ze gewoonweg niet meer op bezoek durven te komen. Of mensen praten over van alles en nog wat, behalve dat verschrikkelijke waar de rouwende nu juist zo vol van is. Of mensen wijzen tot troost op ‘nog ergere gevallen’.

Maar ook zij die mensen met leed willen helpen, ervaren eenzaamheid. Waarom houden mensen met leed de deur (Ter Horst, 2007)? Onduidelijkheid; mensen kunnen niet ruiken wat er van hen wordt verwacht. Te hoge verwachtingen hebben van je medemens. Niet het verwachte treurgedrag tonen waarop troosters kunnen inspelen. Ontoepasselijk lachen.

Bij leed wordt zowel de mens met leed als de trooster vaak op afstand gehouden. Er is sprake van ambivalentie: niet getroost willen worden en toch: “in mijn leed heb ik de ander wezenlijk nodig - al kan ik haar aanwezigheid en haar goede bedoelingen wel eens een tijdje als kiespijn missen” (Ter Horst, 2007, p. 25).

Hieronder worden nog andere grondvormen van troost beschreven: waaromvragen laten staan, de rouwende helpen huilen en rituelen.

4.5.3 Waarom God?

Waaromvragen laten staan

Voor de rouwende moet de ontmoeting met God gaande gehouden worden. “Een gesprek met rouwendes wordt dan ook pas een pastoraal en troostend gesprek, een gesprek dat aan de rouwende en aan Christus recht doet, als alles wat ertoe doet voor de rouwende mag klinken” (Van der Meulen, 2010, p. 190): waaromvragen laten staan en geen daarom-antwoorden geven. Een protest dat onvoldoende is uitgesproken of onvoldoende wordt gehoord en dan te vroeg wordt weerlegd met een woord uit de Schrift zal zich alleen maar heviger uiten (PKN, 2009).

Volgens Hallewas (zoals geciteerd in de Mönnink, 1989) kunnen geloofswaarheden zowel een positieve als negatieve werking hebben. Het is een troost te weten dat God nabij is in ons verdriet en dat er geloof is in de opstanding van de doden. Het geloof kan echter ook “overkomen als een manier van hersenspoelen” (De Mönnink, 2015, p. 36). Met clichés zoals: ‘God geeft en God neemt’, ‘God zal er wel een bedoeling mee hebben’ of ‘papa is nu toch bij God’ wordt geprobeerd het verlies mooier te maken dan het is. Deze troesthouding van het voornamelijk voorspiegelen van een goed of goddelijk vooruitzicht, werkt voor de rouwende averechts. Hij voelt zich niet serieus genomen met zijn pijn. Naast iemand zitten en laten merken dat je ook geen raad weet met het verdriet, biedt meer troost. “Het christelijk geloof geeft geen antwoord op alle vragen, maar genoeg antwoord om het in vertrouwen op God uit te houden met bittere vragen” (Van der Meulen, 2010, p. 192). Rouwpastoraat is zelden het geven van goede adviezen of oplossingen. Rouwpastoraat is de ander helpen het in het heden uit te houden met vragen uit het verleden, wetend dat de geschiedenis doorgaat. Omdat de Zoon de machten van de dood zal verslaan. Dat is “geen mooi praterij, dat zijn fiere geloofswaarden” (Van der Meulen, 2010, p. 193). Zo is er recht op rouw. Zo is hoop terecht.

Theodicee

Theodicee betekent letterlijk ‘God en recht’. Het is “de vraag naar de verenigbaarheid van het lijden in de wereld met Gods rechtvaardigheid” (Van den Brink & Van der Kooi, 2012, p. 301). Enerzijds is er de ‘oude’ vraag: hoe laat zich het lijden in overeenstemming brengen met het geloof in de goedheid of rechtvaardigheid van God? Anderzijds zijn er de ‘moderne’ vragen: waarom is het rijk der vrijheid nog niet angebroken? Waarom wordt het kwaad niet uitgebannen? Is God als schuldige aan te wijzen? Bestaat Hij überhaupt wel? Het vooruitgangsgeloof, dat ziekte en ellende kunnen worden uitgedreven en het goede leven maakbaar is, loopt vast en leidt dan gemakkelijk tot radeloosheid (Van den Brink & Van der Kooi, 2012).

Ook in de Bijbel zijn waaromvragen aanwezig. In het bijbelboek Job is te zien dat deze waaromvragen een grens krijgen gewezen; de mens wordt verwezen naar Gods majesteit (Job 38-41). Het boek reikt aan “dat wij geen laatste antwoord kunnen vinden op de vraag naar de herkomst van het kwaad” (Van den Brink & Van der Kooi, 2012, p. 303). Ook volgens Ter Horst (2007) wordt de waaromvraag in de Bijbel niet beantwoord. Bijbelschrijvers weten het ook niet. Het gaat er eigenlijk niet over. In de Bijbel gaat het over het Heil. Uit de Bijbel blijkt wél dat - bijvoorbeeld in Job, Psalmen, Habakuk - “de mens in zijn omgang met lijden en afbraak een adres heeft voor zijn klacht, namelijk God” (Van den Brink & Van der Kooi, 2012, p. 303). Er is ruimte voor het twistgesprek met God; de klacht van de mens mag geuit worden!

Van den Brink en Van der Kooi (2012) concluderen vanuit de Bijbel verder het volgende: we *moeten* zeggen dat God uit is op leven en verbond. We *mogen* zeggen dat God in zijn keus voor de schepping koos voor een kwetsbare werkelijkheid. Daarom kunnen we *nog net wel* zeggen dat lijden niet buiten zijn wil om gaat. Wat we *beslist niet* kunnen zeggen, is dat God het kwaad in positieve zin wil. Het kwaad is “als contraperspectief van Gods levengevende bedoeling. . . . Het kwaad behoort zelf niet tot de schepping, het is een parasitair verschijnsel. . . . Privatio boni, ontroving

van het goede” (Van den Brink & Van der Kooi, 2012, p. 303). Het kwaad leeft van het goede, het ontnemt het goede zijn werkelijkheid. Ter Horst (2007) onderstreept het bijbels uitgangspunt dat God uit is op leven. God bedoelt de dood niet, Hij geeft het leven. In de Bijbel wordt de dood nooit als iets goeds voorgesteld. De dood hoeft niet aanvaard te worden. De dood is een vijand. De dood behoort er niet te zijn. Daarom hoeven we niet zo “kruiperig en flikflooiert tegen de dood te doen” (Ter Horst, 2007, p. 201). Doodgaan is niet iets moois, het is ons laatste leedgevecht. De dood is niet “het gewone einde van een verzadigd leven”, maar “het ontijdige, eenzame, door het kwaad beheerste levenseinde dieptepunt van onvervuldheid dan op een ergerlijke manier beginpunt van volheid is” (Ter Horst, 2007, p. 201). Maar de Heer is bij de dood geweest en Hij heeft overwonnen. Hij strijdt voor en met ons tegen alle nood. De God van Pasen is ons troostend nabij in het leedgevecht. We kunnen met ons leed bij God terecht. Daarmee is de waaromvraag niet beantwoord. “Er is niets wat het lijden van de tegenwoordige tijd rechtvaardigt” (Ter Horst, 2007, p. 203). Volgens Ter Horst (2007) is het “geweldig om te worden getroost. . . . Maar het zou nog mooier zijn als de volheid van het Koninkrijk eindelijk eens doorbrak” (p. 203). Kom Heer Jezus!

4.5.4 Helpen huilen

Mensen met verdriet moeten zich kunnen uiten. Verdriet dat op één of andere wijze niet naar buiten komt, wordt verdrongen en vroeg of laat kan zich dat uiten in allerlei lichamelijke of psychi(atr)ische klachten. Naast praten is huilen één van de meest geëigende vormen waarin verdriet zich wél zou moeten uiten (PKN, 2009). Huilen is goed. “Wie durft te huilen geeft toe: zo heeft God het van den beginnen niet gewild” (Van der Meulen, 2010, p. 193). Toch heeft de rouwende vaak de gedachte dat huilen een teken van zwakheid is en dat je vooral flink moet zijn. Daarom is het belangrijk dat de omgeving voorwaarden schept waardoor mensen gestimuleerd en aangemoedigd worden om hun verdriet te uiten. Troosten is dus ook: rouwenden helpen huilen. Huilen is helen. Tranen spoelen schoon.

Willemien vertelde dat ze haar vriendinnetje had geholpen omdat haar fiets kapot was gegaan. Haar moeder vroeg: ‘Maar hoe kon jij haar nou helpen? Jij kunt toch geen kapotte fiets repareren?’ ‘Dat weet ik’, antwoordde Willemien, ‘ik heb niks met haar fiets gedaan. Ik heb haar alleen maar helpen huilen’ (De Vos, 2014, p. 24).

Huilen en klagen in de Bijbel

In de Bijbel vormt huilen samen met klagen een eenheid. Treuren en rouw bedrijven is huilen en klagen tegelijk (Schelling, 2006). Huilen bij de dood is in de Bijbel niet vreemd. Het meest bekende voorbeeld is waarschijnlijk de dood van Lazarus (Johannes 11:1-44). Er wordt gehuild bij de dood van deze goede vriend, een mens met een nog ‘onvoltooid’ leven. Maria huilt en ook de mensen die met haar meelopen huilen (de mensen zien het verdriet van Maria en laten haar niet alleen!). Naast het huilen, klinken er verwijten richting Jezus. Als Jezus het huilen ziet, gebeurt er wat met Hem. Het doet Hem zeer. Hij is geraakt door de tranen van een ander. Het stormt vanbinnen. Als Jezus de dode ziet, barst Hij zelf in tranen uit. Zijn verdriet, ontroering, woede, komt zichtbaar naar buiten. Jezus verbergt zijn emoties niet! Zijn wezen komt in opstand tegen de doodsmacht. Jezus’ tranen zijn er bij het zien van wat de dood aanricht in iemands leven. Er is niets mis met emotie. “Als de Heer Jezus Christus zijn toorn en tranen bij het graf van zijn vriend liet zien, waarom zouden wij bang zijn voor wat het sterven van een dierbaar mens ons doet? Het leed moet geleden en niet vermeden” (Van der Meulen, 2010, p. 205).

In de Bijbel wordt wat afgeklaagd. In de Psalmen of bij de profeet Habakuk. Opstandige, wanhopige mensen die hun klachten ongegeneerd bij God neerleggen. Klagen heeft een ernstige wortel en is op een of andere manier gerechtvaardigd. De klager is ‘entitled’ tot klagen. Klagen is daarom iets anders dan zeuren of mopperen. Klagen heeft relationele gevolgen. De oproep van klager is: zie mij, hoor mijn verhaal! Klagen verspreidt vaak machteloosheid en een schuldgevoel, wat zowel door de klager als aanhoorder gevoeld wordt. Het uithouden met een klagende is wel een kunst. Het doorgaand klagen getuigt van diepe onvrede. De hoorder hoeft de vrede niet te

verschaffen, maar wel enig uitzicht geven op vrede, opdat de klager voor zichzelf kan gaan zorgen (Meulink-Korf, 2013). Meulink-Korf (2013) vindt het jammer voor het pastoraat en voor de hele theologie dat het beeld van 'God als klachtenadres' verloren is gegaan terwijl mensen in de Bijbel zich dus veelvuldig en van harte beklagen. Pastores zijn ervoor om bij te klagen. Als horende pastor ben je dan soms plaatsvervangend voor God; belangeloos luisterend.

4.5.5 Rituelen

Een ritueel is een vanzelfsprekende, betekenisvolle handeling dat herhaald kan worden, maar ook eenmalig kan zijn. Bij een ritueel vindt er integratie plaats van denken, doen, weten, voelen en ervaren. Bij rituelen horen formules en teksten. Een ritueel is lichamelijk en interactief; alle zintuigen doen mee. Bij een ritueel wordt de (transcendente) werkelijkheid present gesteld. (Menken-Bekius, 2013).

Rituelen kunnen een belangrijke troostende functie hebben voor rouwenden. Als een rite goed wordt uitgelegd en beleefd, heeft het een grote heelmakende 'werking' (Van der Meulen, 2010). "Ze bieden ons handvatten als we met lege handen staan en woorden als we niet meer weten wat we moeten zeggen" (Fiddelaers-Jaspers, 2014, p. 252). Rituelen helpen mensen die vastgelopen zijn weer op gang. Ze dwingen overgangen daadwerkelijk te maken. Rituelen zijn belangrijk als mensen even niet weten wat ze moeten doen. Ze structureren het bestaan en brengen enige orde in de chaos. Rituelen creëren ook een kanaal voor heftige emoties. Ze helpen emoties gecontroleerd naar buiten te brengen. Rituelen kunnen momenten tijdens een rouwproces begeleiden en markeren. Ze creëren ruimte om ergens bij stil te staan, om tot bezinning te komen. Aandacht voor rituelen gaat vaak hand in hand met persoonlijke aandacht voor de uniciteit van ieder mens en met degenen daarmee verbonden. Een ritueel "kan alle betrokkenen daarom het gevoel geven dat hier iemand werkelijk recht wordt gedaan" (Menken-Bekius, 2013, p. 16).

Een ritueel hoeft niet iets groots te zijn. Er zijn rituelen voor en tijdens de uitvaart, zoals: het sluiten van de kist, het naar binnendragen van de kist, een afscheidsdienst, woorden hardop uitspreken in een toespraak of gedicht, stilte en muziek, het laten zakken van de kist, een handje zand gooien op de kist. Deze rituelen vergroten de betrokkenheid bij wat er gebeurt en ze helpen de overledene de laatste eer te bewijzen en te gedenken. Rituelen (jaren) ná de uitvaart maken duidelijk: 'we vergeten je niet'. Door de overledene blijvend te herdenken, krijgt de overledene bestaansrecht en wordt het verlies blijvend erkend. Dit kan bijvoorbeeld door op de sterfdag of geboortedag een bloem naar het graf brengen. Of op die dag een kaars te branden bij de foto van de overledene. "Ogen worden meer getroost door een licht dat daadwerkelijk ontstoken wordt, dan door te horen vertellen dat er licht is" (Menken-Bekius, 2013, p. 69). Tijdens een huwelijksdienst of doopdienst waarin de overledene wordt gemist, kan ook een kaars ontstoken worden en de naam genoemd. Of tijdens zo'n dienst een lied zingen dat voor de overledene belangrijk was. Door zulke rituelen wordt de herinnering aan de overledene levend gehouden. En het verdriet om het verlies mag er nog steeds zijn. Dat troost!

4.6 Bevindingen rouwpastoraat

Rouwpastoraat is troostpastoraat. Troosten is de ander helpen bij zijn 'leedgevecht'. De ander geborgenheid en uitzicht bieden. Rouwen kun je dus niet in je eentje. Troosten kan door: de ander zijn verhaal laten vertellen, daar aandachtig naar luisteren en daarna voorzichtig zelf iets zeggen dat orde brengt in de chaos (praten). Troosten doe je ook door dingen te doen voor de ander of via aanraken. Waaromvragen laten staan en rouwenden helpen huilen zijn andere grondvormen van troost. Ook rituelen kunnen helpen rouwenden te troosten.

Hoofdstuk 5. Gevolgen jong ouderverlies korte termijn

5.1 Inleiding

Nadat onderzocht is wat pastorale zorg is, ook specifiek bij rouw en verlies, wordt nu ingegaan op het andere deel van dit onderzoek: volwassenen die als kind een ouder hebben verloren. Om goed te kunnen begrijpen wat de gevolgen zijn van zo'n verlies voor de volwassen leeftijd (gevolgen op lange termijn) is het nodig te weten wat de gevolgen zijn van jong ouderverlies op korte termijn: de periode rondom het overlijden tot en met de adolescentie. In dit hoofdstuk wordt uitgelegd wat het betekent voor een kind om een ouder te verliezen. Het is hierbij van belang inzicht te krijgen in de manier waarop kinderen rouwen. Bevindingen vanuit de theorie worden geïllustreerd met citaten van de deelnemers uit de interviews.

Boeken over kinderen en rouwen

Tegenwoordig zijn er veel boeken geschreven over kinderen en rouwen. Ze geven inzicht hoe kinderen reageren op het verlies van een dierbare en hoe je daar als omgeving mee kunt omgaan. Het is fijn dat al die aandacht er nu is voor rouwende kinderen. Opvallend aan deze boeken is echter dat ze nauwelijks aandacht schenken aan de gevolgen van dit verlies voor de volwassen leeftijd. Daarom is een risico van deze boeken dat ze suggereren dat als je maar weet hoe je 'goed' moet omgaan met een kind in die periode, het later ook wel 'goedkomt' met dat kind (Liese, z.j.). Het is belangrijk om de inzichten van de korte termijn gevolgen van jong ouderverlies - de boeken over kinderen en rouwen helpen hierbij - door te trekken naar de volwassen leeftijd.

5.2 Jong ouderverlies

Jong ouderverlies is het verlies van een ouder door de dood vóór het twintigste levensjaar (Liese, 2015). "Ongeveer tien procent van de mensen die nu tussen de twintig en zeventig jaar oud zijn, hebben vóór hun twintigste levensjaar één of beide ouders door overlijden verloren" (Ankersmid, 2015, p. 12). Het gaat in dit onderzoek over het verlies van een ouder door overlijden, niet door echtscheiding. Daarvoor zijn de verschillen te groot. Bij overlijden komt de dood tussen beide; onuitgenodigd, niet gekozen, onomkeerbaar, definitief. Je kunt nooit meer op schoot bij je ouder, je krijgt nooit meer een aai over je bol, je krijgt nooit meer straf, etc. Ook de aanloop naar het afscheid, het afscheid zelf en de tijd na het afscheid is anders (Liese, 2011).

