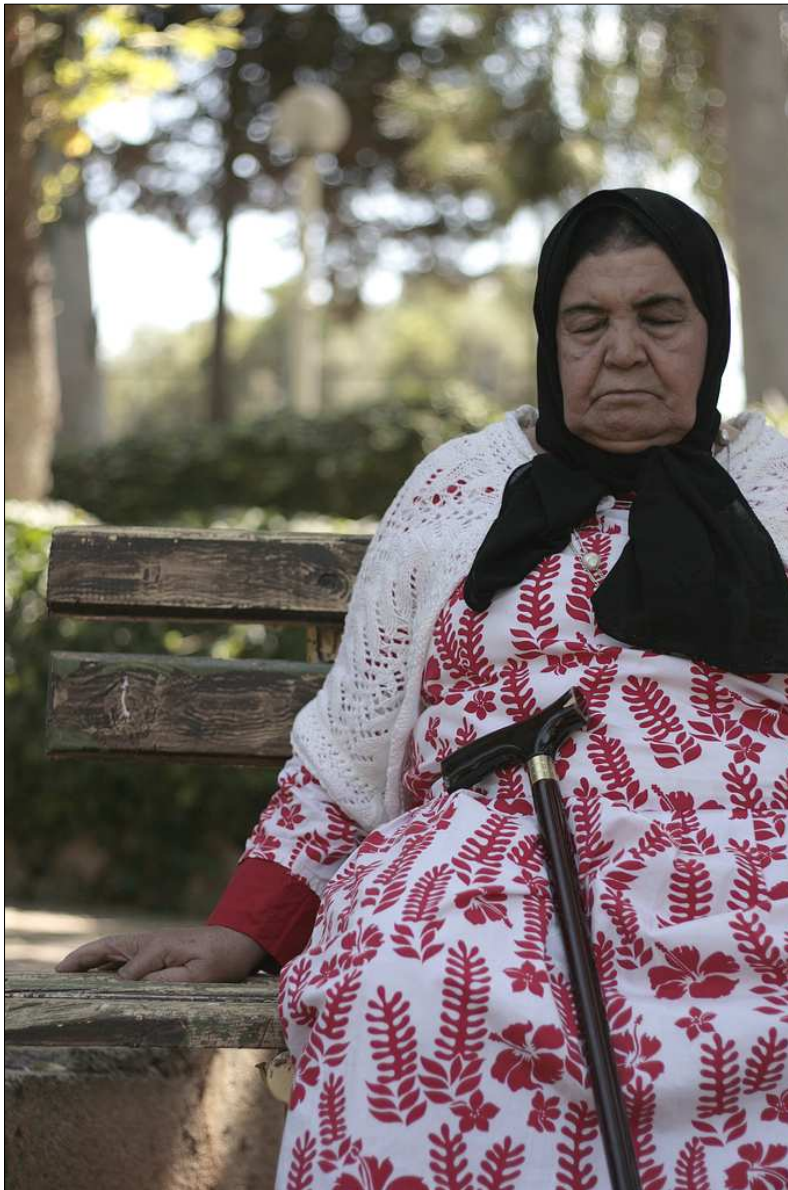


Oudere vluchtelingen in Nederland – een onzichtbare groep

Een kwalitatief onderzoek naar eenzaamheid onder oudere vluchtelingen in Nederland



Fotograaf: Hüsne Afsar

Lucy Hagen

Faculteit Sociale Wetenschappen, afdeling Sociologie

Master Vraagstukken van Beleid en Organisatie

Pharos: Kennis- en adviescentrum voor Migranten, Vluchtelingen en Gezondheid

Juli 2010, Utrecht

Kwalitatief onderzoek

Eenzaamheid onder oudere vluchtelingen in Nederland

Lucy Hagen

Juli 2010, Utrecht



*'Ik zeg altijd 'als iemand in plaats van mij was, in deze situatie, dan zou diegene het moeilijk hebben.'
Maar ik maak het mezelf gemakkelijk door activiteiten te ondernemen, met mensen contact te hebben.'* (Oudere vluchteling, 20 april 2010)

Onder begeleiding van:

Nies van Grondelle, onderzoeker Pharos: Kennis- en adviescentrum Migranten, Vluchtelingen en Gezondheid, Utrecht

Najla Wassie, trainer en adviseur Pharos: Kennis- en adviescentrum Migranten, Vluchtelingen en Gezondheid, Utrecht

Miranda Visser, onderzoeker Universiteit Utrecht:
Faculteit Sociale Wetenschappen, afdeling Sociologie

Dankwoord

Kent u vluchtelingen in uw eigen vriendenkring? We staan er niet altijd bij stil, maar Nederland kent duizenden vluchtelingen die zich ooit gedwongen voelden om hun eigen land te verlaten. Traumatische ervaringen door oorlog, geweld of een verstikkende politieke situatie heeft hen gevormd tot wie ze nu zijn. Enerzijds zijn ze verzwakt door deze ervaringen, anderzijds hebben zij kracht gevonden een nieuw leven op te bouwen in een vreemd land. Grote bewondering heb ik voor deze mensen. Ik ben dankbaar dat ik de mogelijkheid heb gekregen een kijkje te nemen in de werelden van deze bijzonder krachtige, maar ook getraumatiseerde mensen. Altijd waren zij hartelijk en vriendelijk.

Graag wil ik gebruik maken van de gelegenheid om een aantal mensen te bedanken. Mijn dank gaat uit naar de oudere vluchtelingen die ik heb mogen spreken. De bijzondere verhalen hebben mij ontroerd. Veel dank voor de leerzame gesprekken met de experts in het veld. Ik heb het werkveld van diversiteit mogen betreden. Uiteraard gaat mijn grote dank uit naar Nies van Grondelle, mijn begeleidster bij Pharos. Nies bracht mij in deze multiculturele wereld, zij was begaan met mij en begripvol, maar had ook een kritische blik op de inhoud van de studie. Het relativeren van momenten dat het proces even haperde is gevat in een uitspraak van Nies: 'als je in een zwart gat valt, graaf dan niet dieper'. Najla Wassie als begeleider en communicatieadviseur bij Pharos wil ik bedanken voor het creëren van een goede interviewsfeer met de toch wel moeilijke doelgroep van oudere vluchtelingen. Zij wist mij goed te coachen en ik heb bewondering voor haar bevoegdheid voor het werk met deze kwetsbare groep. Dank voor jullie vertrouwen. Ook wil ik Miranda Visser, begeleider van de Universiteit van Utrecht, danken voor haar positiviteit en het vertrouwen dat ze in mij had. Als ik stress had wist zij me gerust te stellen. De kritische blik op het onderzoek en het meedenken bracht mij tot het schrijven van een krachtiger verhaal. Pharos wil ik bedanken voor de mogelijkheid die zij geboden hebben om me als persoon en als student sociologie te ontplooiën. De gedrevenheid van de medewerkers om aandacht te vragen voor de doelgroep van vluchtelingen en migranten is inspirerend en daarin heb ik ontdekt waar mijn interesses liggen. Danielle van Heck en Inge van der Lee wil ik bedanken voor het lezen van de stukken en het voorzien van commentaar. Ik bedank mijn vriendinnen die dit jaar in hetzelfde schuitje zaten of eerder hebben gezeten. Daardoor konden we elkaar ondersteunen en de boel een beetje relativeren. Tenslotte wil ik mijn vader, moeder, broertje en zus bedanken voor het begrip dat ze hebben getoond voor de drukte die kwam kijken bij mijn afstuderen. Tevens veel dank voor de hulp die zij geboden hebben in praktische en morele zin. Jullie grote vertrouwen in mijn kunnen in de afgelopen vier jaar van mijn studie deed mij blijven motiveren om door te gaan.

Lucy Hagen, Utrecht juli 2010

Samenvatting

Dit kwalitatieve onderzoek is gericht op eenzaamheid en sociaal isolement onder oudere vluchtelingen in Nederland. Aan de hand van open interviews met oudere vluchtelingen en experts en een focusgroep is geïnventariseerd wat risicofactoren van eenzaamheid of isolement zijn onder oudere vluchtelingen. Tevens is gekeken naar beschermende factoren waardoor het risico op isolement afneemt. Adviezen rondom de aanpak van eenzaamheid zijn vervolgens in kaart gebracht. Hierbij staat de definitie van eenzaamheid centraal van Gierveld (2007): eenzaamheid is het ervaren gemis van betekenisvolle relaties. Uit de studie blijkt dat oudere vluchtelingen in vergelijking met Nederlandse ouderen en oudere migranten extra risico lopen om in een sociaal isolement te raken. Zij hebben net als oudere autochtonen te maken met een toename van zorgafhankelijkheid en afname van de mobiliteit. En net als oudere migranten ervaren sommige oudere vluchtelingen een taalachterstand wat kan leiden tot een geïsoleerd leven. Oudere vluchtelingen kennen daarnaast echter meer risico's op sociaal isolement. Zij leven vaak in een slechte financiële situatie waardoor men minder kan ondernemen. Tevens hebben oudere vluchtelingen een zeer beperkt sociaal netwerk. Zij missen familieleden en vrienden omdat deze zijn overleden door oorlog en geweld. Ook de verspreiding van familieleden en vrienden over de wereld na de vlucht uit het land van herkomst beperkt het sociale netwerk van oudere vluchtelingen. Vluchtelingengroepen vormen bovendien relatief kleine groepen in Nederland en een aantal van de vluchtelingengroepen kennen een versplintering, dat een afspiegeling vormt van de politieke situatie in het land van herkomst. Dit zorgt voor beperkte mogelijkheden om contacten aan te gaan met de eigen groep. Tot slot kunnen traumatische ervaringen leiden tot een slechte mentale gezondheid en een teruggetrokken leven. Hoewel experts veel eenzaamheid signaleren, blijkt de helft van de onderzoekspopulatie een geïsoleerd leven te hebben, terwijl de andere helft actief is en contacten onderhoud. Degenen die niet eenzaam zijn blijken een positieve mentaliteit te hebben die als beschermende factor werkt. Het hebben van contacten, het ondernemen van activiteiten en de beheersing van de Nederlandse taal voorkomt eenzaamheid bij deze oudere vluchtelingen. Degenen die eenzaam zijn hebben weinig contacten met zowel Nederlanders als de eigen groep, beheersen de taal slecht of niet en ondernemen geen activiteiten. Voor degenen die eenzaam zijn dient een eenzaamheidsinterventie te worden ontwikkeld. Individuele begeleiding wordt geadviseerd voor sterk geïsoleerden, terwijl groepsactiviteiten worden geadviseerd voor geïsoleerden. Daarbij dient vooral het gezonde deel van de mens te worden aangesproken. Er dient rekening te worden gehouden met het feit dat oudere vluchtelingen die eenzaam zijn vertrouwensproblemen hebben. Het creëren van een setting waarin oudere vluchtelingen zich veilig voelen is van belang. Tenslotte is het van belang de financiële situatie van oudere vluchtelingen te verbeteren zodat zij meer kunnen participeren.

Inhoudsopgave

Dankwoord	3
Samenvatting	4
1. Inleiding	8
1.1 Eenzaamheid onder ouderen.....	8
1.2 Oudere vluchtelingen als onzichtbare risicogroep.....	8
1.3 Risico op sociaal isolement en eenzaamheid onder oudere vluchtelingen.....	9
1.3.1 <i>Maatschappelijke relevantie</i>	10
1.3.2 <i>Wetenschappelijke relevantie</i>	10
1.4 Doelgroep en definities.....	11
1.5 Pharos en de 'Coalitie Erbij'.....	12
1.6 Probleemstelling.....	13
2. Theoretisch kader	14
2.1 De betekenis van eenzaamheid voor oudere vluchtelingen.....	14
2.1.1 <i>Wat is de betekenis van eenzaamheid</i>	14
2.1.2 <i>Sociaal kapitaal en de functies van sociale relaties</i>	15
2.1.3 <i>De cognitieve discrepantietheorie</i>	16
2.1.4 <i>Eenzaamheid onder oudere vluchtelingen</i>	16
2.2 Oorzaken van eenzaamheid.....	17
2.2.1 <i>Ouderdom</i>	18
2.2.2 <i>Taalachterstand</i>	18
2.2.3 <i>Financiële positie</i>	18
2.2.4 <i>Verspreiding en verlies sociaal netwerk</i>	19
2.2.5 <i>Een kleine en versplinterde groep</i>	20
2.2.6 <i>Trauma</i>	21
2.3 Beschermende factoren.....	22
2.3.1 <i>Taal</i>	23
2.3.2 <i>Drie verwerkingsstijlen</i>	23
2.3.3 <i>Oudere vluchtelingen en netwerkontwikkeling</i>	24

3.	Methoden.....	26
3.1	Dataverzameling	26
3.1.1	<i>Meetinstrumenten.....</i>	26
3.1.2	<i>Selectie onderzoekspopulatie.....</i>	27
3.1.3	<i>Beschrijving onderzoekspopulatie.....</i>	29
3.1.4	<i>Werving.....</i>	33
3.1.5	<i>Het vertrouwen in de onderzoeker en haar rol.....</i>	34
3.2	Data-analyse.....	36
3.3	Validiteit en betrouwbaarheid.....	36
4.	Resultaten.....	39
4.1	De betekenis van eenzaamheid voor oudere vluchtelingen.....	39
4.1.1	<i>Aanwezigheid eenzaamheid.....</i>	39
4.1.2	<i>Betekenis eenzaamheid.....</i>	40
4.1.3	<i>Ervaring ouder worden.....</i>	41
4.1.4	<i>Aantal contacten.....</i>	41
4.1.5	<i>Opvatting relaties.....</i>	42
4.1.6	<i>Ondernemen van activiteiten.....</i>	43
4.2	Oorzaken van eenzaamheid bij oudere vluchtelingen.....	44
4.2.1	<i>Ouder worden.....</i>	44
4.2.2	<i>Geldgebrek.....</i>	45
4.2.3	<i>Beperkt netwerk.....</i>	45
4.2.4	<i>Weinig activiteiten.....</i>	46
4.2.5	<i>Taalachterstand.....</i>	46
4.2.6	<i>Trauma en heimwee.....</i>	47
4.3	Beschermende factoren.....	48
4.3.1	<i>Mentaliteit.....</i>	48
4.3.2	<i>Taal.....</i>	49
4.3.3	<i>Activiteiten.....</i>	49
4.3.4	<i>Contacten en waardering.....</i>	50
4.4	Interventies voor eenzaamheid onder oudere vluchtelingen.....	50
4.4.1	<i>Individuele begeleiding.....</i>	51
4.4.2	<i>Groepsactiviteiten.....</i>	51
4.4.3	<i>Taalcursus.....</i>	53
4.4.4	<i>Randvoorwaarden.....</i>	54

4.4.5	Conclusie.....	56
4.5	Bevindingen focusgroep.....	57
4.5.1	Kenmerken van een eenzaamheidsinterventie.....	57
4.5.2	Randvoorwaarden.....	61
4.5.3	Conclusie.....	64
5.	Conclusie en discussie.....	65
5.1	Conclusie.....	65
5.2	Discussie.....	68
5.2.1	Sterke en zwakke punten.....	68
5.2.2	Aanbevelingen.....	70
6.	Beleidsadvies.....	72
6.1	Individuele begeleiding.....	72
6.2	Groepsactiviteiten.....	73
6.3	Andere adviezen.....	75
6.4	Randvoorwaarden.....	76
	Literatuurlijst.....	77
Bijlagen		
	I Brief project Eenzaamheid onder oudere vluchtelingen.....	83
	II Topiclijst oudere vluchtelingen.....	85
	III Topiclijst experts.....	88
	IV Instellingen van experts en deelnemers van de focusgroep.....	89
	V Codeboom oudere vluchtelingen.....	92
	VI Codeboom experts.....	93
	VII Deelnemers focusgroep.....	94

1. Inleiding

1.1 Eenzaamheid onder ouderen

Als het over eenzaamheid gaat wordt al snel de link gelegd met ouderen en dat is niet zo vreemd. Ouderen lopen een groter risico op eenzaamheid door ingrijpende levensgebeurtenissen (Gierveld & van Tilburg, 2007). Te denken valt aan een toenemende kans op gezondheidsproblemen en mogelijk samengaanbe beperking van de mobiliteit, het wegvallen van een partner of het verlies van andere dierbaren en een sterke inkomensdaling (Fokkema & van Tilburg, 2006). Schattingen laten zien dat van de mensen die 55 jaar of ouder zijn 32 procent eenzaam is, wat neerkomt op 1,3 miljoen mensen (Gierveld in: Fokkema & van Tilburg, 2006). Het feit dat er in Nederland in 2005 4,2 miljoen mensen boven de 55 jaar waren en naar verwachting 6 miljoen in 2035 (Boer, 2006), geeft aan dat het aantal ouderen alleen maar toeneemt. Gezien het hoge percentage eenzame ouderen zal de behoefte aan interventies met betrekking tot eenzaamheid en sociaal isolement bij ouderen naar verwachting toenemen.

Deze behoefte krijgt de aandacht van de overheid. Demissionair minister Klink van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) schrijft op 15 oktober 2009 in een brief aan de Tweede Kamer over het belang van de versterking van de preventieve gezondheidszorg voor ouderen (VWS, 2009). In de Wet Publieke Gezondheidszorg (2008) is bepaald dat gemeenten in de toekomst zorg moeten dragen voor de preventieve ouderengezondheidszorg. Het uitgangspunt is mensen 'succesvol ouder te laten worden' en daarmee wordt getracht sociale belemmeringen te beperken (VWS, 2009). Zo wordt onder andere prioriteit gelegd bij preventieve activiteiten om eenzaamheid te doorbreken (VWS, 2009).

1.2 Oudere vluchtelingen als onzichtbare risicogroep

In de brief aan de Tweede Kamer wordt gesteld dat uitvoerende organisaties en gemeenten het van belang achten dat preventieve activiteiten moeten te worden aangeboden die meer specifiek zijn en beter aansluiten bij de doelgroepen. Het is wenselijk meer aandacht te geven aan de ontwikkeling van effectieve methoden om risicogroepen te bereiken (VWS, 2009). Deze studie brengt een risicogroep onder de aandacht en kan daarmee aansluiten bij de vraag van gemeenten en uitvoerende organisaties. Een groep die tot nu toe vaak als onzichtbaar wordt beschouwd zijn namelijk de *vluchtelingen* in Nederland. Dit onderzoek zal zich specifiek richten op eenzaamheid onder *oudere vluchtelingen* boven de 55 jaar in Nederland. De doelgroep van dit onderzoek is daarmee een speciale groep. Het betreft dan wel migranten, maar vluchtelingen worden door onderzoekers vaak weggeschreven als behorende bij kleine taalgroepen en als 'overig niet-westers'.

Deze studie zal de focus omdraaien; vluchtelingen vormen hier de centrale doelgroep. Zij zijn in die zin uitzonderlijk omdat ze vaak ingrijpende gebeurtenissen hebben meegemaakt, zoals oorlog en geweld. Het is geen uitzondering dat familieleden en vrienden al dan niet gewond zijn geraakt, zijn verdwenen of gedood. Daarop volgend hebben zij zich gedwongen gevoeld te vluchten uit het eigen land. Dat gaat vaak samen met het verlies van dierbaren door geweld, of de scheiding van familieleden en vrienden. Waar arbeidsmigranten een weloverwogen keuze maken om naar een ander land te gaan, ofwel ergens naar op weg zijn, hebben vluchtelingen over het algemeen halsoverkop moeten vluchten uit hun land. Het gezinsleven en het maatschappelijk leven van vluchtelingen wordt in één klap verwoest en ze zijn gedwongen elders een nieuw leven op te bouwen. Dit zijn factoren die mogelijk kunnen meespelen bij het risico op isolement.

De vluchtelingengroepen in Nederland kennen een enorme diversiteit. De grootste groepen komen uit Afghanistan, Irak, Iran, Voormalig Joegoslavië en Somalië (Kosec & Wassie, 2008). Specifieke aandacht vanuit de overheid voor deze groep is er echter weinig tot niet. Nadat vluchtelingen hun asielprocedure hebben afgesloten en inwoner worden van Nederland hebben lokale overheden hen vaak niet meer in het zicht (König, 2004). Vluchtelingen kunnen hierdoor als een onzichtbare groep worden beschouwd. Lokale overheden missen basisinformatie over vluchtelingen zoals achtergrond, opleiding en beroep omdat zij dit niet registeren (König, 2004). Daardoor is weinig bekend over het aantal (oudere) vluchtelingen (Moerbeek, 2002). De bestaande gegevens laten zien dat circa 26.000 vluchtelingen in Nederland boven de 55 jaar zijn (Pharos, 2009). En er zijn circa 34.000 vluchtelingen tussen de 40 en 55 jaar, die over een aantal jaren bij de groep van 55 jaar en ouder behoren (van Grondelle in: Engelhard, 2007). De toename van de groep, de ervaring van ingrijpende gebeurtenissen en de onzichtbaarheid binnen het beleid indiceert de noodzaak voor specifieke aandacht voor oudere vluchtelingen.

1.3 Risico op sociaal isolement en eenzaamheid onder oudere vluchtelingen

Vluchtelingen die zich willen settelen in een nieuwe samenleving hebben te maken met verschillende moeilijkheden. De ongunstige mentale gezondheid die vluchtelingen vaak hebben wordt ten eerste veroorzaakt door *de impact van ervaringen in het land van herkomst en de vlucht uit het land* (Ager et al., 2002). Dan gaat het om het trauma van oorlog, geweld en vervolging, de vlucht, het gedwongen geplaatst worden in een vluchtelingenkamp en de asielprocedure in het huidige land. De mentale gezondheid wordt ook beïnvloed door de zogeheten *postmigratie factoren*, zoals een gebrek aan betekenisvolle relaties, armoede, discriminatie en een gebrek aan controle over de omgeving (Goodkind, 2006). Specifiek oudere vluchtelingen blijken daarbij een groot risico te lopen om in een sociaal isolement terecht te komen (Moerbeek, 2002). Omdat betekenisvolle relaties leiden tot een beter welbevinden van mensen (Machielse, 2006), kan een gebrek daaraan kan ervoor zorgen dat

oudere vluchtelingen in een isolement raken. Daarom vormen oudere vluchtelingen een risicogroep en verdienen zij extra aandacht van uitvoerende organisaties en gemeenten.

1.3.1 Maatschappelijke relevantie

Dit onderzoek kan een maatschappelijke bijdrage leveren aan het in kaart brengen van isolement en eenzaamheid onder een specifieke doelgroep, namelijk oudere vluchtelingen in Nederland. Deze studie kan verder bijdragen aan de ontwikkeling van een effectieve methode, al dan niet op basis van bestaande methoden, om eenzaamheid te doorbreken en oudere vluchtelingen uit hun sociaal isolement te halen. Zo kan gepleit worden voor specifieke projecten gericht op oudere vluchtelingen. Dit past binnen het streven van het ministerie van VWS om mensen 'succesvol ouder te laten worden' en zal bijdragen aan een betere mentale gezondheid van oudere vluchtelingen. Tevens deden Gruijter & Verwijs (2009) de aanbeveling onderzoek naar eenzaamheid onder specifieke doelgroepen te bevorderen omdat weinig bekend is over eenzaamheid onder verschillende bevolkingsgroepen in Nederland. Hoewel vluchtelingen in de Nederlandse maatschappij uitzonderlijk zijn als het gaat om ingrijpende gebeurtenissen, zijn zij onzichtbaar als het gaat om de specifieke aandacht voor het welzijn van deze kleine taalgroepen. Met het extra risico op sociaal isolement ontstaat de noodzaak specifieke aandacht te besteden aan deze groep.

1.3.2 Wetenschappelijke relevantie

Deze studie kent ook een wetenschappelijke relevantie. Over onderzoek naar de mentale gezondheid van vluchtelingen zijn meerdere publicaties verschenen, maar onderzoek naar eenzaamheid en sociaal isolement bij vluchtelingen is beperkt. Een onderzoek van Ager et al. (2002) kijkt specifiek naar de invloed van het familienetwerk en het bredere sociale netwerk van vluchtelingen. Jensen (1966) richt zich op de psychologische aspecten van isolement bij vluchtelingen. In de studie van Miller (1999) wordt de rol van psychotherapie en andere klinische interventie bij vluchtelingen en hun behoeften rondom mentale gezondheid beoordeeld. Beiser et al. (1989) bekijkt de stress die vluchtelingen ervaren als zij in een vluchtelingenkamp worden geplaatst en de invloed daarvan op hun mentale gezondheid. Pernice & Brook's (1996) richten zich ondermeer op de associatie van de mentale gezondheid van vluchtelingen en migranten en postmigratiefactoren. Een studie die zich specifiek richtte op *oudere* vluchtelingen is het onderzoek van Moerbeek (2002). Deze studie stelt de betekenis van het ouder worden in ballingschap centraal en daarvoor werden oudere vluchtelingen in Nederland geïnterviewd. Deze studie heeft echter niet het isolement als uitgangspunt. Studies over specifiek *oudere* vluchtelingen en sociaal isolement of eenzaamheid zijn verder weinig tot niet uitgevoerd. Omdat oudere vluchtelingen een verhoogd risico lopen op eenzaamheid en isolement in

vergelijking met jonge vluchtelingen en in vergelijking met oudere migranten en autochtonen is dit wel relevant.

Tevens zijn er studies over ouderen en eenzaamheid (Linneman et al., 2001; Kuilman et al., 2005; Fokkema & van Tilburg, 2006) en een studie specifiek over eenzaamheid gepubliceerd (Gierveld & van Tilburg, 2007). Studies bij migranten in het algemeen, dus ook arbeidsmigrant, richten zich wél op *oudere* migranten en eenzaamheid en hun mentale gezondheid en welzijn (Mertens & van der Zwet, 2009; Schellingerhout, 2004; Gruijter en Verwijs, 2009). Dit zijn Nederlandse studies en dit indiceert een toenemende interculturalisatie van de welzijnszorg en dat is positief. Maar onderzoek onder oudere vluchtelingen is nodig omdat zij in vergelijking met oudere migranten mogelijk een extra risico lopen op isolement. Deze studie kan zo aansluiten bij de tendens van interculturalisatie van de welzijnszorg.

Er zijn dus wel onderzoeken naar eenzaamheid en sociaal isolement onder ouderen en oudere migranten gedaan, maar specifieke aandacht voor oudere vluchtelingen is schaars. Deze studie zal daarom een wetenschappelijke verrijking zijn door kennisvergaring op het gebied van eenzaamheid bij *oudere* vluchtelingen en de mogelijke noodzaak specifieke methoden aan te reiken voor deze doelgroep. Oudere vluchtelingen hebben net als oudere autochtonen te maken met een toename van zorgafhankelijkheid en het verlies van mensen door ouderdom. Maar wat is daarnaast de impact van een verspreid familienetwerk en traumatische gebeurtenissen voor een oudere vluchteling op een risico van isolement? Aan de hand van wetenschappelijke theorieën rondom eenzaamheid en oudere migranten en de aanwezige studies over isolement onder vluchtelingen, wordt getracht in deze studie inzicht te krijgen in de betekenis van eenzaamheid voor oudere vluchtelingen.

