

Een veerkracht benadering in de Longitudinal Aging Study Amsterdam

MARTIJN HUISMAN

Er blijkt steeds meer interesse te zijn voor het begrip veerkracht in de gerontologie. Dat is onder andere te merken aan een stijgende hoeveelheid wetenschappelijke artikelen over het onderwerp in de gerontologie, aan bijdragen van wetenschappelijk onderzoekers op congressen, en aan interesse voor praktische toepassingen van wetenschappelijke kennis over veerkracht in de ouderenzorg. Een mooi voorbeeld van dat laatste is de infographic over sociale veerkracht die recentelijk toegankelijk is gemaakt voor medewerkers in de zorgpraktijk.

Conceptuele vaagheid

Dat is de stand van zaken met betrekking tot het concept veerkracht in de gerontologie: er is enthousiasme, er is momentum, en er is een praktijk die reikhalzend uitkijkt naar het toepassen ervan. Maar wat we nog *niet* hebben is een helder begrip. Daar is al eerder in dit tijdschrift op gewezen (Geron, 2016). Hoewel de meeste mensen zich intuïtief een beeld kunnen vormen bij wat veerkracht is, is het operationaliseren ervan, het meten ervan in wetenschappelijk onderzoek, lastiger dan op het eerste gezicht lijkt. Deze conceptuele vaagheid weerspiegelt zich in de verschillende manieren waarop veerkracht wordt bestudeerd. Ik zal in dit artikel kort ingaan op twee van die manieren, waarbij ik zal aangeven welke van die twee manieren ik preferer en waarom. Ook zal ik kort uiteen zetten hoe we met gegevens van de Longitudinal Aging Study Amsterdam (LASA) veerkracht bestuderen.

De psychometrische benadering

Een manier om veerkracht te bestuderen is de zogeheten psychometrische benadering. Bij deze benadering maken onderzoekers gebruik van speciaal ontwikkelde veerkracht schalen om te bepalen in welke mate onderzoeksdeelnemers veerkrachtig zijn. Dergelijke schalen, die meestal bestaan uit een reeks van vragen of stellingen, kunnen in principe ook makkelijk worden gebruikt in de praktijk om te bepalen in welke mate zorgcliënten beschikken over eigenschappen die hen veerkrachtig zouden kunnen maken. Ze zijn makkelijk te vinden, al zijn ze meestal in het engels ontwikkeld.

Probleem met deze veerkracht schalen is mijns inziens dat ze niet specifiek zijn. Ze zijn niet specifiek gericht op het type risico waaraan iemand is blootgesteld en in het licht waarvan veerkracht bestudeerd dient te worden. Het gevaar dreigt daarmee dat deze psychometrische benadering veerkracht dreigt te reduceren tot louter persoonlijkheidsken-

merk. Een score op zo'n schaal zou dan het enige zijn dat nodig is om te bepalen of iemand veerkrachtig is of niet. Dit gaat in feite in tegen een fundamenteel kenmerk van veerkracht, namelijk dat je het pas kunt tonen en ook pas kunt vaststellen wanneer iemand onder druk komt te staan. Zonder uitdaging of tegenslag bestaat er geen veerkracht.

De a-priori benadering

Een tweede manier om veerkracht te bestuderen is de a-priori benadering. De a-priori benadering maakt gebruik van specifieke criteria om te bepalen of er in een situatie sprake is van veerkracht of niet. Deze criteria worden voorafgaand aan het onderzoek bepaald: vandaar de naam 'a-priori' benadering. Deze benadering gaat ervan uit dat veerkracht er anders uitziet na het overlijden van een partner, dan veerkracht tijdens het zorgen voor een partner met dementie, en ook weer heel anders dan veerkracht na een leven dat wordt gekenmerkt door langdurige sociaaleconomische problematiek. Veerkracht moet in al die situaties dan ook aan andere criteria worden afgemeten. Voorbeelden van dergelijke criteria zijn: het uitblijven van depressieve klachten, gezond oud worden, of een betekenisvolle relatie behouden met iemand. In de ene situatie is uitblijven van langdurige depressieve klachten een passende uitkomst om veerkracht mee te bepalen, maar in het andere geval is dat wellicht juist te smal, of niet van toepassing.

