

Proef ingediend met het oog op het behalen
van de graad van Master in de Psychologie

'WE HUILEN TOT WE STIKKEN IN ONS VERDRIET OF LANGZAAM IETS MEER ADEM KRIJGEN'

Een narratief onderzoek naar online rouwen

CAROLINA FEIX
2016-2017

Promotor: Prof. dr. Gerrit Loots

Psychologie & Educatiewetenschappen

SAMENVATTING MASTERPROEF
(na het titelblad inbinden in de masterproef + 1 keer een afzonderlijk A4-blad)

Naam en voornaam: Feix Carolina**Rolnr.:** 102318

KLIN x
AO
ONKU
AGOG

Titel van de Masterproef: 'We huilen tot we stikken in ons verdriet of langzaam iets meer adem krijgen' Een narratief onderzoek naar online rouwen

Promotor: Prof. dr. Gerrit Loots

Samenvatting:

Deze studie beschrijft vanuit een rizomatisch perspectief hoe nabestaanden van zelfdoding in een besloten Facebookgroep betekenis geven aan de gereconstrueerde, virtuele aanwezigheid van de doden en welke betekenis collectief online rouwen voor het rouwproces heeft. Dit wordt middels de uitgebreide versie van de Listening Guide Methode kwalitatief onderzocht, aan de hand van 17 selectief gekozen verhalen met bijbehorende commentaren van 21 leden, tussen de 31 en 62 jaar oud. Het plotse en onverwachte verlies roept veel vragen over het 'waarom?' op. Het taboe dat rust op zelfdoding en schuldgevoelens over het overlijden leidt tot zwijgende reacties van de buitenwereld. Dit bemoeilijkt het vinden van een verhelderend antwoord. Middels schriftelijke interacties op Facebook met lotgenoten krijgen innerlijk beleefde rouwgevoelens ruimte. Daarbij blijkt dat tijdens het reconstrueren van de identiteit van de dode en de eigen identiteit van de nabestaande, de nabijheid met de dode gezocht wordt door direct aan of indirect over de dode te schrijven. Gevoelens van eenzaamheid, pijn, vertwijfeling, zelfverwijt, ongeloof en gemis krijgen middels het delen van verhalen een stem. De groep als publiek vangt de wens dat geluisterd wordt dag en nacht op door onvoorwaardelijke steun te bieden. Herkenning en hoop op verdraagbare rouwgevoelens ondersteunen het delen van verhalen. Daarbij heeft de groep een containing functie die als coping dient. Het collectief online delen van verhalen kan als rouwritueel gezien worden, dat bestaande ideeën over hoe rouw eruit behoort te zien naar de achtergrond doet verdwijnen.

Brussel, 22 mei 2017

Betreft: toelating overschrijding maximum aantal woorden masterproef

Geachte collegae,

Hierbij geef ik toestemming aan mevrouw **Carolina Feix** om met betrekking tot haar masterproef het maximum aantal woorden van 15.000 te overschrijden. De verhandeling is gebaseerd op een narratieve studie met ondermeer gedetailleerde en uitgebreide beschrijvingen en illustraties om de transparantie en transfereerbaarheid van de onderzoeksbevindingen te garanderen.

Met vriendelijke groeten,



Prof.dr. Gerrit Loots
Onderzoeksgroep Interpersoonlijke, Discursieve en Narratieve Studies (IDNS)

Dankwoord

Deze thesis zou niet tot stand gekomen zijn met de steun, de gesprekken, de hoop, het vertrouwen en de inspiratie van een aantal mensen die ik bijzonder dankbaar ben.

Ten eerste wil ik mijn begeleider, promotor Prof. Dr. Gerrit Loots danken voor de leerzame feedback tijdens het schrijven van deze thesis. Maar er is nog veel meer te danken aan jou Gerrit. De lessen over psychotherapeutische basisvaardigheden, systeemtherapie, de cursus auditieve en visuele beperkingen, gevalstudies van systeemtherapie, de cursus kwalitatieve onderzoeksmethoden en de Workshop: 'Designing Crazy Patchworks: Co-creating Collaborative Research' hebben veel gedachten en ideeën in me losgemaakt die tot het totstandkomen van deze thesis hebben geleid. Wat ik daar heb geleerd had niet enkel invloed op mijn thesis maar ook op mijn stage en op mijn beleving als observator en onderzoeker van deze wereld en tijd.

Ten tweede wil ik Yariv Alter Fin bedanken die mij tot nabestaande van zelfdoding maakte. Zonder de beleving van deze ervaring zou deze thesis misschien niet tot stand gekomen zijn.

Verder wil ik mijn oma danken die mij al op vroege leeftijd telkens weer uitgelegd heeft wat zelfdoding is en wat men het beste ervoor en ertegen kan doen.

Daarnaast ben ik Abys Kovacs dankbaar voor de verdiepende gesprekken met betrekking tot zelfdoding en euthanasie.

Last but not least ben ik mijn vriend, partner en supporter Robin Gareus dankbaar voor de emotionele en financiële steun voor deze thesis. Robin: Dank voor het missen van zoveel tijd die wij wegens deze thesis niet samen hebben kunnen delen. Zonder jou had ik nooit de nodige rust voor het schrijven van deze thesis gehad.

Tot slot wil ik u als lezer danken voor de bereidheid om deze thesis te lezen. Al lijkt het in sommige delen van deze thesis misschien moeilijk om afstand van uw eigen persoon en gevoelens te houden, ik wens u net zoveel interesse over rouwen online als ik dat had tijdens het schrijven van deze thesis. Wees welkom om deel te nemen aan de verhalen van nabestaanden van zelfdoding.

Carolina Feix

2017

Inhoudstafel

INLEIDING	1
1. PROBLEEMSTELLING EN RELEVANTIE	1
2. ETNOGRAFISCHE SITUERING VAN ROUWEN ONLINE NA ZELFDODING	2
3. SOCIOLOGISCHE SITUERING VAN ZELFDODING EN ROUWRITUELEN	4
4. PSYCHOLOGISCHE SITUERING VAN ROUW - EEN PARADIGMA-SHIFT	5
4.1. <i>TRADITIONELE ROUWMODELLEN</i>	6
4.2. <i>VERNIEUWDE VISIES OP ROUW</i>	7
5. THEORETISCHE ACHTERGROND	9
5.1. <i>SOCIAAL CONSTRUCTIONISME</i>	9
5.2. <i>HET ZELF ALS VERHAAL</i>	9
5.3. <i>NARRATIEVE IDENTITEIT</i>	10
5.4. <i>BETEKENISVERLENING</i>	10
5.5. <i>SCHRIJVEN ALS ZELFTECHNIEK VAN HET ZELF</i>	11
METHODE	13
1. ONDERZOEKSDOELSTELLING EN ONDERZOEKSOPZET	13
2. DEELNEMERS	14
3. PROCEDURE	15
4. DATAVERZAMELING	17
5. DATA-ANALYSE	17
6. KWALITEITSCRITERIA	19
RESULTATEN	21
1. SAMENVATTEND SCHEMA	21
2. POLYFONIE VAN STEMMEN	23
2. CONTRASTERENDE STEMMEN	36
DISCUSSIE	40
1. RESULTATEN IN VERGELIJKING MET VOORGAAND ONDERZOEK	40
2. STERKTE EN ZWAKTES	44
3. IMPLICATIES VOOR TOEKOMSTIG ONDERZOEK	45
4. ALGEMENE CONCLUSIE	46
REFERENTIELIJST	47
BIJLAGEN	56

Inleiding

1. Probleemstelling en relevantie

Rouwen na zelfdoding is anders dan na een natuurlijke of plotse dood (Jordan & McIntosh, 2011; Knieper, 1999). Het levensverhaal van de dode, alsook dat van de nabestaanden is onverwacht onderbroken. Het verlies kan in het levensverhaal van de nabestaanden niet ingevoegd worden. Verleden en toekomst zijn geen coherent verhaal meer (Hooghe, 2008). Minder dan 20% van de mensen die aan zelfdoding overlijden laat een nota achter (Maple, Cerel, Jordan, & McKay, 2014). Er ontstaan vragen over het 'waarom heeft zij of hij zich van het leven beroofd'. Deze 'waarom?'-vraag hangt samen met het opzettelijke kiezen voor de dood en achtervolgt nabestaanden met of zonder nota soms een leven lang (Fielden, 2003; Maple, Edwards, Plummer, & Minichiello, 2010; Neimeyer & Sands, 2011; Wojtkowiak, Wild, & Egger, 2012). Het ontbreken van een verhelderend antwoord op het overlijden scheidt zelfdoding van andere vormen van overlijden (Currier, Holland, & Neimeyer, 2006; Pompilje et al., 2013). Uit meerdere studies blijkt dat nabestaanden van zelfdoding het zwijgen van de omgeving als reactie op zelfdoding als stigmatiserend ervaren (Bell, Bailey, & Kennedy, 2015; Chapple & Ziebland, 2011; Hollander, 2001; Pitman, Osborn, Rantell, & King, 2016). Daarentegen ervaren nabestaanden van zelfdoding zich in de uitwisseling met gelijkgezinden op internet gesteund omdat daar naar hen geluisterd wordt (Bell et al., 2015; Carroll & Landry, 2014; Chapple & Ziebland, 2011; Hollander, 2001; Paulus & Varga, 2015; Pennington, 2013; Swartwood, 2011; Varga & Paulus, 2014; Walter, 2015; Wiggins, McQuade, & Rasmussen, 2016). Er is veel onderzoek gedaan naar de onderwerpen die op openbare digitale herdenkingssites voor zelfdoding gedeeld worden (Brubaker, Hayes, & Dourish, 2013; Carroll & Landry, 2010; Döveling, 2014; Finlay & Krueger, 2011; Giaxoglou, 2015; Refslund & Gotved, 2014). Tot op heden is weinig onderzoek gedaan naar de beleving en interactie van nabestaanden in besloten online groepen (Bell et al., 2015). Het is onduidelijk welke soorten online hulp voor nabestaanden van zelfdoding waardevol kunnen zijn (Krysinska & Andriessen, 2015). Allereerst bevragen Krysinska & Andriessen (2010) de kwaliteit en het hulpaanbod van interactieve online groepen voor nabestaanden van zelfdoding. Social network sites (SNS) bieden de mogelijkheid om een symbolische blijvende verbinding (*continuing bond*) met de overledene op te bouwen, waarbinnen het rouwproces en de rouwrituelen kunnen veranderen (Carroll & Landry, 2010). Een professionele hulpverlener zou door een gebrek aan kennis over online interacties of een vooroordeel

ten opzichte van sociale media een negatieve invloed kunnen hebben op hulpverlening in een digitale tijd. Het is belangrijk na te gaan in hoeverre de interactie op sociale media sites (SNS) het rouwproces bij zelfdoding ondersteunt of juist hindert (Shields, Kananagh, & Russo, 2015). Om recht te kunnen doen aan de noden van nabestaanden, is het daarom nodig meer inzicht te hebben in de beleving van het online rouwproces van nabestaanden van zelfdoding (Andriessen, Draper, Dudley, & Mitchell, 2015). Daarnaast is te onderzoeken welke mogelijkheden, maar ook welke beperkingen, er met een schriftelijke interactie online verbonden zijn. Bovendien is het relevant om na te gaan welke betekenis de virtuele aanwezigheid op SNS van doden voor de overlevenden heeft (Kasket, 2012). Gezien het feit dat er nog niet veel bekend is over de beleving van rouwen online bij nabestaanden van zelfdoding is dit onderzoek relevant. De onderzoeksvragen van dit onderzoek luiden als volgt:

"Hoe ervaren nabestaanden van zelfdoding rouw in een besloten groep op Facebook?"

"Welke betekenis hebben online interacties van lotgenoten voor het rouwproces?"

2. Etnografische situering van rouwen online na zelfdoding

Hoewel internet in combinatie met zelfdoding vaak negatief belicht wordt, kiezen nabestaanden door zelfdoding steeds vaker voor communicatie online en vormen ze online groepen (Bell et al., 2015). Door middel van sociale media wordt de mogelijkheid tot herdenking voor een groter sociaal netwerk van de dode toegankelijk, omdat de geografische afstand van nabestaanden opgeheven wordt en omdat men gemakkelijk met elkaar in contact kan komen. Daardoor biedt het delen van verhalen op sociale media nabestaanden de mogelijkheid om met nog onbekende nabestaanden verbonden (*re-connected*) te raken (Pennington, 2013). Dit vergroot de mogelijkheid om over de dode en tegen de dode te spreken (Kasket, 2012). Wat nabestaanden op de sociale media als steunend en helpend in hun rouwproces ervaren, is door veel studies onderzocht (Chapple & Ziebland, 2011; Gary & Remolino, 2000; Hartig 2016; Hollander, 2001; Woodyatt, Finneran, & Stephenson, 2016). Het blijkt dat kwetsbare onderwerpen via Facebook makkelijker besproken en beschreven kunnen worden (Woodyatt, Finneran, & Stephenson, 2016). In een kwalitatieve studie van Chapple en Ziebland (2011) geven nabestaanden aan, dat het reguliere hulpaanbod niet bij hun belevingswereld aansluit. Het dominante model dat beschrijft hoe rouw er behoort uit te zien en het idee dat rouw zou overgaan na het doorlopen van fases met rouwtaken, speelt bij het zich onbegrepen voelen door hulpverleners een grote rol (Hooghe, 2008). Daardoor

voelen nabestaanden zich eenzaam en opgesloten in hun verdriet. Zij voelen zich daarentegen juist wel begrepen en geholpen door mensen die hetzelfde hebben meegemaakt (Chapple & Ziebland, 2011; Feigelman & Feigelman, 2008). Uit een studie van Hartig & Viola (2015) blijkt dat nabestaanden minder psychologische stress ervaren, wanneer zij lid zijn van een online groep voor nabestaanden. Hierbij is te benadrukken dat nabestaanden niet alleen negatieve gevoelens over zelfdoding beleven. Soms is er ook opluchting, dat de dode bevrijd is van zijn lijden aan het leven (Jordan, 2001).

Bell et al. (2015) merkten op dat nabestaanden van zelfdoding zich soms geen raad weten met de voor hun onverdraaglijke gevoelens van hopeloosheid. Daarom zoeken zij hulp online, waarbij Facebook de mogelijkheid biedt om op ieder tijdstip van de dag rouwgevoelens met andere nabestaanden te delen (Bell et al., 2015). Uit een onderzoek van Pompili et al. (2008) blijkt dat nabestaanden er behoefte aan hebben dat er actief naar hen, en dat wat zij willen delen, geluisterd wordt, zonder dat daar een oordeel aan kleeft. Bij de vraag wat het is, dat nabestaanden verbindt geven ze zelf aan dat ze de '*language of grief*' spreken (Corless et al., 2014; Gary & Remolino, 2000). Ze benadrukken dat zij de taal van vragen stellen van de hulpverlener te formeel vinden. Deze therapeutische aanpak heeft op hen een remmend effect. Ze dragen zelf al zo veel vragen met zich mee, de formele vragen van de hulpverlener worden als weinig toevoegend ervaren. Gevoelens van rouw blijken voor nabestaanden in de hulpverlening te weinig ruimte te krijgen. De hulpverlener remt hen telkens weer in de beleving van hun verdriet door de formele taal (Chapple & Ziebland, 2011). Daartegenover staat het informele delen van individuele rouwgevoelens met gelijkgezinden, wat volgens nabestaanden wel kan helpen (Feigelman & Feigelman, 2008). Uit een onderzoek van Swartwood (2011) blijkt dat online berichten korter en duidelijker geschreven zijn dan gesprekken die in zelfhulpgroepen offline gevoerd worden. Verder blijkt uit het onderzoek van Swartwood (2011) dat vooral die mensen, die weinig ondersteuning uit hun sociale omgeving ontvangen, zelfdoding als stigma ervaren. Uit een ander onderzoek blijkt dat het stigma invloed heeft op dat waarover zij graag willen spreken en denken niet te kunnen spreken. Dit werkt het inschakelen van hulp tegen (De Groot, De Keijser, & Neeleman, 2006). Volgens Peters, Cunningham, Murphy, en Jackson (2016) voelen nabestaanden zich vaak medeverantwoordelijk en schuldig voor de gebeurtenis van zelfdoding. Het zwijgen dat zij van de buitenwereld ervaren, versterkt dit schuldgevoel en hun eigen zwijgen over zelfdoding en leidt tot gevoelens van onverbondenheid (Peters et al., 2016), terugtrekking (Feigelman, Jordan & Gorman, 2009), schaamte en verwijt (Chapple, Ziebland, & Hawton, 2015).

3. Sociologische situering van zelfdoding en rouwrituelen

Tot het einde van de 18^e eeuw werd zelfdoding voornamelijk verklaard vanuit de filosofie, die zelfdoding beschouwde als een vrije en individuele keuze. Vanaf de 18^e eeuw werd dit fenomeen minder onderzocht op filosofisch vlak, maar meer vanuit de sociologische, medische en psychologische invalshoek (Minois, 1999). De arts wordt benaderd om zelfdoding te voorkomen. Daardoor begint de medicalisering van zelfdoding en wordt de wens naar zelfdoding gezien als een medisch probleem, dat verholpen kan worden met rustgevende medicaties, uithongering, dumpen in ijskoud water, doodsb bedreiging door vastbinden aan draaiende wielen, of isolatie (Foucault, 1972 in Minois, 1999). Minois beschrijft hoe zelfdoding medisch behandeld wordt als '*shamevol illness*' (p.318) door de arts Philippe Pinel. Marsh (2010) merkt op dat dit ertoe leidde dat zelfdoding niet langer werd beschouwd als een subjectieve keuze, maar als een objectieve individuele toestand, die door anderen gecontroleerd en behandeld moest worden.

In de 19^e eeuw wordt de individuele keuze voor zelfdoding opgevat als zwakte, gekte of perversie. De sociale, alsook de medische wetenschappen gingen op zoek naar verklaringen. De medische wereld vond echter geen passende behandeling om zelfdoding te voorkomen. Vaak was het aanwezig zijn van een psychische stoornis onduidelijk of was het taboe om erover te spreken. Onmacht, schuld en schaamte maakten dat politieke, religieuze en morele instanties zelfdoding beschouwden als een sociale ziekte, waarover gezwegen diende te worden in zowel het privéleven als in het openbaar (Minois, 1999).

Onafhankelijk van de manier van overlijden veranderden in de loop van de tijd ook de rouwrituelen en het omgaan met de dood. In de 19^e eeuw was overlijden een gebeurtenis bij welke de dode thuis opgebaard werd. De kerkklokken luidden, en de huisdeur van de dode werd half opengelaten, om bezoekers te ontvangen. Er werd een rouwbericht aan de huisdeur geplaatst. Iedereen uit het dorp was welkom in het huis van de overledene om afscheid te nemen. Daarna werd de overledene van het huis tot de begraafplaats begeleid. In de tijd na de begrafenis kregen nabestaanden bezoek thuis of bezochten in groepsverband de begraafplaats (Aries, 1982). Rouw was een sociale interactie ingebed in rouwrituelen (Walter, 2015). In de pre-industriële samenleving was rouwen een ervaring die men samen doorleefde in groep, waardoor een rouwgemeenschap ontstond (Walter, Hourizi, Moncur, & Pitsillides, 2012).

Aan het begin van de 20^e eeuw verandert de manier van rouwen in West-Europa (Aries, 1982). Volgens Aries (1982) werd sterven en rouwen privé, wat tot terugtrekken van de nabestaanden uit het openbaar leidde. Mensen overleden niet meer thuis, maar in een ziekenhuis. Hun

lichamen werden in koelruimtes bewaard tot de begrafenis. Op de begrafenis kwamen nabestaanden samen en spraken fluisterend met elkaar (Aries, 1982). Gorer (1955) beschrijft in zijn artikel 'The Pornography of death' dat de dood toen met schaamte bezet was, vergelijkbaar met het taboe op seksualiteit in het Victoriaanse tijdperk. Ouders verborgen in de 20^e eeuw hun verdriet over het overlijden van familieleden voor hun kinderen en bezochten de begraafplaats meestal alleen (Walter, 2015). Rouw was een persoonlijk gebeuren (Walter et al., 2012) waarover niet gesproken werd (Walter, 2015). Het openbare en het publieke aspect van de dood werden van elkaar gescheiden, waardoor individueel rouwen in eenzaamheid op de voorgrond stond (Walter et al., 2012).

Vandaag brengen sociale media de dood terug in het dagelijkse leven. Rouwen online is het openbaar delen van rouwgevoelens met sociale groepen (Walter et al., 2012). Doordat online over rouwgevoelens gecommuniceerd wordt, wordt rouw gezamenlijk beleefd in de schriftelijke interactie (Walter, 2015). Door het delen van muziek, beelden en verhalen van de overleden persoon wordt een interactie mogelijk die ruimte creëert voor het reconstrueren van de identiteit van de dode (Pennington, 2013). Het private en publieke aspect van de dood wordt met berichten op sociale media gecombineerd, waarbij diverse en interagerende rouwgemeenschappen ontstaan (Walter et al., 2012).

Rouwen online in de 21^e eeuw is vergelijkbaar met het rouwen in de pre-industriële samenleving, waarbij onverwachte pop-ups op Facebook op de mobiele telefoon vergelijkbaar zijn met het geluid van kerkklokken bij het overlijden van een bewoner van het pre-industriële dorp. In tegenstelling tot het rouwen in de 19^e eeuw kan op sociale media op ieder tijdstip van de dag en vanuit elke plek op aarde een individueel rouwgevoel of een beleving van rouw gedeeld worden (Walter, 2015). Daarbij kunnen nabestaanden die ruimtelijk uit elkaar wonen *re-connected* worden (Pennington, 2013). Wat in de 19^e en 20^e eeuw een interne monoloog of dialoog met de overledene was op een bepaalde plek, wordt op sociale media een geschreven gesprek, dat sociale groepen vormt. Naast de ervaring van de dood is op sociale media ook een publiek dat reacties geeft en luistert (Walter, 2015).

4. Psychologische situering van rouw - een paradigma-shift

Volgens de dominante traditionele rouwmodellen is rouw pijnlijk, universeel, tijdelijk beperkt en verloopt in fases waarbinnen bepaalde rouwtaken vervuld moeten worden. Impliciet is er

een verwachting bij de nabestaanden en de buitenwereld dat rouw over zal gaan (Jordan & Neimeyer, 2007). Volgens Hooghe (2008) wordt binnen de hulpverlening gebruikt gemaakt van traditionele modellen die invloed hebben op het denken over rouw en hoe dat er behoort uit te zien. Dit brengt met zich mee dat bepaalde gevoelens en gedragingen gepermitteerd zijn, maar andere niet. Men kan spreken van een 'dwingend model' (Hooghe, 2008, p.572). In nieuwere rouwmodellen wordt de nadruk gelegd op het unieke aan rouw. Iedere persoon ervaart rouw anders, in een ander tempo met positieve en negatieve gevoelens (Hooghe, 2008). Volgens Neimeyer (2000) wordt binnen het constructivisme gesuggereerd dat betekenisverlening en betekenisconstructie een actief onderdeel van een rouwproces kunnen zijn om het verlies te verdragen (Neimeyer, 2000). Boerner en Heckhausen (2003) spreken van een paradigma-shift. Het ene paradigma stelt voor te onthechten van de dode, het andere paradigma ondersteunt de gedachte van een 'blijvende verbinding' of '*continuing bond*' met de dode (Boerner & Heckhausen, 2003). In het volgende wordt een onderscheid gemaakt tussen traditionele rouwmodellen en de vernieuwde visies op rouw. Er is gekozen voor een beknopte beschrijving van deze traditionele en nieuwere rouwmodellen, omdat dieper ingaan op deze rouwtheorieën voorbijgaat aan de focus van deze scriptie.

4.1. Traditionele rouwmodellen

Freud definieert in zijn werk 'Trauer und Melancholie' rouw als een proces van het doorleven van rouwgevoelens die tot losmaking leiden. Hij gebruikt de term rouwarbeid voor de bewustwording dat het geliefde en verloren object er niet meer is. Pas als het verloren object losgelaten wordt, kan een nieuwe hechting met een andere persoon ontstaan. Blijft er een innerlijke band met een overleden persoon bestaan, dan kunnen er geen nieuwe relaties in het heden ontstaan, wat leidt tot melancholie (Freud, 1917). Het woord melancholie zoals Freud dat gebruikt kan vandaag vergeleken worden met de begrip depressie (Johannisson, 2010). Freud (1915) beschrijft, dat de dood van een ander beladen is met geraaktheid en onbegrip. Er moet een reden gezocht worden die de dood van de ander rechtvaardigt. Freud (1915) merkt op dat dit voor de dode geen nut meer heeft, maar dat dit gedaan wordt ter bescherming van de levenden. Freuds theorie over het doorleven van rouwgevoelens en het losmaken en onthechten van de dode beheerst de rouwtheorieën tot vandaag (Boerner & Heckhausen, 2003).

Kübler-Ross (1969) verdeelt het rouwproces in vijf universele en tijdelijk beperkte rouwfases: woede, ontkenning, onderhandelen, depressie en aanvaarding. Deze fases kunnen in volg-

orde wisselen en in intensiteit verschillend zijn. De nadruk ligt op een volledige verwerking van pijnlijke gevoelens die binnen een tijds kader van zes maanden emotioneel het zwaarste zijn, maar uiteindelijk over zullen gaan.

