



## **EEN GENEREUZE GENERATIE**

### ***Contextueel werken met ouderen***

**Ellen Loomans**

### **Eindopdracht Basisopleiding Contextuele Hulpverlening Leren over Leven. November 2003**

Ellen Loomans werkt sinds 1991 met ouderen, met bejaarde, soms hoog bejaarde mensen. Haar werkplek is een verzorgingshuis in Amsterdam, waar ze twintig uur als humanistisch geestelijk verzorger in dienst is.

### ***Inleiding***

Het contextuele denken heeft mij en mijn werk verrijkt. Het heeft mij bewuster gemaakt van mijn eigen context en het heeft me veel meer bewustzijn gegeven over de betekenis van het feit dat ieder mens deel is van een groter geheel aan relaties en hoezeer de kwaliteit van deze relaties bepalend is voor ons totale zijn en welbevinden.

Ik vind het ongelooflijk boeiend om in mijn werk de relationele context van mensen meer te betrekken. Het is alsof ik een koffertje extra bij me heb, mijn oren anders luisteren, de taal relationeler wordt en ik ben vaak nog verbaasd en verrast hoe het verkennen van wezenlijke (familiale) relaties mensen “op verhaal laat komen” over waar het hen in het leven werkelijk om gaat of gegaan is.

Met dit schrijven wil ik verduidelijken wat het contextuele gedachtegoed heeft toegevoegd binnen de praktijk van mijn werk..

### ***Een tijdsbeeld in vogelvlucht***

De meeste ouderen hebben een “zorgzaam” leven achter de rug. Zij hebben ook voor veel zaken moeten “knokken”, er is hen weinig aan komen waaien. Zij zijn groot geworden in een tijd dat: er binnen de lagere milieus werkelijke armoede was, de gezondheidszorg zoals wij die nu kennen nog niet bestond, er nog opgekomen moest worden voor rechten van b.v. arbeiders en vrouwen en je in ieder geval meer plichten dan rechten had. Eerst was er de zorg voor het gezin van herkomst (daar ga ik straks op in) en later (bij de meeste ouderen) de zorg voor het eigen gezin, in een tijd dat Nederland nog niet zo welvarend was als tegenwoordig. De maatschappij werd meer “bij elkaar gehouden” door eigen netwerken. Naast dat het gebruikelijker was dan vandaag de dag om “naar elkaar om te zien”, was men daar ook toe gedwongen. Burenhulp, hulp en zorg vanuit de familie was vanzelfsprekender, ook omdat de

verzorgingsstaat, zoals we die nu kennen, nog in de kinderschoenen stond. De kerken en het christelijke geloof namen een belangrijke plek in en waren bepalend voor de normen en waarden die men hanteerde. De samenleving was nog verdeeld in zuilen en je hoorde in deze zin ergens bij of niet bij.

Hoogbejaarde mensen hebben de eerste Wereldoorlog nog meegemaakt.

Alle ouderen van nu hebben de crisisjaren meegemaakt, de heersende werkeloosheid en vaak ook het verlies van baan en inkomen. Vervolgens was daar de Tweede Wereldoorlog.

Ouderen van nu hebben de tijd gekend van de bezetting en ondervonden hoe het is om in onvrijheid te leven. Ze hebben de hongerwinter meegemaakt en de angst om het verlies van dierbaren. Velen van hen hebben ook werkelijk dierbaren verloren of andere traumatische ervaringen in deze periode opgedaan. Of bijvoorbeeld in het verzet gezeten. Een periode waarin men hoe dan ook slachtoffer was van onrecht.

**Nagy heeft het in deze zin over toedelend onrecht, onrecht wat het leven, het lot ons aandoet, zonder dat je er iemand persoonlijk op kan aanspreken.**

Na de Tweede Wereldoorlog volgde de periode van de wederopbouw van ons land, waar de ouderen van nu hun bijdrage aan leverden.

Het is niet mijn bedoeling om hiermee ouderen af te schilderen als “arme ziele pietten” en slachtoffers van hun tijd, wel om stil te staan bij “het decor” waarin hun leven zich afspeelde. De omstandigheden en de tijdgeest hebben mensen immers mede gevormd en zijn van grote invloed geweest op het (verdere) leven.

### ***Ouderen en daar waar zij vandaan komen***

“Mijn moeder zei altijd, hoe worden ze groot? Ze zou nu eens moeten zien dat ik honderd ben geworden”.

De mensen die ik in mijn werk ontmoet, zijn op leeftijd. De gemiddelde leeftijd van de mensen die wonen in de instelling waar ik werk, is 87 jaar. Mensen die een heel leven achter de rug hebben. Een leven dat zich bij velen van hen voortzet in het leven van hun kinderen, kleinkinderen en (achter) achter kleinkinderen.

Ik ben me er de afgelopen tijd bewust van geworden dat ik lang naar ouderen heb gekeken als “de oudste generatie”. De generatie waar nieuwe generaties uit zijn voortgekomen. De contextuele kijk, met Nagy zijn intergenerationele visie op mensen en relaties, maakt dat ik me er meer bewust van ben geworden dat ook ouderen ergens vandaan komen.

Misschien ziet een ander het meteen, maar ik heb er moeite mee gehad om werkelijk tot me door te laten dringen dat ouderen van tachtig, negentig soms honderd jaar, nog steeds ook kind van hun ouders zijn. Deze respectabele mensen, die een heel leven achter de rug hebben, waarin er van alles gebeurd is, waarin ze zelf ook ouder, grootouder en soms (bet)overgrootouder geworden zijn, zijn nog steeds het kind van hun ouders en zijn de kleinkinderen van hun gewezen grootouders. Ook voor hen telt dat de relationele ethiek binnen deze relaties, met haar balansen van geven en nemen, bepalend is geweest voor hun verdere leven. Ik ben meer gaan zien dat “ouderen van nu, de gevende kinderen van toen zijn”.

Ouderen zijn in een geheel andere tijd kind geweest. Tegenwoordig weten we veel van ontwikkelingspsychologie en is er bewustzijn over wat kinderen nodig hebben om uit te kunnen groeien tot volwassen mensen. Er is veel aandacht voor de relatie tussen ouders en

kinderen. Het contextuele denken is hiervan zelf een voorbeeld. Ouderen van nu waren kind in een tijd dat men hier nog veel minder bewustzijn over had. Hun kindertijd ziet er anders uit dan die van kinderen nu en ook de relatie met hun ouders was anders “gekleurd” en bepaald door de tijdsgeest.

De kindertijd van de ouderen van nu was, in vergelijking met vandaag, kort. Veel ouderen waren op jonge leeftijd al “kleine volwassenen” vanwege de taken en verantwoordelijkheden die men binnen het gezin toebedeeld kreeg. Wanneer je met de maat meet van vandaag de dag dan zou je kunnen zeggen dat ouderen op een andere manier toekwamen aan hun ontwikkeling, dan de jeugd nu. Zo was het voor velen niet vanzelfsprekend om na de lagere school verder te gaan met leren. Of dat je zomaar lid kon worden van een sportclub of een hobby uit kon gaan oefenen. Wanneer je nodig was in de huishouding of er geld in gebracht moest worden voor het gezin, dan had dat prioriteit. Individuele ontplooiing stond niet voorop, maar vaak wel: “hoe redden we het met elkaar en wie kan wat bijdragen”. Er zijn natuurlijk verschillen in milieus, ik wil niet generaliseren, maar schrijf vanuit wat ik in mijn werk tegenkom aan verhalen van mensen.

