



# Veerkracht na Verlies

## nieuwsbrief

✉ [veerkrachtnaverlies@fsw.leidenuniv.nl](mailto:veerkrachtnaverlies@fsw.leidenuniv.nl)

☎ 071 - 527 48 38

Beste deelnemers en andere geïnteresseerden,

Inmiddels is het alweer een tijd geleden dat wij u op de hoogte hebben gebracht van de voortgang van ons onderzoek. In deze nieuwsbrief volgt een tweede update van de vorderingen binnen het project.

### *Het onderzoek*

In het onderzoek 'Veerkracht na Verlies' worden **de beleving en manier van omgaan met het overlijden van een ouder tijdens de kindertijd** onderzocht. De dataverzameling voor de diverse onderdelen van het onderzoek is inmiddels afgerond. Hieronder vindt u een overzicht van de verschillende onderdelen:

#### ***Vragenlijsten***

Voor het onderzoek hebben deelnemers diverse vragenlijsten ingevuld. Deze gingen onder andere over de relatie met hun ouders, broer of zus en partner (indien van toepassing) en over ingrijpende gebeurtenissen en ouderschap.

#### ***Interviews***

Er hebben **60 deelnemers** deelgenomen aan een online interview over het verlies van hun ouder tijdens hun kindertijd. In dit interview werd ingegaan op de beleving van de periode voorafgaand aan en na het overlijden van een ouder.

#### ***Interviews***

##### ***met broers en zussen***

Voor een laatste onderdeel van het onderzoek hebben **broers en zussen uit zes gezinnen** samen deelgenomen aan een interview over hun ervaringen rondom het overlijden van hun ouder in hun kindertijd en hun broer/zus-relatie door de jaren heen.



In totaal hebben **815 deelnemers** de eerste vragenlijst volledig ingevuld. Van de 815 deelnemers hebben:

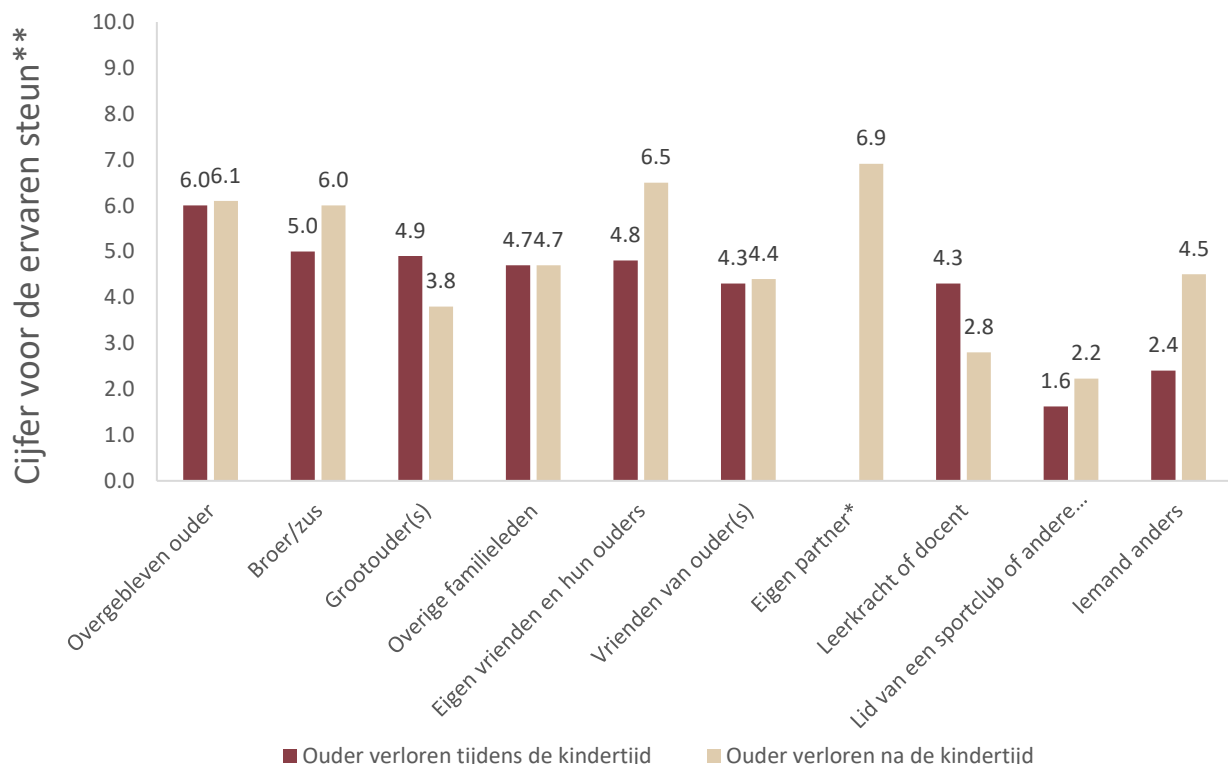
- **236 deelnemers** het overlijden van een ouder tijdens hun kindertijd meegemaakt
- **301 deelnemers** het overlijden van een ouder na hun kindertijd meegemaakt
- **278 deelnemers** geen overlijden van een ouder meegemaakt

