

**Disconnectie: De Sociale en Culturele Constructie van Eenzaamheid Onder Ouderen**

*Een etnografische studie van eenzaamheid onder ouderen in Friesland*

Dewi de Geus, s1740512

Masterscriptie

Begeleider: Paul Mepschen

Cultural Anthropology & Development Sociology

Leiden Universiteit

## 1. Inhoudsopgave

1	Inhoudsopgave	1
2	Introductie: De Balans Tussen Verbondenheid en Eenzaamheid	3
	2.1 De Groeiende Kwestie van Eenzaamheid	4
	2.2 Doel van het Onderzoek	6
	2.3 Argument en Structuur van het Onderzoek	8
3	Methoden en Technieken	10
	3.1 De Selectie van Ouderen	11
	3.2 De Gebruikte Methoden en Technieken	12
	3.3 De Analyse van Data	14
	3.4 Focus en Stijl Binnen het Onderzoek	15
	3.5 Ethische Overwegingen	16
4	Theoretisch Kader: Eenzaamheid Onder de Loep	18
	4.1 Heerenveen Binnen een Veranderende Samenleving	18
	4.2 Verschillende Benaderingen tot Eenzaamheid	21
	4.3 Een Antropologische Blik op Eenzaamheid	23
	4.4 Conceptueel Model en Operationalisering	25
	4.4.1 Eenzaamheid	25
	4.4.2 Verbondenheid	26
	4.4.3 Relatiestandaarden	27
	4.4.4 Normatieve context	28
	4.4.5 Hospitalisatie	29
	4.4.6 Sociale rol	29
	4.4.7 Zintuiglijkheid	30
5	De Zoektocht Naar Levendigheid	32
	5.1 De Zintuiglijke Beleving van de Leefomgeving	33
	5.2 De Ouderen en Hun Thuis	34
	5.3 Een Levendige Activiteit	38
	5.4 De Buurt van Je Leven	41
	5.5 Disconnectie Door Afscheiding van een Levendige Wereld	43
6	(Het Gebrek Aan) Sociale Rollen voor Ouderen	45
	6.1 Sociale Rollen en het Aanbod voor Ouderen	47
	6.2 De Tijden van Verveling	50

## DISCONNECTIE: VISIE OP EENZAAMHEID

6.3	De Zin van het Bestaan	53
6.4	De Verdwenen Ruimtelijke Gemeenschap	56
6.5	Disconnectie Door een Gebrek aan Rollen	57
7	De Ontbindende Werking van Sociale Normen	59
7.1	Sociale Normen en Vriendschap	60
7.2	Het Moet Gezellig Zijn	62
7.3	Ik Mag Niet Zeuren	66
7.4	Disconnectie Door Heersende Sociale Normen	69
8	Conclusie: Disconnectie als Blik op Eenzaamheid	71
8.1	Reflectie op het Onderzoek	73
9	Literatuurlijst	75

## 2. Introductie: De Balans Tussen Verbondenheid en Eenzaamheid

Het leven kan simpel zijn. Neem bijvoorbeeld een plaats als Acciaroli, in de Italiaanse provincie Salerno. Er is een genoeglijk klein strandje omringd door een haven in het centrum van de stad, waar je kan liggen om te relaxen, praten met de mensen om je heen, of duiken in het helderblauwe water. Op een zondag, wanneer het weer het toestaat, wordt het strand het centrale punt waar mensen elkaar ontmoeten, een drankje doen aan een bar die de zee overkijkt, of een wandeling maken met familie en vrienden. Als je twee keer kijkt, valt er één ding op: de meerderheid is al lang over de pensioensleeftijd heen. Een goed onderhouden en roodgelakte klassieker benadert de boulevard aan het strand en wordt voorzichtig geparkeerd naast de tafels. Uit de auto klimt een zilvergrijze, oudere dame met een grote zonnehoed die waarschijnlijk al vanaf haar jonge jaren in het opmerkelijke voertuig heeft rondgereden. Het leven is gemakkelijk in een dorp als deze: je wordt geboren, je hebt een familie (of niet), je werkt, pensioneert en dan overlijdt je. Je wordt waarschijnlijk in dezelfde plaats begraven als waar je bent geboren.

Bekeken vanuit onze Europese achtergrond, ziet dit eruit als het perfecte plaatje van ouder worden – je blijft heel je leven verbonden met je familie, vrienden, kennissen en collega's, en de telefoon, televisie, en het internet houden de buitenwereld toch dichtbij. Waarom laat de notie van een hechte gemeenschap onze hardwerkende, ambitieuze en eeuwig jonge harten sneller kloppen? Het is toch niet dat we ons willen settelen in deze altijd bewegende en mobiele wereld? Het is omdat in een plaats als Acciaroli, ons onderbuikgevoel ons aangeeft dat verbonden en 'connected' zijn met de mensen en de wereld om ons heen een belangrijk gedeelte van ons welzijn is. Dat verlangen is iets waarvan we allemaal aanvoelen dat het meer gevoed moet worden dan dat we daadwerkelijk doen. Want soms, zonder dat we het kunnen controleren, brengt alle verandering en beroering waar we in ons leven doorheen gaan ons op een punt waarin we deze verbondenheid bijna geheel verliezen.

Dit punt, contrasterend aan het bovenstaande verhaal, is het punt waarop veel Westerse ouderen zich tegenwoordig bevinden. Een punt waarop verbondenheid met de mensen en de wereld om je heen niet meer vanzelfsprekend is vanwege de vele levenstransities die op oudere leeftijd plaatsvinden. Het stoppen met werken, het een voor een verliezen van geliefden, en de verhuizing naar een verzorgingstehuis zijn voorbeelden van veranderingen die ouderen uit hun vertrouwde en 'connected' wereld halen. Het is dan ook niet opmerkelijk dat de notie van eenzaamheid onder ouderen als een steeds groter probleem binnen de samenleving wordt beschouwd. De vooruitzichten zijn namelijk duidelijk: we

zullen langer leven. Het aantal mensen dat 65 jaar of ouder is, zal over de komende decennia sterk toenemen. De samenleving zal om al deze mensen een plek te kunnen geven ook moeten veranderen, maar hoe?

Dat is waarom ik in dit onderzoek het leven van ouderen en hun levensveranderingen van dichtbij bekijk. Mede in opdracht van Gemeente Heerenveen, was mijn doel een beter begrip te krijgen van eenzaamheid in zowel de subjectieve belevenis ervan als de culturele invloed erop vanuit de samenleving. Door middel van een antropologische studie, bestaande uit drie maanden van extensief veldwerk in de plaats Heerenveen, heb ik bestudeerd hoe eenzaamheid beleefd en gekenmerkt wordt en hoe dit fenomeen door culturele en sociale processen wordt geconstrueerd. Het wonen in een verzorgingstehuis, het volgen van ouderen in hun dagelijkse leven, en het luisteren naar hun gedachten, ervaringen en levensverhalen, hebben tezamen een antwoord op de volgende onderzoeksvraag gegeven: “Hoe ervaren ouderen in Friesland eenzaamheid in hun leven en hoe wordt dit gevormd door de normatieve context waarin zij zich bevinden?” Op basis van de resultaten op deze vraag bied ik een diepgaandere visie op ouderen en de menig aangehaalde kwestie van eenzaamheid aan: disconnectie. Dit concept, wat ik later in dit hoofdstuk verder zal uitleggen aan de hand van mijn argument, kan gezien worden als een staat van verbreking met mensen en de samenleving dat voortkomt uit een inadequate sociale en culturele behandeling van ouderen en hun levenstransities. Eenzaamheid wordt in die zin benaderd als het tegenovergestelde van de verbondenheid waar eenieder naar verlangt.

### **2.1 De Groeiende Kwestie van Eenzaamheid**

Over de afgelopen jaren heen heeft de notie van eenzaamheid veel aandacht herkregen binnen de Nederlandse samenleving – een nationale week van eenzaamheid werd geïntroduceerd, uitgebreide mediacampagnes werden gevoerd, en een wervingsactie voor nieuwe vrijwilligers werd opgestart door geheel Nederland. Alhoewel de notie van eenzaamheid geen nieuw fenomeen is onder de Nederlandse bevolking, of zogezegd enige andere bevolking, begint men de laatste jaren het belang van de kwestie binnen de maatschappij te benadrukken. Nieuwsberichten zoals de dood van een oudere vrouw die voor tien jaar onopgemerkt bleef, demonstreerden voor velen de impact van het alleen zijn. Dat is waarom niet alleen de regering en zorginstanties, maar ook individuen binnen de samenleving zelf dit probleem besloten aan te pakken. Door middel van dit onderzoek hoop ik bij te dragen aan de kennis over eenzaamheid, om zo een diepgaander begrip van het fenomeen te

verschaffen en op die manier hulp te bieden in het voorkomen of ingrijpen binnen situaties van eenzaamheid.

Hierin heb ik gekozen om mij specifiek op ouderen te richten, omdat blijkt dat zij een grotere kans hebben om eenzaam te worden. De reden hiervoor is dat bij ouderen verschillende gebeurtenissen bij elkaar kunnen opstapelen, zoals een inkomensverlaging, het verlies van geliefden, of een afname in gezondheid (Van Tilburg, 2007, p. 5). Dit wordt tevens aangetoond door de statistieken over eenzame mensen in Nederland van Coalitie Erbij: de mate in welke mensen zich eenzaam voelen is relatief stabiel tot de leeftijd van zeventig, waarna een toename plaatsvindt (Coalitie Erbij, 2015a). Voor velen is daarom de huidige vergrijzende bevolking van Nederland een reden waarom actie vereist is voor de kwestie van eenzaamheid. In de publieke mediacampagnes worden dan ook voornamelijk ouderen op een ietwat typische wijze geportretteerd als boegbeelden van eenzaamheid.

Deze recente publieke aandacht voor eenzaamheid wordt ook onderbouwd door literatuur en vele statistieken; ze bevestigen een groeiend aantal ouderen in Westerse samenlevingen die sociaal geïsoleerd zijn, wat gepaard gaat met opkomend bewijs dat eenzaamheid koppelt aan een gereduceerde gezondheid, welzijn en levenskwaliteit (Machielse, 2015, p. 339). Dit loopt samen met een toenemende vergrijzing in Europese landen, wat voor een exponentieel groeiend aantal afhankelijke ouderen zal zorgen (Sgier & Lucas, 2010, p. 14). Belangrijke consequenties voor gezondheids- en sociale kwesties komen hieruit voort, zoals een toename in de zorgvraag en een grotere druk op de beroepsbevolking. De gebruikelijke politieke reactie op deze situatie is de promotie van langdurige zorg vanuit huis, verzorgd door familieleden en/of zorgprofessionals. Tegen de tijd dat ouderen een verzorgingstehuis binnenkomen, hebben ze daardoor vaak een staat van sterke afhankelijkheid ontwikkeld en wordt het tehuis ervaren als een laatste verblijfplaats voorafgaand aan overlijden (ibid). Het is daarom niet verwonderlijk dat in deze setting gevoelens van betrokkenheid en verbondenheid vaak plaatsmaken voor gevoelens van eenzaamheid, wat door deze thesis heen ook duidelijk zal worden. Hierbij leg ik uit waarom een nieuwe visie op ouderen en zorg ontwikkeld moet worden, waarvoor dit onderzoek een uitgangspunt kan bieden.

Daarnaast blijkt dat men gebaat zou zijn bij een beter begrip van (de constructie van) eenzaamheid door het feit dat veel sociale interventies er tot nu toe niet in slagen om personen hun situatie van eenzaamheid te laten overwinnen (Findlay, 2003; Fokkema & Van Tilburg, 2007). Een verklaring hiervoor is dat in de verstrekte sociale interventies niet adequaat overwogen wordt hoe eenzaamheid wordt ervaren (Schoenmakers, Van Tilburg, & Fokkema,

2012, p. 358). Ten eerste wordt geen duidelijke distinctie gemaakt tussen de verschillende vormen van eenzaamheid wanneer men focust op de verbetering van sociale netwerken. Ten tweede worden de aangeboden ‘coping-strategieën’ niet altijd op de juiste manier georganiseerd of opgezet (ibid). Het aanbieden van ontmoetingsplekken om sociale netwerken te verbeteren is bijvoorbeeld niet voldoende – voor personen die naar eenzaamheid geneigd zijn, is het onwaarschijnlijk dat ze zich aanmelden om nieuwe relaties te ontwikkelen. Binnen sociale interventies is een beter begrip nodig van de diverse vormen van eenzaamheid, de achtergrond ervan, en hoe het wordt ervaren binnen verschillende contexten (Fokkema & Van Tilburg, 2007, p. 174-175).

Op een andere wijze heeft dit onderzoek ook relevantie voor het bestaande academische debat wat betreft eenzaamheid. In de bestaande literatuur is veel geschreven over de risicofactoren van eenzaamheid onder oudere mensen, de cognitieve aspecten van eenzaamheid, evenals de interventies voor eenzaamheid en sociale isolatie. Minder is echter bekend over de subjectieve ervaring en betekenis van eenzaamheid in het dagelijks leven. Bovendien biedt antropologie de mogelijkheid om te onderzoeken hoe de kwestie wordt beïnvloed door de cultuur en de samenleving waarin mensen zich bevinden. Tot op heden hebben deze onderwerpen weinig aandacht ontvangen in de bestaande literatuur over eenzaamheid en oudere mensen. Om deze reden compenseert dit onderzoek niet alleen het gebrek aan antropologisch onderzoek over eenzame ouderen, maar draagt het ook bij aan de interdisciplinaire zoektocht naar een beter begrip van deze groeiende kwestie.

### **2.2 Doel van het Onderzoek**

Het onderwerp van eenzaamheid is in eerste instantie aangebracht door Gemeente Heerenveen, die ik middels dit onderzoek ondersteun in hun zoektocht naar een betere bevattin g en een passendere, lokale aanpak van eenzaamheid. Wat het laatste betreft, heeft de gemeente sinds januari 2015 een beleid geïmplementeerd dat aansluit op de publieke agenda van Nederland – hierin focust de Nederlandse regering haar beleid op een sterke sociale gemeenschap waarin wederzijdse betrokkenheid, participatie en zelfredzaamheid belangrijke kernwaarden zijn. In de huidige participatiesamenleving moet de eigen kracht en participatie van burgers in hun zorg, werk en bestaanszekerheid namelijk leiden tot lagere kosten en een hechtere, sterke gemeenschap (Putters, 2014). Vanuit dit oogpunt heeft de Nederlandse regering expliciet gevraagd om aandacht voor interventies, met name op lokaal niveau, die eenzaamheid en sociale isolatie bestrijden. Als gevolg hiervan wil Gemeente Heerenveen dat

haar inwoners zo lang mogelijk onafhankelijk blijven wonen en wil ze iedereen in staat stellen om te participeren en elkaar te helpen (Gemeente Heerenveen, 2014, p. 1). Hetzelfde geldt voor de oudere inwoners, voor wie de gemeente problemen rondom sociale isolatie en eenzaamheid wil voorkomen. Daarbij willen ze het aantal ‘kwetsbare ouderen’ zo laag mogelijk houden (ibid, p. 79). Zoals benoemd, ondersteunt dit onderzoek Gemeente Heerenveen hierin door kennis te verschaffen waarop passend beleid en geschikte interventies kunnen worden gebaseerd.

Vanwege de relevantie van een (antropologische) studie naar eenzaamheid, heb ik in de winter van 2015-2016 een diepgaand onderzoek gedaan naar eenzaamheid onder ouderen in Heerenveen. Tijdens dit veldwerk heb ik de vraag onderzocht hoe ouderen in Heerenveen eenzaamheid ervaren in hun dagelijks leven en hoe deze eenzaamheid beïnvloed wordt door de omgeving waarin ze leven. Centraal in een situatie van eenzaamheid staat namelijk de subjectieve (en vaak negatieve) ervaring die voortkomt uit een mentale evaluatie tussen iemands relatiestandaarden en de kwantiteit en kwaliteit van iemands bestaande relaties (De Jong Gierveld, van Tilburg & Dykstra, 2006, p. 486). In het onderzoek lag mijn focus zowel op deze subjectieve en individuele ervaring van eenzaamheid als op de sociale vorming van de relatiestandaarden van ouderen. Daarnaast richtte ik mij ook op het ontstaan en de oorzaken van eenzaamheid, die op drie niveaus geïdentificeerd kunnen worden: intra-individueel (persoonlijke preoccupaties), interindividueel (contact met anderen), en de samenleving (Wildevuur, Van Dijk, Hammer-Jakobsen, Bierre, Äyväri & Lund, 2013, p. 92). Als antropoloog lag mijn voornaamste interesse in dit laatste niveau, waarin ik de sociale en culturele invloed van de samenleving op het ontstaan van eenzaamheid wilde identificeren.

Om de onderzoeksvraag te beantwoorden, heb ik drie maanden veldwerk uitgevoerd in Heerenveen, een kleine stad in de Nederlandse provincie Friesland. Tijdens mijn verblijf heb ik gewoond in een lokaal verzorgingshuis om de inwonende ouderen te observeren en interviewen, evenals om mee te doen in hun dagelijkse activiteiten en sociale evenementen. Verder heb ik ook zelfstandig wonende ouderen bezocht, om een coherent beeld van de vorming en ervaring van eenzaamheid onder ouderen te verkrijgen. Hierdoor heb ik een visie op eenzaamheid kunnen ontwikkelen die het fenomeen dieper bestudeerd dan slechts ‘het gemis van relaties’. Daarin verbind ik een ander concept aan eenzaamheid, welke de ervaring en constructie ervan naar mijns inziens meer recht aandoen: disconnectie. Dit concept zal ik nu introduceren, gevolgd door een uitleg van de structuur van deze thesis op basis van mijn argument.



### 2.3 Argument en Structuur van het Onderzoek

Zoals eerder beschreven, is verbonden zijn een belangrijk onderdeel van het welzijn van de mens. Het is dan ook benoemd als één van de menselijke basisbehoeften binnen Maslow's 'Hierarchy of Needs' (Maslow, 1968). Het is een fenomeen dat vaak als vanzelfsprekend beschouwd wordt in het dagelijks leven; het gebeurt zonder bewuste inspanning. Wanneer het echter door een samenloop van ongelukkige omstandigheden wegvalt, is men zich maar al te bewust ervan: verbondenheid wordt vervangen door een staat van disconnectie. Het concept van disconnectie stel ik voor als het tegendeel van verbondenheid dat ik, geïnspireerd door Wildevuur et al. hun werk over "connectedness" (Wildevuur et al., 2013, p. 52), definieer als een staat waarin men zich verbroken of afgezonderd voelt, zowel refererend naar de relaties met mensen als het onderdeel zijn van een samenleving. Het bevat een verbreking in de connecties met familie, vrienden, burens, etc., maar ook in het hebben van een betekenisvolle rol en plaats in de maatschappij. Hierbij is het van belang om acht te slaan op bepaalde gebeurtenissen die vaak dramatische en fundamentele veranderingen als gevolg hebben in hoe ouderen leven en hun dagelijks leven organiseren. Zo worden door Wildevuur et al. drie grote leeftijd-gerelateerde overgangen geïdentificeerd, welke een uitgangspunt vormen voor het argument van deze thesis: pensionering, ziekte en beperkingen, en verlies van geliefden. Samen genereren ze een risico voor het ontstaan van disconnectie onder ouderen – in het werkende leven, in het sociale leven, en in de fysieke wereld.

Binnen deze thesis zal zodoende de notie van eenzaamheid onder ouderen centraal staan, wat uitgewerkt wordt onder deze visie van disconnectie. In het eerstvolgende hoofdstuk bespreek ik de methoden en technieken die ik tijdens mijn veldwerk heb gebruikt, beschrijvend hoe ik informanten heb geselecteerd, op welke manieren ik mijn data heb verzameld, en hoe ik dit heb geanalyseerd. Hierin richt ik mij ook op de justificatie van kwalitatieve methoden en de wijze waarop zowel een eigen focus en stijl als veranderingen werden toegepast op de methoden. Bovendien behandel ik daarbij de ethische uitgangspunten en uitdagingen van mijn onderzoek. Daarna werk ik ter voorbereiding van mijn argument een theoretisch kader uit, waarin ik allereerst het onderzoeksgebied introduceer en zijn sociaalhistorische context. Vervolgens haal ik drie bestaande en gebruikelijke benaderingen tot eenzaamheid aan en haak ik aansluitend in op de antropologische zienswijze. Hierin beschrijf ik hoe eenzaamheid als een product van de cultuur en samenleving kan worden gezien en waarom een studie die de context in beschouwing neemt van belang is. Dit wordt gevolgd door de uiteenzetting van een conceptueel model, waarin ik de belangrijkste

## DISCONNECTIE: VISIE OP EENZAAMHEID

concepten van het onderzoek definieer en operationaliseer - deze betreffen eenzaamheid, verbondenheid, relatiestandaarden, normatieve context (inclusief sociale normen), zintuiglijkheid, sociale rollen, en hospitalisatie.

Dit alles leidt naar het hoofdargument van de thesis, wat in de hoofdstukken erna wordt behandeld. In het eerste deel van het argument beschrijf ik hoe ouderen als gevolg van levensveranderingen en de maatschappelijke behandeling hiervan een staat van disconnectie met hun leefomgeving ontwikkelen. In dit hoofdstuk toon ik hun resulterende zoektocht naar levendigheid in hun eigen thuis, binnen groepsactiviteiten, en in de buurt. Vervolgens weergeef ik in het tweede deel de disconnectie van ouderen met de samenleving door het gebrek aan sociale rollen die voor hen beschikbaar zijn. Hierin beschrijf ik hoe de ouderen door deze disconnectie een verlies aan activiteiten, zingeving, en saamhorigheidsgevoel ontwikkelen. In het derde deel van het argument leg ik ten slotte uit hoe de heersende sociale normen binnen een samenleving een disconnectie in de sociale relaties van ouderen teweegbrengen. Ik laat in dit hoofdstuk zien hoe de Nederlandse normen 'gezelligheid' en 'niet zeuren' resulteren in oppervlakkige relaties onder de ouderen. Ter afsluiting verbind ik deze laatste drie delen in de conclusie en zet ik de theorie van disconnectie uiteen als visie op eenzaamheid onder ouderen. Nadien sluit ik af met een korte reflectie op mijn onderzoek.

### 3. Methoden & Technieken

In dit hoofdstuk bespreek ik de methoden en technieken die ik heb ingezet tijdens mijn drie maanden durende veldwerk onder ouderen. Daarnaast toon ik ook aan hoe deze zijn veranderd over de tijd en welke persoonlijke focus en stijl ik had. Verder beschrijf ik de ethische kwesties die ik tijdens dit antropologische onderzoek heb overwogen. De methoden en technieken houden de manier in waarop data is ingezameld die de hoofdvraag van dit onderzoek moesten beantwoorden. Eerst beschrijf ik de onderzoeksamplé en de manier waarop ik informanten heb geselecteerd, gevolgd door de methoden en technieken die gebruikt zijn. Daarbij beschrijf ik ook de wijze van data-analyse: de analytische methoden die ik heb gebruikt voor het reproduceren van de data. Aansluitend beschrijf ik de focus en stijl van mijn onderzoek, gevoeld door mijn ethische overwegingen.

Alvorens ik hieraan begin, wil ik de relevantie van kwalitatief onderzoek aantonen en verklaren waarom dit type methoden uitermate geschikt was voor mijn onderzoek. Ten eerste ligt de basis van kwalitatief onderzoek in de volgende preoccupaties: het zien vanuit de ogen van de mensen die worden bestudeerd, een focus op gedetailleerde beschrijvingen en de context waarin het onderzoek zich bevindt, een nadruk op het leven als voortdurende processen, het behouden van flexibiliteit en gelimiteerde structuur binnen het onderzoek, en het inductief achterhalen van concepten en theorieën vanuit de data zelf (Bryman, 2008). Een vaak langdurige studie, in dit geval bijvoorbeeld veldwerk, zorgt ervoor dat er vanuit een insiders of 'emic' blik naar complexe fenomenen gekeken kan worden die op hun beurt diepgaand en gedetailleerd beschreven kunnen worden vanuit de woorden en betekenissen van de participanten zelf. Daarbij staat het de onderzoeker toe om deze fenomenen te begrijpen binnen een bepaalde context en dynamische processen en patronen te observeren. Hoewel gezegd wordt dat een kwalitatieve studie moeilijk te generaliseren is, moet niet vergeten worden dat het bestuderen van kleine plaatsen juist ondersteunt in het begrijpen van grote kwesties. Om die reden gebruik ik ook kwalitatieve methoden in mijn onderzoek naar eenzaamheid – door een langdurige studie waarin zowel de meningen, betekenissen en ervaringen van de ouderen als de context waarin zij zich bevinden het fundament vormen, kan een gedetailleerd en diepgaand begrip van eenzaamheid verstrekt worden. Hoe ik dit kwalitatieve onderzoek heb vormgegeven, behandel ik in de komende paragrafen.

### 3.1 De Selectie van Ouderen

Bij de start van een onderzoek is de eerste taak van een antropoloog om mensen te vinden die bestudeerd kunnen worden. Hiervoor is een onderzoeksample vereist, waardoor meer algemene inzichten gegenereerd kunnen worden over de kwestie en de populatie. Binnen mijn onderzoek besloot ik gebruik te maken van een ‘nonprobability sample’ – hoewel dit de populatie niet goed representeert, stond het mij wel toe om een diepte studie van een paar cases te doen. Dit betekent dat de informanten binnen mijn studie gekozen werden en niet willekeurig geselecteerd, alhoewel hiervan soms enigszins sprake was wanneer ik hulp kreeg van bepaalde zorgorganisaties. In eerste instantie heb ik ouderen geselecteerd door observaties die ik in de eerste weken van mijn veldwerk in het verzorgingstehuis uitvoerde. Door middel van vrijwilligerswerk, zoals het leiden van activiteiten of het bereiden van maaltijden, heb ik zelf ouderen leren kennen en kunnen selecteren voor het onderzoek. Hierbij lette ik op hun bereidheid om mee te werken en de criteria die ik in de volgende alinea beschrijf. Naast dit heb ik ook informanten gevonden op basis van het advies van de verzorging en leidinggevenden binnen de zorginstellingen, die mij aan de hand van de onderzoeksvraag doorverwezen naar bewoners. Verder bleek de sneeuwbaltechniek, waarbij ik een informant vroeg mij naar een andere oudere te verwijzen, niet goed te werken – men vond het vaak lastig om mij door te verwijzen naar anderen, zeker wanneer diegene sociaal geïsoleerd was of anderen alleen oppervlakkig kende. Uiteindelijk bracht de techniek mij wel bij verschillende zorginstanties; via een vrijwilligersorganisatie en een organisatie die verzorging bood aan huis, kwam ik terecht bij verschillende ouderen die zelfstandig binnen de omgeving van Heerenveen woonden. Ook deze instanties gaf ik de criteria beschreven in de volgende alinea mee. Het aantal informanten was op deze wijze uiteindelijk gestegen tot ongeveer 20 personen (gebaseerd op geslaagde contactmomenten en interviews), waarvan ik 9 ouderen meer intensief heb gevolgd doordat ik hen meerdere malen ontmoette. Binnen deze thesis zal ik hiervan een aantal introduceren, die geschikte voorbeelden vormden in de lijn van mijn argumentatie.

