

Mijn moeder, de nevel in haar hoofd en poëzie die betekenis geeft

DIRK TERRY N

Samen Lezen als methodiek binnen kwaliteitsvolle ouderenzorg

Enkele jaren geleden vertelde mijn moeder bij een bezoek dat ze van het Afrikaans houdt en ze citeerde uit het gedicht 'Die Eerste nag' van Elisabeth Eybers:

Hoe veilig en stil is my kindjie se slaap,
die tastende handjies so vreedzaam gevou,
die soekende mondjie geslote en soet,
die ogies 'n skemering van blank en blou.

Wat sal haar moeder nou vir haar bid
waar sy slaap in haar wiegie, so warm en wit?

In haar ogen het vuur van weleer: de liefde voor taal, de trots op de opleiding voordracht, de verhalen over studiegenoten. Er is zoveel opgemerkt verlies sinds de diagnose Alzheimer werd gesteld dat deze ongeopende schatkist van het geheugen mij sterk treft. Ze vertelt over de Openbare Proef van de Academie van Borgerhout. Tussen haar papieren vinden we nog wat documenten: het programma van haar eindexamen Woord op 11 juni 1960 waarin naast Eybers ook teksten van Johann Wolfgang von Goethe, Multatuli, Hendrik Marsman, Karel Van de Woestijne, Gaston Burssens en anderen deel uitmaakten van de openbare proef. Het is 2017, 57 jaar later. Het gaat moeilijk met de zorg voor haar en mijn vader. Thuiszorg volstaat niet meer. Tijdens het kerstfeest duikt ze, op vraag van mijn broer, opnieuw naar de woorden van Eybers. Hij maakt er een mooi stukje over voor 'Nieuwe Feiten' op Radio 1.⁽¹⁾

Eind januari 2018 verhuizen mijn moeder en vader naar woonzorgcentrum Capenberg in Boechout. 2017 is een zwaar jaar geweest met veel zorgen en vier ziekenhuisopnames. Het is geen gemakkelijke stap en het feit dat mijn moeder ook telkens opnieuw de beslissing vergeet die ze samen met mijn vader heeft getroffen, maakt het voor hem extra zwaar. Mijn moeder, erg sociaal, ziet van in het begin twee lichtpuntjes in haar nieuwe leven op Capenberg: het contactkoor en de leesgroep, die onder begeleiding van Sandra Poels staat. Zij is personeelslid van het woonzorgcentrum en in 2016 door Het Lezerscollectief opgeleid in de methodiek van het Samen Lezen.

Over beide initiatieven zegt mijn moeder dat ze er veel deugd aan heeft: 'Het zijn heel degelijke activiteiten, nooit flauwekul.' Dat is erg belangrijk voor haar. De eindigheid van het leven is, sinds het verblijf in het woonzorgcentrum, nog nooit zo

(1) Samen Lezen of Shared Reading is een methode ontwikkeld door dr. Jane Davis waarbij een sterk literaire tekst hardop wordt gelezen en de focus ligt op het samen beleven door beelden en woorden te delen. Leespauses, stiltes en vertraging helpen de deelnemer op verhaal te komen.



dichtbij geweest: mijn moeder spreekt voor het eerst over oud zijn en ze wil dat daar waardigheid tegenover staat.

Vanaf het moment dat ik samen met Erik Van Acker en Jan Raes in 2014 Het Lezerscollectief oprichtte, wordt de betekenis van Shared Reading (Samen Lezen) als methodiek voor de realisatie van kwaliteitsvolle ouderenzorg duidelijk. In 2015 startten onze eerste eigen opleidingen in het Nederlands en begin 2016 volgde Sandra Poels de training. Twee jaar later werd mijn moeder lid van haar leesgroep. Voor mij komt de ervaring van wat Samen Lezen voor deelnemers kan betekenen op die manier nog veel dichterbij.

In 2017 kwam ik voor het eerst in contact met een van de onderzoekers van A literature-based intervention of older people living with dementia.

Een van de onderzoekers vertelde over een mooie ervaring binnen het onderzoek. Ingrid, de dochter van een van de bewoners, had het contact met haar demente moeder opgegeven. Ze had het gevoel dat ze niet meer herkend werd... dus wat was de meerwaarde van een bezoek dan nog? Toch liet ze zich overhalen om deel te nemen aan een van de leessessies die samen met de bewoners werden georganiseerd en waar ook haar moeder aan meedeed. Tijdens het samen lezen van een gedicht pikte de moeder uit een van de versregels een beeld dat een sterke herinnering opriep die alleen de dochter deelde en dus op dezelfde manier kon begrijpen. De moeder reageerde op die respons van haar dochter door haar voor het eerst sinds lange tijd opnieuw bij naam te noemen. De verpleging

beschreef hoeveel betekenis dat moment had voor de dochter in het proces om de draad van het contact met haar moeder weer op te pikken.

