

Zingeving en spiritualiteit bij rouwende ouders.

Blijvende verbindingen

Nette Falkenburg & R.Ruard Ganzevoort

In: J. Maes & H. Modderman (red.), *Handboek rouw, rouwbegeleiding, rouwtherapie. Tussen presentie en interventie*. Antwerpen: Witsand (2014), 496-508.

1. Inleiding

Het verlies van een geliefde aan de dood is een van de meest ingrijpende rouwervaringen waarmee een mens geconfronteerd wordt. Het verlies van een kind geldt daarbij als de meest ontwrichtende verlieservaring, waarbij ouders lang en diep lijden en vaak vele symptomen van traumatische stress vertonen (Dijkstra 2000). Hun grootste uitdaging is aanpassing aan de nieuwe pijnlijke realiteit waarin zij verder moeten leven zonder hun kind. Het niet kunnen aanvaarden van het verlies van hun kind kan leiden tot een escalatie van psychologische problemen, en niet zelden tot een posttraumatisch stress syndroom. (Field 2008; Nolen-Hoeksema & Larson 1999).

Toch wordt de dood van een kind niet uitsluitend geassocieerd met trauma. De rouw om het gestorven kind kan – hoe verdrietig ook - tevens leiden tot ervaringen die waardevol zijn voor de ouders, zoals wanneer zij in het proces een nieuwe waardering voor het leven zelf ontdekken of hun eigen identiteit op een nieuwe manier opbouwen. Studies naar posttraumatische groei onderscheiden vijf dimensies waarin die groei zich laat ontdekken: psychologische (veer)kracht, grotere empathie met de wereld om hen heen, nauwere relaties met anderen, diepere waardering van de waarde en kwetsbaarheid van het leven, het ontdekken van nieuwe kansen en uitdagingen, en een nieuwe spiritualiteit (Barrera et al. 2009; Calhoun & Tedeschi 2006). Deze studies verbreden een smalle focus op de pathologische gevaren van 'rouwende' ouders naar het omvattender (levens)verhaal van hun verlies en verdriet (Hogan & Schmidt 2002).

1.1 *Blijvende verbindingen*

Veel ouders behouden een bepaalde voortgaande verbinding (*continuous bond*) met, of blijvende gehechtheid (*attachment*) aan hun overleden kind. De psychoanalytische traditie die (onder invloed van Freud) het noodzakelijk achtte om de banden met de overledene los te laten/ op te geven, heeft een immense invloed gehad op de klinische praktijk van psychologen en psychiaters en op de wetenschappelijk literatuur met betrekking tot rouwverwerking. Uitingen van blijvende verbondenheid werden gezien als ongezonde rouw, waarin het verlies niet geaccepteerd werd. Het losmaken van de band met de overledene werd lang gezien als de noodzakelijk ultieme stap in het verwerkingsproces van de rouwende mens (Nolen-Hoeksema & Larson 1999).

Deze gedachtegang heeft de laatste vijftien jaar aan vanzelfsprekendheid verloren door het empirische bewijs dat voortgaande verbindingen met de overledene geen manifestatie zijn van een maladaptief rouwproces. Dat ouders een blijvende verbinding met hun overleden kind ervaren, betekent niet dat zij het verlies van hun kind niet kunnen accepteren (Klass et al. 1996; Rosenblatt 2000; Stroebe et al. 2010; Talbot 2002; Tedeschi, R. G. & Calhoun 2004). Een blijvende relatie met het overleden kind is niet bedreigend voor het rouwproces zolang het de ouder niet belemmert om verder te gaan in het leven en het erkennen van de realiteit van de dood van het kind niet in de weg staat. (Field 2008; Mikulincer 2008). Er bestaat wel discussie over de vraag op welke manier een voortgaande connectie met de overledene al of niet effectief is in het verwerken van verlies (Stroebe et al. 2010). Het nog steeds 'zien' van een overledene kan in de eerste periode van rouw als een normale neurologische reactie gezien worden, maar een blijvend bewustzijn van de nabijheid van de overledene kan een teken zijn dat het rouwproces zich niet goed ontwikkelt. (Field 2008). Fundamenteel voor een gezond verloop van het rouwproces is dat de rouwende niet weg loopt van de immense pijn die het verlies oproept. De kern van gezond rouwen zou zelfs het door-werken van het verdriet zijn. Het blijkt essentieel te zijn dat de rouwende zich ten diepste bewust is dat de overledene weg is (Worden 2009).

In dit hoofdstuk gaan we in op deze complexe dynamiek na het overlijden van een kind met een bijzondere aandacht voor aspecten van zingeving en spiritualiteit. We gaan eerst in op processen van zingeving en betekenisverlening en spitsen dat vervolgens toe op spiritualiteit. Op basis van klinische ervaring en recent onderzoek beschrijven we spirituele ervaringen van ouders en de wijze waarop zij betekenis verlenen aan hun ervaringen.

1.2 Zingeving en Betekenisverlening

Recente rouwliteratuur besteedt veel aandacht aan het belang van betekenisverlening in het verwerkingsproces van ouders na de dood van hun kind (Rosenblatt 2000; Talbot 2002). De zoektocht naar betekenis speelt een cruciale rol in het proces van aanpassing na de dood van een geliefde (Barrera et al. 2009; Keesee et al. 2008; Lichtenthal et al. 2010; Neimeyer et al. 2006). Traumatisch verlies verbrijzelt volgens Janoff-Bulman (1992) fundamentele aannames van het menselijk leven: voor een leefbaar bestaan gaat de mens ervan uit dat de wereld waarin hij leeft hem goed gezind en betekenisvol is en dat hij zelf de moeite waard is om het goed te hebben in het leven. Het geloof dat wij op een of andere manier beschermd worden tegen de grote catastrofes van het leven, wordt verbrijzelt op het moment dat traumatisch verlies, zoals het overlijden van ons kind, ons treft. Het lijkt essentieel om vanuit de puinhopen van het leven weer nieuwe zin en samenhang te vinden, opdat wij met vertrouwen weer kunnen investeren in het leven.