Worden (1982) ging verder en veranderde de rouwfasen in rouwtaken. De nabestaanden krijgen de opdracht, om actief een antwoord op het verlies te vinden. Dit is een vast rouwmodel dat actief doorlopen kan worden en controle op de intensiteit van rouwgevoelens zou bieden (Worden, 1982).

Stroebe en Schut (1999) veranderden deze lineaire rouwmodellen en ontwikkelden het duale procesmodel, waarin tijdens het rouwen een evenwicht tussen het verlies (*Loss orientation*) en herstel (*Restoration orientation*) gezocht wordt. De gevoelens van verlies zijn dynamisch en wisselend, wat wijst op het unieke en individuele van ieder rouwproces.

4.2. Vernieuwde visies op rouw

"Death ends a life, but it does not end a relationship" (Anderson, 1977, p.77)

Het feit dat een relatie met de dode kan blijven voortbestaan wordt voor het eerst beschreven door Klass, Silverman, en Nickmann in 1996 onder het begrip: *Continuing Bond*. Klass et al. (1996) beschreven het rouwproces als het ontwikkelen van een nieuwe, veranderlijke relatie met de dode, waarbij het moeten onthechten uit het westerse denkmodel van Freud vervangen wordt door het benadrukken van een verbondenheid met de overledene die blijvend en veranderlijk is. De overledene wordt niet vergeten, maar geïntegreerd in het eigen leven. Daarbij zijn innerlijke dialogen met de dode mogelijk. Daardoor wordt een nieuwe relatie met de dode geconstrueerd en gereconstrueerd. Dit leidt ertoe dat over de dode gesproken kan worden, waarbij de geïnternaliseerde aanwezigheid van de dode het ontbreken van de fysieke aanwezigheid vervangt (Klass, Silverman, & Nickman, 1996). Klass (2006) verheldert later dat enkel het construeren van een individuele blijvende verbinding met de dode niet volstaat om het rouwproces te verzachten of helpt om rouw te verdragen. Het reconstrueren van een blijvende verbinding met de dode dient ertoe om een individueel verhaal te verweven met sociale en culturele verhalen. De identiteit construeert zich binnen een sociale groep waarin het verhaal van de groep het individuele of het familie verhaal opnieuw definieert (Klass, 2006). Elke sociale interactie is volgens Klass (2006) hechting, en hechting is niet beperkt tot een dyadische relatie. Daarmee benadrukt Klass dat zijn

rouwtheorie van een blijvende verbinding niet gelijk getrokken kan worden met de hechtingstheorie tussen verzorger en kind, de blijvende verbinding met de dode is veel breder en kan voor elke sociale relatie staan (Klass, 2006).

Het reconstrueren van een niet-statische, maar veranderlijke, relatie met de overledene, sluit aan bij het sociaal constructivisme (Neimeyer, Klass, & Dennis, 2014). Betekenis verlenen kan een manier zijn om met rouw om te gaan en is een onbeperkt proces (Neimeyer, 2000). Het voortbestaan van de dode en het veranderen van de relatie met de dode kan voor sommigen als coping dienen (Root & Exline, 2014). Op die manier kan het zelfverhaal verrijkt worden doordat uit 'micro-narratieven' uit het dagelijkse leven 'macro-narratieven' ontstaan die meer begrip helpen te krijgen op de eigen identiteit en de beleving daarvan (Neimeyer, 2004). Daarvan uitgaande, wordt het zelfverhaal en de identiteit niet enkel gevormd uit de eigen verhalen van het leven, maar ook door de verhalen die anderen vertellen en de verhalen die mensen onder elkaar vertellen (Neimeyer, Burke, Mackay, & Van Dyke Stringer, 2010). Indien het zelfverhaal onderbroken wordt door een verlieservaring, vraagt dit om herdefinitie van de plot. Dit is een proces met de bedoeling het onderbroken zelfverhaal te herstellen. Het vertellen van verhalen ondersteunt dit proces. Onderdeel hiervan is, dat anderen getuigen zijn van het zelfverhaal, om het onderbroken zelfverhaal met een ander zelfverhaal te verbinden. Dominante culturele verhalen construeren de idee over dood en verlies. Rouw is volgens de *continuing bonds*-theorie een proces, dat interpretaties met levenden en communicaties met doden mogelijk maakt. Concluderend is rouw geen innerlijk proces dat alleen beleefd wordt, maar een sociaal proces (Neimeyer, Klass, & Dennis, 2014).

Op basis van de literatuurstudie kunnen uit de etnografische, sociologische en psychologische situering de onderzoeksvragen deels beantwoord worden. Nabestaanden van zelfdoding reconstrueren het onderbroken zelfverhaal van zichzelf en de dode gezamenlijk. De leden van de Facebookgroep dienen als getuigen die rouw tot een sociaal proces maken. Walter (2015) stelt dat de overledene op Facebook een post-mortem-identiteit krijgt. Met deze gereconstrueerde identiteit van de dode wordt een blijvende verbinding (*Continuing Bond*) gecreëerd (Klass, Silverman, & Nickman, 1996). Daardoor wordt de overleden persoon onderdeel van de Facebookgroep, waardoor het idee dat de dode meeluistert, in leven gehouden wordt (Kasket, 2012). Zolang nabestaanden blijven schrijven, blijft de relatie bestaan. Deze relatie met de dode kan tot de reünie met de dode blijven voortbestaan, veranderen en onderdeel van het zelfverhaal worden (Bouc,

Han, & Pennington, 2016). Deze literatuurkennis geeft aanleiding om de onderzoeksvragen te verfijnen. Deze luiden dan als volgt:

“Hoe geven nabestaanden van zelfdoding betekenis aan de gereconstrueerde, virtuele aanwezigheid van de dode op Facebook?”

“Welke betekenis heeft collectief online rouwen in een besloten Facebookgroep voor nabestaanden van zelfdoding?”

5. Theoretische achtergrond

Het volgende behelst een korte uiteenzetting over de onderliggende theoretische uitgangspunten van waaruit het onderzoek werd uitgevoerd.

5.1. Sociaal constructionisme

Het sociaal constructionisme is een kennistheorie, die stelt dat er geen objectieve werkelijk is. Kennis is een gedeelde constructie, die sociaal gecreëerd wordt door de relaties, percepties en waarden van mensen onder elkaar (Burr, 2015). Middels taal wordt de werkelijkheid geconstrueerd, geïnterpreteerd en gereconstrueerd. Woorden die op zichzelfstaand weinig betekenis hebben, kunnen betekenis krijgen wanneer zij met andere woorden gecombineerd worden (Gergen, 2015). Gergen veranderde de zin van Descartes “I think therefore I am” in “I am linked therefore I am” (Gergen, 2003, p. 109). Hiermee wijst Gergen (2003) op het feit, dat de mens de werkelijkheid construeert, door zijn individuele levensgeschiedenis in de sociale context te plaatsen. Daarbij hebben sociale processen invloed op de manier waarop mensen betekenis geven aan hun omgeving (Gergen, 2003).

5.2. Het zelf als verhaal

Het is niet zo, dat het ‘zelf’ een vast gegeven is. Het zelf als verhaal is een sociale constructie, dat geen weerspiegeling is van de werkelijkheid, maar dat geconstrueerd wordt door de relaties tussen mensen onder elkaar (Gergen, 2009). Door het vertellen van verhalen wordt het zelf voortdurend geconstrueerd en gereconstrueerd om een coherentie van verschillende ervaringen te vinden (Bruner, 1990; White & Epsom, 1990).

Het begrip 'het zelf als verhaal' of het narratieve zelf houdt in dat het zelf geconstrueerd wordt middels verhalen die sociaal geconstrueerd, veranderlijk en ingebed in een sociale context zijn (Bruner, 1986). Volgens Gergen (2009) kan het zelf als verhaal nooit op zichzelf staan zonder sociale interacties. De context en de persoon die luistert bepalen het verhaal. Naar gelang de context, de luisteraar en de woorden veranderen, ontstaan er variaties in het verhaal. Daardoor wordt een bepaalde betekenis geconstrueerd binnen een bepaalde context, die informatie geeft over de inherente verbondenheid van mensen onder elkaar (Gergen, 2009).

5.3. Narratieve identiteit

Volgens de Franse filosoof Ricoeur (1991) is een verhaal het medium, waarmee de mens zijn identiteit construeert. De mens ervaart zichzelf in verhalen. De narratieve identiteit is een verzameling van verhalen die de mens aan zichzelf of anderen vertelt, of die anderen over hem vertellen. Ieder verhaal speelt een belangrijke rol in de constructie van de eigen identiteit, waarmee de mens zich positioneert in of tegen de wereld. Er worden telkens opnieuw betekenissen gegeven. Ieder verhaal is temporeel in een bepaalde orde gebracht, maar voortdurend in verandering. Het steeds weer construeren van de eigen levensgeschiedenis middels een verhaal geeft betekenis aan de eigen levensfasen en aan die van anderen. Er wordt een betekenisvol geheel in het eigen verhaal gezocht, om levensfasen met elkaar te verbinden, maar deze eenheid wordt telkens verstoord door heterogene elementen of nieuwe gebeurtenissen in het leven. Pas als de mens zich identificeert met het verhaal dat hij over zichzelf vertelt of dat anderen over hem vertellen kan een narratieve identiteit ontstaan (Ricoeur, 1991).

5.4. Betekenisverlening

Neimeyer (2000) benadrukt dat verlies en de daarmee veranderende levenssituatie verdragen kan worden door de zoektocht naar betekenis middels verhalen. De dood onderbreekt het levensverhaal en de identiteit van de nabestaande en de dode. De ervaring van de dood van een dierbare heeft voor de nabestaande invloed op het leven zelf. Wat de nabestaande dacht te kennen van de dode blijkt door de onverwachte zelfdoding in twijfel getrokken. Er ontstaan rouwgevoelens en nabestaanden blijven vaak achter met vragen, vooral over de reden en oorzaak van het overlijden. Het reconstrueren van betekenissen door middel van verhalen is een actief proces om het onmachtige gevoel dat bij zelfdoding vaak aanwezig is, te verzachten (Neimeyer, 2000). Er

zijn volgens Neimeyer en Sands (2011) twee verschillende verhalen die tot betekenisverlening of 'meaning making' kunnen leiden: De *event story* en de *back story*. De *event story* zijn verhalen over de gebeurtenis van de dood zelf. De *back story* zijn verhalen over de relatie die de nabestaande en de dode gedeeld hebben. Neimeyer (2000) beschrijft dat het geven van betekenis aan het verlies geen intrapersoonlijk, maar een interpersoonlijk proces is. Sands en Tennant (2010) benadrukken in hun onderzoek dat het reconstrueren van het verhaal over de dode niet enkel beperkt blijft tot de dag van de gebeurtenis van overlijden. Ook de verhalen uit en met het leven van de dode nemen een plaats in. Op die manier kan de relatie met de dode gereconstrueerd worden (Sands & Tennant, 2010).

Vanuit een sociaal constructivistisch perspectief is het vertellen van verhalen een interactie, waarbij uit herhalende monologen dialogen ontstaan (Gilbert, 2002). Belangrijk is hierbij dat het vertellen van verhalen in aanwezigheid van anderen gebeurt (Neimeyer & Levitt, 2000). Door met anderen te communiceren kan het eigen verhaal met het verhaal van anderen gedeeld en aangevuld worden. Op die manier ontstaan gedeelde verhalen die tot gevoelens van saamhorigheid en verbondenheid kunnen leiden (Gilbert, 2002). Simpele verbale formuleringen over het verlies kunnen telkens leiden tot meerdere betekenissen, en kunnen verrijkt worden met metaforen, gedichten en verhalen (Neimeyer, 2000). Uit een studie van Neimeyer, Baldwin en Gillies (2006) blijkt, dat nabestaanden die een blijvende verbinding of '*continuing bond*' met de dode creëren door middel van een object dat eens in het bezit van de dode was, meer stresserende rouwgevoelens ervaren dan nabestaanden die een blijvende innerlijke verbinding creëren door middel van het delen van herinneringen met anderen. Een andere studie merkt op dat indien geen betekenis gegeven kan worden aan zelfdoding, dit kan leiden tot schuldgevoelens jegens zichzelf of anderen (Sands & Tennant, 2010).

5.5. Schrijven als zelftechniek van het zelf

Volgens Sauter (2014) is schrijven op Facebook een manier van het zelf om te communiceren en tegelijkertijd een enscenering van het zelf. Schrijven over zichzelf op sociale media heeft enige elementen die herinneren aan wat Foucault 'zelftechnieken' noemt en die kunnen bijdragen aan de vorming van het eigen zelf (Sauter, 2014). Foucault (1993) stelt voor om zelf zorg te dragen voor het eigen handelen en communiceren binnen het discours. Daarbij stelt hij 'zelftechnieken van het zelf' voor. Deze hebben tot doel om zich te bevrijden van het discours en dominan-

te denkmodellen. Een manier om meer over zichzelf en de wereld te weten te komen is het schrijven. Hiermee bedoelt Foucault (1993) nota's die herlezen kunnen worden, brieven die anderen steun geven of dagboeken om herinneringen te bewaren. Door op het geschrevene te reflecteren en het te herlezen kan meer over het zelf ervaren worden. Het gaat volgens Foucault (1993) bij het schrijven om de vraag hoe de mens zich gedraagt of zich behoort te gedragen. Foucault stelt schrijven als zelfonderzoek voor, dat privé gedaan wordt met afstand tot het leven om zichzelf bewust te maken (Foucault, 1993). Sauter (2014) beschrijft met betrekking tot Facebook hoe schrijven als zelftechniek tot de vorming van het zelf bij kan dragen, omdat mensen niet met afstand op de wereld berichten, maar vooral hun belevingen op Facebook openbaar delen. Online schrijven op Facebook over zichzelf kan inspirerend zijn bij zelfonderzoek. Verder kan online schrijven in *real time* inzicht verschaffen in de invloed van gebeurtenissen op de beleving van mensen binnen Westers sociale normen. Dit heeft ook invloed over hoe relaties online met elkaar beleefd worden (Sauter, 2014). De Vries en Rutherford (2004) beschrijven bijvoorbeeld hoe schrijven aan de dode op digitale herdenkingssites gemotiveerd wordt door het feit dat er actieve luisteraars zijn die reageren en er daardoor aan bijdragen om een blijvende verbinding met de dode te construeren.

Methode

1. Onderzoeksdoelstelling en onderzoeksopzet

Dit onderzoek stelt zich tot doel om de innerlijke belevingswereld van nabestaanden tijdens online rouwen te belichten. Er is gekozen voor een narratief cultuurgericht onderzoek vanuit een rizomatische benadering. De keuze voor een narratief onderzoek heeft verschillende redenen. Ten eerste sluit kwalitatief onderzoek beter bij de innerlijke belevingswereld van nabestaanden van zelfdoding aan. Ten tweede kan online schrijven op Facebook als performance gezien worden. Volgens Georgakoulou (2013) ontstaat de performance van het rouwende zelf tijdens het schriftelijke en digitale delen van rouwverhalen voor een online publiek dat hierop reageert. Hierbij gaat het niet enkel over de inhoud van het verhaal maar ook om de positie van de verteller ten opzichte van het interactieve publiek (Georgakoulou, 2013). Ten derde heeft de socioculturele context invloed op de manier waarop rouw beleefd wordt. De metafoor van het rizoom (Deleuze & Guattari, 1976, in Sermijn, Devlieger, & Loots, 2008) helpt de onderzoeker om de constructie en de reconstructie van het zelf als verhaal tussen leden van een besloten Facebookgroep, maar ook binnen een bepaalde culturele context, in kaart te brengen. De rizomatische benadering heeft vijf principes: meerdere ingangen, veelheid, verbindingen, breuken en vluchtlijnen, en cartografie. Het eerste principe van meerdere ingangen houdt in dat er geen juiste of hoofdingang is, maar dat er meerdere mogelijkheden van ontmoeting zijn. Dit impliceert dat er een veelheid van meerdere zelden en verhalen binnen een verhaal kunnen zijn, het tweede principe. Het derde principe verwijst ernaar, dat binnen de veelheid geen hiërarchie of volgorde is, wat ertoe leidt dat elk punt van het rizoom met welk ander punt dan ook verbonden kan worden. Volgens het rizomatische denken bestaat er geen coherent verhaal. Een verhaal is voortdurend rizomatisch in verandering en tijdelijk. Dit zorgt ervoor dat er ruimte ontstaat voor nieuwe verhalen en dat er nieuwe verbindingen kunnen ontstaan door het vierde principe van breuklijnen. Het principe van de cartografie beschouwt het verhaal als een kaart, een verhaal dat open staat voor verandering en nieuwe verbindingen tussen de verhalen. Het rizomatische perspectief wil voorkomen dat een zelfverhaal gereduceerd wordt tot een gesloten verhaal (Sermijn et al., 2008).

Voor de Listening Guide Methode (LGM) is gekozen, omdat deze dicht bij de subjectieve ervaring van nabestaanden van zelfdoding aansluit. De LGM stelt in staat de impliciete en de onderliggende beleving achter het op Facebook gedeelde verhaal tot uitdrukking te brengen. Deze

beleving is ingebed in de socioculturele context (Gilligan, Spencer, Weinberg, & Bertsch, 2003). Volgens Tamboukou (2010) is een verhaal een respons op gebeurtenissen in een bepaalde socioculturele context. Ieder verhaal heeft voor ieder mens een andere betekenis. Door een verhaal in relatie tot een ander verhaal te zien, kan de betekenis van het verhaal voor het subject beschouwd worden. Een verhaal is daarmee een performance, dat iets zegt over de beleving van het subject in een bepaalde tijd en ruimte ten opzichte van de context. Daarbij beïnvloedt de socioculturele context het verhaal van de verteller. Ook de context waarin het verhaal verteld wordt heeft invloed op de manier van vertellen. Op die manier kan elk verhaal iedere keer weer veranderen, alleen al door het vertellen zelf (Tamboukou, 2010). Het is moeilijk om een verhaal coherent weer te geven in het moment van vertellen of schrijven zelf (Tamboukou, 2010). Gilligan et al. (2003) stellen de Listening Guide Methode als analyse instrument voor wanneer de emotionele beleving door de bijkomende culturele en relationele context complex wordt. De LGM bestaat uit een narratieve analyse die in vier stappen de relatie tussen verschillende stemmen onderzoekt en op die manier doordringt naar de beleving van de verteller (Gilligan et al., 2003). De uitgebreidere versie van de LGM - die Villanueva en Loots (2014) voorstellen - heeft een bijkomende vijfde stap en baseert zich op het werk van Tamboukou (2010). In deze uitgebreide LGM wordt naast het beschrijven van de innerlijke beleving van het subject ook aandacht besteed aan het verhaal als sociale performance (Villanueva & Loots, 2014)

Online rouwen na zelfdoding vraagt om een reconstructie van het verhaal van de dode, maar ook van dat van de nabestaande, wiens levensverhaal door het plotse verlies door zelfdoding onderbroken is. Daarom is de rizomatische benadering in combinatie met de uitgebreide Listening Guide Methode geschikt voor dit onderzoek.

2. Deelnemers

De selectie van participanten gebeurde in een besloten Facebookgroep voor nabestaanden van zelfdoding, door middel van lidmaatschap van de onderzoeker in de besloten groep. De onderzoeker plaatste een oproep voor deelname aan het onderzoek. Op het moment van de dataverzameling had deze groep 86 leden. 21 leden hebben vrijwillig ingestemd met deelname aan dit onderzoek (18 vrouwen, $M = 49.4$ jaar, $SD = 7.0$, bereik (31-62 jaar) en 3 mannen, $M = 55.3$ jaar, $SD = 1.3$, bereik (54-57 jaar)). 20 deelnemers hebben een eerstegraads familielid door zelfdoding verloren en één deelnemer een tweedegraads familielid. Zes deelnemers (28.6 %) hebben

hun partner verloren, vijf (23.8 %) hun zoon, zes (28.6 %) hun dochter, twee (9,5 %) hun zus, één deelnemer (4.8 %) haar broer en één deelnemer haar nicht (4.8 %). Vijf deelnemers (23.8 %) kwamen uit België en 16 deelnemers (76.2 %) uit Nederland. Alle deelnemers zijn Nederlands-talig. Gemiddeld zijn de deelnemers sinds 26 maanden nabestaande van zelfdoding. De data van alle 21 deelnemers is behouden voor de data-analyse. Een overzicht van de deelnemers en de bijdragen is in de bijlagen te vinden (zie Bijlage III en IV).

3. Procedure

In de periode van september 2015 tot mei 2016 zijn door de 21 deelnemers in totaal 257 posts geplaatst, waarvan 145 teksten en 112 beelden en geluidsfragmenten. De 112 foto's, video's, geluidsopnames, links, likes en emoticons, zijn in dit onderzoek niet opgenomen. De overgebleven 145 teksten zijn opgedeeld in twee categorieën: 89 teksten behoorden tot de categorie 'verhaal' met als kenmerk plot. Volgens Labov (2013) is een plot een reeks van herinnerde gebeurtenissen, die door middel van narratieven geordend worden tot een geïntegreerd geheel. De overige 56 teksten behoorden tot de categorie 'korte mededeling'. Deze bestonden uit maximaal drie zinnen die inhoudelijk niet aansloten bij het thema van rouwen na zelfdoding, en zijn daarom weggelaten. Hierdoor bleven er 89 verhalen over voor data-analyse.

Gebruikmakend van een codeerschema is de data van deze 89 verhalen systematisch geordend. Het codeerschema is gebaseerd op basisprincipes van de grounded theory van Corbin en Strauss (2015). Corbin en Strauss (2015) delen de dataverwerking in drie cyclische fases op: de open, axiale en selectieve codering. In de eerste fase van de open codering worden alle fragmenten uit de verhalen gehaald die voor het onderzoek belangrijk zouden kunnen zijn. Deze fragmenten worden kort samengevat. Tijdens de axiale codering wordt vervolgens de samenhang tussen alle samengevatte fragmenten gezocht, en geprobeerd om terugkerende thema's te benoemen in categorieën. De selectieve codering ten slotte, gaat na welke categorieën de belangrijkste zijn (Corbin & Strauss, 2015). In dit onderzoek gebeurde de codering van de data als volgt.

Eerst is in een Excel-tabel van elk van de 89 verhalen een korte samenvatting van het plot van het verhaal gemaakt als open codering. Vervolgens is het aantal reacties geplaatst door de deelnemers van dit onderzoek, geteld. Gemiddeld heeft een verhaal 7 reacties. 49 verhalen hadden 7 of meer reacties en zijn meegenomen voor verdere data-analyse. Dit omwille van de onderzoeksvraag die betrekking heeft op collectief rouwen. De overige 40 verhalen, met minder

dan 7 reacties zijn om die reden buiten beschouwing gelaten (zie Bijlage IV). Hierna werden in de axiale codering belangrijke en terugkerende thema's met betrekking tot rouwen in de geselecteerde 49 verhalen bepaald (zie Bijlage V). Vervolgens is door een constant vergelijkende methode nagegaan of de 40 verhalen met minder dan 7 reacties eventueel andere belangrijke thema's bevatten. Dit was niet het geval. Tot slot zijn de volgende categorieën met een code A, B, C, D, E, F of G voorzien:

A = biografie dode B = gemis C = waarom en schuld
D = discours E = brief aan dode F = handeling G = ander onderwerp

De categorie 'biografie dode' beschrijft het leven van de dode van geboorte tot de dood. De categorie 'gemis' omvat alle verhalen die het gemis van de dode tot uitdrukking brengen. De categorie 'waarom en schuld' behelst alle verhalen die vragen over het overlijden stellen of die reden en oorzaak van het overlijden bij zichzelf zoeken. De categorie 'discours' beschrijft verhalen die expliciet of impliciet dominante ideeën over rouw als thema hebben. Tot de categorie 'brief aan de dode' horen alle verhalen waarin de dode direct wordt aangesproken middels een brief of een innerlijk gesprek. Met de categorie 'handeling' worden de verhalen bedoeld die met zakelijke handelingen te maken hebben na het overlijden van een dierbare. Tot de categorie 'ander onderwerp' behoren alle verhalen die betrekking hebben op veranderende levensomstandigheden, bijvoorbeeld werkloos worden na zelfdoding van een dierbare. Met betrekking tot de onderzoeksvraag worden enkel de belangrijkste en bij de onderzoeksvraag passende categorieën gekozen, wat ertoe leidde dat de categorieën 'biografie', 'handeling' en 'ander onderwerp' niet meegenomen zijn in de data-analyse en dus wegvielen. De reden voor het weglaten van de categorieën 'biografie' en 'handeling' is, dat er volgens de onderzoeker geen innerlijke beleving van de nabestaanden uit voortkwam. De categorie 'ander onderwerp' is door de onderzoeker als niet relevant voor de onderzoeksvraag van rouwen na zelfdoding bevonden. Tweeëndertig van de 49 verhalen bleken hierdoor niet relevant voor dit onderzoek. Tot slot zijn de volgende categorieën voor de data-analyse behouden: 'gemis', 'waarom en schuld', 'discours' en 'brief aan dode'. Samengevat is de data systematisch en selectief tot 17 verhalen gereduceerd.