In de selectie van informanten had ik daarbij enkele criteria opgesteld waaraan de ouderen moesten voldoen. Het eerste criterium betrof de leeftijd van informanten, wat zeventig jaar of ouder moest zijn – dit omdat ik de leeftijdsgroep wilde bestuderen waarin eenzaamheid het meeste voorkomt. Volgens Coalitie Erbij is de mate van eenzaamheid namelijk tamelijk stabiel tot de leeftijd van zeventig jaar (Coalitie Erbij, 2015a). Ten tweede moesten de ouderen nog mentaal alert zijn om de gedachten en gevoelens van de informanten te kunnen begrijpen, zonder dat ze beïnvloed waren door hersengesteldheden zoals dementie.

Het derde criterium hield de fysieke staat van mensen in, welke hen nog moest toelaten om mee te doen in activiteiten en sociale gebeurtenissen (met of zonder ondersteuning van anderen). Zodoende stelde mij dit in staat om ouderen te bestuderen die niet compleet gelimiteerd waren door hun fysieke staat, maar nog steeds bekwaam waren voor het ondernemen van activiteiten. Aansluitend op deze criteria, heb ik ook een onafhankelijke variabele gebruikt in mijn sampletechnieken die het mogelijk maakte om eenzaamheid binnen verschillende situaties te bekijken. Waar de meeste geselecteerde informanten inwoners van het verzorgingstehuis waren, heb ik ook een aantal informanten geselecteerd die onafhankelijk woonden in Heerenveen. Ik verwachtte namelijk dat de leefomstandigheden van ouderen hun sociale netwerken, relatiestandaarden, en het ontstaan van eenzaamheid beïnvloedden.

### **3.2 De Gebruikte Methoden en Technieken**

Terwijl ik een voor een mijn informanten selecteerde, begon ik met de datacollectie om de onderzoeksvraag te beantwoorden door het gebruik van verschillende methoden. Binnen mijn veldwerk, een gebruikelijk aspect in een antropologisch onderzoek om langdurig en van dichtbij personen en fenomenen te bestuderen, paste ik de algemene methoden van interviews en participerende observatie toe. De eerste methode, participerende observatie, bestond uit het beter leren kennen van de ouderen en hen voldoende comfortabel maken met mijn aanwezigheid zodat ik hun leven kon observeren en documenteren. Participerende observatie is gericht op het onderdompelen van jezelf in een cultuur en vervolgens jezelf ervan te verwijderen om te intellectualiseren wat je hebt gezien en gehoord. Daarom wilde ik zoveel mogelijk het leven van de ouderen zelf ervaren, zodat ik erop kon reflecteren vanuit mijn eigen zienswijze. Mijn uitgangspositie betrof dan ook het zelf wonen in een verzorgingstehuis, om zo onderdeel te worden van dezelfde leefomgeving als de ouderen. Vanuit hier leerde ik de routine en werkwijze van het verzorgingstehuis kennen en begon ik mee te draaien in het dagelijkse leven van de ouderen. Binnen settingen als de gezamenlijke huiskamer en het restaurant maakte ik het eerste contact met ouderen en zette ik ook het contact voor drie maanden voort. Vaak al zittend met de ouderen in groepsruimtes, observeerde ik hen dagelijks in hun bezigheden en interacties en deed ik zelf mee in hun activiteiten. Daarbij maakte ik, doorgaans achteraf, notities van wat er gebeurde, wat ik waarnam, en wat de ouderen vertelde – hierin ontwikkelde ik een bepaalde focus, wat ik later in dit hoofdstuk beschrijf.

Tijdens de participerende observatie heb ik ook de eerste vorm van interviewen gebruikt, namelijk het informele interview welke geen structuur heeft en gezien kan worden als een praatje. Dit gebeurde op een natuurlijke manier tijdens activiteiten, koffiemomenten, het middageten, op de gang, bij ouderen thuis, etc. Aangezien er dagelijks sociale activiteiten waren waarin ik deelnam, was het vaak meer een sociaal gesprek dan een bewuste manier van vragen stellen. Door de gesprekken heen probeerde ik het leven van de ouderen te begrijpen en ving ik soms specifieke informatie voor mijn onderzoek op. Bovendien was dit ook een manier om het onderzoeksgebied en de ouderen beter te leren kennen. Gedurende mijn veldwerk heb ik dit dan ook bewust gedaan om het vertrouwen tussen mij en de ouderen te vergroten en om nieuwe of nagelaten onderwerpen die van belang zijn te onthullen. Daarbij trachtte ik de groepsmomenten soms als een soort focusgroep te gebruiken – dit kwam echter niet goed op gang en het bleek gemakkelijker om ouderen één op één over bepaalde onderwerpen te bevragen.

Naast participerende observatie heb ik derhalve ook ongestructureerde en semigestructureerde interviews uitgevoerd onder mijn informanten. De eerste vorm bood veel ruimte en een minimum aan controle over de antwoorden van de informanten, maar een zeker plan of doel werd wel in gedachten gehouden tijdens de interviews. Deze interviews werden hoofdzakelijk uitgevoerd wanneer ik, na een afspraak te hebben gemaakt, bij de ouderen op bezoek ging en op die wijze genoeg tijd had voor een gedetailleerd en uitgebreid gesprek. Hierin liet ik hen vaak eerst hun levensverhaal schetsen om vervolgens op onderwerpen als het dagelijks leven, sociale contacten, etc. in te gaan. Een uitgangspunt was echter wel dat ik mij tot op bepaalde hoogte in het gesprek liet leiden door de oudere, wat ik af en toe bijstuurde. Daarbij had ik enkele keren een semigestructureerd interview, wanneer een informant niet voldoende de tijd had om mij te ontmoeten of als ik op bepaalde onderwerpen of vragen wilde focussen. Hiervoor maakte ik van tevoren een interviewgids waarin ik de onderwerpen en vragen opstelde die ik wilde behandelen, daarbij ook rekening houdende met een bepaalde volgorde, om zo de juiste data te verkrijgen.

Gedurende het veldwerk is er ook geregeld geschaafd en veranderd aan de methoden; het onderzoek bevatte namelijk zowel een proces in vaststellen welke methoden werkten als het laten leiden door de data die naar voren kwam. In het begin voelde ik me dan ook bemoedigd door de volgende woorden over de ‘trial and error’ procedure: “It is only through watching, listening, asking questions, formulating hypotheses, and making blunders that the ethnographer can acquire a good sense of the social structure of the setting and begin to understand the culture(s) of participants” (Hammersley & Atkinson, 1983, p. 79). Zo

vereisten de in eerste instantie ongemakkelijke stiltes tijdens de groepsmomenten een andere kijk en manier van onderzoeken; ik leerde juist de stilte te observeren of vragen voor te bereiden. Daarnaast bleek ook niet ieder concept gemakkelijk te onderzoeken of te bevragen, wat vroeg om een andere benadering die mijn vragen wel zou beantwoorden. Een voorbeeld hiervan waren vragen rondom zingeving, waardoor veel mensen verward raakten of antwoordde: “De betekenis van het leven? Gewoon, goed”. Ik moest dus geregeld technieken verzinnen om bepaalde concepten of fenomenen te kunnen bespreken met de ouderen. Bovendien bleek ook eenzaamheid niet te kloppen met mijn beeld vooraf, waardoor andere interviewvragen en manieren van observeren mij wel een houvast op dit concept moesten geven. Kortom, door het uitproberen en bijschaven van mijn methoden en technieken ben ik uiteindelijk tot goede resultaten gekomen.

### **3.3 De Analyse van Data**

Zoals net kort benoemd, was de wisseling tussen datacollectie en data-analyse kenmerkend voor dit onderzoek. Nadat de eerste informatie van vervaardigd, begon ik direct met de eerste analyse. Dit betrof het uitschrijven van data, het bedenken wat deze data betekende voor mijn onderzoeksvragen, en het eventuele aanpassen van mijn onderzoeksstrategieën. Hierdoor kreeg mijn onderzoek door de maanden heen steeds meer focus en kon ik bepaalde theorieën testen met nieuwe data. Naarmate ik meer richting het einde van mijn veldwerk kwam, werd de datacollectie ook minder ten opzichte van de data-analyse. Deze analyse kan dus gezien worden als een cyclisch proces, waarin ik de gecollecteerde data analyseerde en vervolgens reflecteerde op de voorlopige bevindingen. Dit stelde mij in staat om mijn onderzoeksgebied uit te vinden en om de eerste antwoorden op mijn onderzoeksvragen te testen.

Uiteindelijk bestond mijn data voornamelijk uit geschreven documenten, in de vorm van interviews, veldnotities, getranscribeerde opnames, documenten van het verzorgingstehuis en Gemeente Heerenveen, en wat schriftelijk materiaal van informanten (waaronder bijvoorbeeld krantenstukjes of dagboekgedeeltes). De analyse die hierop volgde was gericht op het behouden van de uitgesproken betekenissen en interpretaties van de informanten zelf. De data vormde daarom het uitgangspunt van de analyse en hierin zocht ik naar relevante thema's, ook wel bekend als de inductieve analyse. Om deze methode uit te voeren, heb ik eerst vrijwel alle interviews teruggeluisterd en deze samen met de observaties in grote lijnen of tot in detail getranscribeerd. Vervolgens ben ik stap voor stap door mijn data heengegaan door het (her)lezen van de teksten. Terwijl ik dit deed, begon het coderen door

het zoeken naar relevante thema's en het categoriseren van data met bepaalde trefwoorden. Belangrijk binnen dit proces was de continue vergelijking tussen de verschillende data, om zo patronen te identificeren binnen de categorieën of hun relatie tot elkaar. Ten slotte zijn hieruit de resultaten van mijn onderzoek voortgekomen.

### **3.4 Focus en Stijl Binnen het Onderzoek**

Zoals besproken was de focus in mijn onderzoek het leren begrijpen van eenzaamheid, wat ik verwachtte te identificeren binnen de dagelijkse levens en de gedachten en ervaringen van ouderen. Het fenomeen is echter lastig te bestuderen – hoewel eenzaamheid als staat van zijn kan worden gezien, is het vaak een zeer persoonlijke en individuele beleving wat doorgaans zonder anderen en binnen iemands gedachten wordt ervaren. Aangezien eenzaamheid in die zin niet direct te bestuderen is, moest ik de focus in eerste instantie leggen op de waarneembare aspecten van het leven van de ouderen. Dit omvatte onder andere het bestuderen van hun dagelijkse routines, het observeren van hun leefomgevingen, het meedoen in hun activiteiten, het luisteren naar hun gesprekken, het begrijpen van het tehuis en de aangeboden zorg, het observeren van hun sociale interacties, etc. Deze waarneming van de aspecten die het leven van de ouderen vormgaven werd ondersteunt door de gesprekken met ouderen waarin ik hun gedachten, ervaringen en meningen wilde achterhalen. Hierdoor was de focus zowel op de waarneembare aspecten van het dagelijkse leven als de ervaringen van de ouderen hiervan. De levens en uitingen van eenzaamheid die achter de deuren schuilhielden wanneer de ouderen alleen waren, bleven op die manier wel tot op zekere hoogte voor mij verborgen.

Daarnaast werd de stijl binnen mijn onderzoek, welke op een natuurlijke wijze ontstond, getekend door de relaties met de ouderen die ontstonden. De keuze voor dit onderzoek was namelijk ook voortgekomen uit mijn eerdere ervaringen met de doelgroep, waarin ik zeer positief maar ook bewogen was door de ouderen. Een bemoedigende en positieve houding richting hen stond daardoor voorop, waarin dit onderzoek en ook mijn aanwezigheid hen eventueel zou kunnen ondersteunen in hun leven. Natuurlijk was mijn voornaamste taak dat van onderzoeker en viel echt helpen buiten mijn verantwoordelijkheden of taken, maar een luisterend oor kon ik daarentegen wel bieden. Derhalve heb ik er ook voor gezorgd dat het onderzoek toegankelijk en begrijpelijk is – niet alleen is de thesis hierdoor leesbaar voor ouderen zelf, maar het blijft ook dicht bij hun eigen gedachten en woorden. In die zin hoop ik dat dit onderzoek zowel direct als indirect behulpzaam is (geweest) voor de



situatie van ouderen. Deze ‘bevorderlijke’ houding sluit ook aan op de volgende paragraaf, waarin ik de ethiek van het onderzoek bespreek.

### 3.5 Ethische Overwegingen

Aangezien vele ethische kwesties opdoen in het werk van antropologen, is een set van ethische principes essentieel (ASA Ethical Guidelines, 1999). Deze set van principes heeft mij geholpen in het bewust worden van de diverse ethische dilemma’s die antropologen kunnen tegenkomen en bood richtingslijnen in het oplossen ervan. Ze zorgen ervoor dat niemand die betrokken is bij het onderzoek enige schade wordt aangedaan. Tegenwoordig moet veldwerk volgens Sluka ethisch gegrond zijn in een manier waarin participanten actief meewerken met geïnformeerde toestemming en waarin gelet wordt op hun behoeften (Sluka, 2012, p. 26). Daarnaast moeten antropologen ook op hun eigen rol, invloed, en emoties reflecteren richting het onderzoek en de participanten (Bourgois, 2012, p. 289).

Om het onderzoek op een juiste manier uit te voeren, was daarom één van mijn eerste verplichtingen als antropoloog om de participanten te laten weten dat ze bestudeerd werden en er een onderzoek over hen geschreven zou worden (ibid, p. 296). Dat is waarom ik mijzelf heb geïntroduceerd als onderzoeker binnen zowel het verzorgingstehuis als bij de mensen thuis. Hoogstwaarschijnlijk zijn er inwoners van het verzorgingstehuis geweest die niet totaal op de hoogte waren van mijn onderzoek, maar deze mensen zijn logischerwijs geen belangrijke informant geweest. Daarnaast heb ik moeten doorbreken in de leefomgeving als ‘outsider’ naar ‘insider’, door het winnen van het vertrouwen en de acceptatie van de gastsamenleving. Als de verstoring van mijn komst namelijk had aangehouden, was de collectie van mijn data vervormd of oppervlakkig geworden (ibid). Gelukkig lukte het mij tot op zekere hoogte een vertrouwd persoon onder de ouderen te worden. Hoewel ik als jonge vrouw mij soms nog de vreemde voelde, gaven de ouderen aan zich “thuis te voelen” bij mij.

Een ander primair ethisch belang is het voorkomen van het aanbrengen van schade bij de participanten, wat betreft waardigheid en lichamelijk en materieel welzijn (AAA Code of Ethics, 2012). Dit geldt ook voor het sociale en psychologische welzijn en het respect hebben voor hun gevoeligheden en privacy (ASA Ethical Guidelines, 1999). Tijdens mijn eigen veldwerk was ik bezorgd over hoe schadelijk het onderzoek zou zijn op het gevoel van de ouderen. Aangezien eenzaamheid vrij intens en emotioneel ervaren kan worden, was ik bang dat mijn aanwezigheid en onderzoek deze gevoelens zouden benadrukken. Gelukkig slaagde ik erin om mensen op hun gemak te stellen en een veilige omgeving te creëren waarin ze

## DISCONNECTIE: VISIE OP EENZAAMHEID

konden praten - de ouderen waren soms zelfs opgelucht om dit te doen. Als dit echter niet het geval was, probeerde ik niet de informant alsnog over te halen.

Hiernaast wilde ik open en eerlijk blijven over mijn onderzoeksproject (AAA Code of Ethics, 2012). Mijn enige terughoudendheid zat in de uitleg van mijn onderzoek; ik dacht dat het benoemen van eenzaamheid de gevoelens of het gedrag van de participanten richting mijn onderzoek zou beïnvloeden. Hierin heb ik de balans gevonden tussen het benoemen van mijn onderzoeksonderwerp als eenzaamheid of als het dagelijkse leven van ouderen. Aansluitend op dit heb ik de toestemming van mijn informanten verkregen en daarbij hun rechten en verantwoordelijkheden uitgelegd (ibid).

Daar mijn onderzoek verschillende soorten interdependenties en samenwerkingen met zich mee brengt, namelijk Leiden Universiteit, Gemeente Heerenveen, de participanten, en enkele zorginstuties, moest ik ook de potentiële ethische dimensies van deze relaties overwegen (AAA Code of Ethics, 2012). Hiervoor heb ik met al de betrokken de omvang van de samenwerking en de rechten en verantwoordelijkheden geïdentificeerd, zowel als de toegankelijkheid van mijn resultaten. Deze zijn toegankelijk voor Leiden Universiteit, Gemeente Heerenveen, en de zorginstuties. Het onderzoek zou eventueel verspreid kunnen worden door Gemeente Heerenveen en zodoende heb ik ervoor gezorgd dat dit niet ten koste gaat van de vertrouwelijkheid van het onderzoek door namen van informanten te wijzigen.

#### **4. Theoretisch Kader: Eenzaamheid Onder de Loep**

In dit hoofdstuk wordt de theoretische achtergrond met betrekking tot de notie van eenzaamheid uiteengezet. Nadat ik eerst mijn onderzoeksgebied en zijn sociaalhistorische achtergrond introduceer, geef ik vervolgens een algemene definitie van eenzaamheid. Hierbij leg ik drie verschillende theoretische benaderingen uit, zoals beschreven door De Jong-Gierveld et al. (2006), waarin eenieder eenzaamheid op een andere manier analyseert: een psychologische benadering die focust op de karakteristieken van eenzaamheid op een individueel niveau, een antropologische en sociologische benadering die eenzaamheid in context bestuderen, en een derde benadering die de manieren van het omgaan met eenzaamheid beschrijft. Deze benaderingen geven een overzicht van hoe eenzaamheid benaderd wordt binnen de literatuur en wat daarin nog mist. Bovendien voorziet het een algemene blik op drie fases van eenzaamheid: welke aspecten het ontstaan van eenzaamheid beïnvloeden, hoe de situatie van eenzaamheid wordt ervaren, en hoe het kan worden behandeld. Vervolgens haak ik in op de antropologische benadering en onderscheid ik de antropologische relevante voor de studie van eenzaamheid. Ten slotte stel ik het conceptuele model van het onderzoek samen door het definiëren en operationaliseren van de hoofdconcepten, welke door de thesis heen ter sprake zullen komen.

##### **4.1 Heerenveen Binnen een Veranderende Samenleving**

Voordat ik inga op de notie van eenzaamheid, introduceer ik eerst het onderzoeksgebied en zijn sociaalhistorische context. Dit onderzoeksgebied betreft, zoals al eerder benoemd, de gemeente van Heerenveen – een plaats in Friesland waarin ongeveer 50.000 mensen wonen. Het gebied bestaat uit zestien kernregio's, waarvan de regio Heerenveen bij uitstek de grootste is. De Friese omgeving wordt gekenmerkt door zijn open landschappen en waterrijke gebieden, en kent daardoor een relatief lage bevolkingsdichtheid. Friesland heeft van oorsprong een uitgesproken agrarisch karakter, alhoewel een sterk opkomende dienstenindustrie zich onder andere concentreert in de stad Heerenveen. Naast de nationale Nederlandse taal heeft Friesland ook een eigen erkende lokale taal (Fries), wat ervoor zorgt dat veel inwoners tweetalig zijn.

In Friesland wordt de kwestie van eenzaamheid gezien als een urgent probleem waardoor het een hoge plek op de agenda heeft gekregen. Uit een survey, uitgevoerd door GGD Fryslân, bleek dat 30 procent van de respondenten aangaven dat ze zich 'eenzaam

## DISCONNECTIE: VISIE OP EENZAAMHEID

voelden', terwijl dit percentage 48 procent was onder mensen die 75 jaar of ouder waren. De kwestie werd ook herkent door de gemeente van Heerenveen, waar ongeveer 15 procent van de inwoners zich in de leeftijdsgroep van 65 tot 80 jaar oud bevindt (Gemeente Heerenveen, 2014, p. 78). In het kader van hun ouderenbeleid per 2015 is het hun uitgangspunt om het aantal 'kwetsbare ouderen' zo laag mogelijk te houden (ibid, p. 79). Door middel van het opzetten van interventies richt Heerenveen zich op 'succesvol ouder wordende' inwoners die meer zelfredzaam en sociaal participierend zijn. Deze lokale visie bouwt verder op de algemene visie van de nationale regering en beschikbaar onderzoek en literatuur over eenzaamheid, ouderen, gezondheidszorg en succesvolle sociale interventies.

Het zorgbeleid in Nederland heeft de laatste jaren veel wijzingen ondergaan - de Nederlandse verzorgingsstaat, welke sociale zekerheid moest bieden aan haar burgers, is de afgelopen decennia op grootse wijze herzien na een tal van processen die hebben plaatsgevonden binnen de samenleving. De overheid heeft decentralisaties in werking gezet, waardoor verantwoordelijkheden op een lokaal niveau worden gebracht en een steeds groter beroep wordt gedaan op de burgers zelf. De eigen kracht en participatie van burgers in hun zorg, werk en bestaanszekerheid moeten leiden tot lagere kosten en een hechtere, sterke gemeenschap (Putters, 2014). De verzorgingsstaat is niet afgeschaft, maar betreft een herverdeling van collectieve en individuele verantwoordelijkheden waarin de zelfredzaamheid van burgers als kernwaarde naar voren komt, en wordt derhalve een participatiesamenleving genoemd.

Ten grondslag aan de veranderingen liggen de mondiale ontwikkelingen van de afgelopen decennia waardoor veel stabiele samenlevingen in een flexibele samenleving zijn veranderd. In de postmoderne, neoliberale samenleving staat het behalen van individuele winsten centraal en wordt de aandacht gericht op hen die mobiel, machtig, en productief zijn (Bauman, 2000). Individualisme, waarin personen door autonomie en eigen keuzes hun leven vormgeven, is daarbij één van de fundamentele aspecten van het neoliberalisme – volgens Bauman is binnen neoliberale staten individualisatie een lot en geen keuze (ibid). Personen zijn verantwoordelijk voor hun eigen welzijn en zouden hierin de samenleving niet nodig hebben. Daarnaast verzwakken ook de nabije verbanden als familie, buurt/buren en vrienden van het individu, waarbij kortstondige of vrijblijvendere connecties met allerlei groepen toenemen. Zij die minder flexibel, mobiel en machtig zijn binnen de maatschappij, kunnen daardoor niet op een volwaardige wijze deelnemen in de samenleving en blijven lokaal gebonden. Het proces van individualisering heeft derhalve geresulteerd in een samenleving

## DISCONNECTIE: VISIE OP EENZAAMHEID

waarin kwetsbare burgers, zoals ouderen, op zichzelf komen te staan door het afnemende belang van maatschappelijke instituties en het afbrokkelen van sociale bindingen.

Zoals benoemd wordt ook in de huidige tijd bezuinigd op zorgkosten – hierdoor moeten ouderen steeds langer zelfstandig blijven wonen en rekenen op een participerende samenleving. Toch zijn er nog genoeg ouderen die in één van de vele verzorgingstehuizen binnen Nederlanden verblijven, waarvan de bouw in de jaren 60 juist werd gestimuleerd. Binnen deze context verbleef ook ik voor drie maanden, waar ik in een eenzelfde appartementje als de oudere bewoners mocht intrekken. Het verzorgingstehuis, wat onderdeel was van een overkoepelende zorgorganisatie in gemeente Heerenveen, bood begeleiding en zorg aan inwoners van 51 appartementen en eveneens service aan inwoners van de 75 aanleunwoningen. Daarbij stond het tehuis bekend als wijkservicepunt, waar zowel inwoners als buurtbewoners samenkwamen in de ontmoetingsruimte voor activiteiten. Door hier te wonen had ik de mogelijkheid om het leven van ouderen van dichtbij te volgen en op een gemakkelijke manier onderdeel te worden van hun vertrouwde leefomgeving. Bovendien kon ik vanuit het verzorgingstehuis ook contacten leggen met ouderen die zelfstandig in Heerenveen woonde. Hier ging ik vervolgens, na een kleine fietstocht te maken, op bezoek in hun eigen huis. Op deze wijze vormden de verschillende soorten thuis van ouderen in de gemeente van Heerenveen mijn onderzoeksgebied.

Door dit plaatselijke onderzoek ik inzichten verworven vanuit een lokaal veld om de kwestie van eenzaamheid te begrijpen binnen de context van Heerenveen. Hoewel de ouderen onderdeel waren van de Friese cultuur, waarin bijvoorbeeld het landelijke karakter en de mate van sociale cohesie een specifieke invloed hadden op de ervaring van eenzaamheid, betekent dit niet dat de resultaten niet relevant zijn buiten de plaats van Heerenveen. Zoals eerder vermeld, bestonden de informanten uit oudere individuen die leefden in het verzorgingstehuis waar ik verbleef en een aantal ouderen die zelfstandig in de nabije omgeving woonden. Dit stelde mij in staat om hen te bestuderen in de leefomgeving waarin ouderen zich doorgaans bevinden in Nederland en andere Westerse landen. Daarbij kan kennis over de betekenis en culturele constructie van eenzaamheid onder ouderen nuttig zijn voor eenieder die de kwestie wil begrijpen, oplossen, of voorkomen. De notie van eenzaamheid is namelijk niet verbonden aan één plaats, waardoor dit onderzoek een uitgangspunt kan zijn voor het begrijpen van eenzaamheid binnen andere samenlevingen. De inzichten die voortkomen uit het veldwerk in Heerenveen heeft op die wijze belangrijke data gegenereerd voor de betekenis van eenzaamheid in het algemeen – ten slotte, door het bestuderen van klein plaatsen kunnen we grote kwesties begrijpen (Eriksen, 2001).

