



FACTSHEET

Coalitie Erbij Nationale Coalitie tegen eenzaamheid

coalitie
erbij

NATIONALE COALITIE TEGEN EENZAAMHEID

Inleiding

Eenzaamheid is een groot maatschappelijk probleem en treft veel Nederlanders direct in hun welzijn. Het is een zeer ingrijpend fenomeen: eenzaamheid houdt in dat er misschien wel niemand is waarop je terug kunt vallen of iets mee kunt delen. Met name de individualisering heeft grote gevolgen voor de sociale leefwereld van mensen. De mens is steeds meer op zichzelf gericht, terwijl sociale verbanden van kerk, buurt, familie, werk et cetera aan betekenis hebben verloren.

De gevolgen van eenzaamheid kunnen groot zijn. Mensen die vereenzamen tonen vaak lichamelijke en psychische klachten (depressie en angst). Concluderend betekent dit dat sociale contacten (netwerken) belangrijk zijn voor de mens persoonlijk als ook voor het participeren in de maatschappij. Deze aspecten vervullen een centrale rol bij het zelfrespect van mensen en het omgaan met hun problemen.

Wat is eenzaamheid?

Een situatie van eenzaamheid kan omschreven worden als:

Het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde sociale relaties. Het kan zijn dat het aantal contacten dat men heeft met andere mensen geringer is dan men wenst. Het kan ook zijn dat de kwaliteit van de gerealiseerde relaties achterblijft bij de wensen.

(J. de Jong Gierveld, 1984)

Wat veroorzaakt eenzaamheid?

Dit is grofweg in te delen in *persoonlijke* en *maatschappelijke* factoren.

Persoonlijke factoren hebben te maken met ingrijpende levensgebeurtenissen, zoals echtscheiding of het overlijden van een partner. Gezondheid is ook een belangrijke factor, waarbij niet alleen lichamelijke beperkingen meespelen. Ook de geestelijke gezondheid van iemand kan leiden tot eenzaamheid.

Een andere aanleiding voor eenzaamheid kan in de persoon zelf liggen, zoals het beperkt zijn in persoonlijke competenties als zelfvertrouwen, probleemoplossend vermogen en sociale vaardigheden. *Maatschappelijke factoren* hebben te maken met het ontbreken van participatie in de maatschappij, door bijvoorbeeld sterke inkomensachteruitgang, schuldenproblematiek of een ongewenste woonsituatie. Het ontbreken van geld en middelen kan mensen buitensluiten.

Geen van deze factoren leidt per definitie tot eenzaamheid, maar elk van de factoren kan het risico op eenzaamheid vergroten.

Eenzaamheid komt onder alle bevolkingsgroepen voor, zowel onder jongeren als onder ouderen.

Wie treft eenzaamheid?

Eenzaamheid komt in alle lagen van de bevolking voor. In de afgelopen decennia is veel onderzoek naar het voorkomen van eenzaamheid onder de Nederlandse bevolking uitgevoerd. Het ontbreekt daarbij niet aan onderzoeken die landelijk representatief zijn. In de publicatie 'Zicht op eenzaamheid: achtergronden, oorzaken en aanpak' (van Tilburg en de Jong Gierveld (red.), (2007)¹) wordt uitgebreid op de aanwezigheid van eenzaamheid ingegaan.

De kans op eenzaamheid is niet voor alle bevolkingsgroepen gelijk; chronisch zieken, gehandicapten, ouderen en alleenstaanden zonder partner of andere banden, immigranten die nog niet zijn ingeburgerd, mantelzorgers die hun sociale contacten zien afnemen, werkzoekenden die zich sociaal uitgesloten voelen, en dak- en thuislozen hebben een groter risico om eenzaam te worden.

¹ Zie hoofdstuk 4 van: T. van Tilburg en J. de Jong Gierveld (Eds.). (2007). Zicht op eenzaamheid: achtergronden, oorzaken en aanpak. Assen, Van Gorcum.

Een hoog percentage sterk eenzame mensen vinden we ook onder volwassenen van middelbare leeftijd, die hun partner hebben verloren door echtscheiding of overlijden, die te maken hebben met werkloosheid of arbeidsongeschiktheid of met problemen in de opvoeding van de kinderen.

