

# Eenzaam in de stad

Gebaseerd op het rapport: Linders, L. (2004). Eenzaamheid in de digitale stad. Eindhoven:  
Fontys Hogeschool Sociaal werk

## **Inleiding**

*“ Voorzichtig tillen vier in het zwart geklede dragers de blankhouten kist op de baar. Aan weerskanten brandt een kaars. De uitvaartleider van de begraafplaats Selwerderhof in Groningen zegt: "We gaan afscheid nemen van iemand van wie niemand de naam weet. Om onze gedachten woorden te geven, nodig ik stadsdichter Bart FM Droog uit naar voren te komen." De aula is leeg. Op de eerste rij zitten twee ambtenaren van de afdeling Burgerzaken, belast met uitvaarten. Een rechercheur is aanwezig en een fotograaf van de politie. Hij legt de beelden vast: de kist en de voorlezende dichter, de aanwezigen, de laatste groet aan het graf.*

*De dode die deze waardigheid ontvangt, is bij niemand bekend. Nadat het politiebericht verscheen in de kranten heeft zich vriend noch vriendin, nabestaande of wie dan ook gemeld. Zijn dood wordt vermoedelijk door geen enkeling betreurd. (Freriks, 2003).*

Helaas komen mensen die zeer eenzaam zijn vaak pas onder de aandacht als het te laat voor ze is. Berichten in landelijke en regionale kranten over doden die na lange tijd gevonden worden zijn vaak klein maar maken toch indruk. Niemand wil op zo'n manier aan zijn einde komen. Toch blijkt een groep mensen er niet in te slagen een kring van vrienden, bekenden en familie op te bouwen of in stand te houden. Zij leven een eenzaam leven, afgezonderd van anderen. Terwijl juist in onze huidige samenleving de roep om niet aan de zijlijn te blijven staan maar actief deel te nemen aan het maatschappelijke leven steeds luider wordt. In de media, de politiek en bij de overheid stuiten we regelmatig op grote bezorgdheid over de verzwakking van sociale netwerken, met name in de grote steden.

In 2002 hebben we in het kader van ons onderzoek naar de digitale broedplaats 'Digistein'<sup>1</sup> Eindhoven, samen met de dienst bestuursinformatie en onderzoek (BIO) van de gemeente Eindhoven een bewonersenquête gehouden. In die vragenlijst waren naast de te verwachten vragen over bezit en gebruik van technologie, ook vragen over sociale netwerken en eenzaamheid opgenomen. Een belangrijke doelstelling van de broedplaats is immers die sociale netwerken te versterken met behulp van technologie. Hoe die doelstelling bereikt is, zal blijken na analyse van de gegevens uit de tweede meting later in 2004.

Deze bijdrage brengt op basis van de cijfers van 2002 en eerdere gegevens uit Eindhoven een aantal aspecten van de omvang en aard van eenzaamheid in de stad in beeld. Daarvoor kijken we eerst naar de oorzaken en gevolgen van eenzaamheid en de rol die sociale netwerken daarbij spelen.

## **Individuele en maatschappelijke oorzaken**

Veel verklaringen voor eenzaamheid zijn te vinden in persoonlijkheidskenmerken van mensen zoals (het ontbreken van bepaalde) sociale vaardigheden of ingrijpende gebeurtenissen in het leven zoals het verlies van partner. Uit onderzoek blijkt dat individuele factoren als sociale competenties een grotere rol spelen bij sociaal isolement dan demografische factoren als opleiding, burgerlijke staat en arbeidssituatie. (Hortulanus, Machielse, & Meeuwesen, 2003).

---

<sup>1</sup> Het Eindhovense 'Digistein' is één van de 4 digitale broedplaatsen die eind 2002 opgestart zijn door het Ministerie van Binnenlandse Zaken (BZK). In deze broedplaatsen worden instrumenten ontwikkeld om met behulp van technologie de sociale kwaliteit van de stad te verbeteren. Om een effectevaluatie van het experiment Digistein te organiseren, voert Fontys Hogeschool Sociaal Werk een reeks onderzoeksactiviteiten uit, zowel kwalitatief als kwantitatief van aard. Het volledige overzicht van die activiteiten is beschreven in de sneuvelnota Digistein Onderzoek & Evaluatie (DOE). In deze nota wordt verslag gedaan van de kwantitatieve 0-meting van Digistein. Deze meting vond plaats in September 2002 en had de vorm van een postenquête onder de bevolking (15-84 jaar) van Eindhoven.

Naast oorzaken van eenzaamheid op het persoonlijke vlak is een aantal dominante maatschappelijke trends aan te geven die van invloed (kunnen) zijn op sociaal isolement en eenzaamheid.

