

De laatste berichten over de duur van het menselijk bestaan, wijzen er op dat we steeds langer meegaan. De vrouwen leven gemiddeld iets langer dan de mannen, maar onder andere door toename van gezondheid(szorg), worden we met z'n allen ouder. Dat is mooi wanneer een langer leven niet met al te veel belemmeringen en beperkingen gepaard gaat. Aangekomen bij 55 jaren, is het merkbaar dat oude muziek beter blijft hangen dan al die nieuwe deuntjes en dat het versturen van een app alleen kan door met 1 vinger het toetsenbord te bedienen. Ik zie de kinderen meewarig kijken en ik besef dat ik voor hen uit een ver verleden kom. Daar valt mee te leven. Maar wat betekent het ouder worden en met welke problemen komen ouderen tegenwoordig in de GGZ terecht?

Dit nummer is grotendeel gewijd aan thema's die met ouder worden te maken hebben. In een tijd waarin de kranten vol staan over Verwarde Mensen en Participatie, hebben we bij de redactie van SP gekeken hoe het voor ouderen is om in deze tijd te leven. Op het Journaal kwam een item langs waarin gemeld werd dat 1,2 miljoen mensen niet met internet verbonden zijn. Er kwamen ouderen aan het woord die het hadden over "gedoe" en "het zal mijn tijd wel duren". Maar ondertussen 'verplichten' we hen wel om digitaal de belastingaangifte te doen. Hoe digitalisering tot GGZ kan leiden, bleek uit een melding in de crisisdienst. Een oude vrouw werd als psychotisch aangemeld, maar bleek bij huisbezoek helemaal over de rode te gaan omdat ze al haar 'contacten' in de app was kwijtgeraakt. Toen de SPV deze weer had ingesteld, bleek de crisis voor dat moment bezworen.

Natascha Roza opent deze SP onder de toepasselijke titel "*80 op de digitale snelweg*" en houdt een pleidooi om de ouderen beter te ondersteunen om mee te komen in dit digitale tijdperk. Om eenzaamheid en marginalisering tegen te gaan.

Suzan Schilderman gaat in haar bijdrage "*Het belang van vroegsignalering bij kwetsbare ouderen*" in op de attitude van de hulpverlener en wijst er op dat deze niet in "*de valkuil van het activeren van aangeleerde hulpeloosheid*" moet vallen. Goede zorg kan alleen in samenwerking met het directe steunsysteem vorm krijgen. Overname van regie moet voorkomen worden, maar kan soms wel nodig zijn. Wanneer overnemen en wanneer niet: daar blijft gezonde spanning op staan.

Godelieve van Zijl heeft vanuit de redactie een bijzondere bijdrage aan deze SP geleverd met haar persoonlijke verhaal "*De hulpverlener in rouw*". Zij beschrijft op invoelbare wijze hoe het met haar gaat wanneer een dierbare overleden is en hoe ze als SPV vervolgens daar mee omgaat. Kwetsbaar en bijzonder dicht op de huid! Het past geheel bij het thema van ouder worden en hoe je als SPV daar op reflecteert. We hebben haar bijdrage met veel respect gelezen en zijn onder de indruk van de wijze waarop ze haar persoonlijke proces beschrijft.

In Mediaan neemt **Carla Timmerhuis** ons mee in een onderwerp dat bij ouderen waarschijnlijk op geheel eigen wijze speelt: "*Zingevingsgesprek als onderdeel binnen een behandeling in de GGZ*". Zij vindt het belangrijk dat er bij hulpverleners een paradigmashift komt om tijdens de behandeling meer aandacht te hebben voor zingeving. In allerlei literatuur (o.m. in het nieuwe boek van Frederike Bannink "*Positieve Psychologie*") over positieve psychologie en onderzoek naar geluk (Lees: Ap Dijksterhuis "*Op weg naar geluk*") komt zingeving als essentieel naar voren voor welbevinden en gezondheid.

Téo Visser neemt het vervolgens, in zijn bijdrage "*Seks in het Alzheimer café*", op voor de oudere mens en het belang van seks bij het ouder worden. Wat betekent het wanneer jouw partner dementerende is en hoe ga je dan om met andere relaties en behoefte aan seks? Het zal Téo niet zijn of hij gaat op geheel eigen wijze het thema te lijf. Inclusief straatinterviews en hij ontdekt dat de oudere mens er gemakkelijker over praat dan aanvankelijk wordt gedacht.

Josefina Calma levert de laatste bijdrage in deze rubriek. In "Borderline de baas" gaat ze in op de behandelvisie en -wijze zoals deze binnen Indigo gebruikelijk is. Vanuit enkele kernsymptomen zoals verlatingsangst, stemmingswisselingen en identiteitsvervreemding wordt ingegaan op de behandelwijze en attitude.

Vervolgens worden diverse boeken onder de loep genomen en neemt **Gerrie Hendriks** ons mee de donkere zaal in waar ze twee interessante films voor ons heeft bekeken.

In de rubriek Dichterbij nemen **Godelieve van Zijl** en **Gerard Lohuis** ons mee in hun sociaal psychiatrische ervaringen vanuit de dagelijkse praktijk.

Deze SP eindigt met twee bijdragen in de rubriek Uit den Lande.

Marjan Hurkmans van Vilans vraagt aandacht voor groepen die tussen wal en schip dreigen te vallen wanneer hier geen speciale aandacht voor komt. Participatie betekent niet dat iedereen automatisch meedoet!

Harry Gras, een oude bekende voor de SP-lezer, bericht over zijn ervaringen die hij samen met zijn maatje Rokus Loopik heeft opgedaan, wanneer hij met cliënten op reis gaat. Het veranderen van perspectief en rol, door met elkaar op stap te gaan, leveren waardevolle ervaringen op. Het is rehabilitatie, empowerment en herstel in de dagelijkse praktijk.