

Het eerste jaar voorbij en dan..

## ‘Ik vergat om voor mezelf te zorgen’

**Sebina Fluks-Heun (27) verloor drie jaar geleden haar broer Wander (22) door een auto-ongeluk.**

*Hoe gaat het met je?*

‘Ik begin eindelijk een beetje in balans te komen. Ik ben zoveel jaren eigenlijk alleen maar bezig geweest met overleven, ik had het zelf niet eens altijd in de gaten. Ik had een muur om me opgetrokken. Ik was Sebina die alles kon en alles wel regelde. Het overlijden van Wander heeft alles op zijn kop gezet.

Wander ging samen met zijn vriend Kees in de auto rijden van de neef van Kees: een Lotus Elise. Ze hebben in de omgeving gereden; rondgescheurd, zeg maar gerust. Er waren verschillende mensen die de politie hadden gebeld met klachten over hun rijgedrag, het was ook een heel opvallende auto natuurlijk. Op een gegeven moment zijn ze op een weggetje achter Garrelsweer de macht over het stuur verloren, de auto is in de sloot geraakt en ze zijn beiden omgekomen. We weten niet wie gereden heeft, en dat hoeven we ook niet te weten. We hebben wel vaak gezegd: waren ze nou maar aangehouden door de politie... En ook: wat zullen ze gelachen hebben met elkaar, in zo’n auto mogen rijden, dat wil toch iedereen! Dat is een soort van troost, ze waren goede vrienden. Wander heeft veel met Kees gepraat in de periode van de scheiding van mijn ouders. Grote Kees en Kleine Wander.’

*Wat vond je in het begin het moeilijkst en wat nu?*

‘Ik zocht naar antwoorden en kon ze niet vinden. Ik heb alles uitgezocht over de Lotus, een echte raceauto. We zijn zelfs naar een dealer geweest om ons alles uit te laten leggen, mijn man Hans heeft nog in een Lotus gezeten, ik wilde dat niet. De dealer gaf ons kaartjes voor races met Lotus-auto’s op het TT-circuit in Assen. Toen ik dat eenmaal gezien had was ik er klaar mee. Ik heb een plakboek gemaakt van alles wat er gebeurd is. Ik ben later vaak langs de weg gereden waar het ongeval plaatsvond: net waar zij van de weg raakten was de sloot zo breed dat de auto onder water verdween. Dat had verder op geen enkele plek kunnen gebeuren, want de sloot is daar verder overal smal...’

‘Ik was boos op Wander; hij had me in de steek gelaten. Ik was ook boos omdat we nooit afscheid hebben kunnen nemen, dat voelt nog steeds als oneerlijk.

Ik zat vol met vragen: “Waarom, waarom moest dit gebeuren?” Maar ik kreeg nergens vat op. Als ik geen antwoord kon krijgen gebruikte ik mijn man Hans als boksbal, die arme man heeft veel moeten verduren. Soms liep hij weg, dan was ik helemáál wanhopig....

Nu ben ik niet meer boos op Wander. Ik voel me wel alleen, dat blijft. Ik mis mijn broer, ik mis iemand om over vroeger te praten. We herkenden ook dingen van elkaar. Het begon net leuk te worden: we hadden toen we kinderen waren vaak vreselijke ruzies, één van ons heeft zelfs wel eens een gat in de deur getrapt. Dat klinkt gek, maar zulke herinneringen zijn nu dierbaar. Hij was getuige op mijn bruiloft, we hadden zoveel plezier samen. Hij zou ons komen helpen met de verbouwing van ons huis, we hadden het gewoon goed samen. Hij was een leuk ventje, mijn broertje... Hij was af en toe zo gek als een deur, maakte iedereen aan het lachen, hij had heel veel vrienden, stond altijd klaar om je te helpen.

Ik heb er wel angsten aan overgehouden. Ik heb een groot verlangen naar zekerheid en duidelijkheid als Hans niet thuis is. Als hij vrij is van zijn werk, dan weet ik hoe laat hij thuis kan zijn. Als hij er dan niet is, dan bel ik gelijk. Hij zei een keer: "Je controleert me", maar dat is het niet, het is gewoon angst dat hem iets zal overkomen. Dat heb ik ook als ik ambulances hoor, dan voel ik gelijk die spanning en als Hans dan niet thuis is, bel ik hem ook...'

#### *Wat heb je van Wander geleerd?*

'Toen we na de scheiding van mijn ouders eindelijk allemaal ons plekje gevonden hadden, overleed Wander en spatte alles uit elkaar. Ik was daarna keihard. Zo voelde ik me ook. Ik ging gewoon door met het leven.

