



Onderzoek naar nabestaanden en betekenisgeving aan postuum contact

Jeanneke Quattrone

s500874

Masterthesis Geestelijke Verzorging

Rijksuniversiteit Groningen

Eerste begeleider: prof. dr. J.K. Muthert

Tweede begeleider: A. Foppen, MA, MSc

23 juni, 2025

Inhoudsopgave

Samenvatting.....	p.3
Dankbetuigingen.....	p.5
Hoofdstuk 1. Inleiding.....	p.7
Hoofdstuk 2. Theoretisch kader.....	p.13
Hoofdstuk 3. Methode.....	p.28
Hoofdstuk 4. Resultaten.....	p.36
Hoofdstuk 5. Conclusie, discussie, aanbevelingen.....	p.50
Bibliografie.....	p.59
Bijlage 1 Opzet interview.....	p.63
Bijlage 2 Informed consent formulier, toestemmingsformulier.....	p.64
Bijlage 3 Toestemmingsformulier deelnemer.....	p.69
Bijlage 4 Gegevensbeheerplan.....	p.71
Bijlage 5 Kodeboom.....	p.79
Bijlage 6 Onderzoek met menselijke proefpersonen.....	p.80

Samenvatting

Er zijn goede empirische aanwijzingen dat veel nabestaanden op de een of andere manier de aanwezigheid van hun gestorven geliefden blijken te ervaren en daarbij in staat zijn om hun boodschappen op te vangen (Rivas, 2006). 12% van de Nederlanders heeft na de dood van een overleden dierbare contact met deze overledene. Dit percentage stijgt onder weduwen en weduwnaars naar 50% en onder ouders die een kind verloren naar 75% (van Lommel, 2014). De vormen van contact lopen uiteen van visuele waarneming, het ruiken, het horen van een stem, lucide dromen of het sterk innerlijk weten dat de overledene in de buurt is. Onderzoek wijst uit dat dit contact een helende werking kan hebben bij de verwerking van verlies. Tegelijkertijd lijkt er een maatschappelijke terughoudendheid te bestaan om dit fenomeen openlijk te bespreken. Nabestaanden willen deze ervaringen alleen met anderen delen als ze zich vertrouwd voelen met de ander en dus dat diegene niet direct met (voor-) oordelen of met negatief commentaar reageert (van Lommel, 2010; Guggenheim en Guggenheim, 1997; van Lommel, 2010; Taves, 2008). Daarbij worden ervaringen van postuum contact door professionele hulpverleners niet altijd even goed geïnterpreteerd en soms zelfs onterecht als pathologisch gelabeld (de Boer, 2020; Klass et al., 1996; Taves, A., 2008). Hoewel er onderzoek bestaat naar spirituele of transcendente ervaringen in de context van verlies, is er nog relatief weinig bekend over hoe nabestaanden zélf hun ervaringen van postuum contact duiden. Met andere woorden: welke betekenis geven zij hieraan, hoe passen deze ervaringen binnen hun persoonlijke geloofs- of zingevingskader, en welke rol spelen ze in het omgaan met rouw? Deze kennislacune vormt de aanleiding voor dit onderzoek.

Onderzoek wijst uit dat rouw kan leiden tot een verhoogde behoefte aan betekenisgeving en dat postuum contact in deze een veelvoorkomend natuurlijk fenomeen blijkt te zijn (Steffen & Coyle, 2011). Veel van deze ervaringen vallen onder het perspectief van 'blijvende verbinding', waarbij nabestaanden de aanwezigheid van hun dierbare blijven ervaren (Klass et al., 1996). Mogelijk kunnen deze inzichten onder

de aandacht komen binnen de zorg. Door erkenning en normalisatie kan een zorgklimaat ontstaan waarin nabestaanden zich vrij voelen om hierover te spreken en hun verlies op een manier verwerken die past binnen hun persoonlijke levensbeschouwelijke kaders.

Dit onderzoek verkent hoe nabestaanden betekenis geven aan postmortale ervaringen na verlies van een dierbare. Hierbij ligt de focus op de geleefde ervaring willen begrijpen. Dit is onderzocht door literatuurstudie te combineren met kwalitatieve interviews. Het blijkt dat de betekenisgeving aan postuum contact een complex, dynamisch en gelaagd proces is dat een krachtige rol kan spelen in een rouwproces en spirituele ontwikkeling van een nabestaande.

Dankbetuigingen

Na vier prachtige jaren van leren, reflecteren en groeien, sluit ik de opleiding Geestelijke Verzorging feestelijk af met dit eindonderzoek — een sprankelend sluitstuk én misschien wel het eerste danspasje op het pad van rouwbegeleiding en geestelijke verzorging, waarin ik mijn professie binnen de (rouw)verwerkingskunst verder kan laten bloeien.

Wat bleek? Postuum contact — ja, écht — komt vaker voor dan we denken. Als we als zorgprofessional of geestelijk verzorger onze oren spitsen en ons hart openzetten, ontdekken we dat zulke ervaringen diepe troost kunnen bieden, mits erkend, besproken en genormaliseerd. Door openheid te creëren rondom deze ervaringen, krijgen ze de kans om juist een bron van troost en verdieping te worden — iets wat mensen helpt hun verhaal te delen en zich minder alleen te voelen. Tijd dus voor een open blik, nieuwsgierigheid zonder oordeel, en ruimte voor betekenis — niet voor 'waar of niet waar', maar voor wat het raakt in een mens.

Dit onderzoek daagt ons ook uit om opnieuw te kijken naar hoe we spiritualiteit en levensbeschouwing in de rouwzorg vormgeven. Niet altijd meer met dogma's of doctrines, maar juist met fluisteringen van binnenuit — een innerlijk weten dat vraagt om erkenning, óók buiten religieuze kaders. Inclusief, breed en met oog voor dat wat mensen zélf zin geeft.

En dan de verhalen. De verhalen! Want die dragen, verbinden, helen. Door mensen ruimte te geven hun ervaringen te delen — met al hun verwarring, twijfel én kracht — ontstaat erkenning. Het maakt dat we ons minder alleen voelen in ons verdriet. En dat raakt recht in het hart van existentieel welzijn, waarin betekenis, verbondenheid en betrokkenheid met hoofdletters geschreven worden.

Dank aan alle prachtige mensen die hun ervaringen met mij hebben gedeeld — jullie woorden vormen het kloppend hart van dit onderzoek. Dank aan mijn dierbare

vakgenoten en vrienden voor het meedenken en aanscherpen. Dank aan mijn medestudenten en matties voor alle steun, lol, koffie en gebak. En natuurlijk: dank aan mijn fantastische begeleiders: prof. dr. Hanneke Muthert en Anne-Marie Foppen, MA, MSc – jullie scherpe blik en warme betrokkenheid maakten het verschil.

En last but zeker not least: dank aan mijn lieve gezin en aanhang – mijn trots, Ann en Jeanne, de liefde van mijn leven, Marcel en Camille, de verbinder. Jullie geduld, liefde en aanwezigheid gaven me precies wat ik nodig had. En Markus, mijn zoon, voor eeuwig verbonden door jouw licht – zonder jou had dit onderzoek niet kunnen plaatsvinden. Lieve schat, dank je voor je dagelijkse inspiratie. Ik hou van jou, van hart tot hart.

'Ik word er nog steeds emotioneel van als ik eraan denk. Ja, het is een heel bijzondere ervaring om je vader te zien na achttien jaar na zijn dood. Voor mijn gevoel was hij er om te vertellen dat hij over was. Naar...mag Joost weten. Dat weet ik dus niet. Maar de ervaring was goed. Het was rond. Hij moest zijn op de plek waar hij moest zijn. Zo was het voor mij!'

'Het maakt mijn leven rijker en voller. Het geeft betekenis aan mijn leven. Dat we het allemaal niet voor niets doen'.

- Respondent

-

Hoofdstuk 1. Inleiding

1.1 Aanleiding

Rouw is een diep persoonlijk proces waarin mensen op zoek gaan naar betekenis, verbinding en troost na het verlies van een dierbare (Smit, 2015). Binnen dit proces doen zich soms ervaringen voor die buiten het alledaagse vallen, zoals het ervaren van contact met een overledene – ook wel postuum contact genoemd (Falkenburg & Ganzevoort 2014; Parker, 2005; Steffen & Coyle 2011). Deze ervaringen worden door sommigen als troostrijk, richtinggevend of spiritueel betekenisvol beleefd, terwijl anderen er juist terughoudend of sceptisch tegenover staan. In maatschappelijke en wetenschappelijke discussies ligt de nadruk vaak op de vraag naar de waarachtigheid van dergelijke ervaringen: zijn ze 'echt', of ontstaan ze louter in de psyche van de rouwende? In dit onderzoek wordt echter bewust afstand genomen van deze waarheidsvraag. In plaats daarvan staat de persoonlijke betekenisgeving centraal: wat betekenen deze ervaringen voor de persoon die rouwt, en hoe worden ze geïnterpreteerd binnen diens levensbeschouwelijke kader?

Ondanks bestaand onderzoek naar spirituele en transcendente ervaringen bij verlies, is er beperkte kennis over hoe nabestaanden hun postuum contact interpreteren. Dit onderzoek richt zich op de betekenisgeving van deze ervaringen, hun plaats binnen persoonlijke geloofs- en zingevingskaders, en hun rol in het rouwproces, met als doel een kennislacune te verkleinen.

Door gebruik te maken van beschrijvende fenomenologie, literatuurstudie en de zingevingbenadering van Job Smit (2015), beoogt dit onderzoek een verdiepend inzicht te bieden in de betekenis die nabestaanden geven aan postuum contact.

Hiermee wordt een bijdrage geleverd aan een specifieke dimensie van rouw, zingeving en de rol van levensbeschouwing in het omgaan met verlies.

1.2 Probleemstelling

Verlies zorgt vaak voor een verhoogde behoefte aan betekenisgeving (Smit, 2015). Field (2008), geciteerd door Ganzevoort & Falkenburg, (2012), spreekt over de uitdaging voor de nabestaanden om zich aan te passen aan een nieuwe pijnlijke realiteit, waarin het verlies geaccepteerd dient te worden. Tijdens dit proces zoeken mensen naar antwoorden om weer controle te krijgen over hun bestaan (Muthert, 2007; Smit, 2015). Betekenis kan hierbij verwijzen naar de betekenis die aan een ervaring wordt gegeven, maar ook naar de waarde of het doel dat iets kan hebben. Dit is vooral relevant in situaties van rouw en existentieel trauma (Park, 2005). Wanneer verlies of trauma niet kan worden geïntegreerd in iemands bestaande wereldbeeld, ontstaat cognitieve dissonantie wat leidt naar een zoektocht naar betekenis (Steffen & Coyle, 2012). In dit proces speelt herwaardering een centrale rol (Park, 2005). Omdat religie en spiritualiteit voor veel mensen de basis vormen van hun overtuigingen en doelen, is hun betekenis vaak cruciaal in het copingproces (Pargament, 1997). Religieuze bewegingen vinden heden ten dage steeds vaker plaats buiten de traditionele instituties (van der Lans, 2006). In dit onderzoek worden religie en spiritualiteit benaderd als een geïntegreerd concept: een persoonlijke levensbeschouwing waarin zowel de niet-institutionele als de ervaringsgerichte dimensies van religiositeit een rol spelen. De ervaringen worden belicht vanuit een persoonlijke dimensie van religie.

Onderzoek toont aan dat nabestaanden na het verlies van een dierbare vaak spirituele ervaringen beleven (Parker, 2005; Steffen & Coyle, 2010; Steffen en Coyle, 2012). Deze spirituele ervaringen variëren sterk (Falkenburg & Ganzevoort, 2014; Steffen & Coyle, 2011), maar de meest genoemde ervaring is het gevoel van contact of verbinding met de overleden persoon, ook wel 'aanwezigheidservaring' of 'sense of presence' genoemd (Falkenburg & Ganzevoort, 2014; Steffen & Coyle, 2011). Deze ervaringen worden vaak als onverwacht, troostvol en behulpzaam ervaren en passen binnen het 'voortdurende band' perspectief, dat uitgaat van een blijvende relatie

tussen nabestaande en overledene (Klass et al., 1996; Steffen & Coyle, 2010). Over het algemeen hebben zulke spirituele ervaringen een positief effect op het mentale welzijn van nabestaanden en helpen ze bij het vinden van nieuwe betekenis binnen het rouwproces (Parker, 2005; Visser 2022). In sommige gevallen kunnen ze echter ook een negatieve impact hebben, bijvoorbeeld wanneer postuum contact als angstaanjagend wordt ervaren en het rouwproces belemmert (Parker, 2005; Visser, 2022; Neimeyer, 2016). Voor de meeste mensen lijken deze ervaringen echter adaptieve functies te vervullen, door het versterken van banden of het afhandelen van onafgemaakte zaken (Parker, 2005).

Hoewel de aandacht voor betekenisgeving in de zorg voor nabestaanden groeit, is er relatief weinig aandacht voor de concrete spirituele ervaringen die zij beleven (Parker, 2005; Steffen & Coyle, 2010). Studies tonen aan dat hier nog een duidelijke behoefte aan is (Braam & Verhagen, 2022; Steffen & Coyle, 2010). Veel onderzoeken beschouwen spirituele ervaringen als copingmechanismen, terwijl disciplines zoals onder andere de godsdienstpsychologie, religiewetenschap en neuropsychologie deze fenomenen vanuit meerdere interdisciplinaire invalshoeken benaderen. (Pargament et al., 2013). Deze perspectieven bieden een alternatief voor de traditionele kijk op rouw, die vooral gericht is op 'loslaten' of 'afscheid nemen', door de nadruk te leggen op het onderhouden van een blijvende innerlijke verbinding met de overledene (Attig, 1996; Steffen & Coyle, 2010). Steeds meer onderzoek, vanuit diverse disciplines, richt zich op de geleefde ervaring van spiritualiteit, die nieuwe inzichten kan bieden in hoe mensen leven en omgaan met de doodervaring (Steffen & Coyle, 2011; Steffen & Coyle, 2012; Penberthy et. al., 2021).

Een terugkerend thema is de terughoudendheid van nabestaanden om hun ervaringen met postuum contact te delen (Penberthy et al., 2021; Parker, 2005; Schoenmakers, 2020). Vaak worden deze ervaringen, ook aan naasten, bewust verzwegen omdat ze onbegrijpelijk lijken of omdat er angst voor stigmatisering bestaat (van Lommel, 2014; Penberthy et. al., 2021). Dit kan ertoe leiden dat dergelijke ervaringen ondergerapporteerd zijn (Penberthy et al., 2021). Postuum contact, dat vroeger vaak werd beschouwd als hallucinaties of wensdenken, wordt in recent onderzoek steeds

meer erkend als een normale menselijke betekenisvolle ervaring (Austad, Muthurt, 2021; Guggenheim & Guggenheim, 1997; Van Lommel, 2014; Rivas, 2006). Door deze ervaringen te erkennen en te normaliseren, kunnen zorgverleners een veilige omgeving bieden waarin nabestaanden zich vrij voelen om hierover te praten (de Boer et al., 2023; Pargament et. al., 2013; Visser, 2020).

Op basis van bovenstaande problematiek blijkt dat ervaringen van postuum contact een complexe en betekenisvolle rol kunnen spelen binnen het rouwproces, waar persoonlijke levensbeschouwing mogelijk een rol in heeft. Hoewel er binnen de wetenschap steeds meer aandacht is voor postuum contact, blijft er ruimte voor verdere kennisontwikkeling bij zorgprofessionals en rouwdeskundigen. Dit onderzoek draagt bij aan het vergroten van inzicht en begrip, waardoor nabestaanden beter ondersteund kunnen worden. Het richt zich op een diepgaande verkenning van de ervaring en betekenisgeving van postuum contact, met bijzondere aandacht voor de invloed van levensbeschouwing.

1.3 Onderzoeksvraag en deelvragen

Op basis van de voorgaande probleemstelling staat in dit onderzoek de volgende hoofdvraag centraal: *Hoe geven nabestaanden betekenis aan ervaringen van postuum contact?*

Om deze vraag te verdiepen en nader te analyseren, worden de volgende deelvragen onderzocht:

Hoe wordt postuum contact door nabestaanden omschreven?

Hoe wordt postuum contact door nabestaanden geïnterpreteerd?

Wat is de rol van levensbeschouwing op de ervaring zelf?

1.4 Doel van het onderzoek

Het doel van dit onderzoek is om inzicht te verkrijgen in de wijze waarop nabestaanden betekenis toekennen aan ervaringen van postuum contact en wat de rol van levensbeschouwing in de ervaring is. Het onderzoek combineert literatuurstudie met een kwalitatieve onderzoeksstrategie binnen een empirisch-interpretatieve

benadering. De doelgroep bestaat uit nabestaanden die postuum contact ervaren (hebben).

Wetenschappelijke relevantie

Ervaringen van postuum contact bij nabestaanden krijgen steeds meer aandacht binnen wetenschappelijk onderzoek. Deze ontwikkeling is van belang, omdat dergelijke ervaringen een significante rol kunnen spelen in het rouwproces en bijdragen aan de betekenisgeving rondom verlies. Daarentegen is er weinig inzicht in hoe nabestaanden zelf betekenis geven aan deze ervaringen en wat de rol van levensbeschouwing hierin is.

Dit onderzoek draagt bij aan het vergroten van kennis over de persoonlijke beleving van postuum contact, door deze ervaringen vanuit een interpretatief perspectief te onderzoeken. Het levert daarmee een waardevolle aanvulling op het bestaande onderzoek naar rouw, spiritualiteit en zingeving, en helpt het begrip van copingprocessen na verlies te verdiepen.

Maatschappelijke relevantie

De maatschappelijke relevantie van dit onderzoek ligt in de erkenning en normalisatie van postuum contact, een fenomeen dat vaak met terughoudendheid wordt besproken. Nabestaanden delen hun ervaringen alleen als ze zich veilig voelen, uit angst voor vooroordelen of negatieve reacties. Ook in de zorg worden deze ervaringen niet altijd adequaat geïnterpreteerd en soms onterecht als pathologisch bestempeld. Door erkenning en normalisatie kan een zorgklimaat ontstaan waarin nabestaanden zich vrij voelen om hierover te spreken en hun verlies op een manier verwerken die past binnen hun persoonlijke levensbeschouwelijke kaders. Het biedt daarmee een ander perspectief op rouwverwerking en draagt bij aan het vergroten van inzicht en begrip, waardoor nabestaanden beter ondersteund kunnen worden.

1.5 Leeswijzer

Om de hoofdvraag en deelvragen te kunnen beantwoorden is in hoofdstuk twee een theoretisch kader geschreven op basis van literatuuronderzoek. In dit hoofdstuk wordt het concept betekenisgeving van postuum contact onderzocht in relatie tot rouw, coping en existentieel welzijn. Ook wordt onderzocht welke rol levensbeschouwing speelt bij deze ervaringen.

Hoofdstuk drie, het empirische gedeelte, behandelt de methodologische keuzes die in dit onderzoek zijn gemaakt. Het richt zich op semigestructureerde interviews en belicht hoe persoonlijke betekenisgeving onderzocht kan worden, waarbij een empirisch-interpretatieve benadering als meest geschikte methode wordt beschouwd. Daarnaast biedt dit hoofdstuk een gedetailleerde beschrijving van de dataverzameling en data-analyse.

In hoofdstuk vier worden de resultaten van de data-analyse gepresenteerd. Hoofdstuk vijf bevat de conclusie, waarin de bevindingen uit de literatuur en de empirische analyse met elkaar in verband worden gebracht. Ook worden in dit hoofdstuk de discussie, de sterke punten, beperkingen en aanbevelingen voor toekomstig onderzoek gedaan.

Hoofdstuk 2. Theoretisch kader

Verlies zet nabestaanden ertoe aan betekenis te geven aan hun veranderde bestaan, waarbij postuum contact – bijvoorbeeld het gevoel van aanwezigheid van een overledene – een belangrijke rol kan spelen bij troost en zingeving. (Parker, 2005 ; Visser, 2022). In dit hoofdstuk wordt verkend hoe dit soort ervaringen beschreven en geïnterpreteerd worden en welke rol levensbeschouwing op de ervaring kan hebben.

