

Op verkenning door Eindhoven Eenzaamheid is van ons allemaal



Maatschappelijke verkenning PvdA Eindhoven
16-17 april 2015

Donderdag 16 en vrijdag 17 april 2015 zijn vrijwilligers van de PVDA in gesprek gegaan met zowel professionele organisaties als meer informele organisaties van vooral vrijwilligers. Er is gesproken met o.a.: Zorgsamenbuurten-Prinsejagt 3, De Boei (GGZe), Rode Kruis Eindhoven, Sensoor, Zuidzorg, Vrijwillige Hulpdienst, MEE Zuidoost Brabant, KBO, Boeday, Humanitas, SGE Akkers huisartsen, de Liefdesdokter, Zelfhulpnetwerk, Mantelzorgverlicht en st. Neos.

We danken alle vrijwilligers, de organisaties en de mensen van die organisaties waarmee gesproken is, voor hun inzet en bijdrage aan de verheldering van het thema.

Mei 2015

Inleiding

Eenzaamheid is een groot maatschappelijk probleem en treft veel Nederlanders direct in hun welzijn. Uit publicaties komt een beeld naar voren dat er een stijgend percentage is van matig eenzamen, sterk eenzamen en chronisch eenzamen. Naast de oorzaken van eenzaamheid die bij de persoon zelf liggen, zijn er ook maatschappelijke trends aan te geven die van invloed (kunnen) zijn op eenzaamheid. Eenzaamheid is dus niet alleen een individueel probleem, maar heeft ook alles te maken met de inrichting en cultuur van de samenleving en de manier van denken in de samenleving.



De definitie van Eenzaamheid

Eenzaamheid is een negatieve situatie, gekenmerkt door gemis en teleurstelling. Het is de uitkomst van een persoonlijke waardering van een situatie waarin iemand zijn bestaande relaties afweegt tegen zijn eigen wensen of verwachtingen ten aanzien van relaties. Gevoelens van eenzaamheid hebben vooral betrekking op gebreken in de kwaliteit van relaties. maar iemand kan zich ook eenzaam voelen doordat het aantal contacten lager is dan gewenst (Van Tilburg T, de Jong-Gierveld J., Zicht op eenzaamheid. Achtergronden, oorzaken en aanpak. Assen; Koninklijke van Gorcum, 2007). Eenzaamheid tast het welzijn of het psychisch of sociaal welbevinden van mensen aan en is daarmee op zichzelf een gezondheidsprobleem.

Een omschrijving van eenzaamheid is 'het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde sociale relaties. Het kan zijn dat het aantal contacten dat men heeft met andere mensen geringer is dan men wenst. Het kan ook zijn dat de kwaliteit van de gerealiseerde relaties achterblijft bij de wensen'

(De Jong- Gierveld en Van Tilburg, 2007).

Je kunt eenzaamheid indelen in twee categorieën

Sociaal eenzaam

We spreken van sociale eenzaamheid als je minder contact met andere mensen hebt dan je wenst.

Emotioneel eenzaam

Als iemand weliswaar veel mensen om zich heen heeft, maar zich eenzaam voelt door het ontbreken van een hechte, emotionele band met anderen, spreken we van emotionele eenzaamheid. De kwaliteit van je contacten is dan minder dan je wenst.



Is er sprake van beide gevoelens van eenzaamheid, dan is er sprake van ernstige eenzaamheid.

Eenzaamheid is van ons allemaal

Eenzaamheid is eigen aan het menselijk leven. Iedereen zal perioden van eenzaamheid doormaken. Eenzaamheid is een onvrijwillige situatie in het leven die korter of langer kan duren. Tijdelijke eenzaamheid ontstaat bijvoorbeeld na een levensgebeurtenis zoals verhuizing. Na verloop van tijd went de persoon die eenzaam is aan de nieuwe situatie en verdwijnt de eenzaamheid. Het overlijden van de partner is een ingrijpende levensgebeurtenis die vaak tot langdurige eenzaamheid leidt. Het duurt een aantal jaren voordat men deze gebeurtenis heeft verwerkt (Guiaux, 2010).

