



Rouwverwerking in coronatijd

Bij lokale rampen en crises is voor burgemeesters, naast bestuurlijke verantwoordelijkheid, een belangrijke rol weggelegd als *'mourner-in-chief'*. Burgemeesters kunnen het verlies binnen de getroffen gemeenschap verwoorden en hun medeleven betuigen vanwege hun doorgaans bijzondere nabijheid tot slachtoffers en nabestaanden. De coronacrisis vormt een buitengewone uitdaging voor burgemeesters om het voortouw in verbinding en troost te nemen.

Sinds het uitbreken van de coronapandemie begin dit jaar hebben verschillende van hen ongewone aantallen sterfgevallen in hun gemeenten te betreuren gehad. De beperking van sociale omgangsvormen maakte een directe handreiking aan nabestaanden onmogelijk. Gaandeweg hebben burgemeesters vanuit de praktijk meer ervaring met rouwverwerking in coronatijd opgedaan.

Toch leven er nog vele vragen, ook onder ervaren bestuurders, hoe om te gaan met rouwverwerking in deze bijzondere tijd. Nederland krijgt bovendien wellicht te maken met nog meer aan corona gerelateerde sterfgevallen. Hoe kan een burgemeester omgaan met nabestaanden die te maken hebben gehad met een overlijden en dit mogelijk niet goed hebben kunnen 'afsluiten'? Wat zijn de mogelijke gevolgen van de coronamaatregelen op rouwverwerking? Hoe werkt een gezond rouwproces en hoe raakt het gestagneerd? In hoeverre hebben burgemeesters in rouwverwerking een rol en zo ja, hoe pakt men die dan? Zou je als burgemeester wel of niet iets moeten doen met collectieve rouwverwerking? Waarom misschien in de ene gemeente wel en in de andere niet? Eenmalig of terugkerend? Kun je als burgemeester nog collectieve rouw in de gemeenschap vormgeven, met 1.5 meter en andere samenkomstbeperkingen? En ten slotte, welke symboliek kunnen we gebruiken in deze tijd?

Dit artikel biedt achtergrond en praktische handvaten voor burgemeesters betreffende rouwverwerking in de gemeenschap in deze bijzondere tijd, die deels achter en ook deels nog voor ons ligt.

Hoe kan een burgemeester omgaan met nabestaanden die te maken hebben gehad met een overlijden en dit mogelijk niet goed hebben kunnen 'afsluiten'?

De burgemeester is een zichtbaar boegbeeld in tijden van nood. Zij/hij biedt steun en troost vanuit de gemeenschap. Niet elke burgemeester stapt van nature even vanzelfsprekend in deze rol. Toch verbaast het burgemeesters vaak zelf ook hoe mensen een dergelijk contact juist op zwaarste momenten op prijs stellen.

Een bijzonder grote vorm van troost kan zijn dat de overledene door de gemeenschap niet vergeten wordt. Juist extra aandacht van burgervaders/moeders die de gemeenschap vertegenwoordigen kan enige compensatie bieden die mensen nodig hebben om het buitengewone verdriet een plaats te geven. De handreiking van een gedeeld gevoel, van erkenning dat de samenleving meeleeft en het verdriet helpt dragen, zullen dan verzachting kunnen bieden.

Mensen kunnen enorm gebaat zijn dat ze zich ‘gezien en gehoord’ weten in hun lijden. Eén burgemeester ervoer dat in andere omstandigheden zelf aan den lijve, middels een onverwachte steunbetuiging van een minister, die ’s avonds belde zonder secretariële bemiddeling. Deze burgemeester was achteraf verbaasd hoeveel emotionele steun dat had gegeven. Ook een burgemeester kan zich als mens achter de functie ‘gezien en gehoord’ weten.

Laten we niet vergeten dat tijdens de *intelligente lockdown* álle sterfgevallen verstoken waren van de traditionele manieren om verlies af te sluiten. Burgemeesters maakten dit jaar coronasterfgevallen niet alleen onder burgers maar ook in directe werkkring mee. Een wethouder in Midden-Delfland en een raadslid in Deventer overleden beiden aan het virus. Het Covid-19 virus bemoeilijkte ook niet-corona gerelateerde sterfgevallen die de lokale gemeenschappen raakten. Andere sterfgevallen kregen dit voorjaar minder aandacht dan in gewone tijden. Direct na een gezinsdrama in Etten-Leur had de buurt een avondbijeenkomst buiten georganiseerd met inachtneming van de 1,5 meter afstand tussen mensen. In andere omstandigheden had de gemeente wellicht een grotere rol gespeeld of was de omvang van deze bijeenkomst groter geweest. Na de moord op een jongvolwassene uit Bernheze bleek geen behoefte aan een stille tocht; die was op dat moment ook eigenlijk niet mogelijk geweest.

