Hofmaken na je zestigste

door Marie Verheij

Ze zijn niet meer zo piep. Alleen, gescheiden, weduwnaar of weduwe. Steeds meer zestigplussers zoeken een nieuwe levensgezel en vinden die ook. Ze gaan op het vrijerspad en voelen vlinders in hun buik. Toch is het is niet louter rozengeur en maneschijn als het over de late liefde gaat.

Rond Kerst 2006 was gepensioneerd biochemicus Hans (70) eraan toe een vrouw te zoeken met wie hij de „laatste fase van zijn leven" wilde doorbrengen. Zijn echtgenote was in 2005 na een kort ziekbed overleden. Het leven alleen viel hem zwaar. Vooral met de zondagen worstelde hij. Soms was hij een dag depressief. Hij lichtte zijn drie kinderen in en ging op zoek naar een partner via krant en internet. Dat laatste beviel. „Het contact met Coosje (67) sprong eruit. Het klikte en de vonk sloeg over. We hadden het gevoel dat we elkaar al kenden. Dat kwam door onze schriftelijke kennismaking."

Hans en Coosje zochten bewust naar een nieuwe partner. De goede gezondheid die ouderen steeds langer genieten, geeft er meer dan voorheen aanleiding toe dat alleenstaande zestigplussers hun leven met een ander willen delen. Toch hangt er in bepaalde kringen nog altijd een sfeer van verlegenheid als een oudere op een verjaardag opeens met een nieuwe man of vrouw aan haar of zijn zijde verschijnt. „Het proefde als ontrouw. Vroeger was er een periode na een overlijden waarin je alleen behoorde te blijven. En Eva was nog geen jaar dood. Hoe zat het met het zelfrespect: was ik niet al te gretig op weg naar een ander leven?", schrijft Jaap Willems (1943) in zijn in 2008 te verschijnen boek Late liefde. Opnieuw verliefd na je vijftigste.
Er valt heel wat te ontginnen als het gaat over nieuwe verbintenissen na je zestigste, zegt Sophie de Wijn (1940), auteur van Verkering na je zestigste. Een gebruiksaanwijzing (uitg. SWP, Amsterdam). Partnerschap in deze levensfase is totaal anders dan in alle eerdere levensfasen van het leven. De realiteit blijkt meestal hardnekkiger dan de veronderstelde romantiek en voor je het weet raak je verstrikt in een doolhof van voorschriften en regels van fatsoen.
De Wijn besloot vijf jaar geleden een nieuwe partner te zoeken. „Dat is tamelijk ongewoon na je zestigste. Mensen vinden het zielig wanneer je als oudere de huwelijksmarkt op gaat."

Coosje verloor in 2005 haar man aan prostaatkanker. Ze was 42 jaar gehuwd geweest en bleef alleen achter met vier kinderen die allemaal de deur uit waren. Toen haar moeder onlangs 99 jaar werd, flitste het door haar heen: „Als ik zo oud word als mijn moeder heb ik nog 33 jaar alleen te gaan. Dat wil ik niet." Ze besloot op zoek te gaan naar een nieuwe liefde via de website Parship. Het was een schot in de roos. „Wat zeker heeft meegewerkt in het welslagen van onze relatie was dat we ons schriftelijk uitstekend konden uiten. Behalve dat hadden we allebei twee jaar geleden eenzelfde rouwproces meegemaakt en hadden we allebei een goede relatie achter ons liggen. Bovendien vind ik het heel belangrijk dat wij zo goed kunnen praten over elkaars overleden partner. Daardoor blijft voor alle kinderen de naam van hun vader en hun moeder genoemd."

