

Wat is de rol van (het gebrek) aan sociale contacten in de ervaring van eenzaamheid bij alleenstaande 65-plussers in de provincie Groningen?



Onderzoek in Ter Apel en de Wijert

Bachelorscriptie

*Sociale Geografie & Planologie
Faculteit Ruimtelijke Wetenschappen
Rijksuniversiteit Groningen*

Naam: Jelmer Miedema
Begeleider: Sanne Visser

Samenvatting

Binnen dit onderzoek is de relatie onderzocht tussen percepties van eenzaamheid enerzijds en factoren die kunnen lijden tot een gebrek aan/afname van sociaal contact anderzijds. Hierbij zijn in totaliteit zeven interviews afgenomen waarvan drie in De Wijert (urbaan) en vier in Ter Apel (ruraal). Er wordt in twee verschillende omgevingen gekeken naar (1) sociaal contact met de buurt en familie, (2) (fysieke) gezondheid, en (3) voorzieningen in de buurt. Het doel is om te kijken welke rol een of meerdere factor(en) hebben op percepties van eenzaamheid bij ouderen met oog voor rurale en urbane verschillen.

De belangrijkste uitkomsten van dit onderzoek zijn dat bepaalde factoren de gevoelens van eenzaamheid van ouderen negatief kunnen beïnvloeden. Zo geldt dat een slechte fysieke gezondheid er voor kan zorgen dat ouderen niet deel kunnen nemen aan activiteiten. Ook zorgt een grotere geografische afstand tussen oudere en familie ervoor dat er minder frequent sprake is van fysiek sociaal contact. Hiermee wordt bedoelt dat ouderen in levenden lijve minder sociaal contact ondervinden met een van hun familieleden. Wat betreft ruraal urbane verschillen zien we dat Ter Apel meer een gemeenschap is dan De Wijert en er sprake is van meer sociale cohesie en betrokkenheid dan in de stad.

Percepties van eenzaamheid komen bij iedereen anders tot stand en zijn subjectief van aard. Dit onderzoek heeft echter uitgewezen dat de ouderen die zijn geïnterviewd en eenzaamheid ervoeren een beperkter sociaal netwerk hadden dan de anderen die geen eenzaamheid ervoeren. Daarnaast werd er de behoefte uitgesproken naar meer sociaal contact, zodat deze gevoelens zouden worden verminderd.

Inhoudsopgave

Samenvatting ----- 2

Inhoudsopgave ----- 3

1. Inleiding ----- 4-5

1.1 Aanleiding tot onderzoek

1.2 Doelstelling van onderzoek

1.2.1 Hoofdvraag en deelvragen

1.3 Leeswijzer

2. Theoretisch kader -----6-7

3. Methodologie ----- 8-11

3.1 De Wijert en Ter Apel

3.2 Dataverzameling en respondenten

3.3 Ethische verantwoording

4. Resultaten -----12-17

5. Conclusie ----- 18

6. Discussie en aanbevelingen -----18-19

Literatuurlijst

Verantwoording afbeeldingen

Bijlagen

1. Interviewgide

1. Inleiding

1.1 Aanleiding

Eenzaamheid is geen nieuwe trend in Nederland maar komt wel steeds nadrukkelijker naar voren in onder andere maatschappelijke debat (Raad voor Volksgezondheid en Samenleving). Met name de landelijke media lijkt een toevlucht te nemen met het thema eenzaamheid. Hierbij is het opvallend dat de meeste artikelen omtrent eenzaamheid die zijn gepubliceerd over ouderen gaan, en slechts een beperkt aantal over andere groepen (Raad voor Volksgezondheid en Samenleving).

Aanleiding voor de toegenomen aandacht is onder andere de steeds grotere groep ouderen in Nederland. In 2012 telde ons land 2,9 miljoen 65-plussers en naar verwachting zal deze groep in 2030 zijn gegroeid tot ruim 4,25 miljoen ouderen. Van de ouderen in 2012 voelden ruim 900.000 ouderen zich eenzaam (TNP/NIPO). Deze groep is een relatief groot deel van de 3,5 miljoen mensen in Nederland die aangeven zich sterk eenzaam te voelen (Ministerie van Volksgezondheid, 2012).

Kortgezegd telt ons land steeds meer ouderen en ook neemt eenzaamheid toe met leeftijd. Dit geldt met name voor eenzaamheid ten gevolg van sociaal contact (RIVM, Volksgezondheidszorg.info; CBS, 2016). Een aantal factoren kunnen worden aangewezen waardoor ouderen minder sociaal contact ervaren. Ten eerste bevinden we ons in een samenleving die steeds verder geïndividualiseerd raakt. Dit proces van individualisering zorgt ervoor dat we minder solidair zijn ten opzichte van andere mensen en ook zorgt dit voor een verminderde sociale cohesie (Machielse, 2006).

Ten tweede willen steeds meer ouderen langer zelfstandig thuis kunnen wonen. Het gevolg hiervan is dat steeds meer ouderen alleen thuis komen te zitten, met name wanneer hun partner komt te overlijden. Tenslotte kennen ouderen vaak meer fysieke problemen dan jongeren, hierdoor wordt het steeds lastiger om buitenshuis sociaal contact te ervaren (shankar et al., 2016).

Er is weinig bekend over het ontstaan van eenzaamheid in verschillende leefomgevingen. Daarom wordt en in dit onderzoek een blik geworpen op de relatie tussen eenzaamheid en rurale en urbane omgeving. Ondanks de hoge mate van subjectiviteit bij het beleven van eenzaamheid wordt hierdoor geprobeerd plaats sterker te linken aan eenzaamheid dan tot nog toe het geval is geweest.

1.2 doelstelling

Eenzaamheid ontstaat in veel gevallen door het gebrek aan sociaal contact (RIVM, Volksgezondheidszorg.info; CBS, 2016). Sociaal contact kan op veel verschillende manieren worden beleefd. Denk hierbij aan het sociaal contact wat een alleenstaande 65-plusser onderhoudt met de familie en met de buurt. Hierbij is het doel om te kijken naar de rol van de buurt en de rol van mogelijke afstand tussen familie en oudere.

Naast het sociaal contact wordt ook ten doelen gesteld om te kijken welke rol (fysieke) gezondheid speelt in het beleven van sociaal contact en wat de rol is van nabije voorzieningen.

Het einddoel is om te kijken wat de invloed is van sociaal contact, (fysieke) gezondheid en nabije voorzieningen is in de perceptie van eenzaamheid onder ouderen in ruraal en urbaan gebied.

1.2.1 Hoofdvraag

De aanleiding en de doelstelling leiden tot de volgende hoofdvraag:

Wat is de rol van (het gebrek) aan sociale contacten in de ervaring van eenzaamheid bij alleenstaande 65-plussers in de provincie Groningen?

1.2.2 Deelvragen

Om de hoofdvraag te kunnen beantwoorden heb ik vier deelvragen opgesteld.

1. Welke rol speelt familie in het sociaal netwerk van ouderen?
2. Welke rol spelen medebewoners in het sociaal netwerk van alleenstaande 65-plussers?
3. Wat is de rol van (fysieke) gezondheid in het sociaal netwerk van alleenstaande 65-plussers?
4. Wat is de rol van nabije voorzieningen in het sociaal netwerk van alleenstaande 65-plussers?
5. Wat zijn de percepties van eenzaamheid onder alleenstaande 65-plussers?

1.3 Leeswijzer

Hoofdstuk 1 begint met de aanleiding van het onderzoek, daarop volgen de doelstelling en het hoofdvraag en deelvragen. In **hoofdstuk 2** wordt het theoretisch raamwerk uitgezet waarmee wordt begonnen met het begrip eenzaamheid en wordt afgesloten met ruraal en urbane verschillen. Ook wordt er aandacht besteed aan sociaal kapitaal op buurtniveau en op familiair niveau. Dit vormt de basis van het onderzoek

In **hoofdstuk 3** wordt aandacht besteed aan de manier waarop de data is verzameld en waarmee getracht wordt een antwoord te vinden op de hoofdvraag en deelvragen die zijn opgesteld.

Uiteindelijk vormen **hoofdstuk 4** en **hoofdstuk 5** de resultatensectie en de daarop volgende conclusies waarmee de hoofdvraag moet worden beantwoord.

