

JAKOB VAN WIELINK EN LEO WILHELM

INTERNE EN EXTERNE ZINGEVING BIJ VERLIES

In de weekendeditie van het *Algemeen Dagblad* van 8 oktober 2011 staat een artikel over de moeder van Maarten. De jongeman, eenentwintig jaar oud, werd toen hij met autopech op de vluchtstrook stond, doodgereden door een automobilist die drie keer de maximaal toegestane hoeveelheid alcohol in zijn bloed had. Hoewel het vonnis lager uitviel dan de strafeis, is de verdachte in hoger beroep gegaan. De rechtszaak sleept nu al twee jaar aan in hoger beroep. De moeder zegt: 'Maarten was geen mens meer, maar een zaak, een zoekgeraakt dossier [...] Alsof Maarten niet belangrijk is. Ik voel me schuldig om het feit dat hij slechts een nummer is.' Maarten had zes jaar eerder, als vijftienjarige, zijn vader verloren. Zijn moeder zit nu in de ziektewet. Ze blijft vechten voor gerechtigheid voor Maarten, zoals ze zelf aangeeft.

Haar uitspraken illustreren krachtig haar zoektocht naar betekenis. Waar is deze betekenis te vinden: binnen of buiten haarzelf? Het citaat doet het laatste vermoeden. Zij gaat de juridische strijd aan. Wat kun je ook anders, wanneer je als moeder je kind verliest in een situatie waarbij er een nog onbeantwoorde schuldvraag ligt? Welke andere keuze heeft zij; heeft zij wel een keuze? Zonder op voorhand te oordelen over welke keuze iemand maakt, willen we toch stilstaan bij de keuze die, in welke ingrijpende situatie ook, toch kan worden gemaakt.

Daarvoor maken we een uitstapje: de Amerikaanse acteur Morgan Freeman speelt in de film *Invictus* (2009) de rol van Nelson Mandela tijdens zijn presidentschap. Het Mandela-personage verwijst daarin naar een gedicht van de Engelse dichter William Ernest Henley (1849-1903), het gedicht waaraan de film zijn naam ontleent. Het personage wil met het gedicht aangeven dat je, om jezelf en anderen te inspireren tot 'groot-

heid wanneer minder niet voldoet', soms gebruik mag, zelfs moet maken van het werk van anderen. We vinden in dit gedicht een eerste aanzet tot zinging en een beschrijving van de keuze die we hebben om met ons lot om te gaan:

**De nacht die mij bedekt
Aardedonker van pool tot pool
Dank ik welke god dan ook
Voor mijn onoverwinbare ziel**

**Ondanks de zwaarste omstandigheden
Heb ik nimmer gehuiverd of gehuild
Door de klappen van het lot
Is mijn hoofd bebloed maar niet gebogen**

**Vorbij deze plek van toorn en tranen
Ligt slechts de verschrikking van de schaduw
Ondanks het gevaar dat immer dreigt
Treff men mij aan, zonder vrees**

**Hoe nauw de poort ook is
Hoe zwaar belast met straf
Ik ben de meester van mijn levenslot
Ik ben de kapitein van mijn ziel**

Graag maken wij dan ook gebruik van het werk van anderen, om de vaak onzegbare zaken rondom verlies te verwoorden. Op zoek naar zinging, de moeilijkste opdracht bij persoonlijk verlies, zullen we steunen op het werk van de Nederlandse schrijver A.F.Th. van der Heijden, die zijn zoon en enig kind Tonio verloor door een verkeersongeluk. Hij schreef de naar zijn zoon vernoemde requiemroman, waarmee hij de Libris Literatuur Prijs 2012 won. Ook zullen we gebruikmaken van het werk van de Engelse auteur C.S. Lewis (1898-1963), bekend van de Narnia-trilogie. In 1961 gaf hij onder pseudoniem het werk *Verdriet, dood en geloof* uit, over het overlijden van zijn vrouw. Pas na zijn eigen overlijden werd bekend dat hij de schrijver was.

