



Zichtbaar worden vanuit de schaduw

Hoe het proces van zingeving een rol speelt in herstel na seksueel trauma

Afbeelding voorblad: foto van eigen werkstuk

Juliette van der Werf

Studentnr: 1025015

juliette.vanderwerf@student.uvh.nl

Master Thesis

M3-MT_2021-2022: Master Thesis

Examinator en begeleider: Dr. R. Kruizinga

Meelezer: Prof. dr. G.E. Smid

Aantal woorden: 17226

20 augustus 2022

Voorwoord

In de aanloop naar het afbakenen van het onderwerp van deze thesis kwam ik nog enkele worstelingen tegen en was het even erg zoeken naar waar ik mijn thesis precies over ging schrijven. In mijn onderzoekopzet schreef ik nog over trauma in het algemeen. Dit werd in een gesprek met mijn begeleider en meelezer verder afgebakend naar seksueel trauma. Dat was even spannend omdat ik daar zelf ook ervaring mee heb. Maar het was tevens ook precies waardoor ik met toewijding kon beginnen aan het onderzoeksproces en het schrijven van deze thesis. Het onderwerp ging mijzelf aan en heel veel dingen die ik las hielpen mij ook verder in het denk en verwerkingsproces van mijn eigen trauma. Soms was het ook te confronterend, maar toch weerhield dat me niet om verder te gaan en nog meer artikelen te lezen. Ik voelde de noodzaak voor het onderwerp voor deze doelgroep. Een studiegenootje had me eens verteld hoeveel ze had gehad aan de begeleiding van een geestelijk verzorger in de psychiatrie. Zelf had ik deze begeleiding tijdens mijn traject gemist en miste daarin ook een stukje zingeving. De zingeving moest vooral uit mijzelf komen en dat terwijl ik er ook erg zoekende naar was en daar graag enige begeleiding in had gehad. Dit stimuleerde mij om te verkennen hoe zingeving een rol speelt in het herstelproces van slachtoffers van seksueel trauma. Daarnaast riep het bij mij de vraag op hoe de geestelijk verzorger nu op een goede manier kan bijdragen bij zingevingsvragen bij deze doelgroep.

In deze thesis heb ik veel antwoorden gevonden en ook enkele hiaten ontdekt. Wie weet betekent dit nog wat voor mijn eigen toekomstige carrière als geestelijk verzorger en kan ik zelf in de toekomst wel meer betekenen voor mensen met een achtergrond van seksueel trauma.

Deze masterthesis was niet op deze manier van de grond gekomen zonder hulp van anderen. Ten eerste wil ik mijn dank uitspreken naar mijn begeleider Renske en mijn meelezer Geert. Renske, je hebt me veel geleerd met betrekking tot schrijven in het algemeen en met je gerichte, duidelijke feedback ook geholpen meer uit mijn scriptie te halen. Tevens gaf je me het gevoel altijd tijd te willen maken om te luisteren naar mijn vragen en me verder op weg te helpen. Geert, je betrokkenheid was heel prettig en door de feedback die je gaf en de gesprekken die we hebben gehad heb ik meer verdieping in mijn scriptie kunnen krijgen. Verder wil ik Jitske bedanken voor de steun in het parallel proces dat we liepen in een voor ons beiden groot project. Ook gaat mijn dank uit naar Sietze, die veel moeite heeft gedaan om mijn scriptie na te kijken. Het was voor mij heel fijn om een extra paar ogen te hebben met

een kritische blik. Tenslotte wil ik mijn moeder bedanken, voor alle telefoontjes, alle steun in mijn leven in het algemeen maar ook zeker met betrekking tot de scriptie.

Samenvatting

Seksueel geweld tegen vrouwen is een groot gezondheidsprobleem en een aanslag op de mensenrechten. Daarom is het belangrijk dat slachtoffers van seksueel geweld zo goed mogelijk begeleid worden. Een overzicht over wat we nu weten over het proces van zingeving in herstel na seksueel trauma ontbreekt nog. In deze masterthesis wil ik bijdragen aan dit overzicht met betrekking tot zingeving in herstel na seksueel trauma en ook aan wat dit kan betekenen voor de interventies van de geestelijk verzorger.

Zingeving wordt in deze masterthesis onder andere gedefinieerd als een individueel proces, dat voor elke persoon weer iets anders betekent. Herstel is ook een individueel proces dat gedefinieerd moet worden door het slachtoffer. Het is gericht op het hervinden van de persoonlijke identiteit en het hernemen van regie op het leven. Zingeving is een belangrijke component in het herstelproces na trauma. Het gaat om het betekenis geven aan de eigen psychische problemen en aan gebeurtenissen in het eigen leven.

Uit deze masterthesis komt naar voren dat het proces van zingeving een grote rol speelt in het herstel van slachtoffers van seksueel trauma. Er bestaan verschillende manieren om zingeving te vinden in herstel na seksueel trauma. Een belangrijke factor in het vinden van zingeving in herstel is het helpen van anderen. Relaties spelen ook op andere vlakken een belangrijke rol bij zingeving in herstel. Het netwerk van het slachtoffer en de ondersteuning die het slachtoffer verleent aan het netwerk creëert zingeving. Hetzelfde geldt voor lotgenotencontact. Door middel van het delen van het eigen verhaal en horen van andermans verhalen leren de slachtoffers de ervaring anders te begrijpen, wat bijdraagt aan zingeving en herstel. Acceptatie van het trauma en zelfzorg droeg volgens de resultaten van dit onderzoek ook bij aan het vinden van zingeving in herstel. Slachtoffers voelden zich meer autonoom en minder afhankelijk van anderen en konden zich ontwikkelen tot een onafhankelijke sterke identiteit als vrouw. Ook onthulling van het trauma draagt bij aan zingeving vinden in herstel. Door de onthulling ervoeren slachtoffers een groter geheel van heelheid doordat ze belangrijke aspecten van zichzelf en het leven niet langer hoefden te verbergen. Een andere bron van zingeving in herstel bleek spiritualiteit en religie. Spiritualiteit wordt gebruikt als mechanisme voor zingeving en een doel in het leven, daardoor is het een duidelijke, versterkende bron van zin en harmonie voor overlevenden.

Tenslotte is het begeleiding bij zingeving in herstel na seksueel trauma in deze masterthesis onderzocht. Er bleek weinig literatuur te zijn waarin duidelijke interventies worden aangereikt voor de geestelijk verzorger. Wel kwam duidelijk naar voren, zoals eerder al vermeldt, dat er een grote behoefte bestaat naar zingeving bij slachtoffers van seksueel

trauma. Door middel van het bieden van een veilige basis in de begeleiding en vasthouden aan hoop en het concept van veerkracht van de cliënten, kan een uitreiking worden gedaan naar slachtoffers van seksueel trauma. Hierbij kan ook het begeleiden van onthullingservaringen en het begeleiden van het delen van het levensverhaal een rol spelen. Alert moet men zijn op secundaire traumatisering bij geestelijk verzorgers. Uit dit onderzoek komt daarom naar voren dat intervisie, supervisie en samenwerking tussen verschillende disciplines van groot belang is om de behoefte van zingeving in herstel van de cliënten te vervullen.

Inhoudsopgave

Voorwoord	4
Samenvatting	6
1. Inleiding	10
1.1 Theoretisch kader	10
<i>1.1.1 Seksueel trauma</i>	10
<i>1.1.2 Definitie van zingeving</i>	11
<i>1.1.3 Zingeving en trauma</i>	14
<i>1.1.4 Zingeving in herstel na trauma</i>	15
<i>1.1.5 Begeleiding bij zingeving na trauma</i>	16
1.2 Probleemstelling	18
<i>1.2.1 Wetenschappelijke relevantie</i>	18
<i>1.2.2 Maatschappelijke relevantie</i>	19
<i>1.2.3 Humanistische relevantie</i>	19
1.3 Vraagstelling	20
1.4 Definities	20
2. Methode	22
2.1 Procedure	22
2.2 Inclusiecriteria	23
2.3 Exclusiecriteria	23
2.4 Zoekstrategie	23
2.5 Studietoetsselectie proces	24
2.6 Data-analyse: verzamelen en samenvatten van de data	25
3. Analyse	26
3.1 Beschrijving van de geïncludeerde studies	40
4. Resultaten	41
4.1 De bijdrage van zingeving aan herstel na seksueel trauma	41
<i>4.1.1 Herstel en emoties</i>	41
<i>4.1.2 Het helpen van anderen</i>	41
<i>4.1.3 Zingeving in herstel in een groepsproces</i>	43
<i>4.1.4 Zingeving in herstel door begrip van het trauma</i>	44
<i>4.1.5 Zingeving in herstel door middel van kunst</i>	44
4.2 Manieren van zingeving creëren na seksueel trauma	45
<i>4.2.1 Ondersteunende relaties</i>	45
<i>4.2.2 Begrip ontwikkelen, schaamte loslaten</i>	45
<i>4.2.3 Acceptatie van het misbruik</i>	46
<i>4.2.4 Begrip van eigen overtuigingen</i>	47

4.2.5 Zingeving creëren uit een positieve verandering	48
4.2.6 Activisme	49
4.2.7 Zelfwaarde.....	50
4.2.8 Zingeving en onthulling	50
4.2.9 Spiritualiteit en religie.....	51
4.3 Begeleiding bij zingeving in herstel na seksueel trauma	52
4.3.1 Belang van begeleiding.....	52
4.3.2 De helende reis en spirituele zorg.....	52
4.3.3 Hoop	54
4.3.4 Onthulling van slachtoffers in begeleiding	54
4.3.5 Veiligheid binnen begeleiding	55
5. Conclusie	56
6. Discussie	58
6.1 Inbedding in theoretisch kader	58
6.2 De begeleiding van de geestelijk verzorger	59
6.3 Methodisch	61
6.4 Aanbevelingen voor de praktijk van de geestelijk verzorger	62
6.5 Aanbevelingen voor vervolgonderzoek.....	64
7. Literatuurlijst.....	66

1. Inleiding

1.1 Theoretisch kader

In dit inleidende hoofdstuk zal ik dit onderzoek kaderen doormiddel van een theoretische introductie en een probleemstelling, waaruit de onderzoeksvraag zal voortkomen. Daarnaast zal ik de gebruikte definities weergeven.

1.1.1 Seksueel trauma

Geweld tegen vrouwen - geweld door een partner en seksueel geweld - is een groot gezondheidsprobleem en een aanslag op de vrouwenmensenrechten. De World Health Organization (WHO) stelt dat één op de drie vrouwen (30%) wereldwijd in haar leven in aanraking komt met fysiek en/of seksueel geweld door de partner of seksueel geweld door een buitenstaander.¹ Seksueel geweld is volgens de WHO 'elke seksuele handeling, poging tot seksuele handeling of andere handeling gericht tegen iemands seksualiteit met behulp van dwang, door een persoon, ongeacht de relatie tot het slachtoffer en in elke omgeving'.¹ Niet al het seksueel geweld leidt tot psychotrauma. Van psychotrauma spreekt men wanneer iemand een zeer ingrijpende of schokkende ervaring meemaakt, of een reeks van dergelijke ervaringen. Er is hierbij sprake van een feitelijke of dreigende dood, ernstige verwonding, ernstige en/of langdurige (emotionele) verwaarlozing of seksueel geweld. Dit hoeft echter niet altijd te leiden tot psychotrauma - en stress gerelateerde stoornissen.² Mooren (1998) verwijst naar het concept trauma bij een emotionele shock, die een verstoring veroorzaakt van de mentale functies. Seksueel geweld vormt een ernstig gevaar voor de mentale gezondheid. Het verwerken van trauma kan een grote invloed hebben op iemands overtuigingen en kan resulteren in een onverenigbare kijk op de wereld of zichzelf. Traumatische gebeurtenissen dagen de kernovertuigingen van iemand over zichzelf, anderen en de wereld uit en dwingen mensen te zoeken naar een geïntegreerde betekenis (Roth & Newman, 1991). Het creëren van zingeving gedefinieerd als een proces waarbij het slachtoffer haar waarneming van een pijnlijke ervaring veranderd, kan een fase zijn in de behandeling van trauma. Het is een proces waarbij er een cognitieve en affectieve verandering optreedt in de manier waarop het slachtoffer de traumatische ervaring waarneemt (Marotta-Walters, 2015).

¹ Geraadpleegd op 28 juni 2022 op <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>

² Geraadpleegd op 28 juni 2022 op [https://www.ggzstandaarden.nl/zorgstandaarden/psychotrauma-en-stressorgerelateerde-stoornissen/over-psychotrauma-en-stressorgerelateerde-stoornissen#:~:text=De%20term%20psychotrauma%20verwijst%20naar,emotionele\)%20verwaarlozing%20of%20seksueel%20geweld.](https://www.ggzstandaarden.nl/zorgstandaarden/psychotrauma-en-stressorgerelateerde-stoornissen/over-psychotrauma-en-stressorgerelateerde-stoornissen#:~:text=De%20term%20psychotrauma%20verwijst%20naar,emotionele)%20verwaarlozing%20of%20seksueel%20geweld.)

Wright et al. (2007) stellen dat slachtoffers van seksueel geweld door het *focussen op het positieve in zichzelf* en het *zoeken en vinden van persoonlijke betekenis in het misbruik*, zich beter kan aanpassen aan het posttraumatische leven met nieuwe zingeving en een nieuw perspectief. Geestelijk verzorgers kunnen helpen bij het creëren van zin in het leven na het seksueel trauma. Hoe de geestelijk verzorger bij kan dragen aan het proces van zingeving na seksueel trauma, is echter nog onduidelijk.

Uit onderzoek van Rudolfsson (2015) blijkt dat 75% van de pastoraal werkers in aanraking komt met slachtoffers van seksueel misbruik. Ook geestelijke verzorging is een discipline die veelvuldig te maken heeft met getraumatiseerde mensen, bijvoorbeeld rond huiselijk en seksueel geweld. Dit roept vragen op hoe deze beroepsgroep een rol kan spelen bij de begeleiding van mensen met traumatische ervaringen. Ze kunnen een rol spelen bij de spirituele en existentiële zoektocht van getraumatiseerde mensen (Ganzevoort, 2019). De geestelijk verzorger kan in gesprek gaan met mensen over de wijze waarop ze omgaan met traumatische ervaringen en de veerkracht benoemen die daaruit spreekt of met hen de mogelijkheden daarvan verkennen (Scholte, 2019).

Voor ik verder in ga op de begeleiding van geestelijk verzorgers bij zingeving, zal ik in de volgende paragraaf eerst de definitie van zingeving zoals die gebruikt wordt in deze masterthesis formuleren.

1.1.2 Definitie van zingeving

Zingeving is een belangrijk aspect in het dagelijks leven van mensen (Bonnano, 2013; Park, 2016; Park & George, 2013). Victor Frankl omschrijft in zijn boek *The will to meaning*, de noodzaak van de mens naar het vinden van betekenis en waarden in het leven. Volgens Frankl is zingeving zelfs essentieel voor het overleven van trauma en lijden. Zingeving lijkt nog belangrijker te zijn wanneer mensen traumatische gebeurtenissen meemaken (Bonnano, 2013; Harvey, 1996; Park, 2006; Park, Mills & Edmondson, 2012; Schuhmann & van der Geugten, 2017). Met name in het herstel van stressvolle of traumatische gebeurtenissen speelt zingeving een grote rol (Park & George, 2013).

Er worden verschillende definities van zingeving gebruikt in de literatuur. Park en Folkman (1997) evalueerden diverse conceptuele en operationele definities van zingeving en ontwierpen van daaruit een zingevingsmodel. Park heeft dit model gebruikt in haar onderzoek over omgaan met trauma, dat voortbouwt op het werk van Frankl (2006, 2016). Ook is dit zingevingsmodel in verschillende literatuur over zingeving gebruikt (Bonnano, 2013; Spero,

2016; Kopacz et al., 2019). Het zingevingsmodel van Park en de definitie van zingeving die zij gebruikt zal daarom in dit onderzoek centraal staan.

In haar zingevingsmodel maakt Park (2006; 2010; 2016) een onderscheid tussen ‘global meaning’ en ‘situational meaning’. Global meaning ontstaat vroeg in het leven en is gebaseerd op basis van ervaringen en fundamentele overtuigingen van mensen over zichzelf, de wereld, de plaats in de wereld en het gevoel van zingeving, net als de doelen en waarden die ze hebben (Park, 2010, 2016). Global meaning bestaat uit drie aspecten: overtuigingen, doelen en subjectieve gevoelens. Overtuigingen zijn de kernschema’s van waaruit mensen de eigen ervaringen in de wereld interpreteren. Doelen verwijzen naar de idealen of toestanden die mensen willen bereiken of willen behouden. Zoals relaties, werk, rijkdom, kennis en prestatie. Subjectieve gevoelens verwijzen naar de betekenisgeving of de zin van het leven, die voortkomt uit iemands daden en gericht is op toekomstige doelen (Park 2006).

Situational meaning staat voor de betekenis in context van een bepaalde omgeving. Het verwijst naar de manier waarop mensen een specifieke gebeurtenis begrijpen, construeren of betekenis geven aan de specifieke gebeurtenis (Park, 2010; Park & George, 2013).

Situational meaning staat in relatie tot global meaning, in de context van een bepaalde situatie. Het beïnvloedt iemands interpretatie en daaropvolgende reacties op die situatie. Het omvat de betekenissen die aan deze ervaringen worden toegekend (Park, 2016).

Het zingevingsmodel van Park wordt hieronder schematisch weergegeven (Park & George, 2013; zie figuur 1). Situational meaning wordt onder de streep weergegeven en omvat vier afzonderlijke componenten: de inschattingen van stressoren, de inschattingen van de mate waarin deze stressor iemands global meaning schendt, de zingevingsprocessen en gecreëerde zingeving.

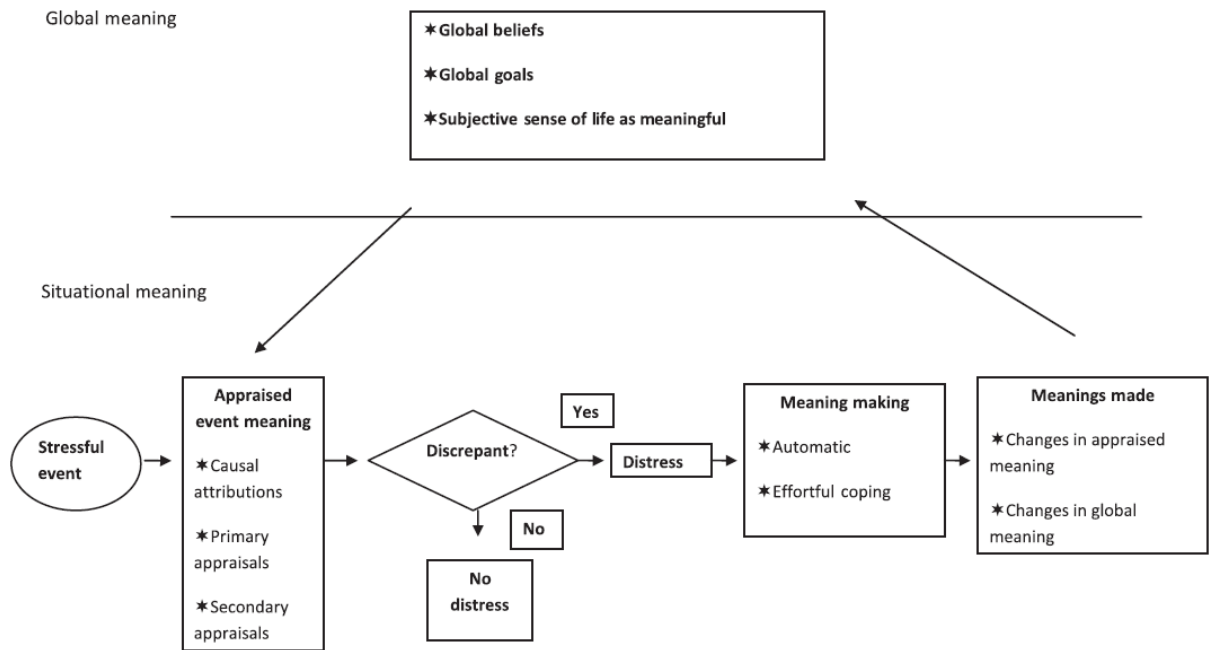


Figure 1. The meaning making model.