Eén daarvan is individualisering. De diversiteit in levenslopen van mensen is veel groter dan een aantal decennia geleden. Door de toegenomen mobiliteit en ontwikkeling van de welvaart zijn ze minder gebonden aan de plaats waar ze wonen of vandaan komen. Vrouwen nemen in steeds grotere mate deel aan onderwijs en arbeidsmarkt. Het traditionele model van het gezin met de werkende man en zijn vrouw thuis met de kinderen wordt meer en meer losgelaten (SCP, 2003). Daarbij is het aantal echtscheidingen de afgelopen decennia toegenomen. Mensen die gescheiden en alleenstaand zijn blijken minder vaak en minder diverse sociale contacten te hebben dan getrouwde personen. (Terhell, 2004).

Een ander kenmerk van deze tijd, dat niet los gezien kan worden van individualisering, is dat de gemiddelde vrije tijd van de bevolking in de jaren negentig aanzienlijk is afgenomen. Een van de oorzaken hiervan is de grotere arbeidsparticipatie. De bezuiniging op vrije tijd is vooral ten koste gegaan van lezen en sociale contacten (Breedveld & van den Broek, 2001).

Ook gezinsverdunding kan van invloed zijn op eenzaamheid. Het totale aantal huishoudens stijgt jaarlijks, terwijl tegelijkertijd het gemiddelde aantal personen per huishouden afneemt. Dat komt met name door de vergrijzing van de bevolking en de daling van het gemiddelde aantal kinderen per gezin. Het gevolg van deze gezinsverdunding is dat het meest nabije sociale netwerk dat iemand tot zijn beschikking heeft kleiner is geworden.

Niet alleen binnen het gezin is het aantal mensen met wie men contact kan hebben verminderd. In de dienstverlenende sector zien we dat korte, informele contacten steeds minder vanzelfsprekend zijn. Thuisbezorging van warme maaltijden gebeurt niet meer door een hulpverlener maar door een commercieel bedrijf. De NS ruilt loketten in voor automaten. Handelingen bij balies van banken en postkantoren zijn grotendeels vervangen door pinautomaten. Winkelpersoneel in de grotere winkels is alleen nog te vinden aan de kassa.

Ook in het publieke domein worden ontmoetingsmogelijkheden kleiner, vooral in de verstedelijkte omgeving. In een stedelijke omgeving blijkt meer sociaal isolement voor te komen dan in dorpen (Hortulanus et al., 2003). Dat heeft voor een deel te maken met de bevolkingssamenstelling. In steden wonen meer jongeren, alleenstaanden, ongehuwden, gescheiden mensen, eenoudergezinnen en migranten. Tevens kampen grote steden met een aantal hardnekkige problemen, zoals het achterblijven van de woningkwaliteit en de uitstroom van gezinnen. Vooral in wijken waar deze problemen zich concentreren ontstaan achterstanden bij de bewoners in bijvoorbeeld inkomen en opleiding. De criminaliteit en gevoelens van onveiligheid en verloedering nemen er toe (SCP, 2003). Stedelingen hebben minder contacten in de buurt dan dorpelingen en hun sociale (zorg)netwerken zijn kleiner en minder hecht dan die van dorpsbewoners. (Hortulanus et al., 2003).

Ook de fysieke woonomgeving in de stad nodigt weinig uit tot het maken van contact: er is gebrek aan informele ontmoetingsplekken, de zogenaamde 'derde plaatsen'<sup>2</sup> (Oldenburg, 1999). Voor de kruidenier op de hoek is een anoniem grootschalig winkelcentrum in de plaats gekomen. Ook de negatieve invloed van druk verkeer op het sociale verkeer mag niet onderschat worden. Bewoners van drukke straten waar zwaar verkeer doorheen dendert ontmoeten minder vaak hun buurtgenoten en ontwikkelen ook minder vriendschappen in zo'n buurt (Nash & Christie, 2003).

## **Maatschappelijke schade**

---

<sup>2</sup> Op de eerste plaats noemt Oldenburg huishouden. Mensen besteden steeds meer tijd binnen de privacy van dit huishouden, onder andere door de tijd die besteed wordt aan televisie kijken, die gestaag toeneemt. Op de tweede plaats staat het werk. Ook hieraan wordt steeds meer tijd besteed, door de stijgende arbeidsparticipatie.

Wanneer sociale netwerken tussen mensen zwak zijn, kan dat nadelige gevolgen hebben voor het functioneren van die samenleving als geheel. Mensen die niet of weinig deel uitmaken van sociale netwerken zijn minder maatschappelijk actief dan mensen met uitgebreide sociale netwerken. Hun participatie in verenigingsleven, vrijwilligerswerk en allerlei andere organisaties is kleiner. Door dit sociale isolement kunnen mensen het contact met de normen en waarden in de samenleving kwijtraken. Daarom zijn sociale relaties van grote betekenis voor de stabiliteit en cohesie in de samenleving (Hortulanus et al., 2003).

Onderzoek naar de oorzaken van het niet stemmen ondersteunt de relatie tussen participatie (voor wat betreft het naar de stembus gaan) en eenzaamheid. (Dekker, 2002). De kans op niet-stemmen is groter bij diegenen die eenzaam zijn en tevens zelden of nooit contact hebben met familie, burens, vrienden of kennissen.

