

# **Exploring the Social Support Needs of Dutch Bereaved Individuals: a Qualitative Study**

Jasper Bakkers (2593661)

Department of Psychology, Health & Technology, University of Twente

Master Thesis

1<sup>st</sup> supervisor: Assistant Professor L.T.M. Lenferink, PhD

2<sup>nd</sup> supervisor: Assistant Professor H.K. Toivonen, PhD

November 8, 2023

## Abstract

**Introduction:** Nine out of ten bereaved individuals that are going through a non-pathological grieving process have a need for social support to cope with their loss. However, research indicates that many bereaved individuals do not receive sufficient social support, and many are not satisfied with the social support they do receive. Therefore, the aim of this study was to gain insight into the social support needs of Dutch bereaved individuals with non-pathological grief. Two topics in particular have been investigated, namely (a) the relative importance of different types of social support needs and (b) why these social support needs are important to bereaved individuals. **Methods:** 10 semi-structured interviews were conducted with participants who recently lost a loved one and scored below thresholds for clinical levels of possible prolonged grief disorder. During the interviews, participants engaged in a card-sorting task, where they were presented with six types of social support needs identified by Bottomley and Smigelsky (2022). They were then asked to rank these needs from highest to lowest importance and subsequently provide explanations for their rankings. **Results:** The findings highlight the importance of emotional, pragmatic, and informational support for bereaved individuals that go through a non-pathological grieving process. Various themes were derived from the thematic analysis of the interview transcripts. The most common themes that emerged regarding emotional support, were benefits and characteristics of the listener. The most common themes that emerged regarding pragmatic support, were benefits and impact of loss. The most common themes that emerged regarding informational support, were benefits and types of information and advice. **Discussion:** Emotional, pragmatic and informational support have the potential to fulfill essential needs of bereaved individuals, such as connection, recognition, peace, self-understanding, guidance, validation, and normalization. However, this study also sheds light on the obstacles faced by bereaved individuals in receiving adequate social support. Some find their needs unacknowledged by loved ones, while others struggle to ask for support. Actively removing these obstacles and at the same time addressing the needs that are identified in this study, may lead to more satisfying social support experiences for bereaved individuals.

**Keywords:** Bereavement, social support needs, non-pathological grief.

## **Exploring the Social Support Needs of Dutch Bereaved Individuals: a Qualitative Study**

Each year, more than 150,000 people in the Netherlands pass away (CBS, n.d.). Almost all these people leave family and friends behind. For many people, the death of a loved one is a significant life stressor that can have an impact on different life domains, such as emotional, physical, behavioral, cognitive, social, spiritual and financial domains (Aoun et al., 2015; Bonanno et al., 2004). According to Lundorff et al. (2017) one in ten bereaved adults are at risk of developing severe grief complaints after the loss of a loved one and meet the DSM-5-TR classification criteria of a Prolonged Grief Disorder (PGD). Most people however go through a non-pathological grieving process (Jordan & Litz, 2014). Although this group typically does not need support of a mental health professional, nine out of ten bereaved individuals that are going through a non-pathological grieving process do indicate a need for social support to cope with their loss (Aoun et al., 2015). Social support refers to the emotional, economic, and practical help or information provided to the affected individual by others (Dyregrov, 2003), such as friends and family, a peer support group, grief counsellor, clergy, animals, information on bereavement in (online) literature.

However, research indicates that many bereaved individuals who wanted or needed social support after a loss did not receive sufficient social support (Aoun et al., 2015; De Groot, 2011; Lichtenthal et al., 2015), which may cause an unnecessary psychosocial burden for bereaved individuals. There are two main reasons that may explain why bereaved individuals do not receive sufficient social support. Firstly, some bereaved individuals find it too difficult to put their need for social support into words due to a lack of knowledge or experience in coping with the loss of a loved one (Dutch Council of Public Health & Society, n.d.). Secondly, bereaved individuals may find it too difficult to find the appropriate social support (Lichtenthal et al., 2015). According to Claessen et al. (2009) this may be because in general bereaved individuals have little insight into which social support services (e.g., support groups) are available to them after a loved one passed away.

Not only do many bereaved individuals have unmet social support needs, many bereaved are also dissatisfied with the social support they do receive. Cacciatore et al. (2021) observed that only one-third of the bereaved in the United States rated the level of social support they received post-loss as excellent or good, with 38% rating it as poor or very poor. Another study by Aoun et al. (2018) found that a large percentage of bereaved individuals in Australia perceived the social support they received to be unhelpful, e.g., 41% of bereaved individuals in this study perceived bereavement support groups as unhelpful and 40%

perceived information on bereavement on the internet and in literature to be unhelpful. Cacciatore et al. (2021) and Holmgren (2019) attribute this dissatisfaction to a mismatch between the social support offered and the social support desired by the bereaved. Up till now no research has been carried out to measure the satisfaction with social support in the Netherlands.

The lack of social support and the dissatisfaction with the received social support, may give rise to psychological distress in bereaved individuals (Kreicbergs et al., 2004). According to Cacciatore et al. (2021) it is very important for people to feel supported and connected, especially when faced with stressful life circumstances, such as the loss of a loved one. Studies show that social support may improve the capacity to cope with losing a loved one (Harrop et al., 2020; Juth et al., 2015; Rogalla, 2020) and has a positive influence on psychological health outcomes for the bereaved (Karelina & Devries, 2011; Umberson & Karas Montez, 2010; Yang et al., 2014). The positive effects of social support seem to depend mainly on the extent to which the type of social support meets the needs of the bereaved (Eilertsen et al., 2013; Villaceros et al., 2014).

Although studies point out that it is important to know the social support needs of bereaved individuals, up till now little is known about the bereaved's needs for social support in a non-pathological grieving process (Bottomley & Smigelsky, 2022; D'Agostino et al., 2008; Kenny et al., 2020; Netwerk Palliatieve Zorg Zuidoost Brabant, 2013). A better understanding of the social support needs of bereaved individuals can increase insight into the best ways to support them, which can be beneficial for people and organizations that are involved in providing social support to bereaved individuals. Besides, a better understanding of bereaved individuals' needs can inform the development of effective social support services.

To get a detailed understanding of the social support needs of bereaved individuals, and why these needs are important to them to cope with the loss of a loved one, this study aims to hear directly from the experience of bereaved individuals. However, so far only a few interview studies on needs of bereaved individuals exist. The existing interview studies all focus on needs of a specific group, such as parent's needs around the time of their child's death in the pediatric intensive care unit (Meert et al., 2009), and most studies do not specifically focus on social support. Besides, no interview study on social support needs has been performed in the Netherlands. As a result, the social support needs of many groups have not been studied. Besides, the results of previous studies are not applicable to inform people and organizations that are involved in providing social support or developing social support

services to a large and diverse group of bereaved individuals. The purpose of this research was therefore to gain a deeper understanding of the most important social support needs of bereaved individuals in the Netherlands. Therefore, the following questions have been formulated:

1. What are the most important social support needs to bereaved individuals?
2. Why are these social support needs important to bereaved individuals?

## **Methods**

### **Participants and Procedure**

Individual in-depth semi structured interviews were conducted to understand the social support needs from the direct experience of recently bereaved individuals (N=10).

Participants were recruited by emailing individuals who previously completed a grief self-monitoring survey (named “Grief Monitor”) via a Dutch website with information about grief and bereavement care for the general public ([www.rouwbehandeling.nl](http://www.rouwbehandeling.nl)) and indicated that they might be willing to participate in further research on grief and gave consent to be contacted for this purpose. Inclusion criteria for participation in the present interview-study were (a) faced with the death of a loved one in the past two years; (b) score below thresholds for clinical levels of possible prolonged

grief disorder based on scores on a self-report measure for prolonged grief disorder (on [www.rouwbehandeling.nl](http://www.rouwbehandeling.nl)); (c) 18 years or older; (d) residing in the Netherlands. A two-year time criterion was chosen for this study for several reasons. Firstly, for many bereaved individuals the distress as a result of the loss decreases gradually over time (Jordan & Litz, 2014), which creates a greater need for social support in the first years after the loss. Social support is often considered as first-aid and it is therefore important to identify the social support needs early on in the grieving process. Secondly, memories and experiences related to social support needs in coping with loss are expected to be easier to recall when the loss occurred more recently.

After selecting people that match the inclusion criteria and gave consent to participate, participants were selected with the aim to achieve an equal distribution based on age, gender, the deceased loved one (family member, friend, or partner) and type of loss (traumatic or non-traumatic). Traumatic loss is loss through potentially traumatizing circumstances, such as an accident, murder, or suicide (Boelen et al., 2019). Then, participants were contacted by telephone to briefly recap the procedure and aim of the interview-study and to schedule an online interview-meeting. Interviews were conducted in March and April 2023 and written

consent was obtained from each participant. The study also obtained approval from the BMS ethical committee / Domain Humanities & Social Sciences at University of Twente (application number 221212)

### **Interview**

In preparation for the interviews an interview scheme was developed (Appendix A) to ensure that all topics were discussed and questioned in the same way for all participants. The interview scheme was pilot tested with a grief expert, a member of the association Living with death in the Netherlands, after which the interview scheme was adjusted based on the received feedback. The interviews lasted between 45 and 60 minutes and were conducted online via Microsoft Teams. After introductory questions, the interview consisted of two parts.

#### ***Part 1: Social Support Needs Importance Ranking to Bereaved Individuals***

Bereaved individuals may find it difficult to put their needs into words. For this reason, the first part of the interview was based on a procedure called the card-sorting task, a procedure that was previously described by Lenferink et al. (2018). Six cards, each card representing one social support need, were presented to the participants. The cards offered the participants possible support needs to consider. Participants were asked to rank the six social support needs from most important to least important in the period after their loss.

The six social support needs that were presented to the participants were based on the Sudden Bereavement Needs Inventory (SBNI) as this is a psychometrically valid and reliable instrument for assessing bereavement social support needs (Bottomley & Smigelsky, 2022). The social support needs that are distinguished in the SBNI, and thus were presented to the participants, were: *pragmatic needs*, *informational needs*, *spiritual needs*, *relational needs*, *meaning needs*, and *emotional needs* (Bottomley & Smigelsky, 2022). Each card represented one need and was then illustrated by two examples. The examples were two randomly chosen items of the respective subscale of the SBNI e.g., *to successfully complete the tasks of the day (belonging to pragmatic needs)*; *to be with those who experienced similar loss (belonging relational needs)*; and *to have my grief witnesses by others (belonging to emotional needs)*.

#### ***Part 2: Explanation on Why Social Support is Important to Bereaved Individuals***

After the ranking was made, participants were asked to explain for each social support need why this need was, or was not, important to them. Follow-up questions were asked, such as ‘What has this support brought you/what would it have brought you?’.

## Data Analysis

To answer the first research question, each participant was asked to rank the six types of social support needs based on their importance in coping with their loss. As a result, points could be assigned to each type of social support. The social support need that was considered most important by a participant received 1 point, while the one considered the least important received 6 points. The points from all 10 participants were then added together which led to a total importance score per social support need. In this context, a lower importance score indicated a greater level of importance. This resulted in an overall top six needs regarding social support for bereaved individuals.

To answer the second research question, the qualitative data of the card-sorting task regarding the top three most important social support needs, were analyzed. The qualitative data were analyzed using a procedure previously used by a study of Lenferink et al. (2018), which was inspired by thematic analysis of Braun and Clark (2006). As a first step, the parts of the interview in which one of the three most important social support needs were discussed, were transcribed verbatim from the audio-recordings of the interviews. One researcher read these texts multiple times to get familiarized with the data.

During the next step, relevant units of text from the data were identified i.e., units that were related to the research objective. The relevant text units were organized into tables, based on the social support need that was discussed (see Appendix B). Moreover, interpretations were given to the relevant text units by one researcher using an inductive approach. The inductive approach was applied as to derive interpretations directly from the meaning of the statements of the participants, instead of using a pre-defined list of interpretations. Some text units included multiple messages, such as a need and a difficulty, which were then interpreted separately.

As a next step, the interpretations were clustered together based on similar content of the interpretations, creating overarching subthemes. These subthemes were checked for internal coherence and external distinction. When subthemes overlapped, broader themes (main themes) were created until no overlap existed. Finally, the final themes were refined, defined and named to capture the essence of the data. An example of this data analysis approach is illustrated in Table 1.

### Table 1

*Examples showing how units were interpreted and combined into themes related to the card 'Pragmatic Needs'*

ID	Unit	Interpretation	Subtheme	Main theme
ID 2	"That [referring to help with household chores] did happen, but then I had to, very carefully, ask for it myself, for example with joining in for a meal. We could obviously join in for a meal, but it wasn't offered, and I'm not going to ask 'Hey, can we join in for a meal?' That is not in our nature, at least not in mine"	Participant indicates that practical support was not offered, even though she longed for it.	Need for practical support is not recognized by loved ones	Obstacle
		Participant mentions that she finds it difficult to ask for practical help	Difficulty in asking for practical support	Obstacle
ID 2	"That [referring to practical support] provided a lot of peace. Some breathing room to take a moment to recover, because you're just on your feet all day"	Participant indicates that receiving practical support gave her a feeling of peace because she is on the go all day	Practical support provides peace	Benefit
ID 2	"At that time, I would have appreciated some more practical help. Indeed, with meals, joining in, doing groceries together."	Participant describes that she would have wanted more practical support after the loss of her loved one, such as joining in for meals and help with grocery shopping	Need for practical support is not recognized by loved ones	Obstacle
			Need for assistance with household chores	Type of task

## Results

### Participants

Table 2 displays the characteristics of the participants. Six participants were female, and four were male. The age of the participants ranged from 23 to 70 years ( $M = 47.6$  years). Three participants lost a spouse, two participants lost a parent, two participants lost a sibling, one participant lost a grandparent, and one participant lost a parent-in-law. Nine participants lost their loved ones due to a physical illness and one respondent lost their loved one in an accident.

### Table 2

*Characteristics of the participants*



ID	Gender	Age in years	The deceased is my...	Time since loss
ID 1	Woman	18-30	Grandparent	0-6 months
ID 2	Woman	18-30	Spouse	7-12 months
ID 3	Man	46-60	Child	25-30 months
ID 4	Woman	61-75	Spouse	0-6 months
ID 5	Man	46-60	Parent	19-24 months
ID 6	Man	61-75	Spouse	13-18 months
ID 7	Woman	46-60	Sibling	19-24 months
ID 8	Woman	46-60	Parent-in-law	19-24 months
ID 9	Woman	31-45	Parent	13-18 months
ID 10	Man	31-45	Sibling	19-24 months

### Part 1: Ranking of Social Support Needs

Participants ranked the six social support needs from most (1) to least important (6). An overview of this ranking is displayed in Table 3. Participants indicated that they found emotional needs to be the most important, followed by pragmatic needs and informational needs. Participants indicated that they found spiritual needs the least important. However, the top 5 needs varied greatly per participant, with no top 5 lists being the same across participants. For example, there were four participants who considered emotional support needs less important compared to other needs (score > 3), and five participants who had a particularly strong emphasis on this need relative to other needs (score < 3). Furthermore, for the last four needs, the differences in terms of total need-score were small, ranging from 37 to 39.