2.1 Conceptualisering van postuum contact

2.1.1 Definities en kernbegrippen

In dit onderzoek wordt de volgende definitie van postuum contact gehanteerd:

'Het gevoel contact te hebben met (het bewustzijn van) een overleden persoon. Dit contact

kan bestaan uit het voelen van een aanwezigheid, het zich aangeraakt voelen, het 'zien' van de overledene, al dan niet gepaard gaande met communicatie, het ruiken van bepaalde geuren of het ervaren van onverwachte 'toevallige' gebeurtenissen waarbij men innerlijk weet dat dit te maken heeft met de overledene' (van Lommel, 2014, p.312).

Conceptualisaties van postuum contact kunnen op verschillende manieren worden omschreven (Steffen & Coyle, 2012). After-death communication (ADC) is het fenomeen waarbij de mens spontaan en direct contact heeft met een overledene (Guggenheim, 1997). Dit wordt aangeduid als postuum contact. De vormen hiervan lopen uiteen: van het visueel waarnemen van een overledene, het ruiken van een specifieke geur, het horen van een stem, lucide dromen tot het sterk innerlijk weten dat de overledene nabij is (Datson & Marwit, 1997; van Lommel, 2014; Steffen en Coyle, 2012). Postuum contact wordt ook wel omschreven als 'contact met het bewustzijn van overleden personen' (van Lommel, 2014). Deze ervaringen gaan vaak gepaard met een intuïtief innerlijk weten dat het contact afkomstig is van de overleden dierbare (Guggenheim, 1997 ; van Lommel, 2014). Spirituele ervaringen zijn moeilijk onder woorden te brengen, omdat ze vaak gevoelens betreffen die lastig te verwoorden zijn (Parker, 2005; Steffen, 2022). Ze kunnen, afhankelijk van de gehanteerde definitie, buiten de alledaagse ervaring vallen (Parker, 2005; Steffen, 2022). Dergelijke ervaringen worden omschreven als 'overweldigend', 'emotioneel' en als uiterst persoonlijk (van Lommel, 2014).

Een ervaring van gevoelde verbondenheid kenmerkt zich door contact met iets dat verder reikt dan het zelf (de Boer, 2020). Een spirituele ervaring kan worden beschouwd als een moment van persoonlijke groei en transformatie. Tijdens zo'n ervaring kan het gevoel van scheiding tussen jezelf en de wereld om je heen vervagen. Dit betekent dat je niet alleen meer denkt in termen van 'ik' en 'de omgeving', maar eerder een gevoel van eenheid en verbondenheid kunt ervaren (de Boer, 2020). Grenservaringen komen zowel in ons wakkere fantasieleven als in dromen vaak voor (Rivas, 2010).

De ervaring van het voelen van de aanwezigheid van een overledene kan worden

geïnterpreteerd als een normaal en veelvoorkomend spiritueel fenomeen binnen het rouwproces, dat plaatsvindt in de context van een blijvende band met de overledene (Steffen & Coyle, 2010). Op basis van de frequentie ervan kan gesteld worden dat het om een in sociologische zin 'normale' ervaring gaat binnen het scala van mogelijke culturele ervaringen (de Boer, Gerding, 2012). Deze ervaring is een ingrijpende gebeurtenis met een sterke emotionele impact die diepe betekenis krijgt voor diegene die haar meemaakt (van der Lans, 2006).

2.1.2 Postuum contact in verschillende disciplines

Binnen de wetenschappelijke benadering van spirituele en religieuze ervaringen kunnen deze begrepen worden als lived religion. Een concept wat verwijst naar hoe religie en een religieuze ervaring persoonlijk worden beleefd in plaats van hoe het wordt voorgeschreven in doctrines of instituties. Dit leidt tot een bredere interpretatie waarin religie en religieuze ervaringen worden aangevuld met de studie van ervaringen zelf. Ann Taves, emeritus hoogleraar in de religiewetenschap benadrukt het belang van cognitieve wetenschappelijke inzichten bij het bestuderen van deze ervaringen (Taves, 2023).

Het fundamentele gevoel van de ervaring is belangrijker dan de bijbehorende gedachtegang. Niet de overtuigingen, maar de zinvolle ervaringen zelf geven ons een betekenisvol gevoel. Door te focussen op de subjectieve beleving van de wereld wordt de waarheid ondergeschikt aan het begrip van de ervaring (Taves, 2023). Mystieke ervaringen zijn geen gedrag of fysiologisch feit (Feenstra & Tydeman, 2011). Mensen ervaren zichzelf doorgaans onwillekeurig als subjectieve wezens met een fysiek lichaam en kunnen zich beeldend voorstellen (fantaseren) (Rivas, 2010). Alleen op basis van de levendigheid of overtuigingskracht van een ervaring kunnen we niet bepalen hoe deze het beste geïnterpreteerd kan worden (Rivas & Dirven, 2010). De beste manier om een spirituele ervaring te onderzoeken is door deze zelf te beleven en te ervaren. Dit wordt ook wel lived religion genoemd, waarbij persoonlijke beleving en directe ervaring centraal staan (Feenstra & Tydeman, 2011).

Interpretaties van ongewone ervaringen zijn cultuurafhankelijk (de Boer, 2020).

Religieuze ervaringen worden vaak gezien als persoonlijke, transcendente momenten,

maar hun interpretatie en beleving zijn sterk cultureel en historisch bepaald. Hoewel ze de alledaagse werkelijkheid doorbreken, staan ze niet los van sociaalpsychologische, culturele verwachtingen en groepsnormen (van der Lans, 2006).

Binnen de basisconcepten wordt de gebeurteniscognitie (spirituele ervaring) als raamwerk toegepast. Dit omvat de wetenschappelijke uitleg over hoe ervaringen ontstaan, geïnterpreteerd en geclassificeerd worden (Taves, 2017). Binnen het psychoanalytische paradigma worden de conceptuele interpretatiekaders verruimd met het idee van culturele constructies van onze werkelijkheid in relatie tot geestelijke gezondheid (Steffen & Coyle, 2012). Dit betekent dat de studie van religie en religieuze ervaringen wordt aangevuld met de studie van ervaringen zelf (Taves, 2023). Dit nieuwe interpretatiekader, waarin cultuur een belangrijke rol speelt, biedt mogelijkheden om ervaringen vanuit een breder perspectief te begrijpen (Taves, 2023).

De methodologie voor het bestuderen van ervaringsverhalen vereist kritisch oordelen vanuit cultuur en religie om de bedoeling, interpretatie en betrouwbaarheid van de ervaringsdeskundigen te kunnen beoordelen (Taves, 2023). Deze verfijnde en complexere benadering wordt de bouwstenenbenadering (BBA) genoemd (Taves, 2017). Hierbij wordt onderscheid gemaakt tussen complexe culturele concepten (CCC), zoals religie, magie, paranormaal en mystiek, en basisconcepten (BC), zoals representaties, actie en gebeurtenis (Taves, 2017). Afhankelijk van de ervaring spreken we van religieuze of spirituele ervaringen (Taves, 2008). Sommige ongewone ervaringen worden binnen een religieuze context door een gemeenschap herkend als religieuze ervaringen (Taves, 2008). In hedendaagse samenlevingen, waar minder mensen tot traditionele religieuze instellingen behoren, worden ook bijzondere ongewone ervaringen gemeld die niet altijd als zodanig worden erkend of soms verkeerd gelabeld (Taves, 2008).

Binnen het psychoanalytische paradigma kunnen ervaringen van postuum contact beschouwd worden als een proces van internalisatie, waarbij externe geloofsbeelden en ervaringen worden geïntegreerd in de innerlijke psychologische structuur van een individu (Klass et. al., 1996; Steffen en Coyle, 2010). Het concept van internalisatie binnen rouwverwerking verwijst naar een psychologisch proces. De nabestaande

behoudt hierin een innerlijke representatie van de overledene, inclusief de bijbehorende betekenissen. Het kenmerkt een blijvende relatie tussen de nabestaande en de overleden persoon die voortleeft in gedachten en herinneringen. Deze blijvende verbinding wordt gezien als een betekenisvol fenomeen binnen het rouwproces, waarbij de overledene op emotioneel en cognitief niveau een rol blijft spelen in het leven van de nabestaande (Klass et. al. 1996). Uitingen en ervaringen van dergelijke blijvende verbindingen binnen het rouwproces worden opgevat als zinvolle fenomenen (Steffen & Coyle, 2010; Attig, 1996).

Gee (2009) en Jahn & Spencer-Thomas (2014), zoals geciteerd in Steffen & Coyle (2010), stellen dat postuum contact zich manifesteert op twee overlappende lagen. De eerste laag betreft de interne (mentale) representatie van de verbinding met de overledene. Deze uit zich in herinneringen, ingebeelde gesprekken en het terughalen van beelden van de overledene, waarbij naast relationele ook emotionele opvattingen een rol spelen (Schaap-Jonker et al., 2017). De tweede laag bestaat uit het voortzetten van die verbinding via postuum contact. Het verwijst naar de manier waarop de verbinding met de overledene zich extern manifesteert en als een directe ervaring wordt waargenomen. Dit kan zich voordoen in verschillende vormen, zoals symbolische gebeurtenissen waarin de nabestaande een teken of aanwezigheid van de overledene herkent, dromen waarin de overledene verschijnt, of zelfs sensaties zoals het voelen van een aanraking of het horen van een stem. Dit externe contact wordt vaak geïnterpreteerd als een voortzetting van de relatie met de overledene en kan een troostende en betekenisvolle rol spelen binnen het rouwproces (Steffen & Coyle, 2010). Sommige mensen ervaren dit als een spirituele of transcendentie dimensie van rouw, terwijl anderen het beschouwen als een natuurlijke manier waarop herinneringen en emoties zich in het dagelijks leven blijven manifesteren (Steffen & Coyle, 2012). Dit interpersoonlijk dialoog tussen het zelf en de ander is geen statisch gegeven, maar ontwikkelt zich door de tijd heen (Klass et al., 1996).

Postuum contact kan op verschillende manieren geïnterpreteerd worden (Steffen & Coyle, 2012). Ervaringen, religieus gekwalificeerd of niet, hebben een psychologische grondslag (van der Lans, 2006). Ze bestaan uit zowel cognitieve (denkprocessen) als emotionele componenten en worden beïnvloed door de sociaal-culturele context van

de persoon. Hoe iemand een dergelijke ervaring interpreteert, hangt vaak samen met sociale factoren zoals groepsnormen, verwachtingen en beïnvloeding. Voor de één betekent het een gevoel van verbinding met een hogere werkelijkheid, voor de ander een bron van kracht en steun. Meestal begint zo'n ervaring met een sterke emotionele reactie op een gebeurtenis, gevolgd door een persoonlijke betekenisgeving. Mensen die een dergelijke ervaring hebben gehad, vinden het vaak moeilijk om precies te verwoorden wat ze hebben meegemaakt (van der Lans, 2006).

Dit onderzoek richt zich op postuum contact met een relationeel component. Het beschouwt dit als een externe manifestatie, waarbij er verbinding wordt gevoeld met de overledene. De betekenis ligt bij de ervaring zelf. De vraag naar legitimiteit staat niet centraal. Gemedieerd contact met overledenen valt buiten dit onderzoek.

2.2 Conceptualisering van betekenisgeving bij rouw en existentieel welzijn

2.2.1 Rouw, zingeving en existentieel welzijn: begrippenkader

Job Smit, geestelijk verzorger en auteur heeft een basismethodiek ontwikkeld voor geestelijke verzorging. Zijn werk richt zich op methodische aandacht voor levensvragen en zingeving. Smit stelt dat samenhang en verbondenheid essentieel zijn voor welzijn en coping. Verbondenheid draagt bij aan welzijn, terwijl coping de motivatie en kracht biedt om met het leven om te gaan. Smit ontwikkelde het zingevingprocesmodel om betekenisgeving in situaties van breuklijnervaringen te analyseren. Breuklijnervaringen roepen een behoefte aan heelheid op. Contingentie-ervaringen veroorzaken een verlangen naar orde, terwijl ambivalentie-ervaringen een behoefte aan richting met zich meebrengen (Smit, 2015). Smit definieert het zingevingproces als volgt:

'Het zingevingproces is het proces waarin mensen, in antwoord op het appèl van 'het leven zelf', vanuit een ervaren verbondenheid met wat is, door middel van betekenisgeving komen tot een motivationele betrokkenheid op wat is, teneinde zich met het leven te engageren en daarin te participeren'. (Smit, 2015, p.115).

Voorafgaand aan het zingevingproces ligt de geleefde werkelijkheid die een appèl doet op de mens. De existentiële vraag 'ik leef, en wat nu?' zet aan tot levensvragen die

door de situatie worden uitgelokt. Dit roept bij de mens die het betreft een behoefte aan richting en doel op. In dit proces wordt een beroep gedaan op het beschouwend vermogen van de mens. Het beantwoorden van het levensappèl, dat wordt uitgelokt door de fundamentele kenmerken van het bestaan, vormt de inhoud. Dit proces wordt levensbeschouwelijk bemiddeld en vindt zijn bron in spiritualiteit (Smit, 2015).

2.2.2 Vier zingeavingsdimensies (existentiële, spirituele, ethische, esthetische)

Mensen geven betekenis aan ervaringen binnen vier zingeavingsdimensies: de existentiële, spirituele, ethische en esthetische dimensie. De existentiële dimensie omvat alledaagse, ingrijpende of traumatische gebeurtenissen. De spirituele dimensie betreft transcendentale ervaringen. De ethische dimensie richt zich op normen, waarden en verantwoord handelen. De esthetische dimensie verwijst naar ervaringen van schoonheid in natuur en cultuur (VGVZ, 2015).

Tijdens het zingeavingsproces zoekt de mens naar een antwoord op de geleefde ervaringen uit het leven. Deze gevonden betekenis bepaalt de zinvolheid van de ervaring. Centraal staat hierbij het ervaren van verbondenheid met de ander of het andere – zoals natuur, universum, ethische waarden (bijv. liefde, rechtvaardigheid) of het transcendentale – en het toekennen van betekenis aan deze relatie. Zingeving is daarmee relationeel van aard (Smit, 2015).

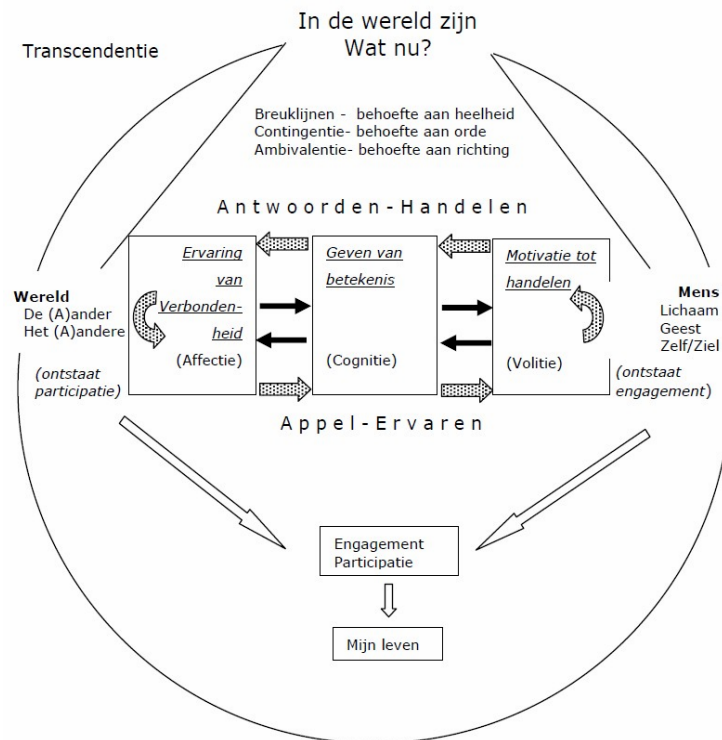
2.2.3 Relatie tussen betekenisgeving en coping

Volgens Smit verloopt zingeving continu in een wisselwerking tussen de invloed van de wereld op het individu en de invloed van het individu op de wereld door handelen. Het ervaren van samenhang en verbondenheid is nauw verbonden met welzijn en coping. Welzijn valt samen met het ervaren van verbondenheid, terwijl coping – het ‘leven aankunnen’ – de motivatie en mogelijkheid biedt tot handelen (Smit, 2015).

Welzijn kan worden gezien als de wijze waarop het leven een appel doet op de mens. Het omvat verschillende transcendentale aspecten: fysiek, psychologisch, emotioneel en sociaal welzijn. Deze fundamentele onderlaag van existentieel welzijn wordt zichtbaar door betrokkenheid en participatie in het leven (Smit, 2015).

Deze mensvisie benadrukt de verantwoordelijkheid van de autonome mens om zin te geven aan het eigen leven. Het gaat om het ervaren van het leven als ‘mijn leven’, vanuit

een zelfgevonden oriëntatie op waarden, doelen en motivatie (Smit, 2015). In een model gegoten ziet het er als volgt uit:



Figuur 1. Zingevingprocesmodel Smit (2015).

Verbondenheid in deze, leidt tot een motivationele betrokkenheid van de mens tot datgene waarmee hij zich verbonden voelt. De mens ervaart het leven als zinvol wanneer men zich verbonden voelt met: a) een doel dat vervulling biedt, b) iets wat het gevoel van eigenwaarde bevestigt of overstijgt, c) iets dat het leven rechtvaardigt en waardeert, of d) de ander of het andere, met het gevoel bij te dragen aan een groter geheel (Smit, 2015).

De interactie tussen mens en wereld manifesteert zich in een dynamische dialoog van bevestiging en toewijding. Wat het bestaan bevestigt en legitimeert, roept een houding van betrokkenheid op. Zingevingstradities en levenservaringen kunnen als motivatiebron dienen voor deze toewijding en bevestiging (Smit, 2015).

Zingeving speelt zich af in de persoonlijke ruimte (ziel, hart) van de mens (Smit, 2015). Het gaat om de plaats van iets in een groter geheel. Transcenderen en zingeving zijn onlosmakelijk verbonden. Mensen zoeken antwoorden op vragen 'over de grens', die niet langs de empirisch-rationele weg kunnen worden gevonden, omdat rationeel denken ophoudt bij het ultieme (Smit, 2015).

Antwoorden worden gezocht via verbeelding; men maakt een voorstelling van hoe het 'over de grens' zou kunnen zijn, gebruikmakend van symbolen (verwijzende fenomenen) en metaforen (Smit, 2015).

2.2.5 Verlies en coping

Het rouwmodel 'relearning the world' beschrijft het proces van reconstrueren na verlies en is gebaseerd op het constructivistisch gedachtegoed (Attig, 1996). Men gaat uit van het idee dat er geen eenduidige verklaring voor de werkelijkheid bestaat (Muthert, 2007). Dit plaatst het toekennen van zin en betekenis aan facetten van het leven centraal, zowel op individueel als breder maatschappelijk niveau.

Om het verlies te kunnen plaatsen, is het van belang het levensverhaal van de persoon te kennen. De rouwende moet zijn wereld herorganiseren, oftewel opnieuw leren hoe te zijn en handelen in een leven en wereld veranderd door het verlies. Hierbij leert de mens opnieuw zin in het leven te ervaren door het formuleren van 'antwoorden'. Drie processen staan centraal: a) Het zoeken naar en begrijpen van wat de persoon is overkomen, b) Het zoeken naar respect voor de uniciteit van de ervaring en c) Het zich realiseren, in meer of mindere mate, dat het verlies er is. (Muthert, 2007). Het 'leren kennen' van onszelf en onze fysieke wereld met verlieservaring als 'levensbagage' is hierbij cruciaal (Attig, 1996).

