

Kwalitatief onderzoek naar het effect van life-review bij de luisteraar: Volwassen kinderen interviewen hun ouders

Carlijn Nijhuis
Universiteit Twente

Dit kwalitatieve onderzoek is bedoeld om inzicht te krijgen in het effect dat plaatsvindt onder volwassen kinderen die hun eigen ouders interviewen, middels life-review. Life-review (levensverhalen over het eigen leven) heeft een positief effect voor de ouder, maar zijn er ook positieve effecten voor het volwassen kind? Wat is de betekenis van de interviews op de volwassen kinderen en welke effecten hebben deze op de affectieve relatie tussen ouder – volwassen kind en op de individuele effecten op het volwassen kind? Zes volwassen kinderen zijn geïnterviewd over de ervaring met life-review bij de ouder. Deze zes interviews zijn in drie fasen geanalyseerd, middels de ‘grounded theory’ methode. Hieruit zijn drie effecten gevonden: historie, verbondenheid en onafhankelijkheid en een proceseffect dat de emotionele reacties van de respondenten beschrijft. Het onderzoek toont aan dat life-review een positief effect heeft voor de volwassen kinderen, zowel op de ouder – volwassen kind relatie als op het volwassen kind zelf.

Sleutelwoorden: Kwalitatief onderzoek, life-review, volwassen kind – ouder relatie.

Life-review is een gestructureerde vorm van reminiscentie (de herinnering aan het verleden oproepen) en richt zich op herevaluatie, het oplossen van conflicten uit het verleden, betekenis geven aan het eigen leven en het beoordelen van vroegere adaptieve copingstijlen (Haight & Dias, 1992; Watt & Cappeliez, 2000; Fry, 1983).

Erikson (1982) beschrijft het als een proces dat individuen dichtert brengt bij de eigen integriteit, het uiteindelijke psychosociale niveau van wijsheid en rust. Life-review is beschreven als een zielzoekend en doelmakend proces. Het zorgt ervoor dat individuen op zoek gaan naar hun ware zelf. Het vinden van je ware zelf maakt het mogelijk om een proces op gang te zetten waardoor individuen doelbewust leren te evalueren, integreren en het leven te accepteren zoals het is geleefd (Haight, 2001).

Het delen van privé gedachten, schaamtevolle momenten, en geheime trotsheden is een uiting van intimiteit voor zowel luisteraar als verteller. Vertellers kunnen door middel van life-review een verlichting van lasten en enorme opluchting ervaren. Tevens is gevonden dat participatie aan life-review het geheugen verbetert, het zelfvertrouwen vergroot, en eigen integriteit en sociaal welzijn promoot (e.g. Birren & Deutchman, 1991).

Life-review is in veel verschillende doelgroepen toegepast: verzorgingstehuizen (Haight, Michel & Hendrix, 1998); verzorgingstehuizen met gematigde tot ernstige depressies (Serrano, Latorre, Gatz & Montanes, 2004); patiënten met aids (Erlén, Mellors, Sereika & Cook, 2001) en bij oudere volwassenen met gematigde depressieve symptomen (Bohlmeijer, 2005).

Remiscentie en life-review worden in de praktijk toegepast als psychotherapeutische interventies bij ouderen om de kans op depressie en andere psychische problemen te verkleinen. Bij remiscentie wordt er individueel of groepsgewijs op een gestructureerde manier gepraat en gedacht over positieve ervaringen uit het verleden, om de individu een positiever beeld te laten krijgen over zichzelf en zijn leven. Life-review is een intensievere, individuele therapie waarbij ook over de negatieve ervaringen gepraat wordt, om onverwerkte gevoelens als nog te verwerken of in positievere zin te zien (Heeren, Linssen, Overduin & Kok, 1997).

Effecten van life-review

Butler (1963) benadrukte als eerste het belang van remiscentie en life-review om als oudere succesvoller door het leven te gaan (Butler, 1963;1974). Sindsdien hebben zowel onderzoekers als klinisch psychologen een groeiende belangstelling getoond voor remiscentie (Gibson, 2004; Webster & Haight, 2002; Garland & Garland, 2001).

Butler (1963) en Birren & Deutchman (1991) geloven dat het remiscentie proces het beste tot uiting komt door het met anderen te delen. Dit geeft de mogelijkheid om verbanden te leggen tussen de eigen herinneringen en verbanden te maken met anderen. De verbanden in ons eigen geheugen zijn die van de ontdekking van patronen en betekenissen van het verleden, die wellicht verwaarloosd zijn of onherkenbaar zijn geworden. Verbanden met anderen zorgen ervoor dat individuen zich levend en geliefd voelen, dat er om ze gegeven en naar ze geluisterd wordt. De uitwisselingen van de eigen herinneringen zorgen ervoor dat je als individu terugblijkt op je verleden, dat je delen van je verleden probeert te herinneren die je allang was vergeten of niet meer paraat had. Door deze herinneringen met andere mensen uit te wisselen, wordt het mogelijk om de herinneringen op een nieuwe manier te vormen, te interpreteren en te verwerken.

Bohlmeijer (2005) vermoedde dat mastery (de controle hebben over je leven), een belangrijk aspect van psychologisch welzijn

(Ryff, 1995), gunstig beïnvloed zou worden door life-review. Zijn onderzoek heeft aangetoond dat dit inderdaad een substantieel en gunstig effect heeft op de mate waarin mensen de greep op hun eigen leven ervaren (Bohlmeijer, 2005). Bovendien laat een meta-analyse zien dat life-review sterke en gunstige effecten heeft op depressie (Bohlmeijer, Smit & Cuijpers, 2003). Samenvattend kan gezegd worden dat vooral remiscentie gericht op identiteitsontwikkeling (life-review) en problemen oplossen bijdragen aan geestelijke gezondheid (Bohlmeijer, Onrust & Cuijpers, submitted).

Life-review als zelfhulp

‘Terug kijken op het leven’: volwassen kinderen interviewen hun ouders is een project van Bohlmeijer (2005) die de methode heeft ontwikkeld waarbij life-review, in de vorm van een interview, door volwassen kinderen bij hun ouders kan worden afgenomen.

Life-review wordt gebruikelijk uitgevoerd door professionele hulpverleners, maar in het onderzoek van Bohlmeijer (2005) is gekozen om dit te laten doen door het volwassen kind. Dit maakt het mogelijk om life-review in te zetten als zelfhulp, een vorm van zorg waarbij de betrokken omgeving probeert een probleem aan te pakken. Onderzoek toont aan dat hulp en emotionele steun beter plaats vinden tussen ouder – volwassen kind relaties dan tussen iedere andere relatie, afgezien van de partnerrelatie, aldus van der Pas, van Tilburg en Knipscheer (2007). Dat hulp en emotionele steun goed kunnen plaats vinden tussen ouder en volwassen kind komt voornamelijk door de vertrouwelijke band die ze met elkaar hebben. Uit onderzoek van Lye (1996), naar recente studies over ouder – volwassen kind relaties, komt naar voren dat de meerderheid van de volwassen kinderen een hechte relatie heeft met de ouder(s). Deze hechte relatie wordt beschreven als het hebben van frequent contact en het geven van emotionele voldoening.