1.4 Doelgroep en definities

De doelgroep van dit onderzoek is met drie condities ingekaderd. Mensen die deelnemen aan het onderzoek hebben te maken gehad met een gedwongen migratie, uit vrees voor onder andere vervolging en wonen nu in Nederland. Zoals gedefinieerd in het Verdrag betreffende de Status van Vluchtelingen uit 1951 wordt een vluchteling als volgt omschreven (Vluchtelingenwerk, 2010₂):

Een vluchteling is iemand die uit gegronde vrees voor vervolging wegens ras, godsdienst, nationaliteit, het behoren tot een bepaalde sociale groep of zijn politieke overtuiging, zich buiten het land bevindt waarvan hij de nationaliteit bezit, en die de bescherming van dat land niet kan, of uit hoofde van bovenbedoelde vrees, niet wil inroepen.

Tevens is de doelgroep bepaald op vluchtelingen vanaf 55 jaar en ouder. Oudere migranten en vluchtelingen zijn relatief jonger dan oudere autochtonen (Gruijter en Verwijs, 2009).

Zoals eerder genoemd is de doelgroep bijzonder door de geschiedenis van individuele vluchtelingen. Doordat vluchtelingengroepen relatief klein zijn en omdat er geen gegevens worden bijgehouden van vluchtelingen, zullen zij naar verwachting moeilijk te bereiken zijn voor dit onderzoek. Maar door het hoge risico op sociale isolement is de noodzaak groot deze groepen te bestuderen op eenzaamheid en sociaal isolement.

In eenzaamheidsonderzoek wordt voornamelijk gebruik gemaakt van de definitie van eenzaamheid zoals geformuleerd door de Jong-Gierveld. Deze definitie is in dit onderzoek aangehouden en luidt: *Eenzaamheid is het als negatief ervaren verschil tussen de kwaliteit van de relaties die men onderhoudt en de relaties zoals men die voor zichzelf zou wensen* (Jong-Gierveld & van Tilburg, 2006).

1.5 Pharos en de 'Coalitie Erbij'

Dit onderzoek is uitgevoerd in opdracht van Pharos en onder begeleiding van de Universiteit van Utrecht. Pharos is het kennis- en adviescentrum voor Migrant, Vluchtelingen en Gezondheid in Utrecht. Pharos is gespecialiseerd op het gebied van:

- Gezondheid(sbevordering) van migranten en vluchtelingen;
- De toegankelijkheid en de aansluiting en kwaliteit van zorg voor deze groepen;
- Interculturalisatie van de zorg (Pharos, 2010)

Pharos is kennisproducent en kennismakelaar. Het doel van Pharos is kennis en advies inzetten om de gezondheid van migranten en vluchtelingen te bevorderen en de toegankelijkheid en kwaliteit van preventie, zorg en voorzieningen te stimuleren (Pharos, 2010). De kerntaken van Pharos zijn:

- Het verzamelen en bundelen van kennis over gezondheidsachterstanden, gezondheidsbevordering en de toegankelijkheid, aansluiting en kwaliteit van de zorg/voorzieningen voor migranten, vluchtelingen en illegalen;
- Samen met lokale partijen en zorgorganisaties het ontwikkelen van programma's, interventies en good practices, gericht op het verbeteren van de gezondheid, de preventie van klachten en het verbeteren van de toegankelijkheid, aansluiting/kwaliteit van de zorg voor deze groepen;
- Het overdragen van kennis hieromtrent aan lokale partijen, zorgverleners en beleidsmakers.

(Pharos, 2010)

Pharos constateert dat de eerste generatie oudere vluchtelingen met veel gevoelens van eenzaamheid te maken hebben (Pharos, 2007). Hun maatschappelijke participatie is door taal,

inkomen en gezondheidsproblemen laag en hun netwerken zijn vaak beperkt. Dit leidt tot sociaal isolement en depressieve klachten. Het onderzoek zal een bijdrage zijn voor de 'Coalitie Erbij': de nationale coalitie tegen eenzaamheid die in 2008 is gestart ¹. Hierbij zijn een groot aantal maatschappelijke organisaties betrokken die zich verenigd hebben in een nationale coalitie om de eenzaamheid in Nederland slagvaardig tegen te gaan. Organisaties als het Leger des Heils, de Zonnebloem en het Ouderenfonds zijn lid van deze coalitie. De samenwerking stelt zich onder meer ten doel om eenzaamheid op de (politieke) agenda te zetten; oftewel bewustwording creëren bij de overheid. Bovendien wordt getracht best practices te verzamelen (Gruijter en Verwijs, 2009). Er is slechts één organisatie lid die zich bezighoudt met migranten, namelijk FORUM. Pharos is aangesloten bij het netwerk en stelt dit rapport ter beschikking aan de Coalitie Erbij. Mede naar aanleiding van dit rapport wil Pharos in 2011 een project voorstellen om eenzaamheid onder oudere vluchtelingen aan te pakken.

1.6 Probleemstelling

Op basis van de beschreven achtergrond van het onderzoek is de volgende doelstelling van dit onderzoek geformuleerd:

Door middel van een literatuurstudie en een kwalitatief onderzoek wordt in kaart gebracht in hoeverre er eenzaamheid onder oudere vluchtelingen bestaat. Waardoor ontstaat eenzaamheid en hoe gaan oudere vluchtelingen daar mee om? Op basis van deze gegevens wordt bepaald wat een goede preventieve maatregel zou kunnen zijn om eenzaamheid onder oudere vluchtelingen aan te pakken.

Op grond van deze doelstelling is de volgende onderzoeksvraag geformuleerd:

'Welke interventies zijn nodig om eenzaamheid en sociaal isolement bij oudere vluchtelingen in Nederland aan te pakken?'

Deze onderzoeksvraag zal aan de hand van de volgende deelvragen worden beantwoord:

1. Wat betekent eenzaamheid voor oudere vluchtelingen?
2. Wat zijn oorzaken van eenzaamheid bij oudere vluchtelingen?
3. Wat zijn beschermende factoren voor eenzaamheid bij oudere vluchtelingen?
4. Welke maatregelen kunnen worden geadviseerd om eenzaamheid te doorbreken onder oudere vluchtelingen?

¹ Meer informatie op www.coalitieerbij.nl

2. Theoretisch kader

In dit hoofdstuk zal een theoretisch kader worden geschetst over eenzaamheid en isolement onder oudere vluchtelingen. Aan de hand van de eerste drie deelvragen wordt getracht een beeld te schetsen op basis van wetenschappelijke literatuur. In paragraaf 2.1 wordt ingegaan op de betekenis van eenzaamheid. In paragraaf 2.2. worden oorzaken beschreven van eenzaamheid onder oudere vluchtelingen. In paragraaf 2.3 worden beschermende factoren besproken die het risico op eenzaamheid verminderen. De vierde deelvraag zal in hoofdstuk 6 (beleidsadvies) uitgebreid aan de orde komen.

2.1 De betekenis van eenzaamheid voor oudere vluchtelingen

In paragraaf 2.1.1 tot 2.1.4 wordt getracht een beeld te schetsen van wat eenzaamheid betekent en in welke hoedanigheid het voor komt onder oudere vluchtelingen.

2.1.1 Wat is de betekenis van eenzaamheid

Het verschijnsel eenzaamheid heeft te maken met diverse aspecten. Drie aspecten komen daarbij steeds terug. Ten eerste is eenzaamheid een *subjectieve ervaring* en is daarom niet gelijk gesteld aan alleen-zijn (Linneman et al., 2001). Het is het resultaat van de persoonlijke waardering van een situatie. Daarbij worden bestaande relaties afgewogen tegen de wensen of standaarden die mensen ten aanzien van relaties hebben (Gierveld & van Tilburg, 2007). Het wegvallen van contacten door pensionering of overlijden kan daarbij leiden tot eenzaamheid. De term sociaal isolement wordt vaak in hetzelfde straatje genoemd. Door een breed scala aan definities kan verwarring ontstaan. De definities hebben gemeenschappelijk dat ze gericht zijn op het ontbreken van betekenisvolle persoonlijke relaties (Machielse, 2006). Het gaat hier om *subjectieve sociale isolatie* ofwel de beleving van een individu. Dat is wat anders dan de *objectieve sociale isolatie*, waarbij de vraag wordt gesteld in hoeverre een individu alleen is. Bij subjectieve sociale isolatie wordt de vraag gesteld in hoeverre de persoon zich alleen *voelt* (Gierveld & van Tilburg, 2007). Het verschil is te zien in de titels 'eenzaam, maar niet alleen' en 'alleen, maar niet eenzaam'.

Ten tweede is eenzaamheid een negatieve situatie die *onvrijwillig* en onplezierig is (Gierveld & van Tilburg, 2007). Mensen kunnen bewust kiezen om zich, eventueel tijdelijk, terug te trekken uit de samenleving. In een situatie van eenzaamheid is dit niet aan de orde.

Ten derde heeft eenzaamheid te maken met een *tekort aan sociale relaties* (Linneman et al., 2001). Dan kan het gaan om familiale relaties, waarbij de huwelijkspartner een belangrijke positieve invloed heeft op het welbevinden van het individu. Uit onderzoek blijkt dat mannen en vrouwen die getrouwd zijn minder eenzaam zijn dan ongetrouwde vrouwen en mannen (Gierveld & van Tilburg,

2007). Ook andere familieleden kunnen een belangrijke rol vervullen bij het voorkomen van eenzaamheid. Ook vrienden, collega's en kennissen kunnen de kans op eenzaamheid verminderen doordat zij het sociale netwerk verrijken. Gevoelens van eenzaamheid hebben vaak betrekking op gebreken in de kwaliteit van relaties. Het hebben van veel oppervlakkige kennissen kan het gebrek aan één goede vriend niet compenseren (Gierveld & van Tilburg, 2007). Personen waarmee het meest frequent contact mee is, verschaffen de beste bescherming tegen eenzaamheid. Aanvullende contacten vormen wel een toegevoegde waarde maar die neemt af naarmate het aantal contacten toeneemt. Hiermee kan worden gesteld dat zowel kwaliteit als kwantiteit van relaties bijdraagt aan eenzaamheid.

In eenzaamheidsonderzoek wordt bovendien onderscheid gemaakt tussen verschillende typen eenzaamheid, namelijk *sociale* en *emotionele eenzaamheid*. Sociale eenzaamheid is het ontbreken van een netwerk van sociale relaties (Linneman et al., 2001). Daarbij gaat het om het subjectief ervaren gemis van betekenisvolle relaties met een bredere groep mensen. Te denken valt aan collega's of mensen waarmee men samen een hobby uitvoert (Gierveld & van Tilburg, 2007). Emotionele eenzaamheid wordt bepaald door het ontbreken van een affectieve of intieme relatie (Linneman et al., 2001) en is ook een subjectief ervaren gemis (Gierveld & van Tilburg, 2007).

In de Nederlandse literatuur wordt voornamelijk de volgende *definitie van eenzaamheid* aangehouden: het subjectief ervaren van een onvrijwillig gemis aan (kwaliteit) van sociale relaties (Gierveld & van Tilburg, 2007). Of ook wel: het als negatief ervaren verschil tussen de kwaliteit van de relaties zoals men die nu onderhoudt en de relaties die men voor zichzelf wenst. De situatie wordt bovendien als ernstiger ervaren als het individu zichzelf niet in staat acht relaties te realiseren (Linneman et al., 2001). Deze definitie zal ook de basis vormen voor deze studie.

2.1.2 Sociaal kapitaal en de functies van sociale relaties

Het belang van sociale relaties ligt in het feit dat relaties *sociaal kapitaal* opleveren voor individuen. Sociaal kapitaal komt voor uit sociale contacten en de bijbehorende normen en vertrouwen. Op die manier kan sociaal kapitaal van individuen ook een gemeenschap of groep dienen. De theorie van Putnam stelt dat hoe meer connecties er tussen mensen zijn, hoe meer zij elkaar vertrouwen. Vertrouwen en betrokkenheid van mensen zijn daarbij sterk met elkaar gecorreleerd, ongeacht educatie, leeftijd, inkomen, etniciteit of sekse (Putnam, 1995).

Het verband tussen eenzaamheid en sociaal kapitaal op microniveau ligt in de *functies van sociale relaties*. Dan gaat het om functies als het bieden van ondersteuning, ergens bij horen, hechting, gevoel van veiligheid en het geven van informatie en adviezen (Machielse, 20006). Sociale contacten vormen daarom een belangrijke bijdrage voor het welzijn van mensen. Zo blijkt dat mensen die een netwerk hebben met betekenisvolle relaties gezonder zijn en een hoger

welbevinden hebben dan mensen die in een sociaal isolement verkeren (Machielse, 2006). Verklaringen voor eenzaamheid kunnen daardoor mogelijk worden gezocht in een te laag of geen sociaal kapitaal. Dit kan tot uiting komen in een klein netwerk, of een zwak netwerk waar normen en het vertrouwen niet sterk genoeg zijn. Bij oudere vluchtelingen zou verwacht kunnen worden dat zij een afnemend sociaal kapitaal hebben, door verlies van personen in het sociale netwerk en de afname van mobiliteit door ouderdom. Maar oudere vluchtelingen hebben ook te maken met het verlies van dierbaren door oorlog en geweld en verspreiding van vrienden en familie over de wereld. In paragraaf 2.2.4 wordt hierbij stilgestaan.

2.1.3 De cognitieve discrepantietheorie

Mensen die een aantal goede relaties hebben kunnen echter ook eenzaam zijn. De mechanismen die hierbij een rol spelen kunnen verklaard worden door de discrepantietheorie (Gierveld & van Tilburg, 2007). Cognitieve processen die zich in het hoofd afspelen zijn bepalend voor de beoordeling en waardering van situaties door een individu. Eenzaamheid wordt daarom door elke persoon persoonlijk ervaren en beoordeeld. Er wordt een afweging gemaakt of het sociale netwerk voldoende en kwalitatief goed is. Dit afwegingsproces wordt bepaald aan de hand van de *relaties*, maar ook aan de hand van *persoonlijke standaarden* ten opzichte van een optimaal netwerk van kwalitatief goede relaties (Gierveld & van Tilburg, 2007). Bij standaarden gaat het om wensen en doelen. Men wenst bijvoorbeeld één keer in de week contact te hebben met een vriend, of iemand beoogt een beste vriend te hebben. De standaarden worden bepaald op basis van ervaringen in de kinderjaren (Gierveld & van Tilburg, 2007). Mogelijk worden standaarden ook bepaald door cultuur. Dat kan van belang zijn bij de verklaring van eenzaamheid onder oudere vluchtelingen. Vluchtelingen zijn opgegroeid in andere culturen waar sociale relaties naar verwachting andere standaarden hebben dan in Nederland. Oorzaken van eenzaamheid kunnen mogelijk daaruit te verklaren zijn.

2.1.4 Eenzaamheid onder oudere vluchtelingen

Zoals eerder beschreven blijkt onderzoek betreffende eenzaamheid onder vluchtelingen beperkt te zijn, laat staan onder oudere vluchtelingen. Studies naar eenzaamheid zijn vooral gericht op Nederlandse ouderen. En er zijn wel studies naar de mentale gezondheid van migranten en vluchtelingen. Onderzoek onder *migranten* laat bijvoorbeeld zien dat het geestelijk welbevinden van Turkse ouderen het laagst is in vergelijking met andere ouderen in Nederland (Schellingerhout, 2004). Zij ervaren onder meer gevoelens van eenzaamheid en depressie. Bovendien bleek een hoog percentage oudere Turken depressieve symptomen te hebben (61,5%) in vergelijking met autochtone ouderen (14,5%) (van der Wurf et al., 2004: in Dijkstra, 2006). Gevoelens van depressie kunnen een op zichzelf staande factor zijn, maar ze kunnen ook veroorzaakt worden door

eenzaamheidsgevoelens (Dijkstra, 2006). Er is een kleinschalig onderzoek uitgevoerd naar de beleving van het ouder worden in Nederland en gevoelens van eenzaamheid onder Turkse en Hindostaans-Surinaamse ouderen door Dijkstra (2006). Terwijl Hindostaans-Surinaamse ouderen op vrijwel dezelfde manier het ouder worden ervaren als autochtonen, blijken Turkse ouderen het negatiever te ervaren. Zij ervaren sociale en fysieke beperkingen en zij voelden zich vaker eenzaam dan Hindostaans-Surinaamse ouderen. Turkse ouderen misten namelijk vertrouwelijke relaties waarmee ze konden praten over persoonlijke zaken terwijl Hindostaans-Surinaamse ouderen dat minder hadden. De gevoelens van eenzaamheid zijn onder andere te verklaren uit het feit dat migranten zorg van hun kinderen verwachten, terwijl de realiteit laat zien dat kinderen in Nederland het steeds drukker krijgen met hun eigen gezin en het werk (Dijkstra, 2006). Verondersteld wordt dat migranten en vluchtelingen dezelfde eigenschappen hebben als het gaat om het opbouwen van een leven in een cultuur die anders is dan die van henzelf. Op basis daarvan kan verwacht worden dat oudere vluchtelingen dezelfde mechanismen ervaren en daarom meer eenzaamheid en depressie ervaren dan oudere autochtonen.

Samenvattend kan gesteld worden dat de beschrijving van eenzaamheid al enige implicaties geeft voor eenzaamheid onder oudere vluchtelingen. Gezien de drie aspecten van eenzaamheid, namelijk de subjectieve ervaring, de onvrijwilligheid van de situatie en een tekort aan sociale relaties kan worden verwacht dat oudere vluchtelingen een tekort aan relaties hebben en daardoor eenzaamheid ervaren. In paragraaf 2.2 wordt namelijk onder meer beschreven dat oudere vluchtelingen extra risico lopen op eenzaamheid doordat zij een extra klein netwerk hebben in vergelijking met Nederlandse ouderen en oudere migranten. Ook het onderscheid in sociale en emotionele eenzaamheid kan nuttig zijn bij de beschrijving van eenzaamheid onder oudere vluchtelingen. Bovendien blijkt uit onderzoek onder migranten dat Turkse ouderen vertrouwelijke relaties missen en daardoor eenzaamheid ervaren. Onder migranten is dus het tekort aan betekenisvolle relaties een indicator voor eenzaamheid. Mogelijk speelt dit bij vluchtelingen als migrant zijnde ook een belangrijke rol. In paragraaf 2.2 wordt hier verder op in gegaan.

2.2 Oorzaken van eenzaamheid

Oudere vluchtelingen lopen meerdere risico's op eenzaamheid en sociaal isolement. In deze paragraaf wordt ingegaan op oorzaken van isolement bij oudere vluchtelingen die oudere autochtonen en arbeidsmigrant ook ervaren. Daarna worden oorzaken besproken die specifiek voor oudere vluchtelingen een rol spelen. In paragraaf 2.2.1 tot en met 2.2.6 worden deze risico's beschreven.

2.2.1 Ouderdom

Oudere vluchtelingen hebben te maken met dezelfde issues als ouderen autochtonen. Door het ouder worden moeten zij omgaan met het verlies van familieleden en vrienden door overlijden. Ook ondervinden zij het verlies van fysieke mogelijkheden. Zij ervaren daardoor een toename van *mobilitatsbeperking* en *afhankelijkheid van de zorg*. Dit kan het onderhouden van contacten bemoeilijken (Linneman et al., 2001). Aangezien een tekort aan relaties kan leiden tot eenzaamheid kan verwacht worden dat het ouder worden ook een risico is voor oudere vluchtelingen om eenzaam te worden.

2.2.2 Taalachterstand

Oudere migranten maken minder gebruik van voorzieningen in het sociale stelsel dan oudere autochtonen (Gruijter & Verwijs, 2009). Dat komt onder andere voort uit een onbekendheid met het recht op voorzieningen (van Grondelle in: Engelhard, 2007). Maar *taalachterstand* van oudere migranten is ook een indicator. Mensen kunnen door de slechte taalbeheersing niet weten wat het recht op voorzieningen is en ze kunnen voorzieningen moeilijk aanvragen als zij de taal slecht spreken. Mede hierom staat taalachterstand in relatie met eenzaamheidsgevoelens. Uit onderzoek van Dijkstra (2006) blijkt dat de beheersing van de Nederlandse taal een significant positief effect heeft op de beleving van het ouder worden en minder eenzaamheidsgevoelens bij oudere migranten oplevert. Taalachterstand heeft ook een lage sociaal-culturele integratie tot gevolg (Dijkstra, 2006). Dat indiceert onder andere dat oudere migranten geen contacten met Nederlanders hebben. Naar verwachting geldt deze indicator van eenzaamheid ook voor oudere vluchtelingen. Als oudere vluchtelingen een taalachterstand hebben, zullen zij immers dezelfde drempels moeten overgaan als oudere migranten. Tevens hebben oudere vluchtelingen vaak een moeilijke relatie met hun kinderen die kinderen in Nederland wonen omdat zij 'vernederlandsen' (Moerbeek, 2002). Bij de kinderen ontstaat een dubbele identiteit die oudere vluchtelingen niet kennen. De kinderen beheersen de Nederlandse taal terwijl oudere vluchtelingen dat niet doen. Onbegrip en een geïsoleerd gevoel is naar verwachting het gevolg.

2.2.3 Financiële positie

De slechte financiële positie van oudere vluchtelingen is ook een indicator voor armoede en isolement. Nederlanders bouwen een basispensioen op (AOW) van twee procent per jaar. Mensen die tussen hun 15^e jaar en 65^e jaar in Nederland wonen of hebben gewoond krijgen hun pensioen op hun 65^e levensjaar. Vluchtelingen die bijvoorbeeld op 45 jarige leeftijd naar Nederland zijn gekomen krijgen echter maar veertig procent van de AOW-uitkering zodra ze 65 jaar zijn geworden. Het gevolg is dat oudere vluchtelingen vaak financieel krap zitten (van Grondelle in: Engelhard, 2007). Hun

mobilititeit kan hierdoor afnemen omdat ze minder mogelijkheden hebben dingen te ondernemen. Komt het inkomen van vluchtelingen onder het sociaal minimum, dan hebben zij recht op een bijstandsuitkering. Echter lang niet alle migranten en vluchtelingen kennen het sociale stelsel en voorzieningen waar zij recht op hebben en leven daardoor onder het sociaal minimum (van Grondelle: Engelhard, 2007; Gruijter & Verwijs, 2009). De *onbekendheid met het recht op voorzieningen* kan daarom nog eens een extra factor zijn waaruit isolement of eenzaamheid voortkomt. Zij worden door hun financiële positie namelijk beperkt in hun mobiliteit en zelfredzaamheid.

2.2.4 Verspreiding en verlies sociaal netwerk

Zoals eerder besproken is het belang van contacten dat het welbevinden van mensen wordt vergroot. Contacten leveren sociaal kapitaal op en dat ligt in de functies van relaties, die komen bijvoorbeeld tot uiting in het gevoel ergens bij te horen of hechting. Een gebrek aan contacten kan leiden tot sociaal isolement (Machielse, 2006). Gezien deze veronderstelling lopen oudere vluchtelingen een groot risico op eenzaamheid omdat zij een beperkt netwerk hebben. Dit komt voort uit een verspreid en verloren netwerk.

Het sociale netwerk van vluchtelingen verandert sterk door de vlucht uit het land van herkomst. Vluchtelingen kunnen familieleden en vrienden *verliezen* door geweld dat overlijden tot gevolg heeft. Het verlies van een partner kan daarbij het risico op emotionele eenzaamheid vergroten (Gierveld en van Tilburg, 2007). De abrupte vlucht gaat bovendien vaak samen met een *verspreiding van familieleden en vrienden* over verschillende landen (Kosec & Wassie, 2008). Zo blijkt uit een empirisch onderzoek onder asielzoekers dat meer dan de helft van de respondenten die naar Australië is gegaan geen directe familieleden in Australië heeft en sommigen hun kinderen en partner hebben achtergelaten (Sinnerbrink et al., 1997). De verkleining van het bestaande sociale netwerk heeft gevolgen voor de mentale gezondheid van vluchtelingen. De veronderstelling is namelijk dat hoe meer constant of voortdurend relaties zijn, hoe meer basis er is voor ondersteuning (Muller, 2008). Dit is een mogelijke functie van relaties die door oudere vluchtelingen wordt gemist. De familieleden vormen hierbij een uitzonderlijk voorbeeld waarbij die onderlinge ondersteuning wordt verwacht omdat deze relaties voortdurend zijn (Staring, 2001 in: Muller, 2008). Familierelaties kennen namelijk een hoog wederzijds vertrouwen (Boissevain, 1974 in: Muller, 2008). En zoals eerder werd gesteld leidt vertrouwen tot meer sociaal kapitaal (Putnam, 1995). Het gemis van familieleden en vrienden indiceert dus een laag sociaal kapitaal en een hoog risico op eenzaamheid onder vluchtelingen.

Verschillende empirische studies laten ook zien dat een scheiding van familie en vrienden invloed heeft op de mentale gezondheid bij vluchtelingen. Zo laat de empirische studie van Pernice en

Brook's (1996) zien dat het gebrek aan goede vrienden en familie leidt tot meer angst en depressie bij gedwongen migranten. Ook blijkt dat vluchtelingen 'serieuze' tot 'zeer serieuze' zorgen hebben over de gedwongen scheiding van familieleden en het ondervinden van obstakels als zij familieleden willen bezoeken bij noodsituaties. En het contact met vrienden en familie leidt juist tot minder eenzaamheidsgevoelens bij oudere migranten (Dijkstra, 2006). Door vluchtelingen wordt dan ook een behoefte geuit om mogelijkheden tot contacten te faciliteren met familieleden (Ager et al., 2002). McSpadden (1987) laat ook het belang van een sociaal netwerk zien. Het psychologisch welzijn van Eritrese vluchtelingen in Amerika blijkt significant beter te zijn onder vluchtelingen die door vrijwilligers zijn begeleid bij de migratie dan door formele overheidsinstanties (McSpadden, 1987). Het verschil wordt daarbij toegekend aan een breder sociaal netwerk bij de eerste strategie voor hulp bij migratie. Dit heeft een beschermend effect tegen het risico op eenzaamheid.

De verspreiding van familieleden en vrienden blijkt uit verschillende studies dus te leiden tot een slechte mentale gezondheid. Vluchtelingen ondervinden mentale problemen door het abrupte verlies van frequent contact met familieleden en vrienden. De verkleining van het netwerk door de vlucht zorgt voor minder mogelijkheid tot ondersteuning. Het sociaal kapitaal is laag en daarom is dit een belangrijke factor die eenzaamheid en isolement onder vluchtelingen veroorzaakt. De bevindingen gaan over vluchtelingen in het algemeen of over oudere migranten. Maar naar verwachting lopen *oudere* vluchtelingen met deze verkleining van het netwerk een extra risico op isolement omdat zij door ouderdom ook zorgafhankelijk en beperkt in de mobiliteit worden.

2.2.5 Een kleine en versplinterde groep

Naast een verspreid en verloren netwerk hebben vluchtelingengroepen ook te maken met een klein en soms versplinterde groep. Dit is een tweede factor waardoor vluchtelingen vaak een zeer beperkt netwerk hebben en waardoor het risico op isolement toeneemt.

