



Onderwijsgroep Professionele Opleidingen  
Studiegebied Sociaal-Agogisch Werk

# De psychodynamische kracht van natuur binnen het gezin

## Natuurbeleving als middel tot het bevorderen van intergenerationele verbondenheid en solidariteit

Bachelorproef aangeboden door  
**Jet De Laet**  
Tot het behalen van de graad van  
**Bachelor in de Gezinswetenschappen**

Promotor: **Adelheid Rigo**

---

Academiejaar 2012 – 2013

Onderwijsgroep Professionele Opleidingen  
Studiegebied Sociaal-Agogisch Werk

**De psychodynamische kracht van  
natuur binnen het gezin**  
Natuurbeleving als middel tot het bevorderen van  
intergenerationele verbondenheid en solidariteit

Bachelorproef aangeboden door  
**Jet De Laet**  
Tot het behalen van de graad van  
**Bachelor in de Gezinswetenschappen**

Promotor: **Adelheid Rigo**



*Opgedragen aan mijn vader, Leo De Laet, stille generatie,  
overleden op 10 februari 2013  
die mij uit eerste hand de natuur heeft laten ervaren  
omdat hij er zelf helemaal met vergroeid was  
wat bij mij heeft geleid tot een levenslang en diepgaand gevoel van  
verbondenheid*

# Samenvatting

Alhoewel de 3-jarige opleiding Gezinswetenschappen me enorm heeft kunnen boeien en mijn visie op mens en maatschappij enorm heeft verruimd, blijf ik toch met een grote honger achter. Het verwondert mij dat het belang van natuur voor het menselijk welzijn in geen enkel vak aan bod komt. Vanuit mijn ervaring als educatieve natuurgids voor kleuters, lagerschoolkinderen en mensen met dementie, ben ik er van overtuigd dat contact met de natuur wel degelijk belang heeft voor de harmonische ontwikkeling van kinderen, volwassenen, de natuur zelf en dus ook voor de samenleving. Er is een samenhang tussen natuurbeleving en gezondheid, welzijn en sociale veiligheid. Vanuit de verbondenheid met natuur, was ik me als klein meisje reeds bewust van de vergankelijkheid van het leven en groeide er van jongs af aan een spontane interesse voor ouderen. Natuur, kinderen en ouderen – ze vormen een rode draad doorheen mijn leven. Eén van de belangrijke maatschappelijke bekommernissen van de laatste jaren is de vergrijzing van onze samenleving. Huidige generaties zullen langer moeten werken om de zorg van ouderen te kunnen financieren. Dit willen zorgen voor elkaar kan enkel groeien vanuit een diepgaand gevoel van solidariteit. Beleidsmakers brengen het thema van de intergenerationele solidariteit onder de aandacht en denken na over toekomstige beleidssporen om de contactarmoede tussen de generaties op te heffen.

Zo groeide het idee om al deze aspecten samen te brengen in een eindwerk. Het was voor mij een ware uitdaging om aan de hand van wetenschappelijke literatuur aan te tonen dat de oeroude band tussen mens en natuur wel degelijk verlichting kan brengen en dat dit haast een vanzelfsprekend gegeven is bij menselijk lijden. Tegelijkertijd ben ik op zoek gegaan naar strategieën om generaties met elkaar te verbinden zodat zij elkaar gaan begrijpen en vanuit dat begrip zorg gaan dragen voor elkaar.

Twee generaties dienden te worden gelinkt en daarom vertrok ik dan ook vanuit twee casussen. Enerzijds is er Johanna, een 75-jarige vrouw die wegens een cerebrovasculair accident (beroerte) sinds drie jaar in rust- en verzorgingstehuis Ten Kerselaere verblijft. Zij is rechtszijdig verlamd en noodgedwongen rolstoelgebruikster. Johanna is volledig afhankelijk van de zorg van anderen. Bovendien is zij door het CVA de laatste maanden licht dementerend. Twee jaar geleden is haar echtgenoot in het rusthuis overleden. Als vrouw van de dorpsbakker en een eigen frituur uitbatend, is Johanna altijd een harde werkster geweest met vele sociale contacten, het ganse dorp kende haar. De twee dochters en kleinkinderen hebben duidelijk een goede band met haar. Toch begrijpen zij niet altijd even goed de persoonlijkheidsveranderingen die hun moeder/grootmoeder ondergaat. Zij reageren vaak verdrietig en gefrustreerd. De laatste maanden huilt Johanna veel en zij sluit zich hoe langer hoe meer op in zichzelf. Het lijkt haar niet meer te lukken haar situatie te aanvaarden. De kinderen herkennen in deze sombere, teruggetrokken vrouw hun goedlachse, nuchter en ruimdenkende moeder niet meer.

En dan heb je Tuur, een jongen van 11 die open en gevoelig in het leven staat. Hij stelt zich veel vragen over de vervuiling van de aarde, over oorlogen, over mensen die honger lijden en ook over zijn grootvader die ziek is en gaat sterven. Tuur volgt les in Triangel, een ervaringsgericht schooltje. Zijn ouders besloten hem vorig jaar van de grote en prestatiegerichte dorpschool naar een meer kindvriendelijk onderwijssysteem te laten overstappen. Tuur voelt zich al lang niet goed in zijn vel, de andere kinderen van de leefgroep ervaren hem als een 'rare' en vaak ook als een 'stoorzender'. Hij neemt amper deel aan groepswork en kan zich niet goed concentreren bij individueel contractwerk in de klas. Tine en Geert de ouders van Tuur zijn nog niet zo lang geleden apart gaan wonen. Na vele jaren van ruzie en onbegrip vonden zij dit uiteindelijk de beste stap. Tine en Geert, gaan elk op een heel andere manier met gevoelens om. Tine heeft veel nood aan communicatie waarin zij haar zorgen kan delen met Geert. Terwijl zijzelf altijd zeer ambitieus is geweest in haar carrière als journaliste, is zij toch thuis gebleven voor de twee kinderen. Vooral omdat Tuur van bij de geboorte een zorgenkind is geweest. Geert verloor al vroeg zijn beide ouders en heeft dit verdriet altijd verdrongen. Hij voelt zich erg verantwoordelijk voor de financiële zorg van het gezin. Als de vader van Tine na een langdurig ziekteproces sterft, gaat de bal aan het rollen. Het echtpaar raakt nog verder van elkaar verwijderd en besluit uit elkaar te gaan. Tuur blijft achter met het gevoel dat zijn mama hem in de steek heeft gelaten en vraagt zich soms af of hij schuld heeft aan dit alles.

Ik stel me de vraag op welke manier we zowel Johanna als Tuur kunnen helpen in hun lijden. Voor mij is het duidelijk dat er bij beide een groot gemis is aan zingeving. Tuur mist bovendien sterke 'wortels' doordat hij al

zolang angst en onzekerheid ervaart in zijn thuissituatie. Johanna die altijd gewend is geweest om zich in te zetten voor de anderen, voelt zich nutteloos en overbodig. Bestaat er een manier om deze twee gekwetste mensen samen te brengen, hen een vonk in het hart te bezorgen zodat zij terug zin en controle over hun leven krijgen? Kunnen ouderen kinderen wortels geven? Kunnen kinderen ouderen uit hun zorgbehoevende rol halen. En welke rol kan natuur hierbij spelen?

Als eerste invalshoek tracht ik het belang van natuurbeleving voor de mens en de natuur zelf in kaart te brengen. Ik vertrek vanuit de beleving van het kind, van Tuur. Veel mensen maken zich zorgen over de mogelijke schadelijke gevolgen van het gebrek aan contact met de natuur in het moderne kinderleven. Kinderen brengen hun tijd achter allerlei schermen door in plaats van op verkenning te gaan en avonturen te beleven in de natuur. Op die manier ontstaat er een gereduceerd beeld van de werkelijkheid bij het kind. Dit gebrek aan contact met de natuur lijkt verband te houden met stoornissen zoals ADHD, overgewicht, stress en depressies. Andersom worden schoolresultaten en creativiteit bevorderd door een gezonde portie natuur. Het is vooral vanuit Nederland dat ik op mijn speurtocht naar wetenschappelijke literatuur, op interessante onderzoeken en rapporten ben gestoten.

Vervolgens bekijk ik het lijden van Johanna en haar omgeving vanuit het verlies van menselijke waardigheid. Ik duid de structuurkenmerken van menselijke waardigheid en gebruik deze vervolgens als hermeneutische bril om de angsten voor het ouder worden in kaart te brengen. Omdat Johanna zo fel in aanraking komt met een aaneenschakeling van verlieservaringen, maak ik in dit hoofdstuk ook een zijsprong naar het belang van rouwrituelen in onze maatschappij. Door de ontkerkelijking en de individualisering van onze samenleving ontstaat er namelijk een grote nood aan andere en meer persoonlijke rituelen in overgangssituaties en bij kleine en grote verlieservaringen.

Uiteindelijk ben ik op zoek gegaan naar hoe jong en oud elkaar kunnen ontmoeten. Hoe kunnen we verbindingen stimuleren tussen bevolkingsgroepen die elkaar nu uit het oog dreigen te verliezen? Dit werd de derde invalshoek. Hoe kunnen we het intergenerationale denken en werken een vaste plek geven in de ontwikkeling van sociale stads- en dorpsvisies? Het samenleven van mensen van verschillende generaties dient systematisch als aandachtspunt te worden meegenomen in politieke en maatschappelijke belangen. Een positieve interactie en toegankelijkheid van openbare ruimtes zijn hierbij twee belangrijke pijlers. Autonomie, sociale cohesie, zelfontplooiing en veiligheid voor alle generaties staan hierbij centraal. Mensen van alle leeftijden moeten elkaar kunnen ontmoeten, leren kennen en aanspreken en samenwerken. Op deze manier kan de verantwoordelijkheid van generaties over elkaar in veel sociale verbanden vorm krijgen.

Vanuit elke invalshoek heb ik een veranderingsstrategie naar voor gebracht. Ik beschrijf een natuureducatieve wandeling voor kinderen van de derde graad, zoals die in het provinciale wandelbos De Averegten al jaren wordt gegeven. Er wordt hierbij rekening gehouden met het ontwikkelingsniveau van kinderen en wat een 'topervaring' betekent bij contact met de natuur. Beleving en leren worden aan elkaar gekoppeld, betrokkenheid is het allerbelangrijkste. Voor het verlichten van verlies van menselijke waardigheid en het bieden van groeikansen bij het ouder worden zoals bij Johanna, breng ik een project naar voor waarbij kleuters op regelmatige basis een rusthuis bezoeken. Beide leeftijdsgroepen vinden hier baat bij. Als laatste breng ik verslag van het intergenerationale project 'Lente en winter in één dag'. Zowel in de lente als in de herfst worden kinderen van de derde graad in contact gebracht met ouderen, soms met dementie. Samen trekken ze naar het bos, de ideale plek om deze sociale interactie te organiseren. Het is een neutrale plek die uitnodigt tot spel, beleving, fantasie en sociale dynamiek. Keer op keer wordt zulke wandeling weer een ontmoeting met een gouden randje. Zowel voor de ouderen als voor de kinderen.

Dit eindwerk heeft ertoe geleid dat ik al de puzzelstukken die ik tijdens mijn leven verzameld heb, tot een mooi geheel heb kunnen samen leggen. Hopelijk heb ik toch een kleine bijdrage kunnen leveren aan de samenleving door het belang van natuurbeleving voor de kleine en grote mens duidelijk te maken. Dat bovendien in een natuurlijke omgeving positieve interacties kunnen ontstaan om ontmoetingen tussen verschillende generaties te stimuleren, is mooi meegenomen. Als generaties elkaar beter leren kennen, ontstaan er nieuwe vormen van samenwerken. Duurzame solidariteit tussen de generaties is van levensbelang voor de sociale cohesie en de ontwikkeling van de samenleving. Intergenerationale solidariteit kan niet alleen door middel van wetgeving worden afgedwongen maar is een levenslang proces waarin mensen met elkaar omgaan vanuit empathie en het leren van elkaar.

# Inhoud

<b>Voorwoord</b>	2
<b>Inleiding</b>	3
<b>Fase I: Probleemstelling vanuit een casus</b>	
Casus Johanna	5
Casus Tuur	6
Veranderingsdoel	7
<b>Fase II: Theoretische analyse</b>	
<b>Hoofdstuk 1: Het belang van natuurbeleving voor mens en natuur</b>	
Inleiding	8
Topervaringen van kinderen met de natuur	8
Biophilia of 'liefde voor het leven'	9
Een omschrijving van natuur	10
Ontwikkelingsstimulansen	10
Piekervaring, flow-ervaring en significant-life-experience	10
Natuurweken (Bos- en zeeklassen)	11
Natuur- en Milieu-educatie (NME)	12
Vormende vorming en biofobia	12
Roeservaringen en intuïtie	14
Visions of Nature	15
Natuurervaringen in de kindertijd	15
Intergenerationele amnesia	16
Spiritualiteit en verwondering	17
Betrokkenheid en ervaringsgericht onderwijs	17
Gedomesticeerde dieren	18
Geïnspireerde leerkrachten	18
Aanbevelingen in verband met natuur- en milieu-educatie	18
Natuur als bondgenoot bij zorgverbreding	19
Enkele initiatieven in Vlaanderen	20
<b>Hoofdstuk 2: Angst voor verlies van menselijke waardigheid bij het ouder worden</b>	
Inleiding	23
Onze kwetsbare lichamelijkeheid	23
De cruciale vraag naar menselijk lijden	24
Gedeelde humaniteit	24
Het verlies van menselijke waardigheid als hermeneutische bril	25
Veranderende (rouw)rituelen in onze samenleving	25
Hoe menswaardig omgaan met de angst van en voor het ouder worden?	30
Het nut van het alleen-zijn	30
Symbolische betekenis van menswaardigheid	31
Conclusie	32

<b>Hoofdstuk 3: Intergenerationele verbondenheid en solidariteit</b>	
Inleiding	34
Wat is een generatie?	34
Wat is (intergenerationele) solidariteit?	36
Intergenerationele contactarmoede	37
Stereotiepe beelden over jong en oud	38
Intragegenerationeel denken	38
Georganiseerde intergenerationele ontmoetingen en sociaal kapitaal	38
Empathie, solidariteit en sociale cohesie als eerste pijler van intergenerationeel lokaal sociaal beleid	40
Economisch, cultureel en sociaal kapitaal	41
Autonomie en toegankelijkheid van de openbare ruimte als tweede pijler van intergenerationeel lokaal sociaal beleid	42
Omgaan met 'andersheid' en maatschappelijke talenten van jong en oud benutten	43
Basisprincipes van de solidaire ontmoeting	43
Voorbeelden van intergenerationele projecten in Vlaanderen en Wallonië	43
<b>Fase III: Veranderingsstrategieën</b>	
Het contextuele gedachtengoed	45
Natuurbeleving als middel tot het bevorderen van verbondenheid	46
Intergenerationele projecten tot het bevorderen van groeikansen in menselijke waardigheid	50
Natuurbeleving als middel tot het bevorderen van intergenerationele verbondenheid en solidariteit	51
<b>Besluit</b>	56
<b>Literatuurlijst</b>	57



# Voorwoord

De verbondenheid van mens met natuur en de daaruit voortvloeiende vergankelijkheid van het leven, vormen zonder twijfel de rode draad doorheen mijn leven. Doordat ik binnen de Gezinswetenschappen op dit vlak een leemte heb ervaren, kon ik moeilijk de uitdaging weerstaan om deze thema's uit te werken in een scriptie. Ik vertrok van uit mijn eigen ervaringen met natuur. Eerst als kind dat opgroeide in een grote uitdagende tuin op het platteland, daarna als geëngageerde ouder op de school van mijn dochters en uiteindelijk als educatieve natuurgids voor kleuters, lagerschoolkinderen en ouderen met dementie.

Heel wat mensen ben ik een woordje van dank verschuldigd. In de eerste plaats mijn gezin: Koen, Joni en Randi, Natje, Ivo, de kleinzonen, Castor en Cezar, mijn moeder en schoonmoeder, dank jullie wel voor het geduld dat jullie met mij hebben gehad de voorbije jaren. Het was voor jullie zeker niet vanzelfsprekend om mij als partner, moeder, 'bobo' en (schoon)dochter te moeten delen met mijn studies. De contradictie was soms erg confronterend en pijnlijk: als Gezinswetenschapper in spé geen tijd vinden voor de mensen die me zo nauw aan het hart liggen. Het huis, de tuin, het huishouden – de natuur heeft de kans gekregen het van mij over te nemen de voorbije 3 jaren. Alles is er wat wilder op geworden en spinnen en andere kleine schepsels hebben een veilig optrekje gevonden in hoeken en kieren. Misschien past dit gegeven dan toch weer in dit eindwerk...

Mijn eindwerkbegeleidster, Adelheid Rigo, voor haar geloof in mijn gekozen thema, het belang van natuur voor de mens. Ik dank haar voor haar geduld bij mijn pogingen om de deadline te halen, nooit was er druk van haar kant, alleen maar geloof en vertrouwen in mijn kunnen. Dat werkte voor een mens als ik het allerbeste.

Voor al mijn vrienden die ik al zolang heb verwaarloosd en toch in mij bleven geloven en me moed inspraken. En ook de bosgidsen Frederik, Sjarel, Josiane, Sandra, Mirella, Noralie, jullie hebben er mee voor gezorgd dat elke boswandeling met peuters, kleuters, kinderen, jongeren met een beperking, ouderen met dementie, jongvolwassenen in opleiding – telkens weer een topverving voor me werd. Als natuurmensen heb ik in jullie mijn zielsgenoten gevonden en met jullie deel ik 'het grote geheim van het magische bosavontuur'. Marie, jij bent mijn wederheft in het intergenerationeel project 'Lente en Winter in één dag'. Ilse, jij bent mijn grote inspirator in het ganse natuurdeducatieve gebeuren. Door jouw creativiteit bezorgen we al zoveel jaren ontelbare kinderen een natuurervaring die ze hopelijk hun verdere leven meedragen.

Maar vooral mijn collega-studenten, voor alle steun, vriendschap, alle kleine attenties die er voor zorgden dat ik niet opgaf ondanks vermoeidheid en twijfel. Zonder jullie was het me niet gelukt.

Jet De Laet  
Juni, 2013

# Inleiding

De opleiding Gezinswetenschappen heeft me de voorbije 3 jaar, zonder enige twijfel, enorm kunnen boeien. Ten volle besef ik dat ik dankzij de verscheidenheid aan docenten en cursussen enorm veel inzichten heb opgedaan in gezin- en partnerrelaties. Wat ervoor heeft gezorgd dat ik zelf een bewustere mens, ouder, partner ben geworden. Ik heb leren kijken vanuit veel verschillende oogpunten, vanuit verschillende visies op de samenleving en met oog voor de visie van anderen. Ik heb leren verstaan waarom ikzelf door een bepaalde bril kijk. Deze opleiding heeft me bewuster in het leven doen staan en me de kans gegeven te kunnen groeien als mens.

Toch heb ik me al die tijd afgevraagd waarom de persoonlijkheidsvormende kracht van natuur binnen deze opleiding nooit aan bod is gekomen. Ik ervoer dit vaak als een blinde vlek binnen de menswetenschappen. Niet binnen de pedagogie, noch binnen de ontwikkelingspsychologie of een ander vak wordt hier aandacht aan besteed. Wat is het belang van contacten met de natuur voor (ontwikkeling van) kinderen? Wat is het belang voor de samenleving en de natuur zelf? Wat is het effect van een groene omgeving op gezondheid, welzijn en sociale veiligheid? Ik gebruik hierbij graag de woorden van Kellert: *'Bij het voorbereiden van een overzicht van wetenschappelijke literatuur over dit onderwerp ontdekte ik al gauw de schaarste aan systematische studies over de betekenis die het contact van kinderen met natuurlijke systemen kan hebben voor de ontwikkeling van hun persoonlijkheid... Je kunt je afvragen of de relatieve afwezigheid van gepubliceerd materiaal over dit onderwerp typerend is voor een samenleving, die zo vervreemd is van zijn natuurlijke oorsprongen, dat de basale afhankelijkheid van onze soort van de natuur als voorwaarde voor de mentale groei en ontwikkeling van mensen niet eens meer herkend wordt.'* (Kellert, in: Kahn/kellert, 2002, p. 118, vertaling KB).

Zelf heb ik als kind het geluk gehad op te groeien in een grote verwilderde tuin op het platteland. Bij het trachten op te roepen van een vroege zintuiglijke 'topervaring', kom ik uit bij het volgende: *'Ik maak, tezamen met mijn zussen, sluiptgangen door het hoge gras. Ik beweeg me op handen en knieën, ik ruik de aarde, hoor en zie kleine kriebeldiertjes, voel de zon op mijn rug, zoek klavertjesvier, voel me ver weg van de (boosaardige, ruziemakende) volwassen wereld en voel me tegelijk toch enorm veilig'*. Deze natuurervaring is in mijn geheugen gegrift. Ik was toen een klein meisje van ongeveer zes, zeven jaar. Het belang van een dergelijke topervaring in de natuur bij een jong kind voor de verdere ontwikkeling is wetenschappelijk onderzocht. Vanuit die verbondenheid met de natuur, ervoer ik onbewust, zelfs als zeer jong kind al, de vergankelijkheid van het leven, de sterfelijkheid als een vanzelfsprekend gegeven. Als jonge tiener zocht ik spontaan oude, eenzame mensen op in het dorp en kon intens genieten van de verhalen die zij mij vertelden en hun 'klankbord' te mogen zijn. Natuur, oude mensen in de laatste fase van hun leven en het sterven op zich, hebben mij altijd nauw aan het hart gelegen.

Dat natuurervaringen belangrijk zijn voor een harmonische ontwikkeling van kinderen is me pas helemaal duidelijk geworden toen mijn twee dochters naar het ervaringsgericht methodeschooltje Dagpauwoog in Koningshooikt gingen. Daar werd veel aandacht besteed aan het welbevinden van de kinderen. Men ging er van uit dat kinderen pas leerstof kunnen opnemen als ze zich goed in hun vel voelen. Men trachtte de leerstof af te stemmen op de beleving- en interessewereld van de kinderen. Een belangrijk thema was 'verbondenheid', verbondenheid met zichzelf, de omgeving en de natuur. Men stelde zich op de theorie dat kinderen vanuit die verbondenheid een verantwoordelijkheids- en solidariteitsgevoel ontwikkelen met betrekking op zichzelf, hun omgeving en de natuur. In die periode startte ik, als geëngageerde ouder op school, een kruidentuin met de kleuters en een moestuin met de lagere schoolkinderen op. Daarna legden we met een aantal ouders en de oudste leerlingen een klein natuureservaat aan met een vijver, wilde bosrand en maaiweide. Ik zag hoe kinderen die uit het traditioneel onderwijs kwamen en zich soms schoolmoe, introvert en onzeker toonden, helemaal opbloeien tot enthousiaste, blijde jonge mensen. Op Dagpauwoog konden naar believen boomhutten worden getimmerd, kampen worden gemaakt, waterdierdjes worden geschepd. Ja, ouders wisten dat de kleren vuil mochten/konden worden gemaakt. Kinderen kregen de mogelijkheid hun eigen grenzen te verkennen tijdens het onbevangen spelen in de natuur.

'Helpt natuur om mentaal uit te rusten? Onderzoek van de afgelopen vijftien jaar bevestigt deze uitspraak. Kinderen met aandachtsproblemen hebben baat bij een groene omgeving in en vooral ook rond de school' (Both, 2007). De Amerikaanse auteur Richard Louv (2007) schreef een boek over de verontrustende

vervreemding van kinderen van de natuur. Hij waagt zelfs het begrip 'nature deficit disorder' te gebruiken als het gaat om de gevolgen van deze vervreemding. Het is verwant met wat orthopedagoog Wim Ter Horst (1978) naar voor bracht. Dialoog, ook met wat wij natuur noemen, is wezenlijk voor mens-zijn. Want als die mens het contact met deze natuur kwijt raakt, raakt hij los van de grondslagen van zijn eigen bestaan. Het gaat om het leren leven in relaties, ook met de natuur. Niet alleen voor kinderen met aandachtsproblemen, maar voor alle kinderen (Both, 2007).

Vanuit die ervaringen ben ik later gevraagd om als natuureducatieve gids in het provinciaal domein De Averegten te komen werken. Sinds 1994 ontvangen we in dit wandelbos schoolklassen uit kleuter- en lager onderwijs. Op jaarbasis komen er ongeveer 400 groepen of 8000 leerlingen op bezoek. In eerste instantie willen we met het natuureducatief aanbod een steentje bijdragen tot de bouw van een duurzame en sociale samenleving waarin natuur verankerd zit. We willen de betrokkenheid van de deelnemers met de natuur stimuleren en sturen. 'De natuur ontdekken en ervaren' staan daarbij centraal. We willen leren en beleven aan elkaar koppelen. In 2006 kwam één van de natuurgidsen met de idee om met een groep ouderen gedurende 6 weken een natuurbelevingsparcours te organiseren. Men reageerde meteen enthousiast. Het doel van deze sessie was vooral om de natuur, het bos, de verhalen die er ontstonden te gebruiken als reminiscentiemiddel. Bij Veldwerk Nederland leenden we de idee om deze sessies een sociale meerwaarde te geven door er kinderen van 11-12 jaar bij te betrekken. In de herfst van 2008 lanceerde men dit idee bij de scholen uit de omgeving. De respons was groot en in een mum van tijd hadden we zes klassen gevonden die graag wilden deelnemen aan het project. Sinds die tijd organiseren we zowel in de lente als in de herfst telkens vijf tot zes sessies met een vaste groep bewoners en telkens een andere derde graad klas. Het bos is de ideale plek om deze sociale interactie te organiseren. Het is een neutrale en rustige plek die uitnodigt tot spel, beleving, fantasie en sociale dynamiek.

Tijdens een studiedag in Ronse in 2012 met als thema 'Natuurbeleving met ouderen en jongeren', georganiseerd door de Volkshogeschool Vlaamse Ardennen-Dender vzw, werd ons gevraagd ons project te komen toelichten. De term 'intergenerationele cohesie' werd daar doorheen deze studiedag door verschillende actoren toegelicht. Die dag begon bij mij het besef te groeien van het bestaan van de intergenerationele contactarmoede in onze samenleving. En dat wij, de natuurgidsen van De Averegten al jaren met een methodiek aan de gang zijn die helpt om contact te leggen tussen ouderen en jongeren. De Koning Boudewijnstichting schrijft in zijn publicatie 'Een samenleving voor alle seizoenen': *"De intergenerationele solidariteit is niet iets wat kan worden opgelegd. Er moet dag na dag aan worden gewerkt"* (De Mets & Vassart, 2008). Op de jaarlijkse grootouderontmoeting van de Grootouders- en Seniorenactie (GOSA) van de Gezinsbond beklemtoont Geertrui Windels (echtgenote van Herman Van Rompuy) het belang van solidariteit tussen de generaties, zowel tussen (groot)ouders en (klein)kinderen als in de samenleving. *"De huidige generaties zullen langer moeten werken dan wij en ze leven ook in een onzekerder en hardere wereld. De steun van warmte en wijze ouderen is daarbij welkom."* Ook in de zorg voor het milieu ziet Windels een taak weggelegd voor ouderen. Want van de milieubelasting in het verleden dragen huidige en toekomstige generaties de gevolgen (Candaele, 2012).

Door de vergrijzing van de samenleving neemt het aandeel ouderen in stijgende lijn toe. Dit zorgt ervoor dat het beleid vanuit verschillende niveaus inzet op de solidariteit tussen de generaties. De Europese beleidsmakers willen het thema van intergenerationele solidariteit onder de aandacht brengen en nadenken over toekomstgerichte beleidssporen die generaties binden en niet scheiden. Zo kwam ik uiteindelijk tot de idee de twee thema's 'Natuurbeleving' en 'Omgaan met ouderen (met dementie)' die mij al van jongs af aan bezighouden en die ik heb kunnen samenbrengen in mijn werk als educatieve natuurgids, uiteindelijk ook te verwerken in dit eindwerk.

Het is voor mij een grote uitdaging om het belang van natuurbeleving voor het welzijn van (kwetsbare) mensen trachten wetenschappelijk te onderbouwen. Vooral omdat ik, zoals eerder vermeld, dit gegeven als een grote leemte ervaar in de Gezinswetenschappen. Natuurbeleving is het voor mij, gezien uit het oogpunt van een hulpverlener, een haast vanzelfsprekend gegeven in een gelukkig mensenleven. Drie grote luiken zullen worden besproken: de positie van het (lijdende) kind in de natuur, de positie van de (lijdende) oudere in de natuur en als laatste, het intergenerationele contact in de natuur.

# Casus Johanna

Ik ga kennismaken met Johanna want na de paasvakantie neem ik haar 6 keer wekelijks mee op een boswandeling, tezamen met een klas kinderen van het 5<sup>de</sup> of 6<sup>de</sup> leerjaar. Ik vind haar in een duister hoekje van de leefruimte, scheef weggezakt in haar rolstoel, haar rechterarm ondersteunt door een kussentje. Het is een grote, stevige vrouw met toch zachte gelaatstrekken en haar 2 stevige ruwe handen vallen me meteen op. Ze is eenvoudig maar verzorgd gekleed. Het is meteen duidelijk dat zij zich wenst af te sluiten van de activiteiten rondom haar. Zij reageert weinig geïnteresseerd op wat ik haar vertel en ze neemt amper oogcontact. Terwijl ik haar aanspreek, raak ik haar 'goede' arm aan. Ik stel me voor en vertel haar mijn plannen. Met een korte knik van het hoofd laat ze me verstaan dat het goed is, dat ze mee naar het bos zal gaan. Er komt geen glimlach op haar gezicht. Ze zegt me nog 'goeiedag': haar stem klinkt luid maar ze is moeilijk te verstaan. Johanna is 75 jaar. Zij verblijft sinds drie jaar op de residentiële zorgafdeling voor personen met dementie van het rust- en verzorgingstehuis Ten Kerselaere. Zij werd toen opgenomen wegens een CVA (Cerebro Vasculair Accident, dit is een beroerte ter hoogte van de hersenen). Johanna is sindsdien rechtzijdig verlamd, noodgedwongen rolstoelgebruiker en door de CVA de laatste maanden licht dementerend. Zij is volledig afhankelijk van de zorg van anderen. Het eerste jaar verbleef ook Jean, haar echtgenoot, in Ten Kerselaere en is daar overleden.

Van het verzorgend personeel verneem ik meer informatie. Jean was de patisseriebakker van het dorp en Johanna baatte naast het vele werk als vrouw van de bakker een frituur uit. Zij heeft haar hele leven hard gewerkt en had vele sociale contacten, het ganse dorp kende haar. Zij hield van fietsen, speelde toneel bij de KVLV (Katholieke Vereniging Landelijke Vrouwen), was foerier op de chirokampen van haar kleinkinderen, engageerde zich jarenlang als vrijwilligster bij ziekenzorg en duwde daar vele rolstoelen tijdens uitstappen. Jean en Johanna hebben in het verleden veel op de kleinkinderen gepast. Het koppel voelde zich goed bij elkaar, ze waren met de jaren met elkaar 'vergroeid'. Het was een plezier voor het personeel om deze twee mensen zorgzaam met elkaar te zien omgaan, het jaar dat ze samen nog in Ten Kerselaere verbleven. Het was bijzonder moeilijk voor Johanna toen Jean stierf. Zij is mist hem nog enorm en ze weent nog veel als ze aan Jean denkt. Johanna komt zelf uit een gezin van 10 kinderen. Haar moeder is jong gestorven en daardoor heeft zij lang voor de jongere broers en zussen gezorgd. Over de vader van Johanna weet men niet veel. Haar twee dochters, Ria en Greet, zorgen goed voor moeder. Zij hebben duidelijk een goede band met haar: er is veel warme, spontane genegenheid, wat wordt geuit door elkaar hartelijk kussen en moeder liefdevol aanspreken. Drie maal per week trachten zij een bezoek te brengen, ondanks hun eigen drukke leven (de ene dochter baat een restaurant uit, de andere een discotheek). Zij ervaren deze bezoeken niet als last, vinden het vanzelfsprekend dat zij op deze manier voor moeder zorgen en vinden er zelfs plezier in haar te ontmoeten. Het is voor hun eigen geluk een noodzaak dit te doen, vertellen ze aan het personeel. Ook de kleinkinderen komen vaak mee op bezoek en tonen hun liefdevolle gevoelens voor grootmoeder. De kamer van Johanna is warm aangekleed met talrijke mooie familiefoto's. De laatste tijd is er stilaan het één en ander aan het veranderen. De familie begrijpt niet altijd even goed de persoonlijkheidsveranderingen die moeder/grootmoeder ondergaat door de CVA. Zij reageren daar soms verdrietig en gefrustreerd op. Het verzorgend personeel tracht hierbij zoveel mogelijk te helpen door de juiste informatie te geven omtrent de dementie die stilaan haar intrede doet en in gang werd gezet door de CVA. De laatste drie maanden huilt Johanna opvallend veel. Zij zegt dat het allemaal niet meer hoeft, dat haar leven geen zin meer heeft. Terwijl zij in het verleden altijd als een nuchter, ruimdenkend, verzorgd persoon naar buiten kwam, iemand die graag lachte ondanks haar sterk veranderde situatie en graag mensen om zich heen had, lijkt zij er nu niet meer in te lukken haar situatie te aanvaarden. Zij toont zich ongeduldig, stelt soms 'kinderlijk' gedrag zoals het taartje van de buur aan tafel trachten te grijpen. De kinderen en kleinkinderen laten duidelijk merken dat zij ongerust zijn. Zij herkennen moeder niet meer als de sterke, goed- gemutste persoon en stellen zich veel vragen. Johanna wil tijdens de dag enkel nog in de verste en donkerste uithoek van de woonkamer van haar afdeling worden gezet in haar rolstoel. Zij weigert de laatste dagen nog deel te nemen aan het gemeenschappelijk zingen (wat haar tot voor kort goedgezind kon maken) en praat hoe langer hoe minder. Als men Johanna aanspreekt, weigert zij oogcontact te maken.

# Casus Tuur

Tuur is 11 jaar. Hij is tenger, klein van stuk en wat opvalt zijn zijn twee grote, ernstige ogen in een gevoelig, zacht gezicht. Hij is duidelijk niet bang van mensen, ook niet van volwassenen en maakt zonder problemen voortdurend oogcontact. Hij is beweeglijk en heeft 'alles gezien'. Hij observeert en denkt na. Dat kan je duidelijk zien. Tuur zit in de laatste leefgroep van freinetschool Triangel. Tot vorig jaar liep Tuur nog school op de katholieke dorpschool. Omdat hij zich echter zo slecht in zijn vel voelde (altijd moe, hoofdpijn en uit op ruzie maken met iedereen die hij op zijn pad tegenkwam) en zijn schoolresultaten ondermaats waren, besloten zijn ouders hem, op aanraden van vrienden, in een 'meer kindvriendelijk onderwijssysteem' in te schrijven. Door prestatiedruk weg te nemen en het kind de kans te geven 'meer zichzelf te kunnen zijn', hopen de ouders nu hun zoon weer opnieuw te zien ontpoppen tot een blijde en nieuwsgierige jongen. De leefgroepbegeleider Hans ervaart Tuur als een gevoelige leerling die gemakkelijk zijn aandacht verliest bij het individuele contractwerk in de klas. Meer dan eens gebeurt het dan dat hij zijn omgeving begint te storen door allerlei dingen te vertellen. De schoolresultaten zijn niet goed en beide ouders zijn al vaak voor een gesprek op school geweest. Tuur heeft het moeilijk met vrienden maken. De anderen vinden Tuur 'een rare'. Bij projectwerk werkt de ganse klas samen rond een bepaald thema en Tuur sluit zich hiervoor af. Ook de andere leerlingen werken liever zonder Tuur in hun groepje. Zij ervaren hem als de 'stoorzender'.

Als Tuur en Hans samen een gesprek hebben, is Hans vaak verbaasd over de onderwerpen die Tuur kan aankaarten. Tuur maakt zich ongerust over de aarde die vervuild geraakt, over oorlogen, over mensen die honger lijden, maar ook over zijn grootvader die nu heel vlug gaat sterven volgens hem en dat zijn 'vake' het zo erg vindt dat hij de deur in de boomhut niet meer zal kunnen timmeren voordat hij zal doodgaan. Maar vooral maakt Tuur zich zorgen over zijn beide ouders die zo vaak ruzie maken. Vaak gaan die ruzies over hem omdat moeder zich zorgen maakt over hem en hulp wil zoeken en vader dan roept 'Tuur is niet gek.'. Is het zijn schuld dat zijn ouders dreigen uit elkaar te gaan? Allemaal vragen in een klein jongenshoofd. Soms komt Tuur fier en enthousiast aandragen met dingen die hij vindt en hem fascineren en wil dit dan aan heel de wereld tonen. Zoals laatst een kei die hij met een hamer doormidden sloeg en binnenin kristallen bleek te bevatten. Achter het huis waar Tuur woont, is een grote weide waar twee paarden staan te grazen, al van zolang Tuur leeft. Tuur ervaart deze grote, trouwe dieren als zijn 'bondgenoten' en vertrouwt ze vaak zijn zorgen en bedenkingen toe. Tuur heeft nog een broer Daan, die twee jaar jonger is. Daan is de tegenpool van Tuur, altijd goedlachs. Daan lijkt zich weinig zorgen te maken, voetbalt en heeft vriendjes met de vleet. Beide broers schieten goed met elkaar op en in de buurt hoort men hen vaak lachend en joelend buiten spelen. Onder invloed van het vrolijke karakter van Daan, lukt het Tuur mee op te gaan in het spelen met elkaar. Tine en Geert, de ouders van Tuur, zijn beide journalist van beroep. Ze waren al wat ouder (39 en 49 jaar) als zij elkaar leerden kennen. Alhoewel zij zichzelf zagen als 'geboren vrijgezellen' en volop van dit leven genoten, liepen zij elkaar tijdens een zakenreis 'tegen het lijf' en het was 'liefde op het eerste zicht'. Zij besloten toch nog hun kinderwens in vervulling te laten gaan en al vlug was Tine zwanger. Tine is van nature een tamelijk angstig en onzeker persoon. Ook tijdens de zwangerschap was zij zeer bang dat er iets verkeerd zou gaan. De geboorte verliep gecompliceerd. De dokters waren bang dat het kindje een zuurstoftekort zou hebben gehad. Ook voor het leven van Tine werd even gevreesd. De eerste maanden bracht men bij Tuur een apparaatje aan om het hartritme te kunnen volgen. Terwijl Tine altijd erg ambitieus was geweest in haar job, kiest zij nu om fulltime voor de kinderen te zorgen en voor een leven als huismoeder. Geleidelijk aan ontwikkelde Tuur zich tot een gezond en levendig kindje en als Daan, de tweede zoon, zonder problemen wordt geboren, neemt de ongerustheid bij Tine wat af. Toch voelt zij zich vaak 'opgesloten' met haar 2 jonge kinderen en mist haar vroegere werk. De vader van Tine maakt ondertussen een langdurig en bijzonder zwaar ziekteproces door en zal niet meer genezen. Tine komt uit een warm nest met 3 zussen en is gewend om gevoelens met elkaar te kunnen delen. Zij wil maar al te graag haar zorgen delen met Geert, maar deze kan moeilijk over emoties praten. Zijn beide ouders zijn overleden als hij nog zeer jong was (vader verhing zich en moeder is kort daarna van verdriet in de dood gevolgd). Hij groeide helemaal alleen als kind op bij zijn reeds hoogbejaarde grootouders. Over al deze gevoelige, moeilijke dingen heeft hij nog niet veel gesproken met Tine. In de afgelopen jaren. Zij heeft de indruk dat haar man deze emoties nooit echt verwerkt heeft. Ondertussen voelt Tine zich niet begrepen door haar echtgenoot. Zij vindt dat zij de huishoudelijke verantwoordelijkheden helemaal alleen moet dragen en dat zij niet erkend wordt in haar verdriet om het ziek zijn van haar vader.