Zingeving wordt vaak in eerste instantie opgevat als een actief proces van betekenisverlening, 'making sense'. Mensen *geven zin, zoeken* een verklaring, *verlenen* betekenis aan wat hen overkomt. Wanneer het trauma te vatten, cognitief te plaatsen zou zijn binnen een zekere overkoepelende ordening, een coherent wereldbeeld, zou dat het rouwproces gunstig beïnvloeden (Lichtenthal et al. 2010; Nadeau 1998; Wheeler 2001; Winkelaar 2009). Er wordt daarbij onderscheid gemaakt tussen *globale*, algehele betekenisverlening ('a persons overall beliefs and life goals') en *situationele* betekenis, waarbij een interpretatie gegeven wordt van een specifieke gebeurtenis. Daarbij gaat men er van uit dat het voor het verwerken van verdriet essentieel is om mogelijke incongruentie tussen situationele betekenisverlening en het algehele betekenisstelsel van een persoon te overbruggen en de congruentie te herstellen (Park & Folkman 1997).

Hoezeer dat ook van belang is, daarmee kan de receptieve dimensie van zin ontvangen ten onrechte buiten beeld raken. In de beleving wordt zin immers niet primair actief toegekend, maar draait het om de ervaring dat iets of iemand aan ons leven zin geeft. Dat betreft bovendien niet alleen betekenis die we cognitief vinden, ontdekken, ontwaren in wat ons overkomt. (Janoff-Bulman, R & Frantz 1997; Keesee et al. 2008; Lichtenthal et al. 2010). Het gaat ook om de meer affectieve ervaring dat het leven goed kan zijn.

Zin kan zich op verschillende lagen manifesteren.

1. Zin en betekenis dient zich allereerst zintuiglijk aan. Het is wat mensen waarnemen. Wat zij horen, voelen, ervaren in de

betreffende omstandigheden en met zich mee nemen. Een aanraking, bepaalde geuren en klanken werken rechtstreeks in op de ervaring en hebben daar niet alleen mentale effecten. Ze zijn ook fundamenteel voor de zinvolheidservaring van het bestaan.

2. Zin heeft in de twee plaats te maken met lust, verlangen. Waar heb ik 'zin' in. Daarin drukt zich de vitaliteit, de levenskracht uit. Juist deze laag is ten diepste aangetast bij mensen die rouwen. De veerkracht en ruimte om weer tot vitaliteit te komen, weer iets te 'willen' is een wezenlijke aanduiding van zingeving.
3. Een derde laag raakt aan het taalkundig begrip van zin. De samenhang van woorden die betekenis krijgen. Het verband, de verbondenheid die ervaren wordt met andere mensen, verhalen, levensmomenten. Waar de crisiservaring staat voor het wegvallen van de samenhang – 'ik had geen grond meer onder de voeten', 'mijn wereld stortte in'-, daar is het hervinden van een nieuwe samenhang een teken van zingeving. Die samenhang bevindt zich op het niveau van het levensverhaal (narratief) en op het niveau van de sociale verbondenheid (relationeel).
4. De narratieve samenhang raakt ook aan de vierde laag, die van de waarde of betekenis die verschillende levensaspecten krijgen toegekend. Hier zitten we het dichtst bij de klassieke terminologie voor zingeving of 'significance'.
5. De vijfde laag ten slotte betreft het overkoepelende zingevingskader. Hier wordt wat als betekenisvol beleefd wordt op een metaniveau geduid. Dit is ook het niveau van de religies en andere levensbeschouwelijke wijsheidstradities.

Deze lagen zijn van elkaar te onderscheiden, maar ze grijpen ook op elkaar in. Zingevingsproblemen kunnen zich op een of meer van de lagen voordoen, of juist in de spanning tussen de lagen. Bewustzijn van de gelaagdheid van zinvinding en -verlening kan voorkomen dat zin allereerst verstaan wordt als een cognitieve, cerebrale activiteit. Het proces van zin en betekenis ontdekken, begint als wij zintuigelijk, fysiek geraakt worden door wat ons overkomt en is uiteindelijk verbonden tot op het niveau van de levensbeschouwelijke wijsheidstradities.

Religie of spiritualiteit kan om die reden een rol spelen in deze betekenisverlening. Religie kan het overstijgende betekenis-kader zijn waar binnen gebeurtenissen geïnterpreteerd worden. Spiritualiteit wordt vaak gezien in een wijder verband van verbinding met het overstijgende, transcendente, het heilige en kan zich zowel binnen als buiten de officiële religies manifesteren. Het spirituele kan zich verbinden met de verschillende lagen van betekenisverlening en –

vinding. Dat gebeurt bijvoorbeeld bij rituelen die een sterke verbinding aanbrengen tussen het zintuiglijke, levensbeschouwelijke, sociale, narratieve, interpretatieve en vitale.

