



HELEEN CRUL

DAN
WORD JE
OPEENS
OMA
EN OPA

**HERKENBARE VERHALEN EN TIPS
VOOR DE NIEUWE GENERATIE
GROOTOUDERS**

DAN
WORD JE
OPEENS
OMA
EN OPA
HELEEN CRUL



Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen



KOSMOS

www.kosmosuitgevers.nl



kosmos.uitgevers



[kosmosuitgevers](#)

© 2016 Heleen Crul & Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen, onderdeel van VBK | media

Omslagontwerp en vormgeving binnenwerk: Tein Traniello

Opmaak binnenwerk: ZetSpiegel, Best

ISBN 978 90 215 6400 5

ISBN e-book 978 90 215 6401 2

NUR 854

Alle rechten voorbehouden / All rights reserved

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze en/of door welk ander medium ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Noch de maker, noch de uitgever stelt zich echter aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolledigheden in deze uitgave.

HOOFDSTUK 1

In verwachting van een kleinkind 11

- Toen wij zelf zwanger waren 13
- Het nieuwe vruchtbaarheidsbewustzijn 13
- Steeds meer screening 14
- De eerste echo van je kleinkind 14
- Steeds meer screening, negen maandenstress 14
- Koning baby 15
- Alles is zo anders sinds wij zelf zwanger waren 15
- Herintreden op hurkhoogte 16

HOOFDSTUK 2

Moderne madonna's 19

- De laatste zware twee, drie maanden 19
- Zwangerschap maakt dubbel kwetsbaar 20
- De geboorte van het eerste kleinkind 22
- Dan ben je opeens oma en opa 23
- Langer zwangerschapsverlof 24
- Overkomst van opa en oma dringend gewenst 25
- De terugkeer van de drie R-s: Rust, Reinheid en Regelmaat 25

HOOFDSTUK 3

De taal van de liefde 29

- Weekend samen weg voor de nieuwe ouders 29
- A-viertje voor de gebruiksaanwijzing 30
- Baby's herkennen gezichten en stemmen 33
- Beste van twee werelden 33
- Weer parttime aan het werk? Of thuisblijven? 33

HOOFDSTUK 4

Moederliefde als mythe 37

- De terreur van de perfectie 37
- De rol van moeders is nog steeds groter dan die van vaders 40

HOOFDSTUK 5

Teiltjesgeneratie, protestgeneratie, sandwichgeneratie 41

- Zuinigheid met vlijt 42
- Alles moest anders 43
- De sandwichgeneratie 44
- De pragmatische generatie 45
- Leven met verschillende generaties 45
- De grote veranderingen in denken en doen 46
- Het ik-tijdperk 47

Normen en waarden doen er niet
meer zo toe 47
Gulzige levensgenieters 48
Voor vijftigplussers is er voor alles
nog een eerste keer 49
Tien jaar extra jeugd in een grote
welvaart 49
Wel of niet oppassen? 50

HOOFDSTUK 6

Oma wil ik heten 51

Kleinkinderloosheid is ongewenst 51
Oma klinkt te ouwelijk 52
De nieuwe aanspreekvormen voor
het grootouderschap 52
Gevangen in een cliché 53
Oma's vroeger en nu 53
Steeds meer gozeroma's 54
Boldoot- of botoxoma 56
Zestig is het nieuwe vijftig 56
Komst van de kleindochters 57
Bilshuivers en dwerggroei 61
Het consultatiebureau zorgt voor veel
consternatie 61
Grootouderschap is jojoën op de
geluksladder 63

HOOFDSTUK 7

Opa wil ik zijn 65

Opa's vroeger en nu 65
Het nieuwe opagevoel zwelt soms
langzaam aan 65
De nieuwe grootvaders 67
Opa's zijn tegenwoordig onder-
nemende vijftigplussers met uiteen-
lopende hobby's 68
Opa's zijn doeners 69
Leven in een angstcultuur 71
Mooie herinneringen maken 74

Sommige moderne opa's bekennen
zelfs dat ze 'alles willen doen' voor
hun kleinkind 76

HOOFDSTUK 8

Plichtoma's en pretopa's 77

Oppassen als vaste oppas, is dat een
plicht? 77
Nee zeggen tegen je dochter is
problematisch 78
Vrijheid blijheid is voor veel nieuwe
oma's het devies 78
Reacties van oma's 79
Oppasoma en -opa zijn is lichamelijk
zwaar en geestelijk vermoeiend 79
Alleen oppassen in noodgevallen 80
Vaste oppas? Twee, drie keer per
week? Maar dan wel; betaald 80
Oppassen op kleinkinderen maakt
grootouders niet echt speciaal 82
De oppasstijl van opa's 82
De andere oma 84
Onvoorwaardelijke liefde 86