Vluchtelingen ervaren barrières bij het opbouwen van contacten binnen de eigen taalgroep in het land van vestiging. De tendens bestaat dat individuen vaak contact leggen en opbouwen met mensen die op hen lijken (McPherson & Smith-Lovin, 1987). Deze theorie wordt binnen de sociologie de homogeniteitshypothese genoemd en is gerelateerd aan gelijkheid op basis van keuze en de mogelijkheid een keuze te maken (Lazarsfeld & Merton in: Voorpostel et al., 2007). De tendens naar gelijkheid wordt op een breed scala aan karakteristieken bepaald, waarvan etniciteit er één is. Vanuit deze veronderstelling wordt verwacht dat vluchtelingen met elkaar in contact willen komen. De mogelijkheid tot contact wordt echter bemoeilijkt omdat vluchtelingengroepen in vergelijking met de grote migrantengroepen in Nederland (Turken, Marokkanen, Surinamers en Antillianen) een relatief *klein aantal* vormen. Gevolg is dat het netwerk van oudere vluchtelingen klein is in vergelijking met ouderen uit de grote migrantengroepen in Nederland (van Grondelle in: Engelhard, 2007). Hierdoor

hebben zij in vergelijking met migrantengroepen relatief minder mogelijkheid tot het aangaan van contacten binnen de eigen groep. Zij lopen daarmee het risico onvoldoende steun te krijgen. Andersom blijkt ook dat de aanwezigheid van een sociaal netwerk van vluchtelingen het emotionele welzijn van vluchtelingen vergroot doordat het netwerk ondersteuning biedt (Ager et al., 2002). Hoewel vluchtelingen naar verwachting wel willen is het opbouwen van een netwerk in de eigen etnische groep dus moeilijker. Vluchtelingen die in kleinere plaatsen wonen zullen hun landgenoten bijvoorbeeld moeilijk kunnen vinden waardoor het vinden van steun ook moeilijk kan zijn.. De participatie binnen de gemeenschap zal naar verwachting beperkter zijn dan bij grotere migrantengroepen.

Ook ervaren individuen in sommige vluchtelingengroepen een extra barrière omdat de taalgroep *versplinterd* is door conflicten in het thuisland. Lang niet alle vluchtelingen van eenzelfde land van herkomst willen elkaar om culturele, religieuze of politieke redenen ontmoeten. Zo blijkt dat het spenderen van de vrije tijd met de eigen gemeenschap in het migratieland gerelateerd kan zijn aan angst (Pernice en Brook's, 1996). Hoewel gemeenschappen voordelige effecten hebben, blijken migranten ook het gevoel te hebben aan verwachtingen te moeten voldoen en te moeten conformeren aan de taalgroep in het migratieland (Pernice & Brook's, 1996). Deze studies gaan wederom over vluchtelingen in het algemeen. Deze factoren zullen echter naar verwachting een nog grotere impact hebben op oudere vluchtelingen. Het relatief kleine aantal vluchtelingen én de versplintering binnen de eigen groep kunnen voor oudere vluchtelingen een extra risico vormen op isolement omdat zij vaak geen gezin meer onderhouden. Als de kinderen in Nederland wonen hebben zij het vaak druk met hun eigen gezin (Moerbeek, 2002).

2.2.6 Trauma

Oudere vluchtelingen hebben ingrijpende gebeurtenissen meegemaakt. Zowel de situatie voor als na de vlucht en de asielprocedure kan voor traumatische ervaringen zorgen (Ager et al., 2002). Naar verwachting kunnen traumatische ervaringen een risico zijn op eenzaamheid onder oudere vluchtelingen. Onderzoek onder vluchtelingen richt zich veelal op de emotionele stress en de lage mentale gezondheid van vluchtelingen (Ager et al., 2002; Miller, 1999; Pernice & Brook's, 1996; Beiser et al., 1989). De focus wordt gelegd op de impact van ingrijpende gebeurtenissen van voor de migratie op de mentale gezondheid. Maar het besef groeit dat deze gebeurtenissen in de context van postmigratie-factoren moet worden bekeken (Ager et al., 2002). Het blijkt dat vluchtelingen hierdoor last hebben van emotionele stress (Ager et al., 2002). Dat is enerzijds gerelateerd aan de blootstelling aan geweld van voor de migratie. Maar voor een groot gedeelte ook aan stressfactoren die gerelateerd zijn aan de ballingschap van vluchtelingen. Dan gaat het om het verlies van de gemeenschap en het sociale netwerk, veranderingen in sociaaleconomische status en gerelateerde

zorgen over de economische overleving, het verlies van een betekenisvolle structuur en activiteiten in het dagelijks leven en het verlies van een betekenisvolle sociale rol binnen de gemeenschap (Miller, 1999). Beiser et al. (1989) stellen ook dat de vlucht, de condities in vluchtelingenkampen, de asielpcedure en het integreren in een nieuwe samenleving stressfactoren vormen voor vluchtelingen. Emotionele stress kan bovendien leiden tot een vermindering van het gevoel van veiligheid en zelfwaardering (Linneman et al., 2001). Oudere vluchtelingen moeten ook omgaan met deze stressfactoren. Naar verwachting zullen oudere vluchtelingen het verlies van een maatschappelijke rol en de het verlies van het sociale netwerk ervaren omdat zij te maken hebben met een toename van zorgafhankelijkheid en minder mobiliteit. Deze stressfactoren en de vermindering van zelfwaardering en veiligheid zal naar verwachting leiden tot een teruggetrokken en geïsoleerd bestaan.

Samenvattend kan gesteld worden dat oudere vluchtelingen te maken hebben met risicofactoren die hetzelfde zijn voor oudere autochtonen en migranten. Dan gaat het om de gevolgen van het ouder worden en de beperkingen door taalachterstand. Oudere vluchtelingen lopen echter extra risico's op isolement en eenzaamheid door ten eerste een slechte financiële situatie en een zeer beperkte netwerk. Dat komt door een verspreiding en verlies van familieleden en vrienden. En ook het onderdeel zijn van een relatief kleine groep of een barrière ervaren door versplintering in de eigen groep. Tenslotte kunnen traumatische ervaringen zorgen voor emotionele stress waardoor oudere vluchtelingen teruggetrokken leven.

2.3 Beschermende factoren

De studies over de mentale gezondheid van vluchtelingen bespreken in veel mindere mate mogelijke beschermende factoren. Terwijl in eenzaamheidsonderzoek wel het één en ander over wordt gezegd. Getracht wordt in deze paragraaf een beeld te schetsen van beschermende factoren en wat deze impliceren voor oudere vluchtelingen. In deze paragraaf wordt taal als beschermende factor beschreven. Tevens worden drie verwerkingsstijlen beschreven om eenzaamheid te verminderen, waarvan twee relevant lijken te zijn voor oudere vluchtelingen.

Want naast de besproken risico's kunnen vluchtelingen door hun levenservaring ook een krachtige kant hebben. De erkenning van capaciteiten van vluchtelingen is van belang omdat daarmee het beeld van eenzaamheid onder oudere vluchtelingen kan worden genuanceerd (BMP, 2008). Beschermende factoren kunnen zorgen voor een verlichting van de risico's van eenzaamheid. Tevens ontwikkelen sommige individuen strategieën om de situatie aan te kunnen of 'te overleven'. Dit worden 'overlevingsstrategieën' genoemd en deze zorgen ervoor dat mensen eenzaamheid kunnen hanteren (Stevens in: Gierveld & van Tilburg, 2007). De in achtname van deze factoren met

betrekking tot eenzaamheid kan de sleutel zijn voor een gefundeerd aanbod van interventies specifiek gericht op deze doelgroep. Door beschermende factoren te stimuleren of overlevingsstrategieën te ontwikkelen bij individuen wordt specifiek aangesloten bij de situatie deze doelgroep. In paragraaf 2.3.1 zal worden ingegaan op de beschermende factor taal en in paragraaf 2.3.2 op verschillende verwerkingsstijlen tegen eenzaamheid. In paragraaf 2.3.3 wordt getracht een koppeling te maken tussen één van de verwerkingsstijlen en de situatie van oudere vluchtelingen.

2.3.1 Taal

De beheersing van de Nederlandse taal is andere een beschermende factor voor oudere vluchtelingen. Zoals eerder genoemd is gebleken dat de beheersing van de Nederlandse taal eenzaamheidsgevoelens tegen gaat bij oudere migranten (Dijkstra, 2006). Ook oudere vluchtelingen moeten deze barrière over waardoor verwacht wordt dat taalbeheersing ook voor oudere vluchtelingen leidt tot een vermindering van eenzaamheid. Hierdoor is namelijk sociaal-culturele en participatie mogelijk. Individuen zullen meer kunnen participeren en sociale contacten met Nederlanders aangaan en dat is van belang om uit een isolement te blijven (Distelbrink et al., 2007).

2.3.2 Drie verwerkingsstijlen

Volgens Linneman et al. (2001) zijn er voor mensen drie zogeheten *verwerkingsstijlen* om eenzaamheid te verminderen. Bij de eerste stijl wordt het aantal relaties vergroot of de kwaliteit van de bestaande relaties versterkt. Door Fokkema & van Tilburg (2006) wordt dit *netwerkontwikkeling* genoemd. Zo kan men zich aansluiten bij een club of groepsactiviteit en oude relaties worden opgepakt. Het verbeteren van bestaande relaties kan bijvoorbeeld in de vorm van ouder-kind relatie en kinderen kunnen gaan functioneren als gesprekspartner (Gierveld & van Tilburg, 2007).

De tweede stijl is het aanpassen van de wensen ten aanzien van het netwerk van een oudere. Dit kan (on)bewust door de oudere zelf worden veranderd, maar het kan ook een interventie van een professional zijn, dit wordt ook wel *standaardverlaging* genoemd. De waardering van het netwerk staat bij deze stijl centraal (Linneman et al., 2001). Irreële wensen kunnen hier een rol spelen die ervoor zorgen dat mensen zich eenzaam voelen. De wens om elke dag bezoek te krijgen van de kinderen is bijvoorbeeld een wens die in bepaalde situaties of voor bepaalde individuen niet reëel is. In reactie op verlies van relaties kan de claim op andere relaties vergroten. Deze verwerkingsstijl vergt inzicht en enige tijd om verandering van wensen te bewerkstelligen.

De derde stijl betreft het leren omgaan met gevoelens van eenzaamheid. Het verschil tussen de gewenste en gerealiseerde relaties blijft, maar men tracht de waarde die gehecht wordt aan dit verschil te verminderen (Fokkema & van Tilburg, 2007). Dit kan plaatsvinden door relativering (vergelijking met mensen die het nog slechter hebben), afleiding (tv kijken en een hobby oppakken)

en aanvaarding (berusten in het onvermijdelijke probleem). Bij deze stijl wordt *het belang van het eenzaamheidsprobleem bijgesteld*.

Bij de eerste stijl wordt actief verandering nagestreefd in het sociale netwerk van ouderen, dus de omgeving en het individu worden veranderd (Coyne et al., 1981 in Fokkema & van Tilburg, 2006). De tweede en derde stijl richten zich meer op cognitieve veranderingen en emoties van ouderen (Linneman et al., 2001). De focus zal voornamelijk liggen op verwerkingsstijl één en twee. Bij deze doelgroep wordt verwacht dat deze stijl geen effect zal hebben omdat uit paragraaf 2.2 bleek het eenzaamheidsprobleem complexe factoren zoals traumatische ervaringen kent. Daarvan wordt niet verwacht dat met deze stijl op te kunnen lossen.

2.3.3 Oudere vluchtelingen en netwerkontwikkeling

De bestudering van een studie die gericht is op oudere vluchtelingen betreffende eenzaamheid, laat zien dat netwerkontwikkeling (ofwel verwerkingsstijl 1) als beschermende factor wordt beschouwd (Ager et al., 2002). Echter empirisch bewijs is wisselvallig. Zo blijkt dat de frequentie van bezoeken aan huishoudens binnen de eigen gemeenschap voor Hmong vluchtelingen in Minnesota niet leidt tot betere maar armere psychologische aanpassing in het gastland (Westermeyer et al., 1983; in Ager et al., 2002). Er is geen significante relatie tussen het aantal vriendschappen en de verschillende niveaus van psychologisch leed (Rumbaut, 1991 in: Ager et al., 2002). Er wordt ook geen relatie gevonden tussen sociale ondersteuning en de status van de mentale gezondheid van Palestijnse vrouwen (Punamaki, 1987 in: Ager et al., 2002).

Maar andere bevindingen laten zien dat vrienden die dichtbij wonen een positieve invloed hebben op de psychologische aanpassing onder Mozambiquaanse vluchtelingen in Zambia (Ager et al., 2002). En zoals eerder genoemd heeft McSpadden (1987) bevonden dat het psychologische welzijn van Eritrese vluchtelingen in de VS beter is onder vluchtelingen die door vrijwilligers zijn geassisteerd, dan vluchtelingen die door formele overheidsinstanties zijn geholpen bij het toetreden tot de samenleving (in Ager et al., 2002). Dit verschil is ten gevolge van een breder sociaal netwerk dat op wordt gezet met de strategie van vrijwilligers. Beiser et al. (1989) laten eenzelfde soort beeld zien. Uit deze studie blijkt dat sociale ondersteuning uit de eigen etnische groep en het hebben van een partner het risico vermindert op het ontwikkelen van depressieve symptomen. Onderhavig daaraan is het vergroten van identiteitsbesef en het gevoel ergens bij te horen.

Samenvattend kan gesteld worden dat beheersing van de Nederlandse taal ten eerste bescherming biedt tegen eenzaamheid. Terugkoppelend naar de drie verwerkingsstijlen van Linneman et al. (2001), kan ten tweede gesteld worden dat vluchtelingen vooral baat lijken te hebben bij sociale ondersteuning. Dit is gelijk te stellen aan netwerkontwikkeling. Voor sociale steun is een relatie

nodig, zodanig dat van daaruit op basis van 'vanzelfsprekendheid' steun wordt geboden. Deze steun wordt ook zo beschreven in de theorievorming met betrekking tot mantelzorg. Hierover is bekend dat vluchtelingen minder kunnen terugvallen op mantelzorgers (Lahm, 2006). Het opbouwen van een steunend netwerk is dan ook van belang voor oudere vluchtelingen omdat het bescherming biedt tegen een slechte mentale gezondheid. Juist omdat de Nederlandse samenleving van onder andere vluchtelingen verwacht dat zij zich aanpassen, is het goed meer aandacht te besteden aan de rol van sociale ondersteuning voor vluchtelingen.

De vraag is echter wel of bij vluchtelingen niet van onoplosbare eenzaamheid moet worden gesproken; aan het sociale netwerk valt te werken, maar het ervaren verlies in kwaliteit betreft het vaak het definitieve gemis van familieleden en vrienden en het afgesneden zijn van het oude netwerk. Dat definitieve verlies valt niet te herstellen. Een verwerkingsstijl is daarom voornamelijk een manier om de situatie te verbeteren en afleiding te bieden aan oudere vluchtelingen.

3. Methoden

In dit onderzoek is gekozen voor een kwalitatief onderzoek om inzicht te krijgen in het al dan niet ervaren van eenzaamheid of isolement bij oudere vluchtelingen. Een kwalitatief onderzoek leent zich goed voor de bestudering van de context waarin mensen leven en de betekenis die ze aan zaken geven ('t Hart et al., 2005). Eenzaamheid is gebonden aan motieven, handelingen en gedrag van mensen. De doelgroep van oudere vluchtelingen is een doelgroep met een aantal specifieke aandachtspunten. Zij hebben ingrijpende gebeurtenissen meegemaakt, een aantal spreekt de Nederlandse taal niet goed en zij worden ouder. Het onderwerp eenzaamheid en isolement vraagt in dit geval om een meer vertrouwelijke benadering bij het interviewen. Daarom biedt het perspectief om open vragen te stellen.

In paragraaf 3.1 wordt de dataverzameling besproken. Zowel de meetinstrumenten en de beschrijving en werving van de onderzoeksgroep komt aan bod. Ook wordt de rol van de onderzoeker in het onderzoeksveld beschreven. In paragraaf 3.2 wordt de data-analyse uiteengezet. Tenslotte wordt in paragraaf 3.3 de betrouwbaarheid en validiteit van het onderzoek besproken

3.1 Dataverzameling

In deze paragraaf wordt de dataverzameling van dit onderzoek uiteengezet. Ten eerste worden de meetinstrumenten van dit onderzoek beschreven. Daarna zal de onderzoeksgroep worden beschreven, om vervolgens de werving van de onderzoeksgroep te bespreken. Tenslotte wordt het vertrouwen in en de positie van de onderzoeker beschreven.

3.1.1 Meetinstrumenten

In dit onderzoek is ervoor gekozen twee onderzoekseenheden te interviewen. Ten eerste de doelgroep zelf, ofwel de oudere vluchtelingen en ten tweede experts die werken met oudere vluchtelingen via Vluchtelingenwerk, in het welzijnswerk of in het beleidsveld rondom multiculturele vraagstukken. Ter beantwoording van de gestelde onderzoeksvraag en deelvragen is gebruik gemaakt van *open interviews* en een *focusgroep*. Deze zullen achtereenvolgens worden beschreven.

Open interviews

Dit onderzoek berust ten eerste op interviews met oudere vluchtelingen (ook wel 'participant' genoemd) en experts. Met de participanten en experts zijn open interviews gehouden. De interviews zijn gestructureerd aan de hand van een topiclijst. Dat betekent dat de inhoud van de vragen niet volledig vastliggen. De volgorde van de vragen kan variëren en de mogelijke antwoorden van geïnterviewden zijn ook niet vooraf door de onderzoeker bepaald ('t Hart et al., 2005). Voor zowel de

oudere vluchtelingen als de experts is een aparte topiclijst opgesteld (zie bijlage II en III). Daarop staan enkele thema's en een aantal vragen per thema. De keuze voor thema's en vragen zijn in eerste instantie bepaald aan de hand van de vier deelvragen van dit onderzoek. Binnen deze kaders zijn op basis van het theoretisch kader vragen opgesteld voor de topiclijst.

Bij elk interview werd de participant verteld dat degene anoniem blijft in het onderzoek. Het interview wordt losgekoppeld van de naam van de participant. Zo kunnen zij vrij uitweiden over persoonlijke zaken en gedachten. Indien de participant onvoldoende Nederlands sprak om de interviewvragen te begrijpen en te kunnen beantwoorden, was een vertaler aanwezig. De interviews met participanten en experts zijn allen opgenomen met een voice recorder. De duur van de gesprekken waren gemiddeld een uur.

Focusgroep

Na het afronden van de laatste interviews is een *focusgroep* door Pharos georganiseerd met drie experts die ook geïnterviewd zijn en acht andere experts. Voor de ontwikkeling van ideeën en advisering over prioriteiten werd het belangrijk gevonden dat de voorlopige resultaten aan een focusgroep werd voorgelegd. Deelnemers aan de focusgroep kunnen hun vakkennis koppelen aan de gepresenteerde bevindingen en waardevolle informatie geven over de ontwikkeling van een beleidsadvies. De onderzoeker heeft inhoudelijk toegelicht wat de achtergrond van de voorlopige resultaten was. Tijdens de discussie stond de vraag centraal welke kenmerken een interventie moet hebben om eenzaamheid aan te pakken. De interactie tussen de deelnemers is hierbij van belang geweest ('t Hart et al., 2005). Van de focusgroep is door de onderzoeker een analyse gemaakt. De conclusies van deze bijeenkomst konden worden meegenomen in de eindresultaten.

3.1.2 Selectie onderzoekspopulatie

In deze subparagraaf zal eerst de selectie van participanten en experts worden beschreven. Vervolgens wordt een beschrijving van de onderzoeksgroep gegeven.

Oudere vluchtelingen

De samenstelling van de doelgroep oudere vluchtelingen is bepaald op vluchtelingen in Nederland boven de 55 jaar. Er is geprobeerd voldoende variëteit in de onderzoeksgroep aan te brengen zodat een breed beeld ontstaat over oudere vluchtelingen in Nederland. Dit is bewerkstelligd door vier factoren van variëteit te bepalen, namelijk nationaliteit, leeftijd, woonplaats en de sociale setting.

Er zijn twee redenen waarom gekozen is voor meerdere *nationaliteiten*.

Vluchtelingengroepen zijn in vergelijking met migrantengroepen in Nederland relatief klein. Zij hebben vaak een zeer beperkt netwerk door verspreiding en verlies van familieleden en vrienden.

In praktische zin is de kans om aandacht te krijgen voor deze groep groter als de groep bepaald wordt op meer nationaliteiten. Vluchtelingengroepen hebben bovendien gemeen dat ze allen zijn gevlucht uit vrees voor vervolging of geweld en daardoor vaak ingrijpende gebeurtenissen hebben meegemaakt. Gezien de literatuur wordt deze zelfde context waarin vluchtelingen verkeren van belang geacht bij de beleving van eenzaamheid of isolement. Daarin zijn zij gelijk en dan is het waardevol zoveel mogelijk nationaliteiten bij het onderzoek te betrekken.

Ook wordt variatie gezocht in de *woonplaats* van de oudere vluchtelingen in Nederland. Hierbij is getracht vluchtelingen te interviewen die in een stad wonen en in kleinere plaatsen en dorpen. Tevens is geprobeerd een spreiding aan te brengen in de *leeftijd* van vluchtelingen boven de 55 jaar. Tenslotte wordt naar variëteit gezocht in de *sociale setting*. Daarbij wordt een verdeling van vluchtelingen ten doel gesteld die zelfstandig, met familie of in een verzorgingstehuis wonen.

Experts

Ook bij de experts is getracht voldoende variëteit aan te brengen zodat een breed beeld ontstaat over het beleids- en werkveld rondom vluchtelingen en ideeën om eenzaamheid aan te pakken. Er is geprobeerd experts te benaderen die vanuit verschillende invalshoeken op de hoogte zijn van de problematiek rondom dit onderwerp. Voor de focusgroep is getracht eenzelfde variatie aan te brengen in de setting.

Ten eerste werd ten doel gesteld te spreken met experts die actief zijn in *zelforganisaties van vluchtelingen*. Veel vluchtelingengroepen in Nederland vormen een eigen organisatie van waaruit vluchtelingen worden aangesproken en een achterban wordt opgebouwd. Zelforganisaties worden voor en door de eigen gemeenschap bestuurd, waardoor zij een schat aan informatie hebben over de eigen gemeenschap en de context waarin zij leven. Zij kunnen concreet vertellen wat er speelt binnen de eigen groep.

Op basis van bovenstaande is besloten dat het waardevol is om te spreken met *zelforganisaties van migranten*. Deze organisaties hebben relatief gezien een grotere achterban dan vluchtelingen en zijn daardoor vaak goed en sterk georganiseerd. Mogelijk kunnen door hen al ontwikkelde activiteiten toepasbaar worden gemaakt voor de doelgroep van oudere vluchtelingen.

Vluchtelingenwerk is een andere actor die van belang is geacht voor een interview omdat zij vluchtelingen vanaf het begin dat zij in Nederland zijn begeleiden. Deze begeleiding is enerzijds juridisch van aard, maar leidt vluchtelingen in de eerste anderhalf jaar in Nederland ook toe naar werk en een woning. Zij vormen daarmee het eerste contact met de Nederlandse samenleving en kunnen door het nauwe contact met vluchtelingen zien waar vluchtelingen mogelijkheden hebben en waar barrières zijn.

Het *welzijnswerk* in buurten en wijken is een actor waar vluchtelingen vaak naartoe gaan (Mertens & van der Zwet, 2009). Verondersteld wordt dat welzijnswerk op wijk- en buurtniveau inzicht heeft in wat er speelt in de wijk, de huishoudens en de gemeenschappen. Omdat het welzijnswerk als taak heeft om activiteiten te organiseren kunnen zij ideeën en adviezen aandragen over gedane en nieuwe activiteiten.

Tevens is ervoor gekozen om met iemand te spreken die in de *geestelijke gezondheidszorg* met vluchtelingen heeft gewerkt. Zij richten zich op het psychische welzijn van vluchtelingen en kunnen daarom waardevol zijn bij het vaststellen van de problematiek rondom eenzaamheid.

Tenslotte is ten doel gesteld om *beleidsmedewerkers* en *beleidsonderzoekers* te interviewen die werkzaam zijn of onderzoek verrichten in maatschappelijke organisaties gericht op multiculturele vraagstukken. Dan kan inzichtelijk worden gemaakt wat de hedendaagse politieke trends zijn en hoe interventies in het beleidsveld kunnen worden vormgegeven zodat maatregelen ook haalbaar zijn.

3.1.3 Beschrijving onderzoekspopulatie

Van februari tot juni 2010 heeft de dataverzameling plaatsgevonden voor deze studie. In totaal zijn elf oudere vluchtelingen en dertien experts geïnterviewd. In deze subparagraaf zullen de participanten en experts worden beschreven op basis van bovenstaande selectiecriteria. Daarna worden ook de deelnemers van de focusgroep beschreven.

Oudere vluchtelingen

De gegevens over de oudere vluchtelingen die hebben deelgenomen aan een interview worden in tabel 1 weergegeven (volgende pagina). Na werving van de participanten kan het volgende worden gesteld over de vier factoren van variëteit. De participanten verschillen voldoende op de aspecten van *nationaliteit* en *leeftijd*. De leeftijd heeft een spreiding van 52 tot 74 jaar. Eén participant is drie jaar jonger dan de gestelde leeftijdsgrens van 55 jaar en ouder. Deze participant was zeer bereid om mee te werken. Gezien het feit dat de doelgroep in de praktijk zeer moeilijk bereikbaar is, werd besloten deze participant wel mee te nemen in de analyse. De variëteit voor de *woonplaats* gaat niet volledig op. Vijf participanten wonen in voorsteden, terwijl de rest ofwel de meerderheid in één van de vier grote steden woont (G4) of in een middelgrote stad. Dit is mogelijk te verklaren door het feit dat vluchtelingen vaak geconcentreerd in de Randstad wonen (van der Linden & Sluiter, 2010). Bovendien is een verklaring te vinden in de moeizame werving van participanten. De zoektocht naar participanten bij zelforganisaties en welzijnswerk in grote steden heeft een grotere kans van slagen dan bij organisaties in kleinere plaatsen. Deze organisaties hebben naar verwachting een grotere achterban. De variëteit in de *sociale setting* is er tenslotte nagenoeg niet. Alle participanten wonen zelfstandig, behalve één participant die in een verzorgingstehuis in Leiden woont. Dit is niet erg

vreemd omdat tijdens de ontmoeting voor het interview bleek dat het merendeel van de participanten nog niet afhankelijk was van zorg door familie of een verzorgingstehuis.

