

# **NOOIT MEER EENZAAM**

De invloed van jongeren op de eenzaamheid van ouderen in het verzorgingshuis

Eigen onderzoek en bevindingen

Emma Dekker  
December 2019

Bewerkte versie voor uitgave, de gehele inhoud mag niet zonder nadrukkelijke toestemming van de auteur worden gebruikt of worden verspreid

## **Voorwoord**

Het onderzoek dat in dit verslag te lezen is, heeft als doel het in kaart brengen van de heersende eenzaamheid onder ouderen en het bepalen van de wijze waarop jongeren betrokken kunnen worden bij het eventuele verhelpen van deze eenzaamheid. Het onderzoek is verricht naar aanleiding van het profielwerkstuk, een verplicht onderdeel in het eindexamenjaar havo en VWO. Een profielwerkstuk is een 'meesterproef'; een groot werkstuk waar minstens 80 uur per leerling aan wordt besteed. Er wordt gebruik gemaakt van kennis, inzicht en vaardigheden uit één of meer vakken van het zelfgekozen profiel van de leerling. Het onderwerp is een vrije keuze. Het gaat hierbij om een eigen onderzoek met behulp van zowel primaire als secundaire bronnen.

Ik, Emma Dekker uit 6 VWO, heb dit onderzoek alleen gedaan. Desalniettemin heb ik waar nodig enige hulp gekregen. Hierbij bedank ik alle bewoners van het verzorgingshuis en alle klasgenoten die hebben meegedaan met de spelletjesmiddag. Maar ook de werknemers voor hun enthousiaste medewerking en organisatie, alle jongeren die de enquête over vrijwilligerswerk hebben ingevuld en alle teamleden van Deloitte die zich bezighouden met zorgrobot 'Alice' en mij een dag in hun programma lieten meedraaien. Persoonlijk wil ik meneer Uijtdewilligen voor het lenen van zijn cameramateriaal, Renske Vlaar voor het helpen met filmen, Marly voor het regelen om met 'Alice' mee te lopen en Marijke Turkstra voor de grote bijdrage aan de documentaire.

**Het onderzoek te lezen in deze paper is een aangepaste versie op het originele profielwerkstuk verslag. Deze versie bevat alleen het primaire onderzoek, oftewel mijn eigen onderzoek en bevindingen. Dit primaire onderzoek is echter wel lichtelijk ingeleid met secundaire onderzoeken. De namen van belanghebbende organisaties en plaatsen zijn weggelaten. De nummering van de hoofdstukken is gebaseerd op het originele verslag.**

## **INHOUDSOPGAVE**

<b>1. ACHTERGROND EN DOEL VAN HET ONDERZOEK</b>	
1.1. Inleiding	4
1.2. Introductie	5
1.3. Vraagstellingen in het onderzoek	6
<b>2. JONGEREN EN VRIJWILLIGERSWERK</b>	
2.1. Inleiding	7
2.2. Vrijwilligerswerk in Nederland	7
2.3. Enquête jongeren & vrijwilligerswerk	10
2.3.1. Inleiding	10
2.3.2. Resultaten	10
<b>5. OUDEREN &amp; JONGEREN</b>	
5.1. Inleiding	16
5.2. Methode en materialen	16
5.3. Resultaten	17
5.3.1. Resultaten ouderen	18
5.3.2. Activiteiten in het verzorgingshuis	18
5.3.3. Resultaten jongeren	18
5.3.4. Resultaten verzorgend personeel	19
<b>6. DOCUMENTAIRE</b>	20
<b>7. AFSLUITING VAN HET ONDERZOEK</b>	
7.1. Conclusie	21
7.2. Discussie	24
7.3. Voorstel	25
7.4. Nawoord	26
<b>LITERATUUR</b>	27

## 1. Inleiding

Iedere keer wanneer ik bij mijn oma op bezoek kwam in het verzorgingshuis en we zaten in de gezamenlijke huiskamer van de gesloten inrichting, werden we met ongepaste woorden benaderd en aan onze trui getrokken door de medebewoners omdat zij jaloers waren op de aandacht die mijn oma wel kreeg en zij niet. Deze ouderen zijn niet de enige die eenzaam zijn. Uit onderzoek van het CBS is gebleken dat 44% van de 65+'ers eenzaam is en dit percentage loopt alleen maar op tot wel 63% van de ouderen die 85 jaar en ouder is. Ik dacht, 'hier moet ik wat mee doen'. Maar in mijn eentje al deze eenzame ouderen helpen lukt niet. Aangezien ik zelf nog jong ben, wil ik wat met ouderen en jongeren doen. In mijn eentje de honderdduizenden eenzame ouderen gezelschap bieden lukt dus niet. Maar wat ik wel kan doen is activiteiten organiseren en andere jongeren stimuleren om iets met ouderen te ondernemen. Heeft het combineren van deze twee groepen echter wel een positief effect? Vinden ouderen het überhaupt wel leuk om met jongeren om te gaan en zijn jongeren ook bereid om vrijwilligerswerk met ouderen te doen? Oftewel, helpt de aanwezigheid van jongeren tegen eenzaamheid van ouderen in het verzorgingshuis?

Het doel van dit onderzoek is dus onderzoeken, informeren en activeren. Ik hoop aan de hand van dit onderzoek een idee te kunnen schetsen van de situatie van eenzame ouderen en of jongeren hierbij een rol kunnen spelen. Ook hoop ik dat jongeren zich geïnspireerd voelen om zelf vaker wat met ouderen te ondernemen indien er uit het onderzoek naar voren blijkt te komen dat ouderen het waarderen als jongeren bij hen op bezoek komen.

Het onderzoek wordt ingeleid door middel van een theoretisch kader uit secundair onderzoek waarna over dezelfde onderwerpen een eigen onderzoek is toegevoegd. Deze inleidende hoofdstukken leiden naar de hoofdvraag, 'Helpt de aanwezigheid van jongeren tegen de eenzaamheid van ouderen in het verzorgingshuis?', en het hierbij horende onderzoek: een spelletjesmiddag met ouderen uit het verzorgingshuis en jongeren uit de omgeving. Het onderzoek wordt afgesloten met een kleine documentaire en een voorstel aan de school en het verzorgingshuis.

## **2.     Introductie van het onderwerp**

### **Opgesloten met jezelf**

Vrienden overlijden en het aantal familieleden blijft krimpen. Alles waar je met je rollator toe kan lopen zonder uitgeput te raken is je leefomgeving, verder dan dat kom je niet. Je kinderen wonen niet altijd in de buurt en hebben het 'druk'. Je wereld wordt ineens heel klein. Iedereen wil wel oud worden maar niet oud zijn. De kans om vroeg te overlijden met eenzaamheid is twee keer zo groot als bij overgewicht. Eenzaamheid kan iedereen overkomen. Dat is ook te zien in de statistieken, want meer dan de helft van alle 75+'ers is eenzaam. Dit komt neer op 2 miljoen eenzame ouderen in totaal in Nederland. Niet niks dus.

Uit wetenschappelijk onderzoek van het CBS is gebleken dat 60% van de 15 tot 18-jarige vrijwilligerswerk doet. Dit klinkt veel, maar je mag al zeggen dat je vrijwilligerswerk doet als je iets één keer per jaar onderneemt. Aan de andere kant zijn er heel veel jongeren die wel aangeven dat zij vaker iets willen doen voor hun omgeving, maar er wordt maar weinig actie ondernomen omdat het te veel tijd kost om te regelen, niet aan vrijwilligerswerk gedacht wordt of omdat de jongeren geen zin hebben om zelf iets te regelen. In Nederland hebben wij zorgrobot Alice wel, maar die zouden we eigenlijk niet nodig hoeven hebben als we allemaal iets kleins zouden doen. Hoe mooi zou het zijn als we ouderen en jongeren vaker met elkaar in contact laten komen, de kracht van generaties ook wel genoemd. Jongeren hebben het niet de hele tijd over dood gaan, oud zijn, ziektes en dat ze hun medicijnen wel moeten innemen. Er ontstaat een hele nieuwe sfeer in het verzorgingshuis met gesprekken over de liefde, school, uitgaan en technologie. De jongeren laten ouderen weer teruggaan in de tijd. De ouderen voelen zich dan ook weer even jong. Niet alleen ouderen krijgen een glimlach op hun gezicht maar ook jongeren krijgen er iets voor terug. Ze leren van de wijze lessen van ouderen en misschien nog wel het belangrijkste; de herinnering om meer te genieten van de kleine dingen in het leven. Van het mooie weer, het park, een goed gesprek en het samen zijn.

De utopie naar een betere samenleving is er. Alleen de uitvoering moet nog komen en daarbij wil ik helpen.



### **3. Vraagstellingen in het onderzoek**

#### **Hoofdonderzoeksvraag**

Helpt de aanwezigheid van jongeren tegen de eenzaamheid van ouderen in het verzorgingshuis?

#### **Deelvragen**

1. Wat zijn de gevolgen van eenzaamheid van ouderen op de kwaliteit van leven?
2. Welke manieren zijn al gebruikt om eenzaamheid van ouderen tegen te gaan?
3. In hoeverre doen jongeren aan vrijwilligerswerk?
  - op school
  - landelijk
4. Wat zou jongeren ertoe aanzetten om (meer) vrijwilligerswerk in verzorgingshuizen te ondernemen?
5. Vinden ouderen uit het verzorgingshuis de hoeveelheid activiteiten, vanuit het verzorgingshuis georganiseerd, voldoende?