HOOFDSTUK 9

Driegeratiehuis 89

Steeds meer vijftigplussers wonen
nog in een groot huis 89
Kangoeroehuis als oplossing 91
Driegeratiehuizen voldoen voor
samenwonen van een jong gezin
met grootouders 91
Vrienden of familie 93
Eigen vlees en bloed 96
Familiehulp wordt in Nederland bij
ziekte steeds noodzakelijker 96
Met een driegeratiehuis heeft ieder
zijn eigen royale verdieping en
houdt zijn eigen zelfstandigheid,

maar deelt garage, wasmachine, etc. samen 91
In Duitsland is deze mogelijkheid al langdurig aanwezig, zodat bejaarde ouders ook niet worden 'opgebor-gen' in een verzorgingshuis 97
Familiehuis in Italië 98

HOOFDSTUK 10

Patchworkfamilie 101

Gescheiden grootouders. Mam Kennen opa en oma elkaar eigen-lijk? 103
De wirwar van andere, alternatieve relatievormen 104
Verliefd worden na je 65ste, wat vinden je kinderen ervan? 104
Scheiden doet lijden 105
Een groot deel van de echtparen die scheiden is vijftig jaar of ouder 105
De patchworkfamilie met halfbroers en -zusjes, stiefkinderen en nieuwe partners, en een uiteenlopende verzameling grootouders 106
Het lot van scheidingskinderen 107
Gevoelens van grootouders 108
De rol van grootouders bij escaleren- de relaties van hun kinderen 108
Als je je kleinkinderen niet meer mag zien 109
Flexibele liefdesmarkt 110
Duurzame paarvorming 112
Kinderen zijn niet lastiger dan vroeger 115
Grenzen geven houvast 117

HOOFDSTUK 11

Spelen en speelgoed 123

Heeft u iets voor een kleinzoon die alles al heeft? 123
Kinderen zijn al vroeg mediaconsu-ment 124
Aanbod van speelgoed 125
Geschikt speelgoed is speelgoed waar kinderen hun fantasie op los kun- nen laten 125
Meisjes- en jongensspeelgoed: bar- bies en piraten 126
Stoere jongens, snoezige meisjes 128
Jongens spelen alleen, meisjes met elkaar 129
Meisjes leren sneller, jongens halen die afstand niet meer in 130

HOOFDSTUK 12

Meisjes en jongens 131

Het verschil tussen vrouwen- en mannenhersenen 131
De invloed van de omgeving 132
Als vader stofzuigt, doen jongens dat later ook 133
Meekijken naar volwassentelevisie is schadelijk voor jonge kinderen 134
Het volmaakte kind 134
Kinderen creëren een eigen wereld als ze de kans krijgen 135
Jongensachtige meisjes en meisjes- achtige jongens 132
De wereld van Pippi Langkous 134

HOOFDSTUK 13

De romantisering van het kind 137

- Kinderen zijn tegenwoordig heel bijzonder geworden 137
- De Einsteingeneratie, wat weten en kunnen ze al veel 137
- Kinderen die met vijf jaar al konden lezen zijn er altijd geweest 140
- Mama's oogjes knoeien 140
- De eerste spurt in woordenschat is tussen anderhalf en twee jaar 141
- Geschiedenis van het kind 142
- Grootouders kunnen een gevarieerd taalaanbod aanmoedigen door verhaaltjes, persoonlijke gesprekjes, voorlezen, liedjes zingen 142
- Alles is mode 144

HOOFDSTUK 14

Stamoudstegevoel 147

- Alle begin is moeilijk, dat geldt ook voor startende oma's en opa's 148
- Grannypower 149
- Aan oma's wordt vaak door uiteenlopende partijen te veel hulp gevraagd 150
- Oma's zijn hoedsters van tradities en herinneringen 151
- Waarom oma's langer leven dan opa's 151
- Het aandeel van opa's 153
- De nieuwe grootvaders, een ommekeer in evolutie 154
- De grote verhalen en tradities 155
- De doop als welkom op aarde en als naamgevingsceremonie 157