2.2.6 Ervaringen van verbondenheid en hun impact op existentieel welzijn

Vanuit een emotioneel theoretisch perspectief ontstaan dergelijke ervaringen door een specifieke uitlokkende situatie en omvatten gevoelens als vreugde, verwondering, ontzag of ontreddeiding. Tijdens deze ervaring voelt de persoon zich zowel autonoom als verbonden, bijvoorbeeld met een transcendente realiteit of met een ander mens. Dit kan ontroering veroorzaken en soms als een religieuze ervaring worden ervaren (van der Lans, 2006). Gevoelens als depressie, eenzaamheid, verwarring of extase beïnvloeden hoe de ervaring wordt beleefd. Deze emotionele toestand kan leiden tot een vernieuwde perceptie van de werkelijkheid, waarbij alledaagse zaken een diepere betekenis krijgen zonder dat rationele analyse daarvoor nodig is. Dit kan een transformatieve verandering in perspectief teweegbrengen. Na zo'n ervaring kijkt

iemand vaak anders naar het leven; het kan leiden tot spirituele bekering, diepe verbondenheid of een gevoel van harmonie (van der Lans, 2006).

Spiritualiteit wordt verstaan als het geraakt en getransformeerd worden door anderen en het andere, waarbij het gaat om innerlijke processen en subjectieve ervaringen.

Zingeving voltrekt zich spiritueel-ethisch, waarbij de persoonlijke inhoud van levensvisie en levensverhaal centraal staat (Smit, 2015).

Existentieel welzijn wordt op spiritueel-ethisch niveau gezien als einddoel. Welzijn wordt fenomenologisch benaderd; het zingevingproces moet leiden tot engagement met en participatie in het leven.

Met begrippen als 'het ultieme', 'transcendentie' en 'verbeelding' kan religieuze en niet-religieuze zingeving omschreven worden op het diepste niveau van menselijke existentie: de spirituele beleving, het niveau waarop mensen 'antwoord geven op het leven zelf' (Smit, 2015).

Zoals hierboven omschreven blijkt er een relatie te zijn tussen verlies, betekenisgeving, coping en existentieel welzijn. Volgens Smit is betekenisgeving essentieel voor coping en existentieel welzijn, vooral bij verlies. Zingeving ontstaat in wisselwerking tussen individu en wereld en draagt bij aan verbondenheid en veerkracht (Smit, 2015).

Rouwverwerking vereist actieve betrokkenheid bij het zoeken naar nieuwe betekenis, zoals beschreven in de theorie van 'relearning the world' (Attig, 2016). Spirituele en transcendente ervaringen kunnen hierbij helpen (van der Lans, 2006 ; Smit, 2015).

Existentieel welzijn wordt uiteindelijk bereikt door engagement en participatie in het leven, ondersteund door zingevingstradities en levenservaringen (Smit, 2015).

2.3 Empirische bevindingen bij postuum contact

Uit de *European Values Survey* (1980–1983), onder leiding van de Universiteit van Tilburg, bleek dat 25% van de Europeanen het gevoel had in contact te staan met een overledene. In Nederland lag dit percentage op 12%, onder weduwen en weduwnaars op 50%, en bij ouders die een kind hadden verloren zelfs op 75% (van Lommel, 2014).

Onderzoek van het Centre for Research in Psychology and Social Science, verbonden aan de World Health Organisation, naar ervaringen van postuum contact toonde aan dat deze door 990 respondenten als een veelvoorkomende, natuurlijke en positieve

levenservaring worden beschouwd (Penberthy et al., 2023). Ongeveer 50% rapporteerde dagelijks een niet-specifiek bewustzijn van een aanwezigheid (Datson & Marwit, 1997). Deze ervaren externe steun van overledenen heeft een positieve invloed op de verwerking van verlies (Datson & Marwit, 1997). Bijna een derde van de deelnemers beschouwt deze ervaring als 'levensveranderend' (Cooper et al., 2023), waarbij het vaak troostend, bemoedigend en soms levensreddend werkt (Cooper et al., 2023).

Uit het *After-Death Communication Project* (ADC), waarin 2000 respondenten (mannen, vrouwen en kinderen) participeerden, bleek dat het merendeel hun ervaringen met postuum contact als troostrijk beschreef (Guggenheim, 1997).

Spirituele ervaringen kunnen een belangrijke rol spelen voor nabestaanden en bijdragen aan het vinden van nieuwe betekenis binnen het rouwproces (de Boer, 2020; Parker, 2005; Steffen, 2022). Narratief onderzoek onder ouders die een kind verloren, toont aan dat dit een dialectisch proces is tussen continuïteit en discontinuïteit bij het zoeken naar begrip en betekenis (Ganzevoort & Falkenburg, 2012). Hierbij is het essentieel een bevredigende verklaring te vinden om de dood te kunnen accepteren, vaak binnen een religieus of spiritueel kader (Ganzevoort & Falkenburg, 2012). Spirituele ervaringen na verlies vertonen een grote diversiteit (Falkenburg & Ganzevoort, 2014; Steffen & Coyle, 2011). De meest gerapporteerde ervaring, ook wel 'aanwezigheidservaring' of 'sense of presence' genoemd, betreft het gevoel van contact of verbinding met de overleden persoon (Falkenburg & Ganzevoort, 2014; Steffen & Coyle, 2011). Spirituele ervaringen kunnen existentiële vragen oproepen, processen van zelftransformatie in gang zetten en spirituele groei bevorderen (de Boer, 2020). Voor degenen die ze meemaken, worden zulke ervaringen vaak gezien als keerpunten in hun leven (de Boer, 2020), en soms als een 'spirituele ontwaking' (de Boer, 2020; Guggenheim, 1997). Het is belangrijk om niet alleen te focussen op abstracte verklaringen en toeschrijvingen ('Het was een hogere geest die mij beschermde'), maar ook op wat deze ervaringen persoonlijk voor mensen betekenen (van Leeuwen & van Elk, 2019). Ze kunnen een positief effect hebben op het mentale welzijn (Parker, 2005; Steffen, 2022). Een ervaring van postuum contact biedt vaak grote troost en

ondersteunt het rouwproces door het innerlijke besef dat het goed gaat met de overledene. Dit leidt tot een innerlijke zekerheid over het voortbestaan na de lichamelijke dood en gaat in veel gevallen samen met een afname van doodsangst (van Lommel, 2014).

2.3.2 Continuïteitsperspectief: 'blijvende verbinding'

Veel bestaande literatuur toont aan dat ervaringen van postuum contact kunnen functioneren als een manier om een voortdurende verbinding met de overledene te behouden (Steffen & Coyle, 2011). Door een spirituele ervaring met de overledene krijgt de relatie met deze persoon een blijvende betekenis in het leven van de nabestaande (Ganzevoort & Falkenburg, 2012). Uit onderzoek blijkt dat ouders van overleden kinderen vaak melden dat zij de aanwezigheid van hun kind voelden, de stem van hun kind hoorden, of de invloed van hun kind op hun gedachten of gebeurtenissen in hun leven opmerkten (Klass, Silverman & Nickman, 1996). Het merendeel van deze spirituele ervaringen wordt verklaard vanuit het 'continuing bond' perspectief (Klass et al., 1996). Binnen dit perspectief, in dit onderzoek aangeduid als het 'blijvende verbindingen' perspectief, worden spirituele ervaringen na verlies gezien als uitingen van een voortgaande band. Dit omvat een voortdurende relatie tussen de nabestaande en de overledene, die bestaat uit een interne dialoog met een innerlijke representatie en die troost, comfort en steun biedt, en bovendien de overgang van het verleden naar de toekomst faciliteert (Klass et al., 1996). Dergelijke ervaringen worden binnen dit perspectief begrepen als een spirituele ervaring van zowel continuïteit als discontinuïteit in het rouwproces (Ganzevoort & Falkenburg, 2012). Het betreft een betekenisvol fenomeen en een indicator van succesvolle coping, die kan leiden tot posttraumatische groei binnen het rouwproces (Ganzevoort & Falkenburg, 2012).

Dit is een alternatief rouwmodel, gebaseerd op een voortdurende band tussen de rouwende en de overledene (Attig, 1996; Klass et al., 1996). Deze visie raakt aan de essentie van fundamentele vragen over wat het betekent mens te zijn. Het benadrukt dat ons verdriet verbonden is met de betekenis die we geven aan onze relaties met belangrijke mensen in ons leven en aan ons eigen leven (Attig, 1996; Klass et al., 1996). De dood betekent geen einde aan onze zorg en liefde, maar is juist verenigbaar met een

voortdurende en transformerende zorg en liefde (Attig, 1996). We hoeven onze banden met de overledene niet te verbreken, maar kunnen de aard van deze banden en hun plaats in ons leven herdefiniëren (Attig, 1996). Field (2008), zoals geciteerd in Ganzevoort & Falkenburg (2012), stelt dat een voortdurende band niet bedreigend hoeft te zijn, zolang deze de nabestaande niet belemmert om de realiteit van de dood te erkennen en verder te gaan met het leven. Onderzoek naar ervaringen van het 'gevoel van aanwezigheid' tijdens rouw laat zien dat deze geconceptualiseerd kunnen worden als een veelvoorkomend en normaal spiritueel fenomeen, dat ontstaat binnen een voortdurende band met de overledene (Steffen & Coyle, 2012).

2.3.3 Postuum contact en angst

Er zijn ook nabestaanden die hun spirituele ervaring als beangstigend ervaren (de Boer, 2020 ; Parker, 2005; Steffen & Coyle, 2012). Uit een studie onder 990 respondenten bleek dat 12,1% hun ervaring van postuum contact als angstig beschouwde (Cooper et al., 2023). Dit kan ontstaan wanneer ervaringen niet herkend worden of niet stroken met de persoonlijke levensfilosofie, religieuze overtuiging of het wereldbeeld (de Boer, 2020). Respondenten die hun ervaring niet konden begrijpen, rapporteerden vaker angst (de Boer, 2020). Hierdoor kunnen spirituele ervaringen het vinden van nieuwe betekenis binnen het rouwproces bemoeilijken (Parker, 2005). Ook de reactie van de omgeving, zoals ongeloof, speelt hierbij een rol, net als cultuur en bijgeloof (de Boer, 2020). Wanneer deze ervaringen zinvol geïntegreerd worden, kunnen ze leiden tot posttraumatische groei (Steffen & Coyle, 2011; Steffen & Coyle, 2012).

2.4 Rol van levensbeschouwing op de interpretatie van de ervaring

Ieder individu hanteert een eigen zingevingssysteem, waarin religie en spiritualiteit een rol kunnen spelen (van der Lans, 2006). Cultuur en levensbeschouwing bepalen hoe men ervaringen interpreteert en welke betekenis eraan wordt gegeven. Deze interpretaties lopen uiteen van traditionele religieuze kaders tot meer persoonlijke, spirituele overtuigingen (de Boer, 2020; van der Lans, 2006; Taves, 2023).

Onder seculiere denkers zoals atheïsten, agnosten en humanisten is er een grote diversiteit aan overtuigingen en benaderingen. Sommigen richten zich op scepticisme, materialisme of sciëntisme, terwijl anderen zich juist toeleggen op humanistische waarden. Seculiere humanisten verwerpen doorgaans het geloof in bovennatuurlijke krachten of een goddelijk plan en benadrukken de verantwoordelijkheid van de mens zelf, in contrast met religieuze houdingen binnen gevestigde religies (Schnell, de Boer & Alma, 2021).

Culturele overtuigingen manifesteren zich in wereldbeelden en leefwijzen, en beïnvloeden hoe mensen spirituele ervaringen beoordelen en erop reflecteren (Taves & Paloutian, 2022). Voorkennis speelt hierin een bepalende rol (Taves, 2017). Levensbeschouwelijke opvattingen functioneren als mentale kaders waarmee mensen hun werkelijkheid begrijpen. Binnen die kaders kan een religieuze ervaring het gevoel van verbondenheid met iets hogers versterken of leiden tot een transformatie van de werkelijkheidservaring (van der Lans, 2006).

Deze kaders zijn echter niet onveranderlijk. Gedeelde of persoonlijke ervaringen, zoals postuum contact, kunnen nieuwe perspectieven bieden op zingeving en verbondenheid, en zo bestaande overtuigingen beïnvloeden. Ze laten zien dat levensbeschouwelijke kaders voortdurend in beweging kunnen zijn onder invloed van concrete ervaring.

Verlieservaringen en spirituele gebeurtenissen, zoals het ervaren van contact met een overledene, kunnen een grote impact hebben op hoe mensen hun overtuigingen vormgeven (Parker, 2005). Dergelijke ervaringen versterken bij sommigen het geloof in een hiernamaals of een goddelijke aanwezigheid (Steffen & Coyle, 2011; Ganzenvoort, 2005; Guggenheim, 1997). Uit onderzoek blijkt dat bijna de helft van de respondenten na meerdere postuum-contactervaringen hun religieuze of spirituele overtuigingen zag toenemen, terwijl bij een derde de angst voor de dood afnam (Cooper et al., 2023). Slechts een klein percentage rapporteerde een toename in angst.

Er werd een duidelijke verandering vastgesteld in hoe mensen aankijken tegen het leven na de dood, het hiernamaals en de mogelijkheid tot communicatie met overledenen. Het After Dead Communication Project toont aan dat zelfs sceptische

deelnemers die een postmortale ervaring doormaakten, emotioneel en spiritueel getransformeerd raakten (Guggenheim & Guggenheim, 1997).

Een spirituele ervaring zoals postuum contact kan zo diepgaand zijn dat mensen hun levensbeschouwelijke overtuigingen daardoor heroverwegen, bijstellen of verdiepen (de Boer & Gerding, 2012). De aard en betekenis van zo'n ervaring kunnen bestaande opvattingen over lichaam en ziel, het hiernamaals, en zelfs tijd en ruimte bevestigen of juist uitdagen, ongeacht of die overtuigingen religieus, wetenschappelijk of paranormaal van aard zijn (de Boer, 2020). Zo ontstaat er een dynamische wisselwerking tussen persoonlijke overtuigingen en ervaring, waarbij het ene het andere continu hervormt. Binnen Europa gelooft ongeveer de helft van de mensen in een persoonlijk voortbestaan na de dood, en in Nederland ligt dat aandeel eveneens rond de 50% (Penberthy et al., 2023).

2.5 Synthese en kritische reflectie

In deze synthese en kritische reflectie wordt het concept betekenisgeving onderzocht in relatie tot postuum contact, coping en existentieel welzijn. Het theoretisch zingevingprocesmodel van Smit (2015) vormt daarbij het centrale kader. Zingeving wordt daarin beschouwd als een dynamisch, dialectisch proces, waarin het individu via verbondenheid met de ander of het andere betekenis verleent aan verlieservaringen. Existentieel welzijn wordt begrepen als het vermogen om, ondanks verlies, samenhang, richting en doel in het leven te ervaren.

Postuum contact krijgt binnen dit proces een bijzondere plaats. Het wordt in het rouwproces opgevat als een betekenisvolle en reguliere spirituele ervaring, die duidt op een blijvende relatie met de overledene (Steffen & Coyle, 2010; de Boer & Gerding, 2012). Binnen een relationeel perspectief wordt postuum contact gekarakteriseerd als een externe ervaring van verbondenheid, waarbij niet de legitimiteit of vorm van communicatie centraal staat, maar de betekenis die eraan wordt toegekend.

Het psychoanalytische paradigma beschouwt postuum contact als internalisatie: de overledene blijft als innerlijke representatie psychologisch aanwezig in het leven van de nabestaande (Klass et al., 1996). Hierbij wordt onderscheid gemaakt tussen een

interne, mentale laag van herinnering en verbeelding, en een externe laag waarin de relatie zich manifesteert via symboliek, aanraking of dromen (Gee, 2009; Steffen & Coyle, 2010).

Vanuit lived religion (Taves, 2023) wordt benadrukt dat niet de overtuiging, maar de ervaring zelf centraal staat. Interpretaties van spirituele ervaringen zijn sterk afhankelijk van culturele en contextuele factoren (van der Lans, 2006; de Boer, 2020). Dergelijke ervaringen kunnen steun bieden, zingeving bevorderen en bijdragen aan spirituele groei, maar ook verwarring oproepen wanneer zij conflicteren met bestaande overtuigingen. De interpretatie en integratie bepalen of de ervaring helend of belastend wordt ervaren.

Gezien het exploratieve karakter van deze studie is gekozen voor een kwalitatieve, interpretatieve benadering waarin de nadruk ligt op persoonlijke beleving, zelfdefinities en betekenisconstructie. In het volgende hoofdstuk wordt deze benadering methodologisch verder uitgewerkt.

Hoofdstuk 3. Methode

Dit hoofdstuk beantwoordt de hoofdvraag: *Hoe geven nabestaanden betekenis aan ervaringen van postuum contact?* Er wordt uiteengelegd hoe de ervaringen van nabestaanden onderzocht zijn op uniciteit binnen de persoonlijke betekenisgeving. Hiervoor is gekozen voor een empirisch interpretatieve benadering. Deze benadering brengt systematische waarneming en controleerbare interpretatie samen binnen een gestructureerd proces. De verzamelde gegevens, de subjectieve ervaringen en betekenissen die de respondenten aan hun ervaring van postuum contact geven, worden door de onderzoeker geanalyseerd (Henninck et.al., 2010). Vervolgens wordt ingegaan op de keuze voor kwalitatieve diepte-interviews en waarom deze passend is binnen dit onderzoek. Ten slotte wordt de methode van dit onderzoek beschreven, inclusief de bijbehorende onderzoekopzet en dataverzamelingsprocedure. Dit wordt gevolgd door een bespreking van de data-analyse, de validiteit en betrouwbaarheid van het onderzoek, reflectie op de ethische overwegingen van het onderzoek en het datamanagementplan. Het hoofdstuk wordt afgesloten met een beschrijving van mijn positionering als onderzoeker.

3.1 Onderzoeksdesign

Om antwoord te kunnen geven op de deelvragen en de hoofdvraag, is gekozen voor een interpretatieve benadering. Deze methode doet recht aan de uniciteit van persoonlijk geleefde ervaringen, zoals postuum contact. Hierdoor kan de onderzoeker het fenomeen identificeren vanuit het perspectief van de betrokkenen en de betekenis begrijpen die zij eraan toekennen, zonder dat dit wordt overschaduwd door theoretische aannames van buitenaf. In dit kader speelt ook het begrip ‘verstehen’ een belangrijke rol. Snape en Spencer (2003), geciteerd door Henninck et al. (2010), beschrijven ‘verstehen’ als het bestuderen van geleefde ervaringen in een specifieke context en het begrijpen van die ervaringen vanuit de belevingswereld van de deelnemers. Dit betekent dat het onderzoek zich richt op de subjectieve betekenissen die mensen geven aan hun ervaringen, beschreven in hun eigen woorden en begrippen.

Om deze subjectieve ervaringen zorgvuldig te onderzoeken en hun diepgaande, persoonlijke karakter te begrijpen, is gekozen voor kwalitatieve diepte-interviews. Deze methode biedt ruimte aan nuance, stilte, emotie en persoonlijke interpretatie. Respondenten kunnen hun verhaal op eigen wijze vertellen en delen aspecten die in gestructureerde of kwantitatieve methoden minder snel naar voren komen. Zo wordt de gelaagdheid van hun ervaringen zichtbaar, waarmee de uniciteit van persoonlijke beleving wordt onderstreept.

Kwalitatief onderzoek maakt het mogelijk om menselijke ervaringen in detail te bestuderen, onder andere via diepte-interviews (Hennink, Hutter & Bailey, 2010). Deze benadering is bijzonder geschikt voor het verkennen van nieuwe onderwerpen en het begrijpen van complexe kwesties, waarbij ‘waarom’- en ‘hoe’-vragen centraal staan. Dit onderzoek is dan ook exploratief van aard, met een focus op de interpretaties van de respondenten.

De onderzoeksmethode omvat een diepte-interview (zie Bijlage 1). Diepte-interviews zijn vooral bedoeld om persoonlijke verhalen en perspectieven vast te leggen (Hennink et al., 2010). Deze methode is bijzonder geschikt voor het behandelen van gevoelige onderwerpen, waarbij vertrouwelijkheid en een intieme setting essentieel zijn voor het verzamelen van waardevolle gegevens (Hennink et al., 2010).