Een ieder die mijn scriptie onder ogen krijgt en deze doorleest wil ik hierbij veel leesplezier toewensen!

2. Theoretisch kader

In dit hoofdstuk worden concepten en theorieën die van belang zijn voor het onderzoek nader uitgelegd. Hierbij ligt de nadruk op het sociaal kapitaal wat door de ouderen wordt ervaren en de gevoelens van eenzaamheid welke kunnen ontstaan ten gevolge van een gebrekkig sociaal netwerk.

percepties van eenzaamheid

Allereerst is van belang om onderscheid te maken tussen verschillende typologieën van eenzaamheid. Grofweg kunnen we twee soorten eenzaamheid onderscheiden welke op verschillende wijzen worden veroorzaakt. Ten eerste spreken we van sociale eenzaamheid wanneer iemand eenzaamheid ervaart als een gevolg van een gebrekkig sociaal netwerk. Ten tweede spreken we van emotionele eenzaamheid wanneer er gevoelens van eenzaamheid ten gevolge van het verliezen van een dierbare (Dykstra & Fokkema, 2007)

Percepties van eenzaamheid verschillen per persoon en zijn subjectief van aard. Eenzaamheid ontstaat wanneer er een zogeheten 'mismatch' ontstaat tussen het contact wat de betreffende persoon ervaart en verlangt. Dit is zoals gezegd subjectief en kan voor ieder individu anders zijn afhankelijk van de voorstelling die hij of zij maakt bij een ideaal sociaal contact. De een kan bij even veel sociaal contact als de ander hierdoor een minder gevoel van eenzaamheid ervaren omdat hij of zij een minder grote behoefte heeft die moet worden vervuld (Perlman et al., 1982). Ondanks de grote mate van subjectiviteit in het beleven van eenzaamheid zien we ook dat sociaal contact en eenzaamheid niet geheel los van elkaar staan. Onderzoek van het Centraal Bureau Statistiek (2016) heeft uitgewezen dat meer sociaal contact vaak leidt tot minder gevoelens van eenzaamheid. Hierdoor is het niet alleen van belang om te kijken naar de eigen beleving van eenzaamheid. Andere factoren zoals de woonsituatie, contact met familie en omgeving (marital status) en moeilijkheden om deel te nemen aan sociale activiteiten (functional status)(Shankar et al., 2016). In sommige gevallen kan de oudere wel een bepaald contact willen aangaan maar zijn er dus bepaalde fysieke beperkingen. In die context speelt (fysieke) gezondheid een versturende factor.

Sociaal kapitaal

Verschillende onderzoeken naar sociaal kapitaal tonen aan dat sociale contacten invloed uitoefenen op eenzaamheid (Brandt et al., 2009; Victor et al., 2000). Er zijn verschillende factoren die ervoor kunnen zorgen dat het sociaal kapitaal van een oudere niet is zoals de oudere het zou willen. Bij het bespreken van sociaal kapitaal wordt gekeken naar contacten met familie en contacten met de buurt en de factoren die daarbij van invloed zijn. Wanneer we een blik werpen op de contacten met familie worden ouderen steeds hulpbehoevender naarmate zij ouder worden. Fysieke beperkingen leiden ertoe dat ouderen meer zijn aangewezen op familieleden (Brandt et al., 2009). Afstand tussen oudere en familie is hierin erg belangrijk: een grotere geografische afstand tussen oudere en familie zorgt significant voor minder sociaal contact tussen beiden. Naast het belang van geografische afstand treden gevoelens van eenzaamheid vaak op wanneer ouderen er alleen voor komen te staan. Na het overleiden van hun partner verdwijnt een belangrijk deel van het sociaal netwerk welke dicht bij de oudere staat. In voornamelijk de eerste periode na het verlies is het daarom belangrijk dat de persoon anderen heeft om op terug te vallen (Victor et al., 2000). Na verloop van tijd wordt dit contact echter weer minder intensief en ondervinden sommige ouderen met een vaak gebrekkig sociaal netwerk sneller gevoelens van eenzaamheid.

De contacten die de oudere onderhoudt met familie en de directe omgeving is voor een groot deel gebaseerd op en afhankelijk van vertrouwen. Op buurtniveau speelt vertrouwen een belangrijke rol om wel of niet contacten aan te gaan met buurtbewoners. Een verminderd vertrouwen kan dan ook invloed hebben op het sociaal contact welke wordt gekenmerkt door het aantal sociale contacten en de aard van die contacten (Nygqvist, 2005). Zo kan vertrouwen ertoe lijden dat mensen zich minder betrokken voelen bij de buurt en zich dus geen onderdeel voelen van de gemeenschap (Putnam, 1995). Op buurtniveau kunnen ook voorzieningen een belangrijke rol spelen in de beleving van sociaal contact. Naast het kopen van producten of diensten bieden voorzieningen ook ontmoetingskansen voor ouderen om contacten met anderen op te doen (Buffel et al., 2011)

ruraal urbane distinctie

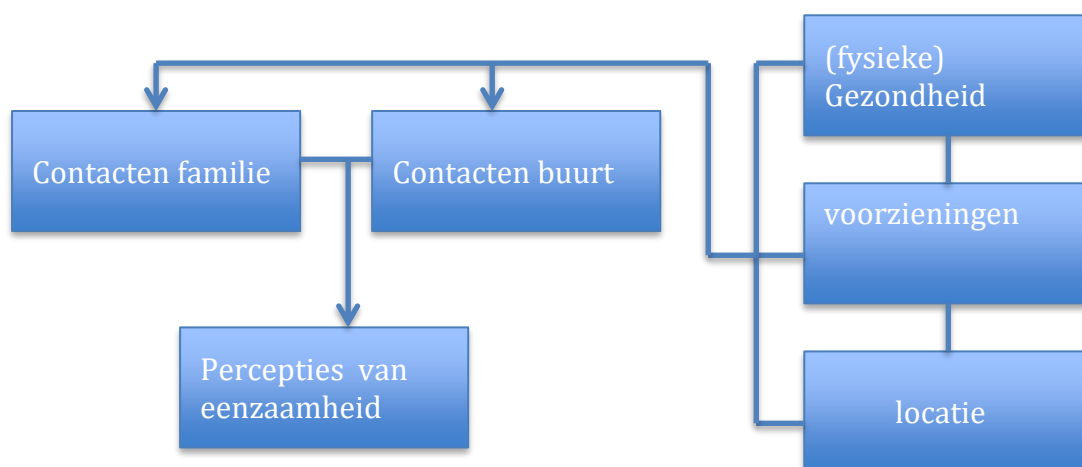
Aan het einde van de 19e eeuw maakte de bekende socioloog Ferdinand Tonnies (1887) al een onderscheid tussen *gemeinschaft* enerzijds en *gesellschaft* anderzijds. Deze welbekende begrippen tonen het verschil aan in saamhorigheid en netwerken.

Geografie en social capital lijken in een eerste opzicht wellicht twee losse begrippen maar zijn zeker niet onafscheidelijk. Zo stelt Ziersch (2009) dat sociaal kapitaal verschilt tussen rurale en urbane gebieden. Leven in rurale gebieden wordt vaak gezien als leven in een gebied met meer sociale cohesie en meer affiniteit met medebewoners dan in urbane gebieden. Dit wordt zichtbaar door grote sociale betrokkenheid enerzijds en het kennen van de mensen om je heen anderzijds. In contrast met rurale gebieden staan urbane gebieden welke zich laten kennen door een lager sociaal kapitaal met minder binding met de omgeving.