Verondersteld wordt dat deze hechte relatie ervoor zorgt dat ouders gemakkelijker over hun verleden kunnen praten. Bij het bestaan van een onderling vertrouwen, lijkt het voor

de ouder gemakkelijker om over de intimiteiten uit het eigen verleden te praten. Het frequente contact zou er wellicht voor kunnen zorgen dat kinderen aan zien komen wanneer er bij de ouder behoefte is om te praten over gebeurtenissen uit het verleden. Life-review middels zelfhulp zou zo sneller ingezet kunnen worden en wellicht als preventieve hulp tegen depressies of andere psychische problemen kunnen dienen.

De hypothese bestaat dat life-review van positieve invloed is op de relatie tussen ouder en volwassen kind, wanneer het volwassen kind de life-review methode toepast.

Bij afwezigheid van een hechte relatie tussen ouder en volwassen kind, lijkt life-review geen geschikte methode. Vertrouwen is een vereiste om intimiteiten uit het verleden te kunnen delen. Er is (nog) geen onderzoek dat de invloed van life-review op een minder goede relatie tussen ouder en volwassen kind bekijkt. Of de persoonlijkheid van het volwassen kind van invloed is op de effecten van life-review is ook (nog) onbekend. Wel is er door Buhl (2008) onderzocht of de kwaliteit van de relatie, tussen ouder en volwassen kind, beïnvloed wordt door de persoonlijkheid van het kind. Uit dit onderzoek komt naar voren dat dit niet van invloed is op de relatie met de ouder.

Afname door partner is een voor de hand liggende gedachte, maar lijkt minder geschikt. Wellicht dat de oorzaak hiervan ligt in de gedeelde persoonlijke ervaringen van de partners. Partners kunnen verschillende herinneringen hebben bij dezelfde gebeurtenissen, waardoor zo de eigen herinneringen minder tot hun recht kunnen komen. Daarnaast hebben partners persoonlijke gebeurtenissen die ze beter met anderen kunnen delen of waarover ze wellicht liever niet met hun partner willen spreken. Bij life-review is van belang dat er naar het eigen verleden gekeken wordt en niet naar dat van de ander. Naar het eigen verleden kijken lijkt gemakkelijker tussen ouder – volwassen kind relaties, dan tussen partners.

Uit het project (Bohlmeijer, 2005) blijkt dat de life-review methode als zelfhulp interventie geschikt is, mede dankzij het natuurlijke karakter van het life-review

proces. Als opvallende conclusie komt uit het project naar voren dat de kinderen zelfs iets positiever zijn over wat de gesprekken voor hen hebben opgeleverd dan de ouders. Naar verwachting geeft een ruime meerderheid van de ouders aan de gesprekken als bijzonder en plezierig te hebben ervaren. Tevens zijn de kinderen erg enthousiast over de interviews, waaruit boeiende, soms emotionele gesprekken ontstonden waar normaal geen tijd voor is. Sommige kinderen ervaren de drempel om tot gesprekken te komen nu veel lager, een verbeterde verstandhouding, verdieping in hun eigen leven en sommigen hebben meer begrip gekregen voor hun ouders en het leven dat zij hebben geleid.

Op de uitkomstmaten: mastery, groei en affectieve relatie tussen ouder en volwassen kind zijn door Bohlmeijer (2005) significante effecten gevonden (beoordeeld door de ouders). Er komt naar voren dat de ouders na afloop positiever oordelen over de relatie met het kind. Bij de kinderen kon dit effect niet significant aangetoond worden, terwijl de kinderen vaker aangaven iets te hebben gehad aan de interviews. Interessant is dat de kinderen life-review als positiever ervaren, maar dat er niet aangetoond kan worden dat ze er iets aan hebben gehad.

Dit deelonderzoek

Dit deelonderzoek gaat verder in op de effecten, gevonden door Bohlmeijer (2005), die volwassen kinderen ervaren na aanleiding van het interviewen van hun ouders. Het doel is om te onderzoeken welke effecten life-review heeft bij volwassen kinderen, na het toepassen van de methode bij hun ouders. Verondersteld wordt dat de effecten van life-review van invloed zijn op de affectieve relatie ouder – volwassen kind en op de individuele effecten op het volwassen kind.

Life-review als zelfhulp leidt wellicht niet alleen tot een positieve invloed op de mentale gezondheid van de oudere, maar tevens bestaat de hypothese dat life-review door volwassen kinderen bij hun ouders ook de affectieve relatie tussen ouder – volwassen kind vergroot. Bengtson en anderen hebben voor de affectieve relatie tussen ouder en kind het intergenerationele familie solidariteit

model ontwikkeld. (Bengtson, Acock, Allen, Dilworth-Anderson & Klein, 2005; Dykstra en Knipscheer, 1995; Katz et al., 2003) De intergenerationele familie solidariteit is de onderlinge verbondenheid tussen de familierelaties, van generatie op generatie. Deze onderlinge verbondenheid berust op een unieke en duurzame band die tijdens de levensloop is gegroeid. Solidariteit is zowel zorgen voor als het ondersteunen van zorg met wederzijdse betrokkenheid.

Het intergenerationele familie solidariteit model representeert de verschillende typen van hechtheid tussen ouder en volwassen kind. Het bestaat uit zes elementen die onderverdeeld zijn in de dimensies structurele-gedragselementen en cognitieve-affectieve elementen. De structurele-gedragselementen bestaan uit: functionele solidariteit (de mate van helpen bij dagelijkse taken en uitwisselen van hulp); structurele solidariteit (de kans dat intergenerationele relaties in de structuur van de generatie mogelijk zijn) en associeerbare solidariteit (de mate en patronen van contact en interactie). Onder de cognitieve-affectieve elementen vallen: affectieve solidariteit (de gevoelens van emotionele hechtheid en wederkerigheid van deze gevoelens tussen generaties); overeenkomende solidariteit (het delen van meningen, attitudes en geloof tussen generaties) en normatieve solidariteit (het aangaan van verantwoordelijkheden en verplichtingen met andere familieleden). (Hillcoat-Nalétamby & Dharmalingam, 2006).

De interviews worden kwalitatief geanalyseerd om achter de betekenis van life-review op de volwassen kinderen te komen. De methode die voor het kwalificeren van de interviews wordt gebruikt is de 'grounded theory' methode van Glaser & Strauss (1967). Deze systematische en kwalitatieve onderzoeksmethode wordt gebruikt om de gevonden data van het onderzoek te analyseren en te reduceren, om zo tot een conclusie te komen. De gevonden data wordt geördend naar classificaties. De data-verzameling vindt plaats door de bestudering van een fenomeen, waarna er een theorie over geformuleerd wordt. Dit data-verzamelingsproces gaat middels de bottom-up benadering. Het interview wordt

gespecificeerd in verschillende elementen van grove details, deze elementen worden vervolgens aan elkaar gekoppeld om tot grotere subsystemen te komen. De aan elkaar gekoppelde elementen worden hierna opnieuw samengevoegd, totdat er geen verdere samenvoegingen van elementen meer gemaakt kunnen worden en het eindniveau is bereikt.