Binnen dit onderzoek werden elf respondenten in hun thuissituatie door middel van semigestructureerde interviews van ongeveer 45 minuten bevraagd naar hun ervaring (en) van postuum contact. Voorafgaand aan het af te nemen interview zijn de respondenten telefonisch benaderd voor een kennismakingsgesprek. Hierbij is hen de ruimte geboden om eventuele vragen met betrekking tot het onderzoek te stellen. Vervolgens is hen bij toestemming aan deelname een *Informed consentformulier* en *Toestemmingsformulier* toegestuurd per mail.

Voorafgaand aan het interviewproces heb ik twee proefinterviews afgenomen. Dit heeft mij extra inzichten opgeleverd waardoor ik zo optimaal mogelijk voorbereid van start kon gaan. Voor de interviews is bewust gekozen voor een face-to-face optie, waarin de respondent en ik fysiek in dezelfde ruimte aanwezig waren. De respondenten mochten zelf de voorkeurslocatie aangeven. Negen van de elf respondenten verkozen hun eigen thuislocatie. De face-to-face optie heeft extra aanvullende informatie opgeleverd die vrijkwam tijdens de non-verbale communicatie gedurende het interview. Deze extra informatie is bijgehouden in een logboek. Handgebaren en klemtonen zijn in haakjes in de transcripten verwerkt.

3.2 Respondenten

Bij kwalitatief onderzoek selecteer je meestal maar een klein aantal deelnemers (Verhoeven, 2020).

De onderzoekspopulatie bestond uit 10 volwassenen met een leeftijdsrange van 40 tot 90 jaar en 1 jongvolwassene (16 jaar). Alle respondenten zijn vrouw en woonachtig in Nederland, verspreid over de provincies Overijssel, Gelderland en Limburg. Op het moment van het interview varieerde de levensbeschouwelijke achtergrond van de respondenten: één respondent identificeerde zich als protestants, terwijl de overige tien een zelf vormgegeven persoonlijke levensbeschouwing beschreven.

3.3 Dataverzameling

Voor dit onderzoek is gebruikgemaakt van een combinatie van convenience en purposeful sampling. Binnen mijn sociale en werkgerelateerde netwerk heb ik actief

respondenten geworven. Daarnaast heb ik contact gezocht met Stichting Zorg en Zelfdoding, de Ivonne van de Ven Stichting (Coalitie Nabestaandenzorg), Stichting Slachtofferhulp, Stichting Landelijk Expertisecentrum Sterven en Willem Levensvragen. Deze organisaties hebben mijn oproep gedeeld binnen hun netwerken, wat resulteerde in negentien reacties van geïnteresseerde vrouwen. Uiteindelijk zijn elf van hen geselecteerd voor deelname.

De *inclusiecriteria* bepaalden dat het verlies minimaal zes maanden voor deelname moest hebben plaatsgevonden. Dit om de kwetsbaarheid van recent verlies te vermijden en om emotionele afstand binnen het verwerkingsproces te waarborgen. Respondenten mochten bovendien geen eerder inhoudelijk contact met mij als onderzoeker over het onderwerp hebben gehad, om interpretatieve beïnvloeding te voorkomen.

Postuum contact werd in dit onderzoek gedefinieerd als een spontaan fenomeen waarbij een levend individu een gevoel of besef ervaart van direct, niet-gemedieerd contact met een overleden persoon. De onderzochte vormen betroffen een gevoel van aanwezigheid en/of zintuiglijke ervaringen. Symbolische ervaringen vielen buiten de afbakening, met uitzondering van één casus waarin de data als uitzonderlijk rijk werd beschouwd en om die reden werd meegenomen.

3.4 Data-analyse

In dit onderzoek is gekozen voor een thematische analyse, passend bij de gelaagdheid en subjectieve aard van kwalitatieve gegevens (Verhoeven, 2022). Deze gegevens kunnen immers vanuit verschillende perspectieven worden gezien en op diverse manieren geïnterpreteerd. Dit vraagt om een open houding van de onderzoeker, die daarmee niet enkel registreert, maar ook mede betekenis construeert binnen het analyseproces.

De thematische analyse maakt het mogelijk om thema's, onderliggende lagen en verbanden in de data systematisch en zorgvuldig in kaart te brengen, hetgeen bijdraagt aan de validiteit van het onderzoek (Verhoeven, 2022). Om deze rijkdom aan informatie te borgen, is aanvullende observatie-informatie vastgelegd in een logboek.

Non-verbale signalen zoals handgebaren en klemtonen zijn in de transcripties opgenomen tussen haakjes. De gehanteerde interviewgide is opgenomen in Bijlage 1.

De analyse is uitgevoerd volgens een systematische aanpak die bestaat uit drie fasen (Verhoeven, 2022). In de ontdekkingsfase zijn de transcripties herhaaldelijk gelezen, gefragmenteerd en gecodeerd met behulp van het programma ATLAS.ti (ATLAS.ti, 2023). Tijdens de daaropvolgende reductiefase zijn kernwoorden geordend en samengevat, waarbij betekenisvolle thema's naar voren kwamen. Deze vormden de basis voor verdere interpretatie. In de afsluitende reflectiefase zijn de thema's met elkaar in verband gebracht in relatie tot het onderzoeksdoel, waarmee inzicht ontstond in de wijze waarop de ervaringen van postuum contact betekenis krijgen binnen het grotere geheel.

Deze drie fasen zijn nauw verweven met het zes-stappenplan van Verhoeven (2022): fragmenteren, coderen, thematiseren, reviseren en verfijnen, reflecteren en ten slotte presenteren.

De data-analyse is inductief van aard: de thema's zijn rechtstreeks uit de data voortgekomen op basis van een semantische benadering. Dat wil zeggen dat de bewoordingen en betekenissen van de participanten centraal stonden bij de interpretatie. Hierdoor is het mogelijk gebleken om op een valide en traceerbare wijze antwoord te geven op de hoofd- en deelvragen van het onderzoek. De uitkomsten zijn transparant en nauwkeurig vastgelegd in de bijlagen.

3.4.1 Geïdentificeerde thema's

De data uit de interviews resulteerden in eerste instantie in 260 codes (Fase 1). Na de tweede check zijn codes samengevoegd, verwijderd of aangepast, waardoor er uiteindelijk 54 codes overbleven (Fase 2). Met behulp van ALAS-ti werden vervolgens 'code groepen' aangemaakt (Fase 3). Het bleek dat sommige codes in meer dan één 'code groep' konden worden opgenomen. De namen van de thema's werden vastgesteld (Fase 3). De thematische analyse resulteerde uiteindelijk in drie thema's. De data zijn gecategoriseerd op basis van hun emotionele betekenisgeving aan de

ervaringen die de respondenten gaven aan hun ervaring. Dit is de lens die ik heb gebruikt om de data te categoriseren.

De volgende thema's zijn hierbij naar boven gekomen:

- 1) Angst in postuum contact
- 2) Troost in postuum contact
- 3) Verwarrende ervaring in postuum contact

De uniciteit in de ervaring staat centraal. Om de gelaagdheid van de ervaring beter naar voren te laten komen is er gekozen voor een samenvatting per (sub) thema met bijbehorende quotes. Op basis van literatuuronderzoek was de verwachting dat levensbeschouwing mogelijk van invloed zou kunnen zijn op de interpretatie van de ervaring van postuum contact. Uit de interviews blijkt dat dit voor drie respondenten geldt. Zij leken de ervaring in eerste instantie niet te begrijpen, hetgeen verwarring of angst teweeg bracht. Voor acht respondenten lijkt het erop dat de ervaring op zichzelf staat, ongeacht hun levensbeschouwing vanuit de opvoeding. De onderzoeksresultaten wijzen uit dat de ervaring wel een verandering in levensbeschouwing teweeg kan brengen. Gezien deze bevindingen is ervoor gekozen om levensbeschouwing niet thematisch te analyseren, maar het onderwerp als een zelfstandig item te presenteren. Deze benadering doet recht aan de rijke data die uit de interviews met betrekking tot dit onderwerp naar voren is gekomen. De rol van levensbeschouwing is achteraf als lens bekeken en uitgewerkt in een samenvatting, ondersteund door relevante quotes uit de gesprekken.

3.5 Onderzoeksethiek en datamanagement

Conform het *Informed Consent*-proces is voorafgaand aan deelname mondelinge en schriftelijke toestemming gevraagd. Respondenten zijn eerst telefonisch benaderd voor een kennismakingsgesprek, waarin zij de gelegenheid kregen om eventuele vragen met betrekking tot het onderzoek te stellen. Na instemming is een informed consentformulier per e-mail toegestuurd. Deelnemers zijn hiermee geïnformeerd over mogelijke schade en voordelen, en hebben informatie ontvangen in een voor hen begrijpelijk formaat. Zij zijn uitgenodigd om een vrijwillige beslissing te nemen tot deelname aan het onderzoek.

In het formulier wordt expliciet aandacht besteed aan het principe van *zelfbeschikking*—het recht om zelf te bepalen of men wil deelnemen, inclusief het recht om zich op ieder moment zonder negatieve gevolgen uit het onderzoek terug te trekken. Daarnaast zijn deelnemers geïnformeerd over de onderzoeksdoelstelling en de wijze waarop de gegevens en onderzoeksresultaten worden gebruikt.

De interviews zijn opgenomen via een laptop en opgeslagen op een usb-stick in een beveiligde omgeving die uitsluitend toegankelijk was voor de onderzoeker. Na het transcriberen zijn de geluidsopnames overgezet naar de beveiligde digitale omgeving van de universiteit. Respondenten zijn geïnformeerd dat de gegevens na publicatie van het onderzoek zullen worden vernietigd.

Het informed consentformulier besteedt nadrukkelijk aandacht aan het aspect *schade*. Daarbij is opgenomen dat ik als onderzoeker alert ben op mogelijke herbelevingen die emotionele stress kunnen veroorzaken, en verantwoordelijk ben voor het minimaliseren van gevoelens van schaamte en verlegenheid. Tot slot bevat het formulier informatie over *anonimiteit en vertrouwelijkheid*: identificeerbare informatie met betrekking tot de identiteit van deelnemers is te allen tijde beschermd. Om privacy te waarborgen, zijn sommige delen van de transcripties verwijderd.

3.6 Positionering onderzoeker

Binnen deze interpretatieve benadering is de rol van de onderzoeker essentieel. De onderzoeker is geen neutrale buitenstaander, maar participeert actief in het interpretatieproces. De manier waarop verhalen worden beluisterd, geïnterpreteerd en geanalyseerd, wordt mede bepaald door diens positionering (Hennink et al., 2010). Om diepgaande inzichten te verkrijgen is het daarom van belang dat de onderzoeker een open blik heeft, nieuwsgierig en empathisch is, zich flexibel aanpast en aandachtig luistert. Dit sluit aan bij de benadering van het fenomeen vanuit een *emic perspectief*, waarbij de persoonlijke beleving van de respondent centraal staat (Hennink, 2010).

Regelmatig kom ik via mijn cliënten in aanraking met het verschijnsel postuum contact. Cliënten delen hun ervaringen met mij, waardoor ik inzage krijg in de veelzijdigheid van persoonlijke betekenisgeving. Hierdoor kan ik deze in een breder perspectief

plaatsen. Deze achtergrond draagt bij aan mijn gevoeligheid voor het thema, maar vraagt tegelijk om een bewuste en zorgvuldige houding binnen het onderzoeksproces.

Gedurende het onderzoek heb ik dan ook voortdurend gestreefd naar *objectiviteit* en *transparantie*. Hoewel volledige neutraliteit binnen kwalitatief interpretatief onderzoek onhaalbaar is, heb ik geprobeerd een zekere distantie te bewaren. Tijdens de interviews en data-analyse heb ik nauw gelet op de non-verbale communicatie en de specifieke woordkeuze van de respondent. Door door te vragen en vragen op meerdere manieren te herhalen, trachtte ik de essentie van de ervaring vanuit het perspectief van de respondent helder te krijgen.

Tijdens de gesprekken maakte ik gebruik van een interviewgide (zie Bijlage 1), die richting gaf aan het interview en hielp om de benodigde informatie systematisch te bevragen. De eerder afgenomen proefinterviews boden hierbij waardevolle voorbereiding.

Na ieder interview maakte ik een samenvatting in mijn logboek, waarin ik mijn observaties en indrukken noteerde, evenals opvallende handgebaren, gezichtsuitdrukkingen en uitspraken. Deze non-verbale signalen zijn, waar relevant, in de transcripties tussen haakjes verwerkt. Mijn innerlijke criticus hielp mij om met een zo open en neutraal mogelijke houding het interpretatieproces te doorlopen. Door middel van zelfreflectie kon ik de ervaringen van de respondent zo zuiver mogelijk interpreteren, met oog voor hun eigen gebruikte taal en betekeniswereld.

Hoofdstuk 4. Resultaten

In dit hoofdstuk wordt allereerst een antwoord gegeven op de deelvraag: 'Hoe omschrijven nabestaanden hun ervaring van postuum contact?' Gevolgd door het thema 'schroom om de ervaring te delen'. Vervolgens wordt de vraag 'Hoe interpreteren nabestaanden hun ervaring van postuum contact?' beantwoord aan de hand van een thematische analyse, waarbij elk thema uitgebreid en in detail wordt besproken. Daarna wordt de hoofdvraag: 'Hoe geven nabestaanden betekenis aan hun ervaring van postuum contact?' beantwoord middels een opsomming van citaten van

elke respondent afzonderlijk. Dit hoofdstuk sluit af met een samenvatting over de bevindingen van de rol van levensbeschouwing op de ervaring.

4.1 Omschrijving van postuum contact door nabestaanden

Respondenten omschrijven hun ervaring van postuum contact op verschillende manieren. Waarbij de aanwezigheid van een overledene zich op diverse wijzen kan manifesteren. Sommigen ervaren het als een visuele verschijning buiten zichzelf.

Zoals respondent 1, en respondent 2:

‘Ja extern. Net zoals ik jou nu helder zie, zag ik hem.’ (respondent 1)

‘Dan zag ik ineens de persoon die in de kist lag, naast de kist staan. Echt alsof zij in levenden lijve ernaast staat, maar dan met een bepaalde gloed eroverheen. Een beetje hologram-achtig.’ (respondent 2)

Anderen ervaren het als een ‘zien’ in de vorm van ‘plaatjes’ of fragmenten in hun hoofd.

Zoals respondent 4 en respondent 7:

‘Ik noem dat ‘ik kijk met mijn binnenoog.’ Mijn ogen zijn dicht, maar ik kijk dus wel.’ (respondent 4)

‘Ja, dat zie je in je hoofd. Dat zie je niet...het is een fragment van. Het is niet een hele film.’ (respondent 7)

Daarnaast ervaren sommigen een vorm van extern zien met daarbij telepathisch contact.

Zoals respondent 2:

‘Euh ik zie letterlijk voor mij M. mijn dochtertje met een witte uil op haar schouder en ik kon echt met haar praten en zij was echt aan het beantwoorden.

[...] een soort van telepathisch contact, wat ik wel kan horen en zien.’ (respondent 2)

Weer anderen hebben ontmoetingen in de vorm van dromen, al dan niet in combinatie met het voeren van gesprekken.

Zoals respondent 5 en respondent 6:

'Euh...in deze droom heb ik een heel gesprek met hem gevoerd. En heeft hij mij laten zien in mijn droom...wat hij heeft gezien of zo. [...] hij zei: "Je hoeft niet verdrietig te zijn want het gaat, het gaat goed met mij." [...] we hebben een heel gesprek gehad. Toen hadden we het erover dat ...toen vroeg ik hem. Ik zei "Ik heb ooit weleens gehoord dat mensen dan zichzelf kunnen zien dat als je loskomt van je lijf dat je dan kunt zien wat er dan gebeurt." Ik zeg "Had jij dat ook?" En toen zei die "Ja, dat had ik ook. Ook in het ziekenhuis." Toen euh. En toen zag ik dat er heel veel dokters bezig waren en toen. En dat mijn moeder daar ook was en dat heb ik ook allemaal gezien en toen zei hij ook "Ja, en ik was ook bij de begrafenis." En euh, ik vond het heel mooi, want er waren heel veel bloemen.' (respondent 5)

'Ik lig in bed en het is allemaal net zo echt als dat ik nu hier met jou aan tafel zit. En de bel gaat, dus ik ga uit bed. Ik loop door de kamer naar de voordeur. Doe de deur open en het is nacht hè! [...] en de zon schijnt en het is stralend mooi weer. Ik kijk naar voren en daar zit mijn moeder. Net zoals jij hier nu aan tafel zit. In haar rolstoel. Met haar blauwe-witte bloesje aan en haar bordeauxrode jas erover. En ze lacht. Achter haar [gebarend] staat mijn vader. Ook in levende lijve. Mijn vader leefde op dat moment nog en daar achter staat mijn zwager G. en daarachter staat mijn zus. Maar ik neem dat allemaal in mij op en eigenlijk op het moment dat het tot mij doordringt van 'mama is er helemaal niet meer'...val ik weg. ik denk oeff hoe???? Er is ook geen woord gesproken. Mijn moeder niet..niemand niet...het was een soort van wat weleens wordt gezegd een heldere droom...een spatheldere droom. Ja, ja! En toen eh en ik dus eh werd dus toen wakker in bed en dacht "Wat is er nu gebeurd?" (respondent 6)

Een aantal respondenten geven aan frequent of dagelijks in gesprek te zijn (geweest) met de overledene.

Zo vertellen respondent 8 en respondent 4:

'Ik heb jarenlang wel met opa gepraat, maar zonder daarbij stil te staan dat dat gek was of zo. Hij kwam, ik kon gewoon met hem praten. Hele avonden. Ja, dat ging vanzelf. Wel op een moment dat ik rustig werd [...], ja hele verhalen [levendig verteld]. Alles wat er in mij omging en ik ging hele verhalen met hem doen.' (respondent 8)

'[...] Vanaf dat moment had ik mijn oma dus heel vaak 'aan de lijn'. Zoals ik dat noem. Dus ik kon dingen vragen en bespreken met elkaar. Met name zaken als datgene wat met mijn moeder te maken had, haar dochter dus. Dingen als, ik zat toen met een relatie dat ik daar dingen over vroeg....zoals een oma kan zijn. Ze gaf goede raad.' (respondent 4)

Respondent 7 vertelt dat ze dagelijks fysiek contact met haar overleden echtgenoot voelt. Ze zegt hierover:

'En nu, als ik in bed lig, dan heb ik heel vaak het gevoel dat iemand over mijn haar wrijft en dan voel ik daar [wrijvend over het haar] iets bewegen....het voelt niet eng of dat ik denk 'er staat een raam open of het is de wind of wat'. Ik voel gewoon...dat is een hand die over mijn haren wrijft van..."Ga maar lekker slapen." Ja, ja!' (respondent 7)

Daarbij geeft ze aan een telepathisch contact te hebben gehad met haar overleden echtgenoot. Ze neemt mij mee in haar ervaring:

'Ik keek naar de foto van G. en toen werd mijn aandacht getrokken door het boek van Stephen Hawking in de boekenkast en toen kreeg ik cijfers 2.6 door. Bij leven zei die "Zou d'r een intelligentie zijn na de dood? Aan de andere kant?" Nou, wij pakken het boek van Stephen Hawking en slaan hem open op de bladzijde waar het moet staan volgens hem. Dan staat erbij 'Is er intelligentie aan gene zijde?' Ik niet wetende dat dat in dat boek stond, want ik ken dat hele boek niet. Heb het nooit gelezen, want dat was voor mij veel te ingewikkeld geschreven.'(respondent 7)

4.1.1 Openheid versus schroom om de ervaring te delen

Alle 11 respondenten hebben hun ervaringen gedeeld met iemand waarbij ze zich vertrouwd voelden. Kenmerkend hierbij is dat ze zichzelf lijken te erkennen in hun beleving ongeacht hoe de omgeving reageert op het mededelen van de ervaring. De reacties vanuit de omgeving zijn verschillend.