Toen ik in de dagen voor de uitvaart terugkwam van de kapper stond er een auto aan de kant van de weg. Ik ben gestopt; er lag een man in de berm die een hartaanval had. Samen met iemand anders heb ik hem gereanimeerd. Ik deed het, stond op en ging weer verder, ik vond dat heel gewoon... Ik werk in een verzorgingshuis, en na een maand ben ik weer aan het werk gegaan. Ik denderde maar door, stond voor iedereen klaar, ik was zo flink. Maar ook daar sterven mensen. Ik was onbenaderbaar denk ik, ik kon wel zorgen, maar niet ontvangen, ik wilde op mijn werk ook niet praten. Laat mij m'n gang maar gaan, dacht ik.

Mijn baas zei op een gegeven moment: "Sebina, als er niet iets verandert, dan zet ik je op straat!" Dat zei ze om mij te beschermen. Ik vergat om voor mezelf te zorgen. Ik ben in therapie geweest en dat hielp wel iets, maar ook daar kon ik gemakkelijk de flinke Sebina blijven. Later, op een onverwachte plek, leerde ik dat ik ook kwetsbaar mocht en kon zijn. Dat was toen ik een opleiding voor doktersassistente ging doen en daardoor ineens in een andere omgeving terecht kwam, met allemaal mensen die me niet kenden, die niet wisten wat ik allemaal had meegemaakt en hoe groot ik me hield. Ik kreeg daar lessen communicatie en moest me blootgeven. Zo leerde ik te kijken naar mezelf. Ik ben in de klas in tranen uitgebarsten en heb m'n hele verhaal gedaan. Dat was nog nooit gebeurd... mijn klasgenoten waren zo aardig voor me. Maar dat was er dus voor nodig: een volledig andere omgeving waar ik me opnieuw moest bewijzen. Dat was de confrontatie met mezelf die ik nodig had. Door het overlijden van Wander is alles veranderd. En ik kan nu zeggen: wel ten goede, ik moest deze les kennelijk nog leren...'

#### *Hoe kijk je terug op de uitvaart?*

'Het was zo vreemd, ik werd door mijn moeder gebeld en toen ze zei: "Wander is dood", lachte ik eerst, want dat was wel zo gek. Ik kon het niet bevatten. Veel dingen van die eerste dagen weet ik niet meer. Je wordt geleefd, er gebeurt zoveel. Maar de momenten in het mortuarium, als je je broer zo ziet liggen... Dat vond ik heel erg schokkend, ik schreeuwde het uit. En dan ben je daar met twee families, de familie van Kees was daar ook om Kees te identificeren. We kennen elkaar allemaal heel goed. Dat was echt heel erg vreselijk en onwerkelijk.

Het was ook zo vreemd dat iedereen het wist, je realiseert je niet dat zoiets ook een grote impact op een heleboel andere mensen heeft. Ik zat in de auto en toen belde een vriendin van mijn moeder. Ze zei: "Weet je dat Kees dood is en dat er ook een andere jongen bij was?" Ik antwoordde: "Weet je wel dat die andere jongen onze Wander is..." Het was absurd. Wander was opgebaard in het rouwcentrum. Dat was een tussenoplossing, want mijn beide ouders wilden hem bij zich thuis hebben. Ik was daar vaak, ik heb zijn hand vastgehouden, door zijn

haar gekroeld. Na een paar dagen moest de kist dicht; door de inwendige kneuzingen bleef hij niet langer goed.

Er waren heel veel mensen bij de uitvaart, de uitvaartverzorgster sprak mooi. Vrienden van Wander vertelden verhalen en droegen de kist.

Ik was heel erg gespannen tijdens de uitvaart. Ik zat te trillen, had de bibbers. Ik kon niet stil zitten en op een gegeven moment schreeuwde ik het uit, midden tijdens een toespraak. Ik vloekte en ik schold. Ik begrijp dat nu nog niet precies, maar kennelijk moest dat eruit.

Er waren zoveel mensen, we kregen zoveel bloemen en brieven, echt ongelooflijk. We werden echt omringd door zoveel mensen. Het was bizar en bijzonder. En 's middags moesten we naar de crematie van Kees...'

#### *Heb je een speciale plek om te gedenken?*

'Ik ben vaak op de plek van het ongeval geweest. Nog steeds als ik naar Appingedam ga, rijd ik er even langs. Een vriend heeft een bordje gemaakt met de tekst *So close - no matter how far* van Metallica. Dat mochten we daar neerzetten van de gemeente, maar dan moesten we ook zorgen dat de plek netjes bleef. Laatst zag ik dat ik het gras moest maaien en voor het eerst dacht ik toen: ik laat het maar even... Ik kom ook regelmatig bij het graf, hij heeft een heel mooi plekje, schuin tegenover Kees en vlak bij mijn opa en oma. Er staan altijd bloemen op het graf en ook altijd een flesje bier.