Om achter de betekenis van de interviews op de volwassen kinderen te komen is er gebruik gemaakt van deze 'grounded theory' methode. Deze manier van kwalitatief onderzoek is gericht op het beschrijven en het begrijpen van de effecten die life-review heeft op de luisteraar. Er is voor kwalitatief onderzoek gekozen om inzicht te krijgen in de vraag of life-review effect heeft op het volwassen kind. Bij kwalitatief onderzoek ligt de focus op het begrijpen van situaties, gebeurtenissen en personen, terwijl bij kwantitatief onderzoek de focus ligt op het inzicht krijgen in cijfers. De vraag van dit onderzoek ligt niet bij de cijfers omtrent life-review tussen ouder en volwassen kind, maar bij de vraag hoe het volwassen kind het life-review ervaart en welke betekenissen deze eraan geeft.

Methoden

Respondenten

Middels een artikel in een landelijk dagblad, een artikel in een brochure over succesvol oud worden in Den Haag, een advertentie op de website van het Trimbos-instituut en een interview met de landelijke radio werd door Bohlmeijer (2005) geworven naar kandidaten voor deelname aan het onderzoek. Belangstellenden konden de brochure opvragen en kregen informatie over het onderzoek toegestuurd. Zes volwassen kinderen hebben de life-review methode bij hun ouders toegepast, waarna deze volwassen kinderen door een onderzoeker zijn geïnterviewd. Alle zes de volwassen kinderen uit deze populatie zijn vrouwen. De leeftijden van de vrouwen zijn onbekend. Hieronder een korte beschrijving van de respondenten:

Mevrouw 1. heeft haar vader en haar tante los van elkaar geïnterviewd. Haar vader

meerdere malen en haar tante één keer (wegens hevige emotionele reactie op de helft van het eerste gesprek gestopt). Als redenen voor deelname geeft ze het nog meer betrokken zijn bij het leven van haar vader, een bevestiging van reeds bestaande informatie over haar vader, de nieuwsgierigheid voor het onderzoek en het uitwerken van de gesprekken tot een familie erfstuk.

Mevrouw 2. heeft tot nu toe één gesprek met haar vader gehad en denkt na over mogelijk vervolg. Haar belangrijkste reden voor deelname was om nog meer van haar vader te weten te komen voordat het te laat is. Ze was nieuwsgierig naar onbekende dingen en had vragen over zijn leven en zijn belevingen daarvan. Ze wil de aantekeningen delen met familie om herinneringen levend te houden.

Mevrouw 3. heeft zowel haar vader als moeder tegelijkertijd geïnterviewd. Ze heeft nu in totaal zes gesprekken gevoerd en is nog niet klaar. Ze heeft eerder in opdracht een ander echtpaar geïnterviewd, maar dacht dat dit niet mogelijk was bij je eigen ouders. Toen dit project voorbij kwam gaf het haar alsnog de aanleiding om haar eigen ouders te interviewen. Ze schrijft mee tijdens de interviews met als resultaat een mooi en waardevol verhaal op papier te zetten.

Mevrouw 4. heeft apart met beide ouders twee gesprekken gehad. Haar reden hiervoor is om hun levensverhaal in beeld te brengen, nu ze er nog zijn. Ze heeft de gesprekken hiervoor gefilmd. Tevens hoopte ze iets meer te horen dan in de gebruikelijke gesprekken.

Mevrouw 5. heeft haar beide ouders tegelijk geïnterviewd. Tot nu toe heeft ze twee gesprekken gevoerd en wil ze er nog meer laten volgen. Haar reden was om op een andere manier met haar ouders in gesprek te zijn en meer verdieping te krijgen in hun leven. De gesprekken heeft ze opgenomen en wil ze uitwerken zodat het ook voor andere familieleden zichtbaar is.

Mevrouw 6. heeft haar vader in vier gesprekken geïnterviewd. De reden voor deelname aan het onderzoek komt van vader af. Hij wilde graag meedoen. Hij heeft zelf al eerder een biografie geschreven over zijn leven in een familieboek en hij vertelt zijn levensverhalen graag door.

Interviews

Om achter de betekenis van de interviews op de kinderen te komen is gebruik gemaakt van individuele, half gestructureerde interviews. Voor afname van de interviews zijn drie hoofdthema's gebruikt: handleiding/materiaal; evaluatie life-review en ouder – volwassen kind relatie. Het hoofdthema evaluatie life-review is opgesplitst in de evaluatie van de ouders en die van het volwassen kind op het life-review. Tevens is gevraagd hoe de volwassen kinderen het in het algemeen vonden om het life-review bij de eigen ouders te doen.

Er is geen verdere informatie bekend over het verloop van de afname van de interviews en zijn er ook geen gegevens bekend als leeftijd van de respondenten (zowel kind van als ouder niet) en of de volwassen kinderen zelf kinderen hebben.

Analyse stappen

De kwalitatieve analyse is uitgevoerd in drie verschillende fasen. In de eerste fase zijn de interviews eerst globaal doorgelezen om tot een eerste indruk te komen. Vervolgens zijn de interviews één voor één nauwkeurig doorgelezen en zijn de gevonden citaten met betrekking tot de betekenissen voor de volwassen kinderen onderstreept en opgeschreven. Na dit bij alle zes interviews te hebben gedaan zijn al deze gevonden citaten gezamenlijk opgeschreven. Deze eerste analyse stap heeft tweeëndertig gevonden betekenissen opgeleverd, waaronder veel overlappende. (Zo beschreef mevrouw 3 de pijn van haar ouders nu te kunnen voelen en mevrouw 4 zich nu beter te kunnen inleven.) In deze eerste stap is er gekeken of de gevonden betekenissen mogelijk in te delen waren onder affectieve relatie ouder – volwassen kind en individuele effecten op het volwassen kind. Deze indeling bleek niet geschikt, omdat meerdere effecten zowel in de categorie affectieve relatie als individuele effecten geplaatst konden worden.

In de tweede fase is er geprobeerd om de tweeëndertig gevonden verschillende betekenissen op een andere manier te categoriseren. Dit is gedaan door opnieuw de

interviews één voor één te bestuderen om te zien of de respondenten ook daadwerkelijk soortgelijke betekenissen ervaarden. De citaten met betrekking tot de betekenissen zijn in deze fase samen gebracht tot zes categorieën. Vervolgens is er geprobeerd deze categorieën passend te benoemen, waaruit de volgende benamingen naar voren kwamen: intimiteit; identiteit; historie; harmonie; onafhankelijkheid en een rest categorie. Tot de benaming van intimiteit is gekomen door de betekenissen samen te nemen die van invloed zijn op de relatie tussen volwassen kind en ouder. De identiteit weerspiegelt de betekenissen die een effect hebben op de eigen identiteit van het volwassen kind. Historie geeft de kennis weer die de volwassen kinderen nu meer ervaren over het leven van hun ouders. Harmonie omvat alle betekenissen die zorgen voor meer evenwichtigheid in de relatie tussen ouder en volwassen kind. Onafhankelijkheid beschrijft de betekenissen die te maken hebben met het loskomen van het volwassen kind van de ouder. Omdat een aantal betekenissen onder geen van deze vijf bovengenoemde categorieën geplaatst konden worden is er tot slot een rest categorie gevormd voor deze niet specifieke betekenissen.