Een aantal feiten over hoe ouderen als kind hebben bijgedragen aan de zorg voor hun gezin van herkomst, in het uitoefenen van “volwassen taken”:

De huidige generatie 80/90 jarige ouderen zijn vaak groot gebracht in grote gezinnen. Wat ik regelmatig hoor, is hoe binnen deze gezinnen vaak op jonge leeftijd één van de ouders wegviel. De oudste dochter werd dan meestal van school gehaald om de taken van moeder over te nemen.

Veel meisjes gingen na de lagere school meewerken in het huishouden thuis of gingen in “een dienstje” om geld in te brengen voor het gezin. Het huishoudelijk werk in een dienst of thuis was vaak zwaar, omdat er nog geen elektrische apparaten waren en alles met de hand gebeurde.

Vaak waren grootouders op latere leeftijd ook deel van het gezin en werd er daarnaast omgekeken naar verdere familie, als ooms en tantes, wanneer daar iemand ziek of stervende was of men het op een andere wijze moeilijk had.

Jongens moesten vaak ook vroeg “aan de bak”. Vader helpen met zijn werk en zo een vak leren. Of “de man des huizes zijn” en geld binnen brengen, wanneer vader er niet meer was. Jong de bouw in, of het land op, of de zee en daar iets leren en “je handen laten wapperen”. Als kind deed je wat je gezegd werd. Het was “gewoon” om naar je ouders of grootouders te luisteren. Niet je eigen verlangens of behoeften stonden voorop, maar dat wat er van je gevraagd en verwacht werd. Er was als het ware de verwachting van “loyaliteit” en dat je daar ook naar handelde.

In het algemeen is het zo dat vrouwen uit deze generatie van jongs af aan gewend waren om veel te geven en zichzelf dienstbaar op te stellen. Mannen waren gewend om hun schouders eronder te zetten en hun handen te laten wapperen. Nagy heeft het in deze zin over *delegaten*, het erfgoed, de verwachtingen die ouders en voorouders aan hun kinderen opleggen. Bij delegaten gaat het niet om de belangen van het kind en zijn of haar toekomst, maar om het voldoen aan de verwachtingen van ouders. Vaak zijn het verwachtingen die voortkomen uit het tekort wat ouders zelf ervaren hebben en wat zij via hun kinderen alsnog proberen “goed te krijgen”. Delegaten kunnen leiden tot parentificatie.

### ***Parentificatie***

Ik heb me natuurlijk afgevraagd of je zou kunnen zeggen, dat deze generatie ouderen in hun jeugd geparentificeerd zijn, door de volwassen taken en verantwoordelijkheden die zij als

kind veelal kregen. Maar je hebt ook met de tijdsgeest te maken. Eerst een definitie van parentificatie: “*Parentificatie* wordt binnen het contextuele denken gezien als het opnemen van niet leeftijdsadequate verantwoordelijkheden van kinderen. Vanuit het verlangen van het kind om te geven aan de ouders, o.a. wanneer deze zelf niet adequaat functioneren. Wanneer het geven van het kind door de ouders niet gezien en gewaardeerd wordt is parentificatie schadelijk voor de ontwikkeling van het kind.”

**“Nagy en Krasner zien in parentificatie het natuurlijke vermogen van het kind om te geven. Als dat geven erkend wordt, ontwikkelt het kind het vermogen om verantwoordelijkheid op zich te nemen en ontstaat zelfwaarde. Dit geven is een onverdeeld recht van het kind, maar het geven moet niet leiden tot het niet meer kunnen voldoen aan de eigen ontwikkelingstaken. Het teveel geven of het niet erkennen van het geven leidt tot destructieve parentificatie.”**

Bij ouderen ligt dit volgens mij ingewikkeld. Zij hebben veel gegeven en veel bijgedragen in een tijd dat dit “heel gewoon” was. Er werd niet veel over gesproken, het werd gewoon gedaan. “Eigen grond” innemen en komen met eigen verlangens en behoeften was niet gangbaar en niet “des tijds”. Er werd iets anders gevraagd om het leven leefbaar te laten zijn. Wanneer dit bijvoorbeeld in een gespreksgroep ter sprake komt, blijkt altijd weer dat niet het individu voorop stond, maar de gemeenschap, de familie of God. “*Niet klagen maar dragen en bidden om kracht*”.

Toch is het volgens mij niet zo dat ouderen in het algemeen "geleden" hebben onder het feit dat je als persoon, als individu, met eigen wensen en behoeften, minder "in the picture" stond als tegenwoordig. Het is ook niet zo dat de zorg en verantwoordelijkheden die velen van hen van jongs af aan toebedeeld kregen altijd geleid hebben tot destructieve parentificatie.

Wat wel opvallend is, is dat ouderen vaak "bescheiden zijn" in het uiten van eigen verlangens en behoeften. Zij hebben (over het algemeen) niet geleerd om te “vragen” en om hun eigen belangen in dialoog met anderen af te bakenen. Ouderen zijn vaak met weinig tevreden of weinig verwachting. Dit zal zeker ook te maken hebben met lichamelijke en geestelijke kwetsbaarheid, maar vindt ook zijn wortels in de geschiedenis. Er wordt nu al geanticipeerd op de mondige ouderen, die onze ouders en wij later zullen zijn.

## **Zelf mogen ontvangen**

Afhankelijk zijn van de zorg van anderen en zorg “vragen” is voor de meeste ouderen dan ook ingewikkeld. Het liefst wacht men af of hoopt men dat anderen precies zien wat nodig is, zonder dat men erom hoeft te vragen. Mijn gedachte hierover is dat doordat ouderen zelf veel gegeven en bijgedragen hebben in een tijd dat dit "heel gewoon" was en het individu ondergeschikt was aan de heersende moraal en de gemeenschap of de kerk, men vaak moeite heeft om persoonlijke verdiensten echt te laten "tellen". Je deed iets in dienst van de gemeenschap. Het is niet mijn indruk dat ouderen hier geen zelfwaardering aan ontleenden, maar je had het er niet over. Eigen verdiensten en vervolgens eigen verlangens en behoeften ter sprake brengen was niet gangbaar. Gangbaar was het eerder om jezelf weg te cijferen.

Dit wil niet zeggen dat ouderen zich niet bewust zijn van wat zij bijgedragen en gegeven hebben. Ik hoor vaak van vrouwen dat ze tevreden zijn over de zorg die ze gehad hebben voor ouders, broers en zussen. Zeker rondom ziekte of sterven. Tevreden over de zorg voor hun

kinderen. Mannen kijken vaak met respect en waardering terug op hun arbeid. Maar men is vaak weinig aan "zelf zorg" toegekomen en dit is lastig wanneer men afhankelijk wordt van anderen. Hoe moet dat? Wat wil ik dan? Wat heb ik nodig? Kan en mag ik daar om vragen en dan aan wie? Mijn kinderen wil ik er in ieder geval niet mee belasten, want die hebben hun eigen leven... Men heeft wel veel gegeven, maar over het algemeen niet geleerd te vragen of te weten wat men zelf nodig heeft.

Dit maakt het extra lastig om afhankelijk te worden van de zorg van anderen. De wijze waarop ouderen omgaan met deze afhankelijkheid wordt beïnvloed door hoe men relationele balansen in het verleden ervaren heeft. In hoeverre is er vertrouwen gegroeid dat men aanspraak op zorg van anderen kan maken, omdat men zich gezien heeft geweten ( en weet) in dat wat men zelf heeft bijgedragen? Van jezelf weten wat "je waard bent" is iets anders, dan dat anderen dit ook van je weten of wisten en je dit ook hebben laten weten of nog laten weten.