4. Dataverzameling

De data is verzameld in de besloten Facebookgroep. Volgens de privacy-instellingen van Facebook (2017) kunnen enkel leden van de besloten Facebookgroep berichten lezen, plaatsen en reageren. Niet-leden kunnen deze groep in de zoekresultaten wel op Facebook terugvinden, maar krijgen geen inhoud van de groep te zien (Facebook, 2017). Om toegang te verkrijgen heeft de onderzoeker een verzoek aan de beheerder van de groep gestuurd, waarna omwille van onderzoeksredenen toegang tot de groep is verleend. Vervolgens heeft de onderzoeker een verzoek op de Facebookpagina geplaatst om alle tot nu toe geplaatste berichten te mogen gebruiken voor onderzoek. Dit om het *Hawthorne-effect* te voorkomen. De oproep is voorzien van een bijlage met daarin een *informed consent* (zie Bijlage I). Hierbij is benadrukt dat alle verhalen strikt vertrouwelijk en anoniem verwerkt worden, zonder herkenbare verwijzing naar individuele deelnemers. Er wordt uitsluitend gewerkt met pseudoniemen of fictieve namen. Om het risico op identificatie van de deelnemers of de doden te voorkomen zijn geboorte- en sterfdatum van de overledenen uit de verzamelde verhalen verwijderd. De deelnemers kunnen te allen tijde, zonder opgaaf van redenen, hun deelname afbreken. Ook hebben deelnemers het recht op inzage in de gegevens die op hen van toepassing zijn en het recht om deze te corrigeren. De verzamelde verhalen worden voor geen andere doeleinden dan deze Masterthesis gebruikt. Digitale bevestiging voor deelname volstaat. De berichten met bijhorende reacties van de deelnemers die toestemming gaven, zijn van Facebook gekopieerd en in een met password beschermd wordbestand opgeslagen, waar ze door de onderzoeker in een veilige software omgeving op een eigen server bewaard worden. Het verkrijgen van de kwantitatieve data is in samenspraak met de beheerder van de besloten Facebookgroep gebeurd via de website: <http://sociograph.io/my.html>. Dit is een analytische tool voor sociale media dat het aantal berichten, likes en commentaren in besloten Facebookgroepen in een Excelbestand weergeeft. Enkel en uitsluitend de berichten en commentaren van leden die hebben ingestemd met deelname, zijn ingezet voor dit onderzoek. Ook deze data is in een apart en met password beveiligd Excelbestand veilig bewaard.

5. Data-analyse

De data-analyse sluit aan bij de rizomatische benadering, en volgt de te doorlopen stappen van de uitgebreide Listening Guide Methode zoals beschreven in Villanueva O'Driscoll en Loots (2014). De data werd geanalyseerd door een aantal luistermomenten van het verhaal te kiezen,

en door het volgen van vijf systematische stappen op papier. De eerste stap van de Listening Guide Methode heeft tot doel, om te luisteren naar de plot van het verhaal en een band op te bouwen met de persoon die vertelt. Belangrijk is ook om te onderzoeken, bij welke delen van het verhaal een band of juist geen band met de deelnemer opgebouwd kan worden. Dit gebeurt door te luisteren naar wat er plaatsgevonden heeft, wanneer, waar, met wie en waarom, door het verhaal steeds weer te herlezen en zich als onderzoeker van tegenoverdracht gevoelens bewust te worden. Er wordt aandacht besteed aan terugkerende thema's, gevoelsuitdrukkingen, metaforen, weglatingen, woorden die zich herhalen, zinnen die afgebroken worden, en dat wat niet verteld wordt, maar impliciet aanwezig is. In twee kolommen van een Word-bestand worden in de linkerkolom de belangrijkste verhaallijnen van de persoon die vertelt genoteerd, en in de rechterkolom de subjectieve beleving, gedachten, gevoelens en associaties van de onderzoeker ten opzichte van dat verhaal. Daardoor kan onderscheiden worden wie welk verhaal vertelt en wie luistert. De emotionele en intellectuele respons van de onderzoeker wordt genoteerd. Hierbij wordt geprobeerd zo dicht mogelijk bij de interpretatie van de persoon die vertelt te blijven en naar zijn of haar belevingen, metaforen en gedachten te luisteren. In de tweede stap wordt elk voornaamwoord in het verhaal met het bijhorende werkwoord onderstreept en later in dezelfde volgorde zoals in de tekst onder elkaar geschreven. Deze ik-, zij-, hij of we-gedichten worden luidop voorgelezen. Er wordt aandacht geschonken aan de cadans en het ritme van de stem. Op die manier kunnen verschillende stemmen van de verteller gevoeld en ervaren worden. Zo ontstaat een associatieve logica over het innerlijke leven van de verteller, die onder de logica van de zin loopt. De onderzoeker noteert wat opvalt. In stap drie worden vervolgens de verschillende stemmen onderscheiden en gespecificeerd zodat contrasterende stemmen geïdentificeerd kunnen worden. Deze verschillende stemmen kunnen de beleving van de verteller in de socioculturele context naar voren brengen. Eerst wordt door middel van meermaals herlezen naar de ik-stem en haar verhouding tot de contrasterende stemmen geluisterd (Gilligan et al., 2003). Balan (2005) stelt voor de "hardste" stem te zoeken. Daarmee bedoelt hij eerst naar de stem te luisteren die het sterkst aanwezig is. Ook de minst voorkomende stem is belangrijk (Balan, 2005). Praktisch gezien wordt dit gedaan door de verschillende stemmen in de tekst te kleuren, om zo een visuele indruk te krijgen van hoe de stemmen zich door het verhaal en tegen elkaar bewegen (Gilligan et al., 2003). Volgens Gilligan et al. (2003) is het psychische een innerlijke wereld van verschillende stemmen die met elkaar in harmonie of juist tegenstrijdig zijn. Deze veelgelaagde structuur van stemmen die met elkaar verweven zijn, hebben elk een innerlijke dynamiek (Gilligan et al., 2003). Als de stemmen gedeeld

worden, wordt volgens Tamboukou (2010) het verhaal een performance, dat een respons is op eerdere verhalen. Het verhaal als een event nodigt uit om verschillende mogelijkheden te openen (Tamboukou, 2010). In de vierde stap wordt op een transparante manier achterhaald welke contrasterende stemmen en aanvullende onderscheiden kunnen worden voor het beantwoorden van de onderzoeksvraag. Iedere stem krijgt een naam (bijvoorbeeld de stem van de pijn). De relatie van deze stemmen tot elkaar zijn van belang om vervolgens in de laatste stap de onderzoeksvragen te kunnen beantwoorden (Gilligan et al., 2003). Volgens Gilligan et al. (2003) kunnen de volgende vragen hierbij helpen: 'Welke stem valt door het verhaal heen op? Hoe verhouden zich de stemmen tot elkaar? Welke stemmen ontbreken?' (pp. 167-168). Tot slot wordt in een vijfde stap een analytische samenvatting gemaakt met narratieve elementen die de dynamiek tussen overeenstemmende en contrasterende stemmen beschrijft, om zo de onderzoeksvragen te kunnen beantwoorden (Villanueva O'Driscoll & Loots, 2014). Ter bevordering van de transparantie is een uitgewerkt voorbeeld van de Listening Guide methode in de bijlage te vinden (zie Bijlage 5).

6. Kwaliteitscriteria

Bij kwalitatief onderzoek zijn andere kwaliteitscriteria van toepassing dan bij experimenteel onderzoek. Welke kwaliteitscriteria gehanteerd worden, is afhankelijk van het soort onderzoek. Lincoln en Guba (1985) stellen voor kwalitatief onderzoek vier kwaliteitscriteria voor, namelijk transfereerbare uniciteit, plausibiliteit, geloofwaardigheid en verifieerbaarheid. Dit kwalitatief onderzoek is erop gericht om kennis op te doen in plaats van conclusies te trekken die generaliseerbaar zijn. Generaliseerbaarheid is bij kwalitatief onderzoek niet mogelijk, omdat de onderzoeksresultaten afhankelijk zijn van de context. Daarom is transfereerbare uniciteit één van de kwaliteitscriteria. Voor het huidige onderzoek heeft dit tot doel om het unieke van rouw na zelfdoding in een bredere context te plaatsen (Lincoln & Guba, 1985). Dit is mogelijk door het formuleren van '*thick descriptions*', die het fenomeen van bepaalde culturele en sociale verschijnselen met betrekking tot rouw in het detail beschrijven (Roidner, 2011). Een tweede kwaliteitscriterium dat Lincoln en Guba (1985) aanraden, is transfereerbare plausibiliteit. Transfereerbare plausibiliteit houdt in, dat het onderzoeksproces en de onderzoeksbevindingen transparant en door anderen navolgbaar moeten zijn. Dit is vergelijkbaar met de term betrouwbaarheid bij kwantitatief onderzoek. Verder is de derde waarde geloofwaardigheid belangrijk, in kwantitatief onderzoek is dit te

vergelijken met de term validiteit. Geloofwaardigheid houdt in dat de resultaten van het onderzoek onder meer aan de deelnemers voorgelegd worden (*member check*) om na te gaan of de participanten zich in de bevindingen herkennen. In dit onderzoek werden de onderzoeksresultaten ter controle aan de deelnemers voorgelegd. Ten slotte heeft het vierde kwaliteitscriterium verifieerbaarheid betrekking op de bevindingen van de deelnemers. Hun beleving over rouw vormt het resultaat van het onderzoek, en niet de voorkeuren en ideeën van de onderzoeker. Vanzelfsprekend werkt de onderzoeker non-directief en zorgvuldig om de diepte van de ervaring van de deelnemers te beschrijven. Daartoe behoort ook een nauwkeurige beschrijving van de methode om het verloop van het onderzoek transparant te houden (Lincoln & Guba, 1985).

Resultaten

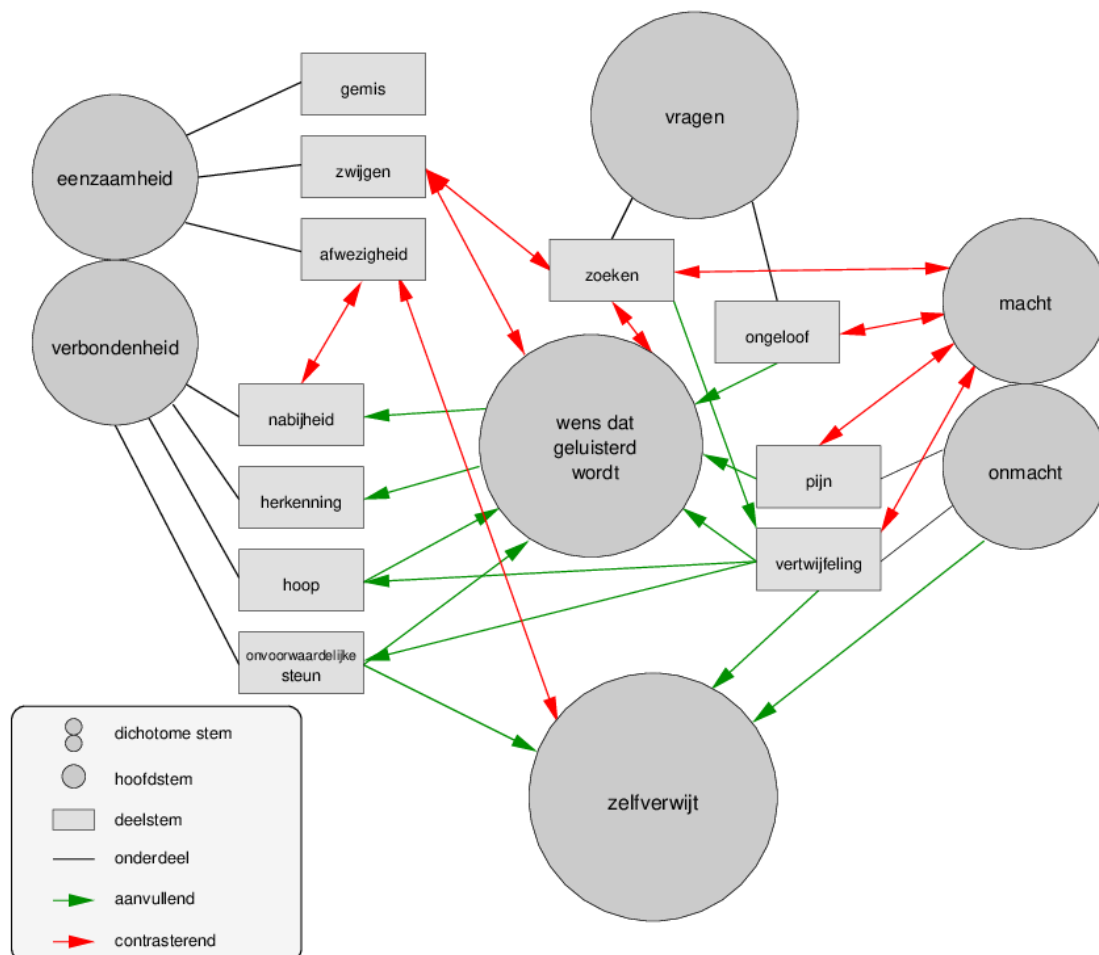
In het volgende deel worden de onderzoeksbevindingen voorgesteld die uit de 'uitgebreide' Listening Guide Methode naar voren kwamen. Eerst wordt beschreven tot wie nabestaanden zich met welke beleving richten tijdens het delen van hun verhaal in een besloten Facebookgroep. Daarna worden vijf hoofdstemmen met bijhorende deelstemmen geïdentificeerd, die elkaar aanvullen, tegenspreken of op zichzelf staan. Om de onderzoeksvragen te beantwoorden wordt vervolgens beschreven hoe nabestaanden de dode virtueel herdenken en wat het betekent om collectief online te rouwen in een besloten Facebookgroep.

De nabestaanden richten zich met hun verhaal enerzijds tot de groep nabestaanden, en anderzijds tot de dode. Vaak betrekken nabestaanden de sociale context hierbij; de maatschappij en het dominante idee over hoe rouw eruit hoort te zien. Dit doen nabestaanden door verschillende persoonlijke voornaamwoorden te gebruiken. De ik-stem is de meest aanwezige stem en drukt in het algemeen verschillende aspecten van de innerlijke beleving van rouw uit. De ze-, zij- of hij-stem richt zich tot een publiek, zoals de partner, de familie of het sociale netwerk. De we-stem wordt gebruikt wanneer nabestaanden zich direct in de groep tot de andere nabestaanden richten. Het valt op dat de we-stem zich richt tot gelijkgezinden die rouwen. Daarentegen is de ze-, zij- of hij-stem gericht tot de sociale context die invloed heeft op de beleving van nabestaanden. Als nabestaanden zich tot de dode richten, is dit in de directe taal met het persoonlijk voornaamwoord 'ik', 'jij' of 'je', in de vorm van een brief of zelfgeschreven gedicht. Nabestaanden herdenken de dode in de Facebookgroep op een speciale dag (verjaardag, sterfdag, feestdag, trouwdag etc.). Soms wordt dagelijks de nabijheid met de dode gezocht. Daarbij benaderen nabestaanden de dode met de ik-stem, op een manier alsof de dode nog onder de levenden is en invloed op ze heeft.

1. Samenvattend schema

In het volgende wordt eerst in een schema een overzicht gegeven van de hoofdstemmen en hun deelstemmen. Twee hoofdstemmen zijn dichotoom (de stem van de eenzaamheid versus de stem van de verbondheid en de stem van de macht versus stem van de onmacht). Ook wordt in dit schema in kaart gebracht hoe alle stemmen onderling met elkaar in verband staan. Sommige

stemmen vullen elkaar aan en staan in contact met elkaar. Andere stemmen contrasteren juist en spreken elkaar tegen (Figuur 1).



Figuur 1: Samenvattend schema van de verhouding tussen de stemmen in 17 verhalen.

Daarna wordt de polyfonie van stemmen die in de verhalen van nabestaanden van zelfdoding naar voren komt, voorgesteld. Tot slot worden de contrasterende stemmen beschreven en ter verduidelijking in tabellen tegenovergesteld weergegeven. Om vertrouwelijkheid en anonimiteit te garanderen zijn alle namen fictief.

2. Polyfonie van stemmen

Rouwen online na zelfdoding in een besloten Facebookgroep is een gelaagde ervaring die in vijf hoofdstemmen tot uitdrukking komt, waarbij er twee van de hoofdstemmen dichotoom zijn: de stem van de onmacht versus de stem van de macht en de stem van de eenzaamheid versus de stem van de verbondenheid. De andere drie hoofdstemmen zijn de stem van de vragen, de stem van het (zelf)verwijt en de stem van de wens dat geluisterd wordt. Iedere hoofdstem heeft twee tot vier deelstemmen.

2.1. Dichotome stem van de eenzaamheid versus de stem van de verbondenheid

Nabestaanden van zelfdoding delen binnen de besloten Facebookgroep gevoelens van eenzaamheid die opgevangen worden door de groepsleden om die eenzaamheid te verzachten. In het volgende wordt de **stem van de eenzaamheid** en de stem van de verbondenheid met de bijhorende deelstemmen beschreven.

2.1.1. Deelstemmen van de eenzaamheid

De stem van de eenzaamheid omvat drie deelstemmen, namelijk de stem van het gemis, de stem van het zwijgen, en de stem van de afwezigheid van de dode. Indien alle drie de deelstemmen van de eenzaamheid tegelijk aanwezig zijn, wordt de hoofdstem van de eenzaamheid met het voornaamwoord 'het' als volgt benoemd:

Chloe: *'Het zijn eenzame dagen, maanden en jaren.'*

In het volgende worden de drie deelstemmen van de eenzaamheid en de beleving ervan in detail beschreven.

2.1.1.1. Stem van het gemis

De stem van het gemis is direct aan de dode gericht en is een deelstem van de stem van de eenzaamheid. Deze stem drukt gevoelens van verlatenheid uit. Het gemis verwoorden nabestaanden met de ik-stem en werkwoorden die met de zintuigelijke waarneming verbonden zijn. Soms wordt het gemis met het verlangen naar zintuigelijke waarneming versterkt.

Adam: *'Ik mis je
ik wil je zien met heel mijn wezen,
ik wil je voelen
ik wil uren met je praten
ik heb niet langer de regie
ik haal diep adem om je te ruiken
ik sluit mijn ogen zodat ik je kan zien.'*

Adam: *'Ik wil je vasthouden
ik wil je nooit, nooit meer loslaten.'*

Zoë: *'Ik verlang jou te zien
ik verlang jou te ruiken
ik verlang jou hand in de mijne te voelen
ik verlang jou knipoog te zien
ik verlang jou stem te horen
ik mis je.'*

Chloe: *'Ik mis ons
Ik mis je lach
Ik mis je humor
Ik mis je gekkigheid
Ik mis het met je praten
Ik mis het sparren
Ik mis het delen
Ik mis je wijsheid
Ik mis je optimisme
Ik mis je gezelligheid
Ik mis je warmte
Ik mis jou
Maar vooral mis ik onze liefde.'*

2.1.1.2. Stem van de afwezigheid

De **stem van de afwezigheid** omvat de beleving over de afwezigheid van de dode. Vooral in situaties waarin nabestaanden geen antwoord vinden, of terneergeslagen zijn door het harde werk van rouw, voelen ze zich geïsoleerd. Deze beleving wordt geuit in de stem van de afwezigheid van de dode met de ik-stem. In onderstaande voorbeelden wordt in momenten van gevoelde afwezigheid van de dode een bericht in de Facebookgroep geplaatst:

Adam: *'Ik denk aan jou. Ik ril. Ik ben alleen.'*

Lotte: *'Dan lig ik weer alleen te huilen en niemand is er.'*

Melissa: *'Alleen, helemaal alleen en dan voel ik me ook echt heel erg alleen tussen al die perfecte gezinnen.'*

Luuk: *'Ik moet hier zelf doorheen zonder haar, al gaat het de rest van mijn leven kosten.'*

Adam: *'Wanneer er niemand meer is, waarmee je erover kunt praten.'*

2.1.1.3. Stem van het (dood)zwijgen

De **stem van het (dood)zwijgen** vat gevoelens samen van geen woorden te hebben voor de realiteit van zelfdoding. De terughoudendheid van de buitenwereld wordt door nabestaanden als afwijzing ervaren.

Luuk is op de kamer van zijn overleden dochter dagboeken en foto's in haar mobiele telefoon tegengekomen. Zijn vrouw zwijgt het verlies van de dochter dood en wil over de dingen die hij is tegengekomen niks weten. Hij beleeft de stem van het (dood)zwijgen zo:

Luuk: *'Ze wil het niet meer over Floor hebben
en zeker niet over de dingen die ik op Floors kamer ben tegen gekomen.
Zodra ik over Floor begin verandert haar houding en stemintonatie en gaat de deur dicht
en op slot.
Ze kan niet anders.
Ze kan goed negeren.
Ze wil niet geconfronteerd worden
Daar kan ze niets mee geeft ze aan.'*

2.1.2. Deelstemmen van de verbondenheid

De **stem van de verbondenheid** is belangrijk omdat deze de betekenis van collectief rouwen online belicht. Deze stem beschrijft het belang voor de groep van het gezamenlijke rouwen, als gezamenlijke beleefde ervaring die verbindt. Hierbij benadrukken nabestaanden de betekenis van het onderdeel zijn van de groep. De stem van de verbondenheid wordt met de we-stem benadrukt en verbindt de groepsleden met elkaar. De stem van de verbondenheid heeft drie deelstemmen: de stem van de nabijheid met de dode, de stem van de herkenning en de stem van de steun.

2.1.2.1. Stem van de nabijheid

De **stem van de nabijheid** is een deelstem van de stem van de verbondenheid. Deze is telkens direct aan de dode gericht, met de ik-stem aan de jou-stem. Deze stem verwoordt het verlangen om dicht bij de ander te zijn en met hem of haar direct in contact te zijn. Soms speelt de dode een centrale rol in het dagelijkse leven. Met de stem van de nabijheid wordt een blijvende verbondenheid met de dode behouden en blijft de dode innerlijk beschikbaar voor de nabestaande. De representatie van de dode wordt daarmee verinnerlijkt. Een voorbeeld hiervan is hieronder te vinden:

Chloe: *`Lieve schat, 18 maanden. Maar nog geen moment uit mijn hart en uit mijn hoofd. Ja, het leven gaat door, ook voor mij. Maar helaas zonder jou. Ik hou van je, voor altijd. Het is jij, voor altijd jij!'*

Fien: *`Ik vraag mij af hoe het daar boven is. Ik kan mij er niets bij voorstellen hoe jouw geboortedag daar boven wordt gevierd. Ik wens vanuit het diepste van mijn hart dat je wordt omringd met heel veel liefde, vrede en plezier om jouw dag te vieren daar boven. Zullen we samen even proosten schat? Happy Birthday!'*

Zoë: *`Ik wou je schrijven op maandag, maar ik had het zo moeilijk die dag...het lukte me niet! Ik kreeg geen woord gevormd, geen vinger op de toetsen, schrijvend naar jou. De drang om je te zien was zo sterk, je bent er niet meer...Ik vat het vaak nog niet. Het is zo onwerkelijk! De tijd gaat nog steeds vooruit broer en dat maakt me soms zo boos!'*

In andere momenten heeft de dode in de stem van de nabijheid een ondersteunende en troosten- de rol. In onderstaande voorbeelden wordt met de stem van de nabijheid een beleefde ervaring van aanwezigheid van de dode beschreven:

Su: *'Lieve Nina, morgen zou je 29 jaar geworden zijn...29!!! Bijna 30, een mijlpaal. Ik voel me rustig. Moe, maar rustig. Ik geloof in het engelenverhaal. Dat ben jij natuurlijk, want daar geloof ik heilig in. Gisteren ben ik naar de dierenarts geweest met Billy. Ze hebben hem in laten slapen. Wat een drama. Maar ik krijg ergens kracht vandaan. En die kracht krijg ik van jou, dat weet ik zeker.'*

Liesbeth: *'Van binnen ga ik kapot van verdriet. Ik zou je hier graag terug willen hebben. Heel soms voel ik iets langs mijn rug gaan. Ik krijg dan kippenvel. In mijn gedachten ben jij dat die mij aanraakt als ik dat nodig heb. En dat is best vaak. Maar je kent me.'*

2.1.2.2. Stem van de herkenning

De **stem van de herkenning** wordt met de we-stem benadrukt en verbindt de groeps- leden met elkaar. De stem van de herkenning verbindt lotgenoten in de beleving van rouw en klinkt als volgt:

Su: *'Alles wat je schrijft is herkenbaar.'*

Lotte: *'Jouw verhaal lijkt sprekend op het mijne'*

Fien: *'We herkennen ons in jouw verhaal.'*

Luuk: *'...de herkenning, de warmte, de ruimte die geboden wordt om je gevoelens te uiten, te spreken, over alles wat daar mee te maken heeft vind ik binnen onze groep heel fijn.'*

Chloe: *'Ik vind het ook fijn dat jij bij onze groep hoort en dat we ons zo veilig bij elkaar voelen om alles te kunnen delen.'*

Adam: *'Begrip is het enige wat je nog kan en wil krijgen in die ondraaglijke momenten. Erkenning is misschien ook het goede woord voor wat wij elkaar hier geven.'*

Zoë: *'Ik heb geen woorden voor je intense verdriet, alleen maar dat ik je begrijp'*

Liesbeth: *'Ik begrijp je verhaal. Je leven staat op z'n kop en wordt nooit meer als voorheen.'*