Er zijn geen specifieke groepen mensen te benoemen die lijden aan eenzaamheid. Daarom zou je kunnen stellen dat eenzaamheid iedereen kan overkomen.

Er zijn wel omstandigheden waardoor het vaker voorkomt.

Eenzaamheid als maatschappelijk probleem is bekend, echter problemen die ontstaan bij eenzaamheid treffen meer mensen dan de voor de hand liggende doelgroepen als zieken, ouderen, daklozen of weduwen. Werkloos, gescheiden, westers allochtoon of niet-westers allochtoon, het zijn allemaal factoren die meetellen.

Chronische eenzaamheid komt meestal door duurzame problemen zoals het onvermogen zich open te stellen voor anderen. Deze vorm van eenzaamheid gaat niet gemakkelijk vanzelf over.

(De Jong Gierveld & Tilburg, 2007)

De mate waarin mensen zich eenzaam voelen, is redelijk stabiel tot een leeftijd van zeventig. Daarna volgt een toename. Van de mensen die 90 jaar of ouder zijn, zegt bijna 65% zich eenzaam te voelen, waarvan 17 % zeer eenzaam. Eenzaamheid komt ongeveer evenveel voor onder mannen als onder vrouwen. Onder mannen komt sociale eenzaamheid iets meer voor; onder vrouwen emotionele eenzaamheid.

Er komen steeds meer initiatieven om eenzaamheid te bestrijden. Altijd vol goede wil, maar niet altijd duurzaam. Eenzaamheid is een maatschappelijk probleem, een probleem van ons allen als burgers. De overheid/de politiek kan dit probleem niet oplossen, hooguit randvoorwaardelijk bijdragen aan initiatieven van organisaties en inwoners om hun bijdragen te kunnen leveren aan het verzachten/oplossen van eenzaamheid van mede-inwoners.

Wat werkt nu echt in de strijd tegen eenzaamheid?

Er zijn verschillende typen van ondersteunende interacties, waarvan de meeste vormen in het Kompas (Van Sonderen, 1993) aan bod komen:

- **Emotionele ondersteuning** Emotionele ondersteuning ontvang je als anderen bijvoorbeeld genegenheid tonen, een luisterend oor bieden, je opvrolijken, een duwtje in de goede richting geven, aansporen tot volhouden, geruststellen of goede raad geven.
- **Waardering** Van sociale steun in de vorm van waardering is sprake als anderen je om raad vragen, complimenten geven, je in vertrouwen nemen, om hulp vragen, je advies opvolgen of je sterke punten naar voren halen.
- **Instrumentele ondersteuning** Instrumentele ondersteuning houdt in dat anderen je ergens heen brengen, iets aan je uitlenen, informatie geven over waar je iets kunt krijgen, hulp geven in bijzondere gevallen als ziekte, advies geven bij huishoudelijke problemen of praktische hulp bieden zoals boodschappen doen.
- **Gezelschap** Sociale steun in de vorm van gezelschap is bijvoorbeeld als iemand je vraagt ergens aan mee te doen, zomaar opbelt of je aanspreekt voor een praatje, op bezoek komt, met je op stap gaat of je uitnodigt voor een feestje of etentje.
- **Informatieve ondersteuning** Als anderen laten merken wat zij van je verwachten, opbouwende kritiek geven, je laten begrijpen waarom je iets niet goed deed of andere informatie over je gedrag geven, dan is dit sociale steun in de vorm van informatieve ondersteuning.

Eenzaamheid van het individu niet opgelost worden alleen door interacties en interventies van anderen. Van de ander kan het individu handreikingen krijgen en daardoor vaardigheden ontwikkelen, om zelf zijn of haar eenzaamheidsgevoelens te doen verminderen.



Eenzaamheid in Eindhoven, GGD-onderzoek

Volgens cijfers van de GGD, Brabant-Zuidoost, is 43% van de 19- tot en met 64-jarigen en 50% van de 65-plussers in Eindhoven eenzaam. Zowel bij de volwassenen als bij de ouderen komt ernstige of zeer ernstige eenzaamheid voor bij gemiddeld 12%. Bij volwassenen is dit toegenomen, terwijl het percentage (zeer) ernstig eenzamen sinds 2005 stabiel was (10%).