HOOFDSTUK 15

De kracht van de herinnering 159

- Waarom hebben we zulke sterke herinneringen aan 'vroeger' 160
- Het leven wordt voorwaarts geleefd en achterwaarts begrepen 161
- Overvallen door jeugdherinneringen 161
- Inzichten van 'oude rotten' kunnen soms van grote waarde zijn 162
- Het 'als de dag van gisteren'fenomeen 162
- Wij mensen zijn wevers van oude patronen met nieuwe draden 162

HOOFDSTUK 16

De invloed van knuffelinstinct 163

- Omahormonen worden veroorzaakt door een aangeboren knuffelrespons 164
- 'Opatitis' heeft zijn eigen vormen, is wat stoerder 164
- Een herwaardering van zorgzaamheid, solidariteit en empathie dient onze samenleving 165
- Weemoed met een glimlach 166
- Terugblik op het ruim zeventienjarig bestaan van ons grootouderschap 166
- Kleinkinderen zijn de meest duurzame investering die we in deze fase kunnen doen 168

De vreugdevolle mededeling 'Julie worden opa en oma' luidt een heel nieuwe fase in. Dit boek beschrijft in de eerste hoofdstukken de gevoelens van de (aanstaande) grootouders, maar ook de gang van zaken – inclusief de problemen en dilemma's – die zich tegenwoordig bij zwangerschap, bevalling en ouderschap voordoen. In de hoofdstukken daarna groeit het boek niet alleen met grootouders mee, maar ook met kleinkinderen – hun ontwikkeling, opvoeding, speelgoed, onderwijs, het soort maatschappij waarin zij leven – totdat zij een jaar of tien zijn.

Zijn wij werkelijk een nieuwe generatie grootouders? We hoeven maar naar onze eigen grootouders te kijken om die vraag volmondig met 'ja' te kunnen beantwoorden. Onze ouders vervulden de grootouderrol soms al anders, maar het grootouderschap bleef klassieke kenmerken houden die bij een standaardlevensloop horen. Dat geldt niet voor ons. Wij beleefden op jonge leeftijd gezamenlijk een historisch scharniermoment: de opstand tegen het gezag en de daaruit voortvloeiende democratisering, de seksuele revolutie, de emancipatie van vrouwen. Die hebben stuk voor stuk tot een kanteling in het levensgevoel geleid. Ook al stond je erbij en keek je er alleen maar naar: uiteindelijk heeft dit alles voor ieder van ons bijgedragen tot een meer dynamische levensloop waarin eigen keuzes en zelfontplooiing centraal staan.

Hoe divers wij als generatie ook zijn, we zijn kinderen van eenzelfde tijdgeest.. Want we leven vaak tussen de generaties: boven ons bejaarde ouders, een generatie die voor het eerst in de geschiedenis massaal een hoge

ouderdom bereikt en onze zorg en aandacht nodig hebben; onder ons volwassen kinderen die lang tegen het ouderlijk huis aan leunen en pas laat echt op eigen benen gaan staan. Het leven van eind twintigers en dertigers concentreert zich in het algemeen rond een hogedrukkeuze: voor carrière, voor een partner en vaak ook voor de verwezenlijking van de kindwens, met veelal een huishouden van anderhalfverdieners als gevolg. In deze fase is de vrijheid die de verlengde jeugd vergezelde, opeens voorbij en doemt er een zekere dwang op die je doen en laten gaat beheersen. Die dwang is in de vijftigplusfase verdwenen, in de praktijk leidt dat tegenwoordig tot het verschijnsel dat leefstijlen van ouderen meer uiteenlopen dan die van jongeren.

De contacten tussen de generaties zijn eveneens veranderd: er is minder afstand, meer onderlinge betrokkenheid. De kinderen die nu zelf ouders zijn of worden, zijn vaak bewust gewenste en verwekte kinderen uit kleine gezinnen die 'je' en 'jij' zeiden tegen ouders, en nu hun schoonouders bij de voornaam noemen. Ook dat maakt de positie van de nieuwe grootouders anders, meer vriendschappelijk. Je wordt geacht mee te praten, mee te denken, de helpende hand te bieden. Dat veroorzaakt een nieuw dilemma: hoever moet je daarin gaan? Hoe is dat te rijmen met de behoefte aan vrijheid, door te gaan met je eigen ontwikkeling, een eigen leven?

