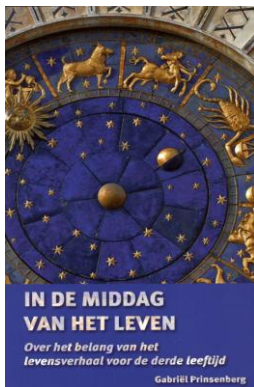


BOEKBESPREKING

In de middag van het leven. Over het belang van het levensverhaal voor de derde leeftijd.

Gabriël Prinsenbergh



Door: Henk Van daele

De in Vlaanderen minder bekende auteur Gabriël Prinsenbergh zet zich sinds enkele decennia intensief in om het biografisch leren en werken als methode te introduceren. Biografisch leren en werken omschrijft de auteur “als een persoonlijk onderzoek om het eigen bestaan in kaart te brengen en de eigen en specifieke passies en drijfveren te leren kennen, met als doel zin en betekenis van het leven – in de context van de tijd en de samenleving – beter te kunnen begrijpen en accepteren” (blz. 50).

Het moet duidelijk zijn dat vooral ouder wordende mensen de behoefte voelen om herinneringen op te halen en zich te bezinnen over hun levensloop. Heeft mijn leven wel zin gehad, is een vraag die vele ouderen zich stellen. Was dit alles wel de moeite waard? Heeft de opvoeding die ik van mijn ouders kreeg, of het onderwijs dat ik genoot, wel mijn leven beïnvloed? Op welke wijzen? Hoe belangrijk waren vriendschappen tijdens de jeugd? Wat heeft mijn beroep voor mij betekend? Enz.

Vele oudere personen hebben te maken met eenzaamheid en verlieservaringen. Niet zelden leidt dit tot depressies. Depressie kan veelal voorkomen worden door het ophalen van herinneringen (individueel of in groep), het schrijven van een eigen levensverhaal (dagboek of levensboek met foto's en tekeningen), het deelnemen aan allerlei creatieve activiteiten, enz.

Zonder twijfel zullen een aantal oudere kankerpatiënten zich door dit boek laten inspireren om hun eigen levensverhaal te formuleren.

Gabriël Prinsenbergh, *In de middag van het leven. Over het belang van het levensverhaal voor de derde leeftijd*, Amsterdam, Uitgeverij SWP, 2014, 127 blz. ISBN 978 90 8850 483 9.