Sociaal isolement wordt gezien als het tegengestelde van maatschappelijke participatie (Raad voor Maatschappelijke Ontwikkeling, 1997). Met andere woorden, de samenleving loopt de bijdrage van mensen die sociaal geïsoleerd zijn mis. Deze 'kostenpost' kan zich uitstrekken tot een terrein als veiligheid. Wanneer buurtbewoners weinig contact met elkaar hebben, voelen ze zich minder verantwoordelijk voor elkaar en de buurt, waardoor de veiligheid afneemt (Jacobs, 1961). Buiten negatieve gevolgen van eenzaamheid op het maatschappelijke leven kunnen er ook negatieve effecten voor de gezondheid optreden. In contact blijven met je vrienden en familie komt de gezondheid ten goede. Veel sociaal geïsoleerden die tevens maatschappelijk inactief zijn kampen met lichamelijke en psychische gezondheidsklachten. Ze hebben last van vermoeidheid, hoofdpijn, stress, slapeloosheid en depressiviteit (Machielse, 2003). Ook is er samenhang gevonden tussen gevoelens van eenzaamheid en hart- en vaatziekten (Hawkey, Burleson, Berntson, & Cacioppo). Langdurige extreme eenzaamheid kan zowel de lichamelijke als de geestelijke gezondheid bedreigen en levert daarmee hogere kosten op voor de zorg. Toch blijkt dat sociaal geïsoleerden nauwelijks een beroep doen op professionele voorzieningen om steun te vinden op emotioneel gebied. (Hortulanus et al., 2003; Machielse, 2003). Ze doppen hun eigen boontjes zo lang als het kan. Pas als het echt mis gaat kloppen ze aan voor professionele hulp.

Zeer ernstige langdurige eenzaamheid en sociaal isolement kunnen leiden tot maatschappelijk ongewenste verschijnselen zoals verslavingsgedrag, criminaliteit, vandalisme, zelfbeschadiging, verwaarlozing en vervuiling. Zwervers, daklozen en junks zijn in de grote steden een vanzelfsprekend onderdeel van het straatbeeld. Deze groep zal echter nauwelijks deelnemen aan onderzoek over eenzaamheid en blijft daarmee buiten het bereik van de meeste analyses.

### **Sociale netwerken onder druk**

Traditionele sociale verbanden zoals kerk, buurt, familie, verenigingsleven of vakbond nemen tegenwoordig een veel minder prominente plaats in dan vroeger. Juist omdat sociale contacten niet meer vanzelfsprekend op buurtniveau plaatsvinden, worden andere netwerken zoals vriendschapsbanden, verenigingsleven en werk belangrijker (de Hart, Knol, Maas - de Waal, & Roes, 2002). Daardoor is de druk op sociale netwerken in de loop van de tijd toegenomen. De verandering van stabiele contacten van beperkte omvang naar een veelvoud van sociale verbanden vraagt ook andere sociale vaardigheden van mensen. Enerzijds leverde de individualisering meer keuzevrijheid op. Anderzijds leidden de veranderende relaties tussen mensen tot onzekerheid.

Sociale verbindingen tussen mensen worden ook wel sociaal kapitaal genoemd. Sommige Amerikaanse sociologen zien de laatste 25 á 30 jaar de betrokkenheid tussen mensen en met de gemeenschap waarin ze leven steeds meer afnemen. Mensen gaan minder bij elkaar op visite, kerkbezoek neemt af, café bezoek vermindert en sportbeoefening individualiseert. (Putnam, 2000).

Amerikaanse sociologen als Putnam en Oldenburg schetsen de hedendaagse samenleving vooral in termen van verlies, waarbij nostalgie de boventoon voert. Ze hebben weinig oog voor de keerzijde van hechte gemeenschappen met veel sociale controle en weinig ruimte voor individuele ontplooiing. Plaatsgebonden sociale netwerken worden inderdaad steeds minder belangrijk. Mensen kunnen meer dan ooit kiezen voor contacten met anderen en zijn niet meer gedwongen hun sociale leven te beperken tot letterlijk de nabije omgeving. Individualisering kan ook weer tot nieuwe vormen van sociale samenhang en betrokkenheid leiden. Door de verzelfstandiging van mensen ten opzichte van elkaar, hun emancipatie, hebben mensen hun keuzevrijheid vergroot.

Als sociale contacten niet meer vanzelfsprekend zijn, maar iets 'waaraan gewerkt moet worden' kan eenzaamheid op de loer liggen. Want niet iedereen beschikt in gelijke mate over de vermogens om te functioneren in een netwerksamenleving. "Wie oud, slecht opgeleid, gehandicapt of werkloos is heeft niet veel kans meer op zelfontplooiing in een maatschappij waarin juist zelfontplooiing een sterk op prestatie gericht karakter heeft gekregen en vrijwel geheel gebaseerd is op een hoge mate van sociale competenties" (Schnabel, 1999).