### 4.2 Verschillende Benaderingen tot Eenzaamheid

Volgens Coalitie Erbij, een samenwerking van acht nationale organisaties in de strijd tegen eenzaamheid, ervaren meer dan een miljoen mensen in Nederland sterke gevoelens van eenzaamheid (Coalitie Erbij, 2010). Eenzaamheid, gedefinieerd door hen als de subjectieve ervaring van een onplezierige en onacceptabele afwezigheid van bepaalde relaties, heeft een grote invloed op gezondheidsrisico's en afnemende gevoelens van welzijn en geluk. Coalitie Erbij identificeert situaties van eenzaamheid binnen alle leeftijdscategorieën en lagen van de samenleving en ziet het risico van eenzaamheid om levens te ontwrichten. Ervan uitgaande dat elke persoon ernaar verlangt om gelukkig te zijn, worden de geregistreerde situaties en gevoelens van eenzaamheid onder mensen vaak aangewezen als een groot probleem binnen de maatschappij.

Zoals eerder beschreven, wordt eenzaamheid over het algemeen gedefinieerd als de negatieve ervaring die ontstaat wanneer een individu's sociale netwerk als incompleet voelt of gebrekkig is in kwantiteit of kwaliteit (De Jong Gierveld, Van Tilburg & Dykstra, 2006, p. 485,486). Een positieve evaluatie tussen een individu's relatiestandaarden en de bestaande sociale relaties zou in die zin het tegenovergestelde voortbrengen, namelijk gevoelens van verbondenheid. Nauw verbonden aan het concept eenzaamheid is de situatie van sociale isolatie, een concept dat refereert aan een individu's gebrek aan relaties met andere personen (De Jong Gierveld et al., 2006, p. 486). Sociaal geïsoleerde personen zijn echter niet per se eenzaam, en eenzame personen zijn objectief gezien niet per se sociaal geïsoleerd. Voor sommige personen resulteert een afwezigheid van bepaalde relaties snel in gevoelens van eenzaamheid, terwijl voor andere deze gevoelens alleen ontstaan wanneer hun sociale netwerk vrijwel geheel is verdwenen (Van Tilburg, 2007, p. 5). Bovendien brengt het verlies van een nabije en intieme vertrouweling gevoelens van eenzaamheid naar een heel ander niveau. Weiss (1973) differentieert tussen emotionele eenzaamheid, die veroorzaakt wordt door het gebrek aan een goede, intieme vriendschap, en sociale eenzaamheid, die voortkomt uit het gebrek aan een bredere, innemende groep vrienden. Verder kan ook existentiële eenzaamheid als aparte vorm gezien worden, die het concept benadert als een ervaring van het afgezonderd zijn van de wereld en anderen in het diepste 'zijn' – in die zin staat deze eenzaamheid niet in relatie tot anderen, maar is het iets van het individu en zijn/haar vragen rondom het bestaan (Schoenmakers, 2015).

Er zijn verschillende benaderingen die deze vormen van eenzaamheid onder de loep nemen – een belangrijk aantal van deze benaderingen, welke samen de cognitieve benadering vormen, focust op de individuele karakteristieken van eenzaamheid (De Jong Gierveld et al.,

2006, p. 488). Deze benadering onderzoekt over het algemeen de beschrijvende kenmerken van het sociale netwerk, de relatiestandaarden, de persoonlijkheidskarakteristieken, en de achtergrondaspecten van een individu, zoals gender en gezondheid. Het zijn allerlei individuele karakteristieken die een persoon vatbaar kunnen maken in het worden of blijven van eenzaam. Daarbij wijst Machielse sociale competenties en vaardigheden aan als een significant aspect van een individu's bekwaamheid om in de maatschappij te participeren en relaties te ontwikkelen en onderhouden (Machielse, 2015, p. 341).

Een andere benadering tot eenzaamheid is door het bestuderen van dit fenomeen binnen de context waar het zich bevindt en het te analyseren hoe het sociaal gevormd is (De Jong Gierveld et al., 2006, p. 491). Dit gebied van onderzoek is in het bijzonder geïnteresseerd geweest in twee onderwerpen: hoe sociaal en economisch kapitaal sociale integratie versterken en hoe de relatiestandaarden, die gebruikt worden voor het evalueren van iemands sociale netwerk, sociaal geconstrueerd zijn. Literatuur over het eerste onderwerp toont aan hoe deze middelen invloed hebben op het wederzijdse belang van elkaars welzijn, wat het risico op eenzaamheid verlaagt (Thomése, Van Tilburg & Knipscheer in De Jong Gierveld et al. 2006). Een toename in sociaal en/of economisch kapitaal zorgt namelijk voor sterkere onderlinge banden, waardoor het risico op eenzaamheid daalt. De tweede stroming bestudeert relatiestandaarden – het uitgangspunt is hier dat deze standaarden contextafhankelijk zijn en de intensiteit van eenzaamheid beïnvloeden. Deze relatiestandaarden zijn namelijk gevormd door de normatieve context waarin personen zich bevinden – ideeën over het optimale netwerk en de rollen van familieleden zijn beïnvloed door de normen, waarden en rolpatronen die dominant zijn in een bepaalde sociale context (De Jong Gierveld et al., 2006, p. 491). Dit begrip van eenzaamheid als relationeel, contextueel en samenhangend met cultuur maakt dat de antropologie een belangrijke bijdrage kan leveren. Hier ga ik verder over in de volgende sectie, waarin ik de bijdrage van antropologie aan het debat beschrijf.

Eerst bespreek ik de laatste benadering tot eenzaamheid, waarin bestudeerd wordt hoe individuen hun situatie van eenzaamheid overwinnen door het toepassen van hun coping-strategieën zelfstandig of met hulp van professionals (ibid, p. 494). De afgelopen decennia zijn er vele coping-strategieën geïdentificeerd, welke beschreven kunnen worden als de manieren waarop individuen hun problemen onder ogen zien en aanpakken op een voornamelijk kalme en toepasselijke wijze (“cope”, Dictionar.com 2015). Perlman en Peplau classificeren deze in drie algemene groepen, namelijk coping-strategieën die gericht zijn op het veranderen van: het verlangde niveau van sociale contacten; het bestaande niveau van

sociale contacten; en de significantie van het gat tussen het verlangde en bestaande sociale netwerk (Perlman & Peplau, 1981, p. 52). Daarnaast richten ook professionals zich op het ondersteunen van eenzame mensen door het ontwikkelen en uitvoeren van sociale interventies. Deze sociale interventies focussen voornamelijk op de verbetering van een individu's sociale netwerk door het vergroten van de relaties' kwantiteit of kwaliteit. Een voorbeeld hiervan het creëren van mogelijkheden tot interactie met anderen of het trainen van de sociale vaardigheden van eenzamen (De Jong Gierveld et al., 2006, p. 494). Zoals eerder besproken, blijken echter niet veel sociale interventies succesvol te zijn in het helpen van mensen met gevoelens van eenzaamheid (Findlay, 2003, Fokkema & Van Tilburg, 2007).

### **4.3 Een Antropologische Blik op Eenzaamheid**

Vanuit een antropologisch perspectief, wordt een eenzaam of sociaal geïsoleerd persoon gezien als een product van zijn/haar samenleving (Coleman, 2014, p. 484). In die zin wordt eenzaamheid niet beschouwd als een indicatie van persoonlijk falen in het ontwikkelen van een bevredigend sociaal netwerk. Volgens Simmel en Durkheim is het eerder gekenmerkt als een uitkomst van de moderne systemen van industrialisatie, kapitalisme, en urbanisme (Durkheim, Simmel in Coleman, 2014, p. 484). De processen die samenhangen met modernisering, en mogelijk de hedendaagse globalisering, worden aangevoerd als veroorzakers van chaotische en verbroken sociale netwerken waarin individuen onvoldoende zijn geïntegreerd. Daarbij draagt ook de sociaaleconomische context van mensen bij aan hun niveau van sociale integratie; contextuele factoren zoals economisch en sociaal kapitaal kunnen de cohesie van groepen en de hoeveelheid sociale interactie tussen mensen beïnvloeden, dat op diens beurt het ontstaan van eenzaamheid beïnvloedt (De Jong Gierveld et al, 2006, p. 491).

Bovendien heersen er binnen de sociale context waarin mensen gesitueerd zijn bepaalde normen en waarden. In sommige samenlevingen worden personen beperkt in het ontwikkelen van een bevredigend sociaal netwerk als gevolg van ingewortelde culturele factoren (Perlman & Peplau, 1981, p. 44). Slater zag in Amerika bijvoorbeeld een conflict tussen de waarden van competitie, onafhankelijkheid en onbetrokkenheid, en de menselijke verlangens voor gemeenschap, verbintenis en afhankelijkheid (Slater in Perlman & Peplau, 1981, p. 44). Deze culturele waarden die individualisme, competitie tussen elkaar, en persoonlijk succes benadrukken worden gereflecteerd in sociale structuren en beïnvloeden het gedrag van personen. Dit veroorzaakt bijvoorbeeld dat de bindingen in gemeenschappen verzwakken en dat mensen gedwongen worden zelfredzaam te zijn, wat uiteindelijk het



voorkomen van eenzaamheid verhoogt. Dit is in overeenstemming met Machielse, die beweert dat relaties met familie en burens meer onzeker zijn geworden als gevolg van culturele veranderingen zoals individualisering (Machielse, 2015, p. 341). Voorts observeert zij dat sociale netwerken zijn afgenomen in kwantiteit en dat de aannemelijkheid van geïsoleerd worden groter is geworden (ibid, p. 340). Op deze manier spelen maatschappelijke factoren een rol in de wijze waarop ze het sociale leven in het algemeen, en in het bijzonder in dagelijkse relaties, van mensen beïnvloeden.

Ingebed in deze normen en waarden zijn ook de relatiestandaarden die mensen houden, welke al eerder zijn aangehaald. Normen en waarden beïnvloeden de ideeën die een persoon heeft over hun optimale sociale netwerk en relaties, en de rollen en verplichtingen die familieleden of andere nabije relaties worden verondersteld te omarmen (De Jong Gierveld et al., 2006, p. 491). De relatiestandaarden die mensen hebben zijn dus een product van hun sociale omgeving, wat betekent dat de context kan bijdragen aan het voorkomen van eenzaamheid. Dit wordt duidelijk in diverse onderzoeken die de variaties in eenzaamheid hebben bestudeerd tussen Europese landen (De Jong Gierveld et al. 2006, p. 492). De resultaten tonen aan dat hoewel alleen leven vaak resulteert in eenzaamheid, dit voornamelijk het geval was in landen waar het conventioneel was voor ouderen zonder partner met hun familie te leven (ibid). De transnationale verschillen in ervaringen van eenzaamheid werden toegeschreven aan verschillen in de normatieve sociale omgeving. Dit wordt ook beschreven in het onderzoek van Van der Geest naar de ervaring van eenzaamheid onder ouderen in Ghana. Hij betoogt dat de relatiestandaarden van de oudere mensen waren gevormd door een normatieve context waarin ouderen doorgaans respect kregen en gekend waren voor hun wijsheid (Van der Geest, 2004). Echter, de oudere mensen voelden zich genegeerd door jongere mensen omdat zij niet kwamen luisteren naar hun wijsheid, wat hierdoor gevoelens van eenzaamheid veroorzaakte. Hieruit blijkt dat het bestuderen van de context waarin men zich bevindt van groot belang is voor het bepalen wanneer en waarom eenzaamheid ontstaat.

Dit onderzoek draagt bij aan het academische debat over eenzaamheid door de specifieke antropologische kijk hierop. In hun werk over de subjectieve dimensie van sociale isolatie, adresseren Cloutier-Fisher, Kobayashi en Smith namelijk het gebrek aan onderzoek over de geleefde ervaring van eenzaamheid en de betekenis die ze hieraan geven (Cloutier-Fisher, Kobayashi & Smith, 2011, p. 408). Daarnaast vonden zij weinig literatuur over hoe de sociale context relatiestandaarden vormt en daarmee de toereikendheid en waarde van iemands sociale netwerk. Dit komt overeen met De Jong Gierveld et al., die de behoefte benadrukken voor onderzoek naar de manier waarop een persoons normatieve context de

relatiestandaarden beïnvloed die hij/zij gebruikt om het sociale netwerk te evalueren (De Jong Gierveld et al., 2006, p. 49).

### 4.4 Conceptueel Model en Operationalisering

In het onderzoek dat plaats vond onder ouderen in Friesland heb ik gebruik gemaakt van zeven hoofdconcepten die centraal staan in het beantwoorden van de onderzoeksvraag. In dit gedeelte beschrijf ik de definities en operationalisering van deze concepten: de concepten van eenzaamheid, verbondenheid, relatiestandaarden, normatieve context, hospitalisatie, sociale rollen en zintuiglijkheid. De eerste vijf genoemde concepten vormen uitgangspunten en zijn in het algemeen van belang in deze thesis, terwijl de laatste twee concepten en het concept sociale norm (onderdeel van normatieve context) specifiek betrekking hebben op drie aparte empirische hoofdstukken. Verder leg ik bij enkele algemene concepten uit welke methoden en technieken zijn gebruikt met betrekking tot de onderzoekspopulatie, daarbij gebruik makend van bestaande literatuur en hun operationalisering van bepaalde concepten.

**Eenzaamheid.** Zoals al eerder aangegeven kan het concept van eenzaamheid gedefinieerd worden als een onplezierig en onacceptabel verschil tussen de hoeveelheid en kwaliteit van de gerealiseerde sociale relaties, in vergelijking met de gewenste sociale relaties (De Jong Gierveld & Van Tilburg, 1995, p. 161). In andere woorden is dit het verschil tussen wat iemand wil in termen van interpersoonlijke affectie en intimiteit, en wat iemand daadwerkelijk heeft; hoe groter het verschil, hoe groter de eenzaamheid (De Jong Gierveld & Van Tilburg, 1999, p. 3). Centraal hierin staat dus de persoonlijke evaluatie tussen een individu's gewenste relaties en de bestaande relaties. Zoals eerder al vermeld, leidt sociale isolatie of het hebben van een relatief klein sociaal netwerk niet automatisch tot het voelen van een tekortkoming in de kwantiteit en/of kwaliteit van iemands sociale netwerk. Daarom is het van belang om zowel het bestaande sociale netwerk, het gewenste sociale netwerk, als de evaluatie van deze twee te bestuderen om eenzaamheid te kunnen vaststellen.

Ik volg in dit onderzoek de operationalisering van Van der Geest in zijn studie over de ervaring van eenzaamheid. Binnen zijn antropologische studie heeft hij vrij kwantitatieve methoden gebruikt, waardoor ik zijn operationalisering als een uitgangspunt binnen mijn kwalitatieve methoden; zo ondersteunde ze in het identificeren van verschillende aspecten binnen de eenzame situaties van ouderen. Vervolgens heb ik kwalitatieve methoden ingezet om de subjectieve betekenissen en ervaringen van de ouderen in deze verschillende aspecten te onderzoeken. Zo heb ik ten eerste gebruik gemaakt van een eenzaamheidsschaal – gebaseerd

## DISCONNECTIE: VISIE OP EENZAAMHEID

op een psychologische definitie van eenzaamheid, benadrukt deze schaal het verschil tussen wat iemand wil en wat iemand heeft in termen van sociale relaties (De Jong Gierveld & Van Tilburg, 1999). Het bestaat uit elf statements met betrekking tot de mogelijke ervaringen van eenzaamheid, welke dienden als richtlijnen in interviews voor het begrijpen van de ervaring en betekenis van eenzaamheid.

Daarnaast gebruikt Van der Geest een model van Van Bergen en Staarink (1994), dat toegepast is als uitgangspunt voor het vaststellen van contextuele factoren die van invloed konden zijn op de ervaring van eenzaamheid. Door het in beschouwing nemen van deze bepalende factoren, kon ik een uitgebreid overzicht krijgen van de eventuele culturele constructie van eenzaamheid. In hun model onderscheiden ze drie niveaus met betrekking tot determinanten van eenzaamheid onder ouderen: micro, meso, en macro (Van Bergen & Staarink in Van der Geest, 2004, p. 81). Op microniveau wordt het concept van eenzaamheid geoperationaliseerd in fysieke beperkingen die sociale relaties tegenhouden, zoals invaliditeit of mobiliteitsverlies, psychische sociale factoren zoals het verlies van geliefden en verveling, en materiële factoren, inclusief financieel vermogen en accommodatietype. Op het mesoniveau worden vervolgens karakteristieken van de leefomgeving onderscheiden, in het bijzonder de bereikbaarheid van de accommodatie, de aangenaamheid van de leefomgeving, en de nabijheid van faciliteiten. Ten slotte worden op het macroniveau culturele stereotypen en regels geïdentificeerd die ouderen discrimineren. Deze drie niveaus hebben mij ondersteund in het vaststellen en begrijpen van het ontstaan van eenzaamheid onder ouderen, en vormden soms een leidraad tijdens interviews en participerende observatie.

**Verbondenheid.** Het verlangen naar verbondenheid is al eerder geïntroduceerd en wil ik hier nog kort definiëren om binnen de thesis te begrijpen wat dit concept, als tegenhanger van eenzaamheid en disconnectie zijnde, inhoudt. Verbondenheid kan gezien worden als een veelzijdig fenomeen; het relateert aan het proces van onze identiteitsconstructie met daarin onze behoefte om onafhankelijkheid te voelen terwijl we tegelijkertijd emotioneel verbonden willen zijn (Wildevuur et al., 2003, p. 52). Het is een staat waarin men zich verbonden of zich verwant voelt, en het refereert zowel naar de relaties die mensen ontwikkelen met anderen als de baten die zij brengen naar individuen en de samenleving. Het bevat de relaties met familie, vrienden en burens, gelijk als de connecties op werk, tijdens vrijetijdactiviteiten, of bij vrijwilligerswerk. Deze relaties zijn een bron voor plezier en ondersteuning en ze helpen personen hun plaats te bepalen binnen de samenleving. Tegelijkertijd betekent het verbonden zijn met de omgeving en samenleving, door het uitvoeren van betekenisvolle activiteiten en

het gevoel hebben nuttig en van waarde te zijn. Wanneer iemand zich binnen een staat van eenzaamheid dus niet gezien of erkend voelt, bijvoorbeeld door het missen van emotionele aandacht of een gevoel van betekenisgeving, komt dit voort uit het verlangen om verbonden te zijn (ibid, p. 62).

**Relatiestandaarden.** Gerelateerd aan eenzaamheid is het concept van relatiestandaarden, dat eerder besproken is als een significante factor binnen een individu's evaluatie van zijn/haar relaties. Deze standaarden kunnen breed gezien gedefinieerd worden als de voorkeuren, verwachtingen en wensen voor een individu's persoonlijke relaties (Dykstra, 2009, p. 100). Door middel van interviews en observatie was het voor mij mogelijk om deze preferenties en verlangens van ouderen in Heerenveen te identificeren. Daarnaast heb ik acht geslagen op de door Johnson en Mullins geïntroduceerde factoren die volgens relatiestandaarden zouden vaststellen (Johnson & Mullins, 1987, p. 273). De eerste factor betreft het culturele waardesysteem van de samenleving waarin mensen zich bevinden. Hiervoor beweren ze dat mensen hun sociale behoeftes beïnvloed zijn door hun persoonlijkheidsstructuren, die op hen beurt grotendeels gevormd zijn door het culturele waardesysteem dat ze hebben geïnternaliseerd (ibid, p. 259). Als een resultaat zullen sociale behoeften op eenzelfde manier verschillen in samenlevingen die verschillen in hun culturele waarden. Dit niveau van sociaal-emotionele behoeften is ook gerelateerd aan de tweede factor: de hoeveelheid sociale contacten waaraan een persoon gewend is. Door het bepalen van zowel de normen en waarden met betrekking tot sociale relaties als de hoeveelheid contacten die voor personen gebruikelijk zijn geweest, heb ik getracht de relatiestandaarden van de ouderen te achterhalen.

Een andere manier waarop ik ook relatiestandaarden van ouderen wilde vaststellen, was door te bekijken hoe hun gewenste sociale relaties waren veranderd door transities in hun leefomstandigheden. Verwachtingen worden namelijk ontwikkeld over de type relaties die waarschijnlijk lijken in een bepaalde situatie en kunnen op die manier een persoons gewenste niveau van sociale contacten veranderen (Perlman & Peplau, 1981, p. 40). Het verhuizen naar een verzorgingstehuis kan bijvoorbeeld de verwachtingen van een ouder persoon voor zijn/haar relaties veranderen. Verder vergelijken mensen zichzelf ook met anderen in soortgelijke situaties in het evalueren van hun sociale relaties (Pettigrew in Perlman & Peplau, 1981, p. 48). Om deze redenen ben ik nagegaan of en hoe ouderen hun verwachtingen waren veranderd en hoe zij aankeken tegen de sociale relaties van anderen in vergelijkbare omstandigheden.

**Normatieve context.** Zoals beschreven, wordt zowel de ontwikkeling van eenzaamheid als mensen hun relatiestandaarden beïnvloed door de context waarin men zich bevindt. Deze context, welke gedefinieerd kan worden als de set van omstandigheden of feiten die een bepaalde gebeurtenis, situatie, etc. omringen (“context”, Dictionary.com 2015), kan als normatief beschouwd worden: “gerelateerd aan een norm, in het bijzonder een aangenomen norm die beschouwd wordt als de standaard voor correctheid in gedrag, spreken, schrijven, etc.” (“normative”, Dictionary.com 2015). Ik beschouw de normatieve context als de set van omstandigheden die een bepaalde situatie omringen en de gerelateerde normen die hierin als correct beschouwd worden. Gedurende mijn veldwerk heb ik daarom geprobeerd vat te krijgen op de sociale normen die heersen rondom eenzaamheid en sociale relaties in de context van Heerenveen.

Door Ensminger en Knight worden sociale normen gedefinieerd als informele regels die gedrag structuren op manieren die individuen toestaan om de voordelen van collectieve actie te verkrijgen (Ensminger & Knight, 1997, p. 2). Deze normen worden begrepen door de leden van een samenleving, schrijven personen het gewaardeerde sociale gedrag voor en informeren hen over hoe andere personen zouden handelen in vergelijkbare situaties. Expliciet uitgesproken of niet, kunnen normen voor ons gedrag betrekking hebben op algemene maatschappelijke verwachtingen, verwachtingen voor anderen, onze eigen verwachtingen, en standaarden die voortkomen uit het observeren van anderen (Cialdini & Trost, 1998, p. 152). Bekeken vanuit een antropologisch perspectief is de vorming van normen daarbij cultuurspecifiek en worden ze daardoor gewaardeerd en versterkt door de cultuur (ibid). Dit sluit aan op Opp (1982), die zegt dat normen ontwikkeld worden vanuit gedrag dat direct of door anderen beloofd wordt in de samenleving (Opp in Cialdini & Trost, 1998, p. 152). Op deze manier zijn normen onderdeel van een gedeeld waardesysteem en kunnen ze overgedragen worden op een bewuste wijze, door actieve instructies en demonstraties, of een passieve wijze, via non-verbaal gedrag (ibid, p. 153, 154).

Met deze conceptualisatie van de normatieve context in beschouwing, heb ik de sociale normen gerelateerd aan de ouderen hun eenzaamheid en de omringende omstandigheden (objectieve karakteristieken, zoals de grootte en compositie van iemands sociale netwerk, een persoons niveau van sociale participatie of betrokkenheid, etc.) op de volgende manier bestudeerd: 1) door het identificeren van hoe ouderen hun eigen en maatschappelijke verwachtingen voor hun sociale gedrag zien, 2) door het identificeren van hoe ouderen het sociale gedrag van anderen (in vergelijkbare situaties) zien, en 3) door het

vaststellen van hoe anderen hun goedkeuring/afkeuring van de ouderen hun sociale gedrag actief of passief duidelijk maken.

**Hospitalisatie.** Het nog niet eerder aangehaalde concept van hospitalisatie betreft een proces waar veel ouderen binnen een verzorgingstehuis mee in aanraking komen. Het is een proces dat veel invloed heeft op hoe ouderen leven en hun dagelijkse leven vormgeven en heeft op die manier ook een grote invloed op het ontstaan van eenzaamheid. Binnen de komende hoofdstukken zal het dan ook vaak naar voren komen als een proces dat kan leiden tot de disconnectie van ouderen. Derhalve introduceer ik hier het concept, wat gedefinieerd kan worden als het voorvallen van veranderingen in een individu's gedrag (al dan niet gewild) als gevolg van de intrek of een langdurig verblijf in een tehuis (Goffman, 1961). In dit geval, heeft een instituut als een verzorgingstehuis voor het individu doorgaans de volgende kenmerken: het leven van de persoon speelt zich af op vrijwel één plaats, de persoon moet samenwonen met leeftijdsgenoten voor wie hij/zij niet gekozen heeft, de persoon moet deelnemen met medebewoners in activiteiten waarvoor hij/zij niet gekozen heeft, de persoon is voortdurend omringd door personeel in uniform, en de persoon moet zich aanpassen naar de regels en de routines van het tehuis. Dit proces heeft diverse gevolgen en uitingen voor het individu, waarvan onder andere: een toenemende passiviteit, het verlies van interesse voor zichzelf en anderen, een groeiende afhankelijkheid en onderdanigheid, het verdwijnen van persoonlijke gewoonten en individualiteit, en een toenemende focus op de kleine dingen. Het 'hospitalisatiesyndroom' staat als ware in een vicieuze cirkel met disconnectie – de toename van afhankelijkheid, een focus op één plaats, en ik-gerichtheid beïnvloedt het ontstaan van disconnectie in de maatschappij, de leefomgeving, en relaties, wat op hun beurt weer resulteert in toenemende hospitalisering. Het concept heeft dan ook een belangrijke rol binnen de ervaring van eenzaamheid en dit onderzoek.

**Sociale rol.** Het concept sociale rol, wat een belangrijk thema zal vormen binnen één van de empirische hoofdstukken, betreft specifieke gevormde gedragingen die karakteristiek zijn voor individuen binnen een gegeven context of situatie (Biddle, 1979, p. 8, 56). Ze worden door de persoon herkenbaar uitgevoerd en ondersteunen op die wijze bij het kenmerken en plaatsen van individuen binnen een groep of de maatschappij (Turner, 1990, p. 87). Over het algemeen kunnen vier soorten rollen geïdentificeerd worden: basisrollen (geslacht, leeftijd), structurele basisrollen (beroep, familie, recreatie), functionele groepsrollen (bv. bemiddelaar of leider), en waarde rollen (bv. held of verrader) (ibid, p. 87, 88). Op

oudere leeftijd blijken binnen de Westerse samenlevingen, als gevolg van levenstransities als pensionering, ziekte, of opgroeiende kinderen, veel sociale rollen weg te vallen. De enige rollen die voor ouderen doorgaans overblijven, zijn de ‘rolloze rol’ en de ‘ziekterol’. Hierin ontstaat het risico voor een sociale dood, wat een verlies aan rollen en status en een marginalisatie of sociale degradatie representeert (Wildevuur et al., 2013, p. 90). Een verdere uitleg van dit concept en dit proces wordt gegeven in een aankomend hoofdstuk waarin ik het ontstaan van disconnectie als gevolg van een gebrek aan sociale rollen beschrijf.