Hofferth (1998) en Glendinning (2003) stellen dat lagere bevolkingsdichtheden ervoor zorgen dat de bevolking meer connecties met elkaar aangaan. De reden die hiervoor wordt geopperd is het wegvallen van veel voorzieningen waardoor mensen meer op elkaar aangewezen zijn. Dit vertaalt zich in een verhoogd sociaal kapitaal en meer samenwerking.

conceptueel model

Het hieronder getoonde conceptueel model is een korte weergave van het eerder geschetste theoretisch raamwerk. In het model is te zien hoe de eerder beschreven concepten met elkaar in verband staan.



afbeelding 1. Conceptueel model

3. Methodologie

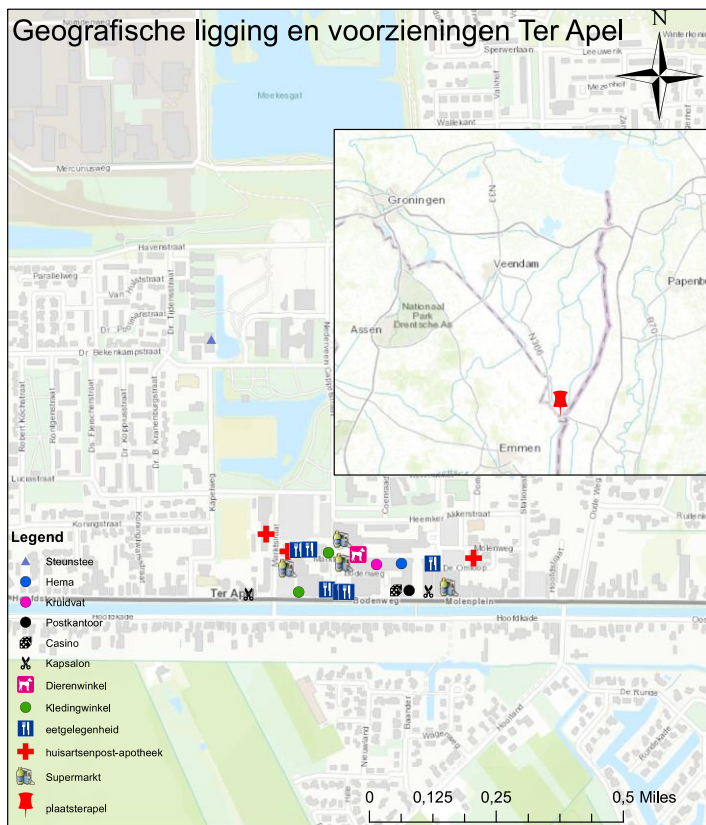
3.1 De Wijert en Ter Apel

Om te onderzoeken hoe ouderen op verschillende locaties eenzaamheid ervaren zijn er participanten geïnterviewd in zowel rurale als urbane omgeving. In Groningen is de wijk gekozen op basis van het percentage 65-plussers in de wijk, stedelijkheidsgraad en afstand tot het stadscentrum. Dit om ervoor te zorgen dat voorzieningen mogelijk anderszoudens ontbreken. In Ter Apel heb ik ook gekeken naar percentage 65-plussers, stedelijkheidsgraad en ligging in de regio Oost-Groningen.



Afbeelding 2 geeft een overzicht van de geografische ligging van de Wijert in Groningen en de voorzieningen. De Wijk is opgedeeld in De Wijert-Noord en De Wijert-Zuid. De wijk telt in totaal 7990 inwoners waarvan 1490 65-plussers. Dit komt neer op een percentage 65-plussers van ongeveer 19% (CBS, 2016). De stad Groningen kent een stedelijkheidsgraad van 1 (CBS,2011). Wanneer we een blik werpen op de voorzieningen in de stad zien we dat de gemiddelde afstand tot een supermarkt 0,5 km is en tot een apotheek 0,9 km (CBS,2011)(CBS, 2017).

afbeelding 2 Geografische ligging en voorzieningen De Wijert



afbeelding 3 Geografische ligging en voorzieningen Ter Apel

Afbeelding 3 heeft dezelfde kenmerken als afbeelding twee maar dan van Ter Apel. Op het eerste gezicht valt gelijk op dat er een meer divers en groter aanbod van voorzieningen is. Ter Apel verschilt qua inwonersaantallen en gemiddelde leeftijd erg van de stad Groningen. De gemiddelde leeftijd is er 45 jaar en ongeveer 25% is 65-plusser. De gemiddelde afstand tot een supermarkt is hier 0,9 km en de afstand tot een apotheek is te vergelijken met die in de stad (CBS, 2011). Ter Apel bevindt zich in het meest Oostelijke stukje van Groningen en grens aan de provincie Drenthe. Het dorp kent een stedelijkheidsgraad van 4 (CBS, 2011).

3.2 Dataverzameling

Door middel van het uitvoeren van semigestructureerde interviews is de benodigde data voor dit onderzoek verkregen. Hierbij ligt de nadruk op de ervaringen van de participant waarbij hij of zij veel ruimte krijgt om te vertellen wat hij of zij als belangrijk ervaart. Clifford (2010) omschrijft dit als volgt: *‘Een semi-gestructureerd interview is een dialoog waarbij een persoon, de interviewer, probeert om informatie te verzamelen van een ander persoon door vragen te stellen. Ondanks dat de interviewer een lijst met vragen heeft voorbereid, bieden semi-gestructureerde interviews participanten de kans om zaken uit te leggen en te vertellen wat zij als belangrijk ervaren’* (p.103)

Door middel van het opstellen van een interviewgide wordt geprobeerd het interview in grote lijnen uit te zetten en van te voren vastgestelde concepten en topics te bespreken. Met interviews wordt geprobeerd op zoek te gaan naar diepere betekenissen en belevenissen van mensen. Hierbij ligt de nadruk op de manier waarop iemand iets ervaart of heeft ervaren in het verleden (Denzin et al., 2011)

De ervaring van eenzaamheid is zoals vaker verteld grotendeels een gevoel en dus subjectief van aard. Het uitvoeren van interviews leent zich hier dan ook goed voor. De behoefte aan sociaal contact en de reden hiervoor zijn vaak persoonlijk en vertrouwen en andere ervaringen spelen hierbij een rol.

De doelgroep van het interview zijn inwoners van de wijk Wijert enerzijds en bewoners van het dorp Ter Apel anderzijds. Vanwege mijn geringe connecties in eigenlijk de gehele provincie Groningen heb ik ervoor gekozen om sociale organisaties te benaderen om zo een brug te slaan. In de Wijert heb ik contact gezocht met WIJ, een team van beroepskrachten en vrijwilligers met connecties in de wijk. In Ter Apel heb ik contact gezocht met Rzijn, een stichting welke voornamelijk vraaggericht is en een luisterend oor bied voor alle inwoners van jong tot oud. Via deze organisaties is het mij gelukt om in totaal 7 participanten te vergaren waarmee een interview is aangegaan (zie tabel 1).

De interviews zijn uitgevoerd op rustige plekken, voornamelijk in de woningen van de participanten. Dit om de participanten een vertrouwd gevoel te geven en om te voorkomen dat mijn opnames van slechte kwaliteit zouden zijn.

Naam	Geslacht	Leeftijd	Woonplaats
Corrie	V	82	De Wijert
Greetje	V	80	De Wijert
Claudia	V	--	De Wijert
Ans	V	--	Ter Apel
Anja	V	69	Ter Apel
Peter	M	89	Ter Apel
Ria	V	--	Ter Apel

tabel 1. Kenmerken respondenten

3.3 Analyse

Na het verzamelen van de benodigde data heb ik alles eerst getranscribeerd en ben ik vervolgens begonnen met het coderen. Het coderen van de data is gedaan met behulp van Word, hier is voor gekozen omdat er sprake was van een klein aantal interviews. Volgens mijn vooraf opgestelde schema heb ik concepten over buurt, familie, fysieke gezondheid en voorzieningen verbonden aan de tekst. Ook heb ik hieruit volgende percepties van eenzaamheid als codering doorgevoerd. Om te beginnen ben ik gestart met ‘complete coding’ waarbij ik veel data heb voorzien van labels. Hierna ben ik selectiever gaan kijken en ben ik gestart met ‘selective coding’ waarbij alleen de belangrijkste data is meegenomen (Braun et al., 2013). Op deze wijze is de data als het ware door een trechter gegaan waardoor alleen de belangrijkste data, voorzien van coderingen, is overgebleven. Op deze wijze heb ik mijn verschillende interviews weten te ordenen en heb ik de data, relevant voor het beantwoorden van mijn onderzoeksvragen, in beeld gekregen.