## 2. JONGEREN EN VRIJWILLIGERSWERK

### 1. Inleiding

In dit hoofdstuk wordt het onderwerp vrijwilligerswerk en vrijwilligerswerk onder jongeren behandeld. In dit hoofdstuk is ook een eigen onderzoek in de vorm van een enquête verwerkt. De enquête is bedoeld voor scholieren van middelbare scholen uit de omgeving. De doelstelling van de enquête is om na afloop erachter te komen in welke mate scholieren uit de omgeving kortstondig betrokken zijn bij vrijwilligerswerk, om erachter te komen wat scholieren zou aanzetten om (meer) vrijwilligerswerk te ondernemen en of jongeren bereid zouden zijn om vrijwilligerswerk te ondernemen in verzorgingshuizen. Om het onderwerp 'jongeren en vrijwilligerswerk' in te leiden en het primaire onderzoek te ondersteunen met meer landelijke en uitvoerige informatie bestaat het eerste deel van dit hoofdstuk uit deskresearch.

### 2. Vrijwilligerswerk in Nederland

Aangezien vrijwilligerswerk in brede zin gezien kan worden nemen we voor dit onderzoek de volgende definitie aan: 'vrijwilligerswerk is werk dat onverplicht en onbetaald gedaan wordt voor anderen of de samenleving'. Oftewel geven aan een ander zonder er iets voor terug te verwachten.

Uit het meest recentelijk onderzoek van het CBS naar vrijwilligerswerk zijn de volgende figuren gehaald.

#### 1) Vrijwilligers naar organisatie (2017)

	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2017 2017
% van personen van 15 jaar en ouder							
<b>Totaal</b>	16,5	19,1	18,8	19,7	19,7	18,5	18,2
<b>Overstathes</b>							
Sportvereniging	15,0	14,0	15,1	14,5	15,5	14,5	15,0
School	11,7	11,1	10,8	11,5	11,4	11,5	11,3
Verzorging of verpleging	3,2	3,6	3,6	3,5	3,5	3,6	3,2
Stichting/Multicultureel/leiden van organisatie	3,7	4,1	4,1	4,5	4,7	4,5	4,7
Religieuze/kerkelijke/religieuze organisatie	3,5	3,5	3,7	3,1	3,4	3,4	3,4
Culturele verenigingen	3,5	3,4	3,4	3,3	3,4	3,5	3,3
Wijk of buurt	3,2	3,2	3,1	3,2	3,3	3,2	3,2
Bedrijf/geschiedkundige verenigingen	3,3	3,9	3,5	3,9	3,3	3,3	3,3
Autisme- of bedrijfsorganisatie	4,8	4,8	4,4	4,4	4,8	4,7	4,7
Sociale hulpverlening, reïntegratie, reïntegratie of slachtofferhulp	1,8	1,8	1,7	1,8	1,9	1,9	1,8
Wet- en adviesorganisatie of andere instanties	2,2	2,0	2,1	1,9	2,0	1,9	1,8
Politieke partij of verkiezing	1,5	1,5	1,4	1,4	1,5	1,5	1,4
Andere organisatie	3,5	3,2	3,4	3,3	3,1	3,0	3,0
<b>Mede aan vier wijk- of buurt</b>	32,7	30,0	29,5	31,1	30,5	29,0	30,2

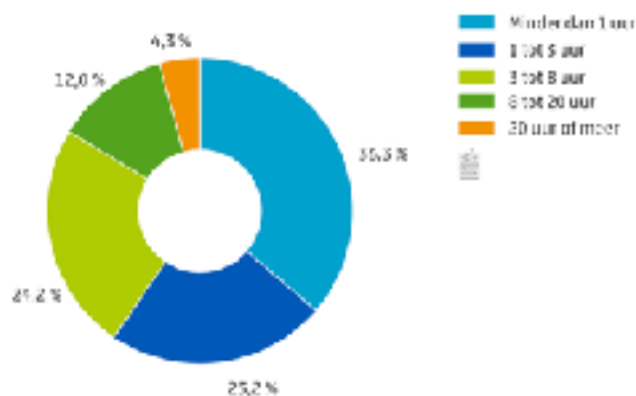
In bron 1 is te zien dat vrijwilligerswerk wordt gedaan bij verschillende organisaties met verschillende taken. In 2017 deed 48,5% van de Nederlandse bevolking aan vrijwilligerswerk. Dit ligt aanzienlijk hoger dan de meeste andere Europese landen. Het meeste vrijwilligerswerk werd gedaan in alle jaren bij sportverenigingen.

#### 2) Frequentie van vrijwilligerswerk (2017)

	Regelmatig	Indiendeel
% van vrijwilligers		
<b>Totaal</b>	65,2	34,8



### 3) Vrijwilligerswerk in gemiddelde uren per week (2017)



Uit bron 2 is te halen dat van deze 48,5%, 65,2% regelmatig en 34,8% incidenteel vrijwilligerswerk verricht. Regelmatig in deze zin is wekelijks of maandelijks en incidenteel wordt beschouwen als eenmalig of enkele keren. Volgens bron 3 doet meer dan de helft van de vrijwilligers gemiddeld 0 tot 3 uur per week vrijwilligerswerk.

### 4) Vrijwilligerswerk naar organisatie, geslacht, leeftijd en burgerlijke staat (2017)

	Vrijwilligers														Winst per week
	Totaal	Sport	School	Wet- geving	Wet- geving	Werk- plaats	Miscel- aan- pak- king	Wet- geving	Wet- geving	Wet- geving	Wet- geving	Wet- geving	Wet- geving	Wet- geving	
<b>Totaal</b>	48,5	14,5	18,5	8,0	3,1	1,4	5,3	4,7	4,5	4,6	1,7	3,3	1,2	5,0	4,9
<b>Geslacht</b>															
Mannen	48,8	18,5	8,1	5,6	9,4	6,7	4,3	5,0	5,0	2,8	1,7	2,4	1,5	5,1	5,0
Vrouwen	38,8	10,7	15,4	11,1	7,4	3,1	5,8	5,5	5,1	1,8	2,1	2,2	0,9	5,1	5,0
<b>Leeftijd</b>															
15 tot 25 jaar	48,5	18,4	18,2	7,5	11,1	5,2	1,9	1,7	4,4	1,3	1,6	0,5	0,7	4,1	4,4
26 tot 30 jaar	22,3	22,4	19,4	7,2	14,9	5,1	3,5	1,4	5,5	0,9	0,9	0,7	0,9	5,1	4,1
31 tot 35 jaar	48,3	15,9	8,9	7,5	10,8	5,2	4,8	1,9	5,3	1,6	2,8	0,8	0,4	4,3	4,5
36 tot 40 jaar	43,2	14,8	8,1	4,5	7,1	5,5	1,7	2,8	2,5	2,5	1,4	0,8	1,8	5,1	5,4
41 tot 45 jaar	39,4	19,8	10,5	4,1	8,7	1,9	1,8	5,7	3,5	2,3	2,8	1,8	0,8	4,1	5,1
46 tot 50 jaar	28,8	20,1	18,2	9,0	3,1	6,9	5,3	4,4	3,5	2,5	2,1	3,3	1,2	5,7	4,8
51 tot 55 jaar	44,7	11,1	8,5	12,5	6,4	1,8	4,3	4,1	3,8	4,7	1,7	2,3	1,9	4,5	5,0
56 tot 60 jaar	48,1	8,5	6,5	12,4	13,4	9,4	1,8	4,7	3,3	1,5	3,8	3,5	1,3	4,1	7,4
61 jaar en ouder	34,8	5,8	3,7	9,5	8,7	12,4	4,7	2,1	7,4	0,6	1,5	2,4	1,2	5,5	4,8
<b>Burgelijke staat</b>															
Getrouwd	32,8	15,4	15,4	9,4	8,7	11,8	1,7	5,7	5,3	2,3	2,1	2,3	1,8	5,1	4,8
Gezcheiden	42,5	8,9	8,2	11,1	8,1	3,5	4,5	5,2	4,4	2,4	2,8	2,7	0,8	5,1	5,0
Verweduwd	34,3	5,6	2,5	10,9	4,1	8,9	1,3	2,6	5,4	0,3	0,9	0,8	1,8	4,1	5,1
Wettelijk samenwonend	48,8	14,3	12,8	6,7	8,1	2,4	4,9	3,8	4,7	1,3	1,7	2,9	1,4	4,1	4,8

In bron 3 is te zien dat van de jongeren van 15 tot 19 jaar, 52% aan vrijwilligerswerk doet. Deze jongeren doen het meeste vrijwilligerswerk bij sportorganisaties (22,4%) en op de tweede plek bij scholen (18,4%). Ze besteden gemiddeld 4,1 uur per week aan vrijwilligerswerk.