Geert is steeds druk bezet door zijn werk als journalist, hij verblijft vaak in het buitenland. Hij is opgegroeid in de bruisende stad en het rustige leven op het platteland is voor hem niet zo evident. Het huishouden, het onderhoud van de grote tuin, de vrienden uit de stad die hij moet missen, de zorg voor de kleine kinderen – het valt hem allemaal moeilijk. Hij en Tine maken vaak ruzie over de taakverdeling en het rollenpatroon waarin Tine zich gevangen voelt. Geert gaat op zijn beurt gebukt onder het verantwoordelijkheidsgevoel de alleenverdiener te zijn in het gezin. Hij is al niet meer zo jong, terwijl de kinderen nog zo klein zijn. Hij maakt zich zorgen over de toekomst van zijn zonen. Naar Tine toe toont hij weinig begrip voor haar situatie en stelt keer op keer dat zij blij mag zijn al haar tijd te mogen gebruiken voor het grootbrengen van de kinderen. Hij zegt dat zij zich in een luxesituatie bevindt en geen enkele reden heeft om zich te beklagen. Hij heeft vaak kritiek op de manier waarop Tine het huishouden runt, maakt opmerkingen over het eten, de manier waarop zij de kinderen opvoedt... Tuur blijft ondertussen het 'zorgenkind'. Zijn schoolresultaten zijn allesbehalve goed, terwijl beide ouders de droom koesterden van twee 'hoogopgeleide zonen'. Tine heeft al een paar keer professionele hulp gezocht, Geert reageert daarop met 'mijn zoon is niet gek.'. Af en toe laat Tuur weten 'dat hij liever dood zou willen zijn' en 'niet groot wil zijn'. Tine laat zich door vrienden overhalen om Tuur in te schrijven in Triangel, een freinetschooltje in de buurt. Geert geeft uiteindelijk hier in toe. Als de vader van Tine overlijdt, voelt zij dat Geert haar emotioneel compleet in de kou laat staan. De echtelijke ruzies escaleren en het echtpaar besluit uit elkaar te gaan om vooral de kinderen terug wat rust te gunnen. Geert blijft in het echtelijk huis wonen omdat hij vindt dat het huis met 'zijn centen betaald is'. Tine verhuist naar een klein, gerenoveerd huurhuisje in het naburige dorp, dichtbij haar moeder. De kinderen zullen week om week bij één van beide ouders verblijven. Tine vindt werk als directieassistente in een rust- en verzorgingstehuis. De moeilijke omgang tussen Tine en Geert blijft echter bestaan. Als Tuur hierover vertelt aan Hans en als deze vraagt hoe Tuur zich hierbij voelt, antwoordt hij: 'Dat wordt verdrietig zijn...'. Hij zegt dat hij het gevoel heeft dat zijn mama hem in de steek heeft gelaten want zij is weggegaan. Thuis trekt Tuur zich vaak in zijn eentje terug in de boomhut die zijn, ondertussen overleden grootvader voor zijn twee kleinzonen heeft getimmerd. Een boomhut zonder deur...

## Veranderingsdoel

Op welke manier kunnen we zowel Johanna als Tuur helpen? Bij beide is er een grote behoefte aan zingeving. Tuur mist duidelijk stevige 'wortels' om sterk in het leven te kunnen staan. Al zolang ervaart hij in zijn thuissituatie angst en onzekerheid. Door zijn eigen sensitief zijn, voelt hij de angsten van zijn ouders sterk aan en gaat hij zich hiervoor verantwoordelijk voelen. Johanna die altijd zo gewend is geweest om met haar bezige handen zich in te zetten voor de anderen, voelt zich nu nutteloos en overbodig. Zij is hierdoor de zin van haar leven kwijt. Zou het mogelijk zijn, door deze twee gekwetste mensen samen te brengen, terug een vonk in hart te brengen zodat zij terug zin krijgen in en controle over hun leven?

Kunnen ouderen kinderen wortels geven? Kunnen kinderen ouderen uit hun zorgbehoevende rol halen? En in welke omgeving dient deze actie best te gebeuren?

Kortom: kunnen we Johanna en Tuur meer welzijn bezorgen door hen samen te brengen en waarom dan best in een 'natuur'lijke omgeving zoals een bos?

# Hoofdstuk 1: Het belang van natuurbeleving voor mens en natuur

## Inleiding

Het vrij buitenspelen van kinderen in de natuur wordt stilaan bedreigd. Onderzoekers spreken over het 'uitroeien van ervaring' of over 'imprisonment of children'. Het woord 'gevangenis' hier duidt op de fysieke en sociale beperkingen voor vrij buitenspel verbonden met de natuur, tezamen met het verlies aan vrijheid om daarbij je creativiteit te kunnen gebruiken. Samen met het wegvallen van lijfelijke ontmoetingen, zijn ook andere processen die ons verbinden met natuur, zoals de voedselproductie, voor de mens onzichtbaar geworden. Kinderen hebben geen weet meer van de oorsprong van voedsel (Both, 2005). Veel mensen maken zich steeds meer zorgen over de mogelijke schadelijke gevolgen van het gebrek aan contact met natuur in het moderne kinderleven (van den Berg, 2008). In het boek 'Het laatste kind in het bos' van de Amerikaanse schrijver Richard Louv, wordt zelfs gesproken van een 'natuurtekortstoornis' bij kinderen als het gaat om de gevolgen van deze vervreemding. Kinderen brengen hun tijd door achter allerlei schermen in plaats van op verkenning te gaan en avonturen te beleven in de natuur. Op die manier ontstaat een gereduceerd beeld van de werkelijkheid bij het kind. Dit gebrek aan contact met de natuur lijkt tevens verband te houden met stoornissen als ADHD, overgewicht, stress en depressies. Omgekeerd zouden kinderen tot betere schoolprestaties en meer creativiteit komen door een gezonde portie natuur. Ook voor volwassenen zou dit zo zijn. De natuur is dé plaats om onze geest tot rust te laten komen, onze aandacht te herstellen en om ons een deel van een groter geheel te voelen. (Aardewerk, 2013). *We beginnen nu pas door te krijgen met welke hoge sociale kosten het aan kinderen ontzeggen van een leven met de natuur gepaard gaan*' (Deveraux, 1991; Louv, 2005).

Spijtig genoeg levert een zoeken naar wetenschappelijk onderbouwd studiemateriaal en literatuur in verband met de positieve effecten van natuur op het menselijk welzijn, vanuit onze contreien ondermaats resultaat op. Helemaal anders is dit in Nederland en men kan zich hier meteen vragen bij stellen. Op de website 'Natuurvoormensen' (van den Berg, 2008) vindt men een lange lijst van wetenschappelijke onderzoeken naar de relatie tussen natuur en gezondheid in het algemeen en kinderen in het bijzonder. Zo voert van den Berg bijvoorbeeld, in opdracht van het ministerie van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit (nu EL & I), een onderzoek uit naar de voordelen van contact met natuur voor kinderen met ADHD (Alterra, 2012). Dit onderzoek laat zien dat deze kinderen over het algemeen beter functioneren en minder probleemgedrag vertonen in een natuurlijke dan in een stedelijke omgeving. Volgens Paul Shepard (1992) is het contact met een rijk en gevarieerd natuurlijk milieu in alle fasen van het groeiproces van kind naar volwassene, van onschatbaar belang. De opgroeiende mens heeft elk van deze fasen bepaalde ontwikkelingsnoden en – behoeften en verwacht dat deze worden ingevuld door zowel zijn sociale als zijn natuurlijke omgeving. Dieren blijken hierbij een grote rol te spelen. Telkens komt men weer tot de conclusie dat contact met de natuur gunstige effecten heeft op de ontwikkeling en het welzijn van kinderen, maar dat er evengoed nog veel onderzoeken nodig zijn. Ook op Europees niveau is het belang van natuur voor gezondheid doorgedrongen. Onderzoekers uit meer dan 22 Europese landen hebben hun kennis uitgewisseld over de bijdrage van bossen en bomen aan het welzijn en de gezondheid van mensen. In het kader van de Europese Cost Action E39 werden de resultaten gebundeld in het boek 'Forest, Trees and Human Health' (Nilsson, 2011). Het onderzoeksrapport van Alterra (2006) naar 'topervaringen bij kinderen' levert ons een interessante leidraad op die we kunnen volgen om een aantal belangrijke concepten in verband met natuurbeleving bij kinderen en het belang ervan, te duiden.

## Topervaringen van kinderen met de natuur

Alterra is het kennisinstituut voor de groene omgeving. Alterra maakt deel uit van Wageningen University & Research centre en levert expertise op het gebied van de groene ruimte en het duurzaam maatschappelijk gebruik ervan: kennis van water, natuur, biodiversiteit, klimaat, landschap, bos, ecologie, milieu, bodem, landschap, land- en ruimtegebruik, geo-informatie, remote sensing, stedelijk groen, recreatie, enzovoort. Alterra verricht strategisch en toegepast onderzoek ten behoeve van beleid, beheer en ontwerp van groene ruimte op lokale, nationale en internationale schaal. Enerzijds gaat het hier om vernieuwend, interdisciplinair en interactief onderzoek van complexe problemen in de sfeer van de groene ruimte, anderzijds levert Alterra kant en klaar toepasbare kennis en expertise om praktijkproblemen snel en adequaat op te lossen. Om

onderzoek goed te kunnen uitvoeren beschikt men over zowel een brede expertise als een scala aan faciliteiten zoals laboratoria, databases en DNA-technieken (Verboom en de Vries, 2006). Op 4 september 2006 komt bij Alterra een helpdeskvraag binnen vanuit de overheid. Men werkt aan het programma 'Jeugd, Natuur en Gezondheid', mede ondersteund door een tiental natuur- en milieuorganisaties die samen een 'mission-statement' aan de politiek hebben voorgelegd, namelijk 'Ieder kind zou voor zijn of haar 12<sup>de</sup> jaar een 'topervaring' in de natuur moeten hebben gehad'. Kinderen raken namelijk hoe langer hoe meer vervreemd van de natuur, dat heeft gevolgen voor hun geestelijk en lichamelijk welzijn maar ook voor het toekomstig draagvlak voor natuur. Men heeft hierbij volgende hypothese 'onder de arm genomen': *'Een beklivende ervaring in de kindertijd in of met de natuur kan ertoe bijdragen dat een mens zich, als hij volwassen is, verbonden en verantwoordelijk gaat voelen met en voor die natuur'* (Van den Born en Both, 2006). Men vraagt Alterra te willen onderzoeken welke natuurervaringen bij jongeren bekliven. Zes verschillende experts met verschillende achtergronden, van wetenschap tot praktijkervaring, schrijven een antwoord neer, waardoor een goed beeld ontstaat van de kennis over topervaringen in de natuur in binnen- en buitenland.

## Biophilia of 'liefde voor het leven'

Biophilia is een fundamenteel begrip. Het is de hypothese dat de natuur mensen nooit onverschillig laat. Zo hebben mensen oerangsten, zoals voor spinnen en slangen en ook oersympathieën voor bepaalde niet-bedreigende diersoorten, bloemen en ook voor bepaalde landschappen. Volgens biologen zoals Kellert (1996) ligt de oorsprong hiervan in onze lange evolutionaire geschiedenis waarbij deze gedragingen een functionele betekenis hadden. Ze liggen vast in onze genen en zijn nog altijd min of meer werkzaam. Het is een *'relatief zwakke erfelijke neiging, die wel gevoed moet worden'*. Mensen voelen zich geestelijk en lichamelijk gezonder (Both, 2005). Directe bewijzen voor deze hypothese zijn er niet maar bepaalde voorbeelden maken het wel aannemelijk. Mensen hebben bijvoorbeeld een grote voorkeur voor savanneachtige landschappen waarbij men dekking in de rug ervaart en goed kan rondkijken. Kinderen vanaf vijf jaar houden van uitkijkposten en schuilplaatsen zonder zelf te worden gezien. Bij bevraging van 3 tot 5-jarigen naar hun dromen, meldt gemiddeld 38 procent dat zij over dieren hebben gedroomd, meer dan over mensen of andere dingen. Als 5 tot 12-jaren vrij mogen kiezen tussen een speelterrein met toestellen of 'wilde landjes' dan kiest de grote meerderheid voor het laatste. Zelfs de kinderen die hiermee weinig ervaring hebben en bijvoorbeeld in dichtbebouwde wijken wonen (Both, 2005). We kunnen stellen dat we als cultuurmensen toch deel uitmaken van de natuur en dit ook altijd zullen blijven. Natuur is dus meer dan enkel planten en dieren. Door haar spontane, oorspronkelijke, zelforganiserende, wilde en onvoorspelbare kwaliteiten, is natuur nooit helemaal afwezig, zelfs niet in de verstedelijkte gebieden.

De Belgische filosoof Yannick Joye (2007) onderbouwt het evolutionairgenetische karakter van onze voorliefde voor natuur verder aan de hand van cognitieve en neurologische modellen. Hij bespreekt recente inzichten uit hersenonderzoek die er op wijzen dat onze hersenen aparte, gespecialiseerde modules bevatten voor de verwerking van natuurlijke en niet-natuurlijke stimuli. Joye concludeert hieruit dat mensen er voor gemaakt zijn om in en met de natuur te leven en als ze hiervoor te weinig kansen krijgen, heeft dit een negatief effect op hun welzijn als op het draagvlak voor natuur. Hij spreekt van *'devolutie van biofilie'* waarmee hij een vicieuze cirkel bedoelt *'van minder natuur, minder contact met de natuur, minder mogelijkheden om liefde voor natuur in praktijk te brengen en daardoor minder draagvlak voor de bescherming van natuur'* (van den Berg, 2007).

Aan de hand van deze opvatting over 'biophilia' kunnen een aantal natuurwaarden worden beschreven die zich bij kinderen kunnen ontwikkelen:

*Uitdagende natuur*: er met je hele lijf 'tegenaan gaan'.

*Esthetische natuur*: de zintuiglijke aantrekkingskracht van de natuur, geraakt worden door schoonheid, genieten, spelen, verbeelden en vorm geven.

*Intrigerende natuur*: daagt uit tot ontdekken en onderzoeken, waarover je meer wilt weten en die je wil begrijpen.

*Existentiële natuur*: emotionele verbondenheid, intimiteit, troost, vriendschap, geven en ontvangen, vertrouwen, ervaren van transcendentie (spiritualiteit), beschouwen, de rol van de natuur in de menselijke relaties (Kellert, 1996, Margadant-Van Arcken, 1990)



## Een omschrijving van natuur

Natuur is niet een concept dat door mensen is bedacht. In het grote geheel gaat het hier over de aarde die ons draagt en voedt, de verscheidenheid aan planten en dieren in hun samenhang, de elementen zoals bodem, atmosfeer, water en vuur, de seizoenen en ook dag en nacht met hun steeds weerkerende ritmes, de maancyclus, de sterren, de gang van de zon en ook de ritmes van onze eigen lichaam (Both, 2005).

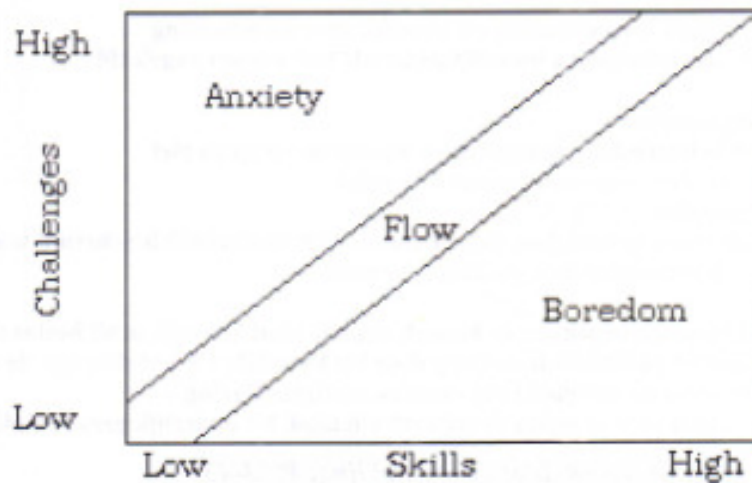
## Ontwikkelingsstimulansen

Both (2005) noemt een aantal bijdragen die het vrije spel en gerichte leeractiviteiten in een natuurlijke omgeving kunnen leveren aan de ontwikkeling van kinderen. Hij voegt hier meteen aan toe dat er op dit punt nog veel meer te onderzoeken en te vertellen valt. Een allereerste aspect is de ontwikkeling van de creativiteit. Mensen die beroepsmatig creatief bezig zijn, leggen verband met jeugdervaringen met natuur. De wereld waarin we leven bestaat voor een groot deel uit symbolen en metaforen. Als deze gevoed kan worden door onze zintuiglijke ervaringen met natuur, ontstaat er een verbondenheid met de 'meer dan menselijke wereld'. Enkel met schoolkinderen liedjes zingen over dieren en natuur, maakt nog niet dat kinderen 'leven met de natuur'.

Ten tweede leren kinderen in het vrij spelen in de natuur omgaan met risico's. Verhoudingsgewijs wordt hun motoriek sterk gestimuleerd. In Scandinavië is men sterk begaan met de gezondheidseffecten op kinderen en ziet men hier een argument om kinderen, ook tijdens de schooltijd, veel te laten buiten spelen. Door verbinding te maken met een groene speelplek die je voldoende bekend is maar toch altijd weer nieuwe uitdagingen levert, kan het kind tot identiteitsontwikkeling komen. Naast de ontwikkeling van het zelf, kunnen dergelijke plekken veel kansen bieden voor de sociale ontwikkeling: kinderen creëren en organiseren 'geheime plekken', terreinspelen, ontmoetingsplaatsen. In Engeland stelde men vast dat er minder agressie bestaat op schoolterreinen die werden heringericht en waar er meer plekken zijn voor kleine groepen kinderen met verschillende bewegingsbehoeften ([www.learningtroughlandscapes](http://www.learningtroughlandscapes), 2013). Wat betreft de intellectuele ontwikkeling, gaat het hier vooral over aspecten zoals exploratiedrang, flexibel denken, taalontwikkeling, onafhankelijk denken en het verzamelen van gegevens met behulp van alle zintuigen. Het is vanzelfsprekend dat kinderen zelfs in hun vrije spel veel kennis en inzicht opdoen in verband met natuur. Het verzamelen en gebruiken van de natuur in de directe omgeving, zoals vruchten, zaden, bloemen, hout, draagt zondermeer bij aan de kennis van kinderen van planten en dieren in de eigen omgeving (biodiversiteit). Door een voortdurend en gevarieerd contact met relatief natuurlijke setting en processen worden de emotionele, intellectuele, sociale en waardeontwikkeling én de verbeeldingskracht van kinderen sterk gestimuleerd.

## Piekervaring, flow-ervaring en significant-life-experience

Prof. Dr C.S.A. (Kris) van Koppen is bijzonder hoogleraar Natuur- en Milieueducatie aan de Universiteit Utrecht en docent milieubeleid aan Wageningen Universiteit. In zijn inaugurele rede in 2005 pleitte hij vurig voor behoud van braakliggende landjes en rommelhoekjes in de stad. Hij beschrijft drie concepten uit de literatuur die het dichtst bij het begrip 'topervaring' komen. Dit zijn: piekervaring (peak experience), flow-ervaring en 'significant life experience'. Men kan het begrip 'piekervaring' koppelen aan het werk van Maslow (1970). Een piekervaring speelt zich af op het hoogste niveau van de behoeftehiërarchie, het niveau van 'self-actualization' of zelfs 'self-transcendence'. Een piekervaring veronderstelt een zekere rijpheid van de persoonlijkheid en wordt gekenmerkt door ervaringen als eerlijkheid, goedheid, schoonheid en eenheid. Daarom is een piekervaring als beleving minder toepasbaar op kinderen en is er, volgens Van Koppen, niets bekend over onderzoek naar piekervaringen bij kinderen in een context van natuureducatie. Een enigszins verwant concept is dat van 'flow', gebaseerd op het werk van Csikszentmihalyi (1990). Waar het om draait bij flow is het vinden van een juiste balans tussen verveling (boredom) en te grote gespannenheid (anxiety) terwijl men de activiteiten uitvoert. Hoe meer een persoon, ruim gezien, vaardigheden (skills) zal ontwikkelen voor deze activiteit, hoe meer deze balans zal verschuiven (figuur 1). Wat belangrijk is bij het bereiken van flow is de afwezigheid van storende prikkels. Ook kinderen kunnen flow bereiken en in de juiste omstandigheden verloopt dit bij hen zelfs als vanzelf. De invloed van een piekervaring op iemand kan erg lang nawerken terwijl een flowervaring eerder een verrijking is van het leven en bijzonder motiverend kan zijn (Van Koppen, 2006).



Figuur 1. De flowervaring tussen 'boredom' en 'anxiety'. Bron:Csikszentmihalyi, Mihaly (1990). Flow: The Psychology of Optimal Experience. New York: Harper and Row.

Beide concepten zijn bijzonder goed toepasbaar op natuurervaringen. Maar om redenen hierboven genoemd, leent geen van beide concepten zich onmiddellijk voor de uitwerking van het begrip 'topervaring' bij kinderen. Toch loont het de moeite om enkele elementen mee te nemen bij de verdere uitwerking van wat zo'n topervaring kan zijn, zoals de ervaring van verbondenheid van persoon en omgeving, in dit geval natuurlijke omgeving. Ook dat dergelijke ervaring een intrinsiek motiverend en verrijkend karakter heeft. En als laatste, de condities zijn niet voor alle kinderen hetzelfde. Het ervaren van het topervaring hangt onder andere af van hun 'skills' en hun perceptie van 'challenge' (beide in brede zin) (Van Koppen, 2006).

Het begrip Significant Life Experiences (SLEs) kadert, in tegenstelling tot de twee vorige begrippen, in een meer toepasselijke context. In verband met environmental education (EE) zijn in de VS en ook daarbuiten verschillende studies verricht waarin men aan de hand van herinneringen tracht te achterhalen welke jeugdervaringen een doorslaggevende invloed hebben gehad op de latere omgang van volwassenen met en inzet voor natuur (Chawla, 2001). In veel gevallen ging het om volwassenen die actief waren als milieuactivist of natuureducator. Eén van de kritieken op SLE-onderzoek is dat wat later wordt herinnerd niet altijd de belangrijkste ervaring in een mensenleven hoeft te zijn. Louis Chawla (2001) beantwoordt deze kritiek door erop te wijzen dat een reeks van ervaringen zich in de herinnering kan verdichten tot één of enkele gebeurtenissen, die op zich niet doorslaggevend zijn. Zij wijst erop dat 'significant' niet betekent dat het moet gaan om een extreme of uitzonderlijke ervaring. Ook 'trivial life experiences' kunnen significant zijn (Chawla, 2001).

Ondanks de kritieken op SLE-onderzoek biedt dit begrip toch duidelijk meer aanknopingspunten voor de uitwerking van 'topervaring' dan piekervaring en flow. Uit de resultaten komt naar voor dat SLEs vooral tot stand komen in 'outdoor' natuurervaringen. Met name waar deze, zoals Chawla aangeeft, op een of andere wijze verbonden kunnen worden met ervaring van natuur in de dagelijkse leefwereld, met de rollen van ouders, en met de gemeenschap (Verboom en de Vries, 2006).

## Natuurwerkweken (Bos- en zeeklassen)

Henk van Blitterswijk (2006) begeleidt al gedurende tien jaar natuurwerkweken. Leerkrachten en leerlingen ervaren een natuurwerkweek zondermeer als een echte topervaring die door de kinderen nooit meer vergeten wordt. Ex-leerlingen die al jaren van school zijn kunnen nog steeds erg enthousiast worden als deze werkweek ter sprake komt. Voor kinderen die uit de stad komen is het een 'echte deuropener' en leren totaal anders naar hun omgeving te zien. Het is belangrijk meerdere dagen weg te zijn, pas dan ervaar je dat het goed mogelijk is even niet te kunnen kiezen voor televisie of computer. Kinderen komen terecht in een omgeving die duidelijk anders is, leuk, spannend en uitdagend maar tegelijk voldoende veiligheid biedt. Achter het 'groen' schuilt een hele wereld aan planten en dieren, het bos wordt een levensgemeenschap waarin je

spannende en leuke dingen ervaart. Men beleeft dag en nacht, licht en donker veel intenser. De geluiden van het bos worden eens niet door verkeersgeluiden overstemt. Het zien van een sterrenhemel, vaak voor de eerste keer, maakt dat donker ook als mooi kan worden ervaren, dat je niet bang hoeft te zijn. Het overwinnen van je angst is erg grensverleggend.

Kinderen doen tijdens een natuurwerkweek dingen die totaal anders zijn dan op school. Ze maken een voettocht van 10 kilometer of fietsen wel 35 kilometer tegen de wind in, door hagel, regen of wind. Best vermoeiend allemaal maar nadien zijn ze wel verschrikkelijk trots op zichzelf – ook dit is grensverleggend. Doordat alle zintuigen worden aangesproken: kijken, voelen, ruiken en proeven – doen leerlingen enorm veel indrukken op. Ze komen letterlijk van ‘grijpen’ naar ‘begrijpen’. Het enige materiaal dat je daar voor nodig hebt zijn je neus, oren en ogen – én volwassenen die deze ervaringen aanreiken en rekening houden met het niveau waarop de belevingswereld van de kinderen zich afspeelt. In het bos mag je hutten bouwen en daar maken bijna alle kinderen enthousiast gebruik van. Bijna instinctief bouwen ze allemaal vergelijkbare hutten, prehistorische onderkomens (Van Blitterswijk, 2006). Een leraar vertelt dat hij kinderen die in het gewone onderwijs niet goed tot hun recht komen, tijdens zo’n natuurweek helemaal ziet opbloeien doordat hun interesses in de wereld, in de natuur op een andere manier worden aangesproken. Het lijkt alsof er ‘een verloren deel het kind weer wordt terug gevonden’. De vraag ‘wie ben ik?’ wordt dan door zo’n kind anders ingevuld. Vaak willen ze niet meer stoppen met slootje springen, stenen zoeken, uilenballen uitpluizen, zoeken naar vogels, waterdieren, enzovoort. Er is weer de interesse in hun directe omgeving, die ze als kleuter zo sterk hadden en in sommige gevallen geraken ze die nooit meer kwijt en zal dit hun verdere keuzes in het leven bepalen.

## **Milieu- en Natuureducatie (NME)**

In 2004 onderzocht Velwerk Nederland samen met de universiteiten van Wageningen en Utrecht het langetermijneffect van natuur- en milieueducatie (NME) in het basisonderwijs waarbij 725 leerlingen werden bevestigd in een telefonische enquête. Uit het onderzoek blijkt dat er een significant positief verband is tussen NME op school en kennis, houding en gedrag ten aanzien van natuur en milieu. Vooral activiteiten waarbij ‘hoofd, hart en handen’ in samenhang centraal staan, zouden erg belangrijk zijn voor langetermijneffecten op kennis, houding en gedrag. Als deze educatie wordt gebracht door een enthousiaste, bezield leerkracht, wordt de invloed nog groter. Verschillende onderzoeken wijzen erop dat natuuractiviteiten die enige dagen duren en op een andere locatie plaatsvinden, beklijven. Dit wordt bevestigd door ervaringen in Duitsland. Daar moesten kinderen na de 2<sup>e</sup> wereldoorlog meehelpen met herplanten van bomen. Ze verbleven twee weken in Jugendwaldheime, werkten halve dagen en kregen de andere helft onderwijs. Jaren later, toen de herplantplicht al lang voorbij was, bleken deze mensen een veel groter bewustzijn en respect voor alles wat groeide en bloeide te hebben dan degenen die het niet hadden meegemaakt (Ref Schutzgemeinschaft Deutscher Wald). Het leren in en van de natuur onder leiding van boswachters bleek zeer indringend.

## **Vormende vorming en biofobia**

Dr A.E. (Agnes) van den Berg is als docent en onderzoeker omgevingspsychologie werkzaam bij Wageningen Universiteit en Research Center. Zij heeft een groot aantal publicaties over natuur en gezondheid en angst voor natuur op haar naam staan. Veel volwassenen die zich zelf zonder moeite veel natuurervaringen vanuit hun jeugd kunnen herinneren, vragen zich bezorgd af of kinderen in deze tijd nog wel voldoende activiteiten in de natuur kunnen meemaken, zoals kikkervisjes vangen, vloten bouwen of door het hoge gras sluipen en kampen bouwen. De grachten werden dichtgemaakt, braakliggende terreinen werden volgebouwen en geen enkel kind heeft nog grootouders die op een boerderij wonen (Van den Berg, 2006). Van den Berg (2004) brengt twee soorten ervaringen naar voor die als ‘topervaring’ kunnen worden gezien. Het eerste soort ervaring zou je kunnen omschrijven als een ‘vormende ervaring’. Het gaat hierbij om ervaringen waarvan mensen zeggen dat ze erdoor zijn veranderd en dat ze erna nooit meer dezelfde zijn geweest. Het tweede soort ervaring kan worden omschreven als ‘roeservaring’. Dit zijn ervaringen waarvan mensen achteraf zeggen dat ze op dat moment ‘simpelweg gelukkig waren’, dat ze het gevoel hadden helemaal zichzelf te zijn.

De eerste ervaring, de vormende ervaring, komt tot stand door het overwinnen van negatief affect (angst). Bij de tweede ervaring, de roeservaring, speelt negatief affect geen enkele rol maar gaat het uitsluitend over een toename van positief affect. In 2004 deed Van den Berg onderzoek naar angst voor natuur, tot dan toe was er nog maar weinig onderzoek naar dat onderwerp gedaan. Zij trachtte aanvankelijk een inventarisatie te maken van angstige ervaringen van mensen in de natuur. Mensen stuurden haar, tot haar grote verbazing, prachtige verhalen toe waarin zij bijna allemaal spraken van zeer intense natuurervaringen die op hen een diepe indruk hadden gemaakt en hun leven hadden veranderd. Toen beseftte zij voor het eerst het belang van angst en dat

dit wel eens de sleutel zou kunnen zijn voor topervaringen in de natuur. Deze gedachte vindt men al terug in het werk van verlichtingsfilosofen als Edmund Burke (1757) en Immanuel Kant (1797). Burke beschrijft in zijn bekende werk 'A Philosophical Enquiry into the origin of our Ideas of the Sublime and Beautiful' ondermeer confrontaties met slangen en oceanen als voorbeeld van ervaringen waarmee doodsangst kan gepaard gaan en die daardoor als subliem worden ervaren. Ook voor Kant zijn topervaringen meestal natuurexperiences. Dat de mens zijn angst kan bedwingen door de overheersende natuur te esthetiseren, betekent voor hem de absolute bevrijding van de mens (Verboom & De Vries, 2006).

De moderne (neuro)psychologie leert ons dat het overwinnen van angst (negatief affect) van groot belang is voor de ontwikkeling van het zelf. Volgens recente inzichten (Kuhl, 2000) onderdrukken negatieve emoties de invloed van bestaande kennis en schema's op de waarneming. Bij het ervaren van acute angst, wordt men als het ware even 'wakker geschud' en ervaart men onzekerheid. Nieuwe ervaringen en ideeën die tot dan geen deel uitmaakten van bestaande opvattingen en schema's krijgen op dat moment een kans om binnen te komen. Als het kind (of de volwassene) er vervolgens in slaagt om zijn angst te overwinnen en terug te keren tot zichzelf, kan de nieuwe ervaring worden geïntegreerd in het zelf, wat kan leiden tot een verrijking en uitbreiding van de bestaande persoonlijkheidsstructuur. (van den Berg, 2004). Omdat moderne mensen nog steeds een diepgewortelde oerangst voor de natuur met zich meedragen, is de natuur bijzonder geschikt voor het opdoen van vormende ervaringen. Dit fenomeen wordt ook wel aangeduid met de term 'biofobia'. Bij onderzoek naar biofobia stelde men vast dat natuurlijke objecten en situaties die tijdens de ontstaansgeschiedenis van de mens een bedreiging vormden voor het overleven van de soort, zoals slangen en spinnen, sneller angst doen ontstaan bij mensen dan neutrale stimuli zoals bloemen of steentjes (Öhman & Mineka, 2001). De natuur roept dus, sneller dan andere soorten omgevingen en stimuli, angst in mensen op. Doordat in de meeste Westerse landen de natuur in die mate is 'getemd', is de angst voor de natuur groter dan het reële gevaar. Dit is een zeer belangrijk gegeven omdat zo de angst gemakkelijk kan worden overwonnen, de kans op een traumatische ervaring wordt ugesloten en een topervaring kan ontstaan. Van den Berg (2004) onderscheidt vier typische vormende ervaringen: *Onverwachte confrontaties met enge of dode dieren*; denk bijvoorbeeld aan lijfelijk contact met insecten en spinnen, stiekem onder het hek van een weiland doorkruipen en dan achterna gezeten door jonge stieren, bijna gebeten worden door een gans terwijl je ze brood geeft, toekijken terwijl je opa een kip slacht. *Confrontaties met de hevigheid van natuurkrachten*; meestal gaat het om ervaringen op of nabij het water waarin kinderen onverwachts worden geconfronteerd met de hevigheid van natuurkrachten, denk bijvoorbeeld aan het overzwemmen van een rivier waarbij je vriendje bijna wordt meegezogen door de stroming of stiekem in een roeibootje gaan varen en dan overvallen worden door onweer en storm. *Verdwalen in het bos*; dit maakt de meeste indruk wanneer het al begint te schemeren en de weg naar huis nog steeds niet is gevonden. *Confrontaties met de overweldigende grootsheid van de natuur*; meestal gaat het om situaties waarin kinderen in hun eentje plotseling beseffen hoe groot en onbegrijpelijk de natuur is? Het volgende verhaal geeft hier een treffend voorbeeld van: "Ik was denk ik een jaar of 10-12, toen ik een keer naar het bos ontglipt was. Het mocht eigenlijk niet van mijn moeder, want ze vond het gevaarlijk voor een kind alleen, en zij was bijna altijd thuis, dus het lukte niet erg vaak. Ik was naar mijn favoriete plekje gegaan, een beuk en een spar op een heuveltje, midden in het bos, niet ver van een klein pad, maar onzichtbaar daarvandaan. Ik lag op mijn rug en keek naar de boomtoppen. Ik werd mij bewust van de stilte om mij heen, die eigenlijk geen stilte was maar een toenemend ruisen van de bomen, en dan natuurlijk niet zomaar een boom, zoals in je tuin, maar alle bomen van het bos tezamen. Het hele bos was aan het ruisen en het bruiste om me heen, het was machtig, maar ik werd ook bang en begon me af te vragen of het bos mij als een indringer beschouwde. Aan de andere kant vond ik het prachtig en indrukwekkend. Na een tijdje hield ik het niet meer uit en stond op. Lang ben ik toen niet meer gebleven. (...) Voor mij is dit een sleutelbeleving geweest in mijn natuurbeleving, een soort oerervaring, in intensiteit vergelijkbaar met een spannende, halfenge droom (van den Bergh, Alterra-rapport, p. 34).

Hoe kan men bij kinderen vormende situaties stimuleren? Een belangrijk kenmerk van vormende ervaringen is dat ze onverwachts zijn. Vanuit het niets vermoeden, wordt men plots geconfronteerd met zijn eigen natuurangst. Volwassenen hebben de mogelijkheid om kinderen in dergelijke situatie te brengen. Zo kan men met kinderen tijdens een boswandeling op zoek gaan naar 'enge' dieren zoals de bodemdiertjes onder de bladeren. Een wandeling door de gietende regen confronteert kinderen dan weer met de hevigheid van de natuur. Droppings zijn hét middel om een spannend verdwaalavontuur in het bos mee te maken. Door kinderen een stukje onbekende bosweg 'solo' te laten afleggen, laat je hen aan den lijve kennismaken met de grootsheid van de natuur. Bij dergelijke geënsceeneerde confrontaties met de dreigende kanten van natuur is het belangrijk dat er voldoende rustmomenten voor het kind zijn ingebouwd. De vormende ervaring ontstaat op het moment dat het kind weer tot zichzelf kan komen en zijn angst weet te overwinnen. Er moet hiervoor voldoende tijd worden uitgetrokken om de kinderen de kans te geven hun gevoelens en ervaringen in de groep

met elkaar te delen. Het laten neerschrijven in het dagboek of het maken van een tekening kunnen ook de zelfexpressie bevorderen (van den Berg, 2004).

Verder moet het kind voldoende de gelegenheid krijgen om zonder toezicht van volwassenen, al dan niet samen met vriendjes, tijd door te brengen in de natuur. Autonomie kan worden gezien als één van de belangrijkste randvoorwaarden om kinderen in de gelegenheid te brengen een vormende natuurervaring mee te maken. Groene speelterreinen in de directe leefomgeving waar kinderen zelfstandig kunnen spelen zijn hiertoe het allerbelangrijkste middel. Een 'angstige natuurervaring' kan ook een alledaagse situatie zijn die niet goed werd ingeschat en uitdraait op een gevaarlijke onderneming, zoals het oversteken van een beekje en waarbij men in het water terecht komt. Van den Berg (2004) duidt op enerzijds de stuwende kracht van biofobia achter vormende ervaringen bij kinderen. Maar omdat ouders de sterke behoefte voelen hun kind te beschermen tegen de gevaren van de natuur, is het anderzijds hun biofobia die kinderen belemmert om vormende ervaringen op te doen. Een typerend beeld is dat van een kind dat op het punt staat een dode, halfvergane vogel op te pakken maar door moeder met de uitroep "bah, vies, blijf af" wordt tegengehouden en zo wellicht een vormende ervaring misloopt (Van den Berg, 2004). Ook leerkrachten vertonen vaak tot deze beschermende reacties tegenover de kinderen tijdens een uitstap in de natuur. Veel kinderen zijn niet meer gewend hun handen en kleding vuil te maken, natte bladeren op te rapen, met bemoste stokken aan de gang te zijn en door de modder te rennen.

Los van deze overdreven natuurangsten bij ouders en leerkrachten is uiteraard veiligheid een belangrijk aspect bij het stimuleren van vormende ervaringen. Juist de aanwezigheid van reëel gevaar maakt een angstige natuurervaring tot een vormende ervaring. Dat betekent dus ook dat de kans bestaat dat er letsel of schade optreedt. Door het goed afstemmen van de activiteiten op de leeftijd van het kind, kan men risico's beperken. Het is aan ouders en samenleving om te bepalen in hoeverre dergelijke risico's aanvaardbaar zijn en opwegen tegen de positieve gevolgen van vormende natuurervaringen (Van den Berg, 2004).

## Roeservaringen en intuïtie

Als iemand helemaal in beslag wordt genomen door zijn of haar activiteiten, verkeert deze persoon in een mentale toestand die men als 'flow' benoemt. Men barst op dat moment van energie, ervaart zichzelf als 'succesvol' en er is een sterke betrokkenheid bij wat men op dat moment doet. Een vervorming van de tijdswaarneming is hierbij kenmerkend (Szikszentmihaly, 1990). Een roeservaring is hierop geïnspireerd. Volgens Van den Berg (2004) zouden roeservaringen een minder blijvende indruk achterlaten dan vormende ervaringen. Dit komt omdat roeservaringen niet leiden tot een verrijking van het zelf, zoals bij vormende ervaringen maar eerder tot een bevestiging van het zelf. Doordag er bij roeservaringen veel minder sprake is van aanwezigheid van 'gevaar', vinden ouders en leerkrachten hierin een goed alternatief voor de vormende ervaringen. Wanneer iemand bij het uitvoeren van een moeilijke taak zijn verstand, gevoel en lichaam (hoofd, hart en handen) laat samenwerken ontstaat er volgens de inzichten van Baumann & Scheffer (2006) een roeservaring. In vakjargon spreken we dan van 'een koppeling van intentionele, intuïtieve en motorische gedragsreguleringsystemen'. Eenvoudig gezegd: iemand durft te vertrouwen op zijn intuïtie bij het uitvoeren van een moeilijke taak waarbij concentratie en inspanning nodig zijn. Hierdoor wordt het voor de persoon gemakkelijker om deze taak motorisch uit te voeren.