**Table 3**

*Distribution of points per social support need*

Social support need	ID 1	ID 2	ID 3	ID 4	ID 5	ID 6	ID 7	ID 8	ID 9	ID 10	Total Score
1. Emotional	5	5	1	5	1	1	4	3	2	1	28
2. Pragmatic	2	2	6	2	3	2	6	4	3	2	32
3. Informational	4	1	5	1	6	4	2	6	4	4	37
4. Relational	3	6	2	4	5	6	1	5	1	3	38

5. Meaning	6	3	3	3	4	3	3	2	5	6	38
6. Spiritual	1	4	4	6	2	5	5	1	6	5	39

## Part 2: Analysis of Social Support Needs

Various themes were derived from the qualitative analysis of the interview transcripts. Themes related to the three most important social support needs (emotional support, pragmatic support, and informational support) are discussed. Starting with the themes that emerged from talking about the need for emotional support. These themes are presented in Table 4. Subsequently, themes that emerged from the interviews regarding the need for pragmatic support (Table 5) and informational support (Table 6) will be presented.

### *Emotional Support*

**Table 4**

*Overview of themes and subthemes related to the need for emotional support*

Social support need	Themes (number of occurrences/ number of participants referring to main theme)	Subthemes (number of participants referring to subtheme)
Emotional	Benefits (21/9)	Emotional support provides the feeling of not being alone; it connects (3) Need for recognition (2) Emotional support helps to stay upright, to keep going (2) Emotional support brings a sense of relief (1) Emotional support provides peace and validation (1) Need for validation and permission to experience emotions (1) Discussing the loss of a loved one helps to make sense of the passing (1) Not expressing feelings leads to complaints (1) The period of grief was enlightening (1) Need to cherish the memory of the deceased (1) Need for a sense of compassion (1)
	Characteristics of the listener (8/8)	Important that the listener is empathetic (2) Helpful to talk to a fellow sufferer (1)

---

	Unsolicited advice is not appreciated (1) Important that the other person acknowledges the need for attention (1) Important that the other person is available (1) Important that the other person allows the bereaved to choose not to share (1) Important that the listener shows understanding (1)
Description of the need for emotional support (9/5)	Need to talk about the loss with others (5) Need to share emotions with others (4)
Obstacles (5/3)	The need for emotional support is not recognized by loved ones (1) Difficulty in expressing feelings (1) Expectation that there is no access to psychological help (1) Reluctance to express sorrow to avoid always being 'the sad one' (1) Reluctance to talk about loss to protect a loved one (1)
Meaning-making (3/2)	Need to understand the meaning of the passing (2) Finding meaning and processing by telling the story of the passing (1)
Lack (2/2)	Lack of emotional support from loved ones (2)

---

When participants talked about their need for emotional support, they most commonly mentioned the benefits of emotional support. The most commonly mentioned benefit was that emotional support reduces loneliness and increases feeling of belongingness. Other common benefits include feelings of relief, peace, validation, recognition and reassurance: “It is nice that she [referring to mother-in-law] tells me, '[name], it's okay, it's allowed, it can exist, you can feel it again [referring to a feeling of being in love], it's fine like this.' It's nice to have that confirmation.” (ID 2; female, 30 years of age, who lost her partner 12 months ago due to an accident).

Next to mentioning the benefits of emotional support, eight participants mentioned characteristics of the listener they found important when expressing their emotions. More

specifically, participants found it important that the listener pays attention to their story and emotions, does not give unsolicited advice, and shows empathy and understanding: “*Then [referring to the initial period after loss], it is incredibly important that you have someone who can empathize with you, who can grieve with you, can cry with you. Being able to share your sorrow.*” (ID 3; male, 61 years of age, who lost his child 24 months ago due to a physical illness).

Furthermore, five participants talked about what their need for emotional support entailed for them. They described their need for emotional support as the need to talk about their loss and their emotions with others, such as friends, family members and mental healthcare professionals. Finally, three participants also mentioned obstacles to sharing their story and emotions, such as difficulties in expressing feelings, the desire to avoid becoming emotional in front of others, and loved ones who do not recognize their need for emotional support. This last obstacle is illustrated by the following citation:

But she [referring to mother] said about her brother, shortly after their father had passed away: 'Oh, he's not still grieving right? That can't be.' And now I have the feeling that I'm not allowed to [grieve] either, even though I would like to talk to her [referring to mother] about it. (ID 1; female, 23 years of age, who lost her grandparent 3 months ago due to a physical illness)

### *Pragmatic Support*

**Table 5**

*Overview of themes and subthemes related to the need for pragmatic support*

<b>Social support need</b>	<b>Themes (number of occurrences/ number of participants referring to main theme)</b>	<b>Subthemes (number of participants referring to subtheme)</b>
Pragmatic	Benefits (15/8)	Practical support brings peace (2) Practical support provides a sense that people are truly there for you and empathize (2) Expectation that practical support reduces stress (1) Practical support provides time to do nothing (1) Having time to process the loss brings relief (1) Need for space to arrange the funeral (1)

---

	<p>Practical support allows more space to handle other practical matters (1)</p> <p>Need for focus (1)</p> <p>Need to be relieved of responsibilities (1)</p>
Impact of loss (8/6)	<p>Struggling to complete tasks after a loss (3)</p> <p>Not managing daily tasks (1)</p> <p>Insufficient concentration and energy to accomplish tasks (1)</p> <p>Lack of structure (1)</p> <p>Disappointment in the ability to handle practical matters independently (1)</p> <p>Overwhelming responsibilities and decisions after a passing (1)</p>
Type of practical tasks (6/4)	<p>Need for support with household tasks (2)</p> <p>Need for support to complete work or school tasks (1)</p> <p>Need for assistance with funeral arrangements (1)</p>
Level of independent functioning (6/4)	<p>Still functions independently (4)</p>
Obstacles (10/3)	<p>Need for practical support is not recognized by the surroundings (2)</p> <p>Difficulty in asking for practical support (1)</p> <p>Loved ones overestimate the ability of the bereaved to function independently after a loss (1)</p> <p>If you don't open yourself up to practical support, you won't receive it (1)</p> <p>Lack of bereavement policies at work (1)</p>
Desires (3/3)	<p>Offering practical support is appreciated (2)</p> <p>Having time off from work granted by the company doctor to process the loss is appreciated (1)</p>
Needs over time (4/2)	<p>Practical support is important in the first period after a passing (2)</p>
Information/Advice (2/2)	<p>Need for information on why completing tasks is difficult (1)</p> <p>Need for advice regarding funeral arrangements (1)</p>

---

---

Resources (3/1)	Employer recognizes the need for support (1) Preparing for the passing reduces practical administrative tasks (1)
Lack (1)	Lack of practical support (1)

---

When participants talked about their need for pragmatic support, they most commonly mentioned the benefits of pragmatic support. The most commonly mentioned benefits of pragmatic support are the feeling that someone is truly there for them and a feeling of peace that they get: "That [referring to pragmatic support] provided a lot of peace. Some breathing space to recover because you're constantly on the go all day." (ID 2; female, 30 years of age, who lost her partner 12 months ago due to an accident).

Next to mentioning the benefits of pragmatic support, six participants talked about the impact of the loss of their loved ones on their lives. More specifically, participants experienced difficulties in completing daily tasks and experienced a decrease in concentration and energy to fulfill daily responsibilities after the loss of their loved one: "You're also very disoriented after something like that [referring to the death of a loved one], and very forgetful, and well, I still am, and you're very tired and still can't sleep. So, you need help with that [referring to daily responsibilities]." (ID 4; female, 70 years of age, who lost her partner 4 months ago due to a physical illness).

Furthermore, four participants explicitly mentioned the daily tasks they would like or would have liked assistance with, which included help with household chores, taking care of the children, arranging the funeral, and tasks related to work and school. Four other participants mentioned that they had little need for pragmatic support as they were able to manage the aforementioned tasks independently.

Finally, three participants mentioned obstacles to receiving pragmatic support. Two participants indicated that their environment did not always recognize their need for practical support, perhaps overestimating the bereaved individual's ability to function independently after the loss: "People just assume that everything is fine and that you'll handle it all. But that doesn't happen." (ID 2; female, 30 years of age, who lost her partner 12 months ago due to an accident). Additionally, two participants found it challenging to open up and ask for practical support. As a result, these participants would highly appreciate it when pragmatic support is offered to them (proactive support) and when their environment checks if they are coping with everyday tasks such as household chores.

*Informational Support***Table 6***Overview of themes and subthemes related to the need for informational support*

Social support need	Themes (number of occurrences/ number of participants referring to main theme)	Subthemes (number of participants referring to subtheme)
Informational	Benefits (25/8)	Information leads to greater self-understanding (4) Need for validation of emotions (4) Information normalizes emotions (2) Need for peace (1) Need for reassurance (1) Information/advice provides guidance on dealing with grief (1) Strength and resilience through information and advice (1) Information for self-support, information as self-help (1) Preference for autonomy/self-reliance (1) Information provides a sense of recognition (1) Need for guidance on offering support in grief (1) Information increases self-compassion (1) Information enhances acceptance of emotions (1) Information helps let go of expectations and reduces pressure (1) Information increases focus on personal needs and self-care (1)
	Types of information/advice (25/8)	Need for information about grief (3) Need for information about the grieving process (3) Need for information about grief symptoms (3) Need for information/tips on how to cope with grief (2) Need for self-help information (tips & tricks) regarding grief (2) Information on when to seek professional help (1)

---

Reasons to search or not to search (14/7)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Unfamiliar with grief (4)</li> <li>Sufficient knowledge about grief and the grieving process, expertise (3)</li> <li>Need for information/tips on how to regain structure and routine after loss (1)</li> <li>Need for information about available support (1)</li> <li>Need for guidance/conversation tips for providing support to others in grief (1)</li> <li>No need for support outside personal network (1)</li> <li>Reason for seeking information was suggestion from a loved one (1)</li> <li>Need to support oneself (1)</li> <li>Can find information independently, self-reliant (1)</li> </ul>
Sources of information (15/6)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Psychologist as a source of information (3)</li> <li>Information via the internet (2)</li> <li>Book as a source of information (2)</li> <li>Primary care mental health worker (POH-GGZ) as a source of information (1)</li> <li>Need for psychologist support (1)</li> <li>Podcast as a source of information (1)</li> </ul>
Obstacles (4/3)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Doubt about the availability of psychological support (1)</li> <li>Need for obtaining information is not acknowledged (1)</li> <li>Need for guidance is not acknowledged (1)</li> <li>You have to find information yourself (1)</li> </ul>
Frustrations (3/1)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Frustration about laying the responsibility for figuring out what is helpful in grief on the bereaved (1)</li> <li>Frustration about the lack of concrete guidelines and advice (1)</li> </ul>
Effect of receiving information (2/2)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Information about grief leads to self-evaluation (2)</li> </ul>
Type of advice (1/3)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Advice to follow one's own needs was valuable (1)</li> <li>Advice to focus on the present was valuable (1)</li> </ul>
Practical support (1/1)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Need for financial assistance (1)</li> </ul>

---



---

Consequences of loss  
(1/1)

Grief can lead to a reduction in self-directing  
capacity (1)

---

When participants talked about their need for informational support, they most commonly mentioned the benefits of informational support. Specifically, informational support helps them better understand themselves and their emotions and it provides validation and normalization of their emotions and other grief symptoms:

It [referring to information about grief] gives me, I think, the realization that I don't have to be too hard on myself. So, if, if I feel a bit down and sad about ... [name] for a few days then that is okay, you know, it's not strange. (ID 7; female, 47 years of age, who lost her sibling 20 months ago due to a physical illness).

Next to mentioning the benefits of pragmatic support, eight participants also talked about the type of information or advice they were looking for. Participants particularly described a need for information about what grief is, how it works, what grief symptoms exist and what help is available. Participants were also looking for practical advice on how to cope with grief and how to take care of themselves:

I want to understand myself, and I also search for answers like: what is it, what can I do, and how can I do it? And what is important and what can come first? Yes, I'm just looking for information to help myself. (ID 4; female, 70 years of age, who lost her partner 4 months ago due to a physical illness).

Furthermore, seven participants talked about their reasons (not) to search for informational support. The main reason for seeking information and advice was being unfamiliar with grief. The primary reason for not seeking information and advice was having sufficient knowledge about grief. Participants also discussed the various sources they utilized to get informational support, including healthcare professionals, internet, and books.

Finally, three participants mentioned obstacles to receiving informational support such as the need to search for information and advice for themselves and the expectation of others that they are able to determine themselves what would help them. These participants mentioned that the need for information and the need for an 'anchor' is not always recognized

by others: "I did search for all that [referring to information] myself. I didn't actually receive anything in terms of information, everything I obtained, I had to pursue on my own... but I did have a need for that [referring to receiving information]." (ID 9; female, 42 years of age, who lost a parent 13 months ago due to a physical illness)

## **Discussion**

Existing literature shows that nine out of ten bereaved individuals that are going through a non-pathological grieving process, have a need for social support to cope with their loss (Aoun et al., 2015). However, many bereaved individuals do not receive sufficient social support (Aoun et al., 2015; Lichtenthal et al., 2015), and many are not satisfied with the social support they do receive (Aoun et al., 2018; Cacciatore et al., 2021). Therefore, the aim of this study was to gain insight into the social support needs of Dutch bereaved individuals with non-pathological grief.

### **Main Findings on Emotional Support**

Bereaved individuals in this study had the greatest need for emotional support after the loss of their loved one, which is in line with the study of Cacciatore et al. (2021) on social support needs for bereaved individuals. Participants in this study indicated that emotional support (talking about their loss and emotions with others) is this important to them as it fulfills important needs such as connection and recognition and the need to stay upright and keep on going. In this study, also some qualities appreciated in a listener have been highlighted, such as showing empathy and understanding. These qualities align with the research conducted by Cacciatore et al. (2021), who also presented findings on how to provide effective emotional support to bereaved individuals, such as being present, dedicating time, and refraining from giving unsolicited advice. Moreover, Cacciatore et al. (2021) discussed some 'acts of emotional caring' that are appreciated by bereaved individuals, such as sharing memories and speaking the name of the loved one who passed away. Some of these acts have also emerged as themes in this study.

What this current study adds to other studies, are the underlying needs of bereaved individuals, such as the need for validation and normalization. This study also adds to the existing body of knowledge by providing insights into the obstacles experienced by bereaved in receiving emotional support, such as difficulties in expressing feelings, or loved ones who do not recognize the need for emotional support.

### **Main Findings on Pragmatic Support**

As for pragmatic support, participants found it helpful to get assistance with daily tasks that they find challenging to complete on their own e.g., due to decreased concentration, time and energy levels. Supporting bereaved individuals with these daily responsibilities fulfills important needs such as a sense that someone is truly there for them and a sense of peace and relief. These findings align with the insights from the study of Thoits (2011), who suggests that pragmatic support alleviates stress in bereaved individuals because it results in the feeling that others care and value them, which according to Bottomley et al. (2017) may enable bereaved people to focus their attention on the grieving process. Therefore, a social network of friends and family in the face of losing a loved one, is very important, especially since many organized forms of social support such as therapy and social support groups often do not provide pragmatic support (Bottomley et al., 2017).

In spite of the importance of pragmatic support, Pitman et al. (2018) and Cacciatore et al. (2021) highlight that some bereaved individuals experience a lack of this type of support, which is consistent with the findings of this current study. Some obstacles to obtaining pragmatic social support that emerged from this study include, for example, the lack of recognition of the need for pragmatic support by family and friends, and the difficulty that bereaved individuals sometimes face in asking for help. Therefore, according to Bottomley et al. (2017) psychologists should assist bereaved individuals in opening up to pragmatic support and encourage them to approach their existing social network when in need of practical help.