Dat hulpverleners steeds meer open staan voor het belang van zingevingaspecten in het rouwproces van ouders is belangrijk. De focus ligt daarbij m.n. op wat de betreffende ouders daarin actief ondernemen, waar zij zin aan *geven*. Het wordt zelfs gezien als een taak, die noodzakelijk is om opnieuw in het leven te kunnen investeren (Wheeler 2001). Het is voor de hulpverlener echter wel van belang dat dan het begrip zingeving op deze brede en gelaagde wijze wordt opgevat.

2. Spiritualiteit

Net als bij zingeving is er bij spiritualiteit sprake van de dubbele beweging van een actieve zoektocht naar betekenis enerzijds en receptieve ontmoetingen met of ervaringen van het transcendente anderzijds.

Spiritualiteit is dat aspect van humaniteit dat slaat op de wijze waarop individuen betekenis zoeken en uitdrukken en hun verbinding (*connectedness*) met het moment, met het zelf, met anderen, met de natuur, en met het 'significante' en heilige ervaren (Puchalski et al. 2009). Dit heeft te maken met de zoektocht naar coherentie, in levensbeschouwing of geloof, en de ontmoeting met het transcendente (Klass 1999). Volgens Pargament (1997) houdt spiritualiteit zich zowel bezig met 'het heilige' (God, goden, transcendente krachten, etc.) als met de zoektocht naar betekenis en helpt het individuen om in het reine te komen met ultieme zaken... Het 'heilige' kan dan ook zowel binnen als buiten het zelf gevonden worden, als aanduiding van onze diepste bron dan wel als aanduiding van het hogere.

Dat ook in spiritualiteit en religie de nadruk gelegd wordt op een zoektocht naar het transcendente, zou de ogen kunnen sluiten voor het receptieve karakter van spiritualiteit. Juist deze receptieve kant sluit ook aan bij hedendaagse omgang met spiritualiteit die zich voor veel mensen op enige afstand van de religieuze tradities voltrekt. De experiëntiële dimensie van religie en spiritualiteit en niet langer de traditie of het instituut is bepalend voor overtuigingen ten aanzien van het heilige. Het gaat om wat men ervaart, of men dat nu duidt met termen als 'God', 'Allah', of 'Iets' (Ganzevoort 2004).

Spiritualiteit (actief en receptief) zien we terug in de verhalen van rouwende ouders; of het nu gaat om het geloof in een leven na de dood (hiernamaals of 'after life') om specifieke spirituele ervaringen zoals *after-death communication* met het overleden kind of verbinding met een

bijzondere vorm van transcendentie (Klass 1999; Meert et al. 2005). Opvallend genoeg worden – ondanks een toenemende openheid voor spirituele ervaringen in brede zin – visuele of auditieve after-death ervaringen van overleden kinderen vaak met enige scepsis bekeken. Ze worden al snel geduid als hallucinaties en beschreven als voorbijgaande illusoire ervaringen, die vaak optreden in de eerste weken na het verlies.

Worden (2009) bijvoorbeeld beschouwt dergelijke 'hallucinaties en illusies' als uitdrukkingen van 'zoekende pogingen' om de overledene te vinden. Hij gaat ervan uit dat ze deel uitmaken van normale rouwreacties, maar als ze te lang na de eerste rouwfase optreden, kunnen ze een indicatie zijn dat ouders niet in staat zijn om zich los te maken van hun kind en hun leven te reorganiseren in de veranderde omstandigheden (Field 2008). Een dergelijke objectiverende en ontmythologiserende benadering doet niet per definitie recht aan de beleving van de rouwende ouders. Hun spirituele ervaringen spelen een rol in de zingeving na het verlies van een kind. Zij zouden kunnen dienen om de ultieme zin van het gebeuren te vatten en er een enigszins begrijpelijke of aanvaardbare verklaring voor te vinden, maar zouden ook op andere wijze van betekenis en waarde voor de ouders kunnen zijn. Juist het gegeven dat het om receptieve zingeving gaat, om de ontvankelijkheid voor ervaringen, is van belang om te begrijpen hoe deze ouders met hun rouw omgaan. In het bijzonder zeggen deze spirituele ervaringen iets over de beleving van ouders ten aanzien van mogelijke continuïteit en discontinuïteit bij de omgang met de realiteit van het overleden kind. Het is daarom voor de begeleiding waarschijnlijk vruchtbaarder aandacht te geven aan de narratieve wijze waarop ouders hun ervaringen construeren en reconstrueren in hun levensverhaal (Ganzevoort & Visser 2007).

3. Spirituele ervaringen

De spirituele ervaringen van rouwende ouders kunnen tal van vormen aannemen. We beschrijven hier – op basis van klinische ervaring, literatuur en lopend onderzoek (Ganzevoort & Falkenburg 2012) – een aantal van die vormen in het licht van de vraag of zij passen bij een 'gezond' rouwproces. Vervolgens kijken wij naar de betekenis die zij aan hun ervaringen toekennen, al of niet gerelateerd aan een specifieke religieuze of spirituele referentiekader.

3.1 Voorgevoelens

Ouders benoemen vaak een 'diep weten van binnen'. In veel verhalen van rouwende ouders zien we terug dat zij voorgevoelens hadden over wat er stond te gebeuren. Die hebben soms betrekking op de ziekte waarmee hun kind getroffen wordt, en vaak op het nabij zijn van de dood. Sommige ouders, moeders vooral, zeggen al in de zwangerschap of kort na de geboorte van hun kind geweten te hebben dat hun kind niet oud zou worden. Een moeder verklaarde dat zij altijd gedacht had dat zij twee kinderen zou moeten krijgen, 'omdat eentje zou overlijden'.