### 5) Motieven om vrijwilligerswerk te doen naar geslacht, leeftijd, opleidingsniveau en betaald werk (2017)

	Fijn om iets voor een ander te doen							
	Loude om te doen	Fijn om iets voor een ander te doen	Waarlijkheidsbevestiging	Vindt het een prikkel	Verwagte sociale contacten	Nieuwe dingen leren	Naar kant na zijn baan	Andere redenen
<b>GESLACHT</b>	% van respondenten							
Manen	56,7	53,7	50,0	31,2	26,9	15,1	5,1	5,6
Vrouwen	53,5	56,6	54,4	29,8	26,1	17,1	6,9	7,2
<b>Leeftijd</b>	% van respondenten							
15 tot 19 jaar	64,9	45,9	50,8	76,6	39,2	13,9	12,2	9,7
20 tot 24 jaar	56,5	48,1	45,1	29,6	27,9	20,6	9,8	10,8
25 tot 29 jaar	35,2	51,1	38,6	25,5	26,7	34,8	14,1	5,6

Vrijwilligerswerk wordt gedaan vanuit verschillende motieven. De vrijwilligers zeggen hun werkzaamheid te doen uit de wens om te helpen of plichtsbesef maar ook voor hun eigen belang in de zin van zich nuttig voelen, persoonlijke ontwikkeling, opdoen van ervaring en sociale contacten, bepaalde vaardigheden onder de knie krijgen, uit carrièremotieven of om hun vrijetijd in te vullen. Uit bron 4 is te halen dat jongeren (15 tot 19-jarige) voornamelijk vrijwilligerswerk doen omdat ze het leuk vinden om te doen (64,9%). De meeste jongeren houden ook een goed gevoel over na het verrichten van werkzaamheden voor een ander (45,9%).

Uit onderzoek van het SCP naar vrijwilligerswerk is gebleken dat ondanks een kleine helft van de bevolking vrijwilligerswerk onderneemt er schreeuwende tekorten zijn. Een aantal redenen vanaf de aanbodkant gezien zou kunnen zijn door ontkerkelijking (immers zetten veel kerkelijk betrokkenen zich in voor vrijwilligerswerk), groeiende tijdgebrek, uitstellen van vrijwilligerswerk na pensionering, bredere trend naar individualisering, een andere mentaliteit van jongere generaties en vrijwilligers dreigen voornamelijk alleen de leuke werkzaamheden te willen verrichten waardoor er te korten zijn voor serieuzer en zwaarder werk. Ook door de grotere vraag aan de vraagkant worden de tekorten omvangrijker vanwege een grotere vraag naar vrijwilligers: er is een toenemende vraag naar zorg door vergrijzing, mensen doen meer aan sport, er zijn meer hobby's op verenigingen, hogere kwaliteitseisen en een terugtrekkende overheid. Minder aantrekkelijke voorzieningen aan de vraagkant is ook een reden voor vrijwilligers om minder of ergens anders vrijwilligerswerk te ondernemen.

Figuren 1,2,3,4 en 5 zijn afkomstig van de volgende twee onderzoeken:

Arends J. en Schmeets H. (2017). Vrijwilligerswerk: wie doet het?, Den Haag. CBS.

Arends J. en Schmeets H. (2018). Vrijwilligerswerk: activiteiten, duur en motieven. Den Haag. CBS.

### 3. Enquête jongeren & vrijwilligerswerk

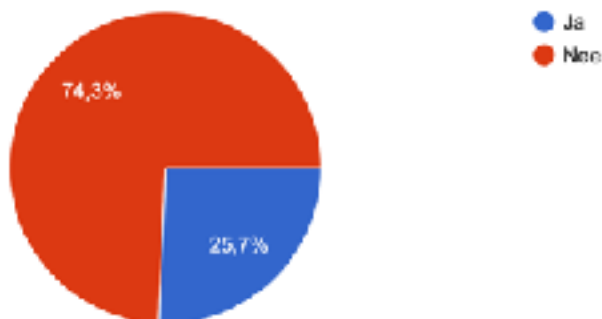
#### 3.1. Inleiding

In het vorige deel van dit hoofdstuk is gekeken naar landelijke statistieken van vrijwilligerswerk onder jongeren. In dit deel wordt gekeken hoe het in de omgeving is gesteld met vrijwilligerswerk dat wordt gedaan door jongeren. Deze informatie wordt verkregen door middel van een enquête die door docenten in de school worden verspreid onder de leerlingen en door eigen publicatie. De doelgroep van de enquête zijn jongeren tussen de 15 en 19 jaar uit de omgeving. De doelstelling van de enquête is om na afloop erachter te komen in welke mate scholieren uit omstreken kortstondig betrokken zijn bij vrijwilligerswerk maar ook om erachter te komen wat scholieren zou aanzetten om (meer) vrijwilligerswerk te ondernemen en of jongeren bereid zouden zijn om vrijwilligerswerk te doen in verzorgingshuizen. De vragen die voor de enquête zijn toegepast, zijn te vinden in de bijlage.

### 3.2. Resultaten

#### 6) Vrijwilligerswerk onder jongeren

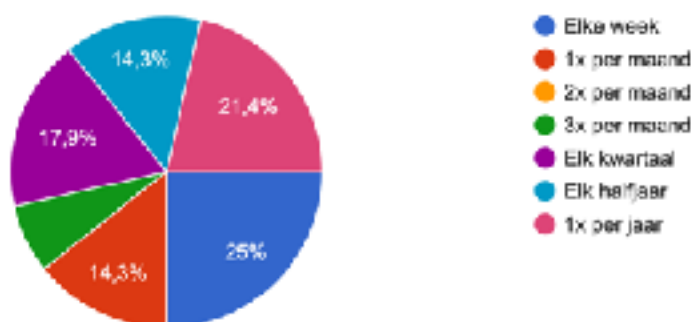
Doet u vrijwilligerswerk?



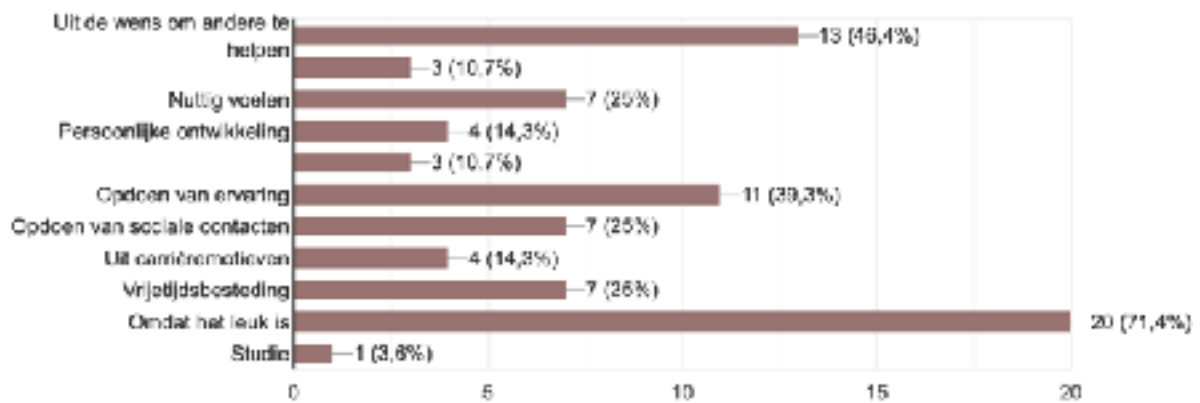
Een kwart van de respondenten doet vrijwilligerswerk. De cirkeldiagrammen hieronder hebben betrekking op deze kwart.

#### Jongeren die vrijwilligerswerk doen

#### 7) Frequentie vrijwilligerswerk onder jongeren

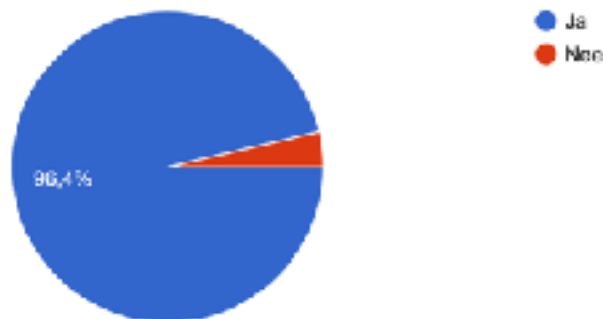


## 8) Vrijwilligerswerk naar motivatie



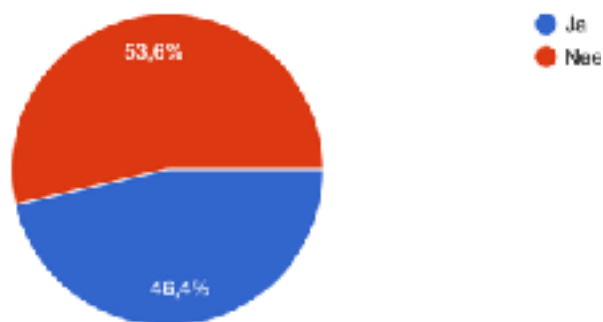
## 9) Vrijwilligerswerk naar vreugde

Vindt u het leuk om vrijwilligerswerk te doen?



## 10) Meer vrijwilligerswerk

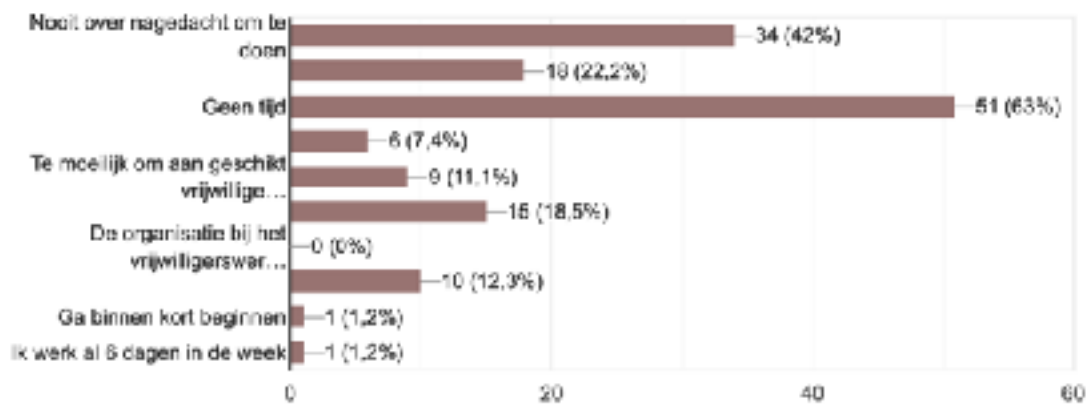
Zou u meer vrijwilligerswerk willen doen?