Vervolgens is de gehele procedure in de derde, uiteindelijke fase nogmaals herhaald, om de laatste overlappings van betekenissen ook onder één effect naam te kunnen benoemen. Dit heeft geresulteerd in de drie uiteindelijk gevonden effecten die life-review heeft op het volwassen kind, genaamd; historie, onafhankelijkheid en verbondenheid. De categorie historie omvat nu ook de betekenissen op het gebied van kennis en inzicht in het leven van de ouder. Het geeft de bewustwording weer die het volwassen kind heeft gekregen over de levensloop van de ouder en het verkregen inzicht in de verhoudingen uit het verleden van de ouder.

Identiteit en onafhankelijkheid zijn samengevoegd tot de categorie onafhankelijkheid. De betekenissen die onder de identiteit van het volwassen kind vielen, kunnen gezien worden als het proces tot onafhankelijk worden. Zo is bijvoorbeeld meer besef van eigen karakter en eigen

keuzes een effect op de identiteit die van invloed is op het onafhankelijkheidsproces. De categorie onafhankelijkheid omschrijft het proces van op zichzelf staan, het streven om onafhankelijk te worden. Het gaat hierbij om wie de eigen persoon is en de verdere ontwikkeling en bevordering van de eigen geestelijke groei.

De categorieën intimiteit en harmonie zijn samengenomen tot de categorie verbondenheid. Hieronder vallen alle effecten die van invloed zijn op de relatie tussen ouder – volwassen kind. Zo leidt het meer begrip hebben voor de ouder, wat voorheen onder het subelement harmonie viel, tot een andere band met de ouder. Maar zo ook het voor zich zelf sprekende effect een betere band met de ouder, dat viel onder het subelement intimiteit. Onder de categorie verbondenheid wordt de relatie verstaan die het volwassen kind heeft met de ouder. Het beschrijft de band en/of mate van vertrouwdheid die het kind ervaart en de wederzijdse samenwerking tussen volwassen kind en ouder, het bereiken van een overeenstemming en het vormen van een geheel.

Naast deze drie categorieën zijn er tevens een aantal interessante, bijkomstige betekenissen gevonden. Zo gaven een aantal volwassen kinderen aan dat het life-review een diepe indruk op ze heeft achter gelaten of dat het heeft gezorgd voor een voldaan gevoel. Deze en nog meerdere gevonden emotionele processen, naar aanleiding van het life-review, zijn in de derde fase samengevat onder de categorie proceseffecten. Deze gevonden betekenissen zijn niet inhoudelijk afkomstig van de life-review methode, maar van het proces wat zich na afloop van het life-review heeft afgespeeld. Een aantal volwassen kinderen gaf aan dat de, door life-review, betere relatie en het hebben van meer kennis in het verleden van de ouder zorgde voor een emotionele afloop. De gesprekken lieten een diepe indruk achter bij het volwassen kind.

Resultaten

Historie

Alle respondenten gaven aan naar aanleiding van het life-review een vollediger beeld te hebben van het leven dat de ouder

heeft geleid. Ze hebben meer inzicht gekregen in hoe het leven van de ouder er heeft uit gezien. Respondenten gaven aan nu beter de rode draad te zien in het leven van de ouder en in hun eigen leven. De kennis die het volwassen kind door life-review over de ouder heeft gekregen, zorgt ervoor dat het volwassen kind zich meer bewust is van het leven van de ouder. Het geeft het effect weer dat het volwassen kind meer te weten is gekomen over het verleden van de ouder:

“En omdat hij er ook dus over na had gedacht krijg je denk ik een heel goed beeld van hoe hij heeft geleefd, hoe hij denkt, hoe hij dacht, wat belangrijke punten waren voor hem.” (Mevr. 6., p. 10, r. 27-28)

“... Ik zit ineens te denken wat het meest interessante onderwerp was en wat wel nieuwe dingen heeft opgeleverd was de relatie tussen mijn ouders. (...) Van mijn vader wist ik het wel maar met name naar de beleving van mijn moeder was ik heel nieuwsgierig.” (Mevr. 4., p. 8, r. 32-36)

Het meer te weten komen over het verleden van de ouder zorgde bij één van de respondenten tot een positieve bijstelling van het beeld dat ze van haar vader had:

“Ik weet meer van hem. (...) Hij was toch wel ondernemend.” (Mevr. 2., p. 3, r. 39-43)

Eén respondent gaf aan juist door de life-review methode veel meer te weten te zijn gekomen over haar ouders. De life-review methode geeft haar een nieuwe en andere manier van gespreksvoering:

“Mijn ouders zijn allebei niet zulke grote vertellers. Dus ik merk nu, nu ik hun gericht vragen stel en er de tijd voor neem, nu hoor ik best wel veel nieuwe dingen.” (Mevr. 3., p. 4, r. 7-9)

Een aantal respondenten gaf tevens aan dat ze door het meer kennis hebben van de historie van de ouder nu ook het gedrag van toen van de ouder beter kunnen plaatsen. Ze zien waarom de ouder is zoals hij is en waar bepaalde gedragingen vandaan komen:

“Ze woonden in een huisje van de kerk en toen moest er ineens een dubbeltje extra huur worden betaald. En de familie heeft zo een hekel aan de kerk gekregen omdat ze arme mensen gingen uitbuiten. Daarom kun je het ook plaatsen; waarom waren die mensen socialist.” (Mevr. 1., p. 6, r. 32-36)

“Hij is een positieve man... dat is misschien ook wel iets Achterhoeks; de nare dingen daar praat je niet over. (...) de vuile was niet buiten hangen, geen ruzie maken en zo. Dingen goed uit praten, kunnen ze ook slecht.” (Mevr. 2., p. 3, r. 33-36)

“En dat ie een hele sterke band had met zijn grootmoeder. Dat wist ik nooit. Dat is ook duidelijk geworden in dit interview. En dat hij het gevoel had dat hij haar heel erg in de steek had gelaten. Dat was niet zo, maar dat gevoel alleen al (...) Maar dat soort dingen kan ik dan beter plaatsen. Dus zijn angsten, zijn verdriet en ook bepaalde woede dus kunnen verklaren uit een bepaalde angst.” (Mevr. 6., p. 6, r. 40-45)

In de categorie historie viel op dat een onderliggende factor tijd een belangrijke rol speelt. Een aantal van de volwassen kinderen beschreef nu het verleden van de ouder beter te kunnen plaatsen, in de tijd waarin hij of zij heeft geleefd. Deze kinderen beseffen het verschil in de mogelijkheden die zij in hun eigen leven hebben en de mogelijkheden die hun ouders hebben gehad:

“Mijn ouders zijn in de jaren dertig, veertig geboren en hebben dus toch een andere jeugd gehad, dan dat ik zelf heb gehad, heel ander milieu. Zij hebben er altijd veel over verteld. Maar dat dat toch wel meer beeldend is, en dat je toch weer opnieuw beseft in wat voor een wereld wij opgegroeid zijn.” (Mevr. 5., p. 3, r. 20-22)

Verbondenheid

Alle respondenten uit dit onderzoek gaven aan naar aanleiding van het life-review meer contact te hebben met de ouder en een betere relatieband te ervaren:

“nou, dat hij nu uit zichzelf belt.(...) Hij weet dat ik er voor hem ben” (Mevr. 1., p. 7, r. 1-6)

“Ik heb wel tegen hem gezegd daarna, en hij ook tegen ons, dat we het een bijzonder gesprek vonden. En dat ik het een extra toevoeging vond aan onze relatie.” (Mevr. 6., p. 7, r. 29-30)

Eén enkele respondent beschreef zelfs naar aanleiding van het life-review een betere vertrouwensband met de ouder te ervaren:

“... en hij laat ook heel duidelijk merken dat hij het prettig vindt dat je komt en (...). De vertrouwensband wordt alleen maar sterker daardoor.” (Mevr. 2., p. 7, r. 2-4)

Respondenten gaven tevens aan dat het door het life-review gemakkelijker is geworden om over bepaalde gebeurtenissen te praten, dit omdat ze tijdens het life-review ook samen over moeilijker gebeurtenissen hebben gepraat. Het delen van deze gebeurtenissen geeft voor een aantal respondenten reden tot een vervolg gesprek:

“Ik merk wel dat nadat mijn vader in huilen was uitgebarsten, ik daarna gemakkelijker aan mijn vader kon vragen ‘en hoe is het nu met jou?’ en dat begreep hij dan ook meteen. Maar dat is makkelijker omdat het ontstaan is in zo’n intiem moment van zo’n gesprek.” (Mevr. 4., p. 11, r. 1-4)

Life-review heeft er ook voor gezorgd dat een aantal respondenten nu op een andere manier met de ouder in gesprek gaat. Dat het gemakkelijker is geworden om diepere gespreksonderwerpen te voeren:

“Wat dat betreft inderdaad op een andere manier met elkaar in gesprek een onderwerp aansnijden, dat zie je terug.” (Mevr. 5., p. 3, r. 43-44)

“(...) mijn moeder is behoorlijk dominant wat dat betreft en die voert vaak het woord en als zij er niet bij is dan stopt het gesprek al snel. Ik merk dat ik nu misschien toch makkelijker kan zeggen van; ‘ga ik het hebben over dingen die ik heb meegemaakt of

die jij hebt meegemaakt’.” (Mevr. 2., p. 3, r. 10-13)

Onafhankelijkheid

Uit de interviews komt naar voren dat een aantal respondenten (nog) bezig zijn met het onafhankelijk worden van de ouders. De meeste kinderen kijken nu op een andere manier naar de relatie die ze hebben met de ouder en weten dat deze band er altijd zal zijn, ongeacht hoe ze in het leven staan. Deze verandering in de relatie tussen ouder en kind zorgt ervoor dat het volwassen kind de relatie die het met zijn ouder heeft meer van een afstand kan bekijken. Het effect is dat het kind vanuit een ander perspectief naar de relatie kijkt. Het volwassen kind kijkt niet meer alleen vanuit het kind perspectief naar de ouder, maar meer vanuit die van een nu ook volwassen individu. Een aantal respondenten benoemde het proces van loskomen van de ouder expliciet. Zo ook deze Mevrouw die altijd haar best heeft gedaan om door haar ouders gemogen te worden. Ze gaf aan nu meer afstand van haar ouders te kunnen nemen, omdat ze de band met haar ouders meer als eigen ervaart. Ze beseft nu meer dat ze mag zijn wie ze is. De relatie die ze met haar ouders heeft zal hier niet door veranderen:

“Het is nu een soort verdieping van de verbondenheid. Ik heb altijd wel veel, soms te veel vind ik, met ze gehad. Maar ik heb nu zoiets van ik volwassen vrouw en mijn ouders zijn diep verbonden; we houden erg veel van elkaar. Het is heel lang naar mijn idee gekoppeld geweest aan mijn gedrag; als ik maar lief was dan hielden ze wel van me. En ik heb nu wel meer het gevoel van; ‘ze houden van me zoals ik ben’.” (Mevr. 4., p. 10, r. 2-7)

Een andere respondent gaf aan dat een ouder automatisch een bepaald beeld vormt van zijn kind. En dat zij het niet met al deze beeldvormingen van haar ouder eens is. Ze ervaarde naar aanleiding van het life-review dat haar vader geen volledig goed beeld van haar heeft en ze wil dit beeld veranderen. Ze probeert los te komen van de beeldvormingen die haar ouder over haar heeft:

“Als ouder zit je natuurlijk ook vast in een soort beeld wat je van je kinderen hebt, daar heb ik wel eens over gedacht. Nou daar zou ik wat dingen in recht willen zetten, misschien dat ik het niet eens ben over sommige beeldvormingen die hij heeft. Ja. En een bepaalde reactie.” (Mevr. 6., p. 9, r. 4-7)

Een enkele respondent beschreef expliciet nu ook te kunnen zien en begrijpen dat je aan dezelfde ervaringen een andere waarde hecht. Zij heeft bepaalde gebeurtenissen als heel belangrijk ervaren, terwijl de ouder hier helemaal niets meer van weet. Ze ziet nu dat de herinneringen van de ouder anders zijn dan die van haarzelf, door haar nieuwe kijk op de relatie:

“Voor een kind is dat een herinnering die heel belangrijk was, maar voor hem niet; hij kwam gewoon terug uit zijn werk en meer niet... Het is niet zijn verhaal, dat is heel grappig.” (Mevr. 3., p. 3, r. 32-34)

Er waren veel volwassen kinderen die regelmatig tijdens de interviews de koppeling maakten met hun eigen leven. Dat ze zien dat bepaalde gebeurtenissen van de ouder van grotere invloed zijn geweest op hun eigen leven, dan dat ze voorheen gedacht hadden. Dit besef van de impact van gebeurtenissen op het leven van de ouder zien ze ook doordat ze vanuit een ander perspectief naar de ouder kijken:

“Ik vond het heel confronterend af en toe... dat ik opeens wel heel helder zie hoe dingen in hun leven hebben doorgewerkt bij ons, hun kinderen. (...) Onze ouders hebben ons niet gedirigeerd. Maar de dingen waar ze zelf niet mee klaar waren, hun eigen worstelingen, hebben wij op [energetisch] niveau gewoon mee gekregen.” (Mevr. 3., p. 1, r. 11-16)