**Zintuiglijkheid.** Een volgend concept dat aan bod zal komen in één van de empirische hoofdstukken is zintuiglijkheid, wat mijn vertaling is van *sensory experience*. Dit concept gaat in op de zintuigelijke waarneming van individuen, waarin ik mij specifiek wil richten op de waarneming van de (leef)omgeving. Allereerst wil ik aanhalen dat zintuigelijke perceptie, gezien vanuit ‘the anthropology of the senses’, zowel een culturele als fysieke handeling is (Classen, 1997, p. 401) – zien, horen, voelen, proeven en ruiken (de gebruikelijk vijf zintuigen) zijn middelen om de omgeving waar te nemen en bovendien wegen voor de overdracht van culturele waarden. Zintuigen roepen in die zin bepaalde associaties op, waarin de culturele constructie van de zintuigelijke waarneming de ervaring en het begrip van de wereld fundamenteel bepalen (ibid, p. 402). Hoe een omgeving ervaren en waargenomen wordt, is dus een resultaat van hoe dit gevormd is door de cultuur en samenleving. Hierop aansluitend beschrijft Connerton in zijn werk over *remembering* hoe de ervaring van het heden wordt gevormd door de kennis van het verleden (Connerton, 1989, p. 2). We beleven de huidige wereld binnen een context die causaal verbonden is aan gebeurtenissen en objecten van het verleden. Dit proces komt terug in de meest kleine en alledaagse details van het leven – het zien van een gezicht kan al bepaalde herinneringen opwekken. In die zin is het waarnemen van de omgeving een intellectueel proces; de fysieke en waarneembare omtrek van de plaats wordt beladen met noties die we er al over hebben gevormd, en in de compositie van het totale plaatje hebben deze noties een primaire plaats (ibid). Elke keer als we de plaats zien, ruiken of voelen zijn het deze noties die we herkennen en bepalen hoe we de omgeving waarnemen. Ook binnen de leefomgevingen van de ouderen bleken zintuigen een centraal onderdeel van hun beleving – in een aanstaand hoofdstuk beschrijf hoe door middel van een zintuigelijke zoektocht hun disconnectie van de leefomgeving naar voren kwam.

In de volgende hoofdstukken komen al deze concepten naar voren, waarin ik binnen drie delen de visie van disconnectie uiteenzet aan de hand van mijn data. Het eerste hoofdstuk

## DISCONNECTIE: VISIE OP EENZAAMHEID

betreft de leefomgevingen waarin de ouderen zich bevinden en hierin bespreek hun disconnectie van een waarneembare en bewegende wereld. Vervolgens beschrijf ik in het tweede hoofdstuk het gebrek aan sociale rollen binnen de levens van ouderen zien, wat ik verbind aan een disconnectie van de samenleving. Ten slotte werk ik in het derde hoofdstuk de ontbindende werking van bepaalde sociale normen uit, welke ik voorstel als een disconnectie van mensen in sociale relaties. Aansluitend concludeer ik alles en zet ik de visie van disconnectie nogmaals kort uiteen.



## 5. De Zoektocht Naar Levendigheid

Veel van de ochtenden die ik tijdens mijn drie maanden durende verblijf in het verzorgingstehuis doorbracht, waren getekend door de routine die zich in het huis had gevestigd. Zo begon een dag voor mij, en eveneens voor mijn oudere medebewoners, met boterhammen op de kamer en het gerinkel van de etenskar op de achtergrond. De verzorging liep van deur tot deur met het ontbijt waarna de ouderen op hun eigen plekje, bestaande uit een woon/slaapkamer, keukentje, en badkamer, de eerste uren van de dag besteedde. Terwijl ik mijn dag voorbereidde en wachtte totdat het dagelijkse leven weer was opgestart, werd men gewassen en aangekleed en gingen de eerste televisies aan. Om 10 uur kon ik dan eindelijk de deur uit; voor de ochtendkoffie begaven de meeste bewoners zich naar de gezamenlijke huiskamer op hun eigen verdieping. Eenmaal de kamer uit liep ik geregeld mijn buurvrouw tegen het lijf met wie ik, na haar “Ha, buurvrouw!”, verder liep naar de huiskamer op het einde van de gang waar we samen naar binnen gingen. In het kader van het kleinschalig woonbeleid was deze eerder bewoonde kamer de laatste maanden getransformeerd tot een huiselijke groepsruimte – de woonkamer was gevuld met tafels, stoelen, en decoratie, en de keuken werd gebruikt voor groepsmaaltijden. In deze setting namen bewoners van de tweede verdieping één voor één plaats terwijl de zusters, ik, of een incidentele vrijwilliger hen voorzag in koffie, thee, en ontbijtkoek. Op die manier kwamen dezelfde 4 á 5 bewoners dag in dag uit samen voor de koffieronde als onderdeel van hun dagelijkse routine.

Zo'n koffiemoment op de ochtend had vrijwel altijd een identiek karakter: dezelfde groep ouderen, dezelfde hoeveelheden kopjes koffie en thee, en eenzelfde algehele sfeer. De enkele bewoners die rustig hun kopje leegdranken, keken ondertussen meestal de kamer rond en zaten er redelijk afwachtend erbij – tot er iets gebeurde, en vervolgens tot ze terug naar de kamer konden. De ouderen waren door het dagelijkse wederzien onderling snel uitgepraat en leken zich vaak neer te leggen bij de groepsstiltes. De focus verplaatste zich daarom naar de soms herhalende nieuwsuitzending op de televisie of op de gesprekken van de zusters onderling. Geregeld geprobeerde zij de ouderen te betrekken in het gesprek door bijvoorbeeld te vragen naar hun weekendbelevissen, maar het antwoord bleef vaak haken op “we beleven niet zo veel meer”. Hun leven speelde zich grotendeels af binnen de muren van het verzorgingstehuis, waarin veel van de ouderen leefde van dag tot dag of van activiteit tot activiteit. De routine die door activiteiten als de koffieochtend structuur bood aan het soms lege bestaan van de ouderen (als in: zonder verplichtingen, taken of afspraken) bracht op die manier ook een bepaalde sleur met zich mee. Hoewel het programma invulling gaf aan de

dagen en momenten creëerde om naar toe te leven, vormde het ook een herhaling van mensen en activiteiten die de ouderen keer op keer ontmoette en beleefde. Deze sleur in combinatie met de afgeslotenheid en/of de immobiliteit van de bewoners resulteerde in de eerste vorm van disconnectie onder ouderen, die ik in dit hoofdstuk zal behandelen: de disconnectie van een levende wereld en de daaropvolgende zoektocht naar levendigheid.

Een zintuigelijke zoektocht, door middel van zien, horen, ruiken, proeven en voelen, naar levendigheid leek een manier waarop de ouderen deel trachtte te blijven van de bewegende wereld van nu en vroeger. De ouderen, met name diegene die in het verzorgingstehuis woonden, zochten veelal naar waarneembare aspecten die hen herinnerden aan het leven van vroeger of hen het idee gaven ook nu nog in de maatschappij te staan. Dit zag ik terug in drie aspecten van hun plaatselijke wereld: het leven thuis, het leven in de groepsruimtes, en het leven in de buurt. Binnen dit hoofdstuk zal ik daarom, na eerst in te gaan op de theorie wat betreft de zintuigelijke beleving van de leefomgeving, beschrijven hoe ouderen een thuisplek creëren en vanuit daar zoeken naar levendigheid. Vervolgens zal ik aantonen hoe deze zoektocht eruitziet tijdens de groepsactiviteiten. Als laatste zal ik inhaken op ouderen hun ervaringen van de buurt en welke betrekking dit heeft op nostalgie en verbondenheid. Al concluderend zal ik ten slotte deze drie delen verbinden aan de disconnectie van ouderen en de relatie tot hun ervaren eenzaamheid.

### **5.1 De Zintuiglijke Beleving van de Leefomgeving**

In onze waarneming van de omgeving worden doorgaans vijf zintuigen beschreven: zien, horen, ruiken, proeven, en voelen. Deze vijf zintuigen bepalen hoe we onze omgeving beleven en welke waarde we eraan toekennen. Binnen antropologische literatuur over zintuiglijkheid gaat men er namelijk vanuit dat zintuigelijke perceptie zowel een culturele als fysieke actie is (Classen, 1997, p. 401) – zien, horen, voelen, proeven en ruiken zijn niet alleen middelen om fysieke dingen waar te nemen, maar het zijn ook wegen voor de overdracht van culturele waarden. Er zijn diverse manieren waarop de zintuigen cultureel doordrenkt kunnen zijn; zo kunnen de zintuigen zelf bepaalde associaties oproepen, en worden bepaalde zintuigen soms hoger gewaardeerd in een samenleving dan andere (ibid). Daarnaast kunnen specifieke sensaties, zoals een rode kleur of een zoete smaak, symbolische waarden hebben binnen verschillende contexten. Het is aan de onderzoeker om verder te kijken dan de praktische gebruiken van de zintuigen, aangezien elke samenleving praktisch gebruik maakt van alle zintuigen, en zich te richten op de wijze waarop verschillende zintuigelijke gebieden beïnvloed zijn door sociale waarden. Samen vormen deze waarden en

betekenis die aan de zintuigen hangen het zintuiglijke model van een samenleving waardoor de leden de wereld waarnemen (ibid, p. 402).

Dit betekent dat onze ervaring en het begrip van onze lichamen en de wereld om ons heen op een fundamenteel bepaald worden door de culturele constructie van onze zintuiglijke waarneming (ibid). Connerton beschrijft dit op een manier waarin hij de ervaring van het heden bekijkt als resultaat van het verleden (Connerton, 1989, p. 2). Volgens hem beleven we de huidige wereld binnen een context die causaal verbonden is aan gebeurtenissen en objecten van het verleden. Dit proces komt terug in de meest kleine en alledaagse details van het leven – het zien van een gezicht kan al bepaalde herinneringen opwekken. In die zin is het waarnemen van de omgeving een intellectueel proces; de fysieke en waarneembare omtrek van de plaats wordt beladen met noties die we er al over hebben gevormd, en in de compositie van het totale plaatje hebben deze noties een primaire plaats (ibid). Elke keer als we de plaats zien, ruiken of voelen zijn het deze noties die we herkennen en bepalen ze hoe we de omgeving waarnemen.

Uit de beschreven zintuiglijke processen concludeer ik dat binnen het ervaren, waarderen en plaatsen van de leefomgeving de zintuigen een significante rol spelen. Ze staan centraal in het creëren van verbindingen tussen personen en plaatsen en bepalen bovendien op een fundamentele manier waar iemand zich thuis voelt. Zo geeft Duyvendak aan hoe men zich op twee manieren kan thuis voelen: allereerst kan het ‘ergens’ thuis voelen een specifieke plaats betekenen, die door middel van waarneming bepaalde gevoelens van verbondenheid oproept (Duyvendak, 2011, p. 12). ‘Place attachment’ is in die gedachtegang een hechting aan unieke plaatsen. Het kan daarbij ook zijn dat bepaalde betekenisvolle karakteristieken van een plaats, die in dat geval niet aan een unieke plaats verbonden hoeven te zijn, gevoelens van verbondenheid kunnen faciliteren (ibid, p. 13). Binnen allebei de manieren staat het waarnemen van bepaalde aspecten die horen bij de omgeving centraal om een gevoel van thuis te ontwikkelen. Deze verbondenheid met een leefomgeving, en in het bijzonder een thuis, beschrijf ik verder in de komende paragraaf waarin ik de zintuiglijke beleving van de ouderen thuis uiteenzet.

### **5.2 De Ouderen en Hun Thuis**

Zodra we gaan nadenken over onze leefomgeving, dan wordt waarschijnlijk bij een ieders belangrijkste en meest waardevolle plaats vrijwel altijd ‘thuis’ genoemd. Het thuis van een persoon betreft meestal een specifieke plaats waarin men woont en zich kan terugtrekken, en die in sterke mate een gevoel van verbondenheid oproept. Zintuigen, welke ook bijdragen

in ons begrip van ruimte, spelen zoals benoemd een belangrijke rol in hoe mensen deze affectieve relatie met hun habitat vormen (Tuan, 1977). Wat begint als een ongedifferentieerde ruimte wordt een plaats zodra we het door onze zintuigen beter leren kennen en het voorzien van waarde (Tuan, 1977, p. 6). De waarde van ‘thuis’ ligt dan ook niet in de materiële wereld, maar in de betekenissen en gevoelens die eraan verbonden zijn (Duyvendak, 2011, p. 37). Deze verbondenheid met de thuisplek die ook ouderen met behulp van hun zintuigen creëerde, zowel als de verbondenheid die ze van daaruit zochten met de rest van hun leefomgeving, staan centraal in dit gedeelte. Ik zal aantonen waarom het soms lastig was voor ouderen om zich thuis te voelen en hoe diverse thuisactiviteiten de disconnectie met hun leefomgeving weergaven.

Allereerst kan gezegd worden dat het fenomeen ‘thuis voelen’ van zulke waarde is dat eenieder mens er recht op heeft – hoewel het moeilijk te definiëren is, heeft thuis voelen namelijk vaak te maken met het veilig en comfortabel voelen op een plek, waar diegene op z’n gemak is omdat dingen zo vanzelfsprekend en vertrouwd zijn (Duyvendak, 2011, p. 27). Het is ‘je eigen plek om te zijn wie je wilt zijn’ en heeft daarbij een grote invloed op een individu’s fysieke en mentale gezondheid. Tijdens mijn tijd in Heerenveen heb ik gezien hoe ouderen op verschillende plekken zo’n thuisplek voor zichzelf schiepen; het zij in hun eigen zelfstandige woning waar ze soms al vele jaren woonde, of in een kamer van het verzorgingstehuis. Deze laatste plek leek soms problematisch te zijn in het geven van een thuisgevoel, omdat de ouderen moeite hadden om zich aan het huis te verbinden. De levensovergang van een eigen huis met persoonlijke herinneringen en een unieke verbondenheid aan de persoon, naar een onpersoonlijke, kleine kamer die ingericht was op patiënt zijn, was voor sommige bewoners lastig te verwerken. Hoewel de kamer gebrekkig bleek in de vrijheid en het comfort die een thuisplek zou moeten geven, probeerde toch iedere bewoner zijn of haar eigen draai aan de kamer te geven.

Dit betrof ook de 71-jarige Johan, die na een jarenlange alcoholverslaving al op relatief vroege leeftijd in het verzorgingstehuis was beland – hier werd hij sinds enkele maanden dagelijks gecontroleerd om geen terugval te krijgen. Al luisterend naar Johan’s verhaal en kijkend naar zijn kamer, werd mij duidelijk hoeveel belang het voor hem had om zich thuis te voelen en hoe bewust hij hiermee bezig was. Eén aspect hiervan was de structuur die hij zichzelf binnenshuis had aangeleerd; ’s ochtends vroeg opstaan gevolgd door koffie drinken en puzzelen, dan even eruit om te eten in het restaurant, vervolgens computeren, spelletjes, of administratie doen, en in de avond tv kijken. Deze routine hielp hem de controle over zijn leven te houden en op die manier een positief gevoel te geven bij zijn nieuwe huis.

## DISCONNECTIE: VISIE OP EENZAAMHEID

Om deze reden had zijn oude, zelfstandige woning ook geen waarde meer voor hem; het was “de angst om weer in het oude te vervallen”. De vertrouwdheid van de routine gaf hem het vertrouwde en veilige gevoel dat bij een thuis hoort en daarbij creëerde de positieve uitwerking van de routine op zijn leven een verbintenis met het huis.

Daarnaast probeerde hij door andere waarneembare aspecten dan deze gevoelens zijn woning tot een thuis te maken, waaronder het decoreren van zijn huis. Zo vertelde hij mij bijvoorbeeld over het kaarsje op zijn bureau: “Ik probeer het gewoon een beetje leuk te maken. Als ik gezelligheid wil, dan doe ik m’n lampje aan. M’n kaarsje. Dat zijn van die kleine dingen die misschien grappig klinken, maar wel belangrijke dingen zijn.” Dit was evengoed zo met de schilderijen aan zijn muur en een aantal sculpturen in zijn huis, welke eerst in handen waren geweest van zijn ouders of vrienden. Terwijl het zien van het kaarsje wellicht hielp bij een ‘gezellig’ thuisgevoel, had het zien van deze kunstwerken een verbindend thuisgevoel met geliefden en herinneringen. Dit hielp voor Johan om zijn kamer tot een unieke en persoonlijke kamer te maken, waarin hij zich verbonden en comfortabel voelde.

Hoewel Johan er redelijk in slaagde om zich thuis te voelen in het verzorgingstehuis, wat wellicht met de negatieve associaties van zijn eerdere huis te maken had, was niet elke bewoner even content met hun huisje. Zo werd de kamer door meerdere ouderen beschreven als “rommelig”, omdat ze niet al hun spullen kwijt konden binnen de kleine ruimte. Een kamer bestond daarom ook doorgaans uit een bed, een tafel met enkele stoelen, een grote zitstoel, en één of twee kasten – dit maakte dat de ouderen zich soms oncomfortabel en opgesloten voelde, zeker omdat de kamer zowel als een woon- als slaapkamer gebruikt werd. Verder werkte niet alles in het huis naar behoren zoals de bewoner het wilde en was men afhankelijk van het verzorgingstehuis bij bijvoorbeeld luchtproblemen, warmteproblemen, telefoonproblemen, of internetproblemen. Het zelf niet in de hand hebben van de leefomgeving bleek op die manier voor sommigen ook problematisch voor een thuisgevoel. Ten slotte was voor vrijwel iedere bewoner het gebrek aan levendigheid een tegenwerkende kracht in hun gevoel van thuis zijn, wat ik wederom zal beschrijven aan de hand van Johan’s thuissituatie.

Midden in Johan’s kamer stond een bureau. Vanaf hier speelde het grootste deel van zijn dagelijkse leven zich af: eten, televisiekijken, puzzelen, lezen, computeren, de administratie regelen, etc. Op het middageten in het restaurant en de uitstapjes naar buiten of zijn zoon na, was hij bijna altijd aan zijn bureau te vinden. Deze werkplek had hij dan ook pal naast het raam geplaatst, vanwaar hij uitkeek op de straat en een parkeerplaats van de

tegenovergelegen flat. De reden hiervoor werd duidelijk toen hij tijdens ons gesprek mij enkele keren wees op dingen die zich buiten achter het raam afspeelde, zoals het langslopen van een buurtgenoot. Gedeeltelijk lachend en gedeeltelijk serieus vertelde hij: “Dat is het hoogtepunt van de dag als er iemand langs loopt! Nouja, dat is misschien wat overdreven, maar het uitzicht is wel ideaal hier. In het revalidatietehuis had ik in de zomer uitzicht op een vijver, prachtig, maar alleen in het weekend kwamen er vijf à zes mensen langs en dan was het afgelopen. Dat is niet zo levendig – het is mooi als je rust zoekt, maar als je afleiding zoekt niet. Kijk hier, als ik hier naar buiten kijk, zie je bij wijze van spreken dag en nacht mensen bewegen en daar kijk ik graag naar. Ik wil graag beweging zien en mensen om mij heen hebben”. Vanuit zijn thuissetting bleek de verbinding met de buitenwereld dusdanig belangrijk dat hij zich eenzaam voelde zodra hij deze levendigheid niet kon waarnemen.

Opvallend binnen Johans zoektocht naar levendigheid was de combinatie met zijn bewuste keuze voor een afgesloten bestaan omdat hij geen behoefte had aan contact met zijn medebewoners. Veel aansluiting vond hij op het eerste gezicht namelijk niet: “Ik mag niet zeggen dat het ouwe mensen zijn, maar... Het is flauwekul natuurlijk, want die mensen hebben een grotere levenservaring dan ik. Ach, je zegt iedereen vriendelijk gedag, maar een gesprek? Nee”. Hoewel hij dus weinig sociale contacten had, voelde hij zich hierdoor niet perse eenzaam – hij was altijd een “einzeltäger” geweest. Het was voor hem belangrijker om in contact met de samenleving te staan door middel van het zien van mensen. De uitnodigingen voor sociale activiteiten waren er namelijk wel, maar hij koos er bijvoorbeeld voor om alleen aan een tafel in het restaurant te eten. “Ik vind het leuk om mensen te bekijken, maar het liefst vanaf een terrasje achter een lekker glaasje bier met mooi weer, dat vind ik heerlijk. Wanneer ik dus de stad inga, ga ik wat dat betreft niet om boodschappen te doen, maar meer om mensen te kijken. Er zijn in de omgeving hele aardige mensen bij - om te zien, maar niet om contact mee te hebben”. Uit dit blijkt dat de behoefte aan sociale contacten enigszins losstaat van de behoefte om verbonden te zijn met de leefomgeving door middel van het zintuiglijk beleven van levendigheid.

Hoezeer dan ook de relatiestandaarden van de ouderen verschilde, bleek zo goed als iedereen op zoek naar deze levendigheid. De zitstoelen van de ouderen waren net als bij Johan altijd voor het raam te vinden, waar ze van een uitzicht genoten met het liefst zoveel mogelijk beweging – van de vogels die op het balkonrandje kwamen zitten tot de rijdende auto's op de verderop gelegen snelweg. Op dezelfde wijze werd er gezocht naar levendigheid door middel van de televisie, welke diende als een soort vervangende bewegende wereld of als achtergrondgeluid tijdens een activiteit. Andere ouderen hadden ook huisdieren, wat op een

vanzelfsprekende wijze voor levendigheid zorgde. Een enkeling had zelfs de banken vol gezet met knuffels, welke haar het idee gaven dat ze niet de enige vorm van leven was in haar huiskamer. Dit laatste voorbeeld weergeeft al duidelijk dat de bovenstaande activiteiten vaak niet de echte behoeftes van de ouderen bevredigde; hoewel het de ouderen iets levendigs gaf om te horen, zien of voelen, was het slechts deels een vervanging van de bewegende, levendige wereld waarvan ze ooit deel hadden uitgemaakt.

Al met al kunnen uit deze activiteiten die op een zintuiglijke manier zoeken naar een verbintenis met een thuis en de leefomgeving geconcludeerd worden dat er in eerste instantie een bepaalde disconnectie van de ouderen aan ten grondslag lag. Dit werd grotendeels veroorzaakt door de immobiliteit van de ouderen in combinatie met de afgeslotenheid van het verzorgingstehuis (de meer mobiele ouderen woonden vaak zelfstandig), waardoor de bewoners zich konden voelen alsof ze “achteraf zaten”. Niet alleen kwam deze disconnectie van de leefomgeving binnen de setting van het huis naar voren, maar ook tijdens de groepsactiviteiten in de gezamenlijke ruimtes van het verzorgingstehuis. In het volgende gedeelte behandel ik daarom hoe de bewoners zich in deze groepssetting gedroegen en op welke manier ze de verlangde verbondenheid wel of niet vonden.

### **5.3 Een Levendige Activiteit**

Zoals eerder benoemd in de introductie, bestond in het verzorgingstehuis een bepaalde routine die zowel de invulling van de dag als van de week in grote lijnen bepaalde voor de bewoners. Binnen deze planning waren dagelijks groepsmomenten waarin de ouderen samen aten, koffiedronken, en een middagactiviteit uitvoerden die meestal de toon voor de dag zette. Iedere maand kreeg daarom ook ik de papieren maandplanning in de brievenbus, waarop ik kon zien welke activiteiten op welke dag waren gepland. Waar de meeste bewoners 's ochtends samenkwamen op de huiskamer van hun verdieping, kwamen op de middagactiviteit bewoners van alle verdiepingen, van de aanleunwoningen, en externe ouderen samen. Onder hen was een vaste kerngroep die normaliter elke dag bij de middagactiviteit was te vinden en bij wie ik mij gedurende mijn veldwerk aansloot. Met hen besteedde ik vele middagen, deed ik mee in hun activiteiten, en observeerde ik bovenal de personen, de ruimte, en de activiteit als een geheel. Hieruit bleek dat ook binnen de publieke ruimtes waar de ouderen elkaar ontmoetten een bepaalde disconnectie aanwezig was, omdat ze eveneens in deze context op zoek waren naar levendigheid. Deze zoektocht, de activiteiten, en de groepsdynamiek zal ik beschrijven in het komende gedeelte, waarin ik de groepsruimtes aanvoer als tweede leefomgeving waarin de ouderen verbondenheid verlangden.

Voordat ik inga op de groepsactiviteiten in de publieke ruimte van het verzorgingstehuis, wil ik dit verbinden aan het eerder geïntroduceerde fenomeen van thuis voelen. In het vorige gedeelte heb ik beschreven hoe ‘thuis voelen’ te maken heeft met vertrouwdheid en het hebben van een private thuishaven waar men zich veilig en comfortabel voelt. Duyvendak voegt hier nog een derde element aan toe, dat hij als ‘hemel’ benoemt: het hebben van een publieke plaats waar iemand zichzelf kan zijn, uitdrukken, en realiseren; waar iemand zich publiek vrij en onafhankelijk voelt (Duyvendak, 2011, p. 38). Thuis drukt hier een gezamenlijke geschiedenis uit, wat een materiële of symbolische plaats kan zijn met iemand zijn eigen mensen en activiteiten. Binnen het verzorgingstehuis had voor veel bewoners het restaurant, waar de middagactiviteiten plaatsvonden, de enige potentie voor dit derde element van thuis. Of de bewoners zich daadwerkelijk op deze plek thuis voelden op een wijze zoals zojuist beschreven, is een volgende vraag.

Het restaurant lag in het verzorgingstehuis direct aan de binnenkomsthal, waar men langs de toonbank en een klein winkeltje direct de zeshoekige zaal binnenliep. Over de zaal verspreid stonden zo’n 15-tal tafels waaraan ongeveer 60 mensen konden plaatsnemen. Met verder wat onsamenhangende decoratiestukken her en der, was ook op elke tafel hetzelfde plastic bloemstukje met een kleedje te vinden. De mooiste ‘decoratie’ vormde voor de bezoekers de aangelegen binnentuin, welke door de grote ramen goed zichtbaar was. Vanaf ongeveer 10 uur vulde de zaal zich dagelijks met mensen, waarna het rond 17 uur weer leegliep – binnen die tijd werd de zaal gebruikt voor de koffieronde, het middageten, en activiteiten. Daarnaast liepen personeel en bezoekers geregeld af en aan om van de koffiemachine gebruik te maken die op de toonbank stond. Binnen een standaard week, vormde het restaurant de setting voor de volgende activiteiten: een week begon op de maandag met een sjoelmiddag, had op de dinsdag een spelletjesmiddag, op de woensdag een koffiemiddag, op de donderdag een grote activiteit zoals filmkijken of zingen, op de vrijdag een creatieve middag, en in het weekend een borreluurtje of een muziekmiddag. Mits ik geen andere onderzoeksplannen had, was ik regelmatig in het restaurant bij deze activiteiten te vinden.