Juist in situaties waarin nabestaanden de buitenwereld als afwijzend ervaren, wordt het verbonden-zijn in de groep benadrukt:

Luuk: *'Het verdriet is er voor mij niet minder om geworden, maar de herkenning, de warmte, de ruimte die geboden wordt om je gevoelens te uiten, over alles wat daar mee te maken heeft vind ik binnen onze groep heel fijn.'*

Paul: *'Het contact met jullie heeft mij zo goed geholpen dat ik nu weer normaal met de buitenwereld om kan gaan. Dan heb ik nu altijd jullie om hierover te praten. Volgens mij hebben jullie me zelfs in het leven gehouden.'*

2.1.2.3. Stem van de onvoorwaardelijke steun

Indien er spanningen zijn tussen de stemmen, reageren leden van de Facebookgroep als een publiek dat luistert, waarbij de verbondenheid benadrukt wordt in de **stem van de onvoorwaardelijke steun**. De stem van de steun is de stem die van de leden van de Facebookgroep komt, die het verhaal gelezen hebben en hun steun aanbieden. Samen ervaren nabestaanden het verdriet bij de ander en bij zichzelf. Daarbij hoort het elkaar begrijpen in het omgaan met het verlies en het samen verdragen van intense gevoelens van onmacht en gemis. Co-mourners betuigen hun steun voor elkaar als volgt:

Chloe: *'Weet dat we er voor je zijn er zonder te oordelen of veroordelen.'*

Su: *'We zijn er.'*

Eva: *'We huilen met je.'*

Chloe: *'We moeten moed hebben veel moed om deze gevoelens samen te kunnen verdragen om door te gaan met het leven.'*

Yasmine: *'Wij zijn er voor je en je mag schrijven wat je wilt.'*

Louise: *'Gebruik ons!'*

Su: *'Schreeuw het maar uit, doe wat jij wilt. Hier dat kan en mag hier allemaal daar zijn wij voor voor elkaar en met elkaar we hebben allemaal iets verschrikkelijks meegemaakt iets waardoor we voor het leven getekend en veranderd zijn. Je mag boos verontwaardigd noem maar op je mag alles zijn, dit is niet iets dat je in je eentje kan verwerken.'*

Ook de onvoorwaardelijke verbondenheid wordt benadrukt in de stem van de onvoorwaardelijke steun:

Su: *'We zijn er voor je en wij blijven ademen tot we stikken in ons verdriet of langzaam iets meer adem krijgen.'*

2.1.2.4. Stem van de hoop

De **stem van de hoop** in een deelstem van de verbondenheid en is gericht aan de nabestaanden die het verlies hopeloos beleven en door hun verdriet in beslag genomen zijn. Nabestaanden geven andere nabestaanden hoop, zoals beschreven in onderstaande voorbeelden:

Su: *'Over 17 dagen is Katia vijf jaar dood. Deze aanlooperperiode was de laatste vier jaar de moeilijkste tijd voor mij en dat is het nu ook. Ik heb alleen geleerd er nu anders mee om te gaan, dat is het enige. Het zijn je gedachten die je krankzinnig maken en die heb ik nu gewoon onder controle. Ik loop op een zijden draadje, maar wel een heel sterk zijden draadje.'*

Chloe: *'Het huilen wordt minder met de jaren, echt waar, het gevoel wordt milder, zachter, maar ik denk dat we het de rest van ons leven met ons mee dragen, maar ook dat gaat lichter worden in de loop der tijd. Nu weegt het nog tienduizend kilo en over een paar jaar weegt het nog 100 kilo maar dan ben je er al zo aan gewend dat je het gewoon kunt dragen...zoiets...het valt moeilijk uit te leggen, maar lieverd...je leert ermee te leven.'*

2.2. Dichotome stem macht versus onmacht

Het gevoel compleet machteloos te zijn, uitgeleverd te zijn aan het feit van overlijden en niks meer te kunnen doen, klinkt terug in de dichotome stem van de onmacht versus de stem van de macht. Deze dichotomie is in de helft van de verhalen prominent aanwezig en is gelieerd aan de ik-stem. Ze is emotioneel geladen met gevoelens van vertwijfeling, radeloosheid en de angst dat gevoelens van rouw nooit meer over zullen gaan, hier tegenover staat de macht die aan de buitenwereld gegeven wordt. Een voorbeeld van de dichotome stem van de **onmacht versus de stem van de macht** wordt in het verhaal van Luuk beschreven. Luuk deelde een verhaal over zijn beleving op een familiefeest waar hij zich overbodig en onverbonden met zijn familie voelde. Het gevoel van onmacht wordt versterkt door de dichotomie van de stem van de onmacht, dit is de

stem van de macht. De stem van de macht is gericht tot anderen en is verbonden met de ze-stem en klinkt zo:

Luuk: *'Ik zag er tegenop <—> Iedereen zat te lachen'*

Luuk: *'Op het feest had ik moeite met alles, ik kon er niets mee <—> iedereen had plezier.'*

2.2.1. Stem van de macht

In sommige momenten van de verhalen is de stem van de macht harder dan de stem van de onmacht. De stem van de macht komt van de anderen en is verbonden met de ze-stem. Omdat Luuk zich overbodig en eenzaam voelde op een familiefeest, wilde hij naar huis. Hij wordt geconfronteerd met de **stem van de macht** van familieleden:

Luuk: *'Ze vonden: "Je zult er toch overheen moeten stappen".'*

In een ander voorbeeld worden nabestaanden tegen gehouden door de politie, het ziekenhuis of de begrafenisonderneming om de dode nog eens te zien om afscheid te nemen.

Willemien: *'Het werd me aangeraden niet te kijken.'*

Lotte: *'Ze stelden zich boven me.'*

Melissa: *'Wij mochten hem niet meer zien.'*

Eva: *'We moesten snel doen,
we mochten hem wel groeten
we mochten enkel zijn arm zien
we moesten snel doen.'*

Adam: *'De politie kwam. We mochten niets. De brandweer kwam. We mochten niets.'*

2.2.2. Deelstemmen van de onmacht

De stem van de onmacht omvat twee deelstemmen: de stem van de vertwijfeling en de stem van de pijn.

2.2.2.1. De stem van de vertwijfeling

De dynamiek van de dichotomie tussen macht en onmacht leidt tot gevoelens van verslagenheid. Dit machteloze gevoel komt in de loop van het verhaal tot uitdrukking in **de stem van de vertwijfeling**:

Fien: *'Ik weet niet hoe ik overeind moet krabbelen.'*

Eline: *'Ik blijf maar huilen en huilen*

Ik hoor mijn kind roepen

Ik zie het niet meer zitten

Ik voel me verloren

Ik weet het niet meer

Wanneer houdt dit nu eindelijk eens op.

Ik vrees echt nooit meer.'

Luuk: *'Het houdt nooit op.'*

Su: *'Het is de verschrikking der verschrikkingen.'*

Luuk benadrukt dat buitenstaanders meningen hebben over hoe rouw eruit hoort te zien, en beleeft dat als een voorschrift waar hij zich niet in kan vinden. Dit versterkt zijn gevoel van onmacht, uitgedrukt met de stem van de onmacht. Luuk verzet zich tegen het idee dat rouw tijdelijk en beperkt zou zijn op volgende manier:

Luuk: *'Ik wil even duidelijk maken*

voor de rest van mijn leven ben ik daar niet klaar mee,

kan ik daar niet overheen stappen,

ik kan het geen plekje geven

ik zal Floor nooit vergeten!

ik kan het niet bevatten!'

Het delen van dit verhaal over de spanningen op een familiefeest in de Facebookgroep, zegt iets over de beleving van Luuk. Alsof Luuk zijn dochter tekort doet als hij dingen beleeft, die zijn dochter niet meer zal beleven. Uit de zin 'ik zal Floor nooit vergeten', wordt duidelijk dat hij de reactie van zijn vrouw ('ze kan goed negeren') zelf niet kan beleven. Alsof met het niet denken aan zijn dochter, ook de herinneringen aan haar, en de relatie met haar, ophouden.

2.2.2.2. Stem van de pijn

De **stem van de pijn** heeft betrekking op het plotse overlijden zelf en het onderbreken van de relatie die er feitelijk was. Het is een deelstem van de onmacht. Onderstaande voorbeelden hebben betrekking op het afscheid van de fysieke aanwezigheid van de dode, dat als pijnlijk wordt ervaren.

Eline: *'Maar dat doet ook wel ongelooflijk pijn, dat hij geen afscheid van me heeft genomen.'*

Chloe: *'De pijn is vreselijk.'*

Lotte: *'Ik bekijk mijn man zijn laatste momenten ook nog: ik voel mij dan ook dicht bij hem al doet het mij pijn, ik herinner mij alles nog toen ik hem vond.'*

Willemien: *'Ik voel dagelijks pijn, omdat ik mijn meisje niet meer heb kunnen vast nemen, dat ik haar niet meer gezien heb, dat ik geen afscheid heb kunnen nemen.'*

2.3. Stem van het (zelf)verwijt

De derde hoofdstem is de **stem van het (zelf)verwijt**. Het is een stem die met schuld beladen is en verbonden is met de ik-stem. De stem van het zelfverwijt verwoordt een gevoel van tekortschieten en de overtuiging de zelfdoding te hebben kunnen voorkomen. De stem van het (zelf)verwijt omvat schuldgevoelens en zelfbeschuldiging. Een voorbeeld is het verhaal van Luuk. Hij voelt zich machteloos en verantwoordelijk voor de dood van zijn dochter. Hij verwijt zichzelf dat hij haar niet heeft kunnen helpen, dat hij niet heeft kunnen voorkomen dat zijn dochter aan zelfdoding overleed.

Zijn stem van het (zelf)verwijt klinkt als volgt:

Luuk: *'Ik heb haar niet kunnen redden
ik heb tegen haar miljoenen keren sorry gezegd,
dat ik haar niet heb kunnen helpen, haar niet heb kunnen redden.'*

In een ander verhaal verwoordt Luuk zijn beleving van (zelf)verwijt op de volgende manier:

Luuk: *'Vooral in het begin had ik een enorm schuldgevoel, dan val je in een diep gat.'*

Zichzelf de schuld geven van de dood van de ander blijkt ook uit het verhaal van Charlotte. Ze deelt met nabestaanden haar beleving van de dag van de zelfdoding van haar echtgenoot, toen ze hem dood gevonden heeft. Ze verwijt zichzelf, dat zij er niet was, dat zij te laat was om hem te redden:

Charlotte: *'Ik heb niet gemerkt
ik werd te laat wakker
ik ben te laat gaan zoeken
ik heb hem te laat gevonden
ik voel me schuldig dat ik er niet was op dat moment.'*

Adam deelt met nabestaanden het moment waarop hij zijn zoon dood gevonden heeft. Hij vond zijn zoon zelf en beleeft schuldgevoelens en wroeging, wat hij verwoordt met een vraag aan zichzelf in de stem van het zelfverwijt. Deze stem van het (zelf)verwijt klinkt als een vraag waarop geen antwoord is, maar die gewetensangst tot uitdrukking brengt:

Adam: *'Waarom kon ik je toch niet bij me houden?'*

1.4. Stem van de wens dat geluisterd wordt

In de vierde **hoofdstem van de wens dat geluisterd wordt** positioneert de nabestaande zich ten opzichte van de groep. Het is de enige stem die op zichzelf staat en waar andere stemmen op antwoorden. In de stem van de wens dat geluisterd wordt, zit de wens om iets van betekenis te delen, om begrepen een aangenomen te worden. Impliciet schuilt er de wens naar een reactie van andere nabestaanden achter, en een vraag om de eigen verlangens naar contact tegemoet te komen. Deze stem is verbonden met de ik-stem en wordt zo verwoordt:

Zoë: *'Mag ik eventjes... heel eventjes...Ik weet dat ik niet vaak reageer, ik weet vaak echt niet goed wat te schrijven dat de ander kan troosten...Maar ik lees wel alles en voel zo met jullie mee. Maar nu gaat het hier eventjes helemaal niet meer. Ik ...'*

Su: *'Ik moet gewoon iets kwijt en ik hoop dat ik dat hier mag doen.'*

Luuk: *'Hoop niet dat ik iemand trigger door mijn verhaal, maar heb de behoefte weer eens wat neer te zetten.....'*

1.5. Stem van de vragen

Een vijfde hoofdstem is de **stem van de vragen**. Nabestaanden hebben vragen over het overlijden. Ze zijn bezig met het zoeken naar een verklaring die het zelfdoden rechtvaardigt. Vooral de vraag waarom opzettelijk voor de dood is gekozen, houdt nabestaanden bezig. De stem van de vragen heeft twee deelstemmen: de zoekende stem en de stem van het ongeloof.

1.5.1. Zoekende stem

De **zoekende stem** is een stem die het zoeken naar een verhelderend antwoord op de reden van zelfdoding verwoordt. Deze stem is verbonden met de ik-stem en klinkt zo:

Luuk: *'Ik kijk weleens wat er allemaal in haar kasten zit. Er valt nog zoveel te ontdekken en te lezen en te vinden. Toen ze er nog was respecteerden we haar privacy enorm maar nu snuffel ik zo nu en dan toch en kijk wat in haar kasten zit. Dan kom ik heel veel aantekeningen tegen. Er valt nog zo veel te ontdekken.'*

De emotionele beladenheid van de zoekende stem en het zoeken naar antwoorden verduidelijkt het volgende ik-gedicht van Luuk:

*'Ik kijk
ik snuffel
ik kom tegen
ik vind
ik vind ...dingen die me bezig houden
ik lig wakker
ik ben onzeker er is een gedrevenheid in mij die niet anders kan,
misschien ook niet anders wil.'*

In een ander voorbeeld vraagt Luuk zich af waarom het voor zijn dochter niet de moeite waard was om in het leven te blijven:

Luuk: *'De zon was aan het ondergaan met rode gloed en kleurende wolken: ik dacht ineens: "Floor dit is zo mooi om te zien, waarom ben je weggegaan?"'*

Adam stelt niet alleen vragen over zijn overleden zoon, maar ook vragen met betrekking tot zijn eigen identiteit. In het niet-vinden van de antwoorden op zijn vragen beleeft hij vragen die weer tot andere vragen worden:

Adam: *'Ga ik terug of ga ik door? Mag ik verder of blijf ik hier?*
Weer zijn er die vragen, je hele leven lang. Maar één vraag heb ik nog niet beantwoord:
"wat doe ik hier?" Ik vraag niet wat ik hier doe want ik weet dat. Ik zoek jou (...) weet ik
dan wie ik ben? Weet ik waar ik ben en waarheen ik ga? Zijn mijn vragen reeds beant
woord of tast ik nog altijd in het ongewisse? Nee, ook ik heb nog altijd wat vragen, waar
van het antwoord in de tijd ruist.'

1.5.2. Stem van het ongeloof

De **stem van het ongeloof** klinkt door wanneer het moment van zelfdoding ervaren wordt, en wanneer er niks meer gedaan kan worden. Gevoelens van verslagenheid en shock overheersen. Adam beschrijft in de stem van de schok het moment, waarop hij zijn overleden zoon gevonden heeft:

Adam: *'Ik riep je naam,*
ik knielde neer
en keek door het sleutelgat.
Ik kneep om beter te kunnen zien, misschien de hoop dat ik me vergiste.
Maar nee, bewegingsloos en levensloos was alles wat ik zag.'

Zoë kan tot op de dag van vandaag nog niet geloven, dat haar broer niet meer in leven is:

Zoë: *'Elke dag nog denk ik
en vooral hoop ik
dat dit een nare nachtmerrie is en dat je straks aan mijn deur staat...
Al 15 maanden besef ik
dat ik mezelf blazen wijs maak...
maar toch blijft er iets vanbinnen schreeuwen
dat het toch niet waar kan zijn!
Dat de trein iemand anders geramd heeft,
maar niet jou!'*

2. Contrasterende stemmen

2.1. Stem van de vragen contrasteert met de stem van het (dood)zwijgen

Tabel 1 laat zien hoe Luuk vol vragen zit met betrekking tot het overlijden van zijn dochter en hoe zijn vrouw het tegenovergestelde doet en zwijgt.

Tabel 1

Zoekende stem tegenover de stem van het (dood)zwijgen

zoekende stem	stem van het (dood)zwijgen
Luuk: <i>'Zodra ik over Floor begin of iets wilt vragen,</i>	<i>verandert haar houding, haar stemintonatie en gaat de deur dicht en op slot.</i>
<i>Het zijn issues die mij vaak bezig houden, wakker van lig, over tob en waar ik onzeker over ben,</i>	<i>waar ze (nog) niet over willen spreken,</i>
<i>Heel veel houdt mij bezig...duizend en één dingen!</i>	<i>Lisette geeft aan dat ze het niet over Floor wil hebben en zeker niet over hetgeen ik allemaal tegen kom op haar kamer.</i>
<i>Er valt nog zoveel te ontdekken op haar kamer, tussen al haar papieren en papiertjes die daar liggen.</i>	<i>Lisette wilt daar niet mee geconfronteerd worden, ze is heel duidelijk geweest, ze kan niet anders geeft ze aan!'</i>

2.2. Zoekende stem contrasteert met de stem van de macht

In een ander voorbeeld klinkt de zoekende stem in contrast met de stem van de macht. Zoë ervaart een therapiegesprek met haar therapeut als misgelopen, waarbij het verschil in mening tussen beiden haar wanhopig achterlaat. Ze voelt zich onbegrepen. Zoë wil samen met haar therapeut gerechtelijke foto's van haar door zelfdoding overleden broer bekijken. Haar therapeut wil dit niet met haar bekijken. In het contact met haar therapeut ontstaat spanning. De stem van de macht ivan de therapeut is contrasterend verbonden met de hij-stem en roept gevoelens van onbegrip en afstand op. Het is een stem die invloed heeft op de rouwbeleving van Zoë (zie tabel2).

Tabel 2

Zoekende stem tegenover de stem van de macht

zoekende stem	stem van de macht
Zoë: <i>'Ik wil het bekijken van gerechtelijke foto's blijven bespreken'</i>	<i>'Mijn therapeut staat hier niet achter'</i>
<i>'ik wil nog eens mijn broer zien'</i>	<i>'hij denkt dat het niet helpt'</i>
<i>'mijn fantasie is erg'</i>	<i>'hij steunt me niet'</i>
<i>'ik zie details van hem waarvan ik wil weten of ze kloppen'</i>	<i>'hij zei dat ik moet vermijden'</i>
<i>'ik wil weten hoe mijn broer eruit zag'</i>	<i>'hij zei: "ik zie het niet zitten"'</i>
<i>'ik krijg het moeilijk bij de voorstelling als een trein over hem rijdt'</i>	<i>'hij zei: "dat is voor mij ook traumatisch"'</i>
<i>'ik werd gek van die gedachte'</i>	<i>'hij wil me niet helpen'</i>
<i>'ik geraak niet vooruit in therapie'</i>	<i>'hij wil me niet helpen'</i>
<i>'ik wil die foto's bekijken'</i>	<i>'hij steunt me niet'</i>

2.3. Stem van het ongeloof contrasteert met de stem van de macht

Tabel 3 laat zien hoe de stem van het ongeloof van Adam op het moment van overlijden van zijn zoon contrasteert met de stem van de macht van de politie.

Tabel 3

Stem van het ongeloof tegenover de stem van de macht

stem van het ongeloof	stem van de macht
Adam: <i>'Ik kneep om beter te kunnen zien, mis- schien de hoop dat ik me vergiste. Maar nee, be- wegingsloos en levensloos was alles wat ik zag.'</i>	<i>'De politie kwam. We mochten niets. De brandweer kwam. We mochten niets.'</i>

2.4. Stem van de macht contrasteert met de stem van de vertwijfeling

Tabel 4 laat de dynamiek zien tussen de stem van de macht in contrast met de stem vertwijfeling. Dit leidt tot gevoelens van verslagenheid bij Luuk.

Tabel 4

Stem van de macht tegenover de stem van de vertwijfeling

stem van de macht	stem van de vertwijfeling
Luuk: <i>'Ze vonden: "Je zult er toch overheen moeten stappen"'</i>	<i>'Voor de rest van mijn leven ben ik daar niet mee klaar, kan ik daar niet over heen stallen ik kan het geen plekje geven ik zal. Pas als ik dood ben zal ik hier overheen stappen dit draag ik bij me to mijn dood daar stap ik niet overheen mijn/ onze dochter is dood daar stap ik niet overheen' (...)</i> <i>het lukt niet, ik kan net, ik kan niet. Het doet pijn.'</i>

2.5. Stem van de afwezigheid contrasteert met de stem van het (zelf)verwijt

Tabel 5 laat zien hoe Luuk beseft dat hij door de afwezigheid van zijn overleden dochter alleen met zijn vragen zit. Hij verwijt zichzelf dat hij zijn dochter niet aan het leven heeft kunnen houden. Dit komt tot uitdrukking in de stem van de afwezigheid tegenover de stem van het (zelf)verwijt.

Tabel 5

De stem van de afwezigheid tegenover de stem van het (zelf)verwijt

stem van de afwezigheid	stem van het (zelf)verwijt
Luuk: 'Hier moet ik zelf door heen en dat gaat de rest van mijn leven kosten.'	Luuk: <i>'Ik heb haar niet kunnen redden ik heb tegen haar miljoenen keren sorry gezegd, dat ik haar niet heb kunnen helpen, haar niet heb kunnen redden.'</i>
Lotte: <i>'Dan lig ik weer alleen te huilen en niemand is er.'</i>	Lotte: <i>'Ik heb niet gemerkt ik werd te laat wakker ik ben te laat gaan zoeken ik heb hem te laat gevonden ik voel me schuldig dat ik er niet was op dat moment.'</i>

Discussie

1. Resultaten in vergelijking met voorgaand onderzoek

Het doel van dit onderzoek was om te beschrijven hoe nabestaanden van zelfdoding betekenis geven aan de gereconstrueerde, virtuele aanwezigheid van de dode op Facebook, en welke betekenis collectief online rouwen in een besloten Facebookgroep voor nabestaanden van zelfdoding heeft.

Uit de resultaten komt naar voren dat nabestaanden van zelfdoding - door de verbondenheid die lotgenoten bieden - collectief rouwen in een besloten Facebookgroep. Het blijkt dat de wens dat geluisterd wordt, gehoord wordt, en dat hun individuele beleving van verlies door zelfdoding gehoor krijgt. Volgens Gilbert (2002) is het voor nabestaanden van zelfdoding belangrijk om hun gevoelens van rouw te toetsen aan rouwgevoelens van mensen die hetzelfde ervaren hebben. Het delen van een verhaal begint in dit onderzoek met deze wens dat geluisterd wordt. Vaak is een reactie op een verhaal in dit onderzoek niet alleen een reactie met beleefde gevoelens tijdens het lezen van het gedeelde verhaal, maar worden er als reactie ook vergelijkbare verhalen gedeeld. Dit leidt tot een **conglomeraat van verhalen**. De reacties van andere nabestaanden geven ruimte om meerdere verhalen met elkaar te delen en erop te reageren. Ieder verhaal is in lijn met het rizomatische denken, zoals beschreven door Sermijn et al. (2008), tijdelijk. Omdat op elk verhaal door de groep gereageerd kan worden, kan een verhaal veranderen, waardoor het tijdelijk is en in principe nooit af.

