

Betekenis van levensverhalen en levensboeken

1.1 Inleiding

Een levensverhaal of levensboek kan een belangrijke functie voor iemand vervullen. Maar ook voor diens omgeving kan het verhaal of boek van belang zijn. Het kan dan gaan om mensen van wie de hoofdpersoon zorg en ondersteuning krijgt, zoals familieleden en zorgverleners. Of om de bredere context in de organisatie en de maatschappij.

In dit hoofdstuk worden de betekenissen van het levensverhaal en levensboek verder uitgewerkt in de paragrafen 1.4 tot en met 1.7. Daaraan voorafgaand geven we in paragraaf 1.2 een omschrijving van levensverhaal en levensboek en in paragraaf 1.3 een korte schets van de vier sectoren die we in dit boek behandelen: jeugdzorg, zorg aan mensen met een verstandelijke beperking, geestelijke gezondheidszorg en ouderenzorg. Hoewel de betekenis van levensverhalen en levensboeken in deze sectoren in grote lijnen dezelfde is, zijn er zeker ook accentverschillen. De voorbeelden die we geven, laten dat zien. We eindigen dit hoofdstuk (par. 1.8) met een samenvattend overzicht van de betekenissen (doelen) van levensverhalen en levensboeken voor de vier sectoren.

1.2 Definities

Ieder mens heeft zijn levensverhaal, zijn persoonlijke levensgeschiedenis. Delen ervan zijn te horen als mensen vertellen wat zij hebben meegemaakt. Als ouderen en jongeren over 'vroeger' vertellen, maken zij anderen deelgenoot van hun belevenissen en van hun hoogte- en dieptepunten. Zij verhalen daarmee ook over de betekenis die gebeurtenissen en mensen voor hen hebben gehad en misschien nog steeds hebben.

Het levensverhaal van iemand kan in een boek worden opgetekend; we noemen dat dan een levensboek. Dat verhaal wordt bij voorkeur op-

geschreven door de hoofdpersoon zelf, daarin al dan niet ondersteund door anderen. Die anderen kunnen ouders, volwassen kinderen of andere familieleden zijn, maar ook vrienden of begeleiders. Niet ieder mens legt de informatie over zijn leven schriftelijk of via beeld en/of geluid vast. En niet ieder mens kán zijn levensverhaal zelf navertellen. Mensen met een verstandelijke beperking bijvoorbeeld zijn vaak niet in staat informatie te ordenen of verbaal te communiceren. Bij ouderen kan geheugenverlies optreden, door dementie of een andere ziekte. Uit huis geplaatste kinderen kunnen op jonge leeftijd zoveel veranderingen te verwerken gehad hebben, dat zij de draad kwijt zijn. En mensen die 'breuken' in hun leven hebben gehad - zoals een plotselinge verhuizing, dood van een naaste, een psychische crisis of een ingrijpende gebeurtenis zoals een beroerte of auto-ongeluk - raken vaak afgesneden van een deel van de informatie uit hun verleden of van mensen die hun vragen zouden kunnen beantwoorden. Als de hoofdpersoon door leeftijd, ziekte of beperking zelf niet of nauwelijks in staat is zijn levensverhaal te vertellen, kunnen anderen informatie over diens leven verzamelen en vastleggen. Dat laatste brengt uiteraard speciale aandachtspunten met zich mee, bijvoorbeeld rondom de techniek voor de informatieverzameling en het geestelijk eigendom van het levensverhaal (daarover later meer).

Levensverhaal en levensboek

Levensverhaal

De persoonlijke levensgeschiedenis van iemand, verteld of samengesteld door hemzelf of iemand uit de directe omgeving.

Levensboek

De tastbare vorm waarin het levensverhaal wordt opgetekend, inclusief de bijbehorende materialen (bijv. foto's, tekeningen, audio- en video-opnames, voorwerpen).

