

MINKE WEGGEMANS BESCHRIJFT HOE DIEP HET VERLIES VAN EEN BROER OF ZUS INGRIJPT

Het vergeten verdriet: een overleden broer of zus

Een troostende arm is er nauwelijks als je een broer of zus verliest. De meelevende blikken rusten vooral op de partner, de ouders of de kinderen. Maar pijn is er wel degelijk bij broers en zussen. Minke Weggemans vraagt met haar boek *Broederziel alleen?* aandacht voor dit vergeten verdriet.

Kernpunten

Minke Weggemans constateert in haar boek *Broederziel alleen?* dat rouw over een broer of zus een miskend verdriet is:

- De aandacht gaat vooral uit naar partner, kinderen en ouders.
- Broers en zussen staan vooral de anderen bij, ze vergeten vaak hun eigen verdriet.
- Een broer-zusrelatie is vaak de langstdurende van je leven. Het is ook een oefenplek voor intieme relaties.
- Broer-zusrelaties zijn economisch gezien niet interessant. Is er daarom zo weinig aandacht voor in de maatschappij?
- Er moet aandacht komen voor dit verdriet, want met een broer of zus verlies je een waardevol mens.

DOOR MIEKE HOL

Minke Weggemans mag met recht ervaringsdeskundige met een hoofdletter E worden genoemd. Ze groeide op in een gezin van tien kinderen, waarvan er vijf overleden zijn. Op haar eenentwintigste verjaardag verloor ze totaal onverwacht haar broer Wim. In de jaren daarna volgden nog drie broers en een zus, Baukje. Een ingrijpende reeks overlijdensgevallen, maar Minke kon nergens heen met haar verdriet en vragen. Er was niemand die een luisterend oor had - alle aandacht ging naar de ouders, partner en kinderen van de overledene. Voor Minke als zus was geen plaats. Pas jaren later, toen ze een eigen praktijk had als pastoraal therapeut, begon ze zich af te vragen waaróm er eigenlijk geen oog was voor haar verlies. Tijdens haar latere studie Theologie & Levensbeschouwing wilde ze zich verdiepen in het onderwerp. Tot haar verbazing ontdekte ze dat er nul komma nul aan rouwliteratuur bestond over dit onderwerp. Er was nog nooit deskundige aandacht besteed aan het rouwproces van broers en zussen. Ze schreef er een scriptie over met pittige kritische kanttekeningen, maar daar bleef het bij.

Totdat ze in een van haar gespreksgroepen de 83-jarige Willy ontmoette. Als 16-jarig meisje verloor zij haar enige zus, die vier jaar ouder was. Het verdriet en de pijn van dat verlies droeg ze bijna zeventig jaar met zich mee zonder er ooit over te praten. Omdat niemand er naar vroeg en omdat ze er uit zichzelf niet over durfde te beginnen. Minke was de allereerste die het verhaal uit haar kreeg. Dit greep beide vrouwen zo aan, dat Minke uiteindelijk een boek schreef. In *Broederziel alleen? De dood van een broer of zus een plaats geven* beschrijft ze haar eigen ervaringen en de verhalen van de broers en zussen die ze ontmoette. Het is de allereerste publicatie over dit onderwerp in het Nederlandse taalgebied. Sindsdien geeft ze

Foto Brian Elings

door het hele land lezingen en workshops, en voor de maand mei staat een eerste landelijke themadag op stapel.

Blinde vlek

Sinds drie jaar leidt Minke gespreksgroepen voor mensen die een broer of zus verloren hebben. Voor veel mannen en vrouwen zijn de gespreksgroepen van Minke de eerste plaats geweest waar ze openlijk over het verlies konden praten. Waar ze soms na tientallen jaren eindelijk hun verhaal en emoties kwijt konden. Een heel aantal van die aangrijpende getuigenissen staat opgetekend in *Broederziel alleen?* (zie kaders). Alle verhalen die Minke beschrijft, laten een ding duidelijk zien: in de Nederlandse cultuur is geen aandacht voor het verlies dat broers en zussen lijden. In haar boek vraagt Minke zich af waarom.