Bron: Park & George 2013, p. 484.

Een ander belangrijk aspect dat centraal staat in zingeving zijn de relaties met anderen (Harvey, 1996; Janeoff & McPherson Frantz, 1997). Alma (2020) schrijft in haar boek *Het verlangen naar zin*, ook over het belang van relaties en verbinding. Zij stelt dat zoeken naar zin vraagt om een ander soort logica, namelijk dat niet wat ons scheidt maar wat ons verbindt in relaties centraal staat en waarin veranderlijke processen belangrijker zijn dan absolute zekerheden. Zeker na het doormaken van trauma speelt de omgeving en de relatie hiermee een rol (Harvey, 1996).

Zingeving kan op verschillende manieren worden geïnterpreteerd. Eerder in deze masterthesis werd gesproken over het creëren van zingeving. Hierbij gaat het om het effect van zingeving als resultaat voor een individu. Zingeving kan ook worden geschaard onder de interventies die een geestelijk verzorger pleegt om bij te dragen aan het proces van zingeving van de cliënt, of zelfs als doel van de geestelijk verzorger. In deze masterthesis gaat het om zingeving als proces en het resultaat van het proces van zingeving bij de cliënt. Ook van Agt (2017) stelt dat zingeving breed begrip is dat zowel naar het proces verwijst van mensen die bezig zijn met zoeken, ontdekken of vormgeven van betekenis en zin in hun leven, als naar het resultaat daarvan.

Zoals Braam (2022) beschrijft, blijken er meerdere plausibele definities van zingeving beschikbaar, die onderling zoveel verschillen dat ze niet zijn te integreren. Daarnaast blijkt dat

wat onder zingeving wordt verstaan onderhevig is aan verandering. In de Generieke Module Zingeving (de Generieke Modules worden gebruikt als handvatten voor hulpverleners) wordt daarom geen prioriteit meer gegeven aan een vastomlijnde definitie van zingeving. Leidend is wat de cliënt zelf onder zingeving verstaat, wat hij/zij aan zingeving heeft en ervan maakt (Braam, 2022). Om toch een kader te schetsen voor de betekenis zingeving is in deze masterthesis de definitie van Park gebruikt. Hier zal ook later in de thesis weer naar worden verwezen. Bij het gebruik van deze definitie als zingeving, wordt in deze masterthesis daarnaast het proces van zingeving en het resultaat wat hieruit voortkomt op het gebied van zin in het leven van de cliënt bedoeld. Wat zoals Braam (2022) omschrijft voor iedere cliënt weer anders is.

1.1.3 Zingeving en trauma

Zingevingstheorieën over trauma zeggen dat het leed dat op trauma volgt evenredig is met de schending van de algemene overtuigingen en doelen van de persoon (Park, 2006).

Zingeving kan global meaning herstellen wanneer deze is geschonden door een traumatische gebeurtenis. Park (2010) onderscheidt daarnaast ‘appraised meaning’, daarmee wordt bedoeld de betekenis die wordt gegeven aan een gebeurtenis. Volgens het zingevingmodel ontstaat er na een stressvolle gebeurtenis een tegenstrijdigheid tussen de appraised meaning en de global meaning. De mate van tegenstrijdigheid stelt het niveau van stress dat wordt ervaren vast. Zingeving speelt een rol bij de processen waarin mensen zich inzetten om deze tegenstrijdigheid te verkleinen (Park, 2010).

Er bestaat een discrepantie tussen onderzoek dat concludeert dat de zoektocht naar zingeving gerelateerd is aan minder stress (Davis, Nolen-Hoeksema, & Larson, 1998) en onderzoek die concludeert dat het is gerelateerd aan hogere niveaus van stress en disfunctioneren (Park, 2010). Ook Waters et al. (2013) stellen dat zingeving is geassocieerd met posttraumatische klachten. Toch vormen zingevingmodellen die veronderstellen dat stressvolle gebeurtenissen inbreuk maken op zingeving van mensen en vervolgens een proces van zingeving starten, een basis van een verscheidenheid aan benaderingen die worden gebruikt als klinische interventies voor herstel na trauma (Hayes et al., 2005; Kissane et al., 2019; Park, 2010; Park & George, 2013; Zheng et al., 2019). Een voorbeeld van een van deze benaderingen is expressief schrijven en het gebruik van woorden bij getraumatiseerde mensen (Zheng et al., 2019). Een andere benadering onderzocht door Kissane et al. (2019) werd omschreven als ‘*Meaning and Purpose therapy*’. Deze therapie focuste op de waarden van een persoon, de belangrijkste relaties, bronnen van voldoening, de rollen van het individu en

de toekomstige prioriteiten die het individu heeft om het leven ten volle uit te kunnen leven (Kissane et al., 2019). Om meer inzicht te krijgen in hoe zingeving een rol speelt in herstel na trauma is het van belang om te onderzoeken hoe deze interventies hierin een rol kunnen spelen.

1.1.4 Zingeving in herstel na trauma

Wat we weten over herstel na trauma is dat zingeving een belangrijk component is in het proces van herstel. Dit gaat volgens Leamy et al. (2011) om het betekenis geven aan de eigen psychische problemen en aan gebeurtenissen in het eigen leven. Ook gaat het om betekenis geven aan de relaties daartussen en de manier waarop dit heeft geleid tot de huidige situatie. Daarnaast wordt herstel gezien als een proces van het veranderen van iemands gedrag, waarden, gevoelens, doelen en vaardigheden om een bevredigend leven te leven binnen de beperkingen die zijn veroorzaakt door de psychische ziekte. Het omvat de ontwikkeling van nieuwe betekenis en doelen in iemands leven (Anthony, 1993). Herstel wordt gezien als een individueel proces dat gericht is op het hervinden van de persoonlijke identiteit en het hernemen van regie op het leven. Het gaat om de actieve acceptatie van kwetsbaarheden en de ontwikkeling van de eigen identiteit in het proces van herstel (Huber, 2014; Pettie & Triolo, 1999). Dit sluit goed aan bij de nieuwe definitie van gezondheid, waarbij gezondheid wordt gezien als het vermogen zich aan te passen aan de situatie en zelf regie te voeren over herstel en het leven, in het licht van de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen (Huber, 2014). Een ander belangrijk punt van herstel is dat herstel niet altijd samengaat met het afnemen of afwezig zijn van de symptomen (Anthony, 1993). Herstel kan worden bereikt in zowel het bestaan als afwezig zijn van symptomen (Chouliaria et al. 2014).

Herman (1992) stelt dat het herstel van een getraumatiseerde verloopt in drie fasen. In de eerste fase is de voornaamste taak van de begeleider, het verschaffen van veiligheid. Andere therapeutische werkzaamheden kunnen onmogelijk succes hebben als de veiligheid niet voldoende is gewaarborgd. De voornaamste taak in de tweede fase gaat over herinnering en rouw. In deze fase vertelt de overlevende het verhaal van het trauma. Door de reconstructie van het trauma kan de traumatische herinnering daadwerkelijk worden getransformeerd en kan zodoende in het levensverhaal van de overlevende worden geïntegreerd. In de derde fase gaat het over het weer tot stand brengen van een band met het dagelijks leven. Tijdens deze fase begint de overlevende in te zien dat anderen haar tot slachtoffer hebben gemaakt en gaat ze beseffen welke gevolgen dat heeft gehad. Haar relaties zijn op de proef gesteld door het

trauma en voor altijd veranderd, in deze fase moet de getraumatiseerde nieuwe relaties tot stand brengen (Hermans, 1992),

Herstel is daarnaast ook gekoppeld aan het eigen levensverhaal, het narratief. De beperkingen die iemand ervaart krijgen in het proces van herstel een andere plaats in het levensverhaal. Het ontrafelen en interpreteren van het eigen levensverhaal is daarbij een belangrijke stimulans in het herstelproces (Leamy et al. 2011). Volgens Smid & Jacobs (2022) richten geestelijk verzorgers zich op het herstel van zingeving door in te gaan op de betekenisgeving aan het trauma. Dit doen zij onder andere door de cliënt te ondersteunen vanuit de eigen kracht- en inspiratiebronnen, de gebeurtenis een plek te geven in het eigen levensverhaal, door het gebruik van narratieve gespreksmethodieken en rituelen.

De zoektocht naar zingeving en het reconstrueren van een eigen, positieve identiteit, kunnen belangrijk zijn in het herstelproces (Pettie & Triolo, 1999). In het reconstrueren van de eigen identiteit kan iemand worden uitgedaagd om zijn/haar ziekte te integreren in de identiteit. Doordat iemand een persoonlijke interpretatie toe brengt aan de ervaring, krijgt deze ervaring zin. Dit bevordert de integratie van de eigen identiteit. Deze betekenis of zin die men aan de ervaring koppelt, kan helpen in het verklaren, begrijpen en interpreteren van de ervaring (Pettie & Triolo, 1999).

Alma (2020) schrijft ook dat verhalen belangrijk zijn voor de richting van het proces van zingeving. Verhalen kunnen vanuit het verleden mogelijkheden openen naar de toekomst, dit tegen een achtergrond van een visie op goed (samen) leven. Hier komt die verbinding in relaties met elkaar weer terug. Herstel hangt ook samen met het verlangen naar verbinding, dat te koppelen is met het verlangen naar zin. Dit verlangen komt voort uit het menselijk vermogen om verder te kijken dan wat hier-en-nu gegeven is (Alma, 2020).

Geestelijk verzorgers zijn een deskundige gesprekspartners die steunen om de eigen situatie, vragen en uitdagingen onder ogen te komen. Deze kwaliteiten maakt geestelijke verzorgers wellicht goed gepositioneerd om mensen met een seksueel trauma te begeleiden in het herstel. Er is echter onvoldoende inzicht in het belang van zingeving in dit proces, en de mogelijke begeleidende rol van geestelijk verzorgers.

1.1.5 Begeleiding bij zingeving na trauma

Lely (2012) schetst een beeld over hoe overlevenden van traumatische ervaringen worstelen met het eigen zelfbeeld en de manier waarop zij naar de wereld kijken en deze zich aan hen voordoet. Vragen als ‘Waarom moest dit mij gebeuren?’ of ‘Hoe ga ik verder?’, dringen zich op. “Trauma, verlies, confrontatie met de dood of het blinde toeval kunnen een gevoel van

zinloosheid, leegte en verveling bewerkstelligen” (Lely, 2012, p. 14). In zulke situaties ontstaan vaak existentiële zingeingsvragen. Een professie die zich voornamelijk bezighoudt met existentiële zingeingsvragen is die van de geestelijk verzorgers. Geestelijk verzorgers zijn deskundige gesprekspartners die bij existentiële levensvragen steunen om de eigen situatie, vragen en uitdagingen onder ogen te komen.³ Lely (2012) onderbouwt ook dat het levensverhaal, trauma gerelateerde klachten en levensvragen nauw met elkaar verband hebben. Daarnaast blijkt narratieve samenhang ook een indicator te zijn voor het creëren van zingeving (Waters, 2013). Het construeren van een coherent levensverhaal, met het behandelen van de existentiële zingeingsvragen die na traumatische gebeurtenissen kunnen opkomen, is een belangrijk uitgangspunt voor de interventies van de geestelijk verzorger. Betekenis geven aan levensgebeurtenissen gebeurt vaak aan de hand van een verhaal. Door het vertellen van verhalen kunnen afzonderlijke gebeurtenissen een zingevend geheel gaan vormen. Dit doordat eerst het verhaal verteld wordt en vervolgens een reflectie plaats vindt op wat het verhaal betekent (Hartog et al., 2020).

Global meaning ontstaat in de vroege levensjaren (Park, 2010, 2016). Ook Alma (2020) schrijft dat ons leven al vanaf het allereerste begin waardegeladen is en dat het ontwikkelen van vertrouwen hierbij ook een rol speelt. Vertrouwen kan zich weer verder ontwikkelen in de relaties met anderen. Het verlangen naar zin komt al op in de vroegkinderlijke jaren van wat goed is en goed doet. Kinderen maken zich sociale verbeeldingen van het goede eigen en daarin liggen de diepste waarden van een gemeenschap besloten (Alma, 2020). De geestelijk verzorger kan in de begeleiding werken met dit verlangen naar zin. Hoe de geestelijk verzorger dit precies kan doen, is een vraag die wordt onderzocht in deze masterthesis.

Mooren (1998) stelt dat humanistische geestelijk verzorgers de primaire respons op trauma als herstellend moeten zien. Waar een stoornis de betekenis heeft van disfunctioneel of gestagneerd in een psychologisch proces, stellen humanistisch geestelijk verzorgers de vraag of het probleem of de cliënt moet worden gezien als stoornis. Ander onderzoek wijst uit dat het onderscheiden van een stoornis dan wel geen stoornis niet zo simplistisch is. Een bezwaar tegen diagnosticeren van een posttraumatische stressstoornis is dat de kernsymptomen van herbeleving, vermijding en hyperarousal een ‘normale’ reactie zijn op een ‘abnormale’ gebeurtenis of toestand (Aarts, 1999). Toch benadrukt Mooren (1998) dat in de benadering van de geestelijk verzorger de focus niet op de mogelijke stoornis is, maar op het zoeken naar

³ Geraadpleegd op 9 februari 2022 op <https://www.humanistischverbond.nl/watwedoent/humanistische-geestelijke-verzorging/>

zinggeving in de gebeurtenissen. Geestelijk verzorgers helpen de cliënten zo een traumatische gebeurtenis te integreren en verbinden met de eigen levenshouding en het eigen systeem van zinggeving. Het vinden van zin in het leven kan worden gezien als een proces dat mensen helpt met extreme stress of trauma (Mooren, 1998). Er is echter nog niet veel bekend over hoe geestelijke verzorging bij kan dragen aan het herstel van mensen die trauma hebben doorgemaakt en hoe zinggeving daar een rol in speelt. De vragen die hierbij spelen worden in de volgende paragraaf toegelicht.

1.2 Probleemstelling

Onderzoek laat zien dat er nog grote hiaten zijn in het onderzoek naar de rol die zinggeving kan spelen in herstel na trauma (Park, 2010; Calhoun, 1998; Waters, 2013). De studie van Van der Westhuizen (2022) liet zien wat zingevingsmechanismen waren bij vrouwen die slachtoffer waren geweest van seksueel misbruik op de kinderleeftijd. Er werd in deze scoping review echter geen onderzoek gedaan naar hoe die zingevingsmechanismen gekoppeld zijn aan herstel en hoe het proces van zinggeving een rol speelt in herstel na seksueel trauma bij volwassenen. Ook is er nog weinig bekend over de rol van geestelijk verzorgers bij vinden van zinggeving in herstel na seksueel trauma.

Een groot probleem is dat er in onderzoek veel verschillende operationele definities voor zinggeving worden gebruikt (Park, 2010; Brandstätter, 2012; Martela & Steger, 2016). Ook wordt zinggeving op veel verschillende manieren gemeten in onderzoek. Daarom is de doelstelling van dit onderzoek: het in kaart brengen van welke concepten van zinggeving een rol spelen in herstel na seksueel trauma, om inzicht te krijgen in hoe zinggeving kan bijdragen in het proces van herstel.

1.2.1 Wetenschappelijke relevantie

Er is behoefte aan een overzicht waarin alle literatuur omtrent zinggeving en herstel na seksueel trauma wordt samengevat om de gezamenlijke inzichten naast elkaar te kunnen leggen. Inzicht hierin kan van belang zijn voor toekomstig onderzoek naar zinggeving en seksueel trauma, om vanuit eenduidige concepten zinggeving te kunnen verbinden met de rol in herstel. De operationele definities van zinggeving en de meetinstrumenten die nu worden gebruikt in onderzoek zijn gebaseerd op verschillende theoretische grondslag (Brandstätter et al. 2012). De behoefte aan een overzicht van onderzoek over zinggeving na seksueel trauma,

zodat er vanuit eenduidige concepten zingeving kan worden gedefinieerd, laat de wetenschappelijk relevantie van dit onderzoek zien.

1.2.2 Maatschappelijke relevantie

Het levensverhaal en vertrouwen zijn elementen die een rol kunnen spelen in de begeleiding bij zingeving in herstel na (seksueel) trauma. Zoals Park (2016) stelt kan inzicht in hoe individuen omgaan en herstellen van trauma, nuttig zijn voor interventies na trauma en mogelijk zelfs ook voor de implementatie van programma's die de veerkracht van slachtoffers kunnen vergroten. Voor de interventies van de geestelijk verzorger is het relevant om duidelijkheid te krijgen hoe zingeving een rol speelt in herstel na seksueel trauma. Het inzicht krijgen in hoe de geestelijk verzorger in haar begeleiding van cliënten zingeving kan gebruiken in herstel na seksueel trauma, maakt dit onderzoek maatschappelijk relevant.

Daarnaast is deze masterthesis ook maatschappelijk relevant in het kader van de MeToo beweging. MeToo is een initiatief dat ontstaan is in 2017 tegen seksuele intimidatie, lastigvallen en aanranding, specifiek binnen de machtsverhouding van een werk- of onderwijsomgeving. Daarbij gaat het om de aantasting van de menselijke waardigheid en om geweld tegen vrouwen en minderjarigen.⁴ MeToo heeft vele mensen geholpen om de ervaring van seksueel geweld te onthullen. Deze masterthesis geeft seksueel geweld ook een stem en brengt de manier waarop vrouwen zingeving kunnen vinden uit de ervaring naar buiten.

1.2.3 Humanistische relevantie

Deze masterthesis is vanuit humanistisch oogpunt relevant, omdat het zicht kan geven op welke manier geestelijke verzorging kan bijdragen aan de begeleiding van slachtoffers van seksueel trauma. Een geestelijk verzorger komt in beeld als de vanzelfsprekende orde van het alledaags leven wordt doorbroken en draagt dan bij aan de begeleiding, hulpverlening en advisering bij zingeving en levensbeschouwing.⁵ Seksueel trauma is een duidelijk voorbeeld waarbij de vanzelfsprekende orde en het alledaagse leven wordt doorbroken. Daarom kan de geestelijk verzorger een belangrijke rol spelen bij existentiële vragen en zingevingsvragen. Zoals het Humanistisch Verbond stelt, geeft het humanisme inspiratie tot een mooi en zinvol leven. Het geeft inspiratie om jezelf en de maatschappij te ontplooiën en te ontwikkelen vanuit vrijheid, verantwoordelijkheid, waardigheid en kracht.⁶ Herstel is ook een proces dat te

⁴ Geraadpleegd op 14 augustus 2022 <https://www.amnesty.nl/encyclopedie/metoo-en-mensenrechten>

⁵ Geraadpleegd op 29 juli 2022 <https://vgvz.nl/over-de-vgvz/>

⁶ Geraadpleegd op 29 juli 2022 <https://www.humanistischverbond.nl/humanisme/wat-is-humanisme/>

maken heeft met ontplooiing en ontwikkeling. Weer een zinvol leven leiden na het overleven van seksueel trauma is voor veel slachtoffers een belangrijk doel in het herstelproces. Met deze masterthesis kan verkend worden waar de begeleiding bij zingeving van hulpverleners en in het bijzonder geestelijk verzorgers nog tekort komt. Door meer inzicht te krijgen in het proces van zingeving in herstel na seksueel trauma kan deze masterthesis een bijdrage leveren aan de slachtoffers van seksueel trauma en aan de hulpverleners en geestelijk verzorgers die de slachtoffers zullen begeleiden.