5.2.1 Een verlies op kinderleeftijd

Jong ouderverlies is een verlies dat je als kind overkomt. Een verlies meemaken op kinderleeftijd is anders dan op volwassenleeftijd. Fiddelaers-Jaspers (2014) noemt een aantal verschillen:

- *Kinderen zijn volop in ontwikkeling.* Omgaan met een verlies en tegelijkertijd ontwikkelen is voor kinderen een loodzware taak.
- *Kinderen hebben minder levenservaring.* Een verlies op jonge leeftijd is vaak een eerste verlies. Kinderen kunnen niet terugvallen op eerdere ervaringen.
- *Kinderen voelen van alles wat vaak geuit wordt in gedrag.* Kinderen kunnen de wirwar aan gevoelens lastig benoemen. Daarom uiten ze het vaak in de vorm van wisselende stemmingen, lastige buien, terugtrekken.
- *Kinderen zijn afhankelijk van de grote mensen om hen heen.* Rouwen speelt zich af tussen mensen, dat kun je niet in je eentje (zie Hoofdstuk 4). Kinderen hebben daarom des te meer volwassenen nodig die hen informeren, betrekken, uitnodigen tot het stellen van vragen, gelegenheid geven om te praten en te huilen. Kinderen hebben grote mensen nodig, uit de familie, van school, uit de kerk, die het gevoel geven dat ze er niet alleen voor staan.
- *Kinderen kunnen moeilijk voorstellen wat 'dood zijn' is.* Wat kinderen kunnen begrijpen over doodgaan, hangt samen met hun leeftijd en verstandelijke vermogens⁴.

⁴ Met het oog op de doelgroep van het onderzoek, worden hier alleen de leeftijdsfasen 'zes tot negen jaar' en 'negen tot twaalf jaar' beschreven.

Kinderen van zes tot negen jaar beginnen te begrijpen dat ‘dood zijn’ onomkeerbaar is. Toch is het voor hen nog moeilijk te begrijpen wat zo’n definitief einde precies inhoudt. Dat het iedereen – dus ook ‘papa of mama’ – kan overkomen, snappen ze niet. In deze leeftijdsfase stappen kinderen over van het magische denken naar het concretere denkniveau. Ze willen precies weten hoe alles zit. Ze nemen dingen die ze horen vaak letterlijk. Soms lopen ze met verkeerde ideeën rond, waardoor ze verkeerde conclusies trekken. Aan de ene kant hebben deze kinderen dus “de mogelijkheid om het te begrijpen, maar ondertussen zijn ze nog niet in staat om met alle implicaties om te gaan” (Fiddelaers-Jaspers, 2014, p. 85). Op deze leeftijd groeit het zelfvertrouwen. Omdat de dood zo dichtbij is gekomen, kan het zelfvertrouwen juist afnemen en groeit de onzekerheid. Dit kan een basis leggen voor de manier waarop kinderen later geloven: vertrouwen ze erop dat God hun kan gebruiken of leren ze dat ze niets kunnen (Van der Heijden, 2012)?

Kinderen van negen tot twaalf jaar worden steeds minder afhankelijk van volwassenen. Ze proberen zelf met het verdriet om te gaan en willen niet kinderachtig zijn. “Al laten ze het niet zo merken, juist op deze leeftijd hebben ze aandacht en troost nodig” (Fiddelaers-Jaspers, 2014, p. 86). Deze kinderen weten dat alles wat leeft doodgaat. Ze zijn nieuwsgierig naar de dood en vinden het tegelijk griezelig. Ze kunnen daarom letterlijk alles vragen, ook religieuze vragen. Kinderen willen bijvoorbeeld weten waar de doden naartoe gaan. Er kan met hen over de hemel gesproken worden. Kinderen op deze leeftijd kunnen ook vragen krijgen over het ‘waarom van de dingen’ en over het beeld dat ze tot dan toe van God hadden (Van der Heijden, 2012). Het is belangrijk dat ze deze vragen rondom het verlies van hun ouder kunnen stellen, thuis, op school of in de kerk!

Mijn godsbeeld veranderde wel. Die was niet heel positief. Ik zag God vooral als ‘boeman’. En als die God ook nog eens een moeder wegplukt uit een gezin met jonge kinderen, hoe kan dat? Hij werd een grotere boeman. En is die God wel zo liefdevol als de Bijbel zegt? Hoe kun je dat recht praten terwijl er zoveel verdriet is? Bij vlagen had ik die vragen in die tijd. Ik kon met die vragen bij niemand terecht. Ik heb daar toen nooit over gepraat. De laatste jaren pas. In die tijd had ik dus wel grote levensvragen, maar ik liep er in mijn eentje mee rond. Herma (pseudoniem) is twaalf jaar als haar moeder overlijdt.

5.2.2 Een trauma

Zowel Fiddelaers-Jaspers (2014) als Noten (2010) noemen het verlies van een ouder voor een kind een ‘verliestrauma’. Trauma wordt vertaald als verwonding. “Het is een sociale, overweldigende gebeurtenis die van invloed is op het lichaam, de psyche, de ziel, de geest en de sociale relaties” (Ruppert, zoals geciteerd in Noten, 2008). Een trauma overvraagt mensen volledig. Door een trauma is “de ziel blijvend geraakt” (Noten, 2010, p. 34). Een mens verliest iemand die voor hem uiterst waardevol is en onvervangbaar (Noten, 2010). Jong ouderverlies is voor kinderen “te groot om te bevatten”. . . ; het overvraagt hun draagkracht” (Ruppert, zoals geciteerd in Fiddelaers-Jaspers, 2008). Liese (2011) noemt het verlies van een ouder “een verlies dat niet in kindermaat verkrijgbaar is” (p. 29). Kinderen horen hun ouders niet te verliezen. Het zijn de belangrijkste personen in hun leven. Ze hebben hun ouders nodig voor verzorging, warmte, aandacht en liefde. Door het onomkeerbare verlies is dit voorgoed verbroken (Liese, 2015).

Kinderen kunnen de overweldigende gevoelens bij het verliezen van een ouder niet toelaten. Er komt een soort noodmechanisme op gang. Dat mechanisme helpt kinderen om zich staande te houden. Het werkt volgens Ruppert (zoals geciteerd in Fiddelaers-Jaspers, 2008) ongeveer zo:

- Er is een ‘gewond deel’ (traumadeel). Het tijdstip van het verlies, de leeftijd van het verlies, herinneringen en gevoelens bij het verlies zitten in het gewonde deel. Dit deel wil graag gezien en gehoord worden.
- Er ontstaat een ‘overlevingsdeel’. Dit deel werkt keihard om het leven op de rails te houden. Het verdient daardoor respect. Ondertussen ontkent en verdringt het overlevingsdeel het gewonde deel. Het gewonde deel wordt niet gezien en gehoord, maar weggestopt achter slot en grendel.

- Er is een ‘gezond deel’. Dit deel wil dat het op orde komt. Dit deel heeft kracht. Het vraagt om hulp, omdat het beseft dat het zo niet langer kan. Dit gezonde deel wil in contact komen met het gewonde deel. Het weet dat de tijd is gekomen om iets met het verlies te doen.

Het kan jaren duren voordat het gezonde deel ‘getriggerd’ wordt. Het kan jaren duren voordat het inmiddels vaak volwassen kind kan gaan kijken naar het gewonde deel. Het kan jaren duren voordat het inmiddels vaak volwassen kind het verlies van toen gaat verweven in zijn leven nu.

5.3 Gevolgen korte termijn

Nu de betekenis duidelijk is van jong ouderverlies, wordt gekeken naar de gevolgen van een dergelijk verlies op de korte termijn: de periode rondom het overlijden tot en met de adolescentie. De vraag hoe kinderen rouwen, wordt hierin meegenomen.

5.3.1 Overleven

Rouwen is hard werken: vechten om boven te komen, je leven weer op de rails krijgen, het verlies verweven in je leven. Rouwen en ondertussen jezelf ontwikkelen, is voor kinderen een hele zware combinatie. Er ontstaat daardoor (onbewust) een noodmechanisme: overleven. Dat is een manier vinden om ondanks het verlies verder te kunnen leven. Ondertussen wordt de pijn en het verdriet zoveel mogelijk vermeden. Kinderen ontwikkelen door en het rouwen komt regelmatig op een zijspoor. Het overlevingsdeel doet zijn werk, het gewonde deel verdwijnt achter slot en grendel. En misschien net op het moment dat iedereen denkt dat het over moet zijn, klopt het gewonde deel plotseling op de deur (Fiddelaers-Jaspers, 2014). Bij moeder- of vaderdag. Bij de sterfdag of verjaardag van de ouder. Bij een afscheidsmusical en de overgang naar het voortgezet onderwijs. Bij foto’s, een film, muziek. “In die zin rouwen kinderen in stukjes” (Fiddelaers-Jaspers, 2014, p. 29). Kinderen hebben vaak nog niet de mogelijkheid om het verlies te verweven in hun leven. Echt besef van de betekenis van het verlies kan jaren op zich laten wachten en soms pas tijdens de volwassenheid duidelijk worden.

In de literatuur worden verschillende overlevingsstrategieën beschreven. Kinderen kunnen voortdurend afgestemd zijn op de omgeving: ‘Is het hier veilig voor mij?’ Kinderen kunnen zich gaan terugtrekken, onopvallend gedragen, om niet nóg meer zorgen bij anderen te veroorzaken: ‘Ik ben er niet, let maar niet op mij’. Kinderen kunnen gaan vluchten in een fantasiewereld, om akelige gevoelens niet te hoeven voelen. Kinderen kunnen uiterlijk stoer en sterk hun best gaan doen: ‘Ik red me wel, met mij gaat het goed!’ Gevoelens worden dan weggestopt achter een dikke muur.

Het overleven is begrijpelijk en het helpt kinderen onder moeilijke omstandigheden groot worden. Het verdient daardoor respect! Tegelijk is het voor later waarschijnlijk belemmerend, omdat het de pijn en het verdriet om het verlies verdringt (Ankersmid, 2015).

5.3.2 Verlies van het gezin

Als een kind een ouder verliest, lijdt het verliezen op meerdere fronten. Het kind verliest het gezin zoals het was (Fiddelaers-Jaspers, 2014). Vanuit de interviews wordt duidelijk dat de oorspronkelijke infrastructuur van het gezin verandert voor altijd. Het wordt nooit meer zoals het was: vijf borden op tafel in plaats van zes, andere mensen in huis, feestdagen met een zwarte rand, een verhuizing waardoor soms een verandering van school en kerk. Bij dubbel ouderverlies houdt het gezin als het ware op te bestaan. De kinderen worden op andere plaatsen ondergebracht. De cultuur van het gezin waarin ze tot die tijd leefden, verdwijnt daarmee voorgoed.

We bleven in hetzelfde huis wonen. Eerst waren er hulpen in de huishouding. ‘s Zondags eten bij de ongetrouwde zussen van mijn vader met soep waar de lepel rechtop in kon staan. Ik vond dat vreselijk. Later hertrouwde mijn vader en dat was fijn. Er kwam weer een vrouw in huis en een kerstboom met allemaal zilveren ballen die ik zo mooi vond. Jan is elf jaar als zijn moeder overlijdt.

Er ontstaat een leegte die voor ieder gezinslid voelbaar is. Vaak trekt ieder zich terug op zijn eigen eiland (Liese, 2011). Het verlies raakt de familie als geheel en ieder lid persoonlijk. Dit past bij het

systeendenken zoals Friedmann (2001) omschrijft. Het gezin reageert op de schok. “Elk deel van het systeem, inclusief het effect zelf, is verbonden met, of kan zijn eigen effect hebben op elk ander deel” (p. 21). Het gezin moet de balans vinden tussen voortgang van dingen en aanpassen aan verandering. Iedereen past zich op eigen wijze aan om het familiesysteem weer te laten functioneren. Zo kunnen er verstrikkingen en verwarringen ontstaan. Bijvoorbeeld het ‘doodzwijgen’ van de overleden ouder, terwijl deze recht blijft houden op een plek in het systeem. Kinderen blijven loyaal aan hun ouders, ook aan de ouder die er niet meer is. Als er een ‘nieuwe’ ouder in het gezin komt, kan de loyaliteit van kinderen op de proef worden gesteld. Daarbij gaat bestaansloyaliteit altijd boven verdiende loyaliteit. Nieuwe ouders komen nooit boven biologische ouders, maar op z’n best op een gedeelde eerste of tweede plaats (Noten, 2010).

Er kwamen en gingen dertien gezinsverzorgsters. Uiteindelijk kwam een ver familielid van mijn vader bij ons in huis wonen. Daar is mijn vader mee getrouwd.

Marjon (pseudoniem) is negen jaar als haar moeder overlijdt.

Fiddelaers-Jaspers (2014) adviseert de nieuwe partner terughoudend te zijn en een balans te zoeken tussen het werken aan opbouw van het nieuwe gezin en tegelijk het in ere houden van de overleden ouder. Eén deelnemer bevestigt dat. De nieuwe ouder gaf haar een fijn gevoel, omdat ze als gezin nu weer ‘normaal’ waren. Ook is ze dankbaar dat deze nieuwe ouder nooit op de plek van de overleden ouder heeft willen staan en het gesprek over de overleden ouder gaande hield.

5.3.3 Verlies van de overgebleven ouder

Als een kind een ouder verliest, verliest het ook de overgebleven ouder zoals hij of zij vroeger was (Fiddelaers-Jaspers, 2014). De overgebleven ouder is meestal langdurig in de rouw en is afhankelijk geworden en minder beschikbaar. De overgebleven ouder kan geen vader en moeder tegelijk zijn; die kunnen elkaar niet vervangen. Kinderen vinden het moeilijk te verduren dat hun overgebleven ouder ‘zielepijn’ heeft. De meeste deelnemers geven aan dat ze hun overgebleven ouder hebben willen ontzien. Ze wilden niet tot last zijn, de overgebleven ouder niet nóg meer zorgen geven.

In de puberteit behoedzaam zijn, niet uit de band springen, want m’n moeder heeft het toch al moeilijk. Wim is acht jaar als zijn vader overlijdt.

Ik had enorm de behoefte om alles goed te doen. Ik wilde niet tot last zijn. Op school was ik een heel lief meisje wat precies alles volgens de regels deed om te zorgen dat er geen extra zorgen bij kwamen. Ik hield soms dingen bewust achter om mijn vader geen extra zorgen te geven. Als ik me zelf ergens zorgen over maakte, ging ik dat bewust niet vertellen. Maar heel veel dingen vond ik ook in het niet vallen als ik het vergeleek met het overlijden van mijn moeder. Bij een keer gepest worden, dacht ik: dat valt in het niet bij het feit dat mijn moeder is overleden. Daar praatte ik dus niet over. Dat is toch niet zo erg.

Herma (pseudoniem) is twaalf jaar als haar moeder overlijdt.

Het blijkt moeilijk voor het kind om het verdriet met de overgebleven ouder, maar ook met broers en zussen te delen. Zo ontstaat een situatie van elkaar beschermen door met elkaar niet over het verlies te praten.

Ik was met mijn zus de tafel aan het dekken. Toen zette ik spontaan een bord teveel op tafel, voor mijn moeder. Toen begonnen we te huilen, van schrik, allebei. Mijn vader werd er boos om. Dat waren momenten waarvan ik denk: hadden we toen maar gewoon aan elkaar kunnen zeggen ‘ik mis haar gewoon!’

Herma (pseudoniem) is twaalf jaar als haar moeder overlijdt.

Iedereen blijft stilzwijgend op zijn eigen eiland. Het gezin verbergt dat niet alles goed gaat en wordt daardoor gemeden door omgeving. Vanuit de omgeving gaat er toch al vaak automatisch meer aandacht uit naar de overgebleven ouder. Het kind verliest daarmee aandacht voor zichzelf.

Parentificatie ontstaat bijna altijd: kinderen gaan van hun ‘kindplek’ af en gaan *naast* de ouder staan (partner van de ouder of ouder van de andere kinderen) of *boven* de ouder staan (ouder van

de ouder). Waar ouders horen te geven en kinderen horen te nemen, gaan kinderen geven. Als een kind niet gezien wordt in wat het geeft, voelt het zich tekortschieten (Fiddelaers-Jaspers, 2014).

Ik heb ook wel de ouderrol op me genomen, in de zin dat ik met mijn moeder een relatie had die niet helemaal past bij een twaalfjarige. Omdat ik als het ware als enige overbleef en er met mijn zus veel dingen aan de hand waren. Ze deelde niet alles met mij, maar ook heel veel wel. Ik zag haar verdriet en haar moeite. Ik heb in die zin wel heel erg een rol daarin gespeeld. Ik vroeg er denk zelf ook wel om, want ik zag het gewoon en had dan zo iets: vertel het dan ook maar.

Simone (pseudoniem) is zes jaar als haar vader overlijdt.

Ik heb van begin af aan mijn eigen boontjes gedopt. Ik ging heel veel zelf doen. Snel eigen kleren kopen. Uiteindelijk werd de gezinshulp ook minder, dus moesten we ook veel doen volgens het boekje: jij bent twaalf, dan moet je je eigen kamer schoonmaken, opruimen, bed verschonen. Dat hoort er gewoon bij.

Klariska is tien jaar als haar moeder overlijdt.

5.3.4 Meer verliezen

Omdat een kind door het verlies van zijn ouder iets ingrijpends heeft meegemaakt wat andere kinderen niet kennen, voelt het zich vaak alleen staan. Je ‘moet’ ineens volwassen zijn. Je bent anders, omdat je geen vader of moeder meer hebt, omdat je vader of moeder hertrouwd, omdat je nog een broertje of zusje krijgt terwijl je op de middelbare school zit. Het kind verliest daardoor vrienden. Het kind verliest ook een stukje van zijn identiteit. Een ouder is iemand met wie ze zich kunnen identificeren. Wie ben ik nu die ander er niet meer is? Het kind verliest status of welzijn. Omdat de maatschappelijke positie van de vader of moeder wegvalt of omdat de financiële positie van het gezin verslechtert. Het kind verliest vertrouwen. Ineens kan het leven afgelopen zijn. Niets is meer vanzelfsprekend. Grote mensen kunnen blijkbaar ook niet alles (voorkomen). Daardoor verliest het kind als het ware zijn jeugd. Het is de onbevangenheid, onbezorgdheid kwijtgeraakt (Fiddelaers-Jaspers, 2014).

5.3.5 Verwarrende gevoelens

Fiddelaers-Jaspers (2014) gaat in op verschillende gevoelens bij rouwende kinderen:

“*Verdriet* is een ontlading van de emotionele teleurstelling als wensen niet uitkomen en verwachtingen onjuist blijken” (Fiddelaers-Jaspers, 2014, p. 195). Als een ouder overlijdt, voelen kinderen een gat in hun hart, een grote leegte. Als gevolg van dit verdriet, neemt het concentratievermogen bij kinderen af. Tranen kunnen hen op de meest onverwachte momenten overvallen. De meeste kinderen willen graag controle houden over hun tranen, maar kunnen zich ook schuldig voelen dat ze niet huilen.

