

Ons gevreesde, oude zelf

PSYCHOLOGIE Iedereen wil oud worden, maar niemand wil oud zijn. Zo hekelen we onze eigen toekomst.

Ellen de Bruin

Hoe komt een jongen van 28 ertoe om onderzoek te gaan doen naar leeftijdsdiscriminatie tegen en vooroordelen over ouderen? "Het feit dat dit onderwerp op een dag relevant voor me wordt, als we aannemen dat ik lang genoeg leef, is één reden", zegt Michael North, promovendus psychologie aan de universiteit van Princeton.

Maar meteen daarna komt hij met een anekdote die, vindt hij, veel meer zegt. Hij was 22, net afgestudeerd aan de universiteit van Michigan, toen hij een baantje vond als onderzoeks-assistent. North moest twee uur durende interviews houden met mensen van tussen de 25 en 40 jaar oud en met mensen van boven de 60. "Ik verheugde me echt niet op die tweede groep", zegt North. "Ik dacht dat die oudere mensen saai zouden zijn, dat ze misschien vies zouden ruiken... het was absoluut niet hoe ik me de eerste zomer van mijn 'echte leven' had voorgesteld: in een kelder, gedwongen om twee uur achter elkaar met oude mensen om te gaan!"

Maar het viel er mee. "Niet alleen vond ik het leuk om met de oudere deelnemers te praten, ik vond het zelfs leuker dan met de jongere deelnemers. De ouderen waren over het algemeen welbespraakter en hadden een bredere, interessanter kijk op het leven." Het verschil tussen zijn ideeën over ouderen voor en na het onderzoek was groot. "Ik geef toe dat ik me een beetje schuldig voelde over de gevoelens die ik eerst had; tegelij-

kertijd had ik het idee dat ik daar waarschijnlijk niet uniek in was en dat veel van mijn leeftijdgenoten vast hetzelfde hadden gehad." En toen North de gelegenheid kreeg om te promoveren bij Susan Fiske (59), een autoriteit op het gebied van stereotyping en vooroordelen, was de keus voor zijn onderzoeksonderwerp snel gemaakt. Onlangs publiceerden North en Fiske samen een overzichtartikel over *ageism* (leeftijdsdiscriminatie en -vooroordelen) jegens ouderen in het wetenschappelijke tijdschrift *Psychological Bulletin*.

Hoe vaak en hoe veel ouderen systematisch gediscrimineerd worden op basis van hun leeftijd is moeilijk te zeggen. Leeftijdsdiscriminatie op de arbeidsmarkt – bijvoorbeeld 45-plussers niet aannemen of 55-plussers weren uit je bedrijf, zonder motivatie – is slechts één indicator (daartegen kent Nederland sinds 2004 de Wet gelijke behandeling op grond van leeftijd). Maar er zijn meer soorten 'ageïsme', waaronder veel subtielere. Om te beginnen, houden veel mensen er onbewust rekening mee dat 'ouderen' – dat kan bijvoorbeeld bij 60 beginnen, of bij 65 – wel ver-

Volwassenen die negatief denken over ouderen, krijgen later zelf meer hartklachten

geacht zullen zijn, en dom en traag. Dat beïnvloedt het gedrag van die ouderen: wie voortdurend langzaam en begripvol wordt toegesproken, kan vanzelf trager gaan praten, bewegen en denken. Uit Brits onderzoek blijkt verder dat huisartsen en cardiologen geneigd zijn 65-plussers aan minder uitvoerige tests te onderwerpen, minder snel door te verwijzen of medicijnen te geven en minder vaak 'leeftijladvies' te geven, over bijvoorbeeld roken en drinken (*British Journal of General Practice*, 2007).

Inflexibel en zwak

Het stereotiepe beeld is verder dat ouderen onaantrekkelijk zijn, inflexibel en zwak. O ja, eenzaam bovendien, en depressief. Dat zijn geen gezonde gedachten, overigens – letterlijk niet. Yale-psychologen onder leiding van Becca Levy beschreven in 2009 in *Psychological Science* dat mensen die voor hun 49ste negatiever dachten over ouderen, in de 38 jaar daarna eerder een hartaanval, een beroerte, angina pectoris of hartfalen kregen. In een eerder langlopend onderzoek hadden Levy c.s. al aangehouden dat mensen die somberder zijn over hun eigen ouder worden, minder lang leven – ook gecorrigeerd voor (onder meer) gezondheid en eenzaamheid. De somberste mensen leefden zevenenhalf jaar minder lang dan de meest optimistische (*Journal of Personality and Social Psychology*, 2002). Het is onduidelijk – onderzoekers zijn verdeeld – of het vooral jongeren zijn die negatieve ideeën hebben over ouderen en ouderdom, of vooral ouderen zelf.