Ze zet hiermee een eerste stap op weg naar bewustwording en grondig onderzoek naar deze vorm van rouw, maar het boek staat nog bol van de vraagtekens. Minke: „Het rouwproces waar broers en zussen doorheen gaan, is nu nog een blinde vlek in het wetenschappelijk onderzoek naar rouw. Behalve de verhalen die schrijvers vertellen in autobiografisch getinte romans, bestaat er geen literatuur over het onderwerp. Om de een of andere mysterieuze reden zijn er wel handboeken over rouwverwerking bij het verlies van een partner, kind, ouder of carrière, maar een hoofdstuk over het verliezen van een broer of zus ontbreekt nog. Dit noemt men ook wel 'niet-erkende rouw'. Dat is een officiële term in de rouwliteratuur, het begrip wordt gebruikt voor verlies waar nog geen sociale gebruiken en rituelen voor bestaan. Tot enkele jaren geleden viel abortus ook in die categorie, maar inmiddels is er volop aandacht voor de gevolgen daarvan.”

„Ik hoop dat mijn boek een impuls is om het verlies van broers en zussen eens goed onder de loep te nemen. Mensen hebben me wel ge-

vraagd: 'Heb je iets van je afgeschreven?' Maar dat is het niet. Het voelt veel meer als een *tribute*, een soort eerbetoon aan mijn overleden broers en zus. Ik heb het geschreven om een antwoord te vinden op deze vragen: wat betekent het nu voor mensen om een broer of zus te hebben en die vervolgens te verliezen? En hoe ga je dan verder?”

„Mijn drie kinderen hebben mijn broer Wim nooit gekend. Moet ik hem daarom maar dood zwijgen? Mensen zijn zo onwaarschijnlijk waardevol. Het is toch gek dat je nooit meer zou kunnen praten over je broer of zus wanneer die overleden is? Je moet mensen niet doodzwijgen. Toch is dat wel hoe veel mensen in Nederland het ervaren. Zo ook Willy. Het verlies van haar enige zus, op zo jonge leeftijd, heeft haar enorm aangegrepen. Het heeft een stempel op haar jeugd gedrukt. Toch heeft ze daar nooit met iemand over kunnen praten. Ze was heel actief in de kerk, maar niemand had wezenlijk aandacht voor haar verlies. Nu nog is er in het pastoraat vrijwel geen aandacht voor. Alles zoomt in op de achtergebleven partner, kinderen en vrienden, maar niet op broers of zussen.”

„Ergens kan ik dat wel begrijpen. Die overleden broer of zus woonde vaak in een andere gemeente, de pastores kennen die persoon daardoor niet, dus ik snap wel dat er een soort onzichtbaarheid is. Toch zou je van pastoraal werkers mogen verwachten dat ze voelhorentjes hebben, dat ze wakker zijn en dat er rader-tjes gaan draaien als ze vernemen dat iemand een broer of zus verloren heeft.”

Tweederangs

„Wanneer iemand een ouder of z'n partner verliest, is het in onze cultuur niet meer dan vanzelfsprekend dat je belangstelling toont, condoleert, wellicht naar de begrafenis gaat, enzovoorts. Je probeert die persoon te ondersteunen. Van al die dingen is totaal geen sprake op het moment dat iemand een broer of zus verliest. Waarom? Waarom is dat toch zo? Dat is de vraag die mij continu bezighoudt. Het is net alsof dat verlies minderwaardig of tweederangs is. Natuurlijk is dat niet waar, want geen enkel mens is tweederangs, ieder leven is even waardevol. Toch blijkt dat niet op het moment dat een broer of zus overlijdt.”

„Ik zou haast willen zeggen dat er een taboe op dit onderwerp rust,” oppert Minke. „Dat klinkt best heftig, maar ga maar eens na: mensen praten niet makkelijk over dingen die pijnlijk zijn, die dichtbij komen, zeker niet wanneer er