Stamoudsten blijven wat ze altijd al waren: van groot belang voor het voortbestaan van de soort, vanwege hun wijsheid, hun levenservaring, hun langetermijngeheugen, dat gekenmerkt wordt door overzicht en continuïteit. Van die speciale positie en nieuwe verantwoordelijkheid werd ik me bewust toen ik mijn eerste kleinkind in mijn armen hield. Nu, met zeven kleinkinderen, voel ik die specifieke uitdaging en verantwoordelijkheid die in het grootouderschap besloten ligt, nog sterker. Zonder die kleinkinderen had dit boek niet geschreven kunnen worden. Je komt ze dan ook regelmatig tegen in de tekst. Ze hebben het bestaan van hun grootouders een heel nieuwe impuls gegeven, met hun energie, wil om het leven te veroveren, hun frisse kijk op alles, vrolijkheid en aanhankelijkheid.

Ik wens je veel trots, vertedering en plezier toe in de omgang met je (klein)kinderen, en hoop uiteraard dat dit boek je daarbij behulpzaam zal zijn.

Heleen Crul-van Brussel

Wil je reageren, heb je vragen, een aanvulling, behoefte aan meer informatie, een probleem of juist een leuke persoonlijke ervaring, stuur dan een e-mail via mijn website: heleencrul.nl

HOOFDSTUK 1 IN VERWACHTING VAN EEN KLEINKIND

Het vooruitzicht ooit eens, oma en opa te worden is niet voor iedereen onmiddellijk een aantrekkelijk perspectief. 'Van ons hoeft dat nog niet zo,' hoor ik vijftigplussers met enige regelmaat verzuchten. Hun kinderen zijn de deur uit en eindelijk financieel onafhankelijk. De hypotheek is (bijna) afbetaald, de eventuele hond dood. De luwte van het leven waarin je verlost bent van allerlei plichtplegingen, dient zich aan. Er is meer vrijheid om te doen en te laten wat je zelf wilt, en een streven dat vooral samengevat wordt met het werkwoord 'genieten'.

Ooit, vanaf het midden van de jaren zestig, was het protest van de babyboomers verantwoordelijk voor een gapende generatiekloof en een daverend generatieconflict: alles moest anders. Dit levensmotto geldt nu ook voor het derde bedrijf van hun leven. Ze laten de voorgeprogrammeerde paden die hun eigen grootouders en hun ouders, de grootouders van hun kinderen, bewandelden, voor wat zij zijn en banen zich een nieuwe, zelfgekozen route.

Daar horen de Beatles bij, en Bach. Sportschoenen en jeans. Veel reizen, al dan niet met camper of een motorfiets. Volle agenda's, beheerst door een tweede studie, een nieuwe tijdrovende hobby, trainen voor de halve marathon of de tenniscompetitie. Soms werken ze nog, sommigen wat minder dan voorheen, of ze gebruiken hun expertise in vrijwilligerswerk. Bezige bijen zijn het, die er alles aan doen om jeugdig, actief en vitaal te blijven. Het vijftigplusleven heeft nog nooit zoveel mogelijkheden en perspectieven gehad. Daarom mag het grootouderschap nog wel even wachten.

Die mening waren mijn man en ik ook toegedaan. Het hield ons nog helemaal niet bezig. Maar jij wikt, terwijl je kind beschikt; daarom loop je een grote kans onverhoeds te worden doorgeduwd van de tweede naar de derde generatie. Dat overkwam ons op een mooie nazomerdag tijdens een eet-afsprake die we met onze oudste dochter en onze schoonzoon hadden. Ze ziet er een beetje bleekjes en moe uit, dacht ik toen ze binnenkwam in het eet-café van onze keuze. Eenmaal zittend aan ons tafeltje, viste ze een pakje uit haar tas dat ze triomfantelijk voor ons neerlegde. Niet-begrijpend keek ik naar de in cellofaan verpakte marsepeinen roze en blauwe baby's. 'Ja, mam, pap...' zei ze veelbetekenend, 'jullie worden oma en opa.' Nu al? was mijn eerste gedachte. Ze waren pas drie maanden getrouwd. De verrassing zorgde niet alleen voor oprechte felicitaties. Er was ook het niet uitgesproken, tegenstribbelend besef: daar ben ik met mijn 54 jaar nog helemaal niet aan toe.

