

**IN DIT ARTIKEL WIL IK GRAAG MIJN ERVARING ALS THERAPEUT MET EEN ROUWGROEP BINNEN EEN RESIDENTIËLE BEHANDELCONTEXT TOELICHTEN.**

Ik gebruik hiervoor één stelling als uitgangspunt: eenheid als voedingsbodem om verscheidenheid te faciliteren. Deze stelling wil ik illustreren met behulp van gevalsfragmenten. Op die manier probeer ik een beeld te schetsen van de inhoud en de sfeer binnen deze rouwgroep.

*Context*

De groep "Rouw en verwerking" is één van de activiteiten die binnen het Forum voor Persoonsvorming<sup>1</sup> in het ziekenhuis aangeboden wordt. Patiënten van de verschillende afdelingen kunnen zich ofwel op eigen vraag ofwel op suggestie van de teamleden, inschrijven. Het gaat om een open groep zonder vaste deelnametermijn. De groep heeft het karakter van een gespreksgroep gestructureerd rond het thema verlies en verwerking met een eerder beperkt psycho-educatief accent. Van de patiënt wordt enige bereidheid verwacht om het thema verlies in de loop van de sessies ter sprake te brengen.

**Basisidee**

Voor deze tekst vertrek ik van de basisidee dat het verzamelen van mensen rond een specifiek thema extra mogelijkheden met zich meebrengt. De wisselwerking tussen eenheid en verscheidenheid staat centraal en kan een vruchtbare voedingsbodem zijn voor een dergelijke gespreksgroep. De eenheid is voor de hand liggend: deze mensen verzamelen zich rond een geleden verlies. Dit is dan ook meteen het eindpunt van het gemeenschappelijke. Voor alle andere aspecten onderscheiden de groepsleden zich van elkaar: leeftijd, geslacht, duur van het verlies, particuliere levensgeschiedenis, aard van de relatie met de overledene, omstandigheden van het overlijden, samenhang met eerdere verliezen,... Deze eenheid qua thema lokt uit dat mensen zelf de verschillen in het daglicht stellen. Zo benaderen ze het particuliere karakter van de rouwproblematiek, wat m.i. een noodzakelijke voorwaarde is om tot 'verwerking' te kunnen komen. Verwerking zou dan in deze context gedefinieerd kunnen worden als het kunnen plaatsen van het verlies in het particuliere levensverhaal.

---

<sup>1</sup> Het **Forum** is een overkoepelend orgaan binnen het ziekenhuis waar een tachtigtal uiteenlopende activiteiten (creatief, ontspannend, psycho-educatief, rehabilitatie, sportief...) aangeboden worden voor patiënten van de verschillende afdelingen (jeugd, senioren, depressie, reval en ontwenning).

## Illustratie (1)

*Stéphanie* is een jonge vrouw, die tijdens de puberteit haar vader verloor. Tijdens de slepende ziekteperiode die aan het overlijden voorafging, wierp ze zich op als zijn 'verpleegster', wat hun relatie een zeer intiem, haast symbiotisch karakter verleende. Tijdens de eerste sessies spreekt Stéphanie over haar vader als een warm, liefdevolle persoon zonder wie ze zich waardeloos voelt. Haar rouwgedrag heeft een sterk vermijdend karakter. Ze kan geen foto's bekijken en nauwelijks het huis, laat staan de kamer, betreden waar haar vader overleed. Hierbij beschuldigt ze de andere familieleden die haar, aldus Stéphanie, geen steun zouden bieden. Moeder 'amuseert' zich in een nieuwe relatie en zus trekt zich nergens iets van aan. In de loop van de sessies valt op hoe de kwaadheid op zus en moeder meer en meer verschuift naar haar overleden vader. Ze slaagt erin om de dominante, prestatiegerichte houding van haar vader te beschrijven en te bekritisieren. Ze beseft hoe ze steeds afhankelijker werd. Deze afhankelijkheid blijkt heel wat verder te gaan dan die van 'verpleegster'. Ook vóór het overlijden was deze onderworpen houding al aanwezig en is blijven bestaan, met de negatieve invloed op andere terreinen in haar leven van dien (studies, partnerrelatie, ...). Ze beslist na verloop van tijd om met de sessies te stoppen in een poging om zich meer van haar vader los te maken, wat volgens mij een positieve evolutie betekent. Het gedrag van zus en moeder kan ze nu beter begrijpen als hun pogingen om het verlies te verwerken. Ze leerde doorheen het praten met anderen dat ook 'onhandige' pogingen om verlies te verwerken eigen kunnen zijn aan een rouwproces. Hierdoor slaagt ze erin om minder kwaad te zijn naar zus en moeder en zo alsnog steun te ervaren.

Het idealiseren van de overledene is een typisch en hardnekkig kenmerk van vastlopende rouw. Het is net alsof er oneer wordt aangedaan worden aan de overledene als frustraties, kwaadheid, ontgoocheling,... besproken zouden worden. Ik denk dat heterogeniteit binnen de groep drempelverlagend kan werken om dit idealiseren wat te milderen; een noodzakelijke stap in het rouwverwerkingsproces. Het kunnen bespreekbaar stellen van de negatieve kenmerken van de overledene of van de relatie, is een evolutie die ik binnen de groep al verschillende keren heb kunnen vaststellen. Ik vermoed dat dit sneller tot stand komt in een heterogeen klimaat dan binnen individuele therapie.