### Hoeveel steun hebben deelnemers ontvangen in het eerste jaar na het overlijden van hun ouder?

In deze eerste vragenlijst zijn verschillende vragen gesteld over de periode rondom het overlijden van een ouder. Zo werd gevraagd hoeveel steun de deelnemers hadden ontvangen van verschillende mensen in hun omgeving in het eerste jaar na het overlijden van hun ouder. In totaal hebben **234 deelnemers die een ouder verloren tijdens de kindertijd** en **234 deelnemers die een ouder verloren na de kindertijd** deze vraag ingevuld.

We vroegen **wat voor cijfer zij de steun zouden geven**, van 0 (*helemaal geen steun ervaren*) tot 10 (*heel veel steun ervaren*). In de grafiek hieronder ziet u hoeveel steun deelnemers gemiddeld hebben ervaren van mensen uit hun omgeving.

Gemiddelde cijfer voor de ervaren steun die deelnemers hebben ervaren



\* Deze vraag is alleen gesteld aan deelnemers die hun ouder verloren na de kindertijd

\*\* Het cijfer van de steun gaat van 0 (helemaal geen steun ervaren) naar 10 (heel veel steun ervaren)

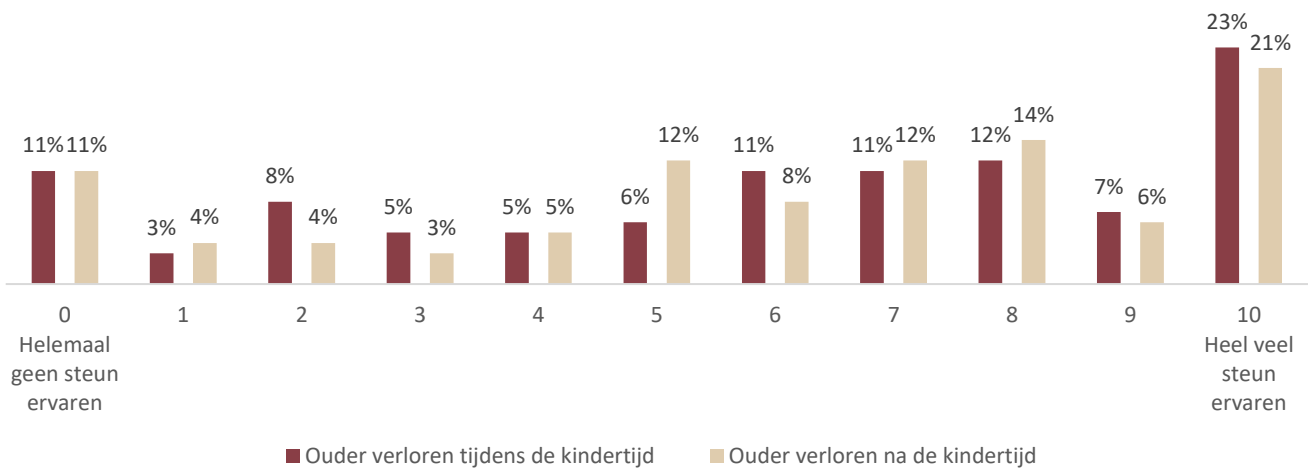




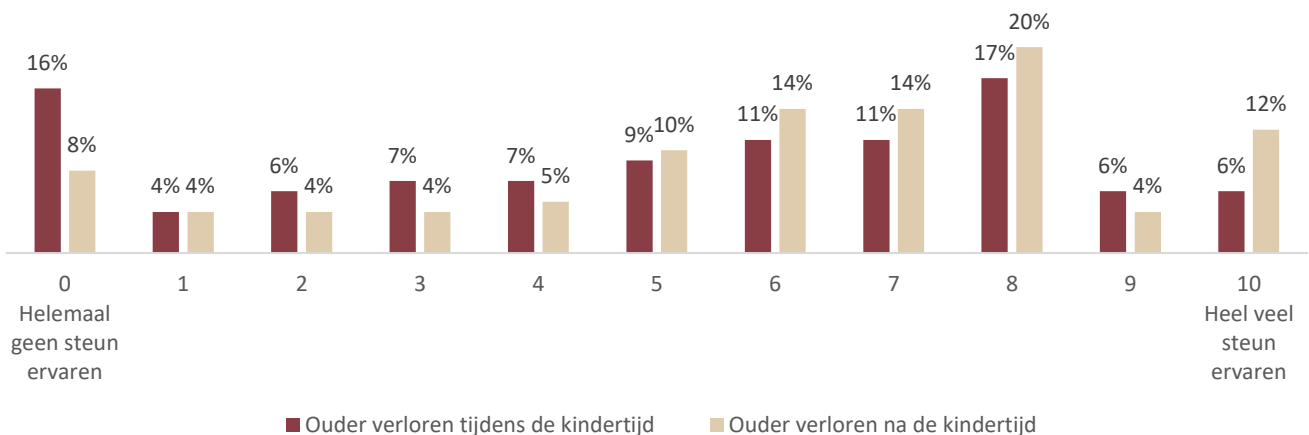
Over het algemeen zijn de gemiddelde cijfers die werden gegeven voor de ervaren steun niet hoog. Belangrijk hierbij is dat er veel individuele verschillen waren in hoeveel steun mensen hebben ervaren in het eerste jaar na het overlijden. Hieronder ziet u in verschillende grafieken hoe deelnemers de steun van hun overgebleven ouder, broers/zussen, grootouders, overige familieleden en vrienden hebben ervaren\*. Ongeveer 40% gaf een onvoldoende en 1 op de 10 heeft helemaal geen steun ervaren, wat aangeeft dat er voor deze deelnemers te weinig ondersteuning is geweest.

\* De percentages zijn steeds berekend over het aantal mensen voor wie de persoon (bijv. broers/zussen, grootouders) in het leven van de deelnemer was. Deelnemers die bijvoorbeeld geen broers of zussen hadden, zijn niet meegenomen in die betreffende percentages.