Als de verschillende leeftijdscategorieën nader bekeken worden, blijkt dat **ernstige eenzaamheid met name onder 85-plussers erg hoog is met 18%. Daarnaast kampt ook al 13% van de 40- tot en met 54-jarigen met ernstige eenzaamheid.** Hieruit blijkt dat eenzaamheid niet een probleem is dat uitsluitend voorkomt bij ouderen, zoals vaak gedacht.

Verder blijkt dat **sociale eenzaamheid vaker voorkomt dan emotionele eenzaamheid, zowel bij ouderen als volwassenen. In Eindhoven is in 2012 50% van de ouderen sociaal eenzaam, ruim één op de drie is emotioneel eenzaam (34%).** Leek er in 2009 sprake van een daling ten opzichte van 2006, in 2012 lijken relatief steeds meer ouderen ten opzichte van 2009 emotioneel eenzaam te zijn (34% versus 32%).

Sociale uitsluiting is een breed begrip dat verwijst naar het onvermogen van bepaalde groepen of individuen om als gevolg van individuele en maatschappelijke factoren volledig deel te nemen aan het maatschappelijk leven. Sociale uitsluiting en eenzaamheid zijn twee verschillende begrippen. Wel is er een sterke samenhang aanwezig. Iemand die sociaal uitgesloten is loopt namelijk meer kans eenzaam te worden. In Eindhoven is 94% van degenen die (matig tot sterk) sociaal uitgesloten zijn, eenzaam en 56% is erg eenzaam.

Binnen de regio Zuidoost-Brabant komt eenzaamheid het vaakst voor in de gemeenten Eindhoven, Geldrop-Mierlo en Helmond. Dit geldt voor zowel de volwassenen als de ouderen. Voor de 19- tot en met 64-jarigen loopt het percentage eenzamen uiteen van 30% in Heeze-Leende tot 43% in Eindhoven. Bij de 65-plussers varieert het van 33% in Eersel tot 50% in Eindhoven. In de meeste gemeenten is er aandacht voor voorkomen en verminderen van eenzaamheid.

Meerdere maatschappelijke organisaties houden zich vaak op verschillende manieren, direct en indirect, er mee bezig zoals woningcorporaties, welzijnsinstellingen, vrijwilligersorganisaties en sportclubs. Zij kunnen via goede samenwerking mensen die vereenzamen ondersteuning bieden. **Meestal ontbreekt echter een structureel, systematisch en samenhangend beleid waarin deze activiteiten zijn ingebed.** Dat leidt er bijvoorbeeld toe dat er soms alleen aandacht is voor eenzaamheid onder ouderen.

Eenzaamheidsbestrijding maakt in gemeenten vaak binnen het kader van de Wmo deel uit van aanpalend beleid, bijvoorbeeld van ouderen- en welzijnsbeleid. Wel pakken maatschappelijke en welzijnsorganisaties eenzaamheid steeds vaker als specifiek probleem gemeenschappelijk aan. En benoemen een aantal gemeenten eenzaamheidsbestrijding tot speerpunt in hun zorg- en welzijnsbeleid.

In de Wmo 2015 is anonieme hulp op afstand opgenomen als gemeentelijke taak, een belangrijke dienst voor mensen die zich eenzaam voelen of in sociaal isolement leven. Vijf Wmo-werkplaatsen ontwikkelen samen met Coalitie Erbij op basis van praktijkonderzoek een handboek voor professionals over omgaan met eenzaamheidsproblematiek.

Maatschappelijke verkenning PvdA

Kernvragen

Hoe is in Eindhoven de aanpak van de eenzaamheidsproblematiek?

Zijn de initiatieven een tijdelijke 'boost' met een zwart gat achteraf of zorgt het er daadwerkelijk voor dat mensen duurzaam uit hun sociaal isolement komen en zelf mee gaan doen? Vinden ze een weg in de emotionele pijn die ze voelen van het eenzaam zijn?

