

# "HET LEVEN KOMT TERUG IN EEN KISTJE"

*Door Hanneloes Pen  
(Artikel in het Parool 23-12-97)*

'Reminisceren', het bewustzijn van ouderen verbeteren door via gesprekken, spelen en knutselwerk herinneringen op te halen. Na Engeland en de VS heeft ook Nederland nu prima ervaringen

De 85-JARIGE vrouw wijst naar het poppetje op de trapeze. Ze heeft op het hoofdje rood haar geplakt - haar oorspronkelijke haarkleur oorspronkelijke haarkleur. Dat poppetje, afgebeeld in een door haarzelf gemaakt miniatuurcircus, is zijzelf, vertelt ze. "Dát is mijn leven. Al maakte het circus er maar zes jaar deel van uit - zo wil ik mijn leven uitbeelden in dit kistje."

A. J. de Rijber-Pleva krijgt tranen in haar ogen als ze over haar leven praat. Ze was één van de twee Rodelli's, een duo dat trapezewerk deed. Oude foto's tonen haar als sterke vrouw van circus Henny. Op de foto is te zien hoe zij met haar rugspieren een dikke ijzeren ketting doormidden breekt. Met haar handen buigt zij een stuk staal. "Of ik zo sterk was?" Ze moet hard lachen om die vraag. En daarop, zeer beslist: "Nee. het was absoluut geen trucage."

De Rijber wordt verzorgd in het Flevohuis in Amsterdam-Oost. Ze zit in een rolstoel. Met de herinneringen aan haar jeugd komen de blosjes op haar wangen terug. "Ik vind het heerlijk erover te vertellen. En ik vind het fijn als mensen ernaar willen luisteren. Want daar schort het nog weleens aan, de laatste tijd."

Pollo Hamburger, therapeut van het Flevohuis, heeft De Rijber in zijn reminiscentiegroep. Hamburger was een van de mensen die de therapie van reminisceren in Nederland hebben geïntroduceerd. Hamburger: "Veel ouderen hebben behoefte over vroeger te praten. Ze maken de rekening op van hun leven en krijgen zo een overzicht van hun bestaan."

De Amerikaanse gerontoloog Butler is de geestelijke vader van de reminiscentietherapie. Het ophalen van herinneringen, schrijven Huub Buijssen en Karin Poppelaars in hun recent 'verschenen boek Reminiscentie, werd vroeger beschouwd als teken van geestelijke

"Bewoners van een bejaardentehuis leven in een gemeenschap. Zij zijn vaak een nummer," zegt Hamburger. "Het is er onpersoonlijk. Een oudere is vaak de meneer met de stok de mevrouw in de rolstoel of de man die zo zwaar is om te tillen. Hun identiteit gaat verloren. Het is niet alleen voor de ouderen belangrijk dat ze weten wie ze eigenlijk zijn, maar ook voor verzorgers werkt reminiscentie positief."

In Duitsland lieten therapeuten kunstenaars hun leven uitbeelden in oude munitiekistjes van het leger. Door het maken van een tafereel in een kistje kwamen de verhalen van hun jeugd weer naar boven. Reminisceren gebeurt ook door het houden van gesprekken, het maken van een toneelstuk, het samenstellen van een levensboek of het tonen van voorwerpen uit het verleden, zoals een foto van een bekende filmster van die tijd, speelgoed van vroeger of een oud jeugdboek. Hamburger: "Geef tachtigjarigen een wasbord in handen en de verhalen komen los: de tijd die ze ermee kwijt waren, de steun die ze kregen omdat ze arm waren. Het ouderlijk huis is een geliefd thema voor ouderen. Ook kattenkwaad uithalen, de verloving en uitgaan zijn onderwerpen waarover ouderen graag spreken."