### **Main Findings on Informational Support**

As for informational support, participants described a need for information on grief and its symptoms, and self-help advice on how to deal with grief. Benefits of informational support included improved self-understanding, validation and normalization of strong emotions and other possible grief-symptoms. As previously noted by Kenny et al. (2020), the needs for informational support remain largely unexplored in current scientific literature. However, there are a few studies on informational support needs in bereaved individuals. For example, Capitulo (2004) analyzed the culture of an online perinatal loss group through observation and text-review and found that participants in this study gave each other advice on topics like how to handle the holidays, pregnancies and raising children. This is a different need for advice compared to the needs of participants in this current study, likely explained by the type of loss experienced by these participants in contrast to the participants in this current study.

It can be concluded that, and the same applies to other social support needs, the exact needs of bereaved individuals can vary significantly among different individuals based on

their personal experiences and preferences. This emphasizes the importance of recognizing and addressing the specific needs of each bereaved individual rather than assuming a one-size-fits-all approach to providing social support.

### **Practical Implications**

The findings from this study can be used by individuals and organizations that provide social support to bereaved and are looking for more information on how they can support these bereaved individuals. For example, by taking into account the underlying needs and obstacles that emerged from this study, such as normalizing the various aspects of grief, or by removing obstacles that bereaved individuals experience, for example by actively offering assistance with household tasks. This may enhance the alignment of social support offered by loved ones with the needs of bereaved individuals, potentially leading to increased satisfaction with the support they receive.

Furthermore, the findings can be used by bereaved individuals that are looking for more information on common needs among bereaved individuals, in order to better articulate their own needs, which according to the Dutch Council of Public Health & Society (n.d.) many bereaved individuals find challenging. The findings may also help bereaved individuals to become more aware of common barriers that bereaved encounter in obtaining social support, so that they could start recognizing these within themselves too. Finally, the findings can be utilized by individuals and organizations involved in psychoeducation for bereaved individuals to provide them with information e.g., on common needs and barriers. In other words, the information from this study can serve as informational support itself.

### **Limitations and Strengths**

The findings of this study need to be viewed in the perspective of a few limitations. One limitation is that the data analysis was conducted by one researcher. The interpretations made by the researcher were not compared with another researcher, which means that the findings are reliant on the perspective of a single researcher. Furthermore, after analyzing the interview transcripts, the researchers' interpretations were not validated with the participants to check whether the researchers' interpretations align with the participants' intended meanings. Therefore, participants did not have the opportunity to correct any misinterpretations by the researcher. Both limitations undermine the confidence that can be placed in the truth of the research findings in this study.

There are also a few strengths to this study. One strength was that the researcher tried to minimize social desirability regarding this sensitive topic by ensuring confidentiality and anonymity, by mentioning that there is not a wrong or right answer, and by building rapport

with the participants (i.a. by responding empathically). Furthermore, the researcher asked follow-up questions and asked for examples, allowing the researcher to develop a comprehensive understanding of what was meant by the participant.

### **Suggestions for Follow-up Research**

During this study, obstacles to receiving social support were regularly mentioned, even though identifying obstacles was not the primary goal of this research. Despite the awareness that many bereaved individuals do not receive sufficient social support (Aoun et al., 2015; Lichtenthal et al., 2015), there is still much to learn about the obstacles experienced by bereaved individuals when it comes to receiving social support. Furthermore, it is not yet explored whether variations in experienced obstacles can be linked to variables such as cause of death, age, or relationship to the deceased. For example, older individuals who have lost their spouses might find it particularly challenging to ask for help from family, while younger individuals grieving the loss of a grandparent might more often be unacknowledged in their need for support. To explore this, a mixed method survey study could be employed, in which a large group of bereaved individuals is asked to write a story on the obstacles they encountered in receiving social support, which then could be qualitatively analyzed. Afterwards, a quantitative analysis could be conducted to determine whether potential differences in obstacles can be linked to variables such as age, gender, and cause of death.

### **Conclusion**

This study highlights the importance of emotional, pragmatic, and informational support for bereaved individuals that go through a non-pathological grieving process. These types of social support have the potential to fulfill essential needs of bereaved individuals, such as connection, recognition, peace, self-understanding, guidance, validation, and normalization. However, this study also sheds light on the obstacles faced by bereaved individuals in receiving adequate social support. Some find their needs unacknowledged by loved ones, while others struggle to ask for support. Actively removing these obstacles and at the same time addressing the needs that are identified in this study, may lead to more satisfying social support experiences for bereaved individuals. Furthermore, the insights gained from this research may also offer valuable guidance for bereaved individuals themselves, empowering them to articulate their needs effectively and recognize obstacles that hinder them from receiving social support.

## References

- Aoun, S. M., Breen, L. J., Howting, D. A., Rumbold, B., McNamara, B., Hegney, D., & Maulik, P. (2015). Who needs bereavement support? A population based survey of bereavement risk and support need. *PLoS ONE*, *10*(3).  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0121101>
- Aoun, S.M., Breen, L.J., White, I., Rumbold, B., Kellehear, A. (2018). What sources of bereavement support are perceived helpful by bereaved people and why? Empirical evidence for the compassionate communities approach. *Palliative Medicine*, *32*(8), 1378-1388. <https://doi-org.ezproxy2.utwente.nl/10.1177/0269216318774995>
- Boelen P.A., Olf, M., & Smid, G.E. (2019). Traumatic loss: Mental health consequences and implications for treatment and prevention. *Eur J Psychotraumatol*, *10*(1). <https://doi-org.ezproxy2.utwente.nl/10.1080/20008198.2019.1591331>
- Bonanno, G.A., Wortman, C.B., & Nesse, R.M. (2004). Prospective patterns of resilience and maladjustment during widowhood. *Psychology and Aging*, *19*, 260-271.  
<https://doi.org/10.1037/0882-7974.19.2.260>
- Bottomley, J. S., Burke, L. A., & Neimeyer, R. A. (2017). Domains of Social Support That Predict Bereavement Distress Following Homicide Loss: Assessing Need and Satisfaction. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, *75*(1), 3–25.  
<https://doi.org/10.1177/0030222815612282>
- Bottomley, J.S., Smigelsky, M.A. (2022). Bereavement in the Aftermath of Suicide, Overdose, and Sudden-Natural Death: Evaluating a New Measure of Needs. *Assessment*, *0*(0). <https://doi-org.ezproxy2.utwente.nl/10.1177/10731911221081139>
- Cacciatore, J., Thieleman, K., Fretts, R., & Jackson, L. B. (2021). What is good grief support? Exploring the actors and actions in social support after traumatic grief. *PloS one*, *16*(5), e0252324. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0252324>
- Capitolo, K.L. (2004). Perinatal Grief Online. *The American Journal of Maternal/Child Nursing* *29*(5), 305-311. [10.1097/00005721-200409000-00008](https://doi.org/10.1097/00005721-200409000-00008)
- Central Bureau of Statistics. (n.d.). Mortality. How many people die in the Netherlands? Retrieved from <https://www.cbs.nl/nl-nl/visualisaties/dashboard-population/populationsgrowth/death>, on November 2, 2022.
- Claessen, S., Francke, A., van der Putten, M., & Delliens, L. (2009). De stem van de gebruiker. CQ-index Palliatieve Zorg meet de kwaliteit van zorg vanuit gebruikersperspectief. Geraadpleegd via

- <https://www.nivel.nl/sites/default/files/bestanden/NL%20artikel%20CQ-index%202010%20SC%20Pallium.pdf>, op 1 november 2022.
- D'Agostino, N., Berlin-Romalis, D., Jovcevska, V., & Barrera, M. (2008). Bereaved parents' perspectives on their needs. *Palliative and Supportive Care*, 6(1), 33-41.  
doi:10.1017/S1478951508000060
- Dyregrov, K. (2003). Micro-sociological analysis of social support following traumatic bereavement: Unhelpful and avoidant responses from the community. *Omega*, 48, 23–44. <https://doi.org/10.2190/T3NM-VFBK-68R0-UJ60>
- Eilertsen, M. B., Eilegard, A., Steineck, G., Nyberg, T., & Kreicbergs, U. (2013). Impact of social support on bereaved siblings' anxiety: A nationwide follow-up. *Journal of Pediatric Oncology Nursing*, 30(6), 301–310.  
<https://doi.org/10.1177/1043454213513838>
- Groot L. de (2011). Ondersteuning bij verliesverwerking vanuit het oogpunt van de nabestaande. Utrecht: Universiteit Utrecht, Capaciteitsgroep Klinische Psychologie
- Harrop, E., Scott, H., Sivell, S., Seddon, K., Fitzgibbon, J., Morgan, F., Pickett, S., Byrne, A., Nelson, A., Longo, M. (2020). Coping and wellbeing in bereavement: two core outcomes for evaluating bereavement support in palliative care. *BMC Palliative Care*, 19. <https://doi.org/10.1186/s12904-020-0532-4>
- Holmgren, H. (2021). Life Came to a Full Stop: The Experiences of Widowed Fathers. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 84(1), 126–145. <https://doi-org.ezproxy2.utwente.nl/10.1177/0030222819880713>
- Jordan, A. H., & Litz, B. T. (2014). Prolonged grief disorder: Diagnostic, assessment, and treatment considerations. *Professional Psychology: Research and Practice*, 45(3), 180–187. <https://doi.org/10.1037/a0036836>
- Juth, V., Smyth, J., Carey, M., & Lepore, S. (2015). Social constraints are associated with negative psychological and physical adjustment in bereavement. *Applied Psychology-Health and Well Being*, 7(2), 129–148.  
<https://doi.org/10.1111/aphw.12041>
- Karelina, K., & Devries, A. C. (2011). Modeling social influences on human health. *Psychosomatic Medicine*, 73, 67-74. DOI: 10.1097/PSY.0b013e3182002116
- Kenny M, Darcy-Bewick S, Martin A, Eustace-Cook J, Hilliard C, Clinton F, Storey L, Coyne I, Murray K, Duffy K, Fortune G, Smith O, Higgins A, Hynes G. (2020). You are at rock bottom: A qualitative systematic review of the needs of bereaved parents as

- they journey through the death of their child to cancer. *J Psychosoc Oncol*, 38(6), 761-781. <https://doi.org/10.1080/07347332.2020.1762822>
- Kreicbergs, U., Valdimarsdottir, U., Onelov, E., Henter, J.I., Steineck, G. (2004). Anxiety and depression in parents 4–9 years after the loss of a child owing to a malignancy: A population-based follow-up. *Psychological Medicine*, 34(8), 1431-1441. doi:10.1017/S0033291704002740
- Lichtenthal, W. G., Corner, G. W., Sweeney, C. R., Wiener, L., Roberts, K. E., Baser, R. E., Li, Y., Breitbart, W., Kissane, D. W., & Prigerson, H. (2015). Mental health services for parents who lost a child to cancer: If we build them, will they come? *Journal of Clinical Oncology*, 23(20), 2246–2254. DOI: [10.1200/JCO.2014.59.0406](https://doi.org/10.1200/JCO.2014.59.0406)
- Lundorff, M., Holmgren, H., Zachariae, R., Farver-Vestergaard, I., & O'Connor, M. (2017). Prevalence of prolonged grief disorder in adult bereavement: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 212, 138–149. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.01.030>
- Meert, L., Briller, S.H., Schim, S.M., Thurston, C., & Kabel, A. (2009). Examining the Needs of Bereaved Parents in the Pediatric Intensive Care Unit: A Qualitative Study. *Death Studies*, 33(8), 712-740. <https://doi.org/10.1080/07481180903070434>
- Netwerk Palliatieve Zorg Zuidoost Brabant. (2013). Rouw en nazorg na overlijden. Een verkenning naar de behoeften aan- en de mogelijkheden van- zorg voor naasten na het overlijden van een dierbare.
- Pitman, A., De Souza, T., Khrisna Putri, A., Stevenson, F., King, M., Osborn, D., & Morant, N. (2018). Support Needs and Experiences of People Bereaved by Suicide: Qualitative Findings from a Cross-Sectional British Study of Bereaved Young Adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(4), 666. <https://doi.org/10.3390/ijerph15040666>
- Raad Volksgezondheid & Samenleving. Stervelingen. Beter samenleven met de dood. Geraadpleegd via <https://www.raadrvs.nl/documenten/publicaties/2021/12/9/stervelingen---beter-samenleven-met-de-dood> op 2 november 2022.
- Rogalla, K. (2020). Anticipatory grief, proactive coping, social support, and growth: Exploring positive experiences of preparing for loss. *Omega—Journal of Death and Dying*, 81(1), 107–129. <https://doi.org/10.1177/0030222818761461>
- Ross, V., Kølves, K., & De Leo, D. (2021). Exploring the Support Needs of People Bereaved



- by Suicide: A Qualitative Study. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 82(4), 632–645. <https://doi.org/10.1177/0030222819825775>
- Schoonover, K.L., Prokop, L., & Lapid, M.I. (2022). Valuable Informal Bereavement Support Strategies for Bereaved Parents of Stillborn, Young Children, and Adult Children: A Scoping Review. *Journal of Palliative Care*, 37(3), 381-400. <https://doi-org.ezproxy2.utwente.nl/10.1177/0825859721106276>
- Thoits, P. A. (2011). Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*, 52(2), 145–161. <https://doi.org/10.1177/0022146510395592>
- Umberson, D., & Karas, Montez J. (2010). Social relationships and health: A flashpoint for health policy. *Journal of Health and Social Behavior*, 51(1), 54–66. <https://doi.org/10.1177/0022146510383501> PMID: 20943583
- Villacieros, M., Serrano, I., Bermejo, J. C., Magana, M., & Carabias, R. (2014). Social support and psychological well-being as possible predictors of complicated grief in a cross-section of people in mourning. *Anales de Psicología*, 30, 944–951.
- Wæraas, A. (2022). Thematic Analysis: Making Values Emerge from Texts. *Researching Values*, 153-170. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-90769-3\\_9](https://doi.org/10.1007/978-3-030-90769-3_9)
- Yang, Y., Schorpp, K., & Harris, K. (2014). Social support, social strain and inflammation: Evidence from a national longitudinal study of U.S. adults. *Social Science & Medicine*, 107, 124–135. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2014.02.013>

## **Appendix A**

### **Interview scheme**

#### **Introduction**

First of all, thank you very much for participating in this research. I will first introduce myself and then briefly explain the purpose of this research and the structure of this interview. My name is Jasper Bakkers, I am a student at the University of Twente where I am currently doing a master's in psychology. I am doing this research for the University of Twente as part of my master program. With this study I try to gain more insight into the social support needs of bereaved individuals. Social support refers to all emotional, financial, and practical support provided by others. This can be support from the immediate social environment, such as friends, family and colleagues, but also from individuals outside the own social circle, such as the GP or funeral director. Research shows that many bereaved have an extra need for social support, but that they do not always receive this support or that the support that the bereaved receive does not sufficiently meet their needs. With this study, I hope to contribute to a better match between bereaved's needs and the social support that people and institutions offer.

Is it clear to you what is meant by social support and is the purpose of this study clear?