Respondenten vertellen:

'Mijn vader geloofde ook nooit ergens in. Mijn moeder gelooft er ook niet in. Nou dat is ook helemaal goed. Ik ga dan ook nooit met haar de discussie aan. Eigenlijk vond ze het niet kunnen, want je kan niet met overledenen een gesprek hebben vond ze. "Dat kan niet. Nee!!" [...] maar ik weet zeker dat het er is. Ja! Maar in mijn ogen is er meer tussen hemel en aarde dan wij weten. En daar blijf ik gewoon bij. Ja!' (respondent 3)

'[ferm] nee joh, nee joh! Ik ben de rare in de familie. En met mijn eerste man in mijn eerste relatie ook niet. Weet je, het is moeilijkik ben intussen 62 en nog vaak ...om een voorbeeld te geven...toen ik een keer heel enthousiast vertelde dat ik heel makkelijk kon channelen zei mijn schoonzus "Dat is eng." Ze was bang. Daarbij, ik heb een vriendin ...die vindt het eng.' (respondent 4)

'Gelukkig met mijn moeder. Die had het zelf niet, maar die heeft wel mij, die heeft mij altijd wel geloofd. Dat vind ik wel heel bijzonder. Nog steeds. Dat ze het ook wel heel interessant vond. Ook in de tijd dat ik heel bang werd. Dat ze er wel voor mij was en wel voor mij zorgde. Ja, op een gegeven moment, kon ik het wel met haar delen, maar verder niet. Ik was kennelijk diegene die het zag blijkbaar.' (respondent 8)

'Ik ben niet gelovig, maar ik geloof wel dat er meer is tussen hemel en aarde als wat wij weten. Ja weet je dat is zo persoonlijk. Ik twijfel niet aan mijzelf.' (respondent 9)

'Met mijn vriendinnen later. Ik ben nooit bang geweest dat ik het hier niet met hen over kon hebben. [lachend] wat dat betreft kon me dat ook nooit zoveel schelen...en ik heb ook niet mensen gehad diedus daar heb ik dan wel geluk mee gehad denk ik.' (respondent 5)

'Voor mij rust er geen taboe op. Heel veel mensen begrijpen het niet. Staan er niet voor open of. Nee, dit is prima. Dit is hun... dan moet je anderen hier niet mee lastig vallen.' (respondent 10)

'[...] en toen ik het mijn moeder ook had verteld [...] en daar heb ik het dan ook met mijn therapeut over gehad en die zei "Dat komt wel vaker voor. Ik heb hier wel vaker van gehoord. Het is inmiddels ook bewezen dat dat echt waar is." En toen dacht ik "Dat is wel een hele

geruststelling.” [...] ik heb ook wel een vriendin..euh ja, als ik het die vertel dan euh ...nee, nee [glimlachen].’ (respondent 1)

‘Ja, dit heb ik wel gedeeld met vriendinnen, ja! En er zijn erbij die zeggen “Ik krijg kippenvel ervan, zie je wel” en er zijn ook bij die zeggen “Fijn dat je het zo hebt ervaren.” Die er dus geen waarde aan hechten, terwijl dat voor mij wel van waarde was.’ (respondent 9)

Respondent 11 die haar ervaringen van postuum contact als angstig heeft ervaren, zegt hier het volgende over:

‘[...] wat zullen die mensen er eigenlijk van denken als ik hun zeg wat ik meemaakte. Tenminste dat denk ik dan. [...] Ik heb het verteld aan de zorgmedewerkers. [...] Ik bid nu wel samen met de GV'-er. Hier haal ik troost uit.’ (respondent 11)

4.2 Interpretatie van postuum contact door nabestaanden

Postuum contact wordt door de respondenten geïnterpreteerd als een *innerlijke zekerheid van een voortdurende aanwezigheid*, waarbij de overledene via gevoelens, energie of (symbolische) communicatie nabij blijft. Respondenten omschrijven dit als *een intiem gevoelde verbinding met iets buiten henzelf*, vaak troostend, liefdevol en als een teken dat de ander ‘er nog is’. Het gaat om *een diepgaande zintuiglijke en emotionele gewaarwording*.

Respondent 1, respondent 2, respondent 3, respondent 4, respondent 5, respondent 7, respondent 8 en respondent 9 omschreven hun gevoel van interpersoonlijke verbinding met de overledene als volgt:

‘[...] maar dat je toch nog iets van een verbinding had. Een gesprekje en ja, dat hij zei “Het is goed. Het is goed.” (respondent 5)

En over een andere visuele ervaring met haar overleden oma:

‘En toen voelde ik dat mijn oma daar in dat licht zat. Ik zag haar niet, maar ik voelde haar.’ (respondent 5)

'Ja, ik zeg "Ik weet wel. Je bent hier heel vaak. Dat weet ik gewoon." G. wou dus laten weten dat er na het overlijden dat hij gewoon nog aanwezig is.' (respondent 7)

'Ik weet voor mijzelf dat hij er is. Dat weet ik. Ik voel het. Ik voel dat gewoon. Fijn! Omdat ik nergens bang voor ben, want hij is er.' (respondent 3)

'Dit is dan mijn waarneming he? Ze zijn aanwezig in de energie en laten zich zien zoals ik het weet of ze ken.' (respondent 2)

'[...] ik ben nooit bang, omdat ik de energie voel.' ...alsof ik een massage krijg van binnenuit, kippenvel is het meest voorkomend...het zit van binnen. Het gevoel gaat letterlijk van binnenuit.' (respondent 4)

'Alsof ze er nog zijn. Er gebeurt iets en ze geven een reactie en dan voel je dan wat ze willen vertellen. Je voelt die emotie erbij, dus je voelt de liefde of de compassie of wat ze dan ook en dan komt dat verhaal d'r bij en dan.' [...] en dat is meestal met humor.' (respondent 8)

'[...] het voelde eigenlijk gewoon alsof iemand even gewoon gezellig even bij mij op bezoek kwam.' (respondent 1)

[...] en we zeiden allebei "Dit heeft R. gedaan." Ja, dit voelde echt als tekenen van R.' (respondent 9)

Wat opviel met betrekking tot het ervaren van interpersoonlijke verbinding met de overledene, is dat bij vijf van de elf respondenten die hun nabestaanden zagen en met hen spraken, deze uiteindelijk verloren gingen.

Zo vertellen respondent 5, respondent 8, respondent 10 en respondent 11:

'[...] Ja, die heb ik nu niet meer. Dat is echt wel vervaagd. En ik weet dat in de loop van de jaren die verbinding langzaam minder werd. [...] dat gevoel dat hij dicht bij mij is dat heb ik de laatste jaren niet meer.' (respondent 5)

'Hij kwam, ik kon gewoon met hem praten...en dat heeft eigenlijk geduurd totdat...[glimlachend] ehm...kippenvel ik een jaar of...richting middelbare school een jaar of elf twaalf was.' (respondent 8)

'[...] Maar ze had haar zus, dus mijn moeders tante bij zich en ze had haar arm om haar schouder vast en ze zei "Wij gaan nu. Ik ga haar wegbrengen. We gaan." En ik zei "Waar gaan jullie dan naar toe?" "Wij gaan elkaar niet meer zien", zei ze tegen mij.' (respondent 4)

'En op een gegeven moment kwam hij bij mij, ook weer in een droom. En zei hij "Nu moet je me loslaten." Heel duidelijk!' (respondent 10)

Respondent 11 wenst zelf de verbinding te verbreken. Zij zegt hier het volgende over:

'[...] en toen zat 'ie boven in de deur. Ja, toen zei die "Ik blijf hier." En "Ik blijf de baas!" En toen is hij op het laatst...dat zei jij geloof ik [wijzend naar de Geestelijk Verzorger] "Stuur hem maar weg." Nou en toen is hij... Maar ja, ik ben hem gelukkig nu kwijt.'

In wat volgt, onderzoek ik hoe respondenten hun ervaring van postuum contact betekenis geven, met specifieke aandacht voor het relationele aspect van verbondenheid met een externe component. Aan de hand van een thematische analyse gebaseerd op geuite emoties, bespreek ik drie terugkerende vormen van ervaring met verbinding: (a) troost in postuum contact, (b) angst in postuum contact, en (c) verwarring in postuum contact

4.2.1 Postuum contact geïnterpreteerd als een ervaring van troost

De essentie van deze verhalen draait om troost en kracht die voortkomen uit emotionele verbindingen voelen met overledenen. De vertellers ervaren een diep innerlijk weten, een aanwezigheid die hen sterkt in momenten van verlies. In al deze ervaringen zit een element van liefdevolle nabijheid. De overledenen lijken niet volledig verdwenen, maar blijven op subtiele manieren verbonden met de levenden.

Respondent 5 over een visuele ervaring met haar overleden oma:

'[...] en toen kwam er een heel bijzonder licht. En toen....maar dat licht ging niet zo de hele kamer vullen, maar er kwam gewoon een soort allesomvattend gevoel over mij heen en vooral mijn hart dat zei "Het is goed! Alles is goed." en mijn hoofd ging echt nog als een razende tekeer. Die zei "Het is helemaal niet goed! Er gaan allemaal mensen dood en mijn oma gaat zomaar dood en...de wereld is echt niet goed." Maar mijn hart voelde dat het goed was.' (respondent 5)

Respondent 3, respondent 4, respondent 7 en respondent 8 over hun troost gevende ervaring(en):

'En ik kreeg daar helemaal een warm gevoel bij en toen dacht ik "Ja, hij wil me gewoon laten weten; hij is nog steeds ook bij ons, kijkt nog mee en hij ziet wat we doen en daar waar mogelijk zal die ons helpen." (respondent 7).

'[...] dan weet ik dat hij er is als ik verdriet heb, dan is hij er. Dan heb ik zoiets van wat er ook gebeurt, ik weet dat 'ie er is. Hij is gewoon altijd... als ik de muziek hoor of als ik een bevestiging krijg dat hij er is. Als ik gewoon iets of een herinnering krijg dan denk ik van "Oké ja, hij is er toch." Dan voel ik die rust weer.' (respondent 3)

'Voor mij is het pure troost. Van ze zijn d'r nog.' (respondent 8)

'[...] zoals een oma kan zijn. Ze gaf goede raad.' (respondent 4)

4.2.2 Postuum contact gepaard met angst

In sommige gevallen roept het postuum contact gevoelens van angst of schrik op, vooral wanneer het onverwacht wordt ervaren of het een confrontatie met het onverklaarbare is.

Zo vertellen respondent 1, respondent 3 en respondent 8 over hun onverwachte visuele ervaring (en):

'[...] en toen, ja ineens komt mijn vader aan bed en ik schrik mij helemaal wezenloos. Ja, ik zie hem gewoon staan.' (respondent 3)

'En ik voelde aan alles; iemand kijkt mij aan en daar staat gewoon een vrouw bij mijn bed. En ik schrik en ik kroop onder mijn dekens. En ik was toen helemaal bang. En ik kijk nog eens en ja, ze staat gewoon nog bij mijn bed. Dus weet je zeker; het is geen droom geweest. Dus toen was ik bang.' (respondent 8)

'[...] ik raakte er best wel overstuur van, omdat ik er ook wel best van schrok. [...] om de tien minuten om de klip klap en dat heeft wel een paar weken geduurd en [...] ik had er echt last van en zo. Ik werd er helemaal druk van in mijn hoofd en zo. Dat hij er elke keer weer was en dat ik heel erg alert was erop en zo. Dus dat vond ik op een gegeven moment wel heel erg vervelend.' (respondent 1)

'Maar ik schrok wel van goh...mijn moeder zie ik in levende lijve...[...] "Wat wil ze zeggen, wat wil ze doen?" toen dacht ik "Zij komt vast papa ophalen." Dat gebeurde dus ook, want euh...mijn moeder is 17 juni overleden en mijn vader 30 december in datzelfde jaar. En het gebeurde ongeveer er tussen in. Tussen de twee overlijdens in.' (respondent 6)

Postuum contact kan soms angst oproepen, wanneer het als ongewenst wordt ervaren. Bij respondent 11 lijken deze gevoelens verbonden te zijn met de aard van de relatie die de nabestaande en de overledene hadden. Zo vertelt respondent 11 over haar frequente visuele ervaringen met haar overleden echtgenoot:

'[...] 'Ik had er 's nachts ook last van. Hij kwam vaak. Dan hing hij boven de deur. Ja, toen zei die "Ik blijf hier." En "Ik blijf de baas!" Dus ja, ik euh, ik was blij dat ik hem niet meer, nou ja, dat ik hem niet meer tegenkwam of dat ik hem zag of euh. Hij was vervelend. Ja, uiteindelijk was ik bang voor hem.'

4.2.3 Postuum contact gepaard met verwarring

Postuum contact lijkt ook samen te kunnen gaan met verwarring.

Zo vertellen respondent 1, respondent 3, en respondent 6 over hun visuele ervaringen:

[...] 'ik vond het eerst heel bijzonder. Ik vond het ook heel raar in het begin. Omdat ik dacht van "Dit is onmogelijk." Dit kan helemaal niet.' (respondent 1)

[...] 'Dat is toch raar [geëmotioneerd]. Ik zeg "Dat jij dat zegt", want hij was bij mij op bed en ja, dan denk ik daar is toch iets?' (respondent 3)

[...] 'Ik heb nog veel meer dingen meegemaakt dus het was niet zo dat ik ervan in de angst schoot of zo. Maar ik schrok wel van goh...mijn moeder zie ik in levende lijve en wat wil ze komen doen? Daar ging ik dus van..kijk ik denk.. "Wat wil ze zeggen? Wat wil ze doen?" Ja, dat was geen hallucinatie. Dat kon niet. Misschien vanuit de psychologie wel van [handgebaar] kijk, ik ben heel nuchter... het was er.' (respondent 6)

Soms lijkt men ondanks de verwarring ruimte te kunnen bieden voor het onbekende. Respondent 4, respondent 5 en respondent 7 zeggen hierover:

[...] 'bij haar....ik kan het natuurlijk ook nergens op baseren...daar heb ik weleens het gevoel van; als iemand met mij meegaat, dan is zij dat....maar ik geloof niet dat dat kan, maar soms denk ik "laten we het maar gewoon open." Maar soms...denk ik "we hebben samen ook wel een hele bijzondere ervaring gehad."' (respondent 5)

'Dus ik euh. Dat was echt van zo van omdat hij dat ook altijd zei en ik weet niet wat er in dat boek staat en ik denk "hoe kan één en één twee zijn?" Maar ja, euh..de meesten zeggen "Dat beeld je je in." Nou ja, dat vind ik prima, maar als ik een beeld zie.' (respondent 7)

'En ik zie met mijn ogen open of dicht mijn oma [breed gebarend en lachend] heel theatraal als een soort moeder Maria echt met zo'n vreselijke grijns naar mij toe zweven zo van [grappend] "Kijk hier ben ik", [...] ik was eigenlijk alleen maar verbaasd. Ik was toen eigenlijk alleen maar aan het lachen, omdat ze zo theatraal deed.' (respondent 4)

4.3 Persoonlijke betekenisgeving en uniciteit

De hoofdvraag: 'Hoe geven nabestaanden betekenis aan hun ervaring van postuum contact?' wordt beantwoord middels een opsomming van citaten van elke respondent

afzonderlijk. Persoonlijke betekenisgeving weerspiegelt de unieke emotionele lading van de ervaring van postuum contact, waarbij de individuele interpretatie centraal staat binnen het proces van zingeving en verwerking door de nabestaande.

Respondent 5: *'Euh, dat ik qua geloof wel het idee had 'er is iemand die over ons waakt.' Het is voor mij een fundamentele ervaring geweest. En dan is er nog contact mogelijk. Een bepaald vertrouwen in het leven hier maar ook dat het niet zomaar voorbij is.'*

Respondent 6: *'Ik denk dat mijn moeder mij heeft willen vertellen dat ze echt heel veel van mij houdt.'*

Respondent 10: *'Voor mijn gevoel was hij er om te vertellen dat hij over was. Hij wilde laten weten dat hij wel om mij gaf. Dat was voor mij een soort van erkenning. Ik heb het als een enorm cadeau ervaren.'*

Respondent 4: *'Als troost. Alsof ze er nog zijn. Ik wist echt niet wat er zou gebeuren als we doodgaan, maar het is veel leuker dan hier zijn ...[...] 'er is veel licht. Het is er heel fijn.'*

Respondent 1: *'Hij bezoekt sowieso iemand van wie hij heel erg houdt en die veel voor hem betekent. Dus dat vind ik wel heel erg mooi voor mij.'*

Respondent 9: *'Nou, dat ik door moest gaan met mijn leven. Ik ben niet van nature een zeer positief mens en dat was hij wel.'*

Respondent 3: *'Dan denk ik van "Ok ja, hij is er toch." Dan voel ik die rust weer. Het betekent voor mij dat ik mij gesteund voel.'*

Respondent 8: *'Voor mij is het pure troost. Van ze zijn d'r nog. Ja, anders natuurlijk.'*

Respondent 2: *'Hij stond letterlijk voor me. "Ik kom nog terug", zei die. Dus ik dacht "Hij komt terug als M." En...is hij hier teruggekomen. Dus dat is voor mij wel de allermooiste ervaring.'*

respondent 7: *'Hij wil me gewoon laten weten. Hij is nog steeds bij ons, kijkt nog mee en ziet wat we doen en daar waar mogelijk zal die ons helpen.'*

respondent 11: *'Ja, uiteindelijk was ik bang voor hem. Maar ja, ik ben hem gelukkig nu kwijt.'*

4.4 De rol van levensbeschouwing in de ervaring van postuum contact

4.4.1 De invloed van levensbeschouwing op de interpretatie van postuum contact

Bij vijf respondenten lijkt er een relatie te zijn tussen angst, verwarrende ervaring en levensbeschouwing. In deze verhalen lijkt er een contrast te zitten tussen bestaande overtuigingen en de persoonlijke, onverwachte waarnemingen van de respondenten. Bij de respondenten lijkt het in eerste instantie op cognitieve dissonantie; alsof hun ontmoeting met een overleden dierbare iets is dat niet strookt met hun wereldbeeld. Hun ervaringen roepen vragen op over wat realiteit is en wat mogelijk is binnen hun bestaande overtuigingen.

Respondent 2 en respondent 11 vertellen hierover:

'...ik denk wel eens...zal dit allemaal hier zitten?' [wijzend naar haar hoofd] (respondent 11)

'...dat ik als kind zijnde zoveel angsten heb gehad. Maar ook dat wat ik eerst als heel normaal had ervaren besepte maar oh, jullie zien dat allemaal niet. Wat is dat dan? Toen ben ik een tijd heel bang geweest. Ik had angst voor de schimmen. Ik zag en ik voelde van alles.' (respondent 2)

Drie respondenten lijken hun visie geleidelijk aan te passen of te verbreden waardoor hun levensbeschouwelijke perspectief lijkt te veranderen.

[...] 'Maar na mijn 20ste, 21ste toen vond ik het niet meer eng. Toen was ik ook niet meer bang en toen had ik ook zoiets van "er zal wel iets zijn waarom het bij mij komt." Waarom? Ik weet het niet.' (respondent 3)

'Het ergste wat er op dat gebied gebeurd is dat bij mij lampjes gaan flikkeren. Maar dan weet ik gewoon...mijn moeder heeft dat een periode gedaan en als je dat weet dan is het niet eng.' (respondent 8)

'In mijn tienertijd, was ik heel angstig, maar dat is dan ook weer op een gegeven moment gedraaid.' (respondent 2)

Ondanks hun levensbeschouwelijke achtergrond vanuit de opvoeding lijken sommige respondenten door de ervaring van postuum contact een persoonlijke en zelfstandige zoektocht naar geloof en spiritualiteit te ondernemen.

