

## Aan de slag: schrijven

*Voor 'hij' geldt ook 'zij'*

*De oudere met dementie wordt aangeduid als 'de oudere'*

- Luister de dictafoon-app af en schrijf ruwe tekst. Verschillende onderwerpen zullen door elkaar heen verteld zijn. Denk niet aan goed lopende zinnen of interpunctie, het gaat nu alleen om het opschrijven van de gesproken tekst.
- Probeer dan de tekst rond een aantal thema's te groeperen. Dat kunnen thema's zijn in chronologische volgorde maar dat hoeft niet. In het eerste gesprek zijn waarschijnlijk al een aantal belangrijke levensthema's naar voren gekomen.

*Voorbeelden:* de kindertijd, het huwelijk of de plaats waar men toen woonde, de tijd in het sanatorium of op de kostschool, de zorg voor een broertje, de bouw van een nieuw huis, de vakanties op Texel, enzovoort.

- Zoek naar afbeeldingen/foto's bij de thema's. Denk aan woonplaatsen van de oudere, woonhuis, schoolgebouw, seminarie, winkel, bedrijf, enzovoort. Voeg deze in een word-document en zet er korte tekst bij. Je kunt de sjablonen gebruiken op [www.kleinlevensboek.nl/materialen](http://www.kleinlevensboek.nl/materialen).
- Schrijf nu over de gekozen thema's tekst als achtergrondinformatie voor de omgeving van de oudere. Ga gewoon schrijven, het hoeft geen literair werk te worden. Het belangrijkste is dat je herinneringen vastlegt en de oudere erover kan vertellen.
- Schrijf korte zinnen en gebruik geen moeilijke woorden.
- Schrijf vanuit de oudere, liefst in de ik-vorm.
- Gebruik liever de actieve dan de passieve vorm. Dus liever niet: 'Ik werd naar kostschool gestuurd door mijn ouders', maar: 'Mijn ouders stuurden mij naar kostschool'. Dit leest prettiger.
- Schrijf daarna verteltips op de linker pagina's. Je kunt het sjabloon gebruiken op [www.kleinlevensboek.nl/materialen](http://www.kleinlevensboek.nl/materialen).
- Voor groepen schrijvers: kijk of je afbeeldingen en andere informatie kunt delen met elkaar. Komen de ouderen misschien oorspronkelijk uit dezelfde plaats?
- Bekijk samen met de oudere de eerste versie van het boek. Deze is meestal verrast dat het boek over zijn leven gaat. Dat stimuleert om enthousiast opnieuw zijn verhaal te vertellen, met misschien enkele extra herinneringen. Deze herinneringen en eventueel nieuwe afbeeldingen kun je weer toevoegen aan het boek.
- Loop je vast? Mail of bel me en ik help je om weer met plezier verder te werken. [marike@tekstpalet.nl](mailto:marike@tekstpalet.nl) / 06-28919248

## De waarheid is de waarheid (misschien) niet

Het Klein Levensboek bevat de herinneringen die de oudere nog heeft.

Ons geheugen verandert door de jaren. Herinneringen kunnen door elkaar gaan lopen en kunnen vervormen. De feitelijke waarheid van de herinneringen kan daarmee schade oplopen.

Voor het Klein Levensboek maakt dat niet uit. Het is belangrijk dat de inhoud van het boek de waarheid vertelt zoals de oudere zich deze herinnert en nu beleeft. Dat hoeft niet de echte waarheid te zijn. Als je merkt dat de oudere zich de echte waarheid anders herinnert en daarin niet makkelijk te corrigeren is, probeer dan mee te gaan in zijn waarheid, hoe lastig dat misschien ook is. Zeker als familie. Je kent immers de feiten van de levensgeschiedenis en die kloppen niet meer (helemaal) met de inhoud van het boek. Maar voor dit boek is het belangrijk dat de waarheid van de oudere als de echte waarheid wordt geaccepteerd en hij niet geconfronteerd wordt met de afname van zijn geheugen. Dat maakt alleen maar onzeker bij het vertellen. Het bekijken van het Klein Levensboek moet een feestje blijven, voor de oudere, en voor iedereen die met hem in gesprek gaat.

## Privacy beschermen

Als je geen familie bent van de oudere, wees dan zeer zorgvuldig met het opslaan van persoonlijke informatie op je eigen computer of laptop. Verwijder alle persoonlijke informatie en foto's wanneer het Klein Levensboek klaar is.

De AVG (Algemene Verordening Gegevensbescherming) is streng maar maakt je ook alert op het zorgvuldig omgaan met persoonlijke informatie.

Het is vast overbodig te zeggen dat je geen persoonlijke informatie over de oudere vertelt aan anderen en dat je nooit een naam noemt. Plaats ook nooit informatie over een bewoner, ook niet anoniem, op social media.