Wanneer jouw bijdrage werkelijk gezien en erkend is door dierbare anderen, dan geeft je dat het vertrouwen dat je op jouw beurt zorg mag ontvangen van anderen. Wanneer je niet gezien bent in jouw bijdrage en niemand weet wat je gegeven hebt en ook wat dat jou "gekost" heeft, zal je minder "vrij" zijn om zorg te kunnen ontvangen van anderen.

Concreet kan dit zich uiten in dat mensen bijvoorbeeld "blijven geven" en op die manier (alsnog) erkenning zoeken voor hun bijdrage. Men komt er niet aan toe om nu eens zelf aan de beurt te komen en te mogen ontvangen van anderen. Men past zich aan en wordt zelf ergens onzichtbaar. Of alles wat er ontvangen wordt of kan worden van anderen wordt gewantrouwd en afgewezen. Het is dan ook "nooit genoeg".

Nagy heeft het in deze over *destructief gerechtigd zijn*, waarover later meer.

Om zorg te kunnen ontvangen en om te kunnen gaan met hulpbehoevendheid en verlies is het nodig je bewust te zijn van je eigen verdiensten en daarmee het vertrouwen te hebben dat de zorg die er is je ook "werkelijk toekomt". Kortom, om zorg te kunnen ontvangen is het van belang te weten dat je "er toe doet" en gedaan hebt.

### **Afhankelijk zijn en gerechtigd zijn om zorg te ontvangen**

Eerst even een woordje uitleg over de aard van die zorg en de setting waarin die gegeven wordt. Ik heb het hier over ouderen die ervoor kiezen om binnen een instelling te gaan wonen, in dit geval een verzorgingshuis.

Het feit dat ouderen er voor kiezen om in een instelling te gaan wonen, komt voort uit een toegenomen behoefte aan zorg en aan een beschermde woon/leefomgeving. Thuis lukt het niet meer om volledig zelfstandig te zijn.

Wanneer je niet meer zelfstandig kan wonen, betekent dit dat je afhankelijk bent van de zorg van anderen. Een afhankelijkheid die soms ver gaat, bijvoorbeeld wanneer je 's ochtends alleen met hulp je bed uit kan komen om de dag te beginnen. Of wanneer je je alleen kan verplaatsen als er iemand je rolstoel duwt.

Bij sommigen ouderen ervaar ik een zekere "waardigheid" en een relatief "gemak" om zich als het ware te voegen naar de hulp die zij nodig hebben. Zelfs wanneer er "veel aan de hand is" en mensen te maken hebben met handicaps en verlies. Ik heb mezelf dan ook vaak de vraag gesteld: "Wat maakt dat de één geestelijk weerbaar blijft en vaak verbluffend creatief,

waar een ander het veel moeilijker heeft?” Ik realiseer me dat hier ontzettend veel over te zeggen valt en je niet kan generaliseren. Niet alles is altijd even makkelijk "te duiden" en dat is ook niet de bedoeling. Wel is het zo dat de contextuele benadering en daarmee de toevoeging van de dimensie van de relationele ethiek me bewuster op het spoor heeft gezet van hoe het ervaren van zin en betekenis tijdens de laatste levensfase verbonden is met de kwaliteit van relaties vroeger en nu. Ouderen dragen na een lang leven ook "een rugzak" aan relaties met zich mee. Relaties waarin balansen van geven en nemen spelen of gespeeld hebben. Waarin er al dan niet rechtvaardig met elkaar is omgegaan. Waarin kansen lagen om verdiensten op te bouwen en daarmee vrijheid en betrouwbaarheid te verwerven. Relaties waarin je al dan niet hebt kunnen ervaren dat het leven vertrouwenswaardig is.

*Wanneer er vanuit deze relaties vertrouwen is gegroeid en een gevoel van zelfvalidatie, door de verdiensten die je verworven hebt in relaties met anderen, is er een zekere “vrijheid” van waaruit men zich eerder gerechtigd voelt om zorg te mogen vragen en ontvangen.*

*Nagy heeft het in deze zin over **constructief gerechtigde aanspraak of constructief recht. Dit is de verdienste die men verworven heeft in een relatie doordat men zorg en aandacht heeft gegeven aan de ander en zijn verantwoordelijkheden is nagekomen.***

Een voorbeeld

Mijnheer S is een man van 94 jaar oud. Hij is gezond, maar kan zo goed als niet meer zien. Zijn vrouw is een half jaar geleden overleden. Zij is lang ziek geweest en hij zorgde veel voor haar. Het gaat goed met hem, hij begint de draad van zijn leven weer op te pakken, ondanks het verlies en het gemis, ondanks zijn handicap en de onzekerheid of hij het resterende zicht van zijn ogen kwijt zal raken, ondanks het feit dat hij nog maar zo weinig omhanden heeft.

Mijnheer zijn ogen moeten drie maal per dag gedruppeld worden. Hij kan dit niet zelf, maar neemt steeds het initiatief om naar de huiskamer van de etage te gaan met zijn medicatie en daar te vragen wie hem kan helpen.

De gesprekken met mijnheer gaan bijna altijd over de kwaliteit van relaties in zijn leven. Hij is zich van heel veel (gewezen) verbintenissen bewust en vertelt daarover. Hij is tevreden over de zorg die hij gehad heeft voor zijn vader en moeder, hoe hij is omgegaan met zijn (zes) broers en met de mannen die onder hem werkten in de bouw. “Ik heb niemand benadeeld” zegt hij. “Ik heb veel gegeven en veel ontvangen.” Hij “klopt zichzelf niet op de borst”, hij is een bescheiden man, maar iemand met eigenwaarde.

*Het kompas in zijn leven was ergens “rechtvaardigheid” en al pratende blijkt dat zijn moeder hier veel invloed op heeft gehad.*

Het is een lang verhaal, maar mijnheer heeft in zijn leven veel verdiensten opgebouwd, hij heeft voor heel veel mensen klaar gestaan en daar ook van verschillende kanten erkenning voor gekregen. Hij is gezien in zijn inspanningen en erom gewaardeerd. Een voorbeeld daarvan is een oud geschreven getuigschrift (30 er jaren) wat hij mij laat zien, waarin zwart op wit staat dat hij een vakman is in zijn werk. Maar hij heeft ook een brief van zijn moeder bewaard, waarin zij hem schrijft als hij op zee zit. Een wat afstandelijke brief, met grote hanenpoten, want het hebben over gevoelens dat was er niet bij.

Mijnheer vertelt geëmotioneerd dat hij zijn moeder nooit een zoen heeft gegeven, want “dat deed je niet”, er waren andere manieren om te laten merken dat je om elkaar gaf.

Al pratende over de relatie met zijn moeder, wordt duidelijk hoezeer hij de inspanningen van zijn moeder ziet en gezien heeft: in armoede een gezin met zes jongens grootgebracht (er waren maar vijf stoelen, de jongste twee stónden aan tafel, als er één de deur uitging, schoof je een stoel op). Het zien van haar verdiensten en hoe hij haar heeft proberen te steunen als kind en als volwassene, is op hoge leeftijd deel van zijn kwaliteit van leven.

Het zijn ook verdiensten die hij “doorzet”: ondanks zijn slechtiendheid helpt hij anderen en dit geeft hem voldoening. Ook heeft hij veel respect voor vrouwen en in het bijzonder voor de verzorgsters. Hij kan de zorg van anderen waarderen en ontvangen, omdat hij als kind zorg heeft ontvangen en verder in zijn leven gezien en erkend is geweest in zijn inspanningen en bijdrage.

