

Soms schrikt

mijn 7-jarige broer wakker, springt uit zijn bed en slaapt de trap af. Boven mijn wiegje luistert hij gespannen.

Leef ik nog? Hij blijft luisteren, tot ik in de wieg beweeg of zachjes zucht. Pas dan kan hij weer rustig verder slapen.

De dood kan zomaar toeslaan, weet hij. Een paar maanden eerder, mijn moeder is dan twee maanden zwanger van mij, overlijdt ons broertje Jasper (1,5). Totaal onverwacht, door een bacteriële infectie aan zijn strotklepje. Het is zo snel gegaan dat niemand echt kan bevatten wat er is gebeurd. Mijn zus van 8 huilt veel, mijn 7-jarige broer begraaft in de schoolpauzes cindeloos auto's in de zandbak en mijn 2-jarige broer snapt er niets van: waar is zijn maatje gebleven? Mijn moeder schiet in de actiestand. Met hulp van familie regelt ze alles voor de begrafenis en probeert ondertussen haar kinderen te verzorgen. Wat niet helpt is dat mijn vader een jaar eerder een ongeluk

heeft gehad, met zwaar hersenletsel tot gevolg. Hij heeft maandenlang gerevalideerd, is nog niet lang thuis en verre van hersteld. Mijn geboorte is volgens mijn moeder een welkome positieve gebeurtenis na alle ellende, maar wel een waar een zware deken van rouw en verdriet over ligt.

Snel een ander kind

Geboren worden na het overlijden van een broertje of zusje kan de ontwikkeling van een kind bepalen.

Internationaal wordt vaak gesproken over *replacement children*, vooral vertaald als 'vervangkinderen'. De Amerikaanse psychologen Albert en Barbara Cain beschreven het fenomeen als eerste in 1964. Ze onderzochten zes families bij wie de vervangkinderen psychische problemen ontwikkelden, die ze konden koppelen aan het verlies van dat eerste kind. 'In de jaren zestig en zeventig adviseerden huisartsen na het overlijden van een kind regelmatig om maar snel een ander kind te maken,' zegt psycholoog Frans Schalkwijk, die zich verdiept heeft in transgeneratieel trauma. 'Ze dachten toen dat de rouw daardoor wel zou verdwijnen. Inmiddels weten we dat het niet zo werkt en is er veel meer aandacht voor de individuele ontplooiing van kinderen.'

In het begin richtten de onderzoekers zich voornamelijk op kinderen die in de voetsporen moesten treden van een overleden broer of zus. Later verbreedde deze aanpak en raakte de term vervangkinderen uit de mode. Kleintjes die het levenslicht zien na een onvoltooide zwangerschap – zoals een miskraam of stilgeboorte – worden vaak regenboogkinderen genoemd. Ard Nieuwenbroek, creatief orthopedagoog en contextueel therapeut, en schrijver van het boek

Elviskinderen begeleiden, bedacht voor de rest van de groep kinderen met een overleden oudere broer of zus de zachtere term 'Elviskinderen'. Vernoemd naar Elvis Presley, die zijn tweelingbroer bij de geboorte verloor. In de psychologische biografie *The inner Elvis* van Peter Whitmer las Nieuwenbroek dat Elvis' moeder vaak zou hebben verkondigd dat Elvis de macht van twee mensen zou hebben en voor twee mensen zou leven. 'Dat was een opdracht waar hij natuurlijk nooit aan kon voldoen.'

Dood is overal

Nieuwenbroek benadrukt dat lang niet alle Elviskinderen psychische problemen krijgen. Als ouders de kans hebben gekregen om voldoende te rouwen en het hen lukt om hun volgende kindje als nieuw individu te zien, kan het zich vaak op een gezonde manier ontwikkelen. Hoe groot de groep is die wel klachten ontwikkelt, is onduidelijk. Harde cijfers zijn er niet, al is er wel inhoud-

delijk onderzoek gedaan. De Amerikaanse onderzoekers Robert Krell en Leslie Rabkin schetsen drie types: het gekwelde kind, het gebonden kind en het herrezen kind. Het gekwelde kind leeft in een gezin dat kampt met schuldgevoelens, maar stil is over alles wat er is gebeurd. Het gebonden kind leeft een overbeschermd leven, omdat ouders bang zijn hun levende kind ook te verliezen. En het herrezen kind wordt behandeld als reïncarnatie van hun overleden broertje of zusje. In de tweede categorie herken ik mezelf. Bij ieder kuschje zat ik bij de huisarts. De dokter liet ons altijd komen. Hij kende het verhaal van de invallet bij zijn praktijk, die de bacteriële infectie van Jasper niet serieus had genomen en hem – enkele uren voor zijn overlijden – naar huis had gestuurd. Zo opgroeien heeft gezorgd voor een diepgeworteld besef dat de dood altijd kan aankloppen. Zijn mijn man of kinderen te laat? Ik denk als eerste aan een ongeluk en ben altijd overgedreven opgelucht als iedereen weer thuis is.

Voor de Zwitserse psychotherapeut Kristina Schellinski, schrijver van het boek *Individuation for adult replacement children*, was het horen over vervangkinderen een ijkpunt in haar leven. Haar moeder was drie maanden zwanger van haar, toen haar 2-jarige broertje overleed aan een blindedarmontsteking. 'Ik ben geboren in rouw en verdriet. Mijn ouders bouwden een huis aan de overkant van de begraafplaats, om toch dicht bij hem te zijn. Op zijn grafte staat: 'Ver uit het zicht, dicht bij het hart.' Voor mij voelde het precies andersom. Ik was altijd in mijn moeders zicht, maar leek nooit in haar hart te zijn.' Ze herinnert zich dat zijn foto prominent in de woon-

'Ik voelde aan alles: ik kan nooit zo goed worden als hij. Het lukte niet om hem te vervangen'