

Nieuwsbrief Rouw na Verkeersongeval

Deze nieuwsbrief wordt u aangeboden namens de medewerkers van het onderzoek 'Rouw na verkeersongeval' van de Rijksuniversiteit Groningen, Universiteit Utrecht, Arq Psychotrauma Expert Groep en Centrum '45. Deelnemers, samenwerkingspartners en overige geïnteresseerden ontvangen de nieuwsbrief.

In deze nieuwsbrief wordt u op de hoogte gehouden van de ontwikkelingen van het onderzoek 'Rouw na Verkeersongeval'. De voorlopige onderzoeksresultaten die worden gepresenteerd in deze nieuwsbrief zijn uitspraken op groepsniveau. Er worden geen uitspraken gedaan over individuele deelnemers aan het onderzoek.

Indien u in de toekomst geen nieuwsbrief wenst te ontvangen, kunt u zich afmelden door een e-mail te sturen naar info@rouwnaverkeersongeval.nl of door telefonisch contact op te nemen met dr. Lonneke Lenferink (050-3639189).

Medewerkers



prof. dr. Jos de Keijser



prof. dr. Paul Boelen



prof. dr. Geert Smid



dr. Lonneke Lenferink



dr. Maarten Eisma

Doel van het onderzoek

In juni 2018 is een wetenschappelijk onderzoek van start gegaan naar de gevolgen van, en hulp na, een overlijden van een dierbare door een verkeersongeval. Het onderzoek bestaat uit twee delen.

Deel 1: De emotionele gevolgen van een verkeersongeval

In Deel 1 worden de emotionele gevolgen van een verkeersongeval in kaart gebracht. Deelname bestaat uit het invullen van een vragenlijst. Deze vragenlijst bevat vragen over emotionele reacties die mensen kunnen ervaren naar aanleiding van het verkeersongeval. Ook worden vragen gesteld over eventuele hulp die is ontvangen naar aanleiding van het overlijden en zijn er vragen over gevoelens van boosheid.

Deze kennis is relevant voor het in kaart brengen van 1) de psychologische impact van een overlijden van een dierbare door een verkeersongeval, 2) de behoefte aan psychosociale hulp en 3) de relatie tussen boosheid en emotionele reacties na een overlijden. Deze kennis zal ingezet worden bij het verbeteren van hulp aan nabestaanden na verkeersongevallen.

Deel 2: Hulp na het overlijden van een dierbare door een verkeersongeval

In het tweede deel van het onderzoek wordt de effectiviteit van een psychologische behandeling onderzocht. Deze behandeling is momenteel in ontwikkeling en is specifiek gericht op nabestaanden na een verkeersongeval die hevige emotionele reacties ervaren en behoefte hebben aan professionele ondersteuning. De behandeling zal worden uitgevoerd door therapeuten, verspreid door Nederland, die ervaring hebben met het begeleiden van mensen die een uitzonderlijke verliessituatie hebben meegemaakt. De behandeling bestaat uit 8 sessies gericht op het leren omgaan met negatieve gedachten en gevoelens na een overlijden. Ook zal een online-versie van deze behandeling ontwikkeld worden, waarbij de behandeling plaatsvindt op het internet. De effecten van de behandelingen zullen met elkaar worden vergeleken.

Voorlopige resultaten van het onderzoek

Op 11 december 2018 zijn ruim 1500 brieven verstuurd naar mensen die geregistreerd staan bij Slachtofferhulp Nederland omdat zij contact hebben gezocht met hen naar aanleiding van het overlijden van hun dierbare(n) bij een verkeersongeval. Op 1 februari 2019 hebben in totaal 199 mensen een vragenlijst ingevuld.

Driekwart van de deelnemers is een vrouw. De gemiddelde leeftijd van de deelnemers is 52 jaar. De jongste deelnemer is 21 jaar oud en de oudste 85 jaar. Circa de helft van de deelnemers heeft ten minste een HAVO/VWO/HBS/MSS-diploma. Gemiddeld is het 4 jaar geleden dat het ongeval plaatsvond. Eén op de tien deelnemers heeft meerdere dierbaren verloren bij dit ongeval. In meer dan de helft van de gevallen is de overleden dierbare een partner of kind van de deelnemer. Eén op de tien deelnemers was getuige van het ongeval.

Uit de antwoorden op de vragen over psychosociale hulp die is ontvangen naar aanleiding van het overlijden blijkt dat circa de helft van de deelnemer hulp heeft ontvangen van een psycholoog, therapeut of psychiater. Eén op de drie deelnemers heeft medicatie gebruikt (bijvoorbeeld slaapmedicatie) en één op de vijf heeft ondersteuning gezocht bij lotgenoten.

Een deel van de vragenlijst bestaat uit vragen over rouwreacties, posttraumatische stressreacties en somberheidsgevoelens. Doordat deze vragen afkomstig zijn uit internationale vragenlijsten die in eerder onderzoek veelvuldig zijn gebruikt, kunnen de antwoorden op de vragen met elkaar worden vergeleken. Hierdoor is het mogelijk om voorzichtige uitspraken te doen over de ernst van de klachten. Op basis van de antwoorden op de vragen over rouwreacties is bij 33% van de deelnemers een indicatie dat de rouwverwerking verstoord kan zijn. De antwoorden op de posttraumatische stresslijst wijzen uit dat 25% mogelijk lijdt aan klachten die overeenkomen met een posttraumatische stressstoornis. Met betrekking tot somberheid blijkt dat 37% van de deelnemers, ten tijde van het invullen van de vragenlijst, mogelijk matige tot ernstige somberheidsgevoelens ervaren. De helft geeft aan behoefte te hebben aan hulp voor deze klachten.