1.3 Vraagstelling

Het onderzoeksdoel leidt tot de volgende vraagstelling:

Hoofdvraag: Wat weten we nu over het proces van zingeving in herstel na seksueel trauma?

Deelvragen hierbij zijn:

1. Hoe kan zingeving bijdragen aan herstel na seksueel trauma?
2. Wat zijn manieren om zingeving te creëren in herstel na seksueel trauma?
3. Wat kan de rol van zingeving in herstel na seksueel trauma betekenen voor begeleiding van de geestelijk verzorger?

1.4 Definities

Zingeving: zingeving wordt in dit onderzoek gebruikt volgens de definitie van Park (2010). Park onderscheidt global meaning en situational meaning. Hierbij omvat global meaning de fundamentele overtuigingen over zichzelf en de wereld, de plaats en doel in de wereld en de waarden die daarbij horen. Situational meaning verwijst naar de betekenis in context van een bepaalde omgeving. Het verwijst naar de manier waarop mensen een specifieke gebeurtenis begrijpen, construeren of betekenis geven aan de specifieke gebeurtenis (Park, 2010, 2016). Zingeving betekent ook het zien en begrijpen van de situatie op een andere manier en het vernieuwen of vervormen van iemands overtuigingen en doelen om er weer meer samenhang in te krijgen (Park, 2006). Zingeving wordt in deze masterthesis ook gedefinieerd als een proces van mensen die bezig zijn met het zoeken, ontdekken of vormgeven van betekenis en zin in hun leven en het resultaat daarvan (Van Agt, 2017).

Herstel: een individueel proces waarin mensen leren omgaan met het leven, veerkracht ontwikkelen en het leven weer oppakken na ontwrichtende ervaringen. De mogelijkheden en krachten van de mens staan centraal in een herstelproces, de mens heeft de regie over zijn/haar eigen leven. In herstel gaat het om het herstellen van de identiteit, zelfbeeld, zelfvertrouwen en sociale relaties.⁷ Herstel is een uniek proces dat iemands houding, waarden, gevoelens, doelen, vaardigheden en/of rollen verandert. Het is een manier om een bevredigend, hoopvol en bijdragend leven te leiden, eventueel samen met de beperkingen door de mentale ziekte (Leamy et al., 2011)

Trauma: wanneer gebruikt in een psychologische of psychopathologische context, verwijst het concept trauma naar een emotionele shock, die een verstoring veroorzaakt van de mentale functies (Mooren, 1998). Wanneer iemand in reactie op een schokkende gebeurtenis blijft steken in een intense machteloosheid en daarbij vaak behorende gevoelens van intense angst, woede, afschuw of eenzaamheid, wordt er gesproken van een psychisch trauma of een traumatische ervaring.⁸

Seksueel geweld: is volgens de WHO elke seksuele handeling, poging tot seksuele handeling of andere handeling gericht tegen iemands seksualiteit met behulp van dwang, door een persoon, ongeacht de relatie tot het slachtoffer en in elke omgeving.¹

Geestelijk verzorger: een deskundige gesprekspartner die steunt om de eigen situatie, vragen en uitdagingen onder ogen te komen. Ze zijn vertrouwd met rauwe ervaringen en zingevingsvragen die daarbij horen.⁹ Geestelijk verzorgers zijn deskundig in het omgaan met levensvragen, zingeving, spiritualiteit en ethische afwegingen. De beroepstandaard geestelijk verzorger omschrijft het als volgt: “*Geestelijke verzorging is professionele begeleiding, hulpverlening en advisering bij zingeving en levensbeschouwing.*”⁵

⁷ Geraadpleegd op 9 februari 2022 op <https://www.ggzstandaarden.nl/generieke-modules/herstelondersteuning/samenvatting>

⁸ Geraadpleegd op 9 februari 2022 op <https://psychotraumanet.org/nl/wat-een-trauma>

⁹ Geraadpleegd op 9 februari 2022 Geraadpleegd op 9 februari 2022 op <https://www.humanistischverbond.nl/watwedoet/humanistische-geestelijke-verzorging/>

2. Methode

Om de hoofdvraag te beantwoorden, zal ik mij eerst gaan verdiepen in de literatuur over hoe zingeving kan bijdragen aan herstel na seksueel trauma. Daarbij zal ik gaan kijken hoe deze twee termen, zingeving en herstel aan elkaar gekoppeld zijn. Vervolgens zal ik gaan kijken naar de manieren waarop een slachtoffer zingeving kan creëren in herstel na seksueel trauma. Door het analyseren van de bovengenoemde literatuur zal ik ook conclusies trekken over wat zingeving in herstel na seksueel trauma betekent voor de begeleiding van de geestelijk verzorger.

Dit is een sociaalwetenschappelijk, theoretisch onderzoek, waarbij op een systematische manier is gezocht naar literatuur over het onderwerp. De vragen zijn beantwoord door het maken van een scoping review. Er is gekozen voor een scoping review omdat dit ruimte geeft om op een explorerende manier op zoek te gaan naar literatuur over wat er nu bekend is over het onderwerp. Een scoping review biedt boven een systematische review de mogelijkheid om breder te zoeken met meer inclusiecriteria (Munn et al., 2018). Met een scoping review kan beschikbare onderzoeksliteratuur samen worden gebracht en hiaten in het onderzoek naar het onderwerp worden geïdentificeerd. Ook kunnen werkdefinities en conceptuele grenzen van het onderwerp worden verduidelijkt (Peters et al., 2015). Tevens biedt een scoping review de mogelijkheid om in relatief korte tijd (vergeleken met een systematische review), een interessegebied te illustreren in termen van de hoeveelheid, aard en kenmerken van de al bestaande literatuur (Arksey & O'Malley, 2005).

2.1 Procedure

Eerst is de onderzoeksvraag geformuleerd: *Wat weten we nu over het proces van zingeving in herstel na seksueel trauma?* Vervolgens is er gekeken of er al publicaties waren over deze onderzoeksvraag. Hier kwam één belangrijke publicatie uit. Deze publicatie is van Van der Westhuizen et al. (2022) en gaat over zingevingsmechanismen bij kindermisbruik. Omdat deze publicatie niet specifiek ingaat op het proces van zingeving in herstel en specifiek ging over kindermisbruik en niet over seksueel trauma op de volwassen leeftijd, werd besloten dat er toch genoeg aanleiding was om verder te gaan met het huidige onderzoek. Op basis van de onderzoeksvraag zijn zoektermen geformuleerd voor de search. Hierbij werden ook inclusie en exclusiecriteria gevormd.

2.2 Inclusiecriteria

Studies waarin zingeving in herstel na seksueel trauma werd beschreven werden geïncludeerd.

Andere inclusiecriteria waren:

- Alle vrouwen die seksueel trauma hebben meegemaakt.
- Studies waarin naast vrouwen ook mannen waren geïncludeerd.
- Zowel mensen die een posttraumatische stressstoornis hadden opgelopen na het seksueel trauma, als mensen die dit niet hadden opgelopen.
- Studies in alle talen.
- Publicatie types: empirische studies, casestudies, kwalitatieve studies, kwantitatieve studies, mixed methods studies, systematic reviews, integrative reviews, scoping reviews, meta-analyses, theses en proefschriften.

2.3 Exclusiecriteria

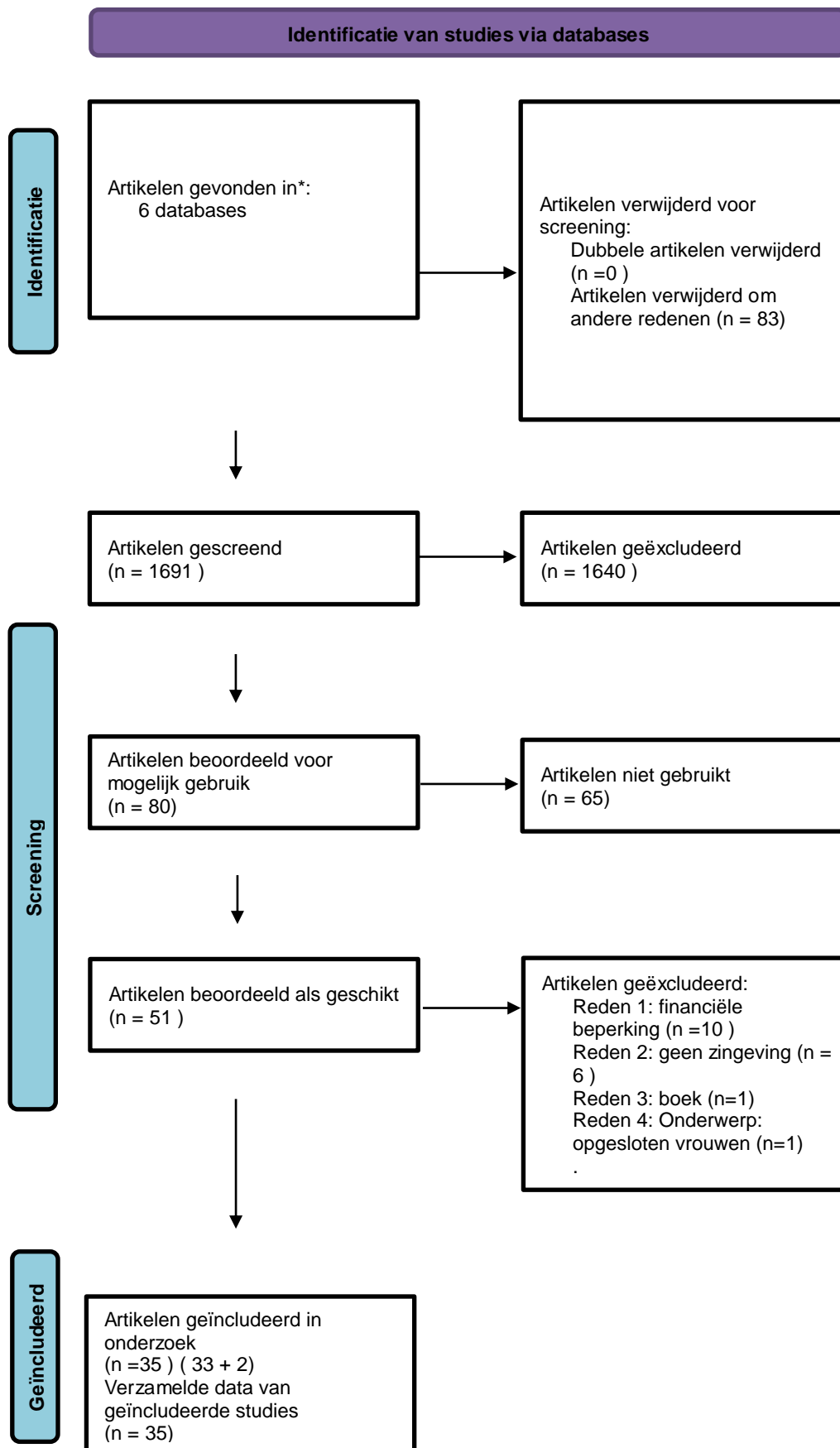
- Studies waarin alleen mannen werden onderzocht.
- Studies met respondenten jonger dan 18 jaar.
- Studies die niet over seksueel trauma gaan, maar over andersoortig trauma
- Publicaties types: boeken en boekrecencies

2.4 Zoekstrategie

Op 20 en 22 april 2022 zijn de volgende zes databases doorzocht: PsycInfo (Ovid), Ovid Medline, Embase (Ovid), Ovid Evidence Based Medicine Reviews (=Cochrane Library), PTSDpubs en Web of Science. Alle referenties werden geïmporteerd in Rayyan, een onlineprogramma voor het screenen, verzamelen en thematiseren van referenties. Samen met de ervaren bibliothecaris van Arq Library (Jonna Lind), en in overleg met de begeleider en mee-lezer zijn de zoekstrategieën ontwikkeld. De zoekstrategieën zijn proefondervindelijk getest en aangepast om ervoor te zorgen dat ze bekende in aanmerking komende artikelen identificeerden. De belangrijkste concepten passend bij het hoofdthema 'meaning making' waren als volgt: (meaningful* or ((making or make or made or remaking or remake or find* or "in life") , (event* or incident* or trauma* or past)) , or ((global* or situation* or context* or subjective).

De precieze zoektermen voor alle databases zijn op te vragen.

2.5 Studietoelating proces



Figuur 1. Studie selectieproces: stroomdiagram.

2.6 Data-analyse: verzamelen en samenvatten van de data

Er is een thematische analyse gedaan door te beginnen met een overzichtstabel te maken van alle geïncludeerde data. Bij een thematische analyse analyseert de onderzoeker de gegevens nauwkeurig om gemeenschappelijke en of overkoepelende thema's ideeën en patronen te identificeren (Verhoeven, 2020). Samenvattingen, methodologieën, bevindingen en discussies van alle 35 artikelen en dissertaties zijn gelezen. De definities van seksueel trauma en zingeving/het creëren van zingeving zijn eruit geselecteerd. De onderzoeksvorm, methode en demografische gegevens zijn genoteerd, net als de belangrijkste hoofdbevindingen. Ook is in de tabel van verzameling van de data vermeld op welke leeftijd het seksueel trauma plaats vond.

Bij het scannend lezen van de artikelen heb ik specifiek gezocht naar de woorden: 'meaning' en 'meaning making'. Ook heb ik gekeken naar vormen van herstel en de relatie tussen zingeving en herstel. Tenslotte heb ik gezocht op informatie over begeleiding in relatie tot zingeving. Thema's gerelateerd aan zingeving in verband met herstel, zingeving vinden in seksueel trauma en begeleiding bij zingeving in seksueel trauma zijn geselecteerd en gegenereerd op basis van de bevindingen van de opgenomen artikelen. Een eerste analyse is gelezen door de begeleider om feedback te geven op het overzicht en de gevonden thema's. De voorlopige analyse is opnieuw bekeken en subthema's en hoofdthema's zijn geselecteerd om patronen te vinden in de gegevens. Vervolgens is de analyse verfijnd en herschreven.

3. Analyse

Hieronder worden in een tabel beknopt alle 35 geïncludeerde studies weergegeven.

Tabel 1. Verzameling van de data.

Auteur/Jaar van publicatie	Land	Operationalisatie van seksueel trauma	Operationalisatie zingeving/ zingeving creëren	Onderzoeksaanpak/ Methode/ Respondenten/ Demografische informatie	Leeftijd tijdens seksueel trauma	Hoofdbevindingen
Anderson & Hiersteiner/ 2008	VS	Geen definitie gegeven	Geen definitie gegeven	Kwalitatief; N = 27; Ras: 1 biracial, 1 Afrikaans, rest Kaukasisch; Leeftijd: 26 –68; Gender: 2 M, 25 V	1-11 jaar	Onthulling, zingeving, ondersteunende relaties, narratief
Arias & Johnson/ 2013	VS	Geen definitie gegeven	Geen definitie gegeven	Kwalitatief ;N = 10; Ras: 2 Afrikaans Amerikaans, 8 Kaukasisch; Leeftijd:	Kinderleeftijd	Sociale ondersteuning, spiritualiteit, genezing

				44 – 56 jaar; Gender: 10 V		
Beveridge & Cheung/ 2004	VS	Geen definitie gegeven	Geen definitie gegeven	Casestudie; N = 1; Ras: Kaukasisch; Leeftijd: 29 jaar; Gender: V	10-12 jaar	Spiritualiteit, behandelingsprocess
Bogar & Hulse-Killacky/ 2006	VS	Geen definitie gegeven	Geen definitie gegeven	Kwalitatief; N = 10; Ras: 2 Afrikaans Amerikaans, 8 Kaukasisch; Leeftijd 30 jaar en ouder; Gender: V	Kinderleeftijd	Veerkracht, spiritualiteit, coping strategieën
Bryant-Davis & Wong/ 2013	VS	Geen definitie gegeven	Geen definitie gegeven	Review	Kinderleeftijd en volwassen	Religie, spiritualiteit, geweld, herstel
Chouliara, Karatzias & Gullone/ 2014	Schotland	“(…) sexual abuse is defined as any unwanted sexual contact or repeated exposure to sexual material (e.g. pornographic images)	Geen definitie gegeven	Kwalitatief; N = 22; Ras: onbekend; Leeftijd: 18+; Gender: V	Kinderleeftijd	Onthulling, herstel, veerkracht, zingeving

with a perpetrator prior to the age of 18 years; aged 18+ years; willingness to participate and able to give written consent” (p. 71) .

Daignaeault, Cyr & Tourigny/ 2007	Canada	Geen definitie gegeven	Geen definitie gegeven	Kwalitatief; N = 16; Haïtiaans en Québécois; Leeftijd: 13 – 17 jaar; Gender: V	Kinderleeftijd	Herstel, veerkracht, jeugdbescherming, adolescent
Dodgson/ 1996	VS	“(…) unwanted sexual experiences with persons unrelated by blood or marriage, ranging from attempted petting (touching of breasts or genitals or attempts at touching) to rape, before the victim turned fourteen years, and com	“(1) meanings about self: moving toward new understandings; (2) meanings about relationships with persons told: finding out who her real friends are; (3) meanings about childhood sexual	Kwalitatief; N = 8; Ras: 6 Kaukasisch, 2 Afrikaans-Amerikaans; Leeftijd: 27-46 jaar; Gender: V	Kinderleeftijd	Onthulling, zingeving creëren, relaties, genezing

pleted or attempted
 forcible rape experiences
 from the ages of fourteen
 to seventeen years
 (inclusive)” (p. 35).
 abuse as a social
 phenomenon: personal
 is political; and (4)
 meanings about
 disclosure: a healing
 process” (p.136).

