

Eenzaamheid

Inzichten en
aandachtpunten

Raadscommissie ZWCS
Rotterdam
25 januari 2023

Prof. dr. Anja Machielse

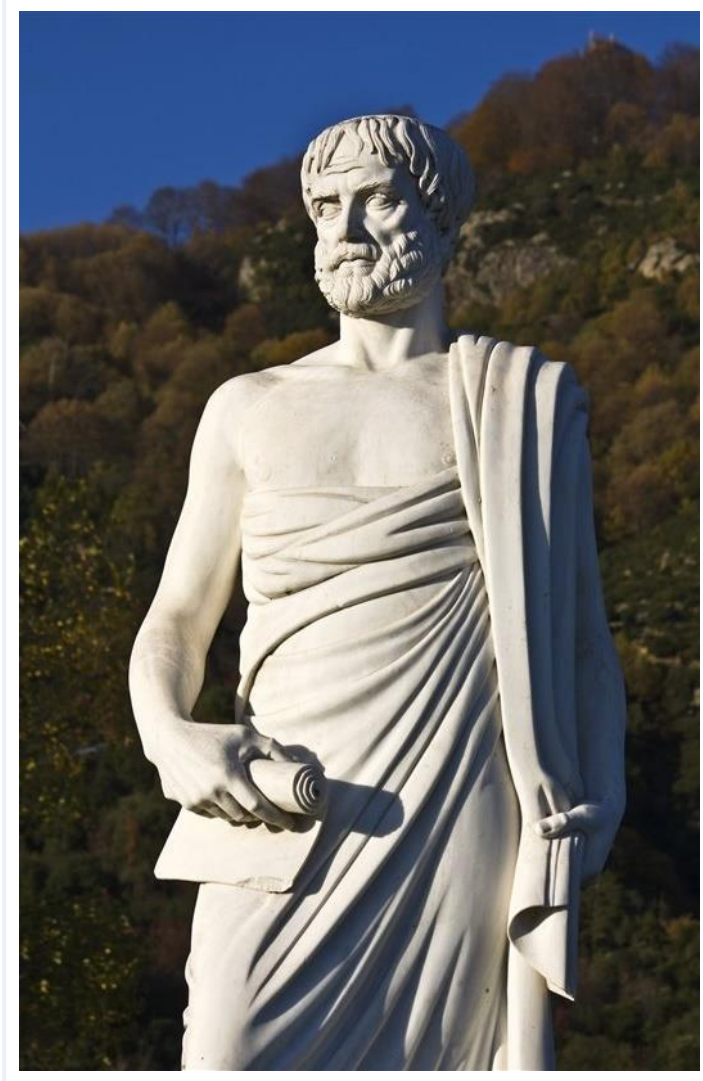
Onderwerpen



- Sociale behoeften
- Wat is eenzaamheid
- Interventies en aanpak
- Aandachtspunten

Het belang van sociale relaties





De mens is een sociaal
wezen dat alleen in een
gemeenschap zijn
volmaaktheid kan
vinden.