Terug naar de moeder van Maarten uit de inleiding. Op de rechtszaak zit ze achter de verdachte en vertelt daarover: 'Hij draaide zich naar me om en zei dat hij het heel erg vond dat dit was gebeurd. Maar hij meende er niets van. Hij vindt zichzelf zielig en zegt slachtoffer te zijn van wat er is gebeurd. Zonder te willen denken aan de slachtoffers die hij heeft gemaakt.' Uitspraken over de intentie van de ander zijn veelal projecties van de eigen behoefte. In dit geval de behoefte schuld

toe te wijzen, en het onvermogen een werkelijkheid te ervaren waarin er aan beide kanten slachtoffers zijn. Deze tegenstelling ontmenselijkt de ander en polariseert, waardoor het nog moeilijker wordt positieve betekenis te vinden of construeren. Een dilemma dat treffend door Lewis wordt beschreven:

Wanneer een moeder treurt over, niet om hetgeen ze verloren heeft maar om hetgeen haar dode kind verloor, dan is het een troost te geloven, dat het kind niet de zin verloren heeft waarom het is geschapen. [...] Maar niet voor haar moeder zijn. Het speciale geluk van het moederschap moet afgeschreven worden. Nooit meer, in geen enkele tijd of plaats, zal zij haar zoon weer op de knie hebben, of hem een bad geven, of hem een verhaaltje vertellen, of plannen maken voor zijn toekomst, of haar kleinkind zien.

C.S. Lewis, *Verdriet, dood en geloof* (blz. 27-28)

Bij nabestaanden van dodelijke slachtoffers zien we vaak dat zij een beroep doen op het juridisch systeem om tot 'recht' te komen. We plaatsen hier het begrip 'recht' tussen aanhalingstekens, omdat gerechtigheid vaak wordt gezien als voorwaarde waaraan moet worden voldaan, voordat er sprake kan zijn van verder gaan met het eigen leven. Nabestaanden die zich afhankelijk maken van juridische procedures om hun gelijk te halen, worden echter vaak slachtoffer daarvan, omdat dit systeem niet is berekend op indringende emoties en de menselijke behoefte om betekenis aan de dingen te geven.

Schuld en verwijtbaarheid blijken dan verschillende begrippen te zijn, los van de moeite van bewijslast. De diep menselijke behoefte om schuld te kunnen toewijzen, maakt dat we ons kunnen vastklampen aan de hoop op gerechtigheid. Daarbij gaat het er meestal om, 'gerechtigheid' te krijgen voor 'het slachtoffer dat zich niet meer kan verdedigen'. Terwijl het eigenlijk om onze eigen behoefte gaat. Vaak vindt er identificatie met het slachtoffer plaats, wat zich uit in zinnen als 'wij als nabestaanden hebben levenslang'. Geen enkele straf voor de dader lijkt dan hoog genoeg om genoegdoening te krijgen.

De lange tijd die is gemoed met het doorlopen van juridische stappen, verwordt echter vaak tot een tijd van emotionele stilstand, waarbij nog niet aan het eigenlijke verlies kan worden toegekomen. De rouw, als uiting van het verlies, stolt. De nabestaande kan pas 'verder' als er een uitspraak is, als er erkenning is. Het zoeken naar gerechtigheid maakt ons afhankelijk van een juridisch systeem dat noch voldoende noch noodzakelijk blijkt te zijn om zin of betekenis te kunnen geven.

VERLIES VERWERKEN?

Het lijkt, nee, het *is* onontkoombaar: verliezen horen bij het leven. Ook ondenkbare verliezen, zeker die van een welhaast onmenselijke omvang en intensiteit als het verlies van een kind, je eigen kind. Even onontkoombaar is de uitdaging om het verhaal te herschrijven. Herschrijven alsof de feiten die zich aan je opdringen niet plaatsvonden, een andere volgorde, kleur, betekenis, gevoelswaarde hadden (Cozijnsen en Van Wielink, 2012).

Zo bleef ik in mijn herinneringen aan Tonio op zoek naar situaties, tastbaar genoeg om mezelf in ruimte en tijd terug te wanen op de plaatsen waar ze zich hadden voorgedaan. Soms verwijderde ik een paar seconden uit het tijdsverloop, dan weer laste ik er drie, vier in. Het was spel – dwangmatig, maar het bleef een spel. Uiteindelijk leverde het me niets op, behalve dat de neurose haar greep op me verstevigde. Ik deed er beter aan terug te keren naar wat er die vroege ochtend werkelijk gebeurd was, zonder dat de feiten zich iets hadden aangetrokken van mijn geknip en geplak in Tonio's levensloop.

A.F.Th. van der Heijden, *Tonio. Een requiemroman* (blz. 319)

De rouw, die noodzakelijk volgt op het verlies, lijkt een proces waarin, ondanks de 'waaromvraag', nauwelijks ruimte is voor vragen van of naar betekenis en zin. Van der Heijden drukt ons met de neus op de rauwe feiten, in een plastische en confronterende beschrijving die ons tegelijkertijd meevoert in de belevingswereld van de moeder van Maarten uit het artikel van het *Algemeen Dagblad*:

In godsnaam, wat was er de zin en de betekenis van dat Mirjam en ik ruim eenentwintig jaar lang zo'n prachtige jongen in ons midden hadden gehad, een kind dat door z'n pure levenslust ons gezond en in leven hield, en dat wij nu afscheid moesten nemen van de zwaarst denkbare gehandicapte, met levensverwachting nul en verstandelijke vermogens tot nul teruggebracht?