Ouderen met een lage sociaal economische status

Onderzoek dat we op dit moment uitvoeren met gegevens van LASA volgt een a-priori benadering. Een korte beschrijving van dit onderzoek kan daarom verhelderend werken. Doel van het onderzoek is om veerkracht te onderzoeken bij Nederlandse ouderen die hun gehele leven lang te kampen hebben gehad met een lage sociaaleconomische positie. Van groepen mensen die een lage sociaaleconomische positie hebben is bekend dat zij een relatief korte levensverwachting hebben, met relatief veel gezondheidsproblemen. De eerste

stap in ons onderzoek was het identificeren van de deelnemers in de LASA studie die zelf gedurende hun leven een lage sociaaleconomische positie hadden en waarvan de ouders ook een lage sociaaleconomische positie hadden. Op die manier selecteerden we de ouderen die het meest met sociaaleconomische problemen te maken hebben gehad tijdens het leven.

Successful Aging Index

En hoe bepalen we dan wie van deze groep ouderen veerkrachtig is geweest? Hiervoor zochten we een criterium, waarbij we uitkwamen op een eerder door ons ontwikkelde maat voor succesvol oud worden, de 'Successful Aging index'. Deze index is al eerder in Gerōn beschreven (Gerōn 1, 2017). Het voordeel van deze index als criterium is dat het kan helpen om deelnemers te identificeren die relatief goed functioneren op meerdere domeinen. Niet alleen op het lichamelijke domein, maar ook op het emotionele, het cognitieve en het sociale domein. En dit is een voordeel omdat het ons helpt voorkomen dat we deelnemers als veerkrachtig zouden aanmerken omdat hun lichamelijke gezondheid nog goed is, terwijl zij juist misschien op emotioneel gebied in zwaar weer zitten.

Daarmee konden we onze veerkrachtige LASA deelnemers identificeren. Dat waren de deelnemers uit de groep met een lage sociaaleconomische positie, die desondanks een hoge score hadden op de Successful Aging index.

De vraag is dan: wie waren deze mensen? Om een antwoord op deze vraag te krijgen verzamelden we levensverhalen van enkelen van deze veerkrachtige ouderen, door middel van diepte-interviews.

Sociaal kapitaal

Wat opvalt bij deze ouderen is dat velen van hen een situatie beschreven in de eerste decennia van hun leven die wordt gekenmerkt door een gebrek aan financieel kapitaal, maar een grote mate van sociaal kapitaal. Armoede en dagelijkse worsteling met hard werk en gebrek aan financiële ruimte was in veel gevallen een gedeelde ervaring. Vrouwen hielpen el-

Veerkracht: criteria in ontwikkeling

Ik ben van mening dat we met verdere analyses nog meer kunnen leren over wat deze ouderen heeft geholpen om veerkrachtig te zijn. We zetten het onderzoek daarom voort. Eén opmerking is hier nog op zijn plaats. We hebben ons criterium om veerkracht aan af te meten (een hoge successful aging score) zorgvuldig gekozen, zodat het past bij de blootstelling in het licht waarvan we veerkracht wilden bestuderen (lage sociaaleconomische positie). We hebben echter van tevoren niet de mening gevraagd van ouderen zelf, met name ouderen met een lage sociaaleconomische positie, over wat zij vonden dat een positieve uitkomst zou zijn. In het vervolg is het voor (praktijk-)onderzoekers van belang om ook belanghebbenden te horen over wat waardevolle veerkracht criteria zijn, in hun optiek. Dergelijke kennis kan een a-priori benadering van onderzoek naar veerkracht nog relevanter maken.

kaar in huis wanneer het werk soms teveel was. Mensen vertelden dat artsen en winkeleiers soms afzagen van het in rekening brengen van kosten of accepteerden dat deze later betaald werden, als ze niet genoeg geld had-

den. Ze ondersteunden elkaar in economische zin wanneer gezondheidsproblemen hen belemmerden te werken.

Het is ongetwijfeld zo dat deze situatie voor hen cruciaal is geweest om met de armoede destijds om te gaan. In mijn optiek schetsten deze deelnemers onderdelen van een participatiemaatschappij *avant la lettre* die een voorbeeld kan zijn voor de huidige.

Dit artikel bevat bewerkte inhoud van de oratie die is uitgesproken door Prof.dr. M. Huisman, op 21-12-2017, bij de Vrije Universiteit en het VU Medisch Centrum

Literatuur

- Duyndam, J. (2016). Veerkracht, een bijdrage aan de theorievorming. *Gerôn 3*, 58-61.
- Kok, A. A. L., Aartsen, M.A., Deeg, D. J. H. & Huisman, M. (2017). De invloed van stressvolle levensgebeurtenissen en sociaaleconomische positie op -succesvol ouder worden. *Gerôn 1*, 71-74.

Over de auteur

Martijn Huisman is hoogleraar epidemiologie van de veroudering en wetenschappelijk directeur van LASA.