3.4 Ethische vraagstukken

Bij het uitvoeren van interviews komen veel vraagstukken gerelateerd aan vertrouwelijkheid kijken. Hierbij ligt de focus op de zogeheten micro ethiek waarbij de privacy van de participant wordt gewaarborgd. Het is belangrijk dat gedurende het gehele onderzoeksproces aan ethiek wordt gedacht (Braun et al., 2013). Alvorens, tijdens, en na het verzamelen van de data heb ik geprobeerd ethisch verantwoord te handelen.

Zo heb ik om de privacy van alle participanten te waarborgen ervoor gekozen om te kiezen voor fictieve namen. Op deze wijze wil ik voorkomen dat bepaalde informatie te relateren valt aan bepaalde personen. Ook wil ik hiermee een sfeer creëren waarbij ouderen openhartig kunnen zijn zonder hierbij te hoeven denken aan hun privacy. Tenslotte heb ik ook iedere participant meerdere malen verteld dat zij mij niet verplicht zijn tot antwoorden en ten alle tijden mij kunnen onderbreken om een vraag over te slaan of het interview te

beëindigen.

Een belangrijk punt voorafgaand aan de interviews is het wel of niet toestemming verlenen om het interview op te nemen. Dit om mijn aandacht volledig bij het gesprek te kunnen houden en niet al mijn aandacht op mijn notities te hoeven vestigen. Op deze manier ontstaat er een spontaan gesprek. Alle participanten hebben toestemming gegeven om het interview daadwerkelijk op te nemen en om de verkregen data te gebruiken voor mijn onderzoek.

Op deze manier heb ik geprobeerd iedere participant waardig te behandelen en oog te hebben voor de privacy van een ieder.

3.5 Reflectie onderzoeksproces

Terugkijkend op het onderzoeksproces kan ik concluderen dat het ontzettend lastig was om in contact te treden met ouderen die daadwerkelijk percepties hadden van eenzaamheid. Eenzame ouderen zijn dus een moeilijk te benaderen groep en vooral aan de urbane kant heb ik niet echt de eenzame ouderen kunnen vinden die ik wilde vinden. Aan de rurale kant heb ik wel eenzame ouderen geïnterviewd en kan ik dus ook stellen dat deze data waardevoller is wat betreft percepties van eenzaamheid dan de andere data.

Ook zijn na enkele interviews in Groningen mijn onderzoeksvragen iets aangepast, namelijk: toevoeging van voorzieningen en (fysieke) gezondheid. Pas tijdens mijn interviews in Ter Apel heb ik daar veel aandacht aan besteed. De reden voor deze toevoeging is dat de ouderen in De Wijert vertelden sociaal contact te ervaren tijdens het doen van boodschappen en andere behoeftes. Daarnaast werd er duidelijk dat (fysieke) gezondheid belangrijk kan zijn bij het opzoeken van sociaal contact.

Ook was ik eerst van plan om interviews af te nemen in het dorp Vlagtwedde, welke een lagere urbaniteitsgraad kent dan Ter Apel. Echter waren de contacten die Rzijn had voornamelijk aanwezig in Ter Apel en heb ik er voor gekozen om mijn interviews daar af te nemen.

4 Resultatensectie

In deze resultatensectie worden de deelvragen uiteengezet in kopjes om zo te kijken hoe het sociaal contact in zowel Ter Apel als in de Wijert ontstaat en (negatief) kan worden beïnvloed. Allereerst wordt begonnen met een paragraaf die de percepties van eenzaamheid behandelt. Daarna komen de andere paragrafen aan bod welke invloed uitoefenen op het sociaal netwerk van de ouderen.

4.1 Percepties van eenzaamheid

Gedurende de interviews zijn twee verschillende typologieën van eenzaamheid naar voren gekomen. Zo beleefden vier van de zeven participanten gevoelens van emotionele eenzaamheid en beleefden twee van de zeven participanten gevoelens van sociale eenzaamheid. In de volgende twee sub-paragrafen worden beiden typen eenzaamheid uiteengezet.

4.1.1 Emotionele eenzaamheid

Van de participanten die emotionele eenzaamheid ervoeren waren deze gevoelens het gevolg van sterfte van een dierbare. In het geval van Peter, Anja en Ria werden deze gevoelens veroorzaakt door het verlies van hun partner en bij Greetje doordat zij een goede vriendin kwijtraakte. Dykstra & Fokkema (2009) bevestigen in hun artikel dat deze gevoelens in de meeste gevallen inderdaad tot stand komen na het verlies van een dierbare. Het gemis van een dierbare geldt vooral in de eerste periode na het overlijden als een sterke veroorzaker van gevoelens van eenzaamheid. In deze eerste periode werd het contact tussen oudere en familie en vrienden frequenter. Zij gaven aan meer toe te trekken naar hun contacten om zo steun te zoeken en ook om het gevoel te hebben dat ze er niet alleen voor staan.

Greetje, Peter, Anja en Ria gaven allen aan dat ze zich eenzaam hebben gevoeld of nog steeds voelen afhankelijk van hoelang het geleden is. Ria is alleenstaand sinds vorig jaar en op het moment dat zij er alleen voor kwam te staan was haar nicht de enige waar ze op terug kon vallen. Verder heeft ze niet veel contacten in de buurt en wonen haar familieleden op verre afstand. Hierover vertelde zij:

‘Hmm ja, ja dat is waar. Ja dat heeft afgelopen vorig jaar, dan kom je dus eigenlijk in een zwart gat terecht een bodemloze put en waar je denkt je komt er van je leven niet uit en waarvoor ga ik eigenlijk mijn bed uit er is toch niemand waar ik mee kan praten die ik nog ken... Ik heb niet veel contact met mensen dat is mij gewoon ontglipt.’

Bij Ria waren er weinig mensen waarop teruggevallen kon worden en dit was dan ook de voornaamste reden dat zij gevoelens van eenzaamheid ervoer. Het grootste gedeelte van haar sociaal netwerk verdween met percepties van eenzaamheid als gevolg. Victor et al., (2000) vertelt ons vanuit de literatuur dat gevoelens van eenzaamheid vaak optreden wanneer ouderen er alleen voor komen te staan. De belangrijkste redenen die hiervoor worden genoemd is het verlies van een groot deel van het sociaal netwerk, en een gering sociaal netwerk kunnen deze gevoelens versterken.

Naast het verlies van de partner vertelde Greetje ook over de gevoelens die zij had nadat ze een van haar beste vriendinnen kwijtraakte:

'Nouja, er is eerst wel iets wat dan wegvalt laat ik het zo maar zeggen. En later had ik wel eens dat ik dacht: goh als Sina nou nog leefde dan kon ik haar dat eventjes vertellen, dan kon ik dat kwijt. Want je hebt altijd wel dingen die je altijd wel kwijt wilt maar wat je niet aan iedereen kunt zeggen. Dat was wederzijds ja, dat miste ik dus heel erg.'

De gewenning om bij iemand iets kwijt te kunnen zorgde plots voor een groot gemis bij Greetje. Ze gaf aan dat ze met haar vriendin een hele speciale band onderhield en het verlies als een groot gemis heeft ervaren.

4.1.2 Sociale eenzaamheid

Van de geïnterviewde participanten waren er ook twee ouderen die sociale eenzaamheid ervoeren. Deze gevoelens kwamen tot stand door een gebrek aan sociaal netwerk. Ans en Ria voelden zich allebei vaak eenzaam en dit is in beide gevallen het gevolg van het gebrek aan sociale contacten. Zoals Bij het voorgaande kopje al besproken had Ria bij het verlies van haar echtgenoot een gering sociaal netwerk om op terug te vallen. Naast emotionele eenzaamheid die zij heeft ervaren ervaart ze nog steeds sociale eenzaamheid vanwege het gebrek aan contacten. Over de behoefte aan sociaal contact vertelde Ria het volgende:

'Praten over je tuin, converseren gewoon, contact sociaal contact dat komt er op neer. Dat is er niet dus ik blijf nooit lang in de tuin, nou dat soort dingen zou ik dus graag zien veranderen. Meer sociaal contact, meer mensen ontmoeten zegmaar.'

Uit bovenstaande quote blijkt dat het sociaal contact wat door Ria wordt beleefd niet overeenkomt met het contact wat ze graag zou willen beleven. Er is in haar geval sprake van een zogeheten 'mis-match' tussen verlangt en genoten sociaal contact (Perlman et al., 1982) Deze quote geeft dit gebrek en ook de behoefte aan meer sociaal contact weer.