De Wijn interviewde vijfentwintig mannen en vrouwen die op zoek waren naar een nieuwe partner of er een hadden gevonden en lastige dingen tegenkomen. „Wij weten niet hoe een langdurige verbintenis eruitziet als mensen zestig of zeventig zijn. Het is anders als je veertig of vijftig bent. Dan werk je nog. Zestigplussers hebben geen werk meer. Bovendien hebben zij geen gezin meer om voor te zorgen en kennen zij minder verantwoordelijkheden en verplichtingen. De context is volstrekt anders. Ik noem mijn boek een 'gebruiksaanwijzing' voor zestigplussers die actief op zoek willen gaan naar een nieuwe levenspartner."
Onder gezonde gevoelens van ouderen verstaat De Wijn verlangens om bij iemand te horen, met iemand alles te willen delen, een verlangen naar geborgenheid, gezelligheid in huis, je innig verbonden te weten, van iemand houden en dat beantwoord weten. Daarbij hoort ook het verlangen naar intiem lichamelijk contact en een bevredigend seksueel leven. Volgens De Wijn heeft dit „onverminderd natuurlijke verlangen naar welzijn op geestelijk emotioneel en actief affectief gebied" een verrassende uitwerking op het fysieke gestel. „Als wij een goed partnerschap weten op te bouwen als we eenmaal zestig of zeventig zijn, is de kans groot dat we langer gezond blijven."

Hans: „Als biochemicus ging ik ervan uit dat het op een gegeven ogenblik wel afgelopen zou zijn met die hormonen. Dat bleek allerminst het geval. Ik voelde me als een jongen van twintig die voor het eerst zijn meisje ontmoet."

Eenzelfde kijk op geld maakt het makkelijker

De Wijn raadt zestigplussers aan zich serieus voor te bereiden op een nieuwe relatie. Veel ouderen denken dat ze de langste tijd van leven achter zich hebben en maken dan haast. En haast is de grootste valkuil die je kunt bedenken. „De ouderwetse verkering is op latere leeftijd onverminderd aan te raden. Dan heb je juist veel tijd en kun je gebruikmaken van een lange levenservaring om er een fijne tijd van te maken die veel kwaliteit aan je leven kan toevoegen. Het is zelfs mogelijk dat het de gelukkigste tijd van je leven wordt."
Een aantal dingen moet wel worden besproken. „Zo moet je je bij de ander op je gemak voelen en eenzelfde kijk hebben op geld, want dat kan een groot struikelblok vormen."
Een ander punt is de verhouding met vrienden en familie. „Hoe ga je om met elkaars kinderen? Moeten de vriendschappen die wij hebben gezamenlijk worden?" De Wijn stipt tal van nuttige vragen aan. „Hoe zit het met de persoonlijke hygiëne - moet ik van mijn partner elke dag twee keer onder de douche of niet? Welke dingen zijn er in het verleden gebeurd die zo veel nadruk hebben dat het eigenlijk niet zal lukken met zijn tweeën? Hebben wij tijd om in elkaar te investeren? Of zijn de contacten met mijn kinderen en kleinkinderen zo veelvuldig dat ik amper tijd heb met iemand anders iets nieuws te ontdekken? Vind ik dat in mijn leven alles bij het oude moet blijven en dat mijn partner zich moet aanpassen aan mij? Is er overeenstemming in onze behoefte als het gaat over seksualiteit en zo nee, wat doen wij daar dan mee?"
Wijn ontdekte dat samen spreken over het levenseinde vertrouwen schept.

Hoewel hun relatie zich in een sneltreinvaart voltrok, hebben Hans en Coosje uitvoerig nagedacht over hun gezamenlijke toekomst. „We houden veel van elkaar en willen bij elkaar wonen. We willen niet bij elkaar intrekken, omdat daar onze herinneringen liggen. Je kunt beter een nieuwe start maken. We hebben een lijstje gemaakt met voorwaarden en rondom Schiedam en Dongen een cirkel van 25 kilometer getrokken. Uit het aanbod kwam een unieke molenromp in Schiedam te voorschijn die al onze verwachtingen te boven ging."
In oktober betrekt het paar de molen. „Voor een latrelatie zijn we niet geschikt. Al dat heen en weer reizen geeft onrust. Voor het huwelijk achten we ons te oud. Maar het samenlevingscontract sluit naadloos aan bij onze behoeften om juridisch en economisch alles goed te regelen voor de kinderen en voor het geval een van ons komt te overlijden."