Het Sociaal Cultureel Planbureau (SCP) stelt dat een groot deel van de Amerikaanse zorgen geïmporteerd zijn zonder dat ze van toepassing zijn op de Nederlandse situatie (SCP, 1999). Ook bij de RMO komen geruststellende geluiden vandaan. Ofschoon de aanleiding voor de adviesaanvraag van de RMO de zorg was dat eenzaamheid erger zou worden als gevolg van de individualisering in de samenleving constateert zij geen toename van eenzaamheid in Nederland. Er zijn voldoende gezonde krachten in de samenleving om structurele vereenzaming te voorkomen en/of tegen te gaan (Raad voor Maatschappelijke Ontwikkeling, 1997).

Hoe het in Nederland nu feitelijk gesteld is met eenzaamheid en sociaal isolement zien we aan de hand van empirisch materiaal uit zowel het Digistein onderzoek als onderzoeksmateriaal van de gemeente Eindhoven en materiaal van de GGD.

### **Eenzaamheid in Eindhoven**

In deze bijdrage kijken we naar hoe mensen zelf hun eenzaamheid ervaren: subjectieve eenzaamheid. Daarnaast kijken we ook naar de omvang van de sociale netwerken die mensen hebben: objectieve eenzaamheid. In deze bijdrage gaat het met name om ontmoetingen van mensen met vrienden en/of bekenden, hun betrokkenheid bij de buurt en deelname aan vrijwilligerswerk.

Alle vragen uit dit onderzoek zijn in november 2002 meegenomen bij de schriftelijke inwonersenquête van de gemeente Eindhoven. De respons op de enquête was 49,8%. Er waren in totaal 1459 respondenten. 0-15 jarigen en mensen ouder dan 85 zijn niet meegenomen in het onderzoek, evenals huishoudens met meer dan 10 personen.

Om subjectieve eenzaamheid te meten is de eenzaamheidsschaal van de Jong Gierveld gebruikt. Deze schaal brengt de discrepantie tussen dat wat mensen verlangen aan affectie en intimiteit van anderen en wat ze in werkelijkheid hebben aan het licht. Hoe groter het verschil, hoe groter de eenzaamheid. Voor de berekening van de scores is gebruik gemaakt van de Manual of the Loneliness Scale 1999 (De Jong Gierveld & Van Tilburg, 1999). Met behulp 11 vragen over eenzaamheid is een eenzaamheidsscore per respondent berekend. Het gaat om vragen als "ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen" en "ik ervaar een leegte om me heen". De scores zijn, conform de richtlijnen van De Jong Gierveld en van Tilburg, ingedeeld in 4 niveaus, te weten: niet eenzaam, matige eenzaamheid, sterke eenzaamheid en zeer sterke eenzaamheid.

Waar mogelijk zijn de cijfers vergeleken met de gezondheidspeiling in de gemeente Eindhoven van de GGD uit 1998/1999 (van Nierop, 2000) of met de enquête Leefbaarheid en Veiligheid van de gemeente Eindhoven uit 1999 (de Kort, 2000).

Een verschil tussen het GGD onderzoek en het Digistein onderzoek is dat de cijfers uit het GGD onderzoek betrekking hebben op 15-75 jarigen. Ten behoeve van de vergelijking tussen beide onderzoeken zijn in deze tabel alleen respondenten in deze leeftijdscategorie met elkaar vergeleken. Een eerste belangrijke conclusie die we kunnen trekken is dat de eenzaamheid in Eindhoven tussen 1998 en 2002 is afgenomen (tabel 1). De groep mensen die zich niet eenzaam voelt is toegenomen met 7% (van 58% tot 65%). De groepen sterk eenzamen en zeer sterk eenzamen zijn elk afgenomen (respectievelijk met 0,4 en 0,2 %).

Dat neemt niet weg dat nog steeds 35% van de bevolking zich in meer of mindere mate eenzaam voelt.

*Tabel 1 Scores eenzaamheid in Eindhoven (eenzaamheidsschaal van de Jong Gierveld) opgedeeld in 4 categorieën 1998 en 2002*

Eenzaamheidscategorieën	Gemeente Eindhoven Scores in %	
	GGD 1998 (n=7965)	Digistein 2002 (n=1270)
<b>niet eenzaam</b>	58	65
<b>matige eenzaamheid</b>	33	27
<b>sterke eenzaamheid</b>	5,7*	5,3*
<b>zeer sterke eenzaamheid</b>	2,5*	2,3*

\* Om misleiding door afronding te voorkomen zijn hier in tegenstelling tot in de overige tabellen cijfers achter de komma weergegeven

Naast deze afname van subjectieve eenzaamheid zien we dat het aantal ontmoetingen dat mensen hebben met vrienden en bekenden de afgelopen jaren is toegenomen (tabel 2). In 1999 ontmoette 54% van de respondenten enkele malen per week vrienden en bekenden, tegen 66% in 2002.