—Aristoteles

Abraham Maslov



Identiteit



Wij 'zijn' in de blik van de ander

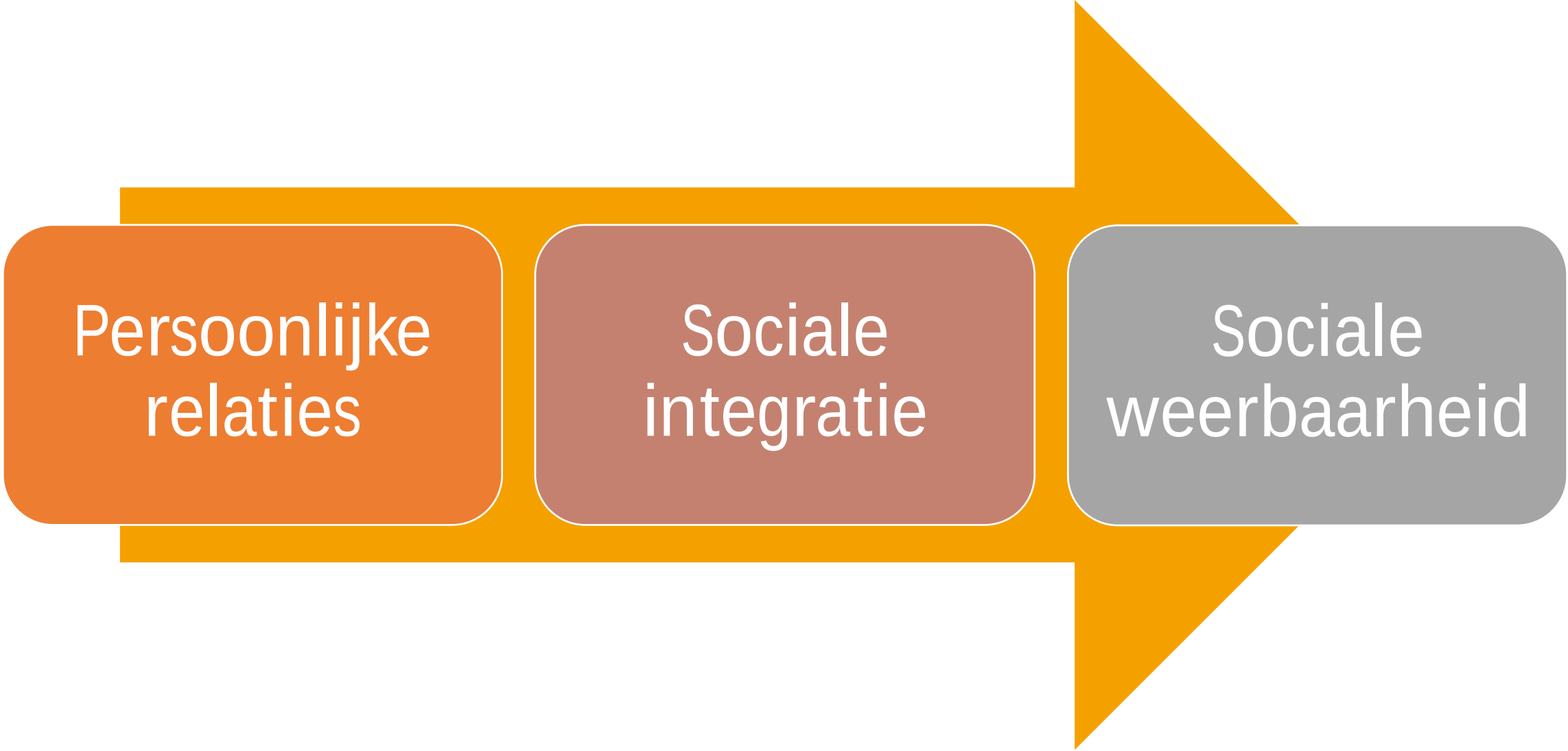


Sociale integratie



Sociale steun





Persoonlijke
relaties

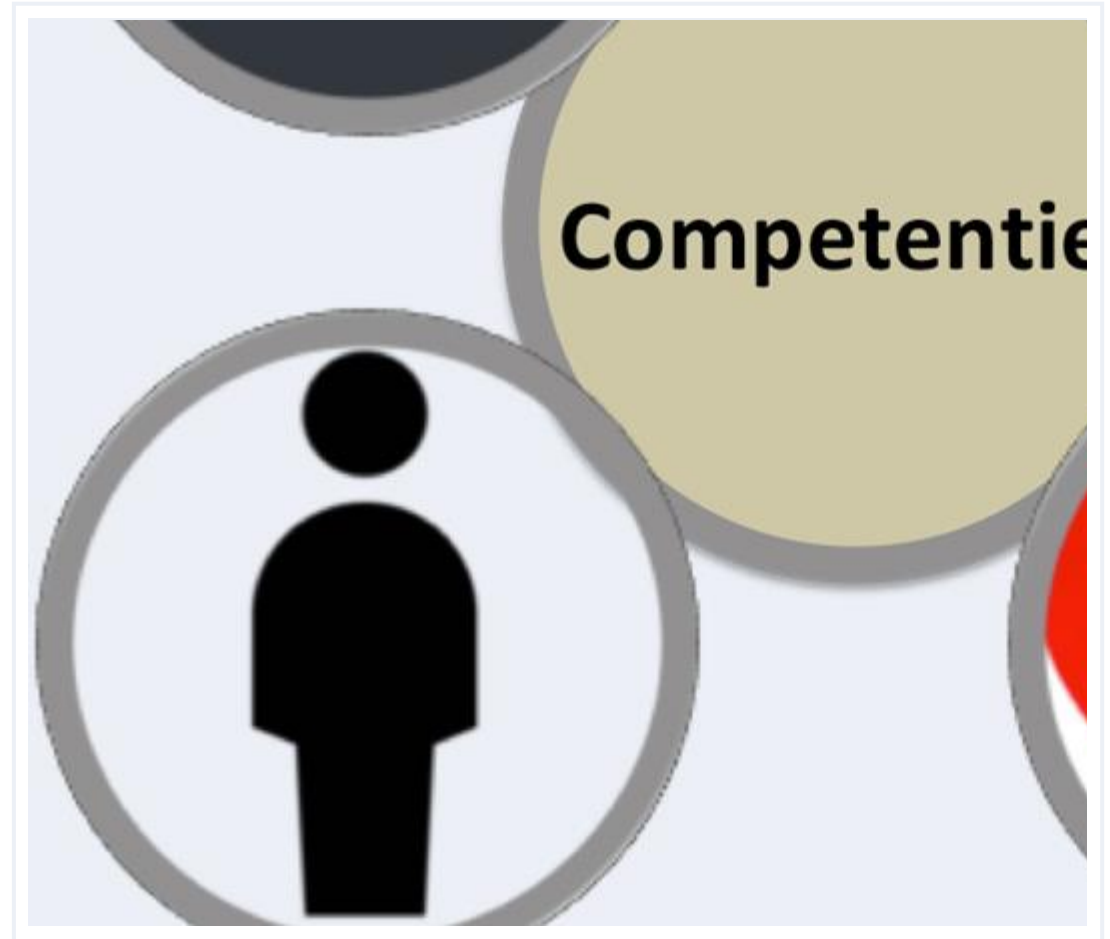
Sociale
integratie

Sociale
weerbaarheid

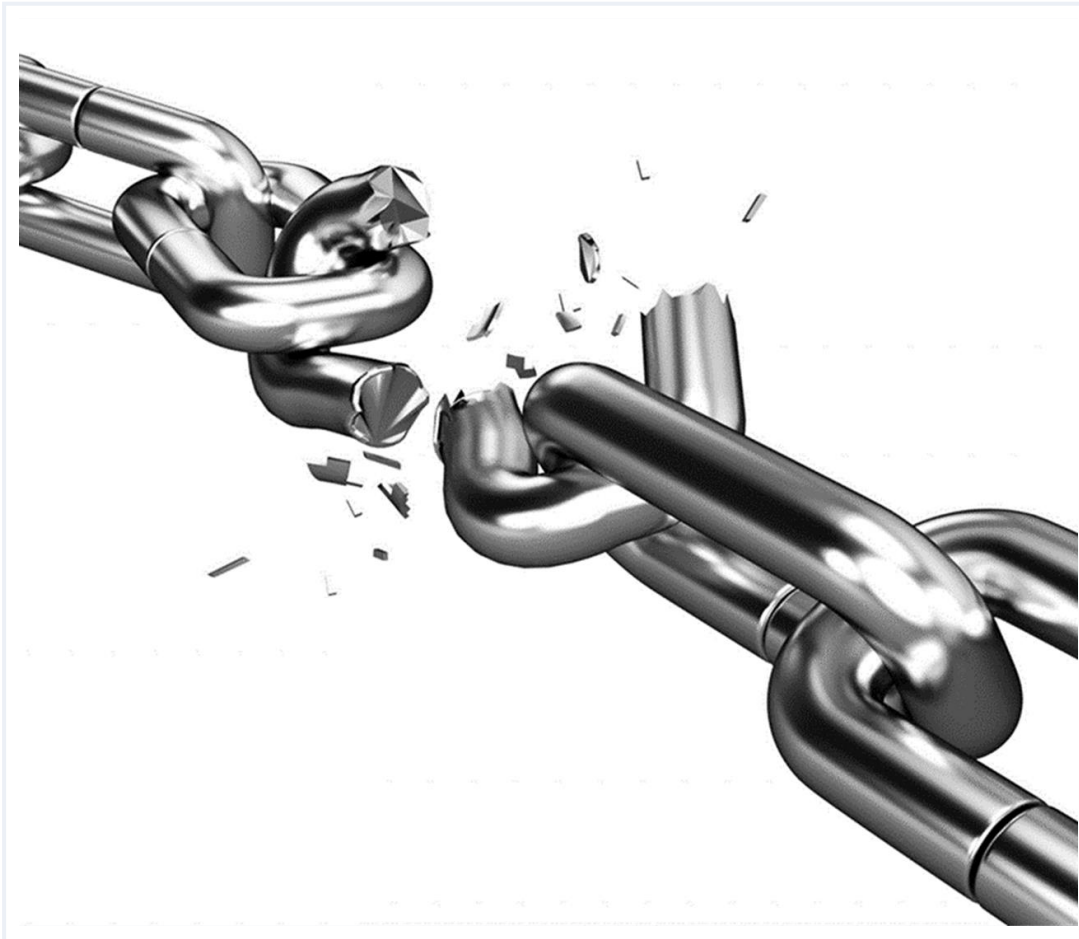
De moderne sociale omgeving



Individualising



Eenzaamheid





Eenzaamheid



- Sociaal
- Emotioneel
- Existentieel
- Sociaal isolement

Sociale eenzaamheid



Ik heb wel een relatie, maar wat ik mis,
is een breder netwerk, met vrienden
waar ik mee uit kan gaan, of andere
dingen mee kan ondernemen.

Emotionele eenzaamheid



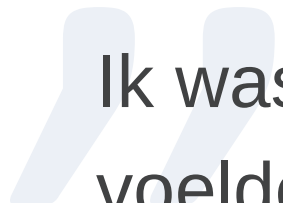
Ik heb nooit kunnen denken dat ik, na zo'n gelukkig leven, zo verdrietig zou zijn. Ik heb nooit gedacht dat mensen zo ongelukkig kunnen zijn als ik de laatste jaren.

Existentiële eenzaamheid



Ik heb het gevoel dat anderen niet begrijpen hoe ik in elkaar zit. En daarom heb ik de neiging om me aan te passen. Ik hoop dat ze me dan wel aardig vinden.