Telkens sterkt het delen van verhalen over dezelfde belevingen in dit onderzoek het gevoel van de **verbondenheid met lotgenoten onder elkaar**. Nolen-Hoeksma en Davis (1994) benadrukken in hun onderzoek dat het herkennen van de eigen rouwgevoelens in de rouw van anderen gevoelens van stress kan verminderen. Volgens andere onderzoeken verbindt Facebook mensen met elkaar die verlies door zelfdoding ervaren hebben door het vormen van specifieke groepen (Bailey et al., 2014; Walter, 2015). Het lezen van verhalen en reageren op verhalen van andere nabestaanden wordt door nabestaanden als helpend in het rouwproces beleefd (Chapple & Ziebland, 2011; Getty et al., 2011). Batick (2013) merkt op dat Facebook door nabestaanden als een veilige omgeving (*holding environment*) ervaren wordt, waarbinnen verhalen over kwetsbare onderwerpen tussen nabestaanden van zelfdoding gedeeld kunnen worden. Dit onderzoek ligt in lijn met de bevindingen uit andere onderzoeken en bevestigt dat het delen van verhalen voor nabestaanden van zelfdoding een steunende ervaring is. Het valt in dit onderzoek op dat nabestaan-

den van zelfdoding **onvoorwaardelijke steun** van de groep verwachten. Dit komt ook in de stem van de herkenning naar voren. **Herkenning** is voor nabestaanden een rijke en helpende ervaring. Uit een studie van Neubaum et al. (2014) blijkt dat het delen van gevoelens op sociale media na een shockerende ervaring dient als emotionele regulatie, omdat de betrokkenen zich door het online delen van overspoelende emoties beter voelen en minder alleen. Door het gezamenlijke verwoorden van emoties en het luisteren van anderen naar deze emoties, kan tijdelijke stress verminderd worden en kan er ruimte voor opluchting ontstaan (Neubaum et al., 2014). Uit het onderzoek van Peters et al. (2016) blijkt dat nabestaanden van zelfdoding zich ondanks hun eigen rouwgevoelens herkennen in het rouwproces van de ander. Dit geeft ze hoop, kracht en steun (Peters et al., 2016). Hartig (2016) beschrijft in zijn onderzoek hoe het observeren van het rouwproces bij anderen de hoop kan geven dat de heftigheid van de gevoelens minder wordt. Dit onderzoek laat zien, dat **hoop** een collectief gebeuren is, waarbinnen rouwgevoelens gezamenlijk verdragen kunnen worden. Telkens wordt in pijnlijke momenten van rouw de verbondenheid met de groep benadrukt. De **chaos van contrasterende rouwgevoelens** krijgt door het delen ervan een naam en gehoor. In dit onderzoek botst vooral de innerlijke stem van de wens dat geluisterd wordt met de stem van het zwijgen van de buitenwereld. Rossetto, Lannutti en Strauman (2015) onderzochten hoe rouwgevoelens op non-verbale manieren (lezen en schrijven) op Facebook met elkaar gedeeld worden. Omdat over de beleving van rouwen na zelfdoding schriftelijk gecommuniceerd wordt op Facebook, kunnen onduidelijkheden besproken worden. Dit kan ertoe leiden dat het internetgebruik, waaraan geen tijdslimiet verbonden is, nabestaanden overspoeld, overmatig betreft in het lijden van anderen, en veel tijd in beslag neemt (Rossetto et al., 2015). Uit andere onderzoeken komt naar voren, dat de balans tussen afstand en nabijheid tot lotgenoten voor nabestaanden soms moeilijk te vinden is (Bell et al., 2015; Brubaker, 2013; Chapple & Ziebland, 2011). Daarbij kan het rouwproces verlengd worden en het nemen van afstand van intense rouwgevoelens bemoeilijkt worden. Rouwen op Facebook lijkt als een coping paradox, waarbij nabestaanden enerzijds emotioneel rust vinden en anderzijds emotioneel overspoeld worden door rouwgevoelens (Rossetto et al., 2015). Dit komt in dit onderzoek vooral in de **stem van de wens dat geluisterd** wordt naar voren, met de daarop aanvullende stem van de vertwijfeling. In de groep komt deze beleving met de stem van de onvoorwaardelijke steun naar voren. Samengevat kan de tweede onderzoeksvraag tijdelijk als volgt beantwoord worden: Collectief online rouwen verzacht in dit onderzoek gevoelens van onmacht over het verlies en het zwijgen van de buitenwereld door onvoorwaardelijke steun te bieden. In het volgende wordt een antwoord geformuleerd op

de eerste onderzoeksvraag over de betekenis van de virtuele aanwezigheid van de dode op Facebook.

In dit onderzoek construeren nabestaanden de identiteit van de dode, door over de dode verhalen te delen. Uit de stem van de eenzaamheid en haar deelstemmen (gemis, zwijgen van de omgeving en afwezigheid van de dode) kunnen enerzijds vragen met betrekking tot het overlijden gedeeld worden. Anderzijds kan de nabijheid met de dode ervaren worden. In dit onderzoek wordt het contact met de dode gezocht, door de **dode direct aan te spreken** met de stem van de nabijheid. In dit onderzoek komt naar voren dat middels het directe schrijven aan de dode de **nabijheid met de dode** gezocht wordt, mogelijk om de relatie met de dode te internaliseren, om de interne representatie in plaats van de fysieke aanwezigheid te stellen. Bassett (2015) noemt de virtuele aanwezigheid van de dode een 'digital zombie' die online aan het leven gehouden wordt.

Verder laat dit onderzoek zien dat door middel van het delen van herinneringen aan de dode, de **identiteit van de dode en van de nabestaande gereconstrueerd** wordt. Daarbij worden gezamenlijk beleefde momenten uit het verleden uit de herinnering opgeroepen voor een publiek dat luistert en steunt. Dit komt telkens in de stem van de steun naar voren. Onderzoek toont aan dat het reconstrueren van de identiteit van de dode nodig is om betekenis te verlenen aan het overlijden (Hollander, 2001). Voor nabestaanden die deelnamen aan dit onderzoek is het belangrijk om mogelijkheden voor interacties beschikbaar te hebben, zodat de identiteit van de dode gereconstrueerd kan worden. Dit bereiken nabestaanden met de zoekende stem. Hoewel de virtuele aanwezigheid van de dode een zoektocht naar hem of haar wordt, kan daardoor de schrik van de ervaring van zelfdoding tot rust komen. Het ongeloof wordt een stem gegeven, en het verhaal van de dode en dat van de nabestaande kan evolueren.

Verder blijkt uit de resultaten van dit onderzoek dat nabestaanden innerlijk bezig zijn met de stem van het zelfverwijt, die met schuld over de dood van een dierbare in verbinding staat. Resultaten van voorafgaand onderzoek benadrukken dat, in vergelijking met andere doodsoorzaken, vooral schuld en zelfverwijt over zelfdoding bovenop rouwgevoelens komen (Bailey et al., 2009; Begley & Quayle, 2007; Bell et al., 2012; Fielden, 2003; Jordan, 2008; Kavanagh & Russo, 2015; Peters et al., 2016; Pompili et al., 2013; Sands & Tennant, 2010). Ook in dit onderzoek zitten nabestaanden in een **viciuze cirkel van zelf(verwijt)**. In verloop van tijd, door het delen van gevoelens van (zelf)verwijt, lijkt het alsof door de reacties van lotgenoten de stem van de rouw harder wordt. Volgens Bailey, Bell & Kennedy (2014) versterken schuldgevoelens in combinatie met zwijgende reacties van het sociale netwerk gevoelens van rouw en eenzaamheid. Dit

wordt ook door andere onderzoeken bevestigd, waaruit naar voren komt dat nabestaanden zich door de buitenwereld veroordeeld voelen tot zwijgen in '*silenced voices*' (Maple et al., 2010, p. 241) juist door de reactie van zwijgen over het overlijden. Het ontbreken van mogelijkheden en ruimte om binnen het eigen sociale netwerk te spreken over het verlies leidt bij nabestaanden van zelfdoding tot innerlijke conflicten tussen het graag willen spreken over het verlies maar geen permissie krijgen om te rouwen in het openbaar (Maple et al., 2010). Uit het huidige onderzoek kwamen vergelijkbare resultaten naar voren, waarbij gevoelens van **(dood)zwijgen** binnen de familie, maar ook in de sociale omgeving, bij nabestaanden leidt tot innerlijke conflicten met gevoelens van **eenzaamheid en gemis**.

In dit onderzoek vangt de stem van een onvoorwaardelijk steun van de groep individuele gevoelens van vertwijfeling op. De resultaten van dit onderzoek laten zien dat nabestaanden van zelfdoding als reactie op het stigma van de sociale omgeving hun innerlijke gevoelens van eenzaamheid in de deelstemmen van eenzaamheid de ruimte geven. Impliciet komt naar voren dat **rouw sociaal geconstrueerd** wordt door de reacties en ideeën die buitenstaanders over rouw hebben. Dit wordt vooral duidelijk in vergelijkbare verhalen van nabestaanden waarin het zwijgen van de buitenwereld als macht ervaren wordt. Dit onderzoek bevestigt dat die verwachting gecreëerd wordt door het **discours dat rouw overgaat** en na een bepaalde tijd stopt, dit wordt uitgedrukt met de stem van de macht. Het valt in dit onderzoek op dat juist in interacties tussen nabestaanden die over dominante ideeën over rouw gaan, minimaal vijf deelstemmen elkaar tegenspreken. Deze stemmen verwoorden gevoelens van macht en doodzwijgen ten opzichte van de stemmen van onmacht, zelfverwijt, vragen en eenzaamheid. Bell et al. (2015) merken op dat een besloten Facebookpagina een *virtual mourning object* kan worden, door steeds weer online te gaan en berichten te plaatsen of te lezen. Dit houdt in dat schrijven over en aan de overledene een vervanging voor de overledene wordt, vooral omdat nabestaanden in Facebookberichten de dode in de directe taal aanschrijven, alsof de dode kan luisteren en terug kan schrijven. De virtuele aanwezigheid van de dode kan enerzijds een substituut voor het gemis worden (Bell et al., 2015), maar anderzijds een nieuwe blijvende verbinding construeren. Daardoor kan de dode innerlijk in de beleving van de nabestaanden in leven gehouden worden (Bailey et al., 2014). Volgens Walter (2015) zou het internet gezien kunnen worden als een digitale hemel, waar de doden aan het leven gehouden worden door het delen van verhalen op een herdenkingssite voor de dode, en waar nabestaanden met elkaar in gesprek gaan. Irwin (2015) benadrukt dat Facebook voor nabestaanden door zelfdoding een geritualiseerde plek lijkt te zijn, die het Westerse rouwmodel van het

moeten onthechten probeert te transformeren tot blijvende verbindingen met de doden om verlieservaringen verdraagbaar te maken. Daarbij kunnen het rouwproces en de rouwrituelen veranderen (Carroll & Landry, 2010; Irwin, 2015). De performance van traditioneel rouwen transformeert door rouwen online op sociale media tot een gedeelde ervaring met nieuwe rouwrituelen (Giaxoglou, 2016).

Samengevat - met betrekking tot de antwoorden op de eerste onderzoeksvraag - ligt de betekenis van rouwen online in de reconstructie van de virtuele aanwezigheid van de dode. Daarbij staat het creëren van een blijvende verbinding met de dode op de voorgrond, wat door de groep gesteund wordt en dominante ideeën van de buitenwereld dat rouw over zal gaan, tegenspreekt. Dit onderzoek benadrukt dat de virtuele reconstructie van de dode als mogelijk rouwritueel rust in het rouwproces geeft. Het delen van de eens eenzaam beleefde verhalen kan, zoals Tamboukou (2010) beschrijft, door het vertellen als performance mogelijkheden bieden voor verandering. De nabestaanden van zelfdoding in dit onderzoek bieden als publiek onvoorwaardelijke steun, hoop en herkenning en de mogelijkheid tot verandering van hun verhalen.

2. Sterktes en zwaktes

Hoewel de deelnemers van dit onderzoek de meest actieve leden van de onderzochte Facebookgroep zijn en op bijna elk verhaal een reactie plaatsen, wordt de vraag opgeworpen in hoeverre er sprake is van een zelfselectie-bias van de deelnemers en een non-respons-bias van mensen die van de deelname afzien. Volgens Shields et al. (2015) is onduidelijk welke beleving leden van een online groep hebben, die geen toestemming gegeven hebben. Een tweede bedenking is, dat Facebook de mogelijk biedt om onderdeel van een besloten groep te zijn, passief verhalen en reacties van anderen te lezen, zonder actief aan de groepsinteractie deel te nemen. Het blijft onduidelijk hoe de beleving van de passieve positie binnen de groep is (Giaxoglou, 2015). Krysinksa en Andriessen (2015) merken op dat online groepen voor nabestaanden enkel door mensen gebruikt worden, die goede ervaringen met het online delen van hun innerlijke beleving hebben. Hoe nabestaanden met slechte ervaringen rouwen online na zelfdoding beleven, is onduidelijk. Een verdere zwakte is dat voornamelijk vrouwen hebben bijgedragen aan dit onderzoek, hoewel mannen niet minder verhalen en commentaren gedeeld hebben. Mogelijk zoeken vrouwen op internet eerder hulp van lotgenoten dan mannen, maar dit is speculatief.

Het vertellen van een verhaal tijdens onderzoek kan therapeutisch zijn, omdat deelnemers daarmee de mogelijkheid geboden wordt, om betekenis te geven aan dat wat hun overkomen is (Lakeman & Fitzgerald, 2009; Lakeman, McAndrew, Gabhann, & Warne, 2012). Hoewel het delen van een verhaal met lotgenoten zeker therapeutisch is, beoogt dit onderzoek niet intrusief en stresserend te zijn voor de participanten. Dit wordt bewerkstelligd doordat enkel verhalen gebruikt zijn die al gedeeld werden voordat de onderzoeker tot de groep toetrad. Dit kan ook nadelen hebben; het op Facebook geplaatste verhaal is misschien slechts een fractie van een groter geheel, en doordat dit in het verleden op Facebook geplaatst is, heeft de onderzoeker toen geen verhelderende bijvragen kunnen stellen. Mogelijk is dit ook een voordeel, omdat het verhaal dan op zichzelf staat en niet omwille van onderzoek verteld is. Een tweede voordeel van dit onderzoek is dat extreme en fysieke toestanden van psychische pijn door rouwen na zelfdoding een stem krijgen door het schriftelijk online delen. Een derde sterkte van dit onderzoek is dat niet enkel een individueel verhaal inzicht geeft in de beleving van rouwen na zelfdoding, maar dat door de bijhorende reacties op het verhaal een collectief verhaal over rouwen na zelfdoding ontstaat. Dit biedt de mogelijkheid rouwen na zelfdoding in een bredere context te plaatsen. Daarbij kan in kaart gebracht worden hoe rouwen na zelfdoding sociaal geconstrueerd wordt. Op die manier wordt rouwen na zelfdoding in een breder perspectief geplaatst, met rijkere verhalen.

3. Implicaties voor toekomstig onderzoek

De onvoorwaardelijke steun die nabestaanden in de groep impliciet van elkaar wensen en expliciet door leden van de groep geprobeerd wordt te bieden, vraagt om een verdiepend vervolgonderzoek. Geïnspireerd door het *member checking* met de nabestaanden en hun reacties op het onderzoek, zou vervolgonderzoek samen met nabestaanden kunnen reflecteren op welke betekenis het online delen van verhalen op de reconstructie van de eigen identiteit, maar ook op de reconstructie van de identiteit van de dode, heeft. Hoewel deze studie de beleving van nabestaanden over een periode van acht maanden beschrijft, zou het voor vervolgonderzoek interessant kunnen zijn hoe de online gedeelde verhalen longitudinaal hebben bijgedragen aan het rouwproces. Daarvoor zou een online en/of offline focusgroep geschikt kunnen zijn. Verder toekomstig onderzoek zou zich in detail kunnen richten op wat het online delen van het verhaal betekent voor het individuele rouwproces. Hierbij zou ook een persoonlijk offline interview met nabestaanden kunnen bijdragen om meer inzicht te verwerven in wat nabestaanden verwachten en wensen van de hulpverlening.

Vervolgonderzoek zou ook kunnen nadenken of het nuttig is om een zelfgekozen timeslot per persoon te ontwikkelen voor online groepen, om de overmatige betrokkenheid in de groep te beperken en te voorkomen dat nabestaanden te lang online zijn. Hoewel deze groep voor elk onderwerp openstaat, hebben verdrietige en overweldigende gevoelens de overhand. Dit roept de vraag op of, en hoe, een balans tussen afstand en nabijheid tot de groep mogelijk zou zijn, maar ook of het mogelijk is positieve in plaats van voornamelijk negatieve gevoelens online te delen. Daarom zou vervolgonderzoek zich kunnen richten op de vraag in hoeverre het lid zijn van een besloten Facebookgroep voor nabestaanden van zelfdoding een oefenterrein kan zijn om een balans tussen afstand en nabijheid in het rouwen te vinden.

4. Algemene conclusie

Deze narratieve studie onderzoekt de beleving van nabestaanden van zelfdoding in een besloten Facebookgroep over een periode van acht maanden en vertoont overeenkomsten met rouwverwerking uit voorafgaande onderzoeken.

Onafhankelijk van tijd en ruimte bieden mobiele technologieën de mogelijkheid onmiddellijk contact op te nemen met de Facebookgroep. Het blijkt dat, door het besloten karakter van de groep, verhalen gedeeld worden die in de offline wereld niet gedeeld kunnen worden. Het besloten karakter van deze groep in combinatie met de mogelijkheid om onmiddellijk verhalen te delen en hierop te reageren, wordt door nabestaanden als veilig en onvoorwaardelijk ondersteunend ervaren. Rouwen na zelfdoding krijgt hierdoor een stem. In lijn met het rizomatische denken zijn de narratieven van nabestaanden tijdelijk, omdat ieder lid van de groep in principe op ieder moment zou kunnen antwoorden. Het schrijven aan en over de dode geeft betekenis aan het overlijden. Met het directe schrijven aan de dode wordt de nabijheid met de dode gezocht om de relatie innerlijk te ervaren. Er ontstaat een interne representatie van de dierbare die boven het fysieke verlies staat. Daardoor wordt een blijvende verbinding met de dode (*continuing bond*) gecreëerd. Het indirecte schrijven dient ter herdenking van de dode. De groepsleden zijn hierbij getuigen en treden op als *co-mourners*, die collectief luisteren, reageren en onvoorwaardelijke steun bieden. Verder staat het online met de groep delen van met schuld beladen gedachten en vragen over zelfdoding in contrast met het (dood)zwijgen van zelfdoding binnen de eigen familie of de directe sociale omgeving. Dit zwijgen van de directe omgeving leidt bij nabestaanden in dit onderzoek tot gevoelens van onmacht als reactie op de macht van de zwijgende buitenwereld. Binnen de groep wordt niet gezwegen, maar wordt rouw als een gedeelde ervaring beleefd met een saamhorigheidsgevoel.

Het schrijven op Facebook kan een poging zijn om gevoelens van (zelf)verwilt, gemis, eenzaamheid en onmacht buiten zichzelf te plaatsen, en zo het innerlijke conflict van zelfdoding te externaliseren. De groep heeft hierbij een containing functie die als coping dient en onvoorwaardelijke aanwezig blijkt te zijn.

Referentielijst

- Anderson, R. (1974). Notes of a survivor. In S. B. Troop & W. A. Green (Eds.), *The patient, death and the family*, (p.77). New York, NY: Scribner.
- Andriessen, K., Draper, B., Dudley, M., & Mitchell, P. B. (2015). Bereavement after suicide. *Crisis*, 36(5), 299-303.
- Aries, P. (1982). *Geschichte des Todes*. (H.H. Henschen & U. Pfau, Trans.). München: Deutscher Taschenbuch Verlag. (Original work published in 1978).
- Bailey, L., Bell, J., & Kennedy, D. (2015). Continuing social presence of the dead: exploring suicide bereavement through online memorialisation. *New Review of Hypermedia and Multi media*, 21(1-2), 72-86.
- Balan, B. N. (2005). Multiple voices and methods: Listening to women who are in workplace transition. *International Journal of Qualitative Methods*, 4(4), 63-86.
- Balick, A. (2013). *The psychodynamics of social networking: Connected-up instantaneous culture and the self*. Karnac books.
- Bassett, D. J. (2015). Who Wants to Live Forever? Living, Dying and Grieving in Our Digital Society. *Social Sciences*, 4(4), 1127-1139.
- Bell, J., Bailey, L., & Kennedy, D. (2015). 'We do it to keep him alive': Bereaved individuals' experiences of online suicide memorials and continuing bonds. *Mortality*, 20(4), 375-389.
- Boerner, K., & Heckhausen, J. (2003). To have and have not: Adaptive bereavement by transforming mental ties to the deceased. *Death Studies*, 27(3), 199-226.
- Bouc, A., Han, S. H., & Pennington, N. (2016). "Why are they commenting on his page?": Using Facebook profile pages to continue connections with the deceased. *Computers in Human Behavior*, 62, 635-643.
- Brubaker, J. R., Hayes, G. R., & Dourish, P. (2013). Beyond the grave: Facebook as a site for the expansion of death and mourning. *The Information Society*, 29(3), 152-163.
- Bruner, J. (1986). *Actual minds, possible worlds*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Burr, V. (2015). *Social Constructionism*. (3rd ed.). London: Routledge.
- Carroll, B., & Landry, K. (2010). Logging on and letting out: Using online social networks to grieve and to mourn. *Bulletin of Science, Technology & Society*, 30(5), 341-349.

- Chapple, A., & Ziebland, S. (2011). How the Internet is changing the experience of bereavement by suicide: A qualitative study in the UK. *Health: 15*(2), 173-187.
- Chapple, A., Zibland, S., & Hawton, K. (2015). Taboo and the different death? Perceptions of those bereaved by suicide or other traumatic death. *Sociology of Health & Illness, 37*(4), 610-625.
- Corbin, J., & Strauss, A. (2015). *Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory* (4th ed). Los Angeles, CA: Sage Publications.
- Corless, I. B., Limbo, R., Bousso, R. S., Wrenn, R. L., Head, D., Lickiss, N., & Wass, H. (2014). Languages of Grief: A model for understanding the expressions of the bereaved. *Health Psychology and Behavioral Medicine: an Open Access Journal, 2*(1), 132-143.
- Currier, J. M., Holland, J. M., & Neimeyer, R. A. (2006). Sense-making, grief, and the experience of violent loss: Toward a mediational model. *Death studies, 30*(5), 403-428.
- De Groot, M. H., de Keijser, J., & Neeleman, J. (2006). Grief Shortly After Suicide And Natural Death: A Comparative Study Among Spouses and First-Degree Relatives. *Suicide and Life-Threatening Behavior, 36*(4), 418-431.
- De Vries, B., & Rutherford, J. (2004). Memorializing loved ones on the World Wide Web. *OMEGA-Journal of Death and Dying, 49*(1), 5-26.
- Döveling, K. (2015). Emotion regulation in bereavement: Searching for and finding emotional support in social network sites. *New Review of Hypermedia and Multimedia, 21*(1-2), 106-122.
- Facebook (2017). Wat zijn de privacyinstelling voor groepen? Retrieved from: https://www.facebook.com/help/220336891328465?helpref=about_content
- Feigelman, B., & Feigelman, W. (2008). Surviving after suicide loss: The healing potential of suicide survivor support groups. *Illness, Crisis & Loss, 16*(4), 285-304.
- Feigelman, W., Gorman, B. S., & Jordan, J. R. (2009). Stigmatization and suicide bereavement. *Death Studies, 33*(7), 591-608.
- Fielden, J. M. (2003). Grief as a transformative experience: Weaving through different lifeworlds after a loved one has completed suicide. *International Journal of Mental Health Nursing, 12*(1), 74-85.
- Finlay, C. J., & Krueger, G. (2011). A space for mothers: Grief as identity construction on memorial websites created by SIDS Parents. *OMEGA-Journal of Death and Dying, 63*(1), 21-44.
- Foucault, M., Martin, R., Martin, L., Paden, W., Rothwell, K., Gutman, H., Hutton, P. (1993).

- Technologien des Selbst. In L. Martin, H. Guttman & P. Hutton (Eds.), *Technologien des Selbst*, (pp.24-62). Frankfurt: Fischer Verlag. (Original work published 1988).
- Freud S. (1915). Unser Verhältnis zum Tod. In H. Lohmann (Ed.), *Zeitgemäßes über Krieg und Tod. Warum Krieg? Der Briefwechsel mit Albert Einstein* (pp. 66-78). Ditzingen: Reclam.
- Freud S. (1917). Trauer und Melancholie. In A. Freud (Ed.), *Sigmund Freud. Gesammelte Werke X*, (pp. 428-446). Frankfurt: Fischer Verlag.
- Gary, J. M., & Remolino, L. (2000). Coping with loss and tried through online support groups. In J. Bloom & G. Walz (Eds.), *Cybercounseling and cyberlearning: Strategies and resources for the millennium* (pp. 95-114). Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Georgakopoulou, A. (2013). Storytelling on the go: Breaking news stories as a travelling genre. In M. Hatavara, L.C.Hydén & M. Hyvärinen (Eds.), *The Travelling Concepts of Narrative* (pp. 201-224). Amsterdam/Philadelphia: John Benjamins.
- Gergen, K. J. (2003). "Self And Community In The New Floating Worlds". In K. Nyriri (Ed.), *Mobile Democracy: Essays On Society, Self And Politics* (pp. 103-114.). Vienna: Passagen.
- Gergen, K.J. (2015). An Introduction to Social Constructionism. (3rd. ed.). London: SAGE.
- Giaxoglou, K. (2015). 'Everywhere I go, you're going with me': Time and space deixis as affective positioning resources in shared moments of digital mourning. *Discourse, Context & Media*, 9, 55-63.
- Gilbert, K. R. (2002). Taking a narrative approach to grief research: Finding meaning in stories. *Death studies*, 26(3), 223-239.
- Gilligan, C., Spencer, R., Weinberg, M.K., & Bertsch, T. (2003). On the listening guide: A voice-centered relational method. In P. M. Camic, J. E. Rhodes, & L. Yardley (Eds.), *Qualitative research in psychology: Expanding perspectives in methodology and design* (pp. 157-172). Washington, DC: American Psychological Association.
- Gorer, G. (1955). The pornography of death. *Encounter*, 5(4), 49-52.
- Hartig, J., & Viola, J. (2016). Online Grief Support Communities: Therapeutic Benefits of Membership. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 73(1), 29-41.
- Hollander, E. M. (2001). Cyber community in the valley of the shadow of death. *Journal of Loss and Trauma*, 6(2), 135-146.
- Hooghe, A. (2008). Systemen onder druk: Rouw en verlies. In: A. Savenije, M. van Lawick, E. Reijmers (Eds.), *Handboek Systeemtherapie* (pp. 569-578). Utrecht: De Tijdstroom.