*Tabel 2 Frequentie ontmoetingen met vrienden of kennissen*

	Frequentie ontmoeting vrienden en bekenden scores in %	
	1999 Enquête leefbaarheid en veiligheid N=4206	2002 Digistein n=1418
<b>enkele malen per week</b>	54	66
<b>1 x per week</b>	14	13
<b>meerder malen per maand</b>	23	16
<b>1 x per maand</b>	4	2
<b>minder dan 1 x per maand</b>	4	3

## Risicogroepen

We zien dat eenzaamheid vaak automatisch wordt gekoppeld aan leeftijd. HP/De Tijd wijdde in mei 2003 een artikel aan het onderwerp: “Leuk oud worden. Manieren om de eenzaamheid voor te zijn! (de Moor, 2003). Het Brabants Dagblad kopte 17 mei 2003 op de voorpagina: “Ouderen vaker eenzaam”. Onze samenleving zou door de toenemende vergrijzing geconfronteerd worden met een steeds grotere groep eenzamen. Toch blijkt uit diverse onderzoeken dat eenzaamheid onder veel meer groepen voorkomt. RMO stelt dat ouderen niet per definitie eenzamer zijn dan andere groepen in de samenleving (Raad voor Maatschappelijke Ontwikkeling, 1997). Ook sociaal isolement blijkt onder alle leeftijdsgroepen voor te komen (Machielse, 2003). Uit onze analyse blijkt eveneens dat er nauwelijks samenhang is tussen leeftijd en eenzaamheid.<sup>3</sup> Eerdere cijfers van de gemeente Eindhoven uit de seniorenmonitor van 2002 waarbij gebruik gemaakt van de eerdergenoemde cijfers uit de GGD monitor (van Nierop, 2000) bevestigen dit (de Kort & Vriens, 2003). Welke groepen in de samenleving zijn dan wel eenzaam? Genoemd worden vaak: mensen die gescheiden zijn of verweduwd, allochtonen, mensen met een lage opleiding en/of laag inkomen, stadsbewoners, mensen zonder werk, mantelzorgers, eenoudergezinnen (Hortulanus et al., 2003; Machielse, 2003; Raad voor Maatschappelijke Ontwikkeling, 1997). Voor een aantal van deze variabelen leveren de Digistein Data informatie. Opvallend is, dat voor wat betreft opleiding en inkomen slechts een zwakke negatieve samenhang met eenzaamheid blijkt. Bij huishoudsituatie daarentegen vinden we wel grote verschillen. 26% van de éénoudergezinnen ervaart sterke tot zeer sterke eenzaamheid (tabel 3). Alleenstaanden scoren tevens hoog met 13% in deze categorie.

Tabel 3 Eenzaamheid en huishoudsituatie n=1311

Eenzaamheid	Huishoudsituatie scores in %				
	alleenstaand	Eenouder - gezin	(Echt)paar - met kinderen	(Echt)paar zonder kinderen	anders
<b>Niet eenzaam</b>	53	60	70	66	83
<b>Matige eenzaamheid</b>	34	14	26	29	12
<b>Sterke en zeer sterke eenzaamheid</b>	13	26	4	5	5

(Chi<sup>2</sup> = 58,8 p < 0,001)

Ook arbeidsparticipatie speelt een rol bij eenzaamheid. Tabel 4 laat zien dat arbeidsongeschikten en werkzoekenden veel eenzamer zijn dan mensen met werk, huismannen/vrouwen of gepensioneerden etc. (23% is van de arbeidsongeschikten is sterk tot zeer sterk eenzaam, en 56% van de werkzoekende zonder werk is matig eenzaam). De afgelopen jaren heeft de bloeiende economie ook in Eindhoven veel mensen aan het werk geholpen. Uit de kerncijfers van de gemeente Eindhoven (zie [www.eindhoven.nl](http://www.eindhoven.nl)) blijkt dat

<sup>3</sup> Er is een voorbehoud te maken over de cijfers. Omdat alle huishoudens boven de 10 personen zijn uitgesloten van de steekproef, zijn bewoners van bejaarden- en verzorgingstehuizen niet meegenomen in het onderzoek. Dat geldt ook voor ouderen boven de 85. Deze groepen vallen buiten de meeste surveys. Dit kan gevolgen hebben voor de resultaten.

het aantal niet-werkende werkzoekenden de afgelopen jaren aanzienlijk is afgenomen. Sinds 1997 is het jaargemiddelde werklozen gedaald van 12576 tot 6826 in 2002. Dat is een daling van 46%. Een deel van de afname van de eenzaamheid in Eindhoven kan hieraan toegeschreven worden.

In tabel 4 is eveneens te zien dat mensen die ‘legitiem’ zijn gestopt met werken door met pensioen of in de VUT te gaan zich minder eenzaam voelen dan arbeidsongeschikten en werkzoekenden. Toch is de eenzaamheid van eerstgenoemde groep hoger dan bij het werkende deel van de bevolking.