Een aantal respondenten gaf aan nu ook meer besef van eigen keuzes te hebben, door de koppeling die zij legden tussen het leven van de ouder en hun eigen leven:

“Wat ik wel leuk vond en dat is iets van toegevoegde waarde, het beeld hoe zij hun ouders hebben ervaren. (...) Dat ze beiden helemaal geen leuke periode hebben

gevonden. En dat geldt voor mezelf ook niet.” (Mevr. 5., p. 5, r. 25-28)

“Ik besef dingen van mezelf nu beter. Het raakt mezelf heel erg, want ik begrijp mezelf nu meer.” (Mevr. 3., p. 5, r. 1-2)

Sommige respondenten gaven aan door het life-review verandert te zijn in de persoonlijkheid. Doordat ze meer zijn los gekomen van de ouder kunnen ze bepaalde gebeurtenissen beter plaatsen en is er een groter besef dat dingen nu eenmaal zijn gegaan zoals ze zijn gegaan. Dit heeft ervoor gezorgd dat een aantal respondenten nu anders in de relatie met de ouder staat. Ze zijn rustiger geworden. Het verleden is niet meer terug te keren en kan dan ook maar beter geaccepteerd worden:

“We zijn allemaal zachter geworden en opener.” (Mevr. 3., p. 8, r. 7)

“Ik merk wel dat ik er veel rustiger over ben; het is zoals het is.” (Mevr. 4., p. 8, r. 17)

Proceseffecten

Naast de drie bovengenoemde categorieën zijn er tevens effecten gevonden die niet direct afkomstig zijn van de life-review methode, maar een reactie zijn op het proces dat zich tussen volwassen kind en ouder heeft afgespeeld. De gevonden betekenissen die in deze categorie zijn samengevat zijn de emoties die de respondenten hebben ervaren naar aanleiding van het life-review. De emotionele reacties onder de respondenten zijn erg verschillend. Een aantal respondenten gaf te kennen dat de gesprekken een indruk op ze hebben achter gelaten, doordat er door middel van het life-review diepere gesprekken werden gevoerd:

“Door wie voel je je in de steek gelaten. (...) En op een gegeven moment kwam hij dus bij oma Mies terecht. De manier waarop hij dat zo herhaalde, daarvan werden Francis en ik helemaal stil van, en dat hij ook een brok in zijn keel kreeg, toen ie ook zei oma Mies. Dat was heel... de impact van die zin (...) Maar dat maakte heel veel indruk.” (Mevr. 6., p. 17, r. 14-18)

“Ik vind het ook heel ontroerend om soms te horen en heel kwetsbaar ook en... dat doet wel heel veel met mij merk ik, emotioneel.” (Mevr. 4., p. 5, r. 43-45)

Ook gaf een respondent aan dat er na het gesprek een voldaan gevoel achter bleef:

“Mijn vader heeft een vriendin en dan gaat het over zijn vriendin en dingen waar wij niet echt in geïnteresseerd zijn. Dat is zo zonde van je tijd. En dan heb je ook een voldaan gevoel als je naar huis gaat.” (Mevr. 1., p. 2, r. 18-20)

Eén respondent gaf aan erg geschrokken te zijn van de hevige emotionele reactie van de ouder en van de belevenissen over de gebeurtenissen en personen waarover de ouder vertelde. Zelf heeft zij deze gebeurtenissen en personen veel positiever ervaren:

“Als iemand alleen het verhaal van mijn tante zou lezen, die zou denken ‘wat een onmens’. Terwijl ik denk ‘helemaal niet’. Ja en daar schrok ik van (...) en ik had daar moeite mee; het voelde als wraak naar mijn opa toe dat ik dat opschreef.” (Mevr. 1., p. 3, r. 40-46)

Een andere respondent heeft een aantal momenten tijdens het gesprek als confronterend ervaren. Ze heeft zich afgevraagd of het wel goed is om sommige dingen te willen weten:

“Er zijn wel een paar momenten geweest die ik heel confronterend vond, die me overvielen. Momenten dat ik echt voelde dat ik dichtklapte; ‘van dit wil ik niet weten’.” (Mevr. 3., p. 6, r. 40-41)

Discussie

Conclusie

Deze studie is gedaan om inzicht te krijgen in het effect dat plaatsvindt bij volwassen kinderen die hun eigen ouders interviewen, middels life-review. De gevonden betekenissen die de volwassen kinderen in dit

onderzoek geven aan life-review kunnen gecategoriseerd worden in drie effecten, genaamd; historie, verbondenheid en onafhankelijkheid. Historie staat voor het effect dat het volwassen kind een beter beeld heeft gekregen van het leven van de ouder. De verbondenheid omvat de betekenissen die de volwassen kinderen hebben gegeven ten aanzien van de relatie die ze met hun ouders hebben. En onafhankelijkheid omvat het proces waarin het volwassen kind vanuit een ander perspectief naar de relatie met de ouder kijkt. Daarnaast is er een bijkomstig effect gevonden, genaamd de proceseffecten die een weerspiegeling geven van de emotionele reacties die het life-review proces bij de volwassen kinderen oproept.

Vrijwel alle betekenissen die de volwassen kinderen hebben geven kunnen goed geplaatst worden onder één van de bovengenoemde categorieën. Een aantal gevonden betekenissen zijn minder gemakkelijk onder één categorie te plaatsen, omdat alle aspecten er in voor komen. Eén voorbeeld hiervan is het volgende citaat, waarin Mevrouw 4. beschreef naar aanleiding van het life-review anders tegen haar ouders aan te kijken en meer waardering voor ze te hebben. Dingen die ze voorheen als vanzelfsprekend zag, worden nu meer gewaardeerd, doordat ze vanuit een ander standpunt naar haar ouders kijkt:

“Ik zie nu veel meer wat ze me wel hebben gegeven; (...) Toen dacht ik dat dat heel normaal was, maar later besef je dat het heel hartelijk en warm was allemaal.” (Mevr. 4., p. 7, r. 46 & p. 8, r.1-4)

In dit citaat komt naar voren dat Mevrouw 4. meer inzicht heeft in de historie van het leven van de ouder, de hierdoor andere kijk op haar ouders valt onder onafhankelijkheid en dat is weer van invloed op de onderlinge verbondenheid. Bij deze betekenis lijkt het erop dat meer kennis in de historie van de ouder zowel leidt tot meer onafhankelijkheid en een andere verbondenheid.

Uit eerder onderzoek naar life-review is voornamelijk gekeken naar de effecten die de methode heeft op de oudere en of het een geschikte methode is voor zelfhulp bij depressieve klachten. Dit is het eerste

onderzoek dat kijkt of de methode van life-review bij de ouder ook effecten heeft op het volwassen kind. Haight (2001) beschrijft in haar onderzoek naar het effect bij ouderen dat life-review zorgt voor het doelbewust evalueren, integreren en accepteren van het leven zoals het is geleefd. In dit onderzoek komen deze drie punten ook duidelijk naar voren. De volwassen kinderen gaan heel anders kijken naar het leven van de ouder en naar die van hun zelf.