### Ervaren steun van de overgebleven ouder

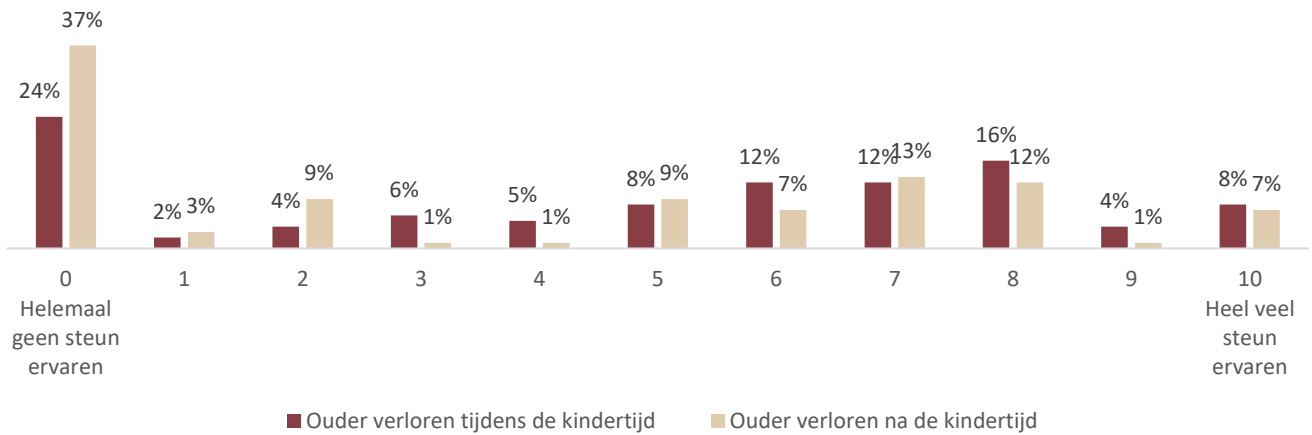


### Ervaren steun van broer/zus