Opvallend is verder dat huisvrouwen zich het minst eenzaam voelen.

Tabel 4 *Eenzaamheid en arbeidssituatie n = 1106*

<b>Eenzaamheid</b>	<b>Arbeidssituatie scores in %</b>				
	Baan/bedrijf	Huisman/ vrouw	Arbeidson- geschikt	Werkzoeken d Zonder werk	VUT, pensioen, WAO etc
<b>Niet eenzaam</b>	69	74	43	43	61
<b>Matige eenzaamheid</b>	27	23	34	56	36
<b>Sterke en zeer sterke eenzaamheid</b>	5	4	23	1	4

### **Eenzaamheid en maatschappelijke participatie**

Mensen die eenzaam zijn zouden minder participeren in de samenleving. We zagen net al dat dat in elk geval geldt voor arbeidsparticipatie. Geldt dat nu ook voor het investeren in buurt en vrijwilligerswerk?

Er zijn inderdaad significante verschillen gevonden tussen de mate waarin mensen eenzaam zijn en hun betrokkenheid bij de buurt (tabel 5). Mensen die matige of sterke tot zeer sterke eenzaamheid ervaren rekenen zichzelf minder tot de buurtgemeenschap, voelen zich minder verbonden met mensen uit de straat of directe omgeving en voelen zich minder verantwoordelijk voor de leefbaarheid in de buurt. Tevens is deze groep vaker van plan om te verhuizen. Alleen bij de vraag of men het afgelopen jaar actief geweest is om de buurt te verbeteren zien we een opmerkelijke uitkomst. Mensen die matige of sterke eenzaamheid ervaren blijken zich meer ingezet te hebben om de buurt te verbeteren ( 21% bij beide categorieën, tegen 15% van de niet-eenzamen). Een verklaring zou kunnen zijn dat deze groep (door de eenzaamheid) meer tijd ter beschikking heeft om actief te zijn voor de buurt en die tijd wellicht ook gebruikt vanuit de motivatie iets aan de eenzaamheid te willen doen.

Tabel 5 *Scores eenzaamheid en betrokkenheid bij de buurt, n varieert tussen 1250 – en 1263*

<b>Mate van eenzaamheid scores in %</b>
---

Betrokkenheid buurt	Niet eenzaam	Matig eenzaam	Sterke eenzaamheid	Zeer sterke eenzaamheid
Rekent u zichzelf tot de buurtgemeenschap?*	80	70	58	53
Voelt u zich in het algemeen verbonden met mensen uit uw straat of directe omgeving? **	68	54	44	47
Bent u van plan om binnen 2 jaar te verhuizen? ***	18	25	46	31
Bent u het afgelopen jaar actief geweest om uw buurt te verbeteren? ****	15	21	21	13
Voelt u zich medeverantwoordelijk voor de leefbaarheid in uw buurt? *****	88	77	73	69

\*  $\chi^2 = 36,1$   $p = < 0,001$  \*\*  $\chi^2 = 38$   $p = < 0,001$  \*\*\*  $\chi^2 = 36,9$   $p = < 0,001$  \*\*\*\*  $\chi^2 = 8$   $p = < 0,05$   
 \*\*\*\*\*  $\chi^2 = 32,6$   $p = < 0,001$

Veel interventies die zich richten op het voorkomen of bestrijden van eenzaamheid worden uitgevoerd door vrijwilligers. Daarbij zijn er aanwijzingen dat voor veel mensen vrijwilligerswerk een manier is om sociale contacten op te doen. Het is waarschijnlijk dat deze groep het doen van bijvoorbeeld vrijwilligerswerk of activiteiten voor de buurt als een soort zelfmedicatie tegen eenzaamheid toepast. (Linders, 2004). Vrijwilligerswerk levert zo dubbele winst.

De onderzoeksresultaten lijken dit te ondersteunen. Van de mensen die niet eenzaam zijn doet de grootste groep, 38%, vrijwilligerswerk. Van de matig eenzamen doet 28% vrijwilligerswerk. Tenslotte is het aandeel in vrijwilligerswerk van de mensen die zeer sterke eenzaamheid ervaren het laagst, namelijk 26%. Maar de categorie sterk eenzamen springt daaruit met we 35% deelname aan vrijwilligerswerk. Het doen van activiteiten voor de buurt behoort ook tot vrijwilligerswerk. Daar zagen we bij de groep matig en sterk eenzamen meer inzet om de buurt te verbeteren. Hieraan zou wel eens dezelfde drijfveer ten grondslag kunnen liggen.

### Eenzaamheid in beeld

Er zijn veel initiatieven die gericht zijn op het bestrijden van eenzaamheid bij ouderen. Dat eenzaamheid ook voorkomt bij andere groepen in de samenleving wordt veel minder herkend, en ook minder erkend. Dat geldt ook voor de eerste lijn. Dat heeft als gevolg, dat interventies voor deze groepen veel minder ontwikkeld zijn (Linders, 2004).