Aan figuur 6 is te zien dat maar een kwart van de jongeren vrijwilligerswerk doet. De helft van de jongeren die wel vrijwilligerswerk doet, doet dit ook niet frequent, minder dan 4x per jaar. Opmerkelijk is wel dat de grootste motivatie om vrijwilligerswerk te doen is vanwege het plezier. 96,4% geeft daarbij ook aan het werk leuk te vinden. Een kleine minderheid zegt ook meer vrijwilligerswerk te willen doen.

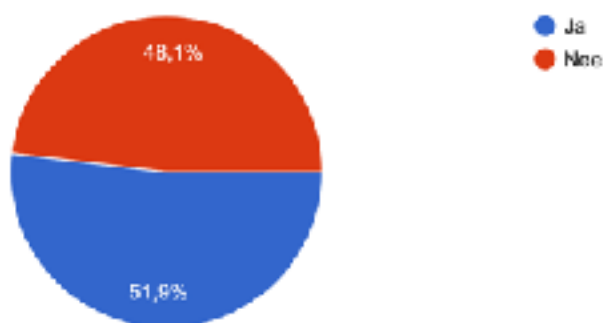
## Jongeren die geen vrijwilligerswerk doen

### 11) Oorzaak geen vrijwilligerswerk



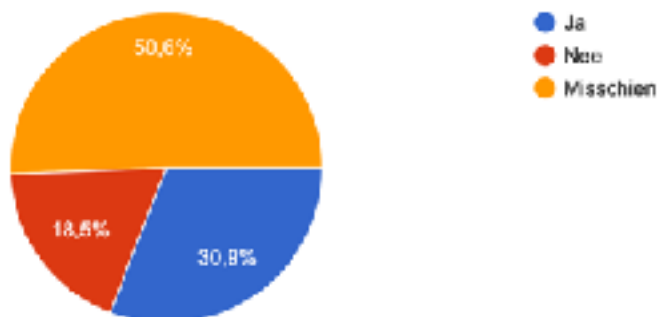
## 12) Vrijwilligerswerk naar eigen principe

Vindt u dat u eigenlijk vrijwilligerswerk zou moeten doen?



## 13) Vrijwilligerswerk naar wil

Zou u vrijwilligerswerk willen doen?



De meeste jongeren zeggen geen vrijwilligerswerk te doen vanwege te weinig tijd, te veel gedoe, geen zin of ze hebben er nooit over nagedacht. Ondanks het feit dat weinig jongeren vrijwilligerswerk doen, vinden veel jongeren wel dat ze eigenlijk vrijwilligerswerk zouden moeten doen en de meeste zouden vrijwilligerswerk ook misschien wel willen doen. Om een verklaring te krijgen waarom deze 'twijfelaars' nog geen vrijwilligerswerk doen, gaven de jongeren de volgende antwoorden op de vraag 'Wat zou u aanzetten om (meer) vrijwilligerswerk te doen?' en de daarbij behorende vraag 'Wat kan er gedaan worden om jongeren, vrijwilligerswerk te laten doen?'. De volgende antwoorden kwamen uit deze vragen:

- Vrijwilligerswerk moet meer onder de aandacht worden gebracht bij jongeren.

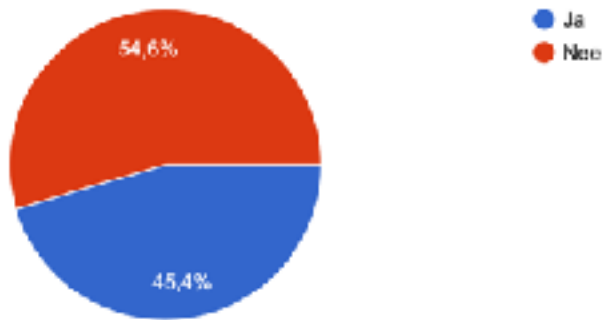
- School moet vrijwilligerswerk meer onder de aandacht brengen.
- Meer stimulatie vanuit school voor vrijwilligerswerk.
- Organisaties voor vrijwilligerswerk zouden leerlingen van school kunnen benaderen via lezingen voor vrijwilligerswerk.
- School moet tijd beschikbaar stellen om vrijwilligerswerk te doen.
- Vrijwilligerswerk moet verplicht worden gesteld via school.
- Reclame via social media voor vrijwilligerswerk kan helpen om vrijwilligerswerk onder de aandacht te brengen onder jongeren.
- Er moet een organisatie in de gemeente komen die jongeren aan vrijwilligerswerk helpt.
- Het moet duidelijker zijn wat voor vrijwilligerswerk te doen is.
- Er moeten meer en verschillende vacatures komen voor vrijwilligerswerk.
- De oproepen voor gezochte vrijwilligers zou duidelijker vertoond moeten worden, het is namelijk vaak niet duidelijk dat er vrijwilligers gezocht worden.
- Vrijwilligerswerk moet toegankelijker worden en minder gedoe om te regelen.
- Het moet duidelijker zijn hoe je aan vrijwilligerswerk kan komen.
- Het vrijwilligerswerk moet met vrienden gedaan kunnen worden.
- De gevolgen op lange termijn moet worden laten zien als jongeren geen vrijwilligerswerk doen.
- Er moet meer waardering komen voor jongeren die wel vrijwilligerswerk doen.
- Beloningen aan de jongeren geven via kortingen voor bepaalde winkels.
- Het imago van vrijwilligerswerk moet verbeterd worden in plaats van het huidige 'oubollige' imago.

Twee reacties kwamen opvallend vaak naar voren. De eerste is dat vrijwilligerswerk meer onder de aandacht moet worden gebracht bij jongeren. De tweede kan goed worden beschreven via de volgende respons op de enquête: 'Bedrijven en organisaties moeten meer actie ondernemen, want vaak hoor je dat je 'wellicht ergens kan helpen' maar als bedrijven en organisaties duidelijk maken wat ze zoeken, is er veel meer kans dat ze vrijwilligers vinden.' Wanneer je ook op websites kijkt waar de vraag naar vrijwilligerswerk wordt weergegeven is te zien dat vaak dezelfde advertenties worden geplaatst en er geen variatie aan vrijwilligerswerk is, het ziet er naar uit dat veel bedrijven en organisaties hun vraag naar vrijwilligerswerk niet openlijk en duidelijk tonen. De jongeren geven aan dat ze al veel sneller bereid zouden zijn om vrijwilligerswerk te ondernemen wanneer er meer divers vrijwilligerswerk beschikbaar is, waar zonder al te veel moeite aangekomen kan worden.

## **Algemene vraag**

### **14) Vrijwilligerswerk en verplichting via school**

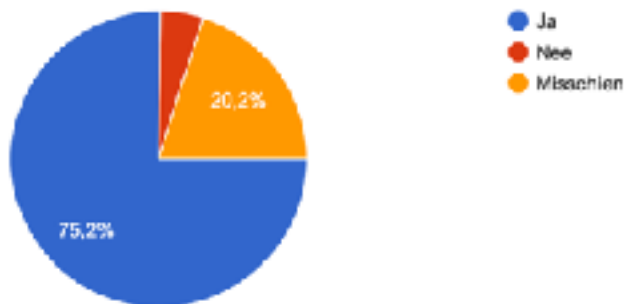
Vindt u dat vrijwilligerswerk verplicht moet worden gesteld vanuit school?



## Vrijwilligerswerk ouderen & jongeren

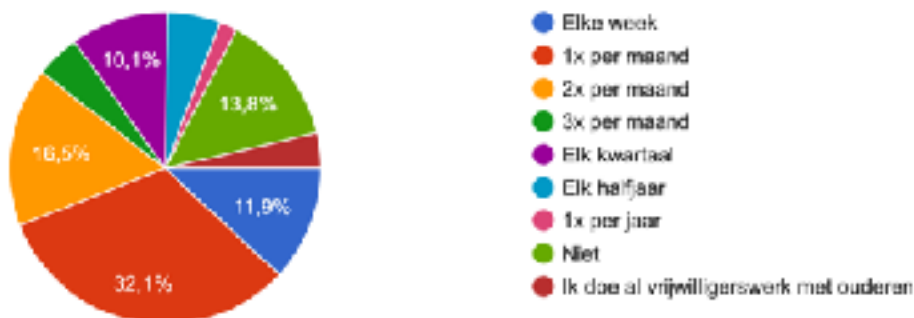
### 15) Bijdrage vrijwilligerswerk jongeren bij ouderen

Denkt u dat uw bijdrage/die van jongeren, kan helpen tegen het verminderen van eenzaamheid bij ouderen?



### 16) Frequentie vrijwilligerswerk met ouderen

Zou u bereid zijn om regelmatig vrijwilligerswerk te doen met ouderen? Zo ja, hoe vaak zou u dat 2 uur willen doen?