Een typische middag die ik hier met de kerngroep van bezoekers beleefde, zag er als volgt uit. Rond half drie kwamen de ouderen een voor een vanaf hun huis aanlopen, waarna ze hun rollator parkeerde aan de toonbank en plaatsnamen aan de gebruikelijke tafels. Na een korte begroeting, werd er vrij snel aan een activiteit begonnen. Zo pakte men op de dinsdag een extra grote versie van mens-erger-je-niet erbij en begonnen ze onder het principe “wie als eerste komt, wie als eerste maalt”. Aan een andere tafel was dan een vast groepje



## DISCONNECTIE: VISIE OP EENZAAMHEID

rummikubspelers te vinden – verder werden er geen andere spellen tevoorschijn gehaald. De overige bezoekers sloten zich bij de mens-erger-je-niet tafel aan, waarin de beschouwing van het spel hun vermaak van de middag verstrekke. De groep van ongeveer 10 ouderen aan tafel hadden onderling wat gelach en gepraat over het spel, maar daarnaast vielen de gesprekken vaak stil. Hoewel de ouderen elkaar dagelijks zagen, zeiden ze geen vrienden van elkaar te zijn en hadden ze ook weinig nieuws om over te praten. Zo'n spel op de dinsdag of bingo op de donderdag bood de ouderen dan iets om te doen en om over te praten; zodra er echter weinig te doen was, werd men onrustig. Terwijl de één op de tafel begon te trommelen met haar vingers, begon de ander om zich heen te kijken. Enkele middagen schreeuwde iemand het zelfs uit: “Wat is het stil, geef eens een gil!”. Op allerlei manieren werd er gezocht onder de ouderen om toch iets te kunnen waarnemen, via welke zintuig dan ook.

Deze onrust verbind ik aan het verlangen van ouderen om onderdeel te zijn van een levende gemeenschap. Helaas vonden ze dit niet onder elkaar door verschillende redenen: er was geen vriendschap, ze waren naar eigen zeggen uitgepraat, en binnen de groep waren ook ouderen die lastig of niet konden praten. Hoewel deze stilte in de groep op mij als gebruikelijk overkwam, leken de ouderen er nog niet aan gewend waardoor ik wederom een zintuiglijke zoektocht naar levendigheid herkende. Dit zag ik bijvoorbeeld terug in hoe personen continue observerend waren naar hun omgeving toe – zodra er een verzorgster of bewoner de deur doorkwam, werd er omgekeken naar wat er gebeurde. De aandacht van de ouderen ging op die manier uit naar wat er te zien of te horen was binnen de ruimte. De woensdag, de dag waarop de mannenclub kwam klaverjassen, bracht daarom zowel verveling als vermaak – er was geen activiteit voor de bewoners, maar het rumoer van de kaartclub bracht wel leven in de zaal. Een oudere zei op zo'n middag: “Lawaai is goed! We zijn geen oudjes, ook al zien we er wel zo uit. Lawaai zijn we toch ook uit de kroeg gewend?!”. Ook zij verbond rust aan oud zijn, zoals wel vaker gebruikelijk in deze samenleving, maar apart was hoe bijna niemand van de ouderen zich op die manier oud voelde en dus vrijwel iedereen op zoek was naar leven binnen hun omgeving.

Op de vraag of de bewoners van het verzorgingstehuis zich thuis voelde binnen de publieke ruimte, heb ik bij het antwoord mijn twijfels. De groep bewoners leek in mijn ogen en uit de verhalen op hun gemak bij elkaar, maar totale vrijheid om jezelf te zijn, uit te drukken, en te realiseren, was er nog niet – deels omdat de ouderen niet wisten hoe of wat, en deels omdat ze een meer ik-gerichte gemeenschap vormde. De hierdoor veroorzaakte stilte onder de ouderen werd versterkt door de rust binnen de groepsruimte – dit resulteerde opnieuw in een zintuiglijke zoektocht naar levendigheid in de leefomgeving. Bovendien

trokken ook veel mensen zich terug in hun eigen huis, omdat ze zich niet erkend voelden binnen de publieke sfeer (ibid, p. 121). Het restaurant was in deze zin een gezamenlijke, materiële ruimte, maar het was niet zozeer gevuld met “de eigen mensen en activiteiten” die bij een thuis horen (Duyvendak, 2011, p. 38). Dit heeft ook te maken met het proces van hospitalisatie, geïntroduceerd in het theoretische kader, waarin een individu een leefomgeving met mensen en activiteiten moet accepteren waarvoor hij/zij niet heeft gekozen. Doordat ze niet in hun verlangde, levendige leefomgeving deelnamen, met hun eigen keuze en mensen in activiteiten, miste er een stuk verbondenheid onder de ouderen. Deze gewenste verbondenheid kwam ook terug in een derde soort leefomgeving van de ouderen die ik nu zal behandelen, namelijk ‘de buurt’.

### **5.4 De Buurt van Je Leven**

Naast het feit dat mensen gewoonlijk een privéplek hebben waar ze zich kunnen terugtrekken en een publieke ruimte hebben waar ze kunnen ‘zijn’ en ‘doen’ met anderen, is er ook een algemene leefomgeving waarin ze zich plaatsen: de buurt. Zeker wanneer een persoon het grootste gedeelte van zijn/haar leven in een bepaalde buurt heeft gewoond, is deze plaats gerelateerd aan allerlei waarden, betekenissen, en herinneringen. Dit was voor veel ouderen in Heerenveen het geval, die heel hun leven in de plaats zelf of in nabijgelegen dorpen hadden gewoond. Hier waren ze opgegroeid, zijn ze naar school gegaan, hebben ze hun eventuele partner leren kennen, zijn ze een gezin gestart, etc. – bovenal hebben ze binnen deze context zowel zichzelf en hun leven als de buurt zelf zien veranderen. Opvallend binnen mijn gesprekken met de ouderen was hoe zij geregeld negatieve gevoelens ervoeren bij de huidige buurt, welke zij in delen nog wel konden waarnemen, omdat zij terugverlangden naar de buurt van vroeger, inclusief de sfeer en zijn normen en waarden. Deze nostalgische gevoelens in relatie tot de ouderen hun verbondenheid met de buurt van vroeger zal ik in dit segment bespreken, als onderdeel zijnde van de disconnectie van ouderen met hun leefomgeving.

Wanneer we het hebben over leefomgevingen en het thuis van personen, kan nostalgie volgens Duyvendak beschreven worden als een vorm van heimwee - niet in het verlangen naar een specifieke plaats, maar in het rouwen over veranderingen die hebben plaatsgevonden in die plaats (Duyvendak, 2011, p. 24). Nostalgie refereert op die manier aan een verlangen naar het verleden; zelfs als iemand naar die vroegere plaats zou kunnen terugkeren, bestaat die plaats voornamelijk in de verbeelding van die persoon. In die zin is het een verlangen naar wat ontbreekt in het veranderde heden en een hunkering naar wat nu onverkrijgbaar is door de

onomkeerbaarheid van tijd (Angé & Berliner, 2015, p. 2). Het is een reactie tegen veranderingen, die meestal voortkomt uit een waargenomen bedreiging voor het voortzetten van een bepaalde identiteit (ibid, p. 5) – individuen of groepen kunnen door de veranderingen in de samenleving ervaren dat ze iets of iemand anders moeten zijn dan dat ze willen. Zoals besproken in de sociaalhistorische context van het gebied, heeft de Nederlandse samenleving de laatste decennia ook verschillende sociale en culturele veranderingen ondergaan – dit betreft bijvoorbeeld de individualisering van de samenleving, waarin het eigen belang en lossere relatiebanden toenemen in waarde. Daarbij kreeg ook het consumeren in de maatschappij een steeds belangrijkere plaats, wat in contrast staat met de armoede die de ouderen in en na de oorlog gekend hadden. De ouderen waren al dan niet bewust van deze veranderingen door de uitwerkingen ervan die zij ervoeren in de buurt; dit zorgde ervoor dat zij verlangde naar de buurtsfeer van vroeger.

Een voorbeeld van deze veranderingen binnen de Friese samenleving was de modernisering van boerse dorpen naar meer stedelijke gebieden waarin mensen en goederen steeds mobieler werden. Dit wil ik verbinden aan het werk van Georg Simmel, die zich vanuit een meer sociologische richting richtte op het ervaren van de omgeving met behulp van de zintuigen in “The Metropolis and Mental Life” (1950). Hierin beschrijft hij hoe de constante stroom van sensaties en prikkels in de moderne stad een “blasé-attitude” onder de mensen teweegbrengt, waarin men zich distantieert van de wereld en de mensen om hun heen. De manier waarop men vervolgens meer naar mensen kijkt dan converseert, resulteert volgens Simmel in een algemene verwarring en eenzaamheid onder de moderne stadse mens. Dit is in tegenstelling tot de sfeer van het platteland, waar mensen al wandelend doorgaans blikken uitwisselen en elkaar groeten.

Het laatste stemt overeen met het plattelandse leven in Heerenveen en de omliggende dorpen van een aantal decennia geleden, als ik Harriëtte mag geloven. Sinds ze geboren was op een boerderij in het Friese dorp Oranjewoud, had ze al 90 jaar haar leven in dezelfde omgeving doorgebracht. De boerderij waar ze met haar familie opgroeide, vormde jaren later ook het thuis voor haar eigen gezin. Als huisvrouw zijnde fietste ze dagelijks de dorpen door om boodschappen te doen en vrienden/kennissen te ontmoeten. Ze benoemde hoe ze overal praat had waar ze kwam, omdat de bewoners van de buurt elkaar kenden en een gemeenschap vormden. Dit ervoer Harriëtte tegenwoordig anders in de buurt, welke ik aanzien nog grotendeels hetzelfde was, wat overeenkomt met Simmel’s beschrijving van de moderne samenleving; door de toegenomen mobiliteit van mensen en het feit dat veel van haar kennissen waren overleden, kenden ze niemand meer die ze tegenkwam op straat en zeiden

ook weinig mensen gedag. Hoewel haar dit niet tegenhield om plaats te nemen op een bankje en te wachten op een praatje, merkte ze dat er van het “ons kent ons” geen sprake meer was in de buurt. Hierdoor verlangde ze terug naar vroeger, waarin ze zich nog verbonden voelde met zowel de buurt als de buurtbewoners. Dit werd ook herkend door andere ouderen, wie bijvoorbeeld opmerkte dat men tegenwoordig een “afgesloten leven leidt”.

De verbondenheid van de ouderen met hun buurt lag dus vooral in het verleden – men keek naar de huidige omgeving door een bril van vroeger waarin de herinneringen van ‘de goede oude tijd’ betekenis gaven aan de plaats. Dit komt overeen met Connerton, die zegt dat de zintuiglijke ervaring van het heden gevormd wordt door de kennis van het verleden (Connerton, 1989, p. 2). De aspecten van vroegere buurt waren vaak nog waarneembaar, zoals de straten en monumenten, maar hierin hadden andere mensen of gebouwen zich gevestigd. Dit kwam onder andere voort uit de tegenwoordige mobiliteit van goederen en andere mensen, wat de eerder benoemde vertrouwdheid van thuis voor immobiele mensen zoals ouderen inperkte (Duyvendak, 2011, p. 31). Daarbij zorgden veranderingen in de samenleving ervoor dat de gewenste identiteit van ouderen soms niet meer uitgeoefend konden worden, waardoor ze de huidige samenleving als negatief ervoeren. Deze verbondenheid met een herinnerd verleden bracht op die wijze een disconnectie met hun huidige leefomgeving voort, wat ik nu aan de voorgaande paragrafen zal verbinden in het afsluitende deel van dit hoofdstuk.

### **5.5 Disconnectie Door Afscheiding Van een Levendige Wereld**

In de vorige drie delen van dit hoofdstuk heb ik aangetoond hoe de ouderen in Heerenveen binnen drie typen leefomgevingen een staat van disconnectie ervoeren. Deze disconnectie, gedefinieerd als een staat waarin men zich verbroken of afgezonderd voelen in zowel de relaties met mensen als het onderdeel zijn van een samenleving, werd grotendeels veroorzaakt door twee levenstransities van de ouderen – deze bestonden uit de verhuizing naar het verzorgingstehuis en de ontwikkeling van lichamelijke beperkingen en/of ziektes. Dit zorgde ervoor dat zij, zoals gebruikelijk binnen het proces van hospitalisatie, vaak gebonden waren aan één plek van waaruit zij alle verbondenheid en levendigheid moesten vinden die zij verlangden. Ten eerste zochten de ouderen deze twee fenomenen op een zintuiglijke manier vanuit hun eigen thuis, waar een echt thuisgevoel moeilijk te ontwikkelen bleek te zijn. Ten tweede werd hiernaar gezocht binnen de omgeving van de groepsruimte, wat men niet voldoende bleek te kunnen vinden in de activiteiten of de mensen. Ten slotte hadden de ouderen nostalgische gevoelens ontwikkeld richting de buurt waarmee zij vroeger verbonden

## DISCONNECTIE: VISIE OP EENZAAMHEID

waren. Hoewel deze nog steeds waarneembaar was, was het door maatschappelijke ontwikkelingen niet meer hetzelfde. In deze drie aspecten van de ouderen hun leefomgeving vond ik derhalve de eerste vorm van disconnectie: een ervaren staat van verbreking of afzondering van een waarneembare, bewegende en levende wereld. In het volgende deel bespreek ik de tweede vorm van disconnectie, wat relateert aan de sociale rollen van ouderen.

## 6. (Het Gebrek Aan) Sociale Rollen voor Ouderen

Op een doorsnee dag in februari 2016 sloot ik mij als gebruikelijk aan bij een clubje ouderen in het restaurant van het verzorgingstehuis, dé plek voor groepsactiviteiten in het verzorgingstehuis. Zoals elke woensdag zaten de over de zaal verspreide tafels extra vol met de zogenaamde ‘schutjassers’: een lokale kaartclub voor mannelijke ouderen. Deze externe groep mannen nam iedere week de ruimte in gebruik, iets wat zowel opleving als verveling bij de bewoners teweegbracht. Het rumoer van de kaartclub was een schamele compensatie voor het gebrek aan activiteit voor het groepje bewoners dat steevast in het restaurant te vinden was. Met verder geen andere bezigheden, en met behulp van mij als koffiejuffrouw, was de woensdagmiddag al snel de koffiemiddag geworden. De bewoners schaarde zich rondom twee tafels, terwijl ik de kopjes vol met koffie of thee schonk en iedereen werd voorzien van een lekkernij. Na enkele opmerkingen over het weer, wat moeizame starten tot een gesprek, en het leegdrinken van de kopjes, keerde de gangbare stilte terug. De groep aan tafel schakelde over naar observatie van de kaartspelers, het rondlopende personeel, of de aangelegen binnentuin. Eén van de ‘leden’ van deze restaurantgroep was Diewertje, een 79-jarige vrouw die sinds enkele jaren in een aanleunwoning van het verzorgingstehuis vertoefde. Met een verontschuldigende lach boog ze zich naar mij toe en vroeg: “verveel je je niet hier?”. Zoekende naar een neutrale reactie benoemde ik de rust in het verzorgingshuis en kaatste ik de vraag aan haar terug. “Ik verveel me ook weleens ... dat is oké. Zo ben ik in ieder geval niet alleen, dat is een vooruitgang”. Met dat in gedachten was Diewertje, net als de rest van de groep, vrijwel elke dag te vinden in het restaurant voor gezelschap en vermaak.

Verveling bleek een belangrijke kwestie onder de ouderen te zijn. Door de grote levenstransities van pensionering, ziekte en/of verlies van geliefden, hadden ouderen veel meer tijd over dan ze gewend waren. Daarbij waren ze vaak gebonden aan één plaats vanwege hun lichamelijke beperkingen of ziekten. Binnen het zorgcentrum daarom een gelijkmatig weekprogramma vastgesteld voor de groepsactiviteiten. Een week bevatte doorgaans, zoals al eerder benoemd, onder andere een spelletjesmiddag, een koffiemiddag, een grote activiteit zoals bingo, en een creatieve middag. Als bewoner had men de vrijheid om bij de activiteit aan te sluiten of niet, wat resulteerde in een kerngroep van 10 à 15 mensen die dagelijks het restaurant bezochten. De overige bewoners probeerde, veelal binnenshuis, hun eigen dag in te vullen.

Als voorbeeld van een oudere die bewust met zijn dagindeling bezig was, verwijs ik naar Gerard, een 87-jarige man die in oktober 2015 tegenover het restaurant was ingetrokken.

Hoewel hij elke dag de activiteiten door zijn raam heen zag afspelen, had hij hier zelf geen trek in. In zijn aanleunwoning had hij de eerste maanden van zijn verblijf besteed aan het inrichten van zijn huis; Gerard knutselde wanddecoraties van kurken tot innovatieve deurstoppers. Met de aanhoudende winter en de afronding van het huis kwam hij echter op een dood punt. Het liefst wilde hij contact krijgen met mensen waarin hij op een nuttige en praktische manier iets kon betekenen. Dit stond in connectie met Gerard's uitgebreide verhalen over de baan die hem dag en nacht bezig had gehouden: het bieden van onderdak en zorg voor zo'n 175 pleegkinderen. Sinds 1973 had zijn huis zich gevuld met probleemjongeren die hij binnen een paar maanden op de rails poogde te helpen. Elk pleegkind bracht zijn/haar eigen verhaal en complicaties mee, wat zorgde voor een leven dat nooit stilstond. Dit stond in schril contrast met zijn huidige leven; in zijn soms lege dagen had Gerard moeite zijn gewenste hulptaak te vervullen door zijn lichamelijke klachten en beperkte sociale netwerk. De sociale rollen die doorgaans het leven van een mens invullen, leken zowel voor Gerard als de bewoners in het restaurant verleden tijd. Hun rollen van vroeger waren vervallen of onuitvoerbaar geworden, en nieuwe taken stonden hen niet op te wachten; hen restte slechts de tijd te vullen. Dit hoofdstuk gaat over dit gebrek aan sociale rollen voor ouderen en op welke manier dit disconnectie te weeg kan brengen.

Zoals het vignette hierboven aangeeft, beschikt een individu doorgaans dus over een aantal sociale rollen die bepaalde functies en taken inhouden. Binnen de antropologische literatuur worden deze rollen beschouwd als de karakteristieke gedragingen van personen binnen bepaalde contexten, waarbij ook de daaraan gerelateerde diverse processen worden bestudeerd die vermoedelijk deze gedragingen produceren, verklaren, of erdoor worden beïnvloed (Biddle, 1979, p. 4, 56). De sociale rol is daarbij nauw verbonden aan de identiteit(en) die een persoon gebruikt om zichzelf te beschrijven - iets waar eenieder behoefte aan heeft voor een besef van 'zijn' en welzijn (ibid, p. 89, Jackson, 2005). Een persoon kan verschillende soorten rollen tegelijkertijd of naast elkaar uitoefenen, waarbij iedere rol zijn eigen karakteristiek gedragingen heeft die over het algemeen worden overgebracht door bepaalde verwachtingen; dus diegene die een rol vertonen zijn gestimuleerd om dat te doen door het verwachte gedrag dat hen is aangeleerd, of door hun eigen verwachtingen om passende gedragingen te leren aan leden van dezelfde positie (Biddle, 1979, p. 5).

Met dit in gedachten, kunnen we aannemen dat iedere oudere verscheidene sociale rollen in zijn/haar leven op een karakteristieke wijze heeft uitgeoefend. Niettemin, door de meerdere verliezen die ouderen vaak moeten verwerken – pensionering van het werk, het verlies van leeftijdsgenoten, de dood van een partner, of het afscheid van volwassen kinderen

– vallen ook de rollen weg die de ouderen hebben bekleed. In het licht van de *activity theory*, die betoogt dat het welzijn van ouderen significant verbeterd wordt door het onderhouden van het activiteitsniveau van middelbare leeftijd (Chambré, 1984, p. 292), is dit rolverlies een negatief verschijnsel. Zeker wanneer dit verlies gepaard gaat met verlies van identiteitsgevoel, zelfwaarde en/of waardigheid. Een hoger niveau van welzijn voor ouderen kan dan bereikt worden wanneer men een substitutierol vindt voor een andere rol (ibid). Echter, dit hoofdstuk zal aanvoeren dat er slechts een beperkte selectie geschikte rollen beschikbaar is voor ouderen. Zoals Dieuwertje en de overige leden van de restaurantgroep door gebrek aan adequate rollen elke dag aan een restauranttafel belandden, zo verbleef Gerard afwachting in zijn woning hopen dat hij zijn oude rol weer kon oppakken.

Deze schetsen van ouderen en het verlies van hun vroegere rollen staan centraal in dit hoofdstuk, waarin ik het rolverlies koppel aan het verlies van betekenisvolle activiteiten, zingeving, en ‘imagined communities’ (Gupta & Ferguson, 1992) en uiteindelijk het overkoepelende concept disconnectie. Binnen dit hoofdstuk zal ik eerst de theorie wat betreft sociale rollen verder uitwerken, daarin beschrijvend wat rollen zijn, welke verschillende rollen er zijn, en hoe deze wegvallen naarmate men ouder wordt. Vervolgens zal ik een aantal cases voorleggen waarin de sociale rollen van de ouderen, het eventuele verlies van en/of gebrek aan rollen, en de gevolgen hiervan worden geanalyseerd. Aan de hand van deze data zal ik de (schaarste aan) beschikbare rollen voor ouderen aantonen, met daarin een extra nadruk op de constructie en uitwerking van de ziekerrol. Daarin verbind ik het verlies van de ouderen hun sociale rol aan toenemende verveling en verlies van betekenisvolle activiteiten, een verminderd gevoel van zingeving, en een daling in het saamhorigheidsgevoel. Ten slotte bespreek ik deze drie consequenties als onderdeel zijnde van ouderen hun disconnectie van de wereld – het fenomeen dat ik voorleg als nieuwe visie op eenzaamheid onder ouderen.

### **6.1 Sociale Rollen en het Aanbod voor Ouderen**

Om te begrijpen wat we onder de sociale rollen van ouderen verstaan, hoe deze zijn geconstrueerd, en welke functies deze bieden, werp ik eerst een blik op de bestaande literatuur omtrent sociale rollen of *role theory*. Zoals eerder benoemd, kunnen rollen beschouwd worden als bepaalde gevormde gedragingen die karakteristiek zijn voor personen binnen gegeven contexten en situaties (Biddle, 1979, p. 8, 56). Deze worden door verschillende individuen herkenbaar uitgevoerd en fungeren zodanig als fundament voor het identificeren en plaatsen van personen binnen een groep, organisatie, of maatschappij (Turner, 1990, p. 87). De associaties tussen een rol en een set personen die een gemeenschappelijke identiteit delen,



worden ook wel gekenmerkt als sociale posities (Biddle 1979, p. 8). In de voorafgaande introductie zijn al enkele voorbeelden van sociale posities benoemd, zoals moeder, dominee, en danseres. Een sociale positie verwijst echter altijd naar een classificatie van een groep personen, terwijl een rol naar de classificatie van bepaald gedrag refereert (ibid, p. 93).

Turner haalt daarbij aan dat een rol gevormd, onderhouden, en veranderd wordt door twee relatief onafhankelijk bronnen: de sociale uitwisseling tussen de rolpartners, en de taakeisen die deze rollen met zich mede dragen (Turner, 1990, p. 89). In deze sociale uitwisseling tussen leden van dezelfde rol zitten bepaalde verwachtingen, die een lid vertellen hoe ze zich moeten gedragen binnen die rol (Biddle, 1979, p. 5, 6). Daarbij suggereert Biddle dat rollen ook geïnduceerd kunnen worden door de context waarin de rol zich afspeelt. De context verstrekt als ware een definitie van de situatie, welke iemand laat weten wat te doen binnen bijvoorbeeld een kerkdienst of een voetbalwedstrijd. Daarnaast blijven rollen bestaan omdat zij doorgaans een bepaald effect of functie hebben binnen het sociale systeem, welke begrepen en/of goedgekeurd worden door de uitoefenende personen (ibid). Een rol heeft altijd een functionele of representatieve relatie tot een of meerdere andere rollen, zoals de leraar zich verhoudt tot de student. De rollen, ingebed in de sociale systemen, zijn dus vaak onderling afhankelijk van elkaar.

Daarnaast herkent Turner vier soorten rollen die een persoon kan bekleden: basis rollen, zoals geslacht en leeftijdsrollen, die gegrond zijn in de maatschappij als geheel; structurele status rollen, zoals beroeps-, familie, en recreatirollen die verbonden zijn aan positie of status binnen bepaalde organisatorische settings; functionele groepsrollen, zoals bemiddelaar of “advocaat van de duivel”, welke niet formeel gelinkt zijn aan bepaalde groepsposities, maar erkend zijn binnen het culturele repertoire; en waarde rollen, zoals de held, de crimineel, de heilige, en de verrader, welke de implementatie of de ontkenning van een erkende waarde uitdrukken (Turner, 1990, p. 87,88). Zoals benoemd vallen echter veel van deze typen rollen voor ouderen weg door verschillende levensovergangen, zoals pensionering of het verlies van een echtgenoot. Hierin biedt de huidige Westerse samenleving weinig alternatieve rollen voor ouderen, op de ‘rolloze rol’ en de ‘ziekerol’ na.

Het wegvallen van werk- en ouderschapsrollen confronteert veel oudere individuen met het dilemma dat in gerontologische studies wordt benoemd als de “rolloze rol” (Burgess, 1950), waarin er weinig duidelijke of algemeen gedeelde verwachtingen of rollen zijn die iemands dagelijkse leven structureren. In deze periode van het leven worden de standaarden voor iemands gedragingen en relaties opengelaten en niet gespecificeerd. Het gebrek aan goed omschreven en leeftijdsgeschiede rollen en standaarden voor gedrag, welke die van

middelbare leeftijd vervangen, dwingt ouderen om te kiezen tussen verschillende opties: ze kunnen de normen van vroeger blijven aanhangen, waardoor ze zichzelf moeten oordelen met behulp van standaarden die steeds moeilijker voor hen worden om te bereiken. Of ze kunnen proberen om zich aan te passen aan de situatie door het bevredigen van hun behoeftes met andere bronnen, het herwaarderen van hun criteria om zichzelf te evalueren, en het heroverwegen en integreren van hun levenswaarden en doelen (Perkinson, 1980, p. 219).

