'50-jarige van nu op zijn 80ste minder eenzaam'

AD/Haagsche Courant

15 juni 2018 vrijdag

Byline: CYRIL ROSMAN

Highlight: Ouderen zijn de afgelopen twintig jaar minder eenzaam geworden. Maar door de vergrijzing zijn er wel meer eenzame ouderen. ,,Alleen koffieochtendjes helpen niet."

SCP: toch voelen meer ouderen zich alleen

Het goede nieuws: de kans dat een vijftiger van nu later eenzaam wordt, wordt steeds kleiner. Hij is de afgelopen twintig jaar in ieder geval al gedaald. We hebben vaker langer een partner en we hebben een groter netwerk.

Het slechte nieuws: het aantal eenzame ouderen in Nederland stijgt desondanks wel. Want de kans dat we eenzaam worden, daalt nu ook weer niet zo hard dat hij het wint van de vergrijzing. ,,Als grootste risicogroep zie ik ouderen, 85-plussers, die net niet in aanmerking komen voor een plek in een verpleeghuis, maar het thuis ook eigenlijk net niet redden omdat er weinig binding in hun wijk is", zegt Cretien van Campen, onderzoeker bij het Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP).

Dat bureau publiceert vandaag het onderzoek 'Kwetsbaar en eenzaam?', dat het opstelde in opdracht van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS). Het onderzoek baseert zich op gegevens uit panels van 5000 ouderen en 950 verpleeghuisbewoners.

,,Eenzaamheid is verborgen in onze samenleving en bovendien nog vaak een taboe. Hoe goed bedoeld het ook lijkt, het heeft bijvoorbeeld weinig zin om een 'gezellige avond voor eenzamen' te organiseren. De kans is groot dat er niemand komt opdagen", schrijft SCP-directeur Kim Putters. Het is ook een hardnekkig probleem, waar al talloze initiatieven voor zijn opgezet om het op te lossen. Putters: ,,Mensen noemen zichzelf zelden eenzaam, hooguit voelen ze zich af en toe een beetje alleen. Eenzaamheid is iets anders dan alleen zijn. Eenzaamheid is een vervelend gevoel, terwijl alleen zijn af en toe heel prettig kan zijn."

Het SCP stelt dat de kans dat een tachtiger van nu eenzaam is, minder groot is dan twintig jaar geleden. ,,De tachtiger van toen is anders dan die van nu." Die van nu heeft meer het idee nog regie over het eigen leven te hebben.

Maar voor wie die regie niet meer heeft, 'helpt niet alleen een koffieochtend', weet onderzoeker Van Campen. ,,Dat is maar een moment dat je iets aan het doen bent, daarna ben je weer alleen. Richt je meer op hoe je iemand weer gelukkig maakt, in plaats van alleen op die eenzaamheid. Houdt iemand van tuinieren? Breng hem of haar dan in contact met een tuiniersclub, dan ontmoet iemand gelijkgestemden en is hij ook weer actief bezig."

Uit het onderzoek blijkt ook dat vijf van de tien verpleeghuisbewoners zich eenzaam voelen. Een op de tien voelt zich 'sterk eenzaam'.

Een gezellige avond voor eenzamen? Grote kans dat niemand komt