- Irwin, M. D. (2015). Mourning 2.0—Continuing bonds between the living and the dead on Facebook. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 72(2), 119-150.
- Johannisson, K. (2010). *Kamers van de melancholie: over angst, verveling en depressie*. (E. van der Heijden en W. Jongeneel. Vert.). Amsterdam: Ambo| Anthos. (Oorspronkelijk werk gepubliceerd in 1995).
- Jordan, J. R. (2001). Is suicide bereavement different? A reassessment of the literature. *Suicide and Life-Threatening behavior*, 31(1), 91-102.
- Jordan, J. R., & McIntosh, J. L. (2011). Is suicide bereavement different? A framework for rethinking the question. In *Grief after suicide: Understanding the consequences and caring for the survivors* (pp.19-42). New York, NY: Routledge.
- Jordan, J. R., & Neimeyer, R. A. (2007). Historical and contemporary perspectives on assessment and intervention. In David K. Meager & David E. Balk (Eds.), *Association for death education and counseling handbook of thanatology* (pp. 219-238). New York, NY: Routledge.
- Kasket, E. (2012). Continuing bonds in the age of social networking: Facebook as a modern-day medium. *Bereavement Care*, 31(2), 62-69.
- Klass, D. (2006). Continuing conversation about continuing bonds. *Death Studies*, 30(9), 843-858.
- Klass, D., Silverman, P., & Nickman, S. (1996). *Continuing bonds: New understandings of grief*. Washington, DC: Taylor & Francis.
- Knieper, A. J. (1999). The suicide survivor's grief and recovery. *Suicide and Life-Threatening behavior*, 29(4), 353-364.
- Krysinska, K., & Andriessen, K. (2010). On-line support and resources for people bereaved through suicide: What is available? *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 40(6), 640-650.
- Krysinska, K., & Andriessen, K. (2015). Online memorialization and grief after suicide: An analysis of suicide memorials on the Internet. *OMEGA-Journal of death and dying*, 71(1), 19-47.
- Kübler-Ross, E. (1969). *On death and dying*. New York, NY: Scribner.
- Labov, W. (2013). *The language of life and death: The transformation of experience in oral narrative*. New York, NY: Cambridge University Press.
- Lakeman, R., & Fitzgerald, M. (2009). Ethical suicide research: a survey of researchers. *International Journal of Mental Health Nursing*, 18(1), 10-17.

- Lakeman, R., McAndrew, S., MacGabhann, L., & Warne, T. (2013). 'That was helpful... no one has talked to me about that before': Research participation as a therapeutic activity. *International Journal of Mental Health Nursing*, 22(1), 76-84.
- Lincoln, Y.S. & Guba, E.G. (1985). Doing What Comes Naturally. In *Naturalistic Inquiry*, (pp. 187-219). Newbury Park, CA: Sage Publications.
- Maple, M., Cerel, J., Jordan, J. R., & McKay, K. (2014). Uncovering and identifying the missing voices in suicide bereavement. *Suicidology Online*, 5(1), 1-12.
- Maple, M., Edwards, H., Plummer, D., & Minichiello, V. (2010). Silenced voices: Hearing the stories of parents bereaved through the suicide death of a young adult child. *Health & Social Care in the Community*, 18(3), 241-248.
- Marsh, I. (2010). Conditions of possibilities for formation of medical truths of suicide: 1641-1821. In *Suicide: Foucault, History and Truth* (pp. 111-114). New York, NY: Cambridge University Press.
- Minois, Georges. (1999). From the French Revolution to the Twentieth Century, or, From Free Debate to Silence. In *History of Suicide: Voluntary Death in Western Culture* (L. G. Cochrane. Trans.), (pp.302-328). Baltimore, MD: Johns Hopkins (Original work published 1995).
- Neimeyer, R. A. (2000). Searching for the meaning of meaning: Grief therapy and the process of reconstruction. *Death Studies*, 24, 541-558.
- Neimeyer, R. A. (2004). Fostering posttraumatic growth: A narrative elaboration. *Psychological inquiry*, 15(1), 53-59.
- Neimeyer, R. A., Baldwin, S. A., & Gillies, J. (2006). Continuing bonds and reconstructing meaning: Mitigating complications in bereavement. *Death studies*, 30(8), 715-738.
- Neimeyer, R. A., Burke, L. A., Mackay, M. M., & van Dyke Stringer, J. G. (2010). Grief therapy and the reconstruction of meaning: From principles to practice. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 40(2), 73-83.
- Neimeyer, R. A., Klass, D., & Dennis, M. R. (2014). A social constructionist account of grief: Loss and the narration of meaning. *Death Studies*, 38(8), 485-498.
- Neimeyer, R. A., & Levitt, H. (2000). What's narrative got to do with it? Construction and coherence in accounts of loss. In J. Harvey (Ed.), *Loss and trauma* (pp. 401-412). Philadelphia, PA: Brunner Routledge.

- Neimeyer, R. A., & Sands, D. C. (2011). Meaning reconstruction in bereavement: From principles to practice. In Neimeyer, H. Winokuer, D. Harris & G. Thornton (Eds.), *Grief and bereavement in contemporary society: Bridging research and practice* (pp. 9 - 22). New York: Routledge.
- Neubaum, G., Rösner, L., Rosenthal-von der Pütten, A. M., & Krämer, N. C. (2014). Psychosocial functions of social media usage in a disaster situation: A multi-methodological approach. *Computers in Human Behavior*, 34, 28-38.
- Nolen-Hoeksema, S., & Davis, C. D. (1999). "Thanks for sharing that": Ruminators and their social support networks. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(4), 801- 814.
- Paulus, T. M., & Varga, M. A. (2015). "Please know that you are not alone with your pain": Responses to newcomer posts in an online grief support forum. *Death studies*, 39(10), 633-640.
- Pennington, N. (2013). You don't de-friend the dead: An analysis of grief communication by college students through Facebook profiles. *Death studies*, 37(7), 617-635.
- Peters, K., Cunningham, C., Murphy, G., & Jackson, D. (2016). 'People look down on you when you tell them how he died': Qualitative insights into stigma as experienced by suicide survivors. *International Journal of Mental Health Nursing*, 25(3). 251-257.
- Pitman, A. L., Osborn, D. P., Rantell, K., & King, M. B. (2016). The stigma perceived by people bereaved by suicide and other sudden deaths: A cross-sectional UK study of 3432 bereaved adults. *Journal of psychosomatic research*, 87, 22-29.
- Pompili, M., Lester, D., De Pisa, E., Del Casale, A., Tatarelli, R., & Girardi, P. (2008). Surviving the suicides of significant others: A case study. *Crisis*, 29(1), 45-48.
- Pompili, M., Shrivastava, A., Serafini, G., Innamorati, M., Milelli, M., Erbuto, D., ... & Lester, D. (2013). Bereavement after the suicide of a significant other. *Indian Journal of Psychiatry*, 55(3). 256.
- Refslund Christensen, D., & Gotved, S. (2015). Online memorial culture: an introduction. *New Review of Hypermedia and Multimedia*, 21(1-2). 1-9.
- Ricoeur, P. (1991). 'Life in quest of narrative'. In D. Wood (ed) *On Paul Ricoeur: Narrative and Interpretation*, (p. 20-26). London: Routledge.
- Roidner, J. (2011). Clifford Geertz (1926—2006), "Dichte Beschreibung. Bemerkungen zu einer deutenden Theorie von Kultur" (1973). *Kultur Poetik*, 11(1), 111-119.

- Rossetto, K. R., Lannutti, P. J., & Strauman, E. C. (2015). Death on Facebook Examining the roles of social media communication for the bereaved. *Journal of Social and Personal Relationships*, 32(7), 974-994.
- Root, B. L., & Exline, J. J. (2014). The role of continuing bonds in coping with grief: Overview and future directions. *Death studies*, 38(1), 1-8.
- Sands, D., & Tennant, M. (2010). Transformative learning in the context of suicide bereavement. *Adult Education Quarterly*, 60(2), 99-121.
- Sauter, T. (2014). 'What's on your mind?' Writing on Facebook as a tool for self-formation. *New Media & Society*, 16(5), 823-839.
- Sermijn, J., Devlieger, P., & Loots, G. (2008). The narrative construction of the self: Selfhood as a rhizomatic story. *Qualitative Inquiry*, 14(4), 632-650.
- Shields, C., Kavanagh, M., & Russo, K. (2015). A qualitative systematic review of the bereavement process following suicide. *OMEGA-Journal of death and dying*, 0(0). 1-29.
- Stroebe, M. S., & Schut, H. (1999). The Dual Process Model of coping with bereavement: Rationale and description. *Death Studies*, 23, 197-224.
- Swartwood, R. M., Veach, P. M., Kuhne, J., Lee, H. K., & Ji, K. (2011). Surviving grief: An analysis of the exchange of hope in online grief communities. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 63(2), 161-181.
- Tamboukou, M. (2010). *Nomadic Narratives, Visual Forces: Gwen John's Letters and Paintings*. Retrieved from:
https://books.google.de/books?hl=en&lr=&id=4s6XIBZLimkC&oi=fnd&pg=PR9&ots=L_av6R60j1&sig=yaKjHvDh1BzY2sC08n1K-28PtTc#v=onepage&q=event&f=false
- Varga, M. A., & Paulus, T. M. (2014). Grieving online: Newcomers' constructions of grief in an online support group. *Death Studies*, 38(7), 443-449.
- Walter, T. (2015). New mourners, old mourners: online memorial culture as a chapter in the history of mourning. *New Review of Hypermedia and Multimedia*, 21(1-2), 10-24.
- Walter, T., Hourizi, R., Moncur, W., & Pitsillides, S. (2012). Does the internet change how we die and mourn? Overview and analysis. *Omega-Journal of Death and Dying*, 64(4), 275-302.
- Wiggins, S., McQuade, R., & Rasmussen, S. (2016). Stepping Back From Crisis Points The Provision and Acknowledgment of Support in an Online Suicide Discussion Forum. *Qualitative Health Research*, 26(9), 1240-1251.

- White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. New York NY: Norton&Company.
- Wojtkowiak, J., Wild, V., & Egger, J. (2012). Grief experiences and expectance of suicide. *Suicide and Life-Threatening behavior*, 42(1), 56-66.
- Woodyatt, C.R., Finneran, C.A., Stephenson, R. (2016). In-Person Versus Online Focus Group Discussions: A Comparative Analysis of Data Quality. *Qualitative Inquiry*, 26(6). 741-749.
- Worden, J.W. (2009). *Grief Counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner* (4th ed.). New York, NY: Springer Publishing Company.
- Varga, M. A., & Paulus, T. M. (2014). Grieving online: Newcomers' constructions of grief in an online support group. *Death studies*, 38(7), 443-449.
- Villanueva O'Driscoll, J., & Loots, G. (2014). Tracing Subjective Drives: A Narrative Approach to Study Youth's Engagement with and Disengagement from Armed Groups in Colombia. *Qualitative Research in Psychology*, 11(4), 365-383.

Bijlagen

Bijlage I: Informed consent

Bijlage II: Overzicht deelnemers

Bijlage III: Overzicht bijdragen deelnemers

Bijlage IV: Resultaten open codering

Bijlage V: Resultaten axiale codering

Bijlage VI: Data-analyse

BIJLAGE I

INFORMED CONSENT

The screenshot shows a Facebook interface with a post by a user named Carolina. The browser's address bar shows a secure connection and a URL placeholder. The Facebook post includes a profile picture, name, and date. The main content of the post is a multi-paragraph text in Dutch, which serves as an informed consent form. On the left, there is a sidebar with navigation options for a closed group. At the bottom of the post, there are icons for likes and reactions.

Secure -- om anonimiteit te garanderen ontbreekt de URL --

Apps

Carolina Startpagina

Carolina
31 mei 2016 ·

Besloten groep

Discussie

Leden

Evenementen

Video's

Foto's

Lieve mensen,
ik lees hier vaak rijke verhalen, die mij als mens en als nabestaande raken; die een grote betekenis kunnen hebben en een goede bijdrage zouden kunnen zijn aan de wetenschap en de hulpverlening.

Zoals jullie weten ben ik nabestaande. Daarnaast studeer ik binnenkort af op een narratief onderzoek over zelfdoding en euthanasie. Ik zou mijn onderzoek willen richten op hoe het met elkaar delen door jullie van verhalen, foto's, gedichten en liedjes, betekenis kan geven aan de rouw.

Daarom wil ik jullie vragen of ik sommige verhalen, die hier tot nu toe geplaatst, gevoeld en gedeeld zijn, zou mogen onderzoeken. Hoe ze kunnen worden begrepen op wat jullie bindt en scheidt. Ik zou deze verhalen graag analyseren met vragen zoals:

Wat betekent deze groep voor jou. Wat missen jullie hier in deze groep? Wat missen jullie in de hulpverlening voor nabestaanden? Wat zouden jullie anders willen, als dat zo maar zou kunnen? Maar ook: hoe je het gevoel hebt, dat er in het algemeen met zelfbevrijding wordt omgegaan of hoe je denkt je dat andere mensen naar jou kijken en wat dat met je doet.

Uiteraard zullen alle bijdragen anoniem zijn, en heb je het recht om jou verhaal of citaten in te kijken en verbeteringen voor te stellen indien ze niet correct zijn. En aan te vullen als ze niet volledig zijn. Of ze te laten verwijderen uit het onderzoek.

Daartoe stel ik me voor dat ik 3 weken voordat ik die thesis op de universiteit aanbied, deze hier zal plaatsten. Dan kunnen jullie (ook degenen die er niet aan deelnemen) het nalezen, aanpassen en controleren.

Jouw verhalen worden strikt vertrouwelijk en anoniem verwerkt, zonder herkenbare verwijzing naar individuele deelnemers, onder de vorm van pseudoniemen of fictieve namen gerapporteerd. Je kan te allen tijde je deelname eraan afbreken zonder opgave van de redenen.

De verzamelde verhalen zullen voor geen andere doeleinden worden gebruikt dan het wetenschappelijke onderzoek voor mijn Masterscriptie aan de Vrije Universiteit in Brussel onder begeleiding van Prof. Dr. Gerrit Loots (Gerrit.Loots@vub.ac.be).

Als ik jouw verhaal en jouw berichten zoals die tot nu toe hier geplaatst zijn, mag gebruiken voor mijn onderzoek, wil je dan hieronder reageren. En ook als je het absoluut niet wilt, of twijfels, gedachten, angsten beleefd, wil je dat dan ook hieronder zetten. Alle reacties en vragen zijn welkom, en contact kan natuurlijk ook per email.: Carolina.Felix@vub.ac.be

En mijn deelname als nabestaande hier in de groep wil ik graag niet veranderen; dit vind ik ook belangrijk om nog te zeggen.

5 27 reacties

BIJLAGE II

*Demografische gegevens participanten: naam¹, leeftijd, geslacht, duur nabestaande
(uitgedrukt in maanden), verwantschap*

Naam	Leeftijd	Geslacht (V=vrouw M=man)	Duur nabestaande (in maanden)	Verwantschap
Eline	51	V	20	partner
Jana	50	V	27	dochter
Su	49	V	48	dochter
Jackie	31	V	27	zus
Louise	56	V	12	zoon
Lea	54	V	26	nicht van zus
Lotte	54	V	7	partner
Liesbeth	62	V	122	dochter
Eva	51	V	35	zoon
Charlotte	45	V	36	partner
Nina	49	V	60	dochter
Willemien	59	V	6	zoon
Melissa	54	V	1	partner
Chloe	43	V	36	partner
Zoe	43	V	21	broer
Ellen	40	V	14	zoon
Fien	47	V	21	dochter
Yasmine	51	V	4	zus
Paul	54	M	2	partner
Luuk	55	M	15	dochter
Adam	57	M	7	zoon

¹ alle namen zijn fictief om vertrouwelijkheid en anonimiteit te garanderen

BIJLAGE III

Overzicht bijdragen participanten in de periode 18/09/2015 t/m31/05/2016

Naam ²	aantal teksten gepost (verhalen en korte mededelingen)	aantal commentaren gegeven op teksten	Totaal bijdragen (teksten plus commentaren)
Eline	3	21	24
Jana	1	6	7
Su	27	283	310
Jackie	1	16	17
Louise	4	35	39
Lea	17	187	204
Lotte	4	23	27
Liesbeth	6	63	69
Eva	2	28	30
Charlotte	2	29	31
Nina	2	9	11
Willemien	1	7	8
Melissa	6	93	99
Chloe	14	190	204
Zoe	9	119	128
Ellen	1	13	14
Fien	1	10	11
Yasmine	14	254	268
Paul	9	96	105
Luuk	12	138	150
Adam	9	85	94

² alle namen zijn fictief om vertrouwelijkheid en anonimiteit te garanderen

BIJLAGE IV: Resultaten open odeling

Deze bijlage toont de open codering van 89 en de redcutie tot 49 verhalen

Naam³	Verhaal	Plot	Aantal commentaren op verhaal (0 - 99)	Reacties groter of gelijk aan 7 als geschikt bevonden voor co-dering
Luuk	Verhaal 15	Beschrijving van de ochtend dat hij zijn dochter dood in de kledingkast heeft gevonden. Reden voor zelfdoding is volgens hem het pesten op school. Het blijven vragen ondanks afscheidsbrief dochter en afscheidsboek dochter. Reacties lotgenoten zijn steunend.	17	JA
Luuk	Verhaal 3	Zoekt hulp in groep, ruzie thuis omdat hij met zijn vrouw niet over het verlies van zijn dochter kan spreken, spanningen thuis, therapie ervaring slecht, eenzaam en alleen met zijn verdriet, deelt met groep de laatste momenten van zijn dochter.	18	JA
Luuk	Verhaal 6	Familiefeest niet kunnen volhouden, verlaten van feest, familieleden vinden dat hij "eroverheen moet zijn". "Pas als ik dood ben ga ik eroverheen zijn" = sociaal construct van rouw. Botsen van hoe rouw eruit moet zien en hoe niet en het idee dat rouw over gaat.	15	JA
Luuk	Verhaal 8	"Ik ben veranderd door de rouw", instorten, moeilijke dagen, vermoeiend, sprakeloos zijn, proberen normaal te werken, het lukt niet om niet in te storten, onmacht over intense gevoelens van verdriet.	5	NEE

³ alle namen zijn fictief om vertrouwelijkheid en anonimiteit te garanderen

BIJLAGE IV: Resultaten open odeling

Deze bijlage toont de open codering van 89 en de redcutie tot 49 verhalen

Luuk	Verhaal 9	Overweldigd, gespannen, bezorgd naar een feest van werk te gaan, bang voor indirecte vragen van collega's over overlijden van dochter.	4	NEE
Luuk	Verhaal 12	Eenzaamheid, onbegrip, school vindt "ze was moeilijk", mails niet kunnen lezen.	19	JA
Luuk	Verhaal 13a	Kast gekocht voor overleden dochter, die zij altijd hebben wou.	8	JA
Luuk	Verhaal 14	Dankt leden op FB dat zijn rouw hier bespreekbaar wordt.	6	NEE
Luuk	Verhaal 13b	Huis is herdenkingsplaats, spullen van dochter nog altijd zoals het was toen ze nog aan het leven was.	9	JA
Luuk	Verhaal 9	Ongemak bij vragen over hoe het gaat, ongemak over verjaardag, zijn eigen zijn en identiteit in vraag, machteloosheid, heeft het gevoel gefaald te hebben ten opzichte van zijn dochter.	18	JA
Luuk	Verhaal 4	Zoeken naar antwoorden in de spullen, teksten, boeken, schrikken van de geheimen, met eigen partner dit niet kunnen delen, fb als plek om dit geheim te delen. Ambivalentie tussen respect en eigen vragen. Onopgeloste zaken, brieven doorsturen naar vrienden van haar, de spullen als antwoord dat niet komt, eenzaam met dat wat hij nooit te weten zal komen.	10	JA
Luuk	Verhaal 1	Weggeven van speelgoed van dochter voor een goed doel.	11	JA

BIJLAGE IV: Resultaten open odeling

Deze bijlage toont de open codering van 89 en de redcutie tot 49 verhalen

Zoë	Verhaal 16	Het bekijken van gerechtelijke foto's van de dode na de zelfdoding samen met de therapeut, het willen zien en niet willen zien, de betekenis van het kijken, het bekijken, het delen van feitelijke foto's met iemand om het onbegrip onder ogen te zien.	12	JA
Zoë	Verhaal 17	Oproep aan de overleden broer, missen, problemen niet beter door zijn dood, boosheid, onmacht, wens naar ontmoeting voor een enkele keer.	11	JA
Zoë	Verhaal 18	Directe brief aan de broer, het missen, de ondraaglijkheid van rouw.	10	JA
Zoë	Verhaal 19	Eigen verhaal in tijdschrift, zoektocht naar herkenning.	8	JA
Zoë	Verhaal 20	Direkce brief aan de broer, missen van zijn geur, stem, aanwezigheid.	16	JA
Zoë	Verhaal 21	Interview over zelfdoding broer met een krant gehad, beroerd, opgelucht, "mijn verhaal is jullie verhaal", ze deelt haar beleving hoe het was haar verhaal te vertellen met lotgenoten.	17	JA
Zoë	Verhaal 22	Toegezegd bij de krant om haar verhaal te delen, dubbele gevoelens de dag voor het interview, steun van de groep.	16	JA
Zoë	Verhaal 23	Onbegrip en afwijzing van therapeut die euthanasie voorstelt aan haar, Zoë begrijpt niet of dat serieus bedoeld is of als provocatie.	8	JA

BIJLAGE IV: Resultaten open odeling

Deze bijlage toont de open codering van 89 en de redcutie tot 49 verhalen

Zoë	Verhaal 24	Getriggerd door poging van zelfdoding van kennis, die hij overleeft, beschrijving van overleden broer, zoeken naar antwoorden, vragen waarom, veel steun van lotgenoten.	14	JA
Charlotte	Verhaal 25	Lange directe brief aan partner over het gemis, het zwijgen, het ontroostbaar zijn over de dood van partner.	14	JA
Charlotte	Verhaal 26	Voorstel wie ze is, verlies van haar partner ondraaglijk: nu moet ik verder met het 'ik-verhaal'. Ik kan zijn dood niet aanvaarden.	7	JA
Louise	Verhaal 27	Bericht over het inkijken van het dossier, dat zij in zijn geheel wil zien en niet een gedeelte ervan. Wantrouwen over niet het hele dossier kunnen krijgen.	4	NEE
Louise	Verhaal 28	Delen van niet meer verder te kunnen met het eigen leven, al voor de dood van de zoon ging het slecht wegens psychische problemen, zij voelt zich kapot van verdriet.	12	JA
Louise	Verhaal 29	Verhaal over haar zoon vanaf de geboorte tot zijn dood, precieze beschrijving van de dag van het overlijden en het zoeken naar zijn lichaam nadat hij vermist wordt. Razende woede op de GGZ, omdat de zoon na de afspraak daar zijn leven heeft beëindigd.	10	JA
Louise	Verhaal 30	Woede over verzekering die de uitvaart van zoon niet wil betalen, opstarten van crowdfunding.	3	NEE
Ellen	Verhaal 33	Voorstellen van zichzelf aan de groep. Verhaal over het verlies van haar zoon.	6	NEE

BIJLAGE IV: Resultaten open odeling

Deze bijlage toont de open codering van 89 en de redcutie tot 49 verhalen

Adam	Verhaal 34	Gedicht (zelf geschreven) over het niet willen denken aan de dag van de dood van zijn zoon door zelfdoding, maar juist wel aan de tijd die zij samen hadden.	11	JA
Adam	Verhaal 35	Verhaal over de eerste suïcidepoging van zijn zoon, wakker geschud, dankbaar dat de eerste keer niet is gelukt en dat hij nog tijd met zijn zoon kon doorbrengen.	9	JA
Adam	Verhaal 36	Heel kort verhaal met 5 zinnen, fotoboek gedeeld met vrienden, verbazing van vrienden dat hij zo maar over zoon kan vertellen.	4	NEE
Adam	Verhaal 37	Zien van een boom in de natuur, die dezelfde lijkt te zijn als die van het Whats App-profiel van de overleden zoon.	11	JA
Adam	Verhaal 39	Gedicht over een vinkje, over een niet meer gelezen bericht van de zoon, van Adam beschrijving hoe de zoon gevonden is en hoe de politie voorkwam dat zijn vader hem aanraakte.	11	JA
Adam	Verhaal 40	Voorstellen van de verteller aan de groep, hij vertelt over het verlies van zoon, de dag van het overlijden, het vinden van het lichaam in de woning, de achtergrond van het overlijden, de eerste poging tot zelfdoding en de tweede poging die gelukt is. Beschrijving van de depressie van de zoon.	7	JA
Adam	Verhaal 41	Biografie van de zoon, de relaties tussen vader en zoon, de depressie die beiden iets dicht bij elkaar bracht.	5	NEE
Adam	Verhaal 42	Dank aan de lotgenoten aan het einde van het jaar 2015 en beste wensen voor 2016.	5	NEE