Coalitie Erbij – Nationale coalitie tegen eenzaamheid

Dertien maatschappelijke organisaties en maatschappelijk betrokken ondernemingen hebben zich verenigd in de Coalitie Erbij om eenzaamheid in Nederland slagvaardig tegen te gaan. De leden van Coalitie Erbij zijn: Nationale Vereniging De Zonnebloem, Het Nederlandse Rode Kruis, Humanitas, Leger des Heils, Mezzo, Nationaal Ouderenfonds, Chronisch zieken en Gehandicapten Raad Nederland, FORUM, Raad van Kerken in Nederland, Sensor Nederland, Algemene Nederlandse Gehandicapten Organisatie (ANGO), Fonds Psychische Gezondheid en KPMG.

Coalitie Erbij wordt gevormd door een groot aantal maatschappelijke organisaties en maatschappelijk betrokken ondernemingen.



De Nationale Coalitie tegen Eenzaamheid wil eenzaamheid voorkomen en beperken door:

- de gemiddelde Nederlander bewuster te maken van de aanwezigheid van de problematiek en over de risico's die mensen ook zelf lopen om in een situatie van eenzaamheid terecht te komen;
- de Nederlandse burger een handelingsperspectief te bieden en ertoe aan te zetten om zelf initiatieven te nemen ter voorkoming en vermindering van eenzaamheid;
- als coalitie – met een zeer grote achterban – nauw samen te werken, waar mogelijk gebruik te maken van elkaars mogelijkheden en te leren van elkaars ervaringen;
- de projecten, mogelijkheden en middelen die de coalitiepartners hebben om eenzaamheid te bestrijden aan een breder publiek aan te bieden;
- de vele vrijwilligers en achterbannen van de coalitieleden beter te informeren en te betrekken en hen meer handelings- en communicatiemogelijkheden aan te bieden;
- gezamenlijk nieuwe interventies en projecten te initiëren en aan te bieden;
- kennis te ontwikkelen in coalitieverband en deze uit te wisselen, gezamenlijk kijken naar wat wel en niet werkt en samen te zoeken naar manieren om moeilijke doelgroepen te bereiken;
- overheid en bedrijfsleven aan te zetten tot meer aandacht voor eenzaamheid in Nederland en tot een actiever optreden om eenzaamheid te bestrijden.

Onderzoek

Als start van de samenwerking is eerst opdracht gegeven voor de nulmeting over eenzaamheid. Dit onderzoek is in oktober en november 2008 uitgevoerd door TNS / NIPO onder 1001 respondenten via internet.

In dit onderzoek is aandacht besteed aan:

- Meting van eenzaamheidsgevoelens onder verschillende doelgroepen
- De aard van eenzaamheid
- Bewustzijn van Nederlanders over eenzaamheid
- Kennis van de handelingsperspectieven

Eindconclusies van dit onderzoek:

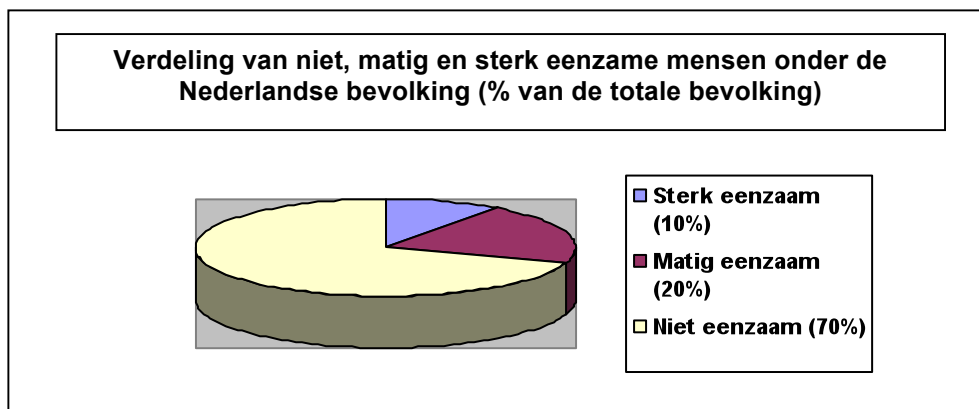
- Eén op de drie Nederlanders is eenzaam
- Dat treft oudere en jongere mensen
- De helft van de ondervraagden wil wel bekennen dat men in het verleden eenzaam was
- Soms houdt eenzaamheid van de medemens iemand bezig
- maar men wil amper praten of nadenken over eigen eenzaamheid in de toekomst
- De bereidheid om te helpen eenzaamheid in de samenleving op te lossen is klein

Uitkomsten Onderzoek²

Figuur 1 laat een verdeling zien van niet, matig en sterk eenzame mensen in de Nederlandse bevolking.