Onderzoek naar de impact van Samen Lezen binnen de ouderenzorg en met personen met dementie levert veel inzichten. Professor Phil Davis, oprichter van het interdisciplinair Centre for Research into Reading, Literature and Society aan de universiteit van Liverpool, wijst daarbij op het bijzondere van poëzie:

In confrontatie met het gedicht zien we via medische beeldvorming op bepaalde momenten, bijvoorbeeld wanneer de lezer een regel overloopt of een ongewoon woord tegenkomt, een plotse verandering in de reactie. Iets heeft de hersenen wakker gemaakt: de lezer wordt uit een automatisch proces getrokken. Literatuur, metaforen in het bijzonder, stimuleren ons tot reflectie in een wereld waarin het vaak moeilijk is om dingen te onthouden en waarin er geen tijd is om te bezinnen. Zij activeert dat deel van onze hersenen waarin ons menselijk bestaan zich bevindt en laat ons toe om aspecten van dat bestaan opnieuw in te beelden, opnieuw te voelen, opnieuw te beoordelen. Vaak staan onze normen en denkgewoontes los van onze diepe werkelijkheid. In onderzoek zien we dat mensen via literatuur hun eigen normen overstijgen. Via zo'n *doorbraak* komen deelnemers in contact met de kracht van de emotie die de dichters zelf in hun gedichten hebben uitgedrukt. Met andere woorden: lezers worden de mini-dichters van hun eigen levens. Prachtig toch?(2)

- (2) Phil Davis in gesprek met Dirk Terryn, 17 maart 2020. Meer info over het onderzoek: *Reading and mental health*, Jose Billington, Ed., Palgrave Macmillan, 2019



Psychiater en medeoprichter van Het Lezerscollectief Jan Raes wijst in zijn boek *Samen Lezen. De ultieme therapie* op de kracht van taal, en van poëzie in het bijzonder: via metaforen maak je letterlijk beelden die je voorbij je *beperkings*gewoonte laten kijken. Tijdens het lezen van een zestiende-eeuws liefdesgedicht van Robert Herrick zegt een deelnemer dat hij de tekst bijzonder vindt. Zijn leven lijkt helemaal niet op dat van het personage,



© Sarah van Meel

hij leest hier wat hij altijd zo graag zelf had willen ervaren. De verbeelding opent mogelijkheden. Bovendien is die ervaring van verschil tussen de tekst en het leven zelf niet bedreigend, zelfs eerder hoopvol omdat ze gedeeld wordt met andere verlangens, andere ervaringen, andere ideeën. Via beeldrijke taal leren we ook wat verliezen is: een geliefde verliezen, je jeugd, je greep op het leven, bepaalde vooruitzichten... daar gaan gedichten over. De dichter-psychiater Rutger Kopland legt in de essaybundel *Twee ambachten* zo mooi het verschil uit tussen melancholie in de poëzie en melancholie in de psychiatrie. 'In het laatste geval is iemand niet meer in staat tot enige emotie, tot welk soort verdriet dan ook. Het is een volledig geblokkeerd zijn. Poëtische melancholie is juist het tegengif daartegen: een middel om het niet zo ver te laten komen.' De methodiek Samen Lezen of Shared Reading is even eenvoudig als geniaal:

een vernuftig samenspel tussen de tekst, de groep (een tiental deelnemers) en de deelnemer als individu. De leesbegeleider speelt een cruciale rol om de tekst centraal te houden, maar de leesbeleving vrij spel te geven. Deelnemers krijgen op die manier het gevoel dat hun bijdrage ertoe doet en dat het gesprek als geheel echt groeit door de individuele stukjes die eraan worden toegevoegd: 'Samen halen we meer uit de tekst dan ieder van ons apart.' Dat vraagt training van een leesbegeleider, die zich na de opleiding verder bekwaamt door interviews en veel leert uit de ervaringen die hij opdoet. In de leesgroep van mijn moeder worden telkens een kortverhaal en een gedicht gelezen. Als familie houden we rekening met de momenten van die sessies en we zorgen ervoor dat het bezoek niet samenvalt met het Samen Lezen. Ze geniet daar zo van. Mijn moeder zegt over het leesgroepje dat het gezellig is, gemoedelijk, interessant en ze zegt:

‘Sandra doet dat bijzonder goed.’ Het Samen Lezen helpt de banden onderling te versterken en ook de begeleider plukt daar de vruchten van: zij brengt de teksten aan en faciliteert een bijeenkomst die ‘ertoe doet’. In een van de leessessies lezen ze het gedicht ‘Een streep’ van Toon Tellegen na de lectuur van ‘Het groene koffertje’ van Diane Broeckhoven.

Ik trok een streep:
tot hier,
nooit ga ik verder dan tot hier.

Toen ik verder ging
trok ik een nieuwe streep,
en nog een streep.

De zon scheen
en overal zag ik mensen,
haastig en ernstig,
en iedereen trok een streep,
iedereen ging verder.

Gedichten worden altijd twee keer gelezen, luidop. Dat geeft de tijd en de rust om de beelden en de geconcentreerde taal hun werk te laten doen. Mijn moeder reageert na de lectuur: ‘Amai da’s een door-denkertje’, en: ‘Een moeilijk gedicht! Niet de taal, maar wat erachter ligt’. In het gesprek dat volgt, verbindt Sandra de reacties van de deelnemers en stelt ze nieuwe vragen. Dit lokt opnieuw een reactie uit bij mijn moeder: ‘Ja, een streep die verlegbaar is ... was die streep wel op de juiste plaats?’ En even later: ‘Soms ga je doordat ze je iets vragen ook zelf je grens verleggen.’⁽³⁾ Dankzij transcripties van de leesactiviteit en de interactie van de bewoners, weten we beter wat er in zo’n sessie gebeurt. Doorbraken, zoals Phil Davis ze noemt, kunnen ook non-verbaal zijn: het strelen van een zin, het ‘wakker’ reageren op het gesprek, het instemmend glimlachen bij wat wordt gezegd, het contact zoeken met anderen na een eigen reactie, ... het zijn tekens die ertoe doen. Sandra Poels vertelt hoe mijn moeder en de andere deelnemers door het Samen Lezen sterk in het ‘hier en nu’ komen, een veilige zone waarin ze elkaar ten volle vertrouwen, en interpretaties en beelden delen. Die veiligheid is voor een persoon met dementie niet vanzelfsprekend.



Mama Terry

Sandra beschrijft haar leesactiviteit als een ‘vertrouwd’ eiland waar bewoners ‘thuiskomen’, een plek waar ruimte is om je eigen verhaal een plaats te geven, waar een band groeit vanuit herkenning en het delen van levenservaringen.

Tijdens de tweede lockdown stuurde Marc Tritsmans zijn laatste bundel naar mijn moeder. Zijn echtgenote Els was ooit een collega van mijn moeder in het derde leerjaar en mijn moeder volgt hem als dichter al vanaf het eerste uur. *Alles is hier nog* – hoe toepasselijk kan een titel zijn – houdt niet alleen de poëzie maar ook de vriendschap warm. Ik merk dat mijn moeder een poëzielezer blijft, ook al leest ze de teksten steeds opnieuw alsof het de eerste keer is. In haar leesgroep geeft ze vaak uitdrukking aan die liefde voor taal. Dat Eybers en ‘Die eerste nag’ nog in haar hoofd woont, wist ik niet. Wellicht door het zorgzame werk van Sandra, die wekelijks via literatuur de hersenen en het hart in beweging houdt, ontdekt mijn moeder nog steeds nieuwe kamers in haar hoofd. Intussen is ze haar man, mijn vader, verloren en die mist ze erg. Troost vindt ze in de aanblik van de foto van mijn vader in het midden, de acht kleinkinderen in zijn buurt. Maar dat verdriet mag even wijken bij een mooie tekst. Daar geeft ze zich met volle kracht aan over. *Alles is hier nog*. Als ze vanuit een tekst over de liefde spreekt, zit haar echtgenoot bij haar aan de tafel. Stil zoals hij altijd was. Het Samen Lezen wekt iets in haar op: door de woorden van een gedicht en het gesprek daarover klaart de nevel van haar geheugen op, het leven vindt opnieuw zijn betekenis.

(3) Transcriptie van een samenleessessie, met dank aan Nathalie, psychologe verbonden aan het WZC