Wanneer er een levensboek wordt gemaakt, onderscheidt de informatie in dat boek zich op allerlei manieren van de persoonsinformatie die op andere plekken al aanwezig is. Zo is er van mensen die te maken hebben met zorginstellingen bijvoorbeeld informatie neergelegd in zorg- of behandelplannen, die zijn opgeslagen in een dossier. Deze informatie is meestal bedoeld voor professionals en gericht op het kunnen functioneren van een professioneel systeem. In zo'n plan staan belangrijke feiten, maar er zal zelden informatie te vinden zijn

over gewone zaken, zoals verjaardagen, herinneringen en ‘sterke verhalen’ van de hoofdpersoon, familieanekdoten of de reden waarom iemand de naam kreeg die hij kreeg. In een levensboek staan dat soort zaken wel, vaak handgeschreven, geïllustreerd met foto’s, tekeningen, treinkaartjes, enzovoort. Een levensverhaal of levensboek is geschreven in de taal van de hoofdpersoon en bevat geen vaktaal of jargon. Een levensboek gaat dus niet over de identiteit van de instelling maar over de identiteit van de hoofdpersoon. Wie ben ik? Wie horen er bij mij? Wat heb ik meegemaakt? Hoe ziet mijn toekomst eruit? Die hoofdpersoon is ook eigenaar van het levensboek. Als hij verhuist, gaat het boek mee. Dit in tegenstelling tot een dossier of zorgplan, dat eigendom is van een instelling.

Het levensverhaal vertegenwoordigt de subjectieve kant, de belevingskant van de persoon. Andere soorten verslaglegging (bijv. van observatie en onderzoek) benadrukken de meer objectieve kant. In het levensverhaal gaat het dan ook niet zozeer om waarheden maar om de beleving van de verteller. De betekenis die hij aan feiten en gebeurtenissen hecht is belangrijk, evenals de verbanden die hij, onbevangen en open, tussen die feiten en gebeurtenissen aanbrengt. Een levensverhaal hoeft ook zeker niet het totale leven van iemand in kaart te brengen. Het is eerder een bonte verzameling ‘petites histoires’. Het gaat meer om de opvallende gebeurtenissen of ontmoetingen, anekdoten en momentopnamen die opeens in de herinnering opkomen dan om de totale levensgeschiedenis.

In een levensverhaal gaat het over de identiteit van de hoofdpersoon. In dat verband is het zinvol om onderscheid te maken tussen het verhaal zelf en het vertellen ervan (zie Ganzevoort, 2005).

- Het verhaal zelf is verbonden met de versterking van wat we noemen de persoonlijke identiteit van de betreffende persoon. Door het levensverhaal vindt integratie plaats van verschillende onderdelen van het leven. Dat kan op twee manieren: het verhaal kan ‘epiloog’ of ‘finale’ zijn. Epiloog houdt in dat het verhaal puur een terugblik is. Al terugblikkend worden accenten in het voorbije leven gelegd. Er zijn geen nieuwe verhalen meer te vertellen, het opgetekende levensverhaal is als het ware het sluitstuk. Bij het verhaal als finale ligt dat anders. Finale betekent dat er, bij alles wat er over het verleden beschreven is, nog wel een verhaal bij te vertellen valt. Dat kan zelfs het verhaal zijn dat de clou van het hele leven blijkt te zijn. De sfeer is dan ook veel meer toekomstgericht. Denk bijvoorbeeld aan iemand die, door het zich bewust worden van zijn levensver-

- haal, op late leeftijd een reis maakt om plaatsen of mensen te bezoeken die een essentiële rol in zijn leven hebben gespeeld.
- Het vertellen van het verhaal is verbonden met de sociale identiteit van de persoon. Bij het vertellen gaat het om communicatie met de ander, de luisteraar. Het vertellen van het verhaal is dus vooral bedoeld om verbindingen in stand te houden of tot stand te brengen en als verteller aanvaard te worden.

1.3 Vier sectoren

JEUGDZORG

De jeugdzorg houdt zich bezig met kinderen en jongeren van nul tot achttien jaar. Jeugdzorg biedt ondersteuning, hulp en bescherming aan jeugdigen en ouders bij opgroei- en opvoedingsvragen van geestelijke, sociale en pedagogische aard die de ontwikkeling naar volwassenheid belemmeren. Het gaat daarbij zowel om vrijwillige hulpverlening als om gedwongen interventie om hulp in het belang van de jeugdige mogelijk te maken (jeugdbescherming) (Ministerie van VWS, 2002). Op de grens van jeugdzorg en zorg voor mensen met een verstandelijke beperking bevindt zich de zorg voor kinderen met een lichte verstandelijke beperking (LVG).