Tabel 1: Oudere vluchtelingen					
	Land van herkomst	Leeftijd	Jaartal aankomst Nederland	Woonplaats	Sociale setting
1	Bosnië (v)	74	1995	Middelgrote stad	Verzorgingstehuis
2	Bosnië (v)	73	1993	Voorstad	Zelfstandig
3	Afghanistan (m)	70	1996	G4	Zelfstandig
4	Afghanistan (m)	77	1992	G4	Zelfstandig
5	Irak (v)	66	2000	G4	Zelfstandig
6	Irak (v)	Boven 60	?	G4	Zelfstandig
7	Eritrea (v)	57	1984	G4	Zelfstandig
8	Iran (m)	52	1994	Voorstad	Zelfstandig
9	Iran (v)	59	1986	Voorstad	Zelfstandig
10	Argentinië (v)	74	1991	Voorstad	Zelfstandig
11	Vietnam (m)	72	1984	Voorstad	Zelfstandig

Experts en de focusgroep

De instellingen en functies van dertien experts zijn weergegeven in tabel 2 (volgende pagina). Een kort overzicht van de instellingen waar de experts werkzaam zijn is te vinden in bijlage IIII. De experts zijn ingedeeld in de verschillende settings die bepaald zijn om variëteit aan te brengen in onderzoeksgroep. Die variëteit komt goed tot zijn recht. Twee experts zijn werkzaam bij zelforganisaties van vluchtelingen en twee experts bij zelforganisaties van migranten. Drie experts zijn werkzaam bij vluchtelingenwerk, één van hen als beleidsmedewerker en de andere twee zijn lokale uitvoerders. Drie experts zijn werkzaam in het beleidsveld op het gebied van multiculturele diversiteit. Eén daarvan is werkzaam bij een kennisinstituut. Tenslotte is één expert hulpverlener bij de geestelijke gezondheidszorg en twee experts zijn werkzaam in het welzijnswerk.

Tabel 2: Experts			
	Instelling	Functie expert	Setting
1	CABO Amsterdam	Consulent	Organisatie migrantenouderen
2	Centrum '45 en Pharos (oud-medewerker)	Maatschappelijk werker	Geestelijke gezondheidszorg - behandelaar
3	Cumulus Welzijn Utrecht	Coördinator vluchtelingen	Welzijnswerk – Lokaal uitvoerend
4	Forum - Instituut voor Multiculturele Vraagstukken	Beleidsmedewerker	Beleidsveld en kennisinstituut
5	LSMO (Landelijke Stuurgroep Molukse Ouderen)	Projectcoördinator en trainer	Zelforganisatie migranten
6	Me & society - Bureau voor diversiteit management	Ondernemer Me & society	Landelijke training en (beleids-)advies
7	NOOM (Netwerk van Organisaties van Oudere Migranten)	Projectontwikkelaar en adviseur	Beleidsveld – Belangenbehartiging
8	Stichting Irakese Vrouwen	Vrijwilliger en WMO ambassadeur kleine taalgroepen	Zelforganisatie vluchtelingen
9	V&NGZ (Vluchtelingen & Nieuwkomers Zuid Gelderland)	Coördinator vluchtelingen	Welzijnswerk – Lokaal uitvoerend
10	Vluchtelingenwerk Midden-Gelderland	Consulent integratie en vrijwilliger geweest	Vluchtelingenwerk – Lokaal uitvoerend
11	Vluchtelingenwerk Eindhoven	Consulent	Vluchtelingenwerk – Lokaal uitvoerend
12	Vluchtelingenwerk Nederland	Senior beleidsmedewerker	Beleidsveld binnen Vluchtelingenwerk
13	Zelforganisatie Bosnische Ouderen	Vrijwillig zorgconsulent Bosnische ouderen	Zelforganisatie vluchtelingen – Landelijk uitvoerend

Tenslotte is na het afnemen van de interviews met experts en oudere vluchtelingen een focusgroep georganiseerd door Pharos. Tabel 3 (zie volgende pagina) geeft een overzicht weer van de deelnemers aan de focusgroep (zie bijlage VII voor meer gegevens). Deelnemers 2, 3 en 6 zijn ook participant geweest in de interviews. Een overzicht van de instellingen waar deelnemers van de

focusgroep werkzaam zijn is te vinden in bijlage III. De deelnemers zijn ingedeeld in de verschillende settings die bepaald zijn om variëteit in de onderzoeksgroep aan te brengen. De variëteit is redelijk gewaarborgd; één deelnemer is werkzaam in het welzijnswerk en één deelnemer is directeur van een migrantenorganisatie. Drie deelnemers zijn werkzaam bij een kenniscentrum en doen beleidsonderzoek, de instellingen van twee deelnemers bieden ook projecten aan. Tenslotte is één deelnemer werkzaam in het beleidsveld en vier deelnemers in het vluchtelingenwerk.

Tabel 3: Deelnemers focusgroep			
	Instelling	Functie deelnemer	Setting
1	CABO Amsterdam	Directeur	Organisatie migrantenouderen
2	Centrum '45 en Pharos (oud-medewerker)	Maatschappelijk werker	Geestelijke gezondheidszorg - behandelaar
3	Cumulus Welzijn Utrecht	Coördinator vluchtelingen	Welzijnswerk – Lokaal uitvoerend
4	Lize - overlegpartner Rijksoverheid Zuid Europese gemeenschappen	Beleidsmedewerker	Beleidsveld – ondersteuning en inspraakorgaan
5	Verwey-Jonker Instituut	Senior onderzoeker	Beleidsonderzoek in het maatschappelijk veld
6	Vluchtelingenwerk Eindhoven	Consulent	Vluchtelingenwerk – Lokaal uitvoerend
7	Vluchtelingenwerk Midden Gelderland	Consulent	Vluchtelingenwerk – Lokaal uitvoerend
8	Vluchtelingenwerk Midden Gelderland	Consulent	Vluchtelingenwerk – Lokaal uitvoerend
9	Vluchtelingenwerk Rijnmond	Medewerker	Vluchtelingenwerk – Lokaal uitvoerend
10	Pharos	Programmacoördinator	Kenniscentrum – Gezondheidsbevorderende instelling
11	Pharos	Onderzoeker en methodiekontwikkelaar	Kenniscentrum – Gezondheidsbevorderende instelling

3.1.4 Werving

Voor zowel de oudere vluchtelingen als de experts verleende Pharos de toegang tot het veld. Pharos heeft een groot netwerk opgebouwd, bestaande uit instellingen rondom multiculturele vraagstukken, zelforganisaties van migranten- of vluchtelingengroepen, gemeentes, welzijnsinstellingen en de gezondheidszorg. Voor de werving is gebruik gemaakt van de sneeuwbalmethode. Als een onderzoek een gevoelig onderwerp of een moeilijk bereikbare groep onderzoekt, dan wordt vaak gebruik gemaakt van deze methode ('t Hart et al., 2005). Dit onderzoek gaat over een persoonlijk onderwerp waar mogelijk een taboe op kan rusten. Tevens is de doelgroep moeilijk bereikbaar doordat oudere vluchtelingen weinig in bestanden voorkomen. Via de eerste deelnemers aan het onderzoek wordt getracht anderen te bereiken die ook benaderd kunnen worden. Ten eerste wordt hier een beschrijving gegeven van de werving van oudere vluchtelingen, dan van experts en tenslotte de deelnemers voor de focusgroep.

Oudere vluchtelingen

De werving van oudere vluchtelingen vond ten eerste plaats via de experts en sleutelfiguren. Hen werd gevraagd of zij oudere vluchtelingen kenden die bereid zouden zijn deel te nemen aan een interview. Er is dus voor gekozen via experts en sleutelfiguren van zelforganisaties en bijvoorbeeld welzijnswerk oudere vluchtelingen te benaderen. Zij leidden de onderzoeker direct of via een andere relatie naar een oudere vluchteling.

De benadering van oudere vluchtelingen verliep ook via contacten en relaties van Pharos die niet zelf deelnamen aan het onderzoek. Door deze verdeling wordt voorkomen dat vluchtelingen direct beïnvloed zijn of worden door de experts.

In de praktijk bleek het lastig de doelgroep van oudere vluchtelingen te bereiken. Bij een groot aantal van de oudere vluchtelingen verliep het contact en het maken van een afspraak via iemand anders omdat zij zelf de Nederlandse taal niet spraken. In dat geval moest tijdens het interview dan ook een vertaler aanwezig zijn. Een aantal oudere vluchtelingen spraken de Nederlandse taal voldoende om direct met de onderzoeker te spreken. Het leggen van contact met de juiste persoon werd soms bemoeilijkt doordat een organisatie de onderzoeker van persoon naar persoon stuurde. Uiteindelijk zijn voldoende oudere vluchtelingen bereid gevonden om deel te nemen aan een interview.

Experts

De werving van experts verliep ten eerste via een informatiedag van Pharos en een expertmeeting bij FORUM. Op deze dagen werd het onderzoek onder de aandacht brengen. Belangrijke experts zoals bestuurders van zelforganisaties, beleidsmedewerkers, consultants en medewerkers van de

gemeente waren bij beide dagen aanwezig. Experts zijn benaderd en bereid gevonden om een interview af te nemen voor dit onderzoek.

Binnen Pharos zijn ook een aantal medewerkers benaderd met de vraag of zij hun relevante contacten wilden benaderen voor deelname aan een interview. De medewerkers zijn door de onderzoeker via e-mail en face-to-face gesprekken benaderd. Zij hebben hun contacten gebeld of gemaïld en zo ontstond langzamerhand een overzicht van potentiële experts. Het voordeel is dat deze contacten bekend zijn met Pharos en de kans op deelname van experts vergroot. De onderzoeker heeft een brief gestuurd naar deze potentiële experts waarin het onderzoek onder de naam van Pharos en de Universiteit van Utrecht werd gepresenteerd (zie bijlage I voor deze brief). Het onderwerp van het onderzoek is in deze brief uiteen gezet en de vraag is gesteld of zij als expert bereid waren mee te werken aan het onderzoek.

Na inventarisatie van de experts die bereid waren deel te nemen aan het onderzoek bleek de Vluchtelingenwerk nog ondervertegenwoordigd. Naast de toegang vanuit Pharos en het netwerken van de onderzoeker op de informatiedag en expertmeeting werd daarom ook contact gezocht met Vluchtelingenwerk via het landelijk bureau en lokale bureaus.

Het benaderen van de experts wierp snel vruchten af. Mensen die benaderd werden waren bereid mee te werken aan het onderzoek. Een goede afweging was mogelijk om te bepalen welke actor benaderd diende te worden om de variëteit in de onderzoeksgroep van experts te waarborgen.

Focusgroep

De werving van de deelnemers aan de focusgroep werd gedaan door de onderzoeksbegeleider van Pharos. Zij heeft meerdere experts en sleutelfiguren benaderd. Daarvoor is een uitnodiging verstuurd waarin het onderzoek uiteen werd gezet en de vraag werd gesteld om deel te nemen aan een focusgroep. Deze focusgroep is geleid door Pharos.

3.1.5 Het vertrouwen in de onderzoeker en haar rol

Gezien het onderwerp en de doelgroep is het van belang na te gaan in hoeverre de doelgroep van oudere vluchtelingen de onderzoeker in vertrouwen heeft genomen tijdens het interview. Het benaderen van oudere vluchtelingen verliep via een contactpersoon die de participant zelf goed kende. Het onderzoek is daarom in een veilige context voorgesteld. Bij de uitleg over het doel van het interview werd de nadruk gelegd op de beleving van het huidige dagelijks leven. Zo nodig werd duidelijk geformuleerd dat zij niet hoeven te praten over hun verleden. Dit onderscheid werd gemaakt gezien de kans dat vluchtelingen, om hun traumatische verleden, vaak niet willen praten over hun ervaringen rond de vlucht naar Nederland.

Het traumatische verleden van veel vluchtelingen kan het vertrouwen in mensen sterk hebben beschadigd. Er werd bepaald dat rekening moest worden gehouden met deze factor. De onderzoeker heeft bij Pharos diverse malen met een communicatieadviseur gesproken. Zij is onder andere opgeleid om mensen te trainen die interculturele interviews moeten afnemen. Vanuit Pharos werd verwacht dat mensen niet gemakkelijk praten over persoonlijke zaken en gevoelens rondom eenzaamheid. Een interviewer uit dezelfde gemeenschap zou daarbij mogelijk een barrière kunnen zijn omdat verondersteld wordt dat men niet makkelijk met elkaar praat over gevoelens. De sociale controle die in sommige gemeenschappen voor komt kan daarbij een beperking zijn om te praten over gevoelens. De interviews werden daarom door de onderzoeker (met de Nederlandse nationaliteit) afgenomen en dus zoveel mogelijk in de Nederlandse taal uitgevoerd. Tevens gaf de onderzoeker duidelijk aan dat het interview anoniem was en dat participanten te alle tijden konden stoppen met het gesprek.

Bij participanten die de taal niet voldoende machtig waren om een interview in het Nederlands aan te gaan werd de contactpersoon gevraagd als vertaler te fungeren. De onderzoek is genoodzaakt geweest bij vijf van de elf oudere vluchtelingen iemand te vragen om het interview te vertalen. Enerzijds is het hierdoor mogelijk vluchtelingen te bereiken die door de taalachterstand een extra risico lopen op isolement. Dit argument is doorslaggevend geweest om deze participanten zeker bij de studie te betrekken. Bovendien kan het vertrouwen om in te stemmen met het interview door een vertaler vergroot zijn. Anderzijds kan de vertaler als bekende mogelijk minder betrouwbare informatie opleveren, omdat de vertaler bijvoorbeeld 'mee gaat praten' tijdens het interview en het interview beïnvloedt. De onderzoeker heeft objectieve positie van de vertaler daarom nauwgezet in de gaten gehouden.

De rol van de onderzoeker tijdens de interviews werd herhaaldelijk in ogenschouw genomen. Als een participant uit zichzelf sprak werd het interview door de onderzoeker alleen geleid op thema's. Zei de participant minder, dan werd doorgevraagd om zo de motivaties en de achtergrond van de participant boven tafel te krijgen. In het algemeen zijn de participanten open. Een paar participanten waren kortaf of draaiden om het onderwerp eenzaamheid heen. Tussen de regels door kon vaak wel worden gezien wat degene bedoelde te zeggen. Op het moment dat emoties de overhand kregen vroeg de onderzoeker of het interview afgebroken diende te worden. Het is erg belangrijk voor ogen te houden welke rol de onderzoeker dan heeft. Het was niet de bedoeling in een hulpverlenerrol te vervallen. De participant mag wel getroost worden en de ruimte krijgen om te stoppen of even op adem te komen. Er wordt ingeschat dat de onderzoeker in het algemeen veel vertrouwen en openheid heeft gekregen van de participanten.

3.2 Data-analyse

In deze paragraaf wordt beschreven hoe de data-analyse heeft plaatsgevonden. De gegevens die verzameld zijn aan de hand van de interviews en de focusgroep worden geanalyseerd en verwerkt tot resultaten en conclusies ('t Hart et al., 2005). Doordat de interviews en de focusgroep zijn opgenomen met opnameapparatuur was het mogelijk deze nauwkeurig uit te typen. Hierdoor gaat geen informatie verloren. In deze paragraaf worden enkele stappen beschreven die tijdens de analyse zijn gezet. Daarbij wordt gebruik gemaakt van de analysestappen zoals beschreven in 't Hart et al. (2005). Wegens de anonimiteit van de participanten en experts krijgt elke participant en expert een code toegewezen. De codes worden gekoppeld aan de uitgetypte interviews. Deelnemers van de focusgroep worden in het onderzoek ook niet bij naam genoemd, maar bij de instelling waar degene werkzaam is.

De interviews en focusgroep worden grondig gelezen en herlezen om te zoeken naar thema's ofwel 'categorieën'. Het categoriseren van deze gegevens en deze categorieën benoemen met één of meer trefwoorden wordt *coderen* genoemd ('t Hart et al., 2005). De interviews worden gemarkeerd en het fragment wordt een code toegekend. Deze fragmenten worden in het uitgetypte interview genummerd. Aan de hand van de codes worden mappen aangemaakt die gevormd worden door de verschillende categorieën die de onderzoeker tegenkomt in de interviews. Elk fragment uit een interview met een toegewezen categorie wordt bij de codes geplaatst. De codes zijn in eerste instantie onder te verdelen in de vier deelvragen van deze studie. Daarna zijn codes aangebracht op basis van de vragen en antwoorden van de interviews. Het coderen van de verzamelde gegevens vormt een groot deel van de analyse. Gegevens van interviews worden hierbij steeds vergeleken. Dit wordt ook wel *constante vergelijking* genoemd en zorgt ervoor dat patronen kunnen worden ontdekt in het voor komen van codes en relaties tussen de codes ('t Hart et al., 2005). De analyse wordt opgebouwd doordat tijdens het analyseproces codes kunnen worden samengevoegd en gesplitst. Aan het eind van het onderzoek worden de gegevens met elkaar in verband gebracht. Dan kunnen de gegevens op een abstracter niveau worden geformuleerd.

3.3 Validiteit en betrouwbaarheid

In deze paragraaf wordt tenslotte ingegaan op de beoordeling van de kwaliteit van het onderzoek. De betrouwbaarheid en validiteit zijn bepalend voor de kwaliteit van het onderzoek. *Betrouwbaarheid* heeft betrekking op de beïnvloeding van de waarnemingen door toevallige of niet-systematische fouten ('t Hart et al., 2005). De dataverzamelmethode moeten bij herhaling van onderzoek naar hetzelfde verschijnsel ook dezelfde resultaten opleveren. De betrouwbaarheid kan worden vergroot door methoden van dataverzameling te standaardiseren. In deze studie is die standaardisatie doorgevoerd door een semigestructureerd interview te houden. Daarbij is wel ruimte

voor een andere volgorde van vragen, maar de topics staan vast en de bijbehorende vragen zijn gesteld.

De betrouwbaarheid zou met deze minder gestandaardiseerde methode in het geding kunnen raken. De vragen zijn nog zodanig vrij dat het mogelijk is dat een interviewer andere vragen stelt dan in de topiclijst staan. Controleerbaarheid van de interviews is daarom van groot belang. In deze studie is getracht die betrouwbaarheid hoog te houden door de interviews van deze studie te laten controleren door zowel Pharos als de Universiteit van Utrecht. Ook de data-analyse kent weinig standaardisatie waardoor de betrouwbaarheid in het geding kan raken. Om de betrouwbaarheid zo groot mogelijk te houden is het belangrijk dat gebruik wordt gemaakt van bestaande procedures. In deze studie is gebruik gemaakt van bovengenoemde procedure van coderen die zowel vanuit Pharos als de Universiteit van Utrecht werden voorgesteld. In paragraaf 3.2 is ook uitgewerkt welke stappen zijn genomen bij het doen van deze studie. Deze methodische verantwoording maakt het voor de lezer mogelijk te beoordelen of de uitkomsten betrouwbaar zijn. Ook is de consistentie van de werkwijze gedurende de analyse gecontroleerd door Pharos en de Universiteit van Utrecht. Op deze manier is getracht de betrouwbaarheid van het onderzoek te vergroten.

De kwaliteit van het onderzoek wordt ook bepaald door de *validiteit*. Dat heeft betrekking op de beïnvloeding van het onderzoek door systematische fouten. Als de onderzoeker meet wat hij beoogt te meten dan wordt dat opgevat als validiteit ('t Hart et al., 2005). Bij kwalitatief onderzoek is de interne validiteit vaak hoog. Een minder gestandaardiseerde dataverzameling heeft als voordeel dat de onderzoeker kan ervaren (horen, zien, vragen) wat voor de participant op dat moment relevant is. De afstand tussen gegevens en de realiteit is klein. Dat draagt bij aan de *interne validiteit* omdat de gegevens dan in overeenstemming zijn met de realiteit. In dit onderzoek is de interne validiteit hoog omdat het onderwerp eenzaamheid en isolement bij deze doelgroep naar verwachting niet altijd op directe wijze is te achterhalen. Dan kan de waarneming en het doorvragen van de onderzoeker een goede aanvulling zijn bij de dataverzameling. De training van de onderzoeker voor de interviews is tevens van belang geweest zodat bij de onderzoeker begrip ontstaat over de te handhaven benadering van participanten van variërende culturen. Het inzichtelijk maken van deze benadering draagt ook bij aan de interne validiteit.

Deze studie kent bovendien datatriangulatie en dat draagt bij aan de validiteit van het onderzoek. Met triangulatie wordt bedoeld dat er meerdere metingen plaatsvinden vanuit verschillende invalshoeken ('t Hart et al., 2005). De veronderstelling is dat waarnemingen dan betrouwbaar zijn. In geval van interviews met twee onderzoeksgroepen en een focusgroep wordt vanuit meerdere invalshoeken het verschijnsel eenzaamheid onder oudere vluchtelingen belicht. Enerzijds wordt de doelgroep zelf onderzocht en anderzijds wordt gekeken naar het beleidsveld en de praktijk waarin mensen werkzaam zijn met en voor vluchtelingen. De focusgroep kan ook als het

toetsen van de bevindingen worden beschouwd omdat de deelnemers de bevindingen uit de interviews kregen voorgelegd en daarna werden interventiemogelijkheden besproken. Bovendien worden tussentijdse conclusies en interpretaties getoetst aan de hand van nieuwe dataverzameling ('t Hart et al., 2005). Door de verschillende methoden wordt de validiteit vergroot. En de verschillende invalshoeken lichten mogelijk ook verschillende elementen van het verschijnsel op.

De *externe validiteit*, ofwel de generaliseerbaarheid van de onderzoeksconclusies is tenslotte wel beperkt. Toch kan het onderzoek mogelijk belangrijke inzichten opleveren voor vergelijkbare personen zoals in de onderzoeksgroep. Hiermee wordt bedoeld op *inhoudelijke generalisatie* ('t Hart et al., 2005) ofwel; de gegevens zullen relevant zijn voor oudere vluchtelingen.

4. Resultaten

In dit hoofdstuk worden de analyse van de interviews en de focusgroep gepresenteerd. Omdat de interviewvragen zijn onder te verdelen in de vier deelvragen van deze studie zullen de resultaten in die vierdeling worden gepresenteerd. In paragraaf 4.1 wordt de betekenis van eenzaamheid voor oudere vluchtelingen beschreven. In paragraaf 4.2 worden oorzaken van eenzaamheid onder oudere vluchtelingen besproken. In paragraaf 4.3. worden beschermende factoren tegen eenzaamheid beschreven. En in paragraaf 4.4 worden interventiemogelijkheden uiteen gezet. In paragraaf 4.5 worden vervolgens de bevindingen gepresenteerd van de focusgroep. Aan de hand van de codeboom van oudere vluchtelingen in bijlage V en aan de hand van de codeboom voor experts in bijlage VI zijn de resultaten geanalyseerd.

4.1 De betekenis van eenzaamheid voor oudere vluchtelingen

Deelvraag 1 van deze studie wordt als volgt geformuleerd: *Wat betekent eenzaamheid voor oudere vluchtelingen?* In de topiclijst van zowel oudere vluchtelingen als experts zijn meerdere onderwerpen opgenomen om antwoord te kunnen krijgen op deze deelvraag (zie bijlage II en III voor de topiclijsten). De volgende onderwerpen zijn aan de orde gekomen bij de interviews en zullen in paragraaf 4.1.1 tot en met 4.1.6 worden besproken: de aanwezigheid en erkenning van eenzaamheid, de betekenis van eenzaamheid voor de participant, de ervaring van het ouder worden, het aantal contacten dat de participant heeft, zijn of haar opvattingen betreft relaties en het al dan niet ondernemen van activiteiten. Deze onderwerpen omvatten de betekenis van eenzaamheid. Voorafgaand daaraan wordt eerst bekeken of de participant eenzaam is of dat als zodanig erkend.

4.1.1 Aanwezigheid eenzaamheid

Op basis van de interviews met experts kan gesteld worden dat alle experts een vorm van eenzaamheid zien bij oudere vluchtelingen. Uit de gesprekken met oudere vluchtelingen blijkt een minder negatief beeld. Hoewel alsnog de meerderheid van de participanten aangeeft of laat blijken eenzaam te zijn of zich geïsoleerd te voelen, blijkt dat vijf participanten niet eenzaam zijn. Opvallend is dat maar een enkele oudere het woord 'eenzaamheid' in de mond neemt. Er wordt gesproken in termen van 'veel spanning voelen', 'onrustig zijn' en 'alleen zijn'. Het begrip 'eenzaamheid' wordt niet herkend:

'Wij (de Vietnamezen) hebben nooit gedacht aan dat probleem. Gewoon, als iemand verdrietig is dan komen ze (de Vietnamezen) langs. Dan eten we samen, we doen samen boodschappen.'
(Oudere vluchteling, 17 mei 2010)

Ook experts geven aan dat eenzaamheid wel wordt benoemd maar niet op een directe manier. Eenzaamheid is volgens twee experts een taboe, het brengt schaamte met zich mee.

4.1.2 Betekenis eenzaamheid

Experts benoemen eenzaamheid ten eerste als *emotionele eenzaamheid*, dat voornamelijk ontstaat bij mensen die familieleden verloren hebben of zij wonen niet in de buurt. Ook krijgen hun kinderen die wel in Nederland wonen het vaak drukker en 'vernederlandsen' waardoor oudere vluchtelingen en hun kinderen elkaar niet altijd meer begrijpen. Uit de gesprekken met oudere vluchtelingen blijkt dat de betekenis van eenzaamheid ten eerste gekenmerkt wordt door het *alleen zijn*. Zij moeten in het dagelijks leven alles alleen doen. Een oudere vluchteling zegt daarover het volgende:

'Ik ben alleen. Ik ga morgen alleen naar het ziekenhuis voor controle. Zonder tolk. En als de verpleging komt, dan bel ik de tolkentelefoon om de verpleging te kunnen begrijpen. (..) Kijk eens hoeveel administratie er wacht. Als ik een briefje krijg, van de gemeente bijvoorbeeld, dan begrijp ik het niet. Ik bewaar alles maar raak ook meteen in paniek, dan bel ik Natasa (een vrijwilliger) en vraag haar 'wanneer kom je? Ik heb zo'n grote stapel met brieven.' (Oudere vluchteling, 16 maart 2010)

Uit de gesprekken met participanten blijkt dat de ervaring van het alleen zijn voornamelijk ontstaat door de afwezigheid van mensen waarvan de participanten houden. De betekenis zoals de experts deze benoemen wordt dus onderstreept door de participanten. Participanten geven aan dat de zorgen niet meer gedeeld kunnen worden met de familie. Eén van de participanten is ook alleen en geeft aan daar moeite mee te hebben. Als niemand langskomt krijgt ze het gevoel dat iedereen haar vergeet. Hoewel ze de Nederlandse taal niet beheerst, gaat ze toch bij de Nederlandse bewoners in het verzorgingshuis zitten om dat gevoel kwijt te zijn. Haar betekenis van eenzaamheid worden gevat in de woorden:

'Lichamelijk ben ik aanwezig, maar geestelijk niet.' (Oudere vluchteling, 15 maart 2010)

Participanten hebben het bovendien over *verveling* en niets te doen hebben. Zij zijn afhankelijk van andere mensen die hen willen meenemen ergens naartoe en dat kan niet altijd. Dit sluit aan bij hetgeen dat experts stellen. Naast de emotionele eenzaamheid zien zij dat oudere vluchtelingen *sociaal geïsoleerd* zijn en beperkt geïntegreerd in Nederland. Zij ervaren een gemis aan contacten. Een consulent van CABO geeft aan dat velen de taal niet spreken en daardoor niet kunnen meedoen in de maatschappij. Dit is een eigen gecreëerde eenzaamheid, wat door een expert ook wel een 'gemankeerde integratie' wordt genoemd. Een consulent van Vluchtelingenwerk Midden-Gelderland zegt daarover:

‘Ik sprak deze week een vluchteling van wie haar man anderhalf jaar geleden is overleden. Ze zit al 15 jaar in Nederland en spreekt de taal niet. Ze heeft werkelijk waar geen enkel benul. Dat is geen intelligentiekwestie, waar en wat en hoe alles geregeld is. Dat bedoel ik dan met sociale isolatie. Wat ze oneerbiedig de geraniumvrouwen noemen.’ (Consulent Vluchtelingenwerk, 19 april 2010)

4.1.3 Ervaring ouder worden

Participanten zijn ook gevraagd naar hun ervaring met het ouder worden in Nederland. Een aantal participanten beseffen dat ze ouder worden en daarmee steeds minder mogelijkheid hebben *terug te gaan* naar hun eigen land. Een aantal van de participanten wilt wel terug naar het land van herkomst, maar zien in dat het niet realistisch is omdat de politieke situatie aldaar niet goed is of het is gevaarlijk terug te keren. Een vluchteling zegt:

‘Soms krijg ik heimwee bij de gedachte dat ik nooit mijn land meer terug zal zien. Emotioneel doet mij dat veel. Van binnen zou ik het liefst teruggaan naar mijn eigen land. Maar ik kan daar niet naartoe gaan. Het is een mooi land en het is mijn land. Als je daar niet naartoe kan doet dat pijn in het hart.’ (Oudere vluchteling, 11 mei 2010)

Er zijn ook participanten die zich niet meer geheel een burger van het land van herkomst voelen of iemand heeft er weinig te zoeken omdat vrienden en familieleden zijn gestorven. Een aantal participanten geven aan dat de zorg in Nederland en het sociale vangnet beter is waardoor ze graag hier blijven.