Draucker/ 1992	VS	Geen definitie gegeven	Geen definitie gegeven	Kwalitatief; N= 11; Ras: 10 Kaukasisch, 1 onbekend; Leeftijd: 20- 64 jaar; Gender: V	Kinderleeftijd door familielid of verzorger	Incest, genezing, relaties
Duma, Mekwa & Denny/ 2007	Zuid - Afrika	Geen definitie gegeven	Geen definitie gegeven	Kwalitatief; N=10; Ras: onbekend; Leeftijd: 18 + Gender: V	Volwassenen	Herstel, keerpunten, ontwaken, acceptatie
Gall, Basque, Damasceno- Scott & Vardy/ 2007	Canada	Geen definitie gegeven	“Spirituality appeared to act as a source of support, to aid in the process of meaning- making, and to provide a source of inner strength and belief in	Kwalitatief; N = 101; Ras: 85.1 % Europees Canadees, 2% Zwart, 3% Arabisch, 6.9 % oorspronkelijk Canadees; Leeftijd: 19	Kinderleeftijd	Spiritualiteit, zelfacceptatie, hogere macht

			self for these women survivors” (p. 103).	– 66 jaar; Gender: 17.8% M, 77.2% V		
Gueta, Eytan & Yakimov/ 2020	VS	Geen definitie gegeven	Geen definitie gegeven	Kwalitatief; N = 14; Ras: Israëlich; Leeftijd: 23 – 63 jaar; Gender: V	Kinderleeftijd en bij volwassenen	Publiciteit, Onthulling, genezing, herstel
Harvey, Mishler, Koenen & Harney/ 2000	VS en Engela nd	Geen definitie gegeven	“Meaning (...) is a function of the context of its production, the theoretical perspective we bring to it, and the goals of our analyses” (p. 297).	Kwalitatief; N = 3; Ras: onbekend; Leeftijd: 42, 36 en 28; Gender: V	Kinderleeftijd en bij volwassenen	Herstel, zingeving, narratief
Houg/ 2008	VS	“(…): CSA consists of sexual acts inflicted upon children for the purpose of adult sexual stimulation(…)“contact sexual abuse,” which includes “sexually touching or penetrating a	Geen definitie gegeven	Kwalitatief; N = 14; Ras: 5 Kaukasisch Amerikaans, 6 Afrikaans Amerikaans, 2 Aziatisch Amerikaans, 1 Latijns Amerikaans; Leeftijd: 25 - 59 jaar;; Gender: V	Kinderleeftijd	Spiritualiteit, religie, herstel

child or coercing a child to sexually touch or penetrate the abuser” (p. 2).

Knapik, Martsolf & Draucker/ 2008	VS	Geen definitie gegeven	“Transformative meaning has two elements that are referred to as redemptive revival and inspiration”(p. 344).	Kwalitatief; N = 50; Ras: 23 Afrikaans Amerikaans, 18 Kaukasisch, overig onbekend; Leeftijd: 18 - 52 jaar; Gender: 27 V, 23 M	Kinderleeftijd en bij volwassenen	Spiritualiteit, herstel
Lebowitz & Roth/ 1994	VS	Completed rape	“(…) typically meaning is seen as accruing primarily from the interaction of life history, personality proclivities, and the particulars of the traumatic event” (363).	Kwalitatief; N = 15; Ras: Wit verder onbekend; Leeftijd: 19- 52 jaar; Gender: V	Verkrachting van volwassenen	Culturele overtuiging, verkrachting, traumatische ervaring

Millar & Stermac/ 2000	Canada	Geen definitie gegeven	Geen definitie gegeven	Kwalitatief; N = 6; Ras: 50 Kaukasisch, 50 % Canadees; Leeftijd: gemiddeld 36,67 jaar; Gender: V	Kinderleeftijd	Verslaving, herstel, behandeling
Olson/ 2015	VS	“(…) (i.e., attempted versus completed rape, inclusion of other forms of unwanted sexual experiences)” (p. 12).	Geen definitie gegeven	Kwalitatief; N = 12; Ras: 5 Kaukasisch, 4 multiraciaal, 1 Taiwanees Amerikaans, 1 Japans Amerikaans, 1 Chinees; Leeftijd: 19 - 61 ; Gender: V	Volwassenen	Veerkracht, post-traumatic growth, herstel, zingeving
Panepinto/ 2005	VS	Geen definitie gegeven	“(…) how something is related to or connected to something or someone” (p. 3).	Kwalitatief; N = 20; Ras: onbekend; Leeftijd: 18 – 45; Gender: V	Volwassenen	Verkrachting, zingeving creëren, relaties, herstel
Panichrat & Townshend/ 2010	Engeland	Geen definitie gegeven	Geen definitie gegeven	Kwalitatief; N = 7; Ras: 5 Engels, 2 onbekend; Leeftijd: 23 -57; Gender: 4 V, 3 M	Kinderleeftijd	Coping strategieën, herstel,

Pooler, Barros & Lane/ 2022	VS	“CPSAA happens when a person with religious authority uses their role, position, or power to sexually harass, exploit, or engage in sexual activity with a person in their care who is 16 or older” (p. 124).	Geen definitie gegeven	Mixed – Methods; N = 159; Ras: 129 Kaukasisch, 18 Afrikaans Amerikaans, 5 Spaans, 1 Aziatisch, 1 inwoner Stille Oceaan, 4 onbekend; Leeftijd: gemiddeld 47 jaar; Gender: V	Volwassenen	Misbruik door geestelijken, genezing, sociaal werk, veerkracht, geloof in God
Preston, Saigal, Barrie, McKinney, Mooney & Padala/ 2019	VS	Geen definitie gegeven	“(…)(1) creating a work or doing a deed, (2) experiencing something or encountering someone in a way to produce PTG, and (3) altering one’s attitude toward unavoidable suffering. These three domains have been identified as three areas of	Kwalitatief; N = 6; Ras: 4 Kaukasisch, 1 Latijns, 1 mixed; Leeftijd: 38-63 jaar; Gender: V	Volwassenen	Militair seksueel trauma, coping strategieën, zingeving

meaning-making in
one's life" (p.3).

Silver, Boon & Stones/ 1983	Canada	“(…) incest as explicit sexual contact between a female child and father or other adult male serving a father role” (p. 84).		Kwalitatief; N = 77; Ras: onbekend; Leeftijd: 18+; Gender: V	Kinderleeftijd	Incest, zingeving
Simon, Feiring & McElroy/ 2010	VS	“Sexual abuse was defined as sexual involvement with a juvenile or an adult perpetrator by coercion and typically involved physical contact (e.g., fondling or oral, anal, or vaginal penetration)”(p. 231).	“These activities pave the way for meaning making, a type of conceptual processing whereby youth can reappraise cognitive or emotional reactions to the abuse that undermine well-being and construct more adaptive meanings”(p. 229).	Kwalitatief; N = 121; Ras: 39% Afrikaans Amerikaans, 31% Wit, 21% Spaans, 9 % anders inclusief inheems Amerikaans en Aziatisch Amerikaans; Leeftijd: 54% 13 -17 jaar, 46 % 18 – 23 jaar; Gender: 76% V, 24% M	Kinderleeftijd	Zingeving creëren, narratief, PTSS, coping strategieën

Sing, Garnett & Williams/ 2012	VS	Geen definitie gegeven	Geen definitie gegeven	Kwalitatief; N = 10; Ras: Afrikaans Amerikaans; Leeftijd:18 +; Gender: V	Kinderleeftijd	Veerkracht, coping, religie, spiritualiteit, racisme
Smith & Kelly/ 2001	VS	Geen definitie gegeven	Geen definitie gegeven	Kwalitatief; N = 7; Ras: Kaukasisch; Leeftijd: 22 – 60 jaar; Gender: V	Volwassenen	Herstel, verkrachting, herkaderen van de verkrachting, herdefiniëren van het zelf
Strauss Swanson & Szymanski/ 2020	VS	“Sexual assault is defined as “a sexual act that is committed or attempted by another person without freely given consent of the victim or against someone who is unable to consent or refuse” (p. 653).	“(…)as a meaning-making process in which survivors learn to incorporate their trauma experience into reimagined and transformed views about themselves, others, and the world” (p. 454).	Kwalitatief; N = 16; Ras: onbekend; Leeftijd: 20 – 73 jaar; Gender: 13 V, 2 Genderqueer, 1 M & Genderqueer	Volwassenen	Genezing, activisme, post- traumatic growth, coping

Valentine & Feinauer/ 1993	VS	“The common pattern of incestuous abuse is of repeated and progressive sexual activity, usually when the victim is between the ages of 7 and 12 (Courtois, 1988)”(p. 216).	Geen definitie gegeven	Kwalitatief; N = 22; Ras: 22 Kaukasisch; Leeftijd: gemiddeld 39 jaar; Gender: V	Kinderleeftijd	Ondersteunende relaties, zelfrespect, religie of spiritualiteit, schuld, veerkracht
Van der Westhuizen, Walker-Williams & Fouché/ 2022	Zuid - Afrika	Geen definitie gegeven	“(…) meaning making is understood as the embodiment of new understandings and is an ongoing process of changing one’s view of the world and oneself, that has been disrupted by a traumatic event, to ultimately improve one’s well-being and instils growth (Linley	Scoping review; N = 57	Kinderleeftijd	Zingeving creëren, post-traumatic growth, relaties, spiritualiteit, religie, acceptatie

			& Joseph, 2005; Park & Ai, 2006)” (p. 2).			
Vasquez/ 2019	VS	“CSA is: an act in which the child/children are used to provide sexual gratification for the perpetrator/perpetrators including inappropriate sexual touching, invitations, and/or exhibitionism, inappropriate non-penetrative sexual interaction (digital penetration, fondling, and/or masturbation), attempted or actual anal and/or vaginal penetration, incest coerced or forced penetration” (p.1).	Geen definitie gegeven	Kwalitatief: N = 6; Ras: 2 Cubaans Amerikaans, 1 Argentijns, 1 Mexicaans Nederlands, 1 Mexicaans, 1 Spaans; Leeftijd: gemiddel 44,5 jaar ; Gender: V	Kinderleeftijd	Herstel, kunst, spiritualiteit, coping

Vilenica, Shakespeare -Finch & Obst/ 2013	Australië	Geen definitie gegeven	“Meaning making refers to a process of active cognitive engagement to restore or resolve ruptures or dissonance within one’s global sense of meaning after the experience of a life shattering event such as trauma (Park, 2010)” (p. 41).	Kwalitatief; N = 2; Ras: onbekend; Leeftijd: 44 - 52 jaar; Gender: V	Kinderleeftijd	Zingeving creëren, post-traumatic growth, genezing, turning points, onthulling
Walker-Williams & Fouché/ 2018	Zuid-Afrika	Geen definitie gegeven	Geen definitie gegeven	Kwalitatief; N = 5; Ras: 3 Zwart, 2 Wit; Leeftijd: 18 - 36 jaar; Gender: V	Kinderleeftijd	Veerkracht, post-traumatic growth, behandeling, zingeving creëren, religie
Wilson/ 2020	VS	Geen definitie gegeven	Geen definitie gegeven	Kwalitatief; N = 7; Ras: onbekend; Leeftijd: 39 – 64; Gender: V	Kinderleeftijd	Pastorale zorg, herstel, zingeving

Wright, Crawford & Sebastian/ 2007	VS	Geen definitie gegeven	“(….)meaning-making can be thought of as finding purpose in, or a reason for, the traumatic experience”(p. 598).	Kwalitatief; N = 60; Ras: 91.7 % Kaukasisch, overig onbekend; Leeftijd: gemiddeld 38.38; Gender: V	Kinderleeftijd	Coping strategieën, zingeving creëren, post-traumatic growth
Wright & Gabriel/ 2018	Engeland	Volgens HM Government (2015).	“Meaning-making, for this research, was defined as “the active process of transformation, or reconstruction of inner global views” (Vilencia et al., 2013, p. 41)” (p. 3).	Literatuur review; N = 15	Kinderleeftijd	Zingeving creëren, zelf-structuur, behandeling, herstel

3.1 Beschrijving van de geïncludeerde studies

Zoals te zien in tabel 1 zijn er vijfendertig (n=35) studies geïncludeerd die inzicht gaven in de rol van zingeving in herstel na seksueel trauma. Van de 35 studies waren 30 kwalitatief van aard, 2 literatuur reviews, 1 scoping review, 1 mixed method en 1 casestudie. 23 studies betrof onderzoek alleen naar seksueel misbruik op de kinderleeftijd, 8 studies betrof onderzoek alleen naar seksueel misbruik bij volwassenen en 4 studies betrof onderzoek naar seksueel misbruik bij zowel volwassenen als kinderen. Het grootste gedeelte van de onderzoeken werd gedaan in de Verenigde Staten (n=24), gevolgd door studies in Engeland (n= 3), Zuid-Afrika (n=3), Canada (n=4), Australië (n=1) en Schotland (n=1). Het overgrote deel van de respondenten was van Kaukasische afkomst. Vijf studies includeerden naast vrouwen ook mannen in het onderzoek en één studie includeerde een genderqueer respondent.

In de analyse die volgt worden de verschillende manieren beschreven waarop slachtoffers van seksueel misbruik zingeving vinden in herstel. Eerst zal uit de bevindingen van de geïncludeerde studies de bijdrage van zingeving aan herstel na seksueel trauma worden beschreven. Vervolgens worden manieren beschreven die het creëren van zingeving laten zien. Tenslotte zal de begeleiding bij zingeving in herstel na seksueel trauma aan bod komen.

4. Resultaten

4.1 De bijdrage van zingeving aan herstel na seksueel trauma

4.1.1 Herstel en emoties

In het vinden van zingeving in herstel, heeft het voelen van emoties een centrale plaats (Duma et al., 2007; Millar & Stermac, 2000). Duma et al. (2007) onderzochten vrouwen die op volwassen leeftijd recent seksueel misbruikt waren. De bevindingen laten zien dat vrouwen eigen mijlpalen van genezing of herstel identificeren. Waarin herstel onder andere het zin geven aan het leven en een doel vinden in het leven omvatte. Ook het praten over het seksueel misbruik zonder het voelen van dezelfde pijn die eerder gevoeld wordt bij het praten over het misbruik, was een teken van herstel volgens de slachtoffers (Duma et al., 2007). Millar & Stermac (2000) stellen dat het voelen van pijn en het omgaan met emoties een belangrijk onderdeel was van herstel. Dit bestond uit vier fasen waarvan het vinden van zin in de emoties er één van was. Wanneer respondenten affectieve ervaringen hadden geïdentificeerd, meldden vrouwen de behoefte om zin te vinden in de affectieve toestand, of antwoorden te vinden op de vraag: “Waarom voel ik me zo?”. Open en eerlijk praten over de emotionele pijn was ook onderdeel van het herstelproces en het vinden van zin in emoties (Millar & Stermac, 2000).

4.1.2 Het helpen van anderen

Een belangrijke factor in het vinden van zingeving in herstel na seksueel trauma blijkt altruïsme en het helpen van anderen. Preston et al. (2022) deed onderzoek naar vrouwen die op volwassen leeftijd seksueel misbruik hadden meegemaakt. Het vinden van een manier om zichzelf te genezen en iets terug te geven aan de wereld, omvatte het thema van zin geven aan het leven na een traumatische gebeurtenis. De respondenten uit het onderzoek gebruikten zinvolle mantra's zoals: “Just keep going, make it a better place” (Preston et al., 2022, p. 5). Deze mantra's droegen bij aan de groei van de individuen wanneer ze probeerden om zingeving te vinden in het leven na het trauma. De slachtoffers probeerden onder andere zingeving te creëren door het helpen van anderen, dit hielp hen in het eigen herstel (Preston et al., 2022).

Chouliara et al. (2014) deden onderzoek naar de vrouwen die in de kinderleeftijd seksueel misbruikt waren. Onder herstel verstaan zij een concept dat relateert aan afnemen van symptomen, het persoonlijke proces en de ervaring van de overlevenden over de tijd om een zingevend leven te bereiken na het misbruik. Herstel is volgens Chouliara et al. (2014), in staat zijn om een zingevend en bevredigend leven te lijden, gedefinieerd door ieder

persoonlijk. Hierbij kunnen symptomen nog bestaan of al afwezig zijn. Het gaat over de controle hebben over je eigen leven en elk herstel is een uniek en diep persoonlijk proces. Een persoonlijk, zinvol herstel is een lang proces of een reis die gebaseerd is op positieve aspecten zoals: hoop, veerkracht, participatie, inclusie, zingeving, doel, controle en zelfmanagement. Net als de respondenten in het onderzoek van Preston et al. (2022) omschreven de respondenten in dit onderzoek ook dat het helpen van anderen en iets terug kunnen geven aan de wereld een manier was om zin te geven aan het leven en te herstellen van het seksuele trauma. Ook steun van lotgenoten, zinvolle activiteiten, werkgelegenheid en het onderhouden van sociale netwerken bleken hier onderdeel van (Chouliara et al., 2014).

Draucker (1992) deed onderzoek naar het genezingsproces zoals de respondenten dit beschreven en includeerde daarin drie elementen: 1) het opbouwen van een nieuwe relatie met zichzelf om koestering en veiligheid te verzorgen; 2) het reguleren van relaties met anderen; 3) het beïnvloeden van de gemeenschap op een betekenisvolle manier. Een essentieel deel van het genezingsproces voor veel respondenten was dat ze herkenden dat ze een positieve impact konden hebben op de eigen wereld. Het model voor genezing dat Draucker (1992) ontwierp naar aanleiding van het onderzoek omvatte onder andere het creëren van zin door het helpen van anderen. Ook Phanichrat & Townshend (2010) concludeerden dat zingeving creëren door het helpen van anderen herstellend is. Respondenten rapporteerden dat ze zingeving vonden in de traumatische ervaringen door het helpen van andere overlevenden en dat dit hielp in het herstelproces. Een respondent uit het onderzoek zei het volgende: “I want to turn my negative experience into something positive. Not just for me but, perhaps, if I can help other guys to be more positive about their life” (Phanichrat & Townshend, 2010, p.72). Ook Dodgson (1996) bevestigt het effect van de sociale omgeving en dan met name in het zorgen voor zichzelf en voor anderen, hieraan verleenden overlevenden ook zingeving.

Gueta et al. (2020) stelt dat de motivatie van respondenten om anderen te helpen is geassocieerd met het verlangen om betekenis te halen uit het misbruik. Door het aanbieden van therapeutische hulp aan anderen, resulteerde dit weer in zelf-onthulling, om ook het eigen herstel te faciliteren. Zoals een respondent beschrijft uit het onderzoek van Gueta et al. (2020): “If you think about the assault story as something that you can help others with, I think it can give you strength to heal, because you need something meaningful in order to live.” (p. 630). Het helpen van anderen droeg volgens Strauss Swanson & Szymanski (2020) ook bij aan een groter gevoel van zelfrespect. Door anderen te helpen konden ze zin geven aan het leven, wat laat zien dat genezing niet alleen individueel plaatsvindt, maar ook collectief (Dodgson, 1996; Olson, 2015; Phanichrat & Townshend, 2010; Strauss Swanson &

Szymanski, 2020; Van der Westhuizen et al. 2022; Walker-Williams & Fouché, 2018; Wright et al., 2007). Door betrokken te raken bij bijvoorbeeld preventie- en voorlichtingsprogramma's met betrekking tot seksueel misbruik in de kindertijd, ontwikkelden sommige overlevenden een gevoel van verbondenheid en een doel binnen de gemeenschap (Dodgson, 1996).

4.1.3 Zingeving in herstel in een groepsproces

In groepsprocessen kan ook zingeving gevonden worden in herstel. Anderson & Hiersteiner (2008) concludeerden dat zingeving creëren uit het trauma zelfs een sleutelement is voor herstel. Uit het onderzoek bleek dat het delen van verhalen en het horen van verhalen van anderen in een groep mensen kan helpen om betekenis te geven aan het eigen verhaal. Het in een groep horen van andermans verhalen helpt slachtoffers verder te gaan dan het al bekende levensverhaal en het interactieve proces stelt ze in staat tot het creëren van nieuwe zingeving. Dit deden de slachtoffers onder andere ook door het lezen van andermans verhalen, om er zo achter te komen wie ze waren en zichzelf te positioneren in het eigen levensverhaal. Sommige respondenten lazen biografieën van andere mensen die tegenspoed hebben overwonnen om zo een context te creëren om het eigen trauma te begrijpen en ervan te herstellen.

