

SAMEN LEREN OVER DE KUNST VAN HET OUDER WORDEN

MEEDOEN AAN GRAND DESSERT MAAKT IEDEREEN WIJZER

MAART 2015

Kun je van elkaar leren wat ouder worden in een moderne samenleving met zich meebrengt? Ja, zegt de kleine groep enthousiastelingen die zich in een lerende gemeenschap – Grand Dessert – had verenigd om zich te bekwamen in de kunst van het ouder worden. Met enthousiasme, openheid en leergierigheid zijn ze een heel eind gekomen.

Hoe word je oud? Dat is de vraag die ten grondslag ligt aan Grand Dessert: kleinschalige, participerende bijeenkomsten waarop deelnemers hun ervaringen, kennis en vaardigheden met ouder worden met elkaar delen. Drie van hen, Annelies van Eekeren, Ida Kleiterp en Marcella Blok vertellen over hoe zij de bijeenkomsten hebben beleefd.



HOE DOE JE DAT, OUD WORDEN?

Ouder worden is een gestaag proces. Uit diverse gesprekken wisten we dat veel oudere Amsterdammers zich bezig houden met deze vraag. Lezingen, studiebijeenkomsten over de kunst van ouder worden trekken nog altijd volle zalen. Ida kwam achter Grand Dessert: 'Op een bijeenkomst van –Amsterdamse- stadsdorpen kreeg ik een uitnodiging om deel te nemen aan Grand Dessert. Het leek me een aardig initiatief om aan te mee te doen. Ik stelde me zo voor dat we inhoudelijk over de oude dag zouden gaan nadenken. En dat vond en vind ik heel zinvol, want ja hoe doe je dat ten slotte, oud worden? En moet je dat per se alleen doen? Grand Dessert herinnerde me aan het feminisme van de jaren zeventig van de vorige eeuw. Ook toen had ik het gevoel: we gaan de zaken op zijn kop zetten. De eerste Grand Dessert bijeenkomst was meteen al veelbelovend: iedereen had ideeën, zo van we gaan er iets van maken met zijn allen.'

Marcella knikt instemmend. 'Ook ik had de hoop en overtuiging dat de bijeenkomsten iets bijzonder zouden kunnen opleveren. Overigens dacht ik daarbij niet zozeer aan een radicale maatschappelijke ontwikkeling maar veeleer aan mogelijke suggesties om mijn leven op een andere manier in te richten. Mijn verwachting was dat we door

samen te denken en doen wijzer zouden worden over wat ouder worden nu precies inhoudt.'

Annelies heeft aan Grand Dessert meegedaan 'omdat het belangrijk is dat je stilstaat bij het ouder worden. Als oudere ben je vaak niet meer aan het werk. Je kinderen zijn de deur uit. Je hele levenspatroon is veranderd en daarnaast krijg je te maken met een lijf dat af en toe hapert. Voldoende stof om over na te denken dus.'

KENNISMAKING EN INVENTARISATIE

De eerste bijeenkomst van Grand Dessert stond in het teken van kennismaking, waarbij opviel dat alle deelnemers vrouw waren. Marcella: 'Mannen waren van harte welkom, maar kennelijk houden zij er niet van om in een groter gezelschap over hun persoonlijke ervaringen en gevoelens te praten. Jammer.' Op de tweede bijeenkomst inventariseerden de deelnemers onderwerpen en ideeën die zij op de daaropvolgende bijeenkomsten van Grand Dessert met elkaar wilden onderzoeken.

Thema's zoals werk, werkloosheid, en pensioen; relatie met samenleving en jongere generaties; beeldvorming over oud- zijn; verlies en sterfelijkheid; zorgen voor netwerk, ouderenbeleid, en in en uitsluiting van groepen.



Marcella: 'We wilden niet het zoveelste praatgroepje zijn. Overigens hebben we niets tegen een praatgroep op zich, maar we hadden er dit keer gewoon geen zin in. Daar komt nog bij, en dat was echt een expliciete doelstelling, wilden we het leerproces vorm geven door samen aan de slag te gaan, door samen te doen dus, en dat vond zijn weg in creatieve vormen als verhalen te schrijven, theater maken, interactieve presentaties te maken. Op de bijeenkomsten was er alle ruimte voor de talenten, kennis en vaardigheden van de deelnemers.'