Tevens verwachten ouderen van hun kinderen dat zij voor hen zullen zorgen als ze later afhankelijk worden. Maar de kinderen van oudere vluchtelingen zijn druk met de zorg voor hun eigen kinderen en met werk. De kinderen staan met hun voeten in twee culturen terwijl oudere vluchtelingen dat veel minder hebben. De zorg door hun kinderen lijkt dan minder goed te realiseren. Een aantal van hen vindt het frustrerend te merken dat ze niet actief kunnen zijn, terwijl dat ervoor zorgt dat ‘de herinneringen stoppen’, zo stelt een participant.

4.1.4 Aantal contacten

Het aantal contacten dat participanten hebben is heel variërend. De participanten hebben ten eerste wisselend *contact met Nederlanders*. Vijf participanten geven aan of laten blijken dat ze weinig tot geen betekenisvolle relaties met Nederlanders hebben. Zij hebben hoogstens een kort gesprek met de burens en in de openbare ruimte om te kunnen functioneren. Drie andere participanten geven aan een paar Nederlandse contacten te hebben (één of twee contacten). Dan gaat het om contacten via

activiteiten en vrijwilligerswerk waardoor zij ook relaties kunnen opbouwen. Drie participanten gaven aan drie of meer Nederlandse contacten te hebben die van betekenis zijn.

Participanten hebben meer contacten binnen de *eigen groep*. Twee participanten geven aan maar één contact te hebben met iemand uit de eigen gemeenschap. Dit zijn ook twee participanten die weinig tot geen contact hebben met Nederlanders. Drie participanten hebben veel contacten binnen de eigen gemeenschap, bijvoorbeeld in het buurthuis. Zes participanten geven aan een aantal vrienden binnen de eigen gemeenschap te hebben. Die contacten zijn opgedaan via het asielzoekerscentrum, het buurthuis of de zelforganisatie.

Het aantal contacten met *familieleden* is tenslotte ook gevarieerd. Negen van de elf participanten hebben familieleden die verspreid over de wereld wonen of hun familieleden zijn overleden. In alle gevallen gaat het om kinderen, broers, zussen en een partner. Zij zijn tijdens of voor de vlucht overleden door de oorlog en geweld. En als familieleden verspreid zijn over de wereld, dan wonen zij onder andere nog in het land van herkomst of ze zijn gevlucht naar Amerika, Canada, Frankrijk of Duitsland. Participanten hebben hun familieleden vaak niet of één keer kunnen bezoeken. Degenen die in het buitenland wonen worden vaak eenmaal in de maand gebeld of er is weinig tot geen telefonisch contact. Door de slechte financiële situatie is het bezoeken van familie haast niet mogelijk en het bellen naar het buitenland beperkt. Van deze negen participanten hebben vier participanten wel een één of meerdere kinderen in Nederland wonen. De twee andere participanten hebben wel familieleden in Nederland wonen.

4.1.5 Opvatting relaties

Participanten noemen verschillende functies van hun relaties. Ten eerste zijn relaties belangrijk omdat iemand naar je omkijkt. De participanten die geen partner hebben missen de steun en de mogelijkheid om te praten over het verleden. Eén participant die geen partner heeft vindt steun bij haar vrienden als ze verdrietig is. De steun die participanten krijgen is voor hen een bewijs dat ze mens zijn. Zij spreken dan ook over de waardering die ze krijgen van hun relaties. Twee participanten geven echter aan niet met hun contacten te praten over problemen. Relaties zijn dan vooral belangrijk om de zorgen die mensen hebben even te vergeten. Slechte herinneringen komen niet boven en de negatieve lading raakt men kwijt. Zij komen dan ook voornamelijk samen voor de gezelligheid. Twee participanten geven aan dat praktische hulp van hun contacten ook belangrijk is. De omgang met de eigen groep brengt tenslotte herkenning en begrip voor hoe iemand zich voelt. De contacten zorgen ervoor dat de heimwee afneemt. Een vluchteling zegt:

‘dan voel ik me beter. (..) Het voelt alsof we in Vietnam zijn.’ (Oudere vluchteling, 17 mei 2010)

4.1.6 Ondernemen van activiteiten

Negen participanten noemen één of meerdere activiteiten die zij ondernemen. Zij noemen sport en beweging, bezoek aan familie, het uitvoeren van een hobby, zoals het vertellen van verhalen aan de Afghaanse gemeenschap, het doen vrijwilligerswerk in de kerk of in het buurthuis en één participant werkt in een winkel. Als er activiteiten zijn voor de eigen groep, bijvoorbeeld een feest of een wekelijkse bijeenkomst van de eigen gemeenschap dan zijn daar zeven van de elf participanten actief bij betrokken. Twee participanten ondernemen weinig tot geen activiteiten. Één van hen doet enkel het huishouden, de boodschappen en krijgt af en toe bezoek van een zorgconsulent. Af en toe heeft ze contact met de burens, maar op een minimaal niveau omdat ze de Nederlandse taal niet beheerst.

Opvallend is dat activiteiten vaak gericht zijn op de eigen gemeenschap. Een aantal richten zich niet perse op hun eigen gemeenschap en hebben hobby's die er los van staan of doen vrijwilligerswerk in bijvoorbeeld de kerk. Samenvattend zijn er in totaal twee participanten betrokken bij één activiteit en één participant is niet actief. Vijf participanten zijn betrokken bij twee activiteiten en drie participanten zijn betrokken bij drie of vier activiteiten. Daarmee dient te worden opgemerkt dat degenen die weinig tot niet actief zijn de Nederlandse taal ook weinig tot niet beheersen en ook weinig contacten hebben.

Al met al kan het volgende worden gesteld. Experts geven aan dat isolement een belangrijk probleem is onder oudere vluchtelingen, terwijl participanten een gevarieerd beeld laten zien van ervaren eenzaamheid. Voor hen die eenzaamheid ervaren wordt de betekenis van eenzaamheid voor oudere vluchtelingen gevonden in emotionele eenzaamheid en sociaal isolement. Oudere vluchtelingen missen hun familieleden, terwijl zij ook een sociaal isolement ervaren doordat zij zich vervelen, de taal niet spreken, weinig tot geen contacten hebben en niet actief zijn.

Het aantal contacten en het doen van activiteiten blijkt onder oudere vluchtelingen gevarieerd te zijn. Er zijn een aantal participanten die betekenisvolle contacten hebben met Nederlanders, maar zij hebben voornamelijk veel contact met de eigen groep. Als een participant weinig contacten heeft, blijken diegenen ook minder activiteiten te ondernemen dan andere participanten. Deze participanten beheersen daarnaast de Nederlandse taal slecht. De betekenis van eenzaamheid voor oudere vluchtelingen ligt zoals hier beschreven voornamelijk in het tekort aan contacten en het gemis van familieleden. De taalachterstand lijkt hier een bepalende factor te zijn voor de lage participatie van de participanten.

4.2 Oorzaken van eenzaamheid bij oudere vluchtelingen

In deze paragraaf worden de bevindingen gepresenteerd van deelvraag 2. Deze is als volgt geformuleerd: *Wat zijn oorzaken van eenzaamheid bij oudere vluchtelingen?* In de topiclijst van zowel oudere vluchtelingen als experts is deze vraag ook opgenomen om antwoord te kunnen krijgen op deze deelvraag (zie bijlage II en III voor de topiclijsten). De oorzaken voor isolement onder oudere vluchtelingen die bij de interviews van experts en participanten naar voren komen worden in paragraaf 4.2.1 tot en met 4.2.6 besproken en zijn: het ouder worden en de gevolgen daarvan, geldgebrek, een beperkt tot geen netwerk, weinig activiteiten ondernemen, een taalachterstand, heimwee en tenslotte traumatische ervaringen.

4.2.1 Ouder worden

Zowel participanten als experts noemen het ouder worden en de gevolgen daarvan als eerste risico op isolement voor oudere vluchtelingen. Lichamelijke beperkingen door het ouder worden zorgen ervoor dat mensen onder andere beperkter in hun mobiliteit worden en bovendien neemt de zorgafhankelijkheid toe. Zij zijn beperkt in het ondernemen van activiteiten. Een consulent van CABO Geeft daarbij aan dat door taalachterstand de eenzaamheid wordt versterkt als mensen afhankelijk worden. Bovendien wordt door twee experts gesteld dat op een oudere leeftijd niet snel meer nieuwe contacten worden opgebouwd. Mensen hebben niet meer de energie om nieuwe uitdagingen aan te gaan. Vanuit die invalshoek stuiten ook andere experts op het probleem dat de ‘aller-eenzaamsten’ zich hoogstwaarschijnlijk niet makkelijk laten organiseren.

Participanten geven aan dat ze bovendien merken dat hun kinderen drukker worden met werk en hun eigen gezin. Experts noemen dit het ‘vernederlandsen’ van de kinderen. Terwijl participanten niet werken en daardoor veel tijd hebben. Ook beseffen zij dat het niet meer vanzelfsprekend is dat participanten een beroep kunnen doen op hun kinderen om verzorgd te worden. Die drukte van anderen wordt door participanten als belangrijke factor genoemd waardoor zij zich alleen voelen.

‘Familieleden zijn allemaal aanwezig, maar iedereen is ook bezig met zijn eigen leven. In Afghanistan is het niet de gewoonte dat je elkaar moet bellen om een afspraak te maken, dan ga je er gewoon naartoe. Maar hier moet je ook bij je eigen kinderen bellen of ze kunnen.’

(Oudere vluchteling, 27 maart 2010)

4.2.2 Geldgebrek

Twee experts geven aan dat oudere vluchtelingen door de beperkte financiën geen vervoersmogelijkheden hebben en niet of weinig kunnen deelnemen aan activiteiten. Zeven participanten onderschrijven dit. Zij geven aan dat ze activiteiten willen ondernemen en vrienden willen opzoeken, maar beperkt worden doordat ze te weinig geld hebben. Zo geeft een participant aan dat een treinkaartje te duur is om elke maand de trein te pakken om een paar vrienden te bezoeken.

4.2.3 Beperkt netwerk

Uit de interviews met de experts en de participanten blijkt dat oudere vluchtelingen een zeer beperkt netwerk hebben. Experts noemen dat oudere vluchtelingen hun familieleden en vrienden kunnen zijn verloren tijdens oorlog of geweld. En vier participanten noemen expliciet dat zij familieleden en vrienden hebben *verloren* door moord en geweld. Eén participant geeft aan dat hij vaak onrustig is als hij hier aan denkt, maar andere participanten willen verder niet praten over het verlies. Drie participanten hebben hun partner verloren, een ander een kind en weer anderen een groot aantal familieleden.

Zes experts noemen bovendien de *verspreiding* van familieleden en vrienden naar andere landen. Contacten zijn verbroken of verlopen moeizaam. Volgens een coördinator van vluchtelingen bij Cumulus Welzijn hebben de meesten maar weinig familie, waardoor ze niet kunnen terugvallen op deze mensen. Gezinshereniging is volgens Vluchtelingenwerk Nederland dan ook van groot belang voor het welzijn van mensen. De juridische moeilijkheden omtrent gezinshereniging wordt door deze expert als oorzaak gezien van een slecht welzijn voor oudere vluchtelingen. Zodra iemand ouder wordt kunnen kinderen niet helpen in de zorg omdat ze er niet zijn. Vijf participanten staan in lijn met deze oorzaak van een beperkt netwerk. Kinderen, broers en zussen wonen in een ander land dan de participant. Participanten missen hen of voelen zich verlaten. Een vluchteling geeft aan dat zij een dilemma ervaart. Ze wil graag bij haar kinderen in het buitenland willen wonen, maar ze wilt niet nogmaals haar huis verlaten omdat ze tijdens de vlucht al een huis heeft verloren.

Twee experts spreken ook over de *verdeeldheid* binnen de gemeenschap waardoor mensen elkaar minder vertrouwen. De politieke scheidslijn in het land van herkomst drukt ook in Nederland een stempel op de gemeenschap. De oorlog heeft relaties tussen mensen doen veranderen waardoor mensen niet altijd contact met elkaar willen. Gevolg is dat de organisatie van activiteiten moeizaam verloopt. Een beleidsmedewerker van Vluchtelingenwerk Nederland zegt:

‘Het kan zijn dat ze wel georganiseerd zijn, maar dat deze mensen zich er niet bij aan sluiten. Veel van die etnische groepen zijn verdeeld. Neem bijvoorbeeld de Iraniers, die zijn tot op het bot verdeeld over de vraag hoe het in Iran gaat.’ (beleidsmedewerker Vluchtelingenwerk NL, 9 april 2010)

4.2.4 *Weinig activiteiten*

Naast het gebrek aan contacten doen oudere vluchtelingen volgens een aantal experts ook weinig activiteiten. Onder ander geeft een beleidsmedewerker van FORUM aan dat er vaak geen ontmoetingsplek is voor oudere vluchtelingen. En het aanbod van activiteiten richten zich vooral op jongere vluchtelingen en vluchtelingen die net aankomen in Nederland, maar niet op ouderen.

4.2.5 *Taalachterstand*

Nagenoeg elke expert noemt taalachterstand als een belangrijke factor van eenzaamheid. Oudere vluchtelingen die de taal niet goed beheersen participeren minder, zijn onbekend met voorzieningen en hebben weinig contact met Nederlanders. Vluchtelingenwerk Midden-Gelderland brengt het isolement door een taalachterstand met het volgende voorbeeld goed in beeld:

‘Als een Nederlandse vrijwilliger van Vluchtelingenwerk langskomt bij iemand die geen Nederlands spreekt dan beginnen we met een dochter die in 3 Havo zit. Die dochter is geboren in Nederland, dus die spreekt vloeiend Nederlands. Dat is vaak voor moeders ook een motivatie om de taal te gaan leren, want ze begrijpen hun dochter van 3 Havo niet meer. En als ze nog een zusje heeft in 2 Havo, die twee meiden zitten dan met elkaar te kletsen, dan zit die moeder daar vaak bij. En dat gebeurt echt, dat is soms gênant. Die moeder heeft echt geen idee heeft waar het over gaat. En dan praat je nog niet eens over als er brieven van school komen. Die moeders hebben geen idee. Dat is toch een brief van school over je kind. Dat is nogal cruciaal.’

Wat betreft de participanten kan worden gesteld dat degenen die de Nederlandse taal niet spreken ook beperkt contact hadden met Nederlanders en minder mogelijkheid tot het ondernemen van activiteiten had. Vijf van de elf participanten blijken de Nederlands taal niet goed genoeg te beheersen, waardoor een tolk nodig was tijdens het interview. Eén participant beheerste de taal redelijk. De vijf andere participanten waren in staat het interview zelf te geven. Degenen die de taal niet machtig waren gaven aan daardoor geen mogelijkheid te hebben contact te leggen met Nederlanders. Naast de onmogelijkheid tot contact met Nederlanders beperkt het hen ook in het doen van activiteiten. Gevolg is dat de participanten zich geïsoleerd voelen en niets goed kunnen participeren in de maatschappij.

Tevens geven drie participanten aan dat zij door ouderdom en door traumatische ervaringen het vermogen niet meer hebben om de taal te leren. Mensen hebben de energie niet meer om de taal te leren. Een participant geeft aan dat ze door haar trauma geen taal meer kan leren omdat 'haar hoofd te vol is', zij kan het niet meer onthouden.

4.2.6 Trauma en heimwee

Tenslotte hebben traumatische ervaringen volgens experts ook invloed op het welzijn van oudere vluchtelingen. Experts geven aan dat zij door traumatische ervaringen minder vertrouwen hebben in anderen en bovendien geen behoefte hebben aan contacten. Een consulent van Vluchtelingenwerk Midden-Gelderland stelt dat ingrijpende gebeurtenissen ervoor zorgen dat mensen 'te druk zijn met hun trauma' om open te staan voor het huidige leven. De ingrijpende gebeurtenissen in het thuisland zorgen voor onrust en verdriet. Drie participanten geven aan dat door ingrijpende gebeurtenissen in het thuisland, zij zich onrustig voelen, spanning voelen en geen zin meer te hebben in het leven. Twee experts geven bovendien aan dat ondanks de pijn en het verdriet mensen niet makkelijk kunnen praten over deze problemen. Mensen staan minder open voor contact en zij raken geïsoleerd. Oudere vluchtelingen lijken dus een vertrouwensprobleem te hebben waardoor ze minder open staan voor hun huidige leven.

Het hebben van *heimwee* of een terugkeerwens heeft volgens vier experts eenzelfde effect. Mensen zijn meer gefocust op het leven in het land van herkomst dan op hun huidige leven. Vijf participanten onderschrijven dit omdat ze aangeven dat ze last hebben van heimwee en daarom graag terug zouden willen naar het land van herkomst. De wens komt onder andere voort uit het gemis van de eigen cultuur en de mensen. Een oudere vluchteling geeft aan niet volledig open te staan voor contact met Nederlanders, omdat zij zo anders zijn en niet met elkaar omgaan zoals in het land van herkomst. Zij geeft aan graag terug te willen naar haar land:

'In Eritrea zijn de buurvrouw en buurman als je familie, maar dat is hier niet.'

(Oudere vluchteling, 12 april 2010)

Samenvattend blijkt dat meerdere oorzaken mee spelen bij het ontstaan van eenzaamheid bij oudere vluchtelingen. Mensen worden ouder en daardoor meer zorgafhankelijk en beperkt mobiel. Bovendien hebben oudere vluchtelingen te maken met een zeer beperkt netwerk door verspreiding van familieleden en vrienden, maar ook door verlies van mensen. Tevens zorgt de verdeeldheid in de groep voor beperkte mogelijkheden tot contact. En juist met het hebben van een klein netwerk wordt eenzaamheid bij oudere vluchtelingen door een toenemende afhankelijkheid versterkt. Bovendien is er geen ontmoetingsplek waar oudere vluchtelingen samen kunnen komen. Het aanbod

sluit ook niet aan bij deze groep. Taalachterstand is een volgende factor. Een aantal participanten geven aan het vermogen niet meer te hebben om de Nederlandse taal te leren. Tenslotte hebben oudere vluchtelingen last van heimwee en ze hebben te kampen met traumatische ervaringen waardoor zij mensen minder vertrouwen en niet open staan voor het huidige leven.

4.3 Beschermende factoren

In deze paragraaf worden de bevindingen gepresenteerd van deelvraag 3. Deze is als volgt geformuleerd: *Wat zijn beschermende factoren voor eenzaamheid bij oudere vluchtelingen?* In de topiclijst van oudere vluchtelingen is de vraag gesteld wat hen helpt om een beter welbevinden te hebben en waar zij gelukkig van worden. In de topiclijst van experts is direct gevraagd naar mogelijke beschermende factoren. Uit paragraaf 4.1 bleek al dat niet alle oudere vluchtelingen geïsoleerd leven. Diegenen hebben naar verwachting beschermende factoren die eenzaamheid voorkomen. Deze worden hier besproken. De beschermende factoren die naar voren komen in de interviews worden besproken in paragraaf 4.3.1 tot en met 4.3.4 en zijn: de mentaliteit, beheersing van de Nederlandse taal, het ondernemen van activiteiten en contacten en waardering. Deze zullen achtereenvolgens worden besproken.

4.3.1 Mentaliteit

Het beschermende effect komt volgens alle experts in essentie voort uit een bepaalde mentaliteit waarbij mensen een actieve houding hebben en zichzelf verantwoordelijk stellen voor hun eigen welzijn. Ondanks wat vluchtelingen hebben meegemaakt, hebben sommigen de kracht om door te gaan. Sommige vluchtelingen maken volgens experts bewust een keuze om actief te zijn. Een participant is zich ervan bewust dat ze er zelf voor moet zorgen 'om beter te worden'.

'Ik zeg altijd 'als iemand in plaats van mij was, in deze situatie, dan zou diegene het moeilijk hebben.' Maar ik maak het mezelf gemakkelijk door activiteiten te ondernemen, met mensen contact te hebben.' (Oudere vluchteling, 20 april 2010)

Zo hebben zes andere participanten ook een bepaalde mentaliteit van waaruit ze kiezen om bijvoorbeeld de taal te leren. Zij zien welke voordelen het heeft om te participeren. Zij proberen door het doen van activiteiten hun nare herinneringen te vergeten en gezelligheid op te zoeken.

Die mentaliteit kan tot uiting komen in bepaalde *vaardigheden of talenten*, waarvan oudere vluchtelingen ook weten hoe deze in te zetten voor hun eigen leven of voor het organiseren van een groep binnen de eigen gemeenschap. Drie experts merken dat sommige vluchtelingen vaardigheden bezitten die hen vooruit helpen. Volgens een coördinator van vluchtelingen bij Cumulus Welzijn heeft

een Afghaanse mannengroep in Utrecht bijvoorbeeld weinig begeleiding van Cumulus Welzijn nodig, terwijl andere groepen meer hulp bij de organisatie van activiteiten nodig heeft.

4.3.2 Taal

Taal is volgens een consulent van Vluchtelingenwerk Midden-Gelderland het middel dat het belangrijkste is om mensen mogelijkheden te geven actief te worden. De projectontwikkelaar en adviseur van het NOOM en de coördinator van vluchtelingen bij Cumulus Welzijn beamen dit omdat mensen zonder taal achter zullen raken. Taal is een beschermende factor die een beschermend effect blijkt te hebben bij vijf participanten. Zij beseffen dat de taal erg belangrijk is, omdat je kunt communiceren met Nederlanders en als tolk kunt fungeren voor de eigen gemeenschap. Een participant gaat dan ook wekelijks naar de bibliotheek waar hij taallessen krijgt om zijn Nederlandse taal te verbeteren. En een andere participant beseft ook dat het belangrijk is in contact te zijn met Nederlanders om de Nederlandse taal actief te houden:

'We (de participant en haar huisgenoot) willen graag met de mensen (Nederlanders) communiceren. Hier in huis spreken we Spaans, maar buiten willen we graag met Nederlandse mensen communiceren om onze taal te verbeteren.'

Van de vijf participanten die zich verstaanbaar kunnen maken met de Nederlandse taal hebben drie serieuze contacten met Nederlanders. De andere twee hebben alleen contact in de openbare ruimte.

4.3.3 Activiteiten

Wat ook voortvloeit uit een positieve mentaliteit is het ondernemen van activiteiten. Drie experts noemen het ondernemen van activiteiten als een beschermende factor. De behoefte komt voort uit het feit dat participanten 'iets te doen' willen hebben en om nare herinneringen te vergeten. Zo heeft een Vietnamese man (72 jaar) een gedichtencursus gegeven aan oudere Vietnamezen:

'We schreven gedichten zodat je op een moment ook juist kon vergeten, dan gingen we daarna zingen en dansen.'

Het doen van vrijwilligerswerk heeft een participant ook de mogelijkheid gegeven in contact te komen met Nederlanders. Deze participanten zijn ook mobiel genoeg om actief te zijn. Sporten of bewegen is een factor die drie participanten noemen.

4.3.4 Contacten en waardering

Het contact met Nederlanders en de eigen groep is van belang zodat individuen zich gewaardeerd voelen door anderen. Drie participanten geven aan blij te zijn met hun Nederlandse contacten. Maar ook contacten met mensen uit de eigen gemeenschap zijn van belang. Door te praten over het land, de cultuur en familie, maar ook door samen te zijn ervaren participanten herkenning. Bovendien geeft het de mogelijkheid de 'negatieve lading' kwijt te raken:

'De Afghanen hebben een bepaalde uitdrukking, het is een rare vertaling naar het Nederlands: *Het gif van een mens wordt door mensen weggenomen*. Dus als iemand een probleem heeft, dan praat hij met mensen en dan voelt hij zich beter.'

De contacten in het algemeen brengen voor participanten een gevoel van tevredenheid en waardering met zich mee. De ene participant voelt zich nuttig, de ander geeft aan dat ze het gevoel heeft dat ze iemand is als ze onder de mensen is. En twee andere participanten zijn blij als ze iets voor een ander kunnen doen. Vijf andere participanten hebben iemand in de omgeving die hen helpt om in het dagelijks leven te kunnen functioneren. Daardoor zijn zij mobiel en kunnen activiteiten ondernemen. Door het hebben van contacten kunnen participanten actief zijn.

Al met al kan gesteld worden dat de mentaliteit van oudere vluchtelingen bepalend is voor een al dan niet beschermend effect tegen eenzaamheid. Sommige oudere vluchtelingen zijn zich bewust van de eigen verantwoordelijkheid over hun leven en kiezen ervoor om actief te zijn. Bovendien zorgt de beheersing van de Nederlandse taal voor participatiemogelijkheden en contact met Nederlanders en is daarom een beschermende factor tegen eenzaamheid. Opvallend is dat sommige participanten bewust kiezen voor het doen van activiteiten om nare herinneringen te vergeten.

4.4 Interventies voor eenzaamheid onder oudere vluchtelingen

Na inventarisering van de problematiek is het van belang na te gaan welke interventies waardevol zouden zijn. Daarom wordt in deze paragraaf deelvraag 4 getracht te beantwoorden, deze is als volgt geformuleerd: *Welke maatregelen kunnen worden geadviseerd met betrekking tot eenzaamheid onder oudere vluchtelingen?* In de topiclijst voor oudere vluchtelingen is de vraag geformuleerd of en welke behoeften oudere vluchtelingen hebben rondom eenzaamheid en hun welbevinden. De experts zijn gevraagd adviezen te geven over interventies (zie bijlage II en III). Uit de interviews blijken individuele begeleiding, groepsactiviteiten en een taal cursus naar voren te komen als belangrijke adviezen. Deze worden besproken in paragraaf 4.4.1 tot en met 4.4.3. Bovendien zijn een aantal randvoorwaarden naar voren gekomen die van belang zijn voor een

eenzaamheidsinterventie bij deze doelgroep. Deze randvoorwaarden worden besproken in paragraaf 4.4.4. Daarna volgt in paragraaf 4.4.5 de conclusie van deze paragraaf.

