

## **Interview met Ingrid Barendsen en Wil Boonstra**

### *Wat is de herkomst van Terug naar Toen?*

Wil: 'Ouderen hebben meer verleden dan toekomst, dus is het logisch dat zij liever achterom kijken dan vooruit.' Met deze woorden werd ik samen met een aantal collega's uit de ouderenzorg in 1996 welkom geheten bij de start van een meerdaagse reminiscentietraining in het Age Exchange Reminiscence Centre in Londen. Direct daarna werden we aan het werk gezet om terug te kijken op de mooie herinneringen aan ons eigen verleden, zoals het mooiste stuk speelgoed of de plaats waar je als kind het liefst vertoefde. Deze aanpak werkte meteen. Vol enthousiasme vertelden wij over de positieve aspecten uit onze jeugd, en tegelijkertijd voelden we letterlijk hoeveel effect dit had op ons eigen welbevinden; eenzelfde welbevinden zoals ook ouderen dat ervaren als zij gestimuleerd worden te vertellen over hun eigen verleden.

### *Reminiscentie, reminisceren?*

Wil: De activiteit die hieruit voortvloeit wordt aangeduid met de term 'reminisceren'. Dit woord is afgeleid van het Engelse 'reminiscence', wat 'herinnering' betekent. 'Reminiscent' betekent 'met plezier terugdenkend aan'. Het was de Amerikaanse gerontoloog Robert Butler die als een van de eersten ervoor pleitte om ouderen terug te laten kijken op hun verleden, omdat daaraan vaak zingeving en een gevoel van eigenwaarde kunnen worden ontleend. De methodiek van reminiscentie heeft zo'n tien jaar geleden via Engeland de oversteek naar het Europese vasteland gemaakt, waar het inmiddels steeds meer wordt toegepast binnen de ouderenzorg.

### *Wat heeft Terug naar Toen de professional zoal te bieden?*

Ingrid: Allereerst staat in dit boek een groot aantal verhalen over vroeger, rondom thema's die betrekking hebben op de kindertijd, zoals 'de lagere school' en 'spelletjes en speelgoed'. Daarnaast staan er ook veel thema's in die betrekking hebben op de herinneringen van de jongvolwassenen van toen, zoals 'mijn eerste baan' en 'uitgaan'. Met deze verhalen, waarbij ouderen reageren op de verhalen van anderen, zetten we meteen een sfeer neer die herkenbaar is voor een reminiscentiegroep. Door elk thema aan te vullen met vragen, tips en suggesties, kunnen professionals in principe direct met reminiscentie aan de slag.

In het tweede onderdeel van beide boeken werken we een praktische handleiding uit aan de hand waarvan de (aspirant)reminiscentiewerker stapsgewijs een serie reminiscentiebijeenkomsten kan uitvoeren. Hierbij maken we ook een onderscheid tussen reminisceren met dementerende ouderen en reminisceren met ouderen zonder ernstige geheugenproblemen.

In het derde onderdeel (staat alleen in boek 2) staat veel achtergrondinformatie, zoals over de werking van het geheugen en de rol die muziek kan innemen in de ouderenzorg. Verder worden in dit deel sociaal-culturele mogelijkheden beschreven, waarbij we ook het Age Exchange Reminiscence Centre te Londen een inspiratiebron is geweest. Dit geldt onder andere voor de 'intergenerationele reminiscentie', de 'interculturele reminiscentie', het 'reminiscentietheater' en de toepassing van 'memory-boxen'.