Then I have a few more little announcements that I think it's good for you to know:

1. As you know, I am recording this conversation so that I can transcribe this conversation later and properly analyze your answers. Recording is safely stored and deleted after the end of the research (probably in July '23)
2. Everything you say in this conversation is confidential, so it stays between you, me and my thesis supervisors.
3. I will process your answers anonymously, so that your answers cannot be traced back to you and your individual situation.
4. The interview lasts approximately 45 minutes.
5. You may indicate at any time during the interview that you do not want to answer anything if you do not want to.
6. All answers are good, it's about how you experience it. There's no right or wrong.

The interview consists of two parts. In both parts I would like to talk to you about the period after the death of your loved one up till now. I will first ask how important support from others has been to you and what support you have received. In the second part I want to talk to you about the needs you have or have had for support from others, and why this support was or was not so important to you.

Do you have any questions for me before we start the interview?

### **Check data**

When completing the Grief Meter, you indicated that you lost your ... [e.g., partner, best friend, daughter] on ... [date of death] due to ... [reason of death]. Is that information correct?

### **General questions regarding social support needs**

1. Looking back on the period after the loss to now, how important has support from others been to you? What made it important?
2. Can you tell me about the support you received from others in the period after your loved one passed away?

### **Card sorting task**

I will now show you some slides. These slides show common needs for social support after the death of a loved one. Each slide focuses on one need. Each slide has the need at the top and two examples below to clarify what is meant by this need. I would like you to rank these needs from most to most important to least important to you in the period after the loss of your loved one up till now. I would like to ask you to place the need that you find most important in 1st place. Do you have any questions about this?

1. Please rank the needs from most to least important in dealing with the death of your loved one.
2. What made you place this need on ... [ranking]? Can you explain that?
  - a. What has this support brought you/what would it have brought you?
  - b. How was/might this need be met?
  - c. Who or what did/would you like to receive this support from?
3. Do you think a need is still missing? What would you call this need? Where would you rank this need in this ranking? Why there?

**Ending**

1. Thank you for participating in this study and for being opening up to me during this interview.
2. How did you experience this interview?
3. Would you like to receive a summary of this study as soon as the study is completed?

## Appendix B

### Overview of units, interpretations and themes categorized per social support need

**Table 7**

*Overview of units, interpretations and themes regarding Emotional Needs*

ID	Unit	Interpretatie	Subthema	Thema
ID 1	“Dat ik dus wel heel graag met mijn moeder erover wil hebben”	Deelnemer heeft behoefte aan praten over het verlies met moeder	Behoefte aan spreken over het verlies met dierbaren	Behoefte aan emotionele ondersteuning
ID 1	“maar zij [verwijst naar moeder] heeft al heel snel, zei ze over haar broer van oh, hij is toch niet nog aan het rouwen dat kan toch niet. En nu heb ik het idee dat ik dat ook niet mag, terwijl dat ik wel het er met haar [verwijst naar moeder] daarover zou willen hebben.”	Moeder vindt dat broer niet mag rouwen, daarom krijgt deelnemer de indruk dat zij ook niet mag rouwen van moeder, terwijl zij daar wel behoefte aan heeft	Behoefte aan emotionele steun bij rouwverwerking wordt niet erkend door naasten	Belemmering
ID 1	“Ik denk gewoon met	Eerder deelde deelnemer alles	Gebrek aan emotionele steun	Gebrek/ergernis

	haar [verwijst naar moeder] daarover wil ja praten. Omdat we ook altijd alles delen en nu heb ik het idee dat dat niet kan.”	met moeder en door het verlies kan dat niet meer	van dierbaren die eerder wel bron van steun waren	
ID 1	“Ik deel altijd alles met mijn moeder en dan lucht dat überhaupt al op”	Delen met moeder geeft een gevoel van opluchting	Delen met dierbaren geeft gevoel van opluchting	Voordeel
ID 1	“soms denk ik wel, ik zou wel met een psycholoog of zo daarover willen praten”	Deelnemer wil graag met psycholoog praten over het verlies van dierbare	Behoeftte aan spreken over het verlies met psycholoog	Behoeftte aan emotionele ondersteuning
ID 1	“Maar ik denk gewoon ook niet dat daar [verwijst naar psycholoog] plek voor is. Er zijn meer mensen die hulp nodig hebben en ik wil dan gewoon eens	Deelnemer verwacht dat de psycholoog geen plek heeft voor haar rouwklachten vanwege de veronderstelde hoge vraag naar psychologische hulp	Verwachting dat er geen toegang is tot psychologische hulp	Belemmering

	in de tijd even praten”			
ID 2	<p>“ik wil niet altijd de verdrietige zijn, of altijd degene die zelig is. Dus houd je het [verwijst naar het uiten van gedachten en gevoelens over het verlies] vaak voor jezelf”</p>	<p>Deelnemer wil niet altijd ‘de verdrietige’ zijn en uit haar gedachten en gevoelens over het verlies daarom niet</p>	<p>Terughoudendheid in uiten verdriet om niet altijd ‘de verdrietige’ te zijn.</p>	<p>Belemmering</p>
ID 2	<p>“ik heb natuurlijk nog een zoontje en die krijgt dan zoveel mee [verwijst naar het praten over verlies van partner] en er is heel veel al gesproken en ik merk wel dat hij daar niet altijd last van heeft, maar dat die daar een beetje</p>	<p>Deelnemer praat niet over verlies van partner omdat zoontje daar veel van meekrijgt en onrustig van wordt</p>	<p>Terughoudendheid in praten over verlies om dierbare te beschermen</p>	<p>Belemmering</p>

	onrustig van werd”			
ID 2	“Het [verwijst naar emotionele ondersteuning] geeft wel rust en bevestiging”	Emotionele ondersteuning geeft deelnemer rust en bevestiging	Emotionele ondersteuning geeft rust en bevestiging	Voordeel
ID 2	“we [verwijst naar vrienden en familie] hebben een heel fijne avond [verwijst naar verjaardag] gehad, ondanks we met z'n allen een keer hebben een traantje moeten wegpinken omdat we dachten van potverdikkie snap je [verwijst naar afwezigheid partner], dat	Deelnemer vond het fijn om emoties met vrienden en familie te delen	Behoefte aan delen van emoties met dierbaren	Behoefte aan emotionele ondersteuning



	heb je wel kunnen delen”			
ID 2	“Dat je vooral erkend wordt. Dat is wel... zeker omdat ik het natuurlijk niet eerder heb meegemaakt”	Deelnemer heeft behoefte aan erkenning, omdat zij niet eerder zo’n verlies heeft meegemaakt	Behoeftte aan erkenning	Voordeel
ID 2	“Dus dat kan wel helpen in het feit dat we [verwijst naar schoonmoeder] allebei partners zijn verloren en daarmee moeten omgaan”	Deelnemer vindt het behulpzaam om te spreken met dierbare die hetzelfde heeft meegemaakt (lotgenoot)	Behulpzaam om te praten een lotgenoot	Eigenschappen luisteraar
ID 2	“het is wel fijn dat dat zij [verwijst naar schoonmoeder] dan tegen mij zegt van: Anne, het is goed zo, het mag, het mag er zijn, je mag het weer voelen [verwijst naar liefde], het is	Deelnemer vindt het fijn om bevestiging te krijgen van een dierbare die hetzelfde heeft meegemaakt dat het oké is om een nieuwe liefde te ontmoeten en opnieuw liefde te voelen voor iemand anders	Behoeftte aan bevestiging en toestemming om emoties te ervaren	Voordeel

	goed zo, dat is ook wel fijn om die bevestiging te hebben”			
ID 3	“dan [verwijst naar periode na verlies] is het ontzettend belangrijk dat je dat je iemand hebt die daarin kan meevoelen die kan met je kan mee rouwen, kan meehuilen. Je verdriet kunnen delen”	Deelnemer beschrijft dat het bij het delen van verdriet belangrijk is dat iemand empathisch is/kan meevoelen	Belangrijk dat luisteraar meelevend is	Eigenschappen luisteraar
ID 3	“Gevoelens delen over degene die overleden is, bespreekbaar maken van de situatie”	Deelnemer beschrijft de behoefte aan emotionele ondersteuning als het bespreekbaar maken van de situatie en het delen van gevoelens	Behoefte aan het bespreken van het verlies en delen van gevoelens	Behoefte aan emotionele ondersteuning
ID 3	“zorgen dat je overeind blijft, letterlijk”	Emotionele ondersteuning helpt om	Emotionele ondersteuning helpt om overeind	Voordeel

		overeind te blijven	te blijven (stabiliteit)	
ID 3	“de zin van het overlijden, de betekenis van het overlijden, in zekere zin leren of leren, maar proberen te doorgronden zeg maar”	Deelnemer geeft aan dat het bespreken van de dood van een dierbare met een ander helpt om de zin van het overlijden te doorgronden	Bespreken van verlies van naaste helpt om zin van overlijden te doorgronden	Voordeel
ID 3	“dat [verwijst naar de betekenis van het overlijden doorgronden] is waar je behoefte aan hebt”	Deelnemer heeft de behoefte om de betekenis van het overlijden te doorgronden	Behoeft om betekenis van overlijden te doorgronden	Betekenisgeving
ID 4	“daarna [verwijst naar het uiten van gedachten en gevoelens over het verlies bij haar zus] kan ik er weer even tegen, zeg maar”	Deelnemer geeft aan dat het uiten van gedachten en gevoelens over het verlies bij haar zus haar kracht geeft om weer door te gaan	Ventileren helpt om weer door te kunnen gaan (stabiliteit)	Voordeel
ID 4	“Dat kan ik, kan ik bij mijn zus heel goed die die die gaat	Deelnemer geeft aan niet op adviezen te	Advies wordt niet gewaardeerd	Eigenschappen van luisteraar

	ook geen goede adviezen geven, want daar zit ik niet op te wachten”	zitten wachten van anderen		
ID 5	“Het lukte mij niet om mijn emoties te uiten en daar heb ik ontzettend veel last van gehad”	Deelnemer geeft aan dat hij er moeite mee had om zijn emoties te uiten en dat dit negatieve gevolgen op hem had.	Moeite om gevoelens te uiten & & Niet uiten van gevoelens leidt tot klachten	Belemmering & Voordeel (geen klachten krijgen)
ID 5	“de hulp die ik heb gehad van de POH met name om, om dat [verwijst naar het uiten van gevoelens] op gang te krijgen, dat was voor mij essentieel”	Deelnemer geeft aan dat professionele ondersteuning heeft geholpen bij het uiten van zijn gevoelens en wat het belang hiervan op hem is geweest.	Hulp bij het uiten van gevoelens was waardevol	Voordeel
ID 5	“nou ja, als ik erop terugkijk is het een hele lastige periode geweest, maar ik heb er ook ontzettend veel	Deelnemer geeft aan dat rouwperiode niet alleen lastig maar ook leerzaam is geweest	Periode van rouw was leerzaam	Voordeel

	van geleerd over mezelf”			
ID 6	“Omdat ik heel veel de behoefte heb gehad om te praten met mensen, ik moest mijn verhaal kwijt weet je wel dat het het het het was allemaal zo vreselijk heftig”	Deelnemer geeft aan dat hij het verlies als heel heftig heeft ervaren en daarom een sterkte behoefte had om over het verlies te praten met anderen	Behoefte om verhaal te delen met anderen	Behoefte aan emotionele steun
ID 6	“ze [verwijst naar schoondochter] heeft zich niet om mij bekommerd, of zoiets dergelijks. Ze is wel naar de de uitvaart gekomen, maar heeft daar geveinsd dat ze een, een, een migraineaanval kreeg en toen is ze gauw naar huis toe	Deelnemer is boos op schoondochter omdat zij er niet voor deelnemer is geweest en weinig betrokkenheid heeft getoond	Gebrek aan emotionele steun van dierbaren	Gebrek/ergernis

	gegaan. Ik heb er maanden niet gehoord of gezien, weet je wel, ik heb haar geloof ik maar één keer gezien”			
ID 6	“de boosheid natuurlijk en en en en ja, de onmacht die samenhing met het met het verlies van van M. Hè dus dat en dat moest ik kwijt, dat dat verhaal”	Deelnemer geeft aan behoefte te hebben gehad om gevoelens van boosheid en onmacht te uiten bij anderen	Behoefte om gevoelens te uiten bij anderen	Behoefte aan emotionele steun
ID 6	“Dat ik het inderdaad kon delen met mensen, dat ik het niet alleen maar zelf hoefde te doen”	Delen met anderen mensen gaf deelnemer het gevoel het niet alleen te hoeven doen	Emotionele steun geeft het gevoel er niet alleen voor te staan	Voordeel
ID 6	“ik heb gewoon heel veel fijne mensen om me heen gehad, die ook bereid	Deelnemer waardeert het dat mensen de bereidheid toonde om naar zijn verhaal te	Behoefte aan delen met mensen die overlijden van de dierbare ook hebben meegemaakt	Eigenschappen luisteraar

	<p>waren om dat, luisteren en het om dat verhaal begrip toonde aan te horen en Begroefte aan het ook begrip en begrepen, want verbinding een heleboel mensen hebben het ook meegemaakt, wat er allemaal gebeurd is en die die die die begrepen het ook”</p>			
ID 6	<p>“Maar zeker in Het delen van het begin heb het verhaal en ik daar heel emoties was veel behoefte voor de aan gehad om deelnemer om dat verhaal belangrijk, maar te voornamelijk in vertellen en het begin. hoe, ja, hoe ik mij voelde en en wat het allemaal met me deed”</p>		<p>Behoefte aan emotionele steun is vooral in het begin aanwezig</p>	<p>Behoefte aan emotionele steun</p>
ID 7	<p>“ik vind het ook wel heel prettig als een ander er is voor mij. Ik denk niet dat</p>	<p>Deelnemer eist niet snel aandacht op voor haar verhaal en emoties, maar</p>	<p>Waardering voor anderen die behoefte aan aandacht erkennen</p>	<p>Eigenschappen luisteraar</p>

ik dat heel snel waardeert het  
 voor mezelf wanneer  
 opeis want en anderen  
 ik wil nu over aandacht  
 Henk praten, besteden aan  
 dus ik vind het hoe het met  
 heel prettig als haar gaat  
 mensen dat  
 aanbieden:  
 even, Anke  
 zullen we nu  
 eens even even  
 aandacht aan  
 jou besteden.  
 Maar dat vind  
 ik wel erg  
 prettig”