### **Onrecht en wantrouwen (destructief gerechtigd zijn)**

Maar het vertrouwen om te mogen ontvangen en “er toe te doen”, de ervaring dat relaties betrouwbaar kunnen zijn, kan in de loop van het leven ook geschaad zijn. Er kan geen vertrouwen meer voorhanden lijken te zijn. Wat ik tegenkom is dat ouderen zich bijvoorbeeld ook kunnen terugtrekken in zichzelf en geen verwachtingen meer hebben. Vaak wordt er dan negatief gesproken over anderen. “Die zit altijd te zeuren”, “Die praat over anderen”, “Die is in de war of niet helemaal in orde”, “Waar zij haar geld vandaan haalt?”. Het is spannend om nog relaties aan te gaan, want je zou erin teleurgesteld kunnen worden en je weet nooit hoe lang de ander er nog zal zijn. Dit is óók realiteit, maar het is opvallend dat er vaak eerder gekozen wordt voor isolement, dan voor het plezier of genoegen wat werkelijke contacten met anderen op zou kunnen brengen. Hier valt veel over te zeggen. Vaak zijn mensen ook echt óp en kiezen ze er bewust voor om “niks meer te hoeven met anderen” en om op zichzelf te zijn. Door sommige ouderen wordt dit juist gewaardeerd, omdat men ervaart aan “zichzelf” toe te komen, met niemand meer rekening te hoeven houden. Iets waar men eerder niet of weinig aan toekwam.

Maar wat ik bedoel zijn de mensen die lijden onder het isolement en die het “opgegeven hebben” dat ze nog iets zouden kunnen ontvangen van anderen of iets zouden kunnen betekenen voor anderen. Het zijn de mensen waar het team op de afdeling het vaak het moeilijkst mee heeft, omdat ze voor hen niks “goed” kunnen doen. Ze schieten áltijd tekort. Werkelijk tekortschieten met momenten wordt hen zwaar aangerekend. Er wordt door deze ouderen bijvoorbeeld veel gesproken vanuit waar men denkt récht op te hebben en of dit al dan niet wordt ingevuld en er is een bijna constante teleurstelling dat “het” er niet is. Het wantrouwen naar anderen en de sfeer van negativiteit om hen heen wordt vaak als “zeuren” ervaren. Er valt weinig eer te behalen aan of plezier te beleven met een brommerige negatieve oude man of vrouw.

Soms kan het zover gaan dat zij “gemedan” worden en dat de verzorging af moet spreken wie het nu weer op zich neemt om zorg te verlenen. Het hoogstnodige wordt dan gedaan. Vaak is het trouwens ook zo dat er altijd wel iemand is die ergens wel “een klik” heeft met deze persoon, maar die wordt daar dan ook meestal zwaar in belast.

**Nagy ziet emoties en gedrag (psychologie en interactie) als “barometers”. Ze verwijzen naar de vierde dimensie van de relationele ethiek. Beide zijn verbonden met relationele balansen van geven en nemen uit het verleden en in het nu.**

Ouderen die zorg afwijzen of moeilijk kunnen ontvangen, waarbij men het gevoel heeft het nooit goed te kunnen doen, of die claimend zijn, hebben vaak nog “veel te goed”. Zonder te willen generaliseren, kan je denk ik wel zeggen dat het verkennen van relationele balansen in het verleden hen helpt om zicht te krijgen op “het tekort”. Op wat zij bijvoorbeeld gegeven hebben wat niet ontvangen is of welk onrecht hen door het lot of door anderen is aangedaan. Nagy heeft het in deze over destructief recht en destructief gerechtigd zijn. Daarmee wordt bedoeld dat het vertrouwen geschaad is dat relaties rechtvaardig kunnen zijn. Rechtvaardig in de zin dat er een evenwicht is in geven en ontvangen.

**Destructief recht is het recht om anderen te wantrouwen en af te wijzen. Waar het kind geen betrouwbaarheid ontmoet in relaties, wordt het destructief gerechtigd. Het recht om herstel te eisen bij anderen voor wat het vroeger is aangedaan.**

May Michielsens schrijft hierover in haar vertaling van een artikel van T.Hargrave: “Families en vergeving”:

**Als er een voortdurend en ernstig onevenwicht is in het relationele geven en nemen, voelen individuen dat ze bedrogen worden of in de schuld komen in relaties. Vertrouwen vloeit weg en de leden van de relatie voelen dat hun gerechtigde aanspraak wordt bedreigd. In plaats van vrijheid om te geven en de zekerheid van te ontvangen levert de relatie een onstabiele arena, waar de individuen alleen streven naar het veilig stellen van hun rechten.**

Het destructief gerechtigd zijn en het ermee gepaard gaande wantrouwen naar anderen kan gaan “rouleren”. Het onrecht wat iemand ooit is aangedaan, is onvoldoende gezien en erkend door anderen en blijft daardoor “spelen”. Zo kan er de neiging zijn om het eigen destructief recht om te zetten in destructieve actie naar onschuldige anderen, waardoor er nieuw onrecht veroorzaakt wordt. Zo ontstaat er een **roulerende rekening**. Een roulerende rekening die zich dus ook en juist kan uiten naar verzorgenden waar je binnen het dagelijkse leven afhankelijk van bent.

Terwijl ik dit opschrijf realiseer ik me opnieuw dat de ouderen waar ik het over heb, niet zijn grootgebracht in een tijd waarin het “gewoon” was om je eigen emotionele huishouding onder de loep te nemen. Ze hadden wel wat anders te doen. En het was ook niet “des tijds” om je met jezelf bezig te houden. Tegelijkertijd is het zo dat tijdens de laatste levensfase, wanneer de draagkracht vermindert, allerlei onverwerkt “oud zeer” een rol kan gaan spelen. Juist wanneer er niet meer de afleiding is van het drukke en verantwoordelijke leven. Ook krijgt men opnieuw met afhankelijkheid te maken en dit kan herinneringen oproepen aan de afhankelijkheid die men als kind ervaren heeft en hoe hiermee is omgegaan. Zoals ook het verlies van eigen vermogens ouderen kan confronteren met eerder geleden (onverwerkt) verlies. Dit wordt niet door een ieder bewust beleefd, maar het kan zich b.v. uiten in bovenbeschreven negatief en wantrouwend gedrag, waarbij ouderen zich chronisch tekort gedaan voelen en in een zelfvervullende negatieve spiraal terecht kunnen komen, waarin er geen uitzicht meer is.

Een voorbeeld:

Mijnheer is 90 jaar oud. Onze gesprekken gaan er voornamelijk over, dat hij niet meer verder wil leven. Hij is kerngezond. Ook nooit ziek geweest. Alleen zijn ogen laten het afweten, hij ziet bijna niks meer. Mijnheer heeft zelf geen kinderen gehad. Is wel getrouwd op late leeftijd, maar had een ongelukkig huwelijk. De kinderen en kleinkinderen van zijn vrouw betekenden