Een groot aandeel van de volwassen Nederlandse bevolking is eenzaam (30%). Soms gaat het om sterke eenzaamheid (10%) en soms om matige eenzaamheid (20%).

Omdat eenzaamheid een complex verschijnsel is, moet het meten zorgvuldig gebeuren. Vrijwel elke meting – en zeker de meting van eenzaamheid – bevat fouten. Bovengenoemde percentages kunnen dus te laag of te hoog zijn.



Figuur 1: T. van Tilburg en J. de Jong-Gierveld, 2007

Associaties met eenzaamheid

1. Waaraan denkt men bij het woord eenzaamheid?

De meest gegeven antwoorden:

- Het meest vaak denkt men aan het feitelijk alleen zijn; bijna de helft (48%) van de jongste leeftijdsgroep (18 t/m 34 jaar) noemt dit en 25% van de 55-plussers.
- Ook wordt vaak genoemd: geen contact met andere mensen en zich alleen voelen. Dit wordt door de 55-plussers vaker genoemd dan door de jongste leeftijdsgroep.

2. Waaraan denkt men bij eenzame mensen?

Het meest genoemd (door 44% van de respondenten): *oudere mensen*. Het zijn vooral de jongste groepen die het meest dit antwoord geven; verder noemen deze jongeren ook vaak: *mensen die geen of weinig vrienden hebben*.

² Samenvatting TNS/NIPO onderzoek oktober / november 2008

Ouderen denken het meest aan mensen *die alleen in het leven staan*. Daarnaast denken vrouwen bij eenzame mensen eerder dan mannen aan *mensen die niemand hebben die naar hen omkijkt of om hen geeft*.

Eenzaamheidsgevoelens in Nederland

Zo'n 30% van de volwassen ondervraagden voelt zich eenzaam.
Bij de ouderen ligt het percentage iets onder de 30%.
Voor de middengroepen ligt dit net iets boven de 30%.
Deze uitkomst ligt in lijn met eerdere onderzoeken.

Opmerkelijk is dat onder de jongeren er in verhouding meer mensen zeggen eenzaam te zijn, namelijk 43%.

De onderzoekers denken dat in deze antwoorden meespeelt dat voor het eerst de jongvolwassenen het taboe durven te doorbreken en durven toe te geven dat eenzaamheid in hun leven speelt. Dit in tegenstelling tot ouderen die een groter schaamtegevoel hebben rondom eenzaamheid als het henzelf betreft.

Er is ook nog gevraagd of men zich in het recente en verre verleden eenzaam gevoeld heeft of denkt risico te lopen eenzaam te worden:

- Men geeft sneller toe in het verleden eenzaam te zijn geweest dan dat toegegeven wordt dat men nu eenzaam is.
- Beduidend meer vrouwen (53%) dan mannen (44%) zeggen zich perioden in het verleden te herinneren waarin ze zich eenzaam voelden.
- Jongeren (18 t/m 34 jaar) denken veel vaker dan 55-plussers dat ze in de toekomst geen risico lopen om eenzaam te worden (72% versus 55%).

Houdt eenzaamheid mensen bezig?

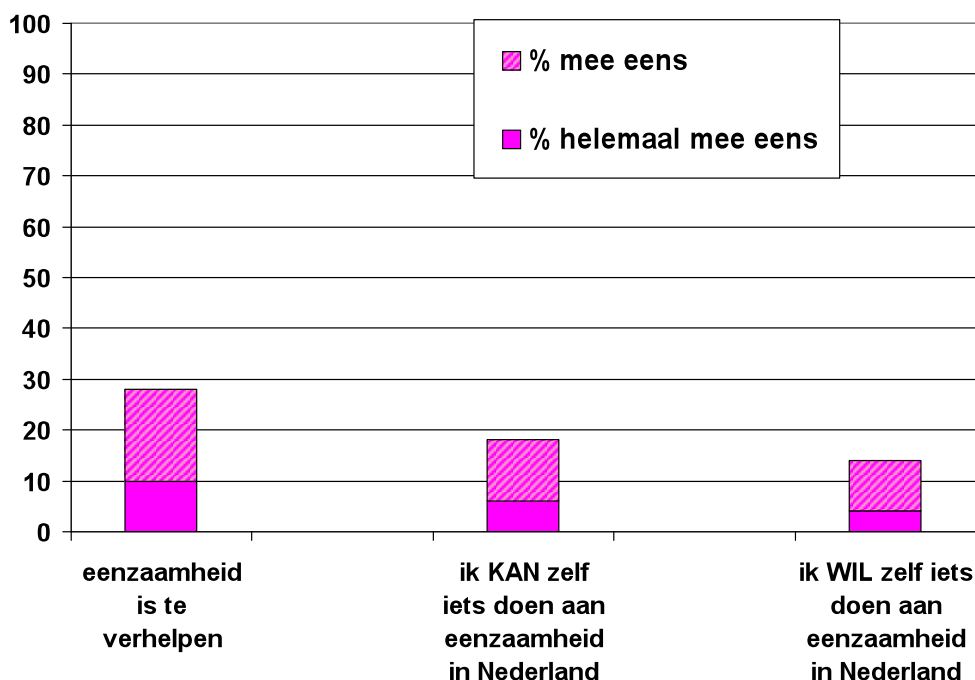
De mens is meer bezig met de eenzaamheid van een ander dan met de eenzaamheid van zichzelf. Het onderwerp eenzaamheid wordt wel belangrijk gevonden, maar men trekt het zich niet persoonlijk aan.