Boosheid helpt kinderen zichzelf te beschermen wanneer iemand hun grenzen overschrijdt. Als een kind een ouder verliest, ontdekt het voor het eerst dat er in het leven iets niet klopt. Het is boos dat iemand van wie je houdt van je is afgenomen. Boos dat je in de steek bent gelaten, dat niemand jou iets heeft gevraagd, dat niemand het heeft kunnen voorkomen.

Angst treedt op als er gevaar dreigt. Bij het verlies van een ouder is de angst om in de steek gelaten te worden werkelijkheid geworden: de overledene komt nooit meer terug. Kinderen zijn bang om weer iemand te verliezen. Het kinderlijk vertrouwen is verdwenen. Het gevoel van controle is kwijt.

Eenzaamheid is er, met name door onbegrip van de omgeving. Daardoor blijven veel kinderen alleen achter met hun verhaal. Veel kinderen zeggen later dat ze zich alleen hebben gevoeld. Dat ze met hun verdriet op weinig plaatsen terecht konden. Ze worden letterlijk over het hoofd gezien. Met het verlies van vertrouwen in de mensen en in de wereld om hen heen, neemt het zelfvertrouwen van de kinderen zelf af en groeit de *onzekerheid*.

Toen ik na het overlijden met m’n tante thuiskwam, was het een drukte van jewelste. Ik ging huilend naar onze gezinsverzorgster toe. Zij vroeg: Wat is er? Ze begreep me niet en ik kroop in m’n schulp, waardoor ik geen vragen meer stelde. Marjon (pseudoniem) is negen jaar als haar moeder overlijdt.

Verdriet en *vreugde* wisselen bij kinderen elkaar af. Kinderen kunnen niet veel pijn verdragen en dus ook niet lang achter elkaar verdrietig zijn. Spelen, plezier maken met leeftijdsgenoten zorgt voor ontlasting. Lol en lachen lucht op. Vreugde werkt genezend. Humor werkt helend. Toch kunnen kinderen zich schuldig voelen als ze blijdschap ervaren.

Er is *gemis van en het verlangen* naar de persoon zelf. Naar hoe het vroeger was. Dit leidt vaak tot zoekgedrag.

Naast bovengenoemde gevoelens is er vaak een kluwen aan verwarrende gevoelens van *spijt*, *schaamte*, *schuld*. Schuld over dingen die gebeurd zijn of die kinderen nagelaten hebben. Een gevoel van *machteloosheid*, omdat niet alles goed komt in het leven. *Jaloezie* omdat vriendjes nog wel een papa of mama hebben. *Opluchting* omdat het overlijden als een bevrijding kan voelen. Soms voelen kinderen de eerste tijd na een verlies helemaal niets. Ze zijn volkomen *verdoofd*. Het niet-voelen is een soort natuurlijke zelfbescherming, omdat het gemis te groot is. Voor sommigen werkt deze tijdelijke ontkenning van gevoelens beter dan geforceerd gevoelens moeten uiten (Fiddelaers-Jaspers, 2014).

5.3.6 Het grote stilzwijgen

Niet alleen het verlies van een vader of moeder is van grote invloed op het leven van een kind, ook de manier waarop ermee wordt omgegaan. Door het kind zelf en door de volwassenen om het kind heen (Noten, 2010), vanuit de familie, school en de kerkelijke gemeente. Omdat elk kind uit het gezin op een eigen manier omgaat met het verlies, heeft elk kind *persoonlijke* aandacht nodig. Vaak ontstaat er echter na het verlies van een ouder bij het kind en de omgeving “het grote stilzwijgen” (Ankersmid, 2015, p. 43). Naar het verhaal van de kinderen wordt meestal niet gevraagd. Wel: Hoe is het met je moeder? Niet: Hoe is het met jou? Bijna alle deelnemers benoemen in de interviews dat ze als kind zelf weinig uiting hebben gegeven aan het verdriet en dat anderen er ook niet over praatten.

Ongezien worden door omgeving, maar eigenlijk zelf ook niet gezien willen worden, beide kanten. Het lastige is dat dat wel mij alleen laat met al mijn verdriet. Het is ook zo teer. Bij wie kan ik me daarin kwetsbaar genoeg opstellen? Bij iemand die dat mag en kan zien, die pijn aan kan raken. Een innerlijke schreeuw: hier ben ik en ik heb heel veel verdriet! Aan wie kan ik dat vertellen? Met wie kan ik erover praten? Wim is acht jaar als zijn vader overlijdt.

Volgens Ankersmid (2015) praat een kind niet, omdat het zich aanpast aan wat de omgeving lijkt te verwachten. De volwassenen praten met elkaar om kinderen niet te belasten met emotionele zaken. Soms wordt de overleden ouder ‘doodgezwegen’. Met name vroeger werden kinderen nauwelijks betrokken bij het afscheid nemen en bij de begrafenis uit bescherming voor zoiets pijnlijk en confronterend. Een andere reden voor het grote stilzwijgen is angst voor het loskomen van eigen emoties en die van een ander. Als het kind geen emoties bij anderen ziet, gaat het kind denken dat het de enige is die zich zo voelt en houdt het zich sterk. Kinderen voelen zich niet op hun gemak als volwassenen hun verdriet uiten. Uit angst dat hun overgebleven ouder overstuurt raakt, vermijden kinderen om zelf over het verlies te praten.

Ik was ook zo druk om een nieuw bestaan op te bouwen. Op dat moment heb ik het verdriet even geparkeerd. Af en toe kwam het vrij heftig terug en dacht: laat ik er maar niet over praten, anders moet ik zo huilen en dan kan ik m'n verhaal toch niet houden. Dus of ik het op dat moment gedeeld zou hebben, weet ik niet. Ik zou het ook wel erg lastig gevonden hebben, denk ik. Sowieso wilde je op school gewoon meedoen en genieten, gewoon normaal zijn. Cootje is elf jaar als haar vader overlijdt.

Het grote stilzwijgen is er ook, omdat een kind geen uitzondering wil zijn bij vriendjes. Een kind wil ‘gewoon’ zijn, niet uit de boot willen vallen, niet zielig gevonden worden. Daarom past het zich aan en uit het zijn gevoelens niet. Kinderen vinden afleiding in hun spel, maar dat betekent niet dat het verdriet aan hen voorbijgaat.

Je bent overal nieuw en iedereen heeft medelijden met je. Dat vond ik zelf heel erg lastig. Aan de ene kant vraagt iedereen 'hoe gaat het met je?' Aan de andere kant vindt iedereen het ook zielig. Ik heb me daarin denk ik in het begin een weg in gevochten. Ik ben niet zielig, ik wil gewoon leven, ik wil normaal zijn. Ik denk dat ik er daarom ook niet over praatte, omdat ik dat vervelend vond dat iedereen zo met me omging. Anouk is negen jaar als haar vader overlijdt en tien jaar als haar moeder overlijdt.

5.3.7 Angst voor hechting

Als een ouder niet meer beschikbaar is door overlijden, heeft dit grote invloed op hechting van kinderen. Het kan ervoor zorgen dat kinderen zich niet meer durven hechten aan anderen. Omdat een ouder niet meer in de emotionele behoefte van zijn kind kan voorzien, ontwikkelt het kind angst om verlaten te worden. Om een nieuwe pijnlijke ervaring te voorkomen, kunnen kinderen zich terugtrekken en een ander afwijzen. Juist zich aan iemand vastklampen, kan ook een reactie worden om de angst om verlaten te worden te verminderen. Door jong ouderverlies concluderen kinderen dat je veel alleen moet doen in het leven. Daar hoort hulp vragen en aanvaarden niet meer vanzelfsprekend bij (Fiddelaers-Jaspers, 2014).

5.3.8 Spirituele reacties

Fiddelaers-Jaspers (2014) noemt tot slot nog voorbeelden van spirituele reacties bij rouwende kinderen: “in een geloofscrisis terechtkomen, zoeken naar de betekenis en zingeving van dat wat gebeurde en twijfel aan het belang van alles” (p. 259).

5.4 Bevindingen gevolgen jong ouderverlies korte termijn

Jong ouderverlies is een verlies dat je als kind overkomt. Kinderen zijn volop in ontwikkeling. Tegelijkertijd omgaan met het verlies is voor hen loodzwaar. Kinderen zijn afhankelijk van de grote mensen om hen heen. Kinderen hebben volwassenen hard nodig in het omgaan met hun verlies.

Jong ouderverlies is een trauma. Een blijvende kras op de ziel. Voor kinderen veel te groot om te bevatten. Daardoor komt er een soort noodmechanisme op gang: overleven. Dat helpt kinderen om verder te leven. Ondertussen wordt de pijn en het verdriet vermeden. Het rouwen komt op een zijspoor. Het overleven is begrijpelijk en helpend, maar voor later waarschijnlijk belemmerend.

Naast ‘overleven’ zijn er nog andere gevolgen van jong ouderverlies op de korte termijn, zoals: verlies van het gezin, verlies van de overgebleven ouder en het grote stilzwijgen. Kinderen kunnen ook in een geloofscrisis terechtkomen en op zoek gaan naar de betekenis en de zin van het verlies.

Hoewel juist kinderen met zo’n ingrijpend verlies volwassen mensen nodig hebben die oog hebben voor hún verdriet en hún (geloofs)vragen, blijven veel kinderen alleen achter met hun verhaal. Waarschijnlijk omdat kinderen hun verdriet zelf niet zo uiten en omdat de omgeving (daardoor) niet goed begrijpt wat er met rouwende kinderen gebeurt.

De inzichten over de gevolgen van jong ouderverlies op korte termijn worden in het volgende hoofdstuk doorgetrokken naar de gevolgen op lange termijn.

Hoofdstuk 6. Gevolgen jong ouderverlies lange termijn

6.1 Inleiding

In het vorige hoofdstuk is stilgestaan bij de manier waarop een kind rouwt en bij de gevolgen van jong ouderverlies op korte termijn. Deze inzichten worden in dit hoofdstuk doorgetrokken naar de gevolgen van jong ouderverlies op lange termijn, de volwassen leeftijd. Bevindingen vanuit de theorie worden geïllustreerd met citaten uit de interviews met de deelnemers.

6.2 Blijvende invloed

Het is begrijpelijk en helpend dat kinderen na het verlies van hun ouder (onbewust) gaan overleven: doorgaan met ontwikkelen, ondertussen komt het rouwen op een zijspoor. De pijn en het verdriet om het verlies wordt vaak verdrongen. Omdat het kind ‘moest’ overleven, is het begrijpelijk dat de echte betekenis van het verlies pas tijdens de volwassenheid duidelijk wordt.

Volgens De Mönnink (2015) lopen volwassenen met onverwerkt⁵ jong ouderverlies (OJO) risico op het *unfinished-businesssyndroom*: “het verschijnsel dat door oud zeer allerlei actuele onbegrepen klachten worden onderhouden (veroorzaakt en in stand gehouden)” (p. 371). Hij noemt de impact van jong ouderverlies groot. “Het verlies van een ouder op een leeftijd waarin de ouders nog zo nodig zijn, laat bij OJO een erfenis na van verdriet, woede en leegte. Een ongewenste erfenis die in onverwerkte vorm een blok aan het been kan worden in de rest van iemands leven” (De Mönnink, 2015, p. 385).

Door psychologische kenmerken van de volwassenheid kan verdriet van lang geleden naar bovenkomen. In die periode wordt de balans van het leven opgemaakt. Volwassenen houden zich bezig met het eigen verleden: wat men achterliet, komt naar voren (Ganzevoort & Visser, 2007).

Jong ouderverlies kan dus nog tientallen jaren later haar sporen na laten. Daar zijn ook alle deelnemers het over eens. Het vroege verlies van hun vader of moeder heeft een blijvende invloed.

Mensen begrijpen niet dat wanneer iets in je jeugd gebeurd is, dat het een impact heeft door heel je leven heen. Mensen denken: je hebt een nieuw leven, je hebt nu kinderen, alles gaat weer goed, dat is klaar, dat is passé. Het is op een of andere manier ook wel zo. Het is natuurlijk minder rauw en minder heftig dan dat het was, maar het heeft mij wel gevormd tot wie ik nu ben en waardoor ik af en toe wel ineens van slag kan zijn als ik wat hoor bij een ander. Je weet wat pijn en verdriet is en dat kan op een bepaalde manier door sommige dingen weer aangeraakt worden. Cootje is elf jaar als haar vader overlijdt.

De invloed van het verlies is best wel groot. Een paar jaar terug wist ik eigenlijk helemaal niet hoe ik leven moest. Ik denk dat ik dat nu stapje voor stapje aan het leren ben. Hoe je dat doet: volwassen zijn. Herma (pseudoniem) is twaalf jaar als haar moeder overlijdt.

Als je jong bent, gaat je leven door. Dan heb je het er niet over. Maar op latere leeftijd ga je er steeds meer over nadenken. Dan wordt het gemis groter. Van lieverlee verwerken we wel, maar ja, het gaat nooit weg, denk ik. Dat gemis blijft. Christian is zeven jaar als zijn vader overlijdt.

6.3 Achterwaarts rouwen

Dat volwassenen met jong ouderverlies opnieuw of voor het eerst rouwen om het verlies van hun ouder noemen verschillende auteurs een *verlaat, onverwerkt of uitgesteld* rouwproces. Toch klinken deze woorden te negatief voor een proces dat begrijpelijk is. *Gestolde* rouw (Fiddelaers-Jaspers, 2014) klinkt beter: de rouw is ‘natuurlijk’ stil gaan staan, maar ‘moet’ wel een keer gaan stromen. Liese (2011) heeft het - nog beter - over een “achterwaarts rouwproces” (p. 29): rouwen in het hier en nu om een verlies dat jaren geleden plaatsvond. Teruggaan, om het verlies van lang

⁵ De term ‘onverwerkt’ is een ongelukkige woordkeus. Het klinkt te negatief voor een proces dat begrijpelijk is. Zie verder onder ‘Achterwaarts rouwen’.

geleden te gaan verweven in je leven nu. Liese (2011) noemt dit achterwaartse rouwproces een “zware opgave” (p. 29). Het ‘hier en nu’ en het verlies van lang geleden staan steeds op gespannen voet. Het verlies is onzichtbaar voor de omgeving. Je moet teruggaan naar het verleden, terwijl het leven van alledag zich er voortdurend tussen wringt. Het proces kan een gevoel van schaamte met zich meebrengen: ‘Dat moet toch onderhand eens over zijn’. Of angst: ‘Straks raak ik overspoeld door emoties die jarenlang ondergronds zaten’ (Ankersmid, 2015).

Ik vergeet wat achter me ligt...

Is het wel ‘bijbels’ om terug te gaan naar het verleden? Paulus zegt immers: “Eén ding is zeker: ik vergeet wat achter me ligt en richt mij op wat voor me ligt” (Filip. 3:13, NBV). Wat zegt de Bijbel over het blijven herinneren van verdriet van lang geleden?

Paulus heeft het in dit gedeelte over zijn groei als gelovige. Hij heeft het over de successen waar hij in het verleden vóór zijn bekering op roemde. Door de komst van Christus in zijn leven is hij bezig de successen die hij vroeger als Jood belangrijk vond te vergeten (Thielman, 1995). Paulus probeert zijn verleden dus niet te verdringen. Soms schrijft hij er zelfs nog uitgebreid over! Het volk Israël moet het verhaal van de uittocht steeds weer in herinnering roepen. David komt regelmatig terug op dingen uit zijn verleden. Net als Asaf, de dichter van Psalm 77: “Ik zie terug op voorbijge tijden, op de dagen en jaren van vroeger” (vers 6, NBV). In Psalm 56 gaat het over tranen die bewaard en geregistreerd worden: “Mijn omzwervingen hebt u opgetekend, vang mijn tranen op in uw kruik. Staat het niet alles in uw boek” (vers 9, NBV)? Tranen hoeven niet voortijdig gedroogd te worden. De tijd heelt niet alle wonden. God bewaart onze tranen. Hij vangt ze op in zijn kruik. God heeft weet van al ons verdriet; het mag er zijn. Op de dag dat God alle dingen recht zal zetten, verwacht God ons bij zich met tranen in de ogen. Pas dán zal Hij alle tranen afwissen (Openb. 21:4). “Er komt een kind huilend thuis. De moeder neemt het in haar armen en wist de tranen van de wangen. Het kind kruipt dicht tegen zijn moeder aan. We verlangen naar Hem die ons troost” (Van de Beek, 2008, p. 307). Tot die tijd mogen we verdriet hebben, ook na zo lang nog.

6.3.1 Triggers

Bijna alle deelnemers geven aan dat op volwassenleeftijd de pijn van het verlies opeens weer kan doorbreken. Na jaren goed functioneren, kan er een instortmoment komen, een stagnatie in het functioneren (De Mönnink, 2015). Vaak wordt dit getriggerd door belangrijke momenten in het leven, zoals: keuzes maken, op kamers gaan, door een studie ‘moeten’ terugkijken op je leven, het aangaan van relaties, de geboorte van een kind, het bereiken van de leeftijd waarop je ouder overleed of als je kind de leeftijd bereikt van jou toen je ouder overleed, het verlies van de andere ouder, speciale (feest)dagen.

Toen mijn oudste dochter naar de middelbare ging, vond zij dat een hele stap. Het gevoel wat dat bij mij opriep, was zo het gemis toen ik zelf naar de middelbare ging. Wij stapten vroeg op de fiets. De gezinshulp kwam net nadat ik al naar school fietste. Dan had ik in mijn beleving ‘mijn moeder’ nog niet gezien, dat was mijn gezinshulp. Ik ging alleen weg, zonder uitgezwaaid te worden. Nooit bij nagedacht. Totdat mijn oudste naar de middelbare ging. Toen dacht ik: nu sta ik hier te zwaaien en dat heb ik zelf nooit gehad! Klariska is tien jaar als haar moeder overlijdt.

Dus ik was een typische 20-, 25- en 28-jarige die rondrent en roept dat het leven fantastisch is. Toen heb ik een paar gesprekken gehad en opeens kwam die rouw uit het niets bovendrijven.

Prins Harry is twaalf jaar als zijn moeder overlijdt (Reformatorisch Dagblad, 2017, 1 mei).

Als zo’n instortmoment niet wordt begrepen, kan het leiden tot verdere complicaties. Als zo’n *breakdown* wél wordt begrepen, kan het juist leiden tot een *breakthrough* (De Mönnink, 2015)!