Sociaal isolement



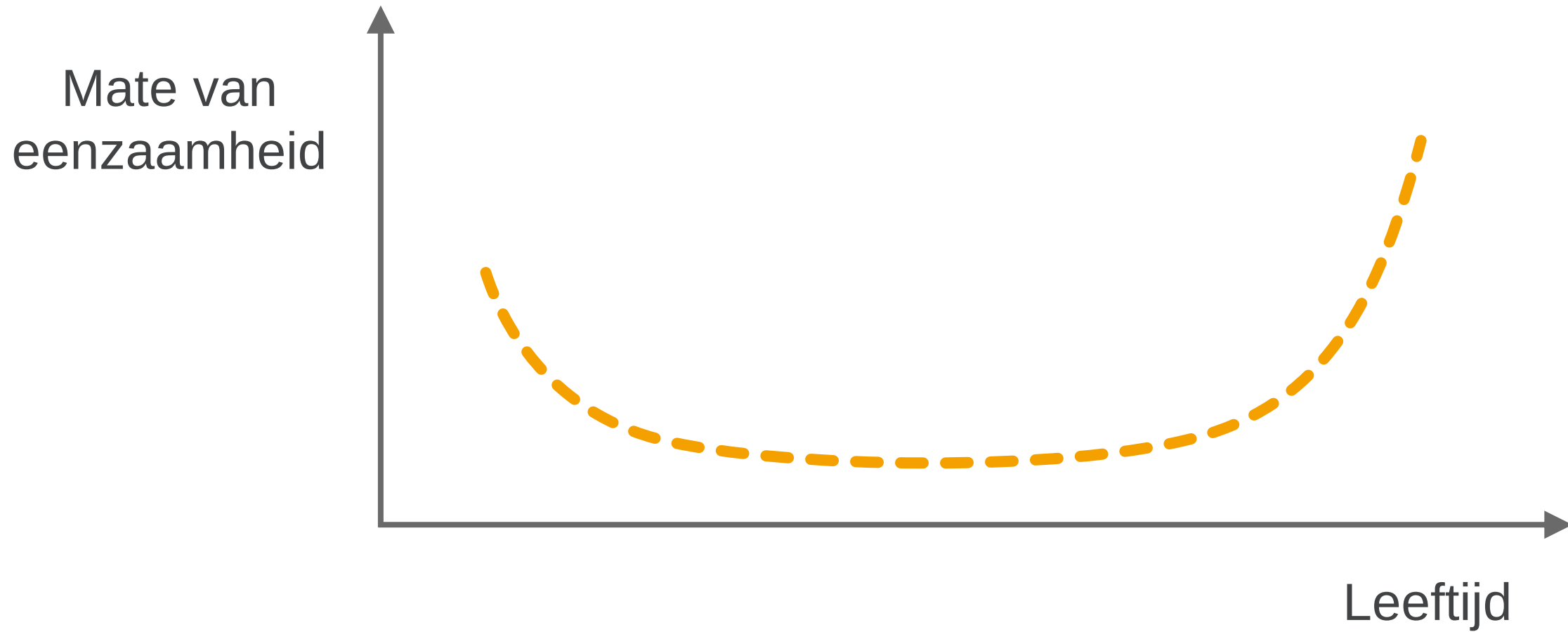
Ik was van jongs af aan een geïsoleerd mannetje. Ik voelde me verschrikkelijk aan mezelf overgelaten. En dat is altijd zo gebleven. Ik voelde me gewoon niet opgewassen tegen alles. Daar berustte ik in. Dat was nou eenmaal zo. Ik zag geen mogelijkheden om daar verandering in te brengen.