***Wat zijn de mogelijke gevolgen van de coronamaatregelen op rouwverwerking?
Hoe werkt een gezond rouwproces en hoe raakt het gestagneerd?***

Rouwverwerking is een normaal, gezond proces dat enige tijd hoeft omdat er een verlies verwerkt wordt. Ieder rouwt op zijn eigen manier en rouw manifesteert zich ook bij ieder individu verschillend op lichamelijk, psychisch en spiritueel vlak. Mensen kunnen fysieke pijnklachten hebben, depressie of de gebeurtenissen herbeleven. Na verloop van tijd - en die periode is individueel bepaald - treedt gewoonlijk herstel op en nemen mensen de draad van hun leven weer op, ook met mogelijke aanpassingen en beperkingen die het verlies hebben veroorzaakt.

Dat proces kan stagneren, en dan is er sprake van gecompliceerde rouw, bijvoorbeeld als pijnklachten aanhouden, depressies lang duren, of mensen het verlies niet onder ogen zien en zich niet aanpassen aan de nieuwe werkelijkheid. Dat kan veroorzaakt worden door de activering van oude trauma's of door trauma's die tijdens het verliesproces zijn opgedaan. In het geval van Covid-19 kan trauma zijn ontstaan omdat mensen geen afscheid konden nemen, de dood zich te plotseling aandiende, of mensen zich op enige wijze schuldig voelen aan de dood van hun naaste. Als daarbij komt dat mensen verstoken of beperkt werden in het ontvangen van medeleven, omdat fysieke nabijheid en contact niet mogelijk waren, komt bovenop dat al moeilijke verlies een verstoord proces van verdriet delen, en troost geven en ontvangen.

Gecompliceerde rouw is in alle gevallen schadelijk. Het bemoeilijkt het herstel na rouw en maakt het ook op langere termijn lastiger het verdriet los te laten waardoor rouw stagneert, wat soms jaren of decennialang kan voortduren. De beleving van trauma, machteloosheid, schuldgevoel of onbegrip van de omgeving zijn factoren die tot gestagneerde rouw kunnen leiden. Deze problematiek kan zich in allerlei levensbeschouwelijke en culturele kringen manifesteren en is doorgaans mentaal, fysiek en spiritueel ernstig belastend.

In hoeverre hebben burgemeesters in rouwverwerking een rol en zo ja, hoe pakt men die dan?

Tot nu toe lijkt er een gemengd beeld in hoeveel tijd en ruimte een burgemeester zich beschikbaar heeft gesteld voor de nabestaanden van overledenen aan corona. De ene burgemeester in een zwaar getroffen gemeente heeft bij alle van de meer dan dertig sterfgevallen telefonisch contact gehad; de andere burgemeester vond dat bij deze aantallen al niet meer te doen. Daarbij speelt mee dat een burgemeester niet in alle gevallen heeft kunnen beschikken over de gegevens van overledenen en nabestaanden. Op individueel niveau ligt het dus aan de omstandigheden of de burgemeester wel dan niet persoonlijk de nabestaanden benadert als blijk van medeleven.

Pas na zekere tijd manifesteert zich gestagneerde rouw. Daarmee zal een bestuurder dus niet te maken krijgen als zij/hij eenmalig kort na het overlijden met nabestaanden in contact is. Langdurig individueel contact houden met nabestaanden ligt niet voor de hand. Andere professionals als psychologen en geestelijk verzorgers zijn daarin getraind en ervaren. Waar juist een burgemeester een verschil kan maken is dat zij/hij erkenning geeft aan het verdriet dat in de gemeenschap leeft en ‘gedeelde smart is halve smart’ tot stand helpt brengen. Daar leent zich een vorm van collectieve rouwverwerking, met een zichtbare bijdrage van de burgemeester, bij uitstek voor, als daar in de gemeenschap behoefte aan is.

Waarom zou je als burgemeester wel of niet iets moeten doen met collectieve rouwverwerking?