6.3.2 Overlevingsstrategieën bedanken

Tijdens het achterwaartse rouwproces moeten volgens Ankersmid (2015) overlevingsstrategieën “bedankt worden voor hun bewezen diensten. Ze moeten overboord gezet of veranderd worden” (p. 106). In het vorige hoofdstuk is genoemd dat op een keer - vaak op volwassenleeftijd - de overlevingsstrategieën uitgeput raken. Het ‘gezonde deel’ geeft in dat ze niet meer blijken te

werken. Ze blokkeren het huidige rouwen. Ze waren een bescherming tegen gevoelde angst en onderdrukte emoties, maar nu kunnen ze niet meer van dienst zijn. Het gezonde deel wil het gewonde deel werkelijk aankijken. Er ontstaan stoeipartijen tussen overlevingsdelen die willen volharden - ze hebben het tot nu toe toch prima gedaan? - en gewonde delen die gezien en gehoord willen worden. De volwassene van nu moet het gewonde deel erkennen zonder er door overmand te raken. Anderzijds moet de volwassene ook leren om het gewonde deel toe te dekken, zodat het hem niet meer overvalt (Noten, 2010). Ook volgens Liese (2011) is de opdracht in een achterwaarts rouwproces jezelf losmaken van knellende overlevingspatronen. Niet meer 'help' roepen vanaf een eiland, maar zelf verbindingen gaan leggen met de wereld buiten je. Niet meer groot, stoer en sterk lijken, maar klein en kwetsbaar worden.

Zowel Ankersmid (2015) als Liese (2011, 2015) beschrijven wat helpend is om een achterwaarts rouwproces aan te gaan. Beiden benadrukken dat dit proces tijd vraagt, geduld en moed. De kleine stapjes van vooruitgang onderkennen en waarderen, helpt. Een belangrijke stap in een achterwaarts rouwproces is: "leren vertrouwen dat na slechte tijden weer goede tijden kunnen komen" (Liese, 2015, p. 69). Leren vertrouwen dat het goed komt.

6.4 Meer gevolgen lange termijn

Ankersmid en Liese schrijven uitgebreid over de gevolgen van jong ouderverlies op latere leeftijd. Zij vatten dit samen onder de term "'Verlaat verdriet': het verdriet, als gevolg van het vroege verlies van je ouder(s) door de dood, dat zich in je volwassenheid aan kan dienen, ook al heeft dat verlies mogelijk al lang geleden plaatsgevonden" (Liese, 2015, p. 12). Uit contacten die Ankersmid en Liese hadden met honderden lotgenoten blijkt dat voor veel mensen het verlies in verschillende levensfasen opnieuw en telkens op een andere manier aan de orde komt. Gevolgen die zij tegenkomen van jong ouderverlies op lange termijn zijn:

6.4.1 Het leven verliest zijn basale vanzelfsprekendheid

Het geloof in vanzelfsprekendheid dat het leven goed gaat, heeft door een vroeg verlies een flinke deuk opgelopen. De antennes voor gevaar staan uit. Je bent continu alert: er kan weer iets onvoorspelbaars gebeuren. Het onbezorgde leven is weg. Met als gevolg een gebrek aan (dit) vertrouwen en het leven onder controle willen houden. Of - omdat je als kind het vertrouwen in onvoorwaardelijkheid en behulpzaamheid van anderen bent verloren - veel alleen doen: ik zoek het zelf wel uit (Ankersmid, 2015).

Het heeft me ook zelfstandiger gemaakt. Misschien zelfs wel helaas, maar aan andere kant ook wel fijn. Ik dacht altijd dat ik alles zelf moest doen, omdat ik het heel lastig vond om naar een ander toe te stappen. Ik heb geleerd heel veel dingen zelf op te lossen. Dat is aan de ene kant natuurlijk fijn, want daardoor kom je ook heel ver. Maar aan de andere kant moet ik ook leren om dingen juist te delen, ook in dit proces. Anouk is negen jaar als haar vader overlijdt en tien jaar als haar moeder overlijdt.

Een aantal deelnemers vertelt dat, omdat ze zelf hebben ervaren wat leed is, zij zelf antennes hebben, oog hebben voor andere mensen met leed.

6.4.2 Verstoring hechtingspatroon

Volwassenen met jong ouderverlies hebben nogal eens moeite met het aangaan en onderhouden van relaties. Liefhebben betekent voor hen weer een risico op verlies. Liefde en verlies horen bij elkaar. Daardoor komen volwassenen bij intieme relaties overlevingsstrategieën tegen, zoals: afstand houden, onafhankelijkheid, woede, paniek (Ankersmid, 2015).

6.4.3 Scheiding gevoel en verstand

Veel jong ouderverliefers maken scheiding tussen gevoel en verstand. Ze "leven als het ware vanuit hun hoofd" (Liese, 2011, p. 58). De meeste deelnemers geven aan dat gevoelens over het verlies vaak (nog steeds) niet worden besproken; niet door henzelf en niet door anderen. Dat ze zich vaak

groothouden. Dat ze niet huilen en hun verdriet niet uiten. Dat ze een muurtje om zich heen hebben en er aan de buitenkant stoer en sterk uitzien. Bij sommige deelnemers is het verdriet wél bespreekbaar of nu beter bespreekbaar dan voorheen. De geboortedag en sterfdag van de overleden ouder wordt herdacht, bijvoorbeeld door een bezoek aan het graf. Vaak geeft dat aanleiding om 'het er gewoon over te hebben'.

Ik heb het nooit onderdrukt en niemand niet om me heen. Mijn vader ging er in die tijd ook nog weleens echt voor zitten: zijn er dingen die je wilt weten? Maarten is vier jaar als zijn moeder overlijdt.

6.4.4 Verlies bagatelliseren

Een aantal deelnemers heeft de neiging het verlies te bagatelliseren. Ze willen een ander (hiermee) niet tot last zijn. Ze willen überhaupt liever niet opvallen, maar een ander het naar de zin maken.

Het goed moeten maken, goed moeten zijn, is een invloed die ik nu nog met me meedraag. Niet makkelijk nee zeggen, altijd mensen ter wille zijn. Bij wijze van spreken als ik bij de trein sta dat ik zeg tegen iedereen: gaat u allemaal maar als eerst, ik kom wel als laatste... Je kunt dit ook bescheidenheid, attent zijn noemen, maar heeft ook wel te maken met niet willen opvallen, niet vooraan willen staan. Gewoon normaal doen, doorgaan, geen last zijn voor een ander. Die heeft het al moeilijk genoeg. Wim is acht jaar als zijn vader overlijdt.

6.4.5 Zoektocht naar overleden ouder

Een aantal deelnemers geeft aan 'op zoek te zijn' naar hun overleden ouder. Ze vinden het fijn dat hun ouder niet wordt 'dodgezwegen'. Er zijn weinig eigen herinneringen meer waardoor je zelf niet weet wie je vader of moeder nu echt was. Foto's helpen daarbij, oude videobeelden, spullen van de overledene - een trouwjurk bijvoorbeeld -, maar ook de verhalen van anderen.

Je wilt gewoon weten hoe je moeder was, hoe ze deed. Als je dat zelf niet weet, zou ik daar heel moeilijk mee kunnen leven. Ik kan me nog goed herinneren dat mijn opa overleed, de vader van mijn moeder. Toen kwam er iemand naar me toe die zei: 'Jij moet Maarten zijn, ik zie dat gelijk. Ik was de beste vriendin van je moeder.' Die begint dan een heel verhaal te vertellen en dat vind ik fantastisch! Dan hoor je allemaal hoe ze was, dat is altijd wel mooi. Nu ook met mijn vriendin. Kijk ik naar de foto's. Zegt ze: 'Wat lijkt je op haar.' Vind ik gewoon fijn om het daarover te hebben. Dat je van andere mensen hoort dat er een gelijkenis is. Maarten is vier jaar als zijn moeder overlijdt.

Ik moest veel gaan praten met mensen die me dingen over mijn moeder konden vertellen. Ik was erg op zoek naar mijn moeder. Dat heeft geholpen, die zoektocht wie ze was. En ook: ze blijft bestaan ook al is ze er zelf niet meer. Als mensen zeggen: jij lijkt zo op je moeder, dan ben ik zo blij! Dan denk je toch dat je haar een beetje vindt ofzo, in jezelf. Klariska is tien jaar als haar moeder overlijdt.

Mijn vader had een centrale rol in het dorp. Het dorp zelf was ook best wel geschokt. Dat hoor je tot op de dag van vandaag nog steeds eigenlijk. Ja, hij wordt best nog wel een keer aangehaald. Daar heb ik altijd heel veel aan gehad. Dat hij niet vergeten is. Dat vind ik juist mooi dat hij aangehaald wordt. Ik vind het fijn dat mensen dat durven te zeggen tegen mij. Christian is zeven jaar als zijn vader overlijdt.

De overleden ouder wordt ook gemist in nieuwe relaties: een partner weet wie zijn schoonvader of schoonmoeder is. Kinderen weten niet wie hun opa of oma is.

6.4.6 Verlies zelfvertrouwen

Het verlies van vertrouwen, vooral in jezelf, wordt door een aantal deelnemers genoemd als gevolg van jong ouderverlies.

Een grote rol speelt dat verlies nog. Als ik terugdenk aan mijn ontwikkeling heeft dat ook heel veel gedaan. Mijn moeder was een lieve vrouw en ik heb heel veel respect voor haar hoe ze dat in haar eentje heeft gedaan. Het is een onvoorstelbaar grote klus geweest, met een groot gezin. En er waren zoveel zorgen. Maar ze was wel beschermend. Ik denk dat ik als kind met mijn karakter veel meer nodig had om

meer aangemoedigd te worden om te 'gaan'. Dat heeft me wel gevormd, denk ik. Dat is nog steeds iets waar ik mee worstel: om te gaan. Om vertrouwen te hebben dat ik dingen kan.
Simone (pseudoniem) is zes jaar als haar vader overlijdt.

6.4.7 Bewust bezig met leeftijden

Verder zijn deelnemers bewust bezig met bepaalde leeftijden: het evenaren van de leeftijd van de overleden ouder. Of dat eigen kinderen de leeftijd evenaren waarop jezelf je ouder verloor.

6.4.8 Onbegrepen klachten

De fysieke, psychische of relationele onrust die volwassenen met jong ouderverlies ervaren, worden door henzelf niet altijd in verband gebracht met het verlies van hun ouder. Ook hulpverleners die niet bekend zijn met jong ouderverlies zien de klachten als onbegrepen: oorzaak onbekend (De Mönnink, 2015). Niet kunnen genieten van je leven, lichamelijke ongemakken, werk zonder bevrediging, zijn bijvoorbeeld nog een aantal gevolgen van jong ouderverlies op latere leeftijd (Liese 2011). En Dowdney (zoals geciteerd in Kool & Kraan, 2000) noemt specifieke angsten met betrekking tot separatie en dood veelvoorkomend. De volwassene kan blijvende (separatie)angst houden om mensen te verliezen, zich uitend in paniekaanvallen.

6.4.9 'Positieve' gevolgen

Niet iedereen met jong ouderverlies heeft daar later last van, bijvoorbeeld omdat de praktische en emotionele opvang goed genoeg was en het verlies al vroegtijdig kon worden geïntegreerd in het leven. Ankersmid (2015) noemt ook positieve effecten van de verschillende overlevingsstrategieën. Bijvoorbeeld: een goed observatie- en relativeringsvermogen, bescheidenheid en zelfstandigheid.

6.4.10 Spirituele reacties

Een verlies kan het geloof verdiepen als de rouwende zich realiseert dat hij zowel leven als dood overgeeft aan God (Louw, 2008). Een verlies kan spirituele groei geven doordat de rouwende nadenkt over wie God (voor hem) is. De deelnemers laten verschillende spirituele reacties zien (zie Hoofdstuk 7). Onderhandelen met God, wantrouwend worden. Zoals een discipel schreeuwde tegen Jezus in de storm: 'Wat ligt U nu te slapen? Waarom heeft U het niet voorkomen?' Een verlies kan vertrouwen geven in God, omdat de rouwende ervaart dat God er tóch bij is.

6.5 Bevindingen gevolgen jong ouderverlies lange termijn

Jong ouderverlies heeft een blijvende invloed. Door het overleven in de kindertijd kan het jaren duren voordat het inmiddels vaak volwassen kind het verlies van toen gaat verweven in zijn leven nu. Ook door de psychologische kenmerken van de volwassenheid kan het verdriet van lang geleden naar bovenkomen. Het is daarom begrijpelijk dat volwassenen 'achterwaarts rouwen'.

Er zijn verschillende triggers waardoor de pijn van het verlies opeens weer doorbreekt op volwassen leeftijd, zoals: op kamers gaan, de geboorte van een kind, een nieuw ingrijpend verlies. Het is belangrijk dat deze instortmomenten door de omgeving wordt begrepen. Tijdens het achterwaartse rouwproces moeten overlevingsstrategieën bedankt worden voor hun bewezen diensten, omdat ze niet meer werken en omdat ze het huidige rouwen blokkeren.

Meer gevolgen van jong ouderverlies op lange termijn zijn: het leven verliest zijn basale vanzelfsprekendheid, verstoring hechtingspatroon, scheiding gevoel en verstand, het verlies bagatelliseren, zoektocht naar de overleden ouder, verlies van zelfvertrouwen, bewust bezig zijn met leeftijden en onbegrepen klachten. Er is ook nog een aantal 'positieve' gevolgen en er zijn verschillende spirituele reacties.

De gevolgen van jong ouderverlies op korte en lange termijn zijn beschreven. In de volgende hoofdstukken komen de verhalen van de deelnemers over hun ervaringen met en behoeften aan pastorale zorg bij het vroege verlies van hun ouders aan de orde.

Hoofdstuk 7. Ervaringen pastorale zorg jong ouderverlies

7.1. Inleiding

Na het theoretische gedeelte komt nu de kern van het praktijkonderzoek aan de orde: de verhalen van de deelnemers over hun ervaringen met en behoeften aan pastorale zorg bij het vroege verlies van hun ouders. Deze verhalen geven inzicht in welke pastorale zorg wordt geboden en hoe deze te verbeteren, de doelstelling van dit onderzoek.

In dit hoofdstuk allereerst ervaringen met pastorale zorg rondom jong ouderverlies. Vanuit de theorie werd aangereikt dat een pastor omziet naar mensen, luistert naar hun verhaal en verbindt met het Verhaal van God en dat hij aandachtig present is. Om inzicht te krijgen in welke pastorale zorg wordt geboden aan volwassenen met jong ouderverlies is daarom aan de deelnemers gevraagd hoe er naar hen is omgezien in de periode rondom het overlijden van hun ouder. Welke aandacht kregen zij? Hoe werden zij als kind betrokken? Hoe werd er later vanuit de kerk geluisterd naar hun verhaal rondom het vroege verlies van uw ouder? Wat zijn ervaringen nu de deelnemers volwassen zijn? Hoe wordt er nu vanuit de kerk naar hen omgezien en geluisterd naar hun verhaal. En tot slot: wat betekent het vroege verlies van hun ouder voor hun geloof? De ervaringen worden waar mogelijk verbonden met bevindingen vanuit de theorie.

7.2 Periode rondom overlijden tot en met adolescentie

Allereerst worden ervaringen met pastorale zorg beschreven vanuit de periode rondom het overlijden van de ouder tot en met de adolescentie.

7.2.1 Aanwezig bij de uitvaart

Alle deelnemers⁶ waren aanwezig bij de uitvaart van hun ouder. Eén deelnemer werd actief betrokken door zand in het graf te gooien. De meeste deelnemers hebben hun overleden ouder gezien in de kist, twee deelnemers hebben hun ouder niet meer gezien. Twee deelnemers waren niet aanwezig bij het condoleren, de rest wel. Betrokken en geïnformeerd worden, wordt als prettig ervaren. Wanneer dat niet gebeurde, gaf dat voor sommigen een gevoel van buitengesloten zijn.

7.2.2 Omzien naar het gezin als geheel

Acht deelnemers vertellen dat er naast familie en vrienden ook vanuit de kerk is omgezien naar het gezin als geheel. Vaak wordt dat verwoord met: 'Er stonden veel mensen om ons heen.' Verschillende manieren van pastorale zorg worden hierbij genoemd, zoals een predikant of ouderling die regelmatig op huisbezoek kwam en het bieden van praktische hulp aan het gezin.

Je merkte wel in die tijd dat je door de mensen die langskwamen werd gezien. Juist door mensen die zorg ontnemen. Ik was bij mensen van de kerk als m'n moeder naar het ziekenhuis moest of als m'n vader een weekend met m'n moeder weg wilde. Mensen die me opvingen, allemaal via de kerk. Er is zeker in het begin veel naar ons omgekeken! Maarten is vier jaar als zijn moeder overlijdt.

Die praktische hulp vanuit de kerkelijke gemeenschap en vrienden was heel waardevol. Dat 'omzien naar' zat daar vooral in. Wim is acht jaar als zijn vader overlijdt.

De deelnemers zijn dankbaar voor deze praktische pastorale zorg. Dit 'doen' is een grondvorm van troost (zie Hoofdstuk 4). Als kind kon hierdoor het leven geleefd worden, zo gewoon mogelijk. In het geven van geschenken, zoals fruitmanden, bloemen en kaarten en in de aanwezigheid van velen tijdens het condoleren en de uitvaart, werd de warmte en vriendelijkheid van mensen gevoeld. Deelnemers hebben hierdoor ervaren geborgen te zijn in een gemeenschap.

⁶ In verband met gefaseerd gegevens verzamelen is bij de laatste interviews deze vraag niet meer gesteld.

7.2.3 Geen persoonlijke pastorale zorg

Hoewel er in de periode rondom het overlijden tot en met de adolescentie wel aandacht is geweest voor het hele gezin, vertellen negen deelnemers dat er in die periode vanuit de kerk (vrijwel) geen aandacht voor hen persoonlijk was. Vanwege de impact van het verlies kent iedereen 'het' verhaal, ook nog na jaren, maar er is niet geluisterd naar het verhaal van de deelnemers zelf. Ze hebben het aan niemand kwijt gekund. Uitgaande van de gekozen definities van pastorale zorg, kan gesteld worden dat deze deelnemers als kind geen persoonlijke pastorale zorg hebben gehad.