4.2 Het sociaal netwerk

Gedurende de interviews is er gekeken naar het contact wat de participanten onderhielden met zowel buurt als familie. Gebleken is dat vertrouwen naast het onderdeel voelen van de gemeenschap een belangrijke rol speelt in het aangaan van contacten met de buurt en dat geografische afstand ervoor zorgt dat er minder sociaal contact is tussen ouderen en familie.

4.2.1 Contacten familie

De invloed van geografische afstand is een belangrijk gegeven in het aangaan van sociaal contact. 3 van de 7 respondenten hebben familie op grote afstand wonen en de andere 4 participanten hebben minimaal 1 familielid waarmee ze contact hebben en die in de buurt woont. Vanuit de literatuur vertelt het artikel van Brandt et al., (2009) dat wanneer er een grotere afstand is tussen oudere en familie er significant minder contact is.

Er kan worden gesteld dat bij grotere afstanden tussen ouderen en familie contact vaak telefonisch verloopt en de bezoekfrequentie afneemt. Zo zien we dat Corrie, Anja en Ria familie hebben die ver weg wonen. Anja en Ria hebben zelfs familie in het buitenland wonen waardoor fysiek contact eigenlijk onmogelijk is en zelfs sporadisch plaatsvindt.

Op de vraag wat er zou veranderen wanneer familieleden dichterbij zouden wonen stellen Anja en Ria dat ze dan vaker contact zouden hebben en er dus vaker familie over de vloer zou komen. Anja heeft familie in Spanje wonen en vertelde hierover het volgende:

'Ja nouja het contact wat we hebben is goed maar voornamelijk telefonisch of dus ehm via skype. Ehm, ja ik kan niet zeggen ik kom eventjes langs of hij bij mij. Wanneer we dichterbij zouden wonen zou dat vaker kunnen en kan ik mijn kleinkinderen ook ja vaker zien.'

Kortgezegd kunnen we dus stellen dat geografische afstand fysiek contact bemoeilijkt en dus invloed heeft op de bezoekfrequentie enerzijds en het type contact anderzijds. Ook zien we hier dat fysieke gezondheid een belangrijke rol speelt op het moment dat ouderen in goede fysieke conditie wel in staat waren om hun familieleden vaker te bezoeken dan nu het geval is.

4.2.2 Contacten buurt

Ook is uit verschillende interviews naar voren gekomen dat de contacten die een oudere onderhoudt met buurtbewoners erg afhangen van de omgeving waaruit de oudere oorspronkelijk vandaan komt. Hierbij geeft Corrie aan dat ze in andere woonplaatsen al contacten heeft opgedaan en hierdoor eigenlijk geen behoefte heeft aan sociaal contact met buurtbewoners. Wanneer ze iets wil kan ze rekenen op die contacten en ze voelt zich dan ook niet erg betrokken bij de buurt. Daarnaast is Anja afkomstig uit Amsterdam en dit zorgt ervoor dat ze zich niet helemaal thuis voelt in Ter Apel en niet zo begaan is met de mensen om haar heen. Putnam (1995) stelt dat vertrouwen erg belangrijk is in de sociale interactie tussen de een en de ander. Bij een gebrek aan vertrouwen ontstaat er minder interactie. Anja geeft ook aan dat ze de mensen in de buurt niet vertrouwt en daardoor ook geen interactie zoekt met haar omgeving. Ze vertelde tijdens het interview het volgende:

'Nou eigenlijk weinig, ik heb eigenlijk alleen contact met mijn buurjongen en verder niet echt. Ik zeg wel altijd gedag tegen iedereen en ben een heel vrolijk persoon maar mijn vertrouwen heeft nogal een klap gekregen. Ik heb daarom ook niet echt behoefte aan contact met mensen om mij heen omdat ik niet meer zo goed van vertrouwen ben..'

Het vertrouwen in de nabije inwoners kan bepalend zijn maar dit hoeft niet zo te zijn. In het geval van Ria uit Ter Apel wordt het geringe contact met de buurt deels veroorzaakt doordat ze uit het vanuit het buitenland op oudere leeftijd is teruggekeerd naar haar geboorteplaats. Het is voor haar erg moeilijk om zich weer te settelen in haar oude buurt omdat ze weinig mensen meer kent. Ze vertelt hierover het volgende:

'Het is heel moeilijk voor mij om er te komen en om er aan deel te nemen. En ik ben er uitgegroeid uit deze omgeving, wat betreft sociaal contact ben ik uitgegroeid.'

In het geval van Ria heeft dit niet te maken met vertrouwen in buurtbewoners maar met de sociale integratie in Ter Apel. Ze voelt zich geen onderdeel van de gemeenschap en heeft dan ook weinig mensen met wie zij contact onderhoudt. De volgende paragraaf bespreekt de rol van (fysieke) gezondheid in het aangaan van sociaal contact. Dit is voor Ria ook een belangrijke veroorzaker van haar geringe sociale netwerk.

4.3 (Fysieke) gezondheid

Uit het onderzoek is gebleken dat in veel gevallen alleenstaande ouderen zich belemmert voelen door hun slechte (fysieke gezondheid). Zo kunnen ouderen die bijvoorbeeld willen meedoen aan activiteiten dit niet meer aan door hun gezondheid. Ria uit ter Apel vertelt het volgende over de invloed van haar fysiek op de deelname aan activiteiten:

'Jawel, dat speelt natuurlijk wel een rol want mijn eerste gedachte is altijd als er iets is nou dat zou wel leuk zijn, maar hoe kom ik daar? Iemand zou mij op moeten halen en rond willen brengen.. (...) Dat vind ik altijd een gemis dat je bij alles hulp nodig hebt en dingen moet vragen.'

Naast Ria geven ook Corrie, Greetje en Claudia aan hinder te ondervinden van hun gezondheid die achteruit gaat. Dit hoeft alleen niet altijd te lijden tot ervaringen van eenzaamheid omdat een goed sociaal netwerk er alsnog voor kan zorgen dat ouderen die minder mobiel zijn alsnog het sociaal contact ervaren wat ze willen. Ze geven echter wel aan dat hun gezondheid hen af en toe belemmert om de dagelijkse dingen te doen die ze eerder altijd gemakkelijk konden uitvoeren. Greetje vertelde hierover:

'Nou ik mag heel graag buiten zijn, als het goed weer is dan ga ik op de fiets. Lopen gaat moeilijk vanwege MS, ik kan een heel klein stukje lopen dus ik kan nu niet zeggen ik ga een wandeling doen.'

Het gevoel van zelfstandigheid gaat achteruit en er is in toenemende mate afhankelijkheid ten opzichte van buurtcontacten of familiecontacten. Greetje geeft aan dat haar dochter vaak boodschappen voor haar doet omdat ze dit niet meer zelf kan doen. Op deze manier is zij toch in staat om zelfstandig te blijven in haar eigen flatje.

4.4 Ruraal urbane verschillen

Uit de interviews is gebleken dat er in Ter Apel meer sprake is van betrokkenheid bij de buurt, deze hogere mate van betrokkenheid is echter niet het gevolg van een afname in voorzieningen zoals door Hofferth (1998) en Glendinning (2003) werd verteld. Peter vertelt dat men simpelweg voor elkaar klaarstaat en dat veel mensen elkaar kennen binnen het dorp.

Peter woont al 30 jaar in Ter Apel en vertelde dat het aanbod van voorzieningen over de jaren heen relatief stabiel is gebleven. Er is in Ter Apel dus geen afname in het aantal voorzieningen geweest. De respondenten zijn gedurende de interviews gevraagd naar hun betrokkenheid bij de buurt en de sociale contacten die ze met de buurtbewoners onderhielden. Ook is er gevraagd naar het aanbod van voorzieningen en de functies. De respondenten uit de Wijert voelen zich weinig betrokken bij de buurt en hebben op buurtniveau weinig sociale contacten. In Ter Apel heerst zoals gezegd meer een cultuur waar binnen men elkaar kent en voor elkaar klaarstaat dan in de Wijert. Het artikel van Ziersch (2009) laat zien dat sociaal kapitaal tussen rurale en urbane gebieden verschilt en dit zich vertaalt naar een grotere sociale cohesie en affiniteit met de buurtbewoners.