Opvallend in het onderzoek van Anderson & Hiersteiner (2008) is dat de respondenten aangaven niet te kunnen genezen van het trauma. Dit omdat de respondenten zich niet konden voorstellen dat het trauma met de gevolgen en impact die dit heeft, het leven en identiteit niet meer zouden beïnvloeden. Herstel daarentegen was wel mogelijk volgens de respondenten. Onder herstel werd in dit onderzoek verstaan, het bereiken van een 'normaal' leven waarin het seksueel misbruik een onderdeel is van wie ze zijn, maar hen niet langer definieert. Belangrijke onderdelen van herstel zijn volgens Anderson & Hiersteiner (2008), het onthullen van het eigen verhaal, het zin geven aan het eigen trauma en het hebben van ondersteunende relaties. Zoals al eerder genoemd konden sommige respondenten zingeving vinden in het groepsproces. Het groepsproces was voor deze respondenten een uitdaging om ruimte te vinden voor het vinden van alternatieve betekenissen van het trauma. Dit, omdat sommige respondenten terughoudend waren om de sterke punten van de levensverhalen naar voren te brengen. Veel respondenten beschreven ook het belang van een professionele therapeutische relatie in het herstelproces, deze relatie hielp hen om de traumaverhalen te vertellen en te begrijpen (Anderson & Hiersteiner, 2008).

4.1.4 Zingeving in herstel door begrip van het trauma

Begrip ontwikkelen van het trauma is een manier om zingeving te vinden in herstel. Volgens Smith & Kelly (2001) is herstel een persoonlijk proces dat gedefinieerd moet worden door het slachtoffer en niet door professionals. Onderdeel van herstel is volgens hen begrijpen wat er met haar is gebeurd, het herkaderen van de verkrachting, of het vinden van een doel voor de verkrachting. Door het vinden van een doel voor de verkrachting vonden sommige respondenten zingeving. Sommige van de respondenten merkten dat ze door het herstellen van het trauma het leven weer meer gingen waarderen. Een respondent zei bijvoorbeeld: “I remind myself every day of how valuable this day is. . . .I have a reason to be here. (Theresa)” (Smith & Kelly, 2001, p. 346). Andere respondenten waren in staat een positief resultaat te zien naar aanleiding van de verkrachting. Een voorbeeld hiervan is dat een respondent geloofde dat herstellen van het trauma de relatie met haar vriend had versterkt. Olson (2015) vond ook dat het herkaderen van seksueel misbruik, of het vinden van een doel of zin in de ervaring, een belangrijk aspect was voor het herstelproces. Een ander onderdeel van het proces van herstel is volgens Olson (2015) het heropbouwen van het zelf. Onderdeel hiervan is accepteren, verbinding maken, het hervinden van kracht en het creëren van zin en een doel.

4.1.5 Zingeving in herstel door middel van kunst

Kunst kan ook een verband leggen tussen herstel en zingeving bij seksueel misbruik. Vasquez (2019) onderzocht hoe kunst invloed heeft op het herstelproces van de overlevenden van seksueel misbruik. Analyse van de data van de respondenten suggereerde dat het proces van schrijven, schilderen, tekenen en het gebruik van klei, een veilige plaats creëerde voor overlevenden om te veranderen en zin te geven aan de ervaringen. Het gaf de overlevenden de mogelijkheid om gedachten en gevoelens te uiten, dit bevorderde het herstelproces door het ervaren van een connectie met het zelf, kracht en innerlijke vrede. Deze connectie met het zelf, kracht en de innerlijke vrede is te verbinden aan spiritualiteit zoals beschreven door Puchalski (2014). Die in haar definitie van spiritualiteit ook spreekt over connectie met het zelf, het moment en anderen en waar het zoeken naar zingeving en een doel ook onderdeel van is (Puchalski, 2014). In het onderzoek van Wilson (2020) was er ook een respondent die door middel van schrijven zingeving vond. Het proces van schrijven zorgde dat ze dieper kon graven in het verleden en in haar trauma, dit gaf haar een perspectief als een volwassene. Door te reflecteren op het verleden kon ze ernaar kijken op een manier zoals ze dit als kind

nog niet had kunnen doen. Op deze manier bracht reflecteren tijdens het schrijven ook zingeving in herstel.

4.2 Manieren van zingeving creëren na seksueel trauma

4.2.1 Ondersteunende relaties

Meerdere onderzoeken (Anderson & Hiersteiner, 2008; Arias & Johnson, 2013; Choulaira et al., 2014; Dodgson, 1996; Panepinto, 2005; Valentine & Feinauer, 1993; Van der Westhuizen et al., 2022) benadrukken het belang van ondersteunende relaties bij zingeving in het herstelproces van de respondenten. Voor sommigen was een steungroep belangrijk voor het herstelproces, omdat dit het slachtofferschap erkende, de zelf-waarde bevestigde en ze bekrachtigde in het hebben van een eigen stem (Anderson & Hiersteiner, 2008). Voor overlevenden werden verbeterde verbindingen met anderen als zinvolle bronnen van steun beschouwd (Dodgson, 1996). Daarnaast worden steungroepen gezien als bron van zingeving en een veilige plaats, omdat overlevenden zich gesteund voelden bij de ervaring van andere mensen die hen begrepen en empathie lieten zien (Van der Westhuizen, 2022).

Voor andere slachtoffers kon kerkbetrokkenheid een goede uitlaatklep zijn. Het ondersteunende netwerk biedt mensen positieve interacties en helpt de slachtoffers ook bij het toekennen van zin aan gewelddadige ervaringen. Dit helpt vervolgens weer bij het bevrijden van schuld en schaamte (Valentine & Feinauer, 1993). In hetzelfde onderzoek bleek ook bij de respondenten, dat de kerk of religie hen hielp om de ervaring te begrijpen op een manier die hen vertrouwen gaf om vast te houden aan het leven en zin en een doel in het leven te vinden. Ze hadden het geloof om de ervaring te overwinnen (Valentine & Feinauer, 1993). Hieruit blijkt dat verschillende bronnen van relaties kunnen helpen met het creëren van zingeving na seksueel trauma.

4.2.2 Begrip ontwikkelen, schaamte loslaten

Begrip ontwikkelen en schaamte loslaten rondom het seksueel geweld is een manier om zingeving te creëren in herstel (Bogar & Hulse-Killacky, 2006; Daigneault et al., 2007; Wright & Gabriël, 2018). Uit onderzoek van Bogar & Hulse-Killacky (2006) bleek dat het vermogen om gedachten en emoties te overdenken de respondenten in het onderzoek hielp om effectief te functioneren en te reageren op kansen en verantwoordelijkheden in het leven. Tevens hielp het de respondenten een zinvol doel te ontwikkelen in het leven. Op deze manier konden ze de invloed die de misbruikervaringen op hen hadden, minimaliseren of zelfs

eliminieren. Zin geven aan het misbruik was ook een manier om de gevolgen van het misbruik af te sluiten. Dit deden ze door begrip te vormen over waarom het seksueel misbruik plaats vond. Deze persoonlijke zingeving weerspiegelde vaak de unieke kijk op het leven van de respondenten en was essentieel voor het vermogen om een einde te maken aan de impact van het misbruik in het verleden. Ook hielp zingeving bij het verwerken van negatieve emoties, zoals wrok, schaamte en woede die ze koesterden. Dit was volgens de respondenten weer essentieel voor het herstelproces (Bogar & Hulse-Killacky, 2006). Wright & Gabriël (2018) bevestigen dat zingeving een belangrijke rol speelt bij gevoelens van schaamte en schuld. Een belangrijke fase in de genezing van slachtoffers is de realisatie dat het misbruik niet de eigen schuld is. Dit kan leiden toe een heroverweging van de schuld, schaamte en het zelfverwijt (Wright & Gabriel, 2018).

Een onderdeel van het interviewmodel dat (Daigneault et al., 2007) gebruikten in het onderzoek was het creëren van zingeving. De geïnterviewden werden in twee groepen verdeeld en kregen beide een verschillende specifieke therapie. Uit het onderzoek bleek dat met het afnemen van symptomen, adolescenten in staat waren nieuwe emoties te voelen met betrekking tot het begrijpen van het verleden en zin te vinden in het heden en in het misbruik dat ze hadden ondergaan. Het onderzoek gaat niet verder in op de betekenis van herstel. Uit eerdere definities van herstel is het afnemen van symptomen daar vaak wel een onderdeel van (Chouliara et al., 2014). Daarom is te concluderen uit deze resultaten dat onder andere met het afnemen van symptomen en met het overdenken van emoties en gedachten, er begrip kan worden ontwikkeld in relatie tot het misbruik. Dit begrip kan weer leiden tot zingeving.

4.2.3 Acceptatie van het misbruik

Van der Westhuizen et al. (2022) vonden dat het belang van zelfzorg, zelfacceptatie en onafhankelijkheid een rol speelde bij het gevoel van zingeving bij vrouwen die slachtoffer waren van seksueel misbruik in de kinderleeftijd. Zo vonden ze zingeving in het zorgen voor zichzelf, houden van zichzelf en het creëren van geluk, met veiligheid en gezondheid als prioriteit. De prioriteit hiervoor en de innerlijke genezing blijkt een belangrijk mechanisme in het vinden van zingeving in het herstelproces. Een ander aspect van het ervaren van zingeving door slachtoffers was meer autonoom worden, minder afhankelijk van anderen en het ontwikkelen van een onafhankelijke, sterke identiteit als vrouw. Daarnaast is het voor zingeving van belang om de ervaring in een positief daglicht te stellen en te focussen op de lessen die uit de ervaring zijn geleerd, om zo vervormde gedachten en overtuigingen die het trauma bijbracht aan te vechten (Van der Westhuizen et al., 2022). Acceptatie was ook een

aspect dat naar voren kwam in een onderzoek van Wright & Gabriël (2018). Ze vonden dat zingeving een doorslaggevende rol speelt in de acceptatie van het misbruik. Respondenten zeiden dat integratie en acceptatie van het misbruik de overtuigingen die iemand had significant veranderde. Ook Dodgson (1996) schreef over acceptatie. Door de onthullingservaringen ontwikkelden overlevenden zelfinzichten die een versterkt gevoel van zelfacceptatie gaven. Wanneer anderen reageerden met ondersteuning en bevestiging op het verhaal versterkte dit ook het gevoel van zelfacceptatie (Dodgson, 1996).

4.2.4 Begrip van eigen overtuigingen

Door de eigen overtuigingen te begrijpen kunnen slachtoffers ook zingeving creëren (Lebowitz & Roth, 1994; Vilenica et al., 2013). Het begrip van slachtoffers van seksueel misbruik over de manier waarop hun overtuigingen gevormd zijn door de traumatische ervaringen konden bijdragen aan herstel (Vilenica et al., 2013). De vrouwen leerden te begrijpen dat de eigen opvattingen overtuigingen over de wereld waren bedoeld om ze te beschermen. In het helingsproces wat ze doormaakten realiseerden ze zich dat die bescherming niet langer relevant was. Door de overtuigingen in nieuw licht te zien wordt de rol van zingeving zichtbaar in het helen van het seksueel trauma (Vilenica et al., 2013).

Volgens Lebowitz & Roth (1994) staat zingeving centraal bij culturele overtuigingen. Zingeving was volgens hen een centraal aspect als reactie op trauma. Culturele overtuigingen zijn onderdeel van aspecten waaruit we betekenis verlenen. Wanneer iemand de wereld in wezen als welwillend ziet, zal de kijk op de wereld na een trauma waarschijnlijk abrupt veranderen en zal de wereld als kwaadaardig worden beschouwd. Dit heeft invloed op hoe vrouwen betekenis geven aan de verkrachting. De culturele context kan door zijn effect op betekenisystemen, de reactie van vrouwen naar aanleiding van het trauma op verschillende manieren beïnvloeden. Sommige zingevende constructies die vrouwen ervaren kunnen deel uitmaken van betekenisystemen die vóór de verkrachting aanwezig waren, waardoor de vrouw weinig ruimte ervaart om de verkrachting niet op een zelfvernietigende manier te begrijpen. Om deze zelfvernietigende manier te voorkomen en daarmee voortdurende hertraumatisering te voorkomen, kunnen vrouwen het trauma versterken. Dit kunnen ze doen door een beeld aan te nemen dat het mogelijk maakt de omgeving te ervaren als in overeenstemming met de eigen kijk op zichzelf. Zoals bijvoorbeeld te erkennen dat een verkrachting een veel voorkomend fenomeen is. Begrip hiervan werd door de vrouwen geassocieerd met stappen in de richting van herstel (Lebowitz & Roth, 1994).

4.2.5 Zingeving creëren uit een positieve verandering

Wright et al. (2007) vonden dat wanneer slachtoffers focusten op het positieve in zichzelf, het leven en op het zoeken naar zingeving in het misbruik, ze beter in staat waren zich te verhouden tot het leven na het trauma. Eén van de slachtoffers die zingeving had gevonden zei het volgende: “The meaning I have learned is that life may not always be fair and although there are few answers for the “whys”, we can still move forward and recover on a continual basis (...)” (Wright et al., 2007, p. 603). 29 vrouwen rapporteerden dat de zin die ze hadden gecreëerd vanuit het ervaren van misbruik, als positieve gevolgen in het leven naar voren kwamen. Sommige vrouwen stelden dat ze betere mensen of betere ouders waren geworden. Een manier waarop overlevenden zingeving vonden was door het begrijpen van de dynamieken in familie of de sociale omgeving van origine tijdens het misbruik. Deze manier van zingeving creëren was geassocieerd met minder sociale isolatie. Om zo zin te geven aan het trauma benadrukt het gevoel van de overlevenden dat hoewel ze een pijnlijke ervaring hebben doorgemaakt, ze er sterker uitkwamen en belangrijke copingsvaardigheden hebben geleerd (Wright et al., 2007). Met betrekking tot coping onderzochten Simon et al. (2010) verschillende copingstrategieën bij mannen en vrouwen die op de kinderleeftijd waren misbruikt. Ze vonden dat een copingstrategie van vermijding het vinden van zin in de traumatische ervaring belemmert. Slachtoffers met een vermijdende copingstrategie die toch probeerden zingeving te creëren suggereerden dat de misbruik ervaring weinig relevant was voor het huidige leven of identiteit. Slachtoffers met een constructieve copingstrategie waren wel in staat zin te creëren in de traumatische ervaring. Echter deze groep bestond maar uit 13,9 %. Deze manier van coping leidde ook tot het beste herstel (Simon et al., 2010).

Olson (2015) stelde dat de vraag: ‘Why me?’, belangrijk is in het creëren van zin, om betekenis te geven aan de tragische gebeurtenis. De vraag ‘Why me?’ heeft de potentie om zin te creëren vanuit het trauma en het hervinden van een doel in het leven. Ook al had de gebeurtenis op zich voor de meeste respondenten geen betekenis, respondenten konden wel zin creëren vanuit het lijden. Ze zagen het trauma als een ervaring om van te leren en een katalysator voor positieve verandering in het leven (Olson, 2015). Een respondent beschreef hoe ze zin creëerde vanuit haar ervaring van seksueel misbruik door te focussen op de manier waarop het haar persoonlijke groei had gestimuleerd:

“It definitely changes you. You probably see the world in a different way, but it always depends on how you think of this event...Some people just figure out the

reasons why my life is so bad or miserable, but I was trying to find a reason why my life is better” (Olson, 2015, p. 152.)

Ook Panepinto (2005) stelt dat de respondenten uit haar onderzoek zin vonden in de verkrachting die hen was overkomen, door manieren te vinden om het positieve uit een negatieve ervaring te halen. Twee respondenten gebruikten het werk dat ze deden om het positieve te halen uit de ervaring van verkrachting. In het werk ondernamen ze acties om andere slachtoffers van geweld te helpen. Dit gaf elk van de vrouwen het gevoel dat ze een belangrijke bijdrage leverden aan de samenleving, hiermee verhoogden ze het gevoel van eigenwaarde. Deze acties om andere slachtoffers te helpen, hielp deze vrouwen ook om zin te geven aan de trauma ervaring. Het bereiken van triomf uit een tragedie is ook een manier om lijden te verlichten. Doordat de vrouwen zin vonden in het herstelproces van het trauma, werd het lijden minder belastend (Panepinto, 2005).

4.2.6 Activisme

Strauss Swanson & Szymanski (2020) deden onderzoek naar het verband van activisme en het vinden van zingeving. Activisme bleek een bron van zin te kunnen zijn, een respondent zei: “I think it’s really great, like knowing that, like you’re doing something about it...” (Strauss Swanson & Szymanski, 2020, p. 659). Zoals de respondenten beschreven, hielp activisme hen te genezen door veranderend om te gaan met het trauma, de eigen gevoelens positief te uiten en zin te geven aan het misbruik door te werken aan verandering. Ook hielp het hen om controle terug te krijgen en een zinvolle band met anderen te ontwikkelen (Strauss Swanson & Szymanski, 2020). Panepinto (2005) bevestigt dit. Activisme is volgens haar een manier om zin te vinden uit de gebeurtenis van de verkrachting. Manieren vinden om kracht terug te vinden helpt overlevenden om het leven veiliger te maken. Verbinden met anderen, in het bijzonder andere overlevenden kan ook de veiligheid bieden van ondersteunende relaties om de zin van de verkrachting te onderzoeken en om te rouwen om de betekenissen die verloren zijn gegaan na de verkrachting (Panepinto, 2005). Wilson (2020) schrijft in zijn onderzoek ook over activisme en het helpen van andere overlevenden van seksueel misbruik. Deze activiteiten waren volgens de respondenten een manier om zin te vinden uit de ervaring van misbruik. Respondenten uit het onderzoek van Olson (2015) vertelden dat ze ook zin vonden door te pleiten voor verandering voor onderdrukte groepen.

4.2.7 Zelfwaarde

Meerdere onderzoeken laten zien dat het versterken van de zelfwaarde van slachtoffers het creëren van zingeving bevordert (Chouliaita et al., 2014; Dodgson, 1996; Preston et al., 2019; Singh et al., 2013).

Dodgson (1996) deed specifiek onderzoek naar onthulling van slachtoffers van seksueel misbruik. Zelfwaardering van overlevenden ontwikkelde zich vaak wanneer ze zich gesteund voelden en gevalideerd toen ze het misbruik openbaar maakten.

Knapik et al. (2008) beschrijven zingeving in de vorm van transformatieve zingeving. Ze kwamen tot de conclusie dat transformatieve zingeving ook geassocieerd is met een proces van inspiratie. Respondenten omschrijven een diepe behoefte, verlangen of hoop om iets te doen, bijvoorbeeld iets creatiefs met de gegeven giften die ze hebben ontvangen als resultaat van het geweld. Voorbeelden hiervan zijn, vrijwilligerswerk of een bijbelstudiegroep. Het deelnemen aan vrijwilligerswerk zou ook helpen voor het verbeteren van de slachtoffers zelfbeeld en zelfwaarde (Preston et al., 2019). Zelfwaarde benoemen Singh et al. (2013) ook in onderzoek. Het vinden van een gevoel van waarde speelt volgens hen een belangrijke rol in het zin geven aan de ervaringen van seksueel misbruik.

Choulaira et al. (2014) vonden dat psychologische interventies die het emotioneel welzijn op de langere termijn bevorderen ook de eigenwaarde versterken. Dit kan weer leiden tot het bevorderen van een persoonlijk zinvol herstel. Dit in tegenstelling tot interventies die voornamelijk gericht zijn op symptoomverbetering.