De meeste ondervraagden vinden eenzaamheid wel een onderwerp dat alle mensen aangaat. De 55-plussers zijn met dit onderwerp het meeste bezig.

Houding ten aanzien van eenzaamheid

Een groot deel van de respondenten is van mening dat eenzaamheid de laatste 20 jaar in Nederland in omvang is toegenomen.

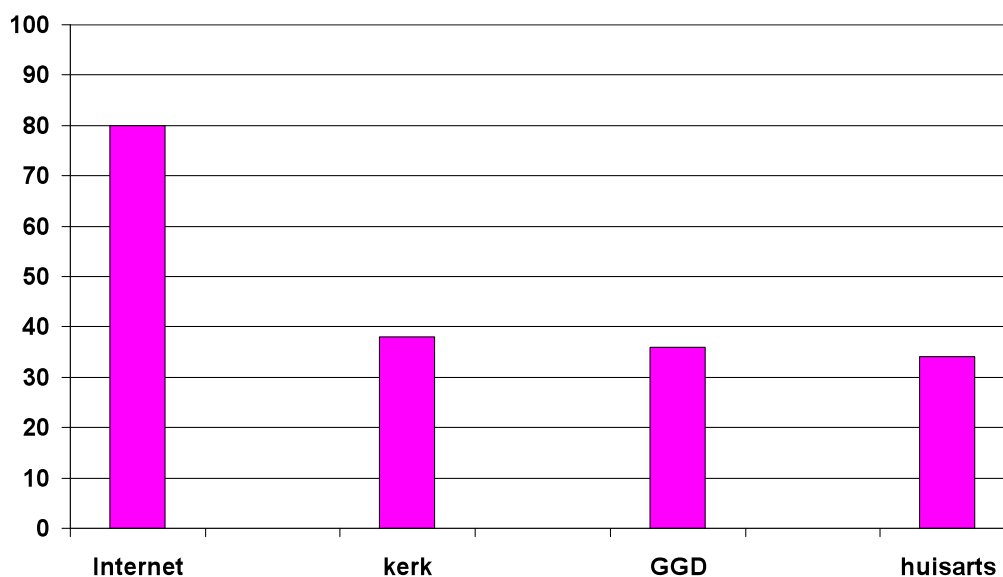
Men is algemeen van mening dat eenzaamheid altijd zal blijven bestaan. Ouderen zijn deze mening vaker toegedaan dan jongeren.



Praat men met anderen over eenzaamheid?

- Bijna zes op de tien respondenten (59%) hebben het soms, regelmatig of vaak met anderen over het onderwerp eenzaamheid.
- Vrouwen hebben het aanzienlijk vaker dan mannen met anderen over eenzaamheid (64% versus 54%)
- Ongeveer drie kwart van de 55-plussers praat wel eens met anderen over eenzaamheid. In de andere leeftijdscategorieën ligt dit percentage een stuk lager.
- Over eenzaamheid praat men het vaakst met vrienden, familieleden en de partner
- Mannen zeggen vaker dan vrouwen dat zij met hun partner over eenzaamheid praten (51% versus 41%).

Waar zou men informatie zoeken over eenzaamheid?



Coalitie Erbij zal met de uitkomsten van dit onderzoek verdere stappen en acties ondernemen om eenzaamheid in Nederland effectief tegen te gaan.

Adresgegevens

Coalitie Erbij
Maliebaan 71 G
3581 CG Utrecht

T : 030 – 2307199
@ : info@coalitieerbij.nl

Website: www.coalitieerbij.nl