Ik kan me herinneren dat we allemaal voorin de kerk zaten. Een aantal mensen kwam nog condoleren. Heel veel mensen sloegen mij over. Ik zat gewoon op een stoel. Ik stond ook niet. Ik wist niet zo goed wat ze van me moesten. Dat zag ik wel gebeuren als kind. Ik vond dat wel een apart moment. Ik voelde ook: hé, ze gaan aan mij voorbij. Simone (pseudoniem) is zes jaar als haar vader overlijdt.

Ik zat op club, catechisatie. In mijn beleving heeft niemand naar mijn verdriet gevraagd: hoe is het nu zonder moeder? Het verhaal was bekend, iedereen wist het. Maar aan mij vragen hoe het voor mij persoonlijk is geweest, is niet gebeurd. Als ik nu kijk naar mijn eigen kinderen, zou ik wel willen dat ze die aandacht krijgen als één van ons er niet meer zou zijn. Dat helpt denk ik om er makkelijker over te praten. Klariska is tien jaar als haar moeder overlijdt.

Dat ze aan mij vroegen: 'Hé, dat verlies, verdriet, wat doet dat nu met jou?' heb ik niet gehad. Maar op dat moment ook niet gemist. Rond het ziek zijn van mijn moeder, toen was ik dus ouder, kwamen er niet alleen mensen met een bloemetje voor m'n moeder, maar ook met een chocoladedoos voor mij. Toen besepte ik dat mensen ook zagen wat ik voor mijn moeder deed. Vond ik heel prettig om te ervaren dat ik daarin gezien werd. Rond m'n vader was het toch meer ongezien blijven, niet voor de dag komen. Wim is acht jaar als zijn vader overlijdt.

Er werd wel óver mij gepraat, maar niet mét mij, zover ik me kan herinneren. Marjon (pseudoniem) is negen jaar als haar moeder overlijdt.

Een enkele positieve ervaring is er ook. Twee deelnemers vonden het waardevol dat tijdens het condoleren letterlijk iemand bij hen als kind stilstond.

Ik weet bij het condoleren in de kerk, toen dat was afgelopen, kon ik daar voor het laatst mijn vader zien. Dat vond ik heel heftig. Toen kwam er één ouderling mij een 'hug' geven. Dat vond ik heel waardevol, omdat hij zag dat ik dat heftig vond. Dat heeft heel veel met me gedaan: ik word nu in mijn verdriet gezien, puur alleen door die omarming. Cootje is elf jaar als haar vader overlijdt.

Ik zie nog voor me dat m'n meester binnenkwam. Hij heeft even bij me stilgestaan. Dat vond ik fijn! Klariska is tien jaar als haar moeder overlijdt.

Een soortgelijke positieve ervaring is er rondom het ziekbed van een ouder:

Die dominee zat gewoon de eerste avond toen mijn moeder in het ziekenhuis lag al in het ziekenhuis. Daar heb ik als kind veel aan gehad, want die ging naast me zitten en die sloeg een arm om me heen. Op een gegeven moment moesten we naar de dokters toe en die gingen vertellen dat alle slangetjes uit mijn moeder werden gehaald. Toen wilde ik écht niet, ik was toen heel erg overstuur. Ik weet gewoon dat hij een rustig plekje heeft genomen en me eerst kalm heeft gemaakt en toen rustig heeft gepraat, in nette woorden, heel simpel... En toen zijn we wat wezen kopen in het winkeltje ofzo. Dat vond ik heel fijn! Anouk is negen jaar als haar vader overlijdt en tien jaar als haar moeder overlijdt.

7.2.4 Vooral aandacht voor de overgebleven ouder

Deelnemers vertellen dat de aandacht vooral uitging naar de overgebleven ouder. Ze vinden het opvallend dat tijdens huisbezoeken vooral met hun vader of moeder werd gepraat, terwijl zij er ook bij zaten. Of deelnemers hebben regelmatig de vraag gekregen: hoe is het met je moeder/vader? De vraag 'hoe is het met jou?' wordt gemist.

De aandacht ging vooral naar mijn moeder uit, vanuit de kerk. Wat heel belangrijk was, omdat ze het ook zwaar had toen. Dan gaat er minder aandacht automatisch naar mij. Christian is zeven jaar als zijn vader overlijdt.

Ik kan me wel herinneren dat ik dacht: wanneer komt er iemand voor mij? Die behoefte had ik op dat moment al wel erg. Ik kan me zelfs herinneren dat ik erover droomde. Dat die dominee voor mij kwam in plaats van voor de rest. Ik wilde dat wel graag. Om ook mijn verdriet te kunnen laten zien. Simone (pseudoniem) is zes jaar als haar vader overlijdt.

Ik kwam een keer tijdens mijn middelbare schooltijd iemand tegen die zei: "O ja, jij bent dat meisje waarvan de vader is overleden. Zulke dingen onthoud ik altijd." Maar heeft hij ooit gevraagd hoe het met me was? Nee! Cootje is elf jaar als haar vader overlijdt.

De theorie over de gevolgen van jong ouderverlies op korte termijn (zie Hoofdstuk 5) bevestigt dat naar het verhaal van het kind meestal niet wordt gevraagd. De aandacht gaat vooral uit naar de overgebleven ouder.

7.3 Periode volwassenheid

Nu worden de ervaringen met pastorale zorg beschreven vanuit de volwassen periode. Welke pastorale zorg rondom het verlies van hun ouder krijgen de deelnemers nu ze volwassenen zijn?

7.3.1 Verhaal blijft vaak onbekend

Hierbij is het van belang of het verhaal over het jong ouderverlies bij de omgeving bekend is of niet. Het verhaal kan bekend zijn bij de omgeving, omdat de volwassene er zelf een keer iets over heeft gezegd of omdat - vanwege de grote impact - de omgeving zelf nog weet dat dit is gebeurd. Een verhaal kan onbekend zijn en blijven, omdat de omgeving niet weet wat er is gebeurd en omdat de volwassene het verhaal zelf niet als eerste ter sprake brengt. Vaak vanwege schroom ('komt zij weer aan' of 'het is al zo lang geleden'), angst hoe mensen reageren ('ze begrijpen me toch niet' of 'ze vinden me vast raar') of angst voor wat er bij henzelf naar bovenkomt.

Er wordt niet maar mij omgezien, maar wellicht ben ik daar zelf de oorzaak van. Mijn vertrouwen in mensen is zeer gering en als mensen dieper afsteken, ben ik emotioneel al snel een wrak. Marjon (pseudoniem) is negen jaar als haar moeder overlijdt.

Tijdens een huisbezoek vanuit de kerk krijgt dit thema geen plek. Maar ik heb het misschien ook helemaal zelf niet genoemd. Ik ga het ook niet aan de grote klok hangen. Je wilt ook niet iemand zijn die daarmee te koop loopt. Cootje is elf jaar als haar vader overlijdt.

De theorie over de gevolgen van jong ouderverlies op lange termijn (zie Hoofdstuk 6) bevestigt dat volwassenen het vanwege schaamte en angst moeilijk vinden om zelf over het verlies te beginnen. Ook het 'overlevingsmuurtje' met daarachter allerlei gevoelens wordt in de theorie als oorzaak genoemd van het in eerste instantie niet zelf bespreekbaar maken van het verlies. Deelnemers vinden het daarom jammer dat het verhaal rondom het verlies niet op een 'natuurlijke' manier naar bovenkomt. Tijdens pastorale gesprekken worden geen vragen gesteld waarop het verlies vanzelf ter sprake komt. Als het verhaal onbekend blijft, kan er ook geen aandacht zijn voor het verhaal.

Het is ook niet op een natuurlijke manier gebeurd: waar kom je vandaan, leven je ouders nog? Je zou ook kunnen vragen: hoe is jouw weg met God? Dan kom je er ook vanzelf bij, want dat is wezenlijk. Dat is niet gebeurd, maar ik denk wel dat dat goed zou zijn. Want als je het over geloof hebt... Dit verlies heeft me daarin wel enorm gevormd. Cootje is elf jaar als haar vader overlijdt.

7.3.2 Geen pastorale zorg rondom het verlies

Hoewel vanuit de theorie duidelijk wordt dat jong ouderverlies voor volwassenen van blijvende invloed is op hun leven en dat het begrijpelijk is dat zij als volwassene (achterwaarts) kunnen

rouwen om het vroege verlies van hun vader of moeder, vertellen negen deelnemers dat, nu ze volwassen zijn, er vanuit de kerk geen aandacht is voor hun verhaal. Tijdens huisbezoeken wordt niet naar het verlies van hun ouder gevraagd. Er wordt ook niet gevraagd wat het verlies betekent voor hun geloof. Bij één deelnemer is het verlies ter sprake geweest tijdens een huisbezoek, maar op zo'n invullende en suggestieve manier dat diegene haar eigen verhaal toch niet kwijt kon. Er zijn geen gemeenteleden die ernaar vragen. Deelnemers missen het dat tijdens trouw- en doopdiensten het verlies niet wordt genoemd, tenzij ze dat zelf aangeven. Ook voor de volwassenperiode kan dus gesteld worden dat deze deelnemers geen pastorale zorg krijgen rondom hun ouderverlies. De deelnemers begrijpen niet zo goed waarom dit niet gebeurt. Ze geven als mogelijke reden dat mensen huiverig zijn om ernaar te vragen of dat mensen zoiets denken als: het is zo lang geleden, dat zal wel 'over' zijn.

Ik weet wel dat ik er verdrietig over was. Ik sprak een mevrouw erover: 'O, ben je daar nu nog steeds verdrietig over?' Dat was het enige wat ze erover te zeggen had. Toen dacht ik: nou oké, ja laat dan maar. Dat gooit dan de deur wel dicht. En ook het idee: God kan alles herstellen en genezen. Ik denk niet dat dat zo zwart-wit allemaal werkt. Ik geloof absoluut, God kan genezen. Maarja, ik weet niet of dat betekent dat je niet meer verdrietig kan zijn. Met zo'n opmerking van die mevrouw heb ik dan het gevoel dat mijn verdriet er niet mag zijn. Simone (pseudoniem) is zes jaar als haar vader overlijdt.

Het verlies speelt nu dus nog rol in mijn leven. Het heeft mijn leven gevormd. Maar de omgeving denkt 'het is klaar'. Je moet echt zelf benoemen wat het voor je betekent. En dan vragen ze niet door, terwijl ik denk: vraag maar gewoon, dan ga ik wel vertellen. Cootje is elf jaar als haar vader overlijdt.

Eén deelnemer noemt dat het verlies door gemeenteleden wel 'feitelijk' wordt aangehaald. Dat is fijn, omdat het verlies daarmee niet wordt vergeten. Tegelijk wordt meer diepgang gemist.

Ik had wel contact vanuit de kerk. Vooral via gewone gemeenteleden. Geen specifieke aandacht vanuit ouderlingen. Ze stippen het verlies wel aan: weet je 't allemaal nog? Hoe oud was je? 't Was toch wat! Daar houdt het dan op. Christian is zeven jaar als zijn vader overlijdt.

De theorie over pastoraat aan rouwendenden (zie Hoofdstuk 4) onderstreept het beeld dat bij troosten sprake is van een zekere ambivalentie: niet getroost willen worden en toch voelen dat die ander nodig is. Dat bij leed zowel de mens met leed als de trooster vaak op afstand wordt gehouden.

7.3.3 Een aantal positieve ervaringen

Eén van deze deelnemers heeft eerder wel waardevolle pastorale zorg gehad: iemand die aandacht had voor haar persoonlijke verhaal.

Rond mijn twintigste ben in gesprek geraakt met de dominee. We waren inmiddels verhuisd. Ik woonde nog alleen bij mijn moeder. Daar heb ik een heel aantal gesprekken mee gevoerd. Dat heb ik als heel fijn ervaren. Het feit dat hij echt naar me luisterde. Dat ik mijn verhaal kon doen. Dat denk ik vooral. Ik weet dat echt niet meer precies inhoudelijk, maar ik weet wel dat hij heel begripvol was. Ruimte gaf, dat vooral. Hij is bij mij thuis geweest en ik bij hem. Van hem heb ik echt die persoonlijke aandacht gehad, in een aantal gesprekken. Het was zeker waardevol dat ik iemand had vanuit de kerk die naar mijn verhaal wilde luisteren. Simone (pseudoniem) is zes jaar als haar vader overlijdt.

Drie deelnemers krijgen alsnog aandacht voor hun verhaal door het zelf aan te kaarten.

Als ik het nodig vind, durf ik het zelf nu wel ter sprake te brengen. Ik ben nu ook volwassen. Ik kan nu dingen beter duiden. Als je kind bent, puber, is dat nog heel lastig. Op die manier wordt er dus nu wel vanuit de kerk naar mij omgezien en naar mij geluisterd. Ik ervaar daarin ook troost. Dat mijn verdriet er mag zijn. Dat mijn vragen er mogen zijn. Herma (pseudoniem) is twaalf jaar als haar moeder overlijdt.

Wat mij helpt, als predikant in een warme gemeente, is dat er ook ruimte is (af en toe als dat zo uitkomt) voor mijn eigen verhaal. Door mijn eigen ervaring als kind heb ik wel geleerd hoe belangrijk echte

aandacht is. Ik probeer dat in mijn pastoraat ook werkelijk handen en voeten te geven. Dat wordt in de gemeente trouwens zeer gewaardeerd. Jan is elf jaar als zijn moeder overlijdt.

Bij één deelnemer is er altijd aandacht geweest en gebleven voor zijn verhaal. Hij vindt het fijn dat mensen na zo lang nog aan hem vragen hoe het gaat en over zijn overleden moeder vertellen.

En m'n oom, broer van m'n moeder, die heeft verteld hoe dat dan ging op de avond dat ze overleed, hoe ze allemaal waakten. Dat is natuurlijk allemaal hartstikke heftig, maar dat zijn wel dingen die je graag hoort. En die mensen die er destijds bij zijn geweest vanuit de kerk, dat is altijd wel een beetje 'toen je moeder nog leefde...'. Daar hebben ze het soms nóg over! Maarten is vier jaar als zijn moeder overlijdt.

7.4 Betekenis geloof

Pastorale zorg gaat over het verhaal van mensen in relatie tot het Verhaal van God. Daarom is aan de deelnemers gevraagd wat het verlies van hun ouder betekent voor hun geloof. Eén deelnemer noemt zichzelf niet meer 'zo gelovig en kerkelijk betrokken'. Het jong ouderverlies heeft hierop geen invloed gehad. Alle andere deelnemers zijn gelovig en kerkelijk betrokken.

7.4.1 Positief beeld geloof

Negen deelnemers schetsen in hun verhaal een positief beeld ten aanzien van het geloof.

God is Degene die mij nooit zal verlaten (Psalm 27:7).
Marjon (pseudoniem) is negen jaar als haar moeder overlijdt.

Ik leef in de verwachting en hoop dat diegenen die ik nu mis in het geloof bij God zijn. Daarin vind ik rust. Ik voel me daarin, door God gekend, gezien. Bij Hem is mijn verdriet wèl bekend!
Wim is acht jaar als zijn vader overlijdt.

Ik heb God altijd wel als een vaderfiguur gezien. Ik zocht in de Bijbel om antwoorden te vinden. Ik heb bewust in gebed alles bij God neergelegd. Nooit geen echte wrok, om het zo maar te zeggen. Geen boosheid gevoeld. Dat heeft ook te maken met hoe je ouders in het geloof staan, denk ik. Dat heb ik bewust meegekregen. Mijn vader was gelovig en mijn moeder. Die hebben dat ook altijd bepraat.
Christian is zeven jaar als zijn vader overlijdt.

Als kind heb ik altijd wel een soort troost ervaren aan God als Vader. Dat was voor mij wel een veilig beeld. Daar heb ik weleens een gedicht over geschreven. Al had ik geen aardse vader meer, maar dat God er was als Vader, gaf me wel een soort houvast. Mijn moeder was en is nog steeds een heel gelovige vrouw. Die leefde echt vanuit een vertrouwen in God. Dat stuk van haar heeft mij ook wel veel gegeven.
Simone (pseudoniem) is zes jaar als haar vader overlijdt.

7.4.2 Geloof ouders speelt hierbij een rol

In het citaat hierboven wordt het geloof van de overgebleven ouder als positieve invloed genoemd op het geloof van de deelnemer. Drie andere deelnemers beamen dit. Voor twee deelnemers heeft het geloof van de overleden ouder bijgedragen aan een positief beeld ten aanzien van geloven.

De bijbeltekst die me het meest raakt, is de rouwtekst die bij m'n moeder gebruikt is. Psalm 39:8: 'En nu wat verwacht ik, o Heere, mijn hoop die is op U.' Die zit gewoon m'n hele leven in mijn hoofd. Hij is niet favoriet, omdat het me doet denken aan een heel verdrietig moment. Maar het spreekt wel van die hoop voor mij die ik altijd mag blijven houden. Dat ik er niet alleen voor sta. Dat God er is die je helpt. Dat ervaar ik, dat ondanks het verlies, God erbij is, heel mijn leven lang. Dat komt denk ik ook doordat mijn moeder in het volste vertrouwen van God heeft kunnen overlijden en een gezin met vier kinderen heeft kunnen achterlaten. Dat heeft ze zo mooi en krachtig gedaan. Eén van de laatste dingen die ze heeft gezegd is: 'de Heer is goed.' Dat heb ik zelf gehoord. De keer erna dat ik haar zag, was ze overleden. Kun je er dan omheen dat er 'iets' is? Klariska is tien jaar als haar moeder overlijdt.

Mijn vader zong 'Loof de Heer, want Hij is goed' terwijl zijn stem het amper deed. Dat gaf mij als kind wel een stuk vertrouwen: u bent er dus helemaal niet bang voor. In die momenten ervaarde ik dat God er is. Dat heeft mij zo gevormd dat ik nooit heb getwijfeld aan het bestaan van God. Ik ben Hem blijven vertrouwen. Aan de ene kant zou je het nooit willen meemaken, aan de andere kant heeft het mij zo iets bijzonders gegeven met God. Het heeft me heel veel vertrouwen gegeven, wat mijn vader ook uitte. Mijn vader heeft al voor mijn belijdenis - daar kon hij natuurlijk niet meer bij zijn - een psalmboekje gegeven waar hij in heeft geschreven. Daarin zie ik het vertrouwen dat hij had: God zorgt voor jullie. Cootje is elf jaar als haar vader overlijdt.