Eenzaam ≠ alleen zijn



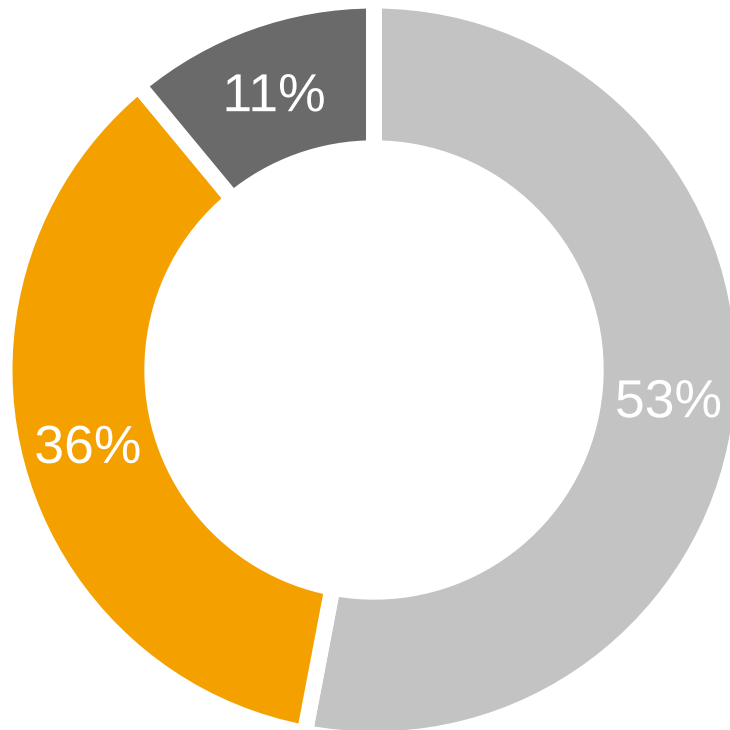
**EENZAAMHEID
IS
ECHT IETS
VOOR
OUDEREN

TOCH?**

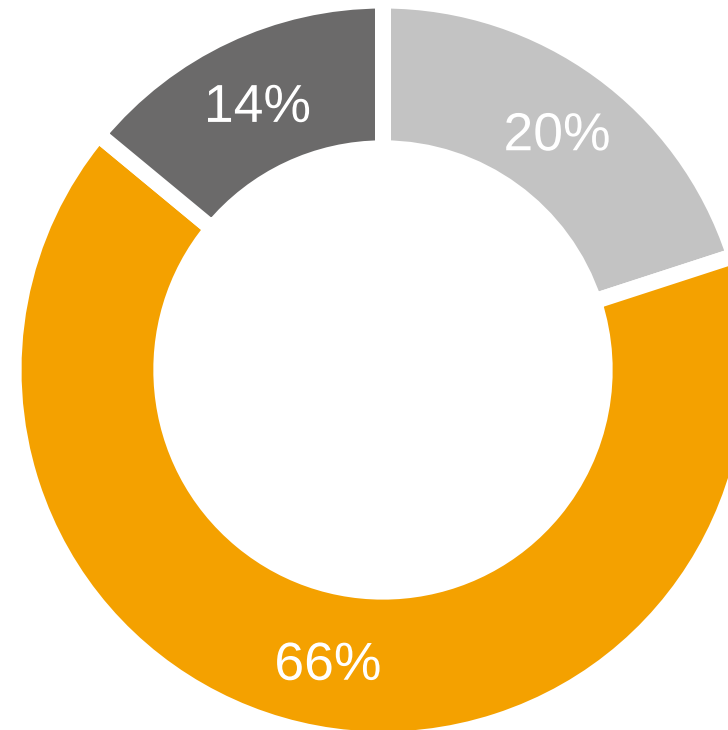


Bron: Yang & Victor (2011) / 16 tot 105-jarigen

> 18 jaar



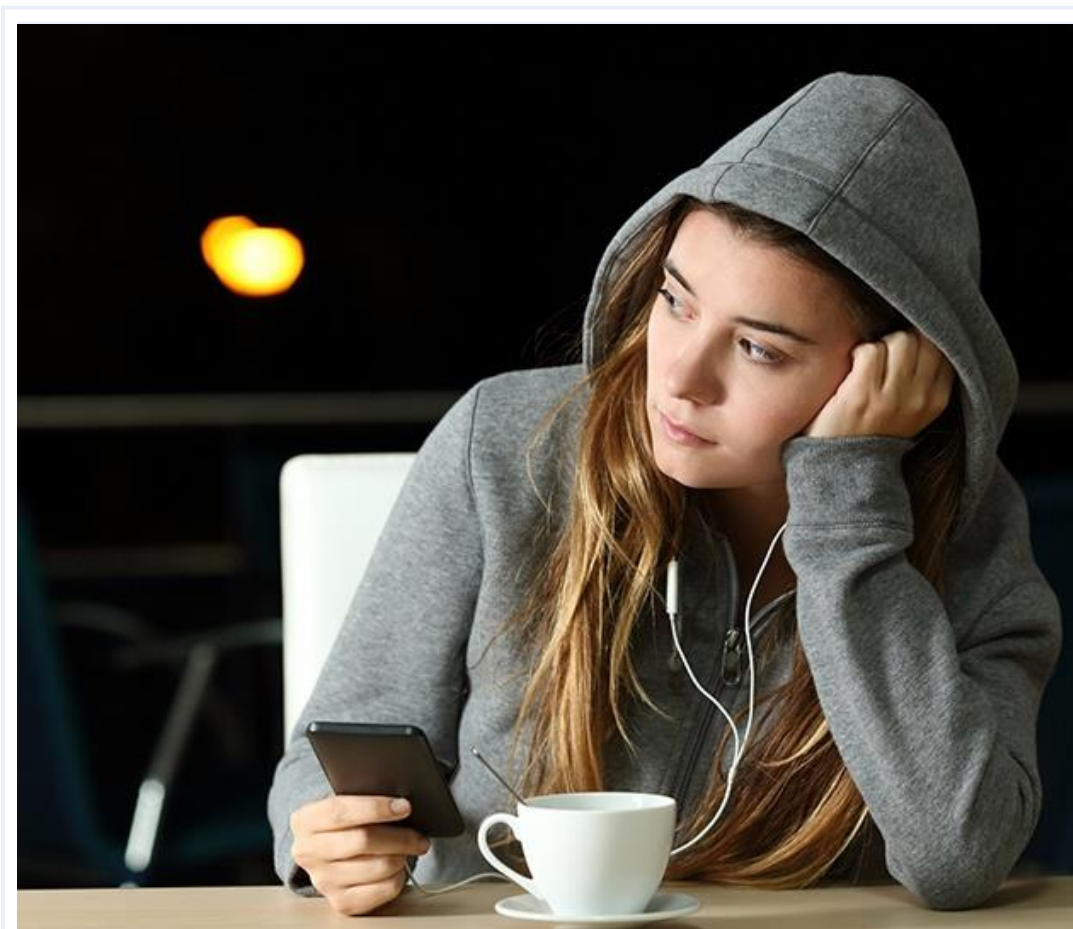
> 85 jaar



■ Niet eenzaam ■ Matig eenzaam ■ Ernstig eenzaam

Bron: Gezondheidsmonitor volwassenen en ouderen (GGD, CBS, RIVM, 2020)