Een kenmerk van het grootouderschap is dat je er niets over hebt te zeggen. Het overkomt je. Je krijgt kleinkinderen als je kinderen eraan toe zijn. 'Dat wordt dus oefenen voor oma en opa,' zei ik tegen mijn man, op de terugreis naar huis. Allerlei gevoelens streden om voorrang. We waren blij maar het vooruitzicht voelde heel onwennig. Ik kon me er weinig bij voorstellen. Ik oma? Net zoals mijn oma, en mijn moeder, de oma van onze kinderen? Zo zat ik niet in elkaar. Mijn eigen oma van moederskant was allerliefst, ze heeft veel voor mij betekend. Ik herinnerde me hoe zacht haar enorme borstpartij was als ik bij haar op schoot zat. 's Winters in het zwart gekleed, zomers in het lichtgrijs met een wit accent. Altijd een hoed op. Ze was zo stijf dat ze haar eigen schoenveters niet zelf kon strikken. Opa zonk op zijn knieën om dat voor haar te doen. Toch was ze, zo realiseerde ik me, niet eens zo oud: eerste helft zestig.

De oma's van mijn kinderen stamden uit het tijdperk van permanent en watergolf, waarin vrouwen vooral *ladylike* hoorden te zijn. Het heeft heel lang geduurd voordat ik mijn moeder voor het eerst in een lange broek zag. Toen ik haar vertelde dat haar eerste kleinkind op komst was, deed ze wat oma's bij zo'n mededeling altijd hadden gedaan. Witte babywol aanschaffen en welgemoed de breinaalden laten tikken. Jasje, mutsje, truitje. Voor al haar kleinkinderen is ze, ook toen ze de lagereschoolleeftijd hadden, blijven breien. De truien die uit haar handen kwamen, waren juweeltjes van huis-vlijt. Ik, haar dochter, heb daartoe nooit enige aandrang gehad, ook niet voor mijn kinderen. Wat voor oma zal ik zijn? Een oma van niks? Ik brei niet, ik bak niet, ik houd niet van spelletjes, ik ben ongeduldig. Heb ik er wel enige aanleg voor? Ik ben nog volop bezig met mijn werk als journaliste.

HOOFDSTUK 2

MODERNE MADONNA'S

'Het hartje klopt als een tierelier. Alles is prima,' zo verwoordt de schoonzoon de resultaten van de echo bij de vijfde zwangerschapsmaand van onze dochter. Op hetzelfde moment dat de uitslag van de echo ons telefonisch bereikt, komen onze jongste dochter en haar man binnenlopen. Met de foto's van hun nieuwe huis. Wat zijn ze opeens volwassen geworden. Als ze eenmaal uit die verlengde jeugd gestapt zijn, gaat het allemaal snel. Gelukkig duurt een zwangerschap negen maanden. Zo kan het vooruitzicht moeder te worden langzaam maar zeker wennen.

In de laatste twee, drie maanden van een zwangerschap begint een baby aan een groeispurt. Vanaf de zevende maand tot aan zijn geboorte neemt zijn lengte toe van ongeveer dertig tot om en nabij de vijftig centimeter, en wordt zijn/haar gewicht verdriedubbeld. Acht maanden zwanger is de dochter. Een duidelijke buik maar nog niet zo dat ze haar voeten niet meer kan zien of een pinguïnloop ontwikkeld heeft. Het uur der waarheid voor vrouwen is opgeschoven. Het ligt niet meer bij de geboorte zoals vroeger, maar sinds de jaren tachtig en negentig van de vorige eeuw bij hun sociale geboorte als echte volwassene. Wanneer de vaste partner opdoemt, studies beëindigd worden, loopbanen en verblijfplaatsen gekozen moeten worden, de kinderwens gaat opspelen. Dan ontstaan de problemen door de macht van de vanzelfsprekendheid, die vrouwen toch weer belast met een traditionele taakverdeling, en beperkingen die ze – in naam van de liefde – krijgen opgelegd.

Die zogenaamd vrije keus tot moederschap is plotseling een persoonlijke keuze die soms weinig maatschappelijke bijval en steun krijgt. Een vriendin van onze jongste dochter, advocaat, maakte onlangs op haar werk bekend dat zij zwanger was. Niemand van haar overwegend mannelijke collega's feliciteerde haar. Gezichten als oorwurmen. Opeens was ze gedegradeerd van een ambitieuze collega tot een risicofactor. Onbetrouwbaar, iemand die minstens vier maanden uit de running zou zijn, een extra belasting voor haar maten en daarna niet meer toerekeningsvatbaar, een warrige uitgeputte broedmachine, voortdurend in de weer met een oppasschema en altijd haast om naar huis te gaan.