In de jeugdzorg wordt het werken met een levensboek vooral aangeboden door de zorgaanbieders. Het is dan onderdeel van de intensieve ambulante begeleiding thuis, daghulp in een Boddaertcentrum of van residentiële hulp in (leef)groepen en pleegzorg. Vooral in pleeggezinnen en leefgroepen wordt veel met levensboeken gewerkt. Het gebruik van het levensboek voor kinderen die bij (een van) de ouders wonen is in opkomst.

Het levensboek in de jeugdzorg is vooral van belang voor kinderen die weinig continuïteit hebben gekend en een of meer breuken in hun levensgeschiedenis hebben. Het gaat dan bijvoorbeeld om kinderen die door de problemen thuis vaak zijn verhuisd, veel verschillende opvoeders hebben gehad, uit huis zijn geplaatst of het contact met een deel van hun familie hebben verloren.

Door de vele veranderingen en hun jonge leeftijd zijn de jeugdigen vaak het overzicht over hun leven kwijt. Zij vragen zich af wat er wanneer gebeurd is, waarom hun leven zo gelopen is en wie er belangrijk zijn en blijven. Door met hun pleegouder, ouder of begeleider aan een levensboek te werken, verzamelen zij informatie uit heden en verleden. Dat helpt bij het verwerken van wat er gebeurd is en draagt bij aan identiteitsvorming en een positief zelfbeeld. Bovendien verstevigt het de band met degene die hen begeleidt.

ZORG AAN MENSEN MET EEN VERSTANDELIJKE BEPERKING

In de zorg aan mensen met een verstandelijke beperking is er een grote diversiteit aan cliënten, in het bijzonder wat betreft het niveau, dat loopt van licht tot zeer ernstig verstandelijk beperkt. Vaak zijn de beperkingen meervoudig, men heeft dan naast de verstandelijke beperking ook één of meer lichamelijke en/of zintuiglijke beperkingen. Veel mensen met een verstandelijke beperking leven intramuraal, dat wil zeggen, in instellingen met 24 uurszorg.

Van oudsher wordt in deze sector veel aandacht besteed aan levensverhalen. Dit komt doordat de zorg aan deze mensen levensbreed en levenslang is. Met levensbreed wordt bedoeld dat de zorg betrekking heeft op verschillende of zelfs alle domeinen in het leven, dus niet alleen op bijvoorbeeld medische zorg (zoals in het ziekenhuis), maar ook op de terreinen van psychische gesteldheid, wonen, arbeid, vrijetijdsbesteding, enzovoort. Onder levenslang verstaan we dat gedurende het hele leven ondersteuning nodig is, ‘van de wieg tot het graf’. Toch is de plaats van het levensverhaal en levensboek in de zorg aan mensen met een verstandelijke beperking als geheel nog bescheiden. Een beschrijving van belangrijke gebeurtenissen in het leven van de cliënt en de wijze waarop deze hem of haar hebben beïnvloed vormt vaak de eerste paragraaf van een zorg- of ondersteuningsplan. Van structurele aandacht voor het levensverhaal, als iets waaraan je als begeleider regelmatig denkt en dat is ingebed in het dagelijkse leven van en met de cliënt, is nog zelden sprake.

GEESTELIJKE GEZONDHEIDSZORG

In de geestelijke gezondheidszorg (GGZ) wordt het levensverhaal ingezet als onderdeel van het therapeutisch proces. Het gaat dan bijvoorbeeld om het verwerken van een trauma, een ingrijpende gebeurtenis uit het verleden. Of om psychische of psychiatrische problematiek waarbij het levensverhaal de persoon in contact kan brengen met de eigen kracht, zodat de identiteit en eigenwaarde versterkt kunnen worden. Daarnaast wordt het levensverhaal toegepast in niet-therapeutische situaties, bijvoorbeeld wanneer iemand zoekt naar nieuwe wegen en bestemmingen in het leven.

