

THEMA: OP ZOEK NAAR ZIN

Het gaat goed met de ouderen in Nederland. Maar niet met allemaal. Een aanzienlijke groep worstelt met depressiviteit en de geestelijke gezondheidszorg (GGz) probeert hen daarbij te ondersteunen. Psycholoog Ernst Bohlmeijer vond dat er in de bestaande trainingen onvoldoende oog was voor de vraag naar zin en betekenis. Daarom ontwikkelde hij een nieuwe cursus: Op zoek naar zin. Een preventieprogramma voor ouderen met depressieve klachten waarin het eigen levensverhaal centraal staat. De methode van life-review gaf voor hem aan deze cursus een theoretisch kader. Terugblikken op je leven en stil staan bij waardevolle ervaringen, kan helpen om negatieve ervaringen te verwerken en nieuwe toekomstperspectieven te ontdekken. Het opnieuw interpreteren van het geleefde leven is tegelijkertijd methode en inhoud van Op zoek naar zin. Overigens niet alleen met woorden: creatieve werkvormen spelen in dit proces een sleutelrol.

Dit hermeneutische perspectief en deze creatieve en narratieve benadering spraken ook veel geestelijk verzorgers in de GGz aan en op veel plaatsen in Nederland doen ze daarom mee met *Op zoek naar zin*. In dit themablok kijken creatief therapeut Mirjam Algera en geestelijk verzorger Ben de Boer terug op vier mooie jaren ervaring met dit aanbod in Amsterdam. De 'geestelijk vader' Ernst Bohlmeijer doet verslag van een groot onderzoek naar de effecten van *Op zoek naar zin* en bericht over de belangrijkste resultaten die in 2008 werden gepubliceerd. Geronto-psycholoog Gerben Westerhof gaat in op de vraag of deze cursus ook daadwerkelijk ouderen ondersteunt bij hun zoektocht naar zin en concludeert dat de GGz zich met

dit aanbod begeeft buiten de gebaande paden van preventie en behandeling. De allerlaatste bijdrage, van geestelijk verzorger Annemarie Schilt gaat niet over *Op zoek naar zin*, maar is er wel mee verbonden. Ze vraagt zich af of het levensverhaal altijd een bron van zingeving zal zijn. In de narratieve benadering van Bohlmeijer mist ze het spirituele of levensbeschouwelijk kader dat juist aan het levensverhaal bedding geeft en een mens een plek geeft in een groter zinsverband.

Kortom: een praktijkverhaal, twee wetenschappelijke beschouwingen en een polemisch betoog over ouderen en hun zoektocht naar zin.