A.F.Th. van der Heijden, *Tonio. Een requiemroman* (blz. 154)

De vraag of het in deze omstandigheden gegeven is een dergelijk verlies te verwerken, dringt zich bijna als vanzelf aan ons op.

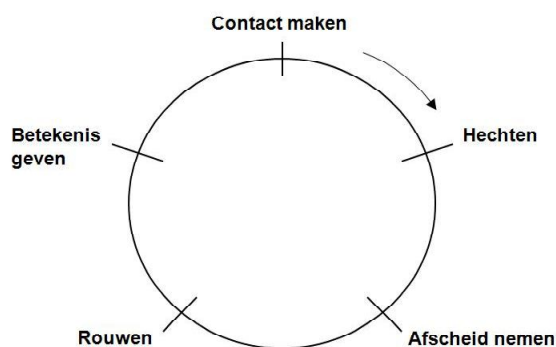
Wat het wroeten in Tonio's laatste halve week opleverde, moesten we nog afwachten, maar verder ontdekten we dat het actief zoeken naar een manier om het verlies te verwerken, de pijn alleen maar erger maakte. Het gemis passief ondergaan, en ons zo gelaten mogelijk van de ene

naar de andere dag slepen, dat leek voorlopig het beste.
A.F.Th. van der Heijden, *Tonio. Een requiemroman* (blz. 322)

'Verwerken' mag tussen haakjes komen te staan. Het woord slaat de plank zo mis omdat het, zoals Van der Heijden hier zo treffend uitdrukt, veronderstelt dat iets 'gereed' te maken is. 'Verwerken' zou de illusie kunnen wekken van een eindstation, een moment waarop we kunnen zeggen: 'het heeft een plek, het is over, het is klaar'. Processen van rouw blijken oneindig meer gelaagd en daarom ook zo veel meer ingewikkeld te zijn dan het woord 'verwerken' aankan. Wij willen hier stilstaan bij die ingewikkeldheid door licht te laten schijnen op het proces van betekenis- en zingeving dat onlosmakelijk met rouw is verbonden.

DE HECHTINGSCIRKEL

Volgens de Amerikaanse psycholoog Maslow bestaat er een hiërarchie in de menselijke behoeften. De behoefte aan zin- of betekenisgeving geldt daarbij voor hem als de top. Een top die pas kan worden bereikt als aan een aantal andere (fundamentele) behoeften is voldaan, zoals voedsel, kleding, een dak boven het hoofd en veiligheid. De behoefte aan betekenis- en zingeving is weliswaar bij uitstek menselijk, maar het menselijk leven is tezelfdertijd dusdanig met deze behoefte doordrenkt, dat er geen sprake kan zijn van een top- of eindpunt. Wij zien zin- of betekenisgeving veel meer als een veelvuldig te bezoeken tussenstation in een voortdurende voortgang en wisselwerking van een mens met anderen en met zijn omgeving. We willen zin- of betekenisgeving hier benaderen vanuit de context van omgaan met verlies. Verlies in de brede waaier van ingrijpende gebeurtenissen, van verlies door de dood, tot scheiding, ziekte, ontslag, emigratie en alle andere momenten waarop betekenisvolle relaties worden beëindigd.



We hanteren hiervoor de, in de praktijk van coaching en therapie veelgebruikte cirkel van hechting en verlies (Kohlrieser 2006, Veenbaas, 2007). Deze cirkel symboliseert voor ons bij uitstek de voortdurende cyclus van menselijke interactie. Het station van zin- of betekenisgeving komen we dan tegen tussen de rouw bij het omgaan met het verlies en het weer open komen te staan voor nieuw contact. Nieuw contact dat vanuit de nieuwe ontmoeting weer leidt tot nieuwe hechting, tot een onherroepelijk nieuw afscheid en wederom rouw, waarop opnieuw zin- of betekenis mag worden gegeven.

ZINGEVING OF BETEKENISGEVING BIJ VERLIES?