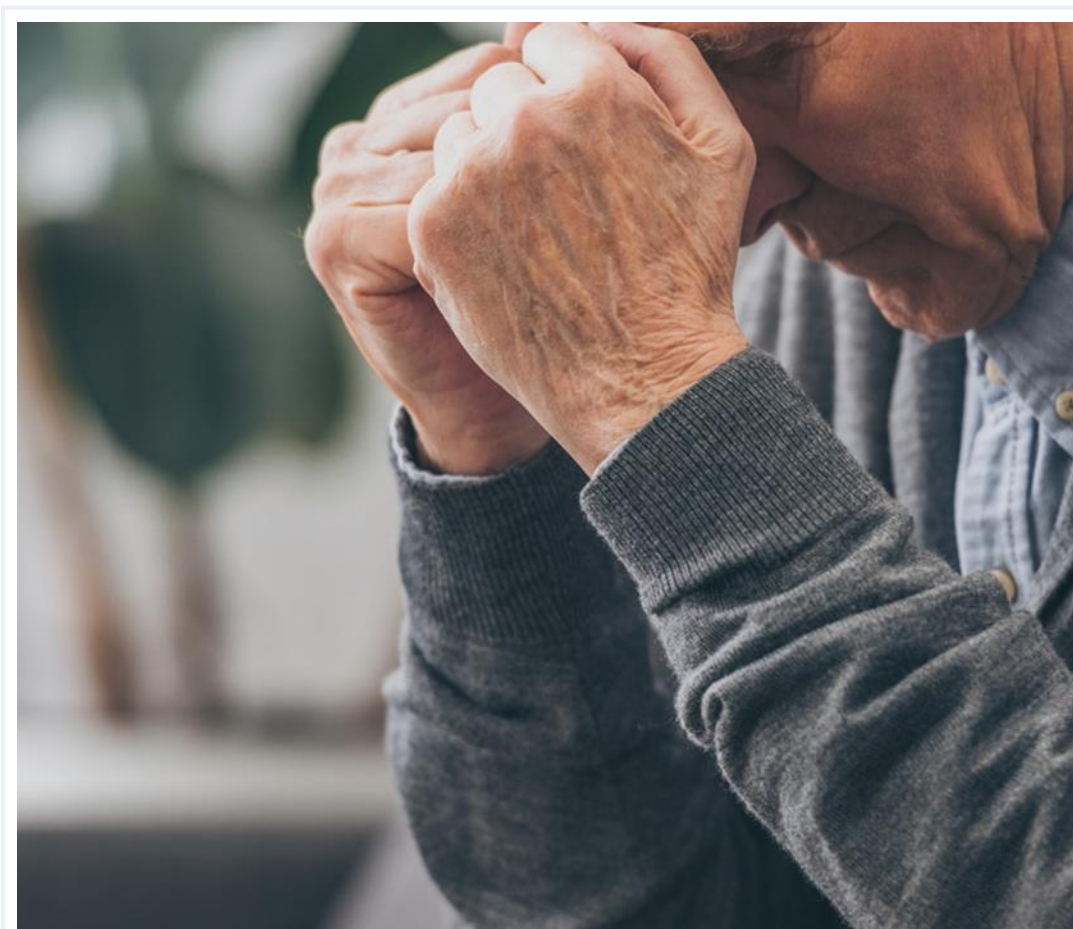
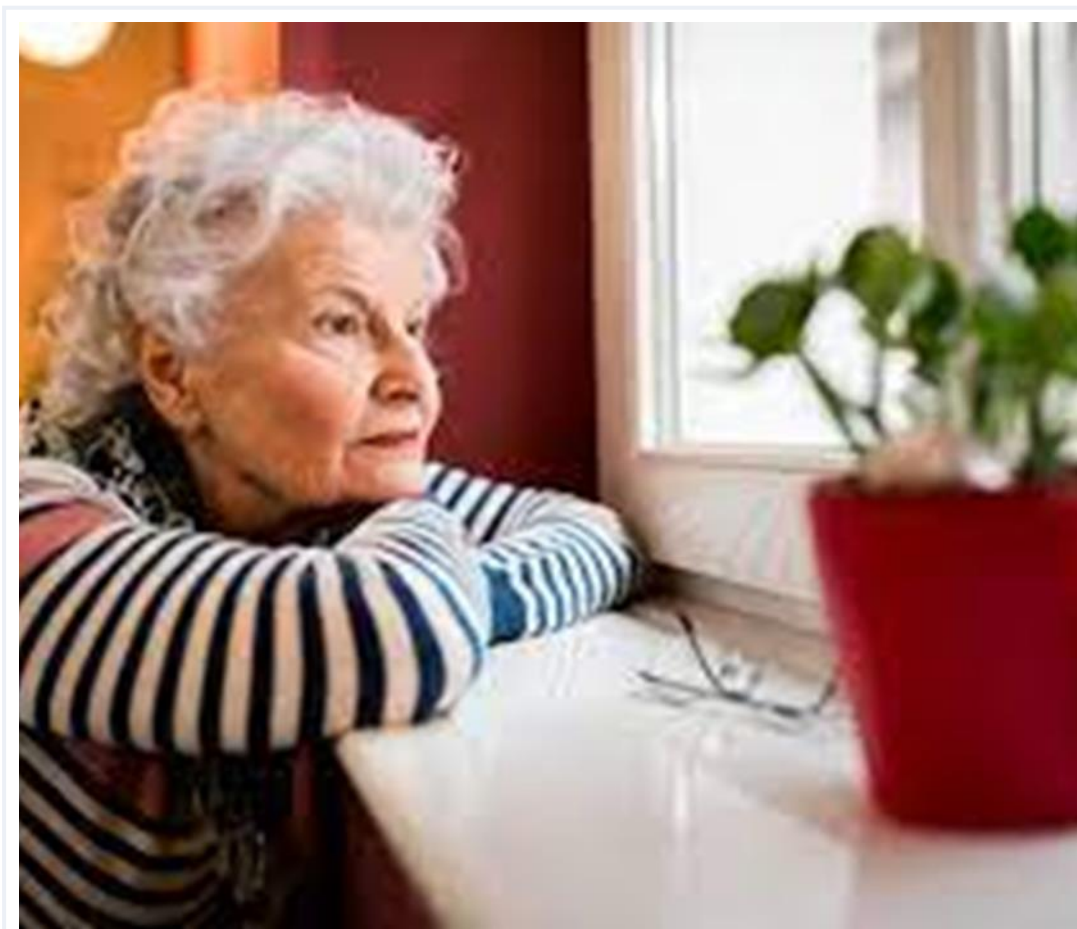
Eenzaamheid bij jongeren