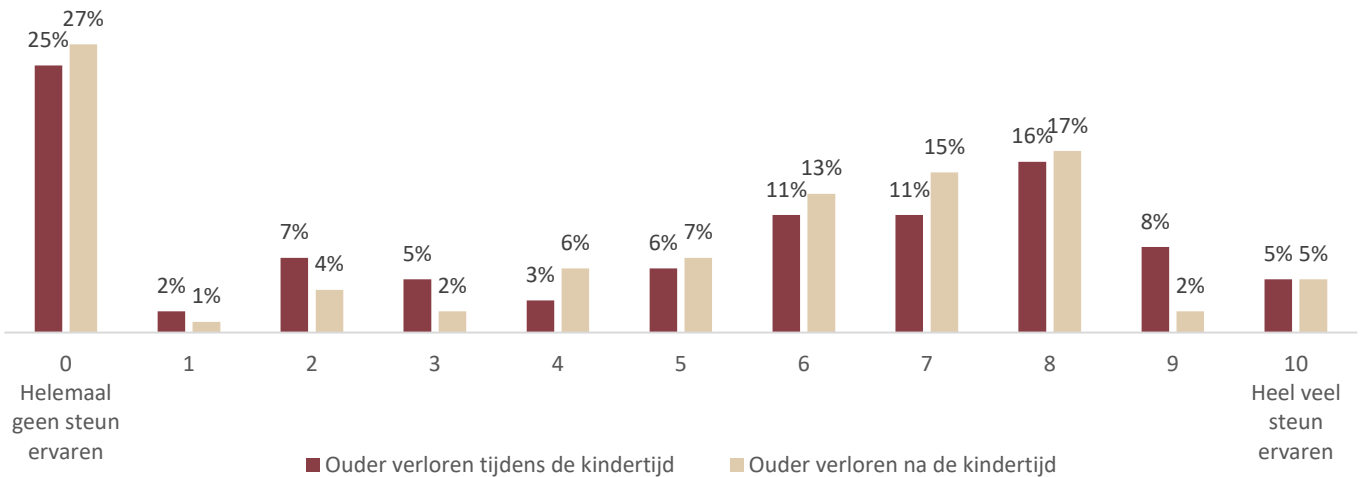




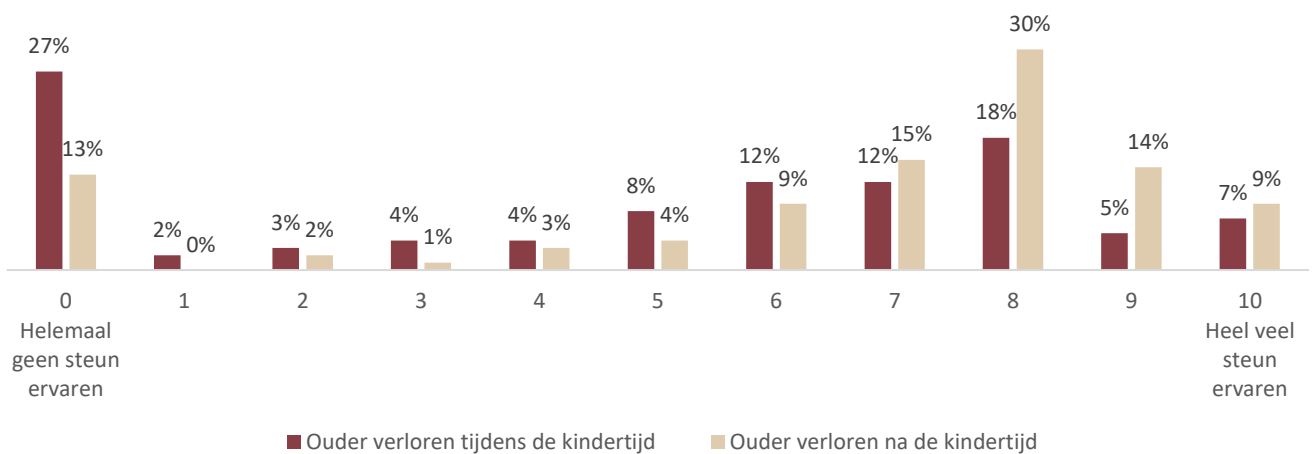
### Ervaren steun van grootouder(s)