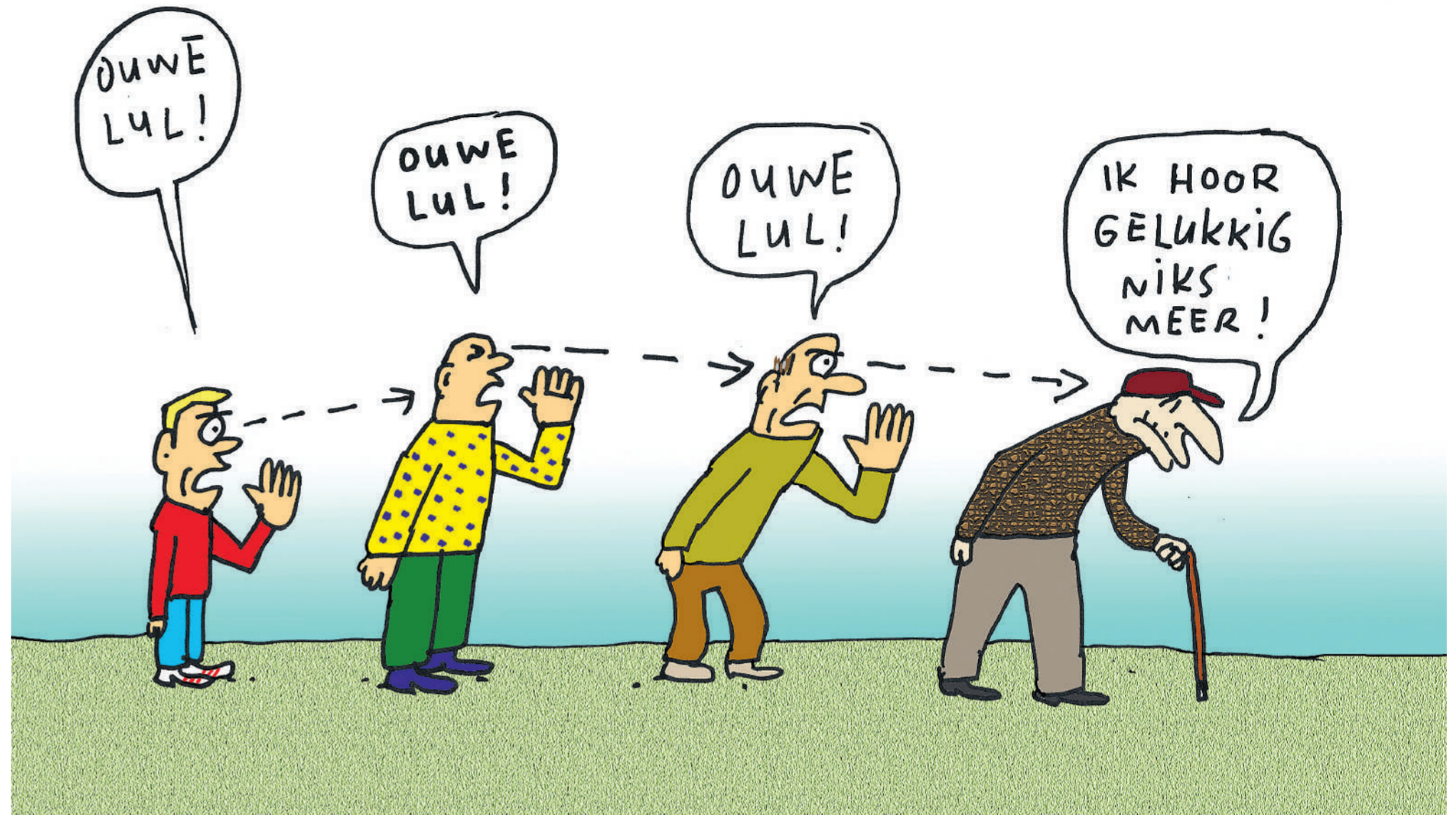
Intussen blijkt wel uit onderzoek dat ouderen over het algemeen emotioneel stabiel zijn dan jongere volwassenen; sommige onderzoeken laten ook zien dat ouderen vaker vrolijk zijn, zelfverzekerder, dat ze zich