Zo vertellen respondent 2, respondent 7, respondent 8 en respondent 10:

[...] '....ik ben wel katholiek, ik ben wel gedoopt en katholiek getrouwd en dat allemaal, maar ik heb altijd gedacht "er is iets dat veel groter is dan", maar dat is geen mens, geen God. Dat is het niet. Dus mijn idee, ja er is iets heel intelligents wat dit allemaal gecreëerd heeft...' (respondent 2)

"Ik had altijd een heel duidelijk beeld van wat ik denk dat het is. Ik ben niet in die zin gelovig zo van wat ze zeggen van de kerk. Ik ben van huis uit Katholiek. Ik ben gedoopt enzo, maar ik geloof niet zoals de kerk het jou oplegt. Dat heb ik nooit gehad'. (respondent 8)

'Wij waren zeer katholiek. Ik zie het als mijn eigen proces.' (respondent 10)

[stellig] [...] 'Katholiek opgevoed en ging naar de kerk. Van vroeger uit moesten we naar de kerkdienst ennuh, maar wij spraken niet over het geloof. Ik had ook het idee "anderen begrijpen mij niet." Hoe ik naar dingen kijk. En hoe ik dingen ervaar. Toen nog niet wetende dat dat zo was, want daar ben je nog veel te jong voor. Maar als ik het anders bekijk of anders voel, dan is dat mijn ervaring.' (respondent 7)

4.4.2 Invloed van de ervaring van postuum contact op levensbeschouwing

Drie respondenten lijken hun visie geleidelijk aan te passen of te verbreden waardoor hun levensbeschouwelijke perspectief lijkt te veranderen.

Respondent 2, respondent 3 en respondent 8 zeggen hierover:

[...] 'Maar na mijn 20 ste, 21 ste toen vond ik het niet meer eng. Toen was ik ook niet meer bang en toen had ik ook zoiets van 'er zal wel iets zijn waarom het bij mij komt. Waarom? Ik weet het niet.' (respondent 3)

'Het ergste wat er op dat gebied gebeurd is dat bij mij lampjes gaan flikkeren. Maar dan weet ik gewoon...mijn moeder heeft dat een periode gedaan en als je dat weet dan is het niet eng.' (respondent 8)

'In mijn tienertijd, was ik heel angstig, maar dat is dan ook weer op een gegeven moment gedraaid.' (respondent 2)

Uit de interviews komt naar voren dat de ervaringen invloed kunnen hebben op de bestaande levensbeschouwelijke overtuigingen.

Respondent 1, respondent 2, respondent 5, respondent 7, respondent 8 en respondent 10 zeggen hierover:

'In wat hij zei, denk ik in die droom, heb ik ergens wel het idee, we zijn niet uhm er is meer. Dat wordt natuurlijk wel bevestigd dan. En dan is er nog contact mogelijk.' (respondent 5)

'Maar in mijn ogen is er meer tussen hemel en aarde dan wij weten.' (respondent 2)

'Door mijn ervaringen is mijn kijk op, dat de energie doorgaat na het overlijden is voor mij bevestigd. Het is mijn waarheid maar het is wel onderdeel van mijn leven geworden. Ja, het bewustzijn gaat door.' (respondent 10)

'Voordien geloofde ik al niet zo in de kerk. De ervaringen hebben dit eerder nog bevestigd. Ik had al eerder een heel beeld van in mijn beleving die waarschijnlijk is dat als je gestorven bent en dat is alleen maar meer bevestigd.' (respondent 8)

'Daardoor ben ik wel anders naar dingen gaan kijken en dat er ook wel echt andere dingen zijn na het leven daar ben ik wel ietsjes meer bij stil gaan staan.'(respondent 1)

'Ik heb zoiets van je doet je verpakking uit en dan is jouw ziel er nog steeds. Ik heb niet dat het eindigt bij de dood.' (respondent 7)

Hoofdstuk 5. Conclusie, discussie, en aanbevelingen

In dit hoofdstuk worden de belangrijkste bevindingen van dit onderzoek besproken, in relatie tot bestaande theorieën en literatuur. De centrale onderzoeksvraag, 'Welke betekenis geven nabestaanden aan postuum contact?' wordt hierbij beantwoord. De discussie is opgebouwd in vier delen: (1) een samenvatting van de belangrijkste bevindingen, (2) een theoretische reflectie op deze bevindingen, (3) de implicaties voor theorie en praktijk en (4) de beperkingen en aanbevelingen voor vervolgonderzoek.

5.1 Samenvatting van de belangrijkste bevindingen

Postuum contact, ook bekend als After-Death Communication (ADC), verwijst naar spontane en directe ervaringen van contact met een overleden persoon. Dit kan variëren van visuele waarnemingen, geuren, stemmen en lucide dromen tot een diep innerlijk weten dat de overledene nabij is (Guggenheim, 1997). Spirituele ervaringen zijn vaak moeilijk in woorden te vatten omdat ze emotioneel en persoonlijk zijn en buiten het alledaagse vallen (Falkenburg & Ganzevoort 2014; Parker, 2005; Steffen & Coyle 2011).

De interviews met elf respondenten brachten drie centrale thema's naar voren die de betekenisgeving aan postuum contact typeren: troost en kracht, angst en verwarring. Deze thema's zijn sterk verbonden met de persoonlijke en levensbeschouwelijke context van de respondenten.

Troost en kracht vormen voor veel respondenten het kernmotief van hun ervaring. Postuum contact werd ervaren als een bron van geruststelling, begeleiding en liefdevolle nabijheid. Respondenten benoemden een gevoel van innerlijke rust, een diepe verbondenheid met de overledene en in sommige gevallen zelfs levensbeschouwelijke bevestiging of verdieping. In dergelijke gevallen fungeert de

overledene als een bron van steun, waarbij het contact niet enkel de rouw verzacht, maar ook bijdraagt aan spirituele ontwikkeling.

Angst kwam voornamelijk voor bij ervaringen die onverwacht of moeilijk te plaatsen waren binnen het bestaande wereldbeeld van de respondent. Deze angst bleek echter vaak tijdelijk, in veel gevallen maakte ze plaats voor begrip of zelfs spirituele groei. Angst werd hierdoor niet enkel als afwijzing geïnterpreteerd, maar ook als katalysator voor transformatie. Vijf respondenten gaven aan dat hun gevoelens van angst en verwarring nauw samenhangen met hun levensbeschouwelijke overtuigingen, wat soms leidde tot een persoonlijke zoektocht of herziening van hun spirituele kader.

Verwarring speelde eveneens een centrale rol. Respondenten gaven aan dat ze hun ervaring soms moeilijk konden duiden: was het echt of slechts een psychologisch fenomeen? Deze twijfel leidde niet zelden tot een proces van herinterpretatie, waarin rationele verklaringen naast spirituele openheid konden bestaan. Sommigen benaderden hun ervaring met speelse verwondering of humor, wat hielp bij het integreren ervan in hun levensverhaal. De cognitieve dissonantie die dergelijke ervaringen oproepen – tussen wat als mogelijk werd geacht en wat daadwerkelijk werd beleefd – leidde in sommige gevallen tot een heroriëntatie op het eigen levensbeschouwelijk perspectief.

De rol van levensbeschouwing blijkt essentieel in de wijze waarop postuum contact wordt ervaren en geïnterpreteerd. Nabestaanden verwerken hun verlies binnen hun persoonlijke levensbeschouwelijke kaders, waardoor betekenisgeving aan deze ervaringen een complex en dynamisch proces wordt. Voor sommige respondenten bood postuum contact bevestiging van een bestaand spiritueel wereldbeeld, terwijl anderen zich genoodzaakt zagen hun overtuigingen te herzien. Drie respondenten gaven aan dat hun spirituele perspectief geleidelijk veranderde onder invloed van deze ervaringen. Opmerkelijk is dat het voortbestaan van de overledene na de dood door vrijwel alle respondenten werd benoemd als een centraal element in hun beleving, wat het postuum contact verankert in existentiële reflectie over dood, ziel en verbinding.

5.2 Theoretische bespreking van de bevindingen

De bevindingen van dit onderzoek sluiten op overtuigende wijze aan bij het zingevingsprocesmodel van Smit (2015), waarin de zoektocht naar zingeving als antwoord op het levensappèl centraal staat. Respondenten beschrijven postuum contact veelvuldig als ervaring van verbondenheid met ‘de ander of het andere’, wat Smit aanduidt als kern van existentieel welzijn. De dimensies troost en kracht weerspiegelen Smit’s idee van motivationele betrokkenheid: mensen hervinden richting, doel of innerlijke rust doordat zij het gevoel hebben dat de overledene nabij is. Dit bevestigt dat postuum contact kan functioneren als existentiële katalysator binnen het zingevingsproces.

Toch voegen de bevindingen ook iets toe aan Smit’s model. Waar Smit vooral het proces van zingeving beschrijft als een respons op levensvragen, laat dit onderzoek zien dat die respons zich soms manifesteert in concrete, spontane ervaringen van transcendentie die buiten talige of rationele structuren vallen. Vooral bij ervaringen van verwarring of angst wordt duidelijk dat transcendent contact niet altijd leidt tot direct herstel van houvast, maar ook existentiële ontregeling kan veroorzaken. Dit pleit voor een uitbreiding van het zingevingmodel met aandacht voor desoriënterende ervaringen als volwaardig onderdeel van het proces.

De bevindingen sluiten eveneens sterk aan bij Attig’s (1996) concept van ‘relearning the world’, waarin rouw wordt opgevat als een proces van heroriëntatie binnen een veranderde wereld. Postuum contact draagt bij aan het herscheppen van die wereld: veel respondenten gebruiken de ervaring om de relatie met de overledene op een nieuwe manier vorm te geven. Troostrijke ervaringen ondersteunen dit proces door de overledene opnieuw te positioneren binnen het innerlijk leven van de rouwende. Angstige of verwarrende ervaringen daarentegen tonen aan dat het herleren van de wereld ook confronterend kan zijn, vooral wanneer culturele of persoonlijke kaders ontbreken.

Tot slot bevestigen en verdiepen de bevindingen het theoretische raamwerk van Taves (2017; 2023), die stelt dat ervaringen eerst als ruwe gebeurtenissen moeten worden

onderzocht voordat ze worden geïnterpreteerd als religieus of spiritueel. De diversiteit in interpretaties onder respondenten – van ‘beschermende aanwezigheid’ tot ‘psychische verstoring’ – onderstreept dat betekenis niet in de ervaring zelf ligt, maar in de narratieve en culturele context waarin deze wordt geplaatst. Deze benadering maakt het mogelijk om postuum contact te bestuderen zonder vooraf te normeren of te psychologiseren, iets wat ook in dit onderzoek methodologisch is nagestreefd.

Samenvattend bevestigt dit onderzoek de toepasbaarheid van Smit, Attig en Taves in het begrijpen van postuum contact, maar verrijkt het bestaande modellen met aandacht voor verwarring, ambivalentie en non-religieuze betekenisgeving. Daarmee draagt het bij aan een breder en genuanceerder begrip van spirituele ervaringen in het rouwproces.

5.3 Implicaties voor theorie en praktijk

De resultaten van dit onderzoek impliceren dat postuum contact als fenomeen binnen de rouwzorg serieus genomen moet worden. Binnen de theorie toont dit onderzoek aan dat modellen als die van Smit (2015) en Attig (1996) kunnen worden verrijkt door expliciet aandacht te besteden aan spirituele of transcendente ervaringen. Het zingevingproces na verlies blijkt niet louter cognitief of rationeel van aard, maar doordrenkt met subjectieve, lichamelijke en intuïtieve belevingen die vaak buiten het taalbereik vallen. Dit onderstreept de noodzaak om theoretische modellen over rouw en zingeving explicieter te verbinden aan fenomenologisch en ervaringsgericht onderzoek.

Voor de praktijk betekent dit dat zorgprofessionals, geestelijk verzorgers en rouwbegeleiders alert moeten zijn op het bestaan en de impact van postuum contact. Deze ervaringen kunnen, mits erkend en genormaliseerd, een bron van troost en heling vormen, maar kunnen ook verwarring of angst oproepen wanneer ze niet worden herkend of besproken. Het is belangrijk dat professionals een open, oordeelvrije houding aannemen en ruimte bieden voor het verwoorden van deze ervaringen.

Daarbij kan het behulpzaam zijn om binnen de gespreksvoering niet de waarheid of feitelijkheid van de ervaring centraal te stellen, maar de persoonlijke betekenis ervan.

Daarnaast vraagt dit onderzoek om een herbezinning op hoe levensbeschouwing en spiritualiteit in rouwzorg worden benaderd. Niet-institutionele vormen van zingeving spelen een steeds grotere rol. De bevinding dat religieuze kaders niet altijd leidend zijn, maar dat mensen vaak terugvallen op een persoonlijk 'innerlijk weten', vraagt om een brede, inclusieve benadering van spiritualiteit, waarin zowel religieuze als seculiere zingevingbronnen erkend worden.

Ten slotte wijzen de bevindingen op het belang van ervaringsverhalen in rouwbegeleiding. Door ruimte te bieden aan het vertellen van deze verhalen — inclusief de gevoelens van verwarring of twijfel — kunnen mensen zich erkend en minder geïsoleerd voelen in hun rouwproces. Dit draagt bij aan het existentieel welzijn, zoals geschetst door Smit (2015), waarin verbondenheid, betekenis en engagement kernbegrippen zijn.

5.4 Sterke punten van dit onderzoek

Naast de eerder besproken troostende en transformerende dimensies van postuum contact, brachten de interviews een opvallend nieuw inzicht aan het licht: de interpersoonlijke verbinding met de overledene blijkt niet altijd duurzaam. Bij vijf van de elf respondenten die hun dierbaren na overlijden visueel waarnamen en ermee communiceerden, verdween deze verbinding geleidelijk of abrupt. Klass et.al. (1996) betogen in hun continuïng bond theorie over een voortdurende band na overlijden tussen de nabestaande en overledene. Empirisch onderzoek wijst erop dat deze geen eeuwige band hoeft te zijn en bovendien kan beëindigen.

De ervaringen zijn divers. Zo beschrijft respondent 5 hoe de aanvankelijke nabijheid met haar overleden broer in de loop der jaren vervaagde, totdat het gevoel van aanwezigheid volledig verdween. Respondent 8 herinnert zich levendig het contact met haar overleden opa die haar jaren vergezelde, maar dat dat ophield rond haar adolescentie. Bij andere respondenten wordt het beëindigen van de verbinding expliciet benoemd als onderdeel van het afscheid. Zo vertelt respondent 10 hoe haar

overleden vriend in een droom verscheen met een heldere boodschap: 'Nu moet je me loslaten.' Respondent 4 kreeg van haar overleden oma te horen dat zij vertrok en dat er geen ontmoeting meer zou volgen. Opmerkelijk is de ervaring van respondent 11, die bewust zelf de verbinding wilde verbreken. Op aanraden van een geestelijk verzorger stuurde zij de overledene resoluut weg, waarna zij, zoals ze zelf aangaf de rust hervond.

Deze getuigenissen schetsen een genuanceerd beeld van postuum contact. De relatie met een overledene blijft niet altijd even intens of gewenst; het kan vervagen, transformeren of doelbewust worden beëindigd.

Uit de interviews is tevens een ander inzicht naar boven gekomen. Het blijkt dat respondenten met ervaringen van visuele ontmoetingen met de overledene melding maken van variabele verschijningsvormen, waarbij de overledene zich toont in een andere gedaante dan tijdens het aardse leven. Zo beschrijft respondent 10 haar overleden vader als stralend, jonger en vrij van lichamelijke kenmerken zoals littekens. Respondent 2 ervaart meerdere waarnemingen van haar ongebornen kinderen, die zij nooit visueel heeft gekend, maar die zich volgens haar op een herkenbare en consistente wijze aan haar tonen—vaak spelend, gekleed in specifieke kleding en in vaste leeftijden. Bijzonder hierbij is de paradoxale combinatie van innerlijke zekerheid (het *weten* wie zij ziet) en het ontbreken van aardse herinneringen aan hun fysieke voorkomen. Respondent 2 verwoordt een vergelijkbare ervaring bij het zien van haar overleden moeder, die tijdens haar leven een verlamming had, maar in de postume verschijning als genezen wordt waargenomen. Ook respondent 1 ervaart haar grootvader in wisselende gedaantes, waarbij de verschijning doorgaans aansluit bij het tijdstip van haar geboorte, een moment dat voor haar persoonlijke betekenis heeft. Deze getuigenissen illustreren dat postuum contact niet statisch hoeft te zijn. Deze conclusie correspondeert met de bevindingen van Klass et.al., (1996), opdat een voortdurende band geen statisch fenomeen hoeft te zijn, maar veranderbaar kan zijn. Daarbij geven 7 respondenten aan dat het contact heeft bijgedragen aan het verwerken en/of het oplossen van onafgewerkte zaken. En dat het heeft bijgedragen aan het versterken van banden. Dit kan duiden op posttraumatische groei. Deze uitkomsten onderstrepen de gedachtegang van Parker (2005).

5.5 beperkingen van dit onderzoek

Een eerste belangrijke beperking van dit onderzoek betreft de samenstelling van de onderzoeksgroep. De steekproef bestond uit elf respondenten, van wie de meerderheid vrouwelijk was en met een gemiddelde leeftijd van 56 jaar. Hoewel dit waardevolle inzichten opleverde, roept dit vragen op over de representativiteit en de mogelijke invloed van leeftijd en gender op de beleving en interpretatie van postuum contact. Oudere respondenten hebben doorgaans een langere levensgeschiedenis, meer confrontaties met verlies en mogelijk een bredere spirituele ontwikkeling, wat van invloed kan zijn op hoe ze deze ervaringen duiden. Jongere generaties daarentegen zouden door een andere sociale en digitale context mogelijk een meer psychologiserende of seculiere invulling geven aan dergelijke ervaringen. Gender kan ook een rol spelen: vrouwen worden in eerder onderzoek vaker geassocieerd met openheid voor spirituele ervaringen, terwijl mannen hun ervaringen mogelijk anders framen of juist minder snel delen. Vervolgonderzoek dat deze variabelen expliciet meeneemt, zou kunnen laten zien of en hoe betekenisgeving aan postuum contact verandert naar gelang leeftijd, levensfase of gender.

Daarnaast is de levensbeschouwelijke diversiteit van de respondenten relatief beperkt gebleven. De groep bestond voornamelijk uit personen met een katholieke achtergrond of een persoonlijke, niet-institutionele levensbeschouwing. Hoewel ook een protestantse respondent werd geïnterviewd, waren meer conservatievere of orthodoxere religieuze stemmen (zoals streng-protestantse, islamitische of hindoeïstische perspectieven) afwezig. Dit kan een vertekening geven, aangezien de interpretatie van spirituele ervaringen sterk beïnvloed wordt door het religieuze kader waarbinnen ze worden geplaatst. Respondenten uit strengere religieuze milieus kunnen postuum contact bijvoorbeeld als 'verboden' of 'duivels' beschouwen, of net als bevestiging van het bestaan van een hiernamaals. Door ook deze perspectieven mee te nemen, zou vervolgonderzoek meer zicht kunnen geven op de spanningen tussen persoonlijke ervaringen en collectieve dogma's, en hoe mensen binnen dergelijke tradities omgaan met afwijkende spirituele belevingen.

Een derde belangrijke overweging betreft de betrouwbaarheid en situering van ervaringsverhalen. Tijdens het analyseproces rees de vraag in hoeverre de interpretatiekaders van de respondenten van invloed zijn op wat ze waarnemen, hoe ze zich dit herinneren, en hoe ze het vervolgens verwoorden. Zoals Taves (2017) beschrijft, is er een wederzijdse beïnvloeding tussen (a) de oorspronkelijke ervaring, (b) de culturele en levensbeschouwelijke kennis die deze ervaring vormgeeft en (c) het moment van vertellen en reflectie. In dit onderzoek kwam bijvoorbeeld naar voren dat ervaringen vaak pas later een spirituele betekenis kregen, of juist dat eerdere angstige interpretaties plaatsmaakten voor troost. Dit suggereert dat ervaringen niet statisch zijn, maar onderhevig aan herinterpretatie en persoonlijke groei. De betrouwbaarheid van de ervaringsverhalen ligt dus niet in het 'fysiek waarneembare', maar in de consistentie en gelaagdheid van persoonlijke betekenisgeving. Toekomstig onderzoek zou hier verder op kunnen ingaan door bijvoorbeeld een longitudinaal design te hanteren waarbij respondenten op meerdere momenten over dezelfde ervaring spreken, of via etnografisch veldwerk waarin ook de sociale context van de beleving wordt meegenomen.