DUBBEL KWETSBAAR

Enige tijd geleden moest ik 's avonds een lezing houden op een congres waar ook een televisieploeg aanwezig was. Daaronder bevond zich een hoogzwangere vrouw die sjouwde met een camera en statief. In de pauze zag ik haar moe en onderuitgezakt in een stoel zitten. 'Hoe lang moet je nog werken?' vroeg ik haar om een beetje medeleven te tonen. 'Nog twee weken. Ik heb eigenlijk al zwangerschapsverlof maar ik wil twee weken extra bevallingsverlof hebben,' zei ze.

Op de werkplek wordt van zwangere vrouwen verwacht dat ze hun zwangerschap negeren, doen alsof een groeiend kind in je buik geen beslag legt op je energie en bewegingsvrijheid, je geen extra kilo's hoeft mee te slepen. Het feit dat zwangerschap kwetsbaar maakt, fysiek en emotioneel, krijgt op de werkvloer meestal weinig maatschappelijke erkenning en ondersteuning. Veel zwangere vrouwen weten ook niet dat zwaar werk, nachtdienst, een infectieziekte of contact met giftige stoffen tot een miskraam of aangeboren afwijking kan leiden.

'Ze zijn met vakantie,' is er wel eens gezegd over de vrouwen in de laatste weken van hun zwangerschap. In die weken van wachten is er geen gisteren, geen morgen, alleen vandaag: vanochtend, vanmiddag, vanavond kan het gebeuren. Er is tijdloosheid en doelloosheid, een lege agenda, belangstellende telefoontjes, met veel voorbehoud gemaakte afspraken. Het buitengebeuren heeft opgehouden te bestaan, alleen wat er binnen in je buik gebeurt is nog belangrijk.

De dochter zegt: 'Hoe zag ik er ook al weer uit met een normaal figuur?' Ze staat voor het grootste avontuur van haar leven: een kind krijgen. Met

HOOFDSTUK 4

MOEDERLIEFDE ALS MYTHER

‘Wij waren er altijd voor onze kinderen,’ zeggen de overgrootmoeders, en soms ook de nieuwe grootmoeders. Het is een vorm van indirecte kritiek op de huidige gang van zaken, partnerrelaties waarin hun (schoon)dochter in deeltijd werkt, met een man die thuis een handje mee moet helpen, en ouderschap dat anders ingevuld wordt dan vroeger. Toen ik onlangs twee kleinkinderen op de naschoolse opvang ging ophalen en zag hoe leuk en gevarieerd ze daar konden spelen en knutselen, dacht ik: Dat had ik ook wel gewild als kind. Het mythologiseren van de vroegere moederliefde doet de huidige dagelijkse praktijk geen recht. Kwantiteit zegt niets over kwaliteit. Onderzoek bevestigt voortdurend dat de moderne moeder meer tijd dan ooit aan haar kinderen besteedt; de moderne vader overigens ook. Moederliefde wordt in iedere tijd anders vertaald.

DE TERREUR VAN DE PERFECTIE

Mijn moeder, die tot de komst van haar zevende kind altijd in de zaak van mijn vader heeft gewerkt, en verder ook nooit stilzat, keek en kijkt ook nu weer met verbazing naar al dat gemoeder van haar dochters, schoondochters en kleindochters. Niet alleen omdat de dagelijkse ‘hulp’ in huis waar zij vroeger op kon rekenen, ontbreekt, maar ook omdat zij in een maatschappij leefde waarin het gezin als hoeksteen werd gewaardeerd, beschermd en geholpen. Haar taak buitenshuis was beperkt. Bij alles wat haar kinderen daar deden

– school, zwemmen, padvinderij, hockeyen, voetballen – was haar aanwezigheid of die van mijn vader niet nodig. We konden te voet naar school

Een grotere zus of broer nam het kleinere zusje of broertje mee. Spelen na school hoefden moeders toen niet te regelen. Je kon vrijelijk op straat spelen, hoewel dat meer voor jongens gold dan voor meisjes. Er was altijd wel een agent die langsfietsde en een oogje in het zeil hield. Mijn man heeft de mooiste herinneringen aan dat lege land vol weilanden en sloten met kikkervisjes. Op straat kon je voetballen, soms moest je heel af en toe eventjes opzij voor een passerende auto, waarna je weer een hele tijd ongestoord kon doorgaan. De meeste gezinnen maakten deel uit van families – grootouders, ooms en tantes, neven en nichten – die in dezelfde stad bleven wonen. Het was voor ouders en kinderen een betrekkelijk veilige en overzichtelijke wereld.