De vlak voor het zomerreces aangekondigde Dag van Bezinning wordt breed ingezet. Premier Rutte benoemde dat de dag bedoeld is voor iedereen die met verlies te maken heeft gehad. Daarmee wordt de aandacht niet beperkt tot de slachtoffers en nabestaanden, wat doorgaans bij rampen en crises wel het geval is. En dat is in deze tijd nodig.

Vrijwel alle Nederlanders hebben in een of andere vorm een verlies geleden. Men rouwt niet alleen om dood, maar om allerlei soorten verlies. Covid-19 gerelateerde rouw kan gaan om intensieve revalidatie na de ziekte, verlies van een baan, financiële onzekerheid, gevoel van onveiligheid, zorg om naasten, sociale afstand, isolatie, eenzaamheid, verandering van dagelijkse gewoonten en routines, tradities, geannuleerde plannen, confrontaties om het navolgen van de regels, verdriet om hoe de wereld verandert en angst voor de toekomst. De coronacrisis heeft alles weg van een grote ramp met alomvattende maatschappelijke spanningen en veranderingen, die een groepsdynamiek op gang brengt. Dat pleit voor breed maatschappelijk gerichte rouwverwerking.

Rampen werken doorgaans door in de vorm van concentrische cirkels op de gemeenschap. “Iedereen raakt geraakt”, constateert geestelijk verzorger Marjo van Bergen, die eerder werkzaam was bij AIDS-herdenkingen en nazorg na de Schipholbrand, en nu in het aardbevingsgebied in Groningen. Een ramp actualiseert ander verdriet en andere kwetsbaarheden die niet per se iets met die gebeurtenis te maken hebben. Daarom willen mensen na rampen bloemen leggen, naar gebedshuizen gaan, elkaar omarmen. Het “verdriet dat nu ook aan corona kleeft” moet worden geadresseerd, meent van Bergen. “Het is belangrijk dat verdriet te erkennen. Als zich weer iets voordoet - in het geval van corona niet denkbeeldig - dan wordt ook de herinnering aan die eerdere actualisering hanteerbaar”, aldus van Bergen.

Collectieve rouwverwerking maakt bovendien onderdeel uit van psychosociale nazorg die sinds begin deze eeuw ingebed is in openbaar bestuur en hulpverlening. Zoals bij rampen en heftige incidenten, kunnen we hier ook gebruik maken van het kringenmodel van Gerson. In de eerste kring kunnen getroffen personen terugvallen op vrienden, familie en andere naasten. In de tweede kring zitten de sleutelfiguren uit de gemeenschap. De burgemeester is daar één van. Als spreekbuis en verbinder van de gemeenschap heeft de burgemeester een unieke positie, met bovendien de statuur, om juist in de huidige coronaomstandigheden een pastorale rol en steunende bijdrage te leveren. In sommige gemeenten is dat al gebeurd. Het zwaar getroffen Uden is een passend voorbeeld. Daar vond op 30 mei een digitale herdenking plaats voor alle mensen die in de coronacrisis een dierbare waren verloren. Burgemeester Hellegers las een gedicht voor bij de herdenkingsboom - 'hartjesboom' - die speciaal voor de coronaslachtoffers was geplant bij de al bestaande verhalenbank in het centrum van Uden aan de achterzijde van de Petruskerk.

Waarom misschien in de ene gemeente wel en in de andere niet?

De door premier Rutte aangekondigde nationale dag van bezinning zal een landelijk moment zijn dat regionaal en lokaal wordt ingevuld. In hoeverre dat invulling gaat krijgen, hangt af van de behoefte die in de gemeenschap leeft. Brabant en Limburg waren in het voorjaar zwaarder getroffen dan de drie meest noordelijke provincies. En daarbinnen zijn ook grote verschillen. Uit een informele peiling onder bestuurders door de auteurs van dit artikel, blijkt dat burgemeesters van gemeenten waar wonden in de gemeenschap zijn geslagen zich wél met een mogelijke herdenking bezighouden, terwijl deze vraag in andere, soms zelfs nabijgelegen gemeenten, niet of nauwelijks leeft.