7.4.3 Strijd

Vijf deelnemers vertellen van strijd, worsteling en vragen rondom het verlies in relatie tot het geloof, zoals: Hoe kun je God vertrouwen als iemand zo jong overlijdt? Waarom zijn gebeden om genezing niet verhoord? Mijn vader is nu in de hemel, verlost van zijn lijden, maar ik dan? Ondanks dat ze niet alles begrijpen, hebben ze het geloof niet losgelaten.

Ik heb nooit getwijfeld of God bestond, maar meer van: wil ik wel God vertrouwen die allebei mijn ouders wegnam? Ik heb niet heel lang geworsteld met boosheid waarom Hij mijn ouders wegnam. Natuurlijk vond ik het ook gemeen en wilde ik het liefst dat ze er weer waren, maar ik heb ook altijd wel gedacht dat Hij wel een plan met alles had. Niet dat ik het daarmee wilde vergoelijken ofzo, maar dat was wel wat altijd in mijn achterhoofd zat. Ik heb vooral geworsteld met: wil ik wel mijn leven geven aan zo'n God of wil ik gewoon weten dat Hij bestaat? Ik voelde echt strijd. En dan liet God horen: "Ik besta wel, je weet het, Ik ben wel te vertrouwen." Dat heb ik heel erg ervaren. Op een gegeven moment kwam telkens de tekst van Psalm 37 voorbij: "Vertrouw je weg aan Hem toe. Vertrouw op Hem want Hij zal het maken, Hij zal het doen." Anouk is negen jaar als haar vader overlijdt en tien jaar als haar moeder overlijdt.

Bij twee deelnemers is een negatief beeld over God veranderd in een positief beeld.

Nu is mijn godsbeeld voor mij veranderd van God als boeman in God als liefdevolle Vader. Ook door erover te praten met anderen. Herma (pseudoniem) is twaalf jaar als haar moeder overlijdt.

De almachtige, dwingende en straffende God is verdwenen en heeft plaats gemaakt voor de genadige, liefdevolle en helende God - vader zowel als moeder (Ps. 131). Jan is elf jaar als zijn moeder overlijdt.

7.5 Bevindingen ervaringen pastorale jong ouderverlies

De verhalen over ervaringen van de deelnemers met pastorale zorg geven de volgende inzichten: De betrokkenheid van de kinderen rondom het overlijden van hun ouder bestaat vooral uit het nog zien van de overleden ouder in de kist en het (passief) aanwezig zijn bij de uitvaart. In de periode rondom het overlijden van de ouder en in de kindertijd tot en met de adolescentie is er pastorale zorg geweest voor het gezin als geheel. Voor de geboden praktische hulp, geschenken en aanwezigheid zijn de deelnemers dankbaar; het biedt troost. Er is vrijwel geen pastorale zorg aan het kind zelf geboden. 'Het' verhaal was bekend, maar er is nauwelijks naar 'hun' verhaal gevraagd en geluisterd. De aandacht gaat vooral uit naar de overgebleven ouder. Tijdens de volwassen leeftijd wordt er nauwelijks pastorale zorg geboden rondom het jong ouderverlies, ook niet als het verhaal bekend is. Soms wordt het verhaal feitelijk aangehaald. Het verhaal kan onbekend blijven, omdat de volwassene schroom of angst heeft zijn verhaal uit zichzelf te vertellen en/of omdat het verhaal niet vanzelf ter sprake komt. Er zijn ook enkele positieve ervaringen met pastorale zorg rondom jong ouderverlies, zowel in de kindertijd als in de volwassenheid. Ondanks strijd bij sommige deelnemers bestaat er een positief beeld ten aanzien van het geloof. Het geloof van de overleden en/of overgebleven ouder speelt hierbij soms een rol. Bij een enkeling is een negatief beeld over God veranderd in een positief beeld.

In het volgende hoofdstuk gaat het over het tweede doel: hoe deze pastorale zorg te verbeteren? Dan wordt geluisterd naar de behoeften van de deelnemers aan pastorale zorg rondom hun verlies.

Hoofdstuk 8. Behoeften pastorale zorg jong ouderverlies

8.1 Inleiding

Dit hoofdstuk gaat verder met de verhalen van de deelnemers. Nu over hun behoeften aan pastorale zorg bij het vroege verlies van hun ouders. Hun verhalen geven inzicht in hoe deze pastorale zorg te verbeteren. Zijn ze tevreden over de aandacht die er was tijdens de periode kindertijd tot en met de adolescentie. Wat heeft hen geholpen? Wat hebben ze gemist? Hoe kijken ze daar nu tegenaan? Voor de behoeften aan pastorale zorg op dit moment, de volwassen leeftijd, is aan de deelnemers gevraagd of ze tevreden zijn over de aandacht die er nu is. Wat is helpend voor hen? Wat missen ze? Hoe zou het beter kunnen? De behoeften van de deelnemers worden verbonden met bevindingen vanuit de theorie.

8.2 Persoonlijke pastorale zorg kindertijd tot en met adolescentie

Negen deelnemers hebben ervaren dat vanuit de kerk (vrijwel) geen pastorale zorg voor hen als kind is geweest rondom het verlies van hun ouder(s). Al deze deelnemers geven aan dat de behoefte voor die persoonlijke aandacht er wel is.

8.2.1 Op het moment zelf niet gemist

Het is opvallend dat zes van de negen deelnemers die persoonlijke pastorale zorg toen niet echt hebben gemist. Het was ergens ook wel prettig om er niet over te praten. Deelnemers waren bang voor heftige emoties of sommigen konden er gewoon niet over praten.

Ik denk dat ik het ook wel soort van prettig vond dat die persoonlijke aandacht er niet was. Als een soort zelfbescherming. Als ik er niet over praat en anderen er niet over praten, hoef ik er ook niet over na te denken. Herma (pseudoniem) is twaalf jaar als haar moeder overlijdt.

Toen ik groter werd, werd ik ook meegenomen in het huisbezoek. Dan zat ik er ook wel bij. Ja, er werd toen ook wel over gesproken, maar niet echt de diepgang in. Als ik daaraan terugdenk, heb ik dat denk ik wel gemist. Maar toen hield ik het meer van me af. Ik had me toen ook niet echt opengesteld, denk ik. Ik vond het ook wel best. Maar als ik er nu aan terugdenk, zou het wel goed zijn geweest, ongetwijfeld. Christian is zeven jaar als zijn vader overlijdt.

Ankersmid (2015) bevestigt dat kinderen liever niet over het verlies van hun ouder praten. Omdat volwassenen vaak niet praten met de kinderen zelf en vanwege angst voor het loskomen van eigen emoties en die van een ander. Daarmee is 'niet praten' voor kinderen een manier van overleven: het verdriet wordt vermeden (zie Hoofdstuk 5).

8.2.2 Terugkijkend wel gemist

Terugkijkend denken de deelnemers dat persoonlijke pastorale zorg toen toch goed was geweest. Persoonlijke aandacht toen had hen geholpen het verlies voor nu makkelijker te bespreken. Stilstaan bij hun verdriet had deelnemers het gevoel gegeven dat hun verdriet er mocht zijn en dat 'het leven niet alleen maar gewoon doorgaat'.

Als iemand had gevraagd 'hoe gaat het nou met jou?', had me dat geholpen om ruimte te geven aan mijn verdriet. Verlaat verdriet is voor mij ook heel herkenbaar. Ik denk dat het gewoon fijner is als je je verdriet kunt delen, dan wanneer je dat helemaal niet kunt. Hoe goed je een kind ook helpt, begeleidt, ik denk dat je het altijd houdt dat je in fases van je leven een stukje verwerkt. Dat het steeds terugkomt. Het verdriet blijft en komt op sommige momenten weer naar boven. Het zou helpen als mensen in de omgeving, vanuit de kerk, dat af en toe benoemen om het voor jezelf bespreekbaar te houden. Simone (pseudoniem) is zes jaar als haar vader overlijdt.

8.2.3 Gewoon present

Moeten kinderen nu juist wel of niet praten over hun verlies? De deelnemers vinden dat kinderen sowieso iemand nodig hebben die ze vertrouwen. Iemand die het verlies af en toe benoemt, die gewoon present is voor het kind zelf. Iemand waarvan je weet: als ik erover wil praten, kan ik bij hem/haar terecht. Eén deelnemer geeft als tip om als overgebleven ouder voor ieder kind een soort ‘mentor’ te zoeken die het kind aandacht geeft.

Vanuit de theorie is bovenstaande reactie begrijpelijk. Kinderen rouwen anders dan volwassenen. Ze overleven, ze zijn niet altijd bezig met hun verdriet (zie Hoofdstuk 5). Van der Kooi (2013) onderstreept dat kinderen na zo’n ingrijpend verlies “Belangrijke Anderen nodig hebben die borg willen staan voor hun veiligheid” (p. 46). Zo kunnen kinderen “het leven zo gewoon mogelijk leven, met ruimte voor verdriet en vragen op hun tijd” (p. 47). De definitie van pastorale zorg laat zien dat kinderen bij een verlies niet vergeten mogen worden: een herder zorgt ook voor kleine schapen! Misschien niet allereerst door kinderen hun verhaal te laten vertellen. Eerder door als pastor gewoon maar eens present te zijn: ik zie jou, met je vragen en verdriet. Ik ben nabij.

8.3 Meer betrokken worden kindertijd

Vier deelnemers vertellen dat ze meer betrokken hadden willen worden rondom het overlijden - bewust afscheid nemen, een open deur van de kamer waarin de ouder lag opgebaard - en bij het condoleren en de uitvaart. Niet overal bij betrokken worden, gaf een gevoel van buitengesloten worden, terwijl het wel om hún vader of moeder ging. Fiddelaers-Jaspers (2014) bevestigt dat kinderen volwassenen nodig hebben die hen goed informeren en betrekken (zie Hoofdstuk 5).

Op het moment zelf heb ik de aandacht niet gemist. Het was zoals het was, ik begreep er niets van. En het voelde helemaal gek om dat waarvan ik wel begreep dat het mijn moeder was in een groot zwart gat op een besneeuwde begraafplaats te zien verdwijnen. Maar het zicht werd mij ontnomen door een woud van ruggen van mensen die elkaar om het graf verdrongen. Geholpen had: aandacht die mij het gevoel zou hebben gegeven dat ik er ook bij mocht horen, dat het hier om mijn moeder en dus ook om mij ging. Jan is elf jaar als zijn moeder overlijdt.

Ik weet nog dat toen mijn vader overleed, die overleed in de kerk, zijn we naar het huis van mijn oma gegaan. Toen kwam de dominee ook. Wij zaten daar en wij werden als kinderen naar de keukentafel verbannen. We mochten niks zeggen, niks meer doen, want de dominee was er. Ik weet dat ik dat als kind destijds heel vervelend vond. Ik vond het oneerlijk, want hij had niks met mijn vader. Het was mijn vader die was overleden en ik mocht er niet bij zitten.

Anouk is negen jaar als haar vader overlijdt en tien jaar als haar moeder overlijdt.

8.4 Persoonlijke aandacht volwassenheid

8.4.1 Vragen naar hun verhaal

Bij alle deelnemers bestaat de behoefte aan persoonlijke pastorale zorg bij hun ouderverlies nu ze volwassen zijn. Ze hebben het nodig dat er nu nog steeds gevraagd wordt naar hun verhaal zodat ze het kunnen vertellen. Dat er tijdens een huisbezoek of door gewone gemeenteleden (door)gevraagd wordt hoe het met hén gaat zonder vader of moeder. Het is logisch dat die behoefte bestaat. Je verhaal vertellen helpt om het kwijt te raken, om structuur te geven aan je levensverhaal, om tot je recht te komen (zie Hoofdstuk 3). Bovendien is het voor rouwendenden een troost om alles wat op de bodem van het hart ligt er eens eerlijk uit te storten (zie Hoofdstuk 4).

Ook hier is sprake van ambivalentie: zeven deelnemers geven aan dat ze wel willen dat er naar hun verhaal gevraagd wordt, maar dat er tegelijk een schroom en angst is om het te vertellen. Daarom beginnen ze niet altijd zelf over het ouderverlies of houden ze mensen op afstand. Liese (2011) legt uit dat hulp vragen voor volwassenen met jong ouderverlies een hele stap is. Het voelt als falen. En getroost worden zijn ze vaak niet gewend. Angst voor afwijzing of voor niet begrepen worden speelt ook mee. Net als schaamte bij de volwassenen, want ‘het is al zo lang geleden’.

Een deelnemer vat de bovenstaande mooi samen: er is moed nodig om je verhaal te vertellen en er is moed nodig om ernaar te vragen. Toch mag de pastor de eerste stap zetten. Een pastor is immers gestuurd en neemt daarom vrijmoedig het initiatief om naar mensen te gaan (zie Hoofdstuk 3).

Moet je het wel steeds noemen? Komt zij weer aan met haar verhaal... Ook daarin blijf ik worstelen. Maar ik hoef het ook niet weg te stoppen. En dan vallen mensen stil. Dat is het: schroom om te reageren. Aan de ene kant fijn. Aan de andere kant: vraag maar, kom maar, wat wil je weten? Ik ben daar niet bang voor. Wij kunnen best tegen vragen. Wij durven ook niet zo goed uit onszelf te vertellen, maar je mag wel vragen. Daar kunnen we best tegen. Klariska is tien jaar als haar moeder overlijdt.

Ze hadden me denk ik geholpen door gewoon open vragen te stellen en niet suggestief. Gewoon zeggen van: 'Joh, ik hoorde dat je geen ouders hebt, hoe heb je dat ervaren?' Of: 'Hoe komt dat? Hoe heeft het je gevormd?' Dat jezelf ook gewoon kunt vertellen. Durf te vragen! Ik vind het zelf persoonlijk niet erg als mensen wat vragen, want dat toont tenminste moed. En het toont net zo goed moed om het te vertellen. Maar dan moet je ook moed durven tonen om te vragen, vind ik. En als iets te persoonlijk wordt dan zeg ik vanzelf wel 'nee'. Dus voor mij is het in ieder geval zo: vraag er maar naar. Anouk is negen jaar als haar vader overlijdt en tien jaar als haar moeder overlijdt.

Tóch een pastor?

Het afnemen van de interviews was intensief vanwege het gevoelige thema. Ook al was er tevoren geen vertrouwensrelatie, toch vertelden alle deelnemers vrij makkelijk hun verhaal. Sommige deelnemers waren aan het eind dankbaar 'eindelijk eens hun verhaal kwijt te kunnen'. Was de interviewer, door tijd te nemen, door te vragen naar hun verhaal, door oprechte interesse tóch een pastor voor de deelnemers?

8.4.2 Verlies moet vanzelf ter sprake komen

Omdat deelnemers niet altijd de moed hebben om er zelf over te beginnen, bestaat bij vijf deelnemers de behoefte dat het ouderverlies vanzelf ter sprake komt. Tijdens een huisbezoek kan dit door zoiets te vragen als: hoe is jouw weg met God geweest? Ook vragen naar het voorgeslacht, het gezin van herkomst, kan aanleiding zijn om zelf over het verlies te vertellen. De theorie over hermeneutisch-narratief pastoraat en contextueel pastoraat sluit hierbij aan (zie Hoofdstuk 3).

Als het over geloof en God gaat, dan móet ik erover vertellen. Klariska is tien jaar als haar moeder overlijdt.

8.4.3 Verlies blijven benoemen

Iedere deelnemer zou het fijn vinden als het verlies nog steeds benoemd wordt bij gedenkwaardige momenten waarop de overleden ouder wordt gemist. Bijvoorbeeld rondom de geboorte- en sterfdatum van de ouder of bij trouwdiensten en doopdiensten. Een pastor zou voorafgaand aan dergelijke diensten kunnen vragen of er nog iemand moet worden genoemd die wordt gemist. Deelnemers noemen het idee om tijdens deze diensten een kaars aan te steken en hierbij de naam te noemen van de overleden ouder. Zo'n ritueel biedt troost, omdat hierdoor de herinnering aan en het gemis van de overleden ouder present wordt gesteld en niet wordt vergeten (zie Hoofdstuk 4).

8.5 Begrip voor blijvende invloed

8.5.1 Begrip voor verdriet 'na zo lang nog'

Zeven deelnemers vinden het nodig dat er in het pastoraat meer begrip is voor de blijvende invloed van jong ouderverlies. Dat de omgeving begrijpt dat 'na zo lang nog' er verdriet is om het overlijden van de ouder. De theorie bevestigt dat jong ouderverlies een blijvende invloed heeft. Door het overleven tijdens de kindertijd is het begrijpelijk dat de echte betekenis van het verlies pas tijdens de volwassenheid duidelijk wordt. Bovendien wordt in de volwassenheid vaak de balans opgemaakt van het leven tot dan toe. Het is daarom begrijpelijk dat volwassenen met jong ouderverlies 'achterwaarts rouwen', om het verlies van lang geleden te verweven in hun leven nu.

Aan wie kan ik dat vertellen, met wie kan ik erover praten, vind ik in deze fase ook nog steeds lastig. Verlaat verdriet is toch lastig. Als je ermee komt, dat mensen bij wijze van spreken zeggen: ga je daar nog over beginnen, het is een halve eeuw geleden! Wim is acht jaar als zijn vader overlijdt.

Nu wil ik het wel kwijt, maar is het niet te laat? Nu durf ik er haast niet meer bij een ander mee aan te komen. Schaamte, omdat het zo lang geleden is. Christian is zeven jaar als zijn vader overlijdt.

Bij een Verlaat Verdriet-training zie ik allemaal mensen die, nu ze tussen de 40 en 60 jaar zijn, de ruimte vinden om het verdriet, het verlies nog eens aan te kijken. Je ziet dan toch dat het je leven vormt en beïnvloedt. Of nu misschien stevig genoeg in hun schoenen staan om de ruimte vinden. Wim is acht jaar als zijn vader overlijdt.

8.5.2 Kennis verspreiden aan pastors

Drie deelnemers vinden het nodig kennis te verspreiden rondom dit thema aan mensen die werken in het pastoraat. Volwassenen met jong ouderverlies is daarin vaak een ‘ondergeschoven kindje’.

8.6 Andere behoeften

Drie deelnemers zouden het fijn vinden als er in de kerk meer aandacht is voor het thema ‘God en lijden’. Dat pijn, verdriet en vragen richting God meer benoemd worden. Voor één deelnemer heeft het met gemeenteleden bespreken van vragen richting God, geholpen om weer vertrouwen te krijgen in God. Van één deelnemer mag er in de kerk meer ruimte komen voor emotie, zoals huilen. De theorie over rouwpastoraat bevestigt dat waaromvragen laten staan en rouwenden helpen huilen grondvormen zijn van troost (zie Hoofdstuk 4).