ID 7	<p>“ik wil dat de naam van mijn broer een soort van levend blijft. Ik wil dat zijn naam genoemd blijft worden”</p>	<p>Deelnemer vindt het belangrijk dat de naam van haar broer genoemd blijft worden, zodat hij niet vergeten wordt en toch een beetje in leven blijft</p>	<p>Behoeftte aan het in herinnering houden van de overledene</p>	Voordeel
ID 8	<p>“Het gevoel dat je wel bij mensen terecht kan met je verhaal”</p>	<p>Deelnemer geeft aan dat ze het belangrijk vindt dat ze het gevoel heeft dat</p>	<p>Beschikbaarheid van anderen is belangrijk</p>	Eigenschappen luisteraar



		ze bij anderen terecht kan met haar verhaal		
ID 8	“maar als ik niet de behoefte had om te delen dat dat ook oké was.”	Deelnemer waardeert het dat het ook geaccepteerd werd als zij niets wilde delen over het verlies	Autonomie wordt gewaardeerd	Eigenschappen luisteraar
ID 8	“Een stukje verwerking. Het verhaal vertellen en dat helpt ook bij het kunnen duiden van het verlies”	Het vertellen van het verhaal helpt bij het kunnen duiden van het verlies en het verwerken van het verlies	Verwerking door het verhaal te vertellen  Betekenisgeving door verhaal te vertellen	Betekenisgeving
ID 8	“door het verhaal nog eens te vertellen ja kon ik het nog beter duiden”	Het vertellen van het verhaal kan helpen bij het beter begrijpen van het verlies	Behoefte om betekenis van overlijden te doorgronden	Betekenisgeving
ID 9	“dat je dus niet het idee hebt dat ja, dat er mee wordt geleefd, dat je er niet alleen mee voorstaat”	Deelnemer drukt te behoefte uit om te weten dat anderen met je meeleven en je er niet alleen voorstaat.	Behoefte aan gevoel van medeleven  Behoefte aan gevoel er niet alleen voor te staan	Voordeel

ID 9	<p>“wat ook gebeurt, is dat je ik heb dan één zusje en mijn vader, dat wij met z'n drieën wel ook heel hecht waren in die tijd en dat dat ook heel veel, dat je dat dus ook ja samen meemaakt en dat dat heel bijzonder is om dan ook de de, de avond van de uitvaart dat we met zijn drieën, dat doen we nooit, zo'n groephug aan het doen waren. Ja, ja, zo'n overlijden verbindt ook ook ook wel”</p>	<p>Deelnemer beschrijft dat overlijden ook verbindend werkt</p>	<p>Overlijden werkt verbindend</p>	<p>Voordeel</p>
ID 9	<p>“Ik weet nog dat vijf dagen na het overlijden één van de mijn</p>	<p>Deelnemer waardeert dat haar collega op een begripvolle en empathische</p>	<p>Waardering voor begrip en empathie</p>	

mijn cliënten manier  
 vroeg waarom reageerde en  
 ik niet, begreep dat ze  
 waarom ik niet op dat moment  
 bij, waarom ik niet in staat was  
 iets niet had om bepaalde  
 gedaan en dat taken uit te  
 mijn collega voeren  
 toen schreef  
 'her mother  
 died', punt.  
 Weet je... en  
 dat is die client  
 kan de stront  
 in zakken en  
 dat mijn  
 collega dat zo  
 schrijft,  
 gewoon van ze  
 doet dit nu  
 niet, want haar  
 moeder is dood  
 en die woorden  
 zijn volgens  
 mij gewoon  
 genoeg. Dat  
 was gewoon  
 heel fijn om  
 dat te zien”

ID 10

“op het	Deelnemer	Behoeft
moment dat	beschrijft	samen
het gebeurt,	behoefte om	rouwen/gedeelde
wil je gewoon	samen met	emoties

	echt met iedereen, dus collectief instorten en het alleen maar hebben over wat er is gebeurd zeg maar”	anderen emotioneel in te storten en openlijk te praten over wat er is gebeurd.	Behoefte aan praten over wat is gebeurd
ID 10	“je wilt zeg maar zien dat iedereen even verdrietig is als jij en is aangedaan, zodat je die herkenning en erkenning hebt”	Behoefte om te zien dat anderen ook verdrietig en aangedaan zijn, omdat dit een gevoel van herkenning en erkenning geeft	Behoefte aan herkenning  Behoefte aan erkenning
ID 10	“dat mensen ook gewoon echt verdrietig zijn en ook ontstemd, en ook gewoon het ongeloof hebben van goh, er is gewoon iemand overleden. Hoe dan? En het het het	Behoefte om te zien dat anderen ook verdrietig en aangedaan zijn, omdat dit een gevoel van herkenning en erkenning geeft	Behoefte aan samen rouwen/gedeelde emoties  Behoefte aan erkenning  Behoefte aan herkenning

onomkeerbare  
 dat anderen dat  
 ook ervaren,  
 zeg maar dat  
 het dan echt  
 feitelijk is  
 gebeurd, zeg  
 maar”

ID 10	“ondanks dat het een hele vreselijke week was [verwijst naar week overlijden en uitvaart]: ik zou hem heel graag nog een keer willen doorleven want alles draait dan ook om dat [om het overlijden van de dierbare en het verdriet van de nabestaanden], ja”	Deelnemer	Emotionele steun
	die eerste week van overlijden en uitvaart om 1 reden nog wel over zou willen doen: het geeft een gevoel van verbondenheid	beschrijft dat hij die eerste week van overlijden	geeft gevoel van verbondenheid Behoefte aan verbondenheid

ID 10	“Omdat alles dan [die eerste week] nog om die overleden	Deelnemer	Emotionele steun
	die overleden	beschrijft dat hij die eerste week van overlijden	geeft gevoel van verbondenheid

	<p>persoon draait, en uitvaart om 1  en diegene reden nog wel  staat in de over zou willen  belangstelling, doen: het geeft  in de aandacht. een gevoel van  Jij staat in de verbondenheid  aandacht,  belangstelling,  alles draait  alleen nog  maar daarom”</p>		<p>Behoeftte aan  verbondenheid</p>
ID 10	<p>“dat je ook dus De deelnemer  gezien wordt geeft aan dat het  in je, in je belangrijk is om  verdriet, dus jij gezien te  ziet het worden in het  verdriet bij verdriet, zowel  anderen, maar bij anderen als  anderen zien bij zichzelf. Het  ook het feit dat anderen  verdriet bij jou ook het verdriet  en dat je zeg bij de  maar, samen, deelnemer  in hetzelfde opmerken,  schuitje zit. creëert een  Dat voelt dan gevoel van  als een soort verbondenheid  van en bevestiging.  verbondenheid  of bevestiging”</p>	<p>De deelnemer  geeft aan dat het  belangrijk is om  gezien te  worden in het  verdriet, zowel  bij anderen als  bij zichzelf. Het  feit dat anderen  ook het verdriet  bij de  deelnemer  opmerken,  creëert een  gevoel van  verbondenheid  en bevestiging.</p>	<p>Erkenning en  verbondenheid in  gezamenlijk  verdriet</p>

---

**Table 8**

*Overview of units, interpretations and themes regarding Pragmatic Needs*

ID	Unit	Interpretatie	Subthema	Thema
ID 1	Ik krijg weinig voor elkaar, ik ben heel druk bezig, maar ik, ik rond niks af, maak niks of ja	Deelneemster geeft aan dat zij sinds het overlijden van dierbare weinig voor elkaar krijgt en niks afrondt	Moeite met afronden van taken na verlies (productiviteit)	Gevolgen van verlies
ID 1	ik denk dat ik daar [verwijst naar weinig voor elkaar krijgen t.a.v. schooltaken] steun in wil, of hoe, hoe kan dat?	Deelneemster vraagt zich af hoe het kan dat zij sinds overlijden van dierbare weinig voor elkaar krijgt en niks afrondt en denkt dat ze daar steun bij wil	Behoefte aan steun om schooltaken af te ronden Behoefte aan informatie over waarom taken afronden niet lukt	Type taak Informatie/advies
ID 1	Want ik ben niet de hele tijd bezig met het denken aan mijn opa, maar toch gebeurt er niet zoveel, maar kan het onbewust wel ermee te maken hebben.	Deelnemer heeft vermoeden dat ze onbewust veel met overlijden van dierbare bezig is en dat ze daarom niet veel voor elkaar krijgt	Met overlijden bezig zijn leidt tot vermindering productiviteit	Gevolgen verlies
ID 1	ik ben hele tijd druk bezig met school, maar uiteindelijk maak ik niks	Deelneemster geeft aan dat zij sinds het overlijden van dierbare weinig voor elkaar krijgt en niks afrondt	Moeite met afronden van taken na verlies	Gevolgen verlies
ID 1	minder stress [verwijst naar wat de situatie waarin ze weer dingen zou kunnen afronden n.a.v. steun haar zou opleveren]	Deelneemster geeft aan dat als ze weer dingen voor elkaar zou krijgen en zou afronden, dat ze dan minder stress verwacht.	Verwachting dat praktische steun tot minder stress leidt	Voordeel

ID 2	“En het is inderdaad fijn als iemand zegt van: ik kom je een keer helpen om de was te doen, om een keer boven alles, een keer badkamer een keer de WC, een keer de keuken te doen, een keer in de tuin te helpen”	Deelnemer vindt het fijn wanneer iemand aanbiedt om te helpen bij huishoudelijke taken zoals de was, schoon te maken en in de tuin te helpen	Aanbieden van praktische steun wordt gewaardeerd	Wens Type taak
ID 2	“Dat [verwijst naar helpen in huishouden] gebeurde wel, maar dan moest ik het heel voorzichtig zo zelf vragen en wat ik ook al zei, een keer het mee-eten we konden natuurlijk wel mee-eten maar dat werd niet gevraagd en ik ga niet zelf vragen van: hé, kunnen we mee-eten. Dat zit niet in de aard van het beestje, in ieder geval niet bij mij”	Deelnemer geeft aan dat deze praktische steun niet werd aangeboden, terwijl zij hier wel behoefte aan had, en dat ze het lastig vindt om daarom te vragen	Behoeftte aan praktische steun wordt niet erkend  Moeite om de praktische steun te vragen	Belemmering  Belemmering
ID 2	“dat [verwijst naar praktische steun] gaf heel veel rust. Even wat ademruimte om heel even te bekomen, want je staat gewoon hele dagen aan”	Deelnemer geeft aan dat het ontvangen van hulp in het huishouden en zorg voor haar kindje veel rust gaf, omdat ze anders hele dagen aanstaat.	Praktische steun geeft rust aan nabestaande	Voordeel
ID 2	“Alleen het is wel gewoon lekker om ook gewoon even je eigen dingen te kunnen doen, even niks hoeven of misschien wel gewoon hier thuis lekker wat	Deelnemer beschrijft waarom praktische steun haar rust geeft, namelijk dat ze daardoor de tijd heeft om even	Praktische steun geeft nabestaande tijd om niets te doen	Voordeel



	rommelen weet je wel, aan het opruimen, dat geeft ja ook ergens wel wat rust”	Deelnemer beschrijft dat ze meer praktische steun had gewild direct na het overlijden van dierbare	niks te doen/even niet aan te staan.	
ID 2	“toentertijd had ik wel wat meer praktische hulp gewild. Inderdaad, het eten, het mee-eten, mee boodschappen doen.”	Deelnemer beschrijft dat ze meer praktische steun had gewild direct na het overlijden van dierbare	Behoeftte aan praktische steun wordt door omgeving niet erkend	Belemmering Type taak
ID 2	“Ik heb wel eens gewoon gehad dat ik dacht: ik heb helemaal geen brood meer, geen ontbijt. Ja, dat kan eigenlijk niet, hè, maar niemand die dan zegt van nee, ik doe even boodschappen voor je of denk je aan of denk je aan de boodschappen? Of zullen we het even samendoen dat hè dat dat ik weet dat je wat in huis hebt, maar niemand die aan mij vroeg van lukt het met de boodschappen?”	Deelnemer geeft aan dat weinig mensen in haar omgeving haar hebben aangeboden om te helpen bij huishoudelijke taken, zoals boodschappen doen	Behoeftte aan praktische steun wordt niet erkend	Belemmering Type taak
ID 2	“Mensen gaan er allemaal maar vanuit dat het allemaal wel gaat en dat je dat allemaal wel doet. Maar dat gebeurt niet.”	Deelnemer beschrijft dat de reden dat mensen geen praktische steun aanbieden ermee te maken heeft dat mensen ervan uitgaan dat het wel zelf lukt	Naasten overschatten vermogen nabestaande om zelfstandig te functioneren na verlies	Belemmering
ID 2	“Maar ik had gewoon geen	Deelnemer beschrijft dat ze zichzelf op de	Teleurstelling in vermogens om	Gevolgen verminderde

	boodschappen in- huis en dan denk je: oh, man, heb je dat gewoon niet gedaan? En dan word je een beetje teleurgesteld en word je emotioneel en dan ga je weer, ja, dan ga je een beetje terug vanaf weer van hè potverdikkie”	kop geeft als het haar niet lukt om aan haar huishoudelijke taken te voldoen	praktische zaken zelf te kunnen regelen	zelfstandigheid/ productiviteit
ID 3	“die praktische behoefte, die is eigenlijk alleen aanwezig helemaal even in het begin, gewoon om, om, ja dat een ander even zorgt dat je dat je een avondmaaltijd hebt bij wijze van spreken. Dat is heel fijn, maar die is alleen van toepassing in het begin periode, hele korte periode, daarna eigenlijk niet meer”	Deelnemer geeft aan dat praktische steun alleen in de eerste periode van belang is	Praktische steun van belang in eerste periode na overlijden	Behoefte in de tijd
ID 3	“verder zijn we, ja, laat ik het maar zo	Deelnemer geeft aan nog zelfstandig te	Zelfstandigheid	Mate van zelfstandig functioneren

	<p>zeggen, in geen, denk ik, in geen enkel opzicht hulpbehoevend behalve dan natuurlijk in emotioneel opzicht op dat moment”</p>	<p>kunnen functioneren</p>		
ID 3	<p>“dan [verwijst naar de periode waarin je in emotioneel opzicht hulpbehoevend bent] is het fijn als er mensen voor je klaarstaan om je heen om je even met wat praktische dingen te helpen”</p>	<p>Deelnemer beschrijft behoefte aan praktische steun in periode dat hij emotioneel hulpbehoevend is</p>	<p>Praktische steun bij emotioneel periode is fijn</p>	<p>Behoefte in de tijd Gevolgen verlies</p>
ID 3	<p>“Nou ja, een boodschap, daar kom je gewoon niet aan toe bij wijze van spreken op dat moment. Je gunt jezelf er geen tijd voor”</p>	<p>Deelnemer beschrijft dat hij aan dagelijkse taken, zoals boodschappen, niet toekomt.</p>	<p>Niet toekomen aan dagelijkse taken</p>	<p>Gevolgen van verlies</p>
ID 3	<p>“wat wel belangrijk is, is ook van nou advies, eventueel, ja, advies zo van goh, wie zouden we dan het beste</p>	<p>Deelnemer geeft aan dat hij advies prettig vindt t.a.v. praktische zaken rondom de uitvaart</p>	<p>Behoefte aan advies rondom uitvaart</p>	<p>Informatie/advies Type taak</p>

	kunnen benaderen? Wat vind jij? Wat vind ik? Dus praktische zaken rondom begrafenis of crematie eventueel”			
ID 4	“in het begin had ik echt behoefte aan praktische ondersteuning”	Deelnemer had in het begin behoefte aan praktische ondersteuning	Praktische steun van belang in eerste periode na overlijden	Behoeftte in tijd
ID 4	“want dat [verwijst naar praktische steun] heb je in het begin helemaal nodig”	Deelnemer geeft aan vooral in het begin praktische steun nodig te hebben gehad	Praktische steun van belang in eerste periode na overlijden	Behoeftte in tijd
ID 4	“je bent ook heel warrig na zoiets en heel erg vergeetachtig en nou, dat ben ik nog wel, en je bent heel erg moe en kan toch niet slapen. Dus daar heb je hulp bij nodig [verwijst naar dagelijkse taken]”	Deelnemer heeft vooral behoefte een praktische steun in begin, omdat zij in die periode warrig, moe en vergeetachtig was	Onvoldoende concentratie en energie om taken te volbrengen	Gevolgen van het verlies
ID 4	“dat is meer iemand die jou even af en toe, dat hoeft echt niet elke dag, maar twee of drie keer in	Deelnemer beschrijft praktische steun als het aanbod van anderen om ergens mee te helpen	Praktische steun is het aanbod van omgeving om te helpen	Wens

	de week wat mij betreft even helpt van oh, moet je wat? Wat moet er nog gebeuren in je huis, of wat wil je gedaan hebben? Of zal ik even dit?"			
ID 4	“mensen die het aanbieden ook, hè dat dat, dat had ik wel fijn gevonden, dat heb ik niet”	Deelnemer had het gewaardeerd wanneer anderen praktische steun hadden aangeboden	Aanbieden van praktische steun wordt gewaardeerd Behoeftte aan praktische steun wordt niet erkend	Wens  Belemmering
ID 4	“Het ligt ook aan mij, omdat ik nogal snel zeg: het hoeft allemaal niet en dat ik het ook lastig vind om veel mensen over de vloer te hebben, daar heb ik ook niet altijd zin in, maar in principe had ik dat wel..., had ik dat wel nodig gehad”	Deelnemer geeft aan dat zij zelf ook een rol speelt in het niet voldoende ontvangen van praktische steun, omdat zij zelf aangeeft dat het niet hoeft en niet veel mensen over de vloer wil	Jezelf ervoor openstellen is belangrijk om praktische steun te krijgen	Belemmering
ID 4	“in het begin was het hier wel een beetje een zootje, zeg maar een zootje in mijn huishouden”	Deelnemer beschrijft dat het haar in begin niet lukte om dagelijkse taken te volbrengen	Moeite met afronden van taken na verlies	Gevolgen van verlies

