

LEVENSBOEKEN: SPOORZOEKEN IN HET VERLEDEN



door *Femmie Juffer*,
emeritus hoogleraar adoptie en pleegzorg, Universiteit Leiden
(foto: Lilian van Rooij)

Levensboeken zijn in. Ze worden niet alleen gebruikt bij pleegzorg en adoptie, maar ook op grote schaal bij ouderen die moeite hebben om alles te onthouden. Is uit onderzoek bekend of levensboeken positief werken en zijn er mogelijke nadelen of risico's? Zijn de betrokkenen er enthousiast over? Waarom zou een levensboek belangrijk zijn bij pleegzorg en adoptie?

In de pleegzorg wordt veel gebruikgemaakt van Mijn Levensboek. Niet iedereen kiest voor zo'n kant-en-klaar levensboek, er zijn ook mensen die met eigen fotoalbums of plakboeken ongeveer hetzelfde bereiken. Het idee van een levensboek is, dat de levensgeschiedenis van een pleegkind zo goed mogelijk in beeld wordt gebracht met foto's en teksten.

Werken aan een levensboek

Het gebeurt regelmatig dat pleegkinderen in het begin van hun leven op verschillende adressen wonen en door diverse mensen worden verzorgd, soms voor korte en soms voor langere tijd. Omdat die wisselingen juist vaak plaatsvinden in de eerste kinderjaren, bewaren pleegkinderen geen blijvende herinneringen aan die periode. Dat kan later voor onduidelijkheid en onzekerheid zorgen en daarom is het levensboek bedacht. In het levensboek is te vinden wanneer en waar het kind geboren is, wie zijn biologische ouders zijn en wie er wanneer voor hem hebben gezorgd. Soms wordt een levensboek gemaakt als het kind al enkele jaren oud is, terwijl niet alle informatie exact bekend is. Dan moet worden volstaan met globale gegevens. In landen als Engeland en Amerika, waar pleegkinderen helaas vaak worden overgeplaatst, is het maken van een levensboek bij sommige organisaties zelfs verplicht. Men is ervan overtuigd dat het levensboek het pleegkind zal helpen om (later) zijn geschiedenis te begrijpen. Is deze opvatting gebaseerd op onderzoeksuitkomsten?

Onderzoek

Er is niet echt gedegen wetenschappelijk onderzoek gedaan naar het gebruik van levensboeken.¹ De studies die zijn uitgevoerd gaan vrijwel allemaal over het werken met een levensboek bij ouderen of bij volwassenen met intellectuele beperkingen. Bovendien hebben de onderzoekers zich meestal gericht op de meningen van de professionals

die het levensboek gebruiken en veel minder op de visie van de hoofdpersoon uit het levensboek. Hoewel de stand van zaken dus onvolledig is, komen er uit het schaarse onderzoek wel een paar aandachtspunten naar voren. De persoon over wie het levensboek gemaakt werd, vond het meestal plezierig dat er speciale aandacht aan hem en aan zijn persoonlijke geschiedenis werd besteed. De mensen die met het levensboek werkten, waardeerden het om de achtergronden van de persoon in het levensboek beter te leren kennen. Men vond het prettig om het levensboek te gebruiken als hulpmiddel om het over herinneringen van vroeger te hebben. Ook werd benadrukt dat een levensboek zeer waardevol is bij overplaatsingen, omdat zo een aandenken aan de persoonlijke geschiedenis wordt bewaard. Al deze punten lijken eveneens van belang voor pleegzorg en adoptie, vooral de waarde van het levensboek bij overplaatsingen.

Risico's?

In het onderzoek naar het gebruik van levensboeken wordt ook gewezen op mogelijke risico's. Vaak roepen de verhalen in het levensboek positieve emoties op, maar er kunnen ook negatieve emoties ontstaan bij de persoon over wie het levensboek gaat. De foto's en verhalen kunnen aanleiding zijn tot pijnlijke herinneringen, verdriet, angst of boosheid. Het is daarom van belang dat er dan voldoende steun en hulp aanwezig is om deze emoties te helpen verwerken. Ook dit aandachtspunt lijkt erg belangrijk voor pleegzorg en adoptie. Omdat deze kinderen vaak een moeilijke geschiedenis achter de rug hebben, kan een levensboek met verhalen en foto's over vroeger hen confronteren met gebeurtenissen die zeer pijnlijk zijn.

Douwe Draaisma, expert op het gebied van het geheugen, noemt een ander mogelijk risico van het gebruik van levensboeken. Hij legt uit dat het bewaren van verhalen en foto's een kunstmatige manier is om het verleden vast te leggen, vergeleken met hoe wij normaal dingen onthouden en herinneren. Die kunstmatige manier heeft het risico op een sturende uitwerking. We kennen allemaal wel het voorbeeld dat we ons bij een bepaalde gebeurtenis uit het verleden eigenlijk alleen maar de foto kunnen herinneren die ervan gemaakt is en niet meer de details van de gebeurtenis. De herinnering aan de oorspronkelijke gebeurtenis is als het ware overschreven, je kunt er niet meer bij volgens Draaisma. Om dit te ondervangen zou je bij het maken van het levensboek je kind kunnen betrekken door hem over zijn eigen herinneringen te laten vertellen en door hem tekeningen te laten maken.

Levensboeken bij pleegzorg en adoptie

Samen met studenten van de Universiteit Leiden was ik betrokken bij een levensboek-project in een kindertehuis in India. Voor elk kind dat naar Nederland zou gaan, werd een individueel levensboek gemaakt dat aan de adoptieouders werd gegeven als zij het kind kwamen ophalen. In de dossiers werd informatie opgezocht, zoals de geboortedatum (of de datum

waarop het kind gevonden was), waar en bij wie het kind gewoond had en zijn groei- en gezondheidsgegevens. Verder werden foto's gemaakt van de verzorgsters en van het kind tijdens dagelijkse gebeurtenissen in het tehuis zoals bij de maaltijd. Ook persoonlijke wensen van de verzorgsters en tekeningen van het kind zelf werden toegevoegd. De adoptieouders die wij hierover spraken waren erg blij met het levensboek, omdat het een blijvende herinnering bood, niet alleen voor henzelf maar vooral ook voor het adoptiekind later.

Het is bekend dat pleeg- en adoptiekinderen vaak moeite hebben met 'gaten' in hun eerste levensgeschiedenis, zoals het niet weten hoe laat je geboren bent of waar je tijdens een bepaalde periode hebt gewoond. Een levensboek kan helpen om de tijdlijn van je leven duidelijk te krijgen en houvast te bieden, zeker als er veel overgangssituaties waren. Onderzoek en de praktijk laten zien dat levensboeken positief kunnen werken. Omdat het levensboek spanning kan oproepen, moet het werken aan of het bekijken van het levensboek echter niet opgedrongen worden en de pleegouders moeten klaar staan om het kind te steunen als de verhalen verdriet of boosheid oproepen.

Dit artikel verscheen eerder in *Mobiel*, tijdschrift voor de pleegzorg

¹ McKeown, J. et al. (2006). Life story work in health and social care: systematic literature review. *Journal of Advanced Nursing*, 55(2), 237-247.