Hoe kunnen deze mensen het leven dat ze hebben anders gaan waarderen zodat ze anders en hopelijk minder eenzaam in het leven staan?

Wat is het beleid van de gemeente? Hoe vindt ondersteuning plaats voor de initiatieven?

Eenzaamheid is een te ernstig probleem om er niet serieus mee om te gaan. Een goede reden voor de PvdA Eindhoven om in gesprek te gaan met verschillende maatschappelijke organisaties in onze stad. Met als doel: zicht te krijgen op de problematiek en suggesties voor verbetering op te halen.

Donderdag 16 en vrijdag 17 april 2015 zijn vrijwilligers van de PvdA in gesprek gegaan over dit thema met zowel professionele organisaties als meer informele organisaties van vooral vrijwilligers. We hebben gesproken met o.a.: Zorgsamenbuurten-Prinsejagt 3, De Boei (GGZe), Rode Kruis Eindhoven, Sensoor, Zuidzorg, Vrijwillige Hulpdienst, MEE Zuidoost Brabant, KBO, Boeday, Humanitas, SGE Akkers huisartsen, de Liefdesdokter, Zelfhulpnetwerk, Mantelzorgverlicht en st. Neos.

We danken alle vrijwilligers, de organisaties en de mensen van die organisaties waarmee gesproken is, voor hun inzet en bijdrage aan de verheldering van het thema. We hopen dat we met deze rapportage recht doen aan hun inzichten en vooral dat de geformuleerde voorstellen voor alle betrokkenen een ondersteuning zijn bij een meer duurzame aanpak van eenzaamheidsproblemen.

Bevindingen uit de gesprekken

In de gesprekken met de organisaties zijn heel veel zaken aan de orde gekomen. Hier worden de meest opvallende en relevante zaken weergegeven die in relatie tot het thema 'eenzaamheid' aan bod zijn geweest. Door velen werd gedeeld dat eenzaamheid ook deels bij het leven hoort. Daarmee als probleem niet op te lossen is, maar wel te verzachten voor de ander die eenzaamheid ervaart.

Er gebeurt al veel goeds!

Er wordt door veel professionals en heel veel vrijwilligers met grote betrokkenheid en passie veel zorg verleend, veel energie gestoken in het helpen en begeleiden van mensen die ondersteuning nodig hebben.

Er zijn nogal wat initiatieven en projecten (zoals bij voorbeeld Zorgsamenbuurt project Prinsejagt 3), die het goed doen wat betreft welbevinden; inschakelen van professionele hulp wordt daardoor uitgesteld/vermeden.

Doelgroepen

Eenzaamheid is steeds meer aanwezig bij alle leeftijdsgroepen en niet, zoals vaak als vanzelfsprekend wordt aangenomen, beperkt tot vooral ouderen.

Er wordt steeds meer eenzaamheid waargenomen bij jongeren 18-23 en de groep 35-55. Ook veel mantelzorgers, vooral jeugdigen, hebben door hun intensieve werk te maken met sociale en emotionele eenzaamheid.

Eenzaamheid is een 'totaalpakket'; dat wil zeggen dat er vaak ook andere (bijv. financiële, psychiatrische, somatische) problemen zijn. Zo vinden we in toenemende mate eenzaamheid van mensen met psychische problematiek.

Zo is er veel sociaal isolement bij bijv. vrouwen van Turkse komaf. Voor velen van hen waren de kinderen het sociale netwerk; als die het huis uitgaan, gaan studeren, komen ze in sociaal isolement.

Veel eenzaamheid onder jongeren en mensen met lichtverstandelijke beperking; aan de buitenkant niet zo zichtbaar, maar zij hebben veel moeite met de snelheid en complexiteit van de samenleving. De samenleving wordt voor mensen met een beperking steeds ingewikkelder. Als we niet alert blijven en onze handen aftrekken van deze groep ontstaat een grote onderlaag die niet mee kan komen en afhaakt, en uit het zicht van de samenleving verdwijnt.