ID 4	“Ja, dus toen was het een beetje rommelig in huis want ik had een tijdje niks gedaan	Deelnemer beschrijft dat het haar in begin niet lukte om dagelijkse taken te volbrengen	Moeite met afronden van taken na verlies	Gevolgen van verlies
ID 4	Nou heeft mijn zoon en mijn dochter hebben wel geholpen, maar ja, daar had ik wel fijn gevonden als ik iets meer hulp had gehad.	Deelnemer geeft aan dat ze meer hulp had gewild, dan ze nu heeft ontvangen	Gebrek aan praktische steun	Risico
ID 4	“Had gekregen en toegestaan, hè, want dat is nog een beetje een puntje”	Deelnemer geeft aan dat zij zelf ook een rol speelt in het niet voldoende ontvangen van praktische steun, omdat zij het zelf niet altijd toestond om te ontvangen	Jezelf ervoor openstellen is belangrijk om praktische steun te ontvangen	Belemmering/ Hulpbron
ID 4	“zal ik even de was doen, zal ik even strijken, zal ik even het oud-papier naar beneden brengen, of dat soort dingen. Dat. Heel praktisch”	Deelnemer beschrijft behoefte aan praktische steun, in de vorm van dagelijkse activiteiten zoals oud-papier naar beneden brengen	Praktische steun gaat om hulp bij (kleine) dagelijkse taken	Type taak
ID 4	“Dat dat [verwijst naar alledaagse	Deelnemer geeft aan dat het overnemen van	Praktische steun geeft rust aan nabestaande	Voordeel

	<p>taken, zoals huishouden] niet zo in m'n hoofd zit rond te spoken als een soort spaghetti, want dat zat, was het gewoon”</p>	<p>alledaagse taken, zoals huishouden, voor mentale rust zorgt</p>		
ID 4	<p>“Wat ik merkte was... ik ben met de afwas bezig of ben de afwas in de machine aan het zetten en ik doe, dan loop ik naar mijn rommelhok en dan gooi ik iets weg en dan ga ik met de was verder. En dan ben ik met de was bezig en dan wil ik die aanzetten, maar dan moet ik even waspoeder halen en dan, het staat ergens anders. En dan begin ik weer een ander klusje. Snap je wat ik bedoel? Dat? Dat is dus echt verschrikkelijk. Daar heb ik</p>	<p>Deelnemer beschrijft hoe het er in haar hoofd aan toe ging - en nog steeds een beetje gaat – als zij dagelijkse taken, zoals huishouden, uitvoert. Ze beschrijft dat dit wat ongestructureerd/ rommeling verloopt</p>	<p>Moeite met afronden van taken na verlies Onvoldoende concentratie om taken te volbrengen</p>	<p>Gevolgen van verlies</p>

	trouwens nog wel een beetje”			
ID 4	“Ja, nee, structuur ontbreekt nog een beetje”	Deelnemer geeft aan dat – sinds overlijden dierbare – zij een gebrek aan structuur ervaart	Gebrek aan structuur	Gevolgen van verlies
ID 4	“rust in mijn hoofd, ja, ja”	Deelnemer beschrijft dat praktische steun haar rust zou geven	Praktische steun geeft rust aan nabestaande	Voordeel
ID 5	“tot ik gewoon ertegenaan liep dat dat [werken] gewoon niet ging”	Deelnemer geeft aan dat het niet meer lukte om werk te kunnen doen	Moeite om werk te kunnen uitvoeren	Gevolgen van verlies
ID 5	“ik was de eerste keer bij de bedrijfsarts echt ontzettend blij verrast dat die, nadat ik mijn verhaal had verteld, zei gewoon: ja, dat is gewoon duidelijk, zo kun je je werk niet doen, daar moet je de tijd voor nemen en er lag geen tijdsdruk op”	Deelnemer geeft aan het gewaardeerd te hebben dat hij ruimte kreeg van bedrijfsarts om werk even te laten liggen en de tijd te nemen om de tijd te nemen om het emoties te verwerken	Tijd krijgen van bedrijfsarts om verlies te verwerken	Wens
ID 5	“ga doen wat je moet doen en ik zie je over zes weken weer terug en dat	De tijd krijgen om verlies te verwerken gaf gevoel van lucht	Tijd krijgen om verlies te verwerken geeft lucht	Voordeel



	was voor mij, dat gaf zoveel lucht”			
ID 6	“Vanaf het begin af aan heb ik het allemaal heel, heel zelfstandig kunnen blijven doen: boodschappen doen en, en, en koken, en ik ben niet aan de, aan de, aan de maaltijd of aan de, aan de, aan de kant-en klaarmaaltijden begonnen”	Deelnemer geeft aan taken nog zelfstandig te kunnen uitvoeren	Zelfstandigheid	Mate van zelfstandig functioneren
ID 6	“Ik kook gewoon thuis en ik doe alles zelf. Ik hou alles gewoon schoon en en en en dat lukt allemaal en ik heb daar een bepaalde routine heel snel in kunnen ontwikkelen. Dus ik heb nooit iemand echt specifiek hoeven te vragen van: wil je dit voor me doen?”	Deelnemer geeft aan taken nog zelfstandig te kunnen uitvoeren	Zelfstandigheid	Mate van zelfstandig functioneren
ID 6	“nou dat de mensen er voor je zijn, dat je gewoon kan, kan	Deelnemer geeft aan dat hij praktische steun waardeert, omdat het hem het	Praktische steun geeft gevoel dat mensen ervoor je (willen) zijn/voor je	Voordeel

	aankloppen en, en, of dat ze je gewoon zelf uitnodigen van kom eens langs en eet eens mee, weet je wel”	gevoel geeft dat mensen er voor hem zijn	zorgen/voel je je echt gesteund/om je geven	
ID 7	“Ik kan mijn werk goed doen”	Deelnemer kan nog zelfstandig functioneren	Zelfstandigheid	Mate van zelfstandig functioneren
ID 7	“Dus, dus in die zin, ja, ik ben denk ook wel een, een rationeel iemand en ik kan goed schakelen. Dus nu moet ik mijn werk doen, hop eventjes niet, niet aan verdrietige dingen denken of zo”	Deelnemer kan gevoel even opzij zetten om taken toch te volbrengen	In staat om te focussen op taak voorhanden	Mate van zelfstandig functioneren
ID 8	“Dus boodschappen in huis, de was draaien, dat probeer ik natuurlijk allemaal zoveel mogelijk allemaal zelf, maar dan moet ook alles functioneren in het huis”	Deelnemer probeert zo veel mogelijk zelf te doen	Zelfstandigheid	Mate van zelfstandig functioneren
ID 8	“je wil op dat moment wel de ruimte krijgen om	Deelnemer heeft behoefte aan ruimte om zich te concentreren op	Behoeftte aan ruimte in tijd en aandacht	Voordeel Type taken

	me volledig te focussen op het regelen van het afscheid en de uitvaart zeg maar”	het regelen van het afscheid.		
ID 8	“Meer aandacht voor wat er op dat moment geregeld moet worden [refereert naar wat praktische steun haar heeft opgeleverd]”	Deelnemer geeft aan dat praktische steun ervoor zorgt dat zij zich kan concentreren op de zaken die geregeld moeten worden	Praktische steun leidt tot meer ruimte in aandacht	Voordeel
ID 8	“Er komt zo veel op je af na het overlijden, dat heeft mij echt verbaasd. Wat je allemaal moet, of hoort of... ik heb geen ervaring he, dus er werd van alles gevraagd: wil je dit of wil je dat?”	Deelnemer geeft aan dat er veel op je afkomt na het overlijden	Overweldigende verantwoordelijkheden en keuzes na overlijden	Gevolgen van verlies
ID 8	“Daar [voor alles wat er op je afkomt na overlijden] heb je focus voor nodig”	Deelnemer beschrijft dat je focus nodig hebt om alles wat er op je afkomt na overlijden te regelen	Behoeftte aan focus	Voordeel
ID 9	“het opvangen van de kinderen, nou ja, dat had mijn, mijn man dan allemaal	Deelnemer verstaat onder praktische steun het regelen v/d uitvaart, opvangen kinderen, e.d.	Beschrijving praktische steun	Type taken

gedaan, maar  
 anderzijds de, de,  
 het regelen van de  
 uitvaart, crematie  
 en dergelijke,  
 uitvaartverzekering,  
 hoe doe je dat met  
 de bank en noem  
 het maar. Dat soort  
 dingen”

ID 9	<p>“Het grootste gedeelte had mijn moeder zelf al gedaan [refereert naar regelen v/d uitvaart], dus dat was heel fijn. En een deel hadden we ook samen al gedaan van tevoren dus daar kan een overlijdende, als, als daar tijd voor is natuurlijk, en dat was er in het geval van mijn moeder, ook al heel veel in betekenen”</p>	<p>Deelnemer waardeert de inspanning van overledene voor haar overlijden t.a.v. het regelen van de uitvaart</p>	<p>Voorbereiding op overlijden verkleint praktische regeltaken</p>	<p>Hulpbron</p>
ID 9	<p>“Maar de dingen die je dan daadwerkelijk op dat moment moet doen, nou viel het</p>	<p>Deelnemer geeft aan dat er niet veel geregeld hoefde te worden t.a.v. de uitvaart</p>	<p>Weinig regeltaken t.a.v. uitvaart</p>	<p>Gevolgen van verlies</p>

allemaal wel mee,  
omdat het een hele  
kleine uitvaart was  
en hoefden ook niet  
mega veel mensen  
geïnformeerd te  
worden, dat wilden  
ze ook niet”

ID 9	<p>“ik denk dat het [praktische steun] me op dat moment wel had ontlast absoluut ja, om, om, om je daar [bankzaken regelen] niet mee bezig te hoeven houden”</p>	<p>Deelnemer geeft aan dat praktische steun haar ontlast zou hebben</p>	<p>Behoeftte om ontlast te worden</p>	<p>Voordeel</p>
ID 9	<p>“het zit hem met name in het ontlast worden in zo'n moeilijke periode in je leven, waarin er heel veel op je afkomt”</p>	<p>Ontlast worden in de periode na overlijden dierbare is belangrijk</p>	<p>Behoeftte om ontlast te worden</p>	<p>Voordeel</p>
ID 9	<p>“Er is geen regeling binnen mijn werk voor rouw”</p>	<p>Deelnemer geeft aan dat er geen rouwregeling is op haar werk</p>	<p>Gebrek aan beleid omtrent rouw op werk</p>	<p>Belemmering</p>
ID 9	<p>“en dat ze [werkgever] wel gewoon zeiden: weet je, ga maar gewoon, doe wat</p>	<p>Deelnemer geeft aan dat werkgever begripvol en ondersteunend was en haar het vertrouwen en de ruimte gaf om te</p>	<p>Werkgever erkende behoefsten aan steun</p>	<p>Hulpbron</p>

jij, wat jou voor jou goed voelt. En we zien later wel hoe we dat administratief doen. En dat vond ik heel fijn. In plaats van dat ze zeiden: nou hè, hop ze is gecremeerd of tenminste de uitvaart is geweest, kom je maandag weer? Het was echt van kijk maar, dat vond ik, ja, heel netjes”

ID 9	“goed als je werkt dan dus daar zo mee omgaat [de ruimte geven] dan is dat wel echt heel waardevol”	Deelnemer waardeert de ruimte die ze kreeg van werkgever	Werkgever erkende behoeften aan steun	Hulpbron
ID 10	“En dan dat praktische [steun] is vooral ook heel fysiek dus dat mensen, zeg maar, op die manier ook met je meeleven”	Deelnemer beschrijft dat praktische steun ook een vorm van meeleven is	Praktische steun geeft gevoel dat anderen meeleven	Voordeel
ID 10	“sommige mensen die dichtbij je staan, die zetten de	Praktische steun [bijvoorbeeld boodschappen doen] is volgens deze deelnemer	Praktische steun geeft gevoel dat anderen meeleven	Voordeel

woorden dan dus  
ook om in daden  
van oh, ik ben er  
voor je, maar die  
laten dat dus ook  
echt dan zien, met  
dus inderdaad iets  
als boodschappen  
doen of of  
whatever”

ID 10	<p>“geeft het dan nog  een soort van hoop  dat het, dat het  leven ergens ook  nog wel liefdevol  en verbindend en  mooi is en dat  mensen dan,  ondanks dat het  toch een best  individualistische  maatschappij is, dat  we dan toch nog  wel wat voor elkaar  overhebben  gelukkig!”</p>	<p>Deelnemer  beschrijft dat het  ontvangen van  praktische steun  een gevoel van  hoop geeft dat  het leven  verbindend en  mooi is, ondanks  het overlijden dat  is voorgevallen  en de  individualistische  maatschappij</p>	<p>Praktische steun geeft  warm gevoel</p>	<p>Voordeel</p>
----------	---	---	--	-----------------