Voor Annelies was deze werkwijze een belangrijke reden om mee te doen. 'Neem de economische en politieke dimensie van het ouder worden, over het algemeen is dit thema van een debat over het overheidsbeleid en de politieke opvattingen ter zake. Nu kun je aan deze problematiek talloze en zelfs eindeloze praat sessies wijden, maar wij wilden bezig zijn met het thema werk, werkloosheid, pensioen vanuit de eigen situatie zoals we die nu zelf meemaken. Met behulp van spel/dramamethodiek hebben we ons ingeleefd in de verschillende posities van mensen, bijvoorbeeld die van de bijstandsgerechtigde, werkende, gepensioneerde en de vrouw die bewust voor het huishouden heeft gekozen. Vanuit die diverse rollen zijn we het gesprek met elkaar aangegaan. De idee is dat als je in een rol zit, je beter kunt



aanvoelen wat iemand in een bepaalde positie ervaart. Daardoor kun je ook scherper het gesprek aangaan met iemand in een andere rol zonder meteen de keurige nuancering aan te hoeven brengen. Het gesprek wordt daardoor feller, duidelijker maar vooral doorleefder. Dan voel je, oh, dus als ik in die positie verkeer, dan krijg ik daar ook mee te maken.'

IN EEN LERENDE GEMEENSCHAP STEL JE JEZELF EN ELKAAR VRAGEN

Ida: 'Annelies heeft de bijeenkomst voorbereid. En dat is nou precies het mooie van de hele opzet van Grand Dessert. Elke bijeenkomst werd door iemand vanuit haar eigen deskundigheid georganiseerd en de anderen konden daarop aansluiten. Er zijn acht bijeenkomsten geweest. Ik zat in twee werkgroepen, een voor het maken van verzoenkaarten en een ander voor over verlies en vergankelijkheid. Voor die laatste groep hebben we een jongere vrouw van buiten uitgenodigd en een regisseur van de omroeporganisatie IKON. Samen hebben we verhalen geschreven en op basis daarvan twee scènes op te voeren. Hiervoor hebben we een breder publiek uitgenodigd. Het was niet alleen geweldig leuk om te doen, maar ook uiterst leerzaam. Ook samenwerken is iets dat je moet leren.'



Marcella: 'Wat we bij deze én alle andere werkvormen merkten, was dat er al doende een lerende gemeenschap ontstond. En dat het leerproces zowel betrekking had op het leren zelf als op het resultaat ervan. Natuurlijk leverde de lerende gemeenschap bij tijd en wijle verwarring op, maar die verwarring speelde zich wel af op een hoger (kennis-) niveau dan daarvoor.'

HET SUCCES VAN CREATIVITEIT EN SAMEN DOEN

Annelies, Ida en Marcella zijn eensgezind in hun oordeel over Grand Dessert: 'intensief soms maar vooral heel leuk om te doen.' Als hun gevraagd wordt om expliciet de succesfactoren te benoemen, komen ze tot het volgende lijstje:

- 'de vrijheid in vorm en thema,
- het per werkgroep wisselende leiderschap,

- het werken in kleine (sub-)groepen,
- de goede balans tussen halen en brengen,
- de ruimte om op eigen wijze bij te dragen en het aanspreken van ieders creatieve vermogens
- goede begeleiding en prachtige uitnodigingen. '

Ida voegt daaraan toe dat je niet altijd mee hoefde te doen. 'Je mocht ook gewoon toeschouwer zijn. Participeren was geen verplichting.' 'Dat klopt' zegt Marcella, 'maar dat betekende dus niet dat je altijd met je armen over elkaar kon blijven zitten. Ieder van ons had wel de "morele verplichting" om haar expertise of levenservaring met anderen te delen. Daar had je zelf misschien wel de meeste baat bij: je leerde naarmate je zelf bijdroeg.'

'Het Grand Dessert hebben we met elkaar gemaakt'

Stichting Bij de Tijd bevordert sinds 1995 de inzet van ouderen in nieuwe taken en rollen in de samenleving. De oprichtster van de stichting, Fenna Bolderheij, heeft samen met Irma Vroegop het initiatief genomen voor Grand Dessert, een lerende gemeenschap over de kunst van het ouder worden.

Grand Dessert is opgezet om het leren in de derde levensfase te stimuleren en bevorderen. Om praktische invulling te geven aan de aloude wijsheid dat je nooit te oud bent om te leren. Concreet betekent dit dat de deelnemers aan Grand Dessert elkaar aanmoedigen om zélf op zoek te gaan naar wat cruciaal is bij het ouder worden. De in essentie individuele zoektocht wordt samen ondernomen. Door elkaar te motiveren, stimuleren en vooral door van elkaar leren, creëren de deelnemers een lerende gemeenschap en behandelen ze kwesties die er voor hen toe doen. Dat de opzet werkt, blijkt onder meer uit de initiatieven die al doende zijn ontwikkeld en nog steeds doorgang vinden. Kortom: Grand Dessert inspireert.