OUDERENZORG

Veel 55-plussers die behoefte hebben om hun levensverhaal vast te leggen, doen dit zonder hulp van anderen (biografisch werken) en maken geen gebruik van een vorm van zorg. Zij zijn wel ouderen, maar vallen niet onder de ouderenzorg. In de ouderenzorg wordt het meest

met levensverhalen en levensboeken gewerkt bij de ‘oudere ouderen’. Vaak zijn het ouderen die in een verpleeghuis wonen. Zo worden demente bejaarden geholpen met het vastleggen van hun levensverhaal in het kader van reminiscentie (afgeleid van het Latijnse woord voor herinnering). Zij worden gestimuleerd in het ophalen van ervaringen en herinneringen, zodat zij weer ervaren dat zij iemand waren en zijn.

Ook worden er levensboeken over demente ouderen gemaakt door familieleden. Deze boeken dienen dan als informatiebron voor verplegend personeel en de oudere zelf.

Buiten de verzorgings- of verpleeghuizen wordt het vertellen en vastleggen van het levensverhaal onder meer als activiteit aangeboden om isolement en vereenzaming tegen te gaan. Het initiatief gaat dan vaak uit van een ouderenbond of een lokale welzijnsorganisatie voor ouderen.

1.4 Betekenis voor de hoofdpersoon

De aanleiding om een levensverhaal op te tekenen en vast te leggen in een levensboek is meestal concreet. Zij kan afkomstig zijn van de hoofdpersoon zelf of van de omgeving. Het kan zijn dat de persoon door middel van het levensboek meer ordening in zijn leven wil aanbrengen. De omgeving kan het initiatief nemen tot het samenstellen van een levensboek, omdat men - door samen met de hoofdpersoon belangrijke informatie uit diens verleden op te sporen en te bewaren - de persoon in kwestie beter wil begrijpen en zicht wil krijgen op diens specifieke wensen en behoeften. Of men wil bewerkstelligen dat iemand een beter beeld van zichzelf krijgt. Ook kan men het inzetten als middel om te communiceren. In dat geval gaat het niet zozeer om het boek als eindproduct maar eerder om het proces om tot het boek te komen. Ten slotte kan men het louter zien als een leuke bezigheid. Welke reden of aanleiding ook aan de orde is, de betekenis van het levensverhaal of levensboek voor de hoofdpersoon gaat vaak veel verder dan de reden die er aan het begin was. De volgende situaties doen zich voor.

ONTBREKENDE INFORMATIE UIT HET VERLEDEN OPSPOREN

Het werken aan een levensboek kan voortkomen uit de behoefte om ontbrekende informatie uit het verleden op te sporen. Dat kan zelfs noodzakelijk zijn, bijvoorbeeld als die informatie nodig is om een vastgelopen therapie vlot te trekken. Voor de hoofdpersoon kan door

het beschikbaar komen van deze informatie de eigen geschiedenis meer volledig worden.

Theo verhuisde in vier jaar tijd vijfmaal. Eerst met zijn moeder, toen zijn ouders uit elkaar gingen. Daarna naar een observatiehuis om uit te zoeken wat er met hem aan de hand was. Vervolgens ging hij naar een pleeggezin. Dat gezin raakte in de problemen, waardoor hij weg moest. Hij ging als 'crisis' naar een leefgroep, waar ook zijn oudere broer woonde. Met zijn broer is hij naar een pleeggezin gegaan. Gelukkig konden ze daar blijven. Ik ben twaalf jaar de gezinsvoogd van Theo geweest en kan het me nog goed herinneren. Maar Theo niet, hij was zes toen zijn ouders uit elkaar gingen. Hij belde me op toen hij dertig was en net vader was geworden. Gelukkig wist hij me nog te vinden. Hij had het allemaal niet meer op een rijtje, vroeg zich af bij wie hij eigenlijk hoorde, waarom hij destijds niet bij zijn vader kon wonen en waar hij allemaal geweest was. Toen we samen zijn dossier doornamen, heb ik veel vragen kunnen beantwoorden. Hij was verbaasd dat hij maar drie maanden in de crisisgroep had gewoond. Het leken wel jaren. Hij vond het daar niet fijn. Hij heeft een kopie van het observatierapport meegenomen. Ik schaamde me dat hij zo weinig informatie over zijn eigen leven had. We gebruikten toen nog geen levensboeken.