Als laatste bestond de enquête uit de vraag: 'Heeft u nog ideeën om de eenzaamheid van ouderen te verminderen?'. De jongeren zeiden dat er activiteiten kunnen worden georganiseerd zoals spelletjesdagen, dagjes weg, koken en beweegactiviteiten. Vooral ook activiteiten waarbij ouderen elkaar ontmoeten. Of er kan een club worden opgericht waar ouderen vrijwillig bijeen kunnen komen om te biljarten, te breien, thee te drinken, een film te kijken, karaoke te zingen, bingo te doen en andere dergelijke activiteiten. Ook zeggen de jongeren dat de eenzaamheid verminderd kan worden door een zorgrobot, datingsites voor ouderen en door volwassene uit de bijstand in contact te laten brengen met eenzame

ouderen. Deze ideeën zijn veelal al in de meeste gemeentes te vinden en hebben niet direct betrekking op de jongeren zelf. Een aantal jongeren daarentegen gaven ook ideeën om zelf iets met ouderen te kunnen doen zoals: sporten, 1x per maand een rondje lopen en kletsen, spelletjes spelen, workshops geven aan ouderen over moderne onderwerpen als sociale media zodat ouderen meer bij de nieuwe generatie van de samenleving betrokken kunnen worden en ouderen en jongeren een plek bieden om elkaar te ontmoeten. Een idee was ook om ouderen meer bij scholen te betrekken door ze bijvoorbeeld uit te nodigen bij presentatie avonden of door activiteiten en projecten met leerlingen van school en ouderen samen te doen. Niet alleen de ouderen naar school laten komen was een idee maar ook de leerlingen naar ouderen toe laten gaan. Dit kan door middel van dagen waarbij klassen ouderen bezoeken.

Uit het cirkeldiagram is te zien dat wel driekwart van de jongeren het idee heeft dat hun bijdrage en die van jongeren in het algemeen de eenzaamheid bij ouderen kan verminderen. Van de overige 25% zegt 20,2% dat hun bijdrage misschien kan helpen. Maar 4,6% is ervan overtuigd geen bijdrage te kunnen leveren. Het omgaan met ouderen heeft volgens de meeste jongeren dus een grote impact op ouderen. Wat nog opmerkelijker is dat ongeveer 65% van de respondenten aangeeft minstens 1x per maand, de meeste nog meer dan 1x per maand, wel iets met ouderen willen doen. Veel jongeren zouden dus echt bereid zijn om vrijwilligerswerk te doen. De drempel moet alleen maar laag genoeg zijn om geschikt vrijwilligerswerk te vinden. De grootste motivatie bij de huidige vrijwilligers om vrijwilligerswerk te doen is ook omdat ze het leuk vinden. De voorkeur voor 'leuk' vrijwilligerswerk is voor iedereen anders maar zolang de zoektocht naar vrijwilligerswerk niet te lang duurt en niet vervelend is zullen er minder afhakers zijn voordat de jongeren überhaupt begonnen zijn met het vrijwilligerswerk. Om toekomstige vrijwilligers in de ouderenzorg te motiveren is het voor ouderenorganisaties en instanties belangrijk om vrijwilligerswerk meer onder de aandacht te brengen bij jongeren, of er zouden zelfs nieuwe organisaties bij moeten komen. Ook zouden er duidelijke advertenties geplaatst moeten worden wat er gevraagd wordt van de jongeren en het moet makkelijk zijn om aan het werk te beginnen. Het leukste voor de jongeren zou zijn wanneer het werk ook met vrienden gedaan kan worden.



## **5. OUDEREN & JONGEREN**

### **5.1. Inleiding**

Wegens de vergrijzing zal de vraag naar extra personeel in de zorg verder toenemen. Echter door de toenemende grijze druk en de krapper wordende arbeidsmarkt zal er een groter beroep worden gedaan op vrijwilligers. Vrijwilligers die frequent vrijwilligerswerk doen zijn veelal afkomstig uit de groep 55+. Deze groep zal echter krimpen door de verhoging van de pensioengerechtigde leeftijd. Terwijl dus de vraag naar vrijwilligers toeneemt zal tegelijkertijd het aanbod afnemen. Het leggen van een verbinding tussen ouderen en jongeren heeft niet alleen een positief effect bij de tekorten in de zorg en bij de ouderen zelf maar kan ook voor jongeren een leerzame ervaring zijn wat gunstige gevolgen heeft voor de maatschappij in het verschiet. Wanneer jongeren al op vroege leeftijd vrijwilligerswerk doen is de kans groot dat zij op latere leeftijd dit ook doen. Door jongeren in contact te brengen met ouderen komen ze terecht in een andere wereld met nieuwe gesprekken, denkwijzen en een nieuw gevoel van verbondenheid. Het mobiliseren van jongeren voor deze nieuwe 'taak' zal dus bevorderlijk zijn. Of ouderen uit het verzorgingshuis ook het daadwerkelijk zien zitten om te participeren aan activiteiten met jongeren en of jongeren het ook zien zitten om vaker wat met ouderen te ondernemen zal blijken uit het onderzoek beschreven in dit hoofdstuk.

### **5.2. Methode en materialen**

Dit onderzoek is gehouden in het verzorgingshuis. In dit verzorgingshuis werd onder 20 bewoners de eenzaamheidsproblematiek en het samen zijn van ouderen & jongeren onderzocht. Bij het onderzoek hielpen 15 jongeren mee. Deze aantallen zijn gekozen voor het redelijk kunnen organiseren van het onderzoek. De vorm van het onderzoek is een spelletjesmiddag en werd voornamelijk gehouden in de gezamenlijke huiskamers in het huis, enkele leerlingen zaten bij de bewoners op de kamer. De spelletjesmiddag duurde 2 uur en werd gehouden in de namiddag, zodat de ouderen daarna weer hun rust konden pakken voor het avondeten. De spelletjesmiddag was gekozen omdat ouderen en jongeren dit vaak leuker vinden dan gewoon praten, het makkelijk te organiseren is en omdat beide partijen, ouderen en jongeren, zich dan sneller op hun gemak kunnen voelen. Ook is deze vorm van het onderzoek gekozen om toch een luchtig gesprek te creëren bij het soms zwaar vallende onderwerp 'eenzaamheid', dat aan bod zal komen bij het interview. De spelletjesmiddag was

dus bedoeld om te kijken of ouderen en jongeren, die elkaar niet kennen, het leuk vinden om bij elkaar te zijn. Het interview, dat tussen de spelletjes door bij de ouderen door de leerlingen werd afgenomen, was bedoeld om de eenzaamheidsproblematiek onder ouderen uit het verzorgingshuis te toetsen en om achteraf de mening van de deelgenomen ouderen te kunnen peilen over de spelletjesmiddag zelf. De mening van de deelgenomen jongeren werd naderhand geverifieerd in een online enquête.

De leerlingen kwamen in de namiddag aan bij het verzorgingshuis. Bij aankomst van de jongeren, werd aan de ouderen gecommuniceerd om naar de gezamenlijke huiskamers te gaan als ze zin hadden in een spelletjesmiddag. De ouderen werden gevraagd op vrijwillige basis. De leerlingen werden verdeeld over de twee huiskamers op verschillende verdiepingen van het verzorgingshuis. Langzamerhand kwamen meer ouderen de huiskamers binnen toen de jongeren al een plaats hadden ingenomen. De ouderen en jongeren vormden groepjes en spraken gezamenlijk af welk spel ze gingen spelen, enkele ouderen en jongeren gingen 1-op-1 zitten en praten. In figuur 19 is te zien dat de ouderen en jongeren samen aan het ganzenborden zijn. De ouderen die geen interesse hadden in spelletjes of fysiek niet in staat waren om de spelletjes te spelen gingen muziek maken en liedjes zingen met de leerlingen die een instrument mee hadden gebracht of gingen bij de andere zitten en kijken hoe zij de spelletjes speelden. Na 2 uur was de spelletjesmiddag voorbij en gingen de leerlingen naar huis. De ouderen gingen weer terug naar hun eigen kamer of bleven in de gezamenlijke huiskamer. Achteraf bleken de ouderen allemaal in verschillende fases van dementie te zitten.

Het materiaal dat onder andere voor dit onderzoek is gebruikt zijn de spelletjes, met name rummikub, ganzenborden en mens-erger-je-niet. Ook was voor het onderzoek een plek nodig waar de ouderen en jongeren spelletjes konden spelen. En niet te vergeten de personen die betrokken waren bij dit onderzoek: de ouderen, de leerlingen, de directie van de school om toestemming te krijgen om de 15 leerlingen tijdens schooltijd mee te nemen naar het verzorgingshuis, de zorgverleners die hielpen bij de spelletjesmiddag en de personen van het verzorgingshuis die betrokken waren bij de organisatie van de spelletjesmiddag.

### **5.3. Resultaten**

De resultaten worden onderverdeeld in

1. 'Resultaten ouderen': waar alle resultaten van vragen die aan de ouderen zijn gesteld worden weergegeven
2. 'Resultaten jongeren': waar de mening van jongeren over de spelletjesdag is weergegeven.
3. 'Resultaten verzorgend personeel': waar een kort stuk beschreven staat over de bevindingen van het personeel dat tijdens de spelletjesmiddag aanwezig was.