Om een juiste diagnose en behandeling voor te kunnen stellen moet allereerst de juiste doelgroep in beeld zijn. Dat zijn niet alleen ouderen, maar ook andere leeftijdscategorieën.

Maar ook het bereiken van de groep eenzamen en sociaal geïsoleerden is moeilijk. Mensen met lichamelijke problemen worden soms nog wel bereikt worden via huisarts, thuiszorg etc. Er is echter een grote groep die onzichtbaar blijft die juist door de (psychische) aard van de problematiek. Eenzaamheid is een taboe, "een soort falen dat niemand wil toegeven" zegt Jennie Gierveld (Smolenaars, 2003). Naasten, onderzoekers en mensen werkzaam in de zorg zullen dan ook indirect naar eenzaamheid moeten vragen. Het is echter heel moeilijk om de 'harde kern' van eenzamen te bereiken (Machielse, 2003). Met de meeste onderzoeksmethoden is hoogstwaarschijnlijk lang niet iedereen van de groep sociaal geïsoleerde burgers te bereiken. Dat geldt ook voor het Digistein onderzoek.

Een mogelijkheid om juist die moeilijke groep te bereiken zou kunnen zijn het versterken van de sociale netwerken die de eenzame medemens kunnen ondersteunen. Hulpverleningstrajecten zijn vooral individueel gericht waardoor de ondersteunende rol die sociale netwerken kunnen vervullen nogal eens vergeten worden (Hendrix, 1997). Op dit moment lopen er diverse experimenten en projecten die het verbeteren van sociale netwerken als doelstelling hebben, zoals in Onze Buurt Aan Zet en de Digitale Broedplaatsen. Deze interventies richten zich juist niet op het individu, maar op het versterken van de sociale netwerken daaromheen. Er zijn op dit moment nog weinig evaluatiegegevens beschikbaar van deze projecten. Projecten die werken aan zaken als sociale kwaliteit en sociale cohesie zijn moeilijk meetbaar en de effecten zijn pas over een langere periode zichtbaar.

### **Eenzaamheid op de sociale agenda**

Het hier gepresenteerde onderzoek toont aan dat tussen 1998 en 2002 de eenzaamheid in Eindhoven is afgenomen. Ook is tussen 1999 en 2002 het aantal ontmoetingen van Eindhovenaren met vrienden en bekenden toegenomen. Dat zijn verheugende ontwikkelingen. Het is echter niet onaannemelijk dat de gunstige economische ontwikkelingen van de afgelopen jaren, waaronder een grotere arbeidsmarktparticipatie, een verklaring zijn voor de geconstateerde afname van eenzaamheid. Dat kan betekenen dat deze afname kwetsbaar is en, met de recente kentering in economische groei, de eenzaamheid kan toenemen.

De maatschappelijke en politieke aandacht voor het thema is groot. Dat heeft te maken met het toenemende belang dat gehecht wordt aan sociale netwerken in onze geïndividualiseerde samenleving. Sociale netwerken kunnen als vangnet fungeren voor iedereen die buiten de samenleving dreigt te vallen, ook mensen die eenzaam of sociaal geïsoleerd zijn. Maar in een sterk geïndividualiseerde samenleving als de onze kun je er niet van uitgaan dat sociale steun er zomaar is voor mensen die eenzaam en/of sociaal geïsoleerd zijn.

Het overheidsbeleid zet voornamelijk in op zelfredzaamheid. Ze wil deze stimuleren door instrumenten aan te reiken waarmee zo veel mogelijk mensen een zelfstandig leven kunnen leiden. Zij zet niet expliciet in op het bestrijden van eenzaamheid of sociaal isolement.

De traditionele sociale agenda richt zich op werk, inkomen, sociale uitsluiting, armoede en steun van zieken, gehandicapten, jeugd en ouderen. Aandacht voor eenzaamheid hoort in principe bij die sociale agenda. Het ministerie van Volksgezondheid Welzijn, en Zorg (VWS) kiest voor een algemene aanpak, gericht op de bevordering van sociale integratie en het geven van sociale steun. In de Welzijnsnota 1999- 2002 wordt aandacht besteed aan de sociale integratie van jongeren, ouderen, gezinnen en kwetsbare groepen (Ministerie van VWS, 1999). Hieronder valt ook het stimuleren van informele steun in de vorm van vrijwilligerswerk en mantelzorg. Bij sociale activering (dat onder het Ministerie van EZ valt) ligt de nadruk van het beleid sterk op deelname aan de arbeidsmarkt van bepaalde groepen in de samenleving.

Achter dit beleid ligt op dit moment geen gerichte beleidsvisie aanwezig over de betekenis van goed functionerende sociale netwerken en de schadelijkheid van sociaal isolement (Hortulanus et al., 2003).