De schrijver Martin Ros wordt in Reminiscentie aangehaald: 'Bij het ouder worden, neemt de drang tot overzien, samenvatten en inventariseren toe. Ik doe tenminste nu ik onherroepelijk verouder niets liever dan door de straten fietsen van mijn jeugd, oude brieven tevoorschijn halen en herlezen, lijsten en knipsels rangschikken van vele jaren terug: wat heb ik toen gelezen, wat was er toen aan de hand met mij en in de wereld, waarvan was ik toen bezeten?'

Geld is een ander populair thema. In zorgcentrum De Open Hof in Amsterdam-Oost, waar acht onderen van de reminiscentiegroep praten over de feestdagen, komt het gesprek al snel op geld. "Vroeger had je alleen sinasappels rond Kerstmis. Die waren zo zuur als azijn," zegt Nel Schotanus. "Ik krijg nog water in mijn mond als ik eraan denk," vult Jo Oudmayer aan. "Ze hingen die sinaasappels zelfs in de boom," zegt Schotanus. "En die kerstbomen waren zo duur. Dat kon bruintje niet trekken. Mijn moeder heeft op kerstochtend de laatste drie piepkleine kerstboompjes op het Waterlooplein gekocht. Mijn vader zette ze thuis op

elkaar. Wij hadden toen een mooie boom, versierd en al."

'Veel ouderen kunnen over geld meepraten omdat ze arme ouders hadden.

En velen blijken trots te zijn dat hun ouders zich door deze moeilijke periode hebben heengeslagen. Bij reminiscentie staan positieve herinneringen centraal,' schrijven Buijssen en Poppelaars.

Paulien Bakker, maatschappelijk werkster en begeleidster van de reminiscentiegroep in De Open Hof beaamt dit. "Eén van de deelnemers gaf aan dat ze niet wilde praten over verkering en verloving omdat zij daar als ongetrouwde vrouw geen leuke herinneringen aan had. We hebben toen besloten dat thema te laten vallen. Reminisceren gaat vooral om prettige herinneringen. Die helpen ook de nare te vergeten."



# "HET LEVEN KOMT TERUG IN EEN KISTJE"

Door Hanneloes Pen  
(Artikel in het Parool 23-12-97)

'Reminisceren', het bewustzijn van ouderen verbeteren door via gesprekken, spelen en knutselwerk herinneringen op te halen. Na Engeland en de VS heeft ook Nederland nu prima ervaringen

De 85-JARIGE vrouw wijst naar het poppetje op de trapeze. Ze heeft op het hoofdje rood haar geplakt - haar oorspronkelijke haarkleur oorspronkelijke haarkleur. Dat poppetje, afgebeeld in een door haarzelf gemaakt miniatuurcircus, is zijzelf, vertelt ze. "Dát is mijn leven. Al maakte het circus er maar zes jaar deel van uit - zo wil ik mijn leven uitbeelden in dit kistje."

A. J. de Rijber-Pleva krijgt tranen in haar ogen als ze over haar leven praat. Ze was één van de twee Rodelli's, een duo dat trapezewerk deed. Oude foto's tonen haar als sterke vrouw van circus Henny. Op de foto is te zien hoe zij met haar rugspieren een dikke ijzeren ketting doormidden breekt. Met haar handen buigt zij een stuk staal. "Of ik zo sterk was?" Ze moet hard lachen om die vraag. En daarop, zeer beslist: "Nee, het was absoluut geen trucage."

De Rijber wordt verzorgd in het Flevohuis in Amsterdam-Oost. Ze zit in een rolstoel. Met de herinneringen aan haar jeugd komen de blosjes op haar wangen terug. "Ik vind het heerlijk erover te vertellen. En ik vind het fijn als mensen ernaar willen luisteren. Want daar schort het nog weleens aan, de laatste tijd."

Pollo Hamburger, therapeut van het Flevohuis, heeft De Rijber in zijn reminiscentiegroep. Hamburger was een van de mensen die de therapie van reminisceren in Nederland hebben geïntroduceerd. Hamburger: "Veel ouderen hebben behoefte over vroeger te praten. Ze maken de rekening op van hun leven en krijgen zo een overzicht van hun bestaan."