De ouders van kinderen die na een ziekbed overleden, zeiden dat zij er van overtuigd waren dat hun kind zelf wist dat hij of zij ging sterven. Opvallend daarbij is dat ouders er van overtuigd zijn dat in de laatste momenten geen van hun kinderen bang was geweest. Kinderen nemen soms impliciet afscheid, bv door het weggeven van hun speelgoed.

Ook dromen en visioenen van ouders kunnen betrekking hebben op de naderende dood (Brotherson & Soderquist 2002). Het gaat daarbij om dromen die zich onderscheiden van 'normale' dromen. Een islamitische moeder verklaarde dat voor haar het belangrijkste criterium om onderscheid te maken met gewone dromen het speciale gevoel was, dat zij bij elke voorspellende droom had. Sommige van deze dromen waren heel expliciet en concreet. 'Ik droomde van een chinees blind meisje. De volgende dag hoorden we dat onze zoon waarschijnlijk blind zou zijn'. Er bestaat schroom om over deze dromen of visioenen te spreken, uit angst dat ze uit zouden komen of om verkeerd begrepen te worden. (Ganzevoort & Falkenburg 2012).

3.2 Het moment van overlijden

Het moment van overlijden is voor de meesten buitengewoon en intens en kan een transcendente lading hebben. 'Als je dat leven zo weg ziet glijden uit je kind, dat is, dat kan je je niet voorstellen... En tegelijkertijd heb ik God nooit zo dichtbij gevoeld als toen!' (Ganzevoort & Falkenburg 2012). In de verhalen van veel ouders worden de laatste minuten tot in detail verteld. De laatste woorden van het kind, de laatste keer dat hij of zij de ogen open heeft gehad, wie er bij was en wat gezegd is, het is allemaal diep opgeslagen in de herinnering van ouders. (Rosenblatt 2000). Juist rondom het moment van overlijden worden soms spirituele ervaringen genoemd als het horen van een stem, die de achterblijvers gerust stelt 'het is goed'.

3.3 Postmortem presentie (After death communication)

Sense of presence ervaringen worden gedefinieerd als niet-materiële, quasisensorische, subjectieve maar als waarachtig beleefde ervaringen van de aanwezigheid van de overledene. Deze komen meestal onverwacht en worden meestal als troostvol ervaren (Steffen & Coyle 2011). Deze aanwezigheidservaringen kunnen een algemeen karakter hebben in de zin dat hij of zij 'er altijd is'. Maar de aanwezigheid van het overleden kind kan ook ervaren worden in een zintuiglijke sensatie. Ouders kunnen een hand op hun schouder voelen; hun kind ruiken, zien of horen. De verhalen daarover zijn legio (Brotherson & Soderquist 2002; Klass 1999; Talbot 2002). De ervaring kan soms heel direct betekenisvol zijn, zoals het kind dat de laatste drie weken roerloos in bed gelegen heeft, maar in een visioen na de dood vederlicht heen en weer springt. 'Nu liet hij duidelijk zien dat hij weer kon bewegen; het ging goed met hem'. (Bruntink 2007)

Ook in het opduiken van speciale voorwerpen of dieren wordt een directe verbinding met het kind gelegd. Vaak gaat het om vogels, een kat, vaak om vlinders, die op voor hen betekenisvolle momenten verschijnen en voor de ouders een teken van hun kind zijn (Ganzevoort & Falkenburg 2012).

In het verhaal van ouders komen ook andere incidentele of herhaaldelijk voorkomende tekens en signalen van hun kind voor; niet alleen kort na het overlijden maar vele jaren later nog. Zij vertellen van voorwerpen die op onverklaarbaar wijze bewogen zijn, en vaak over elektrische apparaten zoals lampen, televisies, radio's maar ook speelgoed die aan en uit gaan zonder menselijke interventies. Zij horen muziek, die voor hen direct verbonden is met hun kind, vaak op betekenisvolle momenten. Al deze tekens herleiden zij op enigerlei wijze tot hun overleden kind (Talbot 2002). Het is altijd verbonden met de gedachte 'dat er meer is tussen hemel en aarde'. Dit betekent niet dat zij allemaal geloven dat er een God of een hemel is. Ook hier kunnen dromen een betekenisvolle rol spelen, waarin contact met de overledene op realistische wijze ervaren wordt (Bruntink 2007; Nadeau 1998). Voor islamitische ouders zijn post mortem dromen de centrale manier waarop zij contact met Allah of hun kind ervaren.. Dromen worden in de islamitische cultuur geaccepteerd als een manier waarop Allah boodschappen overbrengt (Edgar 2011).

3.4 Geen toeval

Ouders in rouw zijn gevoelig voor toevalligheden, *coinciding* (Nadeau 2008). Zij verlenen vaak betekenis aan wat anderen geneigd zijn toeval te noemen. 'Toeval bestaat niet', is een veel gehoorde uitspraak van ouders. De meesten verbinden een specifiek gebeuren met iets wat hun

eigen bevattingsvermogen overstijgt. In de verhalen kwamen herhaaldelijk dingen naar voren die zij als 'niet toevallig' aanduidden.

Daarbij gaat het bijvoorbeeld om voor hun kind belangrijke activiteiten die zij nog net op tijd hadden kunnen doen ('een dag later was het onmogelijk geweest'). Maar ook om mensen die op precies het juiste moment gearriveerd of aanwezig waren, om teksten waar men al lang naar op zoek was geweest.. Data kunnen daarbij een centrale rol spelen. Een moeder had haar leven lang een fascinatie voor het getal drie gehad. Haar zoon stierf op 3 december 2001 om 11 uur 10 (Ganzevoort & Falkenburg 2012). Ook worden bijvoorbeeld fysieke reacties genoemd die ervaren worden op het moment van overlijden, terwijl men elders is en geen weet heeft van het sterven (Nadeau 1998).

