Minder eenzaamheid, toch meer eenzamen

Leeuwarder Courant

15 juni 2018 vrijdag, Editie Noord

Byline: CYRIL ROSMAN

Body

DEN HAAG Ouderen zijn de afgelopen twintig jaar minder eenzaam geworden. Maar door de vergrijzing zijn er wel meer eenzame ouderen.

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 flink gedaald. We hebben vaker langer een partner en we hebben een groter netwerk.

Het slechte nieuws: het aantal eenzame ouderen in Nederland stijgt wel. Want de kans dat we eenzaam worden, daalt 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 niet redden omdat er weinig binding in hun wijk is", zegt Cretien van Campen, onderzoeker bij het Sociaal Cultureel Planbureau (SCP).

Dat bureau publiceert vandaag het onderzoek Kwetsbaar en eenzaam, in opdracht van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS). Het is gebaseerd 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. ,,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."

Uit het onderzoek blijkt dat vijf van de tien bewoners van een verpleeghuis zich eenzaam voelt, een op de tien noemt zichzelf 'sterk eenzaam'. Maar 85-plussers die lang zelfstandig hebben gewoond, maar door gezondheidsproblemen uiteindelijk toch in een verpleeghuis terecht zijn gekomen, vinden zichzelf minder eenzaam dan daarvoor.

'Eenzaamheid is verborgen in onze samenleving en vaak een taboe'