4.2.8 Zingeving en onthulling

(Publieke) zelf-onthulling bleek volgens verschillende studies een manier te zijn om zingeving te vinden en het herstel te vergemakkelijken (Gueta et al., 2020; Dodgson, 1996). Dodgson (1996) stelt dat de zin die overlevenden toeschreven aan het misbruik en onthullingservaringen minder te maken had met de reacties van anderen op de openbaarmaking, maar met de eigen bevestiging van het belang van een stem te hebben en te spreken over de misbruikgeschiedenis. Zo waren overlevenden actief bij het creëren van eigen zingeving en werden deze niet alleen gedefinieerd door hoe anderen reageerden. Een ander thema dat Dodgson (1996) tegenkwam was de zingeving die ze ontwikkelden over het seksueel misbruik als een sociaal fenomeen. Door de onthulling van familieleden en vrienden als reactie op de eigen onthulling en dus te leren over andere mannen en vrouwen die misbruikt waren, gingen de overlevenden de persoonlijke ervaring in een bredere context van

seksueel misbruik in de kindertijd zien. Het feit dat andere mannen en vrouwen ook seksueel misbruikt zijn, hielp de overlevenden het misbruik te zien als veel voorkomend sociaal fenomeen. Voor veel overlevenden leidde dit tot een sterk verlangen om deel uit te maken van sociale verandering en het voorkomen van seksueel misbruik in de kindertijd (Dodgson, 1996).

Een laatste thema dat Dodgson (1996) aansnijdt is het creëren van zingeving door onthulling als genezingsproces. Alle overlevenden in haar studie beschouwden onthulling als genezend en daarmee zingevend. Ze ervoeren een groter geheel van heelheid doordat ze belangrijke aspecten van zichzelf en het leven niet langer hoefden te verbergen. Ze ervoeren ook een gevoel van empowerment dat werd gekenmerkt door zelfgezag en de erkenning van het hebben van een keuze (Dodgson, 1996). In het zingevingsproces gekoppeld aan de onthullingservaringen ontwikkelden overlevenden ook nieuw begrip over zichzelf, ze integreerden het misbruik als een aspect van de eigen identiteit. Een respondent in het onderzoek van Dodgson (1996) benoemt deze integratie in haar eigen identiteit als een bron van kracht.

4.2.9 Spiritualiteit en religie

Meerdere onderzoeken brengen spiritualiteit in verband met zingeving (Gall et al, 2007; Knapik et al., 2008; Walker-Williams & Fouché, 2018; Houg, 2008; Vasquez, 2015). Gall et al. (2007) deden onderzoek naar spiritualiteit, en vonden dat dit een ondersteunende bron was in het vinden van zingeving voor de overlevenden. Ze brengen dit ook in verband met een hogere macht, waarin ze God beschrijven als een toevluchtsoord in crisissituaties die een veilige basis kan bieden voor het vinden van zin in bepaalde levensgebeurtenissen. Maar ook wanneer God wordt beschouwd als iets met meer afstand, beschrijven de overlevenden een behoefte aan spiritualiteit in het genezingsproces en de behoefte om zin te geven aan het trauma. Gall et al. (2007) concludeerden dat een relatie met een hogere macht mogelijk de persoonlijke groei van de overlevenden beïnvloedt, wat nauw verband houdt met het proces van zingeving en coping. De betekenis van het geweld was voor sommige respondenten door spiritualiteit veranderd van een negatieve levenservaring, naar één geassocieerd met goddelijke barmhartigheid. Spiritualiteit als een mechanisme voor zingeving en een doel in het leven is een duidelijke versterkende bron van zin en harmonie voor sommige overlevenden. Hoe meer overlevenden van kindermisbruik hechtten aan spiritualiteit, hoe meer ze een gevoel van traumaverwerking, zin en persoonlijke groei ervoeren (Gall et al., 2007).

In een studie van Houg (2008) hielp het geloof in God alle vrouwen (n=14) bij het herstellen van de gevolgen van het misbruik. Enkele vrouwen vertelden dat God een rol speelde in het leven door zin te geven aan het misbruik of door het leven zelf zin te geven. Het geloof in God hielp hen in te zien dat het misbruik hen sterker maakte. Houg (2008) deed onderzoek naar spiritualiteit bij vrouwen die op de kindertijd seksueel misbruikt waren. Een functie van spiritualiteit volgens Houg (2008) is het verkrijgen van een doel van het misbruik. Dit houdt in dat er een gevoel van betekenis/zin is in wat er is gebeurd. Spiritualiteit biedt tevens de mogelijkheid om zin te creëren vanuit de chaos die is ontstaan als gevolg van het misbruik. Het helpt om betekenis te creëren uit verwarring en vergevingsgezindheid jegens zichzelf en anderen toe te staan. Door het creëren van zin vanuit de chaos helpt spiritualiteit mensen om de levensgebeurtenissen te begrijpen en er betekenis aan toe te kennen (Houg, 2008). Ook helpt religie en spiritualiteit in het herstelproces om met stress om te gaan en veerkrachtiger te worden (Van der Westhuizen, 2022).

Bryant-Davis & Wong (2013) schreven een review over seksueel misbruik bij kinderen en bij volwassenen. Ze concludeerden dat spiritualiteit overlevenden een bron kan bieden voor het creëren van zin uit ervaringen. Het zin geven aan gebeurtenissen kan leiden tot het bevorderen van veerkracht, genezing en het welzijn van de slachtoffers. Ook geeft religie en spiritualiteit overlevenden de mogelijkheid om zin te vinden en betekenis te geven aan het trauma dat zij hebben doorgemaakt (Bryant-Davis, 2013).

4.3 Begeleiding bij zingeving in herstel na seksueel trauma

4.3.1 Belang van begeleiding

Het belang van een therapeutische relatie is helpend bij het creëren van zin na het doormaken van seksueel trauma (Arias & Johnson, 2013; Anderson & Hiersteiner, 2008). Respondenten uit het onderzoek van Arias & Johnson (2013) gaven aan dat wanneer er eenmaal vertrouwen was in de therapeutische relatie, de therapie hielp om zin te geven aan de misbruikervaringen en om nieuwe manieren te vinden om hier mee om te gaan.

4.3.2 De helende reis en spirituele zorg

Volgens Wilson (2020) is het vinden van zingeving een heilige reis en is wandelen met iemand in dat proces zingevend op zichzelf. Wilson (2020) deed onder andere onderzoek naar pastorale zorg bij vrouwen die seksueel waren misbruikt als volwassene. Wanneer overlevenden vertellen over het trauma, moeten we luisteren naar hoe het vertellen van het

verhaal de overlevende helpt om zin te geven aan de strijd die ze ervaren. Daarnaast moet er aandacht zijn voor het erkennen van de pijn die ze hebben ervaren. Elke gedeelde waarheid is een volgende stap in de richting van het verlossen van de herinnering aan het trauma en kan de overlevende in staat te stellen in de toekomst een beter leven te leiden. Het verbinden van het trauma met theologische ideeën kan de overlevende ook helpen te genezen en zingeving te vinden (Wilson, 2020).

Beveridge & Cheung (2004) deden een casestudie naar een vrouw die in haar jeugd seksueel was misbruikt. Ze kwamen tot de conclusie, dat het verwoorden van de ervaring het slachtoffer hielp om persoonlijk zingevende inzichten te ontdekken en een positief beeld van haar eigen potentie te versterken. In deze casestudie werd gebruik gemaakt van een integratief interventie behandelingsmodel, die drie uitkomsten tot gevolg had: 1) het onderzoeken van onopgeloste, vervormde overtuigingen 2) begrip van de betekenis van spiritualiteit en 3) reconstructie van de zin van het leven, het zoeken naar het zelf en het opbouwen van relaties met anderen. De therapeut stelde de respondent ook in staat om zin en doel in het leven te vinden, door elke dag iets te doen om het slachtoffer haar sterke punten te laten ontdekken en haar ziel te koesteren. Door een lijst te maken van dingen die ze kon doen om zichzelf te koesteren en te kalmeren, leerde de cliënt tijd te nemen voor spirituele zelfzorg. Beveridge & Cheung (2004) vonden dat met behulp van spirituele counseling in de context van de eerder genoemde integratietherapie, de therapeut hulpmiddelen heeft om de cliënten te helpen bij het verkrijgen van inzicht, het creëren van zin en vooruitgang. Het driefasige counselingsproces dat in deze casestudie wordt gepresenteerd laat drie klinisch relevante principes zien voor de behandeling van overlevenden van incest:

1. Het belang van het beoordelen van de impact van spirituele overtuigingen, dit omdat ze betrekking hebben op de betekenis van vergeving in het leven van de cliënt.
2. De relevantie van tegenstrijdige en vervormde waarden en religieuze dogma's bij het trauma van incest en hoe aandacht voor deze kwesties genezing kan vergemakkelijken.
3. De kracht van de geïndividualiseerde spirituele overtuigingen in groei, ontwikkeling en de controle over de omgeving.

Het is hierin belangrijk dat incest overlevenden met behulp van counseling door de integratieve ervaringen heen komen. Voor velen omvat dit proces het werken aan een gezond spiritueel fundament, waarin vervormingen in de overtuigingen kunnen doordringen in ieder facet van het proces. Op deze manier kan spirituele counseling onder andere bijdragen aan het vinden van zingeving (Beveridge & Cheung, 2004; Olson, 2015). Een counselor kan

slachtoffers ook aanmoedigen te reflecteren op hoe ze het beste opnieuw kunnen verbinden met zingeving en zin in het leven (Olson, 2015).

4.3.3 Hoop

Bogar & Hulse-Killacky (2006) concludeerden dat het heel belangrijk is voor counselors om de hoop te behouden dat overlevenden van seksueel misbruik kunnen helen. Het is het advies aan therapeuten om de demoralisatie en negatieve verwachtingen, geassocieerd met chronische cliënten, los te laten en een verwachting van positieve uitkomsten te ontwikkelen. Counseling technieken zouden moeten vasthouden aan het concept van veerkracht en de cliënten moeten behandelen op basis van krachten, in plaats van alleen te focussen op problemen (Bogar & Hulse-Killacky, 2006; Sing Garnett & Williams, 2012; Wilson, 2020). Harvey et al. (2000) vullen dit aan door te zeggen dat we niet alleen gefocust moeten zijn op verwachtingen en dat de verhalen van de slachtoffers vaak niet lijken op culturele verhalen of overeenkomen met huidige theorieën. Het is belangrijk dat we daarnaast luisteren naar de slachtoffers en de eigen inspanningen van de slachtoffers op het gebied van zingeving kunnen ondersteunen, zodat ze beter in staat zijn om door het proces van herstel naar nieuwe identiteiten te groeien. Pooler & Barros-Lane (2022) bevestigen dit en benadrukken dat het geloven van slachtoffers en ze valideren in de ervaring, een sleutelement is voor herstel.

4.3.4 Onthulling van slachtoffers in begeleiding

Onthulling is volgens Chouliaira et al. (2014) ook een belangrijk aspect van therapie in het proces van herstel en zin geven aan het leven. De studie moedigt training aan voor het begeleiden van onthulling van ervaringen van seksueel misbruik.

Dodgson (1996) schrijft over wat onthulling voor rol kan spelen in de begeleiding van slachtoffers van kindermisbruik. In de begeleiding van slachtoffers moeten ze zich bewust zijn dat openbaarmaking kan leiden tot significante veranderingen van de relaties van overlevenden met zichzelf, anderen en de gemeenschappen. Onthulling kan worden aangemoedigd als overlevenden relaties opbouwen waar meer openheid en verbinding speelt, dan kan de openbaarmaking een gevoel geven van empowerment en zelfgezag. Daarnaast kan de begeleiding een belangrijke rol spelen in het faciliteren van verdriet, verlies en woede van overlevenden, die gepaard kunnen gaan met verstoringen in relaties met bepaalde familieleden en vrienden (Dodgson, 1996).

4.3.5 Veiligheid binnen begeleiding

Veiligheid is een belangrijke basis in begeleiding van slachtoffers van seksueel trauma (Vilenica et al., 2013; Wright & Gabriël, 2018). Twee vrouwen uit het onderzoek van Vilenica et al. (2013) meldden dat in het werk met counselors het behulpzaam was om naar de kernovertuigingen te kijken, de impact hiervan op het leven en vervolgens te leren hoe ze nieuwe zelfcongruente overtuigingen konden creëren. Een ander belangrijk therapieproces dat Vilenica et al. (2013) stellen is om de slachtoffers een spiegel voor te houden om hen te helpen te laten zien wat voor hen misschien niet duidelijk is door gewoonte en vertrouwdheid. Werken binnen een vertrouwde therapeutische relatie die acceptatie biedt en niet oordelend is, kan individuen de veiligheid bieden die nodig is om diep naar vaak tegenstrijdige geloofsstructuren te kijken, zodat er verandering plaats kan vinden. Belangrijk is dan ook bij het werken met mensen die slachtoffer zijn van seksueel misbruik om alert te zijn op de bestaande overtuigingen die iemand heeft over zichzelf, anderen en de wereld. Zich bewust worden van wat deze overtuigingen zijn is de eerste stap in de weg om ze te veranderen (Vilenica et al., 2013). Ook Wright & Gabriël (2018) schrijven over een veilige en vertrouwde relatie. Binnen een veilige en betrouwbare therapeutische relatie is er ruimte en tijd om betekenis te geven aan de misbruikervaringen. Wat ook het potentieel herstel bevordert.

5. Conclusie

Dit literatuuronderzoek naar het proces van zingeving in herstel na seksueel trauma geeft weer waar het veld staat, wat er al bekend is over dit onderwerp en waar de hiaten liggen. Dit overzicht geeft antwoord op de hoofdvraag: *Wat weten we nu over het proces van zingeving in herstel na seksueel trauma?* Het geeft tevens weer wat er belangrijk is in de begeleiding bij zingeving in het herstelproces van slachtoffers van seksueel trauma.

Uit dit onderzoek kwam duidelijk naar voren dat er bij slachtoffers van seksueel trauma een grote vraag is naar zingeving in herstel. Hier ligt een kans voor geestelijk verzorgers, om buiten de eerst gebruikte behandelmethoden een uitreiking te kunnen doen naar slachtoffers om samen te kijken naar hun zingevingsvragen in het herstelproces.

Eén van de belangrijkste conclusies uit dit onderzoek is dat spiritualiteit een belangrijke bron is in de rol van zingeving in herstel na seksueel trauma (Gall et al, 2007; Knapik et al., 2008; Walker-Williams & Fouché, 2018; Houg, 2008; Vasquez, 2015). Het geloof in God was voor veel overlevenden een belangrijk bron voor zingeving in herstel (Gall et al, 2007; Houg, 2008). Spiritualiteit zoals gedefinieerd door Puchalski (2014) speelt ook een belangrijke rol bij zingeving in herstel na seksueel trauma. Overlevenden vonden in spiritualiteit een connectie met zichzelf en anderen en een gevoel van innerlijke vrede (Vasquez, 2019). Tevens biedt spiritualiteit overlevenden de kans om een doel te vinden uit het trauma, dit betekende voor de overlevenden dat ze betekenis/zin vonden in wat er was gebeurd (Houg, 2008; Bryant-Davis & Wong, 2013).

Een ander belangrijk aspect dat een rol speelt bij zingeving in herstel na seksueel trauma is de onthulling van het trauma (Dodgson, 1996; Gueta et al., 2020). Door onthullingservaringen ontwikkelden overlevenden een nieuw begrip over zichzelf. Ze integreerden het misbruik als een aspect van de eigen identiteit. Dit nieuwe begrip over zichzelf droeg bij aan het zingevingsproces (Dodgson, 1996).

Relaties waren ook een belangrijk aspect van zingeving in herstel na seksueel trauma (Anderson & Hiersteiner, 2008; Arias & Johnson, 2013; Choulaira et al., 2014; Dodgson, 1996; Panepinto, 2005; Valentine & Feinauer, 1993; Van der Westhuizen et al., 2022). Door middel van positieve interacties binnen ondersteunende relaties in steungroepen en in het eigen netwerk, kunnen de slachtoffers zin toe kennen aan de gewelddadige ervaringen (Valentine & Feinauer, 1993). Ook op andere manieren konden relaties en interacties met de omgeving bijdragen aan zingeving in herstel. Bijvoorbeeld doordat slachtoffers het idee hadden betere ouders te zijn geworden (Wright et al., 2007). Een andere respondent

benoemde zingeving te hebben gevonden in de relatie met haar partner die versterkt was gedurende het herstelproces (Smith & Kelly, 2001).

Een andere belangrijke manier om zin te vinden in herstel na seksueel trauma, is door middel van het helpen van anderen (Dodgson, 1996; Olson, 2015; Phanichrat & Townshend, 2010; Strauss Swanson & Szymanski, 2020; Van der Westhuizen et al. 2022; Walker-Williams & Fouché, 2018; Wright et al., 2007). Op deze manier konden de overlevenden zin geven aan het leven en vonden ze een gevoel van verbondenheid en een doel binnen de gemeenschap (Dodgson, 1996). Deze manier van het creëren van zingeving werkte ook bevorderend voor de overlevenden in het proces van herstel (Phanichrat & Townshend, 2010; Draucker, 1992).

Tenslotte beschrijft deze masterthesis nog bevindingen over de begeleiding van slachtoffers van seksueel misbruik, en de rol die begeleiders kunnen spelen in het vinden van zingeving in het herstelproces. Vertrouwen en veiligheid in de relatie met de begeleider blijkt een belangrijk aspect voor het slachtoffer om zin te kunnen vinden in het trauma (Arias & Johnson, 2013; Vilenica et al., 2013; Wright & Gabriël, 2018). Ook het gebruik maken van spiritualiteit in de begeleiding van overlevenden bleek een belangrijk bron van zingeving (Beveridge & Cheung, 2004; Olson, 2015). Een voorbeeld waarbij de begeleider gebruik kan maken van spiritualiteit in de begeleiding van overlevenden, is dat de begeleider het slachtoffer helpt te reflecteren op spirituele overtuigingen en vervormingen. Binnen het herstelproces helpt het reflecteren tot het creëren van een gezond spiritueel fundament, wat kan leiden tot zingeving (Beveridge & Cheung, 2004).

Net als al eerder beschreven kan onthulling ook bijdragen aan het vinden van zingeving in herstel (Choulaira et al., 2014; Dodgson, 1996). Begeleiders kunnen hierin een rol spelen door de gevolgen van de onthulling op bijvoorbeeld de omgeving te begeleiden.

In de discussie wordt verder ingegaan op kanttekeningen die moeten worden geplaatst bij dit onderzoek en de implicaties die dit onderzoek heeft voor vervolgonderzoek. Ook worden de resultaten in een bredere wetenschappelijke en maatschappelijke context geplaatst.

6. Discussie

Deze masterthesis geeft een overzicht over wat er tot nu toe bekend is in de literatuur over het proces van zingeving in herstel na seksueel trauma. De meeste studies die geïnccludeerd zijn (n=32), zijn kwalitatieve studies. Dit is passend bij het verkennen van de rol van zingeving in herstel na seksueel trauma, omdat zingeving in herstel subjectieve en unieke ervaringen zijn die kwalitatief het best te begrijpen zijn (Boeije, 2019).

6.1 Inbedding in theoretisch kader

De bevindingen in deze masterthesis zijn deels terug te leiden naar de gegeven definities in het theoretisch kader. In deze paragraaf zal ik deze verbinding verder uitwerken.