alles voor hem, maar zij hebben het contact met hem verbroken nadat zij stierf. Mijnheer voelt zich verbitterd en misbruikt door haar en haar familie, o.a. omdat hij altijd financieel voor hen heeft klaar gestaan. Hij heeft ze alles willen geven wat ze vroegen en vraagt zich nu af wat ervoor is teruggekomen. Hij piekert hierover, is erg somber en vraagt zich verontwaardigd af waarin hij tekort is geschoten. Dit uit zich ook in dat niemand “het meer goed kan doen” voor hem. Hij snauwt de mensen van het team af en heeft daar later veel spijt van. Hij vindt zichzelf onredelijk, maar stikt in zijn woede, teleurstelling en verdriet. Hij wantrouwt iedere goede bedoeling en wil gewoon dood. Dat een arts hier niet zomaar gehoor aan kan geven, is voor hem ook bijna onverdraaglijk. Een metaal arbeider, met weinig woorden, maar daden. Het leven valt hem zwaar. Het is de vraag waar hij nog kracht uit zou kunnen putten. Het lijkt alsof er helemaal geen vertrouwen en levenszin beschikbaar is. Ik ga met hem op zoek naar de relaties, waarin hij betrouwbaarheid heeft ervaren, waar hij gezien is in zijn geven, zijn bedoelingen en intenties. Over het algemeen praat hij moeilijk en laat hij mij maar net toe om überhaupt naar hem om te zien. Ik zeg hem dat ik de indruk heb dat hij veel voor anderen heeft klaargestaan en vraag hem of er mensen zijn of zijn geweest die dat gezien en gewaardeerd hebben. En dan begint hij wonderlijk genoeg vloeiend en uitgebreid te vertellen. Hij vertelt over zijn vader, die op een brug in Amsterdam met de bakfiets onderuit ging en zwaargewond raakte. Hoe hij hem van straat had geraapt als kleine jongen en de blaren op zijn tong had gepraat om zijn broers en zussen ervan te overtuigen dat vader thuis verzorgd moest worden en niet in het verpleeghuis. Niet veel later sterft vader, nadat hij zijn zoon met weinig woorden verteld had hoeveel het voor hem betekende om thuis verzorgd te worden. Mijnheer werd vanaf dat moment door zijn oudere broers en zussen voor vol aangezien.

Dit verhaal vertellen, er opnieuw woorden voor vinden en het (her)beleven, terwijl je je afvraagt waar jouw “geven” in het leven goed voor is geweest, of het wel werkelijk gezien en ontvangen is, geeft even een geheel andere kijk op het geheel. Het opgekomen zijn voor zijn vader op jonge leeftijd, geeft deze oude man van 90 jaar, in een moeilijke en eenzame tijd van zijn leven een gevoel van er mogen zijn, van waardering voor zichzelf, van opgebouwde verdiensten. Hiermee is de pijn van verbroken verbintenissen en een destructief huwelijk niet weg, maar wordt er ook iets zichtbaar van waar hij rechtvaardig gehandeld heeft en daarin gezien en erkend is door anderen.

De relatie met zijn vader bleek de ingang om verder te praten over opgebouwde verdiensten, en zo kwam hij ook in contact met resterend vertrouwen.

## Hulpbronnen

Het verkennen van relationele balansen in het verleden blijkt een enorme bron, van waaruit ouderen “op verhaal” komen over waar het hen in het leven werkelijk om gaat of gegaan is. Het is een invalshoek geworden waarmee ik met ouderen op het spoor van hun (geestelijk) leven kom. Het zijn bronnen die “de tijd hebben doorstaan”, die nooit leeg raken. Wanneer de relationele ethiek binnen vroegere relaties werkelijk ter sprake kan komen, blijkt dit ouderen te ondersteunen in het omgaan met wat het leven nú van hen vraagt. Zo is het opvallend dat ouderen kracht kunnen putten uit het exploreren van relaties en verbintenissen met mensen die er soms al meer dan 70 jaar niet meer zijn. Daarnaast is mijn ervaring dat, wanneer ik met ouderen relationele balansen uit het verleden verken, het hen ook het vertrouwen kan geven om relaties met mensen die er nu nog zijn (opnieuw) aan te gaan. Het kan hen de ruimte geven om zichzelf “meer in te brengen” en minder afwachtend te zijn.

Zoals bij mijnheer (hierboven beschreven). Hij kwam op een gegeven moment met de vraag of ik namens hem contact wilde leggen met één van de kinderen van zijn overleden vrouw. Je zou kunnen zeggen dat hij door het meer gaan zien van zijn verdiensten in de loop van de tijd, zich ook weer “gerechtigd” ging voelen om aanspraak te maken op contact. Ik heb telefonisch verschillende keren met de dochter van zijn overleden vrouw gesproken. De familie wilde geen contact meer met mijnheer, maar antwoordde wel op de vragen die hij (via mij) had over de kleinkinderen: Hebben ze een goede opleiding gehad? Hebben ze werk gevonden? Hebben ze kinderen gekregen? Het stelde mijnheer gerust dat het goed ging met hen en hij was ook trots dat ze het zover geschopt hadden. Mijnheer werd weer meer deel van het geheel en dát deed iets met hem. Niet de afwijzing “bleef hangen”, maar het vertrouwen wat hem gegeven was door hen door over de kleinkinderen te vertellen. Hij mócht op de hoogte zijn en werd hierdoor weer deelgenoot van hun leven terwijl hij dit niet voor mogelijk had gehouden.

Nagy heeft het in deze zin over *hulpbronnen*. Hij ziet het als een taak van de contextuele hulpverlener om deze zoveel mogelijk op te sporen en te benutten. Je zou als hulpverlener bewust alert moeten zijn op de mogelijke hulpbronnen in de context van de ander waaruit resterend vertrouwen geput zou kunnen worden. De dialoog binnen de context (hoe klein ook) is uiteindelijk het doel.

Achter breuken kunnen onvermoede, vaak de meest wezenlijke, bronnen liggen.

Contextuele begeleiding richt zich op het katalyseren van positieve relationele hulpbronnen in plaats van op het wegnemen van pathologische uitingen, symptomen of problemen.

Dit brengt me bij een volgend onderwerp waar de contextuele benadering me brengt in mijn werk. De vraag of het zinvol is om met ouderen, die het contact met dierbaren verloren hebben en daaronder lijden, in gesprek te blijven zonder “actie” te ondernemen.

### ***Relationele breuken en het verliezen van levenszin***

Het uitnodigen tot “actie” is één van de pijlers van de contextuele benadering. Uiteindelijk gaat het er om de cliënt te stimuleren om binnen zijn eigen context relationele balansen ter sprake te brengen. Hoewel ik als geestelijk verzorger hierin voorzichtig ben en mijn weg zoek, heb ik ervaren dat het passend kan zijn om ouderen en hun familie uit te nodigen tot actie. Ik ervaar dit als “iets groots”. Graag respecteer ik de grenzen die mensen ergens ooit in hun leven getrokken hebben, omdat ik me realiseer dat er meestal een heel verhaal achter zit.

Het uitnodigen tot actie kan dan ook niet zonder “*meerzijdig partijdig*” te zijn. Deze term kwam ik binnen het contextuele gedachtegoed voor het eerst tegen en het is tegelijkertijd een houding van waaruit geestelijk verzorgers veelal werken. Het is niet aan de hulpverlener om te oordelen en partij te kiezen, wel om oog te hebben voor de verschillende belangen en inzet van betrokkenen. Vanuit dit “zicht” en openheid naar alle betrokkenen ervaar ik soms een aanzet te kunnen geven tot het herstellen van verbindingen.

Enkele voorbeelden:

Mevrouw is al een tijd ernstig ziek en sinds kort komt ze niet meer uit bed. Het leven hoeft voor haar allang niet meer. In de gesprekken die ik met haar heb komt steeds weer naar voren hoe blij ze is met haar zoon en diens zorg voor haar. Met haar dochter heeft ze al jaren geen contact meer en “dat is maar goed ook, want dat heeft nooit geboterd”. Niks deugt aan haar.