Opbouwen van identiteitskapitaal



Eenzaamheid bij ouderen



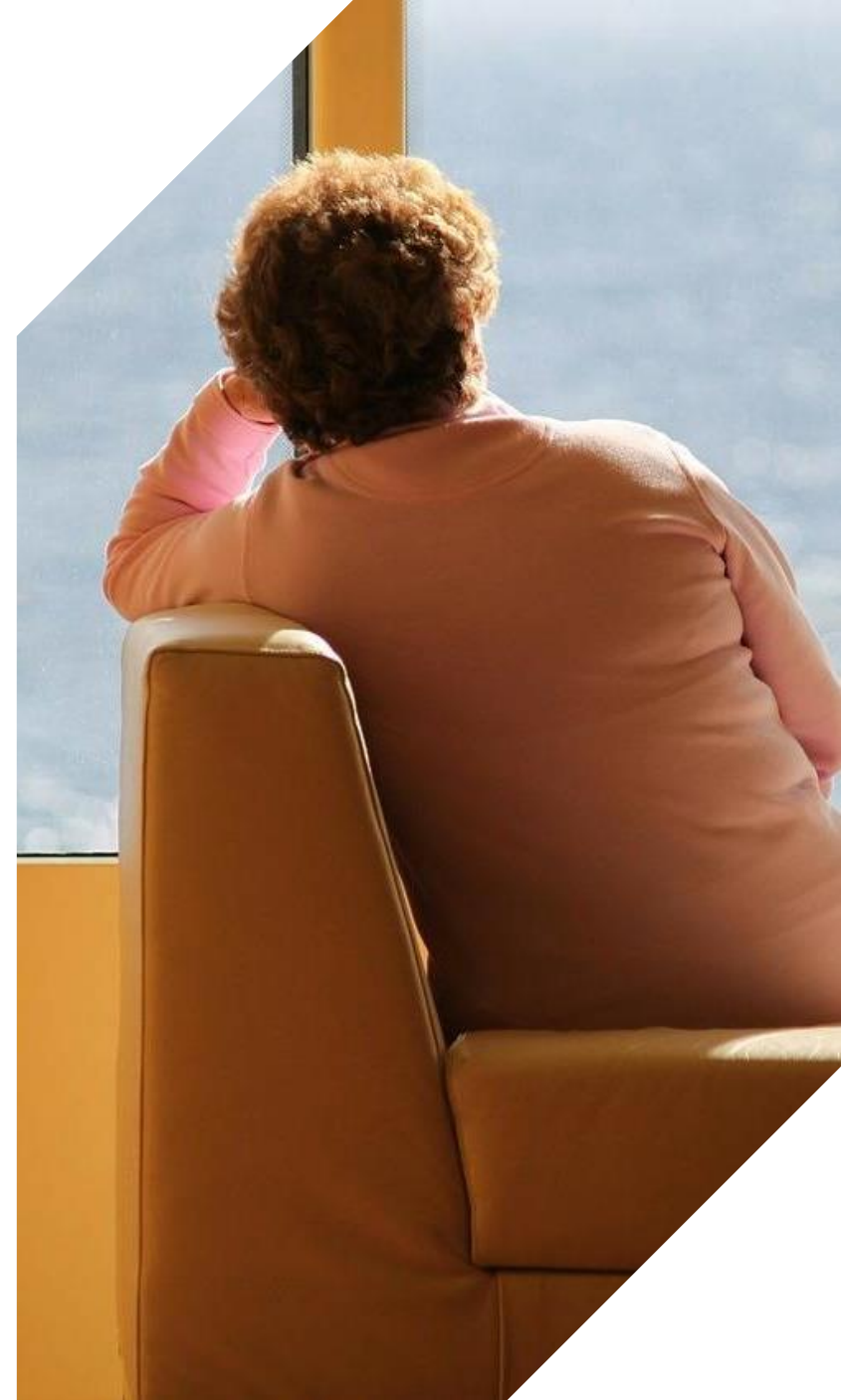
Verlieservaringen

- Relaties
- Gezondheid
- Zelfstandigheid
- Sociale rol
- Selectiever in sociale behoeften