Ouderen: een groep om medelijden mee te hebben

De ene gestereotypeerde groep in de samenleving is de andere niet. Er zijn groepen mensen die woede opwekken, of angst, jaloezie, bewondering, minachting. Maar ouderen? Die wekken vooral medelijden op. Dat bleek uit een onderzoek dat Susan Fiske en collega's in 2007 publiceerden in *Journal of Personality and Social Psychology*. Ze belden enkele honderden Amerikanen op en vroegen die naar het stereotiepe beeld dat er volgens hen in de maatschappij bestond over verschillende groepen mensen en naar de gevoelens die mensen in het algemeen koesteren over die groepen. Vervolgens clusterden de onderzoekers de groepen op wie vergelijkbaar werd gereageerd.

Mensen beoordelen elkaar in eerste instantie grofweg op twee dimensies: warmte/vriendelijkheid en intelligentie/competentie. De ouderen kwamen terecht in het cluster 'warm, maar in-

competent', samen met geestelijk en lichamelijk gehandicapten. Dit zijn de groepen die medelijden oproepen, en behulpzaam gedrag, maar ze worden ook buiten de samenleving gehouden en soms belachelijk gemaakt. (Ter vergelijking: uitkeringsgerechtigden hoorden tot de noch warme, noch competente mensen die verachting oproepen; huisvrouwen en Christenen tot de warme, competente mensen die bewondering oogsten; en Aziaten en rijken werden niet als warm gezien maar wel als competent en wekten daarmee jaloezie op.) In eerder onderzoek hadden Fiske en collega's trouwens al laten zien dat we niet alleen in de westerse wereld onze ouderen met medelijden bezien. Ook in Hong Kong, Japan en Zuid-Korea worden ouderen over het algemeen gezien als vriendelijk, maar niet erg competent (*British Journal of Social Psychology*, 2009).



TEKENINGEN KAMAGURKA

met mezit op een dag ook tot die groep behoren – hoe krijgen mensen hun hoofd om die discrepantie heen? North: "Het is een soort taboeonderwerp voor de meeste mensen, het is niet iets waar mensen graag over nadenken. Volgens de zogeheten 'terror management'-benadering zijn mensen geneigd zowel fysiek als psychisch afstand te bewaren tot ouderen, als een manier om met hun angst voor de dood om te gaan. Oudere mensen doen dat zelf ook – als mensen een bepaalde leeftijd bereiken die ze vroeger als 'oud' beschouwden, dan blijven ze zich nog steeds distantiëren van de groep van 'oude mensen'. Als je erover nadenkt, kun je bijna altijd iemand vinden die ouder is om jezelf mee te vergelijken."

In hun artikel in *Psychological Bulletin* beschrijven North en Fiske nog meer theorieën die het bestaan van negatieve vooroordelen tegen ouderen kunnen verklaren. Het feit dat ouderen minder evolutionair 'fit' ogen dan jongeren, kan onbewust angst inboezemen – als mensen zich kwetsbaar voelen voor infecties, kunnen ze ouderen meer gaan discrimineren, blijkt uit onderzoek. Het feit dat veel ouderen gepensioneerd zijn, kan associaties oproepen met nutteloosheid en overbodigheid. Volgens de eerder genoemde Todd Nelson is dat begonnen met de uitvinding van de boekdrukkunst, die ouderen hun rol als wijze verhalenvertellers grotendeels ontnam; en geïntensiveerd door de industriële revolutie, die kracht boven ervaring plaatste.

Al met al, zegt North, zijn ouderen op een bepaalde manier "onzichtbaar", blijven ze buiten de hoofdstroom van de samenleving. "Denk er maar eens over na: de echt ouderen worden geïnstitutionaliseerd in bejaardentehuizen; als mensen ouder worden, trekken ze zich terug van de arbeidsmarkt; en

er is behoorlijk wat onderzoek naar de niet al te prominente aanwezigheid van oudere mensen op televisie, in films, tijdschriften en dergelijke. Iedereen wil er jonger uitzien, maar je hoort nou niet bepaald een sterke roep om de ouderdom te omarmen." Integendeel. Ouderen, dat zijn mensen om medelijden mee te hebben.