---

**Table 9***Overview of units, interpretations and themes regarding Informational Needs*

ID	Unit	Interpretatie	Subthema	Thema
ID 1	“ik wil wel met een psycholoog daarover [over het verlies] praten”	Deelnemer zou graag met psycholoog praten over het verlies en haar emoties	Behoefte aan professionele ondersteuning	Informatiebron
ID 1	“maar ook het idee hebben dat er geen plek is [bij de psycholoog], of niet voor zoiets”	Deelnemer verwacht dat er geen plek is bij de psycholoog voor haar klachten	Twijfel over beschikbaarheid professionele ondersteuning	Belemmering
ID 1	“Ik ga gewoon nog naar school en doe gewoon nog wel m'n dingen, denk ik. Ja, die behoefte is er wel [om met een psycholoog te praten], maar ik heb gewoon niet het idee dat daar plek voor is”	Deelnemer zou graag met psycholoog praten over het verlies en haar emoties Deelnemer verwacht dat er geen plek is bij de psycholoog voor haar klachten, omdat ze nog kan functioneren	Behoefte aan professionele ondersteuning Twijfel over beschikbaarheid professionele ondersteuning	Informatiebron
ID 1	“dit is ook pas de eerste keer dat ik iemand dierbaar heb verloren, dus ik heb het sowieso nog nooit gevoeld”	Verliezen van een dierbare en rouw is nieuw voor de deelnemer	Onbekend met rouw	Aanleiding
ID 1	“misschien zou het dus inderdaad wel kunnen helpen als iemand mij uitlegt hoe zoiets [rouw] in z'n werk gaat”	Deelnemer heeft behoefte aan informatie over rouw	Behoefte aan informatie over rouw	Type informatie
ID 1	“Daarom [omdat deelnemer denkt dat het kan helpen] heb ik het [informatie over rouw] zelf ook opgezocht op internet en zo kom ik uit op die rouwmeter”	Deelnemer heeft informatie over rouw opgezocht via internet	Informatie via internet	Informatiebron
ID 1	“dat het misschien wel fijn is als iemand het [rouwproces] uitlegt en dat ik het dan beter kan begrijpen of ja, misschien meer mee eens kunnen zijn dat het dat ik toch nog steeds er verdrietig over ben”	Deelnemer heeft behoefte aan informatie over rouw Behoefte aan begrijpen/ duiden van haar aanhoudende verdriet	Behoefte aan informatie over rouw Behoefte aan begrijpen emoties Behoefte aan validatie van emotie	Type informatie Voordeel Voordeel



		Behoeftte aan validatie van emoties		
ID 1	“die bevestiging voor mezelf dat het oké is om, of misschien niet oké, en dat ik toch hulp moet zoeken”	Behoeftte aan validatie van emoties Weten of zij professionele hulp moet zoeken	Behoeftte aan validatie van emotie Informatie over wanneer je professionele hulp moet zoeken	Voordeel Type informatie
ID 1	“dat het oké is en dat het nog wel even kan duren, en dan heb ik daar misschien zelf ook wat meer rust in dan het onwetende”	Behoeftte aan validatie van emotie Behoeftte aan rust	Behoeftte aan validatie van emotie Behoeftte aan rust	Voordeel Voordeel
ID 2	“die mensen staan er helemaal buiten [verwijst naar psycholoog], die staan daar zonder verdriet staan zij daarin, zonder gevoel”	Deelnemer vond het prettig dat de psycholoog geen verdriet of emotionele betrokkenheid had bij het verlies.	Informatie/advies van professional	Informatiebron Kenmerk informatiebron
ID 2	“hun [verwijst naar psycholoog en andere professionals] trekken je naar het hier en niet naar daar waar jij helemaal niet meer weet hoe je het moet doen, of dat je het niet meer snapt of dat je het even niet meer niet meer aankunt.”	Deelnemer vond het prettig dat psycholoog haar aanspoorde om zich te richten op het heden (advies)	Informatie/advies van professional Advies om te richten op heden was waardevol	Informatiebron Kenmerk informatiebron Type advies
ID 2	“Hun [verwijst naar psycholoog en andere professionals] trekken jou naar het hier en hier sta jij nu en niemand verwacht wat van je. Doe wat je behoeftes zijn”	Deelnemer vond het prettig dat de psycholoog haar aanspoorde om verwachtingen los te laten en eigen behoeftes te volgen (advies)	Informatie/advies van professional Advies om eigen behoeftes te volgen was waardevol	Informatiebron Kenmerk informatiebron Type advies
ID 2	“ze [verwijst naar psycholoog] zegt ook van he: ga maar gewoon naar bed, ga maar gewoon slapen, terwijl bijvoorbeeld de familie zou zeggen: van: ach, kom maar lekker hier naartoe, of ga er lekker op uit. Terwijl juist die	Deelnemer vond het prettig dat de psycholoog haar aanspoorde om verwachtingen los te laten en eigen behoeftes te volgen (advies)	Advies om eigen behoeftes te volgen was waardevol	Informatiebron Type advies

	rust die ik toen in het begin heb gehad vanuit de therapeut, dat heeft me heel goed gedaan”	Informatie/advies van psycholoog gaf deelnemer rust		
ID 2	“dat heeft me heel goed gedaan [rust vanuit de therapeut] en ook gewoon de houvast van hoe om te gaan met verdriet”	Informatie/advies van psycholoog gaf deelnemer houvast om met het verdriet om te gaan	Informatie/advies geeft houvast om met verdriet om te gaan	Voordeel
ID 2	“We hadden elke week drie uur therapie”	Deelnemer kreeg therapie	Therapeut als informatiebron	Informatiebron
ID 2	“het is gewoon heel belangrijk dat je van iemand een houvast krijgt, hoe je de dagelijkse routine weer een beetje terug kan krijgen, hoe je de structuur terugkrijgt in het dagelijkse leven. Dus gewoon op tijd opstaan, ontbijten boodschappen doen, eruit gaan, je lunch nemen, naar vrienden of familie gaan, wel leuke dingen doen, maar niet te veel”	Deelnemer beschrijft haar behoefte aan informatie/advies over hoe structuur en routine terug te krijgen na verlies	Behoeftte aan informatie/advies over hoe je structuur en routine terugkrijgt na verlies Informatie kan houvast geven	Type informatie/advies Voordeel
ID 2	“ik vond het heel fijn om een structuur te krijgen vanuit hun [verwijst naar psycholoog], van hoe kon ik dat plannen? Hoe ga ik daar? Ja, op een op een goede manier, beetje die structuur vinden?”	Deelnemer beschrijft haar behoefte aan informatie/advies over hoe structuur en routine terug te krijgen na verlies	Behoeftte aan informatie/advies over hoe je structuur en routine terugkrijgt na verlies	Type informatie/advies
ID 2	“en natuurlijk ook inderdaad, hoe ga je het allemaal financieel oplossen? Daar heb ik allemaal goeie hulp bij gehad”	Deelnemer beschrijft haar behoefte aan hulp om financieel in balans te blijven	Behoeftte aan financiële hulp	Praktische steun
ID 2	“[informatie en advies] maakt je sterker, je komt meer voor jezelf op, je wordt wat harder, niet voor jezelf, maar wel voor de buitenwereld, want je wordt al gauw	Deelnemer geeft aan wat informatie en advies haar heeft opgeleverd: het maakte haar sterker assertiever en weerbaarder	Kracht en weerbaarheid door informatie en advies	Voordeel

	<p>heel zielig gevonden, terwijl je weet door de informatie wel van nee, jongens, we moeten door en we komen er wel alleen het heeft even tijd nodig”</p>			
ID 3	<p>“mijn werk in de gezondheidszorg maakt dat ik het regelmatig te maken heb met het overlijden van mensen, dat ik ook regelmatig zie dat mensen in rouw zijn zeg maar. Ik ben denk ik mag wel zeggen dat ik dat ik redelijk vertrouwd ben met met de fasen die je doorloopt bij wijze van spreken of die je althans kunt doorlopen hè, want dat is geen geen, geen, geen één, twee, drie, vier pad. Maar dus ja, die informatiebehoefte had ik niet zo. Dat is voor mij in die zin niet nieuw om het zomaar te zeggen”</p>	<p>Deelnemer geeft aan weinig behoefte te hebben aan informatie en advies, omdat zij vanuit haar werk al bekend is met het rouwproces.</p>	<p>Rouwproces is bekend</p>	<p>Aanleiding (om niet te zoeken)</p>
ID 3	<p>“Nou, ik heb geen behoefte gehad aan aan een rouwverwerkingsgroep of iets dergelijks nee”</p>	<p>Deelnemer beschrijft dat ze geen behoefte had aan informatie over hulp en steun die beschikbaar is voor nabestaanden, omdat ze geen behoefte had aan steun van anderen dan haar eigen netwerk</p>	<p>Geen steun buiten eigen netwerk nodig</p>	<p>Aanleiding (om niet te zoeken)</p>
ID 3	<p>“Die [collega] zei tegen mij: Goh, die nou, die informeerden hoe hoe meer het proces verliep, om het zo maar te zeggen, en die zegt van:</p>	<p>De reden voor deze deelnemer om de rouwmeter (als bron van informatie) op te zoeken en in te vullen was een suggestie van een collega over mogelijke depressie</p>	<p>Reden tot zoeken informatie was suggestie van naaste</p>	<p>Aanleiding</p>

Goh, heb je heb je voor  
 jezelf wel eens bedacht  
 dat je eventueel dat je  
 wat depressief zou  
 kunnen zijn? Dus naar  
 aanleiding daarvan  
 kwam ik aan het denken  
 en heb ik heb ik die  
 rouwmeter ingevuld.  
 Niet omdat ik direct  
 behoefte had aan hoe zit,  
 hoe zit die rouw nou in  
 mekaar of zo”

ID 4	“dan wil ik mezelf begrijpen en daar zoek ik ook naar van: wat is nou, wat kan ik nou doen en hoe kan ik het nou doen? En wat is belangrijk en wat kan eerst? Ja, ik zoek gewoon informatie om mezelf te helpen zeg, maar”	Deelnemer heeft behoefte aan informatie waarmee ze zichzelf kan helpen om te gaan met rouw	Behoeftte aan informatie over hoe om te gaan met rouw Behoeftte aan informatie ten einde zichzelf te steunen (informatie als zelfhulp)	Type informatie  Voordeel Aanleiding
ID 4	“Ik ben wel heel, heel erg iemand die graag alles zelf doet”	Deelnemer geeft aan graag zichzelf te helpen – i.p.v. hulp van anderen te krijgen	Voorkeur voor autonomie/ zelf-doen	Voordeel
ID 4	“Dus ik ben heel erg op zoek naar hoe ik mezelf kan ondersteunen. Dat is eigenlijk, dat helpt ja, daar informatie over”	Deelnemer wil graag zichzelf helpen en zoekt informatie over hoe zij zichzelf effectief kan ondersteunen	Behoeftte aan zelfhulp-informatie t.a.v. rouw Voorkeur voor autonomie/ zelf-doen	Type informatie  Wens/voordeel/ relevantie/ aanleiding
ID 4	“de informatie en zo, die zoek ik op voor mezelf voor hoe kan ik, hoe wil ik hiermee omgaan, hoe kan ik hiermee omgaan en wie kan me daarbij helpen?”	Deelnemer geeft aan dat ze zelf actief op zoek gaat naar informatie over hoe ze effectief met de situatie om kan gaan én wie daarbij kunnen helpen	Behoeftte aan zelfhulp informatie over ‘hoe om te gaan met rouw’ en ‘beschikbare ondersteuning’	Type informatie

ID 4	“het [welke informatie deelnemer zoekt] komt er eigenlijk op neer: wat is normaal in een rouwproces?”	Deelnemer heeft behoefte om te begrijpen wat normaal is in het rouwproces	Behoeftte aan informatie over het rouwproces/ rouwsymptomen	Type informatie
ID 4	“Dat [wat normaal is in het rouwproces] weet ik ook niet. Ik ben het niet gewend, ik heb best wel mensen verloren, maar dat was allemaal wat verder weg zeg maar, en dit is natuurlijk heel dichtbij, het was mijn grote liefde”	Deelnemer beschrijft dat ze niet goed weet wat normaal is in het rouwproces, omdat dit verlies nieuw is	Onbekend met rouw	Aanleiding
ID 4	“Wat is nou normaal? Dat je wordt overweldigd door allerlei vreemdsoortige gevoelens, van angstaanvallen tot paniek, tot hoe moet het nou verder? Tot zwart en wanhoop en weet ik wat allemaal. En dan denk je Jeetje Mina zeg, dat is niet normaal, nou, dat ga ik opzoeken, zo”	Deelnemer beschrijft dat ze zich overweldigd voelde door allerlei (nieuwe) emoties en dat maakt ze daarom de behoefte had om te weten of dat normaal is.	Behoeftte aan informatie over wat normaal is in rouwproces Behoeftte aan validatie van emotie	Voordeel Type informatie
ID 4	“Dat het normaal is, dat ik niet helemaal gek ben”	Deelnemer hoopt uit dit soort informatie een bevestiging te krijgen dat zij normaal is	Behoeftte aan validatie van emotie	Voordeel
ID 4	“Ik ben heel erg van de tips en de trucs”	Deelnemer geeft aan dat ze graag tips en trucs [over het omgaan met rouw] wil	Behoeftte aan praktische tips en trucs over omgaan met rouw	Type informatie
ID 4	“dan [met tips en trucs] kan je jezelf altijd een heel end op gang brengen en ik zeg niet dat ik alles weet, maar ik kom wel een heel end dan. Ik vind dan wel dat dat [verwijst naar tips en	Deelnemer geeft aan dat ze zichzelf met tips en trucs over hoe om te gaan met rouw zichzelf al een stuk kan helpen	Behoeftte aan praktische tips en trucs over omgaan met rouw	Type informatie Wens/voordeel/ relevantie/ aanleiding

	trucs over hoe om te gaan met rouw], ja, dat heel helpend is”			
ID 5	Dat is niet omdat ik die behoefte [aan informatie] niet heb, maar omdat ik die gewoon zelf kan vinden en daar dus verder geen steun bij nodig had”	Deelnemer beschrijft dat hij geen behoefte heeft aan steun bij het vinden van informatie omdat hij deze informatie zelf kan opzoeken	Kan informatie zelf opzoeken (zelfredzaamheid)	Aanleiding (om niet te zoeken)
ID 5	“ik weet wat dat betreft goed de weg in, in, in dit hulpverleningsland zowel op mijn werk als bij de huisarts en dat soort zaken. Dus dat, dat ging eigenlijk, ja, daar heb ik geen, dat was de minst belangrijke [behoefte]”	Deelnemer beschrijft dat hij geen behoefte heeft aan steun bij het vinden van informatie, omdat hij deze kennis al heeft	Heeft informatie al in huis (deskundigheid)	Aanleiding (om niet te zoeken)
ID 5	“Ik heb ik heb heel hard informatie en advies van professionals nodig gehad, met name dus de POH”	Deelnemer geeft aan veel behoefte te hebben gehad aan informatie en advies van de POH-GGZ	POH-GGZ als informatiebron	Informatiebron
ID 5	“die informatie [over hulp en steun die beschikbaar is voor nabestaanden] had ik niet nodig, want die die, die had ik zelf al.”	Deelnemer beschrijft dat hij geen behoefte heeft aan steun bij het vinden van informatie, omdat hij deze kennis al heeft	Heeft informatie al in huis (deskundigheid)	Aanleiding (om niet te zoeken)
ID 5	“omdat ik me afvroeg van: goh, wat er nou gebeurd is, dat wat wat wat ik je al zei: het was de eerste keer dat mijn vader dood ging, mijn moeder leeft nog, dus ik heb ook nooit zo'n verlies meegemaakt. Dus ja, dan, dan wil je toch graag weten van hoort dit of hoe erg is dit?”	Deelnemer heeft naar aanleiding van wat hij zelf ervaart i.c.m. eerste verlies de behoefte om meer te weten te komen over het rouwproces, om te weten of wat hij doormaakt gebruikelijk is of dat hij zich zorgen moet maken	Eerste verlies geeft aanleiding tot zoeken informatie Behoeft aan informatie over rouwsymptomen	Aanleiding Type informatie
ID 5	“en er [op de Rouwmeter] stond van nou dat het eigenlijk nog	Deelnemer voelde zich gerustgesteld door te leren dat zijn reactie op het verlies een normale reactie	Informatie die reactie op verlies valideert geeft geruststelling	Voordeel