Natuurlijke omgevingen dagen door hun variatie aan vormen en materialen meer uit tot het leveren van motorische prestaties dan niet-natuurlijke omgevingen. Dit is de reden waarom roeservaringen volgens de Theorie van Affordances (Gibson, 1979) hier relatief meer voorkomen dan in niet-natuurlijke omgevingen. Kinderen (en ook veel volwassenen) kijken niet naar een park of tuin in termen van de vormkenmerken, bomen, struiken, bloemen, grasveld, hoogteverschillen en waterpartijen. Kinderen denken in termen van 'wat kan ik hier doen'. In de omgevingspsychologie noemt men dit 'affordances', of 'uitdaging en aanbod' (Both, 2005). Affordances kan men zien als een product dat bij de gebruiker een bepaalde handeling uitlokt. Een stoel wordt gebruikt om op te zitten en een pen om mee te schrijven. In de psychologie wordt deze actie tussen object en mens aangeduid met het begrip 'affordance' (Gibson, 1979; Norman, 1988). Both (2002, 2003) spreekt over de 'stille taal' van de ruimte. De vormgeving van een ruimte heeft invloed op ons voelen, ons denken, ons waarden, onze kijk op onszelf en onze wereld. Ons levensverhaal speelt zich af in ruimtes en mensen kunnen deze deze ruimtes, omgevingen als het ware 'lezen'. De omgeving bevat allerlei tekens, die wij waarnemen en interpreteren. Zitbankjes in het bos: hier zijn mensen welkom. Paddenstoelen: het is herfst. Aanwezigheid van een vuurplek: hier mag gezellig samengegelderde worden rond een buitenvuurtje en het is goed om buiten samen te zijn. Deze 'lezen' is een benadering van de wereld als een geheel van tekens of codes en noemt men de semiotische benadering. De semiotiek is het vakgebied waarin disciplines samenwerken. In de semiotiek onderscheidt men verschillende talen en taalsystemen: de taal van de natuur, mondelinge en schriftelijke taal

(zakelijk en kunstzinnig), lichaamstaal en handelingen, beeldtaal, klanken/muziek, symbolen en rituelen, de vormgeving van en omgang met de ruimte en idem voor de tijd (Bouwmeester/Both, 1995; Van Zoest, 1978). Een voorbeeld van een roeservaring in de natuur is een kind dat probeert om van een dopje van de okkernoot een bootje te maken met mos en een takje als mast om dit vervolgens op een plasje in het bos te laten varen. Het kind wordt door zulke activiteit helemaal in beslag genomen. Hij probeert zijn bootje niet te laten kapseizen, het te laten verder varen door zelf te blazen of door de wind. Ook het maken van sluiptgangen in het hoge gras of het aanleggen van een groentebedje kunnen roeservaringen zijn (Van den Berg, 2004). Volgens Baumann & Scheffer (2006) worden de bouwstenen voor roeservaringen gelegd in de opvoeding. Vooral kinderen die opgroeien in een veilig en warm nest, komen tot roeservaringen. Verder moeten kinderen voldoende de gelegenheid krijgen om in hun eentje te spelen in natuurlijke omgevingen en zo ervaringen op te doen, zonder de aanwezigheid van vriendjes of ouders. Het is ook van belang dat het kind het gevoel heeft dat het zelf verantwoordelijk is voor zijn daden. Bij activiteiten zoals tuinieren, dieren verzorgen of kampen bouwen wordt het verantwoordelijkheidsgevoel van het kind aangesproken en maken deze bijzonder geschikt om tot roeservaringen te kunnen komen. Tot slot dient een kind onmiddellijk te worden geconfronteerd met het succes en falen van zijn acties. Er mogen geen verstoringen of rustmomenten optreden. Door feedback en het continu fysiek bezig blijven wordt de roes niet verstoord (Baumann, 2006).

## Visions of Nature

Drs Riyan van den Born is onderzoeker en universitair docent bij de afdeling Filosofie en Wetenschapstudies aan de Faculteit Natuurkunde, Wiskunde en Informatica en bij de afdeling Culturele Antropologie aan de Faculteit Sociale Wetenschappen aan de Radboud Universiteit Nijmegen. Zij doet onder andere onderzoek naar de invloed van jeugdervaringen op de natuurhouding van volwassenen. Het 'Visions of Nature' onderzoek aan de Radboud Universiteit Nijmegen gaat over de beelden die mensen hebben van de natuur, van de waarden die de natuur voor mensen heeft en van de relatie tussen mens en natuur. Wat betreft de visie op de relatie tussen mens en natuur spreken we van grondhoudingen. In de milieufilosofie worden vier basishoudingen onderscheiden (van den Born, 2006).

*De Heerser (Master)* staat boven de natuur en mag ermee doen wat hij/zij wil. Economische groei en technologie kunnen milieuproblemen oplossen;

*De Rentmeester (Steward)* staat ook boven de natuur, maar is niet de eigenaar en is verantwoordelijk voor haar welzijn. De mens beheert de natuur namens een derde instantie; God in een religieuze en de volgende generatie in een seculiere variant;

In het idee van *Partnerschap* staan mens en natuur zij aan zij. Mens en natuur zijn van gelijke waarde en de mens werkt met de natuur samen. Beider belangen en waarden moeten in deze relatie tot hun recht komen;

*De Participant* is onderdeel van de natuur, niet alleen biologisch maar ook spiritueel in een gevoel van verbondenheid. Al is de participant een (klein) onderdeel van de natuur; hij is wel een actief onderdeel.

Een grondhouding kan worden gezien als een geheel van overtuigingen en waarden die vorm en betekenis geven aan de wereld zoals men die ervaart en waarin men handelt (soms onbewust). Deze grondhouding bepaalt de manier waarop mensen vinden dat ze met de natuur zouden moeten omgaan, een wensbeeld. Deze grondhouding geeft richting aan het handelen maar het kan ook zijn dat er een discrepantie bestaat tussen beiden. De Heerser en Rentmeester zijn antropocentrische houdingen, waarbij de mens als middelpunt en de natuur als ondergeschikt worden gezien. De houdingen van Partner en Participant zijn meer ecocentrisch; de natuur staat centraler en heeft een waarde op zichzelf. Lange tijd is 'mastership' (heersen) in het Westen door filosofen en wetenschappers uit andere disciplines als dominante houding tegenover natuur gezien. Maar door de toenemende natuur- en milieuproblematiek in de twintigste eeuw, zoals klimaatveranderingen, vervuiling van het oppervlaktewater en het verdwijnen van natuurgebieden, gaan mensen meer nadenken over de verhouding tussen mens en natuur. Wat wordt bevestigd door empirisch onderzoek (Van den Born, 2006).

## Natuurervaringen in de kindertijd

Men kan zich afvragen hoe mensen aan een 'natuurvriendelijke grondhouding' komen. Het resultaat van het onderzoek van Van den Born (Van den Born & Arts, 2006) naar het belang van de plaats waar men als kind is opgegroeid op de houding die men als volwassene aanneemt ten opzichte van natuur bevestigde deze

hypothese. Hij hield hiervoor diepte-interviews bij 31 mannen en vrouwen tussen de 40 en 55 jaar. De onderwerpen van de interviews waren: plaats van opgroeien (platteland, dorp of stad); toegang tot natuurlijke gebieden (de mate waarin het voor hen als kind mogelijk was om zelfstandig, dus zonder de aanwezigheid van ouders, gedomesticeerde of wilde natuur te bereiken); het type natuurervaring, de rol van ouders, de rol van de school (met name natuureducatie en de rol van leraren) en als laatste de grondhouding. Zowel de hoeveelheid natuurervaringen als het type natuurervaringen in de kindertijd zijn hierbij belangrijke factoren. Het gaat hier om ervaringen die kinderen zelfstandig kunnen opdoen, zonder toezicht van een volwassene. Opgroeien in een dorp of op het platteland geeft meer mogelijkheden om te spelen in zowel klein gedomesticeerd groen (een park, grasveld of kinderboerderij) als in wildere natuur (een bos, een strand, een braakliggend terrein). Mensen die in de stad opgroeien hebben eerder een beperkte toegang tot gedomesticeerd groen en vrijwel geen toegang tot wild groen.

Men maakt onderscheid tussen directe en indirecte natuurervaringen (Kellert, 2002) met betrekking tot het type natuurervaring. Bij directe natuurervaringen kan het kind op een spontane en ongeplande manier in zijn spel fysiek contact nemen met natuur en dier in gebieden buiten de gecultiveerde omgeving. Indirecte natuurervaringen beperken zich tot fysiek contact in een meer begrensde, gecontroleerde context, zoals dierentuinen en aquaria en met gedomesticeerde planten en dieren, zoals honden en katten. Mensen die waren opgegroeid in agrarische gebieden, herinnerden zich talrijke directe natuurervaringen, zoals spelen bij de sloot, kikkervisjes vangen, kampen bouwen en in het bos spelen. Degenen die opgroeiden in de stad herinnerden zich vooral ervaringen zoals verstoppertje spelen in het park, voetballen op een grasveldje., dus minder direct. Een interessante aanvulling op voorgaande conclusie is dat de liefde voor de natuur en het milieubewustzijn van de ouders wel van invloed zijn op de betrokkenheid bij natuur en milieu van jongeren. Dit blijkt uit het onderzoek dat werd uitgevoerd voor het ministerie van Landbouw, Natuur en Voedsel (De Witt, 2005). Of ze nu opgroeiden in de stad of op het platteland, als mensen over hun jeugdervaringen met de natuur spreken, hebben ze het haast allemaal als vanzelfsprekend over ruimte en vrijheid. Dat devrije ruimte uit hun jeugd stilaan verdween en werd volgebouwen, maakte op deze mensen een diepe indruk en maakte dat ze er geëmotioneerd en boos over spraken. Tanner (1980) en Chwla (1998) bevestigen dit in hun onderzoek. Van den Born (2006) vraagt zich af of men hier kan spreken van een 'negatieve topervaring'. Deze tendens waarbij de toegankelijke groene ruimte hoe langer hoe meer wordt ingeperkt, zet nog altijd verder door. Uit onderzoek van Bouw & Karsten (2004) blijkt dat het territorium dat kinderen zelfstandig mogen exploreren behoorlijk gekrompen is. Door de hedendaagse invulling van wat veilig of onveilig is en de veranderende beleving van gevaar, werken ouders en beleidsmakers dit mee in de hand. Kinderen krijgen onvoldoende kansen om vrij rond 'te scharrelen', terwijl men vroeger bijvoorbeeld de hele dag in het bos kon spelen. Terecht of niet terecht, feit is dat kinderen hiermee worden beroofd van avonturen en zelfstandigheid. Laat dit nu net twee eigenschappen zijn die onmisbaar blijken voor de zogenoemde 'topervaringen'. Gezien de snelle uitbreiding van intensief bewoonde gebieden, is er dringend nood aan longitudinaal onderzoek om de veranderingen in de tijd te kunnen meten. Meer en meer kinderen zullen opgroeien in verstedelijkte gebieden en zullen haast geen kans meer krijgen om tot een zelfstandig contact te komen met wilde natuur. De directe natuurervaringen zullen stilaan in hoeveelheid afnemen. Kinderen zullen steeds afhankelijker worden van de ouders om zulke natuurervaringen op te doen (vaak beperkt tot vakantiereizen). De natuurervaringen van kinderen zullen zich steeds meer beperken tot indirecte ervaringen of zelfs symbolische ervaringen via televisie of computer. Natuur wordt ervaren als 'iets ver weg', waar je met de auto naar toe moet. Men spreekt van de 'achterbankgeneratie'. (Both, 2005). Toekomstige politieke keuzes zullen bepalend zijn of elk kind nog de kans zal krijgen om topervaringen in en met de natuur op te doen. We dienen daarom samen na te denken over de hoeveelheid en toegankelijkheid van natuurgebieden.

## **Intergenerationele amnesia**

Hoe dringend het wel is om kinderen en volwassenen met natuur in contact te brengen, wordt ons duidelijk met het begrip 'intergenerationele amnesia' dat Kahn (2001) beschrijft in zijn crossculturele onderzoek. Het gaat hier over de versnelling van het tekort aan wezenlijke natuurervaringen die het gevolg is van opeenvolgende generaties die elk weer minder dan de voorgaande verbonden zijn met de natuur. Volgens Kahn vergeten mensen gewoon hoe 'goede' natuur er zou moeten uitzien in de eigen leefomgeving en zijn ze daardoor al snel tevreden met een verarmde vorm ervan. Ouders die zelf amper hebben buiten gespeeld, brengen kinderen groot die zich op hun beurt niet meer mogen vuil maken. Terwijl in de Scandinavische landen een tendens bestaat van kinderen tijdens de schooltijd en onder alle weersomstandigheden buiten te laten zijn, kiest men hier gemakkelijk voor bijvoorbeeld de binnenspeeltuin waar alles schoon en warm is (Verheij, 2003).

## Spiritualiteit en verwondering

De behoeftehiërarchie die Maslow beschreef in zijn 'behoeftepiramide' omvat 'lichamelijke behoeften' op de onderste trede en verder de hogere fundamentele behoeften zoals 'veiligheid en zekerheid', 'sociaal contact', 'waardering en erkenning', met aan de top 'zelfontplooiing, die bevrediging van de onderliggende behoeften vooronderstelt. Het in die top dat de 'mystieke ervaringen' thuishoren. Deze ervaringen kan men begrijpen als intense zelfervaringen waarin je je bevestigd voelt, tijdloos, puur positief, een besef van extase ervaart en eenheid met de omgeving (Both, 2006).

Met betrekking tot natuurbeleving wordt in de literatuur haast nergens naar Maslow verwezen. Men vindt wel de term 'numineus' terug, een omschrijving van intense ervaringen waarin alles totaal anders en niet uit te spreken is, 'kippenvolmomenten' die zowel een positieve (fascinatie) als negatieve (bedreiging) kant hebben en vaak ontstaan door contact met de natuur. Deze momenten ervaren we als zingevers aan ons bestaan en we nemen ze vaak ons verdere leven mee. Van den Berk (2005) beschrijft in zijn boek over 'het numineuze' hoe hij als kind vroeg in de morgen door de mist waadde en er op dat moment met hem iets gebeurde dat hij nooit meer vergeten is. Hij kon dit gevoel amper in woorden omschrijven: *'Alles viel samen en ik schoot daarin wortel. Het kind dat ik was, werd opgenomen in een heleal, werd een kind van hemel en aarde. Ik was op dat cruciale moment nergens meer en tegelijkertijd overal'* (Uit: Tjeu Van den Berk, *Het numineuze*, p. 21-25). Hij beschreef ook dergelijke jeugdervaringen van anderen. In een onderzoek naar spirituele ervaringen bij kinderen aan de universiteit van Nottingham, stelde men vast dat 'het alleen zijn in de natuur' hierbij een bepalende component is (Hay, 2002, Hay/Nye, 1998). Een besef van het hier en nu, van mysterie en van dingen die van waarde zijn, spelen hierbij een belangrijke rol. De onderzoekers interpreteerden deze ervaringen die zowel als een intense zelfervaring worden aanvoeld maar die toch ook een negatieve component kunnen hebben (angst), als een diepe *verbondenheid* met de omgeving. Zij omschreven deze spiritualiteit als *'relationeel bewustzijn'* en vinden het bijzonder zinvol dat dergelijke ervaringen in een sfeer van openheid met kinderen worden besproken (Both, 2006). Een belangrijk kenmerk van spirituele ervaringen is dat ze je overvallen, er door getroffen wordt, ze zijn dus zeker niet maakbaar. Ontvankelijkheid en openheid werken deze in de hand. Hetzelfde geldt voor 'verwondering', een hieraan verwant verschijnsel. *'Je staat verwonderd en vraagt je af waarom de dingen zijn zoals ze zijn'* (Verhoeven, 1967, Carson, 1984). Wat we tot dan als vanzelfsprekend en alledaags hebben ervaren, wordt nu opnieuw in vraag gesteld. Onze consumptiemaatschappij waarin alles draait om 'gehaastheid en verzadiging' biedt spijtig genoeg weinig ruimte voor gevoelens van verwondering. De natuur is in haar spontaniteit een absolute doorbreker van de menselijke vanzelfsprekendheden, wat trouwens door ons niet altijd als prettig wordt ervaren. In die zin is 'verbijstering' ook een vorm van verwondering (Both, 2006).

## Betrokkenheid en ervaringsgericht onderwijs

Hoe erg is het nu echt dat de leefsituaties van kinderen zo veranderen? Het is toch onmogelijk om ons af te zetten tegen het verstedelijken en de toenemende invloed van de media op het menselijk leven. Ongetwijfeld kunnen steden en computers belangrijke en positieve impulsen geven aan de ontwikkeling van kinderen. Maar we mogen het grotere ecologische geheel waarin wij leven niet uit het oog verliezen, zowel voor het welzijn als de evenwichtige ontwikkeling van kinderen. Daarom moeten we ons bewust zijn van de negatieve gevolgen van het ontbreken van natuurervaringen. Scholen dragen hier een grote verantwoordelijkheid. Zij kunnen ervoor zorgen dat kinderen op het schoolterrein zelf of zo dicht mogelijk in de buurt, actief kunnen betrokken zijn bij natuur: door spelen maar ook door het zorgen voor en het leren over natuur (Both, 2005). Czikzentmihaly (1997) concludeerde uit zijn onderzoek naar de 'optimale ervaring' dat de kwaliteit van de beleving sterk wordt beïnvloed door de 'aard van de betrokkenheid', de intensiteit waarmee mensen de omgeving ervaren. Hij noemt deze ervaring een 'flow'.

Het project 'Ervaringsgericht Onderwijs' (EGO) van de Katholieke Universiteit Leuven maakte in lijn van het concept 'flow' het begrip 'betrokkenheid' tot een kernconcept van hun onderwijsvisie.

'Betrokkenheid is een toestand waarin kinderen/leerlingen zich bevinden wanneer ze op een intense manier met iets bezig zijn. We merken het aan hun hoge concentratie, een opgeslorpt, tijd-vergeten bezig zijn. Hun handelingen en houding verraden een intense mentale activiteit. Ze zijn heel aanspreekbaar voor wat de omgeving te bieden heeft en stellen zich open op. Ze voelen zich van binnenuit gemotiveerd om met de activiteit aan de slag te blijven. De enorme voldoening die ze daarbij ervaren, vloeit voort uit de bevrediging van hun exploratiedrang: het genieten van greep krijgen op de werkelijkheid. Betrokkenheid komt alleen voort in het smalle gebied tussen 'al kunnen' en 'nog niet kunnen'. Kinderen bewegen er zich aan de grens van hun



mogelijkheden. Betrokkenheid is met al die kenmerken samen dé conditie bij uitstek voor het realiseren van ontwikkeling in de diepte of *fundamenteel leren*' (Laevers, 1990).

Volgens EGO kan men de betrokkenheid bij leerlingen stimuleren door de omgeving zo in te richten dat er belangstelling en engagement ontstaat. Men noemt dit *milieuverrijking*. Het tweede belangrijke aandachtspunt is dat kinderen zich eerst goed in hun vel moeten voelen om zich te kunnen openzetten voor hun omgeving. Leerkrachten moeten door middel van '*ervaringsgerichte dialoog*' zorg dragen voor het '*welbevinden*' bij de kinderen. Dergelijke dialoog richt zich op hun *innerlijke beleving*. Als kinderen in die mate betrokken en verdiept geraken op hun spel dat ze als het ware 'de tijd vergeten', dan kan men spreken van intrinsiek, fundamenteel leren. Het EGO levert ons belangrijke inzichten en instrumenten om op zulke manier met kinderen aan de slag te gaan dat zij voldoende ruimte ervaren om zich te kunnen verdiepen in de dingen (Both, 2006).

Er zijn voldoende doorslaggevende argumenten voor natuur als krachtige leeromgeving. De realisatie ervan is niet altijd even gemakkelijk. Maar waar een wil is, is een weg. Voor schoolteams die echt willen, is er voldoende ondersteuning te vinden bij organisaties zoals Springzaad of GoodPlanet Belgium. De grootste struikelblok blijft nog altijd de misvatting dat onderwijs in een gebouw moet gebeuren (Both, 2005).

### **Gedomesticeerde dieren**

Het omgaan en zorgen van kinderen voor huisdieren draagt veel mogelijkheden in zich. Vanuit een sociale gevoeligheid voelen kinderen zich sterk aangetrokken tot dieren en hun innerlijke leven. Volgens Both (2006) draagt aandacht kunnen hebben voor wezens die aan ons verwant zijn, de zoogdieren, bij aan de morele ontwikkeling van kinderen. Vanuit deze zorg kan er verder een brug ontstaan naar de zorg voor natuurterreinen en de natuur in zijn geheel. (Meyers/Saunders, 2002).

### **Geïnspireerde leerkrachten**

Leerkrachten hebben een belangrijke voorbeeldfunctie naar kinderen toe. Zij kunnen zonder twijfel kinderen stimuleren en inspireren als het over natuurbeleving gaat. De jonge nieuwe leerkrachten worden tot hiertoe nog teveel opgeleid zonder dat er over het belang van natuurbeleving wordt gesproken. De kans is groot dat zijzelf al van uit de kindertijd weinig ervaringen hebben opgedaan in en met de natuur. Both (2006) doet een dringende oproep naar het beleid toe om leerkrachten een 'topervaring' te bezorgen. Er is nood aan het organiseren van scholing in het begeleiden van kinderen bij natuureducatie. Leerkrachten bevinden zich in een sleutelpositie als het om natuureducatie gaat. Zij zullen hierin zelf geïnspireerd en ondersteund moeten worden.

### **Aanbevelingen in verband met natuur- en milieueducatie (NME)**

In de richting van beleidsvoering, doet Both volgende aanbevelingen in verband met natuurbeleving met kinderen: Op het begrip 'topervaring' kleven teveel connotaties als 'spectaculair' en 'uitzonderlijk' en het suggereert de maakbaarheid van topervaringen. 'Sleutelervaring' en 'magisch moment' zijn meer adequaat. Stimuleer met kracht de mogelijkheden tot informele natuureducatie door vrij spel, met name in stedelijke gebieden (betekenis van natuur dichtbij). Dit blijkt immers de belangrijke factor te zijn in het ontstaan van daadwerkelijke inzet voor natuur. Denk hierbij aan speelbossen, natuurspeelplaatsen en schoolnatuurtuinen (Dyment, 2005). Neem met het oog hierop in de coalitie van natuurorganisaties ook een organisatie op waarin deskundigheid voor het ontwerpen, aanleggen, gebruiken en beheren van dergelijke kleinschalige natuur aanwezig is. Ga als het om sleutelervaringen in en met natuur gaat uit van een pluriforme opvatting van natuurbelevingwaarden. Er zijn vele wegen naar Rome, c.q. verschillende terreinen waarbinnen intensieve natuurervaringen kunnen ontstaan. Elke organisatie zal daarbij eigen accenten leggen. Voor het ontstaan van magische momenten bij basisschoolkinderen zijn langdurige relaties, c.q. vertrouwdheid met een terrein, boerderij, enzovoort bevorderlijk (Peacock, 2006). Magische momenten komen niet zomaar uit de lucht vallen, maar hebben een voedingsbodem nodig die zo kan ontstaan. De mensen die bij het terrein, de boerderij, enzovoort horen, kunnen bovendien belangrijke modellen voor de kinderen worden. Bevorder de integratie van beleven, kennen en handelen, mede door het doen ontwikkelen van een of meer didactische modellen daarvoor. Het gaat om het leren leven met natuur en reflectie op het leven met natuur. Verbind waar mogelijk natuurervaringen met sociale en maatschappelijke ervaringen. Binnen Natuur- en milieueducatie (NME) gaat het om de relatie natuur-samenleving. Het samen met anderen beleven van natuur is voor kinderen in deze leeftijdsgroep (6-12jaar) aantrekkelijk. Verder is het leveren van bijdragen aan de ontwikkeling en het beheer van natuur een belangrijke vorm van maatschappelijk leren, zeker als de kinderen ook betrokken worden in de planning (het waarom en hoe). Met name ook het ontwikkelen en beheren van schoolnatuurtuinen biedt rijke

mogelijkheden voor kinderparticipatie als burgerschapsvorming, waarbij ook de buurt betrokken is (Dyment, 2005; Dyment/Reid, 2006; Mannion, 2005). Heb oog voor de speciale betekenis die intensieve natuurervaringen kunnen hebben voor de kinderen die extra en specifieke zorg behoeven. Alle kinderen hebben recht op natuur maar sommigen meer dan anderen. Dat zijn namelijk de 'zorg'-kinderen, voor wie natuur extra heilzaam kan zijn (Both, komend). Geef voldoende aandacht aan gevoelens van angst in verband met natuur (Ewert, 1986), neem ze serieus en maak ze bespreekbaar. Vergeet niet om zoveel mogelijk leraren een 'topervaring' in en met natuur te bezorgen. Hun inspiratie is een voorbeeld voor de kinderen. Organiseer bovendien scholing in het leidinggeven aan natuureducatie van kinderen en het coachen van de leraren. Leraren nemen een sleutelpositie in, als het om natuureducatie gaat. Zij zullen geïnspireerd moeten worden. Verder moeten ze goed ondersteund worden bij het leidinggeven aan buitenwerk. Ontketen een brede publieksactie om ouders van de betekenis van natuur voor kinderen te overtuigen. Richt je op grootouders als belangrijke ervaringsdeskundigen en stimuleer hen om met hun kleinkinderen de natuur in te gaan.

## Natuur als bondgenoot bij zorgverbreding

De effectiviteit van natuurgerichte interventies voor de preventie en behandeling van ziekten en stoornissen krijgt steeds meer steun uit wetenschappelijk onderzoek. Soms vraagt een kind zoveel aandacht in de klas dat andere kinderen er last van ondervinden en krijgt het de stempel 'probleemkind' op. Dergelijk kind heeft grote concentratieproblemen en is extreem beweeglijk, de diagnose ADHD ligt dan voor de hand. Het valt vaak niet mee voor leerkrachten om de sterke punten van zo een kind te blijven vinden. Toch hoort men vaak uitspraken zoals *'Als we in het groen zijn, is P. veel rustiger en kan hij ook gericht met dingen bezig zijn, zelfs met observeren van kleine beestjes.'* (Uit: Both, *Natuur als bondgenoot bij zorgverbreding*, 2007, blz. 1). Opmerkelijke leerkrachten vertellen bijvoorbeeld over kinderen die in de klas nog geen drie minuten met iets kunnen bezig zijn en hen tot wanhoop drijft. Bij het werk in de moestuin buiten, kunnen zij echter twee uur geconcentreerd bezig zijn met planten. (Freudenthal en Keyl, 2004). Als kinderen zorgend met planten en dieren kunnen omgaan, heeft dit een helende werking op hun concentratieproblemen. Dit blijkt uit talrijke onderzoeken (Both, 2007). De Kaplans hebben aangetoond dat natuur een dominante rol speelt bij 'aandachtsherstel'. Zij maken onderscheid tussen twee soorten aandacht:, namelijk geconcentreerde en onwillekeurige aandacht. Bij geconcentreerde aandacht worden de 'mentale spieren' aangesproken en kost daarom veel moeite om deze lange tijd vol te houden. Deze aandacht kan leiden tot stress. Voor onwillekeurige aandacht hoef je geen moeite te doen, het gaat over dingen die vanzelf de aandacht trekken, zoals dieren, water, bloemen. Men heeft aangetoond dat alleen maar al het kijken naar natuur vanuit een gebouw of naar een afbeelding van natuur, kan leiden tot aandachtsherstel en frappant de stemming verbetert. Wat moet dan spelen, wandelen of werken in het groen wel niet doen met een kind (Kaplan en Kaplan, 1989). Zo hebben mensen die geopereerd zijn, minder pijnstillers nodig als zij uitkijken op groen vanuit hun ziekenhuiskamer. Stress vermindert duidelijk als men gaat wandelen in een park of natuurgebied. Tuinieren helpt mensen bij het genezen van een burnout (Lewis, 1990). Planten in kantoorruimten dragen bij aan welbevinden en arbeidsproductiviteit. In steden met groen is er minder sprake van agressie en geweld (Kuo en Sullivan, 2001).

Op grond van de evolutie worden we nog altijd aangetrokken door natuurlijke omgevingen en werken deze ontspannend: hormonale veranderingen veroorzaken een betere stemming en openheid, ook de polsslagen en bloeddruk dalen en onder invloed van bepaalde hersengolven worden we rustiger (Olds, 1989). Onderzoek wijst uit dat moeilijk lerende kinderen en kinderen met concentratieproblemen kunnen worden geholpen door bijvoorbeeld tuinieren. Er is dan sprake van uitstel van behoeftebevrediging, maar ook een structuur van terugkerende noodzakelijke handelingen met een subjectieve noodzaak – de planten hebben water nodig. Kinderen worden daardoor gemotiveerd tot betrokkenheid en wellicht zelfs verbondenheid. Als het over zorgverbreding gaat, hebben dieren die dienen verzorgd te worden op school of thuis nog een grotere potentie dan planten. *'Het kind treedt door middel van activiteiten in de natuur in dialoog met zijn omgeving en ontdekt hierdoor zichzelf aan de volle werkelijkheid'* (Ter Horst, 1974 en 1994). Orthopedagoog Wim Ter Horst (1978) brengt het volgende naar voor: *'Dialoog, ook met wat wij natuur noemen, is wezenlijk voor mens-zijn. Want als de mens het contact met de natuur kwijt raakt, raakt hij los van de grondslagen van zijn eigen bestaan'*. Het gaat hier om het leren leven in relaties, ook met natuur dus. Niet alleen voor kinderen met aandachtsproblemen, maar voor alle kinderen (Both, 2007) (van den Berg, 2012).

## Enkele initiatieven in Vlaanderen

### Speelweefsel in Gent

Het bestuursakkoord van de stad Gent vermeldt: 'Braakliggende terreintjes en speelbossen zijn vaak avontuurlijker dan aangelegde speelinfrastructuur, het spontane, oorspronkelijke, wilde en onvoorspelbare. Het doel is een speelse en kindvriendelijke stad te realiseren en dit kadert binnen de visie om een speelruimtebeleid uit te bouwen dat vertrekt vanuit een totaalbeeld van de stad, wijk en buurt. Het achterliggend idee is dat kinderen in hun directe omgeving ook geprikkeld worden om met natuur in contact te komen: klimmen, klauteren, met modder spelen, zelf ervaren, blutsen en builen en stil worden, genieten en verwondering.

Zo ontstond in Gent het project 'Speelweefsel' – (Richtlijnen en inspiratiebeelden voor realisatie van kindgerichte kwaliteitsvolle publieke ruimte, opgemaakt door Kind & Samenleving in samenwerking met Jan Pillen, 2007). "Een speelweefsel bestaat uit een verbindend netwerk van formele en informele (speel)plekken in de stad en de routes van en naar die plekken". De term 'speelweefsel' duidt op 'verwevenheid van activiteiten, functies en gebruikersgroepen: heel wat activiteiten van kinderen worden bij voorkeur niet geïsoleerd van activiteiten van volwassenen. Het spel wordt vaak net rijker door intergenerationele contacten (Plangroep Speelruimtebeleid Gent). Voor het samenstellen van dergelijke natuurlijke speelruimtes voor kinderen baseert men zich op een term uit de omgevingspsychologie: wat zijn de 'affordances' van dergelijke terreinen voor kinderen? Waartoe dagen ze uit en welke mogelijkheden worden aangeboden (Reed, 1996)?

### Speelnatuur voor 'scharrelkinderen' – aanleg van een natuurspeelplaats in provinciaal Groendomein De Averegeten

Er zijn steeds minder 'verloren' plekjes natuur waar kinderen naar hartenlust kunnen ravotten, kampen bouwen en in bomen klimmen. *'Het is nog niet zo heel lang geleden, het tijdperk dat we als kinderen samen buiten gingen spelen. Op braakliggende, wilde stukjes grond werd er geravot, kampen gebouwd en in bomen geklommen. We lieten onze fantasie de vrije loop, de tijd werd vergeten omdat we zo hard opgingen in ons spel. Moeder moest soms vier keer roepen voor we in de gaten hadden dat het eigenlijk al donker begon te worden'*. Deze lange, onbekommerde zomeravonden van speelplezier zitten in de lade weggestoken. Het zijn 'jeugdherinneringen met een gouden randje', ze zijn onbetaalbaar. Door de opkomst van televisie en computer en door het toenemend verkeer zien we tegenwoordig steeds minder kinderen in groepjes buiten struinen en spelen al zeker niet meer tot het donker wordt. Nochtans is dit onbekommerd buiten spelen zeer waardevol voor de ontwikkeling van kinderen. Ze leren andere kinderen uit de buurt kennen en spelafspraken maken. Ze kunnen hun jeugdige energie omzetten in spel en beweging en dat komt de gezondheid ten goede. In het provinciaal Groendomein De Averegeten wou het provinciebestuur het gezond buiten spelen voor kinderen stimuleren door de aanleg van een natuurspeelplek. In 2012 werd een hectare grasland omgevormd tot een avontuurlijk speellandschap voor kinderen. Op het voormalige 'sjottersplein' werd er ingegrepen op het reliëf van het terrein, zodanig dat er een aantal hellingen ontstonden. Op de hellingen maken speelaanleidingen zoals klimbomen, wilgenhutten en aanplantingen van bomen en struiken het geheel tot een uitdagende speelplek. Deze speelaanleidingen zijn prikkels die het spontane spel bij kinderen stimuleert. Hier vechten dappere ridders zij aan zij met boeven en politieagenten, koken vaders en moeders modderpap en grassoep en worden bijeengescharrelde dennenappels en takjes uitgestald als winkelwaar. Door het uitgraven van het zand ontstonden er ook waterplassen. De aanwezigheid van water draagt sterk bij aan de aantrekkelijkheid van het terrein. Water, zand, hout en de combinatie ervan bieden eindeloze mogelijkheden, voor het brouwen van heksensoep tot het boetsen van modderfiguren. Maar ook de aanwezigheid van kleine waterdiertjes die spontaan in de waterpartijen komen wonen, wekt de nieuwsgierigheid en de verwondering van kinderen. Veiligheid is naast spel en avontuur ook een belangrijk item. De risico's die werden genomen door de aanwezigheid van reliëf en water zijn berekende risico's. Kinderen kunnen er hun grenzen aftasten en verleggen en leren omgaan met kleine risico's. Deze vaardigheden, die spelenderwijs verworven worden, zijn belangrijk om in het 'echte leven' grotere risico's te kunnen inschatten, zoals in het verkeer. Een natuurspeelplaats is niet bedoeld om er 'keurig' bij te liggen. Kinderen proberen door stokken in het water te gooien een brug te bouwen of ze maken met het hout dat ze vinden in de omliggende speelbossen een kamp. De margrietten die in mei massaal bloeien op de heuveltjes, worden geplukt en er ontstaan bloemenwinkeltjes in de wilgenhutten. De natuurspeelplaats is een dynamische plek en er zal in de toekomst 'geboetseerd' worden door het spel van de kinderen. Regelmatig zullen er nieuwe speelaanleidingen aangebracht worden op plaatsen waar dat een meerwaarde kan betekenen. Tot hiertoe werd er al zeer intensief gespeeld door de kinderen (Stoffels, 2012).

## **Vitamine G(roen) – Vergroening van de buitenruimte in onthaal- en opvanginitiatieven (0-6 jaar)**

In opdracht van de provincie Vlaams-Brabant werd door GoodPlanet Belgium (vroeger Green) een brochure samengesteld die zich richt naar kinderdagverblijven en opvangouders en waarin het belang van een groene omgeving voor kleine kinderen wordt toegelicht. Aan de hand van veel handige en haalbare tips worden de betrokkenen aangezet om een boeiende buitenspeelruimte te creëren voor kinderen van uiteenlopende leeftijden. GoodPlanet Belgium begeleidt gratis verder op maat. Baby's en peuters zijn voortdurend bezig hun omgeving te verkennen met al hun zintuigen en dit op een zeer onbevengende manier. In natuurlijke buitenruimtes kunnen jonge kinderen veel indrukken opdoen: regendruppels, een briesje, vogelgeluiden, het geritsel van de bladeren, de geur van de aarde, enzovoort. Ze volgen de bewegingen van vogels, onderzoeken een takje en ze doen geluiden na. Ze beleven als het ware wat hen omringt. Zo ontstaat er verbondenheid met de natuur, met de anderen en het andere. Ook kinderen kunnen gestresseerd zijn en zoeken dan, net als volwassenen, de rust van de tuin op, even uitblazen onder een struik. Ook in groep kan je rust opzoeken buiten. In Scandinavische landen bestaan er werkingen waar kinderen de hele dag, ook bij koud weer, buiten zijn. De kinderen krijgen hierdoor een hogere weerstand en ook hun motoriek gaat er sneller op vooruit. Sommige kinderen fleuren helemaal op door buiten te zijn, een druk kind graaft rustig en geconcentreerd een kuil. En het schitterende prinsesje dat onder een boom zit te spelen, zegt binnen haast geen woord. Soms is de buitenruimte te overweldigend en moet je, door goed te observeren als volwassene, bijsturen of actief participeren (Goodplanet Belgium, 2013).

Goodplanet Belgium ontwikkelt en begeleidt projecten, vormingen en lespakketten rond alle duurzaamheidsthema's (water, energie, mobiliteit, consumptie, natuur, groene jobs). Zo wil deze vzw zoveel mogelijk mensen hun weg naar duurzaamheid laten vinden in onze complexe maatschappij en hen helpen om bewuste keuzes te maken. Jaarlijks worden 8.000 scholen bereikt en sensibiliseren de educatief medewerkers meer dan 200.000 kinderen en jongeren (GoodPlanet Belgium, 2013).

## **Springzaad Steunpunt Vlaanderen – meer ruimte voor natuur en kinderen**

De missie van Springzaad klinkt als volgt: 'Springzaad is een open netwerk dat mensen samenbrengt die willen werken aan meer ruimte voor natuur, kinderen en jongeren. Kinderen en jongeren moeten vrij kunnen spelen in een natuurlijke en avontuurlijke omgeving. Verwondering, rust, fantasiëspel, uitdaging en contact met de natuur zijn immers van wezenlijk belang voor de ontwikkeling van kinderen.

Springzaad groepeert professionelen en geïnteresseerden uit het onderwijs, de natuur- en milieusector, jeugddiensten, jeugdverenigingen, kinderopvang, ontwerpers van natuurspeelplekken in stedelijke of landelijke omgeving, aannemers en hoveniers, praktijkgerichte onderzoekers en wetenschappers, ambtenaren, enzovoort.

Springzaad stimuleert en ondersteunt de ontwikkeling van natuurrijke speel- en leerplekken voor kinderen in buurt- en stadsparken, bij scholen en kinderdagverblijven, bij jeugdverenigingen en in speelbossen...

Springzaad bestaat sinds 2001 in Nederland. In mei 2009 werd een steunpunt in Vlaanderen opgericht' ([www.Springzaad.be](http://www.Springzaad.be)).

## **Jeugdbond voor Natuur en Milieu (JNM)**

JNM is een jeugdbeweging voor alle jongeren tussen 7 en 26 jaar die geïnteresseerd zijn in natuur en milieu. Er zijn drie leeftijdsgroepen: de piepers (7-12 jaar), de ini's (13-15 jaar) en de gewone leden (16-26 jaar). Samen trekken we de natuur in om ons te verdiepen in de diversiteit van ons plant- en dierenrijk. We trekken naar de mooiste natuurgebieden waar zeldzame waarnemingen ons hart sneller doen slaan, maar ook een stevige wandeling in een weidse omgeving doet ons bloed sneller stromen. De natuur heeft het vaak hard te verduren. Waar we kunnen, ondernemen we de nodige acties om ruimte aan natuur te geven. We hanteren regelmatig zelf een schop of zaag om een handje te helpen. Samen buiten zijn en aan natuurbeheer doen, geeft een machtig gevoel. We sluiten onze ogen niet voor milieuproblemen. Elke JNM-activiteit is een poging om op een duurzame en milieuvriendelijke manier door het leven te gaan. Daarnaast proberen we ook anderen hiervan bewust te maken, door actie, gebaseerd op goede achtergrondinformatie. JNM organiseert tal van projecten en nationale bijeenkomsten rond specifieke onderwerpen. Het kampenseizoen is het hoogtepunt van ons activiteitenaanbod. Men kan de zomervakantie kiezen tussen een 40-tal kampen en volop genieten van alles waar JNM voor staat: natuurstudie, natuurbeheer en milieubescherming. JNM heeft 50 lokale afdelingen in Vlaanderen. Mensen met wie je samen bij jou in de buurt op verkenning kunt gaan of waar je zielsgenoten vindt om een spetterende milieuactie ineen te steken (JNM.be, 2013)

## Conclusie

Mensen hebben altijd al gebruik gemaakt van de heilzame werking van de natuur. In de moderne geneeskunde is het gebruik van natuur voor de gezondheid echter stilaan naar de achtergrond verdrongen. Toch wordt de laatste tijd weer opnieuw veel aandacht geschonken aan wat natuur kan betekenen voor het welzijn van een mens. Door het stilaan verdwijnen van natuurlijke plekken en de toename van stress en prestatiedruk bij volwassenen en kinderen, is er een opmerkelijke verhoging van lichamelijke en psychische gezondheidsklachten. Als mensen een deel van deze klachten kunnen voorkomen door regelmatig al eens een bezoekje te brengen aan de natuur, dan kan dit een grote gezondheidswinst opleveren voor de samenleving.

Steeds meer onderzoeksresultaten zijn beschikbaar in verband met de effectiviteit van natuurgerichte interventies voor de preventie en behandeling van ziekten en stoornissen. Een belangrijke mijlpaal vormde het in 2008 in het gerenommeerde tijdschrift *The Lancet* gepubliceerde onderzoek van Mitchell en Popham, waarin op basis van data voor de gehele Engelse bevolking werd aangetoond dat de gezondheidskloof tussen rijke en arme mensen kleiner is in groene buurten (Mitchell en Popham, 2008). Vooral bij kinderen zou de invloed van natuur op de gezondheid bijzonder groot zijn. Dit kan worden verklaard omdat kinderen in het algemeen meer tijd doorbrengen in de natuur dan volwassenen. Kinderen zijn ook nog volop in ontwikkeling en gevoeliger voor omgevingsfactoren dan volwassenen. Onderzoek wijst uit dat contact met natuur een belangrijke bijdrage kan leveren aan een gezonde, evenwichtige ontwikkeling van kinderen.