in de samenleving geen aandacht voor is. De dingen waar niemand over praat, daar praat je zelf ook niet over. Kijk naar je eigen leven: hoe vaak heb jij nu een gesprek met iemand gehad die een broer of zus verloren heeft, en die jou van a tot z dat emotionele verhaal vertelde? Een kenmerk van een taboe is dat je ergens niet over mag praten. Ik denk dat dat hier ook het geval is. Vaker dan me lief is, heb ik gehoord: 'Ja, maar het was toch maar een broer?' Zo'n opmerking doet niet alleen de persoon pijn tegen wie het gezegd wordt, het doet ook af aan de waarde van de overledene. Ieder mens is waardevol, hoeveel rollen hij of zij in het leven ook vervult. Als je daar ook maar één rol uit weglaat, doe je afbreuk aan iemands waardigheid. De overleden persoon is niet alleen partner, ouder, collega of vriend geweest. Het was óók een broer of zus. Het is belangrijk om te benoemen dat die persoon ook in die rol van waarde is geweest, zeker omdat het de rol is die je als mens het langst kunt spelen. Partner ben je op z'n vroegst vanaf je twintigste, en ouder worden veel mensen al niet meer voor hun dertigste. Broer of zus ben je al snel twintig jaar langer dan de man of vrouw van iemand. In theorie is het de langstdurende relatie van je leven! Je groeit samen op, je bent van dezelfde generatie, dus die relatie kan wel tachtig of negentig jaar bestaan.”

De relatie tussen broer en zus kan een heel leven bestrijken. Hoe kan het dan zo zijn dat er zo weinig aandacht voor deze relatie is? Minke: „Veel mensen hebben niet door hoe belangrijk een goede broer-zusrelatie is. Deze relatie is een van de weinige waarin je gelijkwaardig aan elkaar bent. Ouders staan boven je, je kinderen staan onder je. Behalve de relatie met je partner en je vriendschappen, is de relatie met je broer of zus de enige waarin je gelijkwaardig aan

elkaar bent. Daardoor is het dé oefenplek waar je leert om intieme relaties aan te gaan, want intieme omgang kun je alleen maar hebben met mensen waaraan je gelijkwaardig bent.”

„Dit is iets wat veel mensen niet doorhebben. Je hebt een broer en zus, en omdat die er altijd al geweest zijn, of vlak na jou geboren werden, zijn ze vaker een constante factor dan iets waarin je moet investeren. Ik denk dat dit gebrek aan bewustzijn grotendeels te maken heeft met de aandacht die er in de maatschappij voor is. Er ligt veel meer nadruk op andere relaties in je leven. Wie ben ik als partner?



„Ik was overweldigd door het verdriet van anderen. Pas jaren later realiseerde ik me dat ik ook iemand verloren had”

Hoe kan ik een goede ouder zijn? Wat kan ik voor mijn vrienden betekenen? Aan die vragen wordt elke maand aandacht besteed in de *lifestyle*-bladen. De vraag 'wie ben ik als broer' of 'wie ik ben als zus' komt nooit aan bod.”

„Waarom er zo weinig aandacht voor is, is een vraag die ik mijzelf aldoor stel. Tot nu toe heb ik er geen sluitend antwoord op kunnen vinden, maar ik denk dat er meerdere oorzaken voor aan te wijzen zijn. Een van de belangrijke oorzaken ligt in de economie. De economie heeft weinig belang bij broer-zusrelaties, omdat die relatief gezien weinig samen ondernemen. Ze kopen geen huis samen, geen auto, ze starten geen eigen bedrijf op, enzovoorts. Natuurlijk

zijn er wel voorbeelden van ondernemende broer-zusrelaties te noemen, maar dat zijn er maar weinig. Partners, vrienden, collega's, dat zijn de relaties die interessant zijn voor de markt, want die ondernemen veel meer samen. Psychologische nadruk wordt deels bepaald door economisch belang. Dat klinkt heel plat, maar het is wel zo.”

Vicieuze cirkel

Niet alleen in de maatschappij en de economie staan broer-zusrelaties op de achtergrond, hetzelfde gebeurt vaak wanneer iemand in de familie overlijdt. Minke: „Wat je vaak ziet bij volwassen broers en zussen, is dat ze direct in de hulpbiedende rol schieten om partner en kinderen van de zojuist overledene bij te staan. Je vergeet als het ware dat je zelf ook iemand verloren hebt. Dat realiseer je je later pas. Ik was 21 toen mijn broer Wim overleed. Hij was toen 32, acht jaar getrouwd. Mijn vader had zo'n asgrauw gezicht toen hij het mij vertelde, dat ik gewoon helemaal dichtklapte. Mijn eigen vader stortte in voor mijn ogen, op de bank zat mijn moeder; lijkbleek, bewegingsloos. Daardoor schiet je direct in die hulpverlenende rol, het zijn tenslotte je ouders. Ik was overweldigd door het verdriet van de anderen, pas jaren later realiseerde ik me dat ik ook iemand verloren had.”