Drie deelnemers hebben de behoefte op zoek te gaan naar wie hun overleden ouder was. Het helpt hen als zij met anderen kunnen praten over hun vader of moeder. Daarmee houden ze hun overleden ouder in ere en geven hem/haar een nieuwe plaats in hun volwassen leven (Liese 2015).

Drie deelnemers hebben de behoefte te praten met ervaringsgenoten. Ze merken dat je verhaal delen met mensen die hetzelfde hebben meegemaakt, (h)erkenning geeft. De theorie beaamt dat het praten met ervaringsgenoten veel troost kan bieden (zie Hoofdstuk 4).

‘Ik ben niet de enige, ik ben niet gek’

Na afloop van de interviews werd meestal lang nagepraat. Dat bevestigt de behoefte aan contact met ervaringsgenoten. Omdat ze (h)erkenning vinden bij elkaar, omdat ze elkaar begrijpen. Herkenbare dingen horen, helpt om te beseffen: ‘ik ben niet de enige, ik ben niet gek’.

8.7 Bevindingen behoeften pastorale zorg jong ouderverlies

In de periode vanaf het overlijden tot en met de adolescentie is vrijwel niet persoonlijk naar de kinderen omgezien. Hoewel de behoefte aan deze pastorale zorg er *toen* niet altijd was, is terugkijkend de behoefte er *wél*. Persoonlijke aandacht toen had de volwassenen *nu* geholpen om het verlies makkelijker bespreekbaar te maken en had het gevoel gegeven dat hun verdriet er mocht zijn. De pastorale zorg tijdens die periode kan worden geboden door gewoon present te zijn en het verlies af en toe te benoemen. Een aantal deelnemers had meer betrokken willen worden rondom het overlijden en bij het condoleren en de uitvaart.

Er bestaat behoefte aan pastorale zorg rondom jong ouderverlies tot op volwassen leeftijd. Het zou deelnemers helpen als er gevraagd en geluisterd wordt naar hun verhaal, als het verlies vanzelf ter sprake komt en als het verlies nog steeds benoemd wordt. Begrip voor de blijvende invloed van jong ouderverlies tot op volwassen leeftijd is nodig. Kennis verspreiden aan pastors rondom dit thema kan hierbij helpen. Andere behoeften zijn: meer ruimte in de kerk voor pijn en verdriet, met anderen op zoek gaan naar wie de overleden ouder was en praten met ervaringsgenoten.

Met dit hoofdstuk zijn alle bevindingen vanuit literatuuronderzoek en de interviews beschreven. In het volgende hoofdstuk worden conclusies getrokken en aanbevelingen gedaan.

Hoofdstuk 9. Conclusie en aanbevelingen

9.1 Inleiding

Een voorstudie van literatuur toont aan dat er weinig aandacht is voor volwassenen met jong ouderverlies. Ook in het pastoraat lijkt het daaraan te ontbreken. In dit afstudeeronderzoek is daarom in opdracht van *Pastoraal Diaconaal Centrum De Herberg* onderzoek gedaan naar ervaringen met en behoeften aan pastorale zorg van volwassenen met jong ouderverlies. De vraagstelling van het onderzoek is dan ook:

Wat zijn ervaringen met en behoeften aan pastorale zorg van volwassenen met jong ouderverlies?

Het doel van het onderzoek is inzicht krijgen in welke pastorale zorg wordt geboden aan volwassenen met jong ouderverlies en hoe deze te verbeteren.

Door middel van literatuuronderzoek is onderzocht wat pastorale zorg is, wat pastorale zorg is bij verlies en rouw en wat de gevolgen zijn van jong ouderverlies op korte en lange termijn. Daarnaast zijn tien volwassenen geïnterviewd. Hen is gevraagd naar de gevolgen van hun jong ouderverlies en naar hun ervaringen met en behoeften aan pastorale zorg rondom het verlies. Een aandachtspunt hierbij was wat een dergelijk verlies voor een gevolgen heeft voor hun geloof.

In dit hoofdstuk wordt de vraagstelling van het onderzoek beantwoord. De bevindingen vanuit het literatuuronderzoek en vanuit de interviews worden gebruikt om een conclusie te trekken en een advies uit te brengen door middel van een aantal aanbevelingen.

9.2 Conclusie

Op basis van de bevindingen vanuit het literatuuronderzoek en vanuit de interviews kan het volgende worden geconcludeerd:

Pastorale zorg aan volwassenen met jong ouderverlies is vaak beperkt gebleven tot het omzien naar het gezin als geheel tijdens de kindertijd. Persoonlijke en langdurige pastorale aandacht tot op volwassen leeftijd ontbreekt. Hieraan bestaat wel behoefte. Door te vragen en te luisteren naar 'hun verhaal' kan pastoraat aan volwassenen met jong ouderverlies worden verbeterd.

Hieronder wordt de conclusie toegelicht.

9.2.1 Pastorale zorg rondom overlijden en kindertijd tot en met adolescentie

In de periode rondom het overlijden van de ouder en in de kindertijd tot en met de adolescentie is pastorale zorg geboden aan het gezin als geheel. Praktische hulp, geschenken en aanwezigheid bieden troost. In deze periode is vrijwel niet persoonlijk naar de kinderen omgezien. Hoewel de behoefte aan deze pastorale zorg er toen niet altijd was, is terugkijkend de behoefte er wel. Deze ambivalentie is begrijpelijk, omdat kinderen overleven en niet altijd bezig zijn met hun verdriet. Persoonlijke aandacht toen had de volwassenen nu waarschijnlijk geholpen om het verlies makkelijker bespreekbaar te maken en had hen het gevoel gegeven dat hun verdriet er mocht zijn. De definitie van pastorale zorg laat zien dat kinderen bij een verlies niet vergeten mogen worden. Kinderen hebben volwassenen nodig die hen informeren en betrekken. Pastorale zorg in deze periode kan worden geboden door gewoon present te zijn en het verlies af en toe te benoemen.

9.2.2 Pastorale zorg volwassenheid

Tijdens de volwassen leeftijd wordt er nauwelijks pastorale zorg geboden rondom het jong ouderverlies, ook niet als het verhaal bekend is. Soms wordt het verhaal feitelijk aangehaald. Het verhaal kan onbekend blijven, omdat de volwassene schroom of angst heeft zijn verhaal uit zichzelf te vertellen en/of omdat het verhaal niet vanzelf ter sprake komt.

Ondanks strijd rondom het verlies in relatie tot het geloof, bestaat er een positief beeld ten aanzien van het geloof. De manier waarop de overleden en overgebleven ouder hiermee omgingen, is van blijvende invloed gebleken. Verder is het belangrijk dat de kerk ruimte biedt voor vragen, huilen en klagen.

Er bestaat behoefte aan pastorale zorg rondom jong ouderverlies op volwassen leeftijd. Het zou volwassenen helpen als er gevraagd en geluisterd wordt naar hun verhaal, als het verlies vanzelf ter sprake komt en als het verlies nog steeds wordt benoemd. Deze behoefte is begrijpelijk. Jong ouderverlies heeft een blijvende invloed tot op volwassen leeftijd en mogelijk zitten volwassenen in een achterwaarts rouwproces. Het is voor rouwenden een troost om je verhaal te vertellen, om het kwijt te raken, om structuur te geven aan je levensverhaal, om tot je recht te komen. Het afnemen van de interviews heeft dit bevestigd. Deelnemers ervoeren het als positief om hun verhaal verstaanbaar te vertellen, om hun verhaal (eindelijk) present te stellen.

Het hermeneutisch-narratieve model en het contextuele model kunnen in het pastoraat helpen om volwassenen hun verhaal te laten vertellen. Kennis verspreiden aan pastors rondom dit thema helpt om meer begrip te krijgen voor de blijvende invloed van jong ouderverlies. Als een moment van *breakdown* wordt begrepen, kan het leiden tot een *breakthrough*. Contact met ervaringsgenoten kan vertrouwen geven om je verhaal te vertellen.

9.3 Aanbevelingen

Vanuit bovenstaande conclusie wordt een advies uitgebracht voor de gastenbegeleiders⁷ van PDC De Herberg in de vorm van een aantal aanbevelingen. Hiermee kan de pastorale zorg aan gasten met jong ouderverlies worden verbeterd. Met de aanbevelingen kunnen gastenbegeleiders ook kerkelijke gemeenten ondersteunen in de pastorale zorg aan volwassenen met jong ouderverlies.

9.3.1 Vragen en luisteren naar ‘hun’ verhaal

De eerste aanbeveling voor het pastoraat aan volwassenen met jong ouderverlies is: vraag en luister naar hun verhaal, ook na zo lang nog. De pastor mag hierin professioneel de eerste stap zetten: ‘Mag ik je vragen hoe het is voor jou om als kind je vader/moeder te verliezen?’ Zowel het hermeneutisch-narratieve model als het contextuele model zijn geschikt om het hele verhaal (vanzelf) te laten vertellen. Deze aanbeveling is tegelijk een aanbeveling voor de volwassenen zelf: verzamel moed en vertel je verhaal. Aan mensen die te vertrouwen zijn en die de last kunnen dragen.

Er wordt verder aanbevolen dat pastors in kerkelijke gemeenten het verlies benoemen bij momenten waarop de overleden ouder wordt gemist. Bijvoorbeeld rondom de geboorte- en sterfdag, op eeuwigheidszondag of bij trouw- en doopdiensten. Een pastor kan voorafgaand aan dergelijke diensten vragen of nog iemand moet worden genoemd die wordt gemist. Een ritueel kan hierbij troost bieden: de naam noemen van de overleden ouder terwijl een kaars wordt ontstoken.

9.3.2 Kennis verspreiden

Het is nodig dat meer kennis wordt verspreid over de blijvende invloed van jong ouderverlies. De inzichten uit dit onderzoek helpen een pastor begripvol te vragen en te luisteren naar het verhaal van volwassenen met jong ouderverlies. Kennis over de blijvende invloed is ook nodig om onbegrepen klachten in verband te brengen met het vroege ouderverlies. Verder zullen de inzichten volwassenen zelf helpen hun verhaal te vertellen.

Daarom is het goed dat er onlangs een lezing was over dit thema tijdens de stafvervaardersdag van PDC De Herberg en dat het onderzoek wordt toegelicht aan de gastenbegeleiders zelf. De lezing kan vaker worden gehouden tijdens bijeenkomsten van pastoraal werkers. Het is goed dat de post-HBO-cursus ‘Pastoraat bij rouw en verlies’ van de Opleiding Theologie het thema pastorale zorg aan

⁷ Omdat gastenbegeleiders pastors zijn, is in de aanbevelingen gekozen voor ‘pastor(s)’ in plaats van ‘gastenbegeleider(s)’.

volwassenen met jong ouderverlies opneemt in het programma. Verder kan er nog meer publiciteit komen via artikelen op internet of in kranten.

9.3.3 Contact met ervaringsgenoten

Het is aan te bevelen contact tussen ervaringsgenoten te organiseren. Voor volwassenen met jong ouderverlies is dit een veilige mogelijkheid om hun verhaal kwijt te kunnen. PDC De Herberg kan gasten wijzen op de websites rondom 'verlaat verdriet'. Daar staat uitgebreide informatie over de blijvende invloed van jong ouderverlies en over ontmoetingsdagen met ervaringsgenoten. PDC De Herberg of een kerkelijke gemeente kan ook zelf ervaringsgenoten bij elkaar brengen. Een voordeel is dat op deze plaatsen de betekenis van het verlies voor het geloof aandacht kan krijgen.

9.3.4 Ruimte voor vragen, huilen en klagen

Waaromvragen laten staan en rouwenden helpen huilen zijn grondvormen van troost. Daarom is een volgende aanbeveling dat bij PDC De Herberg en in kerkelijke gemeenten ruimte is voor vragen, huilen en klagen.

Dat huilen is ook wel wat. Dat niet willen huilen. Huilen is voor mij opruimen. Het leven is niet volmaakt. Er is ook zoveel pijn. Daar moet in de kerk sowieso meer ruimte aan gegeven worden. Een verhaal, een preek hoeft niet altijd kloppend te zijn. Nee, dat is het leven niet. Ik heb liever iemand die het niet meer weet, eventjes. Mijn verhaal klopt ook niet, maar God was er wel bij. Getuigenissen naast elkaar laten staan. De één is wel genezen, de ander niet. Dat is de realiteit. Dat snap ik.
Cootje is elf jaar als haar vader overlijdt.

9.3.5 Praktische hulp en presentie tijdens de kindertijd

Tot slot toch nog een aanbeveling voor de pastorale zorg tijdens de kindertijd tot en met de adolescentie: vergeet de kinderen niet! Geef niet alleen aandacht aan de overgebleven ouder. Kinderen hebben grote mensen nodig die borg willen staan voor hun veiligheid. Gemeenteleden die praktische hulp bieden, zodat kinderen het leven toch zo gewoon mogelijk kunnen leven. Een pastor die ruimte geeft voor verdriet en vragen op hun tijd door gewoon eerst maar eens present te zijn. Door bij het condoleren letterlijk stil te staan bij dat ene kind. Door bij de uitvaart de voornaam van ieder kind te noemen. Door rondom gedenkwaardige momenten een kaart te sturen aan ieder kind persoonlijk. Door de overleden ouder nog eens aan te halen. Door na het verlies te laten merken dat het verdriet van het kind er nog steeds mag zijn.

Het zou een onderzoek waard zijn na te gaan hoe het gaat met kinderen als die persoonlijke aandacht er daadwerkelijk is. En ook: hoe gaat het later met deze kinderen, als ze volwassen zijn geworden? Zijn er verschillen tussen volwassenen met jong ouderverlies die wel persoonlijke aandacht hebben gehad tijdens hun kindertijd en degenen die dat niet hebben gehad?

Bibliografie

- Ankersmid, M. (2015). *Verlaat verdriet bij mensen die als kind een ouder hebben verloren*. Tielt (Be): Witsand Uitgevers.
- Baarda, B., De Goede, M. & Van der Hulst, M. (2012). *Basisboek Interviewen. Handleiding voor het voorbereiden en afnemen van interviews*. Groningen/Houten: Noordhoff Uitgevers bv.
- Bregman, K., & Melzer, A. (Red.). (2013). *Opnieuw aangesproken. Doordenken op contextueel pastoraat*. Gorinchem: Uitgeverij Narratio.
- De Mönnink, H. (2015). *Verlieskunde. Methodisch kompas voor de beroepspraktijk*. Amsterdam: Reed Business Education.
- De Vos, W. (2014). *Aandacht. Verhalen over een aandachtige en liefdevolle samenleving*. Ede/Wageningen: CDA
- Fiddelaers-Jaspers, R. (2014). *Jong verlies. Rouwende kinderen serieus nemen*. Utrecht: Uitgeverij Ten Have.
- Friedmann, E.H. (2001). *Van geslacht op geslacht. Systeemprocessen in gemeente en synagoge*. Gorinchem: Ekklesia
- Ganzevoort, R.R. & Visser, J. (2007). *Zorg voor het verhaal. Achtergrond, methode en inhoud van pastorale begeleiding*. Zoetermeer: Meinema
- Kool, N. & Kraan, W.H. (2009). *Vroeg ouderverlies. De psychologische en fysieke lange termijn effecten en de invloed op hechting in de volwassenheid*. Utrecht: Universiteit Utrecht.
- Levenslang pastoraat alstublieft. (2012, 12 mei). *Nederlands Dagblad*, pp. 10-11
- Liese, T. (2011). *Teruggaan, om verder te kunnen. Parels van Verlaat Verdriet*. Nunspeet: Uitgeverij Funale
- Liese, T. (2015). *Gids voor Verlaat Verdriet. Wegen van herstel*. Nunspeet: Uitgeverij Funale
- Louw, D. (2008). Grieving and the crisis of loss and mourning. *Cura Vitae, illness and the healing of life*, 548-563.
- Menken-Bekius, C. (2013). *Werken met rituelen in het pastoraat*. Utrecht: Kok.
- Meulink-Korf, H., & Van Rhijn, A. (2002). *De onvermoede derde. Inleiding in het contextueel pastoraat*. Zoetermeer: Uitgeverij Meinema.
- Noten, S. (2010). *Stapeltjesverdriet. Stilstaan bij wat is. Een onderzoek naar de invloed van verlies op zeer jonge leeftijd*. Heeze: In de Wolken.
- Prinsenbergh, G. (2005). *Biografisch leren en werken. Het levensverhaal in kaart brengen*. Amsterdam: Uitgeverij SWP.
- Protestantse Kerk in Nederland. (2009). *Pastoraat aan rouwenden. Handreiking voor het pastoraat*.

- Schelling, P. (2006). *Werkwoorden in de Bijbel. Hun betekenis in godsdienst en cultuur*. Zoetermeer: Uitgeverij Meinema.
- Ter Horst, W. (2007). *Over troosten en verdriet*. Kampen: Kok.
- Thielman, Frank. (1995). *The NIV Application Commentary: Philippians*. Grand Rapids, Michigan: Zondervan Publishing House
- Van de Beek, A. (2008). *God doet recht. Eschatologie als christologie*. Zoetermeer: Uitgeverij Meinema.
- Van den Brink, G., & Van der Kooi, C. (2012). *Christelijke Dogmatiek*. Zoetermeer: Boekencentrum.
- Van der Heijden, S. (2012). *Kerk voor een nieuwe generatie. Zoeken naar een kerk waarin jongeren geloven*. Heerenveen: Uitgeverij Medema
- Van der Kooi, M. (2014). *Verdriet is een werkwoord*. Zoetermeer: Boekencentrum.
- Van der Meulen, H.C. (Red.). (2010). *Liefdevol oog en open oor. Handboek pastoraat in de christelijke gemeente*. Zoetermeer: Boekencentrum.
- Van der Voet, N. (2017). (Red.). *Priesterlijk Pastoraat. Een verrijking van de pastorale theologie*. Utrecht: Boekencentrum Uitgevers.
- Verhoeven, N. (2014). *Wat is onderzoek? Praktijkboek voor methoden en technieken*. Den Haag: Boom Lemma uitgevers.