Kinderen zoals Tuur, zijn enorm gebaat bij een verblijf in de natuur. Van uit mijn ervaring als natuureducatieve gids met lagerschoolkinderen heb ik kunnen vaststellen dat het gedrag van kinderen in het bos op slag kan veranderen. Leerkrachten spreken soms hun verwondering hierover uit. Kinderen voelen zich er 'thuis' en daardoor gaat er de omgang met leeftijdsgenootjes beter dan in een gestructureerde setting zoals in de klas of thuis.

In de natuurlijke bosomgeving komen ook vaak diepe gevoelens naar boven. Echtscheiding van de ouders, het sterven van een huisdier of een broertje of de jongen die deze week nog kwam vertellen dat hij verplicht een besnijdenis moest ondergaan omdat zijn vader uit Kosovo kwam, deze dingen worden spontaan verteld tijdens een wandeling. Er is sprake van een oeververtrouwen, een gevoel van 'hier kan ik het kwijt'.

Het gaat om het leren leven in relaties, ook met natuur. Als de mens het contact met natuur kan vinden, vindt hij de grondslagen van zijn eigen bestaan.

# Hoofdstuk 2: Angst voor verlies van menselijke waardigheid bij het ouder worden

## Inleiding

Een eerste gedachtenlijn is dat angst voor het ouder worden te maken heeft met angst voor verlies van menswaardigheid. Het gaat hier om een veelheid van angsten, in vele lagen die nauw met elkaar verbonden zijn..

Een tweede gedachtenlijn die we kunnen volgen is: wat betekent het je menselijke waardigheid te verliezen? Hier komen we bij de structuurkenmerken van verlies van menselijke waardigheid. Er is een intens besef van wat wezenlijk is voor ons mens-zijn op het moment dat we er van afgesneden worden/zijn. De ervaring van verlies van menswaardigheid gaat gepaard met inzicht, niet alleen verstandelijk, maar je voelt dit met heel je wezen: je mens-zijn, heel je menselijk wezen staat op het spel. Wat gebeurt er dan? In dat inzicht treedt er iets op de voorgrond. De essentiële aspecten van het mens-zijn komen vooraan in het vizier. Wij zijn namelijk geen dieren of objecten maar wel symbolische wezens. Op het moment dat we als dieren of objecten worden behandeld, zijn we ons er van bewust dat we dat niet zijn (Claes, 2013).

Laat ons deze gedachtenlijn even vanuit de verschillende perspectieven bekijken. Hoe ver is Johanna gevorderd in de dementie? Op welk niveau zit dat besef bij haar? Op affectief vlak is er veel besef. Het is moeilijk om in de huid van dementerenden te kruipen. In hoeverre ervaart zij haar verlies van menswaardigheid? Verlies van menswaardigheid kan te maken hebben met verlies vermogen tot hoop. In dit besef komen de diepste intuïties boven bij Johanna: namelijk het afgesneden zijn van het vermogen om van betekenis te zijn voor haar kinderen en kleinkinderen, haar geliefden op het moment dat zij ervan afgesneden wordt. Maar ook voor de kinderen en kleinkinderen naar Johanna toe is dit zo. Zij voelen frustratie en verdriet. Het gevoel niet meer goed te kunnen zorgen voor elkaar. Hun besef toont zich in onmacht. Hulpverleners dienen hier veel aandacht voor te hebben. Afgesneden zijn van het vermogen onder de mensen te zijn kan zich voordoen door zich 'een nummer' te voelen. Johanna is één van de vele zorgbehoevenden in het rusthuis. Zij ervaart de tijdsdruk van het personeel doordat er voortdurend dient te worden bespaard op personeelkosten. Zij voelt zich afgesneden van het vermogen om greep te hebben op haar bestaan, haar leven doordat elk gevoel van autonomie is weggevalen. Johanna is al haar vertrouwde referentiepunten kwijt. Deze vrouw voelt zich afgesneden zijn van het vermogen tot hoop doordat zij afgesneden is van het vermogen om voor zichzelf een betere toekomst te zien. Belangrijk is te weten dat we ons net bewust van dit afgesneden zijn van de essentiële aspecten van ons mens-zijn, precies op het moment dat we er van afgesneden zijn (Claes, 2013).

Wie in zijn waardigheid is aangetast, is aangetast in zijn vermogen tot zingeving en dit betekent 'zelfverlies'. Men kan dit zien als wereld- en zelfvervreemding. Johanna is sterk in zichzelf gekeerd: door al haar verlieservaringen voelt ze zich afgesneden van de wereld. De buitenwereld wordt niet ervaren als 'reddende engel' omdat de wereld vijandig geworden is.

De mens vormt zijn eigen opening op de wereld. De wezenskenmerken van de mens zijn vermogen tot zorg en vermogen tot hoop. De manier waarop hij de wereld inkleurt, wordt bepaald door deze kenmerken. De mens kan dan een zorgende wereld en hoopvolle wereld ervaren. Als dit wegvalt, kan hij de wereld niet meer zo begrijpen. Dan is de wereld niet meer herkenbaar. Dan brokkelt zijn identiteit of persoonszijn af. 'Zorg dragen voor' en 'verzorgd worden', dus beide, zijn een bron van menswaardigheid (Claes, 2013).

## Onze kwetsbare lichamelijkeheid

We kunnen onteigend worden van ons mens-zijn. Er is niet zoiets als onvervreembare natuur. en ook autonomie is niet zoiets als onvervreembare natuur. Autonomie is niet onvervreemdbaar in de menselijke natuur verankerd. Ons mens-zijn is een kwetsbaar gegeven. Door isolement kunnen we dit verliezen. We raken afgesneden zijn van wat ons tot mens maakt. Als mens, als samenleving, als stad hebben we hier een verantwoordelijkheid. Het heeft te maken met de eindigheid van ons lichaam. Onze kwetsbare lichamelijkeheid maakt ons tot mens. Het kan tegelijkertijd de bron van ons mens-zijn zijn maar ook de bom. Door afgesneden te zijn van het vermogen om ons voor onszelf en in aanschijn van anderen als volwaardig mens in beeld te

brengen, in scène te brengen. Het heeft te maken met verlies van eigenwaarde en verlies van zelfvertrouwen (Claes, 2013).

## **De cruciale vraag naar menselijk lijden**

Laat ons een aantal kenmerken van verlies van menswaardigheid nemen en trachten onszelf in de plaats van Johanna, haar dochters en kleinkinderen en het zorgpersoneel te plaatsen. We trachten op deze manier een scherpere kijk te krijgen op de situatie. Welke aspecten spelen hier bij de confrontatie met verlies van menswaardigheid? De geestelijke en lichamelijke afbrokkeling van Johanna zorgen bij haar voor een verlies van identiteit en wellicht ook voor zinverlies. Dementie en lichamelijke aftakeling veroorzaken een afgesneden zijn van 'greep hebben op'. Besef Johanna dit ten volle? De gradatie van de dementie is niet altijd aan de orde. Welke kenmerken zouden gelden als Johanna volledig dement zou zijn? De ervaring van zelfzorg afgesneden te zijn ervaar je niet enkel met je hoofd, er is ook een innerlijk besef. Uit een aantal tekenen kan je zien dat Johanna *zich gevangen voelt in het lichaam*. Het besef van beperkte bewegingsvrijheid is er. Het is niet enkel een mentaal besef maar een besef van heel haar wezen.

Johanna voelt de overbodigheid, de droefheid, de schaamte, de wanhoop, het verlies van vertrouwen. Zij voelt dit in het afgesneden zijn van het vermogen om in een volwaardige mens-mens relatie te staan.. In een zeer sterke graad van dementie voelen ouderen met dementie toch met hun hele lichaam een menswaardige relatie aan. Johanna lijdt. Ze voelt zich afgesneden van de menswaardige aspecten van het menselijk leven. Johanna die haar ganse leven zo voor anderen gezorgd heeft, haar hele mens-zijn was hierop gebouwd, moet zich zo afgesneden voelen van de diepste intuïtie betekenisvol te zijn en van het vermogen tussen de mensen te kunnen zijn. Er is een schrijnend verlies van vermogen tot zorgzaamheid. Ze is volledig de greep op haar leven kwijt. En hierdoor ook het vermogen om te hopen op een betere toekomst.

Wie in zijn waardigheid is aangetast, is aangetast in zijn vermogen tot zingeving, wat zelfverlies betekent. De persoonszin, de identiteit van Johanna gaat teloor. (Claes, 2013). Wat gebeurt er bij de dochters en kleinkinderen van Johanna? Doordat hun bewustzijn zich verscherpt en verdiept, ervaren zij een besef van wat wezenlijk is voor hun mens-zijn op het moment dat ze er van afgesneden worden. Zij ervaren een sterk besef van onmacht, namelijk dat ze zijn afgesneden van een belangrijk vermogen: het goed kunnen zorgen voor Johanna. Waarom zijn zij precies daar in hun menswaardigheid geraakt? Waar zijn zij zich van bewust? Ze zijn zich bewust van afgesneden te zijn van het vermogen betekenisvol te zijn voor Johanna. Het gaat hier over het afgesneden zijn van hun diepste intuïties, van wat hen tot mens maakt, het kunnen zorgen voor hun moeder en grootmoeder, op zulke wijze dat zij haar als 'gelukkig' ervaren. Ze voelen zich geschonden in hun mens-zijn. Deze vermogens zijn niet bijkomstig. Ze maken ons tot mens. Het vermogen tot zorgzaamheid kan echter ook 'een bom' worden, wanneer het zorgen ondraaglijk wordt. De intensiteit van de onmacht geeft ons, als hulpverlener, het signaal dat de dochters van Johanna in hun diepste mens-zijn zijn afgesneden (Claes, 2013). Het besef dat wat ons tot mens maakt, niet vanzelfsprekend is, kan ons een diep gevoel van kwetsbaarheid geven. De dochters van Johanna en ook de kleinkinderen worden geconfronteerd met hun eigen eindigheid, de vergankelijkheid van het menselijk bestaan. In onze maatschappij, in onze cultuur waar vooral het jong en perfect zijn wordt aanbeden, is het moeilijk om met de aftakelende mens om te gaan. De verpleging is regelmatig afgesneden van het vermogen om Johanna en haar kinderen en kleinkinderen in hun waardigheid te bevestigen.

## **Gedeelde humaniteit**

Menswaardigheid uit het perspectief 'verpleging' gezien, heeft te maken met 'geraakt worden'. Een geraakt worden door de gekwetste waardigheid van Johanna en haar familie. Het gaat om een pijnlijk getroffen zijn door de precaire situatie van Johanna en haar dierbaren. De verpleging is niet enkel getroffen in de humaniteit van Johanna en haar familie maar ook in haar eigen humaniteit. Men spreekt van gedeelde humaniteit. De ervaring van verlies van menswaardigheid is een gedeelde ervaring. Tenminste, als het een goede verpleegkundige is. De verpleegkundige moet hefbomen vinden om de humaniteit te kunnen herstellen. Dit kan op drie manieren: 1) ze kan er voor zorgen dat ze niet meer geraakt wordt, dit is de 'vluchtweg'. Als ze zich afsluit van de gekwetste waardigheid van Johanna en haar familie, verliest ze ook het risico om haar eigen humaniteit te kwetsen. 2) Morele eeltvorming ontstaat door routine in het zorgen. Ook zo zal de verpleegkundige niet meer geraakt worden. 3) Door verlies van het empathisch vermogen ontstaat een overlevingsstrategie om niet de hele tijd gekwetst te worden bij gedeelde humaniteit. Dit doet zich de dag van vandaag veel voor en dit is spijtig. Het omzetten in een ander copingmechanisme kan pas als je zelf zorg genoeg krijgt. Dan ontstaat er draagkracht. Het geraakt worden door de gekwetste humaniteit van een ander, houdt een risico in (Claes, 2013).

## Het verlies van menselijke waardigheid als hermeneutische bril

We trachten een aantal angsten van en voor het ouder worden in kaart te brengen. We gebruiken hierbij het verlies van menselijke waardigheid als hermeneutische bril. Anders gezegd, doordat we het begrip 'menselijke waardigheid' beter hebben leren begrijpen, kunnen we dit begrip nu gaan gebruiken als lens (Claes, 2013). Angsten kunnen irrationeel zijn, er kunnen noden achter schuilen. Zoals reeds eerder gezegd, gaat het bij Johanna om een veelheid van angsten, in vele lagen. Angst voor fysieke en mentale aftakeling maakt de menswaardigheid van Johanna kwetsbaar. Sociale en relationele angst is nauw verbonden aan de angst voor fysieke en mentale aftakeling.

Bij personen met dementie is er een gevoel van permanent verdwaald zijn met betrekking tot tijd en ruimte. Johanna voelt dit met haar hele wezen. In het verdwaald zijn voelt zij zich 'tot last' van de meest vertrouwde figuren in haar leven, haar eigen kinderen. Dit constant aanwezig gevoel veroorzaakt bij Johanna bijzonder veel verdriet. Tegelijkertijd is er ook de angst voor verlatenheid en overbodigheid, welke de fysieke en mentale aftakeling kan doen versnellen. Johanna heeft het gevoel niet meer van tel te zijn, niet meer zorgwaardig te zijn in de ogen van anderen. Bovendien ervaart ze angst om haar leven niet meer zinvol te kunnen uitbouwen en in een zwart gat te vallen. Alles wat voor haar van betekenis was, haar leven zin gaf, is volledig weggefallen. Er is ook bij Johanna de angst voor de schaamte van het ouder worden. Ooit was zij een fiere, sterke, werklustige vrouw. Zij durft zich niet te tonen aan de anderen, zij verstopt zich in het donkerste hoekje van de leefruimte in het rusthuis. Het schaamtegevoel rond ouder worden is cultureel gebonden. Via de afwijzende blik van de media wordt deze angst versterkt. Ook de individualisering van de maatschappij werkt hieraan mee. Het solidariteitsgevoel, de sociale cohesie ebt stilaan weg doordat mensen onder druk staan, het is 'elk voor zich', ieder probeert zelf zijn 'hoofd boven water' te houden.

Als een oudere in een rust- en verzorgingstehuis terecht komt, weet hij dat hij zich in de laatste fase van zijn leven bevindt. Er is geen weg terug, hij zal deze plaats enkel verlaten als gestorvene. Dit is zeer confronterend. Er is de angst voor de dood en de eindigheid. In onze maatschappij is er geen cultus rond de dood. We geloven niet langer in een leven na de dood, religie en rituelen zijn weggeëbd en maatschappelijk wordt de klemtoon hoe langer hoe meer op het jeugdige, op het hier en nu, op het krachtige lichaam gelegd. De media speelt hierin een grote rol. Hierdoor verloopt het rouwproces veel moeilijker als vroeger. We dienen daarom dringend op zoek te gaan naar nieuwe rouwrituelen. Ouderen zoals Johanna, zoeken nog vaak de kapel op en trekken zich terug in het bidden.

Ook angst voor het gebrek aan respect kan een gevoel van grote kwetsbaarheid veroorzaken bij Johanna. Terwijl zij vroeger bijna als vanzelfsprekend respect afdwong door haar talrijke sociale bezigheden, is deze vanzelfsprekendheid helemaal weggefallen. Hoe kan Johanna nog iets betekenen voor anderen als zwaar gehavend, compleet afhankelijk persoon? De angst voor verlatenheid bij Johanna is terug te voeren, te bekijken, te begrijpen vanuit de kenmerken van verlies van menswaardigheid. Het draait allemaal om de angst afgesneden te zijn van het vermogen om onder de mensen te zijn. En bovendien is er ook de angst van afgesneden te zijn van het vermogen tot hoop. Ook bij een goede ondersteuning kunnen deze angsten bij Johanna toch ontstaan. Je kan als hulpverlener de angst wel temperen maar ze gaat niet weg. Het is namelijk zo dat iedereen zijn bestaan alleen moet dragen. Hoe nabij we ook proberen te zijn voor de ander, ieder moet met zijn eigen onmacht, zijn eigen angsten leren omgaan. Vroeg of laat dient ieder zich los te maken van zijn zorgfiguren en zet hij de stap naar een onafhankelijk leven. In sommige culturen gaat deze stap gepaard met een ritueel.

De volwassen dochters van Johanna hebben altijd een sterke band ervaren met hun ouders. Hun hele leven was gebouwd op 'ijverigheid', dit was voor hen de grootste deugd. Bezig zijn, voor elkaar zorgen, sterk zijn en niet bij 'de pakken blijven zitten', daar draaide het allemaal om. Naarmate hun ouders ouder en meer hulpbehoevend werden, kwamen deze waarden in het gedrang. Stilaan kwam er de aftakeling, de eindigheid voor in de plaats. Toen vader stierf kwam er de angst voor hun eigen eindigheid. Ook de kleinkinderen werden hier voor de eerste keer van dichtbij mee geconfronteerd toen grootvader stierf. Gelukkig was Johanna, de moeder en grootmoeder, er nog. Met veel plezier zijn zij altijd bij haar op bezoek gegaan. In het zorgen voor haar bleven zij altijd veel geluk vinden. Het was een wisselwerking, zij zagen hoe gelukkig zij moeder konden maken met hun bezoeken in het rusthuis. Maar de laatste tijd worden zij getroffen in hun zorgkracht. Johanna reageert op een manier die ze niet begrijpen. Ze lijkt niet meer dezelfde persoon en het is duidelijk dat zij haar niet langer gelukkig kunnen maken. Zo ontstaat bij hen de angst voor verlatenheid en overbodigheid. Het is de angst van een kind dat op het punt staat van wees te worden. De band met de laatste zorgfiguur wordt stilaan doorgesneden. De kinderen en kleinkinderen worden geconfronteerd met hun gehecht zijn. De identiteit wordt in vraag gesteld. Deze angsten die veel onrust veroorzaken bij de volwassenen worden door de kleinkinderen zeer sterk aangevoeld. De angsten veroorzaken familiale chaos.



## **Veranderende (rouw)rituelen in onze samenleving**

Rituelen zijn van alle tijden. 10.000 jaar oude rotstekeningen waarop onze verre voorouders dansend werden afgebeeld, zijn wellicht het bewijs dat mensen reeds in de voorhistorie gebruik maakten van rituelen om de onderlinge band met de gemeenschap sterker te maken en de goden gunsten af te dwingen. Uit de oude Egyptische beschaving en ook van Griekse en Romeinse culturen zijn veel afbeeldingen en beschrijvingen van dans en andere rites als onderdeel van rituelen bewaard gebleven ([www.Danstijd.slo.nl](http://www.Danstijd.slo.nl)). In zijn mooie klassieker 'Rituelen in de Psychotherapie' beschrijft Onno van der Hart (1984) hoe individuen en gemeenschappen over de hele wereld ceremonies vieren op de drempel van ingrijpende gebeurtenissen in het leven, zoals geboorte, huwelijke en dood. De vormen van deze ceremonies mogen verschillend zijn, de functie is wereldwijd dezelfde. De zogenoemde 'rites de passage' hebben de bedoeling om het emotionele evenwicht te hervinden en om een manier te vinden hoe je te gedragen, zowel voor individu als groep. Ze helpen om het dagelijkse leven te herstellen. Deze ceremonies of rituelen zijn wereldwijd altijd uiteengelegd in drie fasen; de separatiefase, een marginale- of drempelfase en een integratiefase. Tijdens de separatiefase maken individuen zich los van oude banden. Vrijgezellenfeestjes vormen hier een voorbeeld van. Ook een begrafenis is een losmaakceremonie. Voor de laatste keer komt iedereen samen die de overledene en de familie kent. De voorschriften zeggen dat je je ingetogen en bedroefd moet gedragen. De tweede fase, de drempelfase, gaat over terugtrekken. De rouwende krijgt een nieuwe status in de gemeenschap, hetzij een hogere, zoals in een huwelijk, hetzij een lagere, zoals na de dood van een echtgenoot. Ook bij Johanna is het aanzien, de prestige die zij, als vrouw van de dorpsbakker, verworven had in de samenleving erg veranderd sinds het overlijden van haar man. Zelfs toen ze beiden reeds opgenomen waren in het rusthuis bleef zij toch nog altijd 'Hanna van de bakker'. Iemands beroep of het beroep van iemands partner is een belangrijke statusindicator. Rouwen gaat niet alleen over het verlies van een geliefde maar ook over het verlies van status, een groep, vrienden en collega's. (Archer, 2001). De derde fase gaat over re-integratie. Na de periode van rouw en bezinning, verwacht de gemeenschap dat de rouwende weer zal deelnemen aan de maatschappelijke processen, zij het vanuit een andere rol en andere status. De weduwe of weduwnaar heeft een andere – vaak lagere – status dan de gehuwde. Weer opnieuw 'deelnemen' is een erg relatief begrip voor Johanna. Bovenop haar nieuwe status van weduwe heeft zij af te rekenen met het gevoel van afname van haar eigen menswaardigheid. Zij heeft een dubbel verlies te dragen.

Op de website van Seniorennet lezen we dat in ons land elk jaar ongeveer 130.000 personen sterven, waarvan er zo'n 2000 jonger zijn dan achttien. Het aantal betrokkenen is echter een veelvoud hiervan en zo hebben telkens honderdduizenden te maken met rouw en verlies. Hoe nauwer de band die we hadden met de gestorvene, hoe groter de invloed van het verlies op ons bestaan en hoe intenser het rouwproces zal verlopen, ook al wisten we al lange tijd dat de dood er zat aan te komen. Gebruik maken van rituelen(of ceremonies) en symbolen zijn een specifieke manier om met rouw om te gaan. Een ritueel, als een geheel en opvolging van handelingen en gebaren (rites), geven mensen de kans hun gevoelens van verdriet uit te drukken, dit kan zowel alleen als in groep. Bij de meeste mensen is iemand begraven, aarde op de kist gooien, as uitstrooien of thuis in een urne bewaren, het graf bezoeken, uitdrukkingen van een krachtig gevoel van definitief afscheid (Cannie; e.a.,2010). Op speciale momenten van het leven, hebben mensen nood aan structuur en diepgang. Rituelen zorgen ervoor dat we onze relaties kunnen verdiepen en verbinding ervaren. Tijdens een ritueel kan men de band met de gestorvene overdenken. Als deze band niet helemaal zonder problemen verliep, kan het ritueel ons helpen ermee in het reine te komen (Damsna, 2012).

Sinds de Tweede Wereldoorlog hebben zich grote veranderingen voorgedaan in onze maatschappij. Men hoort vaak dat deze grootse veranderingen toe te schrijven zijn aan de enorme instroom van migranten (Lucassen en Lucassen, 2011), maar wat nog een groter verschil maakt is dat de maatschappelijke oriëntatie veranderde van gemeenschapsgericht naar individugericht. Vanaf de jaren zestig schaften wij collectieve oriëntaties als godsdienst, politieke ideologie, vakbonden, traditie, volksgebruiken, rituelen en symbolen min of meer af (van Hest, 2012). Alhoewel de dood van een geliefd iemand de meest ingrijpende, verdrietige gebeurtenis is in een mensenleven en het vanzelfsprekend zou zijn dat hier vanuit de samenleving veel aandacht naar toegaat, is de dood hoe langer hoe meer een individueel gebeuren geworden. Binnen een minimum aan tijd is in de moderne manier van begraven alles geregeld, de dode is uit zicht en het openlijk verdriet tonen wordt hoe langer hoe minder op prijs gesteld. Vroeger was de dood een gebeurtenis waarbij de ganse gemeenschap betrokken was. Mensen stierven nog heel vaak thuis, de buurtbewoners waakten samen bij de stervende en nadien, als de overledene gedurende een week vaak thuis opgebaard lag, liepen de mensen in en uit, hielden een dodenwake en droegen samen met de nabestaanden het verlies. Het zien van de dode helpt bij het rouwproces omdat men echt afscheid kan nemen en geconfronteerd wordt met de werkelijkheid: de persoon

is weg, dood en zelf leef je nog. Tegenwoordig wordt deze taak meestal door de begrafenisnemer uit handen genomen en heeft men geen intiem contact meer met de dode. Veel mensen willen zich de overledene herinneren 'zoals hij was'. Mensen zijn te weinig op de hoogte van de mogelijkheden om afscheid te nemen op de eigen manier. Als iemand overlijdt, komt er een 'machine' in werking: de begrafenisondernemer komt, de papieren moeten in orde zijn en er is een tijdslimiet. Terwijl men midden in zijn verdriet en verwarring zit, moet er zoveel geregeld worden. Het lichaam wordt verplaatst naar een koelcel en wordt afgelegd door vreemden. In veel samenlevingen gebeuren de rituelen rond overlijden nog op de traditionele manier. Het dragen van zwarte kledij of een rouwband gedurende een jaar door de nabestaanden maakte dat vroeger de ganse samenleving deze symboliek duidelijk als uiting van rouw (h)erkende en daar dan ook rekening mee hield. Doordat mensen hun verlies in het openbaar konden brengen door middel van gemeenschappelijke rituelen, kon het rouwproces van de nabestaanden veel positiever verlopen (Seniorennet.be). De echtgenoot van Johanna is in het rusthuis gestorven terwijl zij zelf wegens de beroerte niet in de mogelijkheid was om haar man te verzorgen en de regie in eigen handen te nemen. Wellicht verloopt dit uitermate intiem gebeuren, als je verplicht bent dit binnen de muren van een rusthuis te laten gebeuren in plaats van in je eigen vertrouwde omgeving, op een totaal andere wijze.. We kunnen ons afvragen welke gevolgen dit heeft voor het verdere rouwproces van Johanna.

De vaste gebruiken bij het overlijden zijn cultuurgebonden. In elke cultuur kiest men uit één van de natuurelementen waaraan men het afgestorven lichaam toevertrouwt: lucht, vuur, water en aarde. In de West-Europese samenleving is de teraardebestelling heel lang de enige manier geweest waarop men met een afgestorvene mocht omgaan. Dit heeft te maken met de invloed van het christendom, Jezus werd immers in een graf gelegd (Hansen, 2012). De allereerste crematiewet dateert van 21 maart 1932. De kerkelijke goedkeuring kwam echter pas in 1964 (site RKG). Rituelen overstijgen godsdienst. Vaak associëren mensen rituelen met het uiten van een geloofsovertuiging. Veel rituelen en symbolen hebben dan ook een kerkelijke oorsprong. Zoals bijvoorbeeld 'ziekenzalving', toegediend door de priester aan een zieke die in doodsgevaar is waarbij deze wordt gezalfd op voorhoofd en op handen (in oude ritus op voorhoofd, neus, oren, ogen, mond, handen en soms voeten) met speciaal hiervoor gezegende pure olijfolie (Wikipedia). We stellen echter vast dat onze samenleving enerzijds hoe langer hoe meer ontkerkelijkt en anderzijds het aantal mensen met een niet-christelijke achtergrond toeneemt. Voor veel mensen zijn de oude rituelen louter gewoonte geworden zonder betekenis en 'uit de tijd'. Als een rite haar kracht verloren heeft, is het niet langer een rite. Hoeveel troost ervaren mensen nog bij een kerkdienst? Toch betekent dit niet dat we geen ceremonies meer nodig hebben. Mensen gaan op zoek naar hun eigen rituelen waarbij het accent meer op het herdenken van de overledene en de zorg van de nabestaanden wordt gelegd. Ook jongeren vinden de oude rituelen van hun ouders vaak 'ouderwets' en zoeken hun eigen manier om verdriet te uiten. (Venbrux, 2013). In het zoeken naar zingeving, bedenken mensen nu hoe langer hoe meer hun eigen, persoonlijke rituelen en symbolen, een lied, natuur, een kaars, een brief tot de overledene, een reis... Zo kan alles een rite worden, alles wat aan de overledene herinnert kan zowel verdriet als een mooie herinnering aan de overledene opwekken en als dusdanig bijdragen aan de verwerking van de verlieservaring. Een mooi eeuwenoud ritueel om de doden te herdenken, is Allerzielen op 2 november. De traditie stamt uit de Frankische tijd toen abt Odilo in 998 bepaalde dat alle met Cluny verbonden kloosters de gestorvenen moesten herdenken. Mensen zetten die dag bloemen op de graven of bij de urne van overleden verwanten. Selma Damsma (2012) schrijft in het tijdschrift 'Terebinth' (nr. 3, september 2012) een mooi verhaal neer van Liliane die door haar ziekte niet meer tot bij het graf van haar grootmoeder geraakt en daardoor genoodzaakt is deze bij haar thuis te herdenken: *"Twee november herdenk ik oma thuis, omdat ik ziek ben en de reis naar haar graf te veel voor me is. De beslissing haar thuis te herdenken hardop uit te spreken, maakt me bewust en helpt me vervolgens nieuwe mogelijkheden te vinden Allerzielen thuis vorm te geven. Mijn voorbereiding is simpel. Ik leg wat spullen klaar zoals de foto van oma, het kaarsje in de kandelaar met lucifers onder handbereik, twee glaasjes en een fles citroenbrandewijn, oma's favoriete drankje. En niet te vergeten het Mariabeeldje, oma's belangrijkste rolmodel. Ik luister naar onverwachte gevoelens en leg dan oma's kookboek erbij. Telefoon en deurbel schakel ik uit. Dan zit ik in mijn stoel, haal een paar keer rustig adem en word stil van binnen. Als ik mij er klaar voor voel, ontsteek ik de kaars, schenk twee borreltjes in en toost met oma. Haar glaasje zet ik bij de foto, zelf leun ik nippend achterover in mijn stoel. Ik sluit mijn ogen en denk terug aan de tijd dat ik als klein meisje op oma's schoot zat. Ik voel als vanzelf haar veilige armen rond mijn schouders. Opeens ruik ik oma's tomatensoep en begrijp opeens waarom haar kookboek erbij moest zijn. Bladerend in het boek haal ik herinneringen op aan de keren dat we samen kookten. Ik schenk mezelf nog een citroentje in en zoek het recept van de soep die morgen ga maken"* (p. 7). Herdenken geeft men vorm door bij de reden en het doel stil te staan. Men bepaalt het begin door bewust het alledaagse los te laten. Wie herdenkt men, waar in huis en op welke manier herdenkt men? En ter afsluiting, op welke manier rondt men af om naar het leven van alledag terug te keren? Men legt de

spullen die men nodig heeft vooraf klaar en men geeft alles zelf vorm door op eigen wijze 'stil te staan'. Als de herdenking je het gevoel van verbondenheid geeft dan is het goed geweest (Damsma, 2012). Bij ouderen zoals Johanna waarvan de partner gestorven is, zou men af en toe in het rusthuis zo'n persoonlijk herdenkingsmoment kunnen voorzien waarbij men samen op zoek gaat naar een creatieve, persoonlijke manier om de partner te herdenken.

Deze nieuwe en persoonlijke rituelen kunnen nog altijd begrepen worden uit het verlangen naar een gevoel van verbondenheid met een gemeenschap maar ook met zichzelf of met de natuur als 'het grote geheel'. Hoe meer men er in lukt dat gevoel van verbondenheid te realiseren, hoe meer de gemeenschap en de persoon zelf het verlies en de rouw zal erkennen. Op die manier hebben afscheidsrituelen altijd een dubbele functie. Enerzijds zorgen zij ervoor dat mensen bij de rouwverwerking zelf staande blijven en niet verscheurd geraken door hun intense (rouw)gevoelens als angst, wanhoop en machteloosheid – anderzijds zorgen gemeenschapsrituelen voor een brede basis van herkenning van deze gevoelens (Wouter, 2013). Een mooi voorbeeld van een afscheidsritueel dat sterk verbonden is aan het proces van afscheid nemen en waarbij de naaste familieleden en vrienden van de overledene samenkomen, is 'de koffietafel'. In onze streken is het nog altijd de gewoonte om na de uitvaart samen iets te eten en te drinken en ondertussen herinneringen op te halen. Ook bij moslims vindt men deze verschuiving van kerkelijke naar meer persoonlijk gezochte rituelen terug en stelt men een toenemende creativiteit vast in deze toch wel sterk traditionele uitvaartcultuur (Enklaar, 2009). Cas Wouters (2013), Nederlandse socioloog, beschrijft in zijn werk 'Ik rouw, wij rouwen' dat mensen in hun natuurlijke behoefte aan verbondenheid, gelijk uit welke cultuur zij ook komen, nog maar moeilijk bevredigd geraken door een tekort aan sociale cohesie en dat de samenleving zich dringend vragen moet stellen over hoe mensen weer kunnen worden opgenomen in een 'grote en sterke sociale eenheid'. Dat afscheidsrituelen van wezenlijk belang zijn bij het verwerken van (oud) verdriet, maakt psycholoog en groepspsychotherapeut Frits van Hest (2013) ons duidelijk. Van Hest is psychiatrisch hulpverlener voor asielzoekers en vluchtelingen bij de Gelderse Roos, een groot en parkachtig terrein voor geestelijke gezondheidszorg in Wolfheze in Nederland. Hij zag hoe gedeprimeerd, boos en angstig mensen zich konden voelen als zij in het verleden niet de kans hadden gekregen om op de, voor hen juiste, persoonlijke manier een ceremonie uit te voeren, zoals bij voorbeeld een dierbare overledene begraven. Van Hest stelde vast dat zowel het individu als de bijhorende gemeenschap zich hierdoor voor lange tijd ontregeld kan voelen. Wat dan weer kan weer kan resulteren in agressieve gevoelens en gedrag. "Het gaat hier soms over mensen die hun hele familie vermoord hebben zien worden en daarom naar Nederland zijn gevlucht. Zij hebben niemand kunnen begraven, geen afscheid kunnen nemen. En dat terwijl de rouwverwerking een onmisbaar aspect is in de therapie.", zegt van Hest (2013). Om geestelijk weer gezond te worden, stelde hij deze mensen in de mogelijkheid de afscheidsceremonies alsnog te volbrengen, met veel positief resultaat tot gevolg. Mensen voelden zich opgelucht en konden weer verder met hun leven. Na een tijd zag Van Hest de groeiende behoefte aan een vaste rouwplek op de instelling, die meer kon bieden dan de al aanwezige begraafplaats in de gemeente. Aanvankelijk probeerde hij het probleem van de rouwverwerking als volgt op te lossen: "We hielden gezamenlijke rituelen en gingen met patiënten en personeel lopend in een stoet, naar een fictieve begraafplaats om daar iemand in gedachten te begraven. Maar dat was allemaal zo symbolisch, zo ontastbaar (van Hest, 2012). Logischerwijs moest er meer tastbaarheid en structuur komen. Een vaste plaats waar mensen kunnen slaan, schreeuwen en huilen – rouw verwerken, op welke manier en op welk tijdstip dan ook. De universele elementen uit de verschillende culturen en religies werden samengevoegd in een spiraal want dat is bij uitstek de vorm die openheid, maar ook geborgenheid voorstaat. Omdat het kunstwerk in dienst staat van de patiënten, heeft men samen met hen de maquette samengesteld. Op hun verzoek is er een aanpassing gemaakt: een wasgelegenheid. Sommige mensen willen hun voeten wassen en anderen weer hun mond spoelen, voor ze in gebed gaan. Achter de Klaagmuur, een aflopende muur van baksteen en brokstukken in de vorm van een spiraal, is nu een laaghangende wasbak. Als iemand zich wast loopt het afvalwater het kunstwerk 'in'. Het water neemt alles mee, het spoelt en reinigt. Dat 'afvalwater' waarmee iemand zich gereinigd heeft, hoort dus ook in het kunstwerk thuis en heeft een sterke symboliek. De andere elementen die gebruikt zijn, zijn net zo belangrijk. Er hangen metalen platen, daar kunnen mensen op slaan en trommelen of de naam van degene die ze missen, kerven. Het element vuur kan de bezoeker zelf toevoegen. In de muur zitten kleine nisjes waar kaarsen en waxinelichtjes in gezet kunnen worden. Van dit ritueel wordt vaak gebruik gemaakt en de wind neemt alles mee, zelfs een schreeuw. De aarde rond het kunstwerk kan gebruikt worden om dingen te begraven: briefjes, voorwerpen en, symbolisch, geliefden. Van Hest heeft deze mogelijkheid al vaak benut. "We gaan weleens met een voorganger, een imam of pastoor, naar de Keerkring, zoals deze afscheidsplek werd genoemd. Daar verrichten we dan een handeling voor een van de patiënten. Het helpt alleen al om een persoonlijk briefje te begraven en ritueel af te dekken met zand. Je ziet dat het oplucht. En dat merk je ook. Vooral op de terugweg: dan komen er opeens heel mooie verhalen los. Positieve en

gekoesterde herinneringen aan het verscheurde thuisland komen opeens, soms na jaren, opborrelen.” (van Hest, 2013). Van Hest (2012) beschrijft de gevoelens van een vluchteling uit Syrië: *‘Als ik hier op deze plaats kom, word ik rustig. Deze plek betekent veel voor mij. Als ik er naar kijk geeft het me kracht voor de toekomst. Omdat ik in de oorlog vier familieleden heb verloren: mijn vader, twee zussen en een broer. Het is veel verdriet. Hier kan ik voor hen bidden, en voor alle andere mensen die vermoord zijn in de oorlog. Hier kan ik aan hen denken, met hen praten. Misschien horen ze mij. Het maakt het leven zachter voor mij en warm. Alsof er een kaars aangestoken wordt. Ik hoop dat deze plaats zo voor veel mensen een goede plaats voor herinneringen en ook voor de toekomst zal zijn. En beterschap voor iedereen’* (p. 17).

In een rust- en verzorgingshuis voor ouderen zou een dergelijk herdenkingsplek er als volgt kunnen uitzien: Het zou een herkenbare, veilige plek binnen het terrein van de instelling moeten zijn, met duidelijke begrenzing maar ook niet zodanig begrensd dat de deelnemers aan een ritueel zichzelf opgesloten zouden voelen. De plek zou niet specifiek moeten verwijzen naar een geloof, natie of etniciteit maar ook niet te algemeen en zonder betekenis moeten zijn. De plek zou moeten uitnodigen voor het verrichten van verschillende symbolische handelingen zoals het begraven of verbranden van symbolische tekens, het uitstorten van as, het opstapelen van stenen, het graveren van namen, enzovoort. Het zou moeten uitnodigen voor meditatie ergens kunnen zitten, gebed, jezelf wiegen, met gebogen hoofd ergens staan, knielen. Maar je zou er ook moeten kunnen schreeuwen, slaan en schoppen. Met een sterke nabijheid van natuur. Natuur is van alle tijden en oude mensen voelen zich buiten in de natuur intuïtief tot rust komen, ze voelen zich haast als vanzelf opgenomen in ‘een groter geheel’. Naast de ‘stille ruimte’ of de kapel die meestal voorzien is alle rusthuizen, zou er ook een meer organische plek moeten bestaan, buiten en vlakbij het rusthuis, gemakkelijk bereikbaar voor iedereen. Johanna zou er een steentje kunnen neerleggen met de naam van de overleden echtgenoot erop, haar kleinkinderen zouden er een persoonlijk briefje kunnen onderstoppen terwijl ze op de achtergrond vogelgeluiden horen. Of ze zouden er samen als eerbetoon aan vader en grootvader ‘de patisseriebakker’ een gebakje kunnen eten op zijn verjaardag.

Op internet vindt men tegenwoordig talrijke websites van rituelenbegeleiders die ceremonies en workshops rond overgangsmomenten in het menselijk leven aanbieden. Zo is er bijvoorbeeld de site van Marion Kuiperi ‘Ruimte voor rituelen’. Zij organiseert rituelen rond sterven en dood, zoals ‘het bezingen van je overleden dierbare’. Via het bezingen wil zij mensen verbinding laten voelen met de overledene zodat men kan laten horen hoeveel men nog steeds van hem/haar houdt, ‘misschien wel meer dan ooit’ (Kuiperi, 2013). De Nijmeegse hoogleraar antropologie Eric Venbrux heeft een speciale onderzoeksgroep opgezet. Sinds 2007 leidt hij het programma ‘Refiguring Death Rites’. In 2009 bracht de onderzoeksgroep een eerste bundel uit met bijdragen over verschillende vormen van rituele creativiteit. Want dat is het centrale begrip waarmee de recente ontwikkelingen rond uitvaart en rouw het beste zijn te karakteriseren. De bron van de rituele creativiteit en improvisatie ligt in de onverminderde behoefte aan rituelen. Zonder dat is het moeilijk afscheid nemen van de doden. Maar de traditionele dodenriten worden als onbevredigend ervaren. De rol van de priester neemt af en de uitvaartrituelen vragen om verandering. Nabestaanden gaan zelf een actievere rol spelen en bespreken de uitvaartrituelen tegenwoordig met de uitvaartondernemer. Over de nieuwe creativiteit in de uitvaart- en rouwcultuur is veel discussie. Zijn de ‘nieuwe rituelen’ echt nieuw, kun je een ritueel wel ‘uitvinden’, of borduurt men voort op bestaande tradities? Volgens Venbrux is het vooral dat laatste. Bestaande rituelen worden heruitgevonden, verdwenen vormen keren terug en er ontstaan nieuwe combinaties van oude rituelen. Dat mondt soms uit in creatieve composities van elementen van heel verschillende herkomst, wat Venbrux verleidt tot de term ‘rituele bricolages’. Daarin is plaats voor elementen uit andere culturen (dankzij de toename van het aantal immigranten en de grotere mobiliteit in de samenleving) en uit niet-christelijke religies. De toegenomen ‘rituele knutselarij’ wordt gestimuleerd door de uitvaartbranche, die benadrukt dat uitvaarten vooral uniek, persoonlijk en origineel moeten zijn. De rituele creativiteit komt op verschillende manieren tot uiting: bij beemmonumenten, lichaamsdonatie, virtuele monumenten op internet en monumenten voor doodgeboren kinderen. Sinds de asbestemming vrij is gegeven, is er een waaier van mogelijkheden ontstaan, van tatoeages tot lancering van de as in de ruimte. Op natuurbegraafplaatsen kunnen overledenen worden begraven op een zelfgekozen plek onder een boom of aan de rand van het bos. Ook kan de as van een overledene hier worden verstrooid of begraven. De natuurbegraafplaats, waar geen hekken omheen staan, staat voor vrijheid en verbondenheid met de natuur. Ze is bovendien niet alleen bedoeld als plek om te herinneren, maar vooral waar mensen elkaar en de doden kunnen ontmoeten (Venbrux, 2013). Het is belangrijk dat al deze rituele creativiteit niet stopt vanaf het moment dat iemand in het rusthuis wordt opgenomen maar dat men blijvend op zoek gaat met de bewoner en zijn of haar familie naar mogelijkheden en kansen om samen de dierbare overledene te blijven herdenken en zo verbondenheid te brengen tussen heden, verleden en toekomst. Aandacht hebben voor het herdenken

van Jean, is een manier om Johanna, haar kinderen en kleinkinderen met elkaar te verbinden en meer menswaardigheid te creëren.