Vooraf moet worden vermeld dat de vragen, te vinden in de bijlage, die aanvankelijk zouden worden gesteld tijdens de spelletjesmiddag aan de ouderen niet helemaal tot hun recht zijn gekomen aangezien de ouderen de vragen niet begrepen, de gesprekken moeilijk op gang kwamen en de jongeren daardoor niet goed wisten hoe zij de vragen konden stellen. Dit kan komen door de dementie van de ouderen. Ook vonden de ouderen en jongeren door de

hiervoor genoemde omstandigheden het leuker om de spelletjes te spelen zonder interview. Het interview was daardoor in de loop van de middag omgedraaid naar enkele vragen:

- Voelt u zich wel eens eenzaam?
- Wat vond u van de spelletjesmiddag?
- Zou u vaker met jongeren iets willen ondernemen?

Andere vragen omtrent eenzaamheid, komend bezoek en activiteiten in het verzorgingshuis zijn dus niet expliciet aan de orde gekomen. Op de deelvraag: 'Vinden ouderen in het verzorgingshuis de hoeveelheid activiteiten, vanuit het verzorgingshuis georganiseerd, voldoende?' kan ook dus niet direct een antwoord op worden geformuleerd, maar uit eigen bevinden en gesprekken met het verzorgend personeel kan wel een aanname worden gesteld, te lezen in dit hoofdstuk.

### **5.3.1. Resultaten ouderen**

De meningen van de spelletjesmiddag waren verdeeld. De ouderen die wat meer bij geest waren leken het erg gezellig te hebben, de meer demente ouderen leken het principe van een spelletjesmiddag en het aanwezig zijn van de jongeren niet helemaal te begrijpen. Veel ouderen zeiden dat ze zich weleens eenzaam voelen maar de gezamenlijke huiskamers bieden voor de meeste van deze dementerende ouderen al voldoende sociale contact. Dit bleek uit enkele antwoorden die de ouderen gaven dat ze de situatie nu wel prima vinden en al voldoende contact hebben met anderen. De activiteiten in het verzorgingshuis voorzien de meeste ouderen al in hun sociale behoefte. Ook als je op de huiskamers komt lijken de ouderen het bij elkaar zitten al voldoende en leuk genoeg te vinden, een gesprek wordt onderling niet vaak gehouden.

De ouderen houden van activiteiten als kletsen, spelletjes en zingen maar geven aan dit niet persé met jongeren te hoeven doen. Alhoewel de meeste ouderen het wel leuk zouden vinden om meer activiteiten in en om het verzorgingshuis te ondernemen. Sommige ouderen zeggen jongeren wel leuk te vinden maar vinden ze te druk om mee om te gaan. De meeste ouderen vonden het wel prima en gezellig maar hebben niet expliciet behoefte aan contact met jongeren.

Ondanks dat sommige ouderen het minder leuk vonden of wel redelijk maar niet voor herhaling vatbaar hadden de meeste ouderen het voor deze ene keer het erg na hun zin. Vooral op de huiskamer op de 1<sup>e</sup> verdieping bleken de ouderen het erg leuk te hebben gehad. Namens de verpleegster die hielpen op deze verdieping: 'ondanks dat de meeste ouderen over een half uur de hele middag vergeten zijn behouden ze het positieve gevoel nog de hele avond, de jongeren hebben de ouderen echt een leuke dag bezorgd'.

### **5.3.2. Activiteiten in het verzorgingshuis**

Ouderen zouden uit de gesprekken en eigen bevindingen niet persé meer activiteiten in het verzorgingshuis willen, hooguit wat uitjes buiten het verzorgingshuis. Er zijn elke dag activiteiten waar aan deel genomen kan worden. Van bloemschikken op maandag tot

gymmen op zondag. Deze geringe behoefte aan meer activiteiten kan komen door de dementie bij de onderzochte ouderen. Sommige ouderen wonen al meer dan 10 jaar in het verzorgingshuis en zijn bijna vergeten waar ze eigenlijk zitten. Voor enkele is een beetje praten met verpleegsters en zitten op een stoel al voldoende. Voor andere is contact met meer mensen belangrijker maar met wie, maakt niet veel uit. De ouderen vinden dingen doen leuk maar enkele responsen waren ook, dat soms alleen zitten ook best fijn is. De demente ouderen vinden meer activiteiten dus niet noodzakelijk en halen al voldoening uit de huidige bezigheden en contacten binnen het verzorgingshuis.

### **5.3.3. Resultaten jongeren**

De jongeren vonden het al met al gezellig en bijzonder maar vonden het wel lastig om te praten met de ouderen vanwege hun dementie. Ook vonden de jongeren het lastig om te vragen of de ouderen eenzaam waren. Na de spelletjesmiddag zei een kleine helft van de jongeren dat ze wel vaker iets met ouderen willen doen, zo'n één keer per maand. De andere helft gaf aan dit maar een enkele keer in het jaar te willen doen. De 76-jarige Marijke die in de documentaire te zien is, was ook aanwezig bij de spelletjesmiddag. Marijke is niet dement. De jongeren vonden het daarentegen leuker om met haar te praten dan met de demente ouderen omdat Marijke echt geïnteresseerd was in de jongeren en hun vragen vroeg waardoor het een wederzijds gesprek werd. De jongeren gaven ook aan het leuker te vinden om met niet-dementerende ouderen iets te doen.

### **5.3.4. Resultaten verzorgend personeel**

Wat al eerdergenoemd is, is dat volgens het meeste personeel de huiskamers al voldoende sociale contact bieden voor de veelal dementerende ouderen in het verzorgingshuis. Bovendien zeiden de verpleegsters van het verzorgingshuis ook dat de ouderen zich weleens eenzaam voelen maar dat de echt eenzame ouderen voornamelijk in aanleunwoningen, huurwoningen aan het verzorgingshuis waar ouderen zelfstandig wonen, en in hun eigen huis zitten. Dus het personeel is er niet helemaal van overtuigd dat jongeren echt kunnen helpen tegen eenzaamheid van ouderen in het verzorgingshuis, maar wel bij eenzame thuiswonende ouderen. De verpleegsters geloven absoluut wel dat de ouderen, betrokken bij het onderzoek, een leuke middag hebben gehad.

## **19) Spelletjesmiddag bij het verzorgingshuis**



## 7. AFSLUITING VAN HET ONDERZOEK

### 7.1. Conclusie

In dit onderzoek probeer ik een antwoord te krijgen op de onderzoeksvraag, 'Helpt de aanwezigheid van jongeren tegen de eenzaamheid van ouderen in het verzorgingshuis?'. Het antwoord is geschetst vanuit het perspectief van zowel ouderen als jongeren en verpleegsters.

De eenzaamheid onder ouderen is bovenmatig hoog. Een ruime meerderheid van de ouderen zegt eenzaam te zijn waarvan 500 000 ernstig eenzaam is. Eenzaamheid brengt veel mentale gevolgen als een minderwaardigheidscomplex en stress met zich mee maar ook fysieke gevolgen als een verslechterd immuunsysteem, verstoorde nachtrust, verhoogde bloeddruk en hart- en vaatziekten. Eenzaamheid maakt ongelukkig. Dit tast vooral op de lange termijn drastisch de kwaliteit van leven aan. Veel ouderen hebben geen perspectief meer dat de situatie zich nog kan verbeteren waardoor veel van hen geen zin meer heeft in het leven. De fysieke en mentale gevolgen kunnen zelfs lijden tot overlijden en zelfmoord.

Onder de 52% jongeren die in Nederland aan vrijwilligerswerk doet, onderneemt 7,2% vrijwilligerswerk in de verzorging. Deze groep werkt niet alleen in verzorgingshuizen maar ook bij andere instellingen. Het daadwerkelijke percentage van vrijwilligerswerk van jongeren in verzorgingshuizen ligt dus lager dan 7,2%. Onder de jongeren in de omgeving doet 3,7% aan vrijwilligerswerk met ouderen. De grootste motivatie in Nederland maar ook in de omgeving is dat het werk leuk is om te doen en omdat het fijn is om iets voor een ander te kunnen betekenen. Over het algemeen is te zeggen dat het percentage jongeren dat vrijwilligerswerk doet in de ouderenzorg erg summier is.

Ondertussen is er een groeiende vraag naar personeel in de zorg vanwege de vergrijzing. Het extra personeel is niet alleen nodig voor persoonlijke verzorging maar ook voor het afleggen van bezoeken, het regelen van maaltijden en voor het vervoeren van ouderen. Door de tekorten op de arbeidsmarkt en de toenemende grijze druk zal er een grotere druk komen te liggen op vrijwilligers. Het aantrekken van vrijwilligers zal echter bemoeilijkt worden door ontkerkelijking, een groter wordend tijdgebrek, uitstellen van vrijwilligerswerk na pensionering en door een groeiende individualisering. Het vinden van oudere vrijwilligers zal echter nog moeilijker worden door de verhoging van de pensioengerechtigde leeftijd waardoor oudere werknemers steeds langer door moeten werken en minder tijd voor vrijwilligerswerk hebben. Door een toenemende vraag naar vrijwilligers in de zorg en het afnemende aanbod van oudere vrijwilligers, die veel vaker dan jongeren in de hulpverlening werken, zal het dus van groot belang zijn om jongeren voor een aantal taken in de ouderenzorg te mobiliseren.