Met deze rolloze rol van ouderen in gedachten, herkent Cruikshank (2009) dat er een grotere nadruk op fysieke gezondheid komt te liggen zodra er weinig betekenisvolle sociale of religieuze rollen bestaan voor ouderen (Cruikshank, 2009, p. 37). Waar ouderen in andere samenlevingen de rol van bijvoorbeeld vredestitelers of wijzen innemen, wordt in de Westerse samenleving, waar binnen de individualistische en op productie gerichte cultuur geen aangewezen rollen voor ouderen zijn, ouderdom door de bril van ziekte bekeken. Deze overdreven nadruk op lichamelijke achteruitgang leidt onder andere tot de marginalisering van ouderen en de medicalisering van ouder worden (ibid). De enige rol voor ouderen die hieruit ontstaat, is de ziekerol; deze rol van ziek worden is in een markteconomie, waar productiviteit en nuttigheid hoog in het vaandel staan, de belangrijkste sociale functie van gepensioneerde ouderen (ibid, p. 38). Dit sluit aan op Banton, die ook de nadruk op productiviteit legt en de belangrijkste rollen binnen een samenleving linkt aan de manier waarop die samenleving geld verdient (Banton, 1965, p. 93).

Deze ziekerol maakt ook dat van gezonde ouderen binnen de samenleving verwacht wordt dat ze psychologisch en sociaal handelen zoals zieke mensen (Cruikshank, 2009, p. 38). Met ziekte als enige sociale functie, moet men ouder worden als aandoening gaan zien. Dat dit vaak 'lukt', blijkt doorgaans snel in onderlinge gesprekken van ouderen; ziekte vormt een hoofdonderwerp binnen conversaties, en voegt soms zelfs toe aan de status van ouderen (ibid, p. 39). De lichamelijke aandoeningen van ouderen vullen de tijd en kunnen het enige proces zijn in hun leven die als betekenisvol worden gezien. De significantie van ziekte wordt helemaal vergroot wanneer isolatie andere bronnen van zelfdefinitie verwijderd (ibid, p. 40). Daarbij zorgt ziekte niet alleen voor een sociale functie met taken, maar biedt het ook participatie aan in een wereld waar de ouderen langzaam van losgekoppeld worden – al is het slechts door connectie met verzorgers of zorginstuties (Cruikshank, 2009, p. 39).

De oude vrouw die dus continue praat over haar kwalen uit op die manier niet alleen haar individuele persoonlijkheid, maar ook een cultureel patroon. Om ouderdomsziekte dan deels als sociaal geconstrueerd te zien, hoeven we echter niet te ontkennen dat ouderen gezondheidsproblemen hebben – het feit blijft dat het latere leven dichter gelinkt is aan ziekte.

De ziekerol daarentegen, sociaal geconstrueerd vanuit productiviteitsoogpunt, benadrukt lichamelijke aandoening als onvermijdelijk of onoverkomelijk (Cruikshank, 2009, p. 40). Niet alleen is dit niet het geval, maar het heeft ook de potentie om ziekte daadwerkelijk te creëren (ibid, p. 41). Cruikshank concludeert dat de rol dus zo is geconstrueerd dat politieke en economische instituten gestructureerd zijn om zieke ouderen te ondersteunen, maar dat er weinig focussen op het behoud of de verbetering van gezondheid.

In de komende paragrafen laat ik zien hoe de sociale rollen van ouderen in Heerenveen waren wegvallen en hoe dit resulteerde in een vorm van disconnectie. Dit kwam terug in drie onderdelen: het verlies aan activiteiten, het verlies aan zingeving, en het verlies aan saamhorigheidsgevoel. Ik beschrijf daarbij hoe de beperkte selectie van sociale rollen, alleen bestaande uit de rolloze rol en de ziekerol, een gevoel van verbondenheid met de samenleving in de weg stond.

### **6.2 De Tijden van Verveling**

Tijdens mijn veldwerk ondervond ik dat het gebrek aan gedefinieerde en geschikte rollen voor ouderen in ieder geval drie verschillende uitwerkingen heeft, welke ik nu zal behandelen aan de hand van een aantal etnografische vignetten. In eerste instantie bracht het relatief rustige leven van de ouderen en de manier waarop zij hun tijd probeerden te vullen, mij voor het eerst op dit gedachtenspoor. Door de gesprekken met ouderen en observaties in het tehuis kwam dan ook de meest zichtbare uitwerking van een gebrek aan rollen al snel naar voren: het verlies van taken en betekenisvolle activiteiten wat doorgaans resulteerde in een toestand van verveling. Hieruit bleek een disconnectie met de samenleving, doordat de ouderen geen taken of verplichtingen hadden in de maatschappij.

Om dit aan te tonen hervat ik op het levensverhaal van Gerard, wie ik kort heb voorgesteld in de introductie van dit hoofdstuk. Geboren in Amsterdam, een aantal jaren voor het begin van de Tweede Wereldoorlog, had Gerard een moeilijke start van zijn leven – na een lange periode van armoede en het vertrek van zijn vader, eindigde hij in een gebroken huwelijk met twee kinderen. Hij besloot zijn vrouw na 14 jaar te verlaten en zonder enige hulp de kinderen op te voeden, wat betekende dat hij dag en nacht aan de slag moest. Een tijd van “altijd stress, altijd spanningen, en altijd geldgebrek” volgde, waarna hij via kennissen in de hulpverlening terecht kwam. Probleemjongeren begonnen een thuis bij hem te vinden en de rol van pleegvader bleek hem goed af te gaan. De in totaal 175 pleegkinderen verbleven elk een aantal maanden bij Gerard thuis, waar hij de jongeren een luisterend oor, verzorging, en advies bood. Gedurende zijn verhaal aan mij omschrijft hij vele situaties waarin hij tot zijn

recht kwam als pleegouder en zich betekenisvol voelde. Gerard herkende zijn talenten als zorggever en was stiekem best trots op wat hij met de pleegkinderen bereikte, ondanks dat hij totaal niet ik-gericht zei te zijn. De juist op anderen gerichte houding nam hij later ook mee richting Friesland, waar hij uiteindelijk voor 2,5 jaar in een bejaardenhuis belandde. Hier was hij, hoewel hij redelijk op eigen benen stond, minder te spreken over een aantal aspecten van de zorg – dit resulteerde in een wederom dienende houding naar zijn medebewoners door bijvoorbeeld wekelijks te koken voor iemand. Toen de negatieve zorgervaringen toch bleven aanhouden, dacht Gerard: “zolang het leven leefbaar is, wil ik niet mijn kop laten hangen”. Zo vertrok hij richting Heerenveen en kwam hij in een aanleunwoning van het zorgcentrum terecht. Het moment waarop ik Gerard ontmoet, is hij dan ook sinds enkele maanden gesetteld in zijn benedenverdieping.

Uit deze beknopte schets van Gerard's leven komt de belangrijkste sociale rol die hij heeft bekleed al snel naar voren. Vanaf het moment dat hij in de hulpverlening belandde, heeft zijn leven in het teken gestaan van zorg bieden aan anderen. Hij leerde zichzelf weg te cijferen om tot hulp te kunnen zijn, iets wat hij ook op deze leeftijd graag nog wilde. Gerard vertelde: “Ik wil graag werk voor anderen doen, maar dat is in mijn toestand wel erg moeilijk. Via die weg, dus op een nuttige en praktische manier in de eerste plaats, wil ik graag contact houden met mensen. De rest komt dan wel”. Doordat hij door de jaren heen verschillende verliezen had moeten verwerken, zoals lichamelijke achteruitgang en het opgeven van het pleegouderschap, verminderde de mogelijkheden zich om iets voor anderen te betekenen. Daarbij leidde zijn lichamelijke achteruitgang hem naar de ziekerol als vervanging, wat hij nog moeilijk vond te accepteren door de beperkende factoren in bijvoorbeeld mobiliteit. Zo mocht hij als “zieke” niet meer veel lopen en de deur uit van de dokter, ook al was in zijn eigen optiek dat nog wel mogelijk. Dit leverde voor hem veel vragen op over hoe hij zijn tijd nu moest vullen. “Ik wil van alles doen”, zei Gerard, “dat zit nou eenmaal in me. Ik was gewend om dag en nacht te werken. En nou doe je helemaal niks meer”.

Gerard's verveling geeft aan dat het verlies van zijn sociale rol in eerste instantie een verlies aan (betekenisvolle) activiteiten met zich meebracht. Dit had hij de eerste maanden in het zorgcentrum weten te vullen met het inrichten van zijn huis en het doen van klusjes. Toen hij daar echter mee klaar was, zat hij naar zijn gevoel op een dood punt – “Het is zo moeilijk om wat uit te vinden om te doen. Ik heb bijvoorbeeld een puzzel, maar dat doe je ook niet heel de dag. Ik doe het al jarenlang, maar op het laatst komt het ook je neusgaten uit. Dus er moeten andere dingen zijn, je moet gewoon zoeken.” Niet elke activiteit vormde voor hem dus een oplossing, evenzo de activiteiten die binnen het tehuis georganiseerd werden. De

## DISCONNECTIE: VISIE OP EENZAAMHEID

gastvrouwen waren deze meerdere malen bij Gerard komen aanbevelen, maar dit sprak hem niet aan: “Dan komen ze: je moet dit doen, en je moet dat doen - ik moet allerlei dingen doen. Dan denk ik: daar heb ik geen zin in. Ik kan in het restaurant gaan zitten en dan vind ik het best gezellig om met die mensen een babbeltje te maken, maar ik ben het echt ontgroeid om allerlei spelletjes te doen. Dat heb ik op de kleuterschool gehad, die periode. Dat hoeft van mij niet. Ja, maar wat moet je dan?”. Toch had hij nog hoop op een betekenisvolle activiteit; via een maatjesproject hoopte hij iemand te ontmoeten die zijn hulp kon gebruiken.

Het verlies van Gerards rol als zorgdrager en het daaraan gelinkte verlies van betekenisvolle activiteiten stond daarnaast ook sterk in relatie tot zijn eenzaamheid. In eerste instantie betekent het kwijtraken van taken en activiteiten vaak ook het kwijtraken van de daaraan gerelateerde sociale contacten. De personen die Gerard normaliter ontmoette via zijn rol als pleegouder, maar ook via zijn andere sociale rollen, waren nu grotendeels uit zijn leven verdwenen – zijn enige bezoek bestond uit twee voormalige pleegdochters die enkele keren langs kwamen. Verder had hij regelmatig contact met de zorg, wat het sociale netwerk vormde dat aansloot op zijn huidige rol als patiënt. Daarnaast bleek de sociale standaard in het maken van nieuwe contacten op een bepaalde manier ook gelinkt aan rollen – zo vond Gerard het lastig om zichzelf zomaar voor te stellen aan zijn burens, maar leek het hem vanzelfsprekender om dat te doen binnen een club of vereniging waarin zijn rol en relatie tot anderen duidelijker was. Dit zorgde ervoor dat het contact met zijn burens minimaal was, tenzij hij iets voor hen kon betekenen. Vanuit zijn aanpassingsgedrag leek Gerard deze vermindering in sociaal contact wel te kunnen accepteren, op voorwaarde dat hij iets te doen had. Ook in het oplossen van eenzaamheid bleken activiteiten dus een functie te hebben. Zo vertelde hij: “Ik ben nu een beetje uitgerangeerd, dat weet ik, maar daar geef ik dan ook aan toe. En de eenzaamheid: als ik wat te doen heb, dan heb ik ook geen last van eenzaamheid.” Activiteiten leken hem af te leiden van het gevoel alsof hij “een vogel in een gouden kooi” was wanneer hij lange periodes alleen in zijn huis doorbracht. Helaas kwam dit gevoel steeds regelmatig bij hem naar boven.

Uit bovenstaand voorbeeld is duidelijk geworden dat het gebrek aan sociale rollen sterk samenhangt met het verlies aan betekenisvolle activiteiten. Dit zorgde ervoor dat het overgrote deel van mijn informanten moest leren omgaan met verveling en steeds op zoek was naar manieren om hun tijd en eenzaamheid op te vullen. Gerard vormde hierin een voorbeeld met een duidelijk afgebakende sociale rol die hij miste, terwijl voor anderen het soms vager of complexer was om (zelf) hun sociale rol(len) te onderscheiden. Bovendien waren er ook ouderen die bewust hun oude rollen hadden neergelegd, om plaats te maken

voor een rol waarin ze bijvoorbeeld konden genieten van hun vrije tijd - dit ging echter wel hand in hand met andere activiteiten die voor hen betekenisvol waren. Voordat ik dit onderdeel van sociale rolverlies link aan de disconnectie van ouderen en hun eenzaamheid, zal ik in de volgende paragraaf eerst het verlies van aan zingeving behandelen als tweede mogelijke resultaat van ouderen hun rolverlies.

### 6.3 De Zin van het Bestaan

Naast dat ouderen in het verliezen van hun voormalige sociale rollen dus betekenisvolle activiteiten missen om hun tijd aan te besteden, heeft het ook de potentie om ouderen hun gevoel van zingeving te verlagen. Zonder een bepaalde rol in de samenleving, zie ik de kans dat een individu zichzelf kan gaan bevragen over het bestaan en de betekenis van zijn/haar leven. Hoewel deze existentiële vragen per individu kunnen verschillen in zwaarte, heeft ieder mens te maken met “the struggle for being” (Jackson, 2005, p. xi) – deze behoefte om te ‘zijn’ kan zich uiten in de zoektocht naar jezelf, het behoren in de wereld, en de manier om met de wereld en haar gebeurtenissen om te gaan (ibid, p. x). Het is een behoefte om erkent, gezond, geliefd, gelukkig, of vrij te zijn, om veiligheid, rijkdom, een identiteit, een bevredigende baan, een familie, en vrienden te hebben, en om het leven goed te doen. Om de verbinding tussen deze behoefte om te zijn en een individu’s sociale rol(len) te verstaan, zal ik eerst de verhouding tussen de sociale rol en het ‘ik’ en de daaraan relateerde concepten uitleggen.

Om te beginnen bestaat, in de breedste zin van het woord, een persoon uit alle rollen die een individu bezit; Turner verwijst specifiek naar een persoon als de rollen die door een individu ongevraagd gespeeld worden en die de uitoefening van andere rollen kleuren (Turner, 1978, p. 2). Nauw gerelateerde concepten als ‘zelf’ en ‘identiteit’ ziet Turner als ideeën die meer subjectief opgevat kunnen worden. Dit sluit aan op de woorden van Klapp (1969), die het concept identiteit omschrijft als alle dingen die een individu op een legitieme en betrouwbare manier over zichzelf kan zeggen – status, naam, persoonlijkheid, verleden – en de vraag ‘wie ben ik?’ beantwoorden (zoals geciteerd door Biddle, 1979, p. 89). Het situeert de persoon binnen zijn sociale relaties, het geeft diegene een bron voor motivatie, en het voorziet hem/haar van betekenis in een massa samenleving. Bovendien kan identiteit gebruikt worden om anderen of groepen aan te wijzen en te ‘labelen’. Het concept ‘zelf’ is vervolgens opgebouwd uit alle verschillende onderdelen of identiteiten, wat beschreven kan worden als hetgeen waaraan gedacht wordt wanneer iemand over zichzelf denkt (Leary & Tangney, 2011, p. 69). Het ‘ik’, bekeken vanuit zijn/haar sociale rollen, bestaat dan uit een

persoon wie verschillende identiteiten heeft die onderdeel zijn van het overkoepelende idee dat de persoon heeft van zichzelf.

Alhoewel uit deze definitie al impliciet blijkt dat rollen onderdeel vormen van het 'ik', moet er wel onderscheid gemaakt worden wanneer een rol daadwerkelijk een identiteit gaat vormen. Sommige rollen worden namelijk aan- en uitgedaan als kleding, maar er zijn ook rollen die voor een individu moeilijker zijn om af te staan. Die enkele rollen zijn inderdaad belangrijk voor het individu, dat hij/zij terecht komt in een proces van 'rolomarming'; dit heeft betrekking op het vermengen van rol en persoon, wat zowel wordt voortgebracht door interactieve factoren (dus in relatie tot anderen) als individuele factoren (Turner, 1978, p. 3,4). Voor een exactere beschrijving van het proces van rol-persoon-vermenging verwijs ik naar Turner's *The Role and the Person* (1978) - voor nu neem ik hieruit mee dat een individu's belangrijkste rollen kunnen gaan functioneren als identiteit en deel kunnen gaan uitmaken van hem/haar als persoon. Als deze rollen vervolgens aspecten zijn van het idee van zelf dat het individu heeft, kan er een probleem ontstaan wanneer deze rollen wegvallen en niet vervangen worden; een deel van de identiteit en zingeving die hij/zij in de rol vindt, valt hiermee ook weg.

Dit wegvallen van een stuk zingeving kwam onder de ouderen het meest concreet naar voren in hun wil om te leven. Hiervoor zal ik nu inzoomen op de al eerder geïntroduceerd Harriëtte, een oorspronkelijk Friese vrouw van 89 jaar, die een waarneembare 'struggle for being' toonde in de drie maanden dat ik haar volgde. Ik ontmoette haar, zoals veel van mijn informanten, tijdens de koffieronde in het verzorgingstehuis. Binnen de groep ouderen trok ze al gauw mijn aandacht door haar enthousiaste gekwebbel en haar interesse voor de medebewoners – dit was verrassend voor een groep die ik als relatief stil ervoer. Tijdens ons eerste gesprek bleek dat ze tijdelijk aan het revalideren was in dit tehuis na in haar eigen woning gevallen te zijn. De toekomst zag er hierdoor spannend voor haar uit; binnen een aantal weken moest ze waarschijnlijk permanent verhuizen naar een aanleunwoning in een ander tehuis. Na nog enkele gesprekken over vroeger en wat ontmoetingen tijdens haar dagelijkse gang-wandel, moest ik haar inderdaad uitzwaaien richting een ander tehuis in Heerenveen. Gedurende een periode van drie maanden had Harriëtte zich moeten aanpassen van het huis waar ze decennia in had gewoond, naar een huis met zorg, routine, en medebewoners, en uiteindelijk naar een semi-zelfstandige woning in een tweede tehuis. Dit viel haar zwaarder dan in eerste instantie gedacht, wat in elk gesprek na haar verhuizing naar voren kwam: "Wie mij dit aangedaan heeft, die wordt bedankt. Ik vind het verschrikkelijk,

schandalig”. De transitie van de afgelopen tijd en de negatief ervaren situatie liet haar met de vraag of ze nog wel wilde leven.

Om te begrijpen waarom Harriëtte’s wil om te leven afnam, wil ik kijken naar hoe de genoemde transitie betrekking hadden op de persoon die ze was geweest en wilde zijn. In haar uitingen over de situatie ontdekte ik na een tijd de kern van haar ongenoegen: ze miste “het hebben van praat”. Meerdere keren had ze mij verteld over haar dagelijkse ontmoetingen – het zij vroeger al fietsend door het dorp, of tegenwoordig in haar wandelingen in de buurt. Als huisvrouw zijnde in een Fries dorp, had haar dagelijkse leven bestaan uit het huishouden, het doen van boodschappen op de fiets, en het afspreken met vrienden en kennissen. Ze vertelde hoe het “ons kent ons” van toen anders was geworden: “Vroeger als je naar Heerenveen ging, dan ging je over de dracht. Nou en je kwam nooit op tijd, want zoveel praat had je. Nou en nu, je vliegt eroverheen, want je kent er niet één meer. Hetzelfde gebeurt als ik een blokje omloop - de huizen die staan er allemaal nog, en dan zeg ik: hier woonde die, hier woonde die, hier woonde die. Ik weet nog allemaal wie er woonden, maar er leeft niet één meer van”. Elke dag had in het teken gestaan van haar sociale contacten en was ze onderdeel geweest van een hechte dorpsgemeenschap. Hoewel ze tegenwoordig ook dagelijks nog in de buurt ging wandelen, had ze veel minder praat dan dat ze gewend was. Deze achteruitgang in contact werd nog groter toen ze moest verhuizen; de gezelligheid die ze had ervaren in de groepsactiviteiten en de aan/afloop van bezoekers was weggefallen nu ze in een aanleunwoning verbleef. Vanuit haar wat afgelegen aanleunwoning vond ze moeilijk aansluiting bij haar burens, tijdens de activiteiten, en in de buurt. De sociale persoon die Harriëtte altijd was geweest, wist zich niet in deze situatie te plaatsen.

De zojuist beschreven omstandigheden van Harriëtte laten zien hoe iemands rol, in dit geval de sociale huisvrouw, deel uitmaakt van iemands identiteit en reden om te ‘zijn’. Wanneer deze rol niet meer uitgeoefend kan worden en er geen betekenisvolle vervanging beschikbaar is, zorgt dit ervoor dat de behoefte om te zijn niet bevredigd kan worden. Net als voor Harriëtte haar rol als ‘praatjesmaker’ wegviel en daarmee ook haar wil om te leven, zo bleek voor meerdere ouderen hun zingeving te zijn wegvallen samen met hun sociale rol. Veel informanten hadden dan ook geen antwoord op de vraag waarvoor ze leefde of wat hun bestaan nog waardevol maakte. Niet alleen misten ze door gebrek aan een rol activiteiten die hun tijd betekenisvol maakte, zoals aangetoond in de vorige paragraaf, maar ze misten ook een stukje identiteit en ‘zijn’ waardoor hun leven voor hun gevoel zin had. Hierop aansluitend behandel ik de laatst geïdentificeerde uitwerking dat rolverlies teweeg kan brengen, namelijk een verlies aan saamhorigheidsgevoel.



#### 6.4 De Verdwenen Ruimtelijke Gemeenschap

In dit laatste gedeelte over sociale rolverlies en de disconnectie die het veroorzaakt, wil ik inhaken op het werk van Gupta & Ferguson (1992). Zij gaan in op de relatie tussen ruimte en plaats en de vorming van identiteiten en gemeenschappen, wat ik zal koppelen aan de betekenis van rolverlies voor het saamhorigheidsgevoel van ouderen. Dit saamhorigheidsgevoel definieer ik als het besef van een individu om bij een groter geheel te horen, waarbij dit geheel en de overige leden hiervan meer in gedachten aanwezig zijn dan op een daadwerkelijke plaats.

Allereerst beredeneren Gupta en Ferguson dat ruimte (“space”) niet per se verbonden is aan breuken en scheidingen – binnen de sociale wetenschap werd het onderscheid van samenlevingen, naties, en culturen vaak gebaseerd op de verdeling van ruimte, waardoor bijvoorbeeld ieder land zijn eigen kenmerkende cultuur kreeg toegekend (Gupta & Ferguson, 1992, p. 6). Deze isomorfisme van ruimte, plaats, en cultuur zien zij als problematisch, doordat zij o.a. de culturele verschillen binnen een lokaliteit opmerken evenals de verbondenheid tussen verschillende plaatsen (ibid, p. 7). De zogeheten “postmoderne hyperspace” gaat tegen het idee in dat culturen op plaatsen en mensen plakt – ruimte wordt hierin gezien als transnationaal waar nabijheid en direct contact niet meer van groot belang zijn. Mensen zijn mobieler geworden en de culturele onderscheiding van plaatsen vervaagt waardoor gemeenschappelijke identiteiten herdacht moeten worden (ibid, p. 7,8). Dit resulteert in “imagined communities” waarin de mensen zich scharen rondom herinnerde en “imagined places” als de symbolische ankers van de gemeenschap.

Welke betrekking heeft deze distinctie tussen ruimte en plaats op het gebrek aan sociale rollen en de disconnectie van ouderen? Dit heeft te maken met het feit dat mensen zich op een bepaalde manier gedragen – deels omdat ze aanwezig zijn in een lokale plaats, en deels omdat ze geloven onderdeel te zijn van een ruimtelijke gemeenschap waarin ze zich op die manier moeten gedragen. Het laatste sluit aan op de verwachtingen die sociale rollen met zich meebrengen waardoor men weet hoe ze binnen die rol horen te handelen, zoals benoemd aan het begin van dit hoofdstuk. Mede door hun sociale rollen zijn personen dus niet alleen verbonden aan de plaats waar ze verblijven, maar ook aan deze “imagined communities” welke gelinkt zijn aan hun rol(len). Waar tegenwoordig de meeste mensen meer verbonden zijn aan ruimtes dan aan lokale plaatsen, is verbinding met de plaats soms het enige wat voor ouderen over is – zonder sociale rollen zijn ze dus niet langer gekoppeld aan gemeenschappen. Zonder hechte connecties binnen de lokale plaats, kan dit uiteindelijk leiden tot een verminderd saamhorigheidsgevoel.

Om deze disconnectie van ‘imagined communities’ te tonen, zal ik kort twee ouderen en hun sociale rollen tegenover elkaar zetten. Aan de ene kant plaats ik Dieuwertje, wie ik eerder als restaurantbezoeker heb voorgesteld in de inleiding: een 79-jarige alleenstaande vrouw wiens leven was getekend door tegenslag en haar misgelopen kans op een opleiding. Na in haar leven een vrouw, een caissière, en een allround vrijwilligster te zijn geweest, waren huishoudelijke taken, het verzorgen van de parkiet, en het dagelijkse restaurantbezoek als enige bezigheden overgebleven. Alleen de laatste activiteit leverde een daadwerkelijke gemeenschap op, maar helaas werd binnen deze gemeenschap niet veel verbinding onder elkaar gevonden – men was slechts bij elkaar gestopt (dit behandel ik verder in het volgende hoofdstuk). Door dit gebrek aan rollen en bijkomende activiteiten maakte ze dus geen deel uit van ‘imagined communities’ en had ze bovendien geen connectie met de lokale plaats. Een saamhorigheidsgevoel was voor Dieuwertje dan ook niet echt van toepassing, indermate dat ze haar standaarden had aangepast naar een niveau waarin het “niet behoren tot iets” oké was. Aan de andere kant van dit plaats ik Bea, een recentelijk weduwe geworden vrouw van 75 die nog geheel zelfstandig woonde in Heerenveen. Haar leven was een druk bestaan: archiefwerk, studeren, esoterie (magnetisme), lezingen, oppassen en familiebezigheden waren slechts een deel van haar activiteiten die haar bezig hielden. Op deze manier was ze verbonden met diverse gemeenschappen, zowel lokaal als “imagined”. Hoewel ze haar recent overleden man miste, had ze hierdoor over het algemeen een gevoel van verbondenheid.