## **Hoe menswaardig omgaan met de angst van en voor het ouder worden ?**

Na alle kommer en kwel van het ouder worden in het vizier te hebben gebracht, komen we nu bij de positieve dimensies. Als oudere, mantelzorger, hulpverlener, verpleegkundige of beleidsmaker kunnen we hierbij twee verschillende pistes bewandelen. Er is het traject van de aanvaarding, wat we kunnen zien als de 'oosterse weg'. Als we voor deze weg kiezen proberen we onszelf af te vragen of al de eerder beschreven angsten wel echt hoeven. We aanvaarden dat we definitief de weg zijn ingeslagen van het afscheid nemen. We stellen ons in op het doorlopen van een rouwproces. We beseffen maar al te goed dat alles vergankelijk is in het leven, ook onze menswaardigheid, ook onze vermogens. De kunst van het leven is afscheid te kunnen nemen van al deze dingen. Als tweede piste is er de piste van het creëren van contexten van menswaardigheid. Dit is de activistische weg, men gelooft sterk in de maakbaarheid van de mens. Men kan het zien als eerder de 'westerse weg'. Men tracht leefcondities te creëren die mensen leiden naar meer menswaardigheid. Men legt zich niet neer bij het verlies van menswaardigheid.

Zo gaat een andere context de kwetsbare capaciteiten van de oudere versterken. Het is de weg van empowerment waarbij de oudere terug in zijn krachten wordt gezet. Door de context te verbeteren, vindt de oudere terug aanknopingspunt bij dat wat meer menswaardigheid biedt (Claes, 2013). Beide pistes kunnen tegelijkertijd worden bewandeld, ze vullen elkaar aan. Als we teruggaan naar onze casus, kunnen zowel Johanna als de kinderen en de hulpverlener/verpleegkundige veel rust vinden bij het volgen van de weg van aanvaarding. Het gaat hier over het leren loslaten, loslaten van elkaar, loslaten van de hechte 'moeder-kind' band, beseffen dat alles eindig is en zich oefenen in het onthechten. Mantelzorgers verwoorden het al eens als een verlies van hun normale leven en zelfs verlies van een stadium uit hun leven. Een heel specifiek verlies bij dementie betreft de relatie van de dementerende persoon. Bij dementie wordt de mantelzorger niet alleen geconfronteerd met het verlies van de gezondheid van hun familielid, de dementerende persoon wordt geleidelijk aan een vreemde. Mantelzorgers geven aan dat het niet meer de persoon is die ze zo lang en zo goed hebben gekend. Zo ontstaat er ook het verlies aan wederkerigheid in de relatie, aan vertrouwdheid en aan intimiteit. De mantelzorger kan rouwen om het verlies van waardigheid van de dementerende (De Lepeleire, 2007).

## **Het nut van het alleen-zijn**

De omgeving maakt zich zorgen over het feit dat Johanna zich wil terugtrekken in een afgelegen hoekje van de leefruimte. Zij geeft duidelijk aan dat zij niet wenst deel te nemen aan het gemeenschapsgebeuren. Mensen hebben dan de neiging om dit gedrag als negatief te bestempelen en men gaat er van uit dat Johanna zich ongelukkig voelt. Maar is dit wel echt zo? Micheline Baetens (2005) ziet het vermogen om alleen te zijn eerder als een noodzakelijkheid voor ons geestelijk en lichamelijk functioneren. In tijden van grote mentale veranderingen, zoals het overlijden van een partner of de toenemende lichamelijke en geestelijke aftakeling zoals bij Johanna, kan er een grote behoefte bestaan aan een fundamentele heroriëntatie op de betekenis van het bestaan. Intermenselijke relaties worden vaak gezien als de oplossing voor menselijk leed. Dat het alleen-zijn ook emotionele steun kan bieden, wordt in onze cultuur niet vaak erkend. Het verwerken van de verlieservaring zoals een sterfgeval maar evengoed een scheiding, een relatiebreuk, verlies van autonomie, kost veel tijd. In zijn boek 'De kracht van het alleen-zijn' vertelt Anthony Storr (2002) dat op het Griekse platteland vrouwen die iemand verloren hebben, vijf jaar in de rouw blijven. Gedurende die periode gaan zij in het zwart gekleed, gaan dagelijks langs het graf van de overledene en voeren er gesprekken mee.

Mensen maken gebruik van verdedigingsmechanismen om pijnlijke gevoelens uit de weg te gaan, wat het verloop van het rouwproces bemoeilijkt. Sommige van deze mechanismen worden nog versterkt doordat onze maatschappij eerder een afkeer heeft van het openlijk tonen van emoties en veel waarde toekent aan zelfbeheersing. Omgaan met iemand die in rouw is, is moeilijk voor mensen, ze weten niet altijd goed wat er van hen juist verwacht wordt. Iemand die niet klaagt, valt zijn omgeving niet lastig en mensen hebben dan het gevoel dat alles goed is. De persoon wordt dan bewonderd om zijn 'moed en uithoudingsvermogen'. Deze bewondering is echter misplaatst. Mensen die het rouwen uitstellen, kunnen jaren later nog een onbedwingbare uitbarsting van verdriet krijgen. Zij hebben in het algemeen meer lichamelijke en psychische klachten. Rouw is een voorbeeld van een langdurig mentaal proces dat moet lijden tot een verandering in levenshouding, inzichten en gewoontevorming. Hoewel men veel steun kan ondervinden van mensen uit de omgeving, is het verwerken van verlies een eenzaam proces dat nooit volledig met anderen kan worden

gedeeld en dat zelfs door afleiding eerder wordt gehinderd dan geholpen (Baetens, 2005). In de jaren vijftig zag men 50-plussers nog als personen waar gewoonteveranderingen nauwelijks nog mogelijk waren. Daarna heeft men ontdekt dat zelfs hoogbejaarde mensen in staat zijn te veranderen en nieuwe attitudes te ontwikkelen. Het is eerder een eigenschap van de persoonlijkheid om zich in veranderende omstandigheden moeilijk te kunnen aanpassen.

Het alleen-zijn vergemakkelijkt het veranderen van attitudes. Dit geldt voor zowel jonge als oude mensen. Grote religieuze en wereldse leiders hebben zich doorheen de menselijke geschiedenis vaak teruggetrokken in eenzaamheid om tot grote inzichten te kunnen komen. In onze overbevolkte en lawaaierige wereld is het echter hoe langer hoe moeilijker om de vrede van het alleen-zijn te kunnen vinden. Geluid is alom aanwezig zodat mensen zich ongemakkelijk voelen als het stil is. Als we ons bewust afzonderen van onze omgeving, bevordert dit zowel het contact met onszelf als ook het contact met de diepere zingeving van ons bestaan. Onze identiteit wordt voor het grootste deel bepaald door de interacties met mensen rondom ons. De omgeving verwacht dat we deelnemen aan de handelingen van elke dag. Het ontsnappen aan de dagelijkse druk van het gewone leven biedt een kans om onszelf te vernieuwen. Het bewust blijven stilstaan bij grote en kleine verlieservaringen in ons leven en dat een afscheid ook goed kan zijn, kan ons een gevoel van rijkdom geven om hetgeen wat afgesloten is en doet ons meer de werkelijke waarde beseffen van datgene waar we afscheid van nemen, waardoor we er meer van kunnen nagenieten. Het brengt ons een besef van hoeveel geluk we hebben om dit te hebben mogen ervaren. Hiervoor hebben we echter tijd en rust nodig. Liefde en vriendschap maken uiteraard dat het leven de moeite is om geleefd te worden, maar zijn niet de enige bronnen van menselijk geluk. Menselijke relaties mogen niet worden opgevat als de enige weg tot persoonlijke vervulling. Mensen die alleen leven, zijn niet per definitie ongelukkig. *'Datgene wat in een mens omgaat als hij alleen is, is minstens even belangrijk als wat zich afspeelt in zijn relatie met anderen. Ons hele leven staat in teken van twee tegengestelde drijfveren: de behoefte aan gezelschap, liefde en alles wat ons dichter bij onze medemens brengt en de behoefte aan onafhankelijkheid en autonomie. Het vermogen om alleen te zijn is minstens even belangrijk als het vermogen om relaties aan te gaan. Om het met Montaigne te zeggen: "Wij moeten een klein achterkamertje, dat helemaal van onszelf is, volledig vrij houden, een kamertje waarin we werkelijk vrij, vrij en alleen kunnen zijn" (Baetens, 2005).*

## **Symbolische betekenis van menswaardigheid**

Men aanvaardt het onherroepelijk verlies van menselijke waardigheid. De band met de humaniteit wordt symbolisch hersteld. De natuur zelf bezit een sterke symbolische waarde, ze staat voor kwetsbaarheid, vergankelijkheid, hoop, eeuwigheid, herstel, loslaten, sterven, verbondenheid, opgenomen worden in een groter geheel, er door gedragen worden. Maar ook een eenvoudig knutselwerkje van Tuur, speciaal gemaakt voor 'zijn bewoner' of een 'kruisje door Johanna op het voorhoofd van 'haar kind' gezet – is een belangrijke symboliek in het ganse gebeuren. Zowel het werkje als het kruisje symboliseren dankbaarheid voor wat de andere gedaan heeft. Ze symboliseren tevens de verbondenheid tussen deze twee personen. Er is een schenken en een dankbaar ontvangen. Hoe moeten we de symbolische betekenis van menswaardigheid begrijpen? De symbolische bevestiging ligt in een gebaar, in een symbolisch handelen, een handelen met een evocatieve kracht. Het roept iets op. De ander wordt in zijn menswaardigheid geëvoceerd. De zorgcapaciteit wordt symbolisch 'gevierd', zowel bij Johanna als bij Tuur (Claes, 2013).

Waarom is dat symbool nodig? Het symbolische overstijgt hun tekorten en ontdoet hen van hun tekorten. Het schenken is het aanvaarden van het tekort van de ander, het aanvaarden is het aanvaarden van het eigen tekort. Johanna is niet in staat geweest de sterke, sociale, zelfstandige, hulpvaardige vrouw te blijven. Zij kan niet langer voor haar kinderen, kleinkinderen en voor zichzelf zorgen zoals ze het in het verleden altijd gewend is geweest. Tuur is niet in staat geweest de scheiding van zijn ouders, het sterven van zijn grootvader te voorkomen, al het leed in de wereld te helen. Hij is niet in staat het kind te zijn dat zijn ouders zo graag zouden willen. Er is een context van machteloosheid. Door middel van een symbool wordt dit toch gehumaniseerd. Johanna en Tuur hebben zelf een symbool gesteld: door voor dit ene kind te zorgen in het bos, door de rolstoel te duwen, door tijdens deze wandeling het rollenpatroon te doorbreken. Zij hebben zich symbolisch geëvoceerd. Je kan ook aan jezelf schenken: ik verdien geduwd te worden, ik verdien dat men mij lief vindt. Johanna die een gebedje prevelt voor haar gestorven man en kinderen, Tuur die met wat hulp een deur tikkert voor de boomhut die zijn ondertussen gestorven grootvader voor hem heeft gemaakt. In het kader van het ouder worden zit er een piste in deze symboliek om aansluiting te vinden bij menswaardigheid. De klok kan niet worden terug gedraaid, de aftakeling is onherroepelijk. Via symboliek kunnen we aanknopingspunten vinden bij wat de oudere tot mens maakt. Oog en eerbied hebben voor andermans symboliek is belangrijk. Zo kan het bidden van Johanna worden gezien als een sterke symboliek van de wens om te blijven volharden in het

zorgen voor anderen en tegelijkertijd haar eigen kwetsbaarheid te aanvaarden. Symboliek is belangrijk maar is echter niet voldoende om onze angsten rond het ouder worden weg te nemen. Aan de weg van de aanvaarding dient nog te worden getimmerd in onze westerse cultuur. Onze samenleving volgt hoofdzakelijk de westerse weg, men grijpt in in de context, in de leefwereld van de ouderen terwijl er aan de weg van de aanvaarding weinig aandacht wordt geschonken (Claes, 2013).

## Conclusie

Het ouder worden gaat gepaard met angst voor het ouder worden. Deze angst vindt zijn oorsprong in de angst om het verlies van menselijke waardigheid. Om deze angst te leren verstaan, dienen we zicht te krijgen op het begrip 'menselijke waardigheid'. Via het verkennen van het begrip 'menselijke waardigheid' gaan we echter ontdekken dat in het ouder worden ook groeikansen zitten. In onze maatschappij die het zo moeilijk heeft, is het belangrijk te blijven kijken naar groeikansen. We kunnen deze groeikansen duiden, articuleren, verhelderen aan de hand van 'menselijke waardigheid'. Het begint allemaal bij het aanvaarden van de eigen kwetsbaarheid, de eindigheid. Natuur levert ons hier een prachtige symboliek. Elke mens heeft recht op een menswaardig bestaan. Dit recht kunnen we verbinden met 'mensenrechten' en 'rechten van ouderen'. We kunnen ons afvragen wat het betekent, wat je nodig hebt om een menswaardig bestaan te leiden. We kijken hiervoor naar de context en we creëren de juiste condities.

Het begrip 'menselijke waardigheid' zal zijn belofte pas kunnen waarmaken als dat begrip 'conceptueel verfijnd' wordt. We leggen hierbij de klemtoon op het feit dat we als mens ontwikkelen binnen relaties en dat we daar onze identiteit verwerven. (Meurs, 2013) Het is een fundamenteel menselijke paradox dat we meest van al onszelf worden in relaties. We kunnen dat niet helemaal op onszelf alleen (Meurs, 2013). Typisch menselijk is het verlangen om verlangd te worden door een belangrijke andere persoon en de nood aan de spiegel die anderen ons kunnen voorhouden. Zo kunnen we onszelf ontdekken en begrijpen in de spiegel die de ander voor ons is. Het verlangen door de ander erkend te worden, erkenning te vinden en te krijgen in relatie met anderen, is zeer fundamenteel in onze menswording. Onze zelfervaring en -waardering hangt dus in die zin in zekere mate af van het beeld dat anderen over onszelf voorhouden. Aandacht dient te gaan naar de belangrijke rol die de media hierin speelt.

Het ouder worden als ethisch vraagstuk leunt qua aanpak aan bij ethiek en deontologie van de hulpverlening. Een kritische reflectie in verband met onze tradities durven maken, is belangrijk. Dit maakt het verschil tussen moraal en ethiek. Ouder worden heeft zoveel facetten en uitdagingen. Dit nodigt ons uit om contact te maken met onze diepste intuïties. Die intuïties en diepliggende waarden moeten worden benoemd en hierbij dient men kritisch distantie te nemen (Claes, 2013). Door de vergrijzing van de samenleving neemt het aandeel ouderen in stijgende lijn toe. Dit zorgt ervoor dat het beleid vanuit verschillende niveaus inzet op solidariteit tussen de generaties. De Europese beleidsmakers willen het thema van intergenerationale solidariteit onder de aandacht brengen en nadenken over toekomstgerichte beleidssporen die generaties binden en niet scheiden. De impact van de veroudering is veel groter dan men tot hiertoe meende. In de toekomst zullen de politieke beslissingen onvermijdelijk met de intergenerationale dimensie rekening moeten houden, en het zijn die politieke beslissingen die het al dan niet mogelijk zullen maken banden tussen de verschillende leeftijdsgroepen te scheppen en te onderhouden (Vormingplus, 2012). Hoe zwakker het 'collectief' om voor de oudere in te staan, hoe zwakker de positie van de oudere en hoe groter de angst. Het is belangrijk dat Johanna zich omringd weet en voelt door verpleegkundigen en mantelzorgers die met veel respect en empathie met haar omgaan en voor haar zorgen (Claes, 2013).

Welke verantwoordelijkheid draagt de overheid in het verhaal van de zorglast? Hoe kan de overheid de balans tussen draaglast en draagkracht in evenwicht houden? Er is hoe langer hoe meer een verschuiving gaande van residentiële opvang naar thuiszorg en mantelzorg. We kunnen ons daar vragen bij stellen. Het is belangrijk dat het beleid voldoende aandacht besteedt aan zorg voor ouderen en hier de nodige budgetten voor vrijmaakt.

Als kiezer dienen we oog te hebben voor de politieke programma's die de verschillende partijen ons voorleggen. De intergenerationale solidariteit is niet iets wat kan worden opgelegd. Er moet dag na dag aan worden gewerkt. Projecten zoals 'Lente en winter in één dag', waarin men ouderen (al of niet met dementie) en kinderen samenbrengt in een natuurlijke omgeving, zijn mede ingegeven door de afname van sociale cohesie in onze samenleving. Voor een toenemend aantal ouderen leidt dit tot meer eenzaamheid en weinig sociale contacten. Voor veel jongeren zijn de 'ik-cultuur' en de onvrede met de samenleving vaak de basis voor een gebrek aan participatie en soms zelfs tot antipathie. We leren ze niet meer om te zien naar elkaar terwijl door de vergrijzing de noodzaak daartoe groeit. Activiteiten zoals beschreven in deze paper hebben voor beide groepen meetbare voordelen en leveren een bijdrage aan het versterken van de sociale cohesie.

Natuurbeleving slaat een brug tussen de generaties. Bij jonge mensen verbetert de effectiviteit van hun leren,

verandert hun opvatting over ouderen in positieve zin en leggen hierdoor soms contact met ouderen buiten school en project om. Bij ouderen verhoogt het gevoel van eigenwaarde als ze ontdekken dat jongeren iets van hun kunnen leren, terwijl ze ook aangeven dat hun beeld van de jeugd positiever wordt.

De meesten onder ons ervaren de natuur niet als een stukje van zichzelf, of zichzelf als onderdeel van de natuur. Toch zijn we daar een deel van, dat valt niet te ontkennen. De mens is natuur.. Natuur is echter niet vrijblijvend en is ook niet een hobby van biologen. Natuur is van en voor iedereen. Beleving van natuur is belangrijk om te kunnen groeien in menselijke waardigheid en een voorwaarde voor een gezonde samenleving. Uiteindelijk is er dan nog het perspectief van mezelf, als natuurgids. Ook ik word als 57-jarige stilaan geconfronteerd met mijn eigen ouder-woorden en eindigheid. Mijn vader is vorig jaar overleden, 5 maanden na de diagnose van agressieve longkanker, wat me in heel mijn wezen diep heeft geraakt. Op het moment dat ik werd afgesneden van wat wezenlijk was voor mijn mens-zijn, namelijk kind kunnen zijn van mijn vader, ervoer ik verlies van menswaardigheid. Het ging gepaard met een diep inzicht. In dat besef kwamen mijn diepste intuïties boven. Het was gek, terwijl ik er tot dan van overtuigd was geweest geen problemen te zullen hebben met het verstrijken van mijn levensjaren, geen angst om het ouder-woorden te zullen ervaren, kwam ik nu tot de bittere vaststelling dat deze angst ook mij bij de keel greep. Ook ik moet me leren losmaken van de persoon die ik vroeger was. Bij voorbeeld, vroeger had ik energie voor tien, nu dien ik deze zorgvuldig te doseren. Als ik met de kinderen en ouderen door het bos stap, ervaar ik dankbaarheid, vreugde, troost in het kunnen relativeren van de vergankelijkheid. Ik bewandel de oosterse en de westerse weg als bosgids. Ik leer aanvaarden en creëer voor mezelf een andere context. Hier krijg ik kansen om te groeien in menswaardigheid, mijn leven zinvol te maken en in relatie met de anderen mezelf te ontmoeten.



# Hoofdstuk 3: Intergenerationele verbondenheid en solidariteit

*'Kinderen zijn zo heerlijk natuurlijk. Ze kijken niet naar je rimpels of grijze haren of merken niet dat je moeilijk loopt. Kinderen voelen hoe je bent. Voor hen gaat het om je hart en niet om je uiterlijk. Voor hen hoeft je er niet veel jonger uit te zien dan je bent. Je jong zijn komt uit je hart, dat maakt relaties tussen kleinkinderen en grootouders zo uniek.'* (Bisschop, 2012).

## Inleiding

Het aandeel ouderen neemt toe in stijgende lijn. In 2010 bereikten de eerste babyboomers de pensioenleeftijd. De vergrijzing van de maatschappij en het pensioendebat bepaalt de laatste jaren de politieke agenda. en dit zal zeker zo blijven de eerstvolgende decennia. Dit zorgt ervoor dat het beleid vanuit verschillende niveaus inzet op solidariteit tussen de generaties. 2012 was het Europees jaar van 'actief ouder worden en de solidariteit tussen de generaties'. De Europese beleidsmakers brengen het thema van intergenerationale solidariteit in de kijker en willen nadenken over de toekomstige beleidsvisies die generaties binden en niet scheiden (Heylen, Mortelmans, 2012).

## Wat is een generatie?

Als mensen over een generatie spreken, bedoelen ze daar een laag in de familiestamboom mee. Men heeft het dan over vier achtereenvolgende generaties: grootouders, ouders, kinderen en kleinkinderen. Men bekijkt een generatie dan eerder als een levensfase. Generatiesociologen zien een generatie als een geboortecohorte, een groep van burgers die in een bepaalde periode van jaren geboren zijn, bijvoorbeeld tussen 1920 en 1930. Een geboortecohorte wordt gekenmerkt door bepaalde historische omstandigheden. In de periode van 15 tot 25 jaar, eigenen mensen zich de waarden en de normen van die tijd toe, men noemt dit de formatieve periode. Deze periode heeft blijvend invloed op de keuzes en ervaringen in het verdere leven. Generatie-eenheden zijn opvallende culturele stijlen die beeldbepalend zijn voor de hele generatie, zij zijn het etiket dat op de hele generatie wordt geplakt. Zoals de rebelse protestgeneratie, waarvan echt niet alle leden zo rebels waren als dat men in de media afschilderde (Penninx, 2003).

De generatiesocioloog Henk Becker (1992) spreekt van vijf generaties in de twintigste eeuw die elk hun eigen kenmerken hebben en welke bepalend zijn geweest voor de slaagkansen op succes in het leven:

*De vooroorlogse generatie* is geboren tussen 1910 en 1930. Deze generatie ondervindt de economische crisis van de jaren dertig en de Tweede Wereldoorlog aan den lijve. Opgegroeid in een periode van massale werkloosheid en oorlog, kent deze generatie zeer beperkte levenskansen, die haast niet in te halen zijn. Deze generatie is gericht op het veilig stellen van financiële zekerheid, vindt werken het allerhoogste goed, is afkerig van politiek extremisme en draagt waarden zoals soberheid en trouw aan orde en gezag hoog in het vaandel.

*De stille generatie* is geboren tussen 1930 en 1940. Deze generatie groeit op in een periode van wederopbouw na de oorlog., gevolgd door een periode van economische hoogconjunctuur in de tweede helft van de jaren vijftig. Deze generatie profiteert van verbeterde onderwijskansen. De vraag naar arbeid is zeer groot, waardoor zij betere levenskansen hebben dan hun voorgangers. Gedrag en waarden wijken niet sterk af van die van de vooroorlogse generatie. Ook deze generatie vindt hard werken, zuinigheid en trouw aan orde en gezag belangrijk.

*De protestgeneratie* is geboren tussen 1940 en 1955. Deze generatie heeft de grootste omvang van alle generaties. Zij groeit op in een periode van ongekende welvaart en beschikt daardoor over relatief gunstige levenskansen. De protestgeneratie onderscheidt zich van de stille en vooroorlogse generatie door een radicaal ander waardepatroon. Ontzuiling en secularisering zijn hier de oorzaak van. Onder invloed van de opkomende Anglo-Amerikaanse consumptiecultuur herkent de protestgeneratie zich niet langer in de burgerlijke, traditionele waardepatronen van de voorgaande generaties. Het is de eerste generatie die massaal deelneemt aan het hoger onderwijs en daardoor een veel langere periode op school doorbrengt. De schoolperiode wordt

ervaren als een tijd van vrijheid waardoor deze generatie naar believen kan experimenteren. Deze generatie wordt gekenmerkt door waarden als zelfontplooiing, democratisering, gelijkheid van macht en inkomen, individuele vrijheid en politiek engagement.

*De verloren generatie of X-generatie* is geboren tussen 1955 en 1970. Deze periode wordt gekenmerkt door de economische crisis in de jaren zeventig en de massale werkloosheid, vooral onder de schoolverlaters, in de eerste helft van de jaren tachtig. Dit leidt tot relatief ongunstige levensperspectieven die ook de rest van hun levensloop zullen beïnvloeden. Net zoals bij de protestgeneratie staan zelfontplooiing en individuele vrijheid voorop bij de verloren generatie. Wel hecht deze generatie minder belang aan politiek protest, heeft ze een nuchtere kijk op de samenleving en heeft minder verwachtingen.

*De pragmatische generatie* is geboren na 1970. Deze generatie heeft betere levenskansen dan de verloren generatie door het economisch herstel en groei in die periode. Door de kleine omvang van deze generatie zitten de leden elkaar minder in de weg in de strijd om goede banen en inkomens. De waardeoriëntaties van deze generatie wijzen vooral in de richting van een overwegend zakelijke en hardwerkend categorie van individuen (Uit: Becker, H.A., *Generaties en hun kansen*. Amsterdam: Meulenhoff, 1992).

Becker (1992) maakt zelf een kanttekening bij deze typologie: eerder dan mensen vast te zetten in wetmatigheden, gaat het er om het denken in termen van generaties te stimuleren. Hijzelf relateert zijn typologie als hij wijst op de verschillend binnen de generaties.

Volgens Van Steensel (2000) is er na de pragmatische generatie inmiddels nog een jongere generatie ontstaan. Op grond van onderzoek naar trends en stijlen bij jongeren spreekt zij over de nieuwe 'internetgeneratie':

*De internetgeneratie* is geboren na 1980. De komst van internet heeft bijgedragen aan een vorming van een totaal nieuwe generatie. Deze is vanaf het begin geconfronteerd met de nieuwe digitale technologieën die tot het ontstaan van internet hebben geleid. Oude, uit de jaren zestig stammende tegenstellingen als links versus rechts en autonoom versus volgbaar zijn niet meer aan de orde bij deze generatie. Zij groeit op in de jaren 1985 tot 2000, een periode van economisch optimisme, het einde van de politieke bedreigingen, de opkomst van ICT en postmoderne gezinswaarden als openheid en communicatie. Uit een trendanalyse leidt Van Steensel (2000) een nieuw paradigma af voor het begrijpen van de jeugd. Hierin staan twee nieuwe maatstaven centraal: autonomie en inbedding in sociale verbanden. Deze staan bij de jongeren niet tegenover elkaar; ze vloeien in elkaar over. De internetgeneratie bestaat uit overwegend optimistische jongeren die zich zeer autonoom en individualistisch tonen, maar tegelijk zoeken naar wegen om collectieve verbanden weer een centrale plaats te geven in het eigen leven. Inbedding in sociale netwerken zien zij als integraal onderdeel van hun zelfontplooiing. Bedrijven die daar veel aandacht aan besteden, krijgen er trouwe werknemers voor terug. Jongeren hechten veel waarde aan langetermijnpolitiek en verwijten het huidige politieke partijstelsel een overmaat aan kortetermijnbeleid. In hun gedrag als consument zijn jongeren zeer autonoom.

In de samenleving van morgen is het integreren van traditionele en moderne waarden een belangrijke vaardigheid. Dat brengt opmerkelijke voordelen met zich mee voor allochtonen. Met name allochtone jongeren van de tweede en derde generatie hebben van jongs af aan moeten leren zich in twee werelden te begeven: de een meer traditioneel, de ander meer modern getint.

Opmerkelijk is tot slot dat in de samenleving van de internetgeneratie de ouderen er weer veel meer gaan bijhoren. Zij maken een comeback in het sociale verkeer. De hernieuwd nadruk op inbedding en stabiliteit biedt ouderen kansen om hun levenservaring te tonen (Uit: van Steensel, K.M., *Internetgeneratie. De Broncode ontcijferd*. Den Haag: Stichting Maatschappij en Ondernemen, 2000).

De theorieën van Becker en van Van Steensel bieden aanknopingspunten om zicht te krijgen op de generaties die met elkaar te maken hebben. We moeten ons realiseren dat we met jonge en oude mensen te maken hebben die zijn gevormd door hun tijd. Dit heeft als gevolg dat mensen denken vanuit hun eigen referentiekaders en dat de mogelijk bestaat dat zij elkaar daardoor niet altijd evengoed begrijpen. Het positieve is dat mensen elkaar best wel iets te vertellen hebben, interessante dingen die door de andere generatie niet gekend zijn. Men kan zich tenslotte afvragen in hoeverre mensen zich daadwerkelijk lid voelen van de generatie waartoe zij behoren.

## Wat is (intergenerationale) solidariteit?

Volgens Poldermans (2008) is er sprake van solidariteit als er een verantwoordelijkheid – en daarmee een draaglast – ten opzichte van anderen is, waar niet direct een eigen voordeel tegenover staat (Poldermans, 2008). Naast deze informele zorg voor elkaar is er ook de informele solidariteit die deel uitmaakt van de discussie over de betaalbaarheid van de Sociale Zekerheid, de draaglast voor het snel aangroeiend aantal ouderen en een toename van het aantal risicovolle gedragingen bij de jongeren zoals roken, drankgebruik, maar ook sport. In welke mate willen wij de last voor de ander (nog) dragen? Financieel maar ook in de vorm van zorg, tijd en aandacht? Wanneer mensen bereid zijn belangeloos iets voor een ander te doen, is er sprake van informele solidariteit. Men kan zich afvragen in hoeverre mensen bereid zijn steun en zorg te verlenen. En is er dan een verschil te bemerken tussen de verschillende generaties op gebied van zorgsolidariteit (Poldermans, 2008)?

Over het begrip 'solidariteit' tussen mensen is al altijd veel nagedacht en geschreven geweest. Poldermans (2008) schuift 2 klassieke sociologen naar voor, Weber en Simmel. Zij schreven over het ontstaan van relaties, solidariteit en uitwisselingsrelaties op het inter-persoonlijk micro-niveau. Zij dachten na over processen en mechanismen die een rol spelen bij uitwisselingsrelaties tussen mensen. Zij stelden dat geveer en ontvanger bij het uitwisselen altijd streven naar een balans in het geven en nemen. Solidariteit kan worden gezien als een kenmerk van een maatschappij is niet zozeer een waarde of een gevoel. Terwijl de informele solidariteit zich op micro-niveau afspeelt, spreekt Durkheim (Craib, 1997) van een 'collectief bewustzijn' en 'organische solidariteit' op macro-niveau.

Volgens Simmel (1858-1918), socioloog en filosoof, is de uitwisselings-relatie de meest voorkomende sociale relatie in de samenleving. Uitwisseling als '*a sacrifice in return for a gain*' (Simmel, 1971, P.51) ziet hij als: '*the purest and most concentrated form of all human interactions in which serious interests are at stake.*' (Simmel, 1971, p.43). Uitwisseling leidt tot wederkerigheid en creëert verbondenheid tussen mensen, waardoor de samenleving meer wordt dan een verzameling van losse individuen. Er kan alleen maar uitwisseling zijn, als er vertrouwen is. Door het wederkerig geven, ontstaan er gevoelens van dankbaarheid en daardoor wordt er dan weer teruggegeven (Simmel, 1908). Mensen worden met elkaar verbonden door wederzijds te geven. Uit het geven, uit dienst en wederdienst en uit bewuste en onbewuste verwachtingen hierover, ontstaat een sociaal weefsel in de samenleving (Simmel, 1908, p. 590). Volgens Simmel (1908) zou er dus geen sociaal evenwicht en sociale cohesie kunnen zijn in de samenleving zonder dienst en wederdienst, wat men wederkerigheid noemt. Zonder het betrokken zijn op elkaar, een gevoel van dankbaarheid voor elkaar, het trouw zijn aan elkaar, valt een samenleving uiteen en kan er geen solidariteit en sociale cohesie ontstaan (Simmel, 1908).

Schwartz (1967) introduceerde het concept 'de balans van schuld' waarin schenkers en ontvangers betrokken geraken. Mensen willen niet 'in het krijt staan' omdat ze het bijvoorbeeld moeilijk vinden hun dankbaarheid te tonen. Daarom vindt Schwartz dat het eerder om economische relaties gaat dan sociale relaties tussen mensen. Het is net door deze schuldbalans dat de relatie blijft bestaan. Bij het geven en accepteren van 'een geschenk' toont de geveer zich als persoon maar tegelijkertijd laat het geschenk het beeld zien dat de geveer van de ontvanger heeft. Belangrijk volgens hem is dat de wederkerigheid nooit volledige voldoening mag geven want dan zou de relatie ten einde zijn. In het geven kan men, naast materiële of niet-materiële goederen, ook een symbolische betekenis meegeven, waarin de identiteit van zowel geveer als ontvanger duidelijk wordt (Schwartz, 1967). Deze visie werd ook al genoemd in de vorige (ethische) invalshoek van dit eindwerk.

Bij het kijken naar motieven van informele zorg, kan men vier vormen van solidariteit onderscheiden: op basis van gevoelsbanden (attractie), inzet voor doelen en in stand houden van de groep (loyaliteit), gevoel van bij een groep te horen (identificatie) en solidariteit over groeps grenzen en groepsidentiteiten heen (associatie) (Mayhew, 1971, p.74). Hij gaat ervan uit dat solidariteit gebaseerd is op gevoelens van onderlinge verbondenheid. Hij start op het micro-niveau van relaties maar breidt dan uit naar solidariteit binnen de groep en naar solidariteit over groeps grenzen heen. Hij vraagt zich af hoe netwerken zich ontwikkelen in een samenleving. Loyaliteiten ontwikkelen zich doordat er netwerken ontstaan van mensen die met elkaar contact zoeken en voeling hebben met elkaar. Zo ontstaat er langzaam een groep van mensen met gemeenschaps-lijke belangen die men naar de buitenwereld toe wil verdedigen. Hier is dan sprake van solidariteit op meso-niveau, solidariteit op basis van waarden en normen.

Intergenerationele solidariteit wordt door de Amerikaanse auteurs Bengtson & Roberts (1991) omschreven als een begrip met verschillende lagen en betekenissen: “ een manier om het gedrag en de emoties die gepaard gaan met interactie, cohesie, gevoelens en steun tussen ouders en hun kinderen, grootouders en hun (achter)kleinkinderen, doorheen hun relaties op lange termijn weer te geven”. Zij spreken dus van een combinatie van gevoelens én gedrag. Terwijl er vele vormen van solidariteit zijn, gaan het hier expliciet om relaties tussen generaties. Bengtson & Roberts (1991) houden het op de klassieke generaties van grootouders, kinderen en kleinkinderen. En er is sprake van lange termijn: de gevoelens en daden van wederzijdse betrokkenheid manifesteren zich gedurende een lange periode, het is een kwestie van verbonden levenslopen (Bengtson, Roberts, 1991).

De individualisering van onze maatschappij en de daaruit voortvloeiende wijzigingen in relatievormen hebben een grote invloed op het hedendaagse familieleven. Hebben deze veranderingen een negatieve impact op de solidariteit binnen de familie? Soms hoort men wel eens dat het oeroud solidair familiesysteem gedoemd is tot instorten. Doordat mensen ouder worden, leven er nu meer generaties naast elkaar. Het aantal generaties dat samen nog in leven is, is nog nooit zo groot geweest. De periode die mensen tijdens hun leven doorbrengen als grootouder of overgrootouder is nog nooit zo lang geweest. Tegelijkertijd neemt het gemiddeld aantal kinderen binnen elke generatie af. Ook het samenleven van verschillende generaties in een huishouden komt haast niet meer voor. Hierdoor is er een toename van alleenwonende ouderen. Dit is een reden tot ongerustheid, families nemen minder zorg op voor elkaar (De Koker, Jacobs, & Lodewijckx, 2007). Vrouwen nemen traditioneel de zorgende rol op zich binnen families en door dat zij meer uit huis zijn gaan werken, is de ongerustheid rond ouderen nog toegenomen (Heylen, 2012).

Heylen (2012) brengt echter aan dat deze ongerustheid niet terecht is. In onze welvaartstaat kunnen ouderen beroep doen op professionele hulp, vaak gecombineerd met mantelzorg. Ook het alleenwonen van ouderen hoeft niet zo direct een probleem te zijn maar kan eerder worden gezien als een wens tot meer autonomie, een wens om zo lang mogelijk zelfstandig te kunnen zijn. In onderzoek wordt aangetoond dat het dalend aantal kinderen niet noodzakelijk negatief hoeft te zijn voor onderlinge contacten met ouderen. Het zou de informele zorg eerder doen toenemen (Herlofson & Hagestad, 2001).

Intergenerationele solidariteit heeft veel gezichten. Volwassen kinderen zijn de belangrijkste mantelzorgers in hete zorgen voor ouderen. Maar ook ouderen kunnen steun geven aan de jongere generaties. Dit kan financiële steun zijn bij bijvoorbeeld de aankoop van een huis maar kan tot uiting komen in de opvang van kleinkinderen. 60 procent van de Belgische 50-plussers staat wel eens in voor de opvang van zijn of haar kleinkinderen (Igel & Szydlik, 2011). Kerngezinnen moeten hoe langer hoe meer plaats maken voor nieuwssamengestelde gezinnen. Echtscheiding, hertrouw en alleenstaande ouders brengen veranderingen tussen de verschillende generaties binnen een familie. Er heerst onduidelijkheid over de rollen binnen deze families. Er bestaan vragen rond verplichtingen en verantwoordelijkheden van bijvoorbeeld een grootouder ten aanzien van een stiefkleinkind. Ook binnen de oudere generaties komen relatievormen steeds vaker voor. Het aantal gescheiden ouderen nam de afgelopen decennia sterk toe. Intergenerationele hulp, vooral ten aanzien van vader, zou hierdoor in kwaliteit kunnen verminderen. Cijfers voor Vlaanderen tonen echter aan dat er weinig verschillen zijn ontstaan voor het ontvangen van hulp onder de generaties (Mortelmans et al., 2011). Al deze veranderingen binnen de familierelaties zijn niet noodzakelijk negatief voor de intergenerationele solidariteit. Binnen de nieuwe gezinsvormen blijven ouders, volwassen kinderen, grootouders en kleinkinderen elkaar steunen maar deze steun verandert wel voortdurend van vorm. Zo kan het zijn dat bijvoorbeeld een kleinzoon een Facebook-account opzet voor opa of dat grootmoeder leesmoeder wordt in de school van haar kleindochter. Onze samenleving veroudert, mensen zijn geïndividualiseerd maar de solidaire familiebanden zullen volgens Heylen (2012) niet roesten.