Door het slechte imago van vrijwilligerswerk en de zorg zal daar eerst iets aan veranderd moeten worden. Jongeren geven zelf aan dat meer jongeren vrijwilligerswerk zouden doen als het vrijwilligerswerk meer onder de aandacht wordt gebracht, het gemakkelijker is om aan vrijwilligerswerk te komen en als het duidelijker wordt wat organisaties en instanties zoeken. De aandacht voor vrijwilligerswerk kan volgens de jongeren getrokken worden via stimulatie en lezingen op school maar ook door reclame op het internet. Organisaties moeten ook niet meer enkel zeggen dat je 'wellicht ergens kan helpen' maar gelijk concreet maken wat ze zoeken en wat er verwacht wordt van de jongeren qua tijdsduur en taken.

Volgens de jongeren hebben organisaties en instanties dan veel meer kans om vrijwilligers te werven.

Wanneer deze punten van verbetering worden geïmplementeerd dan zouden de 81,5% van de respondenten van mijn onderzoek die nog geen vrijwilligerswerk doet maar het (misschien) wel zou willen doen, vrijwilligerswerk ook echt gaan ondernemen. Veel jongeren zijn ook daadwerkelijk bereid om regelmatig iets met ouderen te ondernemen, 65% zegt minstens 1x per maand of zelfs meer dan 1x per maand, 2 uur iets met ouderen te willen doen. Als het aan de jongeren zou liggen dan zou hun aanwezigheid zeker kunnen helpen tegen het verminderen van eenzaamheid bij ouderen.

Het verzorgend personeel zegt wel een helpende hand te kunnen gebruiken afkomstig van jongeren. De jongeren zouden met name kunnen helpen bij de activiteiten met ouderen, die dat hoogstwaarschijnlijk erg gezellig zullen vinden. Maar of de eenzaamheid van de ouderen echt verminderd kan worden door jongeren is maar de vraag volgens het personeel. De verplegers geven aan dat de gezamenlijke huiskamers en de activiteiten al voldoende sociale contact bieden voor de meeste ouderen. Volgens het verzorgend personeel zitten de echt eenzame ouderen niet in het verzorgingshuis maar in aanleunwoningen of wonen nog in hun eigen huis.

Er zijn al veel manieren gebruikt om de eenzaamheid van ouderen tegen te gaan. Deze manieren zijn erg divers: verschillende organisaties zijn betrokken bij de eenzaamheid van ouderen, er zijn artikelen om de mindset te veranderen en er zijn zelfs technische snuffjes ontworpen om de eenzaamheid van ouderen te verminderen. Wat wel te zien is bij deze middelen is dat ouderen zelf eerst actie moeten ondernemen. De ouderen moeten zich aanmelden op internet of hun eigen mindset veranderen. Dus om eenzaamheid te verminderen dient men zelf iets aan de eenzaamheid te willen veranderen. Het begin moet zelf gemaakt worden. Dit is vaak ook de reden dat er nog veel eenzaamheid onder de ouderen heerst ondanks dat er al veel dingen geprobeerd kunnen worden om de eenzaamheid te verminderen.

Een deel waar jongeren bij kunnen helpen is voor de diversiteit van contacten die wordt uitgebreid door hun aanwezigheid. Uit onderzoek blijkt dat het gevoel van eenzaamheid wordt verminderd wanneer iemand een variatie aan contacten heeft. Het meeste contact dat door ouderen in het verzorgingshuis gemaakt wordt is met het personeel. Wanneer jongeren betrokken zouden worden in het verzorgingshuis is de diversiteit aan contacten voor de ouderen groter en zou theoretisch gezien de eenzaamheid van ouderen verminderd kunnen worden.

Echter houden de ouderen in het verzorgingshuis wel van activiteiten als kletsen, spelletjes en zingen maar geven zij in mijn onderzoek aan dit niet persé met jongeren te hoeven doen. De meeste ouderen vonden de spelletjesmidag wel prima en gezellig maar hebben niet expliciet behoefte aan contact met jongeren. Dit kan komen door hun dementie. Veel ouderen wisten niet zo goed meer waar ze waren en snapten niet wat de aanwezigheid van de jongeren betekende. Doordat zij in het hier-en-nu leven heeft het voor demente ouderen

ook geen toegevoegde waarde of jongeren bij hun zijn en activiteiten doen of volwassene. De ouderen vinden het samen zijn op de huiskamer met andere ouderen veelal voldoende.

Als antwoord op de onderzoeksvraag, helpt de aanwezigheid van jongeren niet direct tegen de eenzaamheid van demente ouderen. Aangezien veel van de huidige bewoners van het verzorgingshuis dement zijn doordat tegenwoordig geprobeerd wordt zoveel mogelijk ouderen die meer bij 'geest' zijn thuis te houden en hulp aan huis te bieden, kan algeheel worden gesteld dat de aanwezigheid van jongeren niet direct tegen de eenzaamheid van ouderen in het verzorgingshuis helpt. Uiteraard zou het verzorgingshuis wel blij zijn als jongeren helpen bij activiteiten en zouden ouderen het ook leuk vinden als jongeren erbij zijn, maar de expliciete noodzaak om met jongeren om te gaan is er voor de meeste ouderen in het verzorgingshuis niet.

Echter, zowel in de uitgezonden documentaires als in mijn eigen film is te zien dat deze niet-demente ouderen nog maar weinig contact hebben met jongeren en hier wel extra waarden aan hechten. Zoals Marijke die in de documentaire heeft gezegd dat ze graag met jongeren zou willen praten over hun toekomstplannen en wat erin hun hoofd omgaat. Marijke was ook aanwezig bij de spelletjesmiddag en is niet dement. De jongeren vonden het daarentegen veel leuker om met haar te praten omdat ze echt geïnteresseerd was in de jongeren en hun vragen vroeg waardoor het een echt wederzijds gesprek werd. Jongeren gaven ook als respons, na de spelletjesmiddag, het leuker te vinden om vrijwilligerswerk met niet-demente ouderen te doen in plaats van met demente ouderen. Uit eigen bevindingen en uit gesprekken met het verzorgend personeel kan geconcludeerd worden dat de meeste niet-demente ouderen wel een nadrukkelijke behoefte hebben aan jongeren. Bij deze niet-demente ouderen zouden jongeren dus wel direct een bijdrage kunnen leveren aan het verminderen van eenzaamheid. In de documentaires is wel te zien dat ieder zijn eigen verhaal heeft en voorkeuren. Jongeren kunnen niet voor elk ouder eenzaam persoon een rol spelen maar al met al denk ik wel dat jongeren voor deze groep, niet-demente thuis of in aanleunwoning wonende ouderen, een grote bijdrage zijn voor het verminderen van eenzaamheid.



## 7.2. Discussie

De resultaten van de enquête zijn afkomstig van 109 jongeren. Dit aantal is uiteraard niet valide voor een betrouwbaar onderzoek naar vrijwilligerswerk onder jongeren in de omgeving vermits er al 12.000 jongeren met een leeftijd tussen de 15 en 25 jaar in de omgeving zelf wonen. 96 jongeren die hebben geantwoord op de enquête komen uit deze omgeving, Deze 96 jongeren zijn al voor veel minder dan 1% verantwoordelijk van de jongeren uit de omgeving. Buiten de geringe validiteit van deze enquête zijn er wel een aantal opmerkende en leuke antwoorden voortgekomen uit de openvragen. Deze antwoorden kunnen uiteraard wel worden gebruikt als ideeën.

Ook is het antwoord op de onderzoeksvraag en de deelvraag: 'Vinden ouderen in het verzorgingshuis de hoeveelheid activiteiten, vanuit het verzorgingshuis georganiseerd, voldoende?', een aanneme en geen betrouwbare conclusie. Voor dit onderzoek zijn namelijk maar 20 ouderen ondervraagd die ook nog eens allemaal dement waren en niet goed in staat waren om hun mening te vertellen. Ook kunnen de conclusies uit de meningen en antwoorden van deze 20 ouderen niet representatief worden gesteld tegenover de 189 000 (in 2018) ouderen die in Nederland in het verzorgingshuis zitten. Het onderzoek naar de hoofdvraag is voor diezelfde redenen niet valide en daarbij komt ook dat demente ouderen een afwijkende mening kunnen hebben over jongeren dan niet-demente ouderen in het verzorgingshuis.

Buiten de geringe betrouwbaarheid kan het onderzoek echter wel instanties en organisaties op ideeën brengen om hun werving van jonge vrijwilligers te veranderen. Ook kan het onderzoek zelf jongeren stimuleren om vrijwilligerswerk te ondernemen en andere mensen op ideeën brengen om activiteiten en acties op te richten om de eenzaamheid van ouderen tegen de gaan. Ik zie dit verslag zelf dus eerder ook als een inspiratie dan een wetenschappelijk betrouwbaar onderzoek.

### 7.3. Voorstel

Aangezien ik toch heb gemerkt dat Marijke en een aantal ouderen uit het onderzoek een ervaring hebben gekregen nadat de jongeren op bezoek kwamen, wil ik mijn idee om ouderen en jongeren samen te brengen voortzetten. De spelletjes zijn goed bevallen bij de ouderen dus mijn idee is met regelmaat een spelletjesmiddag te organiseren, om te beginnen bij het onderzochte verzorgingshuis. Later kunnen deze spelletjesmiddagen mogelijk uitgebreid worden naar andere buurt- en verzorgingshuizen. Om toch voor de locatie in het verzorgingshuis te kiezen is niet omdat de spelletjesmiddag daar zo goed bevallen is maar omdat ze daar vaak een grote ontmoetingsplek hebben als een restaurant waar grootschalig jongeren en ouderen bijeen kunnen komen. De spelletjesmiddagen zijn dus vooral bedoeld voor eenzame ouderen uit de omgeving die nog zelfstandig wonen of voor ouderen in aanleunwoningen die het leuk vinden om met jongeren om te gaan. Deze ouderen uit de omgeving en jongeren kunnen op vrijwillige base naar de spelletjesmiddagen in het verzorgingshuis toekomen. Uiteraard kunnen bewoners van het verzorgingshuis zelf ook aansluiten, ik geloof ook zeker dat een aantal ouderen uit het verzorgingshuis het wel extra leuk zouden vinden als jongeren aanwezig zijn in het huis.