### **6.5 Disconnectie Door een Gebrek aan Rollen**

In de voorgaande delen van dit hoofdstuk heb ik uiteengezet hoe ouderen in Heerenveen vaak weinig sociale rollen te bekleden hadden, wat een groot risico vormde voor het ervaren van disconnectie. Deze disconnectie, gedefinieerd als een staat waarin een persoon zich verbroken of afgezonderd voelt in de relaties met mensen en de samenleving, in de vorm van sociale rolverlies was grotendeels een gevolg van de levensveranderingen van pensionering, ziekte, en het verlies van geliefden. Doordat de Westerse samenleving geen alternatief biedt voor de vervallen rollen, uitte een staat van disconnectie zich op drie manieren in het leven van de ouderen. Allereerst betekende het voor veel ouderen een verlies aan taken en activiteiten waardoor verveling het dagelijkse leven doorgaans tekende. Ten tweede creëerde het rolverlies soms een afnemend gevoel van zingeving of betekenisvol zijn – ouderen hadden in die zin niet meer het idee dat ze iets binnen de samenleving konden bijdragen. Ten derde was het gebrek aan sociale rollen ook van tegenwerkende kracht in het saamhorigheidsgevoel van de ouderen. Doordat zij geen betekenisvolle rollen meer

## DISCONNECTIE: VISIE OP EENZAAMHEID

bekleedden, waren zij ook geen onderdeel meer van ‘imagined communities’. Deze drie gevolgen die voortkwam uit de afwezigheid van sociale rollen voor ouderen stellen de tweede vorm van disconnectie samen: een staat waarin een verbreking van de samenleving wordt ervaren, omdat men niet langer onderdeel kan zijn door hun ‘zijn’ of ‘doen’. De derde en laatste vorm van disconnectie bespreek ik in het volgende hoofdstuk, wat ingaat op de heersende sociale normen in de context van de ouderen.

## 7. De Ontbindende Werking van Sociale Normen

Op een vrijdagmorgen, in de laatste periode van mijn veldwerk, fietste ik door de woonwijken van Heerenveen op weg naar het huis van Marie. Via gemeente Heerenveen was ik in contact gekomen met deze oudere vrouw, die naar eigen zeggen wat te vertellen had over het onderwerp eenzaamheid. Eenmaal aangekomen bij haar vrij riante rijtjeshuis nam ik plaats in haar woonkamer, waar ze mij serveerde en direct aan haar verhaal begon. Ze vertelde over haar komst naar Heerenveen van 10 jaar geleden en hoe haar man al snel daarna was overleden aan asbestkanker; dit betekende voor Marie dat ze zelf nieuwe contacten moest gaan leggen, wat haar lukte via diverse hobbyclubjes. Hoewel ze door de jaren heen een sociaal netwerk opbouwde bij bijvoorbeeld de volksdansclub, de bridgeclub, en in de buurt, merkte ze toch dat zowel zijzelf als anderen last hadden van eenzaamheidsgevoelens. Afgelopen jaar was ze daarom een initiatief begonnen in het buurthuis om eenzame mensen elkaar te laten ontmoeten, wat na een lange opstartperiode al in drie zondagse samenkomsten had geresulteerd. De reden voor haar interesse in mijn onderzoek leek vanuit Marie's oplossingsgerichte houding te komen – ze was benieuwd hoe ze eenzame mensen naar de activiteit kon krijgen. Hier praatten we over door, terwijl ik tevens meer over haar eigen eenzaamheid te horen kreeg.

Zo beschreef Marie aan mij op welke manieren ze in contact bleef met mensen en hoe haar gebruikelijke week er daardoor uitzag; bijna dagelijks had zij een activiteit gepland staan, wat naast de diverse hobbyclubs ook het contact met haar kinderen, burens, en huishoudelijk werkster inhield. Daarnaast had ze geen probleem in het maken van nieuwe contacten en stelde ze bijvoorbeeld in de zomer haar huis open voor reizende fietsers. Dit leverde haar een groot sociaal netwerk op, waar ze zowel in goede als slechte tijden op kon terugvallen. Toch bleek dit netwerk niet voldoende om aan haar relatiebehoefte te voldoen en kampte zij geregeld met eenzame gevoelens. De kern hiervan leek te liggen in het feit dat volgens Marie mensen niet hun best deden voor de relatie: “Ik mis het om diepgaande gesprekken met mensen te hebben en het idee te krijgen dat er een wederzijdse interesse is. Soms lijkt de vriendschap alleen van mijn kant te komen”. Toen ik dit probleem verder probeerde uit te diepen, kwam er een woord naar voren wat ik de maanden ervoor al vaker had horen vallen. Marie zei: “Er is geen echte diepe interesse meer. Als je bij mensen op bezoek gaat, hoor ik alleen: “O, wat gezellig dit, wat gezellig dat”, maar verder komt het niet”. Het fenomeen ‘gezelligheid’, wat in deze en ook eerdere settingen naar voren kwam als sociale norm, leek een diepere connectie tussen personen tegen te gaan.

De disconnectie tussen personen, en in dit geval specifiek ouderen, die voortkomt uit sociale normen zoals gezelligheid zal ik in dit hoofdstuk uiteenzetten. Hierbij ga ik ervan uit dat de sociale normen “het moet gezellig zijn” en “niet zeuren”/”doe maar normaal” de relatiestandaarden van individuen beïnvloeden, zoals eerder uitgelegd in het theoretisch kader, en op deze manier een diepere interesse onderling voorkomen. Deze werking tussen sociale normen en relatiestandaarden, zowel als de definities van vriendschap, zal ik bespreken in het literaire overzicht van de komende paragraaf. Vervolgens zal ik inhaken op twee casestudy's vanuit mijn veldwerk waarin ik de fenomenen van ‘gezelligheid’ en het ‘zeurtaboe’ verder bespreek. Afsluitend zal ik de resulterende disconnectie tussen de ouderen onderling aantonen en het relateren aan het begrip van eenzaamheid.

### **7.1 Sociale Normen en Vriendschap**

In de introductie van mijn vraagstelling stelde ik voor dat de ouderen in een specifieke context leven die zijn eigen invloed heeft op hoe de personen naar de wereld kijken. Binnen deze context heersen namelijk bepaalde sociale normen, welke stellen wat als normaal of correct wordt gezien. Sociale normen kunnen daarom in het algemeen beschreven worden als culturele fenomenen die gedrag voorschrijven of verbieden binnen specifieke omstandigheden – derhalve worden ze geacht in ieder geval deels verantwoordelijk te zijn voor het reguleren van sociaal gedrag (Hechter & Opp, 2001, p. xi). In tegenstelling tot bijvoorbeeld de wet, welke ook gedrag reguleert, zijn normen vaak spontaan, ongeschreven, en informeel afgedwongen. Ze worden begrepen door de leden van een samenleving en ze informeren een individu over hoe andere leden zouden reageren in vergelijkbare situaties. Expliciet genoemd of niet, kunnen normen voor ons gedrag bestaan uit algemene, maatschappelijke verwachtingen, verwachtingen van gerespecteerde anderen, onze eigen verwachtingen, en standaarden die ontstaan uit het observeren van anderen (Cialdini & Trost, 1998, p. 152). Vanuit een antropologisch perspectief gezien, kan de vorming van deze sociale normen beschouwd worden als cultureel bepaald en worden ze in die zin gewaardeerd of versterkt door de cultuur (ibid). Hier haakt Opp (1982) op in, zeggende dat normen zich ontwikkelen vanuit de gedragingen die direct of door anderen in de samenleving worden beloond (Opp in Cialdini & Trost, 1998, p. 152). Op die manier zijn normen onderdeel van een gedeeld cultureel systeem en kunnen ze overgedragen worden op een opzettelijke manier, door middel van actieve instructies en demonstraties, of een passieve manier, via non-verbale gedragingen (ibid, p. 153, 154).

Zoals beschreven in het theoretische kader, zijn de relatiestandaarden van mensen ingebed in deze sociale normen. Sociale normen beïnvloeden namelijk de ideeën die personen hebben over hun optimale sociale netwerk en relaties, en de rollen en verplichtingen die familieleden of andere nabije figuren horen te omarmen (De Jong Gierveld et al., 2006, p. 491). Deze relatiestandaarden kunnen dan ook gedefinieerd worden als de voorkeuren, verwachtingen en wensen voor een individu's persoonlijke relaties (Dykstra, 2009, p. 100). De standaarden voor relaties worden enerzijds vastgesteld door het culturele waardesysteem waarin men zich bevindt, waarvan ook de sociale normen onderdeel zijn, en anderzijds door het sociale netwerk dat voor iemand gedurende het leven gebruikelijk wordt (Johnson & Mullin, 1987, p. 273). Wat een individu dus wenst binnen een sociale relatie is deels afhankelijk van wat gangbaar of normaal is binnen de samenleving, en deels waaraan hij/zij is gewend geraakt.

In de volgende paragrafen wil ik echter aan de hand van mijn data aantonen dat de sociale normen van 'gezelligheid' en 'niet zeuren' - die binnen andere contexten of eerder levensstadia van de ouderen wellicht wel bijdroegen in hun sociale relaties en in die zin gebruikelijk waren - binnen de context van een door ouderen bewoond verzorgingstehuis een ontbindende werking hadden in de onderlinge relaties. Met name wil ik focussen op vriendschap, aangezien dit de meest gebruikelijke relatie is wanneer men een diepere relatie met elkaar aangaat, anders dan een familie- of liefdesrelatie. Bovendien viel het mij tijdens mijn verblijf in het verzorgingstehuis op hoe geen enkele informant andere bewoners aanduidde als vrienden, alhoewel zij dagelijks met elkaar optrokken. Ieder leek voor zich te leven, waardoor de groepsverhouding eerder als 'samen alleen' aangeduid kon worden.

Om te begrijpen hoe de genoemde sociale normen dit soort type relatie tegenwerkten, is een definitie van 'vriendschap' van belang. Hiervoor refereer ik naar het werk van Matthews over vriendschappen op oudere leeftijd, die het volgende citaat van Brown (1981) aanhaalt: "Vriendschap is een relatie die vrijwillig, wederzijds, flexibel, en opzegbaar is; het zijn relaties die gelijkheid en wederkerigheid benadrukken, en van elke partner een affectieve betrokkenheid vereisen in de gehele persoonlijkheid van de ander" (Brown in Matthews, 1983, p. 142). Daarbij laat ze ook het contrast tussen vriendschappelijke relaties en vriendschap van Kurth (1970) zien, waarbij het laatste de essentiële aspecten bevat van vrijwillige interactie, een gevoel van uniekheid bij de individuen, een relatief hoog niveau van intimiteit in vergelijking met andere relaties, en onbeperkte verbintenis (ibid). Zelf ondervond Matthews dat ouderen binnen vriendschappen de nadruk op de persoon of op de relatie zelf kunnen leggen (ibid, p. 145). Bij vriendschappen waarbij de nadruk op specifieke individuen

lag, was het voor de ouderen van belang dat de persoon de significantie van de hoogte- en dieptepunten van zijn of haar leven wist (ibid, p. 146, 147). Dit vereiste doorgaans dat twee mensen elkaar al een groot gedeelte van hun leven kenden. Soms waren deze levenslange vriendschappen vervallen voor de ouderen, maar leefde ze door in de herinneringen waardoor ze een vergelijkingsbasis voor andere vriendschappen vormde. Wanneer echter de focus op de relatie lag binnen een vriendschap, was het voor de oudere meer van belang dat hij/zij zich gekend, begrepen en gewaardeerd voelt (ibid, p. 148). Op die manier waren vrienden gemakkelijker vervangbaar dan bij de eerste soort vriendschap, wat gunstig was in het geval een oudere een levenslange vriendschap verloor door verhuizing of overlijden.

Voor de ouderen in Heerenveen bleken in hun afgelopen jaren de meeste levenslange vriendschappen te zijn wegvallen, waardoor de voormalige levens van de bewoners grotendeels onbekend waren voor elkaar. Ouderen die gewend waren hun waarde te hechten aan de specifieke persoon binnen een relatie, worstelde met het aanpassen van hun relatiestandaarden. Tegelijkertijd bleek een focus op de relatie binnen een vriendschap ook niet gemakkelijk – weinig voelden zich echt gekend, begrepen of gewaardeerd en in die zin was er eerder sprake van vriendschappelijke relaties dan vriendschappen. Hoe dit te maken had met de sociale normen die heersten binnen het verzorgingstehuis, behandel ik nu eerst voor de notie van ‘gezelligheid’.

### **7.2 Het Moet Gezellig Zijn**

Gezelligheid wordt vaak gezien als iets typisch Nederlands waar elke inwoner mee vertrouwd is – weinig Nederlanders kunnen het begrip echter uitleggen of zouden het omschrijven zoals één van mijn informanten dat deed: “gewoon, gezellig met elkaar”. Toch is het een belangrijk begrip binnen de Nederlandse samenleving dat de leden op een bepaalde manier samenbindt en wat onlosmakelijk is verbonden aan bijvoorbeeld de Nederlandse feestdagen of activiteiten. Om het concept te definiëren, kunnen we beginnen met het woord gezelschap – lang geleden was dit een persoon met wie je een ‘zaal’ of huis deelde en op die manier nauw verbonden was, maar wie geen directe familierelatie met jou had. Gezelligheid heeft in die zin te maken met samen zijn en een gevoel van verbondenheid hebben. Het concept wordt dan ook vaak gebruikt in relatie tot sociale activiteiten waarop mensen samenkomen of zintuiglijk waarneembare dingen die zo’n gevoel van verbondenheid oproepen.

Voor een literaire onderbouwing van het concept gezelligheid wil ik wederom de socioloog Simmel aanhalen, die de notie aanhaalt als *sociability* of *geselligkeit*<sup>1</sup>. Hij zag hoe mensen soms simpelweg bij elkaar zijn vanwege het plezier van het samenzijn – dit omvat voor hem de kern van echte ‘gezelligheid’ (Simmel, 1971). Hij beschrijft het als een vorm van verbondenheid, welke pas tot uiting komt zodra niemand een verborgen agenda heeft of voor een eigen gewin gaat. Iedereen hoort elkaar hetzelfde plezier toe te kennen dat ze zelf (hopen te) ervaren binnen het samenzijn, wat in die zin een bepaalde gelijkheid vereist. Tegelijkertijd is gezelligheid in mijn ogen niet alleen het genoegen van het samenzijn, maar ook een zintuigelijke ervaring die verbonden is met de plek of ruimte zoals al eerder besproken in het hoofdstuk omtrent levendigheid. Een eigen huis, een werkplek, of een gezelschapsruimte moet de door Simmel vereiste gelijkheid bevorderen, die zich openbaart in een informele en luchtige sfeer waardoor eenieder kan deelnemen. Binnen een verzorgingstehuis probeert men bijvoorbeeld vaak de ruimte genoeglijk te maken door middel van plastic bloemen, tafelkleedjes en kleurrijke gordijnen. Hoewel sommigen hiervan genieten, is dit voor anderen een enigszins trieste sfeer die ook de ongelijkheid tussen de bewoners en de rest aangeeft. De zorginstelling en het ontwerp daarvan laten deze ongelijkheid tussen de bewoners, verzorgers en bezoekers zien in bijvoorbeeld het praktische en stijlloze restaurant meubilair en de aparte personeelsruimtes. Gezelligheid vraagt dus om een plezierig samenzijn binnen een genoeglijke setting en een informele sfeer waarin verbondenheid en gelijkheid centraal staan.

Daarnaast is volgens Simmel gezelligheid (*sociability*) niet alleen iets waar de mens naar verlangt, maar wordt het ook gezien als een deugd (Simmel, 1971). Men moet in staat zijn om op een plezierige en sociabele wijze met anderen tijd door te brengen, wat meer dan eens van de persoon vraagt om zich op te stellen als een deelnemer in plaats van een individu met een eigen identiteit. Dit sluit aan op het werk van De Wilde, die in haar etnografie over burgerschap in de wijk ‘diepgaande gezelligheid’ als een gevoelsregel ziet die bewoners krijgen aangeleerd (Tonkens & De Wilde, 2013, p. 51). Zulke gevoelsregels overlappen enigszins met het begrip van sociale normen, doordat het als impliciete voorschriften beschouwd worden die vaststellen hoe mensen zich tijdens bepaalde situaties of kwesties moeten voelen en mogen uiten (Hochschild, 1983). Gezelligheid is dan een gevoelsregel die aanspraak doet op het belang van verbondenheid, genegenheid en loyaliteit welke tot uiting komen in het informele, het spontane en de alledaagse activiteiten (Tonkens & De Wilde, 2013, p. 51).

---

<sup>1</sup> “Sociability” wordt door Simmel beschreven als de zogenoemde speelvorm van het sociale leven en is de genoeglijke, plezierige en vreugdevolle ervaring die voortkomt uit de interacties van mensen in de samenleving.



Binnen het verzorgingstehuis in Heerenveen merkte ik dat ook daar gezelligheid een impliciete norm/deugd/gevoelsregel was onder de mensen. Toch had deze sociale norm, die gericht was op verbondenheid en genegenheid, naar mijns inziens negatievere gevolgen in de onderlinge relaties. Ofschoon De Wilde andere uitwerkingen van gezelligheid dan ik opmerkte binnen haar onderzoek, ziet ook zij het als “een insluitende gevoelsregel met onbedoelde uitsluitende gevolgen” (ibid). Familiediners, afspraken met vrienden, of een uitje naar de stad staan namelijk allemaal in het teken van gezelligheid, maar de norm om het samen leuk te hebben is zo dominerend dat er vaak geen plaats is voor diepe gesprekken en eerlijke emoties. Deze ontbindende werking van gezelligheid als sociale norm zag ik op eenzelfde wijze terug onder de ouderen, waarvan ik nu enkele situaties zal schetsen.

De bewoners van het verzorgingstehuis kwamen, zoals eerder vermeld, dagelijks samen in twee verschillende ruimtes: het restaurant of de huiskamer. Deze laatste ruimte werd per verdieping gebruikt om op een kleinschalige manier gezamenlijk te eten en koffie te drinken. Centraal in deze ruimte stonden dan ook de tafels en stoelen waaraan ongeveer 10 personen konden plaatsnemen – het aantal deelnemende bewoners schommelde echter rond de 5, terwijl de rest van de verdieping op hun kamer bleef of naar het restaurant ging. In de ochtenden kwam ik geregeld met deze bewoners voor de koffie samen en wekelijks nam ik ook deel aan het middageten met hen. De onderlinge groepsdynamiek heb ik al eerder beschreven als erg rustig; het enige wat de stilte doorbrak, naast enkele vragen van mijn kant, was de uitgesproken verwarring van een wat dementere vrouw, de herhalende nieuwsuitzending op de achtergrond, of de gesprekken van de verzorgsters. Een enkele woordenwisseling was voor de ouderen gebruikelijk, waarna ze de tijd enigszins apathisch uitzaten. Op de poging tot decoreren met huiselijke en nostalgische items na, kwam deze setting op de bewoners en mij daarom niet bepaald gezellig over. Toch was dit ook hier de norm; elke keer als er een bezoeker binnenstapte, werd er gezegd: “Wat gezellig hier zo met z’n allen, ja, gezellig hè?!”. Een reactie hierop vanuit de bewoners bleef altijd uit, omdat ze dit zelf niet leken te ondervinden in de dagelijks herhalende situatie. Dat zij echter ook gezelligheid als norm zagen, bleek als iemand met een schamende lach de stilte benoemde of sarcastisch grapte wat een drukte het was. Elke dag leek men weer gespannen over het feit dat de sfeer niet gezellig was en de deugd om een samenzijn plezierig te maken hen leek ontvallen te zijn, wat extra benadrukt werd zodra er weer een bezoeker kwam en vertelde hoe gezellig het met elkaar was.

Waar binnen de huiskamersetting de sociale norm van gezelligheid expliciet in stand werd gehouden door omstanders, werd in het restaurant door vrijwel iedereen gevonden dat

het gezellig moest zijn. De bewoners van zowel het verzorgingstehuis als de aanleunwoningen kwamen hier ten slotte bij elkaar om het gezellig te hebben – thuis was er namelijk “niks te beleven”. Deze gezelligheid vond men vooral in het samen doen van activiteiten en specifiek degene die een gevoel van nostalgie en verbondenheid opriepen. Het zingen van oude Friese liederen of het optreden van volksdancers waren bijvoorbeeld momenten waarop een volle zaal met vreugde meedeed. In deze setting vonden de bewoners het samenzijn inderdaad genoeglijk en voelde ze zich verbonden, maar in veel andere activiteiten leek men ook hun standaard aan te passen en was het “gezellig, omdat het gezellig moet zijn”. Daarnaast zetten ook hier de ouderen “zintuigelijke beleving in om positieve gevoelens van verbondenheid op te roepen” (Tonkens & De Wilde, 2013, p. 52). In een poging tot een sfeerverbetering in de groep werd er bijvoorbeeld ‘alle eendjes zwemmen in het water’ gezongen of deelde iemand chocolaatjes uit. Verder was het weer ook bepalend binnen het restaurant, waar men al kijkend door de ramen toch altijd positief reageerde op de waarneming van sneeuw of zonnestralen. Deze uiterlijke en waarneembare aspecten van gezelligheid droegen bij aan een plezierige sfeer binnen de groep - de nadruk op het bereiken van deze sfeer was echter vaak zo overheersend dat het juist tegenwerkte. Het resulteerde in gespannenheid zodra de gezelligheid er niet was en het legde de focus op de sfeer in plaats van op elkaar of het individu. De ouderen leken geen contact met elkaar te zoeken voor het creëren van gezelligheid, maar wachtten eerder tot het hen overkwam door externe omstandigheden als activiteiten of plotselinge bezoekers.

In beide beschreven settings was er voor de ouderen een sociale druk om het gezellig te hebben. Naast dat het een zekere gespannenheid opleverde, weerhield het hen er ook van om de onderlinge relaties op een dieper niveau te brengen en vriendschappen te ontwikkelen. Evenals eerder gezegd, betreft vriendschap een vrijwillige, flexibele en wederzijdse relatie waarin iedere persoon betrokken is in de gehele persoonlijkheid van de ander (Matthews, 1983, p. 142). Wat gezelligheid als sociale norm vaak weerhoudt, is om een echt, eerlijk, en dieper contact met de ander te krijgen – het moet immers plezierig, informeel, en niet te serieus blijven. De betrokkenheid en intimiteit die een vriendschap vereist wordt daarmee beperkt, wat bleek uit veel gesprekken die ik had met de ouderen over het onderlinge contact met elkaar. Ik praatte bijvoorbeeld met Thea, mijn buurvrouw die zich kenmerkte door haar weinige woorden en vele geplaag:

**DG:** Hoe is het hier met de andere bewoners?

**Thea:** Daar heb ik niet veel contact mee. Alleen met de buurvrouw die naast me woont [ik], maar anders niet.

**DG:** Waarom heeft u niet meer contact met de andere bewoners?

**Thea:** Dat weet ik niet?! Er is er geen één die dat doet.

**DG:** O. Jullie zitten wel allemaal in het restaurant, hoe is het daar dan met elkaar?

**Thea:** Nou, daar zit ik ook wel en dan praten we met iedereen, en dan is het wel gezellig.

**DG:** Dus u kent wel wat mensen?

**Thea:** Jahoor, een beetje, maar ik zou ze geen vrienden noemen.

Veel van de andere bewoners bevestigden dit en zeiden dat het ongebruikelijk was voor bewoners om elkaar te bezoeken of ‘speciale vriendschappen’ te hebben. Je zat met dezelfde mensen aan tafel, je at er samen mee, en je spendeerde samen de middag – echte gesprekken of levensverhalen hadden “de anderen geen belang bij”. Terwijl enkelingen nog op zoek gingen naar vriendschappen, berouwde anderen het wegvallen van hun levenslange vriendschappen of berustte ze in het feit dat ze nu op zichzelf waren.

Dit laatste gaat ook hand in hand met het proces van hospitalisatie. Kenmerkend binnen dit proces is het ontbreken van een keuze in de mensen met wie je bent, zowel als het steeds ik-gericht worden door de wereld van de oudere die steeds kleiner en afhankelijker wordt (Goffman, 1961). Hierdoor verliest men ook de interesse voor zowel zichzelf als anderen – dit resulteert, in een vergaand geval, in een situatie waarin een oudere een voor hem/haar uitgekozen activiteit met mensen waarbij vaak niemand belang heeft bij elkaars belevingen en gedachten. Zoals Marie al aangaf: het draait slechts om het gezellig zijn, het individu met zijn/haar emoties, gedachten en verhalen is hieraan ondergeschikt. De norm van gezelligheid zorgde op deze wijze voor disconnectie onder ouderen doordat zij niet op een dieper niveau met elkaar verbonden. Een andere sociale norm die deze verbondenheid ook tegenhield, behandel ik in de komende paragraaf.

### **7.3 Ik Mag Niet Zeuren**

Niet alleen het begrip gezelligheid is onlosmakelijk verbonden aan Nederland, maar ook de nuchtere volksaard wordt vaak benoemd als iets typisch van zijn samenleving. Dit komt tot uiting in bijvoorbeeld het gezegde ‘doe maar gewoon, dan doe je al gek genoeg’, waarin het belang van gelijkwaardigheid onder de mensen benadrukt wordt. Niemand mag in

die zin uitgesloten worden, en tegelijkertijd mag ook niemand zich verbeelden meer of anders te zijn dan de rest (Van den Brink, 2004, p. 148). Net als de sociale norm van gezelligheid heeft dit een insluitende kracht binnen de samenleving, maar zit zijn zwakte in de onbedoelde uitsluitende gevolgen. In combinatie met de individualisering van de samenleving, wat mensen de ruimte geeft voor hun eigen keuzes en levensinvulling, ontstaat in deze gelijkwaardigheid een spanningsveld; een persoon heeft de vrijheid om te zijn wie hij/zij wil zijn, maar diegene moet vooral niet pretenderen enigszins uniek te zijn. Hoe dit uitsluitende gevolgen heeft binnen de context van een verzorgingstehuis, vind ik terug ik het zeurtaboe en het daaropvolgende aanpassingsgedrag onder de ouderen. In deze paragraaf leg ik uit hoe de sociale normen ‘niet zeuren’ en ‘doe maar normaal’ een ontbindende werking hadden in de onderlinge relaties van de ouderen.