Ook haar zoon vertelt weinig contact met zijn zus te hebben en beaamt dat het tussen haar en zijn moeder nooit goed heeft gezeten. Het is niet gepast om met mevrouw hierop in te gaan. Ze geeft aan dat ze dat niet wil, ze praat ook moeizaam, ze kreunt veel en haar lichaamstaal (toen ze nog in een rolstoel zat) komt “verslagen”over. Ik zoek haar regelmatig op. Ze geeft aan niet teveel te willen praten. Ze komt angstig over. De teamleidster vertelt me dat ze het gevoel hebben dat ze bang is om “los te laten”. Tijdens mijn aanwezigheid bij haar, ervaar ik op een gegeven moment heel sterk dat ik als het ware de plek van haar dochter aan het innemen ben. Niet “als” dochter, maar ik doe wat een dochter zou doen: ik zit een tijd naast haar bed, houd haar hand vast, help haar met drinken, zeg soms iets of ben in stilte aanwezig. Ze glimlacht naar me en houdt me stevig vast.

Zoals er vanuit contextueel perspectief gewaakt wordt om in de jeugdhulpverlening als hulpverlener niet “de betere ouder” te worden omdat het kind hiermee in een loyaliteitsconflict naar de eigen ouders zou kunnen raken, moet je er in de ouderenzorg voor waken, niet “de betere dochter/zoon” te worden als hulpverlener, waardoor de loyaliteitsdynamiek naar kinderen beïnvloed zou kunnen worden.

Wanneer ik voor de tweede keer met haar zoon samen even aan haar bed zit, ervaar ik nog sterker dat hij daar met zijn zus zou moeten zitten en ik “trek de stoute (contextuele) schoenen aan” en vraag hem hoe het voor hem is om alleen afscheid van zijn moeder te nemen en hoe het voor hem zou zijn als zijn zus ook nog zou komen. Ook vertel ik hem dat het team en ik het vermoeden hebben dat het zijn moeder zou kunnen helpen om “te gaan”. Alsof ze ergens toch nog op haar dochter wacht. Ik zeg ook dat we dit nooit zeker kunnen weten en dat hij eigenlijk de enige is die hier antwoord op zou kunnen geven.

Haar zoon zegt daarover nagedacht te hebben en de volgende dag hoor ik van de teamleidster dat hij die middag samen met zijn zus komt. De teamleidster zorgt dat er in de huiskamer van de etage thee en koffie voor hen klaar staat en vangt hen op. Ze zijn beiden geëmotioneerd en het lukt hen om samen te zijn met hun moeder en om ieder op gepaste wijze van haar afscheid te nemen. Ze vertellen later dat hun moeder heel helder aanwezig was en naar hen beiden uitreikte. Mevrouw overlijdt die avond. Haar dochter is tijdens de crematie aanwezig en helpt haar broer met het leegruimen van het appartement.

#### Een voorbeeld

Mijnheer is 87 jaar en lichamelijk nog erg vitaal. Hij zingt en danst graag en zoekt veel afleiding. Alleen thuis zijn lukt hem niet, want dan wordt hij overvallen door nervositeit en verdriet. Constant probeert hij zichzelf bezig te houden en onder de mensen te zijn. Hij heeft er veel verdriet van dat zijn zonen geen contact meer hebben met elkaar. Zijn vrouw is er niet meer om het hierover te hebben. Hij heeft met ieder van zijn zonen individueel een goed contact, maar “de jongens” kijken niet meer naar elkaar om en willen niks met elkaar te maken hebben. De gesprekken met mijnheer gaan steeds hierover. Hij kan er niet meer heel “precies” naar kijken, want hij is wat verward, maar hij kan zijn verdriet erover kwijt en gaat dan weer verder met “vrolijk zijn”. Wat hem ook zeer aangrijpt is de vraag naar wie de oude Friese wandklok moet, naar wie van zijn jongens, als hij er niet meer is? Hij weet zich geen raad hiermee, omdat hij niet ziet hoe hij dit zonder een gesprek met hen samen, rechtvaardig kan oplossen. Op een gegeven moment maakt hij per ongeluk met beiden een afspraak op hetzelfde moment en in paniek zoekt hij mij op en vertelt daarover. Hij weet niet wie hij nu moet afbellen en is te verlamd om zelf actie te ondernemen. Hij vraagt mij of ik hen hierover wil bellen. Ik doe dat en heb met beide zonen een kort gesprek. De ene zoon vertelt me

absoluut geen contact met zijn broer te willen. De ander zou graag een gesprek met hem aangaan. Ik stimuleer hem dit te proberen.

### **“Door kunnen geven” aan de toekomst**

Ouderen zijn “aan het afronden”. De één wat bewuster dan de ander, maar een ieder is zich ervan bewust dat het leven nog kort zal duren. Dit is een krachtig gegeven.

Wanneer ouderen zich verbonden weten met kinderen, (achter)kleinkinderen en deze verbondenheid werkelijk geleefd wordt in contact met hen, dan is dit een niet te evenaren hulpbron. De stroom van geven en nemen is dan niet gestagneerd en kan doorgaan, wat het leven en daarmee ook het levenseinde vertrouwenswaardig maakt. Ouderen ervaren dan ook dat zij door zullen leven in hun nageslacht en dat ze in die zin iets achterlaten. Ik maak bijvoorbeeld regelmatig mee hoe de geboorte van een achterkleinkind hen doet opleven en hen een gevoel geeft van “verbonden zijn” en van zinvolheid van het bestaan. Het leven gaat door via dit kleine mensje, daar waar zij afscheid aan het nemen zijn.

Maar voor veel ouderen geldt dat de laatste levensfase niet vanzelf inhoudt dat men “bewust afscheid neemt” of “rustig de balans opmaakt” of terugziet op wat geweest is en vooruit ziet naar de toekomst via dat wat men achterlaat.

In deze laatste casus wil ik dan ook nog wat preciezer ingaan op wat de contextuele benadering kan toevoegen binnen het geestelijk werk met ouderen die destructief gerechtigd zijn, wat zich kan uiten in eenzaamheid, ziekte, zich terugtrekken, moeilijk zorg kunnen ontvangen en levensmoe zijn. (Hiermee bedoel ik overigens niet, dat alle ouderen die hiermee te maken hebben destructief gerechtigd zijn.)

Mevrouw is een vrouw van 87 jaar. De teamleidster heeft mij gevraagd of ik bij haar langs wil gaan omdat mevrouw depressief is en niet meer wil leven. Sinds 5 jaar woont mevrouw in het verzorgingshuis. Ze heeft geen kinderen. Een schoonzus leeft nog (zus van haar enige broer) en diens twee dochters. Met deze heeft zij geen contact. Mevrouw heeft altijd als naaister op ateliers gewerkt, de laatste jaren in een leidinggevende functie. Ze had "meisjes" onder zich waar zij cheffin over was. Mevrouw is altijd vrijgezel geweest. Haar moeder komt uit een arbeidersgezin (10 of 12 kinderen) en was de oudste dochter. Moeder ging op haar twaalfde "in betrekking" en had niks in te brengen. Ook thuis werkte moeder als oudste dochter hard mee. Zij is hartpatiënt en overlijdt aan haar hart op 72 jarige leeftijd. Haar vader komt ook uit een eenvoudig (gereformeerd) gezin van ongeveer tien kinderen. Hij is de oudste zoon. Zijn ouders overlijden en de broertjes en zusjes komen in een weeshuis terecht. Hij is daar met zijn twaalf jaar te oud voor en kreeg een voogd. Vader gaat in dienst en werkt later bij de politie. Hij heeft moderne opvattingen, is sociaalvoelend en lid van de vakbond. Mevrouw had een twee en half jaar oudere broer. Het feit dat er twee kinderen waren was een bewuste keuze. Mevrouw schrijft het toe aan de moderne opvattingen van haar vader. Haar broer is ook hartpatiënt en is op 73 jarige leeftijd overleden

Mevrouw geeft al geruime tijd aan dat het voor haar niet meer hoeft. Ze heeft soms huilbuien. Ze zit veel op haar kamer en ligt het liefst in bed. Ze is niet te spreken over de zorg in huis, had verwacht dat er veel meer voor haar gedaan zou worden. Ze praat over de verzorgenden met een zekere hardheid en vanuit wantrouwen. Ze heeft weinig relatie met hen en ook weinig

met medebewoners. Ze maakt een eenzame indruk en vertelt dat er niemand is waar zij op terug kan vallen.