4.4.1 Individuele begeleiding

Zeven experts noemen individuele begeleiding als advies voor de aanpak van eenzaamheid bij oudere vluchtelingen. Deze interventie moet volgens experts worden ingezet bij hen die de taal niet spreken, weinig tot niet het huis uitkomen en ondersteuning nodig hebben bij het invullen van formulieren en andere dagelijkse zaken die geregeld moeten worden. Sommige oudere vluchtelingen zijn niet in staat contacten aan te gaan door een laag zelfvertrouwen en beperkte sociale vaardigheden. Zij laten zich moeilijk organiseren, zo stelt een beleidsmedewerker van Vluchtelingenwerk Nederland. Zij hebben één op één hulp nodig.

De interventie moet ten doel hebben om personen te motiveren, hen sterk te maken en patronen te doorbreken. Mensen kunnen met deze interventie toe geleid worden naar groepsactiviteiten. De interventie van individuele begeleiding is volgens experts dus vooral gericht op oudere vluchtelingen die over onvoldoende vaardigheden beschikken om zelfstandig uit een isolement te komen.

Bij het organiseren van individuele begeleiding wordt door drie experts van belang geacht dat aandacht wordt besteed aan het opbouwen van vertrouwen tussen oudere vluchtelingen en de begeleider. Er moet een veilige situatie gecreëerd worden waar zij zich prettig bij voelen, zodat ze de ruimte hebben zich open te stellen.

4.4.2 Groepsactiviteiten

Alle experts adviseren (het vergroten van) het aanbod van groepsactiviteiten. Het doen van activiteiten geeft oudere vluchtelingen de mogelijkheid uit hun schulp te komen en het is voor velen een afleiding. Alle participanten geven ook expliciet aan meer behoefte te hebben aan activiteiten. De behoefte is bijvoorbeeld terug te zien in het belang dat een Afghaanse vrouwengroep hecht aan de wekelijkse bijeenkomst bij Cumulus welzijn:

'In vergelijking met de Turkse en Marokkaanse groepen zie ik dat de Afghanen altijd komen. Al is het in de Ramadan, ze komen altijd omdat het belangrijk is elkaar te ontmoeten, hun eigen taal te spreken en er te zijn voor elkaar. En dat ze samen kunnen feesten of samen koken. Van dochters van oudere vrouwen hoor ik dat die bijeenkomst vaak het enige is wat ze hebben.'

(Coördinator vluchtelingen Cumulus Welzijnswerk, 6 april 2010)

De meningen zijn vervolgens verdeeld over hoe een activiteit eruit moet komen te zien. De behoefte om samen te komen met de *eigen groep* en activiteiten te doen in de eigen taal, wordt door zes experts opgemerkt. Vijf participanten ondersteunen dit en geven aan mensen uit de *eigen groep* te willen ontmoeten. Een participant geeft aan behoefte te hebben om met mensen samen te komen die zijn cultuur begrijpen. Een Bosnische zorgconsulent stelt echter dat een groepsactiviteit alleen in de eigen taal moet worden georganiseerd indien vluchtelingen de Nederlandse taal slecht of niet spreken. Twee andere experts stellen dat het hoe dan ook belangrijk is de eigen taalgroep de mogelijkheid te bieden om samen te komen en met elkaar te praten. De herkenning die daar vanuit gaat is belangrijk voor mensen.

Activiteiten in de *Nederlandse taal* kunnen volgens drie experts worden aangeboden aan mensen die zich verstaanbaar kunnen maken in de Nederlandse taal. Creativiteit over de opzet van activiteiten is dan van belang. Volgens twee experts zouden activiteiten plaats kunnen vinden op basis van dezelfde interesses en dezelfde leeftijd in plaats van taal. Culturele activiteiten worden dan georganiseerd met meerdere taalgroepen. Het voordeel is dat mensen de Nederlandse taal actief kunnen toepassen.

Ook achten experts het van belang dat groepsactiviteiten vooral gericht zijn op *het gezonde deel* van de mens. Het 'gezonde' gaat dan om het doen van leuke activiteiten waarbij het doel is de positieve kant van de mens aan te spreken. Dan wordt bijvoorbeeld niet gefocust op het eenzaamheidsprobleem. Twee experts vinden dat niet ten doel moet worden gesteld dat mensen gaan praten over hun traumatische ervaringen, want dan blijven ze weg. De insteek om het gezonde deel aan te spreken zorgt voor een ongedwongen setting. Mensen gaan er heen met een doel, zij gaan iets ondernemen. En dat kan mogelijk leiden tot nieuwe contacten. Het aanspreken van het gezonde deel is volgens oud-medewerker van Centrum '45 de basisregel voor een interventie bij deze groep. Zij vertelt over haar behandelingen waarin ze veel leuke dingen probeerde te bespreken waardoor de cliënt veel kon lachen:

'Lachen dat was wat ik deed in de behandelingen. En in de groepen lachten we ook veel. De mensen zeiden 'als ik in de groep kom is dat de enige dag in de week dat ik lach'. Lachen is helend. Vooral voor mensen die depressief en eenzaam zijn. Lachen is nodig. Ik zei altijd: 'Lachen is beter als een medicijn'. Dat is echt zo. Als je depressief bent heb je het gevoel dat je een medicijn moet slikken. Als je lacht voel je je even normaal.' (Oud-maatschappelijk werker Centrum '45, 6 mei 2010)

Het ontdekken en *inzetten van talenten* is een manier om het gezonde deel van de mens aan te spreken. Als een oudere vluchteling heel goed kan schilderen, dan kan dat talent gebruikt worden door diegene een schildercursus te laten geven aan andere oudere vluchtelingen. Er moet aansluiting

gezocht worden bij wat mensen motiveert. Dat kan volgens experts helpen om uit een isolement te raken.

Sport en beweging zijn ook activiteiten die gericht is op het gezonde deel van mensen. Mensen hoeven niet te praten over problemen en het is goed voor de fysieke en mentale gezondheid. Bovendien vereist sport niet de beheersing van de Nederlandse taal, waardoor meer mensen bereikt worden. FORUM stelt bovendien dat er gelden beschikbaar zijn voor sport en bewegen ter preventie, omdat dit in de huidige samenleving een speerpunt is. Zo kan aansluiting worden gezocht bij prioriteiten vanuit de overheid.

Bovendien stelt FORUM dat projecten vaak tijdelijk zijn, terwijl mensen behoefte hebben aan *duurzame projecten*. Zowel Vluchtelingenwerk Eindhoven als het V&NZG sluiten daarbij aan. De investering in ouderen is beperkt omdat zij niet meer hoeven te werken. Maar er is behoefte aan meer dan een cursus van tien bijeenkomsten. Als mensen contacten leggen dan willen ze die blijven onderhouden en als zij de Nederlandse taal leren, willen zij dat actief blijven spreken.

Tenslotte wordt verondersteld dat oudere vluchtelingen in het algemeen wel actief willen zijn, maar *gemotiveerd* moeten worden om de stap daadwerkelijk te zetten. Oudere vluchtelingen moeten gepusht worden en hebben hulp nodig bij de organisatie van activiteiten omdat zij zelf het vermogen niet hebben uit een isolement te komen. Volgens experts moet de verantwoordelijkheid niet worden overgenomen, maar men moet met goede begeleiding laten zien dat iemand om hen geeft.

'Iemand moet ze over de streep halen. En als ze er dan zijn vinden ze het geweldig, dan zijn ze hartstikke nieuwsgierig en leergierig. Iemand anders moet dat oppakken en organiseren. Dat zie ik ze zelf niet ondernemen. Want ik zie dat ze het heerlijk vinden als ik het onderneem, maar ze doen het niet zelf.' (Coördinator vluchtelingen V&NZG, 12 mei 2010)

4.4.3 Taalcursus

Vijf participanten noemen specifiek het belang van het aanbieden van een taalcursus. Een consulent van Vluchtelingenwerk Midden-Gelderland stelt dat het aanbieden van een taalcursus mensen actiever maakt. Taal is hét hulpmiddel om andere dingen te kunnen doen, in contact te komen met Nederlanders en zich te kunnen bewegen in de maatschappij. Het aanbod van een taalcursus via het ROC is echter duur en vormt voor veel vluchtelingen een obstakel. Vluchtelingenwerk probeert daarom zelf vrijwilligers in te zetten om thuis taalles te geven aan vluchtelingen. Op deze manier is de interventie laagdrempelig en dus toegankelijk voor oudere vluchtelingen.

4.4.4 Randvoorwaarden

De experts hebben ook gesproken over diverse randvoorwaarden voor het doen van een eenzaamheidsonderzoek. Vijf randvoorwaarden bleken van groot belang en worden hier uiteen gezet.

Randvoorwaarde 1: Maatwerk leveren

Experts geven diverse adviezen betreft maatregelen om eenzaamheid onder oudere vluchtelingen aan te pakken. Een eenduidige interventie is niet mogelijk omdat niet elke oudere vluchteling in dezelfde mate en op dezelfde wijze eenzaam is. Er moet maatwerk worden geleverd aan zowel individuen als taalgroepen, zodat ingespeeld wordt op de barrière die een groep of individu ervaart:

'Je moet kijken waar mensen vandaan komen, wat hun migratiegeschiedenis is, wat hun interesses zijn, zijn het mannen of vrouwen, wat zijn hun beperkingen, wat zijn de barrières. Daar kun je niet één ding van zeggen wat ze leuk vinden.' (Projectontwikkelaar en adviseur NOOM, 17 maart 2010)

Randvoorwaarde 2: Integrale aanpak.

Tenminste vijf experts benoemen een integrale aanpak als voorwaarde voor het slagen van de aanpak van eenzaamheid en het bereik van oudere vluchtelingen. Een consulent CABO stelt dat een samenwerking tussen zelforganisaties en welzijninstellingen belangrijk is omdat de eerste kenner van de doelgroep is en de tweede kenner van het probleem. Volgens de ondernemer van Society&me is specifiek de samenwerking met uitkeringsinstanties van belang. Zij hebben achtergrondgegevens over de opleiding, de leeftijd en de thuissituatie. Zij kunnen vluchtelingen weer doorverwijzen naar welzijnsinstellingen. Met een integrale aanpak moet vooral mogelijk worden gemaakt om mensen te *bereiken* en door te *verwijzen*. De huisarts, welzijnswerk en de wijkagent zouden betrokken kunnen worden bij deze aanpak. Voor de doorverwijzing valt vervolgens te denken aan het opzetten van een centraal doorverwijzingspunt waar oudere vluchtelingen kunnen worden doorverwezen naar het aanbod van activiteiten. Oudere vluchtelingen zouden dan een aantal uur per week langs kunnen komen om vragen te stellen en doorverwezen te worden. Vluchtelingenwerk heeft in principe de taak om mensen door te verwijzen, ofwel 'mensen toe te leiden naar onder andere vrijwilligerswerk en taalcursussen'. Verbreding van deze taak zou volgens Vluchtelingenwerk Midden-Gelderland dan ook het beste zijn, want op die manier worden de meeste mensen bereikt. Een coördinator van V&NZG pleit voornamelijk voor een integrale wijkaanpak zodat niet één instelling alle capaciteiten moet aanleveren.

Randvoorwaarde 3: Bereik oudere vluchtelingen

Zowel FORUM als Society&me geven aan dat de doelgroep en het ervaren isolement meer *zichtbaar* gemaakt moet worden in de politiek en het beleidsveld. De groep ouderen is niet interessant voor het inburgeringaanbod, terwijl er wel behoefte is aan bijvoorbeeld taallessen zodat mensen in contact kunnen komen met elkaar. Maar ook voor het *bereik* van ouderen valt wat te zeggen. Het bereik van ouderen gebeurt vaak 'via via', stellen drie experts. Hoewel een aantal experts wijzen op het eigen initiatief van taalgroepen, kaarten andere experts het probleem aan dat het daardoor onduidelijk blijft hoeveel mensen je niet bereikt. Van elke vluchteling die aangeeft een taalcursus te doen, blijft het onduidelijk hoeveel vluchtelingen dat niet doen. Instellingen zoals Vluchtelingenwerk zouden hen daarom niet uit het oog moeten verliezen. De hiervoor beschreven integrale aanpak kan helpen meer oudere vluchtelingen te bereiken. Vanuit instellingen zoals FORUM moeten bovendien signalen worden gegeven naar de overheid. Experts geven aan dat het doelgroepenbeleid in de huidige samenleving namelijk niet in trek is. Terwijl juist dat beleid volgens hen van belang is om oudere vluchtelingen te bereiken. Er wordt echter verondersteld dat iedereen Nederlander is en mee kan doen:

'Doelgroepenbeleid is uit, etniciteit wordt niet meer geregistreerd. Er is een trend van iedereen maakt deel uit van. Maar we zijn geen eenheidsworst, niet iedereen is zo ver. Over achterstanden wordt alleen niet meer gepraat, dat heeft niemand. Iedereen moet meedoen. Vervolgens kijk je naar 'kan iedereen meedoen?' Nee!' (FORUM, 8 april 2010)

Randvoorwaarde 4: Professionals of vrijwilligers

Experts stellen ook randvoorwaarden die moeten gelden om eenzaamheid aan te kunnen pakken. Vier experts geven aan dat de inzet van *professionals* voor de interventie verstandig is. Zij beschikken over de methode en werkwijze om isolement en eenzaamheid te signaleren. Bovendien kunnen zij een goede ondersteuning bieden voor vrijwilligers. Het NOOM en de Landelijke Stuurgroep Molukse Ouderen (LSMO) stellen dat de inzet van *vrijwilligers* ook waardevol is. De LSMO probeert op lokaal en regionaal niveau 'vrijwilligerswerkgroepen' in te stellen. Deze vrijwilligers krijgen een training om seniorenvoorlichter te worden over zaken als kennisverbreding over het zorgstelsel. En ook Vluchtelingenwerk zet vrijwilligers in bij de begeleiding van vluchtelingen. Dat is waardevol omdat dit langdurig contact met een Nederlander oplevert.

Randvoorwaarde 5: Verantwoordelijkheid interventie

Experts hebben ook ideeën over de vraag wie verantwoordelijk is voor een interventie. In het algemeen zijn experts het er over eens dat zelforganisaties hun ouderen stimuleren om actief te worden en zij moeten meer aanbod faciliteren. Volgens CABO moeten zelforganisaties hun ouderen voorbereiden op de zorg die ze nodig zullen hebben. Zij moeten fungeren als een voorportaal. Welzijnsinstellingen moeten oudere vluchtelingen vervolgens 'adopteren'.

Zij lijken echter ook de mening te delen dat er variatie bestaat in hoeverre zelforganisaties voldoende zijn toegerust. Het NOOM stelt dat sommige organisaties zwak zijn door een tekort aan capaciteiten. Het is daarom van belang dat zelforganisaties faciliteiten krijgen om een aanbod voor ouderen te creëren. Cumulus Welzijn geeft ook aan dat onderlinge verhoudingen bij sommige taalgroepen moeilijk kan liggen. Het coördineren van deze groepen is dan lastig.

Zelforganisaties hebben wel een goed beeld van wat er speelt binnen de doelgroep en daarom moet altijd samenwerking met zelforganisaties plaatsvinden. Instanties als het NOOM en FORUM proberen zelforganisaties te activeren en te versterken. Volgens het NOOM en FORUM zou ook een regierol of een stimulerende rol door een welzijnsinstelling of expertisecentrum waardevol zijn. Het geven van voorbeelden moet over gaan in het regisseren van groepen.

4.4.3 Conclusie

Samenvattend worden de volgende interventies geadviseerd. Ten eerste wordt individuele begeleiding voorgesteld voor sterk geïsoleerden. Dit is voor hen die de taal niet spreken en niet het vermogen hebben om zelf uit het isolement te raken. Van belang is een veilige setting te creëren van waaruit het individu begeleiding krijgt om meer te gaan participeren. Ook worden groepsactiviteiten voorgesteld waarbij het van belang wordt geacht activiteiten aan te bieden voor de eigen groep. Participanten zijn namelijk op zoek naar culturele herkenning. Maar activiteiten met Nederlanders zijn ook van belang om de Nederlandse taal actief te kunnen blijven spreken. Bovendien wordt van belang geacht dat activiteiten gericht zijn op positieve onderwerpen en het gezonde deel van de mens. Dit kan door de inzet van talenten van oudere vluchtelingen, zo wordt aansluiting gezocht bij wat mensen motiveert. Ook wordt geadviseerd om de taal cursus te blijven aanbieden omdat het mensen de mogelijkheid geeft actief te worden. Bij groepsactiviteiten is het wel van belang dat de doelgroep actief wordt gemotiveerd omdat verondersteld wordt dat sommigen van hen het vermogen niet hebben uit het isolement te komen. Tevens moeten projecten duurzaam zijn zodat nieuwe contacten ook betekenis kunnen gaan krijgen voor het individu.

Verschillende randvoorwaarden worden gesteld voor eenzaamheidsinterventies bij oudere vluchtelingen. Er moet maatwerk worden geleverd omdat individuen verschillende hulp nodig hebben. Een integrale aanpak is van belang om mensen te kunnen bereiken en door te verwijzen.

Naast vrijwilligers moeten bovendien professionals worden ingezet om eenzaamheid te kunnen signaleren. Tenslotte dienen zelforganisaties hun ouderen te stimuleren meer actief te worden en zij zullen meer aanbod moeten faciliteren. Welzijnsinstellingen of een expertisecentrum zouden daarin een regierol kunnen nemen. Omdat zelforganisaties weten wat er speelt binnen de gemeenschap dient vanuit welzijnsinstellingen altijd naar samenwerking te worden gezocht.

4.5 Bevindingen focusgroep

De deelnemers aan de focusgroep hebben de resultaten uit de interviews voorgelegd gekregen. De focusgroep had ten doel om te kijken aan welke kenmerken een interventie voor het oplossen van eenzaamheid onder oudere vluchtelingen moet voldoen en interventiemogelijkheden te bespreken. Daarnaast zijn een aantal randvoorwaarden besproken. De resultaten van de focusgroep zullen ingaan op deelvraag 4: *'Welke preventieve maatregelen kunnen worden geadviseerd met betrekking tot eenzaamheid onder oudere vluchtelingen?'* In paragraaf 4.5.1 worden de bevindingen over de kenmerken van eenzaamheidsinterventie beschreven. In paragraaf 4.5.2 wordt ingegaan op randvoorwaarden en in paragraaf 4.5.3 wordt een conclusie getrokken op basis van deze paragraaf.

4.5.1 Kenmerken van een eenzaamheidsinterventie

Een belangrijk onderdeel van de focusgroep was het voorleggen van dimensies van eenzaamheidsinterventies aan de deelnemers. Een eenzaamheidsinterventie wordt namelijk door Fokkema & van Tilburg (2006) gepositioneerd in een vijftal dimensies. Namelijk de *benadering* van de doelgroep (groepsgewijs of individueel), een keuze in *verwerkingsstijlen* zoals beschreven in paragraaf 2.3.1 (netwerkontwikkeling, standaardverlaging of het belang van het eenzaamheidsprobleem bijstellen), het aanbod aan een algemene of specifieke *doelgroep*, professionele *uitvoerders* van de interventie of vrijwilligers en tenslotte de duur van een interventie (minder dan zes maanden of langer dan zes maanden).

Deze aanpak van *meervoudige classificatie* is binnen het eenzaamheidsonderzoek nog niet vaak gevolgd en dus vernieuwend. De dimensie algemene of specifieke doelgroep is niet voorgelegd aan de focusgroep omdat in deze studie hoe dan ook een specifieke doelgroep wordt onderzocht. De dimensies 'taal' en 'gericht op het gezonde of op eenzaamheid' zijn daar voor in de plaats voorgelegd aan de focusgroep. Deelnemers van de focusgroep hebben bij zeven dimensies moeten aangeven waar zij de prioriteit willen leggen als het gaat om oudere vluchtelingen.

1. Verwerkingsstijlen

In hoofdstuk 2 is aangegeven dat er drie oplossingen zijn om eenzaamheid te verwerken. De focus is toen gelegd op verwerkingsstijl 1 (netwerkontwikkeling) en verwerkingsstijl 2 (standaardverlaging). Bij het voorleggen van deze dimensie bleek dat alle deelnemers van de focusgroep vinden dat een interventie gericht moet zijn op het vergroten van het sociale netwerk. Eén deelnemer vindt ook dat de interventie gericht moet zijn op het bijstellen van verwachtingen. Geconcludeerd kan worden dat het accent volgens de focusgroep gelegd moet worden op netwerkontwikkeling.

Binnen de focusgroep bestaat echter een tweedeling over de vraag of mensen in staat zijn om nieuwe contacten aan te gaan. Deelnemers geven aan dat het aangaan van contacten op verschillende niveaus kan, namelijk van sociaal contact tot vriendschap. Volgens de onderzoeker van het Verweij-Jonker Instituut is het lastig om vriendschappen te ontwikkelen als je met weinig mensen contact hebt. Om vriendschappen op te bouwen zijn meer contactmomenten nodig. Groepsactiviteiten zullen niet voor een ieder leiden tot vriendschappen omdat mensen elkaar buiten die activiteiten niet kennen

Voor een zeer kwetsbare groep, met een grote draaglast en een kleine draagkracht is het heel moeilijk om na de activiteiten vervolgens weer contact op te nemen met deelnemers en te zeggen 'goh ik heb met jou die activiteit gedaan, zullen we nog eens wat gaan doen'. (Consulent Vluchtelingenwerk Midden-Gelderland, 10 juni 2010)

Een aantal deelnemers zijn het hier niet mee eens. Één van hen heeft ervaring met het aanbieden van contacten waar ook vriendschappen uit voort zijn gekomen. Mensen die het vermogen niet hebben om nieuwe contacten aan te gaan zouden de mogelijkheid moeten krijgen hun oude contacten te vernieuwen. Want zoals gebleken uit de afgenomen interviews met oudere vluchtelingen blijkt dat een aantal van hen vrienden over het hele land verspreid hebben wonen. Ze hebben elkaar leren kennen in het asielzoekerscentrum. Maar door beperkte financiën zijn ze niet in staat de trein te pakken om hun vrienden te bezoeken, terwijl daar wel behoefte aan is.

2. Aanbod

Tevens zijn de deelnemers gevraagd een keuze te maken tussen een benadering op individueel niveau of groepsniveau. Voor een interventie kan gekozen worden vanuit verschillende verwachtingen: een individuele benadering zal effectiever zijn omdat gericht gekeken kan worden naar oorzaken van eenzaamheid bij het individu. Echter een groepsbenadering kan zorgen voor

vermindering van eenzaamheid omdat het individu contacten kan opdoen en het gezamenlijk doen van een activiteit eenzaamheid kan verminderen (Fokkema & van Tilburg, 2006).

Zeven deelnemers vinden het belangrijk om groepsactiviteiten te organiseren omdat deze interventie kan zorgen voor het vergroten van het netwerk. Eén deelnemer acht de individuele begeleiding meer van belang. Geconcludeerd kan worden dat het accent op groepsaanbod moet liggen en er daarnaast mogelijkheid moet zijn voor een individuele benadering.

3. Taal

Uit de interviews met experts en ook met oudere vluchtelingen bleken verschillende visies te bestaan over de vraag of een groepsactiviteit in de eigen taal, in de Nederlandse taal of zoveel mogelijk non-verbaal (door middel van doeactiviteiten, bewegen en sport) zou moeten worden georganiseerd. Deze drie keuzes zijn binnen deze dimensie voorgelegd en het blijkt dat de meningen van de deelnemers verdeeld zijn. Een aantal deelnemers zeggen dat vluchtelingen juist behoefte hebben aan activiteiten met gemixte groepen. Andere deelnemers spreken dit tegen vanuit hun ervaring dat vluchtelingen graag binnen hun eigen gemeenschap activiteiten ondernemen. De coördinator van Cumulus Welzijn Utrecht ziet in de praktijk dat vluchtelingen alleen deelnemen aan hun eigen groep. Zij doen niet mee aan andere activiteiten omdat zij de taal niet spreken. Bovendien kunnen oudere vluchtelingen naar haar ervaring de Nederlandse taal niet meer leren omdat 'hun hoofd te vol zit' met traumatische ervaringen, ofwel zij ervaren te veel emotionele problemen om zich te kunnen focussen op het leren van een vreemde taal. Diegenen die wel actief zijn met mensen van andere nationaliteiten spreken de taal. Uiteindelijk vinden drie deelnemers het belangrijk interventies in de eigen taal te organiseren. Twee deelnemers vinden het belangrijk interventies in de Nederlandse taal te organiseren. En drie deelnemers vinden het belangrijk activiteiten te organiseren waar taal niet zo belangrijk is. Bij deze laatste keuze is het mogelijk verschillende taalgroepen bij elkaar te plaatsen. Eén deelnemer vindt alle drie de manieren van belang. Er kan dus geconcludeerd worden dat afhankelijk van de mogelijkheden, de doelgroep, de individuen en de plaats een keuze gemaakt moet worden over de dimensie taal in de interventie.

Hierop aansluitend vinden de deelnemers dat de eisen van de inburgeringscursus omhoog zouden moeten. Na de cursus wordt nog maar weinig met de mensen gedaan waardoor de taal niet actief blijft.

'De interventie moet misschien voorlopig in de eigen taal zijn voor mensen die de taal niet machtig zijn. Dat zijn mensen die totaal niet bereikbaar zijn, die je ook niet bij de zelforganisaties ziet. Dan gaat het om aanbod van mensen die echt eenzaam zijn.' (Onderzoeker Verweij Jonker Instituut, 10 juni 2010)

4. Gericht op eenzaamheid of het gezonde deel aanspreken

Een aantal experts in de interviews gaf ook aan dat interventies vooral gericht moet zijn op het gezonde deel van de mensen. Bij deze doelgroep moet niet ten doel worden gesteld dat mensen gaan praten over hun traumatische ervaringen of over eenzaamheid. De focusgroep is de keuze voorgelegd om bij een interventie het eenzaamheidsprobleem centraal te stellen, zoals bij een gespreksgroep, of het 'gezonde deel' aan te spreken. Volgens één deelnemer moet de interventie gericht zijn op eenzaamheid. De acht andere deelnemers vinden het belangrijk met de activiteit het gezonde of het positieve van de mensen aan te spreken. Beleidsmedewerkster van Lize sluit daarbij aan en stelt dat het belangrijk is mensen aan te spreken op wat ze kunnen:

'Je moet mensen aanspreken op activiteiten waar ze interesse in hebben, waar ze goed in zijn, waar ze iets kunnen betekenen. (..) Je kunt thuis blijven zitten, dat kan, het is een samenwerking van een positieve push geven daar, waar mensen eerst dachten dat ze het niet konden.'
(Beleidsmedewerkster Lize, 10 juni 2010)

Geconcludeerd kan worden dat de inzet volgens de focusgroep vooral gericht moet zijn op het gezonde deel.

6. Uitvoerders

Wie de interventie dient uit te voeren is ook voorgelegd aan de deelnemers. Enerzijds vrijwilligers of anderzijds beroepskrachten. De reden om ook deze dimensie mee te nemen is de veronderstelling dat beroepskrachten effectiever zullen zijn dan vrijwilligers. Beroepskrachten hebben vaak meer inzicht in factoren dat eenzaamheid veroorzaakt dan vrijwilligers (Fokkema & van Tilburg, 2006).