### Ervaren steun van overige familieleden



### Ervaren steun van eigen vrienden en hun ouders

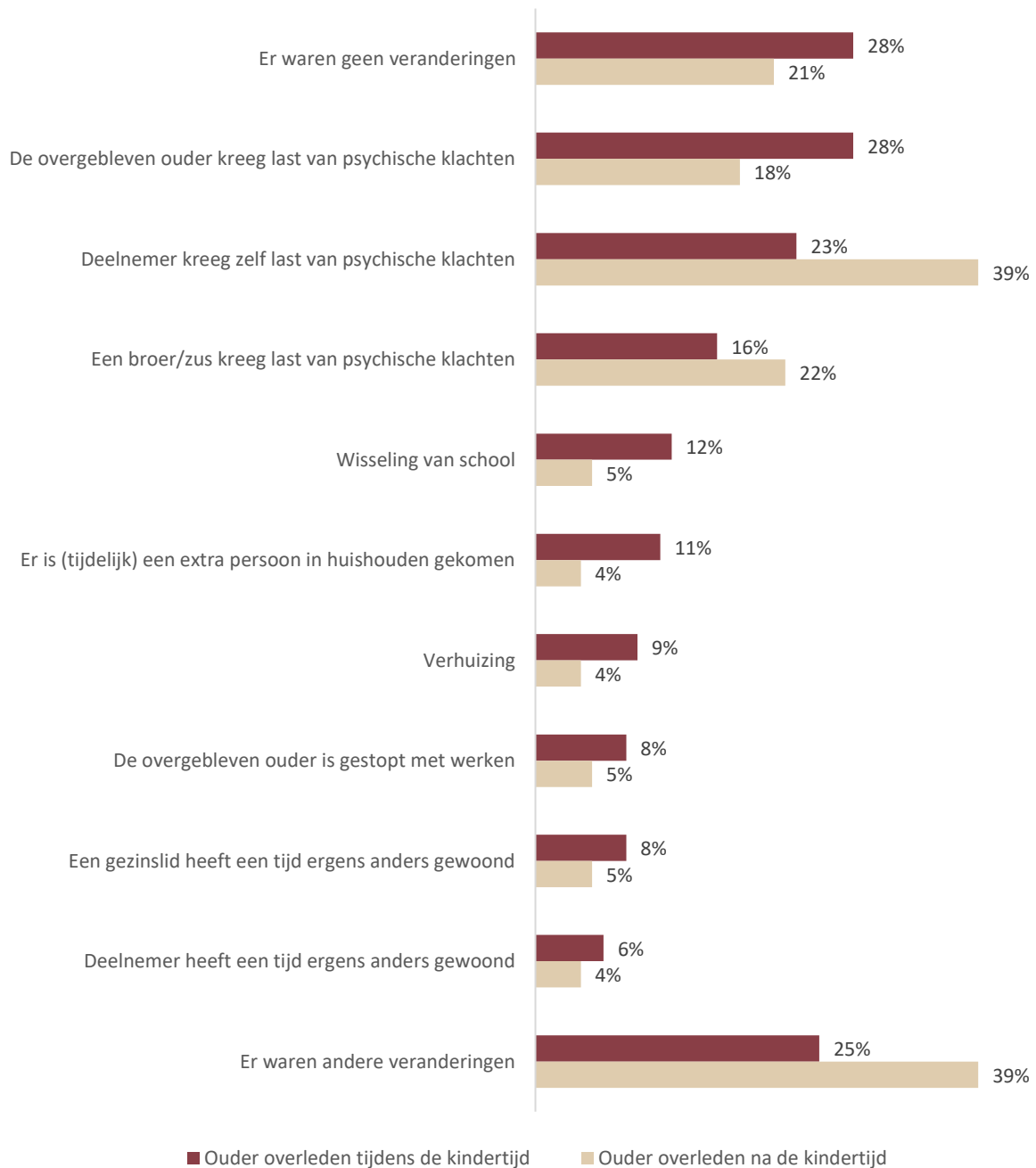




### Welke veranderingen hebben deelnemers meegemaakt na het overlijden van hun ouder?

Ook is aan deelnemers gevraagd **welke veranderingen plaats hebben gevonden in het eerste jaar na het overlijden van hun ouder**. Er waren diverse antwoordopties en er was ruimte voor het beschrijven van andere veranderingen. Hieronder ziet u de veranderingen in het leven van de deelnemers in het eerste jaar na het verlies.

#### Veranderingen in het eerste jaar na het overlijden





Veel deelnemers gaven aan dat er sprake was van **andere veranderingen** in het eerste jaar na het overlijden. Dit waren veranderingen in de gezins- of woonsituatie of in de persoonlijke situatie van de deelnemer. Enkele voorbeelden van andere veranderingen zijn:

#### **Veranderingen binnen de woonsituatie en nieuwe partner overgebleven ouder**

- De overgebleven ouder kreeg een nieuwe partner. In deze context noemde iemand bijvoorbeeld: *“Het leven ging door, over mijn moeder werd niet meer gepraat”*.
