

## **Verwerking van abortus: een onzichtbaar proces bij jongeren?**

Bijna de helft van de zwangerschappen bij jongeren onder de twintig eindigt in abortus. In 2005 maakten 2385 Belgische meisjes een abortus mee (1 op de 256). De ervaring van meisjes na abortus varieert van er compleet geen moeite mee hebben tot ernstige verwerkingsproblemen. Dit artikel probeert inzicht te geven in wat een abortus kan betekenen voor die tieners die al dan niet zichtbaar geschokt (variabel in kracht) werden door het gebeuren. Ik zoek aanknopingspunten zowel in de literatuur als in de begeleidingservaring van het CRZ.

### **Ontwikkelingsproces**

De adolescentieperiode is een tijd waarin een kind langzaam volwassen wordt. Die opdracht is complex (Fiddelaers-Jaspers, 2005): zowel lichamelijk, seksueel, psychisch, mentaal, spiritueel als sociaal verandert de leefwereld van de jongere. Wanneer een tienermeisje bij al deze ontwikkelingen ook nog een (ongeplande) zwangerschap en een abortus meemaakt, kan dat een extra opgave zijn die het verloop van alle andere veranderingen en het integreren ervan moeilijker maakt. Zwangerschap en het fundamenteel verantwoordelijk zijn voor een ander (de foetus), maar ook de beslissing voor abortus en de verlieservaring die daarmee gepaard gaat, vragen vaardigheden die haaks staan op de adolescentaire ontwikkelingsfase. Het kan zijn dat het groeiproces daardoor uitgesteld of versneld wordt. Zo kan het meisje in één fase blijven zitten, of plots in een volgende fase terechtkomen.

De vergelijking met de werking van een computer kan een en ander verduidelijken. Een adolescent ontwikkelt nieuwe programma's en heeft tijd nodig om al die mogelijkheden te integreren in een geheel. Een ongeplande zwangerschap en het verwerkingsproces tot en met een eventuele abortus, kan ervaren worden als een soort van computercrash: in het leven van het jonge meisje valt alles stil en later merkt ze dat de computer niet als vanouds opnieuw opstart. Een aantal programma's haperen (bv. seksualiteitbeleving), enkele vindt

Vanmechelen, B. (2008). Verwerking van abortus: een onzichtbaar proces bij jongeren?

*Zijaanzicht*, 8(1): 2.4

ze niet meer bruikbaar (bv. uren over koetjes en kalfjes praten), en nieuwe programma's (bv. over alles lang nadenken) dringen zich aan haar op. Ze gaat door een proces van 'herwaardering': wat is belangrijk in haar leven en wat niet? Welke programma's vindt ze nog waardevol en welke niet?

### **Verbonden**

Een meisje probeert tijdens haar adolescentie zelfstandiger te worden, ook op relationeel vlak. Door haar ongeplande zwangerschap wordt ze teruggeworpen op haar familie en naaste omgeving. Zwangerschap doet vrouwen meer dan anders met hun relaties rekening houden (Riemslogh & Vanmechelen, 2003). Een tienermeisje beslist in de praktijk nooit 'alleen': ze kan niet anders dan haar ouders, haar broers en zussen, haar partner, het kind dat ze draagt én haar eigen leven mee in de beslissing laten wegen. Uit onderzoek blijkt bijvoorbeeld dat ook de ervaring van moeder en/of zus met ongeplande zwangerschap de beslissing van een tiener mee bepaalt (Evans, 2001). Na de abortus is haar verhouding tot die naaste omgeving afhankelijk van de mate waarin deze haar beleving kan horen. Volgens Nykiel (1996) is de naaste omgeving vaak niet in staat een tiener voldoende te ondersteunen, omdat ze enerzijds de impact van het verlies miskent ('je bent nog jong – je kan later kinderen krijgen!') en anderzijds zelf geëmotioneerd is door de ongeplande zwangerschap en de abortus. Jongeren dragen zelf ook bij tot het stilzwijgen van hun abortus. Ze willen niet afwijken van de norm. Ze willen bv. niet het etiket 'dom' krijgen: 'dom' om in deze tijd van efficiënte en gemakkelijk beschikbare anticonceptie toch ongepland zwanger te geraken. Bovendien kan het oordeel van leeftijdsgenoten heel hard zijn wat abortus betreft. Sowieso ben je 'anders' als je dit gedaan hebt. Dus als je erbij wil horen – wat op die leeftijd cruciaal is – doe je alsof er niets gebeurd is. Achteraf denken velen ook: 'Ik heb er zelf voor gekozen dus mag ik nu niet zeuren'. Tenslotte zien jongeren 'hulp vragen' soms als een zwakheid omdat ze net willen bewijzen dat ze autonoom kunnen zijn. Jongeren die (hiervoor) hulp zoeken zijn erg zeldzaam. Zij doen dat langs de 'gewone' kanalen zoals via school, CLB, de jeugdbeweging of andere vereniging. Het is ook via deze kanalen dat vragen naar begeleiding voor tieners bij het cRZ terechtkomen.