Gezinsvoogd, jeugdzorg

VERLEDEN VERWERKEN

In het verlengde van het vorige punt ligt dat het levensverhaal of levensboek kan bijdragen tot het verwerken en accepteren van het eigen verleden. Door het verzamelen van de informatie (hoe zit het?) komt de verwerking (wat betekent het?) vanzelf op gang. Door ervaringen en belevingen bespreekbaar te maken en te verwoorden, kunnen zij een plaats krijgen in het eigen leven.

Het woord 'verwerken' moet daarbij niet te zwaar worden opgevat. Gebeurtenissen krijgen een plek zodat de hoofdpersoon of iemand uit de omgeving die het boek of verhaal gelezen heeft erop terug kan komen. Met 'plek' bedoelen we enerzijds de plaats van de gebeurtenis in de tijd, in de reeks van gebeurtenissen uit het leven, anderzijds de reden en betekenis van de gebeurtenis, het besef dat het allemaal niet zomaar gebeurd is.

Dat een levensboek bijdraagt tot verwerking van het verleden, betreft

zowel positieve als negatieve ervaringen. Het levensboek bevat niet alleen 'aaien over de bol', want ook vervelende ervaringen horen erin thuis. Ook kan er pijn naar boven komen. Een voorbeeld uit de jeugdzorg is de situatie waarin een ouder geen informatie wil of kan geven. Of als bepaalde vragen onbeantwoord blijven (bijv. de vader blijft onbekend). Dat is niet leuk, maar toch is het goed dat het duidelijk wordt.

Een keer gebeurde het dat het kind het boek verscheurde, terwijl er nog bijna niets was ingevuld. De vragen waren te ingewikkeld voor haar. Ook dat is verwerken. Het kind geeft dan duidelijk aan dat dit niet het juiste moment is. Het werken met levensverhalen mag best confronteren, als het ook maar verder helpt.

Ambulant begeleider, jeugdzorg

Er wordt door het levensverhaal of levensboek zinvolle informatie over het verleden verzameld. Bijvoorbeeld: in welke paviljoens men gewoond heeft, welke taken men vroeger had toen er nog geen Z-verpleegkundigen waren en de verstandelijk beperkte bewoners zelf allerlei werkzaamheden in huishouden en onderhoud uitvoerden. Dit kan ook leiden tot verwerken van gebeurtenissen uit het verleden en tot troost en integratie.

Orthopedagoog, zorg aan mensen met een verstandelijke beperking

Taboes worden geslecht doordat het levensboek vragen stelt die anders niet zo snel gesteld worden. Wie was er bij mijn geboorte? Waarom kon ik niet meer bij je wonen? Het zijn soms pijnlijke vragen, maar ze helpen ouder en kind, want ze gaan over zaken die wel gebeurd zijn. Dat geeft houvast. Doordat ze in een mooi boek staan, gaat de beladen sfeer eraf en kan er ruimte komen. Ruimte om erover te praten, om te verwerken en voor nieuwe inzichten.

HEDEN VASTLEGGEN

Behalve voor het opvullen en eventueel verwerken van het verleden, kan een levensboek of levensverhaal ook worden gebruikt louter om het heden vast te leggen. Dat wat in de toekomst geschiedenis zal zijn, wordt nu beschreven. De achterliggende reden is dat de informatie van vandaag niet verloren mag gaan. Met andere woorden, het leven van vandaag wordt vastgelegd zodat de hoofdpersoon over tien jaar weet hoe het tien jaar geleden was. In het bijzonder in de jeugdzorg en

psychiatrische zorg wordt om deze reden met levensverhalen en/of levensboeken gewerkt.

Er zitten veel foto's in het levensboek van Patricia. Foto's van gewone situaties. Hoe haar kamer nu is, van het kamp, de school, de groepsgenootjes. Ze kiest zelf welke foto's ze wil en zet de namen van de mensen erbij. Als zij hier straks weg is, ziet ze waarschijnlijk niemand meer van de mensen die nu deel uitmaken van haar leven.

Groepsleider, jeugdzorg

Mijn vader is mee geweest met De Zonnebloem. Hij kreeg een herinneringsboek aan die week mee. Dat had hij samen met een vrijwilliger gemaakt. Het is een mapje met foto's, verhalen over wat ze gedaan hebben, het programma van die week en ook het menu. Hij houdt van lekker eten! Zijn geheugen gaat hard achteruit en hij praat ook steeds moeilijker. Hij laat dat boek steeds zien, dat is belangrijk voor hem.