BIJLAGE IV: Resultaten open odeling

Deze bijlage toont de open codering van 89 en de redcutie tot 49 verhalen

Adam	Verhaal 43	Excuses voor het niet zo actief zijn op dit moment.	3	NEE
Chloe	Verhaal 46	Gedicht aan overleden partner.	8	JA
Chloe	Verhaal 47	Heel kort bericht over het geluk van de levenden.	3	NEE
Chloe	Verhaal 48	Directe brief aan overleden partner.	7	JA
Chloe	Verhaal 49	Droom over de partner, over een teken van hem, dankbaar dat hij tenminste in de dromen terug komt, pijn, verdriet.	9	JA
Su	Verhaal 50	Voorstellen aan de groep, delen van de dood van dochter.	4	NEE
Su	Verhaal 51	Verhaal over een droom, over het gebaren van een kind dat hetzelfde moedervlekje als haar dochter had.	6	NEE
Su	Verhaal 52	Geboren worden om te sterven en een oproep dit aan te nemen =gedicht aan de dochter	12	JA
Su	Verhaal 53	Verhaal over het terugkomen na werk, een baan die ze al voor de dood van haar dochter had. Wens dat haar dochter nog eens geboren zal worden. Bericht dat ze grootmoeder zal worden. Hoop. Beleving dat rouw kan verzachten in de intensiteit.	13	JA
Su	Verhaal 54	Brief aan dode dochter, die vandaag jarig is, vertellen over wat allemaal gebeurd is na haar dood, ze voelt dat de dochter nog onder de levenden is. Ze voelt haar aanwezigheid.	9	JA
Su	Verhaal 55	Bericht over een goede dag maar de verleiding op zoek te gaan naar haar verdriet. Wens naar goede momenten.	5	NEE

BIJLAGE IV: Resultaten open odeling

Deze bijlage toont de open codering van 89 en de redcutie tot 49 verhalen

Su	Verhaal 56	Delen van een gedachte: verschil tussen dood door zelfdoding en dood door ongeluk, doodsoorzaak heeft invloed op rouwproces. Eenzaamheid door het taboe van niet te kunnen spreken over dood door zelfdoding.	3	NEE
Su	Verhaal 57	Brief aan dochter in 5 zinnen.	9	JA
Su	Verhaal 58	Verhaal over werkloosheid en het zoeken van een nieuwe baan na zelfdoding. Waarderen dat het leven verder gaat.	6	NEE
Su	Verhaal 60	Verhaal over missen van de dochter op een avond die altijd gezamenlijk gedeeld werd.	6	NEE
Su	Verhaal 61	Verhaal over tranen en geen woorden meer hebben voor het feit haar dochter verloren te hebben.	4	NEE
Su	Verhaal 63	Hopeloosheid in één zin.	2	NEE
Lotte	Verhaal 65	Bericht over thuisblijven omdat het met haar kinderen niet goed gaat, zich terugtrekken om het eigen verdriet niet aan de kinderen te tonen en hun verdriet te containen.	2	NEE
Lotte	Verhaal 66	Droom over de dode.	4	NEE
Lotte	Verhaal 62	Delen van het gemis en het verdriet zonder partner verder te moeten leven.	4	NEE
Melissa	Verhaal 67	Kort bericht over verdriet sinds 8 maanden en niet verder kunnen.	3	NEE
Melissa	Verhaal 68	Kwaadheid in één zin.	1	NEE
Melissa	Verhaal 69	Herinnering aan kerst en gemis.	6	NEE

BIJLAGE IV: Resultaten open odeling

Deze bijlage toont de open codering van 89 en de redcutie tot 49 verhalen

Melissa	Verhaal 70	Auto van partner verkocht en een laatste rit gemaakt.	9	JA
Melissa	Verhaal 72	Woede over verlating.	4	NEE
Melissa	Verhaal 73	Voorstellen aan de groep, niet kunnen aanvaarden dat ze verlaten is door zelfdoding.	11	JA
Liesbeth	Verhaal 74	Verdriet over Moederdag zonder haar dochter.	4	NEE
Liesbeth	Verhaal 75	Brief van moeder aan dochter op de sterfdag twee jaar na zelfdoding van de dochter, schrift alsof dochter nog leeft en met haar gaat roken "Ik ga natuurlijk even een peukkie met je roken straks!"	8	JA
Liesbeth	Verhaal 76	Bericht over en huilbui.	3	NEE
Liesbeth	Verhaal 77	Beschrijving over het zetten van een tattoo ter ere van dochter.	7	JA
Nina	Verhaal 78	Brief van moeder aan dochter op de sterfdag 3 jaar na het overlijden.	4	NEE
Nina	Verhaal 79	Brief aan dochter op geboortedag, schrijft aan dochter alsof ze nog aan het leven is aan de andere kant van de wereld.	11	JA
Lea	Verhaal 80	Droom over nichtje van overleden zus.	4	NEE
Lea	Verhaal 81	Angst en zorgen over de zoon, die slaapproblemen en psychische problemen heeft.	8	JA
Lea	Verhaal 82	Delen van een ervaring waarbij zij op de werkvloer over de zelfdoding van haar nichtje sprak, zich kon laten zien en erkenning voelde.	9	JA
Lea	Verhaal 83	Groot verdriet dat nichtje van zus er niet meer is, gemis en tranen in tekst.	6	NEE

BIJLAGE IV: Resultaten open odeling

Deze bijlage toont de open codering van 89 en de redcutie tot 49 verhalen

Lea	Verhaal 84	Trots bericht, dat zoon een narratieve therapie deed en een brief stuurde naar de tante en het overleden nichtje van Lea.	6	NEE
Lea	Verhaal 85	Bericht over ruzie tussen vader en zoon.	4	NEE
Lea	Verhaal 86	Directe brief aan het nichtje van overleden zus.	5	NEE
Lea	Verhaal 87	Bericht aan lotgenoten dat ze even niet antwoordt wegens te groot verdriet.	4	NEE
Lea	Verhaal 88	Bericht over hoe het gaat met verdriet en hoe zeer ze zich geholpen voelt door de groep.	5	NEE
Lea	Verhaal 89	Bericht over het niet delen van foto's van overleden zus op haar eigen fb-site om de vader niet te shockeren, omdat hij geen foto van zijn overleden dochter kan bekijken.	7	JA
Lea	Verhaal 90	Voorstellen aan leden, vertellen over overleden nicht.	7	JA
Lea	Verhaal 91	Vragen over het overlijden van nicht.	4	NEE
Yasmine	Verhaal 92	Bericht over tattoo ter ere van zus.	4	NEE
Yasmine	Verhaal 93	Kort verhaal over verdriet.	7	JA
Yasmine	Verhaal 94	Eigen verhaal aan leden verteld.	5	NEE
Yasmine	Verhaal 95	Verhaal over het leven van haar overleden zus 2 jaren na haar dood.	10	JA
Yasmine	Verhaal 96	Bericht over wat een interview met een krant deed met haar, wat het betekent om met vreemden over de dood van de zus te spreken.	14	JA

BIJLAGE 4: Resultaten codering 1

Deze bijlage toont de codering van 89 verhalen. 49 verhalen hadden 7 of meer commentaren en zijn meegenomen voor codering 2 (zie Bijlage 5).

BIJLAGE IV: Resultaten open odeling

Deze bijlage toont de open codering van 89 en de redcutie tot 49 verhalen

Yasmine	Verhaal 98	Geraakt door een TV-uitzending over zelfdoding.	9	JA
Paul	Verhaal 99	Geraakt door een trouwfeest van een ander waar vragen komen zoals: "hoe is het nu?".	3	NEE
Paul	Verhaal 100	Bericht over de angst om naar een praatgroep te gaan.	8	JA
Paul	Verhaal 101	Bericht over hoe moeilijk het is Pasen te vieren en feestdagen door te brengen zonder partner. De dode wordt gemist.	9	JA
			M= 7,29	JA = 49 NEE = 40

BIJLAGE V: Resultaten axiale codering

Deze bijlage toont de axiale codering van 49 verhalen en de reductie tot 17 verhalen

Naam⁴	Nummer verhaal	Plot	Themas	Categoriën A = biografie B= gemis C= waarom + schuld D = discours E = brief aan dode F = handeling G =ander onderwerp	Categorie B, C, D of E?
Luuk	Verhaal 15	Beschrijving van de ochtend dat hij zijn dochter dood in de kledingkast heeft gevonden. Reden voor zelfdoding is volgens hem het pesten op school. Het blijven vragen ondanks afscheidsbrief dochter en afscheidsboek dochter. Reacties lotgenoten zijn steunend.	waarom vragen ondanks afscheidsbrief en afscheidsboek groepis steunden en medeleven	waarom vragen steun van groep	JA
Luuk	Verhaal 3	Zoekt hulp in groep, ruzie thuis omdat hij met zijn vrouw niet over het verlies van zijn dochter kan spreken, spanningen thuis, therapie ervaring slecht, eenzaam en alleen met zijn verdriet, deelt met groep de laatste momenten van zijn dochter.	verschil in rouwproces met partner, dood-eenzaame beleving van rouw, delen met de groep, reacties groep zijn herkenning, medeleven	discours individueel rouwproces herkenning groep	JA

⁴ alle namen zijn fictief om vertrouwelijkheid en anonimiteit te garanderen

BIJLAGE V: Resultaten axiale codering

Deze bijlage toont de axiale codering van 49 verhalen en de reductie tot 17 verhalen

Luuk	Verhaal 6	Familiefeest niet kunnen volhouden, verlaten van feest, familieleden vinden dat hij "eroverheen moet zijn". "Pas als ik dood ben ga ik eroverheen zijn" = sociaal construct van rouw. Botsen van hoe rouw eruit moet zien en hoe niet en het idee dat rouw over gaat.	sociaal construct over rouw, rouw is tijdelijk beperkt volgens anderen groep begrijpt hem	discours rouw begrip van groep	JA
Luuk	Verhaal 12	Eenzaamheid, onbegrip, school vindt "ze was moeilijk", mails niet kunnen lezen.	dode dochter houdt hem bezig, vragen	waarom	JA
Luuk	Verhaal 13a	Kast gekocht voor overleden dochter, die zij altijd hebben wou.	kado voor dochter gekocht, ondanks dat ze overleden is, herdenking	handeling	NEE
Luuk	Verhaal 13b	Huis is herdenkingsplaats, spullen van dochter nog altijd zoals het was toen ze nog aan het leven was.	schoonmaken kamer dochter	handeling	NEE
Luuk	Verhaal 9	Ongemak bij vragen over hoe het gaat, ongemak over verjaardag, zijn eigen zijn en identiteit in vraag, machteloosheid, heeft het gevoel gefaald te hebben ten opzichte van zijn dochter.	toegeven aan rouw op werkplek moeilijk	schuld reacties medeleven, herkenning	JA

BIJLAGE V: Resultaten axiale codering

Deze bijlage toont de axiale codering van 49 verhalen en de reductie tot 17 verhalen

Luuk	Verhaal 4	Zoeken naar antwoorden in de spullen, teksten, boeken, schrikken van de geheimen, met eigen partner dit niet kunnen delen, fb als plek om dit geheim te delen. Ambivalentie tussen respect en eigen vragen. Onopgeloste zaken, brieven doorsturen naar vrienden van haar , de spullen als antwoord dat niet komt, eenzaam met dat wat hij nooit te weten zal komen.	vragen over overlijden	waarom vragen groep luistert en bied steun	JA
Luuk	Verhaal 1	Weggeven van speelgoed van dochter voor een goed doel.	doneren van speelgoed aan levenden	handeling	NEE
Zoe	Verhaal 16	Het bekijken van gerechtelijke foto's van de dode na de zelfdoding samen met de therapeut, het willen zien en niet willen zien, de betekenis van het kijken, het bekijken, het delen van feitelijke foto's met iemand om het onbegrip onder ogen te zien.	eenzaamheid in therapie, onbegrepen voelen van therapeut, beelden van zelfdoding onder ogen willen zien. therapeut gaat niet mee in beleving.	discours medeleven en steun groep	JA
Zoe	Verhaal 17	Oproep aan de overleden broer, missen, problemen niet beter door zijn dood, boosheid, onmacht, wens naar ontmoeting voor een enkele keer.	gesprek met de dode, ontkenning dood	brief aan dode	JA

BIJLAGE V: Resultaten axiale codering

Deze bijlage toont de axiale codering van 49 verhalen en de reductie tot 17 verhalen

Zoe	Verhaal 18	Directe brief aan de broer, het missen, de ondraaglijkheid van rouw.	gemis	gemis brief aan dode	JA
Zoe	Verhaal 19	Eigen verhaal in tijdschrift, zoektocht naar herkenning.	lezen van eigen Verhaal in krant, groep reageerd trots	biografie reacities: steun	NEE
Zoe	Verhaal 20	Brief aan de broer, missen van zijn geur, stem, aanwezigheid.	ontbreken van feitelijk aanwezigheid broer	gemis brief aan dode	JA
Zoe	Verhaal 21	Interview over zelfdoding broer met een krant gehad, beroerd, opgelucht, "mijn verhaal is jullie verhaal", ze deelt haar beleving hoe het was haar verhaal te vertellen met lotgenoten.	externalisatie verhaal dode broer door interview met krant	biografie	NEE
Zoe	Verhaal 22	Toegezegd bij de krant om haar verhaal te delen, dubbele gevoelens de dag voor het interview, steun van de groep.	iets willen doen om verhaal openbaar te delen	biografie	NEE
Zoe	Verhaal 23	Onbegrip en afwijzing van therapeut die euthanasie voorstelt aan haar, Zoë begrijpt niet of dat serieus bedoeld is of als provocatie.	therapeutische relatie in onevenwicht wegens discussie over euthanasie	ander onderwerp	NEE

BIJLAGE V: Resultaten axiale codering

Deze bijlage toont de axiale codering van 49 verhalen en de reductie tot 17 verhalen

Zoe	Verhaal 24	Getriggerd door poging van zelfdoding van kennis, die hij overleeft, beschrijving van overleden broer, zoeken naar antwoorden, vragen waarom, veel steun van lotgenoten.	herbeleving zelfdoding. steunende lotgenoten biografie zoon	biografie	NEE
Charlotte	Verhaal 25	Lange directe brief aan partner over het gemis, het zwijgen, het ontroostbaar zijn over de dood van partner.	niet kunnen spreken met vader	ander onderwerp	NEE
Charlotte	Verhaal 26	Voorstel wie ze is, verlies van haar partner ondraaglijk: nu moet ik verder met het 'ik-verhaal'. Ik kan zijn dood niet aanvaarden.	biografie broer	biografie	NEE
Louise	Verhaal 28	Delen van niet meer verder te kunnen met het eigen leven, al voor de dood van de zoon ging het slecht wegens psychische problemen, zij voelt zich kapot van verdriet.	psychische problemen zoon	ander onderwerp	NEE

BIJLAGE V: Resultaten axiale codering

Deze bijlage toont de axiale codering van 49 verhalen en de reductie tot 17 verhalen

Louise	Verhaal 29	Verhaal over haar zoon vanaf de geboorte tot zijn dood, precieze beschrijving van de dag van het overlijden en het zoeken naar zijn lichaam nadat hij vermist wordt. Razende woede op de GGZ, omdat de zoon na de afspraak daar zijn leven heeft beëindigd.	biografie zoon	biografie	NEE
Adam	Verhaal 34	Gedicht (zelf geschreven) over het niet willen denken aan de dag van de dood van zijn zoon door zelfdoding, maar juist wel aan de tijd die zij samen hadden.	koesteren van relatie met de zoon voor de dood	gemis	JA
Adam	Verhaal 35	Verhaal over de eerste suïcidepoging van zijn zoon, wakker geschud, dankbaar dat de eerste keer niet is gelukt en dat hij nog tijd met zijn zoon kon doorbrengen.	koesteren van tijd met zoon levensverhaal zoon	biografie	NEE
Adam	Verhaal 37	Zien van een boom in de natuur, die dezelfde lijkt te zijn als die van het Whats App-profiel van de overleden zoon.	herinnering en missen	gemis	JA

BIJLAGE V: Resultaten axiale codering

Deze bijlage toont de axiale codering van 49 verhalen en de reductie tot 17 verhalen

J026	Verhaal 39	Gedicht over een vinkje, over een niet meer gelezen bericht van de zoon, van Adam beschrijving hoe de zoon gevonden is en hoe de politie voorkwam dat zijn vader hem aanraakte.	herbeleving dood eenzaamheid	gemis	JA
Adam	Verhaal 40	Voorstellen van de verteller aan de groep, hij vertelt over het verlies van zoon, de dag van het overlijden, het vinden van het lichaam in de woning, de achtergrond van het overlijden, de eerste poging tot zelfdoding en de tweede poging die gelukt is. Beschrijving van de depressie van de zoon.	Verhaal van dag van zelfdoding, verhaal over pogingen zoon die mislukten, verhaal over behandelingen	biografie	NEE
Chloe	Verhaal 46	Gedicht aan overleden partner.	dode herdenken	brief aan dode	NEE
Chloe	Verhaal 48	Directe brief aan overleden partner.	brief aan dode	brief aan dode	JA
Chloe	Verhaal 49	Droom over de partner, over een teken van hem, dankbaar dat hij tenminste in de dromen terug komt, pijn, verdriet.	droom over dode	ander onderwerp	NEE
Su	Verhaal 52	Geboren worden om te sterven en een oproep dit aan te nemen = gedicht aan de dochter	leven en dood	ander onderwerp	NEE

BIJLAGE V: Resultaten axiale codering

Deze bijlage toont de axiale codering van 49 verhalen en de reductie tot 17 verhalen

Su	Verhaal 53	Verhaal over het terugkomen na werk, een baan die ze al voor de dood van haar dochter had. Wens dat haar dochter nog eens geboren zal worden. Bericht dat ze grootmoeder zal worden. Hoop. Beleving dat rouw kan verzachten in de intensiteit.	weer in werkverband	ander onderwerp	NEE
Su	Verhaal 54	Brief aan dode dochter, die vandaag jarig is, vertellen over wBrief aan dode dochter, die vandaag jarig is, vertellen over wat allemaal gebeurd is na haar dood, ze voelt dat de dochter nog onder de levenden is. Ze voelt haar aanwezigheid.at allemaal gebeurd is na haar dood, ze voelt dat de dochter nog onder de levenden is. Ze voelt haar aanwezigheid.	verjaardag dochter brief aan overleden dochter	brief aan dode	JA
Su	Verhaal 57	Brief aan dochter in 5 zinnen.	eren van de dode	ander onderwerp	NEE
Melissa	Verhaal 70	Auto van partner verkocht en een laatste rit maakt.	verkoop van auto dode partner	handeling	NEE
Melissa	Verhaal 73	Voorstellen aan de groep, niet kunnen aanvaarden dat ze verlaten is door zelfdoding.	verhaal broer	biografie	NEE

BIJLAGE V: Resultaten axiale codering

Deze bijlage toont de axiale codering van 49 verhalen en de reductie tot 17 verhalen

Liesbeth	Verhaal 75	Brief van moeder aan dochter op de sterfdag twee jaar na zelfdoding van de dochter, schrift alsof dochter nog leeft en met haar gaat roken "Ik ga natuurlijk even een peukkie met je roken straks!"	direkte brief aan dochter, lijkend op dagboek brief aan dochter	brief aan dode	JA
Liesbeth	Verhaal 77	Beschrijving over het zetten van een tattoo ter ere van dochter.	tatao gezet	handeling	NEE
Nina	Verhaal 79	Brief aan dochter op geboortedag, schrijft aan dochter alsof ze nog aan het leven is aan de andere kant van de wereld.	brief aan de dochter die verhuist is na de hemel	brief aan dode	JA
Lea	Verhaal 81	Angst en zorgen over de zoon, die slaapproblemen en psychische problemen heeft.	zorgen over familieleden	ander onderwerp	NEE
Lea	Verhaal 82	Delen van een ervaring waarbij zij op de werkvloer over de zelfdoding van haar nichtje sprak, zich kon laten zien en erkenning voelde.	relaties op werk, spreken over zelfdoding	ander onderwerp	NEE
Lea	Verhaal 89	Bericht over het niet delen van foto's van overleden zus op haar eigen fb-site om de vader niet te shockeren, omdat hij geen foto van zijn overleden dochter kan bekijken.	beschermen gedwongen om te zwijgen om anderen niet te kweten	ander onderwerp	NEE

BIJLAGE V: Resultaten axiale codering

Deze bijlage toont de axiale codering van 49 verhalen en de reductie tot 17 verhalen

Lea	Verhaal 90	Voorstellen aan leden, vertellen over overleden nicht.	voorstel	biografie dode	NEE
Yasmine	Verhaal 93	Kort verhaal over verdriet.	tranen	ander onderwerp	NEE
Yasmine	Verhaal 95	Verhaal over het leven van haar overleden zus 2 jaren na haar dood.	biografie zus	biografie dode	NEE
Yasmine	Verhaal 96	Bericht over wat een interview met een krant deed met haar, wat het betekent om met vreemden over de dood van de zus te spreken.	verhaal vertellen	biografie	NEE
Yasmine	Verhaal 98	Geraakt door een TV-uitzending over zelfdoding.	meeleven gedachten aan overleden zus	biografie	NEE
Paul	Verhaal 100	Bericht over de angst om naar een praatgroep te gaan.	hulp zoeken	ander onderwerp	NEE
Paul	Verhaal 101	Bericht over hoe moeilijk het is Pasen te vieren en feestdagen door te brengen zonder partner. De dode wordt gemist.	feestdagen zonder de feitelijke aanwezigheid van de dode	gemis	NEE
					JA = 17 NEE = 32

BIJLAGE VI: DATA ANALYSE

Stap 1: Beluisteren van de plot

Luuk⁵

Verhaal 3

leeftijd 53

dochter van 13 verloren door zelfdoding

Stem Luuk	Stem onderzoeker CF
Ik hoor hem zeggen, dat hij een gevoelig thema wil bespreken maar dat hij niemand emotioneel wil overspoelen. Ik hoor hem zeggen dat hij thuis door een misverstand heftige ruzie met met zijn vrouw had. Ik begrijp uit zijn woorden dat er heftige verbale uiteenzettingen waren met tranen en veel verdriet over de zelfdoding van zijn dochter Floor. Ik hoor hem zeggen dat de ruzie zo ernstig was, dat er iemand uit de familie bij moest komen, een derde om de ruzie weer in goed banen te leiden. Ik begrijp uit de verklaring dat het erover gaat dat hij en Lisette verschillende manieren van rouw beleven. Hij wil graag praten over de vragen die hem met betrekking tot de dood van zijn dochter bezig houden, hij snuffelt ook in de dagboeken van de overleden dochter en staat alleen met dat wat hij leest. Lisette wil	Hij lijkt zich te verontschuldigen in de introductie maar positioneert zich ten opzichte van de groep. Hij waarschuwt de lezer. Ik ben benieuwd. Het klinkt beangstigend. Het klinkt heftig. Dit doet me pijn. Het valt op, dat er veel onbegrip blijkt te zijn en dat de irritaties tussen zijn vrouw en hem zich opstapelen. Hij klinkt wanhopig. Ik schrik best. Het valt me op dat hij het rouwen over zijn dochter eenzaam beleeft en zich in de groep de ruimte permitteert, die hij thuis niet krijgt om vragen die hem bezig houden te delen. Het blijkt dat hij zijn verdriet niet kan delen met zijn vrouw. Dit maakt me woedend en verdrietig. Is de pijn voor beiden zo ondraaglijk dat hij niet gedeeld kan worden? Of helpt het niet-voelen van pijn over het verlies om door te gaan met het

⁵ naam is fictief om vertrouwelijkheid en anonimiteit te garanderen

het helemaal niet over de overleden dochter Floor hebben en zwijgt daarover. Zodra Luuk over Floor wil spreken, verandert zijn vrouw in haar houding. Hij beleeft haar afwijzend. Ik hoor hem zeggen dat hij zich eenzaam voelt. Ik hoor hem zeggen dat hij begrip voor het zwijgen van zijn vrouw heeft en haar zwijgen accepteert. Ik hoor hem zeggen dat hij probeert het rouwproces van zijn vrouw te accepteren, maar soms lukt hem dat niet. Lisette, zijn vrouw, geeft aan dat zij niet anders kan, dan te zwijgen over de dood van de dochter om het leven weer op te pakken. Ook hoor ik hem zeggen, dat de broer van Floor af en toe wel over de zus wil spreken maar enkel met moeder. Ik hoor hem zeggen dat hij zijn vrouw en zoon graag wil helpen maar dat hij dat niet kan. Het klinkt machteloos. Hij voelt zich buitengesloten. Hij verontschuldigt vrouw en zoon dat zij het leven weer moeten oppakken zonder hem en dat lukt soms en soms niet.	leven? Tegen welke prijs? Ik vind hij schend de privacy van zijn dochter. Ook een dode heeft een recht op privacy vind ik en een dagboek is wel een heel persoonlijk boek. Misschien is de pijn en zijn de vragen zo groot, dat die pijn niet samen met zijn vrouw verdragen kan worden. Hij klinkt zo alleen. Zijn vrouw wil de afstand en hij wil nabijheid. Nabijheid na wat? In iedere geval beleeft hij zijn vrouw afwijzend. Is dit niet een projectie? Wijst hij zijn vrouw niet af? Ik beleef hem wel afwijzend. Het lijkt dat hij als vader zijn eigen rouwproces beleeft en zijn vrouw haar eigen rouw. Toch klinkt het alsof hij alleen is, met het zoeken naar antwoorden in de kamer van zijn overleden dochter. Het klinkt als een stem die wil spreken, maar moet zwijgen (<i>silenced voice</i>). Hij wil graag spreken over dat wat in hem omgaat, maar ze horen hem niet of willen hem niet horen. Hoe eenzaam zal hij zich voelen, denk ik, om niet bij zijn vrouw in tijden van verdriet terecht te kunnen. Ik heb best wat medelijden. Het lijkt me zo eenzaam. Hij geeft het zwijgen zijn vrouw veel macht lijkt mij. Het klinkt alsof hij het niet met de rouw van zijn vrouw eens is. Het valt op dat
---	--