Aanpak van eenzaamheidsproblemen dient afgestemd te worden op de kenmerken van diverse doelgroepen.

Globaal genomen zien we een volgende onderscheid:

- problemen die kunnen worden opgelost door praktijken die erop gericht zijn de participatie van mensen te vergroten
- problemen die vragen om een specifiek op het individu afgestemde aanpak

Oorzaken / trends

Als oorzaken van toenemende eenzaamheid worden o.a. gehoord:

- Complexiteit en snelheid van de samenleving, velen haken af.
- Bureaucratisering, digitalisering van de samenleving, steeds minder mensenloketten.
- Individualisering in onze maatschappij.
- Alleen wonen, steeds meer eenpersoonshuishoudens in Eindhoven; 20% van de volwassenen en 39% van de ouderen wonen alleen.
- Sociaal isolement (oudere) niet-westerse allochtonen.

Bovengenoemde trends/oorzaken leveren voor specifieke doelgroepen bijzondere problemen op.

Knelpunten

De vrijwilligersorganisaties hebben door toenemende vraag vanuit de samenleving om ondersteuning steeds meer behoefte aan vrijwilligers. Er is/dreigt een tekort aan vrijwilligers, zowel in kwantitatief als kwalitatief opzicht. Er is vraag naar meer ondersteuning bij de werving van vrijwilligers en naar middelen om vrijwilligers te scholen. Ook hebben zij meer behoefte aan betaalbare ruimten voor hun activiteiten.

Informele zorg neemt veel taken over van professionals; er wordt door de vrijwilligers zorg geuit om de korting op de budgetten voor professionele hulpverleners.

Nogal wat vrijwilligersorganisaties hebben onvrede over de samenwerking met WijEindhoven. Zij voelen zich overvraagd door WijEindhoven. Omdat WijEindhoven zelf een wachtlijst heeft of niet de expertise in huis heeft, worden veel mensen doorverwezen naar vrijwilligersorganisaties. Dat levert een "over de schutting"-gevoel op.

Ook voelen vrijwilligersorganisaties zich vaak te weinig serieus genomen bij het vragen om of aanleveren van informatie over hulpvragenden. De wens leeft bij de vrijwilligersorganisaties dat zij meer betrokken willen worden bij de aanpak van WijEindhoven.

Hulpvragers hebben behoefte aan een luisterend oor. Het efficiencydenken, de vermarkting maakt dat functionarissen daar vaak geen of te weinig tijd voor hebben.

Er wordt geconstateerd dat bij professionals de doelgroepen onvoldoende in beeld zijn en onvoldoende oog is voor de eenzaamheidsproblematiek die vaak samenhangt met andere problematieken. Niet alleen een constatering van de vrijwilligersorganisaties, maar ook door medewerkers van professionele organisaties.

Een aanpak die gericht is op zelfstandigheid en participatie van mensen kan voor sommige doelgroepen juist meer eenzaamheid veroorzaken en problematisch uitpakken.

Aanbevelingen

Aan alle inwoners van Eindhoven

Eenzaamheid is iets van ons allen, zowel het probleem als de oplossing/verlichting er van. Luisteren naar elkaar, aandacht hebben voor elkaar is iets dat zich niet laat organiseren, maar een appèl aan alle Eindhovenaren in relatie tot hun mede-inwoners.

Voor een afgewogen aanpak van eenzaamheid is het van belang dat binnen gemeenten een heldere analyse en een plan van aanpak bestaat op de te bestrijden problematiek. Zodat lokale organisaties beter met elkaar kunnen samenwerken en hun aanbod op elkaar kunnen afstemmen.