## **Intergenerationele contactarmoede**

In onze samenleving leven de verschillende generaties veelal gescheiden van elkaar, in aparte ruimten met elk hun eigen activiteiten en elk gebruikmakend van eigen dienstverlenende systemen die onderling weinig met elkaar te maken hebben. Jonge gezinnen wonen niet meer in de buurt van grootouders en door allerlei stereotypen zoals leren is voor de jeugd, werken is voor de middengeneratie en rusten is voor de ouderen wordt de scheiding tussen generaties nog versterkt en als vanzelfsprekend beschouwd. Over jongeren en ouderen bestaan er bovendien veel negatieve stereotypen. Dit alles maakt dat vooral buiten familiale verbanden maar ook daarbinnen contacten tussen generaties erg schaars zijn geworden (Penninx, 2003). 31%

van de 65-plussers in Nederland heeft weinig tot geen contact met jongeren onder 25 jaar, ook niet met eigen (achter)kleinkinderen. Met de steiging van de leeftijd neemt ook het contact met jongeren verder af. Een op vijf 75-plussers heeft nooit contact met 25-minners (Walker, 1993). In andere Europese landen is de situatie niet anders. Ook jongeren zitten vaak opgesloten in een klein kringetje van leeftijdsgenoten. Daardoor zijn er weinig uitnodigingen om contact op te nemen met mensen die niet tot hun eigen generatie behoren (Van der Lans, 1999). Hierdoor kunnen zich haast geen gepaste omgangsvormen tussen verschillende generaties ontwikkelen. Het beperkt zich tot opgelegde, stroeve normen zoals 'jongeren moeten beleefd zijn voor ouderen' en 'ouderen moeten eraan denken dat zij ook ooit jong zijn geweest'. De contactarmoede tussen generaties wordt maar echt duidelijk als er conflicten ontstaan. Deze conflicten hebben meestal te maken met de strijd om de openbare ruimte tussen generaties die er op een verschillende manier gebruik van willen maken (Penninx, 2003). Jongeren en ouderen staan dan op dat moment lijnrecht tegenover elkaar.

## **Stereotiepe beelden over jong en oud**

Economische zelfstandigheid is in onze moderne samenleving bepalend om als volwaardig burger te worden gezien. Belangrijke statuskenmerken voor de moderne burger zijn een betaalde baan hebben en over veel geld beschikken. De jeugd wordt niet gezien als een volwaardige levensfase op zich maar als een overgangperiode naar de volwassenheid. Door een opleiding te volgen en levenservaringen op te doen, dienen jongeren zich voor te bereiden op hun status als volwassene. Van ouderen wordt dan weer verwacht dat zij de 'hoogste status' van volwassene weer afstaan en een 'stapje terug doen'. Ouderen op pensioen zijn niet meer economisch productief en de samenleving heeft geen hoge verwachtingen meer van hen. Jongeren en ouderen zijn in de actieve politiek ondervertegenwoordigd. Kenmerkend voor groepen met een lage status is dat deze niet de neiging hebben om veel samen te werken. Zij zien daar de voordelen niet van en zijn eerder geneigd de concurrentie met elkaar aan te gaan in de strijd om de schaarse publieke middelen. Beide groepen 'wij, jongeren' en 'wij, ouderen' voelen zich gediscrimineerd en beklagen zich over hun lage status. Het in omloop zijn van veel negatieve stereotypen over jong en oud, bepalen mee hun lage sociale status. Overwegend negatief geladen eigenschappen zoals agressiviteit, gebrek aan verantwoordelijkheidsgevoel, materialisme, egoïsme en onverschilligheid worden aan de jongere generatie toegekend (Diepstraten, Ester en Vinken, 1998; Maassen en Meeuws, 1993). Stereotiepe beelden zijn nooit een goede basis voor communicatie en verbondenheid. Zij delen de wereld in 'wij' en 'zij'. Gevoelens van onveiligheid nemen toe omdat mensen elkaar niet meer kennen. Zowel jongeren als ouderen willen een zinvolle bijdrage leveren aan de maatschappij. Ook bestaan er in onze samenleving veel opvattingen over welke activiteiten mensen in een bepaalde levensfase dienen te ondernemen. Van zodra iemand hier van afwijkt, stelt de omgeving zich daar vragen over. Zo oud en nog studeren? Zo jong en al een kind? Veel mensen ervaren deze maatschappelijk opgelegde verwachtingen als beknoptend. Mensen willen vrije keuzes maken en mensen ontmoeten met dezelfde interesses maar los van de leeftijd (Penninx, 2003). Leeftijdsciscriminatie is op vele vlakken voelbaar in onze maatschappij: bij het aanwerven van personeel kiest men eerder voor een jonge werknemer, ouderen hebben het moeilijk om een woonst te vinden. Ook de kloof tussen de bevolking en de politiek is vaak een kloof tussen generaties, terwijl mensen uit de middenfase het beleid bepalen voor de andere generaties.

## **Intragenerationeel denken**

Mensen van dezelfde generatie zouden in grote lijnen dezelfde opvattingen hebben en gedragingen vertonen. Men verwacht dan van elkaar min of meer dezelfde manier van leven, dezelfde toepassing van waarden en normen. Mensen van dezelfde generatie vinden bij elkaar begrip en erkenning. Dit alles in tegenstelling tot mensen van verschillende generaties. Deze verschillen zo erg van interesses, smaken en denken dat zij elkaar niet kunnen begrijpen. Geloofwaardigheid zou men enkel kunnen vinden in de eigen generatie en niet bij niet-leeftijdsgenoten. Vanuit het intragenerationeel denken kan gemakkelijk angst ontstaan voor mensen van een andere generatie waardoor men zich gaat afzetten tegen andere leeftijdsgroepen. Intragenerationeel denken kan in de hand worden gewerkt door fysieke concentraties van mensen van dezelfde generatie in bijvoorbeeld scholen en rust- en verzorgingshuizen.

## **Georganiseerde intergenerationele ontmoetingen en sociaal kapitaal**

De laatste tijd worden we om de oren geslagen met allerlei berichtgevingen over de GAS-boetes, gemeentelijke administratieve sancties die door de gemeenten zelf kunnen worden uitgeschreven bij overtredingen van de gemeentelijke wetgeving door jongeren vanaf 14 jaar. Het is aan de gemeenten om zelf te bepalen over welke overtredingen het hier kan gaan, meestal is dit sluikestorten of wildplassen. Het bedrag

van de boete kan oplopen tot 350 euro. De bevolking reageert hierop met zeer gemengde gevoelens. Door de willekeur waarmee men de overtredingen kan bepalen, voelen jongeren zich gevisieerd. Ouders opperen dat zij zullen moeten opdraaien voor de 'stomiteiten' van hun kinderen, terwijl die, volgens hen, nu eenmaal eigen zijn aan de leeftijd. Ouderen stellen zich vragen over het gedrag van 'de moderne jeugd', stereotiepen stapelen zich op. Men kan zich afvragen of de GAS-boete als een duidelijk symptoom van een verzuurde maatschappij kan worden gezien en gaat het opleggen van boetes een oplossing bieden bij conflicten?

In zijn publicatie 'De stad van alle leeftijden' stelt Kees Penninx (2003) dat het samenleven van mensen van verschillende generaties systematisch een vaste plek dient te krijgen in de ontwikkeling van sociale stads- en dorpsvisies. Twee begrippen of pijlers staan hierbij centraal: een positieve interactie tussen generaties en toegankelijkheid van de openbare ruimte en van publieke voorzieningen. De positieve interactie of de ontmoeting tussen de generaties, heeft te maken met het stimuleren van empathie en solidariteit met andere leeftijdsgroepen. Toegankelijkheid van de openbare ruimte en van publieke voorzieningen voor alle generaties is hiervoor een voorwaarde. Het zijn de twee pijlers van intergenerationeel lokaal sociaal beleid dat inzet op leeftijdsintegratie ter bestrijding van anonimiteit, onveiligheid en sociaal isolement. Beide pijlers versterken elkaar constant. Deze intergenerationele ontmoetingen kunnen zich afspelen op drie beleidsdomeinen. De pedagogische gemeenschap: in onderwijs en kinderopvang kunnen ouderen zich inzetten als helpers en begeleiders voor kinderen en jongeren bij allerlei activiteiten. Op gebied van wonen, zorg en welzijn kunnen ouderen die in rust- en verzorgingstehuizen verblijven of die zelfstandig wonen, bezoek en hulp krijgen van kinderen en jongeren. En als laatste kunnen jongeren en ouderen in gesprek gaan over conflicten, belangen en omgangsvormen om zo de openbare ruimte in de woonwijk tot een aangename plek te maken om in te vertoeven. Het uiteindelijke doel is het bevorderen van intergenerationele solidariteit. Het is belangrijk na te denken over de betekenis die jong en oud voor elkaar kan hebben en deze te vergroten. Werken aan sociale netwerken is werken aan sociaal kapitaal.

Men dient mensen aan te spreken op hun eigen verantwoordelijkheid en hun competenties te vergroten als het gaat over het omgaan met conflictsituaties. Vaak gaan conflicten over het gebruik van de openbare ruimte en heeft het te maken met verschillend doen en denken tussen leeftijdsgroepen. Belangrijker dan dat mensen zich richten op de beleidstaal van wetgevingen, is dat mensen elkaar taal leren begrijpen. Ook het beleid moet de taal van mensen leren verstaan. De stem van jong en oud kan zich bundelen en meer kracht naar buiten komen. Het ontmoeten van verschillende generaties kan variëren in intensiteit: de contactladder van de sociale integratie heeft verschillende treden. Het kan gaan over elkaar ontmoeten, elkaar beter leren kennen tot elkaar beïnvloeden door hulp, steun, gezamenlijke actie en debat (Duyvendak en Van der Graaf, 2001). Een eenmalig bezoek van een kleuterklasje aan een rusthuis is een minder intensief contact dan een project waarbij tieners wekelijks op huisbezoek gaan bij een oudere.

*'Een intergenerationeel project is een doelgerichte en planmatig opgezette activiteit waarbij twee of meer generaties met elkaar in contact komen om elkaar te helpen, om gezamenlijke belangen te realiseren of om de dialoog aan te gaan voor onderlinge conflicten' (Penninx, 2003, p. 27).*

Een mix van intergenerationele projecten doen in een wijk een positieve dynamiek ontstaan. Vaak kan men verder bouwen op al bestaande activiteiten, men dient niet steeds 'het warme water weer uit te vinden'. Activiteiten kunnen gericht zijn op een gehele wijkbevolking en op specifieke doelgroepen of ze kunnen worden afgewisseld. Men spreekt van activiteiten in de breedte of in de diepte. Er groeit dan geleidelijk aan een samenhangend pakket van intergenerationele activiteiten dat antwoord kan bieden op gevoelens en problemen als onveiligheid en anonimiteit. Intergenerationeel werk kan kaders zoals het lokaal jeugdbeleid, lokaal ouderenbeleid en lokaal sociaal beleid overstijgen en vernieuwen. Het is net omdat jongeren en ouderen veel gebruik maken van voorzieningen in de buurt dat intergenerationele samenwerking een goede invalshoek kan vormen voor sociale wijkontwikkeling waar de belangen van beide groepen aandacht krijgen in een gezamenlijke aanpak.

Als mensen een gevoel van 'eigendom' ontwikkelen (het is 'onze' wijk) gaat dit invloed hebben op de manier waarop mensen met elkaar omgaan in de publieke ruimte (Van Dijk, Flight e.a., 2000; De Hart, 2002). Bij veel intergenerationele projecten zien we dat ouderen ook anders gaan denken over allochtone jongeren, plots speelt de afkomst minder een rol omdat het 'eigenlijk ook gewoon maar jongeren' zijn. De levensloop van mensen is cultuuroverstijgend. Het is verrassend hoe bereid ouderen zijn om zich voor jongeren open te stellen en hoe jongeren kunnen worden gestimuleerd om ouderen uit hun sociaal isolement te halen door hen

de juiste vaardigheden aan te reiken. 'Karweiteam' in Amsterdam is een concreet voorbeeld van dergelijk intergeneratieel initiatief waarbij allochtone tieners klusjes doen voor aan huis gebonden autochtone ouderen in hun buurt. Deze ouderen hebben de wijk stilaan zien verkleuren, vergrijzen en verarmen. Aanvankelijk was er argwaan bij enkele ouderen om de hulp van een allochtone tiener te aanvaarden. Nadat men hen duidelijk maakte dat er in de buurt geen andere tiener beschikbaar was, gingen met wat twijfel akkoord. Na een tijdje ontstond er een duurzaam contact tussen beide (Mercken, 1998).

*'Mogelijke resultaten van intergeneratiele projecten kunnen zijn:*

*Voor jongeren: ervaren van meer variatie in hun sociaal netwerk, krijgen van meer warmte en aandacht, leren omgaan met verschillende waarden en normen, minder stereotiep denken over ouderen, gemeenschapszin ontwikkelen, rekening leren houden met kwetsbare mensen, ontwikkelen van sociale vaardigheden, ontvangen van waardering voor helpend gedrag, ontwikkelen van meer zelfwaardering.*

*Voor ouderen: krijgen van nieuwe sociale contacten (behalve kinderen en jongeren, ook ouders, beroepskrachten en bij het project betrokken leeftijdsgenoten), ontlenen van zingeving aan nieuwe sociale rollen, krijgen van meer begrip voor de jeugd, kunnen uiting geven aan hun verbondenheid met de moderne tijd en aan de behoefte iets na te laten, krijgen van extra opleiding, beter presteren op cognitieve dimensies (onder andere geheugenfuncties, ontwikkelen van meer zelfwaardering (Penninx, 2003, p. 45).*

Dwang is een boosdoener bij het opstarten van intergeneratiele projecten. Mensen dienen te worden uitgenodigd en te worden gestimuleerd en verleid. En kleinschaligheid dient te worden voorop gesteld. Het is nodig het vertrouwen van alle betrokkenen te winnen en daarvoor is geduld een mooie gave.

## **Empathie, solidariteit en sociale cohesie als eerste pijler van intergeneratieel lokaal sociaal beleid**

Via de media en politiek strijden generaties om banen, geld en publieke middelen en staan deze generaties in deze strijd lijnrecht tegenover elkaar. Dit is eerder een kenmerk van landen met een individualistische cultuur en neoliberale idealen. In de meeste West- en Noord-Europese landen staat een verdeling van hulpbronnen over het geheel van de levensloop voorop. Men gaat uit van het besef dat wie nu en gezond is, straks oud en ongezond kan zijn. Men vertrekt van een collectiefsolidaire ideologie. Sinds we te maken krijgen van een ongekende ontgroening en vergrijzing, wakkeren de conflicten tussen generaties aan. Steeds meer stelt zich het probleem van de sociale zekerheid voor een toenemende groep ouderen. In 2025 zal een vijfde deel van de bevolking ouder zijn dan 65 jaar; 5% van de bevolking is dan ouder dan 80 jaar. Jongvolwassenen hebben op steeds hogere leeftijd het onderwijs verlaten en tegelijkertijd hebben ouderen het arbeidsproces eerder verlaten. Daardoor versmalt het economisch draagvlak voor collectieve overdrachten. Steeds minder werkenden moeten de lasten betalen van een steeds groter wordende groep afhankelijken. De onvrede bij de jongere generaties neemt toe, ze klagen de erfenis die de oudere generaties hebben nagelaten, aan. Ze spreken zich uit over de kwaliteit van het onderwijs, hun kansen op de arbeidsmarkt, de rentelasten en de vervuiling van het milieu. De oudere generaties hebben op 'te grote voet geleefd' en presenteren nu de rekening aan de jongere generaties.

Duurzame generatie is echter geen vanzelfsprekende zaak. Intergeneratiele solidariteit stopt niet bij solidariteit via het loonbriefje. Regelgeving en wetten krijgen maar pas echt betekenis voor mensen als zij vertrekken vanuit verbondenheid tussen mensen in het dagelijkse leven (Dahrenhof, 1979). Echte solidariteit kan maar ontstaan als mensen elkaar echt ontmoeten en elkaar leren begrijpen. Hiervoor is een stimulerend ontmoetingsbeleid nodig dat sociale verbindingen creëert waardoor generaties zich, vanuit empathie, echt verantwoordelijk voor elkaar gaan voelen. Als mensen over een groot sociaal netwerk beschikken, worden ze zelfredzamer. Als oud en jong elkaar ontmoeten ontstaat er een aanknopingspunt voor empathie, het vermogen van iemand van een bepaalde generatie om zich te kunnen inleven in de situatie van een andere generatiegroep. Empathie is een belangrijke voorwaarde voor de sociale cohesie van de samenleving. Niet iedereen hoeft voor iedereen sympathie te koesteren maar wel empathie. Empathie is de basis voor harmonieus samenleven tussen uiteenlopende groepen en mensen. Het werken aan empathie is een taak die weggelegd is voor de sociale sector en het hoort bovenaan de sociale agenda te staan (Duyvendak, 2002).

Diepstraten e.a. (1998) concludeert uit zijn empirisch onderzoek dat er een breed aanvaarde norm lijkt te bestaan onder de verschillende generaties dat 'jong en oud' elkaar dienen te respecteren, elkaar ruimte moeten laten dienen samen te werken om vooruit te komen. Over de generaties heen lijkt het iedereen het

normaal te vinden elkaar te helpen in tijden van nood. Deze gevoelens van solidariteit tussen de generaties vormen de ideale basis voor sociale cohesie in de samenleving. Een sterk generatiebesef van burgers biedt eerder kansen dan bedreiging voor een beleid dat sociale cohesie wil bevorderen.

Op alle beleidsterreinen, zoals sociale zekerheid, onderwijs, zorg, sociaal beleid, milieu, enzovoort, dient rekening te worden gehouden met de belangen van zowel de huidige als de toekomstige generaties. Praktische solidariteit tussen generaties kan maar worden bevorderd door middel van positieve intergenerationele interactie. Mensen van verschillende generaties hebben verschillende verhalen, verschillende kennisgebieden, verschillende maatschappelijke ervaringen en contacten. Als men al dit sociaal en cultureel kapitaal met elkaar in contact brengt door middel van intergenerationele projecten, ontstaan confrontaties waarin mensen hun denken en doen op elkaar kunnen afstemmen. Zo leren mensen oog hebben voor elkaars perspectief en ontstaat er wederkerigheid (Penninx, 2003).

## **Economisch, cultureel en sociaal kapitaal**

Onder sociaal kapitaal kan men het volgende verstaan: *'De potentiële hulpbronnen, waar men een beroep op kan doen bij een meer of minder ernstige hulpvraag – op de domeinen van het dagelijks functioneren, gezondheid of welzijn of potentieel beschikbaar zijn binnen binnen sociale relaties die men historisch heeft opgebouwd of welke mogelijke (kunnen) ontstaan als gevolg van de hulpvraag.'* (Poldermans, 2008, p.47).

Sociaal kapitaal is sterk cultuurgebonden. De Hart en Dekker (2003) beschrijven in 'A Tale of Two Cities' (De Hart en Dekker, 2003) het grote verschil in sociaal kapitaal dat volgens hen bestaat uit een verzameling van factoren zoals informele sociale netwerken en contacten, verbindingen tussen mensen, vertrouwen, politiek actief zijn, vrijwilligerswerk, kwaliteit van de formele en de informele infrastructuur, welke sociaal kapitaal en vertrouwen tussen mensen doen toenemen (Poldermans, 2008).

Mensen gebruiken hulpbronnen om vorm te geven aan hun bestaan. Zo gebruiken ze geld als economisch kapitaal, kennis en ervaring als cultureel kapitaal en sociale contacten als sociaal kapitaal. Bij het ontwikkelen van een intergenerationeel beleid kijkt men niet enkel naar de problemen van een wijk en zijn bewoners maar gaat men actief op zoek naar de aanwezige krachten van de burgers. Men stimuleert jong en oud tot actie nemen in het hulp bieden en zorg dragen voor de buurt en plek waar ze wonen en werken (Van Ewijk, 2001b). Ouderen en jongeren aanspreken op hun competenties is een goede manier om ze te motiveren om mee te doen, niet als hulpvragende maar als een persoon die een bijdrage kan leveren aan een proces van opbouw (McNight en Kretzmann, 2002). *'De kracht van de ene generatie benutten voor het welzijn van de andere' is het intergenerationele motto dat aansluit bij deze benadering'* (Penninx, 2003, p. 90).

Op de jaarlijkse grootoudersontmoeting van de Grootouders- en Seniorenactie (GOSA) van de Gezinsbond schetst gezinspolitiek secretaris Manu Keirse (2012) de band die we allemaal hebben met onze voorouders, onze *'eerste leermeesters'* (Uit: De Bond, 7 december 2012, p. 10). Hij grijpt naar een citaat van Kahlil Gibran: "Gaat om raad mensen, bij ouderen van dagen, want hun ogen hebben de aangezichten der jaren aanschouwd en hun oren hebben geluisterd naar de stemmen van het leven. Zelfs wanneer hun raad u niet bevalt, sla er toch maar acht op." Keirse schetst vijf types van grootouders. De formele grootouder die zich geen opvoeder voelt, maar wel zijn verantwoordelijkheid opneemt als dat nodig is. De pleziermaker-grootouder die vooral leuke dingen met de kleinkinderen wil doen, de surrogaatouder die – soms noodgedwongen – de rol van de ouders overneemt. De grootouder als bron van wijsheid en kennis die waarden wil doorgeven en ten slotte de grootouder die emotioneel op afstand blijft. Al kunnen grootouders in de tijd verschuiven van type en in de rol die ze opnemen (Keirse, 2012).

Veel ouderen willen iets nalaten (legacy) of willen aansluiting behouden met de moderne tijd door contact te houden met de jongere generatie (connection). Voorlezen op school is bijvoorbeeld een fijne manier om zich in te zetten voor kinderen en jongeren. Ook zouden ouderen zich kunnen opgeven als begeleider van een kind dat het moeilijk heeft en baat heeft bij extra aandacht. Bovenop de contacten met het kind, komen ouderen op die manier ook in aanraking met de ganse context van het kind, het gezin en de school. Jongeren zouden zich kunnen engageren voor vrijwilligersactiviteiten die gericht zijn op het welzijn van ouderen zoals het rondbrengen van maaltijden of het verrichten van kleine huishoudelijke klussen. Bij conflicten tussen beide generaties is het het vergroten van het eigen probleemoplossend vermogen het uitgangspunt. Overheid en professionele instellingen zetten hierbij een stap terug. Mensen worden aangemoedigd en gestimuleerd om



zelf initiatieven te nemen en hun sociale kracht te vergroten. Een combinatie van formele en informele zorg is hierbij interessant. Door het creëren of vergroten van zorgnetwerken rond kwetsbare groepen kunnen institutionele en vrijwillige verbanden elkaar aanvullen. Zo kunnen bijvoorbeeld beroepskrachten en vrijwilligers zich samen inzetten voor sociaal geïsoleerde of dementerende ouderen en hun mantelzorgers. Met de hulp van intergenerationele activiteiten kan de kwaliteiten van zorgnetwerken worden versterkt (Penninx, 2003). Voor deze ontwikkelingen zijn innovatieve professionals nodig, zoals bijvoorbeeld gezinswetenschappers, die mensen kunnen motiveren tot maatschappelijk engagement en die bruggen kunnen slaan tussen mensen en organisaties.

## **Autonomie en toegankelijkheid van de openbare ruimte als tweede pijler van intergenerationeel lokaal sociaal beleid**

Alhoewel kinderen, jongeren en ouderen relatief het meest gebruik maken van voorzieningen in de woonwijk, wordt hun stem het minst gehoord bij het ontwerp van deze voorzieningen. Zijn de woonwijk en de voorzieningen zo ingericht dat alle generaties er zich goed kunnen voelen, is er voldoende speelgelegenheid voor jonge kinderen, zijn er ontmoetingsplekken voor jongeren en kunnen ouderen zich voldoende comfortabel en veilig voelen? Vaak wordt de leefomgeving ingericht door en voor één categorie bewoners, namelijk de jonge gezinnen en tweeverdieners. Mensen moeten in elke levensfase een vrije keuze kunnen maken tussen leren, werken, zorgen en genieten van vrije tijd. Dit geldt niet enkel voor de actieve verdienersgeneratie maar ook voor jong en oud. Intergenerationeel beleid is gericht op de individuele mogelijkheden van mensen om zich in alle fasen van het leven optimaal te kunnen ontplooiën. Lokale voorzieningen op het gebied van wonen, welzijn, zorg, onderwijs en vrije tijd toegankelijk en gebruiksvriendelijk zijn voor alle levensfasen, dus voor alle generaties die op een bepaald moment de samenleving vormen (Penninx, 2003).

Het is goed te weten wat mensen in de verschillende levensfasen bezighoudt als we intergenerationele verbondenheid willen bevorderen. Tegenwoordig onderscheiden we vijf levensfasen in de levensloop van een mens. In een levensloopbewust beleid onderscheiden we achtereenvolgens de vroege jeugd, de jongvolwassenheid, de volwassenheid, de actieve ouderdom en de hoge ouderdom (Penninx, 2003).

*Eerste levensfase: 0 – 15 jaar. Vroege jeugd.* Hier vinden de primaire leerprocessen plaats direct in de buurt van van volwassenen die verzorging en bescherming bieden. Deze processen voltrekken zich binnen het gezin, in de kinderopvang, op school, in sportverenigingen en andere vrijetijdsclubs. De meeste verantwoordelijkheid wordt door de ouders gedragen. Maar ook door professionals in de kinderopvang, onderwijs en jeugdhulpverlening. Ouderen vanaf ongeveer 60 jaar spelen in dit pedagogisch domein nauwelijks een rol van betekenis.

*Tweede levensfase: 15 – 30 jaar. Jongvolwassenheid.* Het is de formatieve fase waarin de identiteitsvorming naar volwassenheid plaats vindt. Kenmerkend voor deze fase zijn de snel toenemende zelfstandigheid in leren en opleidingskeuzes, in woon- en leefstijl, in recreatie en in relatievorming. Het is een periode van verkenning, van oriëntatie op de samenleving, maar meestal nog zonder zorgverantwoordelijkheid voor anderen. Jongvolwassenen willen graag veel meemaken: reizen, uitgaan, mensen ontmoeten. In deze fase is het 'in de breedte leven' volop begonnen. Een minderheid van de jongeren doet vrijwilligerswerk, meer dan 50% van de jongeren heeft een bijbaantje.

*Derde levensfase: 30 – 60 jaar. Volwassenheid.* In de fase zijn de meeste mensen hoofdzakelijk bezig met arbeid en de zorg voor kinderen. Voor vrouwen is betaalde arbeid vanzelfsprekend geworden maar niet geheel onproblematisch in combinatie met de zorg voor kinderen. De meeste mannen oriënteren zich op fulltime betaald werk. Toch hechten mannen ook belang aan de zorg voor kinderen, sociale relaties, reflectie en vrije tijd. In deze erg druk bezette levensfase kan de combinatie van werk, opleiding, opvoeding en soms ook de mantelzorg voor zorgbehoevende ouders leiden tot overbelasting en burn-out.

*Vierde levensfase: 60 – 80 jaar (en ouder). Actieve ouderdom.* Dit is de in omvang snel toenemende naoorlogse geboortegolf. Tot in de jaren 90 van vorige eeuw werd deze fase nog 'de derde leeftijd' genoemd omdat men geen onderscheid maakte tussen de vroege jeugd en de jongvolwassenheid. Nooit eerder in de geschiedenis zijn zoveel mensen boven de 60 jaar in volle gezondheid uit het arbeidsproces gestapt. Ook worden mensen steeds ouder in goede gezondheid. Deze snel groeiende groep senioren wil niet liever dan de cultuur van combineren verderzetten. Sociale relaties en vrijetijdsbesteding zijn de belangrijkste oriëntatiepunten. Als

gevolg van het gestegen opleidingsniveau worden onderwijs, vorming en maatschappelijke participatie steeds belangrijker.

*Vijfde levensfase: vanaf 75 à 80 jaar. Hoge ouderdom.* De laatste levensfase treedt in als mensen geestelijk of fysiek aangewezen raken op blijvende intensieve zorg van anderen. Met het stijgen van de leeftijd neemt ook het aantal fysieke beperkingen toe, terwijl het sociaal netwerk kleiner wordt. Afnemende maatschappelijke participatie kan ertoe leiden dat ouderen in een isolement raken, zowel in fysiek als in psychisch en sociaal opzicht. Het komt vaak voor dat ouderen geen gebruik maken van voor hen bestemde voorzieningen. Dat komt soms voort uit een principe, maar vaak spelen ook de weerstand voor bureaucratische procedures en onbekendheid met het aanbod een rol (Penninx, 2003).

## **Omgaan met ‘andersheid’ en maatschappelijke talenten van jong en oud benutten**

Zoals we in bovenstaande tabel kunnen zien is voor de middenfase de combinatie van arbeid en zorg een bijzonder zware opgave. Jongeren en ouderen willen echter ook maar al te graag ‘in de breedte’ leven. Deskundigen in de ouderenzorg pleiten er al jaren voor dat ouderen zelf vorm moeten kunnen geven aan hun levensloop. In het jeugdbeleid tracht men jongeren te motiveren tot vrijwilligerswerk. Er gaan hier en daar stemmen op voor een sociale dienstplicht voor jongeren. Voor scholieren zouden korte maatschappelijke leerstages kunnen worden opgezet waarvoor ze zouden worden beloond met studiepunten. Toch is het belangrijk te blijven onder ogen zien dat solidariteit niet ontstaat onder dwang. Het is maar pas als mensen zich vrij kunnen bewegen in een verscheidenheid van sociale contexten dat de angst voor het vreemde opzij kan worden geschoven. Mensen keren zich naar binnen door een gebrek aan vertrouwen en onbekendheid met andere generaties. Kees Fortuin (1999) omschrijft het kunnen omgaan met ‘andersheid’ als een kerncompetentie van de moderne burger. Het gaat hier over het vermogen om buiten je eigen wereldje zinvolle contacten te leggen met mensen die anders zijn dan jij (Putnam, 2000). Door institutionalisering op gebied van onderwijs, arbeid, zorg en vrije tijd ontnemen men de verschillende generaties de mogelijkheid om elkaar te ontmoeten begeven mensen zich maar al te vaak in eigen leeftijdsgroepen. Een intergenerationeel beleid is hier meer dan nodig.

## **Basisprincipes van de solidaire ontmoeting**

Michel Loriaux rijkt ons enkele basisprincipes aan voor een verrijkende en solidaire ontmoeting tussen de generaties en het bevorderen ervan. Belangrijk is hier creatief in te zijn.

*Generaliteitsprincipe:* Intergenerationeel moet in alle sectoren van de samenleving aanwezig zijn, in de families en het sociaal netwerk, op gemeenschaps- en nationaal niveau, op het publieke domein, in bedrijven, verenigingen, vakbonden...

*Universaliteitsprincipe:* De acties moeten naar alle generaties gericht zijn. Te vaak lijken de enige betrokkenen de kinderen en zorgafhankelijke ouderen te zijn. Ook de middengeneraties zijn partners van intergenerationaliteit.

*Wederkerigheidsprincipe:* Intergenerationele acties mogen geen eenrichtingsverkeer zijn (bijvoorbeeld enkel naar ouderen gericht).

## **Voorbeelden van intergenerationele projecten in Vlaanderen en Wallonië**

### **“Jonge sla in de rusthuistuin” – natuurbeleving met ouderen en kinderen**

Sinds 2010 organiseren vijf woonzorgcentra uit de Vlaamse Ardennen samen met Vormingplus en Regionaal Landschap per seizoen originele activiteiten om de bewoners meer in de natuur of de natuur naar binnen te brengen. Met oude werktuigen en andere gebruiksvoorwerpen, gekende dieren en planten worden herinneringen aan ‘hun’ vroegere platteland tot leven gebracht. Ondertussen werden enkele rusthuistuinen al aangepast naar een toegankelijke, kleurige en geurige omgeving met planten die vlinders en vogels aantrekken. Vanaf herfst 2011 komen kinderen van een school uit de buurt meedoen met de seizoensactiviteiten. Zowel de kinderen als de bewoners zijn zeer enthousiast. De medewerkers van de woonzorgcentra en de leerkrachten zijn aangenaam verrast door het vlotte verloop en de sterke resultaten. Ouderen en kinderen samen brengen voor natuurbeleving bevordert het leren tussen de generaties. Dit aspect was de opstap voor RLVA naar het internationaal uitwisselingsproject ‘Nature for Care, Care for Nature’,

waardoor in 2011 en 2012 ervaringen werden uitgewisseld met Nederland, VK, Hongarije, Tsjechië en Bulgarije.

### **“Itinérances” – een netwerk van vrijwillige ouderen die kinderen begeleiden bij het bezoeken van een ouder in de gevangenis**

Dit netwerk is gegroeid vanuit de dienst Sociale Actie van het Rode Kruis. Een hondertall ouderen begeleiden een of twee keer per maand een kind waarvan de ouder in de gevangenis zit. In België hebben 16.000 tot 20.000 kinderen een vader of moeder in de gevangenis, maar één kind op twee bezoekt die ouder nooit, vooral wegens de afstand die hen van de strafinrichting scheidt. Veel van deze begeleiders zijn mensen op leeftijd die beetje bij beetje een soort referentiefiguur voor het kind worden. Tijdens het meestal lange reistraject kan er worden gesproken over de alledaagse leefwereld, er kan een ijsje worden gegeten onderweg en wordt tijd genomen om het kind zich te laten ontladen van de intense emotionele gevoelens van het bezoek aan de gevangenis. Soms blijven deze contacten zelfs voortduren nadat de ouder uit de gevangenis is ontslagen (De Mets; Vassart, 2008).

### **“Trivia-project” – senioren die jongvolwassenen in individueel leertraject begeleiden**

Tabora organiseert begeleiding, opleiding en vorming en wil daarbij kwetsbare groepen nieuwe kansen geven. Dit vertaalt zich onder meer in de begeleiding van schoolmoeë jongeren in een individueel leertraject naar het behalen van een diploma secundair onderwijs. Men werkt op de intrinsieke motivatie bij de jongeren. De begeleiding is zeer intens, 20 per week, een heel jaar. Tabora zoekt ouderen met een open geest en een ruime algemene vorming. Jongeren leren veel van ouderen die met een warm hart, met daadkracht en consequent handelen naast hen staan en hen helpen in het hervinden van een eigen waardegevoel? Zo is er een dame uit Congo, 60 jaar oud, die een jongere begeleidt met Frans. Tabora probeert een totale context te creëren, een context van pedagogie, begeleiding, een goede sfeer, met een zorgzame cultuur. Het resultaat mag er zijn: tot 70% van de jongeren die met Tabora het leertraject volgend, slaagt ook. Soms wel tot 80%. Sommigen stromen door in het hoger onderwijs, anderen stappen rechtstreeks in de arbeidsmarkt (De Mets, Vassart, 2008).

### **“Nature for care, care for nature” (NfC)**

Dit project is ingegeven door de afname van sociale cohesie in onze samenlevingen. Voor een toenemend aantal ouderen leidt dit tot meer eenzaamheid en weinig sociale contacten. Voor veel jongeren zijn de “ik-cultuur” en de onvrede van de samenleving vaak de basis voor een gebrek aan participatie en soms zelfs tot antipathie. We leren ze niet meer om te zien naar elkaar terwijl door de vergrijzing de noodzaak ertoe groeit. Het doel van NfC is om een bijdrage te leveren aan deze uitdaging door jong en oud samen te brengen met thema's op het gebied van natuur, milieu en duurzaamheid. Uitgangspunt is dat dit voor zowel het welzijn van ouderen als in opvoedkundig opzicht voor kinderen van waarde is. Bij NfC zijn natuur- en milieuorganisaties uit zes Europese landen betrokken. Het 2-jarig project is gesteund vanuit EU Lifelong Learning Programme. In totaal zijn ruim 60 uiteenlopende activiteiten uitgevoerd. Daarbij is met meer dan 25 verschillende groepen van scholen en verzorgingstehuizen of senioren clubs gewerkt. De belangrijkste aanbeveling is dat als de sociale cohesie moet worden versterkt, dat intergenerationeel leren daarin een nuttige rol kan spelen. Intergenerationeel leren dient op een systematische manier te worden opgenomen in het curriculum van scholen. Dit project is gefinancierd door de Europese Commissie ([www.natureforcare.eu](http://www.natureforcare.eu)).

# Veranderingsstrategieën

## Het contextuele gedachtegoed

Vooraleer enkele veranderingsstrategieën aan te reiken, wil ik graag aandacht geven aan het contextuele gedachtegoed van Ivan Boszormenyi-Nagy omdat hij de intergenerationale verbondenheid zo sterk benadrukt. Door aan de ander te geven, door zorg te dragen en verantwoordelijk te zijn voor de ander, voor ouder, grootouders en kinderen, wordt de mens werkelijk vrij en ontvangt hij zelf. De weg naar vrijheid en autonomie wordt niet gevonden in eigen belang maar door rekening te houden met de belangen en de positie van de ander. Zo kan een mens vertrouwen winnen en bouwen aan een ik-jij relatie.

In de samenleving en ook in hulpverlening bestaat er een algemene tendens om de context op de voorgrond te plaatsen. Kenmerkend hiervoor is de toegenomen aandacht voor autonomie, emancipatie en kwaliteit van het leven, de-institutionalisering en de veranderende visie op mensen met een beperking (Soyez, 2008).

Problemen binnen gezinnen, waarmee bijvoorbeeld gezinsbegeleiders worden geconfronteerd worden omschreven als veelvoudig, chronisch, complex, transgeneratieel en weerbarstig (Baartman in Slingaer, n.d.). Ze zijn vaak een herhaling of net een poging tot oplossing en verwerking van de problemen in de vorige generatie (Slingaer, n.d.). Daarom spelen de grootouders en de ruimere context van het gezin een belangrijk rol in het veranderingsproces. Mensen en ook kinderen worstelen met vragen rond verbindingen en breuken in familiale banden en met steeds terugkerende problemen over de generaties heen. Het brengt ons bij het contextuele gedachtegoed van Ivan Boszormenyi-Nagy (1973) die in zijn intergenerationale therapie het kernbegrip 'intergenerationale loyaliteit' centraal plaatste. Hij vergelijkt de verhoudingen van alle betrokkenen binnen het familiale netwerk als een soort 'boekhouding' waarin een balans moet zijn tussen het 'geven' en 'nemen', tussen verplichtingen en verdiensten. Als deze balans in evenwicht is, ontstaat er vertrouwen, veiligheid en solidariteit tussen de betrokkenen (Heylen, 2005). Alle werkmiddelen van de contextuele hulpverlening worden aangesproken: de meerzijdige partijdigheid, de relationeel-ethische houding, het geven van erkenning, het aanspreken van hulpbronnen en het verwachten van actie. Een dialoog op gang brengen tussen de generaties met als doel een betere toekomst is fundamenteel in de contextuele therapie.

In onze samenleving is het eerder ongebruikelijk om het kind als gevend te zien. Veel van zijn gevend gedrag wordt niet onderkend. Zorg dragen voor de ouder en grootouder, mits het de grenzen van het kind niet overschrijdt, kan echter een bijdrage leveren aan zijn ontwikkeling. Deze zorg dient wel te worden waargenomen, het niet erkennen ervan kan worden gezien als een vorm van verwaarlozing. Een belangrijke weg voor het kind om een verstoorde balans in evenwicht te brengen is het geven van zorg. Door aan de ander te geven wat hem toekomt, wordt het mogelijk de eigen belangen en posities te onderscheiden. Zo kan het samenbrengen van Tuur en Johanna in een voor elkaar zorgende rol, hen meer bij zichzelf brengen. Dit is de therapeutische spiraal die contextuele therapie zo effectief maakt.

De zorg tussen de generaties is voortdurend in beweging. Doorheen de tijd zullen er steeds andere verantwoordelijkheden en andere zorg voor elkaar op de voorgrond treden. Het geven en ontvangen van de ene generatie ten opzichte van de andere verschuift voortdurend. Het kind de gelegenheid geven tot bijvoorbeeld de ouder of de oudere troosten bij verdriet, maakt deel uit van verantwoord ouderschap. Het geeft het kind de gelegenheid de balans in evenwicht te brengen. In de contextuele therapie gaat het om het doen, de daad, de actie

In de systeemtheorie gaat men er van uit dat de mens pas echt kan begrepen worden in de context van zijn relaties. Aan de hand van circulaire en reflexieve vragen kunnen we mensen en onszelf uitnodigen om creatief op zoek te gaan naar competenties uit het verleden en deze mee te nemen naar de toekomst. Het voordeel van circulaire vragen is dat ze mensen uitnodigen om nieuwe gedragingen uit te proberen, visies te ontwikkelen die een constructieve verandering in zich dragen. In termen van verandering van gedrag op een andere locatie, tijd of situatie kan dat dan bijvoorbeeld zijn: "Is Johanna ook tijdens de boswandeling met de kinderen in zichzelf gekeerd? En als de kinderen haar daar later over aanspreken, reageerde zij dan blij?". Reflexieve vragen zijn eerder toekomstvragen die verbanden op het spoor trachten te komen. Men tracht als het ware een 'toekomstfilm' te maken: "Stel dat Tuur zich beter in zijn vel gaat voelen en beter gaat presteren op school, hoe gaat vader daar dan op reageren?" Als men de verdiensten, de inzet van de vorige generatie(s) bewust gaat benoemen, ontstaat er verbondenheid. Het brengt generaties met elkaar in contact. Door deze

bevraging ontsnappen mensen aan ingeslepen stellingen zoals 'Mijn ouders maken altijd ruzie'. De systeemtherapie tracht een brug te slaan tussen verleden, heden en toekomst (Leroy, 2012/132). Doordat de hulpverlener het met de hulpvrager heeft over de alledaagse dingen in zijn leven, zal deze een duidelijk beeld kunnen vormen van zijn balans van geven en nemen. Ondanks alle problemen, gaat men toch actief op zoek naar de verbondenheid die tussen generaties bestaat. Samen gaat men op zoek naar de verbindingen. Samen met mensen op zoek gaan naar verhalen, is hen naar hun oorsprong brengen, hun 'roots'. Een mens heeft geen verhaal, maar is zijn verhaal.