3.5 Locatie

Ouders zijn zich pijnlijk bewust dat hun kind 'niet hier' is. Het lichamelijk gemis wordt intens ervaren. Tegelijkertijd spreken ouders hun gedachte uit dat hun kind 'ergens' is, niet 'nergens'. Hoe zij dit 'ergens' verwoorden, hangt af van hun geloof of levensbeschouwing. Sommigen gebruiken de christelijke terminologie van de hemel, ook als zij niet gelovig zijn. Anderen noemen het 'de spirituele wereld'. Moslims spreken over het paradijs, of 'zijn bij Allah' (Bruntink 2007).

Algemene metaforen die gebruikt worden, zijn gerelateerd aan het werkwoord 'gaan', overgaan, opgaan: 'Je mag gaan', 'Het leek soms of hij al over ging en weer terugkeerde'. Daarbij hebben velen het idee dat, waar hun kind ook heen ging, zij elkaar na de dood op een of andere manier zullen weerzien (Benore & Park 2004; Brotherson & Soderquist 2002; Tedeschi, R. G. & Calhoun 2004). Het zijn soms de kinderen zelf die hun ouders op het spoor van een hemel zetten, zoals de tienjarige zoon die tegen zijn ouders zei: 'ik neem afscheid van het leven; ik ga naar de hemel' (Ganzevoort & Falkenburg 2012).

4. Scheiding en verbinding

Ouders die spreken van een blijvende verbinding met hun kind, drukken tegelijkertijd uit hoe zeer zij doordrongen zijn van de scheiding en de onherroepelijkheid van hun verlies. Zo verhalen zij langdurig en vaak zeer gedetailleerd over de extreem moeilijke tijd van de ziekte en de dood van hun kind. Zij kunnen in hun verhaal niet weg lopen van de realiteit van het gebeuren. Het gevoel dat hun kind nog steeds onderdeel is van hun leven en zich bij tijde op enigerlei wijze 'meldt', neemt op geen enkele wijze hun pijn weg. De fysieke nabijheid wordt pijnlijk gemist, ook als zij vertellen van zintuiglijke ervaringen van de aanwezigheid van het kind.

Zij vertellen van de twee sporen in hun leven. De periode van de ziekte en de dood van hun kind beschadigt relaties, verwondt persoonlijkheden en laat hen zeer kwetsbaar achter. Negatieve beelden en betekenissen zijn naast de positieve in hun levensverhaal voorhanden. 'De wereld werd een verwoest landschap' en 'Ik weet hoe het is om in de hel te zijn, voortdurend te branden zonder te sterven' (Ganzevoort & Falkenburg 2012).

Voor elke ouder is de dood van hun kind een verschrikkelijke, niet te vermijden realiteit, die geen twijfel laat over het einde van het leven van hun kind. Wat blijft, is de leegte in hun leven. En tegelijkertijd ervaren zij veerkracht (resilience) en kracht. Daarbij kan het geloof in een leven na de dood een rol spelen, waarbij ouders aangeven alle angst voor de dood kwijt te zijn. Daarmee wordt de dood zelf een paradox. 'It is the terrible thing that stole their child from them, and it is also the key to reunion' ((Tedeschi, R. G., Calhoun, L.G 2004)).

Het narratief van rouwende ouders laat een ambigue beleving zien. Er is continuïteit en discontinuïteit. De goede, betekenisvolle momenten zijn verbonden met de slechte. Het zijn twee zijdes van dezelfde realiteit. Zo kunnen ouders niet spreken over betekenisvolle ervaringen los van de immense pijn die zij in hun verlies ervaren. Ook dat moet verteld worden en wel 'en detail'. De betekenisvolle momenten zoals de 'post mortem ervaringen' kunnen alleen verteld worden binnen het verhaal van pijn, wanhoop en verdriet. Het hoort onlosmakelijk bij elkaar. De scheiding en het verlies wordt intens ervaren. En tegelijkertijd voelen ouders de troostrijke nabijheid van het gestorven kind.

Die dialectiek van continuïteit en discontinuïteit kan gezien worden als een van de grote uitdagingen waar de ouders voor staan na de dood van hun kind. De constructie van een betekenisvol verhaal vereist erkenning van de realiteit van de dood en de bewaren van een voortgaande verbondenheid met het kind. Dat kan op vele manieren. De existentiële/spirituele ervaringen van ouders spelen een rol in deze complementaire en tegengestelde vereisten.

5. Betekenisverlening

Spirituele ervaringen spelen een rol in de betekenisverlening van ouders. Een belangrijke vraag voor de begeleiding is in hoeverre ze ingepast worden in een coherent betekenskader voor de ouders.

5.1 Betekenis van het 'speciale kind'.

Allereerst benadrukken ouders de betekenis van het kind zelf. Zij noemen het vaak 'bijzondere kinderen', sensitief, zeer sociaal en communicatief. Zijn de kinderen lang ziek geweest, dan wordt verteld

van de verandering die ze doorgemaakt hebben. Voor ouders was het leven van deze kinderen zelf betekenisvol. Ze betekenden veel voor verschillende mensen, ofwel vanwege hun persoonlijkheid of vanwege het proces dat zij doorgemaakt hebben. De kinderen 'hebben niet voor niets geleefd'. Deze focus op de unieke betekenis van het overleden kind komt op prominente wijze terug in het verhaal van ouders (Ganzevoort & Falkenburg 2012; Rosenblatt 2000; Wheeler 2001).