Na het voorleggen van deze dimensie blijkt dat één deelnemer het belangrijk vindt vrijwilligers in te zetten in plaats van beroepskrachten. De overige acht deelnemers vinden het belangrijk zowel vrijwilligers als beroepskrachten in te zetten. Zij veronderstellen dat zowel vrijwilligers als professionals een bijdrage kunnen leveren. Er kan dus geconcludeerd worden dat volgens de focusgroep een mix van vrijwilligers en beroepskrachten het beste aansluit op de doelgroep.

7. Duur

De duur van de interventie is ingedeeld in interventies die korter dan zes maanden duren en interventies die langer dan zes maanden duren. De deelnemers waren unaniem van mening dat een interventie nodig is die langer dan zes maanden duurt. Een lange termijn interventie is dus belangrijk.

De directeur van CABO laat zien dat dit nodig is omdat met een interventie iets wordt opgebroken bij mensen die vaak niet zomaar praten. Bij de interventie huisbezoeken aan ouderen stelt zij bijvoorbeeld dat een dergelijke interventie langdurig moet zijn:

'Zo'n bezoek is eigenlijk maar een begin. Een bezoek roept zoveel op, dus wat je ook doet: doe zoiets niet eenmalig wat zoveel oproept aan behoefte. Er worden zoveel emoties opgebroken. Het gaat vaak om mensen die heel lang iets bij zich hebben gehouden.' (Directeur CABO, 10 juni 2010)

4.5.2 Randvoorwaarden

In deze paragraaf worden vier randvoorwaarden uiteengezet die door de focusgroep zijn genoemd. Deze komen voor een groot gedeelte overeen met de randvoorwaarden die uit de analyse. Het gaat om maatwerk leveren, bereik oudere vluchtelingen vergroten, een ontmoetingsplek faciliteren, professionalisering medewerkers en de verantwoordelijke voor de interventie.

Randvoorwaarde 1: Maatwerk leveren

Net als de geïnterviewde experts adviseren ook de deelnemers van de focusgroep maatwerk te leveren om eenzaamheid onder oudere vluchtelingen aan te pakken. De directeur van CABO geeft aan dat er een hiërarchie bestaat in de mate van eenzaamheid die mensen ervaren. Mensen hebben verschillende competenties waarmee ze wel of niet uit een isolement blijven. De variatie aan beschermende factoren wordt beaamd door oud-medewerker van Centrum '45. Zij stelt dat vanuit die variatie maatwerk moet worden geleverd. Daarbij moet worden aangesloten bij bestaande interventies die niet specifiek voor vluchtelingen of migranten zijn. Zij zegt:

'Je moet de mensen die op een verschillende manier sociaal actief zijn wat kunnen aanbieden. Je moet daarbij zoeken naar wat er al is. Niet specifiek voor vluchtelingen of migranten, maar in de buurt en voor iedereen. Dat is de beste manier om mensen te integreren.'

(Oud-maatschappelijk werker Centrum '45, 10 juni 2010)

Of zoals een onderzoeker van Pharos het beschrijft:

'Je wilt een waaier van activiteiten aanbieden. De één heeft daarvoor individuele ondersteuning nodig in de eigen taal, de andere een groepsactiviteit in de buurt.'

(Onderzoeker Pharos, 10 juni 2010)

Randvoorwaarde 2: Bereik oudere vluchtelingen

Een tweede randvoorwaarde die deelnemers van de focusgroep stellen is het bereik van oudere vluchtelingen. Een beleidsmedewerker van Lize noemt dat de *schaal van de groep* bepalend is voor het bereiken van mensen. De Bosniërs wonen bijvoorbeeld zo verspreid over het land dat het moeilijk is hen te bereiken. Is de schaal van de groep klein dan wordt daar niet snel een interventie voor ontwikkeld. Volgens een consulent van Vluchtelingenwerk Midden-Gelderland is het bereik van mensen lastig omdat men vluchtelingen uit het oog verliest zodra ze niet meer bij Vluchtelingenwerk begeleid worden. Als vluchtelingen een huis krijgen toegewezen worden ze nog zes maanden begeleid door Vluchtelingenwerk en daarna verdwijnen ze.

Deelnemers aan de focusgroep vinden dat mensen in een adressenbestand moeten worden opgenomen zodat zij niet uit het zicht verdwijnen. In een enkele gemeente is die registratie al wel aanwezig. Vluchtelingen en Nieuwkomers in Zuid-Gelderland houdt bijvoorbeeld wel een bestand bij. Dat pleit voor een structurele aanpak van het in zicht houden van (oudere) vluchtelingen.

Randvoorwaarde 3: Professionalisering werknemers en doorverwijzing vluchtelingen

Een onderzoeker van het Verweij Jonker Instituut pleit bovendien voor een professionalisering van vrijwilligers en werknemers die met ouderen werken:

'Zo kun je vervolgstappen maken. Want vrijwilligers en werknemers treffen mensen met allerlei vragen. Je leert die mensen kennen en er zit een vraag achter de vraag. Het heeft vaak met contacten of isolement te maken. Het lijkt me zinvol omdat zij een idee hebben hoe zij deze mensen verder kunnen helpen. Dan kunnen ze bijvoorbeeld worden doorgeleid naar een andere activiteit.'

Op deze manier kunnen zij signaleren wat het daadwerkelijke probleem is en zij kunnen mensen doorverwijzen naar een activiteit. Andere deelnemers zijn het hiermee eens. Een oud-medewerker van Centrum '45 vindt het van groot belang dat er een centraal punt komt van waaruit mensen naar verschillende instanties kunnen worden doorverwezen. Daarbij moet gezocht worden naar wat er al is en verschillende instellingen moeten weten van elkaars aanbod.

Randvoorwaarde 4: Ontmoetingsplek

Zoals experts ook in de interviews noemden vinden deelnemers van de focusgroep ten eerste dat een ontmoetingsplek gecreëerd moet worden. Er is vaak geen plek waar mensen bij elkaar kunnen komen en dat bevordert eenzaamheid. De fysieke omgeving is daarom van groot belang.

Randvoorwaarde 5: Verantwoordelijkheid interventie

Deelnemers aan de focusgroep hebben tenslotte ook nagedacht over de borging van een interventie. Verschillende actoren zijn voorgelegd aan de deelnemers, namelijk welzijnswerk, vrijwilligers van zelforganisaties en vluchtelingenwerk, vrijwilligers van de Zonnebloem, Humanitas en het Rode Kruis, de familie of het netwerk van de oudere, of 'anders'. Deelnemers konden daarbij een eerste en tweede keuze aangeven.

Het blijkt dat zeven van de negen deelnemers *welzijnswerk* en buurtwerk als eerste voorkeur geven. De andere twee deelnemers geven welzijnswerk en buurtwerk als tweede voorkeur. Alle deelnemers, waarvan de grote meerderheid dit als eerste voorkeur noemt, geeft dus aan dat welzijnswerk de verantwoordelijkheid moet nemen om het probleem van eenzaamheid bij oudere vluchtelingen en migranten aan te pakken. Twee deelnemers geven *vrijwilligers van zelforganisaties en Vluchtelingenwerk* als eerste voorkeur voor de verantwoordelijkheid. En vier deelnemers geven deze actor als tweede voorkeur.

Geen enkele deelnemer heeft de eerste of tweede voorkeur voor vrijwilligers van organisaties als de Zonnebloem, Humanitas of het Rode Kruis aangegeven. Volgens de deelnemers zijn deze organisaties 'te wit', al geven zij ook aan dat er een trend is naar steeds meer gekleurde projecten. Ook geeft geen enkele deelnemer de eerste of tweede voorkeur voor de familie of het netwerk van de oudere.

Twee deelnemers hebben tenslotte hun tweede voorkeur voor 'anders' uitgesproken. De ene noemt dat een samenwerking tussen verschillende organisaties van belang is. Andere deelnemers van de focusgroep sluit zich aan bij deze mening. En de andere geeft aan dat welzijnswerk en zelforganisaties afhankelijk zijn van de subsidiegever, ofwel de gemeente vanuit de WMO. De programmacoördinator van Pharos stelt echter dat ondanks dat welzijnsorganisaties afhankelijk zijn van subsidiëring door de overheid en ondanks het feit dat er beleidskaders zijn bepaald, moeten welzijnsorganisaties en zelforganisaties inzien dat zij ook prioriteiten moeten stellen en creatief moeten zijn. De programmacoördinator van Pharos zegt:

'Buurtwerk krijgt bijvoorbeeld subsidie voor kwetsbare groepen, ongeacht de etnische achtergrond. Dus je zou als organisatie zelf ook prioriteit kunnen geven. (..) Daarbinnen heb je de ruimte om als organisatie keuzes te maken.' (Programmacoördinator Pharos, 10 juni 2010)

Binnen deze ruimte kan aandacht worden gevraagd voor de doelgroepen. De professionals van welzijnsorganisaties en zelforganisaties zijn verantwoordelijk voor het onder woorden brengen van het probleem van deze doelgroep. Het is dus belangrijk creatief te zijn en aan te sluiten bij de kaders. Sport en beweging (voor ouderen) is een gebied waar nu veel aandacht voor is. Daarop zou kunnen worden aangesloten

Er kan geconcludeerd worden dat welzijnswerk en vrijwilligers van zelforganisaties de belangrijkste verantwoordelijken vormen volgens de focusgroep. En ten tweede moeten welzijnswerk en zelforganisaties creatief zijn zodat binnen de beleidskaders van de overheid ruimte ontstaat voor deze doelgroep. Tenslotte blijkt dat meerderen het van belang achten dat er een centraal punt is van waaruit mensen kunnen worden doorverwezen naar activiteiten en voorzieningen. Daarvoor is een integrale aanpak nodig.

4.5.3 Conclusie

De kenmerken van een eenzaamheidsinterventie zijn door de deelnemers van de focusgroep bepaald op het vergroten van het netwerk. Om dit te bewerkstelligen zijn groepsactiviteiten het meest effectief. Afhankelijk van de doelgroep, het individu en de behoeften kan een groepsactiviteit in de eigen taal of in de Nederlandse taal worden opgezet. Het is ook mogelijk een non-verbale activiteit te organiseren. De deelnemers zijn wel van mening dat de eisen voor een taalcursus omhoog moeten. De focusgroep ondersteunt de bevindingen uit de interviews en stelt dat een activiteit op het gezonde deel van de mens moet zijn gericht. Tevens is het goed zowel vrijwilligers als professionals in te zetten en de duur van een interventie moet langer duren dan zes maanden omdat deze doelgroep niet makkelijk praat en met een dergelijke interventie wordt toch iets opengebrouwen.

Ook de focusgroep streeft naar maatwerk en een groter bereik van oudere vluchtelingen. Bovendien wordt gepleit voor het professionaliseren van werknemers en de mogelijkheid om oudere vluchtelingen door te verwijzen. En er moeten meer ontmoetingsplekken gecreëerd worden. De verantwoordelijkheid voor een interventie wordt door de focusgroep vooral gelegd bij welzijnswerk en buurwerk.

5. Conclusie en discussie

In dit hoofdstuk worden de conclusies gepresenteerd die gebaseerd zijn op een koppeling van het theoretisch kader in hoofdstuk 2 en de analyse in hoofdstuk 4. Hiermee wordt getracht een antwoord te geven op de deelvragen en de hoofdvraag van deze studie. In paragraaf 5.1 zal de conclusie van deze studie worden uiteengezet. In paragraaf 5.2 wordt de discussie besproken aan de hand van sterke en zwakke punten van het onderzoek. Tenslotte worden onderzoeksaanbevelingen gedaan.

5.1 Conclusie

De betekenis van eenzaamheid voor oudere vluchtelingen kan op basis van de analyse worden onderscheiden in emotionele en sociale eenzaamheid, zoals ook beschreven in het theoretisch kader. Uit de bevindingen blijkt dat meer dan de helft van de participanten geïsoleerd is of eenzaamheid ervaart, terwijl de andere helft dat niet is. Dit is terug te zien in het tekort en een gemis aan betekenisvolle relaties, zoals de definitie van eenzaamheid beschrijft. Experts zijn het erover eens dat eenzaamheid een groot probleem is onder oudere vluchtelingen. De betekenis van eenzaamheid wordt gekenmerkt door 'verveling' en 'alleen zijn' en in het dagelijks leven alles alleen moeten doen. Participanten geven aan het lastig te vinden niets te kunnen delen en geen waardering te krijgen. Een aantal experts spreken in die lijn over *emotionele eenzaamheid*. Uit de analyse blijkt dat oudere vluchtelingen vaak familie missen en daarmee intieme relaties.

Eenzijds is het contact met Nederlanders gevarieerd, terwijl het contact groter is met de eigen groep. Ook bestaat er een variatie in het ondernemen van activiteiten. Wel is te zien dat participanten die de taal niet spreken ook weinig actief zijn en weinig contacten hebben met Nederlanders. Participanten noemen het tekort aan contacten als één van de oorzaken van hun isolement. Experts merken op dat oudere vluchtelingen door het gemis aan betekenisvolle relaties *sociaal geïsoleerd* raken. Voor oudere vluchtelingen die eenzaam zijn bestaat de betekenis van eenzaamheid dus uit een ervaren sociale en emotionele eenzaamheid. Daarmee wordt deelvraag 1 beantwoord.

Op basis van de bestudering van de oorzaken van eenzaamheid bij oudere vluchtelingen, kan geconcludeerd worden dat er meer oorzaken blijken te zijn die kunnen leiden tot eenzaamheid bij oudere vluchtelingen dan bij Nederlandse ouderen of oudere arbeidsmigranten. Daarmee wordt antwoord gegeven op deelvraag 2.

Gelijk aan de Nederlandse ouderen brengt het *ouder worden* voor participanten meer zorgafhankelijkheid en een beperkte mobiliteit met zich mee. Hoewel participanten nog zelfstandig

wonen neemt de mobiliteit langzaam af. Participanten verwachten dat hun kinderen voor hen zullen gaan zorgen, maar zij zien dat hun kinderen druk zijn met werk en het eigen gezin.

Taalachterstand blijkt zowel voor oudere migranten als voor oudere vluchtelingen bepalend te zijn voor het risico op isolement. Participanten worden beperkt omdat zij geen contacten kunnen leggen, onbekend zijn met voorzieningen en moeilijk activiteiten kunnen ondernemen. Experts merken op dat de maatschappelijke participatie bijna niet haalbaar is zonder de Nederlandse taal te beheersen.

Geldgebrek is een factor dat volgens experts en participanten zorgt voor beperkte mogelijkheden om contacten te onderhouden en activiteiten te ondernemen. De verklaring wordt gevonden in het feit dat vluchtelingen meestal een onvolledige AOW hebben kunnen opbouwen.

Een *beperkt netwerk* komt zowel in de literatuur als in de analyse naar voren. Het verlies en de verspreiding van familieleden en vrienden, maar ook de versplintering van de eigen groep zorgen ervoor dat sommige participanten weinig contacten hebben. De verdeeldheid leidt volgens experts en participanten tot veel vertrouwensproblemen. Juist het beperkte netwerk is voor oudere vluchtelingen een extra risico om geïsoleerd te raken omdat de zorgafhankelijkheid toeneemt.

In de literatuur kwam al naar voren dat traumatische ervaringen samen kan gaan met emotionele stress. De analyse van deze studie ondersteunt dit, want het blijkt dat *heimwee* en *traumatische ervaringen* ook factoren zijn die bijdragen aan het isolement. Door traumatische ervaringen hebben sommige participanten minder vertrouwen in mensen en daarom trekken zij zich uit de samenleving terug. Het hebben van heimwee naar het land van herkomst heeft eenzelfde effect. Mensen stellen zich niet open voor nieuwe contacten.

Maar zoals bleek uit de interviews met oudere vluchtelingen is niet iedereen geïsoleerd of eenzaam. Zij beschikken over beschermende factoren waardoor het risico op eenzaamheid afneemt. Daarmee wordt antwoord gegeven op deelvraag 3. Uit de bevindingen blijkt dat sommige participanten over een *mentaliteit* beschikken die hen bescherming biedt. Deze mensen kiezen bewust voor een actieve houding en stellen zichzelf verantwoordelijk voor hun eigen welbevinden. De mentaliteit komt tot uiting in de inzet van talenten en sociale vaardigheden en in het ondernemen van *activiteiten* en het onderhouden van *contacten*. De actieve houding brengt hen een gevoel van tevredenheid en zelfwaardering. Experts stellen dat het eenzaamheid voorkomt. Opvallend is ook dat sommige participanten bewust kiezen voor het doen van activiteiten om nare herinneringen te vergeten. De focusgroep stelt ook dat het vergroten van het netwerk voor oudere vluchtelingen van belang is om eenzaamheid aan te pakken. Uit de analyse blijkt ook dat de toename van betekenisvolle contacten kan bijdragen aan meer zelfwaardering waardoor participanten zich goed voelden. Volgens experts is de beheersing van de Nederlandse *taal* tenslotte een belangrijke beschermende factor tegen

isolement. Participanten die de taal beheersen merken ook dat zij daardoor meer kunnen bereiken in de samenleving.

Uit de analyse blijken verschillende maatregelen naar voren te komen om eenzaamheid onder oudere vluchtelingen aan te pakken. Daarmee wordt antwoord gegeven op deelvraag 4. Drie adviezen komen naar voren die waardevol zouden zijn om eenzaamheid onder oudere vluchtelingen te doorbreken. Ten eerste is het van belang de *financiële situatie* van oudere vluchtelingen te verbeteren. Zowel participanten als experts geven aan dat oudere vluchtelingen daardoor beperkt worden in het ondernemen van activiteiten en het onderhouden van contacten. Een onvolledig AOW en onbekendheid met voorzieningen werkt deze situatie in de hand.

Individuele begeleiding is volgens experts goed om in te zetten bij oudere vluchtelingen die sterk geïsoleerd zijn. Mensen die de taal niet spreken en weinig actief zijn. Maar ook mensen die weinig vertrouwen hebben of het moeilijk vinden nieuwe contacten aan te gaan. De interventie moet hen ondersteuning bieden en hen motiveren iets te gaan ondernemen. Van belang is dat een vertrouwensrelatie wordt opgebouwd met de begeleider, juist omdat deze mensen geïsoleerd zijn.

Een tweede maatregel is het aanbieden van *groepsactiviteiten*. Daarmee wordt getracht het aantal contacten te vergroten en mensen actiever te maken. Afhankelijk van de persoon kan een groepsactiviteit in de eigen taal of in de Nederlandse taal worden aangeboden. Deze maatregel kan werkzaam zijn voor mensen die minder sterk geïsoleerd zijn. Verondersteld wordt dat activiteiten die gericht zijn op iets positiefs of iets prettigs, zoals een hobby, de inzet van een talent of het doen van sport, bijdraagt aan het doorbreken van isolement. Mensen kunnen dan contacten opdoen en iets ondernemen. De inzet van talenten of het doen van hobby's zorgt ervoor dat mensen iets doen wat zij kunnen en leuk vinden om te doen. Die invalshoek en de mogelijkheid tot het opbouwen van contacten kan de zelfwaardering vergroten en dat heeft een beschermend effect op eenzaamheid. Andere adviezen zijn het vergroten van het aanbod aan taalcursussen en deelname daaraan laagdrempelig maken. Taalcursussen kunnen duur zijn, maar het is ook mogelijk Nederlanders aan oudere vluchtelingen te koppelen om de Nederlandse taal te leren, zoals gebeurt in taalmaatjes projecten.

Uit de analyse blijkt bovendien dat er twee veronderstellingen zijn die maatregelen beter doen aansluiten bij de doelgroep. Omdat oudere vluchtelingen te maken kunnen hebben met vertrouwensproblemen, wordt gepleit voor een *actieve motivering* van de doelgroep. Experts zien dat oudere vluchtelingen vaak wel willen maar niet weten hoe of het vermogen niet hebben om actief te worden. En omdat niet elke oudere vluchteling hetzelfde is dient *maatwerk* te worden geleverd. Voor de een is individuele begeleiding noodzakelijk en voor de ander zijn groepsactiviteiten

al voldoende om het isolement te doorbreken. Dit is afhankelijk van de persoonlijke situatie en de weerbaarheid die iemand heeft.

Tevens zijn een aantal randvoorwaarden van belang om interventies te doen slagen. Ten eerste dienen *ontmoetingsplekken* gecreëerd te worden voor specifiek oudere vluchtelingen, want daar ontbreekt het vaak aan. Participanten willen graag feesten organiseren maar weten vaak niet waar ze heen moeten voor een ruimte. De onzichtbaarheid van oudere vluchtelingen moet bovendien aangepakt worden. Daarom is het van belang oudere vluchtelingen te kunnen *bereiken* en niet uit het oog te verliezen. Welzijnsinstellingen kunnen mogelijk een rol spelen door een centraal punt van *doorverwijzen* te vormen, die het aanbod kennen van activiteiten in de gemeente of de wijk. Een *integrale aanpak* is dan nodig van welzijnswerk en welzijnsinstellingen. Daarbij dient altijd aansluiting te worden gezocht bij zelforganisaties omdat zij weten wat er speelt in de gemeenschap. Het signaleren van isolement onder deze doelgroep dient ook verbeterd te worden door *professionalisering* van medewerkers en vrijwilligers van welzijnsinstellingen. Omdat eenzaamheid een gevoelig onderwerp kan zijn, vooral onder oudere vluchtelingen, en omdat zij een groep vormen die zich niet makkelijk openstelt, is het tenslotte van belang de *duur* van een interventie zo lang mogelijk te stellen. Het werken met kortlopende projecten of een korte cyclus van contacten is af te raden.

Op basis van de conclusies kan dus gesteld worden dat maatwerk dient te worden geleverd omdat oudere vluchtelingen in verschillende mate geïsoleerd zijn. Niet elke oudere vluchteling is eenzaam omdat degene de taal beheerst of het vermogen heeft contacten aan te gaan. Ander oudere vluchtelingen zijn echter wel geïsoleerd. Dit kan komen door het onvermogen dat iemand ervaart om actief te worden. Dat kan gevoed worden door traumatische ervaringen of heimwee. Voor deze mensen dienen interventies opgezet te worden om hen via individuele begeleiding of groepsactiviteiten uit het isolement te halen. Het inzetten op activiteiten waarbij mensen hun talenten kunnen inzetten kan naar verwachting bijdragen aan een hogere zelfwaardering. In die interventie is het van belang ruimte te creëren om vertrouwensrelaties op te bouwen zodat contacten langdurig worden en mensen zich kunnen openstellen. Zo krijgen eenzame oudere vluchtelingen de mogelijkheid uit hun isolement te komen en zichtbaar te worden in de Nederlandse maatschappij.

5.2 Discussie

Dit onderzoek heeft methodische beperkingen en sterke componenten. Ondanks dat het onderzoek vernieuwend is als het gaat om onderzoek naar eenzaamheid onder een specifieke doelgroep, zijn er enkele opmerkingen te maken met betrekking tot het onderzoeksdesign van deze studie.

5.2.1 Sterke en zwakke punten

Allereerst is het onduidelijk of met de deelnemende oudere vluchtelingen de meest eenzamen of geïsoleerden zijn bereikt in dit onderzoek. Oudere vluchtelingen in Nederland zijn wat betreft de prevalentie dan wel in beeld gebracht door Pharos (Pharos, 2009); cijfers en onderzoeken rondom vluchtelingen en specifiek oudere vluchtelingen in Nederland is beperkt. Oudere vluchtelingen vormen dus een redelijk onzichtbare groep. Het onderwerp van deze studie maakt het des te lastiger omdat eenzaamheid vaak samen gaat met een teruggetrokken leefstijl. De vraag is dus of bij de analyse de sterk geïsoleerden zijn bereikt. De interviews met deelnemende participanten gaven echter waardevolle informatie omdat een deel van de participanten eenzaamheid ervaren en een deel niet. Daardoor konden verschillen worden onderzocht. De onzichtbaarheid is bovendien des te meer reden om deze groep te onderzoeken. Het onderwerp en deze doelgroep is een onontgonnen terrein, waardoor de studie explorerend van aard is en nieuwe inzichten met zich mee brengt.

Ook is getracht om voldoende variëteit aan te brengen in de onderzoeksgroep zodat een breed beeld ontstaat over de doelgroep. Op één na waren echter alle deelnemende oudere vluchtelingen fit genoeg om zelfstandig te wonen, waardoor de variëteit niet volledig opging. Uitspraken zullen dus voornamelijk opgaan voor zelfstandig wonende oudere vluchtelingen. De variatie is echter wel in de leeftijd en nationaliteit aanwezig, waardoor bevindingen waardevol zijn voor ouderen boven de 55 jaar en vanuit verschillende vluchtelingengroepen te interpreteren zijn. In vervolgonderzoek is het waardevol onderzoek te verrichten naar zelfstandig-wonenden of mensen die in een verzorgingstehuis wonen. Mogelijk zijn mensen in een verzorgingshuis meer geïsoleerd omdat ze meer zorgafhankelijk zijn dan zelfstandig-wonenden en daardoor minder mobiel. Hierbij moet worden opgemerkt dat er op dit moment slechts een klein aantal oudere vluchtelingen in een verzorgingshuis wonen (Pharos, 2009).

Deze studie heeft een inventarisatie gepresenteerd van oorzaken van isolement voor oudere vluchtelingen. Ook is een inventarisatie naar behoeften en de motivatie van de doelgroep verricht. Dit zijn belangrijke componenten om eenzaamheid aan te kunnen pakken. De bevindingen zijn hierdoor doelgroepspecifiek. Hiermee wordt aangesloten bij aanbevelingen vanuit onderzoek naar interventies voor de aanpak van eenzaamheid door Fokkema & van Tilburg (2006). Daarin werd gepleit voor een inventarisatie naar behoeften en achtergronden van specifieke doelgroepen. Bovendien

heeft het ministerie van VWS eenzaamheid als speerpunt gesteld en streeft ook naar interventies die aansluiten bij 'kwetsbare doelgroepen' (VWS, 2009). Vanuit deze inventarisatie kan dus een advies worden geformuleerd die aansluit bij oudere vluchtelingen. Daarin is deze studie een verrijking.

Bij participanten die de Nederlandse taal onvoldoende beheersten is een vertaler ingezet. Een vertaler is iemand uit de omgeving van de participant die zowel de Nederlandse taal als de moedertaal beheerst. Verondersteld werd dat de setting van het interview toegankelijker zou zijn als er een vertrouwde bekende aanwezig zou zijn. Maar een bekende als vertaler kan mogelijk minder betrouwbare informatie opleveren. De vertaler kreeg daarom duidelijk zijn of haar rol uitgelegd. En zoals uit de analyse bleek is taalachterstand een belangrijke oorzaak van isolement onder oudere vluchtelingen. Voor een onderwerp als isolement is het daarom van belang dat vluchtelingen én migranten met een taalachterstand worden meegenomen in de onderzoeksgroep. Gezien het gevoelige onderwerp en de kwetsbare achtergrond van de doelgroep dient echter rekening te worden gehouden met het creëren van een veilige setting. De inzet van een vertaler is daarom bepaald als meest geschikt.