Men hanteert hierbij een taal die duidelijk laat doorschemeren dat verandering mogelijk is. Mensen zijn meer dan hun diagnose of hun problemen (een oudere met CVA, een kind dat het niet goed doet op school). Door enkel de problemen te zien, maak je mensen tot een 'standbeeld'. Door 'toekomstvragen' te stellen (Wat zou er gebeuren, als...), schept men een ander kader, brengt men 'beweging' in het verhaal (Tuur is een leuke jongen, is de laatste tijd wat gesloten, zijn ouders hebben het moeilijk...). Het verhaal van mensen is vaak een dominant verhaal dat op geen enkele manier klopt (Leroy, 2012/13).

Herkaderen is een uitspraak doen over een situatie, over mensen, op een hoger abstractieniveau. Zo worden stilzwijgendheid, eet- of slaapproblemen : hoe zorgen Johanna en haar kinderen voor elkaar? Ondanks alle pijn, alle problemen die zich voordoen, is iemand toch een goede moeder, grootmoeder of een tof kind. Voor eenzelfde probleemsituatie kunnen er verschillende hypothesen worden gevonden. Het is de kunst creatief op zoek te gaan en niet te vlug verder te bouwen op de hypothese die zich als eerste, vaak onbewust, in ons hoofd heeft gevormd (Leroy, 2012/13).

Uiteindelijk zullen we ons de vraag moeten kunnen stellen in hoeverre de beide generaties erin geslaagd zijn uit te groeien tot volwassen individuen die zich blijvend tegenover elkaar kunnen engageren, empathisch en wederkerig voor elkaars noden en mogelijkheden en met respect voor elkaars autonomie. Dit zijn de voorwaarden voor positieve intergenerationale relaties in volwassenheid en ouderdom (Braeckmans & Marcoen, 1998, Mahieu & Marcoen, 1999). Of deze voorwaarden zijn vervuld, wordt pas echt voelbaar in tijden van langdurige zorgrelaties.

## Natuurbeleving als middel tot het bevorderen van verbondenheid

*'Ik speel het liefst binnen want daar zitten alle stopcontacten'*

(Een leerling uit groep zes in San Diego)

*'In de meest natuurarme delen van onze wereld doet zich steeds nadrukkelijker een verschijnsel voor dat we cultureel autisme zouden kunnen noemen. Wat zijn de symptomen daarvan? Afgestompte zintuigen en het gevoel van isolement en afgesloten zijn'* (Louv, 2007, p. 81).

Ik werk al verscheidene jaren als educatieve gids in het provinciaal domein De Averegeten. In De Averegeten bestaat een sterke natuureducatieve werking voor schoolklassen uit kleuter- en lager onderwijs. Op jaarbasis ontvangen we ongeveer 400 groepen of 8000 leerlingen. In eerste instantie willen wij, met ons natuur-educatief aanbod, ons steentje bijdragen in de bouw van een duurzame en sociale samenleving waarin natuur verankerd zit. We willen de betrokkenheid van de deelnemers met de natuur stimuleren en sturen. De natuur ontdekken en ervaren staan daarbij centraal. We willen leren en beleven aan elkaar koppelen. Louv (2007) vertelt in zijn boek 'Het laatste kind in het bos' dat kinderen hun zintuigen actief gebruiken. Zintuiglijke ervaringen brengen een verbinding tot stand tussen de wereld om het kind heen en zijn eigen innerlijke en verborgen affectieve wereld. De natuur ziet hij als de primaire bron voor prikkeling van de zintuigen. Louv schrijft dat de vrijheid om op een speelse manier vanuit de eigen ruimte- en tijdsbeleving met behulp van de zintuigen de natuurlijke omgeving te ontdekken essentieel is voor een gezonde ontwikkeling van een innerlijk leven. Via interactie met hun omgeving kunnen kinderen zich op de proef stellen en worden ze uitgedaagd om hun talenten te ontwikkelen (Louv, 2007). Vanuit mijn ervaringen als gids heb ik al ontelbare keren meegemaakt dat kinderen zoals Tuur tijdens een boswandeling helemaal open bloeien of van de gelegenheid gebruik maken om hun hart te luchten bij de gids.

Bij het ontwerpen van wandelingen voor kinderen is het belangrijk dat we rekening houden met de belevingswereld van het kind vanuit ontwikkelingspsychologisch oogpunt. Zo staan voor kinderen van 2,5 tot 3 jaar volgende aandachtspunten centraal. De wandeling mag niet overladen zijn, voor velen is dit de allereerste boservaring. Door het gebruik van handpopjes worden emoties zoals blij, verdrietig en boos in de wandeling geïntegreerd. Vertrekkend vanuit een probleemstelling (Willy de kikker is bang van zwemmen), zoeken we met zijn allen een oplossing bij de andere dieren van het bos (wie wil Willy helpen met leren zwemmen?). Het herhalingselement, het zelf verzamelen van blaadjes, eikeltjes..., het kunnen participeren, voldoende ruimte voor creativiteit zijn in een wandeling voor de kleinste kleuters niet weg te denken. Het allerbelangrijkste is echter het veiligheidsgevoel. Het grote bos, de vreemde gids, de weers-elementen vormen een grote hoeveelheid nieuwe indrukken waardoor peuters zich snel onveilig en/of verlegen gaan voelen.

Kleuters van 4 tot 6 jaar hebben al wat ervaring opgebouwd en zijn niet meer zo bang in het bos. Motorisch bewegen ze zich al zelfzekerder als een peuter. In de activiteiten wordt gezocht naar een goed evenwicht tussen natuurbeleving, het aanreiken van nieuwe begrippen, verbanden, fantasie en beweging. Sinds 2000 gebruiken we voor deze doelgroep een handpop (Fonz) die we speciaal hebben laten ontwerpen door een poppenspeler. Fonz denkt zoals de kleuters, voelt zoals de kleuters maar is net een tikkeltje naïefer. De kleuters helpen Fonz uit benarde situaties, helpen hem nadenken of spreken hem moed in. Dat maakt dat de kleuters heel betrokken zijn bij Fonz en de activiteit. Kleuters zijn doorgaans zeer energiek en houden ervan te spelen, te bewegen in de natuur. Door over een boomstam te lopen of een smal bruggetje over de sloot, door te springen over een grachtje of te vliegen zoals de trekvogels, kunnen ze voldoen aan hun bewegingsdrang en kunnen ze hun grenzen verleggen. Fantasie, creativiteit en humor gaan graag hand in hand. Kleuters houden enorm van grapjes (Fonz zorgt vaak voor een grapje, bijvoorbeeld een vuilnisbak in het bos lijkt hem een geschikt holletje om in te wonen). Een geluid vangen in een potje en cadeau doen aan Bob is een vorm van fantasie die de kleuters aanspreekt. Kernbegrippen voor deze leeftijd zijn: betrokkenheid met de leefwereld van de kleuter, actie en beweging, fantasie elementen inbrengen, humor, nieuwe begrippen leren en verbanden leggen.

Kinderen in de eerste graad hebben heel wat motorische vaardigheden ontwikkeld. Ze willen graag zelfstandig die vaardigheden oefenen, bijvoorbeeld met stokjes en ander bosmateriaal nestjes maken voor de winterslapers in het bos. Op deze leeftijd verbinden kinderen zich nog gemakkelijk met de natuur. Ze zijn ontvankelijk voor verhalen en leven zich volledig in. Vanuit deze verbondenheid ontstaat verwondering en nieuwsgierigheid, wat een goed basis is om te komen tot leren, tot het open staan voor nieuwe kennis. Een fantasieverhaal vormt doorgaans de rode draad in de natuurwandelingen met kinderen uit de eerste graad. Van hieruit werken we een aantal items uit waarbij we rekening houden met volgende elementen: doe momenten met een hoge zelfstandigheidsgraad, voldoende spelmomenten inbouwen, kennisoverdracht-momenten, inbouwen van magische momenten, bijvoorbeeld het afscheid van het woud (groeten, bedanken) is een spiritueel moment. Kinderen zijn daar gevoelig voor en doen dat graag. Er groeit op dat moment respect voor de omgeving, de natuur, elkaar.

Avontuur, speuren, oplossingen zoeken, zijn dingen die bijzonder passen bij kinderen uit de tweede graad. Het is de leeftijd dat het zelfdenkend vermogen toeneemt en dat er tegelijkertijd ook veel ruimte is voor fantasie. Kinderen kunnen zich op deze leeftijd in de tijd verplaatsen en zijn in staat om zich een beeld te vormen van een andere situatie. Ze oefenen graag met deze verworven vaardigheden, bijvoorbeeld over de prehistorische mensen, dinosaurussen en hun leefgewoonten. Kernbegrippen zijn: zelf ontdekken, avontuur en grenzen verleggen, als gids vragen stellen in plaats van antwoorden te formuleren. Zelf laten nadenken en zo cognitieve vaardigheden oefenen, bij voorbeeld door middel van een filosofisch gesprekje. Onderwerpen die zich uitstekend lenen voor dergelijk gesprek zijn: wild en tam, vergankelijkheid, wat vergaat en wat blijft bestaan? Laat kinderen tot slot hun ervaringen verwoorden, bijvoorbeeld : wat zag je? Hoe kwam je daarbij?

Kinderen in de derde graad, zoals Tuur, zijn zich steeds meer bewust van de onderlinge verschillen in de groep. Dat geeft consequenties in de sociale groepsdynamiek. Soms worden kinderen uitgesloten, er ontstaat zoiets als sociale druk. Wanneer enkele sleutelfiguren in de groep een natuurwandeling niet 'cool' vinden dan heb je als gids een probleem. Joseph Cornell, docent en auteur van de Sharing Nature boeken en spelvormen, ontwikkelde een simpele methode om kinderen en volwassenen de natuur te laten ervaren. De Flow Learning lesmethode leidt tot een diepgaand gevoel van verbondenheid. De speelse activiteiten prikkelen de nieuwsgierigheid van de deelnemers en maken deze enthousiast. Hiermee wordt het leren leuk, dynamisch en

ervaringsgericht met als gevolg een beter begrip en respect voor de natuur. Cornell onderscheid vier fasen binnen Flow Learning waarbij iedere fase leidt naar een intensere beleving van de natuur.

*Stimuleer enthousiasme:* Je begint met speelse activiteiten waar de energie van gaat stromen en die maken dat je enthousiast wordt.

*Concentreer de aandacht:* Vervolgens komen activiteiten die je vragen je aandacht te richten via de zintuigen (zien, horen, ruiken voelen).

*Directe natuurervaringen:* In deze fase ligt de nadruk op de individuele beleving van de natuur. Door op te gaan in een bepaald aspect van de natuur, ervaar je verbondenheid met alle levende organismen.

*Inspiratie delen:* De cyclus wordt afgerond door terug in de groep met elkaar ervaringen en inspiratie uit te wisselen ([www.sharingnature.nl](http://www.sharingnature.nl)).

In de derde graad zijn kinderen ontvankelijk voor het aanleren van technische vaardigheden, bijvoorbeeld het 'goed' kijken door een verrekijker, knopen leggen, mes hanteren bij bijvoorbeeld een appel schillen, kompas lezen, kaart lezen, enzovoort. Zeker als de vaardigheden rechtstreeks toepasbaar zijn. Kinderen in deze leeftijdscategorie zijn in staat om verantwoordelijkheden op te nemen. Maar al te vaak krijgen ze daar, spijtig genoeg, te weinig de kans toe. Kernbegrippen zijn: zoek een 'ijsbreker' als inleiding voor de activiteit, enthousiast en warm maken is een tweede stap in het proces van een geslaagde derde graad wandeling, humor is een belangrijk hulpmiddel. Biedt keuzemogelijkheden aan waarbij kinderen op een verschillende manier hun competenties kunnen laten zien en gebruiken. Spreek de kinderen aan op hun verantwoordelijkheid, hun 'groot' zijn en leer ze nieuwe technische vaardigheden aan, zoals een vuurtje maken.

Zowel in de lente als in de herfst wordt voor alle leeftijdsgroepen een wandeling uitgewerkt. Ilse Stoffels is als verantwoordelijke van de natuureducatieve wandelingen in De Averegeten, de grote bezieler en drijvende kracht. 'Expeditie Kleefkruid' is een voorbeeld van een herstwandeling voor de derde graad, kinderen zoals Tuur. Alle ingrediënten zijn aanwezig om kinderen van deze leeftijd de kans te geven om een topervaring in de natuur mee te maken.

### **Expeditie Kleefkruid – herfstwandeling derde graad (duur: 2 uur)**

#### *Inleiding (10 minuten)*

Deze rondleiding is een strikt geheime missie van een groep geleerden die informatie verzamelt over de aarde. Deze informatie hebben ze nodig om de mogelijkheden te onderzoeken om op een andere planeet te gaan wonen indien de aarde onbewoonbaar zou worden, bijvoorbeeld door een kernramp of de inslag van een meteoriet. Er zijn uiteraard een aantal spionnen tussen de geleerden (3 of 4). Deze worden aangeduid door het volgende kennismakingsspel.

De kinderen gaan in een kring staan, een kring van geleerden. De gids geeft het eerste kind een hand en zegt: mevrouw/meneer ... groet u. Het kind antwoordt: meneer Tuur groet u ook. De gids geeft ieder kind een speelkaart tijdens deze ceremonie. Ze laten niet in hun kaart kijken. Wie een 'heer' heeft is spion. Na het spel worden de kaarten opnieuw opgehaald. De gids zegt aan de hele groep welke de opdracht is voor de onbekende spionnen:

- af en toe knipogen naar de gids
- af en toe een beetje te dicht bij iemand komen staan (om af te luisteren)
- af en toe iets aan je uiterlijk veranderen

Pas op het einde van het spel gaan we onze vermoedens van wie de spionnen zijn, uitspreken. Nooit tijdens we wandeling.

#### *Opdracht 1 – Zaailingen (20 minuten) – enthousiasme stimuleren*

Wanneer we naar een andere planeet moeten verhuizen, moeten we ervoor zorgen dat er daar eerst planten groeien. Hoe krijgen we die daar? Door zaden en vruchten mee te nemen en te zaaien.

Spel: we verzamelen zoveel mogelijk zaden en vruchten die we in het speelbos vinden en brengen die naar het laboratorium (afgebakende plaats bij de gids). Er is echter ook de gegeerde vrucht die, als je die kan vinden en eten, je de eeuwige jeugd zal schenken. Deze gegeerde vrucht heeft de leerkracht. Hij of zij heeft er maar een beperkt aantal want ze zijn uiteraard zeer zeldzaam. De geleerden willen dus graag, naast het verzamelen van de zaden en de vruchten, de vrucht van de eeuwige jeugd meenemen. Als ze de leerkracht kunnen vinden, moeten ze eerst nog een vraag oplossen. Is het antwoord juist, dan krijgen ze de vrucht mee. Maar dan is het

gevaar nog niet geweken. Er zijn nog drie of vier (een per vijf leerlingen) dieven die de vruchten willen stelen en voor heel veel geld verkopen. Word je op weg naar het labo, met een vrucht, getikt door een dief, dan moet je de vrucht afgeven. Heb je geen vrucht bij je dan moet je 50 tellen onbeweeglijk blijven staan. Speel het spel eerlijk. Ondertussen probeert de gids de zaden en vruchten die binnen gebracht worden te ordenen in groepjes. Het spel is gedaan wanneer alle eeuwige jeugdvruchten zijn uitgedeeld. Wie heeft de meeste vruchten, de dieven of het labo?

Vraag aan de leerlingen of ze het levensverhaal van een vrucht kunnen beschrijven. Bijvoorbeeld van een eikel. De leerlingen gaan vervolgens per twee staan. De gids geeft ieder duo geleerden een vrucht en determinatiekaart. Ze moeten een onderzoek doen. Welke vrucht heb je en hoe denk je dat ze verspreid wordt? We vertellen elkaar de bevindingen.

#### *Opdracht 2 – Bladvormen (15 minuten) – aandacht concentreren*

Kan je de bladeren van de bomen die op de afbeeldingen staan, vinden? Probeer er zoveel mogelijk van te verzamelen op 5 minuten tijd. We leggen de bladvormen in het midden van de kring en gaan per twee staan. Jullie zijn geleerden uit verschillende delen van de wereld en jullie begrijpen elkaar niet altijd. Je wil aan de andere geleerden duidelijk maken over welke boom je een onderzoek wil doen. Je gaat dat doen door de bladvorm uit te beelden met de handen van je duopartner. Neem de bladvorm in gedachten, neem de twee handen van je duopartner vast en maak met de handen het silhouet van het blad. Je begint bij het steeltje. Kan je partner aanduinen om welk blad het gaat? Tot slot probeer je er met de leerlingen samen achter te komen waarom in de herfst de bladeren verkleuren en afvallen.

#### *Opdracht 3 – Schimmels uit het schemerrijk (20 minuten) – directe natuurervaringen*

Kies in welke groep van wetenschappers je wil zijn:

De biologen: zij kijken naar een plant of dier en noteren wat ze zien.

De ruikers: zij noteren op een neuskaart de geuren van een plant of dier dat bestudeerd moet worden.

De kunstenaars: ze maken een tekening of gedicht.

De babbelaars: zij gaan praten over wat ze zien en zeggen waarom het zo is of niet zo is.

Het is niet erg als de groepen ongelijk verdeeld zijn. Neem per groep één of meerdere klemborden mee en potloden. Zoek in deze omgeving per groep of alleen naar alle mogelijke paddenstoelen. Als de gids een signaal geeft, ga je per groep staan. De groep van de biologen gaat een paar van de gevonden paddenstoelen bekijken en beschrijven wat ze zien (spiegeltjes, binoculair, vergrootglas). De groep van de ruikers maakt een geurkaart. Ze ruiken aan de paddenstoelen en noteren iets over de geuren (waaraan doet de geur je denken, ruikt het lekker ☺ ruikt het vies ☹). De kunstenaars gaan tekenen en/of dichten. De babbelaars gaan nadenken en praten over de vraag: zijn paddenstoelen planten? Ze maken een 'waarom wel' blad en een 'waarom niet' blad. Na 10 minuten wordt alles in de grote groep gebracht en besproken.

#### *Opdracht 4 – Ik vlucht naar een andere planeet en ik neem mee (20 minuten)*

Elke leerling krijgt potlood en papier. De gids vertelt een verhaal en de leerlingen voeren de instructies uit.

“Beste leerlingen, wij hebben zonet vernomen dat het nog hooguit 1 tot 2 weken zal duren voordat een meteoriet uit de ruimte op onze planeet zal botsen. Omdat jullie allen geleerden zijn die veel weten over planten en dieren, zijn jullie uitgekozen om deze planeet te verlaten en te verhuizen naar een nieuwe planeet. Jullie krijgen twee minuten de tijd om 10 dingen te noteren die je zeker wil meenemen.”

Na 2 minuten zegt de gids:

“Ik heb zonet de dringende boodschap gekregen dat het vertrek naar de andere planeet vervroegd wordt en dat je je zo snel mogelijk moet voorbereiden op het vertrek. We mogen en kunnen niet veel meenemen. Schrap 5 dingen van je lijstje.

Voordat we vertrekken, wil ik nog een paar dringende instructies geven: was jezelf grondig zodat we niet teveel ziektekiemen of bacteriën meenemen naar de nieuwe planeet. Volgende zaken mogen ook niet mee, schrap op je lijstje als één van de dingen die genoemd worden erop voorkomen: etenswaren (dus ook verpakt snoepgoed), dieren, andere mensen die niet tot deze genodigden behoren, alle voorwerpen die op batterijen werken.”

We gaan het kringetje rond, wat blijft er nog over op de lijstjes? Welke dingen die op de lijstjes staan, heb je nodig om te overleven?

#### *De ontmaskering – Zit fik goed? (5 minuten)*

De kinderen zitten in de kring. Iemand wordt door de gids aangeduid. Hij of zij mag bij de persoon van wie hij of zij vermoedt dat het een spion is, op schoot gaan zitten en de vraag stellen: zit Fik goed? Als de andere een



spion is, antwoordt hij of zij met stilzwijgen. In het andere geval is het antwoord: een billenkeep. Iemand anders probeert totdat de spionnen ontmaskerd zijn.

*Evaluatiemoment (5 minuten)*

## **Intergenerationele projecten tot het bevorderen van groeikansen in menselijke waardigheid**

*'Ieke, bieke Borgerhout, is er iemand nog zo stout die zal zeggen dat ik lieg. Willen we eens wedden voor een vlieg, willen we eens wedden voor een zwaan, dat er vijftientig streepkes staan'*  
(Aftelrijmpje van mijn vader, uit zijn eigen kindertijd)

Naast het aanvaarden van het ouder worden, de oosterse weg, kunnen er voor Johanna contexten worden uitgebouwd die haar leefsituatie terug draaglijk maken, zodat ook de kinderen en kleinkinderen terug aanknopng vinden bij hun eigen menswaardigheid. We bekijken welke groeikansen er kunnen zijn bij het ouder worden of anders gezegd, groeikansen in menselijke waardigheid.

Een zeer krachtige factor in het behoud van het toekomstperspectief voor ouderen is het contact met jonge mensen. Vele ouderen kunnen voor zichzelf een toekomst scheppen door mee te leven met de plannen van kinderen. Daarom is het net zo belangrijk om allerlei initiatieven voor intergenerationele contacten in leven te roepen (Marcoen, Grommen & Van Ranst, 2006). Voor het behoud van hun eigen identiteit en persoonlijkheid moeten ouderen contact kunnen houden met hun eigen verleden. Daarom is het enorm belangrijk dat zij kunnen ervaren dat de omgeving met veel respect en waardering naar het voorbije leven van de ouderen kijkt en moeten zij gestimuleerd worden en kansen krijgen om beluisterd te worden als ze over hun verleden willen vertellen. Het is net die bevraging en bereidheid om te luisteren, soms meerdere keren naar hetzelfde verhaal, die vooral kinderen op een zeer spontane wijze kunnen opbrengen. Bij hen is er de vanzelfsprekende nieuwsgierigheid om oude foto's te willen doorsnuffelen, bij hen kunnen ouderen hun gehechtheid aan oude, soms nutteloze voorwerpen delen zodat deze voor beide een onschatbare waarde krijgen. Het oproepen van herinneringen kan je bevorderen door het actief stimuleren van reminiscentie- opdrachten, altijd met de bedoeling de oudere met zijn verleden in contact te brengen. Ouderen zijn de bewakers van het familieverleden, door hun verhalen en anekdotes geven zijn de waarden door die eigen zijn aan de familie.

In onze drukke samenleving waarin ouders door allerlei taken en eigen problemen worden opgeslorpt, bieden ouderen vaak een oase van geluk en ongedwongen rust bij kinderen.

In plaats van elke generatie in aparte voorzieningen onder te brengen, zou men vanuit het beleid kunnen gaan denken in de richting van multifunctionele accommodaties waarbij verschillende participanten onder één dak. De verschillende ruimten zijn dan geschikt voor meervoudig gebruik. Optimaal zou zijn dat de aanwezige groepen elkaar iets te bieden hebben, wat aanleiding geeft tot met elkaar willen 'samenwonen'. Activiteiten worden voor zichzelf maar ook met elkaar ondernomen. Een voorziening wordt dan een bedrijfsverzamelgebouw. Zo zou een rust- en verzorgingstehuis ook een buurtcentrum met onder andere een peuterspeelzaal, een organisatie voor buitenschoolse opvang en een arbeidsintegratieproject voor personen met een licht verstandelijk handicap. Een voorbeeld van dergelijke multifunctionele voorziening is het Guishuis in het Nederlandse Zandijk. De betrokken professionals spreken van een multigenerationeel samenwerkingsproject waarin de ontmoeting tussen de generaties centraal staat. De kinderen van de peuterspeelzaal en van de naschoolse opvang gaan op bezoek bij de bewoners van het verpleeghuis. Kinderen die in het buurthuis een kookcursus hebben gevolgd, bakken pannenkoeken op de verblijfsafdelingen van het verpleeghuis. Verstandelijk gehandicapten werken in de keuken en helpen op de kinderboerderij. Ouderen uit de wijk gebruiken een deel van de centrale hal voor biljarten.

Veel ouderen voelen zich betrokken bij de jeugd en zijn bereid om hun kennis en levenservaring in te zetten voor kinderen en jongeren, samenwerkend met ouders, leerkrachten en andere professionals in de pedagogische gemeenschap. Vanuit een intergenerationeel beleid dienen hiervoor echter mogelijkheden te

worden gecreëerd. Jongeren geven aan dat er te weinig volwassenen zijn die zich op een positieve manier, persoonlijk en constructief, om hen bekommeren. Scholen worden als te groot en te onpersoonlijk ervaren, waardoor kinderen zoals Tuur er zich een nummer gaan voelen en zich als zodanig gaan gedragen (Penninx, 2003). Er is een maatschappelijke schaarste ontstaan van zorgzame volwassenen die tijd en aandacht hebben voor kinderen en jongeren. Een rusthuis maar ook een school zou een 'brede ruimte' kunnen zijn waarin kinderen opa's en oma's wegwijs maken op de computer en waar dat ouderen hun wekelijks spelletje biljart inruilen voor het geven van Nederlandse taalles aan kinderen uit het asielzoekerscentrum.

Intergenerationele projecten, mits goed uitgevoerd, bevorderen goede sociale verhoudingen tussen generaties. De intensiteit van de ontmoeting kan oplopen van elkaar ontmoeten, elkaar beter leren kennen en elkaar wederkerig beïnvloeden. Daarnaast kunnen zulke ontmoetingen van jong en oud ook leiden tot contact tussen mensen van verschillende culturen. Jaarlijks krijgen wij in het provinciaal domein De Averegten jongeren uit Antwerpen en omstreken op bezoek die de opleiding Verzorging of Bejaardenhulp volgen. Zij gaan samen met een aantal ouderen uit het rust- en verzorgingshuis Ten Kerselaere het bos in. Telkens worden het mooi gekleurde, multiculturele ontmoetingen waarbij veel wordt opgestoken van elkaars verhalen.

Ouderen zoals Johanna zouden ook oude foto's van school, werk, buurt en dorp kunnen plaatsen in scholen, buurthuizen en bibliotheken, waarbij ze zelf, als het nog kan, een persoonlijke toelichting komen geven.

In het rusthuis waar Johanna verblijft, zouden peuters en ouderen elkaar in een wekelijkse gezamenlijke activiteit van een uur kunnen ontmoeten. Ze kunnen samen zingen of kleien. De peuters genieten van de aandacht en de ouderen leven er van op. De ouders die hun kroost brengen, zelf dertigers, zien soms dan voor het eerst van hun leven een verzorgingstehuis van binnen. Het zou hen doen nadenken over hun eigen ouder worden en dat van hun eigen ouders.

## Natuurbeleving als middel tot het bevorderen van intergenerationale verbondenheid en solidariteit

*"Wanneer je oud bent, voel je je grootouder van alle kleine kinderen"*  
(Victor Hugo)

Het is hier dat ik het intergenerationale project 'Lente en winter in één dag' kan voorstellen. Hier komen de casussen van Johanna en Tuur samen. Ik werk als natuureducatie gids in het provinciaal domein De Averegten. Eén van de andere gidsen, Marie, is bovendien tewerkgesteld als verpleegkundige in het vlakbij gelegen rust- en verzorgingstehuis Ten Kerselaere, waar Johanna verblijft. Ten Kerselaere is een laagbouw. Verschillende woningen worden met elkaar verbonden door binnentuinen. Er zijn 5 afdelingen, twee afdelingen voor ouderen met dementie en Alzheimer, twee afdelingen voor ouderen met een lichamelijke beperking en één afdeling voor ouderen in dagopvang.

In 2006 kwam Marie met de idee om met een groep ouderen gedurende 6 weken een natuurbelevingsparcours te organiseren. Ten Kerselaere en De Averegten werden twee enthousiaste partners. Het doel van deze sessies was vooral om de natuur, het bos, de verhalen die er ontstonden te gebruiken als reminiscentiemiddel. Bij Veldwerk Nederland leenden we de idee om deze sessies een sociale meerwaarde te geven door kinderen van 11-12 jaar erbij te betrekken. In de herfst van 2008 lanceerden we ons idee bij de scholen uit de omgeving. De respons was groot en in een mum van tijd hadden we zes klassen gevonden die graag wilden deelnemen aan het project. Sinds die tijd organiseren we zowel in de lente als in de herfst telkens vijf tot zes sessies met een vaste groep bewoners en telkens een andere derde graad klas.

Tijdens de eerste wandeling stelde Lente, een meisje uit het zesde leerjaar, zich voor aan Emiel, een honderdjarige bewoner van Ten Kerselaere: 'Hallo, ik ben Lente'; zei Lente. "Hallo, ik ben winter", zei Emiel. Zo is de naam van dit project ontstaan. De ergotherapeuten kiezen welke twee bewoners van elke afdeling er meegaan. Zij mailen de namen van de bewoners, hun leeftijd, een korte schets van hun gezondheidstoestand en een beknopt levensverhaal door. In de week voordat de wandelingen starten, maken Marie en ik kennis

met de bewoners. We horen hen wat uit over vroeger, over wat zij beroepsmatig deden, hoeveel kinderen zij hebben. Ook kijken we naar hun manier van praten en luisteren, hun algemene toestand, type rolstoel. Wij geven hen info over de wandelingen en vragen hen of ze er zin in hebben. Zij krijgen van ons een blad met alle info die zij kunnen doorgeven aan de familie. Partners en familieleden zijn altijd welkom om mee te gaan maar in de praktijk ervaren we dat dit niet zoveel gebeurt. Als het toch gebeurt, is de familie vaak verwonderd over de manier waarop de oudere reageert op het hele gebeuren. Plots zien zij een blije, tevreden vader of moeder, vaak in schril contrast met de verzuurde, introverte persoon van de laatste maanden. Verder nemen wij een foto van de bewoner om te gebruiken bij de info die wij aan de kinderen geven.

Om twaalf uur komen de kinderen toe in het bos. Terwijl zij hun boterhammen eten in een kring, geeft Marie een begrijpelijke uitleg over ouderdomsdementie, Alzheimer, Cerebrovasculair accident (beroerte) en multiple sclerose of MS. Voor Alzheimer en ouderdomsdementie gebruikt Marie volgende metafoer: een mensenleven is als een boekenkast waar elk jaar een boek wordt ingezet. Bij deze ouderen zijn de boeken van de laatste jaren uit het rek gevallen en weten zij soms de namen van hun kinderen niet meer. Wel weten zij waar zij vroeger woonden met hun ouders en als zij zeggen dat zij terug naar huis willen, is dit vaak naar het ouderlijk huis, ze gaan zelfs op zoek naar hun ouders. Om contact te maken met deze bewoners vraagt Marie de kinderen eerst een hand van de bewoner te nemen en dan proberen oogcontact te maken. Het handcontact leidt dikwijls naar een wakkerheid bij deze bewoners en hun aandacht gaat dan naar de persoon die de hand vasthoudt. Ook 'afasie', het niet op de juiste woorden komen en 'apraxie', het niet kunnen uitvoeren van de juiste handelingen wordt door Marie toegelicht. Als voorbeeld zegt Marie: "Wat heb jij mooie brooddozen aan", wat gelach van de kinderen teweeg brengt. Dan vraagt Marie de kinderen niet te lachen als de bewoners zulke fouten maken maar te proberen achterhalen wat de bewoner juist bedoeld. Sommige kinderen herkennen dit omdat ze het bij hun eigen grootouder al meemaakten. Het is goed om met de ouderen traag en duidelijk te praten, altijd in het zicht van de bewoner, niet achter de rolstoel en zoveel mogelijk dingen aan te reiken van uit het bos om te ruiken en te voelen. We trachten per bewoner twee kinderen te laten begeleiden, de ene duwt de rolstoel, de andere kan dan communiceren met de oudere. Verder vertelt Marie dat liedjes zingen altijd leuk is. De meeste ouderen herinneren zich nog haarfijn vele teksten van liedjes uit hun jeugd. Uiteindelijk toont Marie de foto's van de bewoners en vertelt kort over elke bewoner de belangrijkste zaken. De kinderen zijn soms verbaasd over de hoge leeftijd, ze zijn allemaal geboren in de vorige eeuw. Zo vertelt ze over Johanna, dat zij 75 jaar is, al 3 jaar in het rusthuis, een CVA heeft gehad, rechtzijdig verlamd, in een rolstoel zit, dat zij vroeger de vrouw was van de dorpsbakker, zelf een frituur had, altijd hard gewerkt heeft en twee dochters en kleinkinderen heeft. Ze vertelt dat Johanna van kinderen houdt en nog goed kan praten en begrijpen.

De klas wordt verdeeld in groepjes van twee en ik verdeel de foto's uit onder de kinderen. We hebben soms, naargelang de grootte van de klas, één kind dat meestapt met een bewoner, twee of drie kinderen voor de rolstoelgebruikers. Wanneer de boterhammen op zijn, krijgen zij van mes nog even les in het rolstoel rijden. De aandachtspunten zijn: bochten groot genoeg nemen, remmen opzetten als we stil staan, voetsteunen goed in het oog houden en als een bewoner wil rechtstaan, roep je best een volwassene. Je stapt best in het midden van de boswegels want die zijn wat bol en je houdt best wat afstand van je voorganger want anders rij je op de hielen, wat pijnlijk is. Marie vertrekt dan naar Ten Kerselaere om daar mee de bewoners klaar te maken voor de wandeling. Dat kan soms een hele onderneming zijn. Het is dan wissel van de personeelshift en soms wordt het al eens vergeten dat de bewoner tegen een uur klaar moet staan aan de receptie. Afhankelijk van het weer worden ook de regenzeitjes meegenomen. En dan is het met grote spanning uitkijken naar de klas die vanuit het bos, oefenend met de meegenomen rolstoel, de weg naar Ten Kerselaere heeft afgelegd. Zij herkennen hun bewoner van de foto en maken kennis met elkaar door hun hand op die van de bewoner te leggen en naam te zeggen. Een wandeling met een gouden randje kan beginnen.

Het bos is de ideale plek om deze sociale interactie te organiseren. Het is een neutrale en rustige plek die uitnodigt tot spel, beleving, fantasie en sociale dynamiek. Keer op keer wordt zulke wandeling weer een topervaring, zowel voor de kinderen als voor de ouderen. Niet zelden gebeurt het dat de leerkracht ietwat zenuwachtig en onzeker is over het feit dat hij zo'n rumoerige klas heeft en dat er verschillende 'wizzeweuzers' tussen zitten (leerlingen die bijzonder beweeglijk zijn), zoals toen bijvoorbeeld Tuur. We hadden Triangel, een freinetschool uit de buurt, op bezoek in het bos en we waren op weg naar Ten Kerselaere om daar de bewoners in hun rolstoel op te halen. De klas was bijzonder enthousiast. Ik zag Hans, de begeleider denken: "Als dat maar goed komt...". Maar ik wist beter ondertussen. Ik wist dat de grootste lawaaimakers, eens ze hun 'bewoner' bij zich hadden, de meest toegewijde en verantwoordelijke begeleiders zouden zijn. Wat er tijdens

zo'n wandeling gebeurt, is bijna pure boschemie.. Het contact tussen deze twee generaties, de verantwoordelijkheid die de kinderen krijgen en nemen, de warme belangstelling van de bewoners voor de kinderen, dit zijn elementen die een sfeer van welwillendheid creëren. In deze positieve relatie worden ingesleten patronen doorbroken. Kinderen laten hun vooroordelen ten opzichte van ouderen los. Ze leren op welke manier ze rekening moeten houden met kwetsbare mensen, ontwikkelen sociale vaardigheden en gemeenschapszin. Ook de bewoners krijgen nieuwe sociale rollen. In de plaats van de zorgbehoevende ouderen, worden ze mee de verantwoordelijke volwassene.

We wandelen in een lange stoet langzaam het bos in. De bewoners die nog stappen, vooraan met een kind aan de hand. Ik hoor de kinderen de info gebruiken die ze meekregen van ons over de bewoners. Ze vragen:

“Johanna, had jij vroeger een frituur?” Of: “Jos, heb jij vroeger op een boerderij gewoond?”

Sommige kinderen voelen zich aanvankelijk wat onwennig en hebben wat aanmoediging nodig. Maar wat zeker en verwonderlijk is: na enkele minuten wandelen in het bos, zijn alle ouderen en kinderen zo aan elkaar gewend, zijn alle ongemakken in verband met communicatie weg en heerst er een duidelijke sfeer van verbondenheid. Er is telkens weer enorm veel ‘contact’. Contact met elkaar, maar ook met de natuur en zonder twijfel ook met zichzelf. De kinderen worden zoveel mogelijk betrokken en zichzelf trachten zo goed mogelijk alles wat wij als gids vertellen, naar hun bewoner toe nog eens goed te herhalen. Dat is mooi om te zien en meestal is het ijs al vanaf dat we in het bos aankomen, gebroken. We trachten alle zintuigen aan te spreken. Vooral de reukzin werkt bij ouderen nog bijzonder goed en brengt vaak veel herinneringen naar boven. We ruiken het bos, kinderen plukken een paardenbloem en zeggen onbevangen; “Ruik eens Louis, dat ruikt lekker hé?”. We luisteren naar vogelgeluiden, vertellen over een koekoeksnest, laten prenten zien. We geven een rood pluchen hart door en wie dit hart vasthoudt, vertelt over zijn eigen nest van vroeger. *Nesten werden gemaakt als er kindjes kwamen, er werd gesproken over de blonde kindjes die uit de bloemkool kwamen en de donkere die kwamen uit de rode kool. Verder werd daar niet veel over gezegd.* De kinderen gniffelen bij deze verhalen. Een zelfgebreid babytruitje gaat rond en de dames vinden het prachtig. En dan gaat het over ‘de pisdoeken’ en het drogen aan de waslijn, dat mocht wel niet op zondag. En de mannen, hebben die zelf hun nest gebouwd? Leo, die altijd metser is geweest, vertelt vol overgave over hoe hij dag in, dag uit, huizen voor andere mensen bouwde. Altijd is er de link naar het eigen verleden: hoe was het vroeger en hoe is het nu voor de kinderen? Ondertussen vogelgekewetter op de achtergrond, gefilterd zonlicht door de bomen, het lijkt bijna magisch...

Vaak wordt er over de oorlog gesproken, over de oude angsten, ver weggeborgen. Frans die dan 16 jaar was en vier jaar in het bos heeft geslapen en altijd bang was. De kinderen die verwonderd luisteren met 2 grote oren. De verhalen van twee generaties komen hier samen in de beschermende, intieme omgeving van het bos. Soms gebeurt er iets onverwachts, iets ontroerends, iets beklijvend. Johanna die de laatste tijd bijna geen contact meer neemt met haar omgeving, zich afsluit – begint plots een lang, ingewikkeld lied te zingen, elk woord juist geplaatst, volledig in de juiste toon, helemaal toepasselijk op het thema van die dag. We geven een welverdiend applaus. Op het einde van de wandeling, als ik haar dekentje terug over haar knieën trek, zal ze mijn gezicht in haar beide handen nemen en me indringend in de ogen kijken. Ik ervaar een grote dankbaarheid bij haar. Of Frans, al zolang in zichzelf gekeerd, speelt midden in het bos op zijn schuiftrombone waarvan de toetsen hier en daar vastgekleefd zitten, ‘The last Post’. Of Mit vertelt dat ze een vondelingetje was en in een pleeggezin is grootgebracht. Dan krijgen we een krop in de keel, de kinderen worden er stil van. Zowel tranen als uitbundig lachen, het kan allemaal in het bos. Soms is het zweten en trekken en duwen met de rolstoelen, want we houden ons niet aan de voorgeschreven paden. We wagen ons aan de diepste, modderige plekken in het bos want daar is het mooist en het stilst. Daar kan je echt één voelen met de natuur. Als ik aan Tuur vraag of ik het even moet overnemen, antwoordt hij mij: “Neenee, dit is mijn rolstoel, het gaat wel hoor.” De ouderen zijn niet bang, een stok of een steentje voor de wielen en het door elkaar worden geschud, het doet hen eerder lachen en de zaak relativiseren. Ik bedenk dat deze avontuurlijke ‘overlevingstocht’ voor hen wel heel uitzonderlijk moet zijn.