Wij gebruiken de begrippen zingeving en betekenisgeving om hetzelfde uit te drukken. Bij veel mensen roept dit echter weerstand op (Van Wie-link en Wilhelm 2012). Het begrip 'zingeving' blijkt in de praktijk meer beladen te zijn dan het begrip 'betekenisgeving'. Zeker rondom verlies door de dood, bij het overlijden van een kind bijvoorbeeld, kan het bevattingsvermogen van een mens overvraagd worden. Op dat moment is er helemaal geen behoefte om zin te geven. De basis van het bestaan is dermate door elkaar geschud, dat de nabestaande op een kaal overlevingsmechanisme wordt teruggeworpen. Zin geven aan de ultieme zinloosheid is dan vaak een station te ver. Toch wordt bij het oppakken van de gebroken draad van het leven het levensverhaal opnieuw geschreven, of verder geschreven. Dat (narratieve) proces van constructie en herwaardering is een sociaal proces: het verhaal wordt herschreven in de interactie met anderen met wie we intiem verbonden zijn – anderen die door hun beeld van ons zelfbeeld ons verhaal mee definiëren (Neimeyer, 2006). Het is mede deze narrativiteit die heling mogelijk maakt. Heling in de zin dat het leven weer geleefd kan worden zonder fundamentele belemmeringen op dagelijks niveau.

OPBRENGST BIJ VERLIES?

'Betekenis' lijkt in ons taalgebruik minder lading te hebben dan het begrip 'zin', dat iets van een doel of hoger plan in zich lijkt te hebben. Het begrip 'betekenis' lijkt daardoor beter aan te sluiten bij de behoefte van de rouwende.

Wij willen die spanning niet uit de weg gaan. Juist vanuit die lading mag het worden besproken, omdat het dan gaat over wat voor iemand essentieel van waarde is. Een waarde die door een verlies zwaar op de proef is gesteld, waardoor een nieuwe oriëntatie onontkoombaar is. Dan hebben we ook meteen het spanningsveld geraakt van de mogelijke opbrengst van een verlies. Terugkijkend kunnen mensen vaak aange-

ven wat zij hebben gewonnen bij een ingrijpende gebeurtenis (Calhoun en Tedeschi, 2006). Tijdens de rouw is dit nog veel te vroeg. We kunnen mensen niet als troost voorhouden dat zij er ooit beter uit zullen komen.

Ook schuldgevoelens bij de nabestaande kunnen in de weg staan bij het vinden van een mogelijke opbrengst. Alsof er na het verlies geen vreugde meer mag zijn, geen nieuw leven. C.S. Lewis verwoordde het na het overlijden van zijn echtgenote zo:

Nochtans kan ik niet tegenspreken dat ik me in zekere zin 'beter voel', en mét dat ik dat weet, komt er onmiddellijk een soort schaamte, en een gevoel dat men zus of zo verplicht is om zijn ongeluk te koesteren, te voeden en te verlengen. Ik heb daarover in boeken gelezen, maar nooit gedroomd dat ik dat zelf nog eens meemaken zou. Ik ben er zeker van dat H. het niet goed zou keuren. Ze zou me zeggen niet zo dwaas te doen. Ik ben er vrij zeker van dat God dat ook zou doen. Wat steekt daarachter?

C.S. Lewis, *Verdriet, dood en geloof* (blz. 52)

Met deze spanning hebben we te maken wanneer we mensen nabij willen zijn en willen ondersteunen. We willen niemand voorschrijven hoe zij dienen om te gaan met verlies, hoe zij moeten rouwen of zin of betekenis kunnen toekennen. We kunnen het niet oplossen voor de ander. Rouw als reactie op een verlies is uniek, omdat de relatie en de betekenis ervan uniek waren. Toch hebben we een besef van de mogelijke opbrengst en van de helende kracht die ervan uit gaat. Vanuit dat besef willen we dieper ingaan op de mogelijkheden om zin of betekenis te geven.

INTERNE OF EXTERNE ZINGEVING

Er zijn twee richtingen waar zin gevonden kan worden: binnen de mens en buiten de mens. We spreken van interne zingeving wanneer iemand binnen zichzelf bronnen aanspreekt die leiden tot antwoorden op zijn vragen naar zin en betekenis. De eigen vaardigheden worden dan aangewend om overtuigingen en opvattingen in overeenstemming te brengen met de feitelijkheid van het verlies (vgl. Van Wielink en Wilhelm, 2011). Het zijn de manieren die mensen zich eigen hebben gemaakt, manieren waarop ze omgaan met emoties, spanning en stress. De manieren ook van communiceren, van aanpakken of vermijden en van sociale steun zoeken of afzonderen (Fiddelaers-Jaspers en Van Wielink, 2012). Deze vaardigheden en overlevingsstrategieën zijn voor mensen van belang bij het vinden van de kracht in henzelf om met het verlies om te gaan. Deze kracht kan op zichzelf al een opbrengst zijn en daar-

mee van betekenis. Het opnieuw vormgeven van de verbroken relatie, waarbij de herinneringen voortleven, is hierbij een belangrijk onderdeel bij het voltooiën van de 'rouwarbeid' (Worden, 1992).