Verpleegkundige, ouderenzorg

ZELFBEELD EN IDENTITEIT VERSTERKEN

Een andere betekenis van levensverhalen en levensboeken is dat door het maken van het boek of verhaal de identiteit en het zelfbeeld van de hoofdpersoon worden versterkt. Het laat zien wie je bent en wat en wie je leven hebben gemaakt. Het maken van een levensboek kan ervoor zorgen dat de hoofdpersoon greep krijgt op zijn levensgeschiedenis en daardoor op zichzelf. Het zelfvertrouwen kan erdoor toenemen, alsook het vermogen om eigen krachten te ontwikkelen (empowerment). Deze verbinding tussen levensverhalen en het opbouwen van de eigen identiteit is wezenlijk. Als mens hebben we behoefte aan een samenhangend verhaal over onszelf. Als we er niet in slagen dat te creëren, worden we overvallen door gevoelens van fragmentatie, desintegratie, zinloosheid en passiviteit. Door het maken van een verhaal over de werkelijkheid wordt ons besef van de werkelijkheid narratief, dat wil zeggen, vervuld van beelden, metaforen en vertellingen. Het narratieve weten, dus het maken van het levensverhaal, geeft de macht terug over het weten aan de hoofdpersoon, die de auteur van de tekst van het verhaal is en die zelf het waarheidsgehalte bepaalt (zie Olthof & Vermetten, 1994).

Het gaat er dan ook niet om wat er in het verleden echt is gebeurd,

maar om de functie van het verhaal in de beleving van de werkelijkheid. Het levensverhaal is een vertellende structuur van de levensloop waardoor iemand zin, betekenis en waarde toekent aan de gebeurtenissen die zich aan hem voltrokken.

Iedereen begrijpt de noodzaak van het levensboek. Het gaat om de eigenheid en identiteit van de cliënt. Dus niet om het begrijpen van de cliënt, want dat is een afgeleide en komt niet op de eerste plaats. De levensboeken hebben ook geen beheersmatige of therapeutische doelen. Het boek is eigendom van de cliënt, wordt ook bij hem op de kamer bewaard. Het gaat om zijn werkelijkheid.

Communicatiemedewerker, zorg aan mensen met een verstandelijke beperking

Wij helpen kinderen om hun levensgeschiedenis vast te houden en begrijpelijk te maken. Wij maken duidelijk dat hún dingen belangrijk zijn, dat zij belangrijk zijn. Zo belangrijk dat je het in een boek zet.

Stafmedewerker, jeugdzorg

ERKENNING DOOR DE OMGEVING VERGROTEN

De versterking van zelfbeeld en identiteit die door middel van het levensverhaal of levensboek wordt bereikt, vergroot het inzicht van de hoofdpersoon in zichzelf. Daarnaast kan het maken van een levensverhaal of levensboek ook de helderheid naar de buitenwereld doen toenemen. Door het verhaal of boek wordt de hoofdpersoon voor zijn omgeving meer zichtbaar. Levensverhalen geven erkenning voor de uniciteit (het uniek zijn) en de waarde van de hoofdpersoon als mens. Mensen vinden het fijn te vertellen als zij weten dat er echt geluisterd wordt. Ook hier geldt dat het belangrijk is dat een levensboek geen waarheidsvinding is, dat niet alles verteld hoeft te worden en dat het verhaal altijd fragmentarisch (niet af) is.

Door middel van het levensverhaal of levensboek ontstaat een beeld van wie iemand is en wat iemand kan. Het gevolg daarvan kan zijn dat er een omslag plaatsvindt in het kijken door de omgeving. Bijvoorbeeld: in het geval van een verstandelijke beperking wordt de wijze van kijken niet meer bepaald door die beperking en handicap, maar door wat die persoon werkelijk is. Er vindt erkenning plaats. De persoon wordt in een ander licht geplaatst en gekend zoals hij is.