4.4.1 Rol van nabije voorzieningen en activiteiten

In De Wijert zijn bij serviceflat Vondelflat twee interviews afgenomen en bij de Zuiderflat is een interview afgenomen. Het eerste wat gelijk opviel was dat de voorzieningen op beide locaties grenzen aan de flats. Op deze manier is het voor ouderen die wat minder te been zijn toch nog mogelijk om boodschappen te doen. In De Wijert-Noord vind je een iets meer divers aanbod dan in de Wijert-Zuid. In Noord kun je onder andere een cafetaria, supermarkten, een Wibra en een tandartspraktijk vinden. In Zuid vind je enkel een bloemenwinkel, een Aldi en een tandartspraktijk. Claudia uit de Vondelflat zegt hierover:

'Nou ik woon hier graag, het is prettig we hebben een park hierbij dus dat is wel handig om even een wandelingetje door te maken en de winkels zijn aan de overkant. Das ook wel handig he?'

Het winkelaanbod in Ter Apel is meer divers dan het winkelaanbod in de Wijert. De meeste voorzieningen zitten in het stadscentrum en op wijkniveau is er niet veel variatie. In Ter Apel daarentegen is een winkelcentrum met een iets uitgebreider aanbod, een mix van winkels en kledingwinkels maar voornamelijk goedkopere kleding. Ria:

'Ja de supermarkts zijn oke, Jumbo Lidl Aldi. En er zijn een paar winkels, trendyshops. Er is wel een mixje van goedkopere kleding maar het is niet uitgebreid, ik zou graag wat meer betere zaken zien en meer keuze in wat betere zaken.'

Kortgezegd kunnen we stellen dat het aanbod op buurtniveau in Ter Apel groter is maar dat er in de stad Groningen in totaliteit natuurlijk veel meer voorzieningen aanwezig zijn. Zoals gezegd bieden deze voorzieningen naast de primaire taak ook een plek voor sociaal contact tussen buurtbewoners. Een plek waar ouderen elkaar kunnen ontmoeten en een praatje met elkaar maken. De ouderen geven aan dit gezellig te vinden maar sprake van echte vriendschap is er niet. Een veel grotere rol speelt de aanbod van activiteiten op buurtniveau, plekken die ouderen vaak opzoeken om andere ouderen te kunnen ontmoeten en sociaal contact te ervaren. Zowel in De Wijert als in Ter Apel worden er verschillende activiteiten georganiseerd om ouderen te kunnen betrekken bij de buurt. In De Wijert zit het Multifunctioneel centrum waar veel activiteiten worden georganiseerd door WIJ De Wijert. Dit centrum geldt als een ontmoetingsplek voor jong en oud waar veel activiteiten worden georganiseerd en veel ouderen samenkomen. Corrie uit De Wijert omschrijft het als volgt:

'Jaaa, ik zit weinig thuis moet ik zeggen dat ehm, ik ben ook daar naar het gebouwtje gegaan, dat fmc gebouwtje geloof ik. Hoe heet dat leuke gebouwtje nou toch daar wordt van alles en nog wat gedaan. Enneh daar heb ik ook Gebritst, maar en Woensdagmiddag en Woensdagavond britsen dat hield ik niet meer vol. Dus toen heb ik gekozen voor de Woensdagavond.'

Zowel Corrie, Geertje als Claudia wonen in De Wijert in een serviceflat. Ook in deze serviceflats wordt van alles georganiseerd zoals sjoelen, koffiedrinken en bingo. Claudia woont in de Vondelflat en spreekt van een afname in het aantal activiteiten binnen de flat. Het gevolg hiervan is dat ze op Zondag vaak alleen thuis zit en deze dag als erg onprettig ervaart omdat ze vroeger altijd samen konden koffiedrinken in de flat. Weliswaar geeft ze aan zich goed te kunnen vermaken in haar eentje maar toch voelt ze zich alleen tijdens deze dagen.

'Nou de Zondagen die vind ik heel vervelend. Dat heb ik vroeger heel vaak van mensen gehoord en dan dacht ik wat maakt dat nou uit of het nou een doordeweekse dag is of een

Zondag. Maar het is heel raar ik vind nu de Zondagen zelf nu ook niet zo prettig. Kijk soms krijg je bezoek dat is wel leuk dan is het gezellig, maar heel vaak ook niet.'

In Ter Apel is stichting Rzijn actief om het langer zelfstandig wonen te ondersteunen en een luisterend oor te bieden voor de inwoners. Ze organiseren activiteiten op diverse locaties in de Gemeente Vlagtwedde en proberen ouderen te helpen waar mogelijk. Marianne Brinks van stichting Rzijn is momenteel actief bezig om ouderen die eenzaamheid ervaren aan elkaar te koppelen om zo het sociaal contact te bevorderen en ouderen gelukkiger te maken. Er worden uiteenlopende cursussen aangeboden en bewegingsactiviteiten voor ouderen. Er is sprake van een divers aanbod waar ouderen aan deel kunnen nemen.

Ans is inwonster van Ter Apel en zit hier in een serviceflat. Voorheen woonde ze in Sliedrecht eveneens in een serviceflat en hier stond het bol van de activiteiten. Het contrast met haar oude flat is groot omdat ze nu in een flat zit waar weinig activiteiten plaatsvinden.

'Helemaal niks.. In Sliedrecht had ik van alles, er was kaarten en er was koffietijd, hier niks.. Er is een keer in de veertien dagen bingo s' Avonds om half 9 tot half 10 nou daar ga ik niet heen. Nou dat is alles.'

Wanneer we dus kijken naar activiteiten in beide omgevingen zien we dus dat zowel stichting Rzijn als het wijkteam van WIJ De Wijert er veel aan doen om ouderen van activiteiten te kunnen voorzien en hen te betrekken bij de buurt. Een verschil tussen de serviceflats in Ter Apel en De Wijert is dat er in Ter Apel weinig wordt georganiseerd in de flat zelf terwijl dit in de Vondelflat en de Zuiderflat wel het geval is.

4.4.2 betrokkenheid en sociale cohesie

Corrie en Claudia uit De Wijert geven aan zich niet verbonden te voelen met de buurt. Ze kennen weinig mensen uit de buurt en er is weinig sprake van sociale cohesie in de buurt. Corrie voelt zich dan ook niet echt betrokken bij de buurt:

'Nou eigenlijk dus niet zo, ik bedoel ehm, ja dat is moeilijk te.. uit te leggen. Ik heb dus kennissen die ja. Waar ik wel goed mee kan praten en dat heb ik in de Wijert niet..'

De voorzieningen in Ter Apel stabiel zijn gebleven maar Peter uit Ter Apel doet wel een hoop in de buurt. Zo geeft hij aan dat hij vrijwilliger is van de kerk en van de steunsteer van Rzijn. Hij doet een hoop voor de gemeenschap en voelt zich ook betrokken. Hij woont al 30 jaar in de omgeving en voelt zich ook echt onderdeel hiervan. Ans, Anja en Ria geven aan zich minder betrokken te voelen bij de buurt. Hierbij is het belangrijk dat Peter al 30 jaar in Ter Apel woont en de anderen pas veel later hier zijn komen wonen.

In De Wijert is er minder sprake van een hechte buurt, voelen zich minder betrokken bij de buurt dan Peter. In Ter Apel heerst meer een ons-kent-ons cultuur waarbij mensen meer voor elkaar klaarstaan en voor elkaar betekenen.

5 Conclusie

Dit onderzoek heeft uitgewezen dat er verschillende factoren van invloed kunnen zijn op het ervaren van sociaal contact. Zo is gebleken dat fysieke gezondheid een sterke invloed uitoefent op het wel of niet deelnemen aan activiteiten in de buurt. Ook is naar voren gekomen dat een grote geografische afstand tussen ouderen en familie ervoor zorgt dat de bezoekfrequentie vaak lager is.

Wat betreft ruraal-urbane verschillen zien we dat er in Ter Apel meer een gemeenschap is dan in Groningen. Dit resulteert ertoe dat er een hogere betrokkenheid is en men in Ter Apel meer contact heeft met mensen in de buurt. Qua voorzieningen zien we dat Ter Apel een meer gevarieerd aanbod kent dan De Wijert. Echter hebben ouderen in zowel de stad als in het dorp sociaal contact tijdens een bezoek aan voorzieningen maar wordt dit niet erg belangrijk bevonden.