Geraadpleegde websites

- CBS (2013). *Jaarlijks verliezen ruim 6 duizend minderjarige kinderen een of beide ouders*. Geraadpleegd op <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2013/32/jaarlijks-verliezen-ruim-6-duizend-minderjarige-kinderen-een-of-beide-ouders>
- Liese, T. (z.j.). *Tijdsfactoren*. Geraadpleegd op <http://verlaatverdriet.nu/verlaat-verdriet/tijdsfactoren/>
- Monuta (2016). *Eerste Monuta troosthond is een feit*. Geraadpleegd op <https://www.monuta.nl/vestiging/vanvliet/actueel/eerste-monuta-troosthond-feit>
- PDC De Herberg (z.j.). *De Herberg: een gastvrij huis*. Geraadpleegd op <http://www.pdcdeherberg.nl>
- Protestantse Kerk (z.j.). *Feiten en cijfers*. Geraadpleegd op <https://www.protestantsekerk.nl/over-ons/protestantse-kerk/feiten-en-cijfers>
- Reformatorisch Dagblad (2017, 1 mei). *Britse prins openhartig over rouw*. Geraadpleegd op <http://www.rd.nl/vandaag/koninklijk-huis/britse-prins-openhartig-over-rouw>
- Wikipedia (2016, 18 augustus). *Rouw*. Geraadpleegd op <https://nl.wikipedia.org/wiki/Rouw>
- Wikipedia (2016, 18 december). *Volwassene*. Geraadpleegd op <https://nl.wikipedia.org/wiki/Volwassene>

Bijlagen

Bijlage 1: Powerpointpresentatie en feedback lezing PDC De Herberg

Pastorale zorg aan volwassenen met jongbouderverlies



Henrike Dankers
student Godsdienst/Pastoraal Werk

CHE

de Herberg

Interviews (10)

Naam	m/v	Leeftijd	Jongbouderverlies
Wim	m	53	Acht jaar als zijn vader (43) overlijdt.
Cootje	v	40	Elf jaar als haar vader (59) overlijdt.
Maarten	m	34	Vier jaar als zijn moeder (36) overlijdt.
Herma	v	38	Twaalf jaar als haar moeder (40) overlijdt.
pseudoniem			
Marjon	v	49	Negen jaar als haar moeder (39) overlijdt.
pseudoniem			
Klariska	v	38	Tien jaar als haar moeder (38) overlijdt.
Jen	m	64	Elf jaar als zijn moeder (41) overlijdt.
Simone	v	40	Zes jaar als haar vader (42) overlijdt.
pseudoniem			
Anouk	v	24	Negen jaar als haar vader overlijdt.
			tien jaar als haar moeder overlijdt.
Christian	m	39	Zeven jaar als zijn vader (55) overlijdt.

Pastorale zorg:  Herderen

Zorg voor het verhaal




Rouwen





Jongbouderverlies: het verlies van een vader door de dood voor de 20^e levensjaar

Een verlies op KINDERleeftijd



Jongbouderverlies: Een trauma

Tel groot, niet in kindermaat verkrijgbaar

Dus: OVERLEVEN

"De praktische hulp vanuit de kerkelijke gemeenschappen en vrienden was heel waardevol. Dat komzien naar zat waarvoor alin." Wim is acht jaar als zijn vader overlijdt.

"De praktische hulp vanuit de kerkelijke gemeenschappen en vrienden was heel waardevol. Dat komzien naar zat waarvoor alin." Wim is acht jaar als zijn vader overlijdt.

"De bandacht ging vooral naar mijn moeder uit, vanuit de kerk. Wat heel belangrijk was, omdat ze het ook zwaar had toen. Dan gaat er minder bandacht, but automatisch naar mij." Christiaan Bultmann 11 februari 2016, de Persvrijdicht

"Ik zat op kerk, op catechisatie. In mijn beleving heeft iemand daar mijn verdriet gevraagd: hoe is het nu? Zonder moeder? Het verhaal was bekend, iedereen wist het. Maar aan mijn vragen hoe het voor mij persoonlijk is geweest, is niet gebeurd." Lariska is tien jaar als haar moeder overlijdt.

"Ik weet bij het kondoleren in welke, toen dat was afgelopen, kon ik daarvoor het laatste in mijn vader zien. Dat vond ik heel heftig. Toen kwam er een bevestiging in zijn thuis geven. Dat vond ik heel waardevol. En om dat ik nog wat heftig vond. Dat heeft heel veel tussentijd gedaan. Ik word nu in mijn verdriet gezeten, puur alleen voor mijn arming." Coote is vijf jaar als haar vader overlijdt.

"Er wordt niet maar in je omgezien, maar wellicht ben ik daar zelf de oorzaak van. Mijn vertrouwen in mensen is zeer gering en als mensen dieper afsteken, ben ik emotioneel en heb ik een wrok."

"Er wordt niet maar in je omgezien, maar wellicht ben ik daar zelf de oorzaak van. Mijn vertrouwen in mensen is zeer gering en als mensen dieper afsteken, ben ik emotioneel en heb ik een wrok."

Marjon (pseudoniem) is tegenjaar als haar moeder overlijdt

"Tijdens een huisbezoek vanuit de kerk krijgt dit hemogeen plek. Maar ik heb het misschien ook helemaal zelf niet genoemd. Ik ga het boek niet aan de grote klok hangen. De wilt ook niet iemand zijn die daarmee te koop loopt."

Cootje is elfjaar als haar vader overlijdt.

U gaat bij Paap op bezoek. U weet dat Paap als kind zijn vader heeft verloren. Hij heeft dat zelf weleens genoemd. Wat doet u met dit thema tijdens het gesprek?

U gaat bij Paap op bezoek. U weet dat Paap als kind zijn vader heeft verloren. Hij heeft dat zelf weleens genoemd. Wat doet u met dit thema tijdens het gesprek?

- a) Niets. Het verlies zal zo lang geleden, dat al huwelijksaard zijn.
b) Niets. Het verlies zal zo lang geleden, dat waarna al helemaal overhoop?
c) Niets. Dan zit er zo zwaar op de toeplichter, wachtend om over te praten.
d) Ik wacht. In de aap, er zelf over begint. Dan gaat het dieper op in.
e) Ik vraag er naar. Benieuwd wat zo'n verlies nu nog voor aan betekent.
f) Mijn eerste vraag is: hoe is het met je moeder?

Persoonlijke aandacht

MOEDom1te2vragen?

**Begrip voor blijvende invloed
Na zo lang nog!**



Feedback lezing

Eind maart jl. heb ik over dit onderzoek een lezing gehouden tijdens de zogenaamde stafvervaardersdag van PDC De Herberg. De lezing duurde een uur. De Herberg was blij met de dag en de lezing in het bijzonder. Veel mensen gaven positieve reacties: inhoudsvol, het zet me aan het denken, het heeft me geraakt, prachtige presentatie. De lezing zat goed in elkaar. Het presenteren ging rustig en er was goed contact met de zaal. De werkvorm door citaten van deelnemers te lezen was heel goed.

De betrokkenheid van het publiek was groot. Het was opvallend stil en vanuit het publiek kwamen persoonlijke ervaringsverhalen. Omdat mensen zich erkend voelden: eindelijk iemand die zegt dat het niet raar is om na zo lang nog bezig te zijn met het verlies van lang geleden? Veel mensen hadden waarschijnlijk nog wel meer willen reageren. Dat kon en gebeurde tijdens de lunch na afloop. Voor een volgende keer zou de lezing beperkt kunnen worden tot drie kwartier en daarna een half uur voor reacties (en eventueel aanwezig blijven na afloop).

Het voorbereiden van de lezing hielp bij het structureren van het adviesrapport zelf: wat kan weggelaten worden, wat moet écht gezegd worden en in welke volgorde?

Bijlage 2: Oproep onderzoek

Henrike Dankers (1977) is deeltijd-student aan de opleiding Godsdienst Pastoraal Werk aan de Christelijke Hogeschool in Ede. In het kader van haar afstudeerproject doet zij namens *Pastoraal Diaconaal Centrum De Herberg (Oosterbeek)* onderzoek naar ervaringen met en behoeften aan pastorale zorg van volwassenen met jong ouderverlies. Het doel van het onderzoek is inzicht krijgen in welke pastorale zorg wordt geboden aan volwassenen met jong ouderverlies en hoe deze te verbeteren. Hieronder haar oproep:

Oproep

Ik zou u willen vragen mee te doen aan het onderzoek *pastorale zorg aan volwassenen met jong ouderverlies* als u:

- een ouder heeft verloren toen u tussen de 6 en 12 jaar oud was (basisschoolperiode);
- nu ongeveer tussen de 30 en 50 jaar bent;
- lid bent (geweest) van de Protestantse Kerk in Nederland.

Het onderzoek zal plaatsvinden door middel van diepte-interviews. Voorafgaand aan het interview krijgt u een globale vragenlijst toegestuurd zodat u zich kunt voorbereiden op het gesprek.

Wanneer u interesse heeft in dit onderzoek of vragen hierover, kunt u mij een e-mail sturen: hdankers@student.che.nl. Ik zal vervolgens contact met u opnemen. De gesprekken zullen naar verwachting vanaf eind oktober plaatsvinden. Indien u deelneemt aan het onderzoek worden uw gegevens uiteraard vertrouwelijk en anoniem behandeld.

Van harte aanbevolen!

Henrike Dankers

Student Godsdienst Pastoraal Werk, Christelijke Hogeschool Ede

hdankers@student.che.nl

Bijlage 3: Vragenlijst bij interview

I. Introductie

1. Nogmaals hartelijk dank voor uw deelname. De Herberg en ik zijn erg dankbaar dat u over uw persoonlijke verhaal wilt praten. We geloven in het belang van dit onderwerp en we willen graag leren van uw verhaal! Voordat we beginnen zal ik eerst nog een keer vertellen waar het onderzoek over gaat.

- Onderwerp interview
- Aanleiding onderzoek
- Doel- en vraagstelling onderzoek
- Tutoyeren?⁸
- Uitleg geluidsopname en maken van aantekeningen.
- Vertrouwelijke behandeling van gegevens.
- Verwachte tijd interview (max. 1,5 uur).
- Nog vragen? Helder?

II. Persoonsgegevens

2. De volgende persoonsgegevens wil ik graag opnemen in het interview:

- geslacht
- leeftijd
- kerkgenootschap
- opleiding
- beroep

Dan wil ik nu graag gaan luisteren naar uw verhaal...

III. Gebeurtenissen rondom het overlijden

3. Kunt u als eerste wat vertellen over hoe uw gezin eruit zag voor het overlijden van uw vader/moeder?

Met hoeveel waren jullie thuis?

Broers/zussen?

Hoeveelste plaats in gezin?

4. En toen overleed uw vader/moeder...

Hoe gebeurde dat? (ziekte, ongeval, (on)verwacht)

Hoe oud was u toen?

Hoe oud was uw vader/moeder?

5. Hoe werd er in die periode naar u omgezien?

Rond moment van overlijden?

Rondom uitvaart?

Hoe werd u betrokken?

Door familie, school, kerk?

⁸ In de vragen staat steeds u(w), maar in de interviews is steeds je/jouw gebruikt.

6. Hoe heeft u dat ervaren? Had u daar wel/geen behoefte aan?

Bij (iets) aandacht: Bent u tevreden over de aandacht die er was? Wat heeft u geholpen?

Bij geen aandacht: Heeft u dit gemist?

7. Hoe kijkt u daar nu tegen aan?

(Bij negatieve ervaring:) Wat zou u toentertijd geholpen hebben?

IV. Gevolgen na het overlijden (kindertijd tot en met adolescentie)

8. Hoe was het daarna? Het opgroeien zonder uw vader/moeder?

‘Zichtbare’ veranderingen (verhuizing, ‘nieuwe’ ouder, ...)

Hoe was u in het gezin? Kreeg u een andere rol in het gezin? (parentificatie)

Hoe was u op school, in de kerk?

Was er ruimte voor verdriet? (overlevingsstrategieën)

V. Pastorale zorg na het overlijden (kindertijd tot en met adolescentie)

9. Kunt u iets vertellen over uw ervaringen met pastorale zorg in die tijd?

Hoe werd er vanuit de kerk naar u omgezien? Hoe werd er geluisterd naar uw verhaal (bijvoorbeeld tijdens huisbezoek, club, catechisatie, zondagschool, door gemeenteleden)?

10. Hoe heeft u dat toen ervaren? Had u daar wel/geen behoefte aan?

Bij (iets) aandacht: Bent u tevreden over de aandacht die er was? Wat heeft u geholpen?

Bij geen aandacht: Heeft u dit gemist?

11. Hoe kijkt u daar nu tegen aan?

(Bij negatieve ervaring:) Wat zou u toentertijd geholpen hebben?

VI. Gevolgen voor volwassenheid

12. Hoe is het nu, volwassen zijn zonder uw vader/moeder?

Wat is de invloed van het verlies van uw vader/moeder voor u(w leven) nu?

Of: Voor sommige volwassenen speelt het vroege verlies van een ouder nog een grote rol in het leven. Hoe is dat voor u?

VII. Pastorale zorg in volwassenheid

13. Kunt u iets vertellen over de pastorale zorg die u nu krijgt?

Hoe wordt er nu vanuit de kerk naar u omgezien, geluisterd naar uw verhaal (bijvoorbeeld tijdens huisbezoek, kringwerk, gesprekken gemeenteleden).

14. Hoe ervaart u dit? Heeft u daar wel/geen behoefte aan?

Bij (iets) aandacht: Bent u tevreden over de aandacht die er is? Wat is helpend voor u?

Bij geen aandacht: Mist u dit?

Bij negatieve ervaring: Wat zou u nu helpen? Hoe zou dit beter kunnen?

15. Wat betekent het verlies van uw ouder voor uw geloof?

(geloofsbeleving, kerkgang, godsbeeld)

(Bij negatieve ervaring:) U heeft verteld dat u nu niet meer naar de kerk gaat/niet meer gelooft. Kunt u aangeven hoe u tot die keuze bent gekomen? Wat heeft u doen besluiten om niet meer...?

16. Hoe wordt er vanuit de kerk hiernaar geluisterd?

VIII. Afsluiting

17. Ik ben aan het eind van het interview gekomen. Is er nog iets dat u wilt vertellen?

- Dank voor medewerking (+ evt. vragen wat reden was om mee te doen).
- Wat vond u ervan?
- Contactgegevens voor evt. nader contact.
- Informeren wat er gebeurt met wat verteld is (nogmaals toestemming voor anonieme publicatie)
- Afspraak over verslag toesturen: **Als u dat wilt, kan ik u op de hoogte houden van onze bevindingen...**

Bijlage 4: Mail oproep via diverse kanalen

Beste ds. xxxx,

Naar aanleiding van ons telefoongesprek van zojuist, ontvangt u hierbij een oproep voor het onderzoek 'pastorale zorg aan volwassenen met jong ouderverlies'. Naast de oproep zelf staat hierin een korte uitleg van de inhoud van het onderzoek en de gang van zaken.

Voor het onderzoek zoeken we dus volwassenen die:

- een ouder hebben verloren tijdens de basisschoolperiode;
- nu ongeveer tussen de 30 en 50 jaar zijn;
- lid zijn (geweest) van de Protestantse Kerk in Nederland.

Mocht u iemand weten die binnen bovenstaande doelgroep valt, zou het vanwege zorgvuldigheid fijn zijn als u zelf die persoon benadert. De bijgaande oproep kunt u dan aan die persoon versturen. Vervolgens kan die persoon bij interesse zelf contact met mij opnemen.

Ik ben benieuwd naar het vervolg. In ieder geval alvast erg bedankt voor uw moeite!

Hartelijke groet,
Henrike Dankers

Student Godsdienst Pastoraal Werk, Christelijke Hogeschool Ede
hdankers@student.che.nl

Bijlage 5: Mail afspraak interview deelnemers

Beste xxxx,

Via xxxx heb ik uw mailadres ontvangen met daarbij het bericht dat u bereid bent deel te nemen aan het onderzoek 'pastoraat aan volwassenen met jong ouderverlies'.

De Herberg en ik zijn erg dankbaar dat u over uw persoonlijke verhaal wilt praten. We geloven in het belang van dit onderwerp en we willen graag leren van uw verhaal!

Door middel van deze mail wil ik wat meer duidelijkheid geven over de gang van zaken:

Ik ben Henrike Dankers (1977) en deeltijd-student aan de opleiding Godsdienst Pastoraal Werk aan de Christelijke Hogeschool in Ede. In het kader van mijn afstudeerproject doe ik namens *Pastoraal Diaconaal Centrum De Herberg (Oosterbeek)* onderzoek naar ervaringen met en behoeften aan pastorale zorg van volwassenen met jong ouderverlies. Het doel van het onderzoek is inzicht krijgen in welke pastorale zorg wordt geboden aan volwassenen met jong ouderverlies en hoe deze te verbeteren.

Ik wil diepte-interviews houden met een aantal volwassenen die:

- een ouder hebben verloren toen zij tussen de 6 en 12 jaar oud waren (basisschoolperiode);
- nu tussen de 30-50 jaar zijn;
- lid zijn (geweest) van de Protestantse Kerk in Nederland.

Graag zou ik een afspraak met u plannen voor het houden van het diepte-interview. Hieronder staat een aantal voorkeursdata. U kunt hiervan een datum aangeven die bij u het beste uitkomt. Als u niet kan op een van deze data, maken we een andere afspraak.

Voorkeursdata:

Donderdag 20 oktober, tussen 10.00-16.00u.

Etc.

Voor het interview kom ik graag bij u thuis. Als u dat wilt, mag u ook een andere plek aangeven.

Het interview duurt maximaal anderhalf uur. Omdat het een intensieve ontmoeting kan zijn, kan het goed zijn om daarna tijd voor uzelf te hebben.

Het gesprek zal worden opgenomen met behulp van een geluidsopname. Ook zullen er aantekeningen worden gemaakt. Deze gegevens worden uiteraard vertrouwelijk en anoniem behandeld en na het uitwerken vernietigd.

Ongeveer een week voorafgaand aan het interview krijgt u een globale vragenlijst toegestuurd zodat u zich kunt voorbereiden op het gesprek.

Tot zover mijn informatie. Als u nog vragen heeft, dan hoor ik ze graag.

Ik zie uit naar onze ontmoeting!

Hartelijke groet,

Henrike Dankers

hdankers@student.che.nl

06-xxxxxxx