5.6 Aanbevelingen voor verder onderzoek

De resultaten uit de thematische analyse van dit onderzoek zijn niet geheel overdraagbaar naar andere situaties en personen. Daarbij moet vermeld worden dat alle respondenten vrouw zijn. Mogelijk nodigt het uit om vervolgonderzoek te doen naar mogelijke verschillen in uitkomst met betrekking tot sekse. Met betrekking tot generaliseerbaarheid is het onduidelijk wat op basis van deze data te zeggen valt over de grotere populatie. Zoals hierboven besproken zijn er tijdens de interviews rijke data aan levensbeschouwelijke overtuigingen naar voren gekomen. Gezien de diversiteit aan levensbeschouwelijke visie van de respondenten met betrekking tot duiding van postuum contact en voortleven na de dood zou vervolgonderzoek interessant kunnen zijn. Binnen die kaders kan een religieuze ervaring het gevoel van verbondenheid met iets hogers versterken of leiden tot een transformatie van de werkelijkheidservaring (van der Lans, 2006).

Deze kaders zijn echter niet onveranderlijk. Gedeelde of persoonlijke ervaringen, zoals postuum contact, kunnen nieuwe perspectieven bieden op zingeving en

verbondenheid, en zo bestaande overtuigingen beïnvloeden. Ze laten zien dat levensbeschouwelijke kaders voortdurend in beweging kunnen zijn onder invloed van concrete ervaring.

Acht respondenten geven aan dat ze, ondanks de levensbeschouwing vanuit hun opvoeding vroegkinderlijke ideeën hadden over begrippen als voorzienigheid, teleologie, contingentie en noodzakelijkheid, vaak ondergebracht in het leerstuk van goddelijke of universele voorzienigheid. Het roept bij mij als onderzoeker de vraag op in welke mate vooringenomenheid effect kan hebben en juist de ervaringen op de interpretatie van de ervaringen. Of dat het mogelijk omgekeerd voor hen heeft gewerkt waarbij de ervaring een spirituele ontwikkeling teweeg heeft gebracht. Zoals respondent 7 verwoord: *'Eerst ervaren, dan geloven'*. Daarbij moet vermeld worden dat er bij 8 respondenten een behoorlijke tijdspanne zit tussen het moment van ervaren en het moment van vertellen van de ervaringen.

5.7 Tot slot: de bespreking van het ongrijpbare

Elke ervaring van postuum contact is uniek en doordrenkt met persoonlijke betekenis. De manier waarop nabestaanden deze ontmoetingen interpreteren, vormt een diepgaand en gelaagd proces. Het is niet slechts een moment van verbinding, maar een complexe beleving waarin emoties, herinneringen en levensbeschouwelijke inzichten samensmelten. Deze ervaringen kunnen troost bieden, vragen oproepen en zelfs leiden tot een verruiming van het wereldbeeld. In de veelheid aan nuances en gevoelens ligt de echte essentie van postuum contact verborgen; een delicate wisselwerking tussen het bekende en het mysterie. De persoonlijke betekenisgeving weerspiegelt in de uniciteit van elke persoonlijke ervaring van postuum contact. Hierin is de gelaagdheid van de ervaring terug te vinden.

Bibliografie

1. Attig, T. (1996). *How we grieve: Relearning the world*. Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195074567.001.0001>

2. Austad, A., & Muthert, H. (2021). Introduction to the special issue "Religious and Spiritual Experiences." *Religions*, 12(5), 307,
<https://www.titusrivis.nl/public/articles/read/53> 2006 website
3. Braam, A. W., & Verhagen, P. (2022). Levensbeschouwelijke diversiteit: mozaïek en dynamiek. *Tijdschrift voor Psychiatrie*, 535–539.
4. Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101.
5. Cooper, C. (2023). *Project 169/220 ervaringen met communicatie na de dood: fenomenologie en impact eindverslag*. <https://www.bial.com/com/bial-foundation/>
6. Cooper, C., Penberthy, J., Pehlivanova, M., Kalelioglu, T., Roe, C., Lorimer, D., Elsaesser, E. (2023). Factors Moderating the Impact of After Death Communications on Beliefs and Spirituality. *Omega: Journal of Death and Dying*, 87(3), 884–901.
7. Datson, L., & Marwit, S. (1997). Personality Constructs and Perceived Presence of Deceased Loved Ones. *Taylor & Francis*.
8. Field, N. (2008). Whether you should distance yourself from or maintain a bond with the deceased. In M.H. Stroube, R.O. Schut, & W. Stroebe (Eds.), *Handbook of bereavement research and practice: Advances in theory and intervention* (pp. 113–132). Washington, American Psychological Association Press.
9. Feenstra, L., & Tydeman, N. (2011). Mystical experience as an empirical fact. *Ludus Vitalis*, 19(25), 131–144.
10. Ganzevoort, R. R. (2005). Als de grondslagen vernield zijn: Over trauma, religie en pastoraat. *Praktische Theologie: Nederlands tijdschrift voor pastorale wetenschappen*, 32(3), 344–361.
11. Ganzevoort, R.R. (2011). Narrative approaches. In Miller-McLemore (Ed.), *The Wiley Blackwell Companion to Practical Theology* (pp. 214–223). Chichester, Wiley-Blackwell.
12. Ganzevoort, R.R., & Falkenburg, N. (2012). Verhalen voorbij leven en dood: Spirituele ervaringen van continuïteit en discontinuïteit bij ouders die een kind hebben verloren. *Tijdschrift voor empirische theologie: JET*, 25(2), 189–204.

13. Gerding, J.L.F., & Boer, E.M. de (2012). Ervaringen van uittreden: Een zoektocht in Nederland. *Tijdschrift voor parapsychologie en bewustzijns onderzoek*, 79(2), 394.
14. Guggenheim, B., & Guggenheim, J. (1997). *Tekenen van geluk: Signalen uit de hemel*. Utrecht: Het Spectrum.
15. Klass, D., Silverman, P., & Nickman, S. (Eds.). (1996). *Continuing bonds: New understandings of grief*. Taylor & Francis.
16. Lans, J.M. van der (1978). *Religieuze ervaring en meditatie* (Dissertation).
<https://hdl.handle.net/2066/148465>
17. Leeuwen, N. van & Elk, M. van (2019). Seeking the supernatural: The Interactive Religious Experience Model. *Religion, Brain & Behavior*, 9(3), 221–251.
<https://doi.org/10.1080/2153599X.2018.1453529>
18. Lommel, P. van (2014). Non-local consciousness: A concept based on scientific research on near-death experiences during cardiac arrest. *Journal of Consciousness Studies*, 20(1-2), 7–48.
19. Meert, K., Celia, S., Thurson, D., Sherylyn, M., & Briller, 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. *Society of Critical Care Medicine and the World Federation of Pediatric Intensive and Critical Care Societies*, 6(4).
20. Muthert, H. (2007). *Verlies en verlangen: Verliesverwerking bij schizofrenie*. Assen: Van Gorcum.
21. Neimeyer, R. A. (2016). Meaning reconstruction in the wake of loss: Evolution of a research program. *Behaviour Change*, 33(2), 65–79. Doi:10.1017/bec.2016.4
22. Palt, C., Exline, J., Pargament, K., & Zarella, P. (2023). After-death communication: Issues of nondisclosure and implications for treatment. *Religions*, 14(985). <https://doi.org/10.3390/rel14080985>
23. Parker, J.S. (2005). Extraordinary experiences of the bereaved and adaptive outcomes of grief. *Omega: Journal of Death and Dying*, 51(4), 257–283.

24. Penberthy, J., Pehlivanova, M., Kalelioglu, T., Roe, C., Cooper, C., Lorimer, D., & Elsaesser, E. (2023). Factors Moderating the Impact of After Death Communications on Beliefs and Spirituality. *Omega: Journal of Death and Dying*.
25. Spirituality. *Omega: Journal of Death and Dying*.
<https://doi.org/10.1177/00302228211029160>
26. Rivas, T. (2010). *Posthum communication*. Stichting Ahanasia.
27. Schoenmakers, M. (2020). Het is prachtig daar: Bijzondere ervaringen rondom sterven en dood. *Tijdschrift Geestelijke Verzorging*, 23(97).
28. Schoenmakers, M. (2022). Zesde zintuig. *Tijdschrift Geestelijke Verzorging*, 22(96).
29. Taves, A., & Barlev, M. (2023). A feature-based approach to the comparative study of “nonordinary” experiences. *American Psychologist*, 78(1), 50–61.
<https://doi.org/10.1037/amp0000990>
30. Taves, A., (2023). 'The Nonordinary Experiences of Nonbelievers' op YouTube
<https://youtu.be/Cfe11a-jgXw?si=CipVfnNI6O4sApH> , geraadpleegd 28-11 2023
31. Taves, A., (2017). 'Experience as event: event cognition and the study of (religious) experiences'. UC Santa Barbara: Previously Published Works
32. Taves, A. (2007). Religious experience and the study of religion. In T. Jensen & M. Rothstein (Eds.), *Secular theories on religion: Current perspectives* (pp. 263–287). Brill.
33. Taves, (2008). Taves, A. (2009). *Religious experience reconsidered: A building-block approach to the study of religion and other special things*. Princeton University Press.
34. Visser, I. (2020). *Sterven: Tijd voor een ander verhaal*. Rotterdam: Landelijk Expertisecentrum Sterven.
35. Verhoeven, N. (2022). *Wat is onderzoek?* (10e ed.). Amsterdam: Boom.

Bijlage 1: Opzet interview

Vraag 1 Hoe zou jij jouw ervaring van postuum contact beschrijven?

Vraag 2 Wat is jouw interpretatie van jouw ervaring?

Vraag 3 Wat is jouw persoonlijke betekenisgeving aan de ervaring?

Nevenvragen:

Heb je jouw ervaring kunnen delen binnen jouw directe omgeving?

Wat is jouw levensbeschouwing vanuit de opvoeding?

Wat is jouw levensbeschouwing na de ervaring?

Heeft deze ervaring invloed gehad op jouw kijk op het leven, dood?

Had je voor de ervaring eerder het gevoel in contact te zijn met aanwezigheid terwijl deze persoon niet in dezelfde ruimte aanwezig was?

Is de relatie met de overledene gedurende het contact veranderd/gelijk gebleven?

Bijlage 2: Informed consent formulier & Toestemmingsformulier

Informatie voor deelname aan wetenschappelijk onderzoek;

Nabestaanden en betekenisgeving aan postuum contact

Inleiding

Geachte deelnemer,

Naar aanleiding van ons telefonisch kennismakingsgesprek ontvangt u van mij deze informatiebrief. Tijdens ons gesprek heeft u aangegeven mee te willen doen aan wetenschappelijk onderzoek. Meedoen is vrijwillig. U leest hier om wat voor onderzoek het gaat, wat het voor u betekent, wat de voordelen en nadelen kunnen zijn. Wilt u de informatie doorlezen om vervolgens door middel van het invullen van het formulier schriftelijk toestemming te geven?

Zou u zo vriendelijk willen zijn om het ingevulde en ondertekende exemplaar zo spoedig mogelijk te mailen naar j.a.van.der.veer.1@student.rug.nl

Stel uw vragen

In deze informatiebrief vindt u nogmaals hetgeen besproken is tijdens ons telefonisch kennismakingsgesprek, zodat u helder in kaart heeft waarvoor u toestemming hebt verleend. Het geeft u tevens nogmaals de schriftelijke bevestiging dat u zich te allen tijde terug kunt trekken uit het onderzoek.

Algemene informatie

Dit onderzoek is goedgekeurd door de zogenoemde Ethische Commissie van de Rijksuniversiteit Groningen. Een ethische commissie toetst of u als deelnemer juist wordt behandeld, of u de juiste informatie ontvangt en of er goed met uw gegevens wordt omgegaan.

Wat is het doel van het onderzoek?

Het verliezen van een naaste kan gepaard gaan met bijzondere, spirituele ervaringen. Dit kunnen allerlei soorten ervaringen zijn die afwijken van de 'normale' beleving van de dagelijkse realiteit. Dit onderzoek richt zich op het veelvoorkomende fenomeen; postuum contact oftewel het ervaren van de overleden persoon (door hem/haar te zien, ruiken, horen of voelen, of via dromen) zonder tussenkomst van een medium.

Het blijkt dat veel mensen terughoudend zijn in het delen van deze ervaringen. Men wil deze alleen met anderen delen als er een groot vertrouwen wordt gevoeld, als men zeker denkt te weten dat de ander niet direct met (voor-)oordelen (*'Het is maar een wensgedachte, het is alleen maar verdriet dat dit veroorzaakt'*) of negatief commentaar reageert. Dit kan zorgen voor angst om niet begrepen te worden. De inzichten die uit het onderzoek voortkomen kunnen erg waardevol zijn voor zorgprofessionals en de sociale omgeving van de doelgroep.

Het doel van dit onderzoek is om meer inzicht te krijgen in hoe nabestaanden betekenis toekennen aan postuum contact met hun overleden naasten.

Hoe verloopt het onderzoek?

U bent benaderd door Jeanneke Quattrone, de onderzoeker. Zij heeft u uitgenodigd voor een face to face interview op een locatie die voor u comfortabel voelt. Bij dit interview worden er voornamelijk open vragen gesteld, waarop u in uw eigen woorden antwoorden kunt geven. Het interview duurt gemiddeld 45 minuten en wordt opgenomen als audio-bestand. Bij behoefte mag u een voorwerp meenemen wat u doet herinneren aan uw ervaren postuum contact.

Welke afspraken maken we met elkaar?

Om het onderzoek goed te laten verlopen, hebben we het volgende met elkaar afgesproken:

U komt naar de afspraak, tenzij verhinderd.

U neemt contact op met de onderzoeker in deze situaties:

- U wilt niet meer meedoen met het onderzoek.
- Uw telefoonnummer, adres of e-mailadres verandert.

Wanneer stopt het onderzoek?

- a. U wilt zelf stoppen met het onderzoek. Dat mag op ieder moment. Wilt u dit zo spoedig mogelijk melden bij de onderzoeker? U hoeft er niet bij te vertellen waarom u stopt.
- b. Het onderzoek stopt om andere redenen
- c. Het onderzoek is afgerond

Wat gebeurt er als u stopt met het onderzoek?

Als onderzoeker gebruik ik de gegevens die tot het moment van stoppen zijn verzameld.

Wat doe ik met uw gegevens?

Doet u mee met het onderzoek? Dan geeft u ook toestemming om uw gegevens te verzamelen, gebruiken en bewaren.

Welke gegevens vraag ik aan u?

Contactgegevens (naam, e-mailadres, telefoonnummer)

Leeftijd

Levensbeschouwelijke visie

Uw antwoorden op de interviewvragen

Waarom verzamel, gebruik en bewaar ik uw gegevens?

Ik verzamel, gebruik en bewaar uw gegevens om de vragen van dit onderzoek te kunnen beantwoorden. En om de resultaten te kunnen publiceren.

Hoe wordt hierbij uw privacy beschermt?

Om uw privacy te beschermen geef ik uw naam een code. Uw gegevens worden daarbij verwerkt op een manier zodat deze niet te herleiden zijn tot u. Namenlijsten worden tijdens het onderzoek op een beveiligde locatie bewaard, waar alleen ik toegang tot heb.

Wie kunnen de geanonimiseerde onderzoeksgegevens inzien?

Sommige personen hebben inzage in het onderzoeksdossier voorzien van naamcodes en onherleidbare gegevens.

Hoelang bewaar ik uw persoonsgegevens?

Ik bewaar uw contactgegevens gedurende de uitvoering van het onderzoek tot aan de publicatie ervan. Na publicatie worden uw contactgegevens vernietigd en kan niet meer achterhaald worden welke onderzoeksgegevens bij welke deelnemer horen. Om aan te kunnen tonen dat er daadwerkelijk personen aan het onderzoek hebben deelgenomen worden toestemmingsformulieren gedurende uitvoering van het onderzoek digitaal bewaard op een veilige locatie. Deze zijn enkel voor de onderzoeker toegankelijk.

Hergebruik van onderzoeksgegevens

Onderzoeksgegevens kunnen worden gedeeld met andere onderzoekers voor vervolgonderzoek of onderwijsdoeleinden, maar zijn niet herleidbaar naar uw persoon.

Wilt u meer weten over uw privacy?

Heeft u vragen over uw rechten? Of heeft u een klacht over de verwerking van uw persoonsgegevens? Neem dan contact op met degene die verantwoordelijk is voor de verwerking van uw persoonsgegevens. Voor uw onderzoek is dat Jeanneke Quattrone j.a.van.der.veer.1@student.rug.nl

Heeft u vragen?

Vragen over het onderzoek kunt u stellen aan Jeanneke Quattrone j.a.van.der.veer.1@student.rug.nl

Hoe geeft u toestemming voor het onderzoek?

U vertelt de onderzoeker of u de informatie begrijpt en of u wel of niet wilt meedoen. Wilt u meedoen? Dan vult u het toestemmingsformulier in dat u bij deze informatiebrief vindt. U en de onderzoeker krijgen allebei een getekende versie van deze toestemmingsverklaring.

9. Bijlagen bij deze informatie

Contactgegevens

Toestemmingsformulier

Bijlage 3: Toestemmingsformulier deelnemer

Titel van het onderzoek: Nabestaanden en betekenisgeving aan postuum contact

Leest u a.u.b. de tekst en vink vervolgens elk hokje aan!

Voor de deelnemer:

Ik heb de informatiebrief gelezen. Ook kon ik vragen stellen. Mijn vragen zijn goed genoeg beantwoord. Ik had genoeg tijd om te beslissen of ik meedoe.

Ik weet dat meedoen vrijwillig is. Ook weet ik dat ik op ieder moment kan beslissen om toch niet mee te doen met het onderzoek. Of om ermee te stoppen. Ik hoef dan niet te zeggen waarom ik wil stoppen.

Ik geef de onderzoeker toestemming om mijn gegevens te verzamelen en te gebruiken. De onderzoeker doet dit alleen om de onderzoeksvraag van dit onderzoek te beantwoorden.

Ik begrijp dat de verzamelde onderzoeksgegevens worden
hergebruikt voor vervolgonderzoek dan wel onderzoek in hetzelfde
werkveld of onderwijs. Deze gegevens zijn niet herleidbaar naar mij.

Ik weet dat voor de uitvoering van het onderzoek sommige mensen al mijn gegevens geanonimiseerd en onherleidbaar kunnen inzien.

Ik wil meedoen aan dit onderzoek.

Mijn naam is (deelnemer):

Handtekening:

Datum: __ / __ /

—

Voor de onderzoeker

Ik verklaar dat ik deze deelnemer volledig heb geïnformeerd over het genoemde onderzoek.

Als er tijdens het onderzoek informatie bekend wordt die de toestemming van de deelnemer zou kunnen beïnvloeden, dan breng ik hem/haar daarvan tijdig op de hoogte.

Naam onderzoeker: Jeanneke Quattrone

Datum: 06 / 02 / 2024

Handtekening:




De deelnemer krijgt een volledige informatiebrief mee, samen met een versie van het getekende toestemmingsformulier.