Voortgang onderzoek

Om de gevolgen van een overlijden van een dierbare door een verkeersongeval goed in kaart te kunnen brengen is het van belang dat er zoveel mogelijk mensen meedoen aan het vragenlijstonderzoek. Als u in de gelegenheid bent om een familielid of vriend van uw overleden dierbare(n) te wijzen op dit onderzoek, zouden wij dat zeer op prijs stellen.

Geïnteresseerden kunnen zich aanmelden voor deelname aan het vragenlijstonderzoek door contact op te nemen met dr. Lonneke Lenferink

Wanneer u of een bekende van u meer informatie wilt ontvangen over de behandeling die wordt aangeboden in het najaar van 2019, kunt u ook contact opnemen met de onderzoekster. Zij zal u dan t.z.t. de benodigde informatie toesturen.

Leven na een dodelijk ongeval, hoe doe jij dat?

Blog geschreven door Tim Overdiek (www.timoverdiek.nl)

Ik koester mijn woede. Soms zoek ik hem zelfs even op, twee straten verderop. Dan ben ik op de plek waar mijn vrouw is doodgereden, en voel ik meteen; ja ik ben nog steeds laaiend. Hartstikke laaiend.

Het levert allemaal niks op, en kost alleen maar energie. Maar soms is het gewoon even nodig, om stil te staan bij het zebrapad waar Jennifer tegen het asfalt werd gekwakt en nooit meer zou opstaan. Om de waanzin van de dood even te doorvoelen. Dat is dan de winst.

Daarna ga ik weer verder mijn leven. Vrolijk verder zelfs. En begrijp me niet verkeerd, de verantwoordelijke man die de 41-jarige moeder van onze kinderen uit het leven rukte hebben we allang geleden vergeven. We wensen hem het beste toe. Echt waar.

Toch komt de boosheid over het ongeluk bij vlagen om de hoek kijken. Heel eventjes maar, en realiseer ik me hoe diep de wonden zijn geslagen bij mij als nabestaande. Uiteenlopend

van kleine steken tot irritant gekriebel. Als ik het weer voel, meestal op de meest onverwachte momenten, weet ik; verzorg de wond, Tim.

Het begon weer te jeuken toen ik deze week meedeed aan een grootschalig onderzoek naar de gevolgen voor nabestaanden van dodelijke verkeersongevallen. De universiteiten van Groningen en Utrecht en Stichting Centrum '45 gaan de komende drie jaar bekijken hoe de hulp voor rouwende nabestaanden beter kan worden afgestemd.

Als lotgenoot en therapeut met verlies als specialisme ben ik gevraagd voor de begeleidingscommissie van de onderzoekers. Ruim negen jaar na onze persoonlijke tragedie kan ik er tamelijk afstandelijk en inhoudelijk over praten. Toch blijf je ook na al die tijd een gepijnigd slachtoffer. De naweeën blijven altijd met me meereizen.

Dat maakt het onderzoek zo belangrijk. Rouw is individueel en gebeurt op eigen tempo, dat weten we. Dat predik ik ook in mijn praktijk. Neem de tijd en doe het op je eigen manier – ik loop eventjes met je mee. De vragenlijst laat je stap voor stap nagaan in hoeverre je in je huidige leven nog last hebt van het ongeluk, ook al was je er niet zelf bij betrokken.

Voor mij was het een graadmeter. Tot mijn opluchting stelde ik vast dat ik het heel aardig doe. Geen hinderlijke onderbrekingen van mijn dagelijks leven. Ja, heel af en toe dus de boosheid die als een duveltje uit een doosje schiet. Sluipmoordenaars noem ik ze, altijd bereid om op een ongewenst tijdstip hoi te komen zeggen.

Begeleidingscommissie

Tim Overdiek maakt deel uit van de begeleidingscommissie van het onderzoek. Samen met de andere leden van deze commissie, advocate Arlette Schijns (Beer Advocaten), Sonja Leferink (Slachtofferhulp Nederland) en Carlo Contino (Fonds Slachtofferhulp), zijn zij als adviseurs betrokken bij de uitvoering van het onderzoek.

TrafVic

Geschreven door Nicky Bredemeijer (Fonds Slachtofferhulp)

Het onderzoek maakt deel uit van het project TrafVic waarmee Fonds Slachtofferhulp zich, naast het bieden van specialistische en laagdrempelige hulp, ook richt op het verbeteren van de rechtspositie van verkeersslachtoffers en nabestaanden. De verzamelde kennis en data uit het onderzoek zullen voldoende onderbouwing geven voor Fonds Slachtofferhulp om te kunnen pleiten voor permanente verbeteringen van de positie van deze slachtoffers en nabestaanden en het zoveel mogelijk beperken van secundaire victimisatie. Op die manier wordt de psychosociale impact van wat hen is overkomen zo laag mogelijk en kunnen nabestaanden en slachtoffers hun leven weer sneller oppakken.

Als beneficiënt van de VriendenLoterij is Fonds Slachtofferhulp vorige maand verrast met een extra schenking. Dit prachtige bedrag komt geheel ten goede aan TrafVic.

Voor meer informatie zie <https://fondsslachtofferhulp.nl/project/trafvic/>



Vragen of opmerkingen?

info@rouwnaverkeersongeval.nl

www.rouwnaverkeersongeval.nl

Contact

dr. Lonneke Lenferink

Grote Kruisstraat 2/1

9712 TS Groningen

050-3639189

Het onderzoek wordt mede mogelijk gemaakt en financieel gesteund door

Fonds
Slachtofferhulp

en uitgevoerd in samenwerking met