- Sommigen zijn uit huis gegaan of terug in het ouderlijk huis gaan wonen.

#### **Veranderende verhoudingen binnen het gezin**

- Er werd bijvoorbeeld weinig gesproken over het overlijden.
- *“Er was geen ruimte voor verdriet of gevoel.”*
- Sommigen namen een verzorgende rol op zich binnen het gezin.
- Door andere veranderingen, zoals een opa of oma die ziek werd, was de overgebleven ouder veel weg van het gezin.

*“De verhoudingen binnen het gezin waren sterk veranderd zoals dat te verwachten is.”*

### **Eerste publicatie over het onderzoeksproject**

Naast dat we aan de slag zijn gegaan met het opzetten van de verschillende onderdelen van ons onderzoek, hebben we ook onderzocht of het meemaken van het overlijden van een ouder tijdens de kindertijd samenhangt met gezondheid op de lange termijn. Hiervoor hebben we gebruik gemaakt van data van een groot ander onderzoek namelijk: de **Nederlandse Studie naar Depressie en Angst (NESDA)**. Deze studie loopt sinds 2004, waar 2981 volwassenen tussen de 18 en 65 jaar met en zonder depressieve en angstklachten aan deelnemen. Voor meer informatie over dit onderzoek kunt u terecht op de website van [NESDA](https://www.nesda.nl).