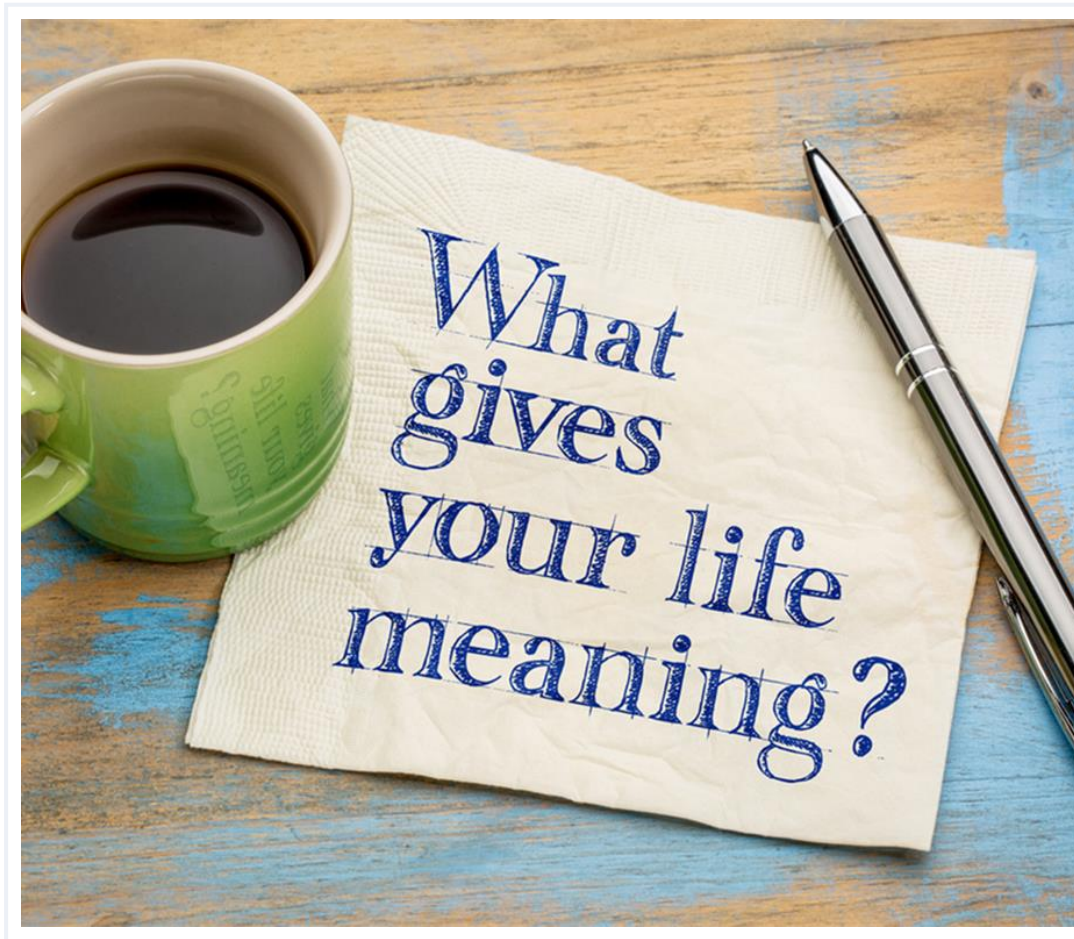


Levensvragen

- Kwetsbaarheid
- Afhankelijkheid
- Overbodigheid
- Eindigheid



Eenzaamheid en zingeving



Eenzaamheid is complex en onzichtbaar



- Verschillende typen
- Verschillende doelgroepen
- Verschillende behoeften

Hulp en steun



- Ontmoeting en activering
- Vergroten zelfredzaamheid
- Ondersteuning bij levensvragen en zingeving

Actieprogramma VWS

 Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

Actieprogramma

Eén tegen eenzaamheid



 Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

Handreiking

Samenspel lokale coalities tegen eenzaamheid



 **Programma**
Eén tegen eenzaamheid 

Voortgang december 2021

 **Doel: minder eenzaamheid onder ouderen**

- Signaleren en bespreekbaar maken
- Doorbreken en duurzaam aanpakken

Campagne

"Een klein gebaar kan het verschil maken" is de boodschap op social media, radio, online video, in dagbladen en tijdschriften en op straat. Doel is eenzaamheid bespreekbaar maken en mensen stimuleren in actie te komen.

Week tegen Eenzaamheid van 30 september t/m 7 oktober. Met een live openingsavond voor de Nationale Coalitie tegen Eenzaamheid en gemeenten en een online slotavond voor het veld.

Lokaal

263 gemeenten geven lokaal een extra impuls aanpak eenzaamheid. Dit doen ze samen met ouderen zelf.

Dit is een stijging met **24%** t.o.v. 2020.

In deze 263 gemeenten wonen 1.137.947 75-plussers. Dit is 75% van alle 75-plussers in Nederland.

WVS ondersteunt gemeenten met een toolkit:

- Signaalfunctie tegen Eenzaamheid
- Risicogebieden per wijk in kaart
- Handreiking Huisbezoeken 75+
- Handreiking Ondernemers
- Veelbelovende aanpakken delen
- En 20 adviseurs en een ambassadeur

Nationaal

166 landelijke partijen zetten zich in voor het verminderen van eenzaamheid onder ouderen in de Nationale Coalitie tegen Eenzaamheid.

Dit is een stijging met **21%** t.o.v. 2020.

Verdeeld over de branches:

- Cultuur
- Zorg en welzijn
- Sport
- Bedrijven
- Kennis
- Publiek
- Levensbeschouwelijk
- Fondsen
- Coöperaties

Kennisdeling

Sinds de start van het programma ontvangen 125 initiatieven en interventies gericht op de aanpak van eenzaamheid ondersteuning via een ZonMw-subsidieregeling van € 5,2 miljoen.

9 wetenschappers adviseren doorlopend het programma.

2 landelijke events en 25 online masterclasses.

EEN TEGEN EENZAAMHEID

Kijk wat jij kan doen tegen eenzaamheid op www.eentegeneenzaamheid.nl

Drie actielijnen



- Bewustwording
- Maatschappelijke initiatieven
- Lokale aanpak in alle gemeenten

Aandachtspunten



- Ontmoeten/participeren
- Gemeenschapsvorming
- Sociale veerkracht
- Verbinding met andere programma's



Actieprogramma
gericht op het
bestrijden van
eenzaamheid

December 2014

Voor mekaar

coalitie
erbij
ROTTERDAM



Interventieprofielen voor de aanpak van eenzaamheid en sociaal isolement bij ouderen

Handvatten voor professionals bij het zoeken van passende interventies voor
ouderen die eenzaam of sociaal geïsoleerd zijn

Anja Machlisse en Janneke Arlaans

Gemeenschapsvorming



Sociale behoeften

- Thuisgevoel, veiligheid
- Gezelligheid, contacten
- Mensen kennen en gekend worden
- Dicht bij familie en vrienden
- Hulp in de nabije omgeving
- Sociale activiteiten





Bron: Habion

Pijlers van een effectieve lokale aanpak

- Bestuurlijk commitment
- Creëer een sterk netwerk (+ kartrekker)
- Betrek mensen van de doelgroep
- Duurzaamheid van de aanpak
- Monitoring en evaluatie



Vragen?