Het beleven van eenzaamheid staat niet los van het sociaal contact maar toch is het sociale netwerk niet alles bepalend. De ene oudere heeft een andere voorstelling bij een ideaal sociaal contact dan de ander en de een heeft dan ook eerder het gevoel dat hij of zij iets mist. Een rechtlijnig verband is dus niet te trekken maar toch was er bij de respondenten die eenzaamheid ervoeren sprake van een slecht sociaal netwerk.

6 Discussie en aanbevelingen

In dit onderzoek is onderzocht wat de relatie is tussen eenzaamheid en omgeving. Hierbij werd gekeken naar verschillende factoren welke het sociaal contact konden beïnvloeden. Van tevoren waren er uiteraard verwachtingen over de mogelijke uitkomsten die dit onderzoek zou kunnen bieden. Van tevoren dacht ik dat ik aan de rurale kant een gebrek aan voorzieningen zou treffen door de vergrijzing die aan de gang is in Oost-Groningen. Aan de andere kant was ook mijn verwachting dat ouderen zich in het dorp meer betrokken zouden voelen met de mensen. De uitkomsten van de onderzoeken van Hofferth (1998) en Glendinning (2013) brachten mij tot deze gedachten omdat zij aantonen dat het wegtrekken van voorzieningen ertoe leidt dat mensen in rurale omgevingen meer banden met elkaar aangaan. De verwachting dat er in ruraal gebied sprake zou zijn van een grotere sociale cohesie klopt weliswaar maar in Ter Apel was geen sprake van het wegtrekken van voorzieningen.

Oorspronkelijk was het plan om onderzoek uit te voeren in het dorp Vlagtwedde, een dorp met minder voorzieningen, lagere stedelijkheidsgraad, en minder inwoners dan Ter Apel. Mogelijk heeft het feit dat ik in Ter Apel onderzoek heb gedaan ertoe geleid dat ik niet de ideale rurale-urbane scheiding te pakken heb gekregen.

Beperkingen in dit onderzoek zijn uiteraard de kleine groep participanten waardoor het lastig is om een goed beeld te schetsen van het verband tussen eenzaamheid en locatie. Ook is het een kleine belemmering geweest dat eenzame ouderen een moeilijk te benaderen doelgroep is. In Ter Apel had ik zonder hulp van stichting Rzijn nooit de contacten opgedaan die ik met behulp van hen heb opgedaan. In een onderzoek naar eenzaamheid blijf je erg afhankelijk van de medewerking van organisaties en instanties en dit kan dus zeker gezien worden als een belemmering en/of bemoeilijking. De laatste limitatie in dit onderzoek is tijd, hierdoor was er wel de noodzaak om het onderzoek beperkt te houden en niet te groot te maken.

Voor mogelijk vervolgonderzoek zou het interessant kunnen zijn om een grotere participantengroep te benaderen om zo een vollediger beeld te krijgen. Daarnaast is het een aanbeveling om de twee uitersten in het spectrum van stedelijkheidsgraad te pakken. Onderzoek in een dorp waarbij echt sprake is van een afname in voorzieningen en de implicaties die dit met zich meebrengt op sociaal vlak.

Op het gebied van beleid is het duidelijk dat de overheid het langer zelfstandig thuis wonen probeert te stimuleren (Rijksoverheid, 2017). Daarbij spelen mantelzorgers een steeds belangrijkere rol in het verzorgen van ouderen. Het langer zelfstandig thuis blijven wonen brengt echter ook problematiek omtrent eenzaamheid met zich mee. Een oudere die alleen thuis zit beleeft minder sociaal contact dan een oudere die in een bejaardentehuis zit. Op grond van de Wet maatschappelijke ondersteuning (WMO) hebben alle gemeenten binnen Nederland de plicht om permanente aandacht te schenken aan eenzaamheid en zelfredzaamheid (Coalitie erbij, 2017).

De problematiek omtrent eenzaamheid is vaak dat ouderen sociaal geïsoleerd zijn en niet de aandacht krijgen die zij verlangen. Mijn aanbeveling zou dan ook zijn om de focus nog sterker te leggen op burgerinitiatieven en wijkteams opdat de aandacht voor eenzame aandacht kan worden vergroot. Een simpele oplossing voor eenzaamheid is er echter niet alleen moet er alles aan gedaan worden om eenzaamheid te verminderen en/of te beperken

Literatuurlijst

Brandt, M. & Haberkern, K. & Szydlik, M. (2009). Intergenerational Help and Care in Europe. *European Sociological Review*, 5, 585-601

Buffel, T., Demeere, S., Donder, L. De & Verte, D (2011). Fysieke, sociale en psychologische dimensies van de woonomgeving: Ouderen aan het woord over hun verbondenheid met de buurt. *Tijdschrift voor Sociologie*, 1, 59-87

Braun, V. & Clarke, V. (2013). *Successful Qualitative Research: A Practical Guide for Beginners*. First Edition. London: SAGE Publications Ltd

Brink, C.L. van den. (2012). *Eenzaamheid neemt toe met leeftijd*. Geraadpleegd op: 16-05-17 via:
<https://www.volksgezondheidszorg.info/onderwerp/eenzaamheid/cijfers-context/huidige-situatie#node-eenzaamheid-naar-leeftijd>

Clifford, N. & French, S. & Valentine, G. (2010). *Key Methods in Geography*. Second Edition. London: SAGE Publications Ltd

CBS (2016). *Eenzaamheid in Nederland*. Den Haag: Centraal Bureau voor de Statistiek

CBS (2011). *Aantal inwoners – bevolkingskern*. Geraadpleegd op: 16-05-17 via:
http://www.cbsinuwbuurt.nl/#bevolkingskern2011_aantal_inwoners

CBS (2017). *Bevolkingsontwikkeling; regio per maand*. Geraadpleegd op: 16-05-17 via:
<http://statline.cbs.nl/Statweb/selection/?VW=T&DM=SLNL&PA=37230ned&D1=0-2,4-5,7-8,13-17&D2=5,17,19,225&D3=2,41,106,171,184,I&HDR=G2&STB=G1,T>

CBS (2016). *Kerncijfers wijken en buurten 2016*. Geraadpleegd op: 16-05-17 via:
<http://statline.cbs.nl/Statweb/publication/?DM=SLNL&PA=83487NED&D1=0-1,3-4,11,31,33-35,77,80,90,93,99,101,104&D2=5513-5575,5919-5920&HDR=T&STB=G1&VW=T>

Coalitie Erbij (2017). *Eenzaamheid: Beleid*. Geraadpleegd op: 08-06-17 via:
<https://www.samentegeneenzaamheid.nl/eenzaamheid/beleid>

Denzin, N.K. & Lincoln, Y.S. (2010). *The SAGE Handbook of Qualitative Research*. Fourth Edition. London: SAGE Publications Ltd

Dykstra, P.A. & Fokkema, T. (2007). Social and emotional loneliness among divorced and married men and women: comparing the deficit and cognitive perspectives. *Basic Appl Soc Psych*. 29(1), 1-12.

Glendinning, A. & Nuttall, M. & Hendry, L. & Kloep, M. & Wood, S. (2003) Rural communities and well-being: a good place to grow up? *The Sociological Review*, 51(1), 129–156.

Hofferth, S.L. & Iceland, J. (1998). Social capital in rural and urban communities. *Rural sociology*, 63(4), 574-598

Machielse, A. (2006). *Onkundig en onaangepast*. Utrecht: Van Arkel.