‘Er moet zoveel,’ kan de jongste dochter wel eens door de telefoon verzuchten. ‘Was dat in jouw tijd ook zo?’ Zelf kwam ik als jonge moeder in een nieuwbouwwijk terecht in een vreemde stad, ver van familie en vrienden. Dat is nu een realiteit voor heel veel gezinnen, evenals het verschijnsel dat je de mensen uit je buurt soms nauwelijks kent. Ieder gezin is min of meer druk met zichzelf bezig. Je staat er als ouder alleen voor – tenzij je boft met je naaste burens – terwijl de kernfuncties van het gezin alleen maar complexer zijn geworden. Jonge moeders zijn nu noodgedwongen duizendpoten, want behalve dat ze vaak een gezin combineren met werk, worden ze verplicht tot allerlei activiteiten die onze moeders geheel vanzelfsprekend uit handen werden genomen. Iedere stap die een kind tegenwoordig zet op weg naar school, sport of hobby, vraagt de bemoeienis van ouders.

Mijn kinderen waren al een ‘achterbankgeneratie’ omdat ze altijd met de auto gebracht en gehaald moesten worden naar en van zwemles, muzikales en sportactiviteiten. Meehelpen op school had toen nog niet zo’n verplicht karakter. Ik was één keer in de week leesmoeder voor het kleine groepje kinderen die daar wat meer moeite mee hadden, en haalde bij de bibliotheek boeken voor de klas. De meeste moeders waren niet actief op school. Wie nu voor het eerst een kind naar school brengt, krijgt soms een lijstje mee met wat je als moeder op die school gaat doen. Gelieve aan te kruisen: meehelpen met lezen, poetsen, gymles en, beeldende expressie, luizen verwijderen, het dagelijks oversteken, de sinterklaas- of kerstviering, het schoolreisje.

Maar het opvallendste verschil met de tijd toen ik een jonge moeder was, is de drang tot perfectie. De samenleving houdt je als moeder verantwoordelijk voor een optimale en psychologische ontwikkeling van je kind die door deskundigen wordt getoetst: groeicurves, tandenstand, woordenschat,

DE KRACHT VAN DE HERINNERING

Ik houd van onze kleinkinderen dagboekjes bij – waarin overigens zeker niet iedere dag, zelfs niet iedere maand hun groei en bloei worden verteld. Maar er staat toch van ieder genoeg in om met verbazing hun ontwikkeling te lezen, die mij toch altijd weer verbaast. Want je denkt als oma dat je het allemaal wel zo'n beetje onthoudt, maar met zeven kleinkinderen lukt dat niet. Maar ook onze eigen herinneringen kwamen onlangs scherp naar voren toen ik opeens foto's en een verslag vond van een feest dat ik een aantal jaren geleden met mijn man in een disco in Genève met vrienden en kennissen had beleefd. Het was een groot jaren-zestig-feest. Kleding uit die tijd was verplicht. Wat lacherig keken we naar elkaars outfit. Dat we dit ooit mooi en modieus hadden gevonden. Een kwestie van jeugdige overmoed? Geen van de deelnemers was voorbereid op het jeugdsentiment en de nostalgie die het terug-in-de-tijd ons in de daaropvolgende uren bezorgde. We ondergingen allen de metamorfose van het weer jong en zorgeloos zijn. De dag daarna restten verwarring en verbazing. Door welk toverstokje was ik aangeraakt dat ik me plotseling in de mooiste tijd van mijn leven had gevoeld? En waar kwamen opeens al die haarscherpe herinneringen vandaan? Want tot ieders verbazing bleek ons geheugen de muziek en teksten van de songs waarop we dansten, feilloos te hebben opgeslagen.

Nog verbazingwekkender was dat ik in staat was praktisch alle fragmenten van films en journaalbeelden uit die periode die voortdurend op grote schermen werden geprojecteerd, te herkennen. Ik wist de titels, de namen van acteurs en politici, de gebeurtenissen en de jaartallen vaak al bij de eerste beelden. Hoe was het mogelijk dat ik alles uit die tijd nog zo goed en gedetail-

leerd wist? Kwam dat omdat de tijd toen langzamer leek te gaan, liedjes soms maanden op de hitparade stonden, het aanbod van journaalbeelden en films nog niet het karakter van een eindeloze stortvloed had?