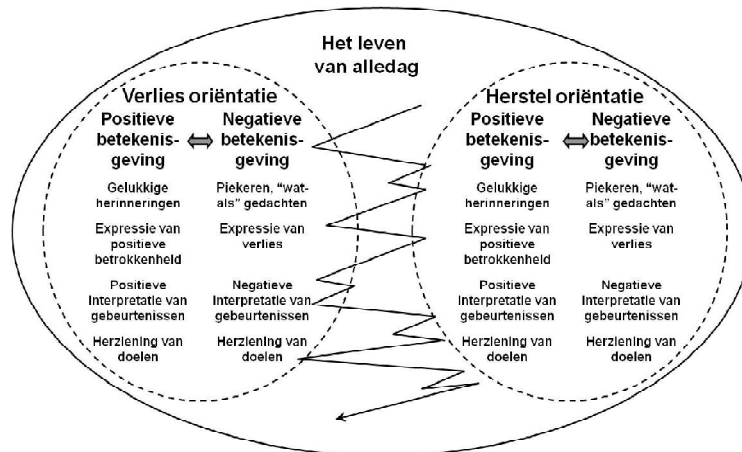
We spreken van externe zingeving wanneer iemand buiten zichzelf zoekt om betekenis te geven. Hierbij gaat het er om of iemand in staat is zichzelf te verbinden met een systeem dat groter is dan het individu zelf, om met gebruik van de binnen dat systeem geldende waarden betekenis te kunnen geven. Religie, geloofsovertuigingen en levensbeschouwingen zijn bekende systemen waaraan mensen steun kunnen ontleen om tot zingeving te komen. Even zo vaak echter lopen mensen tegen de normen en schijnbare zekerheden van dergelijke systemen aan die niet langer in overeenstemming gebracht kunnen worden met de ervaringen van het verlies. Het geloof in een goede God bijvoorbeeld kan ernstig ondermijnd raken, wanneer mensen met het kwaad in de vorm van verlies worden geconfronteerd.

Ondertussen, waar is God? Dat is één van de meest verontrustende symptomen. [...] Waarom is Hij in tijden van voorspoed zo duidelijk als Gebieder aanwezig, en zo totaal afwezig als Helper in tijden van nood?
C.S. Lewis, *Verdriet, dood en geloof*

POSITIEVE EN NEGATIEVE BETEKENISGEVING

Inmiddels wordt ruim tien jaar gewerkt met het zogenaamde (dubbele) duale procesmodel van rouw (Stroebe en Schut, 1999, 2001 en 2010). Inzichten uit onder meer de hechtingstheorie zoals we die hiervoor kort zagen, en de stress- en traumatheorie, werden geïntegreerd in een beschrijving van het rouwproces. Het model onderscheidt twee oriëntaties. De eerste heeft te maken met de overledene en het overlijden, met de realiteit van het verlies (het proces van verliesoriëntatie). De tweede heeft te maken met de secundaire gevolgen en implicaties van het overlijden, met name de realiteit dat het leven verder gaat zonder de overledene (de restauratie- of hersteloriëntatie). De heen en weer gaande lijn geeft aan dat er bij de nabestaande een voortdurend heen en terug gaan tussen beide oriëntaties is. Er is geen 'juiste' manier van rouwen: er is hooguit de hoop op het vinden van een balans. Eerder hebben we het begrip 'verwerken' al als ontoereikend gekarakteriseerd. Evenmin kan van 'acceptatie' van een verlies sprake zijn. Het verlies blijft, zolang de liefde uit de betekenisvolle relatie voelbaar blijft. Het hoogst haalbare in rouw is misschien wel de rouw te kunnen 'dragen'.