Inmiddels is ons artikel over dit onderzoek gepubliceerd. Het Engelstalige artikel is gratis toegankelijk via: <https://onlinelibrary.wiley.com/share/UTXQHDXDNB9UD5H88DPJE?target=10.1002/smi.3322>. Hieronder volgt een Nederlandse samenvatting.

#### ***Wat was het doel van het onderzoek?***

Het doel was om inzicht te krijgen in de langetermijngevolgen van het meemaken van het overlijden van een ouder tijdens de kindertijd voor mentale en fysieke gezondheid. Dit hebben we onderzocht bij **2640 volwassenen tussen de 18 en 65 jaar**. Van de 2640 deelnemers hadden **177 deelnemers het overlijden van hun ouder tijdens de kindertijd meegemaakt** (0-18 jaar) en **2463 deelnemers hadden dit niet meegemaakt**.

#### ***Wat waren de resultaten van het onderzoek?***

- We vonden **geen verschillen** op groepsniveau tussen volwassenen die het overlijden van hun ouder tijdens de kindertijd hebben meegemaakt **op het gebied van mentale gezondheid** (zoals depressie en angst), **fysieke gezondheid en gezondheidsgedrag** vergeleken met volwassenen die dit niet hebben meegemaakt.





- Binnen de groep volwassenen met een verlies van een ouder tijdens de kindertijd hebben we ook gekeken naar **de leeftijd waarop zij hun ouder verloren** en **welke ouder overleden was**.
  - o Het overlijden van een ouder op relatief jongere leeftijd was gerelateerd aan het hebben van gedachten aan en/of ideeën over suïcide<sup>1</sup>. Echter waren er maar heel weinig deelnemers die aangaven weleens gedachtes over zelfmoord te hebben gehad, daarom kunnen we niet uitsluiten dat deze bevinding op toeval is gebaseerd.
  - o Er waren geen verschillen in de gezondheid van mensen van wie hun vader was overleden in vergelijking met mensen van wie hun moeder was overleden.
  - o Er waren ook geen verschillen in de gezondheid van mensen van wie hun ouder met hetzelfde geslacht overleden was in vergelijking met mensen van wie hun ouder van het andere geslacht overleden was.

#### **Welke conclusie kunnen we trekken op basis van dit onderzoek?**

- De resultaten laten zien dat, als naar het gemiddelde van de groep wordt gekeken, de mentale en fysieke gezondheid van mensen die hun ouder hebben verloren tijdens hun kindertijd gemiddeld niet verschilt van deelnemers die dit verlies niet hebben meegemaakt.
- Natuurlijk zijn er wel veel individuele verschillen in de mogelijke effecten van het meemaken van het overlijden van een ouder op de gezondheid van mensen. **Om die individuele verschillen te kunnen duiden is het van belang om factoren gerelateerd aan het verlies van een ouder in beeld te brengen** en om te onderzoeken of dit samenhangt met uitkomsten op de lange termijn. In ons eigen onderzoek zullen we verder onderzoeken hoe we individuele verschillen kunnen begrijpen en hebben we onder andere interviews met deelnemers gedaan om verder in te zoomen op verschillen in de beleving van de periode rondom en na het overlijden.

#### **De volgende nieuwsbrief**

In een volgende nieuwsbrief zullen wij meer bevindingen uit het onderzoek met u delen, waaronder inzichten vanuit de interviews met 60 deelnemers over wat zij als steunend en storend hebben ervaren in het leren omgaan met het verlies van hun ouder door de jaren heen. We verwachten deze nieuwsbrief in het voorjaar van 2024 te sturen.

Heeft u nog vragen of wilt u ons iets laten weten? Dan kunt u contact opnemen via [veerkrachtnaverlies@fsw.leidenuniv.nl](mailto:veerkrachtnaverlies@fsw.leidenuniv.nl)

---

<sup>1</sup> Denk je aan zelfdoding of maak je je zorgen om iemand? Neem dan 24/7 gratis en anoniem contact op met 0800-0113 of chat op 113.nl. De gesprekken met 113 zijn vertrouwelijk.