Onze gesprekken gaan vanaf het begin vooral over de relatie met haar moeder. Mevrouw vertelt daar vanzelf veel over. Ze vertelt dat haar moeder een zeer dominante vrouw was, waardoor zij zich nooit geaccepteerd gevoeld heeft. Moeder wilde haar na de lagere school meteen aan het werk hebben in “een dienstje”, maar omdat er vanuit school gezegd werd dat iedereen recht had om een diploma te halen (is bijzonder voor die tijd) kon mevrouw toch het vak van naaister leren. Ze ging naar de industrieschool en vertelt hoe haar moeder in de gaten hield dat ze niet teveel zou leren, (wat zij niet kon beheersen). Toen ze haar diploma had, wilde moeder dat ze voor iedereen naaide. Het werd heel gewoon gevonden dat zij de mantels maakte voor moeder en later voor de dochters van haar broer en diens vrouw. Mevrouw had hierover niks in te brengen en er werd ook niks gezegd als iets af was. Mevrouw zegt dat haar moeder haar altijd klein heeft willen houden en niks gunde. Haar broer werd ontzien en hoefde aan niks mee te werken in huis. Haar broer kwam ook niet voor haar op, volgens mevrouw omdat haar moeder hem bij haar weg hield. Haar broer werd voor méér aangezien, omdat hij een jongen was. Omdat mevrouw geen aansluiting met haar moeder kon vinden, keek ze “goed om haar heen”. Ze zag dat er vaak woordenstrijd was tussen haar ouders. Haar vader was voor zijn baan vaak van huis en had weinig tijd voor haar. Mevrouw was heel erg trots op haar vader, die zij beschrijft als een sociaalvoelende man die voor de arme mensen in de wijk opkwam en voor niks te beroerd was. Ze ervaart zichzelf als een kind van haar vader. De vader van haar moeder wilde dat zij slecht zou spreken over haar moeder, maar daar wilde mevrouw niet in meegaan (ze is toch m'n moeder). Ze was bang dat wanneer zij tegen haar moeder in opstand zou komen, haar moeder last van haar hart zou krijgen. Het kwam niet in haar op om tegen haar moeder in te gaan en meer haar eigen weg te kiezen, “dat deed je gewoon niet”. “Je ouders waren de baas”.

In een aantal gesprekken heeft mevrouw haar vroegere gezinssituatie in kaart gebracht. Ik teken het voor haar uit in een genogram en dat helpt haar om erover te vertellen. Het verhaal over haar moeder staat centraal voor haar. Een relatie waarin zij zich niet gezien en misbruikt heeft gevoeld. De vroegere afhankelijkheidsrelatie met haar moeder en het daarin ervaren wantrouwen gaat weer spelen nu zij opnieuw met afhankelijkheid te maken krijgt. Het wantrouwen dat zij ervaart naar de verzorging en “de wereld” heeft mede te maken met “opgelopen wantrouwen” (destructief recht) eerder in haar leven.

Contextueel gezien is het de vraag hoe dit destructieve recht, dit wantrouwen, omgebogen kan worden naar vertrouwen en constructief gerechtigd zijn en daarmee naar de mogelijkheid om bijvoorbeeld te kunnen “vragen” en te ontvangen; te ervaren “er toe te doen”.

Erkenning geven voor het geleden onrecht vanuit empathie, goed luisteren en ingaan op de beleving en de betekenis van het verhaal is mij bekend. Wat de contextuele benadering toevoegt is dat het bij erkenning gaat ***om openlijke, onmiddellijke, rechtstreekse erkenning van de verdienste die iemand toekomt vanwege zijn of haar geboden zorg en aandacht; dat wil zeggen bijdragen waardoor de gever gerechtigde aanspraak heeft verdiend.***

Wanneer ik mevrouw vraag of zij ervaart veel zorg voor haar moeder gehad te hebben, raakt zij geëmotioneerd en vertelt mij dat niemand dat zo gezien heeft. Misschien haar vader, maar er werd niet over gesproken.

Erkenning geven kan leiden tot zelfvalidatie. Binnen de gesprekken met mevrouw kwam dit op gang doordat ik met haar inging op haar vak als naaister. Een vak waar zij trots op was en

positief over was en waar zij eigenwaarde aan ontleende. Zij kon daarbij vertellen over “dat je niet voor ieder model dezelfde stof kan gebruiken” en hoe zij altijd oog had voor het juiste “couponnetje” “of welk een precisie er nodig is om een mantel goed in elkaar te zetten”.

De erkenning en het kwetsbare proces van meer zelfvalidatie gaf de opening en het vertrouwen om de relatie met haar moeder verder te bezien. Vanuit de contextuele opleiding ben ik me bewust dat een meerzijdige partijdige houding hierbij wezenlijk is. Mevrouw vertelde in eerste instantie alleen negatief over haar moeder. Ik realiseerde me dat, gezien de loyaliteit naar haar moeder, het mevrouw zou ondermijnen wanneer ik in dit negatieve beeld van haar moeder mee zou gaan. Meerzijdig partijdig zijn betekent dat ik me er van bewust ben dat ook haar moeder “ergens vandaan komt” en ik haar niet afval. Het feit dat mevrouw in haar jeugd misbruikt is door haar moeder verwijst hoogstwaarschijnlijk naar het onrecht wat haar moeder in háár jeugd overkomen is. Doordat we stil stonden bij het onrecht wat mevrouw in haar jeugd ervaren had en er erkenning was geweest voor wat dit haar gekost heeft en hoe dit van invloed is geweest op haar verdere leven, kwam er bij haar ruimte om te kijken naar het onrecht wat haar moeder in haar jeugd overkomen was..

Mevrouw kwam dan ook op het spoor van het leven van haar moeder. Hoe zij op twaalfjarige leeftijd de verantwoordelijkheid droeg voor de tien kinderen onder haar. Er was geen geld, er was armoede. “Mijn moeder heeft zelf ook nooit kind kunnen zijn en heeft weinig kunnen genieten van het leven”. “Zij heeft een rotleven gehad”. “Misschien is ze wel altijd de baas over mij gebleven, omdat ze van jongst af aan de baas moest zijn.”

Mevrouw vertelt in volgende gesprekken waarin ze haar moeder ook heeft kunnen waarderen. Over hoe haar moeder met weinig geld het huishouden draaiende hield en sowieso “een goede huisvrouw” was. Vervolgens kon ik met haar kijken naar waar de relatie met haar moeder voor haar wel betrouwbaar was geweest.

Wat mij zeer inspireert binnen de contextuele benadering is dat deze niet gericht is op “de pathologie”, maar op hoe resterend vertrouwen van mensen aan het licht kan komen. Er wordt van uitgegaan dat er altijd ergens “kiemen van vertrouwen” te vinden zijn, die mensen binnen relaties met anderen ervaren hebben.