Het model geeft weer hoe mensen met ingrijpende verliezen omgaan. We vinden er niet alleen de verlies- en hersteloriëntatie die speelt bij een ingrijpende gebeurtenis, maar we vinden er ook, zowel binnen



verlies als binnen herstel, de mogelijkheid van positieve en negatieve betekenisgeving. Dit laatste onderscheid is van belang: betekenisgeving is niet altijd positief! Daarnaast wil een hersteloriëntatie niet altijd zeggen dat de nabestaande op een positieve manier betekenis geeft. Ook daarin is een negatieve betekenisgeving mogelijk, die belemmerend werkt. Omgekeerd wil de verliesoriëntatie niet altijd zeggen dat er sprake is van een negatieve betekenisgeving. Daarin is positieve betekenisgeving goed mogelijk. Als wij te maken krijgen met mensen in rouw, mogen we ons bedenken dat onze wens dat de ander vooral aan het herstel werkt, meer zegt over ons onvermogen dan over de ander. Als we de ander werkelijk nabij willen zijn, dan hebben wij diens keuzes te respecteren en te verduren.

BETEKENIS GEVEN ALS ACTIEF PROCES

Betekenisgeving is altijd een actief proces. Betekenis of zin is er niet op voorhand, en kan ook niet altijd worden gevonden op het moment dat ernaar wordt gezocht.

Moet datgene wat ik nog steeds H. noem, op een afschuwelijke wijze wegzinken tot iets, dat niet veel meer is dan mijn oude vrijgezellen-dromen? O liefste, lieveling, kom terug, voor één ogenblik maar en verdrijf dit armzalige fantoom. O God, God, waarom deed u zoveel moeite om dit schepsel te dwingen uit haar schelp te komen als het nu veroordeeld is erin terug te kruipen – erin teruggezogen te worden?

C.S. Lewis, *Verdriet, dood en geloof* (blz. 20)

Vaak moet betekenis worden geconstrueerd, worden gegeven aan gebeurtenissen die op zichzelf zonder zin of betekenis zijn. Dat lukt niet

altijd. Mensen kunnen ervaren tot het slachtofferschap te zijn veroordeeld, wanneer zij met een verlies worden geconfronteerd. Hoewel de wil om uit de rouw te komen wel aanwezig lijkt, ontbreken dan de mogelijkheden of vaardigheden om het eigen leven zinvol voort te zetten. Het duale procesmodel laat zien dat omgaan met een verlies ook niet zo eenduidig is als we ons wel eens voorstellen: zowel de oriëntatie op het verlies als op het herstel heeft een positieve en een negatieve opbrengst, gekoppeld aan de betekenisgeving. Die opbrengst geeft op een bepaalde manier ook houvast, los van de vraag of die negatief of positief is. De rouwende heeft op die manier vier posities, allemaal met een eigen innerlijke dynamiek. Dat geeft spanning met een buitenwereld die alleen de twee posities ziet – die van het verlies of die van het herstel. Vooral met een buitenwereld die gericht is op het achterlaten van het verlies en zich richt op het herstel. Dan kan het ontbreken aan begrip voor een rouwende die zichzelf, zoals de schichtige lijn laat zien, tussen de vier posities heen en weer geslingerd ziet.

EXTERNE ZINGEVING EN AFHANKELIJKHEID: DE PRAKTIJK

Een risico bij externe zingeving is niet alleen de mate waarin iemand zich kan verbinden met het externe systeem, maar ook de mate waarin het systeem tegemoetkomt aan de behoefte van de rouwende. Er ontstaat een afhankelijkheid van het systeem, waarbij de mogelijkheden om zelf richting te geven of controle uit te oefenen, worden beperkt. Doordat een rouwende op deze manier de greep kan verliezen, draagt dit in negatieve zin bij aan het vermogen om betekenis toe te kennen (Baumeister, 1992).

Zoals we zagen in het voorbeeld aan het begin van dit artikel, kan een juridisch systeem als externe mogelijkheid tot zingeving worden gezien. Doordat het eigenlijke verlies echter tijdens de juridische strijd vaak naar de achtergrond wordt gedrongen, is er ook na een uitspraak vaak amper sprake van verder gaan. Veel meer krijgt de nabestaande dan alsnog de emotionele rekening gepresenteerd in de vorm van de onvermijdelijke confrontatie met de onomkeerbaarheid van het verlies. In plaats van verder te kunnen gaan, wordt pijnlijk duidelijk dat de oude situatie nooit meer terugkomt en wordt de nabestaande teruggeworpen op de oorspronkelijke rouw.

ZINGEVING IN EEN RECHTERLIJKE UITSpraak?