Bijlage 4 Gegevensbeheerplan

Dit sjabloon is gebaseerd op het Facultair Protocol Onderzoeksgegevens en de Nederlandse Gedragscode Wetenschappelijke Integriteit

1. Algemeen	
1.1 Naam & begeleider Vermeld uw naam, de naam van uw begeleider en de datum waarop dit formulier met hem of haar is besproken.	prof. dr. J.K. Muthert
1.2 Organisatie (indien van toepassing) Geef, indien van toepassing (in geval van een stage), details over de organisatie waar het onderzoek plaatsvindt.	N.V.T.
1.2 Beschrijving van het onderzoeksproject Geef een korte beschrijving van het project en de centrale onderzoeksvraag.	Wetenschappelijk onderzoek wijst uit dat ervaringen van postuum contact een complexe en betekenisvolle rol kunnen spelen binnen het rouwproces, waar persoonlijke levensbeschouwing mogelijk een rol in heeft. Hoewel er binnen de wetenschap steeds meer aandacht is voor postuum contact, blijft er ruimte voor verdere kennisontwikkeling bij zorgprofessionals en rouwdeskundigen. Dit onderzoek draagt bij aan het verkleinen van kennislacune en het vergroten van inzicht en begrip, waardoor nabestaanden beter ondersteund kunnen worden. Het richt zich op een

	diepgaande verkenning van de ervaring en betekenisgeving van postuum contact, met bijzondere aandacht voor de invloed van levensbeschouwing. De onderzoeksvraag luidt: <i>Hoe geven nabestaanden betekenis aan ervaringen van postuum contact?</i>
--	--

2 Gegevensverzameling – het creëren van gegevens	
Welke gegevensformaten of welke bronnen worden in het project gebruikt? Bijvoorbeeld: - theoretisch onderzoek, met gebruikmaking van literatuur en openbaar beschikbare bronnen - Enquêtegegevens - Veldgegevens - Interviews	Het onderzoek combineert literatuurstudie met een kwalitatieve onderzoeksstrategie binnen een empirisch-interpretatieve benadering. De doelgroep bestaat uit nabestaanden die postuum contact ervaren (hebben). Deze benadering brengt systematische waarneming en controleerbare interpretatie samen binnen een gestructureerd proces. De verzamelde gegevens, de subjectieve ervaringen en betekenissen die de respondenten aan hun ervaring van postuum contact geven, worden door de onderzoeker geanalyseerd (Henninck et.al., 2010). De verzamelde gegevens inclusief aanvullende observatie-informatie welke is vastgelegd in een logboek. Non-verbale signalen zoals handgebaren en klemtonen zijn in de transcripties

	opgenomen tussen haakjes. De gegevens zijn onderworpen aan een thematische analyse volgens een 6-stappenplan (Verhoeven, 2020) Er is gekozen voor kwalitatieve diepte-interviews aangezien deze passend is binnen dit onderzoek. De methode van dit onderzoek is beschreven, inclusief de bijbehorende onderzoeksopzet en dataverzamelingsprocedure.
3.3 Methoden voor gegevensverzameling Welke methode(n) gebruikt u voor het verzamelen van gegevens? (Vink alle van toepassing zijnde vakjes aan)	☒ Openbare bronnen (bijv. Universiteitsbibliotheek) ☐ Gestructureerde individuele interviews ☒ Semi-gestructureerde individuele interviews ☐ Gestructureerde groepsinterviews ☐ Semi-gestructureerde groepsinterviews ☒ Observaties ☐ Enquête(s) ☐ Experiment(en) in het echte leven (interventies) ☐ Secundaire analyses op bestaande datasets ☐ Anders (uitleg):

3. Menselijke proefpersonen en onderzoeksethiek	
3.1 Hoe indringend is uw onderzoek? Kan uw onderzoek mogelijk schadelijke effecten of gevolgen hebben? Sommige bronnen, zoals manuscripten,	Conform het <i>Informed Consent</i>-proces is voorafgaand aan deelname mondelinge en schriftelijke toestemming gevraagd. Respondenten zijn eerst telefonisch

kunnen bijvoorbeeld kwetsbaar en broos zijn. Sommige materialen kunnen daardoor beschadigd raken . Kunnen uw onderzoeksactiviteiten mogelijk ook leiden tot heiligschennis of bijdragen aan sociale spanningen binnen een gemeenschap? Zal uw onderzoek overeenkomst met dingen Dat kan door sommige mensen als geloofwaardig worden beschouwd , en dat niet vermeld mag worden ? Is er sprake van een significante impact op het milieu?

benaderd voor een kennismakingsgesprek, waarin zij de gelegenheid kregen om eventuele vragen met betrekking tot het onderzoek te stellen. Na instemming is een informed consentformulier per e-mail toegestuurd. Deelnemers zijn hiermee geïnformeerd over mogelijke schade en voordelen, en hebben informatie ontvangen in een voor hen begrijpelijk formaat. Zij zijn uitgenodigd om een vrijwillige beslissing te nemen tot deelname aan het onderzoek.

In het formulier wordt expliciet aandacht besteed aan het principe van *zelfbeschikking*—het recht om zelf te bepalen of men wil deelnemen, inclusief het recht om zich op ieder moment zonder negatieve gevolgen uit het onderzoek terug te trekken. Daarnaast zijn deelnemers geïnformeerd over de onderzoeksdoelstelling en de wijze waarop de gegevens en onderzoeksresultaten worden gebruikt.

De interviews zijn opgenomen via een laptop en opgeslagen op een usb-stick in een beveiligde omgeving die uitsluitend toegankelijk was voor de onderzoeker. Na het transcriberen zijn de geluidsopnames overgezet naar de beveiligde digitale omgeving van de

	universiteit. Respondenten zijn geïnformeerd dat de gegevens na publicatie van het onderzoek zullen worden vernietigd. Het informed consentformulier besteedt nadrukkelijk aandacht aan het aspect <i>schade</i>. Daarbij is opgenomen dat ik als onderzoeker alert ben op mogelijke herbelevingen die emotionele stress kunnen veroorzaken, en verantwoordelijk ben voor het minimaliseren van gevoelens van schaamte en verlegenheid. Tot slot bevat het formulier informatie over <i>anonimiteit en vertrouwelijkheid</i>: identificeerbare informatie met betrekking tot de identiteit van deelnemers is te allen tijde beschermd. Om privacy te waarborgen, zijn sommige delen van de transcripties verwijderd.
3.2 Wordt er aan uw onderzoek deelgenomen door menselijke proefpersonen? INDIEN JA: Vul dan de vragen in die u in bijlage 3 over onderzoek met menselijke proefpersonen kunt vinden.	Ja
3.3 – Verzamelen van persoonsgegevens Verzamelt u persoonsgegevens? (Zie bijlage 4)	Ja

Wanneer u onderzoek doet met persoonsgegevens, moet u voldoen aan de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG). <i>Wat zijn persoonsgegevens?</i> Persoonsgegevens zijn alle informatie over een geïdentificeerde of identificeerbare natuurlijke persoon ('de betrokkene'); als identificeerbaar wordt beschouwd een natuurlijke persoon die direct of indirect kan worden geïdentificeerd, met name aan de hand van een identifier zoals een naam, een identificatienummer, locatiegegevens, een online identifier of aan de hand van een of meer elementen die kenmerkend zijn voor de fysieke, fysiologische, genetische, psychische, economische, culturele of sociale identiteit van die natuurlijke persoon (art. 4 AVG). https://www.gdpreu.org/de-regulering/sleutelbegrippen/persoonsgegevens/	
Opslag, delen en archiveren	
3.4 Waar worden de (ruwe) data opgeslagen <i>tijdens</i> het onderzoek? Als u onderzoeksgegevens wilt opslaan, is het verstandig uzelf de volgende vragen te stellen: • Hoe groot is mijn dataset aan het einde van mijn onderzoek? • Wil ik samenwerken aan de data? • Hoe vertrouwelijk zijn mijn gegevens? • Hoe zorg ik ervoor dat ik mijn gegevens niet kwijtraak? De x:- en y:-schijven van het RUG-netwerk zijn voor de meeste onderzoeksprojecten de gemakkelijkste en meest direct beschikbare oplossingen. Beide schijven worden regelmatig geback-up, dus daar hoeft u zich geen zorgen over te maken. Als u gegevens binnen de RUG wilt delen, is de	☐ X-schijf van UG-netwerk ☒ Y-schijf van UG-netwerk ☐ (Gedeeld) UG Google Drive ☐ Unishare ☒ Persoonlijke laptop of computer ☒ Externe apparaten (USB, harde schijf , NAS) ☐ Anders (uitleg):

y-schijf de beste oplossing. Beide schijven zijn eenvoudig toegankelijk vanaf andere locaties door in te loggen op uwp.rug.nl. Voor datasets die gedeeld moeten worden met studenten of externe onderzoekspartners is Unishare een optie. Meer informatie nodig? Kijk dan op de site van het Digitaal Competentie Centrum (DCC). Voor vragen kunt u contact opnemen met het DCC: dcc@rug.nl	
3.5 Bewaren na uw onderzoek Bent u van plan de gegevens op te slaan/archiveren nadat u uw onderzoek heeft afgerond? Zo ja, leg dan uit waar en hoe lang. Leg ook uit wie toegang heeft tot deze gegevens. Let op: gebruik geen persoonlijk UG-netwerk of Google Drive voor het archiveren van gegevens!	☐ X-schijf van UG-netwerk ☐ Y-schijf van UG-netwerk ☐ (Gedeeld) UG Google Drive ☐ Unishare ☐ Persoonlijke laptop of computer ☐ Externe apparaten (USB, harde schijf , NAS) ☐ In een repository (dat wil zeggen DataverseNL) ☒ Anders (uitleg): Ter bescherming van de privacy van deelnemers worden de verzamelde onderzoeksgegevens na publicatie zorgvuldig vernietigd. De bewaartermijn bedraagt [...] jaar.
3.6 Delen van gegevens Met wie deelt u gegevens tijdens uw onderzoek? Bijvoorbeeld, als je stage loopt bij een bedrijf en je slaat UG-gegevens op de schijf van dat bedrijf op, dan telt dat ook als zodanig.	☐ Universiteiten of andere partijen binnen de EU/EER ☐ Universiteiten of andere partijen buiten de EU/EER ☒ Ik zal geen gegevens delen

4 – Slotopmerkingen	
Hartelijk dank voor het invullen van het RDMP.	

Heeft u nog andere informatie die niet in dit sjabloon aan bod is gekomen en die u nuttig vindt om te vermelden?	
--	--

Bijlage 4 kodeboom

Hoofdcode	Subcode	Frequentie (optioneel)
Angst in Postuum Contact	Angst	5
Angst in Postuum Contact	Angst voorspellende droom	3
Angst in Postuum Contact	Van angst naar erkenning	10
Angst in Postuum Contact	PC niet begrijpen	15
Troost in Postuum Contact	Troost	20
Troost in Postuum Contact	Inhoud verbinding voelen & troost	3
Troost in Postuum Contact	Interpretatie PC verbinding voelen	10
Verwarring in Postuum Contact	Verwarrende ervaring	16
Levensbeschouwing & Betekenisgeving	Levensbeschouwing na PC	31
Levensbeschouwing & Betekenisgeving	Openheid delen	11
...	...	...

Bijlage 6: Onderzoek met menselijke proefpersonen

Beantwoord deze vragen wanneer u onderzoek doet met proefpersonen. Voeg dit document als bijlage toe aan uw bachelor- of masterscriptie.

In sommige gevallen is een toelichting vereist. Houd de antwoorden kort, maar vermijd telegramstijl.

1. Kwetsbaarheid 1.1. Zullen de onderzoeksproject betrekken bij deelnemers WHO zijn in een hoe kwetsbaar ? Toelichting : menselijke proefpersonen kunnen 'kwetsbare personen' zijn, afhankelijk van de omstandigheden met betrekking tot het project en/of het onderzoeksonderwerp. Mensen kunnen kwetsbaar zijn wanneer bijvoorbeeld: - ze jonger zijn dan 18 jaar, - zij niet vrijelijk hun toestemming kunnen geven, noch zich vrijelijk kunnen verzetten tegen deelname aan het onderzoek (bijvoorbeeld studenten die moeten deelnemen aan een onderzoeksproject om studiepunten te krijgen); - zij mogelijk niet volledig in staat zijn om een oordeel te vormen over de verwerking van hun persoonsgegevens (bijvoorbeeld mensen met een verstandelijke beperking) - de verwerking van persoonsgegevens die op hen betrekking hebben, schadelijk voor hen zou kunnen zijn (bv. verwerking van meningen van mensen over hun huidige baan). (Zie bijlage 4.)	De onderzoekspopulatie bestond uit 10 volwassenen met een leeftijdsrange van 40 tot 90 jaar en 1 jongvolwassene (16 jaar). Alle respondenten zijn vrouw en woonachtig in Nederland, verspreid over de provincies Overijssel, Gelderland en Limburg. Op het moment van het interview varieerde de levensbeschouwelijke achtergrond van de respondenten: één respondent identificeerde zich als protestants, terwijl de overige tien een zelf vormgegeven persoonlijke levensbeschouwing beschreven.
2. Leveranciers van persoonsgegevens 2.1. Wie verstrekt de persoonsgegevens	☒ Gegevens worden rechtstreeks van de deelnemers verkregen (bijvoorbeeld via

die voor het onderzoek worden gebruikt? Indien de persoonsgegevens door een externe partij worden verstrekt (niet zijnde de student of de RUG), omschrijf dan de partij(en) en geef voor elke partij aan of er een overeenkomst is getekend. Dit kan bijvoorbeeld het geval zijn wanneer u stage loopt of wanneer een ziekenhuis u de gegevens verstrekt. Bij interviews of enquêtes levert de onderzoeker zelf de data aan. Deze data kunnen worden verkregen van de proefpersonen, of worden aangeleverd door de RUG (als u bestaande datasets gaat gebruiken, is dat secundair gebruik).	interviews). De gegevens worden geleverd door de Rijksuniversiteit Groningen (bijvoorbeeld een reeds bestaande dataset die door de RUG wordt aangeboden). De gegevens zijn aangeleverd door een externe partij (graag toelichten hieronder).
2.2. Is (geïnformeerde) toestemming van de proefpersonen nodig om de gegevens te mogen verwerken?	Ja, conform het <i>Informed Consent</i>-proces is voorafgaand aan deelname mondelinge en schriftelijke toestemming gevraagd. Respondenten zijn eerst telefonisch benaderd voor een kennismakingsgesprek, waarin zij de gelegenheid kregen om eventuele vragen met betrekking tot het onderzoek te stellen. Na instemming is een informed consentformulier per e-mail toegestuurd. Deelnemers zijn hiermee geïnformeerd over mogelijke schade en voordelen, en hebben informatie ontvangen in een voor hen begrijpelijk formaat. Zij zijn uitgenodigd om een vrijwillige beslissing te nemen tot deelname aan het onderzoek. In het formulier wordt expliciet aandacht

	besteed aan het principe van <i>zelfbeschikking</i>—het recht om zelf te bepalen of men wil deelnemen, inclusief het recht om zich op ieder moment zonder negatieve gevolgen uit het onderzoek terug te trekken. Daarnaast zijn deelnemers geïnformeerd over de onderzoeksdoelstelling en de wijze waarop de gegevens en onderzoeksresultaten worden gebruikt. De interviews zijn opgenomen via een laptop en opgeslagen op een usb-stick in een beveiligde omgeving die uitsluitend toegankelijk was voor de onderzoeker. Na het transcriberen zijn de geluidsopnames overgezet naar de beveiligde digitale omgeving van de universiteit. Respondenten zijn geïnformeerd dat de gegevens na publicatie van het onderzoek zullen worden vernietigd. Het informed consentformulier besteedt nadrukkelijk aandacht aan het aspect <i>schade</i>. Daarbij is opgenomen dat ik als onderzoeker alert ben op mogelijke herbelevingen die emotionele stress kunnen veroorzaken, en verantwoordelijk ben voor het minimaliseren van gevoelens van schaamte en verlegenheid. Tot slot bevat het formulier informatie over <i>anonimiteit</i>
--	--

	<i>en vertrouwelijkheid:</i> identificeerbare informatie met betrekking tot de identiteit van deelnemers is te allen tijde beschermd. Om privacy te waarborgen, zijn sommige delen van de transcripties verwijderd.
2.3. Zullen par t i ci pants zijn ingeschreven in de project zonder hun kennis en / of toestemming ? (Bijv . v ik een c o v e r t observatie van mensen in openbaar plaatsen , of door gebruik te maken van data uit sociale media .)	nee <i>Zo ja, licht dan toe of, wanneer en hoe u de deelnemers over het onderzoek zult informeren.</i>
2.4. Hoe gaat u deelnemers werven?	Dataverzameling Voor dit onderzoek is gebruikgemaakt van een combinatie van convenience en purposeful sampling. Binnen mijn sociale en werkgerelateerde netwerk heb ik actief respondenten geworven. Daarnaast heb ik contact gezocht met Stichting Zorg en Zelfdoding, de Ivonne van de Ven Stichting (Coalitie Nabestaandenzorg), Stichting Slachtofferhulp, Stichting Landelijk Expertisecentrum Sterven en Willem Levensvragen. Deze organisaties hebben mijn oproep gedeeld binnen hun netwerken, wat resulteerde in negentien reacties van geïnteresseerde vrouwen. Uiteindelijk zijn elf van hen geselecteerd voor deelname.

	De <i>inclusiecriteria</i> bepaalden dat het verlies minimaal zes maanden voor deelname moest hebben plaatsgevonden. Dit om de kwetsbaarheid van recent verlies te vermijden en om emotionele afstand binnen het verwerkingsproces te waarborgen. Respondenten mochten bovendien geen eerder inhoudelijk contact met mij als onderzoeker over het onderwerp hebben gehad, om interpretatieve beïnvloeding te voorkomen.
3. Veiligheid 3.1. Welke directe impact kan uw onderzoek hebben op het leven van de deelnemers? Zijn er twijfels of zorgen over de veiligheid en/of het welzijn van de deelnemers tijdens de onderzoeksperiode? Impact kan optreden tijdens en na het onderzoeksproject. Bijvoorbeeld omdat hun leefwereld verstoord wordt; het gevaarlijk voor hen kan zijn om met u samen te werken; hun privacy in het geding is; of wanneer het onderzoek hen op welke manier dan ook een ongemakkelijk gevoel geeft.	Gezien de gevoeligheid van het onderwerp en mogelijke kwetsbaarheid van de respondent is er binnen het informed consentformulier nadrukkelijk aandacht besteedt aan het aspect <i>schade</i>. Daarbij is opgenomen dat ik als onderzoeker alert ben op mogelijke herbelevingen die emotionele stress kunnen veroorzaken, en verantwoordelijk ben voor het minimaliseren van gevoelens van schaamte en verlegenheid.
3.2. Zijn er twijfels of zorgen over uw eigen veiligheid en/of welzijn (of dat van uw medestudenten) tijdens de onderzoeksperiode?	nee
3.3. Hoe gaat u om met de risico's van uw onderzoeksproject?	Er zijn geen risico's verbonden aan het onderzoeksproject.

4. Categorieën van persoonsgegevens die worden verwerkt	☒ Nationaliteit ☐ BSN (Burgerservicenummer) of V-nummer (registratienummer) ☒ Naam- en adresgegevens ☒ Telefoonnummer ☒ E-mailadres ☐ IP-adressen en/of apparaatype ☐ Vacature informatie ☐ Informatie die de raciale of etnische afkomst onthult ☐ Informatie die de politieke opvattingen van een persoon onthult ☐ Informatie over de fysieke gezondheid van een persoon ☐ Informatie over de geestelijke gezondheid van een persoon ☐ Informatie over iemands seksleven of seksuele geaardheid ☐ Informatie die religieuze of filosofische overtuigingen onthult ☐ Informatie waaruit blijkt dat u lid bent van een vakbond ☐ Biometrische informatie ☐ Genetische informatie ☐ Strafblad ☐ Anders (graag hieronder toelichten)
5. Technische/ organisatorische maatregelen 5.1 Selecteer welke van de volgende beveiligingsmaatregelen worden gebruikt om persoonlijke gegevens te beschermen. Zie de FAQ voor meer informatie over het verschil tussen pseudonimisering en anonimisering.	☐ Pseudonimisering ☒ Anonimisering ☒ Bestandsversleuteling ☒ Versleuteling van opslag ☒ Versleuteling van transport ☐ Beperkte toegangsrechten ☐ VPN ☒ Regelmatig geplande back-ups ☒ Fysieke sloten (kamers,

	lades/archiefkasten) Geen van bovenstaande Overig (beschrijf hieronder):
6. Gegevensoverdracht 6.1. Worden er persoonsgegevens doorgegeven aan landen buiten de Europese Economische Ruimte (EU, Noorwegen, IJsland en Liechtenstein) of voert u onderzoek uit in een land buiten de EU/EER?	nee
Als u hulp nodig heeft bij het invullen van het formulier, of als u vragen of opmerkingen heeft, kunt u dit bespreken met uw begeleider of contact opnemen met de privacy- en beveiligingscoördinator van de faculteit: haten.have@rug.nl	