Vanmechelen, B. (2008). Verwerking van abortus: een onzichtbaar proces bij jongeren?

*Zijaanzicht*, 8(1): 2.4

In elke school zit er wel minstens één meisje dat een abortus meegemaakt heeft. Maar dat merk je niet noodzakelijk. Het kan zijn dat er geen enkele verandering duidelijk wordt: het meisje is gewoon zoals ze altijd is. Het kan ook zijn dat ze wat stiller wordt, onzekerder of net iets stoerder. Duidelijke tekenen van onverwerkt verlies zijn dan weer hyperventileren, woedeaanvallen, huilbuien en risicogedrag (bv seksueel) maar deze komen meestal pas na een tijd tot uiting (Maes, 2007). Indien het meisje er niet over praat, kan je als begeleider enkel signalen opvangen en wanneer het gepast is, naar de betekenis van deze signalen vragen. Indien ze er wel over praat, heb je meer mogelijkheden.

### **Informereren en benoemen**

Jongeren hebben nog weinig kader om grenservaringen in te plaatsen en kunnen daarom meer dan volwassenen ge(k)raakt worden. Inzicht in wat er in mensen kan omgaan na abortus, begrip voor de eigen situatie en de mogelijke reacties van de omgeving zijn essentieel zodat het meisje zich niet onnodig abnormaal en eenzaam voelt. Het lijkt me zinvol met het meisje na te gaan waarin ze zich geschokt voelt en wat ze naar haar gevoel precies verloren heeft zodat ze kan leren zich met het verlies te verhouden. Bij ongeplande zwangerschap en abortus verliezen alle meisjes een zwangerschap maar de betekenis ervan kan vele namen krijgen. Vele jongeren verliezen hun existentiële onschuld: ze hebben besloten over leven en dood en dat raakt hen fundamenteel. Sommigen verliezen hun onbezorgdheid en daarmee het vanzelfsprekende contact met leeftijdsgenoten: ze zijn anders. Anderen verliezen hun vertrouwen in mannen of in hun eigen lichaam. Sommigen hadden een verbinding met het kind en verliezen dan ook hun kind. Nog anderen leven nadien met een geheim ten aanzien van hun ouders en verliezen het vanzelfsprekende contact met hen. Er verandert ook iets in de zelfbeleving van het meisje: ze is immers drager geweest van de volgende generatie en dit heeft een impact. Dit zijn maar enkele mogelijke invulling van welke verliezen ze geleden kan hebben. Nykiel (1996; Tonelli, 2006) meent dat de mate waarin een tienermeisje kan rouwen om haar verlies gelijk loopt met de mate waarin ze verliesbegeleiding of -vorming krijgt. Zij pleit daarom voor verliesvorming in alle middelbare scholen omdat iedereen verlies meemaakt en het belangrijk is daarmee te kunnen omgaan.

Vanmechelen, B. (2008). Verwerking van abortus: een onzichtbaar proces bij jongeren?