## Illustratie (2)

*Mark* is een man van middelbare leeftijd die enkele jaren geleden plots zijn zoon verloor. Sindsdien hangt z'n huis vol foto's van de jongen en hij kan het kerkhof niet voorbijlopen zonder zijn graf te bezoeken. Wat de verdere activiteiten voor die dag verstoort. Mark kan gemakkelijk spreken over alle details van het overlijden en de bijhorende emoties voelen en uiten. Toch heeft hij het gevoel dat hij geen stap vooruitkomt en dat z'n overleden zoon van 's morgens tot 's avonds - en vaak ook 's nachts onder de vorm van nachtmerries - in z'n leven aanwezig blijft. Tijdens de groepssessies wordt hij geconfronteerd met mensen die op een eerder vermijdende manier rouwen en hij lijkt te proberen om een aantal dingen van hen over te nemen. Zo beslist hij om de foto's op een minder zichtbare plaats te hangen. Het lijkt alsof hij bij de andere groepsleden, via hun eigen manier van rouwen, de goedkeuring vindt om dit bij zichzelf ook toe te staan.

ALS WE DE LITERATUUR EROP NALEZEN, VINDEN WE VAAK TERUG DAT HET EVACUEREN VAN EMOTIES EEN ESSENTIËLE STAP IS IN HET PROCES VAN ROUWVERWERKING. AANVANKELIJK WAS DIT OOK MIJN IDEE, MAAR GAANDEWEG MERKTE IK DAT HET SPREKEN OVER DE AARD VAN DE RELATIE MET DE OVERLEDENE, MEER EFFECT SORTEERT DAN HET OEVERLOOS UITEN VAN VERDRIET, KWAADHEID,... HIERBIJ AANSLUITEND DEEL IK NIET DE MENING DAT BLOOTSTELLING AAN ZAKEN DIE EMOTIES NAAR BOVEN KUNNEN BRENGEN (FOTO'S, PLAATSEN,...) ZALIGMAKEND IS BINNEN EEN GOEDE ROUW THERAPIE. IK DENK DAT ER MINSTENS EVENVEEL AANDACHT BESTEED KAN WORDEN AAN HET AANLEREN VAN GOEDE ONTSNAPPINGSMECHANISMEN. NAAR ANALOGIE MET DE VORIGE PARAGRAAF, LEEFT BIJ ROUWENDEN VAAK DE IMPLICIETE IDEE DAT HET ONTSNAPPEN AAN ACTIVITEITEN DIE HET VERDRIET OPROEPEN, AHW 'VERBODEN' ZOU ZIJN. HET SAMENBRENGEN VAN VERSCHILLENDE 'STIJLEN' VAN ROUWEN, FACILITEERT HET BIJSTELLEN EN NUANCEREN VAN DE EIGEN ROUW. ER IS GEEN ALGEMEEN VOORSCHRIFT TE GEVEN OM DOELTREFFEND TE ROUWEN - TROUWENS, WAT ZOU DAN ALS DOEL GEFORMULEERD MOETEN WORDEN? -, WEL BEN IK ERVAN OVERTUIGD DAT HET SAMENBRENGEN VAN VERSCHILLENDE STIJLEN VAN ROUW MENSEN ERTOE KAN BEWEGEN OM DE EIGEN EENZIJDIGE STIJL TE NUANCEREN. GEZONDE ROUW IS NIET OF/OF, MAAR EN/EN: BLOOTSTELLEN ÉN VERMIJDEN, EMOTIES EVACUEREN ÉN ERAAN KUNNEN EN MOGEN ONTSNAPPEN,...

TOT SLOT

TOT SLOT WIL IK BENADRUKKEN DAT EEN VEILIG KLIMAAT EEN NOODZAKELIJKE BASISVOORWAARDE IS OM DIT SPREKEN TE BEWERKSTELLIGEN. EX CATHEDRA ONDERRICHT OVER GEZONDE ROUW DRAAGT HIER WEINIG TOE BIJ, VANDAAR DAT IK HET PSYCHO-EDUCATIEVE ACCENT MEER EN MEER HEB LATEN VAREN. WEL WORDT ER EEN POSITIEF PROCES IN GANG GEBRACHT ALS MENSEN ERIN SLAGEN OM EEN EN ANDER MET ELKAAR TE DELEN: DE VEILIGHEID BINNEN EN DE HECHTING AAN DE GROEP NEMEN TOE. OOK HIER WERPT DE VERSCHIEDENHEID VAN DE GROEP VRUCHTEN AF: 'OUDERE' GROEPSLEDEN STELLEN DOOR HUN SPREKEN VAAK DE NIEUWE LEDEN OP HUN GEMAK EN INTRODUCEREN OP DIE MANIER DE WERKWIJZE. HET NIET NORMEREND OPTREDEN VAN DE THERAPEUT TAV DE VERSCHILLENDE UITINGSVORMEN VAN ROUW DIE IN ZO'N GROEP TER SPRAKE KOMEN, LIJKT ME OOK VAN NIET TE ONDERSCHATTEN BELANG IN HET KADER VAN DE VEILIGHEID VAN DE GROEP.

---

ILSE VERMOTE  
KLINISCH PSYCHOLOGE  
KLINIEK SINT JOZEF PITTEM

---