

STRIP DOOR BARBARA STOK



Van oude mensen en dingen die voorbij gaan

BIJ HET LEZEN VAN DEZE TWEE BOEKEN, *Goed ouder worden* en *Het verleden als uitdaging*, zingt een liedje van Paul van Vliet in mijn hoofd. 'Boven op de boulevard, zitten hand in hand, twee oude mensen bij elkaar, kijken naar het strand, in de schaduw van het leven, in de kantlijn van de tijd, in gedachten zitten wachten, op de eeuwigheid.' Het lied houdt mij bezig. De manier waarop Paul van Vliet zingt over de twee oude mensen die het leven beschouwen, vormt in melodie en tekst een schrill contrast met de jonge generatie, die overgeleverd lijkt te zijn aan een heilig moeten en onderlinge concurrentiestrijd op het strand. De twee volgende coupletten, gewijd aan de twee oude mensen, laten de rust horen en maken zichtbaar wat oude mensen mogen loslaten en kunnen behouden. In het tweede couplet zingt de cabaretier over loslaten: 'En boven aan de boulevard, bij een kopje thee, twee oude mensen bij elkaar, denken alle twee: het is niet leuk om te vergrijzen, maar dat zo hevig in de weer, zo nodig moeten je bewijzen, dat hoeft goddank niet meer.' In het derde weerklinkt wat blijft: 'En boven op de boulevard, zitten hand in hand, twee oude mensen bij elkaar, kijken naar het strand, in de schaduw van het leven, in de kantlijn van de tijd, veel verloren, maar gebleven is de tederheid.'

In zijn lied kijkt Paul van Vliet vanuit het perspectief van twee oude mensen naar het drukke leven van de jongere mensen. In de

Peter Derkx, Alexander Maas, Anja Machielse (red.), **Goed ouder worden**.

Uitgeverij SWP, Amsterdam 2011. ISBN 9789088502439, 181 pag., € 22,50

Thijs Tromp, **Het verleden als uitdaging. Een onderzoek naar de effecten van life review op de constructie van zin in levensverhalen van ouderen**.

Boekencentrum, Zoetermeer 2011, ISBN 9789023924395, 272 pag., € 25,90

Arja Hoogerbrugge

bovengenoemde twee boeken, die gaan over oude mensen en de dingen die voorbijgaan, staat vanuit het perspectief van jongere mensen beschreven wat waardevol en van betekenis zou kunnen zijn in het leven van ouder geworden mensen, die zich wel móeten toevertrouwen aan zorg door en van een jonge of jongere generatie. De twee boeken hebben met elkaar gemeen dat zij hun oorsprong vinden in de wetenschappelijke wereld en daarmee het resultaat zijn van gedegen en diepgaand onderzoek. Beide boeken zijn in hetzelfde jaar, 2011, van de drukpers gerold. Ze zijn dus in eenzelfde periode, tegen eenzelfde maatschappelijke achtergrond en ontwikkeling, tot stand gekomen. *Goed ouder worden* is het resultaat van een

onderzoeksproject dat in 2008 begon aan de Universiteit voor Humanistiek te Utrecht. Diverse wetenschappers doen vanuit een keur van invalshoeken verslag van wat zij onder goed ouder worden verstaan. Zingeving en humanisering zijn in het onderzoeksproject belangrijke thema's. Elk hoofdstuk biedt een ander perspectief of aanknopingspunt aan de hand waarvan de lezer kan reflecteren op de betekenis van ouder worden in dit leven en deze maatschappij. Het is daarmee een gevarieerd en kleurrijk palet geworden. Een kapstok waaraan iedere lezer dan ook iets eigens kan ophangen.

Waar *Goed ouder worden* duidelijk stamt uit de humanistische traditie en dit gedachtegoed in zich draagt, vindt *Het verleden als uitdaging* zijn oorsprong in een dissertatie verdedigd aan de Protestantse Theologische Universiteit te Kampen. Het onderzoek is gestart in 2005. Veel collega geestelijk verzorgers werkzaam in verpleeghuizen of verzorgingscentra zullen bekend zijn met de methode 'Mijn leven in kaart' of gebruiken in hun werk 'Mijn leven in fragmenten'. Deze methode is ontwikkeld in het kader van dit onderzoek en biedt houvast bij het maken van een levensboek of optekenen van een levensverhaal. Met de nodige humor en een groot relativerend vermogen openbaart Thijs Tromp op welke manier mensen hoop kunnen putten uit het door hen geleefde leven. Door het perspectief dat deze wetenschapper biedt, is het proefschrift te zien als een waardevolle aanvulling op het project van de humanistische onderzoeksgroep.

Ik wil van beide boeken een korte impressie geven, waarbij ik me realiseer dat het in dit korte bestek moeilijk (zo niet onmogelijk) is om recht te doen aan de inspanningen van de verschillende betrokken onderzoekers. De ballade van Paul van Vliet brengt mij tot slot bij de vraag die, na het herlezen van de beide wetenschappelijke boeken, is blijven hangen.

Goed ouder worden

In de verschillende bijdrages of hoofdstuk-

ken verhouden de auteurs van *Goed ouder worden* zich elk op hun eigen manier tot de vraag wat goed ouder worden vandaag de dag betekent en inhoudt. De auteurs cirkelen rond het geheim van goed ouder worden, en hoe daar vorm en inhoud aan te geven. Of, om het preciezer en met de woorden uit de inleiding zelf te beschrijven, 'De vraag is wat die persoonlijke groei dan inhoudt gedurende de periode dat mensen ouder worden en oud zijn' (p. 9). Hier probeer ik de kern van het antwoord van enkele auteurs op deze vraag in een enkele zin weer te geven. Ik kies daarbij – met alle respect voor de waarde van het werk van de overige denkers – alleen die auteurs uit, die in mijn ogen het meest relevant zijn in verband met het boek van Tromp. Aan de orde komen de bijdragen van Jan Baars, Hanne Laceulle, Anja Machielse en Roelof Hortulanus, Elena Bendien, Margreet Bruens en Joep Dohmen.