De veronderstelling dat de hechte relatie, die deze respondenten met de ouder hebben, zorgt voor het door de ouder gemakkelijker kunnen praten over het verleden lijkt uit te komen. Alle respondenten hebben vrijwillig aan de life-review methode meegedaan en hadden voor deelname geen slechte relatie met de ouder. Bij alle respondenten zijn er dan ook positieve effecten opgetreden. Bij één van de respondenten zijn er naast positieve effecten ook negatieve effecten opgetreden. Mevrouw 1. heeft zowel haar vader als tante geïnterviewd, met wie zij beiden een goede relatie heeft. Bij vader verliep het life-review positief, terwijl ze bij haar tante na de helft van het eerste gesprek is gestopt. Haar tante reageerde erg emotioneel op de vragen en het oproepen van haar verleden. Hier is Mevrouw 1. erg van geschrokken.

De hypothese dat life-review van positieve invloed is op de relatie tussen ouder en volwassen kind lijkt uit de betekenissen van de kinderen bevestigd te kunnen worden. Alle respondenten geven aan naar aanleiding van het life-review een betere band met de ouder te ervaren. Tevens komt in dit onderzoek naar voren dat life-review ook van invloed is op de individuele effecten van het volwassen kind. Eén van de gevonden effecten is dat een aantal van de volwassen kinderen nu meer bezig is met het onafhankelijk worden van de ouder of dit proces bewust ervaart.

In dit onderzoek worden de gevonden effecten beschreven die life-review heeft op de relatie tussen ouder en volwassen kind, middels de bottom-up benadering. (Het kijken naar de gevonden betekenissen, waarna deze zijn samengevoegd). Er is al eerder gekeken naar de relatie tussen ouder en volwassen kind via de top-down

benadering, namelijk door Lüscher (2002). Hij heeft de ambivalentie (tegelijkertijd aanwezige positieve als negatieve kenmerken) in de intergenerationele relatie tussen ouder en volwassen kind onderzocht. Zijn onderzoek komt uit op vier elementen die van belang zijn voor de relatie tussen ouder en volwassen kind. De elementen: solidariteit (de wederzijdse hulp); emancipatie (gelijkwaardig worden); atomisatie (familieleden worden individuen waardoor de familie uiteen gaat) en captivatie (de familieband behouden). Wellicht zouden de gevonden betekenissen uit dit deelonderzoek ook onder de vier bovengenoemde elementen kunnen vallen. Solidariteit komt sterk overeen met de categorie verbondenheid en emancipatie met onafhankelijkheid. In dit onderzoek zijn geen betekenissen gevonden die van invloed zijn op het uiteengaan van de familie of die de familie juist bij elkaar houden. Het in dit onderzoek gevonden effect historie lijkt in geen van de vier elementen terug te komen, net als de proceseffecten. Hierdoor lijkt de categorisatie naar de drie effecten en het proceseffect voor de evaluatie van life-review bij ouder door het volwassen kind een geschikte keuze voor dit onderzoek.

De beperkingen

Bohlmeijer (2005) heeft in eerder onderzoek gekeken of het mogelijk is om life-review bij de ouder door het volwassen kind te laten doen. Dit onderzoek is uitgevoerd bij een bijzonder selecte groep respondenten. De respondenten hebben zelf voor deelname op het onderzoek gereageerd. Deze groep bestaat uit volwassen kinderen die geïnteresseerd zijn in hun ouders en meer over het verleden van de ouder willen weten, middels life-review. Geen van de respondenten uit dit onderzoek heeft een slechte relatie met de ouder. Waarschijnlijk zijn de positieve gevonden effecten toe te schrijven aan deze selecte groep respondenten. Het is de vraag of deze effecten ook gevonden kunnen worden bij andere groepen respondenten.

De populatie van dit onderzoek bestaat uit zes vrouwen, waardoor er niet geconcludeerd kan worden dat de gevonden effecten ook

voor mannelijke volwassen kinderen gelden. Verondersteld wordt dat mannen dezelfde betekenissen geven aan de life-review methode als vrouwen, maar dit zou uit vervolgonderzoek moeten blijken.

In dit onderzoek is er geen informatie bekend over de leeftijden van de respondenten, terwijl dit een belangrijke rol speelt bij life-review. Het proces is pas mogelijk als het kind interesse heeft in het leven van de ouder. Een kind dat zich nog tegen zijn ouders afzet zal niet tot de in dit onderzoek gevonden effecten komen. Deze is nog teveel met zijn eigen leven bezig om zich volledig te kunnen en te willen verdiepen in het verleden van de ouder. Onduidelijk blijft (nog) waar de grens ligt van geschiktheid voor life-review bij eigen ouders.

Voor vervolgonderzoek is het wellicht interessant om te kijken naar de relatie die er is tussen volwassen kind (met eigen kinderen) en ouders. Uit recent onderzoek blijkt dat volwassen kinderen met een eigen kind een betere relatie hebben met hun ouders dan volwassen kinderen zonder kinderen, aldus van der Pas, van Tilburg en Knipscheer (2007). Van de respondenten uit dit onderzoek is onbekend of ze wel of geen kinderen hebben.

De volwassen kinderen in dit onderzoek ervaren de life-review methode bij de ouder positief. Er is nog geen onderzoek gedaan dat kijkt of dit ook het geval is bij andere groepen respondenten, waarin een minder goede ouder – volwassen kind relatie is. Bijvoorbeeld onder volwassen kinderen die een slechte relatie met de ouder(s) ervaren en hier iets aan willen doen. Of onder volwassen kinderen die een minder goede ouder – volwassen kind relatie hebben, maar hier niets aan willen doen. Deze laatste groep volwassen kinderen zal minder gemotiveerd zijn om aan een onderzoek mee te doen, wat de respondentengroep select houdt. Veronderstelt wordt dat deze kinderen door het life-review wel meer kennis krijgen over de ouder (historie), maar dit zal voor deze volwassen kinderen wellicht een hele andere betekenis hebben. Of deze extra kennis over de ouder ook een toevoeging is voor de relatie ouder – volwassen kind is onbekend. Wellicht dat er door het life-review meer verbondenheid bestaat, omdat het volwassen

kind en de ouder op een hele andere manier met elkaar in contact komen. Wellicht zullen volwassen kinderen met een minder goede volwassen kind – ouder relatie meer bezig zijn met het onafhankelijk worden, door de afwezigheid van een hechte relatie. Het zou mogelijk kunnen zijn dat life-review, onder deze groep respondenten, een negatief effect heeft op de relatie. In de handleiding van het onderzoek zal dit mogelijke proces vermeld moeten worden.