„Ook na de begrafenis blijf je in die rol hangen. Je komt wat vaker thuis bij je ouders, als je nog leven, of je zoekt je zwager of schoonzus regelmatig op, en vaak denk je dan bij jezelf: laat ik er maar niet over beginnen, ze denken er al genoeg aan, het verdriet is al zo hevig. En zo gaan de maanden voorbij, totdat je haast totaal vergeet dat jij ook een enorm verlies hebt geleden. En wat dan als je je dat ineens met een schok realiseert? Hoe langer je er niet over praat, hoe hoger de drempel wordt om dat alsnog te doen. Daarbij is er in Nederland zo goed als geen professionele hulpverlening waar je op terug kunt vallen. Er bestaat wel een vereniging waar je terecht kunt, de Vereniging voor Ouders van een Overleden Kind. De VOOK heeft een afdeling voor mensen die een broer of zus verloren hebben. Dat is, naast het werk dat ik doe, tot nu toe de enige optie. De mensen die daaraan deelnemen, zijn gemiddeld tussen de vijftien en dertig jaar oud.”

„Het werk dat ik nu doe, is bedoeld om een vicieuze cirkel te doorbreken. Zolang broers en zussen er zelf niet (makkelijk) over praten of zich zelfs hun verlies niet realiseren, ziet de buitenwereld het niet en komt er geen aandacht

Bloedband

„Ik heb er misschien nog wel meer verdriet van dan zijn vrouw, hoewel je dat natuurlijk niet kunt weten. Ik heb ook wel eens gezegd: 'Als ik mijn man zou moeten missen, dat zou verschrikkelijk zijn. Maar of ik nou zoveel meer pijn aan hem zou hebben als ik nu over mijn broer heb, dat weet ik ook niet.' Het is die bloedband! Dat je uit één gezin, uit één moeder en vader komt. Het lijkt wel dieper te gaan dan met een partner.” (Corien, 68)
Uit *Broederziel alleen?*

voor. Doordat er geen uitlaatklep is, wordt de drempel om over het verdriet te praten nog hoger, en zo blijf je in rondjes tollen. Deze vorm van verlies en rouw móet een gespreksonderwerp worden. Ik doe dit werk niet om het te dramatiseren, dat wil ik heel duidelijk stellen. Ik vind het geen drama dat ik vier broers en een zus verloren heb, hoe triest en ingrijpend dat ook is. Het zou juist een drama zijn als ik die mooie mensen dood zou zwijgen door nooit meer over hen te praten. Door niet dankbaar te zijn dat ik ze heb mogen kennen, door niet na te gaan wat ik van hun levens kan leren. Er zit een teneur van dankbaarheid achter, niet een teneur van drama.”

„Ik zou graag willen dat hulpverleners de vraag gaan stellen: 'Wat betekent dit verlies voor de broer of de zus van...?' Als ze dat doen, kunnen lang verstopte emoties naar buiten komen. Nog liever zou ik hebben dat mensen zichzelf gaan afvragen hoe ze broer of zus zijn. Wat betekent het nu om een broer of zus te hebben, wat betekent het om diegene te verliezen, en wat voor broer of zus ben ik eigenlijk? Ik geloof dat de kern van je mens-zijn is dat je anderen nodig hebt, dat je verbonden bent met elkaar. Als je dat doorkrijgt, gaan al je relaties een veel diepere betekenis voor je krijgen, ook degenen die misschien wat moeizaam zijn. Je gaat beseffen hoe waardevol je voor elkaar bent. Je hebt met het krijgen van familie een verantwoordelijkheid gekregen om daar goed mee om te gaan. Het is een uitnodiging voor je mens-zijn.”

N.a.v. Minke Weggemans, *Broederziel alleen? De dood van een broer of zus een plaats geven*, uitgeverij Kok, € 14,50

Reageren? Mail naar redactie@cvkoers.nl

Als enige overblijven

„Met het overlijden van mijn broer Rob (36) bleef ik alleen over. Ik heb geen verdere broers of zussen meer. Ik heb dat, vooral op dat moment, als een groot gemis ervaren. Met niemand kan ik ditzelfde verlies delen. Voor mijn moeder was het een kind, voor mijn verdere familie een neef, ieder heeft dat anders beleefd. Iemand met wie ik hetzelfde kon delen, was er niet.” (Yvonne, 38)
Uit *Broederziel alleen?*