De eindigheid van het menselijk bestaan maakt volgens *Jan Baars* een toenemende kwetsbaarheid en verdieping van de uniciteit van mensen zichtbaar. De weerslag van het bijzondere van iemands leven vindt daarbij plaats in het domein van de levensverhalen. Voor hem betekent goed ouder worden vooral je leven blijven leiden als een ontdekkingstocht. Voor *Hanne Laceulle* is het eigene van het ouder worden te vinden in het transcenderende vermogen dat elk mens van nature bezit. Dit transcenderende vermogen stelt mensen bij het ouder worden in staat om een kwalitatieve verandering aan te brengen in de wijze waarop zij zichzelf, de wereld en de anderen beschouwen. Zij beschrijft ouder worden in termen van een spiritueel leerproces. *Anja Machielse* en *Roelof Hortulanus* maken inzichtelijk hoe belangrijk het hebben van een netwerk is ten behoeve van het goed ouder worden. Een dergelijk netwerk stelt mensen in staat met eigen kwetsbaarheid om te gaan. Zij herkennen goed ouder worden vooral in het vinden van een balans tussen de eigen onafhankelijkheid en de verbondenheid met anderen. Het is dat evenwicht dat maakt dat mensen vrijheid kunnen genieten en zich

tegelijktijd geborgen weten in hun kwetsbaarheid. *Elena Bendien* richt de schijnwerpers op de betekenis van de herinnering als de belangrijke bron voor de ontwikkeling en continuering van onze eigen persoonlijkheid. Via de begrippen uitlijnen en herwaarderen laat zij zien hoe juist de herinneringen een inspirerende en verbindende kracht vormen, die mensen ondersteunen in de omgang met de veranderingen en ingrijpende gebeurtenissen in hun leven.

Goed ouder worden met dementie, dat kan volgens *Margreet Bruens*. Aan de hand van Steven Sabat en uitspraken van mensen die lijden aan dementie laat zij zien hoe goed ouder worden met dementie en hun direct betrokkenen mogelijk wordt, waar de mens en zijn verhaal aan bod kunnen blijven komen en voor behoud van eigenwaarde zorg gedragen wordt. Na een uiteenzetting over *Het handwerk van de vrijheid*, geschreven door Peter Bieri en *Nachttrein naar Lissabon*, geschreven door Pascal Mercier, geeft *Joep Dohmen* aan dat bij goed oud worden twee dingen van essentieel belang zijn: het vormen van een eigen wil en het ontwikkelen van vormen van loslaten. Het vormen van een eigen wil is nodig om goed gemotiveerd te kunnen leven en de speelruimte die we hebben optimaal te kunnen benutten. Het ontwikkelen van vormen van loslaten stelt ons in staat het geluk dat ons toevalt te ontvangen.

Deze schrijvers zou ik graag in gesprek horen of zien met de auteur van het andere boek. Hun zou ik de vraag willen voorleggen in hoeverre zij denken dat het onderzoek van Thijs Tromp een positieve bijdrage kan leveren als het gaat om de vraag naar de betekenis die we verlenen aan het concept 'goed ouder worden'.

Het verleden als uitdaging

In *Het verleden als uitdaging* is de centrale vraag niet zozeer wat een positieve bijdrage kan leveren aan de notie van goed ouder worden. Hier gaat het veeleer om de vraag naar de betekenis van het ophalen van her-

inneringen en het maken van een levensboek voor de wijze waarop ouderen de betekenis van hun leven in een levensverhaal onder woorden brengen (p. 15). Er vindt in zekere zin een verschuiving van de vraag plaats. Maakt het ophalen van herinneringen en het maken van een levensverhaal een significant verschil uit in de manier waarop mensen zelf de betekenis van hun leven duiden?

Het maken van een levensverhaal of levensboek is een instrument dat door geestelijk verzorgers, verzorgenden en mantelzorgers regelmatig ingezet wordt, in de hoop zo een positieve bijdrage te leveren aan de kwaliteit van leven bij ouderen die leven in de setting van een zorginstelling. *Life review* wordt hier omschreven als 'een verhalende methode waarbij ouderen op een gestructureerde manier terug kijken op hun leven en daarover vertellen' (p. 245). In zijn proefschrift besteedt Thijs Tromp op uiterst gedetailleerde wijze aandacht aan het instrument *life review* en brengt hij onderscheid aan ten aanzien van de reminiscentiemethoden. Bovendien geeft hij dit instrument of deze methode van werken een wetenschappelijk en theologisch fundament. Hij toont in zijn nauwkeurig opgezette betoog aan dat het inzetten ervan een positieve bijdrage levert aan de betekenis die mensen in het verhaal over hun leven aan hun leven geven. Hij duidt dit aan met termen als 'meer hoopvol' en 'meer aanvaardend'. Presentie, oprechte aandacht en betrokkenheid van de luisteraar zijn hierbij belangrijke randvoorwaarden en waarden.

Het antwoord op de vraag welke uitdaging het verleden ons biedt, geeft Thijs Tromp direct in de eerste zin van zijn werk. Hij zegt: 'Hoop putten uit herinneringen, dat is de uitdaging die het verleden ons biedt' (p. 11). Wat mij betreft is het de eye-opener van zijn boek. Het doet mij goed dat hij stelt dat wat gebeurd is, niet ongedaan gemaakt kan worden. Het geeft mij kracht dat we als mens de mogelijkheid hebben het gebeurde opnieuw te duiden en betekenis te verlenen.