5.2 Betekenis van geloof en religie

De dood van een kind trekt een wissel op de wijze waarop ouders hun religieus of spiritueel geloof beleven. 'Het bestaan is niet meer veilig, en God is niet meer veilig'. Een mens wordt niet beschermd tegen het meest ontwrichtende verlies. Dit kan tot grote geloofsproblemen leiden, maar het kan de religieuze beleving ook transformeren. Binnen het (oude) geloof kunnen nieuwe antwoorden gezocht worden. Een moeder die actief lid was van een protestantse kerk vertelt hoe zij op zoek gaat naar een soort spirituele verklaring van het verlies van haar dochter, omdat zij de dood van haar dochter niet kan verbinden met de liefde van God. Zij staat zichzelf een vrije zoektocht toe onder de voorwaarde dat mogelijke antwoorden niet in conflict mogen zijn met het geloof dat 'Jezus Christus mijn redder is'. Na het lezen en horen van verschillende meningen komt zij tot de conclusie dat het 'zou kunnen zijn dat een ziel van God uit naar de aarde komt met het doel om bepaalde dingen te leren, waarna het weer terug 'naar huis' mag'. Nadrukkelijk zegt de moeder erbij dat ze dit als een 'mogelijkheid ziet, niet als een overtuiging'. Op deze wijze blijft de liefde van God voor haar overeind (Ganzevoort & Falkenburg 2012).

Voor anderen is de dood van hun kind aanleiding om zich actief met spiritualiteit bezig te houden. Waar de een in contact komt met een energetisch therapeut, die een verklaring geeft voor de dood van haar zontje van vier – gerelateerd aan een taak vanuit een vorig leven – (Van Haagen 2008), herkent een ander zich in het Tibetaanse boek van de Dood. De onverklaarbare gebeurtenissen die hen na de dood van hun kind overkomen waren, spelen daarbij een belangrijke rol. Ook gaan veel ouders een keer op bezoek bij een medium. Doel is 'te horen dat het goed is en moeder of vader hun best gedaan hebben' (Ganzevoort & Falkenburg 2012).

Voor islamitische ouders kan het geloof eveneens aangetast worden, vaak samenhangend met de vraag waar zij voor gestraft worden. Conclusie is vaak dat zij op de proef gesteld worden en dat hun kinderen op een gelukkig plek zijn waar zij het veel beter hebben (Bruntink 2007).

Religie en spiritualiteit spelen dus, ook in de Nederlandse context, een rol. Het in de religie aangereikte overkoepelend beeld van wat na de dood gebeurt (of dat nu om het paradijs gaat, of de hemel, of welke metafoor ook gebruikt wordt), heeft betekenis in de verwerking van ouders. Maar zowel binnen als buiten het beleden geloof, zien we vormen van transcendentie terug, die niet zozeer een vaste overtuiging weer geven als wel een toevertrouwen aan mogelijkheden van transcendente verbindingen. Niet de belijdenis maar de relatie met wat ons overstijgt, blijft intact (Ganzevoort 2004).

5.3 Zoektocht naar zin en betekenis.

Veel ouders kunnen zich de vraag naar het 'waarom', de zin van het gebeuren niet altijd permitteren omdat het hun kracht zou ondermijnen. Belangrijker dan de zin *van* het gebeuren is wat *in* dit gebeuren zin/betekenis heeft (Ganzevoort & Falkenburg 2012). De dood van het kind kan voor andere ouders juist aanleiding zijn om naar een zin, een verklaring, te zoeken. Dit wordt dan vaak in het spirituele vlak gevonden. Tegelijkertijd leidt dit voor veel ouders niet tot het omarmen van een coherent betekenisstelsel. Zelfs ouders die een vorm van cognitieve betekenisverlening lijken te aanvaarden (bv: 'de ziel is met een opdracht op aarde gekomen'), benadrukken tegelijkertijd dat er geen verklaring kan zijn die deze dood rechtvaardigen zou. De dood van hun kind bleef fout, onrechtvaardig, onacceptabel. Geen verklaring, religieus of anderszins, kon dat gevoel weg nemen (Ganzevoort & Falkenburg 2012).

Hoewel er geen bevredigende ultieme verklaring mogelijk is die hen de noodzaak van de dood van hun kind zou doen aanvaarden, verklaren diezelfde ouders dat bepaalde elementen van het verhaal 'zo hadden moeten zijn', en dus niet toevallig waren. Ze gaan ons begrip te boven (Bruntink 2007; Klass 1999).

6. Conclusie.

In de levensverhalen van rouwende ouders zien we het belang terug van het vinden van betekenis. De zoektocht naar een bevredigende verklaring van de dood kan voor ouders belangrijk zijn, waarbij religie of spiritualiteit een rol kunnen spelen. Maar de intensiteit van de *pursuit of meaning* varieert enorm en leidt lang niet altijd tot een coherent wereldbeeld of levensbeschouwing. De suggestie dat zo'n cognitief betekenisstelsel voorhanden zou kunnen zijn, is voor velen zelfs onacceptabel. De dood van hun kind kan nooit 'begrijpelijk' zijn. Het zin geven aan de dood van het kind blijft een problematische onderneming. Dat betekent echter niet dat zij geen betekenissen in het verhaal van de dood van hun kind ontdekken. Hoewel cognitieve betekenis- of

zinconstructies (*making sense*) in de levensverhalen te vinden zijn, lijkt het zoeken naar wat van blijvende waarde en betekenis (*significance*) is in de zoektocht naar betekenis te domineren.