Het verschijnsel liet mij niet met rust. Integendeel, het werd nog intrigerender toen ik daarna op een bijeenkomst van artsen min of meer in de leeftijd van mijn man, een van hen een medisch ezelsbruggetje uit zijn studententijd hoorde vertellen, tot zijn eigen verbazing. Want het ezelsbruggetje had jarenlang een vergeten bestaan in zijn geheugen geleid en kwam plotse-ling weer tevoorschijn, fris en krachtig, alsof het daar gisteren was gedeponeerd. Iedere eerste letter van de woorden van het betreffende ezelsbruggetje *Op Ons Oude Tuin Terras Aait Frida Vanachter Glas Vele Aardige Heren*, verwijst naar één bepaalde hersenzenuw, twaalf in totaal. Maar 'Frida' bleek in haar kielzog ook bij de andere artsen het ene na het andere ezelsbruggetje uit zijn verborgen bestaan te rukken, en riep tegelijkertijd allerlei nostalgische en anekdotische herinneringen op. Het werd voor de betrokkenen een feest van de herkenning, ik zag als toeschouwer die ernstige, oudere mannen, gevormd door hun werk op die vaak smalle strook tussen leven en dood, opeens opbloeien, glimlachen, zelfs schateren over een tijd die, zo verzekerden ze elkaar, 'eigenlijk toch de mooiste tijd van hun leven was geweest'.

De overtuiging dat je jeugd de mooiste tijd van je leven is, blijkt universeel, evenals het feit dat mensen aan de periode tussen de 15 en 25 jaar in het algemeen de meeste, de levendigste en de beste herinneringen hebben. Voer voor geheugenpsychologen als de Amerikaanse dr. David Rubin, die het verschijnsel onderzoekt. Bij zijn testpersonen bleek dat informatie uit de periode waarin zij jong waren, het gemakkelijkst is te activeren bij personen boven de vijftig. Dat gold voor quizachtige vragen over bekende televisieseries, films, tophits, generatiegenoten en wereldnieuws die controleerbare herinneringen losmaakten. Men wist zich dit soort zaken vooral uit die tijd haarfijn te herinneren, en aanzienlijk minder uit de jaren daarna. Wanneer de proefpersonen werd verzocht over de vijf belangrijkste ervaringen of gebeurtenissen uit hun leven te vertellen, dan bleken de meeste van die ervaringen gebeurd te zijn tussen het tiende en het dertigste jaar.

Dat verklaart echter nog niet waarom mensen zulke sterke herinneringen hebben aan juist die tijd. Was het omdat zij toen op eigen, jonge en sterke benen een heel nieuw levenslandschap betraden waarin alles nog mogelijk leek, waarin ze veel dingen voor het eerst zelf gingen doen? Naar de bioscoop, de aanschaf van een kledingstuk, het eerste feestje, voor het eerst vakantiewerk en alleen met vakantie, de eerste verliefdheid, voor het eerst op kamers, een wat serieuze relatie, een baan, het eerste salaris. Bepaalt die eerste keer

Nederland heeft een recordaantal opa's en oma's: vitale en zelfstandige vijftigers en zestigers die volop in het leven staan en die hun drukke, bevredigende bestaan plotseling moeten combineren met een in meer of mindere mate actieve rol als grootouder. In *DAN WORD JE OPEENS OPA & OMA* vertelt Heleen Crul hoe zij is omgegaan met die nieuwe levensfase. Daarbij komen alle belangrijke onderwerpen voorbij:

- **In welke opzichten verschilt de moderne zwangerschap van die van toen je zelf zwanger was?**
- **Hoe komt het dat de huidige generatie grootouders zo anders is dan de voorgaande?**
- **Ben je verplicht als oppas te fungeren voor je kleinkinderen? En hoe zeg je het als je dat niet wilt, zonder dat je je kind daarmee kwetst?**
- **Wat is het verschil in benadering tussen een opa en een oma?**
- **Hoe ga je om met het nieuwe verschijnsel 'patchworkfamilie'?**
- **En zijn de huidige kleinkinderen echt zo anders?**

Heleen Crul schreef een onmisbare gids voor de moderne grootouder, die je aan het denken zal zetten en ervoor zal zorgen dat je nog meer kunt genieten van die bijzondere band met je kleinkind.

NUR 854

ISBN 978-90-215-6400-5



9 789021 564005 >



Heleen Crul is publiciste en oma van zeven kleinkinderen. Zij schreef onder andere voor Margriet, Elsevier en De Gelderlander Pers. Er verschenen van haar hand ook opiniestukken in NRC over de nieuwe generatie grootouders, die een ongekend aantal reacties van lezers opleverden.