Op vele manieren kan de burgemeester een rol vervullen als duidelijk is dat de gemeenschap behoefte heeft aan een gemeenschappelijke herdenking. De burgemeestersvoordracht van een gedicht bij de hartjesboom in Uden is daar een voorbeeld van. In Amsterdam initieerde burgemeester Halsema een weeklange 'Hart van Troost'-boottocht met bloemen als herdenking aan nabestaanden, een gebruik van universele symboliek. Onder de rivieren zie je overigens dat kerkelijke instanties ook als sleutelfiguren fungeren, zoals het gedenkboek aan overledenen dat in de kerk van Den Bosch was geplaatst.

Eenmalig of terugkerend?

Veel nabestaanden van de gebeurtenissen van het afgelopen half jaar hebben ten minste een gecompliceerd rouwproces, dat mogelijk nog gestagneerd kan raken. Ook is er gerede kans dat we nog niet van corona af zijn. Terug naar de orde van de dag kan daarbij extra vervreemdend werken.

Herhaalde openbare aandacht, erkenning en herinnering aan deze tijd kunnen nabestaanden helpen deze buitengewoon diepe wonden te laten helen. Mensen voelen zich dan niet slechts voor een korte periode 'gezien' en 'gehoord' in hun verdriet. Daarin kan een burgemeester wellicht een rol van betekenis spelen. De burgemeester treedt namens de hele gemeenschap op. Zij/hij biedt een platform. Dat kan in de vorm van een terugkerend blijk van respect dat de burgemeester aan een herdenkingsmoment of -plek toont, als symbool van steun.

Kun je als burgemeester nog collectieve rouw in de gemeenschap vormgeven, met 1.5 meter en andere samenkomstbeperkingen?

Covid-19 is niet te vergelijken met een heftige griepgolf of hittegolf. In die omstandigheden konden alle gebruiken en rituelen van afscheid doorgaan zoals men gewend was. Juist zintuigelijke beleving overstijgt het denken. Dat wist de 16^e eeuwse Franse filosoof Michel de Montaigne al: in rouw en medeleven is fysieke nabijheid belangrijker dan cognitie. De bioloog Frans de Waal haalt deze filosoof aan in zijn boek ‘Mama’s Last Hug’. We hebben als mens (en dier – betoogt de Waal) diepe behoefte elkaar te kunnen zien, voelen en horen.

Desondanks toont de praktijk in deze coronatijd dat alternatieve vormen van verbinding werken. Gaandeweg ontwikkelen zich coronabestendige vormen om afscheid te nemen, via digitale media, zoals live streaming van uitvaarten, en op fysieke afstand, zoals erehagen of kruispunt-afspraken bij rouwstoeten. Dat principe kan ook op herdenkingen worden toegepast. “De menselijke verbeelding is een krachtig instrument en mensen kunnen zich ook op afstand inleven en meevoelen.” (J. Wojtkowiak & E. Jongen, *Afscheidsrituelen in tijden van corona*, Tijdschrift voor Geestelijke Verzorging, Jaargang 23, nr.98, p.8, juni 2020)

Welke symboliek kunnen we gebruiken in deze tijd?

Marjo van Bergen: “Rituelen ontstaan vanuit de symboliek die in de gemeenschap leeft. Vandaaruit gaat zich een herdenkingspraktijk ontwikkelen die mensen aanspreekt. Gaandeweg ontwikkelt een collectief repertoire van herkenbare symboliek.” Van Bergen geeft enkele bestaande voorbeelden: het handklappen langs de wegen na de MH17 ramp, het noemen van namen als in een golfbeweging bij Aids Memorial Day, gekleurde lintjes die met specifieke thema’s verbonden zijn als symbolen van gemeenschappelijkheid.

Gemeenten kunnen dit ontwikkelingsproces van symboliek helpen faciliteren door aan te haken op symbolen die al leven en mee te kijken in elkaars herdenkingspraktijken. Zo zijn alleen al het laatste half jaar praktijken ontstaan, zoals applaus voor zorgverleners, beertjes achter ramen, rode (zorg)harten, erehagen, en individuele musici die vanaf hun eigen balkon of online een gezamenlijk optreden creëren. Door de ontstane symboliek te integreren op lokaal, regionaal en nationaal niveau neemt de herdenkingspraktijk rondom corona - die mogelijk niet eenmalig zal zijn - gaandeweg verder een alom herkenbare vorm aan.

Auteurs:

Caroline Straathof is Geestelijk Verzorger, nazorgpilot NGB

Hans Bleijerveld is Directeur, Team Bijzondere Uitvaarten van Monuta