Wat gebeurt er dan, wanneer er uiteindelijk recht wordt gesproken? Daar zijn natuurlijk verschillende scenario's denkbaar. In het slechtste geval voor de nabestaande komt de verdachte er zonder straf vanaf. Bij een dergelijk

secundair verlies valt ook het houvast dat werd gezocht in het rechtssysteem weg. Wanneer de verdachte wel wordt bestraft, is het de vraag of de strafmaat tegemoetkomt aan de behoefte van de nabestaande. Is dat niet het geval, dan levert deze uitkomst ook een secundair verlies op. Alleen in het geval van een 'voldoende' straf lijkt de behoefte van de nabestaande vervuld. Nog los van de vraag of er sprake is van hoger beroep, waardoor de rechtsgang wordt verlengd, is het de vraag of de nabestaande daadwerkelijk geholpen is met een uitspraak van een rechter.

Wat ben ik toch voor een soort minnaar, die almaar met zijn eigen smart bezig is en zo weinig met de hare? Zelfs de zotte schreeuw 'Kom terug' is ter wille van mezelf. Ik heb me zelfs nooit afgevraagd of zo'n terugkeer goed voor haar zou zijn. Ik wil haar terug als een bestanddeel in de restauratie van mijn verleden. Is er iets ergers dat ik haar kon toewensen? Door de dood te zijn heen gegaan en dan terugkomen en dan, op een later tijdstip, al dat sterven nog eens over te doen? Men noemt Stefanus de eerste martelaar, maar was Lazarus er niet veel slechter aan toe?
C.S. Lewis, *Verdriet, dood en geloof* (blz. 41)

Bij het afhankelijk zijn van een uitspraak van een rechter, loopt de nabestaande het risico ook voor de betekenis van het verlies afhankelijk te worden van iemand buiten zichzelf. Hiermee geeft de nabestaande een belangrijk element uit handen. In die gevallen dat de strafmaat onvoldoende of in het geheel niet aansluit bij de behoefte van de nabestaande, wordt het nog moeilijker een volgende stap te zetten op de cirkel van hechting en verlies. Echter, ook in het geval van een positieve uitspraak van een rechter, bevindt de nabestaande zich nog aan het begin van de rouw. Doordat de rouw is uitgesteld tot aan de uitspraak, vindt er een nieuwe schok plaats en dan blijkt dat er nog moet worden begonnen met de rouwarbeid.

BETEKENISGEVING IN EEN VERHAAL DAT VERDER GAAT

In dezelfde weekendeditie van het *Algemeen Dagblad* van 8 oktober 2011 treffen we ook een voorbeeld aan van een situatie waarin een juridisch traject mislukt, maar toch bijdraagt aan zingeving (Boere, 2011). Jelte is een jongetje van elf dat blijvend letsel overhield aan een mishandeling op een speelplaats. Het gerechtshof wijst, na een eerdere seponering door het Openbaar Ministerie, een verzoek van de ouders tot vervolging van de twee jeugdige verdachten af, vanwege een gebrek aan getuigen en bewijs. Hoe hard dit gelag ook was en hoe teleurgesteld de ouders ook waren, zij vonden de kracht om de rechtsgang af te sluiten met de vaststelling dat zij er alles aan gedaan hadden en blij waren dat

zij hun verhaal hadden kunnen doen. Vooral dit laatste aspect, waarin slachtoffers en nabestaanden spreektijd krijgen, blijkt positief bij te dragen aan betekenisgeving (Lens, Pemberton en Groenhuijsen, 2010).

Als ik terugzie, bemerk ik dat ik nog maar heel kort geleden erg bezorgd was over mijn herinnering aan H. en hoe onjuist die zou kunnen worden. Om de een of andere reden – de genadige goedheid Gods is de enige waaraan ik denken kan – heb ik opgehouden me daarover zorgen te maken. Nu is het opmerkelijk dat, sinds ik ophield me daarom te bekommeren, zij me overal schijnt tegemoet te treden. Ontmoeting is eigenlijk een veel te sterk woord. Ik bedoel zelfs in de verste verte niet een soort verschijning of stem. Ik bedoel zelfs niet eens een frappante gevoelservaring op een bijzonder ogenblik. Eerder een soort niet opdringerig maar stellig besef dat ze er is, net als altijd, een feit waarmee rekening gehouden moet worden.

C.S. Lewis, *Verdriet, dood en geloof* (blz. 50)

In een verliessituatie kan er geen sprake zijn van een 'oplossing', wel van een leren omgaan met het verlies, met het leren dragen ervan. Dat vereist een herdefiniëring van de relatie met het verlorene en van het toekomstige levensverhaal, waarmee de behoefte aan zingeving gegeven is. Daar kan de rouwende beter niet te lang mee wachten. Wanneer er wordt gewacht op verlossing van buiten, is er altijd het risico op stolling van de rouw. Het herstellende vermogen ontstaat pas wanneer het verlies kan worden geïntegreerd in het verdere levensverhaal.