De incongruentie tussen de situationele betekenisverlening en het (ontbreken van een) algeheel betekenisstelsel wordt niet per definitie als problematisch ervaren. De cognitieve coherentie van hun ervaringen is minder van betekenis dan de affectieve betekeniservaring.

Een essentieel onderdeel van het narratief van het rouwproces is dat het leven van het overleden kind zelf betekenis heeft, hoe kort het ook was. Niet alleen voor henzelf maar voor de bredere omgeving. De zin van het *leven* van het kind lijkt belangrijker dan de zin van hun dood. Ook de relatie met het kind heeft blijvende betekenis in het leven van de ouders. Hoewel zij de pijn van het verlies met zich mee blijven dragen, blijft er ook de verbinding. Spirituele ervaringen kunnen de brug zijn tussen het gestorven kind en de harde realiteit van ouders.

Ouders hoeven met religie of spiritualiteit geen sterke affiniteit te hebben, om het concept van transcendentie toch in hun verhaal te vervlechten, bijvoorbeeld in beweringen als 'alles heeft een reden' of 'toeval bestaat niet'. Die uitspraken betekenen tegelijkertijd niet per definitie dat zij geloven in een vooropgezet plan. Impliciet of expliciet voelen zij zich echter in een verbinding staan met een transcendente werkelijkheid die op ondoorzichtige wijze de incoherente ervaringen van leven en dood integreert. De manier waarop deze transcendentie ervaren wordt, kan ingebed zijn in een specifieke culturele of religieuze traditie. De vogel, of vlinder die zich op betekenisvolle momenten aan een ouder laat zien, kan zowel geïnterpreteerd worden als een teken van het overleden kind of als een teken van God. Islamitische ouders ervaren die transcendentie vooral in (volgens de traditie geaccepteerde) dromen en vertellen niet van symbolische gebeurtenissen of zintuiglijke ervaringen. In dromen is contact met het kind wel mogelijk (Ganzevoort & Falkenburg 2012).

De levensverhalen laten zien dat de ervaring van het betekenis 'ontvangen' hebben, ofwel van het kind of van een transcendente wereld, onderdeel kan zijn van de betekenisconstructie van ouders. Speciale momenten van ervaren verbinding voelen als een indicatie dat hun kind niet compleet verdwenen en voorbij gegaan is, maar nog steeds onderdeel van hun leven is. Deze ervaringen, of het om dromen gaat of om dingen die het kind gezegd of gedaan heeft, of om 'niet-toevalligheden', zijn betekenisvol en worden toegeschreven aan diezelfde transcendente werkelijkheid waar het kind deel van zou zijn.

Er is vaak sprake van ambiguïteit in het rouwproces. Het verlies heeft niet wel zin óf geen zin. Er is sprake van beide. Op dezelfde manier ervaren ouders zowel continuïteit als discontinuïteit in de verbinding met hun kind. Sensorische ervaringen, ook als zij lang na het overlijden voorkomen, hoeven geen indicatie te zijn van een verstoord of gestagneerd rouwproces. Om deze dialectische ervaring van continuïteit en discontinuïteit in het levensverhaal van rouwende ouders te verstaan, moeten spirituele ervaringen serieus genomen worden als onderdeel van de transformatie van de voortgaande band tussen ouders en het overleden kind (Benore & Park 2004).

Ouders lijken de fundamentele aanname van een betekenisvolle wereld waarin de menselijke persoon de moeite waard is (dat geldt zowel voor hun kind als voor henzelf) opnieuw te integreren in hun leven, maar op een nieuwe wijze en op een ander niveau, waarin de pijn, het verdriet en de zinloosheid van het verlies geïntegreerd is. Het rouwproces bevat verschillende lagen van betekenisverlening. Contradicties en ambiguïteiten horen daarbij. Spirituele ervaringen zijn vaak onderdeel van het voortgaande levensverhaal van ouders die hun kind verloren. Hun belangrijkste functie is het vorm geven aan de voortgaande verbinding met hun kind en met transcendentie. Op die wijze stimuleren zij de voortgang van het levensverhaal van ouders.

Een actieve interesse van professionele hulpverleners voor ervaringen van blijvende verbinding met de overledene, kan mensen die rouwen om traumatisch verlies bewegen om deze betekenisvolle ervaringen met hen te delen.

Literatuur

- Barrera, M., O'Connor, K., D'Agostino, N.M., Spencer, L., Nicholas, D., Jovcevska, V., Tallet, S., Schneiderman, G. (2009). Early parental adjustment and bereavement after childhood cancer death. *Death Studies*, 33(6), 497-520. doi: 10.1080/07481180902961153
- Benore, E.R., & Park, C.L. (2004). Death-Specific Religious Beliefs and Bereavement: Belief in an Afterlife and Continued Attachment. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 14(1), 1-22.
- Brotherson, S.E., & Soderquist, J. (2002). Coping with a Child's Death: Spiritual Issues and Therapeutic Implications. *Journal of Family Psychotherapy*, 13(1-2), 53-86.
- Bruntink, R. (2007). *In het teken van leven*. Kampen: Ten Have.
- Calhoun, L.G., & Tedeschi, R.G. (Eds.). (2006). *Handbook of Posttraumatic Growth: research and practice*. New York: Lawrence Erlbaum associates.
- Dijkstra, I.C. (2000). *Living with loss. Parental grieving for the death of their child*. Utrecht.
- Edgar, I. (2011). *The Dream in Islam: From Qur'anic Tradition to Jihadist Inspiration*. Oxford: Berghahn Books.
- Field, N. (2008). Whether to relinquish or maintain a bond with the deceased. In M. Stroebe, R.O. Hansson, H. Schut & W. Stroebe (Eds.), *Handbook of bereavement*