Mijn naam staat ook op de steen, dat vind ik op één of andere manier moeilijk, confronterend. Ik weet nog niet goed waar ik m'n rust kan vinden, mijn moeder en ik hebben allebei mooie foto's van hem in de kamer staan. Ik brand een kaarsje voor hem en neem als ik naar mijn moeder ga vaak een bosje bloemen mee. Dat zet ze dan bij zijn foto neer.

Ik geloof dat ik thuis dus eigenlijk de beste plek vind om hem te gedenken. We wonen sinds eind 2009 in dit huis, daarvoor waren we aan het verbouwen en woonden we bij mijn schoonouders. Dat was allemaal heel goed, maar ik ben een stuk rustiger geworden sinds ik voor het eerst mijn eigen plek heb. Thuis zijn is nog steeds heel belangrijk voor me. Toen we eenmaal hier woonden heb ik ook de beslissing genomen om te gaan leren.'

#### *Hoe heb je de feestdagen doorgebracht?*

'We hebben samen gegeten. Het was moeilijk, je viert iets en je voelt tegelijkertijd het gemis zo erg. We hadden per ongeluk ook nog te veel borden op tafel gezet. Op mijn eerste verjaardag na Wanders overlijden had ik al zijn vrienden uitgenodigd, dat was fijn.

Mijn moeder en ik nemen altijd vrij op Wanders verjaardag en op zijn sterfdag. We doen dan gewoon wat voor ons op dat moment goed is, we gaan even naar de begraafplaats en verder zien we dan wel: soms gaan we er even op uit. Ik denk dat het belangrijkste is dat we dan samen zijn.'

#### *Van wie heb je de meeste steun ontvangen?*

'Van mijn moeder. We voelen bijna hetzelfde verdriet. Sinds ik me wat meer kwetsbaar op durf te stellen ben ik soms ook onzeker, en dan bel ik haar. En van Hans natuurlijk, hij heeft veel geduld met me gehad in de tijd dat ik zo boos was.'

#### *Hoe heb je de steun van anderen ervaren?*

'Ik was in het begin zo verbaasd dat iedereen het wist, dat er zoveel mensen reageerden, zo bijzonder. Dat heeft me wel gesteund. Later wordt het anders; veel mensen vallen weg, dat zal

normaal zijn. Ik werd op een gegeven moment ook moe van het alsmat vertellen. Dan dacht ik wel eens: kunnen we het ook nog over iets anders hebben?

Daarom wilde ik er op mijn werk ook absoluut niet over praten. Ik moest die plek gewoon afbakenen. Hier niet, dacht ik. Daarom was ik misschien ook wel eens onbenaderbaar. Het is dubbel: je wilt er niet altijd over praten, maar je kunt het ook niet verzwijgen. In het begin dacht ik dat niemand mij kon begrijpen, achteraf denk ik dat veel mensen misschien wel beter begrepen wat er met mij aan de hand was dan ikzelf. Het was gewoon ingewikkeld. Ik ben ook gewend om te geven; ontvangen vind ik veel moeilijker, dat maakt je toch kwetsbaar. Nu begin ik er niet vaak meer uit mezelf over. Ik heb een tatoeage: een W met drie sterretjes. Als iemand daarnaar vraagt, vertel ik over Wander.'

#### *Hoe ziet je toekomst eruit?*

'Ik heb echt een tijd van overleven en vechten achter de rug. Ik had altijd zo weinig rust in mijn leven. Door wat ik heb meegemaakt voel ik me soms veel ouder dan ik ben. Ik vind en ik hoor ook van anderen dat ik sterker geworden ben en beter kan relativiseren. Ik maak me niet meer zo druk om bepaalde dingen. Maar nu er ruimte en rust komt ben ik soms ineens heel blij: dan stuiter ik door het huis. Tot verbazing van Hans, want dat kent hij niet van mij. Het lijken wel Wander-trekjes.

Ik kan het verleden meer laten rusten, ik kan er immers niks meer aan veranderen. Vooruit kijken doe ik ook niet erg; ik wil graag met Hans kinderen krijgen, maar voorlopig geniet ik van het huis, van m'n werk en van het leren.'

#### *Heb je tips voor andere mensen?*

'Dat vind ik echt heel moeilijk, iedereen doet het immers op zijn eigen manier? Ik denk dat het belangrijk is om erover te praten, om een plek te vinden waar je je veilig voelt. En vooral jezelf te blijven.'