Mensen die in contact staan met oudere personen klagen soms over hun preoccupatie met ziekten en kwalen. Zoals eerder aangegeven, heeft dit te maken met het feit dat de wereld van ouderen vaak veel dingen uitsluit die het leven eerst betekenisvol maakten en zich nu focust op ziekte (Cruikshank, 2013, p. 39). De significantie van ziekte wordt vergroot zodra door isolatie, wat voor sommigen de verhuizing naar een verzorgingstehuis inhoudt, andere bronnen van zelfdefinitie wegvallen (ibid, p. 40). Ziekte kan in die situatie het enige proces zijn dat gaande is in het leven van een oudere dat als betekenisvol wordt gezien. Het is dus geen wonder dat veel ouderen de nadruk leggen op hun gezondheidsproblemen – ze zijn tijd vullend, steeds veranderd, zelden dramatisch maar wel gewichtig. Tegelijkertijd breekt de oudere die klaagt over bepaalde kwalen een ongeschreven regel welke vereist dat lijden gebeurt in stilte (ibid, p. 39). Hoewel de berichtgeving over iemands fysieke gesteldheid niet hetzelfde is als klagen, krijgen ouderen dikwijls niet de psychische ruimte om het verschil te ontdekken tussen informeren en klagen. Het ‘zeurende’ karakter dat geregeld aan ouderen wordt toegeschreven, past namelijk niet binnen een samenleving waarin nuchterheid, ‘normaal doen’, en ‘zelf denken en handelen’ centraal staan.

Hoe door mensen naar lijden wordt gekeken, wordt dus bepaald door de cultuur waarin het is gedefinieerd, door het ethos van de samenleving, en de manier waarop lijden wordt gecommuniceerd binnen die samenleving (Scheper-Hughes & Lock in Back & Rubinstein, 2004, p. s17). De collectieve interpretatie van lijden bepaald zowel zijn waarde als de verwerping van die waarde – het kan binnen een bepaalde samenleving gezien worden als acceptabel, onacceptabel, een cultureel voorbeeld, of zelfs als een schandaal (Back & Rubinstein, 2004, p. s17). Binnen de Nederlandse samenleving wordt lijden doorgaans geaccepteerd en erkend als iets wat eenieder in zijn/haar leven zal tegenkomen. In die zin is

een individu's lijden niet uniek en wordt het snel gerelativeerd door de nuchtere bril van de samenleving. Gebruikelijk behoort men daarom de situatie van lijden te accepteren en het in stilte te doorleven, anders dan er te veel nadruk op te leggen en zodoende te zeuren. Dit maakt dat het lijden en de gezondheidsproblemen van ouderen, welke een grote betekenis voor hen hebben, relatief onbesproken blijven - wanneer een oudere dit wel bespreekt, wordt dit vaak als afwijkend en foutief gedrag geïnterpreteerd.

Dit zeurtaboe als sociale norm kwam ook onmiskenbaar naar voren in de setting van het verzorgingstehuis in Heerenveen, waar de ouderen zowel hun eigen geklaag als dat van anderen als negatief beschouwden. Het kwam bijvoorbeeld vrijwel vanzelf naar boven in onze gesprekken over hun sociale contacten, waarin ze benoemden hoe ze het gezeur van een ander als onprettig ervoeren en daardoor die persoon minder bezochten. Zo werd er eveneens door de bewoners weinig met een vrouw gepraat die dagelijks het restaurant bezocht, omdat zij telkens verhalen aanhaalde over haar verleden die in contrast stonden met haar negatieve ervaring van de tegenwoordige tijd. Af en toe werd de norm aan tafel zelfs expliciet uitgesproken en zei iemand: "je moet niet zo zeuren!". Deze regel gold evengoed voor henzelf, wat bleek uit de (standaard) antwoorden die veel ouderen mij gaven naar aanleiding van hun ervaringen en wensen in het verzorgingstehuis. Een voorbeeld hiervan is wederom mijn buurvrouw Thea, bij wie ik soms weinig antwoorden vond juist vanwege het zeurtaboe. We praatten over haar verliezen van de afgelopen jaren en haar transitie naar het tehuis:

**Thea:** Ja, wat moet je nou verder? ... Ik heb hier niks te klagen hoor.

**DG:** Nee? Waarom niet?

**Thea:** Nou, helemaal niks! Er wordt op tijd voor je verzorgd, en straks moet ik naar het eten toe, ze halen me op, ze brengen mij weer thuis, nou, wat heb ik dan nog te klagen?

**DG:** Hoe vindt u de verzorging dan hier?

**Thea:** Heel goed. Jahoor. ... Ik zeg toch al, ik mag niet zeuren want het is hier goed.

De uitspraak "ik mag niet zeuren" heb ik op deze wijze vele malen gehoord gedurende mijn veldwerk, wat soms werd afgewisseld door het gezegde "het is geven en nemen".

Het juiste gedrag wat de ouderen vervolgens wel behoorden te vertonen, was het stilzwijgend accepteren van hun lijden en de situatie. Bij velen zag ik dan ook een vorm van aanpassingsgedrag terug die in vergevorderde gevallen ervoor zorgde dat de ouderen weinig tot geen eigen wensen of verlangens meer hadden. Ook Tineke, een oud werknemster,

herkende dit en concludeerde dat de ouderen weinig voor zichzelf opkwamen, ‘zeurde’, of hun wensen aangaven, omdat dit niet alleen de norm was, maar ze zich waarschijnlijk ook afhankelijk voelden. Dit sluit ook aan op het proces van hospitalisatie, waarin ouderen zich inderdaad afhankelijk en onderdanig gaan voelen als gevolg van de zorg die ze ontvangen. Hierin verliezen ze vaak ook een interesse voor zichzelf, eveneens als de persoonlijke gewoontes die ze hadden. Deze afhankelijke staat van de ouderen, waarin ze als ware zichzelf niet meer waren, resulteerde erin dat velen zich aanpasten aan het verzorgingstehuis en niet langer voor hun eigen wensen of verlangens opkwamen.

De sociale norm ‘niet zeuren’ die binnen de nuchtere, Nederlandse samenleving een gevoel van gelijkwaardigheid teweeg zou moeten brengen, had in de relaties van ouderen juist een ontbindende werking. Hun ziekte of lijden, wat vaak het enige betekenisvolle proces was dat gaande was in hun huidige leven, kon vanwege deze norm niet gedeeld worden met anderen. Doordat men niet naar het ‘geklaag’ van andere ouderen wilde luisteren en men zelf ook terughoudend was in het delen van hun lijden en problemen, was de affectieve betrokkenheid van een vriendschap tussen de ouderen vrijwel uitgesloten. Daarbij werden hun andere betekenisvolle gebeurtenissen, in de vorm van de hoogte- en dieptepunten van hun afgelopen leven, doorgaans alleen begrepen door (voormalige) levenslange vrienden. In het wegvallen van deze vrienden bleven de ouderen vaak op zichzelf over – de norm ‘niet zeuren’ in combinatie met het proces van hospitalisatie veroorzaakte op deze wijze een disconnectie tussen ouderen en hun relaties, waarna ze steeds meer in hun eigen wereld terugtrokken.

### **7.4 Disconnectie Door Heersende Sociale Normen**

In de bovenstaande delen heb ik beschreven hoe door bepaalde heersende normen binnen de context van de ouderen er een disconnectie ontstond in de onderlinge relaties. Deze disconnectie, welke ik gedefinieerd heb als een staat van ervaren afzondering of verbreking in relaties met mensen en de samenleving, kwam voort uit de normen ‘gezelligheid’ en ‘niet zeuren’ welke beide intieme en eerlijke relaties onder de ouderen beletten. Dit was mede een gevolg van het verlies van geliefden als levensovergang, waardoor de ouderen hun levenslange vriendschappen moesten vervangen door nieuwe. Het maken van nieuwe vriendschappen was echter lastig; de norm gezelligheid had ten eerste een ontbindende werking doordat het de nadruk op gezelligheid legde in plaats van op de personen zelf, en ten tweede zorgde de norm ‘niet zeuren’ erdoor dat ouderen hun enige betekenisvolle ervaringen niet konden delen. Uit deze twee heersende sociale normen vloeiden derhalve de derde vorm

## DISCONNECTIE: VISIE OP EENZAAMHEID

van disconnectie: een staat waarin men een verbreking binnen de sociale relaties met mensen ervaart.

## 8. Conclusie: Disconnectie als Blik op Eenzaamheid

Vanuit een individueel menselijk perspectief gezien, kan connectie beschouwd worden als een mensenrecht (Wildevuur et al., 2013, p. 90). Zo was uitsluiting van een stad gedurende de Romeinse tijd, op executie na, vrijwel de ergste straf die een burger kon krijgen. Het Latijnse gezegde voor “to be alive” is dan ook *inter hominem esse*, wat letterlijk vertaalt als “onder de mensen zijn”, terwijl dood zijn *inter hominem esse desinere* genoemd werd, ook wel “ophouden onder de mensen te zijn” (ibid). Mensen zijn sociale wezens en zowel onze capaciteit als onze verlangens om onderdeel te zijn van sociale relaties en de wereld zijn een significant deel van ons. De ervaren eenzaamheid onder ouderen binnen de huidige maatschappij wordt in die zin dan ook als een groot probleem beschouwd in onze samenleving. Om deze reden heb ik voor drie maanden veldwerk uitgevoerd vanuit een verzorgingstehuis in Heerenveen om de volgende onderzoeksvraag te beantwoorden: “Hoe ervaren ouderen in Friesland eenzaamheid in hun leven en hoe wordt dit gevormd door de normatieve context waarin zij zich bevinden?”

Door middel van het uitvoeren van participerende observaties en interviews onder ouderen en het reflecteren op de verzamelde data, heb ik een visie voor een beter begrip van eenzaamheid kunnen ontwikkelen: disconnectie. Het is een staat waarin men zich verbroken of afgezonderd voelt, zowel refererend naar de relaties met mensen als het onderdeel zijn van een samenleving. Het bevat een verbreking in de connecties met familie, vrienden, burens, etc., maar ook in het hebben van een betekenisvolle rol en plaats in de maatschappij. Dit concept heb ik dan ook voorgesteld als de tegenhanger van verbondenheid. Daarbij staat binnen deze disconnectie de werking van de huidige Westerse samenleving centraal – hierin zijn vervreemding en devaluatie in relatie tot oudere leeftijd de keerzijdes geworden van de laatmoderne, geïndividualiseerde samenleving die jeugd en immortaliteit najaagt (Wildevuur et al., 2013, p. 91). In tegenstelling tot eerdere tijden, is men niet langer in staat om met dood, ziekte, en ouder worden om te gaan als natuurlijke processen. Doordat de samenleving zich distantieert van deze aspecten van het leven, lopen ouderen het risico op disconnectie in drie leeftijd gerelateerde transities: pensionering, het ontwikkelen van ziektes en beperkingen, en het verlies van geliefden.

Deze drie overgangen in de levens van ouderen vormden uitgangspunten in de wijze waarop disconnectie onder ouderen in Heerenveen ontstond. Allereerst bemerkte ik hoe als gevolg van ziektes, eventuele verliezen van geliefden en het toedoen van de samenleving, ouderen vaak belandden in afgezonderde leefomgevingen. Waar ze vanuit hun huis door



## DISCONNECTIE: VISIE OP EENZAAMHEID

gebrek aan verbinding op zoek gingen naar levendigheid, werd in de groepsruimtes eveneens deze zintuiglijke zoektocht ingezet door afwezigheid van onderlinge connecties. Daarbij ontwikkelden de ouderen ook nostalgische gevoelens richting de buurt, welke als gevolg van maatschappelijke veranderingen hen niet meer de verbondenheid bood van vroeger. Het gebrek aan verbondenheid en thuis voelen binnen de leefomgeving van de ouderen resulteerde in de eerste vorm van disconnectie: een ervaren staat van verbreking of afzondering van een waarneembare, bewegende en levende wereld.

Ten tweede ondervond ik hoe na het wegvallen van sociale rollen door pensionering, lichamelijke beperkingen, of het verlies van familie, de samenleving geen geschikte vervangende rollen voor ouderen bood. In het uitoefenen van hun ziekerol en/of rolloze rol ervoeren de ouderen een verlies aan activiteiten, een verlies aan zingeving, en een verlies aan saamhorigheidsgevoel. Deze drie gevolgen die voortkwam uit de afwezigheid van sociale rollen voor ouderen stellen de tweede vorm van disconnectie samen: een staat waarin een verbreking van de samenleving wordt ervaren, omdat men niet langer onderdeel kan zijn door hun 'zijn' of 'doen'.

Ten slotte ontdekte ik hoe na het verliezen van geliefden en levenslange vriendschappen, bepaalde heersende sociale normen een ontbindende werking hadden in het maken van nieuwe vriendschappen. Zo zorgde de norm van gezelligheid ervoor dat zowel ouderen als omstanders erg gefocust waren op het creëren van een gezellige sfeer, wat ten koste ging van het ontwikkelen van diepgaande, persoonlijke onderlinge relaties. Daarnaast veroorzaakte de nuchtere norm van 'niet zeuren' voor een taboe voor het bespreken van het enige betekenisvolle wat vaak gaande was binnen de levens van ouderen: ziekte. Samen weerhielden deze normen ouderen ervan om te praten over hun gevoelens, gedachten en levensverhalen, wat resulteerde in de derde vorm van disconnectie: een staat waarin men een verbreking binnen de sociale relaties met mensen ervaart.

Samen vormden deze onderdelen van disconnectie een staat waarin de ouderen zich tot in meer of mindere mate bevonden. De visie van disconnectie biedt een verruimende blik op het begrip van eenzaamheid, wat hierdoor als meer wordt gezien dan een gemis aan sociale contacten. Het is een staat van verbreking met de mensen en de samenleving als een gevolg van de marginaliserende kijk op ouderen en een inadequate maatschappelijke reactie op hun levensovergangen. In die zin kan de ervaring van eenzaamheid onder ouderen niet alleen gezien worden als gevolg van persoonlijk gebeurtenissen en handelingen, maar ook als een logisch ontstaan vanuit de context waarin de ouderen zich bevinden. Wat dat betreft kan de samenleving beter een positieve benadering tot ouderen ontwikkelen, zeker aangezien de

vergrijzende samenleving iets onvermijdbaar is. Dit werd ook in 2010 uitgedrukt door J. Beard van de World Health Organisation:

“While much attention has been given to the challenges presented by the transition to older populations, this demographic shift is also an opportunity to society. If older people can retain their health, and if they live in an environment that allows them to remain active participants in society, their experience, skills and wisdom can be seen as an overlooked resource. Indeed, there is growing evidence that rather than being a burden, economic flows often run from older people to younger generations until quite advanced age”. (Beard, 2010, p. 205)

Hierin ben ik het eens met Beard en ervan overtuigd dat we het gesprek over ouder worden moeten voeren vanuit een positief perspectief, daarmee kijkend naar wat ouderen kunnen bijdragen aan de samenleving. Daarmee kan vanuit een staat van disconnectie opnieuw een staat van verbondenheid voor ouderen gecreëerd worden.

### **8.1 Reflectie op het Onderzoek**

Gedurende de ontwikkeling van het fenomeen ‘disconnectie’ als visie op eenzaamheid onder de ouderen, zijn er een aantal punten naar voren gekomen die in overweging genomen moeten worden bij het toepassen van deze visie. Allereerst moeten we rekening houden met het feit dat ouderen niet als één groep gelabeld kunnen worden – er is geen samenhangende groep, want ouderdom komt in diverse vormen en manieren. Hoewel vrijwel elke oudere moet omgaan met bepaalde levensovergangen, doet eenieder dit op zijn eigen wijze en wordt het verschillend beleefd. Hetzelfde geldt voor de notie van eenzaamheid, wat in diverse vormen en ook in meer of mindere mate door ouderen ervaren kan worden. Binnen mijn eigen veldwerk was deze diversiteit in eerste instantie verwarrend, maar door een nieuwe focus heb ik de rode draad proberen te vinden. Dit onderzoek heeft in die zin een visie aangeboden waarin een algemene staat van disconnectie naar voren komt waar binnen deze samenleving elke oudere risico op loopt – een individuele aanpak van eenzaamheid vereist echter nog steeds een individuele benadering vanwege zijn diverse vormen, hoewel deze visie wel een verruimende blik hierop biedt. Daarnaast bemerkte ik zelf hoe niet iedereen binnen een staat van disconnectie zich eenzaam voelde; dit schrijf ik merendeels toe aan een vergaand proces van hospitalisering, waarin de ouderen in zulke mate desinteresse en afhankelijkheid hadden ontwikkeld dat ze hun afgezonderde staat accepteerden. Ten slotte wil ik aangeven dat de notie van eenzaamheid iets apart blijft om te bestuderen – het kan op zo’n intieme en

## DISCONNECTIE: VISIE OP EENZAAMHEID

geïsoleerde wijze beleefd worden, dat het lastig is om dichtbij te komen. Hierin ligt dus nog steeds een uitdaging voor antropologen om de individuele beleving van eenzaamheid onder de loep te nemen.

## 9. Literatuurlijst

- AAA. (2012). Code of ethics. Retrieved from <http://users.polisci.wisc.edu/schatzberg/ps919/AAA,%20Ethics,%202012.pdf>
- Angé, O., & Berliner, D. (2014). *Anthropology and nostalgia*. Berghahn Books.
- ASA. (1999). Ethical guidelines. Retrieved from [www.theasa.org/ethics/guidelines.shtml](http://www.theasa.org/ethics/guidelines.shtml)
- Banton, M. P. (1965). *Roles, an introduction to the study of social relations*. London: Tavistock.
- Bauman, Z. (2000). *Liquid modernity*. Cambridge, UK: Polity Press.
- Beard, J. (2010). A global perspective on population ageing. *European Geriatric Medicine*, 1(4), 205-206.
- Biddle, B. J. (1979). *Role theory: Expectations, identities, and behaviors*. New York: Academic Press.
- Black, H. K., & Rubinstein, R. L. (2004). Themes of suffering in later life. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 59(1), S17-S24.
- Bourgeois, P. (2012). Confronting the ethics of ethnography: Lessons from fieldwork in Central America. In *Ethnographic fieldwork: An anthropological reader* (pp. 318-330). Malden: Wiley-Blackwell.
- Bryman, A. (2008). The nature of qualitative research. In *Social research methods* (3rd ed.). Oxford, NY: Oxford University Press.
- Burgess, E. (1950). Personal and social adjustment in old age. In *The aged and society* (pp. 138-156). Champaign: Industrial Relations Research Association.
- Chambre, S. M. (1984). Is volunteering a substitute for role loss in old age? An empirical test of activity theory. *The Gerontologist*, 24(3), 292-298.
- Cialdini, R. B., & Trost, M. R. (1998). Social influence, social norms, conformity, and compliance. In *The handbook of social psychology* (4th ed., pp. 151-192). New York: McGraw-Hill.
- Classen, C. (1997). Foundations for an anthropology of the senses. *International Social Science Journal*, 49(153), 401-412.
- Cloutier-Fisher, D., Kobayashi, K., & Smith, A. (n.d.). The subjective dimension of social isolation: A qualitative investigation of older adults' experiences in small social support networks. *Journal of ageing studies*, 25(4), 407-414.
- Coalitie Erbij. (2010, May 8). Eenzaamheid en de samenleving. Retrieved from <http://www.eenzaam.nl/de-samenleving-en-eeenzaamheid>

- Coalitie Erbij. (2015, January 22). Eenzaamheid feiten, aantallen en cijfers. Retrieved from <http://www.eenzaam.nl/beleid-en-eenzaamheid/feiten-en-cijfers>
- Coalitie Erbij. (2015, January 22). Landelijk beleid. Retrieved from <http://www.eenzaam.nl/beleid-en-eenzaamheid/landelijk-beleid>
- Coalitie Erbij. (2015, January 23). Lokaal beleid. Retrieved from <http://www.eenzaam.nl/beleid-en-eenzaamheid/lokaal-beleid>
- Coleman, L. (2014). A view from anthropology. In *The handbook of solitude: psychological perspectives on social isolation, social withdrawal, and being alone* (pp. 438-498). Hoboken: John Wiley & Sons.
- Connerton, P. (1989). Introduction. In *How societies remember*. Cambridge [England, Cambridge: Cambridge University Press.
- Cruikshank, M. (2009). *Learning to be old: Gender, culture, and ageing*. Plymouth: Rowman & Littlefield.
- De Jong Gierveld, J., & Van Tilburg, T. G. (1995). Social relationships, integration, and loneliness. In *Living arrangements and social networks of older adults* (pp. 155-172). Amsterdam: VU University Press.
- De Jong Gierveld, J., & Van Tilburg, T. G. (1999). *Manual of the loneliness scale*. Amsterdam: VU University Press.
- De Jong Gierveld, J., Van Tilburg, T. G., & Dykstra, P. A. (2006). Loneliness and social isolation. In *Cambridge handbook on personal relationships* (pp. 485-500). Cambridge: Cambridge University Press.
- Deloria, V. (2012). Custer died for your sins. In *Ethnographic fieldwork: An anthropological reader* (pp. 199-206). Malden: Wiley-Blackwell.
- Dictionary-reference.com. (2015). "Context". Retrieved from <http://dictionary.reference.com/browse/context>
- Dictionary-reference.com. (2015). Cope. Retrieved from <http://dictionary.reference.com/browse/cope>
- Dictionary-reference.com. (2015). Normative. Retrieved from <http://dictionary.reference.com/browse/normative>
- Dykstra, P. A. (2009). Older adult loneliness: myths and realities. *European Journal of Ageing*, 6(2), 91-100.
- Ensminger, J., & Knight, J. (1997). Changing social norms: Common property, bridewealth, and clan exogamy. *Current Anthropology*, 38(1), 1-24.

- Eriksen, T. H. (2001). *Small places, large issues: An introduction to social and cultural anthropology*. London: Pluto Press.
- Findlay, R. A. (2003). Interventions to reduce social isolation amongst older people: where is the evidence? *Ageing and Society*, 23(5), 647-658.
- Fokkema, C. M., & Tilburg, T. G. (2007). Zin en onzin van eenzaamheidsinterventies bij ouderen. *Tijdschrift voor Gerontologie en Geriatrie*, 38(4), 161-177.
- Gemeente Heerenveen. (2014). *Iedereen doet mee. Wmo & gezondheidsplan 2015 t/m 2018*. Heerenveen: Author.
- GGD Fryslân. (2013, December 19). Eenzaamheid. Retrieved from <http://www.ggdfryslan.nl/2577/eenzaamheid/>
- Goffman, E. (1961). The characteristics of total institutions. In *Asylums: Essays on the social situation of mental patients and other inmates*. Garden City, NY: Anchor Books.
- Gupta, A., & Ferguson, J. (1992). Beyond "culture": space, identity, and the politics of difference. *Cultural Anthropology*, 7(1), 6-23.
- Hammersley, M., & Atkinson, P. (1983). *Ethnography: Principles in practice*. London, NY: Tavistock.
- Hechter, M., & Opp, K. D. (2001). *Social norms*. New York: Russell Sage Foundation.
- Hochschild, A. R. (1983). *The managed heart: Commercialization of human feeling*. Berkeley: University of California Press.
- Jackson, M. (2005). *Existential anthropology: Events, exigencies and effects*. New York: Berghahn Books.
- Johnson, D. P., & Mullins, L. C. (1987). Growing old and lonely in different societies: Toward a comparative perspective. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, 2(3), 257-275.
- Jorna, T., & Bor, J. (2012). *Mag een mens eenzaam zijn?: Studies naar existentiële eenzaamheid en zingeving*. Amsterdam: Humanistics University Press.
- Leary, M. R., & Tangney, J. P. (2011). *Handbook of self and identity*. New York: Guildford Press.
- Machielse, A. (2015). The heterogeneity of socially isolated older adults: A social isolation typology. *Journal of Gerontological Social Work*, 58(4), 338-356.
- Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being*. New York: Van Nostrand.
- Matthews, S. H. (1983). Definitions of friendship and their consequences in old age. *Ageing and Society*, 3(02), 141-155.

- Perkinson, M. (1980). Alternate roles for the elderly: An example from a midwestern retirement community. *Human Organization*, 39(3), 219-226.
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1981). Toward a social psychology of loneliness. In *Personal relationships 3: personal relationships in disorder* (pp. 31-56). London: Academic Press.
- Putters, K. (2014). *Rijk geschakeerd: Op weg naar de participatiesamenleving*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1997). Successful aging. *The Gerontologist*, 37(4), 433-440.
- Schoenmakers, E. (2015, January 30). Existentiële eenzaamheid: een frisse wind door het eenzaamheidshuis [Web log post]. Retrieved from <http://www.eenzaam.nl/de-samenleving-en-eenzaamheid/blogs/existenti%C3%ABle-eenzaamheid-een-frisse-wind-door-het-eenzaamheidshu>
- Schoenmakers, E. C., Van Tilburg, T. G., & Fokkema, T. (2012). Coping with loneliness: What do older adults suggest? *Aging & Mental Health*, 16(3), 353-360.
- Sgier, L., & Lucas, B. (2010, January). *Crumbling citizenship. Political participation and belonging of elderly women in care homes*. Paper presented at 2nd European Conference on Gender and Politics, Central European University (CEU), Budapest, Hungary.
- Simmel, G. (1950). *The sociology of Georg Simmel*. New York: Free Press.
- Simmel, G. (1971). *On individuality and social forms: Selected writings*. Chicago: University of Chicago Press.
- Sluka, J. A. (2012). Introduction. In *Ethnographic fieldwork: An anthropological reader* (pp. 193-198). Malden: Wiley-Blackwell.
- Stoller, P. (1989). *The taste of ethnographic things: the senses in anthropology*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Tonkens, E., & Wilde, M. (2013). *Als meedoen pijn doet: Affectief burgerschap in de wijk*. Amsterdam: Van Genneep.
- Tuan, Y. (1977). *Space and place: The perspective of experience*. Minneapolis: University of Minnesota Press.
- Turner, R. (1990). Role change. *Annual Review of Sociology*, 16(1), 87-110.
- Turner, R. H. (1978). The role and the person. *American Journal of Sociology*, 84(1), 1-23.
- Van den Brink, G. J. (2004). *Schets van een beschavingsoffensief: Over normen, normaliteit en normalisatie in Nederland*. Amsterdam: Amsterdam University Press.

## DISCONNECTIE: VISIE OP EENZAAMHEID

Van Der Geest, S. (1997). Tellen op leeftijd: Schets van een antropologie van ouderen.

*Leeftijd*, 35(5), 27-30.

Van Der Geest, S. (2004). "They don't come to listen": The experience of loneliness among older people in Kwahu, Ghana. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, 19(2), 77-96.

Van Tilburg, T. G. (2007). Eenzaamheid: Een overzicht. *Zin in zorg*, 9(4), 5-7.

Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: the experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA: MIT Press.

Wildevuur, S., Van Dijk, D., Bjerre, T., Ayyari, M., & Lund, J. (2013). *Connect: Design for an empathic society*. Amsterdam: BIS Publishers.