Ik heb mevrouw o.a. gevraagd of haar moeder haar ooit ook had laten merken dat zij om haar gaf en waarin zich dat uitte. Ze moest hier lang over nadenken, maar komt vervolgens met ontroerende voorbeelden, die haar raken en haar zichtbaar ruimte geven.

Was uw moeder trots als de mantel voor haar af was, of wanneer haar schoondochter en kleinkinderen gekleed waren in de door u zorgvuldig genaaide kleding?

Door deze vraag kwam er een nichtje van mevrouw ter sprake, die haar tante indertijd waardeerde om haar naaiwerk en dan kon zeggen: “Als tante Ger iets maakt, dan is het altijd haute couture”. Het nichtje is nu zelf op leeftijd, maar leeft nog en heeft twee kinderen, die ook kinderen hebben. Mevrouw heeft eerder verteld geen contact meer te willen zoeken “omdat zij hun eigen leven hebben” en “we zijn uit elkaar gegroeid”. Op het moment vraagt ze zich af of ze hen een keer zal gaan bellen.

Door het verkennen van de relationele balansen is er bij mevrouw zicht ontstaan op haar eigen gerechtigde plek in het geheel en iets van vertrouwen gekomen dat zij aanspraak op contact en zorg zou kunnen maken. Het contact met haar nichtje zou een grote hulpbron voor haar kunnen zijn. Het zou veel voor mevrouw kunnen betekenen wanneer de dialoog met haar

nichtje (en verdere familie) op gang kan komen. Naast dat het haar eenzaamheid zou kunnen verlichten, zou het haar kunnen steunen in deze laatste levensfase bij het afronden van haar leven. Zeker wanneer binnen de relatie(s) vertrouwen hersteld kan worden. Vertrouwen waar volgende generaties mee verder kunnen en waardoor mevrouw “doorgeeft aan de toekomst”. Een roulerende rekening van ervaren wantrouwen en tekortgedaan zijn kan hiermee stopgezet worden. Een moedige en zinvolle verandering wat het afsluiten van het leven dragelijker maakt.

Het ingaan op de relatie met haar moeder bracht mevrouw ook op het spoor van dieper liggende levensthema's en vragen. Hoe het bijvoorbeeld lastig voor haar is geweest om “te mogen genieten” en of het eerlijk en rechtvaardig is om het in deze zin “beter te hebben dan je moeder”?

### ***Relationele ethiek en zingeving***

Wat mij duidelijk is geworden, is hoe het ter sprake brengen van (of oor hebben naar) de dimensie van de relationele ethiek, ouderen op het spoor zet van wat hen in hun leven ten diepste heeft bezig gehouden en geraakt.

Vragen rondom schuld of zicht krijgen op wat je werkelijk van waarde en betekenis acht komen door het verkennen van relationele balansen vaak aan het licht. ***Relationele ethiek*** is direct verbonden met de persoonlijke levensethiek die mensen voor ogen hebben.

Vaak zijn de waarden en normen die mensen hanteren impliciet. Men gaat ergens vanuit, vindt bepaalde zaken van (levens)belang, zonder dat daar altijd bewustzijn over is.

Het verhelderen van relationele balansen en dat wat ouderen daarin als (on)rechtvaardig of (on)betrouwbaar hebben ervaren geeft ruimte om verder te kijken naar hoe men in het leven staat of gestaan heeft en wat men daarin als zinvol en betekenisvol heeft ervaren. Het kan ouderen helpen om het eigen bestaan en de belangrijke relaties daarbinnen in een breder perspectief te zien.

Het exploreren van de relationele ethiek binnen relaties is mijns inziens dan ook direct verbonden met zingeving en daarmee met het geestelijk welbevinden van mensen.

Hiermee is voor mij “de cirkel” rond en eindig ik waar ik begonnen ben: Met dat we hoe dan ook “in relatie zijn”.

### ***Nawoord***

Graag nog enkele besluiten ivm werken in een zorginstelling en wat de contextuele benadering verder zou kunnen betekenen voor de kwaliteit van die zorgverlening.

1. We zijn er voor ouderen en (hieraan toegevoegd) hun context. Er is bewustzijn nodig dat de ouderen die bij ons komen wonen, verbonden zijn met dierbare anderen.
2. Door de zonen en dochters op een gepaste manier te betrekken bij de zorg, voorkomen we “de betere zonen en dochters” te worden.
3. Meerzijdige partijdigheid kan helpen wanneer er verontwaardiging is over verbroken relaties met kinderen of familie.
4. Betrokken zijn bij familie en contact met hen onderhouden helpt ook om oog te hebben voor wat kinderen en kleinkinderen bijdragen en wat hen dit soms ook kost.

5. In zorg relaties (tussen verzorgenden en ouderen) gaat het ook om balansen van geven en nemen en van wederkerigheid. Als we ervoor waken, dat er ruimte is voor het relationele, kan er onderling vertrouwen groeien in plaats van teveel te vervallen in “zorg taken”.
6. Juist ook wanneer er sprake is van lastig gedrag, is gevoel en belangstelling voor de persoonlijke levensgeschiedenis van ouderen helpend.
7. Binnen de balansen van zorg verlenen aan ouderen, kunnen ouderen ook “geven” en kunnen wij ook van hen “ontvangen”. Hierbij denk ik aan het waarderen van kwaliteiten die zij inbrengen, omdat ze niet meer zoals wij deelnemen aan het volle en gehaaste leven: het genieten van kleine dingen, de tijd nemen, je laten raken door de wijze waarop iemand omgaat met toenemende kwetsbaarheid.
8. Er is ook aandacht nodig voor de relationele balansen van medewerkers thuis, wanneer dit van invloed is op het zorg verlenen op de werkvloer.
9. Het komt de samenwerking ten goede als er binnen zorgteams regelmatig gesproken kan worden over de onderlinge relationele ethiek.

En zo is er nog meer. Het contextuele denken werkt in mijn ogen heel erg associatief. Het één lokt het ander uit. Hoewel bovenstaande gedachten sowieso al een plek hadden binnen denken en praten over de zorg, ervaar ik de contextuele benadering als een “verbindend gedachtegoed” binnen dit alles. Het rechtvaardigt dat we “met elkaar van doen hebben”. Het zal duidelijk zijn dat ik het verrijkend vind om de dimensie van de relationele ethiek mee te nemen binnen het humanistisch geestelijk werk met ouderen.

## Bronnen

- Tussen geven en nemen, I. Boszormenyi-Nagy, B. Krasner
- Leren over Leven in loyaliteit, M. Michielsen, W. Van Mulligen, L. Hermkens (red)

## Artikelen

- De praktijk van de contextuele hulpverlening: het verdienen van vrijheid, Bastiaan Oele. Uit Handboek voor gezinstherapie.
- Contextuele therapie; verdiende vrijheid, Else-Marie van den Eerenbeemt en Bastiaan Oele, Uit Handboek voor gezinstherapie.
- Naar een herwaardering van de vier dimensies: de contextuele hulpverlening als integratieve benadering, May Michielsen, Ammy van Heusden-lezing 2001.
- Van monoloog naar dialoog, Barbara Krasner (website Leren over Leven)
- Direct adres en rechtstreeks aanspreken, Leen Hermkens (reader opleiding)
- Ontmoeten wat zich aandient, Barbara Krasner
- Families and Forgiveness: Healing wounds in the intergenerational family, T.D. Hargrave , (website Leren over leven)

- Forgiving the devil: coming on terms with damaged relationships, Hoofdstuk 1, Terry Hargrave (website Leren over Leven)

-Reader eerste en tweede jaar Leren Over Leven