Uit de analyse bleek dat er maar één studie was die Park's definitie van zingeving expliciet gebruikte. Toch zijn de resultaten uit alle studies wel te herleiden naar het zingevingmodel van Park. Zoals beschreven in het theoretisch kader, onderscheidt Park (2006; 2010; 2016) twee onderdelen van zingeving. Global meaning en situational meaning. Onder global meaning worden onder andere de doelen verstaan die mensen hebben in het streven naar zingeving. Doelen op het gebied van bijvoorbeeld relaties en werk. Werk waarin vrouwen activiteiten ondernamen gerelateerd aan het helpen van andere slachtoffers, hielp de vrouwen in het herstelproces. Deze activiteiten gaven de vrouwen het gevoel een belangrijke bijdrage te leveren aan de samenleving. Daarnaast ontstond er een groter gevoel van eigenwaarde en hielp het ze zin te geven aan de traumaervaring (Panepinto, 2005).

Eigen overtuigingen, die onderdeel zijn van global meaning, speelden een rol bij het creëren van zingeving. Het was helend voor de vrouwen om de manier te begrijpen waarop de eigen opvattingen en overtuigingen werden gevormd door de traumatische ervaringen. Door overtuigingen in nieuw licht te zien werd de rol van zingeving zichtbaar in het helen van seksueel trauma (Vilenica et al., 2013; Lebowitz & Roth, 1994). Uit de resultaten bleek dat het begrip vormen over waarom het seksueel misbruik plaats vond, essentieel is voor zingeving in het herstelproces. De impact van negatieve emoties zoals wrok, schaamte en woede, werd verminderd door persoonlijke zingeving die de unieke kijk op het leven na het trauma van de slachtoffers weerspiegelde (Bogar & Hulse-Killacky, 2006). Dit hangt weer samen met de subjectieve gevoelens die onderdeel zijn van global meaning en verwijzen naar de betekenisgeving of zin van het leven, die voorkomt uit iemands daden en gericht is op toekomstige doelen (Park, 2006). Het omgaan met de subjectieve gevoelens was volgens de respondenten essentieel voor het herstelproces (Bogar & Hulse-Killacky, 2006). Uit deze

bevindingen blijkt dat zowel global meaning als situational meaning terug te leiden zijn naar de resultaten van deze masterthesis.

6.2 De begeleiding van de geestelijk verzorger

Er is nog niet veel bekend over de juiste begeleiding bij het vinden van zingeving in herstel na seksueel trauma. Mooren (1998) stelt dat in de benadering van de geestelijk verzorger, er een focus moet zijn op het zoeken naar zingeving in de gebeurtenissen en niet op de mogelijke stoornis. Wilson (2020) bevestigt dit, wanneer overlevenden vertellen over de meegemaakte verhalen moeten we kijken hoe we de overlevende kunnen helpen zin te geven aan de strijd die ze ervaren en hoe ze de pijn die ze hebben ervaren kunnen erkennen. Het werken aan een spiritueel fundament waarin de geïndividualiseerde spirituele overtuigingen kunnen groeien en kunnen ontwikkelen en het slachtoffer kan werken aan de controle over de eigen omgeving, is hier onderdeel van (Beveridge & Cheung, 2004). In de begeleiding van slachtoffers van seksueel misbruik speelt spiritualiteit en religie vaak ook een rol (Beveridge & Cheung, 2004; Olson, 2015). Religie is een manier waarop mensen kunnen leren omgaan met existentiële en zingeving gerelateerde vragen (Park, 2013). Rudolfsson & Tidefors (2013) stellen dat in vergelijking met individuen die niet seksueel zijn misbruikt, individuen die dit wel is overkomen er een negatiever beeld van God op na houden, meer woede voelen naar God en meer het idee hebben dat God op grote afstand is. In de begeleiding van slachtoffers van seksueel misbruik kan spiritualiteit of God dus een moeilijk facet zijn in het herstelproces. Daarentegen concludeerden Rudolfsson & Tidefors (2013) ook dat ondanks dat seksueel misbruik leidt tot een wantrouwen in God, vele slachtoffers toch verlangen naar een intieme relatie met God. Dit komt overeen met de studies van Gall et al. (2007) en Houg (2008). Hier ligt een kans voor de geestelijk verzorger. Psychologen zullen in het algemeen niet expliciet geschoold zijn om de religieuze behoeften van het slachtoffer te vervullen. Een geestelijk verzorger is dit wel. Daar ligt wel weer een kloof tussen de verschillende denominaties van geestelijk verzorgers. Een humanistisch geestelijk verzorger zal mogelijk ook moeilijker kunnen voldoen aan deze behoefte van de slachtoffers. Wel kan de humanistisch geestelijk verzorger bijdragen aan het proces van zingeving anders dan van religieuze aard. De humanistisch geestelijk verzorger staat open voor verschillende religies en kan wel samen met de cliënt kijken naar de spirituele overtuigingen van de cliënt en een rol spelen bij het exploreren van zingevingsvragen die naar voren komen in het herstelproces na seksueel trauma.

Het onderzoek van Rudolfsson & Tidefors (2013) werd gedaan naar pastoraal werkers.

Uit dit onderzoek bleek dat 75% van de pastoraal werkers te maken had gehad met slachtoffers van seksueel misbruik. Van daaruit is te zeggen dat zowel pastoraal werkers als geestelijk verzorgers toch handvatten moeten krijgen hoe ze kunnen omgaan met deze groep. Rudolfsson (2015) concludeerde dan ook dat het belangrijk is voor pastoraal werkers om ondersteuning en begeleiding te krijgen wanneer ze zich onzeker voelen over het geven van zorg aan slachtoffers van seksueel misbruik. Daarnaast is het ook van belang dat psychotherapeuten cliënten verwijzen naar een pastoraal werker of geestelijk verzorger wanneer er behoefte is aan gesprek over existentiële vraagstukken en zingeving. Dit ook omdat volgens Rudolfsson & Tidefors (2013) existentiële vragen en vragen over zingeving minder tot niet aan bod zullen komen bij therapeuten die niet religieus of spiritueel zijn opgeleid. De meeste slachtoffers van seksueel misbruik komen nu bij de psycholoog en worden daar niet tot nauwelijks begeleid met deze vragen. Hier ligt een duidelijk hiaat in de begeleiding van slachtoffers van seksueel trauma. In de huidige opleidingen psychologie in Nederland wordt onder andere gefocust op biologische, cognitieve en sociale theorieën, communicatieve en diagnostische vaardigheden, methodologische en statistisch kennis en reflectie. Zingeving is een aspect dat niet expliciet aan bod komt in deze opleiding.¹⁰ Daarom is de begeleiding van de geestelijk verzorger hier bij uitstek geschikt. De andere kant op is dit ook van belang. Volgens Cohan & Ashai (2020) die een overzichtsartikel schreven over het behandelen van slachtoffers van seksueel misbruik, werd in het verleden vaak alleen gebruik gemaakt van counseling en niet van behandeling die meer de diepte in gaat zoals psychotherapie. Opvallend in dit artikel is dat er niet gesproken wordt over zingeving of existentiële vragen. Net zoals in de opleiding psychologie lijkt dit in de huidige psychotherapie nog een ontbrekend onderwerp. Wel spreken ook Cohan & Ashai (2020) over het belang van veiligheid in de therapeutische relatie net als de onderzoeken van Vilenica et al. (2013) en Wright & Gabriël (2018), die dit bevestigen.

Uit het onderzoek van Rudolfsson & Tidefors (2013) bleek dat begeleiding van slachtoffers van seksueel misbruik soms tot secundaire traumatisering leidt. Bij secundaire traumatisering is de hulpverlener langdurig blootgesteld aan verhalen van getraumatiseerde personen. Hierdoor lijkt het alsof de hulpverlener zelf het trauma heeft meegemaakt omdat de hulpverlener zich dermate inleeft in het trauma (Donk, 2001). Onder andere daarom zou het voor een pastoraal werker soms beter zijn om slachtoffers door te verwijzen naar een andere professional, zoals een therapeut. Omdat deze beter geschoold zijn in het omgaan met

¹⁰ Geraadpleegd op 28 juli 2022 <https://www.rug.nl/bachelors/psychology/>

slachtoffers van seksueel misbruik. Gezien pastoraal werkers dicht bij de professie van geestelijk verzorgers komen, is dit mogelijk ook van toepassing op geestelijk verzorgers. Omdat die ook niet altijd de gespecialiseerde opleiding hebben voor het omgaan met dergelijke trauma's. Belangrijk voor het voorkomen van secundaire traumatisering is deelname aan begeleide intervisie, waarin ruimte is voor de belevingskant van de hulpverlener. Ook regelmatig contact met een supervisor om zicht te krijgen op de eigen coping-mechanismen is hier volgens Donk (2001) van belang. Hieruit blijkt dat samenwerking tussen verschillende disciplines een vereiste is voor goede zelfzorg van de hulpverlener. Lastig hierbij is de vrijplaatsfunctie van de geestelijk verzorger. Ook Smid & Jacobs (2022) schrijven hierover. Deze vrijplaatsfunctie houdt in dat de geestelijk verzorger vaak geen onderdeel uitmaakt van het behandelteam. Met betrekking tot samenwerken en het beter faciliteren van supervisie en intervisie zou een samenwerking tussen verschillende disciplines daarom een uitkomst zijn om onder andere secundaire traumatisering tegen te gaan. Maar voor deze masterthesis is een nog belangrijker punt dat het van belang is om de krachten van de verschillende disciplines te bundelen. Hierbij kunnen de geestelijk verzorgers een rol spelen bij de begeleiding van zingeving en kunnen andere hulpverleners een duidelijkere rol krijgen bij het begeleiden met bijvoorbeeld psychotherapie. Door meer samen te gaan werken en de krachten te gaan bundelen, kan secundaire traumatisering tegen worden gegaan, maar kan er ook meer worden toegespitst op de behoefte van de slachtoffers naar het vinden van zingeving in het herstelproces.

6.3 Methodisch

Er zijn nog enkele hiaten in deze masterthesis die betrekking hebben op de methode. Bij het zoeken naar literatuur is er gebruik gemaakt van zes verschillende databases. Deze zoekprocedure resulteerde in 1691 studies waarvan er uiteindelijk 35 voldeden aan de vooropgestelde inclusiecriteria. De dataselectie is gedaan door één persoon, wat mogelijk enige bias oplevert. Dit omdat deze persoon zelf ervaring heeft met het onderwerp en daardoor mogelijk anders selecteert dan een andere onderzoeker. Daarentegen zijn de in- en exclusiecriteria wel tot stand gekomen in overleg met drie andere personen. Ook zijn de uiteindelijke 'maybe's' (n=15) gescreend door een tweede persoon. Een andere kanttekening in deze studie is dat niet alle geselecteerde studies konden worden geïnccludeerd in dit onderzoek. Dit had te maken met financiële beperkingen waardoor niet alle volledige publicaties konden worden verkregen. Voor het doeleinde van een masterthesis zijn er wel

genoeg bronnen geïncludeerd (n= 35) om de vragen van het onderzoek te kunnen beantwoorden.

Een kanttekening die moet worden geplaatst is dat er relatief kleine groepen respondenten werden gebruikt, waardoor de bevindingen niet representatief zijn voor alle vrouwen in het proces van zingeving in herstel. Daarnaast betreft een groot aantal van de studies seksueel misbruik op de kinderleeftijd (n= 23), waardoor de bevindingen mogelijk ook minder representatief zijn voor vrouwen die seksueel trauma hebben doorgemaakt als volwassene. Behalve de kleine respondentengroepen en de vele studies op basis van seksueel misbruik op de kinderleeftijd, bestaat er ook nog een hiaat in dit onderzoek met betrekking tot verschillende culturele contexten. Het overgrote deel van de onderzoeken vond plaats in de Verenigde Staten, waarbij er wel enige variëteit in etnische afkomst was, maar die was toch voornamelijk Kaukasisch. Zoals ook Van der Westhuizen (2022) stelt is variëteit in etnische afkomst van belang omdat het proces van zingeving in herstel na seksueel trauma kan verschillen in verschillende culturele contexten. Verder onderzoek is nodig om het proces van zingeving in herstel na seksueel trauma te onderzoeken in deze ondervertegenwoordigde doelgroepen.

6.4 Aanbevelingen voor de praktijk van de geestelijk verzorger

De belangrijkste bevindingen uit dit literatuuronderzoek zijn te vertalen naar vier concrete aanbevelingen voor de begeleiding van slachtoffers van seksueel trauma

De eerste aanbeveling is dat geestelijk verzorgers aandacht geven aan de spirituele behoefte bij het begeleiden van slachtoffers van seksueel trauma. Zoals eerder gesteld is spiritualiteit, zowel gedefinieerd door Puchalski (2014) als meer op een religieuze wijze, uiterst belangrijk voor het vinden van zingeving in herstel (Beveridge & Cheung, 2004; Olson, 2015; Wilson, 2020). Terwijl dit in de huidige therapeutische contexten van slachtoffers van seksueel misbruik nauwelijks naar voren komt. Belangrijk is daarom dat geestelijk verzorgers meer worden betrokken bij de begeleiding van slachtoffers van seksueel trauma. Omdat ze bij uitstek een beroepsgroep zijn die een rol kan spelen bij de begeleiding van de spirituele behoefte van de slachtoffers, die vervolgens kan leiden tot het vinden van zingeving.

De geestelijk verzorger kan door middel van spiritualiteit helpen zin te creëren vanuit de chaos die is ontstaan als gevolg van het misbruik. Spiritualiteit helpt op deze manier om levensgebeurtenissen te begrijpen en er betekenis aan toe te kennen (Houg, 2008). Tevens kan de geestelijk verzorger het slachtoffer helpen om de gebeurtenis te verbinden aan theologische ideeën (Wilson, 2020). Ook is belangrijk dat de geestelijk verzorger het slachtoffer helpt bij

de reflectie op de eigen spirituele overtuigingen. Dit omdat de spirituele overtuigingen betrekking hebben op groei en ontwikkeling en de controle over de omgeving (Beveridge & Cheung, 2004).

Uit deze masterthesis blijkt dat er een duidelijke koppeling is tussen het vinden van zingeving en de mogelijkheden tot herstel. Zingeving is een belangrijk onderdeel van het herstelproces (Chouliara et al., 2014; Draucker, 1992; Duma et al., 2007; Millar & Stermac, 2000; Preston et al., 2022; Van der Westhuizen et al., 2022). De geestelijk verzorger kan hierbij daarom expliciet een rol spelen in de begeleiding van het creëren van zingeving. Verschillende manieren van het vinden van zingeving kunnen hierbij een rol spelen. Een manier om zingeving te vinden is door gebruik te maken van het (levens)verhaal. De tweede aanbeveling die ik daarom wil doen is dat de geestelijke verzorger kan begeleiden in het vragen naar en het vertellen van het (levens)verhaal. Leamy et al. (2011) stellen bijvoorbeeld dat het ontrafelen en interpreteren van het eigen levensverhaal een belangrijke stimulans is in het herstelproces. Ook Alma (2020) stelt dat het gebruik van verhalen kan bijdragen in de richting van het proces van zingeving. Van der Westhuizen et al. (2022) stellen dat coherentie in het posttraumatisch narratief zorgt voor versterkte zingeving en succesvol is bij het herstel van seksueel trauma. Anderson & Hiersteiner (2008) schrijven over verhalen in het groepsproces, waarin ook een manier van samenleven naar voren komt. Uit deze studie bleek dat het delen van verhalen en het horen van verhalen van anderen mensen, kan helpen om betekenis te geven aan het eigen verhaal. Het interactieve proces met anderen stelt slachtoffers in staat nieuwe zingeving te creëren. In het herstelproces was dit ook van belang, sommige respondenten lazen biografieën van andere mensen die tegenspoed hadden overwonnen om zo een context te creëren om het eigen trauma beter te begrijpen (Anderson & Hiersteiner, 2008). De geestelijk verzorger kan dus een belangrijke rol vervullen in het begeleiden en het uitvragen van het verhaal van een slachtoffer van seksueel trauma. Deze aanbeveling geldt ook voor de begeleiding van geestelijk verzorgers in groepen. De geestelijk verzorger kan een rol spelen in de begeleiding van het verhaal in groepen binnen een interactief proces. Zoals Anderson & Hiersteiner (2008) schrijven is het groepsproces vaak een sleutelement in het vinden van zingeving in het trauma. De slachtoffers kunnen zingeving vinden door het horen van andermans verhalen wat hen kan helpen zelf nieuwe betekenis te geven aan het eigen verhaal.

In relatie tot het verhaal van een slachtoffer kwam ook uit de analyse naar voren dat onthulling van de ervaring bij kan dragen aan het proces van zingeving in herstel (Chouliara et al., 2014; Gueta et al., 2020; Dodgson, 1996). Hier ligt de derde aanbeveling die ik wil

doen met betrekking tot mogelijke interventies van de geestelijk verzorger. De geestelijk verzorger kan hier ook een rol bij spelen. Een voorwaarde die onder deze aanbeveling ligt is dat er in de opleiding tot geestelijk verzorger, aandacht moeten zijn voor hoe de geestelijk verzorger onthulling van ervaringen en het vertellen van het eigen (levens)verhaal kan begeleiden, zodat het een zingevende functie heeft. Onderdeel hiervan is dat de geestelijk verzorger helpt bij het onderhouden van steunende relaties en het netwerk van de slachtoffers. Dit is nodig op het moment dat het slachtoffer ook besluit haar verhaal te onthullen binnen het eigen netwerk.

Een vierde aanbeveling is dat de geestelijk verzorger een veilige omgeving biedt waar hoop een rol speelt. Het is belangrijk dat de geestelijk verzorger niet met bepaalde negatieve verwachtingen de begeleiding in gaat. De geestelijk verzorger moet vasthouden aan de veerkracht van de cliënt en de cliënt behandelen op basis van krachten (Bogar & Hulse-Killacky, 2006). Veiligheid bieden is hierin een belangrijke basis (Vilenica et al., 2012; Wright & Gabriël, 2018).

6.5 Aanbevelingen voor vervolgonderzoek

Naar aanleiding van het schrijven van deze thesis zijn er enkele aanbevelingen die ik wil doen ten aanzien van vervolgonderzoek.

Opvallend is dat de studies die naar voren zijn gekomen in deze masterthesis stellen dat het geloof in God een belangrijke rol speelt in het vinden van zingeving (Gall et al., 2007; Houg, 2008). Dit terwijl er in Nederland al langere tijd sprake is van secularisering.¹¹ De genoemde onderzoeken vonden dan ook in de Verenigde Staten plaats, waar het geloof in God waarschijnlijk nog een grotere rol speelt. Belangrijk is daarom dat er ook in relatie tot de huidige secularisering in Nederland onderzoek wordt gedaan naar hoe humanistisch geestelijk verzorgers een bijdrage kunnen leveren aan de rol van zingeving in herstel na seksueel trauma. Dat dit door middel van het aandragen van spiritualiteit kan, bijvoorbeeld door het verbinding maken met de kracht in het innerlijke zelf en verbinding maken met anderen is een gegeven wat naar voren komt in deze masterthesis (Puchalski, 2014). Daarnaast kunnen humanistisch geestelijke verzorgers ook bijdragen aan de rol van zingeving in herstel door zich samen met de slachtoffers te richten op de eigen spirituele overtuigingen (Beveridge & Cheung, 2004). Toch bestaat hier nog wel een lacune in de literatuur om ook humanistisch

¹¹ Geraadpleegd op 29 juli 2022 <https://www.cbs.nl/nl-nl/longread/statistische-trends/2020/religie-in-nederland?onepage=true>

geestelijk verzorgers meer handvatten te geven in de begeleiding van slachtoffers van seksueel trauma. Kwalitatief onderzoek naar (humanistische) geestelijke verzorging in de begeleiding van slachtoffers van seksueel misbruik zou een toevoeging kunnen zijn op dit onderzoek. Hieruit zou beter naar voren kunnen komen hoe geestelijk verzorgers slachtoffers van seksueel misbruik begeleiden en wat daarin verbeterd kan worden.