Aan de gemeente Eindhoven

1. Formele zorg en informele zorg meer en beter verbinden, waarbij er meer en beter gebruik gemaakt wordt van elkaars expertise en er gezorgd wordt voor een goede overdracht van informatie. Professionele hulpverleners moeten meer oog krijgen voor vrijwilligers(projecten).
2. Zorg dat voor inwoners de gemeente bereikbaar blijft of bereikbaarder wordt; digitalisering geeft buitensluiting van veel inwoners. Dat betekent ook dat er aandacht voor en verbetering van de leesbaarheid van informatie voor inwoners noodzakelijk blijft.
3. Gemeente moet actief werving van vrijwilligers ondersteunen; er is/dreigt tekort aan vrijwilligers. Nu al is het zeer moeilijk om goede vrijwilligers te vinden; ondersteuning is nodig. Het scholingsaanbod dient zowel in kwalitatieve als in kwantitatieve zin uitgebreid te worden.
4. Zorg voor/faciliteer laagdrempelige betaalbare ruimtes voor ontmoeting, zelfhulpgroepen, kleinschalige initiatieven, e.d., door middel van eenvoudig beschikbare subsidie of andere vormen van ondersteuning in natura. Geef ook in figuurlijke zin ruimte aan initiatieven van onderop en voorkom (verdere) bureaucratisering van het vrijwilligerswerk.
5. Blijf (kleinschalige) initiatieven in wijken stimuleren. Buurt- en netwerkgericht werken bij aanpak eenzaamheid. Verhogen van sociale cohesie, burgerparticipatie, vitaliteit in de wijken.
6. Er zijn steeds meer inwoners die denken aan andere woonvormen, meer sociaal samenwonen, collectieve woonvormen. Die andere woonvormen dienen ook mogelijk gemaakt te worden; belemmeringen in regelgeving dienen opgelost te worden, een zaak die van gemeentewege proactief opgepakt dient te worden. Ook zijn er meer betaalbare eenpersoonswoningen nodig. Kortom: een gedegen onderzoek is nodig naar discrepanties tussen de aanwezige woningvoorraad in Eindhoven en de (veranderende) woningbehoefte van de Eindhovenaren.

Deelnemende organisaties

De Boei (GGZe) www.ggze.nl/de-boei

Rode Kruis Eindhoven <http://www.rodekruis.nl/afdeling/eindhoven>

Mee <http://www.meezuidoostbrabant.nl/>

Sensor www.sensor.nl

Zuidzorg www.zuidzorg.nl

Vrijwillige Hulpdienst www.vhd-eindhoven.nl

KBO www.kbo-brabant.nl

Boeday www.boeday.nl

Humanitas www.humanitaseindhoven.nl

SGE Akkers huisartsen www.sge.nl

Zelfhulpnetwerk www.zelfhulpnetwerk.nl

Mantelzorgverlicht www.mantelzorgverlicht.nl

st. Neos www.neos.nl

de Liefdesdokter <http://deliefdesdokter.nl/>

Zorgsamenbuurten <http://kilimanjarowonen.nl/site/html/expositie.php?exposant=25>

Literatuur

Guiaux M. Social adjustment to widowhood: changes in personal relationships and loneliness before and after partner loss (PhD Dissertation). Amsterdam: Vrije Universiteit, 2010.

Jong Gierveld J de, Tilburg T van. Zicht op eenzaamheid: achtergronden, oorzaken en aanpak. Assen: Van Gorcum, 2007.

Sonderen E van. Het meten van sociale steun met de Sociale Steun Lijst - Interacties (SSL-I) en Sociale Steun Lijst - Discrepanties (SSL-D): Een handleiding. Groningen: Noordelijk Centrum voor Gezondheidsvraagstukken, 1993.

Geraadpleegde bronnen

Nationaal Kompas <http://www.nationaalkompas.nl/gezondheid-en-ziekte/functioneren-en-kwaliteit-van-leven/eenzaamheid/>

Coalitie Kom erbij <http://www.eenzaam.nl/>



PARTIJ VAN DE ARBEID

Fractie PvdA Eindhoven
Bezoekadres
Stadhuisplein 1
5611 EM Eindhoven
email: fractie@pvda-eindhoven.nl

[aanmelden nieuwsbrief secretaris@pvda-eindhoven.nl](mailto:aanmelden_nieuwsbrief@pvda-eindhoven.nl)
facebook.com/pvdaeindhoven
twitter.com/pvdaeindhoven

www.pvda-eindhoven.nl