*Zijaanzicht*, 8(1): 2.4

### **Duale rouwmodel**

Voor jongeren is het evident om diepe emotie met alledaagse dingen af te wisselen. Zo huilde Eva even heel hard toen ze een meisje van haar leeftijd met een baby zag en vijf minuten later stond ze een cd te kiezen in de muziekwinkel. Het toelaten van verdriet is 'verliesgericht gedrag': het is inhoudelijk gericht op het verlies. In het kiezen van een cd richt Eva zich op het hier en nu en op de toekomst (de jarige vriendin voor wie de cd bedoeld is). Dit noemt men in het duale rouwmodel 'herstelgericht gedrag'. Jongeren wisselen beide snel af en daar is niets verkeers aan. Het is belangrijk van deze afwisseling als begeleider te kunnen waarderen en niet te denken: 'Oei, nu gaat ze er weer snel overheen'. Jongeren (net als iedereen) hebben een persoonlijk tempo dat door de eigen draagkracht wordt gestuurd (Maes, 2007).

### **Gevoelens**

Jongeren hebben nog niet zoveel woorden voor diepere dingen in zichzelf. Ze zoeken naar iets dat in hen weerklank vindt, ze zoeken herkenning in bv muziek, gedichten of film. Het meisje vragen om een lied mee te brengen dat haar gevoelens uit, kan veel verhelderen voor haar en voor de begeleider. Een collage / knipselkrant maken, een tekening, een schets van hoe ze zich van buiten toont naast één van hoe ze zich vanbinnen voelt, een groepsfoto waarin zij kan aanduiden met welke figuur ze zich identificeert in de klas, haar de gezinsleden (ook het kind dat ze verloor indien zij het verlies als dusdanig benoemt) laten plaatsen met poppetjes, kleien, zelf muziek spelen...Het zijn allemaal manieren waarin jongeren hun ervaringen en gevoelens kunnen delen waardoor hun eenzaamheid wat doorbroken wordt en waardoor je de kans krijgt om hun ervaringen te erkennen en te kaderen.

Het kan belangrijk zijn voor het meisje om wanneer de tijd rijp is, haar rouwperiode ritueel af te ronden. Een 'markeerdag' kan de uitgerekenende bevallingsdatum of de datum van de abortusingreep zijn, maar net zo goed is het haar eigen verjaardag of de sterfdag van een grootouder. De erkenning van haar verlies door de begeleider is erg belangrijk en misschien bereidt ze het ritueel samen met een hulpverlener voor. Tegelijk kan je als

Vanmechelen, B. (2008). Verwerking van abortus: een onzichtbaar proces bij jongeren?

*Zijanzicht*, 8(1): 2.4

begeleider het meisje bevestigen in de groei die ze de voorbije periode heeft doorgemaakt en hoe dit haar beïnvloedt heeft als persoon. Bevestiging van haar identiteit – gezien haar zich ‘anders-voelen’ – en de zingeving aan haar verlies betekenen veel voor haar.

**Bea Vanmechelen,**

stafmedewerker cRZ postabortus-begeleiding

### **Literatuur**

Evans, A. (2001) The influence of Significant Others on Australian Teenagers' Decision about Pregnancy Resolution. *Family Planning Perspectives*, 33, 5, 224-230.

Fiddelaers-Jaspers, R. (2005). Mijn troostende ik. Kwetsbaarheid en kracht van rouwende jongeren. Kampen: Kok-Tenhave.

Maes, J. (2007) Leven met gemis. Handboek over rouw, rouwbegeleiding en rouwtherapie. Leuven: Zorgzaam.

Nykiel, C. (1996). Working with the Bereaved Adolescent Mother: Challenges, Lessons, and Guidelines. *WISSPers* 3(1).

Riemslogh M, Vanmechelen B. (2003). Abortus voorgoed voorbij? Een hulpverleningsmodel. Leuven: LannooCampus.

Tonelli, M. (2006). Perspectives on Pediatric and Adolescent Gynaecology from the Allied Health Care Professional: Perinatal Loss and Adolescents. *Journal for Pediatric Adolescent Gynaecology*, 19, 247–8.