Bij het maken van levensboeken is vooral gezocht naar talenten en kansen. Er zijn gesprekken gevoerd met verwanten en met personeel dat met de cliënt gewerkt heeft. Dan blijkt dat iemand die nu het probleem in de groep is, vroeger de leukste van de groep was. Dat is het begin van een levensboek. Er ontstaat begrip bij de zorgverleners. Over een man in een rolstoel: kan hij fietsen? Over man die gefixeerd is op eten: kan hij koken? Eerst werd hij gestraft voor zijn fixatie, nu beloond: hij gaat niet meer naar dagbesteding, maar werkt op een bakkerij. Het geeft een schok dat met zulke eenvoudige middelen zo'n verhaal boven tafel komt. Het waren lege levens, we wisten niets. Daarmee kun je toch niet aankomen bij de familie? Ondersteuners moeten in staat zijn om naar talenten te kijken.

Pastor, zorg aan mensen met een verstandelijke beperking

Ik zou iedereen die het wil een levensverhalenactiviteit gunnen en een levensboek in de vorm die bij hem past en die helpt contact te maken. Zo geef je mensen waardigheid en iets tegen de vluchtigheid van nu. Wie ben ik, wat ben ik en wat ben ik waard? Dat is letterlijk de moeite waard. Ik vind het vreselijk als iemand na een verblijf van twaalf jaar overlijdt en het enige dat overblijft een plastic zakje met wat spullen is dat nog wel eens wordt opgehaald door een zaakwaarnemer. Dat past niet bij mijn levensvisie.

Pastor, ouderenzorg

ISOLEMENT VOORKOMEN EN RELATIE MET FAMILIE EN SOCIAAL NETWERK VERSTERKEN

Een belangrijke betekenis van het levensverhaal en levensboek voor de hoofdpersoon kan zijn gelegen in het versterken van de relatie met de omgeving, in het bijzonder met familie en sociaal netwerk. In het geval van een kind dat hulp ontvangt vanuit de jeugdzorg, kan door middel van het levensverhaal hechting bevorderd worden tussen ouder en kind. Deze komen met elkaar in gesprek over wat er gebeurd is, misschien wel voor het eerst. Er worden verbindingen gelegd. Het boek of verhaal is vriendelijk en uitnodigend en zet niet aan tot nare antwoorden maar tot het vertellen van hoe het was (feiten en verhalen).

Mensen met een verstandelijke beperking waarderen de communicatie die het werken aan het levensboek met zich meebrengt, en het delen van bevindingen en momenten met degenen die meedoen, zoals begeleiders en familieleden.

Pastor, zorg aan mensen met een verstandelijke beperking

Overigens kunnen ouders van wie het kind een proces doormaakt van het maken van een levensverhaal ook zelf in een verwerkingsproces terecht komen en zelfs behoefte krijgen om hun eigen levensverhaal op papier te zetten.

Ze vroegen me om al die vragen te beantwoorden voor het levensboek van mijn zoon. Ik kwam er niet doorheen. Ik moest elke keer terugdenken aan hoe het geweest moet zijn toen ik zelf een kleintje was. Ik heb dat toen tegen die begeleider gezegd. Zij heeft me een boek voor mezelf gegeven. Dat heb ik eerst gedaan. Ik heb veel met mijn oudste zus gepraat. Dat was nog leuk ook! We hadden het nooit zo over vroeger, maar zij weet nog veel van toen mijn moeder nog leefde. Zij had ook foto's die ik nog nooit gezien had: mijn moeder in een roze jurk. Mijn zus vertelde dat roze haar lievelingskleur was. Het is ook de mijne.

Moeder, jeugdzorg

Het versterken van de relatie met de omgeving heeft ook een andere kant: het voorkomen of bestrijden van sociaal isolement. Door te werken aan een levensverhaal of levensboek worden veelal nieuwe relaties gelegd of bestaande relaties verdiept. Dat laatste kan zelfs een expliciet doel zijn om aan het verhaal of doel te werken.

PLEZIER BELEVEN AAN DE ACTIVITEIT ZELF

Ten slotte kan de betekenis van het werken met levensverhalen en levensboeken voor de hoofdpersoon eenvoudigweg liggen in het feit dat hij er plezier aan beleeft. Bezig zijn met het eigen verleden en, eventueel, het smeden van de stukken verleden tot een tastbaar geheel, kan veel genoegen geven. Niet zozeer het product staat dan centraal, maar eerder het proces in het hier en nu.