	<p>volkomen normaal [verwijst naar eigen reactie op verlies dierbare] was, me nergens zorgen over hoefde te maken. Nou, dat gaf wel wat geruststelling”</p>	<p>is en hij zich geen zorgen hoeft te maken</p>		
ID 6	<p>“Ik heb dat [informatie] in eerste instantie natuurlijk via, via internet allemaal opgezocht”</p>	<p>Deelnemer heeft informatie via internet opgezocht</p>	<p>Informatie via internet</p>	<p>Informatiebron</p>
ID 6	<p>“toen [bij het zoeken naar informatie op internet] ben ik een beetje voor mezelf na nagegaan van ben ik al die fases doorgegaan? Of of of zit ik nog in een fase of welke fase moeten nog komen? En en en ik, ik ben eigenlijk vrij laat pas gaan kijken van hoe zo'n rouwproces dan volgens de boekjes verloopt”</p>	<p>Deelnemer was op zoek naar fases in rouwproces en heeft vervolgens zichzelf geëvalueerd en vragen gesteld</p>	<p>Informatie over rouwproces  Informatie over rouw leidt tot zelfevaluatie/ zelfreflectie</p>	<p>Type informatie  Gevolg</p>
ID 6	<p>“ik had een boekje gelezen, namelijk ik weet niet of je dat kent van Joost Prinsen dat Na Emma. En die beschrijft, die beschrijft daarin de eerste twaalf maanden van zijn leven naar het overlijden van zijn vrouw Emma”</p>	<p>Deelnemer heeft boekje gelezen waarin iemand zijn verlieservaring beschrijft</p>	<p>Boekje met ervaringverhaal als informatiebron</p>	<p>Informatiebron</p>
ID 6	<p>“Ik heb dat boekje [van Joost Prinsen] gelezen, ik herkende heel veel”</p>	<p>Lezen van ervaringverhaal gaf gevoel van herkenning</p>	<p>Ervaring van anderen geeft gevoel van herkenning</p>	<p>Voordeel</p>
ID 6	<p>“ik vertelde dat dus tegen, tegen die psychologe en toen zei ze van ja, maar schrijven is ook heel therapeutisch</p>	<p>Deelnemer is op advies van therapeut ook gaan schrijven</p>	<p>Therapeut als informatiebron Advies over hoe om te gaan met verlies</p>	<p>Informatiebron</p>

	en dat ben ik dus ook gaan doen"			
ID 6	“Ik heb herkenning gehad, zo van oh, ja, ja, ja, dat heb ik ook gehad en en ja, ja, dat. Dat vind ik ook wel fijn”	Informatie gaf deze deelnemer een gevoel van herkenning en dat werd als prettig ervaren	Informatie geeft gevoel van herkenning	Voordeel
ID 6	“het [informatie over rouw] heeft me wel geholpen om om om in te zien van hoe zo'n proces in z'n werk gaat”	Deelnemer beschrijft een behoefte aan informatie over het rouwproces – dat heeft hem geholpen	Behoefte aan informatie over rouwproces Informatie geeft begrip	Type informatie Voordeel
ID 7	“Wat ik wel prettig vind is, is een boek, een boek lezen over rouw”	Deelnemer leest graag boek over rouw	Boek als informatiebron	Type informatiebron
ID 7	“Weet je wel dat je gewoon even wat informatie krijgt van wat is dat [verwijs naar rouw] eigenlijk en hoe werkt dat?”	Beschrijft een behoefte aan informatie over rouw	Informatie over rouw	Type informatie
ID 7	“daar heb je een bepaalde cyclus in, zo'n rouwcyclus en oh wat interessant en gebeurt dat bij mij ook?”	Beschrijft dat ze deze zichzelf a.d.h.v. deze informatie evalueert	Jezelf evalueren	Gevolg
ID 7	“ik vind het altijd wel prettig om, om, om een soort cognitieve informatie te hebben, zodat ik mezelf iets beter kan begrijpen”	Informatie leidt tot meer zelfbegrip bij deze deelnemster en dat vindt ze prettig	Informatie leidt tot meer zelfbegrip Behoefte aan zelfbegrip	Voordeel
ID 7	“ik vind het ook wel prettig als ik wat handvatten heb van hoe kan ik haar tot steun zijn?”	Deelnemer heeft behoefte aan handvatten om anderen die ook leiden onder het verlies steun te bieden	Behoefte aan handvatten voor bieden van steun bij verlies	Voordeel Type informatie
ID 7	“Het [informatie over rouw] geeft me, denk ik, dat ik niet al te streng hoef te zijn voor mezelf.	Deelnemer geeft aan dat informatie over rouw helpt om zichzelf niet te streng te beoordelen (mildheid) en	Informatie vergroot mildheid naar zelf Informatie vergroot acceptatie van emotionele reacties van zichzelf	Voordeel



	Dus als, als ik me een paar dagen een beetje rot voel en verdrietig over Henk, dat het gewoon mag, weet je wel dat het niet raar is”	emotionele reactie te accepteren		
ID 7	“Hè, nou, in zo'n boek lees ik dan van joh zo werkt rouw helemaal niet. Dus ga het ook niet van jezelf verwachten, hè dat je het een plekje moet geven of iets dergelijks. En het kan zijn dat je na twee jaar dat je het even heel moeilijk hebt, terwijl anderhalf jaar vond je het niet moeilijk, weet je wel”	Informatie over rouw uit het boek heeft deelnemer geholpen om verwachtingen over hoe het zou moeten los te laten en bij de acceptatie dat je ‘opeens’ iets moeilijk kan vinden, ook al vond je dat voorheen niet moeilijk	Informatie helpt om verwachtingen los te laten en vermindert druk Informatie normaliseert emoties Informatie helpt bij acceptatie van emoties	Voordeel
ID 7	“Dus ik denk dat wat het mij oplevert [verwijst naar informatie over rouw] is toch ja, dat ik niet altijd streng hoeft te zijn voor mezelf en dat je leert om die clichés over rouw, om die te doorgronden en naar de prullenbak te verwijzen”	Deelnemer geeft aan dat informatie over rouw helpt om zichzelf niet te streng te beoordelen (mildheid) én om verwachtingen los te laten	Informatie vergroot mildheid naar zelf Informatie helpt om verwachtingen los te laten en vermindert druk	Voordeel
ID 7	“Ik heb een vriendin, die is hulpverlener, die is gedragsdeskundige en	Deelnemer beschrijft nog andere informatiebronnen. Zo geeft ze aan dat ze een vriendin heeft	Deskundige als informatiebron	Informatiebron

	ja, die, die heeft mij ook echt wel geholpen hoor, en ja, ook ook om je gedachten te ordenen dus dus dus een een, een deskundige om je heen hebben is wel heel prettig”	die gedragsdeskundige is en dat die vriendin haar echt heeft geholpen		
ID 7	“het [boek] geeft mij informatie over, over, over over het fenomeen rouw, hè, wat is dat?”	Deelnemer beschrijft dat ze een boek gebruikte om aan haar behoefte te voldoen. De behoefte om meer inzicht te krijgen in wat rouw inhoudt, rouw begrijpen.	Behoefte aan kennis en begrip over rouw	Type informatiebron Aanleiding
ID 7	“Maar ook wel, ja, misschien een soort gesprekstips of zo van van hoe praat je over rouw, hoe zorg je ervoor dat je voor jezelf opkomt hè, dat dat dat dat je je verhaal mag blijven doen? Welke clichés zijn er over rouw?”	Deelnemer beschrijft nog meer redenen om een boek over rouw te lezen, zoals tips over hoe je praat over rouw met iemand die in rouw is, hoe je zorgt dat je voor jezelf opkomt en welke clichés er over rouw zijn	Behoefte aan gesprekstips Behoefte aan informatie over hoe om te gaan met rouw	Type informatie
ID 7	“Dus ik denk dat het echt cognitieve kennis is en en toch een soort van vaardigheden, denk ik, ja, gespreksvaardigheden ja”	Deelnemer heeft behoefte aan kennis over rouw en gesprekstips	Behoefte aan gesprekstips Behoefte aan informatie over rouw	Type informatie

ID 8	“Omdat ik vanuit mijn werk al heel veel informatie heb, dus die behoefte was er niet”	Deelnemer beschrijft geen behoefte te hebben aan informatie omdat ze deze informatie al heeft	Heeft informatie al in huis (deskundigheid)	Aanleiding [om niet te zoeken]
ID 9	“Ik heb dat [verwijst naar informatie] wel allemaal zelf gezocht. Ik heb eigenlijk niks gekregen qua informatie, alles wat ik heb gekregen, heb ben ik zelf ben ik zelf achteraan... ik had daar wel behoefte aan gehad”	Deelnemer beschrijft dat ze zelf op zoek is gegaan naar informatie en dat ze niks heeft gekregen. Ze beschrijft ook dat ze daar wel behoefte aan had gehad	Behoeftte aan krijgen van informatie wordt niet erkend Informatie moet je zelf opzoeken	Belemmering
ID 9	“wat de fases zijn van rouw en wat, wat rouw met je doet”	Deelnemer beschrijft aan welke informatie zij behoefte had	Behoeftte aan informatie over rouw	Type informatie
ID 9	“terugblikkend had ik misschien wel graag eerder geweten dat, ja, dat je toch wel, ja, echt best wel uit balans bent en dat moeheid en je niet goed concentreren en zo dat dat ook wel echt bij het rouwproces hoort”	Deelnemer geeft aan dat ze graag eerder op de hoogte had willen zijn van rouwsymptomen	Behoeftte aan informatie over rouwsymptomen	Type informatie
ID 9	“inzicht in mijn eigen gedrag en eigen emoties, gevoelens”	Informatie over rouwsymptomen gaf deelnemer inzicht in eigen gedrag en gevoelens	Informatie over rouw geeft inzicht in eigen gedrag en gevoel	Voordeel
ID 9	“dat het niet gek is wat je doet en ja, dat het dat het iets is dat erbij hoort”	Informatie over rouw hielp de deelnemer om te begrijpen dat haar reactie op het verlies normaal is	Informatie valideerde reactie op verlies & normaliseerde	Voordeel

ID 9	<p>“dat het erbij hoort als je de eerste maanden zit dat je gewoon, dus overigens ook in die podcast kwam dat ook naar voren, dat je gewoon echt een beetje, nou ja, van de wereld bent en je minder kan concentreren, heel moe bent. Ja, dat had ik wel fijn gevonden als iemand dat tegen mij had gezegd”</p>	<p>Deelnemer beschrijft dat ze in de podcast hoorde dat haar rouwsymptomen en normale reactie zijn op verlies. Ze had het fijn gevonden als iemand dat (eerder) tegen haar had gezegd</p>	<p>Podcast als informatiebron Informatie valideerde reactie op verlies &amp; normaliseerde Behoeftte aan informatie over rouwsymptomen Behoeftte aan krijgen van informatie wordt niet erkend</p>	<p>Informatiebron Voordeel Type informatie Belemmering</p>
ID 9	<p>“dat je ook niet voor jezelf voorbijloopt”</p>	<p>Deelnemer beschrijft dat informatie over rouw er bij haar toe heeft geleid dat ze haarzelf niet voorbijloopt</p>	<p>Informatie vergroot aandacht voor eigen behoeften en zelfzorg</p>	<p>Voordeel</p>
ID 10	<p>“Vooral hoe rouw je, hoe doe je dat goed, hoe zorg je goed voor jezelf, waar doe je goed aan?”</p>	<p>Deelnemer wil weten hoe hij op een goede manier kan rouwen en hoe hij in dit proces goed voor zichzelf kan zorgen.</p>	<p>Behoeftte aan informatie en advies over rouwverwerking Behoeftte aan informatie en advies over zelfzorg</p>	<p>Type informatie</p>
ID 10	<p>“zo’n schijt bedrijfsarts die echt nergens, geen kut verstand van heeft en alles bij jou neerlegt van jij moet maar aangeven waar je behoefte aan hebt. Ja weet ik veel vriendin, ik heb dat nog nooit meegemaakt”</p>	<p>Deelnemer toont frustratie m.b.t. de bedrijfsarts, die de verantwoordelijkheid voor het aangeven van de behoeften bij hem legt. De deelnemer voelt zich onbegrepen en gefrustreerd door deze aanpak omdat hij heeft nog nooit eerder zo’n verlies te verwerken gehad en</p>	<p>Frustratie over neerleggen van verantwoordelijkheid voor bedenken wat goed is bij rouw bij nabestaande Eerste rouwervaring leidt tot onzekerheid over hoe te handelen</p>	<p>Ergernis Aanleiding</p>

ID 10	<p>“Zoals je merkt, hoor je, word ik er nog steeds geïrriteerd van, dus je bent al last en dan gaat iemand ook nog waarschijnlijk therapeutisch allemaal heel goed bedoeld, ook nog eens de bal bij jou terug neerleggen”</p>	<p>dus geen idee heeft wat wijsheid is.</p> <p>Deelnemer toont frustratie m.b.t. de bedrijfsarts, die de verantwoordelijkheid voor het aangeven van de behoeften bij hem legt. De deelnemer voelt zich onbegrepen en gefrustreerd door deze aanpak.</p>	<p>Frustratie over neerleggen van verantwoordelijkheid voor bedenken wat goed is bij rouw bij nabestaande</p>	<p>Ergernis</p>
ID 10	<p>“ik snap dat wel vanuit psychologisch oogpunt, want je wilt natuurlijk niet een oordeel hebben of oordeel vellen of wat iemand doet. Maar tegelijkertijd wil je ook een soort van een beetje richting krijgen van nou: slaap minimaal acht uur per nacht, wandel een uur per dag, maar zelfs tot daaraan kwamen we niet. Ja, je moet maar even kijken wat goed voelt voor jou. Ja weet ik veel vriendin, ik weer niet eens of ik van voor of achter leef op dit moment”</p>	<p>Deelnemer is gefrustreerd dat hij niet wat meer concrete richtlijnen en adviezen krijgt over hoe goed voor zichzelf te zorgen in tijden van rouw, omdat je in tijden van rouw te verwart kan zijn om dit zelf goed te bedenken</p>	<p>Frustratie over gebrek aan concrete richtlijnen en adviezen</p> <p>Rouw kan leiden tot vermindering van zelfsturend vermogen</p> <p>Behoeftte aan specifieke richtlijnen en sturing (houvast) t.a.v. zelfzorg</p>	<p>Ergernis</p> <p>Gevolgen verlies</p> <p>Type informatie</p>
ID 10	<p>“ik had toen wel even behoefte aan iets of</p>	<p>Deelnemer beschrijft dat bedrijfsarts zijn</p>	<p>Behoeftte aan specifieke richtlijnen en sturing (houvast)</p>	<p>Type informatie</p>

iemand die me wat  
houvast gaf, maar die  
kreeg ik in ieder geval  
bij die bedrijfsarts niet  
echt”

behoefte aan houvast  
niet erkende

Behoefte aan  
houvast wordt niet  
erkent

Belemmering

---