Tenslotte komt uit de onderzoeken naar voren dat de volwassen kinderen, op eigen inzicht, de ouders tegelijk of apart hebben geïnterviewd. Nu lijkt dit in dit onderzoek niet op verschillende effecten uit te lopen, maar heeft dit wellicht een invloed op de resultaten. De ervaringen van volwassen kinderen lopen op dit gebied ver uit elkaar. Er zijn respondenten die aangeven dat het gemakkelijker is om beide ouders apart te interviewen, om zo tot een persoonlijker gesprek te kunnen komen. Anderen geven aan dat het een toegevoegde waarde heeft om beide ouders tegelijk te interviewen. De ouders kunnen elkaar aanvullen en helpen elkaar bij het herinneren van gebeurtenissen. Uit dit onderzoek kan niet geconcludeerd worden dat één van de twee manieren beduidend waardevoller is dan de andere. Wellicht dat vervolgonderzoek hier meer helderheid over kan geven.

Vanuit het oogpunt voor de ouder levert life-review gericht op identiteitsontwikkeling en het oplossen van problemen een bijdrage aan de geestelijke gezondheidszorg. (Bohlmeijer e.a., submitted). Life-review zorgt bij de ouder voor een grotere controle over het leven (Bohlmeijer, 2005) en heeft een gunstig effect op depressie (Bohlmeijer e.a., 2003). Er is nog geen eerder onderzoek gericht op het belang van life-review voor het volwassen kind, maar uit dit onderzoek lijkt life-review ook voor het volwassen kind van belang te zijn. Bij deze selecte groep respondenten, met een goede onderlinge volwassen kind – ouder relatie, komt naar voren dat life-review een positieve invloed heeft op de relatie en op de individu zelf. Wellicht dat deze positieve invloed op de relatie ook van toepassing is op andere groepen respondenten. In dat geval kan life-review als zelfhulp methode gebruikt worden

om volwassen kinderen weer dichterbij de ouder te brengen. Indien life-review ook een positief effect heeft op de minder goede relaties tussen ouder en volwassen kind, dan zou het een geschikte interventie kunnen zijn voor een bijdrage aan de geestelijke gezondheidszorg.

Referenties

- Bengtson, V. L., Acock, A. C., Allen, K. R., Dilworth-Anderson, P. & Klein, D. M. (2005). *Sourcebook of Family Theory & Research*. London: Sage Publications.
- Birren, J. E., & Deutchman, D. E. (1991). *Guiding Autobiography Groups for Older Adults: Exploring the Fabric of Life*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- Bohlmeijer, E., Smit, F. & Cuijpers, P. (2003). Effects of reminiscence and life review on late-life depression: a meta-analysis. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 18, 1088-1094.
- Bohlmeijer, E. (2005). 'Terugkijken op je leven' *volwassen kinderen interviewen hun ouders*. (xxx)
- Bohlmeijer, E.T., Onrust, S., Cuijpers, P. (submitted). The effects of self-administered life-review interviews between parents and adult children on mental health in (older) adults and the affective relationship with their children. A prospective randomized controlled trial.
- Buhl, H.M. (2008). Significance of Individuation in Adult Child Parent Relationships. *Journal of Family Issues*, 29, 262.
- Butler, R. N. (1963). The life-review: an interpretation of reminiscence in the aged. *Psychiatry* 26, 65-76.
- Butler, R. N. (1974). Successful aging and the role of the life review. *Journal of the American Geriatrics Society*, 22, 529-535.
- Dykstra, P.A. & Knipscheer, C.P.M. (1995). The availability and intergenerational structure of family relationships. In C.P.M. Knipscheer, J. de Jong Gierveld, T.G. van Tilburg & P.A. Dykstra (Eds.), *Living arrangements and social networks of older adults*. Amsterdam: VU University Press.
- Erikson, E. H. (1982). *The Life Cycle Completed*. New York: Norton.
- Erlen, J. A., Mellors, M. P., Sereika, S. M. & Cook, C. (2001). The use of life review to enhance quality of life of people living with AIDS: a feasibility study. *Quality of life research*, 10, 453-464.
- Fry, P. S. (1983). Structured and unstructured reminiscence training and depression among the elderly. *Clinical Gerontologist*, 1, 15-37.
- Garland, J. & Garland, C. (2001). *Life review in health and social care: A practitioner's guide*. Philadelphia: Brunner-Routle.
- Gibson, F. (2004). *The Past in the Present: Using Reminiscence in Health and Social Care*. Baltimore, Md.: Health Professions Press.
- Glaser, B.G. & Strauss, A. L. (1967). *Discovery of Grounded Theory. Strategies for Qualitative Research*. Hawthorne, NY: Aldine de Gruyter.
- Haight, B. K. (2001). Sharing life stories: Acts of Intimacy. *The American Society of Aging* 25, 90-92.
- Haight, B. K. & Dias, J. K. (1992). Examining key variables in selected reminiscing modalities. *International psychogeriatrics*, 4, 279-290.
- Haight, B. K., Michel, Y. & Hendrix, S. (1998). Life review: Preventing despair in newly relocated nursing home residents: Short-and long-term effects. *International Journal of Aging & Human Development*, 47, 119-142.
- Heeren, T.J., Linssen, A.C.G., Overduin, J.D. & Kok R.M. (1997). Psychiatrische

- psychiatrie bij ouderen. *Tijdschrift voor psychiatrie*, 39, 146-160.
- Hillcoat-Nallétamby, S. & Dharmalingam, A. (2006). *Maintaining solidarity across generations in New Zealand: support from mid-life adult to ageing parent*. *Kōtuitui: New Zealand Journal of Social Sciences*, 1, 185–202.
- Hogan, D. P., Eggebeen, D. J. & Clogg, C. C. (1993). The Structure of Intergenerational Exchanges in American Families. *The American Journal of Sociology*, 98, 1428-1458.
- Katz, R., Daatland, S.O., Lowenstein, A., Bazo, M.T., Ancizu, I., Herlofson, K., Mehlhausen-Hassoen, D. & Prilutzki, D. (2003). Family norms and preferences in intergenerational relations: A comparative perspective. In V.L. Bengtson & A. Lowenstein (red.), *Global aging and challenges to families*. New York: Aldine de Gruyter, 305-326.
- Lüscher, K. (2002). Intergenerational ambivalence: Further steps in theory and research. *Journal of Marriage and Family*, 64, 585– 593.
- Lye, D.N. (1996). Adult child-parent relationships. *Annual review of sociology*, 22, 79-103.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Live. *Current Directions in Psychological Science*, 4, 99–104.
- Serrano, J. P., Latorre, J. M., Gatz, M. & Montanes, J. (2004). Life Review Therapy Using Autobiographical Retrieval Practice for Older Adults With Depressive Symptomatology. *Psychology and Aging*, 19, 272-277.
- van der Pas, S., Tilburg, T.G. & Knipscheer, K. (2007). Changes in contact and support within intergenerational relationships in the Netherlands: A cohort and time-sequential perspective. *Interpersonal Relations Across the Life Course, Advances in Life Course Research*, 12, 243-274.
- Watt, L. M. & Cappeliez, P. (2000). Integrative and instrumental reminiscence therapies for depression in older adults: Intervention strategies and treatment effectiveness. *Aging & Mental Health*, 4, 166-177.
- Webster, J. D. & Haight, B. K. (2002). *Critical advances in reminiscence work: From theory to application*. New York, NY, US: Springer Publishing Co.