Rond de twee kinderen en de bewoner in de rolstoel ontstaat, naarmate de wandeling vordert, een ‘cocon’, een eenheid op zichzelf waar je als buitenstaander niet in geraakt. Er ontspint zich geleidelijk aan voortdurende interactie, een verbondenheid tussen deze drie personen. Er is een ongedwongen begrip tussen deze kinderen en de oudere waarin je als volwassene nooit zou lukken. En dit alles gebeurt met zo'n gemak dat het voor mij bijna niet te vatten is. Een blaasbloem wordt aangereikt door het kind aan de oudere. De oudere blaast, er wordt gelachen. Het is de stroom, de wisselwerking die ontstaat tussen de kinderen, de oudere en de natuur. En dit in alle mogelijke richtingen. Het ontroert me, het doet me verwonderd staan over wat hier telkens weer gebeurt tussen deze twee generaties. Ik voel dankbaarheid. Aan de visvijver krijgen de bewoners een grote vuilzak en een plastieken bakje met vijverwater op de schoot. De kinderen gaan aan het scheppen met netjes. Al vlug komen oude verhalen boven over stekelbaarsjes en ‘pompeloerekes’, zoals

vroeger de kikkervisjes werden genoemd. Die waren toen zomaar te vinden, overal. Bewoners en kinderen trachten samen op de zoekkaarten hun vondsten te determineren. Iedereen geniet met volle teugen. De zon is van de partij, het waait een beetje, we ruiken het bos achter ons, een hommel vliegt voorbij. Ik hoor een kind vragen: "Je hebt toch geen kou, hé Elza?". Even later hoor ik een bewoner tegen 'zijn kinderen' zeggen dat ze voorzichtig moeten zijn aan de vijver.

Op het einde van de wandeling trekken we naar de blokhut en komen daar tot een gezamenlijk moment van wat knabbelen en babbelen. We voorzien, naargelang het seizoen en het thema, kruidenthee (waarvoor we dan samen kruiden gaan zoeken in het bos) of appelsap als het over vruchten gaat of eikeltjeskoffie in de herfst. Er is zelfgebakken cake (hm, wat ruikt die lekker.) of appeltjes die door de bewoners en de kinderen samen worden geschild. Kinderen hanteren vaak voor de eerste keer een scherp keukenmesje, de bewoners hebben dit hun hele leven al gedaan en verleerden dit niet.. Of een hardgekookt eitje wordt gezellig samen gepeld. In het rusthuis worden immers nooit verse, volledige eieren gegeten. Een kind kent een gedichtje over een ei. Een toepasselijke quiz (waar we eenvoudige 'waar' of 'nietwaar' kaarten bij gebruiken) of een klein knutselwerkje maken de wandeling compleet. Zo hebben we eens tijdens een lentewandeling samen nestkastjes getimmerd. Op een ander moment hebben we met marseillezeep en een oude zeepstomper sop gemaakt en vuile sokken gewassen in een teiltje en aan de wasdraad opgehangen. Het ging immers over 'de grote schoonmaak in het bos' en vertelden daarbij over de kleine kriebeldiertjes onder de bladeren. De bewoners kenden nog wel de pissebedden die vroeger al wel eens op een matras werden gevonden omdat er nog geen pampers waren en de kleine kinderen het bed nat maakten. We vertellen tussendoor dat een pamber wel 500 jaar nodig heeft om op natuurlijke wijze te vergaan. Er ontspint zich een gesprek over hoe de mens vergaat want die is toch ook natuur? Johanna poetst oud zilver en koper dat we voor deze wandeling meebrachten. Ondertussen vertelt ze over de omhulsels van de bommen. Men zette deze op de schouw, ze kon ze op de lange duur niet meer uitstaan en zette ze in een doos op de zolder.

En dan is het weer tijd om naar huis te gaan. De tijd vliegt altijd te snel. Iedereen heeft zich geamuseerd. "Dit is beter dan binnen zitten." hoor je iedereen zeggen. Alle gezichten zijn ontspannen. Het valt op hoe volwassen de kinderen zich tegenover de bewoners hebben gedragen, zo toegewijd. De leerkrachten hebben duidelijk ook genoten. Aan de laatste bank wordt nog een laatste kring gemaakt met de rolstoelen en als ik vraag hoe iedereen het vond, steekt iedereen zonder twijfel zijn duim in de lucht. Bewoners hoor je zeggen: "Dat waren brave, lieve kinderen." Iedereen glundert. We nemen allemaal, kinderen en ouderen, elkaars handen vast en spreken 'de zonnegroet' uit. De verbondenheid is alom aanwezig. Terug in Ten Kerselaere brengen de kinderen, als er genoeg tijd rest, hun bewoner naar zijn eigen afdeling, naar zijn kamer waar ze dan foto's zien van een jonge Johanna of Frans of Mit, een trouwfoto uit vervlogen tijden, van de overleden echtgenoot, lachende foto's van kinderen en kleinkinderen, een zelfgehaakte bedsprei van toen de handen nog meewilden. Met veel moeite nemen de kinderen en de bewoners afscheid van elkaar, er wordt gekust en handen gegeven en beloofd van zeker nog eens terug te komen. Een tekening van het kind wordt opgehangen, gekoesterd als een schat. Ik zie Johanna met de duim een kruisje op het voorhoofd van 'haar kind' plaatsen. Bij Tuur is er op dat moment stille verbazing. Hij begrijpt deze symboliek niet maar voelt wel met heel zijn wezen dat het te maken heeft met 'graag gezien worden' door Johanna. In de inkomhal van Ten Kerselaere komt de klas terug samen. Plots hoor ik Tuur tegen Hans zeggen: "Ik ga later misschien iets met oude mensen doen". Ik zie de begeleider glimlachend opkijken. En zo is elke wandeling altijd weer opnieuw een topervaring voor de kinderen. Een ervaring die ze meedragen voor de rest van hun leven.

Voor de ouderen wordt het fenomeen 'ouder worden' niet langer alleen een bron van angsten maar ook van groeikansen. Door de boswandelingen met de kinderen kan Johanna groeien in haar vermogen tot contemplatie (andere tijdsbeleving). Als mensen ouder worden verandert de tijdsbeleving. Terwijl Johanna vroeger altijd zeer actief deelnam aan het leven kan zij nu vrede vinden in het toekijken. Zij kan deelnemen aan de boswandelingen, in haar rolstoel en er toch enorm van genieten, zonder te willen ingrijpen in de situatie. Johanna vindt vreugde in een toeschouwelijk leven. Johanna kan ook groeien in haar vermogen tot vreugde ervaren. Het gaat hier om de vreugde van het 'hier en nu te kunnen leven'. Zij is wel degelijk haar leven aan het afronden, ze moet zich niet langer bewijzen. Ze kan dankbaar genieten en zegt zelfs: "Ik ben content dat ik er nog ben". Er is sprake van groeien in het vermogen tot liefde en tederheid. De dochters en kleinkinderen zullen Johanna stilaan moeten leren loslaten zoals zij in het verleden was. Johanna op haar beurt zal zichzelf moeten leren loslaten zoals zij was. In contact met de natuur, in de dynamiek van de wandeling met de kinderen, ontstaat er een sterk gevoel van willen en kunnen relativeren, zich kunnen neerleggen bij de vergankelijkheid van het bestaan.

Ook is er het groeien in het vermogen tot generositeit en dankbaarheid. Dankbaarheid om een nieuwe dag die in je schoot wordt geworpen. Dankbaarheid om de kinderhand in je oude hand, de aanblik van het lentebos,

de geuren van de bosjasmijn, het lachen om de blaasbloem, het warm samenzijn met de kinderen, de tranen die mogen vloeien. Het heeft allemaal te maken met een 'shift' in het tijdsbesef. Ook bij de familie kan dit vermogen groeien. Bij de kinderen kan de mooie kindertijd als een 'film' door hun gedachten gaan en ze kunnen samen herinneringen ophalen, oprechte dankbaarheid voelen en onder woorden brengen. Ze kunnen beseffen hoe 'rijk' ze wel zijn. Tot slot is er de groeikans in het vermogen tot zelfwording en zelfexploratie. Als je in het 'nu' staat, getuige bent van wie je in je diepste bent, groei je ook in jezelf. Ik ben er van overtuigd dat zowel ouderen als kinderen in de ervaring van samen in het bos te zijn, dicht bij zichzelf kunnen komen, contact krijgen met zichzelf. In het contact met de natuur maak je verbinding met jezelf als mens (Claes, 2013).

Natuurbeleving is een zingeving, een horizonervaring en een bringer van loyaliteit. Hoe kan het begrip 'menswaardigheid' een leidraad zijn om te groeien in onze menselijke vermogens? We komen terug uit bij 'menswaardigheid', niet als verlies maar deze keer als bevestiging van menswaardigheid. Twee intuïties zijn hierbij belangrijk: besef en aanvaarding van menselijke kwetsbaarheid versterken het vermogen tot ervaring van zin en het vermogen tot symbolische bevestiging van menswaardigheid. Daar ligt de uitdaging van hulpverleners om de juiste context te creëren. De intense, zintuiglijke ervaring van samen met de kinderen doorheen het bos te wandelen en ondertussen geprikkeld en uitgedaagd te worden en toch gewoon toeschouwelijk te kunnen zijn, is een ervaring van zin en besef van menselijke waarde (Claes, 2013). Johanna wordt geraakt door de natuur, de kinderen, het ganse gebeuren. Er ontplooit zich een diepe loyaliteit, ten aanzien van de kinderen, uitwisselende gedachten, de natuur. Zowel kinderen als ouderen zijn sterk betrokken op elkaar en dit op een brede horizon, het onbeheersbare, het onzegbare. Vanuit deze horizon verschijnt loyaliteit als beperkt, kwetsbaar, toevallig. Een horizonervaring gaat gepaard met een diepe ervaring van tegenwoordigheid. Loyaliteit verschijnt als kwetsbaar teken van humaniteit. Men ervaart een intieme band tussen loyaliteit en de essentie van mens-zijn. De bevestiging van humaniteit gaat gepaard met een ervaring van dankbaarheid (Claes, 2013).

# Besluit

Kenmerkend voor onze samenleving zijn het geloof dat een mens controle en greep heeft op zijn bestaan. We willen als kapitein aan het roer van ons eigen leven staan. Zelfbeschikkingsrecht en autonomie dragen we hoog in het vaandel. Tegelijkertijd ervaren we dat we als individu gesitueerd zijn in breder zingevingskader. Er is een duidelijk besef van onze kwetsbaarheid, onze eigen nietigheid ten opzicht van grotere krachten zoals de natuur. We voelen ons een speelbal van vreemde wetten en dit gevoel staat loodrecht op onze drang naar autonomie. Dit dubbel besef maakt ons als mens kwetsbaar. Het is belangrijk dat we de heteronomie van de mens erkennen, we kunnen ons wel degelijk verliezen in allerlei tegenslagen, ook in het ouder worden. Het gevoel 'ik ben mezelf niet meer' overheerst dan. Er ontstaat dan een verlangen naar éénheid in het leven, om al onze lotgevallen te integreren in onze eigen persoon. We gaan op zoek naar de 'rode draad' door alles in te passen in een coherent levensverhaal. Onze menselijke persoon komt tot stand door de verhalen die we zelf of anderen over ons vertellen. We dienen de ruimte en voorwaarden te scheppen om mensen de gelegenheid te geven om van heteronoom naar autonoom persoon te evolueren doordat ze hun levensverhaal vertellen en daarin beluisterd worden. Een verhaal vertellen kan je niet op je eentje, daar heb je anderen voor nodig. En dat is nu net het mooie van intergenerationele ontmoetingen. Het is een frustratie als je je levensverhaal aan niemand kwijt kan. Je voelt je dan 'niemand', zoals Tuur en Johanna. Ze voelen zich 'in de steek gelaten'. Voor beide dient er ruimte te worden geschapen voor dialoog opdat zij hun levensverhalen aan elkaar kunnen uitwisselen. Ze worden elk luisteraar van elkaar gekwetst verhaal en helpen elkaar om tot een coherent verhaal te komen. Door elkaars 'klankbord' te zijn brengen ze éénheid in het leven van de ander. We vertrekken vanuit de menselijke kwetsbaarheid en de menselijke behoefte om gehoord te worden: de mens wordt of is maar autonoom wanneer hij gestimuleerd wordt in zijn vermogen tot zelfexpressie. Tegen een achtergrond van zinloze, dramatische gebeurtenissen, heeft het bestaan voor Johanna en Tuur toch nog zin: het vermogen tot zingeving wordt weer aangescherpt. Deze narratieve ethiek schept verbondenheid tussen mensen. Een context van vertrouwen, van basisrespect is hierbij van groot belang. Tuur en Johanna gaan met elkaar om vanuit gelijkwaardigheid. Tussen kinderen en ouderen is dit vertrouwen een vanzelfsprekend gegeven. Dit maakt een ontmoeting tussen een kind en een oudere tot een ontmoeting met een gouden randje.

Natuurbelevingsactiviteiten zijn in dit concept een ideaal uitgangspunt. Natuur is oud en behoort tot de gedeelde belevingswereld van iedereen. Een eik is al duizenden jaren hetzelfde gebleven en wordt door jong en oud als een eik ervaren. Natuur is ook zinnenprikkend en roept herinneringen op. Bovendien is het naar buiten gaan in de natuur een uitdaging voor alle deelnemers. Voor de ouderen die al gemakkelijk binnen blijven als er een briesje wind waait of een druppel regen valt en voor de kinderen die het bos als een veilige ruimte ervaren waar ze ongehinderd hun verantwoordelijkheid over de rolwagengebruiker kunnen nemen. In de natuur kom je fenomenen tegen die voor iedereen wonderlijk zijn. Voor de ouderen gaat er soms een wereld open als ze door de ogen van de kinderen de natuur bekijken. Kleine beestjes als pissebedden en spinnen werden vroeger vaak beschouwd als ongedierte en als dusdanig behandeld. Wanneer ze echter door enthousiaste kinderen worden aangedragen en op een bakje op hun schoot worden gelegd, gaat ook bij hen de verwondering primeren. Onbevooroordeelde blijdschap van de ouderen jegens de kinderen, schept voor de kinderen kansen om hun verantwoordelijkheidsgevoel boven te halen, ook al hebben ze dan nog niet vaak moeten doen. Tot op heden hebben we in dit project nog geen kind gezien dat daar niet in slaagde. Het contact tussen de verschillende generaties, de verantwoordelijkheid die de kinderen krijgen en nemen, de warme belangstelling van de bewoners voor de kinderen, zijn elementen die een sfeer creëren van welwillendheid. In deze positieve relatie worden ingesleten patronen doorbroken. Dankzij reminiscentie worden de herinneringen opgehaald en wordt aangetoond dat deze groep van ouderen, waaronder Johanna, nog wel degelijk over heel wat verborgen talenten beschikt. Via het leven in het bos worden herinneringen en verborgen kennis opgehaald bij de ouderen, uitgewisseld en versterkt met de belevenissen van de kinderen. Het is evident dat hierdoor de relatie tussen beide leeftijdsgroepen versterkt wordt. Kinderen komen in contact met de mogelijkheden en competenties van de ouderen. Het deficit, gevolg van de dementie, wordt terug gedrongen naar de achtergrond waardoor angstgevoelens verdwijnen. Het project is enerzijds een zoektocht van kinderen en ouderen naar zichzelf en naar elkaar tijdens ontmoetingen in het bos. Anderzijds is het voor deze ouderen en kinderen een speurtocht naar de zingeving van het bestaan..

# Literatuurlijst

## Figuur 1

- (sd). Opgehaald van [www.Danstijd.slo.nl](http://www.Danstijd.slo.nl).
- (2013). Opgehaald van [www.learningtroughlandscapes.com](http://www.learningtroughlandscapes.com).
- (2013). Opgehaald van [JNM.be](http://JNM.be) - Jeugdbond voor Natuur en Milieu.
- (2013). Opgehaald van [GoodPlanet Belgium](http://GoodPlanet Belgium) .
- (2013). Opgehaald van [Aardewerk.be](http://Aardewerk.be).
- Alterra. (2013). Opgehaald van [www.wageningenur.nl](http://www.wageningenur.nl).
- Archer, J. (2001). *The nature of Grief*. Hove, East Sussex, UK: Brunner-Routledge.
- Baetens, M. (2005, augustus). *Het nut van het alleen zijn*. Opgehaald van [Zelfzorg.be](http://Zelfzorg.be).
- Barlett, P. (. (2005). *Urban Place. Reconnecting with the Natural World*. Cambridge (MA): MIT Press.
- Baumann, N. &. (2006). *Flow motive: Measurement, developmental antecedents and validity*.
- Becker, H. (1992). *Generaties en hun kansen*. Amsterdam: Meulenhoff.
- Bengtson, V., & Roberts, R. (1991). Intergenerational solidarity in aging families: an example of formal theory construction. *Journal of Marriage and the Family*, 53 , p. 856-870.
- Berk, T. v. (2005). *Het numineuze*. Zoetermeer: Meinema.
- Bisschop, M. (2012). *Helpen zorgen voor je kleinkinderen. Een gids voor ouders en grootouders*. Lannoo.
- Blitterswijk van, H. (2006). *Alterra-rapport*. Begeleidt natuurwerkweken op het Haags Buitencentrum in Wilhelminaoord.: Werkt parttime als onderzoeker bos- en natuurbeheer bij onderzoeksinstituut Alterra.
- Boeckel, J. v. (sd). *Arts-based nature-education*. Opgehaald van [polarstar@planet.nl](mailto:polarstar@planet.nl).
- Boekaerts, M. S. (1995). *Leren en instructie. Psychologie van de leerling en het leerproces*. Assen: Van Gorcum.
- Bögeholz, S. (2006). *Nature experience and its importance for environmental knowledge, values and action: recent German empirical contributions*. In: *Environmental Education Research, VOL. 12 (1)*, 65-84.
- Bogner, F. X. (1998). *The influence of short-term outdoor ecology education on long-term variables of environmental perspective*. *Journal of Environmental Education*, 29(4), 17-29.
- Born van den, R. (2006). *Alterra-rapport*. Is onderzoeker en universitair docent bij de afdeling Filosofie en Wetenschapstudies aan de Faculteit Natuurkunde, Wiskunde en Informatica en bij de afdeling Culturele Antropologie aan de Faculteit Sociale Wetenschappen aan de Radboud Universiteit.: Zij doet o.a. onderzoek naar de invloed van jeugdervaringen op de natuurhouding van volwassenen.
- Both, K. (2005a). *Aarde-kinderen*. In: *De wereld van het Jonge Kind, jrg. 33, nr.2*.



- (2006). Adopteer een boom! Met kleuters een boom een jaar rond volgen. In K. Both, *De wereld van het jonge kind*, jrg. 34, nr.1.
- Both, K. (2006). *Alterra-rapport, Topervaringen van kinderen met de natuur*.
- Both, K. (1996). *Boeiend en eng: lezen in het boek van de natuur*. In: H. van Lierop-Debrauwere/P. Mooren/H. Verschuren (red.), *Het paard van Troje. Niet-schoolse teksten in het onderwijs*. Den Haag: NBLC-Uitgeverij.
- Both, K. (2006a). *De Jenaplanschool als ontschoolde school. Omgevingseducatie en de 'grote wereld'*. In: *Mensenkinderen, januari*.
- Both, K. (2002, aprilnummer). Het schoolterrein als leerlandschap. *De wereld van het jonge kind*.
- Both, K. (2005c). Kinderen in beweging. In *De wereld van het jonge kind* (Vol. decembernummer).
- Both, K. (2005b). *Kinderen lezen het schoolterrein*. In: G. Caminada (red.), *Beter buiten spelen*. Baarn: Bekadidact.
- Both, K. (2003a, Januari-nummer). Leerlandschappen om de school: Engelse ervaringen. *De wereld van het jonge kind*.
- Both, K. (2007). *Naar een groene pedagogiek*.
- Both, K. (2003b, juninummer). Naar een leer-leefomgeving. *De wereld van het jonge kind*.
- Both, K. (2006/2007). Natuur als bondgenoot bij zorgverbreding. In : *De wereld van het Jonge Kind*.
- Both, K. T. (1995). *Communicatie. Leerplan Wereldoriëntatie Jenaplan. Katern 1. SLO*. Enschede.
- Bouw, C. &. (2004). *Stadskinderen. Verschillende generaties over de dagelijkse strijd om de ruimte*. Amsterdam: Aksant.
- Braeckmans, L., & Marcoen, A. (1998). Filiale maturiteit. Naar een ontwikkelingspsychologische visie op de relatie tussen volwassen kinderen en hun hulpbehoevende bejaarde ouders. *Tijdschrift Gerontologie Geriatrie*, 29, 226-236.
- Bruyn, G. d. (2004). *De houdingsverandering van kinderen ten opzichte van de natuur, door deelname aan het Bewaarde Land Project*. Instituut voor Theoretische Biologie. Leiden: Alterra.
- Burgess, J. L. (1988). *Exploring environment values through the medium of small groups: 1. Theory and practice. Environment and Planning A. Vol. 20, p. 309-326*.
- Burke, E. (1757). *On the sublime and beautiful. Vol. XXIV, Part 2. The Harvard Classics*. . New York: P.F. Collier & Son, 1909-14.
- Candaele, A. (2012, december 7 ). Grootouders geven kinderen wortels. *De Bond*, p. 10.
- Cannie L., H. P. (2010). *Iemand is niet meer, verlies en rouw binnen Palliatieve Zorg*. Federatie Palliatieve Zorg Vlaanderen vzw.
- Carson, R. (1984). In *The sense of Wonder*. New York: Harper Collins.
- Chawla. (1992). Children's Place Attachments. In : *Place Attachment*. New York/London: Plenum Press.

- Chawla, L. (. *Growing up in an urbanising world*. London: Earthscan/unesco.
- Chawla, L. (1990). Ecstatic places. In : *Children's Environments Quarterly*, Vol. 7, nr. 4.
- Chawla, L. In the First country of Places, Nature, Poetry and Childhood Memory. Albany: SUNY Press.
- Chawla, L. (1999). Life paths into effective environmental action. In : *Journal of Environmental Education*, Vol. 32, nr.1.
- Chawla, L. (1998b). Research methods to investigate significant life experiences: Review and recommendations. In : *Environmental Education Review*, VOL. 4 (4).
- Chawla, L. (2001). Significant Life Experiences Revisited Once Again: response to Vol. 5(4) 'Five Critical Commentaries on Significant Life Experience Research in Environmental Education. In : *Environmental Education Review*.
- Chawla, L. (1998a). *Significant Life Experiences Revisited: a review of research on sources of environmental sensitivity*. *Environmental Education Research* 4 (4), pp. 369-382.
- Chawla, L. (2005). The Ecology of Environmental Awareness and Action. In : *Jensen, B./A. Reid (eds.) Critical International Perspectives on Participation in Environmental and Health Education*. Copenhagen: Danish University Press.
- Chawla, L. (1986). The ecology of environmental memory. In : *Children's Environments Quarterly*, Vol. 3, nr. 4.
- Claes, E. (2013). Ethische vraagstukken volwassenen en ouderen. Gastdocent HIG.
- Clayton, S. S. (2003). *Identity and the Natural Environment. The Psychological Significance of Nature*. Cambridge (MA): MIT Press.
- Cobb, E. (1993). *The Ecology of Imagination in Childhood*. Dallas: Spring Publications.
- Craib, I. (1997). *Classical Social Theory: an Introduction to the Thought of Marx, Weber, Durkheim and Simmel*. Oxford, New York: Oxford University Press.
- Csikszentmihalyi, M. (1975). *Beyond boredom and anxiety*. San Fransisco: Jossey-Bass.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. New York: Harper and Row.
- Dahrenhof, R. (1979). *Life changes*. Londen: University of Chicago Press.
- Damsma, S. (2012, september). *Allerzielen thuis vier* . Terebinth. Tijdschrift voor Funecaire Cultuur.
- De Groot, W. (1999). *Van vriend naar vijand naar verslagene en verder: een evolutionair perspectief op de verhouding tussen mens en natuur. [An evolutionary perspective on the relationship between humans and nature]*. Nijmegen: The Netherlands: Nijmegen University Press.
- De Koker, B., Jacobs, T., & Lodewijckx, E. (2007). Recente ontwikkelingen in gezinnen en families: implicaties voor de ouderenzorg (1975-2005). In *Ouderen in Vlaanderen van 1975 tot 2005: een terugblik in de toekomst* (p. 31). Antwerpen.
- De Mets, J., & Vassart, C. (2008). *Een samenleving voor alle seizoenen-Relaties tussen generaties: een uitdaging*. Brussel: Koning Boudewijnstichting.

- De Witt, A. (2005). *Van vervreemding naar verantwoordelijkheid. Over jongeren & natuur*. Den Haag: In opdracht van ministerie Landbouw, Natuur, Visvangst.
- Depuydt, A., Deklerck, J., & Deboute, G. (2001). *'Verbondenheid' als antwoord op 'de-lin-kwentie'*. Leuven/Leusden: Acco.
- Diepstraten, I., Ester, P., & Vinken, H. (1998). *Mijn generatie. Zelfbeelden, jeugdervaringen en lotgevallen van generaties in de twintigste eeuw*. Tilburg: Syntax Publishers.
- Dillon, J., & a.o. (2005). Engaging and Learning with the Outdoors. In *The Final Report of the Outdoor Classroom in a Rural Context Action Research Project*. Slough/Bath: National Foundation for Education Research/Centre for Education and the Environment University of Bath.
- Duyvendak, J. (2002). Een sociale agenda voor de sociale sector. *Tijdschrift voor de Sociale Sector*, jrg. 56, nr. 7/8 .
- Duyvendak, J., & van der Graaf, P. (2001). *Opzoomeren, stille kracht? Een onderzoek naar de kwaliteit van het Opzoomeren in Rotterdam*. Utrecht: Verwey-Jonker Instituut.
- Dyment, J. (2005). *Gaining Ground: The power and potential of school ground greening in the Toronto District School Board*. Toronto: Evergreen.
- Egan, K. (1988). *Romantic Understanding*. London/New York: Routledge.
- Enklaar, J. (2009). *Trouw, rituele knutselarij bij de uitvaart*.
- Ewert, A. (1986). Fear and anxiety in environmental education programs. In *Journal of Environmental Education*, Vol. 18 (1).
- Ewert, A. P. (2005). *Early-life outdoor experiences and an individual's environmental attitudes*. *Leisure Sciences* 27; 225-239.
- Faber Taylor, A., & Kuo, F. (2006). Is contact with nature important for healthy child development? State of the evidence. In : *Spencer, Chr./M. Blades (eds.) Children and their Environments*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Fortuin, K. (1999). Bijsturen waar de dingen niet vanzelf gebeuren. Sociale structuurversterking. *Tijdschrift voor de Sociale Sector*, jrg. 53; nr. 1/2 .
- Gebhard, U. (2003). *Kind und Natur. Die Bedeutung der Natur für die Psychische Entwicklung*. Opladen: Westdeutscher Verlag.
- Gibson, J. (1979). *The ecological approach to perception*. Boston: Houghton Mifflin.
- Haar, A. t. (2009). Het nieuwe rouwen. *Groepen* , 4, p. 24-31.
- Hansen, K. (2012). *Rituelen rond de dood*. (Inspectie en Begeleiding Rooms-Katholieke Godsdienst ) Opgehaald van [www.rkg.be](http://www.rkg.be).
- Hart, O. v. (1984). *Rituelen in de psychotherapie: Overgang en bestendiging*. Deventer: Van Loghum Slaterus.
- Hay, D., & Nye, R. (1998). The Spirit of the Child. In : *Mensenkinderen*, jrg. 17, nr. 4 .

- Herlofson, K., & Hagestad, G. (2001). Challenges in moving from macro to micro: Population and family structures in ageing societies. In *Demographic Research*, 24 (10) (pp. 337-370).
- Hest, F. v. (2007). Meertalige groepstherapie met tolken deel 1. *Groepen*, 2, (pp. p. 9-23).
- Heylen, L., & Mortelmans, D. (2012). Oude wijn in nieuwe generaties. *De mens nu Magazine Dossier*, p. 2-5.
- Heylen, M. J. (2005). *Het contextuele denken. Een methodieontwikkeling voor het het welzijnswerk*. Leuven: Acco.
- Horst Ter, W. (1978). *Natuur en kind. Ideeën voor een 'groen omgeving'*. De Haag: Omniboek.
- Igel, C. ..., & Szydlik, M. (2011). Grandchild care and welfare state arrangement in Europe. *Journal of European Social Policy*, 21 (10), 210-234.
- Joye, Y. (2007). *A tentative argument for the inclusion of nature-based forms in architecture*. Gent: Universiteit.
- Kahn, P. (2001). *The Human Relationship with Nature. Development and Culture*. Cambridge (MA): MIT Press.
- Kahn, P., & Kellert, S. (2002). *Children and Nature. Psychological, Sociocultural and Evolutionary Investigations*. Cambridge (MA): MIT Press.
- Kant, I. (1790). *The critique of judgment. Trans. Werner S. Pluhar*. Indianapolis: Hackett, 1987.
- Kaplan, K. e. (1989). *The Experience of Nature. A psychological perspective*. Cambridge.
- Keirse, M. (2012, december 7). Grootouders geven kinderen wortels. (A. Candaele, Red.) *De Bond*, p. 10.
- Kelchtermans, G. (1994). *De professionele ontwikkeling van leerkrachten basisonderwijs vanuit het biografisch perspectief*. Leuven: Universitaire Pers.
- Kelchtermans, G. (2001). *Reflectief ervaringsleren voor leerkrachten*. Deurne: Wolters Plantyn.
- Kellert. (2002). *Kahn/Kellert*.
- Kellert, S. (1996 & 2002). *Experiencing Nature: Affective, Cognitive and Evaluative Development in Children*. In: Kahn, Jr. P.H. & Kellert, S.R. (Eds.). *Children and Nature. Psychological, Sociocultural and Evolutionary Envestigations*, chapter 5, pp. 117-151.
- Keyl, F. e. (2004). *De remediërende functie van de rijke leeromgeving in en om de school*.
- Kirkby, M. Nature as Refuge. In *Children's Environments Quarterly*, Vol 6, nr.1.
- Kuhl, J. (2000). *A functional-design approach to motivation and volition: The dynamics of personality systems interactions*. . New York: Academic Press.
- Kuo, F., & Sullivan, W. (2001). *Agression and Violence in the Inner City*.
- Laevers, F. (1990). *Ervaringsgericht werken in de basisschool*. Leuven: Centrum Ervarings Gericht Onderwijs, Katholieke Universiteit.
- Lear, L. (1998). *Rachel Carson. Witness for life*. New York: Allen Lane.

- Leroy, B. (2012-13). Gezin, zorg en welzijn: Systeemtherapie.
- Lewis, C. (1990). *Gardening as Healing Process*. Cambridge (MA): MIT Press.
- Louv, R. (2007). *Het laatste kind in het bos*. Utrecht: Jan Van Arkel.
- Lucassen en Lucassen, L. e. (2011). *Winnaars en verliezers, een nuchtere balans van vijfhonderd jaar immigratie*. Amsterdam: Prometheus.
- Mannion, G. (2005). Borderland voices and practices: The ambiguity of children's participation in school grounds greening. : *Canadian Journal of Environmental Education, Vol. 10* .
- Marcoen, A., Grommen, R., & Van Ranst, N. (2006). *Als de schaduwen langer worden*. Leuven: LannooCampus.
- Margadant - van Arcken, M. (1990). *Groen verschieft. Natuurbeleving en natuuronderwijs bij acht- tot twaalfjarige kinderen*. Den Haag: SDU.
- Margadant - van Arcken, M., & van Kempen, M. (1991). *Natuur in kinderhanden. Bevordering en integratie van natuurbeleving in het basisonderwijs*. Enschede: SLO.
- Maslow, A. H. (1970). *Religions, Values, and Peak-Experiences: The Viking Press*. Published by Penguin Books Limited.
- Mayhew, L. (1971). Society, Institutions and Activity. In *In Introduction to Modern Societies. Systems of Solidarity* (pp. 67-93). Glenview Illinois: Scott, Foresman and Company.
- Mc Ewan, H., & Egan, K. (1995). *Narrative in teaching, learning and research*. New York/London: Teachers College Press.
- McNight, J., & Kretzmann, J. (2002). Van binnenuit. De officiële ABCD-introductie. *Tijdschrift voor de Sociale Sector, jrg. 56, nr. 3* .
- Mercken, C. (1998). *Karweiteam. Evaluatieverslag*. Utrecht: NIZW.
- Meurs, P. (2013). Ontwikkelingspsychologie. Docent HIG.
- Monroe, M. (2003). Two Avenues for Encouraging Conservation Behaviors. In : *Human Ecology Review, Vol. 10, nr. 2*.
- Montaigne, M. d. (1533-1592). *Essais*.
- Mortelmans, D., Pasteels, I., Bracke, P., Matthijs, K., Van Bavel, J., & Van Peer, C. (2011). *Scheiding in Vlaanderen* . Leuven/Den Haag: Acco.
- Myers, O., & Saunders, C. (2002). Animals as Links Toward Developing Caring Relationships with the Natural World. In : *Kahn/Kellert (eds)*.
- Nabhan, G., & Trimble, S. (1994). *The Geography of Childhood. Why Children Need Wild Places*. Boston: Beacon Press.
- Nilsson, K. (2011). *Forest, Trees and Human Health*. New York, Dordrecht, Heidelberg, London: Springer.
- Öhman, A. &. (2001). *Fears, phobias, and preparedness: Toward an evolved module of fear and learning. Psychological Review, 108, 483-522*.

- Olds, A. (1989). Nature as Healer. In *Children's Environments Quarterly*, vol 6, nr. 1.
- Palmberg, I., & Kurku, J. (2000). Outdoor activities as a basis for environmental responsibility. In : *Journal of Environmental Education*, 31 (4).
- Palmer, J. (1998). *Environmental education for the 21st century: Theory, practice, progress and promise*. London/New York: Routledge.
- Peacock, A. (2006). *Changing minds. The last impact of school trips. National Trust*,. Opgehaald van [http://www.nationaltrust.org.uk/main/w-schools-guardianships-changing\\_minds.pdf](http://www.nationaltrust.org.uk/main/w-schools-guardianships-changing_minds.pdf) (accessed 29 July 2006).
- Penninx, K. (2003). *De stad van alle leeftijden*. Utrecht: NIZW Uitgeverij.
- Poldermans, M. (2008). *Wie dan leeft, wie dan zorgt?* Delft: Eburon Academic Publishers.
- Putnam, R. (2000). *Bowling alone. The collapse and revival of American community*. New York: Simon and Schuster.
- Rickinson, M. a. (2004). *A Review of Research on Outdoor Learning*. Field Studies Council.
- Ruimte voor rituelen*. (sd). Opgehaald van [www.ruimtevoorrituelen.be](http://www.ruimtevoorrituelen.be).
- Schreier, H. (1991). Sleutelervaringen in de wereldoriëntaties. In: *Mensenkinderen, mei* .
- Schwartz, B. (1967). The Social Psychology of the Gift. In *American journal of Sociology*, 73 (1) (pp. 1-11).
- Sebba, R. (1991). *The Landscapes of Childhood. The reflection of Childhood's Environment in Adult memories and in Children's Attitudes. Environment and Behavior*, Vol. 23, No. 4 pp. 395-422.
- Seniorennet.be*. (sd). (Dé startpagina van de actieve 50-plusser) Opgehaald van [www.seniorennet.be](http://www.seniorennet.be).
- Shepard, P. (1992). *Nature and Madness*. San Francisco: Sierra Club.
- Simmel, G. (1971). *Georg Simmel on Individuality and Social Forms Selected Writings*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Simmel, G. (1908). *Soziologie: Untersuchungen ueber die Formen der Vergesellschaftung*. Leipzig: Verlag von Duncker und Humblot.
- Slingaer, G. (2010). *Gezinsbegeleiding: het kleine broertje van de gezinstherapie of toch niet?*
- Sobel, D. (2002). *Children's Special Places. Exploring the role of forts, dens and bush houses in middle childhood*. Detroit: Wayne State University Press.
- Soyez, V. (2008). Contextgerichte hulpverlening, een theoretisch kader.
- Springzaad*. (sd). Opgehaald van [www.Springzaad.be](http://www.Springzaad.be).
- Spruijt, A., & Hofmeester, R. (1993). *Natuur en steen om je heen*. Amsterdam: Amsterdams Natuur- en Milieu- Educatie Centrum.
- Stoffels Ilse, e. (2012). *Provinciaal Groendomein De Averegeten*. Hallaar, Heist op den Berg: [www.averegeten.be](http://www.averegeten.be).
- Storr, A. (2002). *De kracht van het alleen zijn*. Contact.

- Tanner, R. (1980). *Significant Life Experiences: A New research Area in Environmental Education*. *Journal of environmental education* 11 (4), pp. 20-24.
- Ter Horst, W. (1994). *Het herstel van het gewone leven*. Groningen: Wolters-Noordhoff.
- Ter Horst, W. (1978). *Natuur en kind. Ideeën voor een 'groene' opvoeding*. Den Haag: Omniboek.
- Titman, W. (1994). *Special places, special people. The hidden curriculum of school grounds*. Winchester/Godalming: Learning through Landscapes/WWF-UK.
- Unterbrunner, U., & Umweltbildung, F. (2005). *Natur Erleben. Neues aus Forschung und Praxis zur Naturerfahrung*. Innsbrück/Wien/Bozen: Studien Verlag.
- van den Berg, A. &. (2004). *Angst voor de natuur: Een theoretische en empirische verkenning*. *Landschap*, 3, 137-145.
- van den Berg, A. &. (2005). *Fear versus fascination: An exploration of emotional responses to natural threats*. *Journal of Environmental Psychology*, 25 (3), 261-272.
- van den Berg, A. (2012). *Natuur als therapie bij ADHD*. Alterra.
- van den Berg, A. (2012). *Natuur als therapie bij ADHD*. Alterra.
- van den Berg, A. (2008). *Natuurvoormensen*. Opgehaald van Natuurvoormensen.
- Van den Born, R. &.
- Van den Born, R. (2006). *Implicit Philosophy: Images of the relationship between humans and nature in the Dutch population*. In: Van den Born, R.J.G., Lenders, R.H.J., de Groot, W.T. (Eds.).
- Van den Born, R. L. (2001). *The New Biophilia: An exploration of visions of nature in Western countries*. *Environmental Conservation* 28 (1), p.65-75.
- van der Lans, J. (1999). *Reizen door ervaringsruimte. Naar een nieuw jeugdbeleid*. *Tijdschrift voor de Sociale Sector*, jrg. 53, nr. 3 .
- van Dijk, T., Flight, S., & e.a. (2000). *Voor het beleid achter de cijfers. De uitkomsten van de GSB-monitor veiligheid en leefbaarheid nader geanalyseerd*. Hilversum: Intomart.
- van Ewijk, H. (2001b). *Op weg naar een wijkstelsel*. *Tijdschrift voor de Sociale Sector*, jrg. 55, nr. 5 .
- Van Faassen, H. (1991). *Nieuwsgierig naar onze natuur. Werken met gedichten in het natuuronderwijs*. Amsterdam: Stichting Kunstzinnige Vorming Amsterdam.
- van Steensel, K. (2000). *Internetgeneratie. De broncode ontcijferd*. Den Haag: Stichting Maatschappij en Ondernemen.
- Venbrux, M. H. (2008). *Rituele creativiteit. Actuele veranderingen in de uitvaart- en rouwcultuur in Nederland*. Zoetermeer: Meinema.
- Verboom, J. e. (2006). *Alterra-rapport*.
- Verheij, C. (2003). *De boerderij als klaslokaal*. In: *Educare, 2003/1 en Mensenkinderen: november* .
- Verhoeven, C. (1967). *Inleiding tot de verwondering*. Bilthoven: Ambo.

*Visions of Nature, A scientific exploration of people's implicit philosophies regarding nature in Germany, the Netherlands and the United Kingdom.* Berlin: Lit-Verlag.

Vormingplus. (2012). Studiedag 'Jonge sla in de rusthuistuin'. *Leaderproject 'Natuurbeleving met ouderen. Herinneringen aan leven op het platteland'*. Ronse.

Walker, A. (1993). *Age and Attitudes. Main Results from a Eurobarometer Survey*. Brussel: Europese Commissie.

Wells, N. &. (2006). Nature and the Life Course: pathways from childhood nature experiences to adult environmentalism. *In: Children Youth and Environments 16 (1)* .

Wouters, C. (2013). 'Ik rouw' en 'wij rouwen': het verband tussen samen en alleen. *Blind* .

Zeyden A., v. d. (2012, september). *Een traditie in verandering* . Terebinth. Tijdschrift voor Funecaire Cultuur.

Zoest, A. v. (1978). *Semiotiek. Over tekens, hoe ze werken en wat wij ermee doen*. Baarn: Ambo.