De Amerikaanse gerontoloog Butler is de geestelijke vader van de reminiscentietherapie. Het ophalen van herinneringen, schrijven Huub Buijssen en Karin Poppelaars in hun recent 'verschenen boek Reminiscentie, werd vroeger beschouwd als teken van geestelijke

dochter en zijn bij vader en tantes. Niet alleen teken, ook wilseling als professional ondersteund. Daarmee dragen ook andere partijen bij aan een belangrijk maatschappelijk doel: het artsenvak aantrekkelijk houden.

zestig stelde Butler dat het ophalen van herinneringen juist noodzakelijk is voor succesvol ouder worden,' aldus de schrijvers.

"Bewoners van een bejaardentehuis leven in een gemeenschap. Zij zijn vaak één nummer," zegt Hamburger. "Het is er onpersoonlijk. Een oudere is vaak de meneer met de stok de mevrouw in de rolstoel of de man die zo zwaar is om te tillen. Hun identiteit gaat verloren. Het is niet alleen voor de ouderen belangrijk dat ze weten wie ze eigenlijk zijn, maar ook voor verzorgers werkt reminiscentie positief."

In Duitsland lieten therapeuten kunstenaars hun leven uitbeelden in oude munitiekistjes van het leger. Door het maken van een tafereel in een kistje kwamen de verhalen van hun jeugd weer naar boven. Reminisceren gebeurt ook door het houden van gesprekken, het maken van een toneelstuk, het samenstellen van een levensboek of het tonen van voorwerpen uit het verleden, zoals een foto van een bekende filmster van die tijd, speelgoed van vroeger of een oud jeugdboek. Hamburger: "Geef tachtigjarigen een wasbord in handen en de verhalen komen los: de tijd die ze ermee kwijt waren, de steun die ze kregen omdat ze arm waren. Het ouderlijk huis is een geliefd thema voor ouderen. Ook kattenkwaad uithalen, de verloving en uitgaan zijn onderwerpen waarover ouderen graag spreken."

De schrijver Martin Ros wordt in Reminiscentie aangehaald: 'Bij het ouder worden, neemt de drang tot overzien, samenvatten en inventariseren toe. Ik doe tenminste nu ik onherroepelijk verouder niets liever dan door de straten fietsen van mijn jeugd, oude brieven tevoorschijn halen en herlezen, lijsten en knipsels rangschikken van vele jaren terug: wat heb ik toen gelezen, wat was er toen aan de hand met mij en in de wereld, waarvan was ik toen bezeten?'

Geld is een ander populair thema. In zorgcentrum De Open Hof in Amsterdam-Oost, waar acht onderen van de reminiscentiegroep praten over de feestdagen, komt het gesprek al snel op geld. "Vroeger had je alleen sinasappels rond Kerstmis. Die waren zo zuur als azijn," zegt Nel Schotanus. "Ik krijg nog water in mijn mond als ik eraan denk," vult Jo Oudmayer aan. "Ze hingen die sinaasappels zelfs in de boom," zegt Schotanus. "En die kerstbomen waren zo duur. Dat kon bruintje niet trekken. Mijn moeder heeft op kerstochtend de laatste drie piepkleine kerstboompjes op het Waterlooplein gekocht. Mijn vader zette ze thuis op

elkaar. Wij hadden toen een mooie boom, versierd en al."

'Veel ouderen kunnen over geld meepraten omdat ze arme ouders hadden. En velen blijken trots te zijn dat hun ouders zich door deze moeilijke periode hebben heengeslagen. Bij reminiscentie staan positieve herinneringen centraal,' schrijven Buijssen en Poppelaars. Paulien Bakker, maatschappelijk werkster en begeleidster van de reminiscentiegroep in De Open Hof beaamt dit. "Eén van de deelnemers gaf aan dat ze niet wilde praten over verkering en verloving omdat zij daar als ongetrouwde vrouw geen leuke herinneringen aan had. We hebben toen besloten dat thema te laten vallen. Reminisceren gaat vooral om prettige herinneringen. Die helpen ook de nare te vergeten."