- research and practice: *Advances in theory and intervention* (pp. 113-132). Washington: American Psychological Association Press.
- Ganzevoort, R.R. (2004). Receptivity and the nature of religion. *Journal of Empirical Theology*, 17(1), 115-125.
- Ganzevoort, R.R., & Falkenburg, N. (2012). Stories beyond Life and Death: Spiritual Experiences of Continuity and Discontinuity among Parents who lose a Child. *Journal of Empirical Theology*, 25, 189-204.
- Ganzevoort, R.R., & Visser, J. (2007). *Zorg voor het verhaal. Achtergrond, methode en inhoud van pastorale begeleiding*. Zoetermeer: Meinema.
- Van Haagen, M. (2008). *Hemels verdriet*. Kampen: Ten Have.
- Hogan, N.S., & Schmidt, L.A. (2002). Testing the grief to personal growth model using structural equation modeling. *Death Studies*, 26(8), 615-634. doi: 10.1080/07481180290088338
- Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered Assumptions. Towards a New Psychology of Trauma*. New York: The Free Press.
- Janoff-Bulman, R., & Frantz, C.M. (1997). The impact of trauma on meaning: from meaningless world to meaningful life. In M. Power & C.R. Brewin (Eds.), *The transformation of meaning in psychological therapies*. Chichester, England: John Wiley & Sons Ltd.
- Keesee, N.J., Currier, J.M., & Neimeyer, R.A. (2008). Predictors of grief following the death of one's child: the contribution of finding meaning. *Journal of Clinical Psychology*, 64(10), 1145-1163. doi: 10.1002/jclp.20502
- Klass, D. (1999). *The spiritual lives of bereaved parents*. Philadelphia: Taylor and Francis.
- Klass, D., Silverman, P.R., & Nickman, S.L. (Eds.). (1996). *Continuing bonds: New understandings of grief*. Washington, DC: Taylor & Francis.
- Lichtenthal, W.G., Currier, J.M., Neimeyer, R.A., & Keesee, N.J. (2010). Sense and significance: a mixed methods examination of meaning making after the loss of one's child. *Journal of Clinical Psychology*, 66(7), 791-812.
- Meert, K.L., Thurston, C.S., & Briller, S.H. (2005). The spiritual needs of parents at the time of their child's death in the pediatric intensive care unit and during bereavement: a qualitative study. *Pediatric Critical Care Medicine*, 6(4), 420-427. doi: 01.PCC.0000163679.87749.CA
- Mikulincer, M.S., P.R. (2008). An Attachment Perspective on Bereavement. In M. Stroebe, R.O. Hansson, H. Schut & W. Stroebe (Eds.), *Handbook of bereavement research and practice: Advances in theory and intervention*, 87-112. Washington: American Psychological Association Press.
- Nadeau, J.W. (1998). *Families making sense of death*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Nadeau, J.W. (2008). *Meaning-making in bereaved families: assessment, intervention, and future research*. Washington: American Psychological Association Press.
- Neimeyer, R.A., Baldwin, S.A., & Gillies, J. (2006). Continuing bonds and reconstructing meaning: mitigating complications in bereavement. *Death Studies*, 30, 715-738.
- Nolen-Hoeksema, S., & Larson, J. (1999). *Coping with loss*. New Jersey.
- Pargament, K.I. (1997). *The Psychology of Religion and Coping. Theory, research, practice*. New York: The Guilford Press.
- Park, C.L., & Folkman, S. (1997). Meaning in the context of stress and coping. Review of *General Psychology*, 1(2), 115-144.
- Puchalski, C., Ferrell, B., Virani, R., Otis-Green, S., Baird, P., Bull, J., Sulmasy, D. (2009). Improving the quality of spiritual care as a dimension of palliative care: the report of the Consensus Conference. *Journal of Palliative Medicine*, 12(10), 885-904. doi: 10.1089/jpm.2009.0142
- Rosenblatt, P. (2000). *Parent Grief. Narratives of Loss and Relationship*. Philadelphia: Taylor & Francis.

- Steffen, E., & Coyle, A. (2011). Sense of presence experiences and meaning-making in bereavement: a qualitative analysis. *Death Studies, 35*, 579-609.
- Stroebe, M., Schut, H., & Boerner, K. (2010). Continuing bonds in adaptation to bereavement: Toward theoretical integration. *Clinical Psychology Review, 30*(2), 259-268.
- Talbot, K. (2002). *What forever means after the death of a child. Transcending the Trauma, living with the Loss*. New York and London: Routledge.
- Tedeschi, R.G., & Calhoun, L.G. (2004). *Helping bereaved parents; a clinical guide*. New York: Brunner-Routledge.
- Wheeler, I. (2001). Parental bereavement: the crisis of meaning. *Death Studies, 25*, 51-66.
- Winkelaar, P. (2009). *Zingeving en Wereldbeschouwing*. Utrecht: de Tijdstroom.
- Worden, J.W. (2009). *Grief Counseling and Grief Therapy. A Handbook for the Mental Health Practitioner*. (4th edition ed.). New York: Springer Publishing Company.