Nyqvist, F. (2005). Social capital and Health - a research review. *Social Sciences Journal*, 12 (1), 75-89

Perlman, D. & Peplau, L. A. (1982). Theoretical approaches to loneliness. In J. Willey & Sons (Red.) *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 123–34). New York: John Wiley & Sons

Putnam, R. (1995). Bowling Alone: America's Declining Social Capital. *Journal of Democracy*. 6(1). 65-78

Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (2010). *Nationaal Kompas Volksgezondheid*. Versie 4.1. Bilthoven: RIVM

Shankar, A. & Hamer, A. & Steptoe, A. & McMunn, A. (2016). Social Isolation and Loneliness: Prospective Associations With Functional Status in Older Adults. *Health Psychology*, 36(2), 179-187

TNS Nipo (2013). *Eenzaamheid en vrijwilligerswerk*. Rapport Coalitie Erbij

Tonnies, T. (1887). *Gemeinschaft und Gesellschaft*. Whitefish, Montana: Kessinger Publishing

Victor, S. & Scambler, S. & Bond, J. & Bowling, A. (2000). Being alone in later life: loneliness, social isolation and living alone. *Reviews in Clinical Gerontology*, 10, 407-417

Ziersch, A.M. & Baum, F. & Darmawan, I.G.N. & Kavanagh, A.M. & Bentley, R.J. (2009). Social capital and health in rural and urban communities in South Australia. *Australian and New Zealand journal of public health*, 33, 7-16

verantwoording afbeeldingen:

Voorblad:

<https://www.plusonline.nl/stelling-van-de-week/stelling-er-moet-een-sociale-dienstplicht-worden-ingevoerd-voor-jongeren-om>

<http://www.platformaandezaan.nl/eenzaam-in-krommenie/>

Pagina 8:

'Geografische ligging en voorzieningen De Wijert' (gemaakt met: ArcGIS 10.0)

Pagina 9:

'Geografische ligging en voorzieningen Ter Apel' (gemaakt met: ArcGIS 10.0)

Bijlagen

1. Interviewguide

Inleiding:

Beste heer/vrouw, allereerst zou ik mijn graag even voor willen stellen zodat u weet wie er tegenover u zit. Ik ben Jelmer Miedema, derdejaars student Sociale Geografie en Planologie aan de faculteit ruimtelijke wetenschappen. Ik kom uit Leeuwarden, ben 18 jaar, en momenteel ben ik druk bezig om mijn bachelorscriptie tot een goed einde te brengen. U bent een van de tien ouderen die deel uitmaakt van mijn onderzoek. Het doel van mijn onderzoek is om een beeld te krijgen van de sociale relaties in het dorp en in de stad. Daarmee probeer ik een beeld te krijgen in verschillende percepties van eenzaamheid en welke rol zowel de buurt als familie hierin speelt. Oost-Groningen is sterk aan het vergrijzen en hierdoor trekken veel jongeren en volwassenen naar de stad toe en blijven veel ouderen op het platteland wonen. Daarnaast is het dorp juist weer meer een eenheid en kent iedereen elkaar. Hierdoor ben ik benieuwd welke rol de buurt in uw sociaal contact speelt en wat de rol is van (mogelijke) afstand tussen u en uw familie.

Mijn hoofdvraag geldt als volgt:

'Wat is de rol van (het gebrek) aan sociale netwerken in de ervaring van eenzaamheid bij alleenstaande 65-plussers in de provincie Groningen en speelt geografische afstand hierbij een rol?'

Graag zou ik het interview opnemen zodat ik alles later nog eens terug kan luisteren en niet iets over het hoofd zie. Vindt u dit goed?

-> Recorder aanzetten

Wat belangrijk is om te vertellen is dat alles wat u verteld vertrouwelijk wordt behandeld. Ik zal voor u een fictieve naam verzinnen en de informatie wordt alleen voor mijn scriptie gebruikt en de hierop volgende presentatie van mijn scriptie. Mocht u geen antwoord willen geven op een van mijn vragen dan is dat prima. U beslist daar gelukkig helemaal zelf over. Ook kunt u het aan mij vertellen als u liever met het interview stopt. Ik ben al hartstikke blij dat u voor mij de moeite heeft genomen en tijd heeft vrijgemaakt.

-> Snapt u alles of heeft u nog vragen?

Dan zou ik nu graag willen beginnen met het interview, dit zal minimaal een half uur en maximaal een uurtje duren.

Hierbij wil ik het graag hebben over uw sociale contacten in de buurt, met uw familie en of u zich wel eens eenzaam voelt en hoe dat komt. Het interview bestaat dus uit twee grote delen en ik zal beginnen met wat inleidende vragen.

Wanneer u vragen aan mij heeft mag u mij altijd onderbreken en voel u vrij om uw verhaal te doen.

Opwarmvragen

Om u een beetje beter te leren kennen zou ik graag beginnen met wat algemene vragen

- **Zou u zichzelf kort kunnen voorstellen? (leeftijd, woonplekken, kinderen)**
- **Kunt u mij iets meer vertellen over uw woonsituatie?**
- **Hoelang woont u hier al? Woonde u hier eerst met een partner?**

'Kernvragen':

Dan zou ik nu graag willen beginnen met vragen over uw buurt en de sociale contacten die u heeft met uw directe omgeving

1. Wat vindt u van uw buurt?

Mensen:

- Met wie heeft u vooral contact? Hoe vaak?
- Waarom heeft u contact met deze mensen?

Sociale organisaties:

- Wat zijn de plekken waar u hen ontmoet?
- Wat zijn de dingen die u samen met deze mensen doet?
- Welke activiteiten vinden in de buurt plaats?

Voorzieningen:

- Wat vindt u van de voorzieningen in de buurt?
- Gelden deze voorzieningen als sociale ontmoetingsplaatsen?

(Fysieke) Gezondheid:

- Kunt u mij vertellen of uw fysieke gezondheid een rol speelt in het deelnemen aan bepaalde activiteiten? Wat zijn de gevolgen hiervan?

2. Is er sprake van een hechte buurt/veel samenhang?

- Wat betekent u voor mensen en wat betekenen mensen voor u?
- Op welke manier(en) voelt u zich betrokken bij de buurt?
- Kunt u mij vertellen in hoeverre iedereen in de buurt op elkaar kan vertrouwen?
- Zijn er volgens u nog dingen die verbeterd kunnen worden zodat de onderlinge samenhang kan worden vergoot?
- Zijn er nog leuke dingen die u wilt vertellen over de buurt die nog niet aan bod zijn gekomen?

Ik denk dat ik nu een goed beeld heb van de contacten die u met uw buurt hebt en in hoeverre u bij de buurt betrokken bent. Ik zou nu graag willen verdergaan met wat vragen over de sociale contacten die u met uw familie heeft en of dit is veranderd sinds u alleenstaand bent.

3. Kunt u mij vertellen wat uw familie voor u betekent?

- Met wie heeft u vooral contact? Hoe vaak?
- Wat is de aard van dit contact?
- Wonen uw familieleden in de buurt of op afstand? Gevolgen van afstand?
- Kunt u mij vertellen of er iets is veranderd in uw relatie(s) met familie sinds dat u

alleenstaand bent? Wat is er precies veranderd? Wat vindt u hiervan?

- Wilt u nog iets aan mij vertellen wat u belangrijk vindt en waar we het nog niet over hebben gehad?

4. Als u kijkt naar de sociale contacten die u heeft speelt de buurt of uw familie dan een grotere rol?

- Wat zijn hiervoor de belangrijkste redenen?

Ik denk dat ik nu een goed beeld heb gekregen over uw band met uw familie en wat u belangrijk vindt. Ik zou nu graag nog een paar vragen willen stellen over eenzaamheid. Of u zich we eens eenzaam voelt, en wat hiervan de belangrijkste redenen zijn. Mocht u mij geen antwoord willen geven of even een pauze willen dan kan dat natuurlijk altijd.

5. Wat is volgens u eenzaamheid?

- Op welke momenten voelt u zich wel eens eenzaam en waarom?
contact buurt/familie, rol afstand?

- Wat zou u willen veranderen en waarom?

Deelnemen aan sociale activiteiten, frequenter bezoek etc.

- Wat is/zijn de voornaamste reden(en) dat dit nu niet gebeurt?

6. Ter afsluiting

- Wilt u misschien nog iets aan mij kwijt wat niet aan de orde is geweest?

- Bedanken voor de tijd die hij/zij voor je heeft vrijgemaakt. Aangeven dat het interview erg waardevol zal zijn voor je scriptie. Hierna lijkt het me leuk om een klein presentje te overhandigen als bedankje.

- Vraag de oudere ook nog of hij/zij eventueel andere mensen kent die ik zou kunnen interviewen.