De kinderen? Hans: „Ik had ze van tevoren deelgenoot gemaakt. Het kwam niet onverwachts. Ik wil een goede band met haar kinderen opbouwen. Het is het streven naar alle verjaardagen te gaan. In september staat een familiedag gepland met alle zeven kinderen en vijftien kleinkinderen." Coosje: „Ik heb het open en eerlijk verteld. Mijn kinderen moesten best even slikken. Maar ze voegden er direct aan toe dat ze het geweldig vonden en dat ze mij te jong vonden om alleen te blijven. Ik ervaar het nieuwe geluk als een groot cadeau dat we op deze leeftijd in de schoot geworpen krijgen."

Onder de zegen van God

Ze zijn al weer zestien jaar getrouwd: Barend en Geesje, respectievelijk 75 en 66 jaar. Voor beiden was het een tweede huwelijk. Barend was bevriend met de man van Geesje, die op jonge leeftijd kwam te overlijden. Geesje bleef Barend en diens vrouw bezoeken. Nadat de vrouw van Barend was overleden, was het niet zo heel verwonderlijk dat het op enig moment wat moois opbloeide tussen Barend en Geesje. De vier kinderen van Barend waren de deur uit; Geesje had er vier van de vijf thuis. Ze reageerden allemaal met instemming op de huwelijksplannen. Barend: „Het was zelfs zo sterk dat mijn oudste dochter zei: Als je wilt hertrouwen, dan alleen met tante Geesje." Ze trouwden in de kerk „want het is heel belangrijk dat je met elkaar begint met de zegen van God." Het huwelijk was te meer bijzonder, omdat het werd ingezegend door de vader van Barends schoonzoon. Barend was gereformeerd, Geesje hervormd. Het is hervormd geworden en gebleven. „Je moet eensluidend zijn over de kerk." „Bij wijze van uitzondering is er in onze hervormde trouwdienst een gezang gezongen, zij het na de zegenbede. Het was het lievelingsgezang van mijn overleden vrouw."

Steeds meer ouderen wonen alleen

Onderzoekers van de Vrije Universiteit en van het Nederlands Interdisciplinair Demografisch Instituut werken sinds 1992 samen in een langlopend onderzoek onder 4500 mensen van 55 jaar en ouder. Een van de onderzoekers van het eerste uur, prof.dr. Jenny Gierveld, bespeurt tot dusver twee trends. 1) Veel zestigplussers worden samen ouder en ouder in hun eerste huwelijk, terwijl de levensverwachting van vrouwen en mannen steeds hoger wordt. 2) Mensen die op middelbare of latere leeftijd alleen komen te staan, blijven in principe veel langer alleen. Een deel van deze alleenwonende mensen kiest er bewust voor alleen te blijven. Anderen gaan na verloop van tijd op zoek naar een nieuwe partner. Ouderen die op vrijersvoeten gaan, merken al snel dat de situatie anders is dan vroeger. Door het vrouwenoverschot op oudere leeftijd vissen de mannen uit een grotere vijver. Van die onbalans is meer sprake naarmate ze ouder worden. Een belangrijke demografische ontwikkeling in Nederland is de stijging van het aantal eenpersoonshuishoudens. Die doet zich voor onder mensen van alle leeftijden, onder mannen en vrouwen. De sterke druk om te hertrouwen is eraf, stelt Gierveld. Maar wanneer zich een nieuwe partner aandient, zijn er ook meer opties dan in het verleden. Andere vormen van samenzijn dan alleen trouwen zijn dan bespreekbaar.
Uit het onderzoek komt naar voren dat van de nieuwe koppels in de leeftijdscategorie 55-plus een derde hertrouwt, een derde een latrelatie aangaat en een derde voor samenwonen kiest. In kerkelijke kring wordt vaker hertrouwd dan in seculiere milieus.
Het is bij alleenstaande oudere mannen vooral de eenzaamheid die hen ertoe drijft een nieuwe relatie te zoeken. In tegenstelling tot de oudere vrouw heeft de oudere man als regel een kleiner sociaal netwerk, met minder vrienden en kennissen dan vrouwen van ongeveer dezelfde leeftijd.

Nederlands Dagblad, ZoZ, 28 juli 2007