Literatuur

Roy Baumeister, *Meanings of Life*, Guilford Publications, 1992.

Raymond Boere, 'Belagers van Jelte worden niet vervolgd', in *Algemeen Dagblad*, 8 oktober 2011.

Lawrence Calhoun en Richard Tedeschi, *Handbook of Posttraumatic Growth, Research and Practice*, Lawrence Erlbaum Associates, Mahwah, New Jersey, 2006.

Bert Cozijnsen en Jakob van Wielink, *Over de rooie. Emoties bij verlies en verandering op het werk*, Kluwer, Alphen aan den Rijn, 4^e druk, 2012.

Riet Fiddelaers-Jaspers, *Met mijn ziel onder de arm. Tussen welkom heten en afscheid nemen*, In de Wolken, Heeze, 2012.

Riet Fiddelaers-Jaspers en Jakob van Wielink, *Aan de slag met verlies. Coachen bij veranderingen op het werk*, Uitgeverij Ten Have, Utrecht, 2^e druk, 2012.

A.F.Th. van der Heijden, *Tonio. Een requiemroman*, De Bezige Bij, 2011.

William Ernest Henley, 'Invictus', gedicht dat in 1888 titelloos werd gepubliceerd in het *Book of Verses*; de titel 'Invictus' (Latijn voor onoverwinnelijk) werd toegevoegd toen het gedicht werd opgenomen in *The Oxford Book of English Verse*.

Invictus, film naar het leven van Nelson Mandela tijdens zijn presidentschap in Zuid-Afrika, geregisseerd door Clint Eastwood, Warner Brothers, 2009.

George Kohlrieser, *Hostage at the Table. How Leaders can Overcome Conflict, Influence Others, and Raise Performance*, Jossey-Bass, San Francisco, 2006.

Kim Lens, Anthony Pemberton en Marc Groenhuijsen, *Het spreekrecht in Nederland. Een bijdrage aan het emotioneel herstel van slachtoffers*, INTERVICT/PrismaPrint, Universiteit van Tilburg, 2010.

C.S. Lewis, *Verdriet, dood en geloof*, Uitgeverij Van Wijnen, Franeker, 1961.

Abraham Maslow, 'A Theory of Human Motivation', in *Psychological Review* 50, 1943, blz. 370-396.

Tonny van der Mee, 'Dat de dader nog vrij rondloopt, is heel hard', in *Algemeen Dagblad*, 8 oktober 2011.

Robert Neimeyer, 'Widowhood, Grief and the Quest for Meaning. A Narrative Perspective on Resilience', in Deborah Carr, Randolph Nesse en Camille Wortman, (red.), *Late Life Widowhood in the United States*, Springer, New York, 2006, blz. 227-252.

Robert Neimeyer, *Complicated Grief And The Quest For Meaning. A Constructivist Contribution*, Omega, Vol. 52, 1, 2005-2006, blz. 37-52.

Robert Neimeyer, 'Bereavement And The Quest For Meaning. Rewriting Stories Of Loss And Grief', in *Hellenic Journal of Psychology*, vol. 3, 2006, blz. 181-188.

Margaret Stroebe en Henk Schut, 'The Dual Process Model of Coping with Bereavement. Rationale and Description' in *Death Studies* 23, 1999, blz. 197-224.

Margaret Stroebe en Henk Schut, 'Meaning Making in the Dual Process Model of Coping with Bereavement', in R.A. Neimeyer (red.), *Meaning Reconstruction and the Experience of Loss*, American Psychological Association, Washington, DC, 2001, blz. 55-73.

Margaret Stroebe en Henk Schut, 'The Dual Process Model of Coping with Bereavement. A Decade On', in *Omega* 61, 4, 2010, blz. 273-289.

Wibe Veenbaas e.a., *Passe-partout*, Phoenix Opleidingen, Utrecht, 2007.

Jakob van Wielink en Leo Wilhelm, 'Ben ik, vrij onverveerd? Over de vrije wil en de keuze om je talenten te ontplooien', in *Tijdschrift voor Coaching*, 4, 2011, blz. 91-93.

Jakob van Wielink en Leo Wilhelm, 'De cirkel sluiten. Van betekenisgeving naar nieuw contact', in *Tijdschrift voor Coaching*, 1, 2012.

William Worden, *Verdriet en rouw*, Zwets & Zeitlinger, Amsterdam/Lisse, 1992.