Ik hoor hem zeggen dat hij geen psychologische hulp wil, omdat hij na het 3de gesprek met een psycholoog er niets aan had overgehouden. Ik hoor hem zeggen dat hij zich onbegrepen en niet geholpen voelde. Ik hoor hem dapper tegen zichzelf zeggen dat hij zijn eigen rouwproces alleen moet doorlopen, hij denkt dat dit heel zijn leven gaat duren. Voor hem is dat OK. Ik hoor hem zeggen dat hij heel veel beelden met herinneringen over Floor heeft die hem soms plots overvallen. Ik hoor hem zeggen dat hij het soms moeilijk heeft om het zich opdringende beeld van haar dood te vergeten. Hij ontnemt zijn dochter de schuld, daarentegen verwijt hij zichzelf dat hij zijn dochter niet heeft kunnen redden en helpen. Ik hoor wanhoop bij hem hierover. Ik hoor hem zeggen dat hij zijn dochter begrijpt, toch zijn er nog zo veel vragen die	iedereen in het gezin een eigen rouwproces lijkt te hebben. Ik begrijp dat dit moeilijk voor hem is. Bij wie kun je terecht als dat niet bij je partner is? Hoe open mag je zijn? Hij wenst met zijn vrouw over Floor te kunnen spreken. Het klinkt machteloos omdat zijn vrouw en zijn zoon het wel over de dochter kunnen hebben. Voelt hij zich buitengesloten? Het valt op, dat vrouw en zoon op hun eigen manier met rouw omgaan, hij bevestigt dit andere rouw proces met : "dat moet wel!" en heeft respect ervoor. Ik vind dat hij opgesloten zit in zijn verdriet, hij weet niet waar hij ermee naartoe moet. Niemand lijkt hem te kunnen begeleiden in dat wat hij doorleeft. Het klinkt hard, alsof hij zich iets anders wenst. Maar het blijkt dat hij hopeloos is en levenslang zijn verdriet met zich mee draagt. Hij durft misschien niets anders te voelen? Vraagt hij zich misschien af, of hij mag leven zonder zijn dochter? Het valt op, dat de beelden van de dode dochter onvergetelijk voor hem zijn en hem achtervolgen. Het klinkt alsof hij soms machteloos uitgeleverd is aan dat wat hem is overkomen. Ik vind het moeilijk dat wat hij heeft ervaren te vergeten. Hoe kan ik? Voelt hij zich schuldig? Het lijkt, alsof hij zich gedraagt op een manier hoe zijn dochter dat zou willen. Het valt op dat hij niet durft te voelen wat hij zelf voelt. Het doet me pijn als ik wanhoop in zijn woorden lees. Hij lijkt ook licht boos te zijn. Of is dit
---	--

hij haar had willen stellen. Hij hoopt op een reünie met haar. Nu hoor ik hem zeggen dat hij innerlijk overspoeld is, bang is een verwarrend verhaal te vertellen, hij geeft aan dat dit zijn verhaal is en niet het verhaal van zijn vrouw. Ik hoor hem zeggen dat Lisette en Tom door de gebeurtenis van zelfdoding veranderd zijn. Hij zelf is ook veranderd. De buitenwereld lijkt onveranderd en daarom lijkt het voor hem zo zwaar. De afstand is zo groot. Hij voelt zich alleen. Ik hoor hem zeggen dat hij zich soms belast voelt met dat wat hem is overkomen. Hij deelt dan een innerlijk beeld dat hem bezig houdt: Zijn dochter nam voor haar overlijden twee foto's van zichzelf. Op de ene staat zij voor het raam en in de tweede zit zij in haar kledingkast, waar ze ook overleden is en gevonden is in de ochtend. Hij beschrijft haar gezicht op de eerste foto waarop ze verdrietig lijkt, op de tweede foto lijkt ze gelukkig. Deze twee foto's koestert hij. Ik hoor hem zeggen dat deze momentopnamen kort voor de dood veel voor hem betekenen. Het klinkt alsof hij er in gedachten bij is in moment van haar dood, en achteraf toen zij is overleden. Ik hoor hem zeggen dat hij geschrokken is over dat wat hij deelt met de groep, en zich emotioneel overspoeld voelt. Hij bedankt zich bij de groep en zegt nog dat hij niet weet of hij reageert of wanneer.	zijn wanhoop? Maar het woedend zijn blijkt ambivalent, hij durft het niet te zijn. "Hoe kan ik?" is een vraag die herinnert aan geen eigen behoeftes te durven te uiten. Het doet me schrikken dat hij aan een reünie met zijn dochter denkt. Het valt op dat hij zich in zijn hopeloze eenzaamheid dicht bij zijn dochter voelt. Het aankunnen van de dood valt op. Het blijkt ook dat al zijn vertrouwen weg is. Hij lijkt hopeloos uitgeleverd te zijn aan zijn gevoelens, die hij niet durft toe te staan. Het valt op dat hij nergens terecht kan met zijn vragen. Ik voel veel eenzaamheid in hem. Ik vind dat hij nu echt wanhopig is. Hij vertelt wat hem bezig houdt. Mijn adem stukt. Ik voel zijn pijn. Het doet mij schrikken. Ik zie de beelden van de dode dochter, die in haar eigen kledingkast is overleden en het beeld als hij haar vindt. Het voelt voor mij alsof ik heel dicht bij het moment ben, kort voor zijn dochter overleden is. De betekenis
--	--

Reacties co-mourners 1. <i>Ik hoor Eline zeggen, dat ze zijn pijn voelt, ze begrijpt hem. Ze vindt dat niks helpt en dat nabestaanden moed moeten hebben om verder te gaan, omdat het leven op de kop staat. Ze bedankt hem voor zijn verhaal en benadrukt de verbondenheid onder nabestaanden.</i> 2. <i>Als ik naar Adam luister, hoor ik hem zeggen dat hij Luuk begrijpt. Iedereen heeft zijn eigen manier van rouwverwerking en soms is het rouwproces van de partner heel anders. Adam zegt dat hij nooit boos op de overleden zoon was, maar dat hij ooit een gat in de deur heeft geslagen uit pure frustratie zijn zoon verloren te hebben. Reden was een ondraagbaar gevoel van rouw. Die avond kon hij dan voor het eerst weer in slaap vallen. Hij vertelt dat hij</i>	die hij aan de laatste twee foto's van zijn dochter geeft, raken mij. Hij wil in de voetstappen van zijn dochter stappen, om zich te kunnen inleven hoe het gevoeld moet hebben, om voor de dood gekozen te hebben. Het raakt me diep. Het baart me wel zorgen hoe hij de laatste zin van zijn verhaal opschrijft. Het lijkt alsof er heel veel is dat hem bezig houdt. Het lijkt alsof hij aan het zoeken is naar antwoorden voor de zelfdoding van Floor. Mij maakt dit angstig. Zijn laatste woorden klinken alsof hij even in de beleving van zijn dochter zit. Hij weet niet of hij gaat antwoorden of weer online gaat met de groep. Of ensceneert hij dit hier? 1. Ik vind de reactie van Eline zo dapper. Zo lief dat zij de verbondenheid onder lotgenoten benadrukt. Het klinkt hoopgevend. 2. Wat ik hier hoor maakt diepe indruk op mij. Ik voel de onmacht over het overlijden van de zoon van Adam. Het laat me wel schrikken, als ik hoor hoe hij een gat in de muur heeft geslagen. Het maakt me woedend om te lezen hoe Adam zichzelf pijn doet, nadat zijn zoon is overleden. Het klinkt voor mij zo erg zoekend naar houvast, als ik Adam hoor vertellen hoe hij de foto's koestert die er van zijn zoon zijn gemaakt. Welke beleving zit in het weer en weer bekijken van foto's? Het raakt me diep dat Adam andere
--	---

<i>er spijt van heeft dat hij in de laatste maanden voor het overlijden geen foto's van zijn zoon geeft gemaakt. Hij koestert wel die foto's die er zijn. Tijdens zijn vrijwilligerswerk ontmoet hij veel nabestaanden, deelt niks. Ik hoor hem zeggen, dat hij wel met een vriendin over het overlijden van zijn zoon spreekt.</i>	nabestaanden helpt en zelf niets deelt. Ik voel ook dat hem dit misschien helpt en het lucht me op om te lezen dat hij wel bij vrienden terecht kan.
3. <i>Fien herkent zich heel erg in het verhaal van Luuk. Ik hoor haar zeggen dat ze vindt, dat het leven nooit meer hetzelfde zal zijn. Ze vindt dat het gaat om het geven van betekenis aan de dood. Volgens haar doet iedereen dit op zijn eigen manier en tempo. Ik hoor haar zeggen dat ze hem kracht wenst en liefde.</i>	3. De reactie van Fien geeft me hoop. Ik denk dat rouw na zelfdoding te verdragen is, doordat nabestaanden als getuigen van andere nabestaanden zien dat men uit de gevoelens van rouw kan komen.
4. <i>Ik hoor Louise zeggen dat ze vol medelijden is. Ze stelt een forum voor nabestaanden voor waar hij zijn hart ook kan luchten.</i>	4. Louise klinkt voor mij zo helder in het benadrukken dat ieder rouwproces anders is.
5. <i>Ik hoor Chloe zeggen hoe ze het ervaart om binnen het gezin niet over het overlijden te kunnen spreken. Ze vindt dat het nooit meer zoals vroeger wordt, de gebeurtenis heeft een levenslange impact. Ze moedigt Luuk aan om naar zijn eigen gevoelens te luisteren en om aan huilbuilen, onbegrip, boosheid, machteloosheid en verdriet toe te geven. Ik hoor haar zegen dat deze groep er is zonder te oordelen of te veroordelen.... Ze zegt nog: 'We snappen het'</i>	5. De reactie van Chloe voelt goed aan. Ik vind het zo een warme zin aan het einde van de reactie van Chloe, dat de nabestaanden er voor elkaar zijn onvoorwaardelijk, zonder te oordelen of te veroordelen.
6. <i>Ellen herkent zich sterk in het verhaal. Ze beleeft het niet kunnen spreken over de zelfdoding van haar zus op een vergelijkbare manier. Haar vader wil ook</i>	6. Ik schrik best als ik lees dat de vader van Ellen zijn overleden dochter heeft gevonden. Dit moet verschrikkelijk geweest

<i>niet spreken. Hij onderbreekt haar bij iedere poging om over de dode te spreken. Haar vader zegt dood is dood, en daar is niets meer over te zeggen. Ik hoor haar zeggen dat ze met haar moeder wel over de zelfdoding van de zus kan spreken, maar dit leidt vaak tot irritaties. Ik hoor haar zeggen dat haar vader haar dode zus gevonden heeft. Ze vindt het heel erg dat hij er niet over spreekt. De vader luistert wel, als zij over andere nabestaanden uit deze groep spreekt. Ze had 2 keer hulp van een psycholoog en vond het niks. Ze stelt Luuk voor om te schrijven, want dit helpt haar zeer. Ik hoor haar zeggen dat ze het meest schreef over de dag waarop haar zus is overleden. Ze stelt vast dat iedereen zelf door zijn eigen proces heen moet, in zijn eigen tempo. Ik hoor haar zeggen dat rouw vermoeiend, belastend, en energievretend is.</i>	zijn. Ik kan begrijpen dat dat schokkend is en dat hij niet over de dochter wil spreken. Maar ik begrijp ook hoe moeilijk het voor Ellen is, dat zij wel erover wil spreken. Als ik het lees voel ik me gespannen. Ook de beleving van hulpverlening lijkt voor elk familielid anders te zijn; de ene is ermee geholpen en de andere niet. Ik zou me eenzaam voelen indien het ene familielid een andere beleving dan de ander zou hebben. Ik ben opgelucht dat Ellen haar eigen weg heeft gekozen om zichzelf te helpen. Dit vind ik sterk.
7. <i>Ik hoor Jackie zeggen dat rouw de relatie helemaal verandert.</i>	7. De korte zin van Jackie klinkt als een harde klap voor mij, maar lijkt me de werkelijkheid te zijn van een leven na de beleving van een nabestaande te zijn van zelfdoding.
8. <i>Ik hoor Lotte zeggen dat ze kippenvel krijgt bij het lezen van het verhaal. Ze herkent zich in het verhaal. Ik hoor haar zeggen dat de gevoelens sterk kunnen wisselen, tussen niet meer aan de overledene denken en dan heel sterk aan de ervaring van zelfdoding denken. Ze benadrukt de veilige haven van de nabestaanden die ze als helpend ervaart. Ze vindt dat iedere nabestaande hier in de groep in elke fase terecht kan, dit helpt haar zeer. Ze spreekt Luuk aan, dat zij</i>	8. Ik vind het lezen van de reactie van Lotte zo zorgzaam, maar ook wat achterdochtig. Het verbaast me wel dat zij op internet ging zoeken of Luuk nog leeft. Het maakt me wel blij dat ze dit met Luuk kan bespreken en erachter komt dat het ook door haar eigen verlieservaring komt.

zijn laatste zin eng vindt en dat die haar zorgen baart.

Commentaar Luuk:

Ik hoor Luuk zeggen dat hij zich warm en goed begrepen voelt. Hij geeft haar gelijk dat rouwgevoelens snel kunnen wisselen van diepe pijn naar ontkenning. Hij laat zich overspoelen door zijn gevoelens, omdat hij zich dan nabij zijn overleden dochter voelt. Hij kan dan diep huilen en voelt zich daarna wat beter. Maar ik hoor hem ook zeggen dat hij in sommige momenten moet inhouden. Hij voegt er nog bij dat dit hem veel energie kost. Hij vraagt wat Lotte eng aan de volgende zin vindt: "Ik weet niet of en wanneer ik reageer."

Lotte geeft meteen antwoord en vreesde dat hij wanhopig zou worden na het delen van zijn verhaal en zichzelf iets aan zou doen. Vervolgens ging ze zoeken op Facebook of hij nog actief was, want zij maakte zich zorgen. Ik hoor haar zeggen dat ze opgelucht was toen ze achter kwam dat Luuk er nog is. Ze beschrijft hoe rouwen ups en downs heeft. Dan hoor ik haar zeggen dat ze na het herlezen van de zin iets anders erin las. Ze begrijpt hem nu beter. Ze verontschuldigt zich voor de projectie van wanhoop, het is haar eigen wanhoop. Het vertrouwen in het leven is iets minder geworden. Ik hoor haar zeggen dat ze bang is op ieder moment iets te verliezen. Ze gaat door met het vertellen hoe moeilijk het soms is in de relatie met haar man. Ze wilde hem verlaten. Niet omdat ze ruzie hadden, maar omdat ze zich doodeenzaam in de relatie voelde. Maar ze beschrijft hoe beiden daarna weer dichter naar elkaar gegroeid zijn en met elkaar

De reactie van Luuk bij het lezen van de rectie van Lotte voelt voor mij zo goed aan. Alsof beiden hun angsten kunnen delen. Ze geven om elkaar. Ik hoop voor hen dat dit hun gevoel van alleen te zijn met het beleven van rouw iets verlicht.

Ik vind dat Lotte haar eigen angst op Luuk projecteert. Aan de andere kant is dit ook best zorgzaam. Maar het klinkt ook een beetje wanhopig voor mij dat ze Luuk op internet ging zoeken. Ik begrijp haar nu beter. Ik vind ze zo eerlijk en open. Er klinkt ook een beetje in door dat alles op ieder moment verloren kan worden.

gepraat hebben. Beiden stellen vast dat ze veel pijn over het verlies hebben maar verschillende manieren van rouwverwerking. Ik hoor Lotte zeggen, dat ze achterdochtig is geworden. Ik hoor haar zeggen dat ze opgelucht is, dat Luuk nog aan het leven is. 9. <i>Ik hoor Eva zeggen dat ze de wanhoop kent. Haar man is door de zelfdoding veranderd. Dit had invloed op de relatie. Ik hoor haar zeggen dat ze overwogen heeft om bij hem weg te gaan...Ze hadden nooit echt ruzie gehad, ze voelde zich doodeenzaam in de relatie. Ik hoor haar zeggen dat ze gepraat heeft met hem en dat ze tot de conclusie kwamen dat beiden hartverscheurende pijn hebben en rouw anders verwerken.</i> 10. <i>Su herkent zich in alles wat Luuk schrijft. Ik hoor haar zeggen dat nabestaande van zelfdoding zijn een ervaring is waarbij zij zich heen en weer geslingerd voelt tussen extreme emoties van verdriet. Ik hoor haar zeggen dat het uitleven van de emoties haar helpt. Ik hoor haar zeggen dat ze Luuk aanraadt om tijd te nemen, wat ze weer terugneemt, omdat ze weet dat Luuk dat al weet. Ze benadrukt dat nabestaanden blijven huilen tot ze stikken of langzaam iets meer adem krijgen. Luuk schrijft dankbaar terug. Ik begrijp dat Su de juiste gevoelens in hem raakte. Ik hoor hem zeggen dat hij hoopt dat de rouw in hem wat lichter gaat worden.</i> 11. <i>Lea deelt de ervaring van thuis tegen een muur van zwijgende gezinsleden</i>	9. Het verhaal van Eva klinkt zo hard voor mij. Hoe eenzaam moet het voelen om opeens helemaal alleen te willen zijn zonder partner. Het maakt me wel verontrust hoe dit opeens zomaar kan. Hoeveel onbegrip schuilt erachter? Hoe weinig contact lijkt er te zijn. Als ik het lees spijt het mij. Ik ben wel opgelucht dat beiden met elkaar gesproken hebben en de vermijding een manier was om de pijn niet te voelen, die er wel was. 10. De reactie van Su laat me schrikken. Het heen en weer geslingerd worden tussen gevoelens van extremen komt op mij over alsof het overlijden van haar dochter zo zwaar voor haar is, dat ze het moment van het verlies steeds weer wil beleven en dan weer niet. Ik vind het tamelijk onverwerkt, dit maakt me verdrietig. Goed voelt dat ze het uiten van gevoelens als opluchting ervaart. En nog beter voelt het voor mij dat ze de steun van andere nabestaanden van zelfdoding en het zich begrepen voelen benadrukt. Het klinkt niet als ontkenning van het lijden, maar als het aannemen van de gevoelens die misschien horen bij rouw na zelfdoding. Ik ben blij hoe dankbaar Luuk de reactie van Su aanneemt. 11. Het lijkt me zo heftig als ik het beeld voor ogen heb dat Lea thuis tegen een
--	--

<i>aanlopen. Ik hoor Lea zeggen dat ze dankbaar is voor het contact met lotgenoten, omdat ze samen met hun wel haar gevoel kan uiten.</i> 12. <i>Willemien reageert met empathie. Ik hoor haar zeggen dat zij bepaalde dingen over het rouwproces na zelfdoding thuis met niemand kan delen. Ze benadrukt dat deze besloten groep haar de mogelijkheid geeft om haar hart te luchten.</i>	muur aanloopt, als ze wil spreken over de overledene. Het maakt me woedend, maar ook verdrietig. Ik voel wat onmacht. 12. De reactie van Willemien maakt haar woede en het verdriet wat sterker. Ik ben wel opgelucht dat ze de groep hier kan gebruiken om dat wat in haar omgaat te delen. Ik merk dat men in deze groep naar elkaar luistert en elkaar begrijpt.
---	---

Stap 2 - Ik gedichten

Luuk:

ik hoop
ik kom tegen
ik begin
ik heb verteld
ik doe mijn best
ik zou niet meer komen
ik schiet niet op
ik zie
ik moet
ik probeer
ik heb niet verwacht
ik weet
ik heb gezegd
Ik heb niet kunnen helpen
ik heb niet kunnen redden
ik weet
ik heb verteld
ik ben niet boos
hoe kan ik?
ik kan
ik heb vragen
ik weet
ik ben kwijt
ik vertel
ik weet
ik ben niet zielig
ik ben veranderd
ik ben bang
ik ben kwijt
ik vertel
ik weet het niet
ik koester
ik zal afdrukken
ik ben benieuwd
ik stop
ik weet niet wanneer
ik weet niet of ik reageer

Commentaren co-mourners

1.Eline:

Ik voel

2. Adam:

ik begrijp je
ik ben nooit boos geweest
ik kon niet
ik kwam in slaap
ik heb spijt
ik heb niet gemaakt
ik koester
ik kom tegen
ik begin nooit over
ik praat
ik wens

3.Fien:

ik wens

4.Louise

Ik weet geen raad

5.Chloe:

ik denk
ik vind

6.Ellen:

ik herken
ik kan praten
ik laat
ik laat
ik heb niet gehad
ik heb
ik schreef
ik had

7.Jackie:

ik wens

8.Lotte:

ik heb
ik was bang
ik wil niet vergeten
ik zei
ik vind
ik las wanhoop
ik maakte me zorgen
ik heb overgehouden
ik moet vertrouwen

9. Eva:

ik dacht
ik verwerk
ik voelde

10. Su:

ik kan
ik hoef niet
ik geef

11. Lea:

ik loop
ik wil
ik ben

12. Willemien:

ik denk

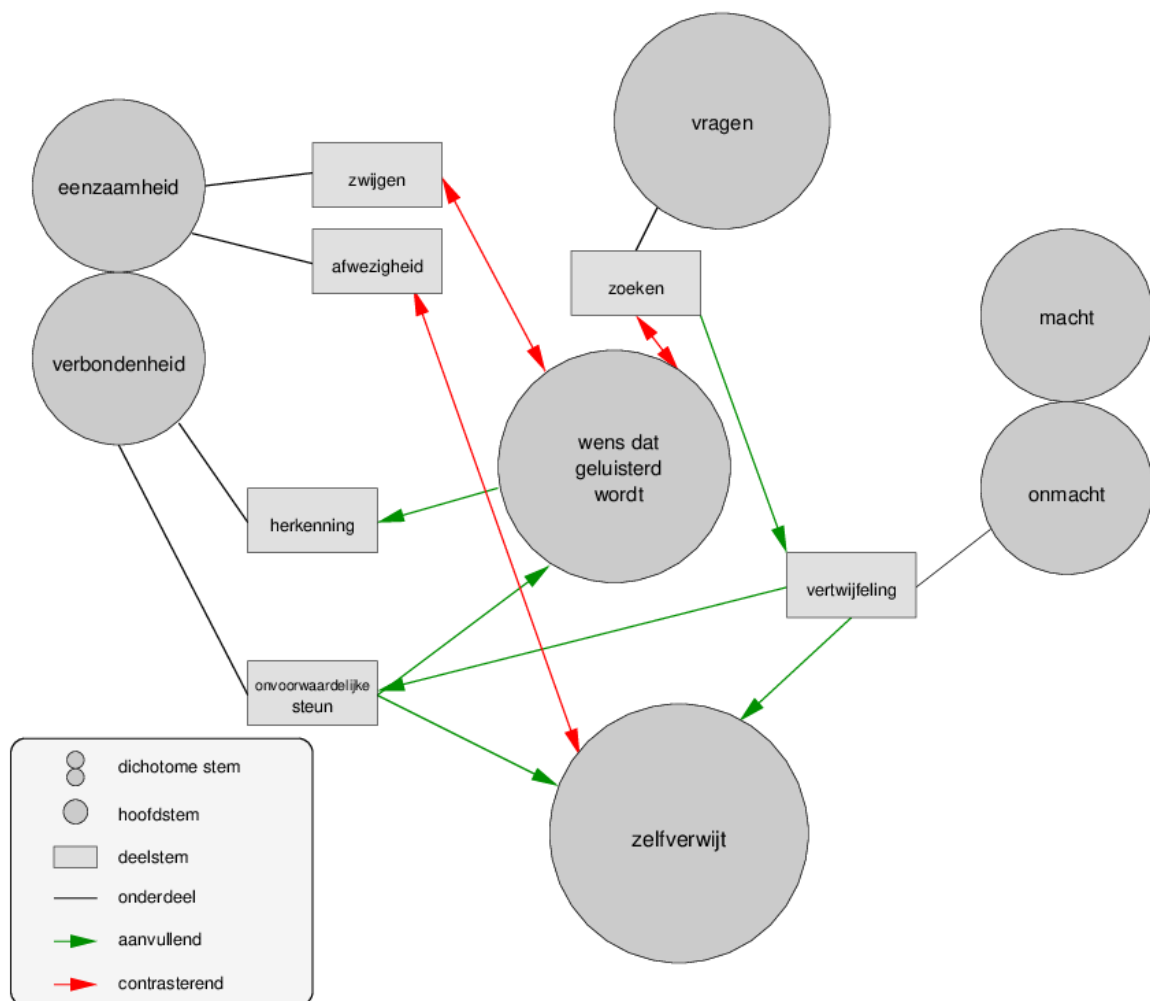
Wij/we - gedichten co-mourners:

wij moeten
wij kunnen niet
wij kunnen niet
we zullen
we proberen
we zijn er
we snappen
we zijn er
we zullen doorgaan
we blijven ademen
we kunnen delen
we kunnen ons hart luchten

Stap 3: Beluisteren van contrasterende stemmen

Om anonimiteit en geheimhouding te garanderen is stap 3 niet openbaar beschikbaar

Stap 4: Relaties van stemmen onder elkaar



Figuur 2: Samenvattend schema van de verhouding tussen de stemmen in verhaal nr. 3