Gehate minderheid

Maar dat gaat veranderen. Dat moet wel, denken North en Fiske, omdat er nu eenmaal steeds meer ouderen komen. Voor Nederland is de prognose dat er in 2025 voor het eerst meer 65-plussers in ons land zullen wonen dan kinderen en jongeren tot 20 jaar, namelijk 3,8 tegen 3,7 miljoen op een totaal van 17,5 miljoen

Dat ouderen minder evolutionair 'fit' ogen, kan onbewust angst inboezemen

Nederlanders (CBS, 22 december 2011). Het is alleen nog de vraag welke kant de verandering op gaat. Worden ouderen een meer gehate minderheid of is er juist reden voor optimisme?

In hun overzichtsartikel bespreken Fiske en North beide mogelijkheden. Aan de ene kant, zegt North, kunnen we in de westerse wereld de nodige "intergenerationele span-

ning" tegemoet zien. "Jongere generaties hebben meebetaald aan een systeem waarvan ze, zoals het nu in elkaar zit, zelf uiteindelijk niet zullen profiteren. Meer en meer ouderen stellen hun pensioen uit, waardoor jongeren moeilijker een voet tussen de deur krijgen. Tegelijkertijd neemt hier in de vs het aantal rechtszaken over leeftijdsdiscriminatie toe: steeds meer werkgevers lijken van hun ouderen af te willen zodat ze jonge krachten kunnen aannemen."

Die ouderen vechten dat aan – en terecht. Maar naarmate meer jongeren het idee krijgen dat de generatie voor hen wel werk heeft, wel geld heeft, wel een goed pensioen en zij niet, zullen ze steeds vijandiger over ouderen gaan denken. Wie nu 'babyboomers' zoekt op de site van GeenStijl, kan dat al volop proeven.

Erishoop

Maar aan de andere kant, zegt North: "Er is hoop, in die zin dat het niet alleen waarschijnlijk is dat er dingen gaan veranderen; het is noodzakelijk." En dan heeft hij het niet alleen over sociale stelsels, maar over de hele manier waarop mensen tegen ouderdom zullen aankijken. "Naarmate mensen langer leven en naarmate er meer oudere mensen zijn, zal het hele begrip 'ouderdom' opnieuw uitgevonden worden."

Als er meer ouderen zijn, zijn er meer verschillende soorten oude mensen – dat betekent dat het stereotiepe beeld van 'de oudere' gemakkelijker dan nu kan worden opgesplitst in soorten ouderen: de zorgzame grootmoeder, de eezame oude man, de wijze adviseur – wat al niet. Ook het feit dat jonge mensen veel meer met ouderen in contact zullen zijn dan nu (er zijn immers meer ouderen), verzakt dat ene alomvattende stereotiepe van 'de oudere'. Bovendien blijven mensen steeds langer ge-

zond en fit, wat het concept van de vergeetachtige/breekbare oudere nog verder erodeert.

Volgens North zal het onderscheid tussen 'jonge ouderen', van ruwweg 55-75 jaar, en 'oude ouderen' belangrijker worden. "Susan [Fiske] en ik publiceren daar binnenkort een artikel over in *Social Issues and Policy Review*. Veel van de jonge ouderen zullen waarschijnlijk blijven werken, als er geen aantrekkelijk alternatief is om hun levensstandaard op peil te houden. Dat betekent dat werkgevers van hun vooroordelen over oudere werknemers af moeten en in plaats daarvan goed gebruik van hen moeten maken, bijvoorbeeld in adviesfuncties. Uit onderzoek blijkt dat het hebben van werknemers van allerlei leeftijden de productiviteit verhoogt, dus uiteindelijk zullen ook bedrijven zelf ervan profiteren."

Voor de oude ouderen ligt fulltime werken minder voor de hand, maar die kunnen misschien parttime werknemer blijven, denkt North, en voor een deel pensioen ontvangen. Of ze kunnen vrijwilligerswerk doen op scholen of in ziekenhuizen. "Dit zijn maar enkele ideeën – ik ben pas 28 en ik ben geen expert in het verzinnen van dit soort oplossingen. Maar er zijn verschillende manieren waarop je mensen van allerlei leeftijden kunt laten samenleven waarbij dat niet ten koste gaat van één bepaalde groep – mits mensen creatief willen zijn als het gaat om andere manieren van leven na je pensioen. Het lijkt me dat een maatschappij die zich moet aanpassen aan een oudere populatie weinig anders kan doen dan die ouderen te respecteren en op omgekeerde schaal gebruik van hen te maken."

Al met al is North geneigd tot optimisme. "Anders zou ik ook niet zo veel tijd besteden aan onderzoek naar dit onderwerp."