In de wetenschappelijke relevantie van dit onderzoek werd aangegeven dat er behoefte bestaat aan een overzicht van onderzoek over zingeving na trauma, zodat zingeving vanuit eenduidige concepten kan worden gemeten en gedefinieerd. Uit de resultaten blijkt opnieuw dat zingeving heel verschillend wordt gedefinieerd en dat ook de concepten waaruit zingeving kan worden gecreëerd heel erg verschillen. Er worden veel verschillende thema's aangeraakt die het zoeken naar zingeving illustreren. Eenduidige concepten om zingeving te meten zijn daarom moeilijk te construeren. Hiervoor zou mogelijk onderzoek naar de verschillende manieren van het meten van zingeving nog een toevoeging kunnen zijn. Wel blijkt uit de resultaten dat er aantal verschillende manieren zijn om zingeving te kunnen creëren waardoor het bijdraagt aan herstel na seksueel trauma. Enkele veel voorkomende manieren hiervan zijn: spiritualiteit, het helpen van anderen, onthulling, ondersteunende relaties, begrip van de ervaring en het zien van de eigen overtuigingen in nieuw licht. Uit deze masterthesis blijkt dan ook dat zingeving een belangrijke rol speelt in het herstel van slachtoffers van seksueel trauma.

7. Literatuurlijst

- Aarts, P. G. H. (1999). De geschiedenis van het trauma. In P.G.H. Aarts & W.D. Visser (Red.), *Trauma, diagnostiek en behandeling* (pp. 21-36). Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.
- Alma, H. (2020). *Het verlangen naar zin*. Utrecht: Uitgeverij en Have
- Anderson, K. M., & Hiersteiner, C. (2008). Recovering from childhood sexual abuse: Is a “Storybook ending” possible? *American Journal of Family Therapy*, 36 (5), 413–424. <https://doi.org/10.1080/01926180701804592>
- Anthony, W.A. (1993). Recovery From Mental Illness: The Guiding Vision of the Mental Health Service System in the 1990s. *Psychosocial Rehabilitation Journal*, 16 (4), 11–23. <https://doi.org/10.1037/h0095655>
- Arias, B. J., & Johnson, C. v. (2013). Voices of healing and recovery from childhood sexual abuse. *Journal of Child Sexual Abuse*, 22 (7), 822–841. <https://doi.org/10.1080/10538712.2013.830669>
- Arksey, H. & O’Malley, L. (2005) Scoping studies: towards a methodological framework, *International Journal of Social Research Methodology*, 8 (1), 19-32.
- Baumeister, R.F. & Wilson, B. (1996). Life Stories and the Four Need for Meaning, *Psychological Inquiry: An International Journal for the Advancement of Psychological Theory*, 7 (4), 322-325. DOI: 10.1207/ s15327965pli0704_2
- Boeije, H. (2019) *Analyseren in kwalitatief onderzoek*. Meppel: Boom
- Beveridge, K., & Cheung, M. (2004). A spiritual framework in incest survivors treatment. *Journal of Child Sexual Abuse*, 13 (2), 105–120. https://doi.org/10.1300/J070v13n02_06
- Bogar, C. B., & Hulse-Killacky, D. (2006). Resiliency determinants and resiliency processes among female adult survivors of childhood sexual abuse. *Journal of Counseling and Development*, 84 (3), 318–327. Wiley Blackwell. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2006.tb00411.x>
- Bonnano, G. A. (2013) Meaning making, adversity, and regulatory flexibility. *Memory*, 21 (1), 150-156, <https://doi.org/10.1080/09658211.2012.745572>
- Braam, A. (2022). Zingeving en psychische hulpverlening. *GZ – Psychologie*, 14, 26–29. <https://doi.org/10.1007/s41480-022-0890-z>

- Bryant-Davis, T. (2013). Coping strategies of African American adult survivors of childhood violence. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36 (4), 409–414. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.36.4.409>
- Calhoun, L.G. & Tedeschi, R.G. (1998). Beyond Recovery from Trauma: Implications for Clinical Practice and Research. *Journal of Social Issues*, 54 (2), 357-371.
- Chouliara, Z., Karatzias, T., & Gullone, A. (2014). Recovering from childhood sexual abuse: A theoretical framework for practice and research. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 21 (1), 69–78. <https://doi.org/10.1111/jpm.12048>
- Cowan, A. & Ashan, A. (2020). Psychotherapy with Survivors of Sexual Abuse and Assault. *Innovations in Clinical Neuroscience*, 17 (1–3), 22–2.
- Daigneault, I., Cyr, M., & Tourigny, M. (2007). Exploration of recovery trajectories in sexually abused adolescents. *Journal of Aggression, Maltreatment and Trauma*, 14 (1–2), 165–184.
- Davis, C. G., Nolen-Hoeksema, S., & Larson, J. (1998). Making sense of loss and benefiting from the experience: Two construals of meaning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75 (2), 561–574. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.2.561>
- Dodgson, J. (1996). A Qualitative Exploration of Women Survivors' Disclosure of A Qualitative Exploration of Women Survivors' Disclosure of Childhood Sexual Abuse Childhood Sexual Abuse. Western Michigan University.
- Donk, A. (2001). Secundaire traumatisering: preventie van een beroepsziekte. *Psychopraxis*, 3, 165–168. <https://doi.org/10.1007/BF03071953>
- Draucker, C. B. (1992). The Healing Process of Female Adult Incest Survivors: Constructing a Personal Residence. *Journal of Nursing Scholarship*, 24 (1), 4-8.
- Duma, S. E., Mekwa, J.N., Denny, L.D. (2007) Women's journey of recovery from sexual assault trauma : a grounded theory Part 1. *Curationes*, 30 (4), 4-11.
- Duma, S. E., Mekwa, J.N., Denny, L.D. (2007) Women's journey of recovery from sexual assault trauma : a grounded theory Part 2. *Curationes*, 30 (4), 12-20.
- Frankl, V. E. (1969). *The will to meaning*. New York: New American Library.

- Gall, T. L., Basque, V., Damasceno-Scott, M., & Vardy, G. (2007). Spirituality and the Current Adjustment of Adult Survivors of Childhood Sexual Abuse. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 46 (1), 101-117.
- Ganzevoort, R.R., (2011). Trauma en Geestelijke Verzorging Eigen deskundigheid op het existentiële en spirituele domein. *Cogiscope*, 11 (3), 2-5.
- Gueta, K., Eytan, S., & Yakimov, P. (2020). Between healing and revictimization: The experience of public self-disclosure of sexual assault and its perceived effect on recovery. *Psychology of Violence*, 10 (6), 626–637. <https://doi.org/10.1037/vio0000309>
- Hartog, I., Scherer-Rath, M., Kruizinga, R., Netjes, J., Henriques, J., Nieuwkerk, P., Sprangers, M., Laarhoven, H. (2020). Narrative meaning making and integration: Toward a better understanding of the way falling ill influences quality of life. *Journal of Health Psychology*, 25 (6), 738-754. doi: 10.1177/1359105317731823'
- Harvey, M. (1996) An Ecological View of Psychological trauma and trauma Recovery. *Journal of Traumatic Stress*, 9 (1), 3-23.
- Harvey, M. R., Mishler, E. G., Koenen, K., & Harney, P. A. (2000). In the aftermath of sexual abuse: making and remaking in narratives of trauma and recovery. *Narrative Inquiry*, 10 (2), 291-311.
- Hayes, A. M., Beevers, C. G., Feldman, G. C., Laurenceau, J. P., & Perlman, C. (2005). Avoidance and processing as predictors of symptom change and positive growth in an integrative therapy for depression. *International Journal of Behavioural Medicine*, 12 (2), 111-122. https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm1202_9
- Houg, B. L., & Veach, P. M. (2008). The Role of Spirituality in the Ongoing Recovery Process of Female Sexual Abuse Survivors. University of Minnesota.
- Huber, M. A. S. (2014). Towards a new, dynamic concept of health : Its operationalisation and use in public health and healthcare and in evaluating health effects of food. Maastricht University. <https://doi.org/10.26481/dis.20141217mh>
- Janoff-Bulman, R., & McPherson Frantz, C. (1997). The impact of trauma on meaning: From meaningless world to meaningful life. In M. J. Power & C. R. Brewin (Eds.), *The transformation of meaning in psychological therapies: Integrating theory and practice*, 91–10). John Wiley & Sons Inc.

- Kissane D.W., Lethborg, C., Brooker, J., Hempton, C., Burney, S, Michael, N., Staples, M., Osicka, T., Sulistio, M., Shapiro, J., & Hiscock, H. (2019). Meaning and Purpose (MaP) therapy II: Feasibility and acceptability from a pilot study in advanced cancer. *Palliative & Supportive Care*, 1, 21-28. <https://doi.org/10.1017/S1478951518000883>.
- Knapik, G. P., Martsof, D. S., & Draucker, C. B. (2008). Being delivered: Spirituality in survivors of sexual violence. *Issues in Mental Health Nursing*, 29 (4), 335–350. <https://doi.org/10.1080/01612840801904274>
- Leamy, M., Bird, V., Le Boutilier, C., Williams, J. & Slade, M. (2011). Conceptual framework for personal recovery in mental health: systematic review and narrative synthesis. *The British Journal of Psychiatry* , 99, 445–452. doi: 10.1192/bjp.bp.110.083733
- Lebowitz', L., & Roth, S. (1994). "I Felt Like a Slut": The Cultural Context and Women's Response to Being Raped. *Journal of Traumatic Stress*, 7 (3), 263-390.
- Lely, J. (2012). Trauma, levensverhaal en zingeving op oudere leeftijd. Geraadpleegd op 9 februari 2022 op <https://psychotraumanet.org/nl/trauma-levensverhaal-en-zingeving-op-oudere-leeftijd-narratieve-traumatherapie-bij-ouderen>.
- Marilyn E. Smith, Lillian M. Kelly. (2001). The Journey Of Recovery After a Rape Experience. *Issues in Mental Health Nursing*, 22 (4), 337–352. <https://doi.org/10.1080/01612840118791>
- Marotta-Walters, S.A. (2015). Spiritual Meaning Making Following Clergy-Perpetrated Sexual Abuse. *Traumatology*, 21 (2), 64-70. <http://dx.doi.org/10.1037/trm0000022>.
- Martela,F. & Steger, M.F. (2016): The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance, *The Journal of Positive Psychology*, 11 (5), 531–545. DOI: 10.1080/17439760.2015.1137623
- Millar, G. M., & Stermac, L. (2000). Substance abuse and childhood maltreatment Conceptualizing the recovery process. In *Journal of Substance Abuse Treatment*, 19 (0), 175-182.
- Mooren, J.H. (1998). Trauma, Coping and Meaning of Life, Humanist Counselling of Lost-traumatic Stress. *Praktische Humanistiek*, 7 (3), 21-29.
- Munn, Z., Peters, M.D.J., Stern, C., Tufanaru,C., McArthur, A. & Aromataris, E. (2018). Systematic review or scoping review? Guidance for authors when choosing between a systematic or scoping review approach. *BMC Medical Research Methodology*, 18, 1-7. <https://doi.org/10.1186/s12874-018-0611-x>

- Olson, N. S. (2015). Positive Adaptation In Women Following Sexual Assault: A Grounded Theory Study. Washington State University.
- Panepinto, A. R. (2005). Abstract Meaning Reconstruction and Recovery in Rape Survivors. Miami University.
- Park, C.L., Folkman, S. (1997). Meaning in the Context of Stress and Coping. *Review of General Psychology*, 1 (2), 115-144.
- Park, C.L., Al, A.L. (2006). Meaning Making and Growth: New Directions for Research on Survivors of Trauma. *Journal of Loss and Trauma*, 11 (5), 389-407. DOI: <http://s://doi.org/10.1080/15325020600685295>
- Park, C.L. (2010). Making Sense of the Meaning Literature: An Integrative Review of Meaning Making and Its Effects on Adjustment to Stressful Life Events. *Psychological Bulletin*, 136 (2), 257-301. DOI: 10.1037/a0018301
- Park, C.L., Mills, M.A. & Edmondson, D. (2012) PTSD as Meaning Violation: Testing a Cognitive Worldview Perspective. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 4 (1), 66-73. DOI : 10.1037/a0018792
- Park, C.L. & George, L.S. (2013). Assessing meaning and meaning making in the context of stressful life events: Measurement tools and approaches. *The Journal of Positive Psychology: Dedicated to furthering research and promoting good practice*, 8 (6), 483-504. DOI: 10.1080/17439760.2013.830762
- Park, C.L. (2016). Meaning Making in the Context of Disasters. *Journal of Clinical Psychology*, 72 (12), 1234-1246. doi: 10.1002/jclp.22270.
- Peters M, Godfrey C, Khalil H, et al. (2015) Guidance for Conducting Systematic Scoping Reviews. *Int J Evid Based Healthc*, 13, 141-146.
- Pettie, D. & Triolo, A.M. (1999) Illness as Evolution: The Search for Identity and Meaning in the Recovery Process. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 22 (3), 255-262.
- Phanichrat, T., & Townshend, J. M. (2010). Coping strategies used by survivors of childhood sexual abuse on the journey to recovery. *Journal of Child Sexual Abuse*, 19 (1), 62–78. <https://doi.org/10.1080/10538710903485617>

- Pooler, D. K., & Barros-Lane, L. (2022). A National Study of Adult Women Sexually Abused by Clergy: Insights for Social Workers. *Social Work (United States)*, 67 (2), 123–133. <https://doi.org/10.1093/sw/swac001>
- Preston, A. M., Saigal, S., Barrie, R., McKinney, H., Mooney, S., & Padala, P. R. (2022). Defeated No More: Meaning-Making After Military Sexual Trauma. *Military Medicine*, 80 (5), 1-7. <https://doi.org/10.1093/milmed/usab528>
- Puchalski, C.M., Vitillo, R., Hull, S.K. & Reller, N. (2014) Improving the spiritual dimension of whole person care: reaching national and international consensus. *Journal of Palliative Medicine*, 17 (6), 642-56. doi: 10.1089/jpm.2014.9427.
- Roth, S. & Newman, E. (1991). The Process of Coping with Sexual Trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 4 (2), 279-297.
- Rudolfsson, L. (2015). Walk With Me Pastoral care for victims of sexual abuse viewed through existential psychology. University of Gothenburg.
- Rudolfsson, L. & Tidefors, I. (2018). I stay and I follow: Clerical Reflections on Pastoral Care for Victims of Sexual Abuse. *Journal Pastoral Care Counselling*, 67 (2), 1-14.
- Scholte, G. (2019), Omgaan met trauma Over geweld en beschadiging, veerkracht en vertrouwen. *Tijdschrift Geestelijke Verzorging*, 22 (96), 52-56.
- Schuhmann, C. M., & van der Geugten, W. (2017). Believable visions of the good: An exploration of the role of pastoral counselors in promoting resilience. *Pastoral Psychology*, 66 (4), 523–536. <https://doi.org/10.1007/s11089-017-0759-z>
- Simon, V. A., Feiring, C., & McElroy, S. K. (2010). Making meaning of traumatic events: Youths' strategies for processing childhood sexual abuse are associated with psychosocial adjustment. *Child Maltreatment*, 15 (3), 229–241. <https://doi.org/10.1177/1077559510370365>
- Singh, A. A., Garnett, A., & Williams, D. (2013). Resilience Strategies of African American Women Survivors of Child Sexual Abuse: A Qualitative Inquiry. *The Counseling Psychologist*, 41 (8), 1093–1124. <https://doi.org/10.1177/0011000012469413>
- Smid, G. E. & Jacobs, G. (2022). Geestelijke verzorging in de psychotraumazorg; een plaatsverkenning. *Tijdschrift voor Psychiatrie*, 64, 160-165.

- Strauss Swanson, C., & Szymanski, D. M. (2020). From pain to power: An exploration of activism, the #Metoo movement, and healing from sexual assault trauma. *Journal of Counseling Psychology*, 67 (6), 653–668. <https://doi.org/10.1037/cou0000429>
- Triplett, K.N., Tedeschi, R.G., Cann, A., Calhoun, L.G., & Reeve, C.L. (2012) Posttraumatic Growth, Meaning in Life, and Life Satisfaction in Response to Trauma. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 4 (4), 400 – 410. DOI: 10.1037/a0024204
- Valentine, L., & Feinauer, L. L. (1993). Resilience factors associated with female survivors of childhood sexual abuse. *American Journal of Family Therapy*, 21 (3), 216–224. <https://doi.org/10.1080/01926189308250920>
- Van Agt, M. (2017). Ruimte voor zingeving. Een casestudy naar opvattingen van zingeving in de GGZ. Universiteit voor Humanistiek.
- Van der Westhuizen, M., Walker-Williams, H. J., & Fouché, A. (2022). Meaning Making Mechanisms in Women Survivors of Childhood Sexual Abuse: A Scoping Review. In *Trauma, Violence, and Abuse*, 0 (0), 1-24. <https://doi.org/10.1177/15248380211066100>
- Vasquez 2019 Dissertation. (2019). The Role of Religiosity, Spirituality, and Creative Arts in the Recovery Process of Latina Survivors of Child Sexual Abuse. Pepperdine University
- Verhoeven, N. (2020). *Thematische analyse, Patronen vinden bij kwalitatief onderzoek*. Meppel: Boom.
- Verschuren, P. (2011). *De probleemstelling voor een onderzoek*. Houten: Spectrum.
- Vilenica, S., Shakespeare-Finch, J., & Obst, P. (2013). Exploring the process of meaning making in healing and growth after childhood sexual assault: A case study approach. *Counseling Psychology Quarterly*, 26 (1), 39–54. <https://doi.org/10.1080/09515070.2012.728074>
- Walker-Williams, H. J., & Fouché, A. (2018). Resilience enabling processes and posttraumatic growth outcomes in a group of women survivors of childhood sexual abuse. *Health SA Gesondheid*, 23 (0), 1-9. <https://doi.org/10.4102/hsag.v23i0.1134>
- Waters, T. E., A., Shallcross, J.F. & Fivush, R. (2013) The many facets of meaning making: Comparing multiple measures of meaning making and their relations to psychological distress, *Memory*, 21 (1), 111-124. DOI: 10.1080/09658211.2012.705300

- Wilson, M. S., & Presbyterian, A. (2020). *Brite Divinity School, Resurrection Through the Voices Of Women Who are Survivors of Childhood Sexual Abuse*. Brite Divinity School
- Wright, C., & Gabriel, L. (2018). Perspectives of Adult Survivors of Child Sexual Abuse: An Exploration of the Adjustments to Self-Structure through Meaning-Making in Therapy. *Journal of Child Sexual Abuse*, 27 (6), 663–681.
<https://doi.org/10.1080/10538712.2018.1496961>
- Wright, M. O. D., Crawford, E., & Sebastian, K. (2007). Positive resolution of childhood sexual abuse experiences: The role of coping, benefit-finding and meaning-making. *Journal of Family Violence*, 22 (7), 597–608. <https://doi.org/10.1007/s10896-007-9111-1>
- Zheng, L., Lu, Q., & Gan, Y. (2019). Effects of expressive writing and use of cognitive words on meaning making and posttraumatic growth. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 13.
<https://doi.org/10.1017/prp.2018.31>