De nieuwe welzijnsnota laat, mede door de kabinetsperikelen van de afgelopen jaren, helaas nog op zich wachten. De toonzetting van het huidige kabinet wijst evenwel duidelijk in de richting van de 'eigen verantwoordelijkheid' en 'participatie' van burgers. Deze lijn zou nadelig kunnen uitpakken voor degenen die in een sociaal isolement zitten. Juist bij deze groep ontbreken de handvatten van sociale netwerken om zich aan op te trekken. Wie niet in staat is zelf zinvolle relaties op te bouwen is in onze moderne samenleving sterk in het nadeel (Machielse, 2003).

Het versterken van sociaal kapitaal ten gunste van een zorgzame samenleving is niet alleen sociaal gezien belangrijk. Ook in economisch opzicht is het noodzakelijk om de kosten van de

zorg op langere termijn terug te dringen. Dat betekent dat de overheid hierin moet (blijven) investeren. De paradox van deze tijd is echter, dat de overheid meer dan ooit sociale steun van burgers ten opzichte van elkaar verlangt terwijl ze tegelijkertijd sterk bezuinigt op de middelen die dat moeten ondersteunen.

## Verwijzingen

---

- Breedveld, K., & van den broek, A. (Eds.). (2001). *Trends in de tijd, een schets van recente ontwikkelingen in tijdsbesteding en tijdsordening*. den Haag: SCP.
- de Hart, J., Knol, F., Maas - de Waal, C., & Roes, T. (2002). *Zekere banden. Sociale cohesie, leefbaarheid en veiligheid*. den Haag: SCP.
- De Jong Gierveld, J., & Van Tilburg, T. (1999). *Manual of the loneliness scale 1999*. Amsterdam: Vrije Universiteit Amsterdam.
- de Kort, P. (2000). *Inwonersenquête najaar 1999. Verslag van een onderzoek*. (BIO-rapport nr. 828). Eindhoven: Dienst Algemene en Publiekszaken, Afdeling bestuursinformatie en Onderzoek, Gemeente Eindhoven.
- de Kort, P., & Vriens, J. (2003). *Eindhovense Seniorenmonitor 2002. De leefsituatie van de Eindhovense ouderen in beeld*. (BiO-rapport nr. 915). Eindhoven: Dienst Algemene en Publiekszaken, Afdeling Bestuursinformatie en Onderzoek, Gemeente Eindhoven.
- de Moor, M. (2003). Oud & Onafhankelijk. *HP/De Tijd*(20).
- Dekker, P. (Ed.). (2002). *Niet-stemmers. een onderzoek naar achtergronden en motieven in enquêtes, interviews en focusgroepen*.
- Freriks, K. (2003, 3 januari 2003). Dag man zonder naam. De dichters van de laatste woorden. *NRC Handelsblad*.
- Hawkley, L., Burleson, M., Berntson, G., & Cacioppo, J. Loneliness in Everyday Life: Cardiovascular Activity, Psychosocial Context, and Health Behaviors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(1), 105-120.
- Hendrix, H. (1997). *Bouwen aan netwerken, leer- en werkboek voor het bevorderen van sociale steun in de hulpverlening*. Baarn: H. Nelissen.
- Hortulanus, R. P., Machielse, J. E. M., & Meeuwesen, L. (2003). *Sociaal isolement, een studie over sociale contacten en sociaal isolement in Nederland* (ISBN 90 5901 846 x ed.): Elsevier.
- Jacobs, J. N. Y. (1961). *The death and life of great American cities*.: Vintage books.
- Linders, L. (2004). *Eenzaamheid in de digitale stad*. Eindhoven: Fontys Hogeschool Sociaal Werk.
- Machielse, A. (2003). *Niets doen, niemand kennen. De leefwereld van sociaal geïsoleerde mensen*. Den Haag: Elsevier Overheid.
- Ministerie van VWS. (1999). *Werken aan sociale kwaliteit, welzijnsnota 1999-2002*. den Haag: VWS.
- Nash, V., & Christie, I. (2003). *Making Sense of Community*. London: IPPR.
- Oldenburg, R. (1999). *The great good place*. New York: Marlowe & company.
- Putnam, R. (2000). *Bowling alone, the collapse and revival of civic America*. New York: Simon & Schuster.
- Raad voor Maatschappelijke Ontwikkeling. (1997). *Vereenzaming in de samenleving*. Rijswijk: RMO.
- Schnabel, P. (1999). Individualisering in wisselend perspectief. In P. Schnabel (Ed.), *Individualisering en sociale integratie* (pp. 9-38). Rotterdam: SUN/Nederlands Gesprek Centrum.
- SCP. (1999). *Sociale en culturele verkenningen 1999*. den Haag: SCP.
- SCP. (2003). *De Sociale Staat van Nederland*. Den Haag: SCP.
- Smolenaars, E. (2003, 06-12-2003 en 07-12-2003). Het belang van een maatje. *NRC Handelsblad*, pp. 37.

Terhell, L. (2004). *Veranderingen in het persoonlijke netwerk na echtscheiding*. Amsterdam.  
van Nierop, P. (2000). *Gezondheidspeiling 1998/1999*. Eindhoven: GGD Eindhoven.