De spelletjesmiddagen worden dan met regelmaat georganiseerd, bijvoorbeeld de eerste maandag van de maand zodat ouderen en jongeren duidelijk weten wanneer deze middagen georganiseerd worden. De spelletjesmiddagen zijn uiteraard vrijblijvend en niemand is verplicht om altijd te komen. Het ideale aan zulke middagen is, dat deze wel door kunnen gaan wanneer er een middag te weinig jongeren zijn om spelletjes met de ouderen te spelen. De ouderen zouden dan altijd nog met elkaar kunnen rummikubben.

De spelletjesmiddagen zijn bedoeld om een gezellige middag te hebben maar ook voor het ontmoeten van ouderen en jongeren zodat er mogelijk maatjes kunnen ontstaan die buiten de middagen om ook wat met elkaar gaan ondernemen.

Dit idee heb ik voorgelegd aan het verzorgingshuis en mijn school. Het verzorgingshuis om uiteraard de ruimte ter beschikking te stellen en voor vrijwilligers die willen helpen met het coördineren van de middagen. De school om de middagen en vrijwilligerswerk in het algemeen onder de aandacht te brengen. Ook heb ik een voorstel geschreven aan mijn school om de maatschappelijke stage weer in te voeren zodat jongeren in aanraking komen met vrijwilligerswerk en mogelijk daarna zelf ook vrijwilliger worden.

Ik hoop uiteraard dat deze middagen in werkelijkheid worden gebracht en dat ouderen en jongeren maatjes met elkaar worden zodat niemand ooit meer alleen hoeft te zijn.



#### **7.4. NAWOORD**

Ik ben erg tevreden over het onderzoek. Naarmate het duidelijker werd hoe ik het onderzoek en verslag wou gaan vormgeven, begon ik het steeds leuker te vinden. Ik heb veel uren in het project gestoken maar omdat ik het uiteindelijk zo leuk vond om te doen heeft het voor mijn gevoel niet veel tijd gekost. Ondanks dat sommige dingen anders zijn gelopen dan verwacht, is alles toch op zijn plaats gekomen en is er een mooie samenhang ontstaan tussen alle hoofdstukken. Ik heb veel geleerd hoe een goed onderzoek op te zetten. Ook ben ik achter veel dingen gekomen. Wat mij met name heeft verast zijn de hoeveelheid aan sociale acties die er al voor ouderen zijn en hoeveel er daarvan zich eigenlijk ook al in de omgeving bevinden. En ik heb heel veel verhalen gehoord van eenzame ouderen, wat mij heeft geïnspireerd maar ook heeft geraakt. Al met al ben ik achteraf erg blij met het onderwerp dat ik heb gekozen en heb ik erg genoten om dit verslag te maken.

## LITERATUUR

### Internetbronnen

2DOC (2015). Ik ben Alice. Geraadpleegd op 16 november 2019, <https://www.youtube.com/watch?v=AM69fBlcRKE>

BTSG (z.d.). Eenzaamheid. Geraadpleegd op 15 november 2019, <https://btsg.nl/eenzaamheid-bij-ouderen/>

CBS, in opdracht van (2018). Helft jongeren doet vrijwilligerswerk. Geraadpleegd op 28 juni 2019, <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2018/40/helft-jongeren-doet-vrijwilligerswerk>.

Deloitte (2018). Hallo, mijn naam is Alice. Geraadpleegd op 12 november 2019, <https://www2.deloitte.com/nl/nl/pages/over-deloitte/articles/zorgrobot-alice-zorgen-voor-morgen.html>

Een tegen eenzaamheid (2019). Eén tegen eenzaamheid bij Omroep Max. Geraadpleegd op 16 oktober 2019, <https://www.eentegeneenzaamheid.nl/initiatieven/live-programma/>

Een tegen eenzaamheid (z.d.). 'Eenzaamheidslijn' door de Luisterlijn en Inclusio. Geraadpleegd op 14 november 2019, <https://www.eentegeneenzaamheid.nl/week-tegen-eenzaamheid-2019/eenzaamheidslijn-door-de-luisterlijn-en-inclusio/>

Een tegen eenzaamheid (z.d.). Initiatieven. Geraadpleegd op 14 november 2019, <https://www.eentegeneenzaamheid.nl/initiatieven/>

Eenzaam.nl (z.d.). Ontmoeting en activiteit. Geraadpleegd op 12 oktober 2019, <https://www.eenzaam.nl/activiteiten-voor-jou/ontmoeting-en-activiteit>

Eenzaam.nl (z.d.). Wat is eenzaamheid?. Geraadpleegd op 26 juni 2019, <https://www.eenzaam.nl/over-eezaamheid/wat-is-eezaamheid>.

EO (2019). Proef Eenzaamheid. Geraadpleegd op 6 november 2019, <https://portal.eo.nl/over-de-eo/pers/schema-programmas/televisie/proef-eezaamheid/>

Generation Journey (z.d.). De kracht van ouderen en jongeren onder 1 dak. Geraadpleegd op 28 juni 2019, <https://www.generationjourney.nl/kracht-jongeren-en-ouderen-dak/>

Heijnen, F. (2019). Alice: sociale robots voor het welzijn van ouderen. Geraadpleegd op 19 november 2019. <https://www.emerce.nl/achtergrond/alice-sociale-robots-welzijn-ouderen>

Hermus, J. (z.d.). Eenzaamheid oplossen. Geraadpleegd op 14 november 2019, <https://sochicken.nl/eezaamheid-oplossen>

Jong, De en Kooiker (2018). Tekort aan mantelzorgers en professionals. Geraadpleegd op 15 november, <https://digitaal.scp.nl/ouderenzorg/tekort-aan-mantelzorgers-en-professionals>

Leger des Heils (z.d.). Maaltijd. Geraadpleegd op 11 oktober 2019, <https://www.legerdesheils.nl/maaltijd>

Max Vandaag (2015). Nooit meer alleen. Geraadpleegd op 14 november 2019, <https://www.maxvandaag.nl/programmas/tv/nooit-meer-alleen/>

Nationaal ouderen fonds (z.d.). Bijna helft ouderen in Nederland eenzaam. Geraadpleegd op 26 juni 2019, <https://www.ouderenfonds.nl/activiteiten/eenzaamheid>.

NPO Start (z.d.) (2009). De zorgfabriek. Geraadpleegd op 15 november 2019, [https://www.npostart.nl/de-zorgfabriek/29-11-2009/POW\\_00177401](https://www.npostart.nl/de-zorgfabriek/29-11-2009/POW_00177401)

NPO Start (z.d.) (2017). Wie kent mij nog?. Geraadpleegd op 14 november 2019, [https://www.npostart.nl/wie-kent-mij-nog/26-09-2017/VPWON\\_1280926](https://www.npostart.nl/wie-kent-mij-nog/26-09-2017/VPWON_1280926)

Ouderenfonds (z.d.). Onze activiteiten. Geraadpleegd op 11 oktober 2019, <https://www.ouderenfonds.nl/activiteiten>

Resto van Harte (z.d.). Wat wij doen. Geraadpleegd op 12 oktober 2019, <https://www.restovanharte.nl/wat-wij-doen>

Rijksoverheid, in opdracht van (2016). Eenzaamheid. Geraadpleegd op 28 juni 2019, <https://www.volksgezondheidszorg.info/onderwerp/eenzaamheid/cijfers-context/huidige-situatie#node-eezaamheid-naar-leeftijd>.

## Papers & Boeken

Arends, J. en Schmeets, H. (2017). Vrijwilligerswerk: wie doet het?, Den Haag. CBS.

Arends, J. en Schmeets, H. (2018). Vrijwilligerswerk: activiteiten, duur en motieven. Den Haag. CBS.

Bekkers, R. (2004). Secularisering en veranderende motieven voor vrijwilligerswerk, Groningen. Default journal.

Broese van Groenou, M. en van Tilburg, T. en de Jong-Gierveld, J. (1999). Eenzaamheid bij ouderen en kenmerken van de omgeving, Amsterdam. VU Amsterdam.

Fokkema, T. en van Tilburg, T. (2006). Aanpak van eenzaamheid: helpt het?, Den Haag. Nederlands interdisciplinair demografisch instituut (NIDI).

Hustinx, L. (1998). Jongeren en hun vrijwillig engagement: een nieuwe stijl van vrijwilligerswerk?, Gent. Universiteitsbibliotheek Gent.

Kerkstra, A. en Kramer, K. (1991), Eenzaamheid van bewoners in een verzorgingshuis, Utrecht. Nederlands Instituut voor Onderzoek van de Eerstelijnsgezondheidszorg (NIVEL).

Nederlandse zorginstituut, in opdracht van (2018). Zorg voor ouderen, Utrecht. Nederlandse zorginstituut.

Thijssen, L. (1983). Sociale relatie en eenzaamheid bij ouderen, Groningen. Rijksuniversiteit groningen.