Uit onderzoek van Fokkema en van Tilburg (2006) bleek dat een interventie voor eenzaamheid meerdere kenmerken heeft. Bij de focusgroep zijn die kenmerken in de vorm van een *meervoudige classificatie* aan de orde gekomen. Voor eenzaamheidsonderzoek is die aanpak zelden gevolgd. Naast de classificatie zijn twee doelgroepspecifieke kenmerken voor een interventie toegevoegd aan de analyse, namelijk 'taal' en 'gericht op het gezonde of op eenzaamheid'. Deze kenmerken zijn voorgelegd aan de focusgroep en zo is een concreet kader ontstaan van prioriteiten bij een eenzaamheidsinterventie voor oudere vluchtelingen. De aanpak is nieuw en bovendien uitgebreid met kenmerken specifiek voor de doelgroep van deze studie. De kans is daardoor groter dat het interventievoorstel goed aansluit bij de doelgroep en dat maakt de analyse krachtiger.

Gezien het beperkt aantal geïnterviewde participanten en experts, zijn resultaten uit deze studie niet representatief voor alle oudere vluchtelingen in Nederland. Bovendien zijn niet alle vluchtelingengroepen in Nederland vertegenwoordigd in de onderzoeksgroep. Op een aantal punten zijn experts en participanten het met elkaar eens als het gaat om determinanten en adviezen rondom eenzaamheid bij oudere vluchtelingen in Nederland. Hoewel representativiteit in dit kwalitatieve onderzoek niet het doel was, blijken oorzaken zoals een zeer beperkt netwerk en traumatische ervaringen vaak voor te komen bij oudere vluchtelingen.

5.2.2 Aanbevelingen

Onderzoek naar een specifieke doelgroep levert in dit geval determinanten op die niet voorkomen in onderzoek naar eenzaamheid onder ouderen in het algemeen. Het ervaren tekort aan relaties, zoals de definitie van Gierveld (2007) luidt, wordt bij deze doelgroep onder andere bepaald door

vertrouwensproblemen en vooral door het wegvallen van relaties met familie en vrienden door een oorzaak waarop de oudere geen invloed heeft kunnen uitoefenen. Dit is van een andere orde dan verlies door een natuurlijke dood of ongeluk. Als oudere vluchtelingen traumatische ervaringen hebben trekken sommigen zich terug. Zij hebben nu niet het vermogen contacten aan te gaan, terwijl zij daarvoor wel de competenties hadden. Dit ervaren mensen als een dilemma omdat zij vaak wel behoefte aan contact blijken te hebben. Wat eraan vooraf gaat is de levensgeschiedenis en de cultuur van mensen. Die context is bepalend voor een interventievoorstel. Vervolgonderzoek naar eenzaamheid zou dan ook gericht moeten zijn op specifieke doelgroepen zodat achtergronden, motivaties en behoeften van de doelgroep in acht kunnen worden genomen bij interventies. Gedacht kan worden aan een specifiek onderzoek naar een enkele van de vier grote migrantengroepen in Nederland, namelijk de Turken, Marokkanen, Surinamers en Antillianen. Gezien het verschil in culturen kennen Turkse en Marokkaanse migrantengroepen naar verwachting andere oorzaken van isolement dan Surinamers en Antillianen.

Het zou ten tweede waardevol zijn de rol van zelforganisaties in een onderzoek centraal te stellen bij het verkennen van mogelijkheden voor interventies rondom eenzaamheid. Verondersteld wordt dat zelforganisaties niet volledig verantwoordelijk kunnen zijn omdat zij veelal wordt gedragen op de (al dan niet vrijwillige) werkkraft van de achterban, maar daardoor wel een bron van informatie vormen over de eigen gemeenschap. Dit onderzoek diende ter inventarisatie van de aanwezigheid van eenzaamheid bij oudere vluchtelingen. Een volgende nuttige stap zou zijn om centraal te onderzoeken wat de taak van zelforganisaties kunnen zijn, welke verantwoordelijkheden zij kunnen dragen en welke randvoorwaarden daarvoor nodig zijn.

6. Beleidsadvies

De bevindingen die zijn verkregen uit deze studie leveren inzichten over de behoeften en motivaties van oudere vluchtelingen. Daarnaast geven de resultaten inzicht in de ervaringen met verschillende typen interventies en aspecten bij het maken van keuzen. Hieruit kan een beleidsadvies worden geformuleerd die zich specifiek richt op oudere vluchtelingen. Het beleidsadvies is op te splitsen in individueel aanbod en een groepsaanbod. Deze interventies worden in paragraaf 6.1 en 6.2 behandeld. In paragraaf 6.3 worden een aantal andere adviezen besproken en in paragraaf 6.4 worden randvoorwaarden beschreven die relevant zijn voor de aanpak van eenzaamheid onder oudere vluchtelingen. De adviezen zijn gebaseerd op bevindingen van de focusgroep en de interviews.

6.1 Individuele begeleiding

Individuele begeleiding dient te worden aangeboden aan oudere vluchtelingen die sterk geïsoleerd zijn. Uit de studie blijkt dat sommige vluchtelingen sterk eenzaam zijn en daardoor niet het vermogen hebben hun welzijn te verbeteren. Zij spreken de taal niet of hebben weinig contacten en ondernemen weinig tot niets. Individuele begeleiding is een interventie waarbij geprobeerd wordt mensen bewust te maken van hun houding en gedrag die eenzaamheidsbevorderend is (Gierveld & van Tilburg, 2007). Hier wordt begeleiding aangeboden bij de verandering van hun situatie. De persoonlijke motivering staat hierbij centraal (Linneman et al., 2001). En emotionele ondersteuning met als doel de zelfredzaamheid te vergroten is daarbij van belang (Gierveld & van Tilburg, 2007).

Het is van belang een vertrouwensrelatie op te bouwen met mensen die individuele begeleiding nodig hebben omdat sommige oudere vluchtelingen moeilijk mensen kunnen vertrouwen en hun hoofd 'vol' hebben met het trauma. Dit zijn factoren die ervoor zorgen dat mensen zich terugtrekken. Het vermogen om uit het isolement te komen moet worden vergroot. Daarom moet een interventie een langere duur dan zes maanden hebben. Door het één op één principe kan een vertrouwensrelatie worden opgebouwd. Op deze manier is de kans het grootst dat oudere vluchtelingen weer het vermogen hebben om te participeren in de samenleving. De interventie dient daarbij ondersteuning te bieden in het toe leiden naar bijvoorbeeld een groepsactiviteit. Voorbeelden van individuele begeleiding zijn te vinden in maatjesprojecten. Een oudere vluchteling wordt dan gekoppeld aan een maatje en het maatje helpt degene waar nodig en bouwt met degene een relatie op. Het is ook mogelijk huisbezoeken op te zetten, waarbij de oudere vluchteling meermalen wordt bezocht. Het probleem kan dan in kaart worden gebracht en samen wordt naar een oplossing gezocht. Maatjesprojecten worden vaak uitgevoerd door vrijwilligers,

terwijl huisbezoeken vaak door professionals zoals een maatschappelijk werker wordt uitgevoerd. Het is afhankelijk van de situatie en de behoefte van de oudere vluchteling voor welke interventie gekozen wordt.

6.2 Groepsactiviteiten

Het aanbod van een groepsactiviteit voor oudere vluchtelingen is een veelvuldig gehoord advies van experts en van deelnemers aan de focusgroep. Participanten blijken ook behoefte te hebben aan meer activiteiten en contacten. Een groepsactiviteit geeft de mogelijkheid het aantal contacten te vergroten. Tegelijkertijd worden oudere vluchtelingen actief en krijgen de mogelijkheid uit hun isolement te komen of eruit te blijven. Daarnaast geeft het de mogelijkheid om bewust negatieve gedachten opzij te schuiven. Op basis van de studie zijn een aantal kenmerken geformuleerd waar rekening mee dient te worden gehouden voor de opzet van een eenzaamheidsinterventie voor oudere vluchtelingen. Deze worden hier uiteengezet. De kenmerken kunnen ook gelden voor individuele begeleiding, maar wordt hier besproken met het oog op groepsactiviteiten.

Uit de studie blijken de bevindingen voornamelijk gericht te zijn op *groepsactiviteiten*. Dit is dan ook de eerste kenmerk van een interventie. Oudere vluchtelingen die geïsoleerd of eenzaam zijn hebben vaak een zeer beperkt netwerk. Uit de studie blijkt dat zij betekenisvolle relaties missen en behoefte hebben aan meer contact. Ook blijkt dat oudere vluchtelingen die niet geïsoleerd zijn vaak contacten hebben en daar sociale ondersteuning aan ervaren. Een groepsactiviteit voor oudere vluchtelingen moet daarom de mogelijkheid tot *netwerkontwikkeling* bieden, dit is de tweede kenmerk waarop een interventie gericht dient zijn.

Een groepsactiviteit kan zich enerzijds richten op de *ontwikkeling* van het individu. Een gespreksgroep of vriendschapscurssussen heeft daarbij ten doel om de sociale vaardigheden van het individu te verbeteren (Linneman et al., 2001). Dit kan waardevol zijn voor oudere vluchtelingen die niet het vermogen hebben contacten aan te gaan. Binnen dit type interventie wordt verwacht dat de doelgroep over diepere gevoelens zal praten. De interventie kan aansluiten op de doelgroep, maar een voorwaarde is dat het individu in een veilige omgeving kan bewegen. Zo dient bijvoorbeeld per individu te worden bezien of degene behoefte heeft aan hulp van iemand vanuit de eigen etnische groep of juist een Nederlander.

Anderzijds kan een activiteit direct gericht zijn op het *verrijken van de sociale omgeving* door sociaal culturele activiteiten aan te bieden. Hierbij valt te denken aan koffieochtenden in een dienstencentrum, een sportgroepje, zingen en gezelschapsspelen. Met de informele setting van sociaal-culturele activiteiten is de activiteit meer laagdrempelig dan een activiteit die gericht is op de

ontwikkeling van het individu. Bij deze activiteit wordt het gezonde of het positieve deel van de mens aangesproken in plaats van het eenzaamheidsprobleem. Dat sluit aan bij de bevindingen uit de studie dat de nadruk van een interventie op het gezonde deel moet liggen. Voor oudere vluchtelingen kan dit ruimte bieden om contact te krijgen zonder te hoeven praten over traumatische gebeurtenissen. De tweede vorm kan geschikt zijn voor individuen die minder sterk geïsoleerd zijn dan individuen die geschikt zijn voor de eerste vorm.

Binnen groepsactiviteiten moet tevens rekening worden gehouden met de beheersing van de *taal* van een individu. Het leggen van prioriteiten bij een activiteit in de eigen taal, in de Nederlandse taal of non-verbaal is afhankelijk van het individu en de mogelijkheden. Uit deze studie blijkt dat oudere vluchtelingen vooral behoefte hebben aan contact binnen de eigen groep, maar ook met Nederlanders. Per individu zal deze behoefte moeten worden bekeken.

Een activiteit zal het meest aantrekkelijk zijn voor oudere vluchtelingen als het gericht is op het *gezonde deel* van de mens in plaats van gericht op het eenzaamheidsprobleem. Oudere vluchtelingen moeten worden aangesproken op hun talenten en interesses. Het organiseren van een activiteit waarbij het talent van één van de deelnemers centraal staat zou een mogelijkheid zijn. Omdat de doelgroep te maken heeft met traumatische ervaringen is het goed van het gezonde deel uit te gaan zodat nare herinneringen even opzij gezet kunnen worden. De inzet van talenten en het richten op interesses is ook van belang voor het vergroten van de zelfwaardering. Oudere vluchtelingen die niet geïsoleerd zijn blijken voornamelijk beschermd te worden door het feit dat zij zich gewaardeerd voelen. Met deze veronderstelling is een activiteit die daaraan bijdraagt waardevol.

Interventies dienen bovendien uitgevoerd te worden door zowel *vrijwilligers als professionals*. Voor oudere vluchtelingen kan een vrijwilliger gemakkelijker benaderbaar zijn dan een professional omdat de drempel lager is dan bij een professional. Terwijl van een professional verondersteld wordt dat deze meer inzichten heeft in de problematiek van eenzaamheid. Afhankelijk van het individu kan zo mogelijk professionals of vrijwilligers worden ingezet.

Ook bij een groepsactiviteit is het van groot belang een interventie op te starten die van *langere duur* is dan zes maanden. Projecten draaien vaak kort waardoor de kans op een positief effect klein wordt. De doelgroep is echter kwetsbaar en met een eenzaamheidsinterventie wordt iets opengebrouwen bij individuen die te maken hebben gehad met ingrijpende gebeurtenissen. Het welzijn van oudere vluchtelingen dient daarom gewaarborgd te worden. Tevens wordt verondersteld dat een langer durend project meer kansen geeft voor individuen om relaties op te bouwen die ook stand houden.

Gezien het feit dat bij de ene persoon andere oorzaken meespelen dan bij de andere persoon is het van belang maatwerk te leveren. Het vermogen om nieuwe contacten aan te gaan blijkt voor sommige oudere vluchtelingen lastig te zijn. Vaak willen zij wel, maar durven zij niet. Daarom wordt gepleit voor het aanbod van activiteiten, maar daaraan vooraf gaand moeten individuen *gemotiveerd* worden. Een interventie zou daarom een start nodig hebben waarbij het individu één op één wordt benaderd. Een groepsactiviteit kan in dat geval worden uitgelegd en er kan worden geïnventariseerd waaraan de oudere behoefte heeft. Omdat maatwerk dient te worden geleverd is het efficiënt het aanbod in de wijk, bij zelforganisaties en welzijnsinstellingen in kaart te brengen zodat mensen kunnen worden doorverwezen. In paragraaf 6.4 zal dit verder uiteen worden gezet.

6.3 Andere adviezen

Oudere vluchtelingen geven aan bevriend te zijn geworden met mensen uit het asielzoekerscentrum. Deze vrienden zijn echter verspreid over Nederland komen te wonen. Door een onvolledige AOW of een inkomen op bijstandsniveau blijken veel oudere vluchtelingen een slechte financiële situatie te hebben. Die situatie laat het voor sommige participanten niet toe deze mensen op te zoeken, waardoor de contacten niet onderhouden kunnen worden. Dit is een belangrijk punt om in ogenschouw te nemen. De vriendschappen die ze al eerder in hun leven hebben opgebouwd zouden kunnen worden geactiveerd. Het netwerk is zeer klein en zo worden oude relaties nieuw leven ingeblazen. Daarmee wordt de kwaliteit van relaties verbeterd en is een vorm van netwerkontwikkeling. Het is daarom van groot belang de financiële situatie te verbeteren. Dit kan bijvoorbeeld door te zorgen dat deze ouderen minimaal een inkomen op bijstandsniveau hebben. Tevens kunnen voorzieningen voor vervoer beter worden gefaciliteerd, bijvoorbeeld met een aparte indicatie bij gebruik van ouderenvervoer.

Naast groepsactiviteiten dient het doen van een taal cursus voor iedere oudere vluchteling te gelden. De taalachterstand is een andere belangrijke indicator voor het isolement van oudere vluchtelingen. Degenen met een taalachterstand hebben ook minder contacten en participeren minder. Mogelijk moet de doelgroep individueel worden begeleid omdat uit de studie blijkt dat sommige oudere vluchtelingen wel willen maar het niet meer kunnen. Individuele begeleiding kan mogelijk voor meer effect zorgen dan groepslessen. Daarnaast is het van belang dat zij worden gestimuleerd om de taal te onderhouden, omdat de vaardigheid anders snel vermindert.

6.4 Randvoorwaarden

Vanuit deze studie zijn ook een aantal randvoorwaarden naar voren gekomen die belangrijk worden geacht voor een interventie om eenzaamheid onder oudere vluchtelingen tegen te gaan. Namelijk een integrale aanpak van organisaties, een punt waar doorverwijzing van de doelgroep kan plaatsvinden, het bereik van de ouderen vergroten, professionalisering van medewerkers en het faciliteren van ontmoetingsplekken

Zoals gesteld sluit het leveren van maatwerk het beste aan bij deze doelgroep. Dat vereist echter wel kennis over het aanbod in de wijk of de gemeente. Het is van belang dat de verschillende professionele zorg- en welzijnswerkers in een wijk of gemeente een goede uitwisseling dienen te hebben van de activiteiten en mogelijkheden die zij aanbieden, zodat zij naar elkaar kunnen doorverwijzen. In een regelmatig wijkoverleg, zoals een zorgoverleg, kunnen huisarts, welzijnswerk, ouderenadviseur, woningbouw en wijkagent hun zorg afstemmen en ontwikkelingen in de wijk vanuit verschillende invalshoeken volgen. Daarbij is het voor deze doelgroep belangrijk om contact te hebben met zelforganisaties en op de hoogte te zijn van hun wensen en mogelijkheden. Een randvoorwaarde is dan een *integrale aanpak* van hiervoor genoemde actoren.

Met deze integrale aanpak is het van belang één actor verantwoordelijk te stellen voor het *doorverwijzen* van ouderen. Een welzijnsinstellingen kan bijvoorbeeld een centraal punt creëren van waaruit vraag en aanbod samen komen. Welzijnsinstellingen vormen namelijk de spil in de vraag en aanbod van welzijn en zorg. Zelforganisaties kunnen dan de verantwoordelijkheid toegekend krijgen voor het *bereik* van oudere vluchtelingen. Zoals uit de studie blijkt vormen oudere vluchtelingen een onzichtbare groep. Databestanden hebben geen overzichten en als oudere vluchtelingen niet lid zijn van zelforganisaties dan wordt het bereik zeer lastig. Zelforganisaties hebben echter de beste netwerken binnen de eigen gemeenschap en dienen daarom actief in te zetten op het bereik van ouderen. Vanuit het centrale doorverwijzingspunt kunnen professionals vervolgens eenzaamheid signaleren en de ouderen doorverwijzen. Daarom wordt steeds meer gestreefd naar *professionalisering* van medewerkers. Het vermogen om eenzaamheid te signaleren is namelijk van belang bij deze doelgroep.

Tevens moet de mogelijkheid om activiteiten te ondernemen worden vergroot. Het tekort aan activiteiten is terug te zien in het gebrek aan faciliteiten voor mensen die iets willen organiseren. Het ontbreekt aan een *ontmoetingsplek*.

Omdat het doelgroepenbeleid in de huidige samenleving niet in trek is, wordt tenslotte creativiteit van zelforganisaties en organisaties voor migranten en vluchtelingen verwacht. Zij moeten proberen aan te sluiten bij activiteiten die al bestaan en bij interventies waar subsidies beschikbaar voor zijn.

Literatuurlijst

Ager, A., Malcolm, M., Sadollah, S. & O'May, F. (2002). Community contact and mental health amongst socially isolated refugees in Edinburgh. *Journal of Refugee Studies*, 15(1):71-80.

Baarda, D.B., Goede de, M.P.M. & Teunissen, J. (2001). *Basisboek Kwalitatief Onderzoek*. Wolters-Noordhoff bv Groningen/Houten, The Netherlands.

Beiser, M., Turner, J.R. & Ganesan, S. (1989). Catastrophic stress and factors affecting its consequences among Southeast Asian refugees. *Social Science Medicine*, 28(3):183-195.

BMP (2008). *Manifesto – older refugees: a vulnerable and powerful group*. Stichting Bevordering Maatschappelijke participatie (BMP).

Geraadpleegd op 21 mei 2010: <http://www.stichtingbmp.nl/Manifesto%20POR.pdf>

Boer de, A. (2006). Rapportage ouderen 2006 – veranderingen in de leefsituatie en levensloop. *Den Haag: Sociaal Cultureel Planbureau*.

CABO (2010). *Wat is en doet CABO*. Geraadpleegd op 16 juni 2010, op website:

<http://www.caboamsterdam.nl/Over%20stichting%20Cabo.html>

Centrum '45 (2010). *Welkom*. Stichting Centrum '45.

Geraadpleegd op 16 juni 2010, op website: <http://www.centrum45.nl/>

Chorus, A.M.J. & Hopman-Rock, M. (2006) Effectevaluatie Activerend Huisbezoek Turkse en Marokkaanse oudere migranten. *TNO Leiden*.

Cumulus Welzijn (2010). *Over Cumulus Welzijn*. Cumulus Welzijn Utrecht.

Geraadpleegd op 16 juni 2010, op website: <http://www.cumuluswelzijn.nl/>

Dijkstra, E. (2006). Oud worden in Nederland - Een onderzoek naar de beleving van het ouder worden en de gevoelens van eenzaamheid, onder allochtone ouderen. *Universiteit Twente*.

Distelbrink, M., Gruijter de, M. & Pels, T. (2007). Zelfredzaamheid bevorderen in Enschede. *Verwey-Jonker Instituut*.

Engelhard, D. (2007). *Met kennis van feiten. Vluchtelingen, nieuwkomers en gezondheid in cijfers*. Utrecht: Stichting Pharos.

Ernst, J. & Cacioppo, J. (1999). Lonely hearts: psychological perspectives on loneliness. *Applied & Preventive Psychology*, 8:1-22.

Felix, N. (2002). Loneliness and acculturation among adolescents from immigrant families in Portugal. *Journal of Applied Social Psychology*, 32(3):630-647.

Fokkema, T. & van Tilburg T. (2006). Aanpak van eenzaamheid: helpt het? Een vergelijkend effect- en procesevaluatie-onderzoek naar interventies ter voorkoming en vermindering van eenzaamheid onder ouderen. *Nidi Rapport no. 69*.

FORUM (2010). *Wat is FORUM*. FORUM.

Geraadpleegd op 16 juni 2010, op website: http://www.forum.nl/Organisatie/Wat_is_FORUM/

FORUM (2010). *WMO Ambassadeurs – Participatie in lokaal beleid*. FORUM.

Geraadpleegd op 29 juni 2010, op website:

<http://www.forum.nl/Portals/BetrokkenheidLoont/pdf/WMO%20Ambassadeurs.pdf>

Gierveld, J. & van Tilburg, T. (2007). *Zicht op eenzaamheid – achtergronden, oorzaken en aanpak*. Assen: Van Gorcum. Bibliotheek Universiteit voor Humanistiek Utrecht.

Goodkind, J. (2006). Promoting Hmong refugees' well-being through mutual learning: valuing knowledge, culture, and experience. *American Journal of Community Psychology*. 37 (nos. 1/2).

Gruijter de, M. & Verwijs, R. (2009). Praktijken voor de aanpak van eenzaamheid onder oudere migranten – Onderzoek in opdracht van de Coalitie Erbij. *Verwey-Jonker Instituut*.

't Hart, H., Boeije, H. & Hox, J. (2005). *Onderzoeksmethoden*. Den Haag: BoomOnderwijs.

Jensen, F.A.S. (1966). Psychological aspects of the social isolation of refugees. *International Migration Digest*, 3(1):40-60.

Jong-Gierveld, J. & Tilburg van T. (2006). A 6-item scale for overall, emotional and social loneliness: confirmatory tests on survey data. *Research on aging*, 28(5):582-598.

König, E. (2004). Vooruit met hoogopgeleide vluchtelingen! *Nicis*.

Kosec, H. & Wassie, N. (2008). Handreiking WMO participatie oudere migranten en vluchtelingen. Pharos en Regioplan. *Regioplan publicatienummer 1543, Amsterdam*.

Lahm, M. (2006). 'Maar gelukkig is zij tevreden' – Mantelzorg bij oudere vluchtelingen: een kwalitatief onderzoek. *Pharos*.

Linden van der, F. & Sluiter, N. (2010). Verhuisgedrag van vluchtelingen. *Centraal Bureau voor de Statistiek*. Geraadpleegd op 25 juni 2010, op website: <http://www.cbs.nl/NR/rdonlyres/5ABD1A0F-5F35-4C03-AACA-824317B2E80F/0/2010k1b15p28art.pdf>

Linneman, M., Linschoten van P., Royers, T., Nellissen, H. & Nitsche, B. (2001). Eenzaam op leeftijd – interventies bij ouderen. *NIZW*.

Lize (2010). *Over Lize*. Lize - overlegpartner Rijksoverheid Zuid-Europese gemeenschappen.

Geraadpleegd op 16 juni 2010, op website:

<http://www.lize.nl/index.php?go=home.showHome&pagenr=38>

LSMO (2010). *Homepage*. Landelijke Stuurgroep Molukse Ouderen.

Geraadpleegd op 16 juni 2010, op website www.lsmo.nl

Machielse, A. (2006). *Onkundig en onaangepast – een theoretisch perspectief op sociaal isolement*. Utrecht: Van Arkel.

McPherson, J. & Smith-Lovin, L. (1987). Homophily in voluntary organizations: status distance and the composition of face-to-face groups. *American Sociological Review*, 52(3): 370-379.

McSpadden, L.A. (1987). Ethiopian refugee resettlement in the Western United States: social context and psychological well-being. *International Migration Review*, 21(3):796-819.

Mertens, H. & van der Zwet, R. (2009). Het versterken van de maatschappelijke participatie van oudere migranten – Verkenning. *Movisie*.

Me&society (2010). *Homepage*. Me&society.

Geraadpleegd op 16 juni 2010, op website: <http://www.meandsociety.com/>

Miller, K.E. (1999). Rethinking a familiar model: psychotherapy and the mental health of refugees. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 29(4).

Moerbeek, S. (2002). The elderly in exile – some findings regarding the situation of older refugees in the Netherlands, good practice in the reception & integration of refugees. *BMP en ECRE*.

Moerbeek, S. (2003). Levensverhalen voor het voetlicht – verslag van de eerste fase van het project Levensloop Oudere Vluchtelingen. *Stichting BMP*.

NOOM (2010). *Homepage*. Netwerk van Organisaties van Oudere Migranten.

Geraadpleegd op 16 juni 2010, op website <http://www.netwerknoom.nl/>

Muller, P. (2008). Connections and disconnections: how Afghan refugees in the Netherlands maintain transnational family relations. *Gender, technology and development*. 12:389.

Pernice R. & Brook's, J. (1996). Refugees' and immigrants' mental health: association of demographic and post-immigration factors. *Journal of Social Psychology*, 6(4)511-519.

Pharos (2007). *Pharos Meerjarenprogramma Volwassenen en Ouderen 2007-2010*. Pharos.

Geraadpleegd op 28 juni 2010, op website

http://www.pharos.nl/uploads/_site_1/Pdf/Meerjarenprogramma/Meerjarenprogramma%20Volwassenen%20en%20Oudere%20Migranten-Vluchtelingen%202007-2010.pdf

Pharos (2009). Oudere vluchtelingen in Nederland – Factsheet 2009. *Pharos*.

Pharos (2010). *Wie is Pharos*. Geraadpleegd op 1 mei 2010, op website:
http://www.pharos.nl/over_pharos/wieispharos

Pugliesi, K. & Shook, S. (1998). Gender, ethnicity and network characteristics: variation in social support resources. *Sex roles*, 28(3/4).

Putnam, R.D. (1995). Bowling alone. America's declining social capital. *Journal of Democracy*, 6(1):65-78.

Schellingerhout, R. (2004). Gezondheid en welzijn van allochtone ouderen. *Den Haag: Sociaal Cultureel Planbureau*.

Sinnerbrink, I., Silove, D., Field, A., Steel, Z. & Manicavasagar, V. (1997). Compounding of premigration trauma and postmigration stress in asylum seekers. *The journal of psychology*, 131(5):463-470.

Verwey-Jonker Instituut (2010). *Homepage*. Verwey-Jonker Instituut Utrecht.
Geraadpleegd op 16 juni 2010, op website: http://www.verwey-jonker.nl/verwey_jonker.

Vilans (2009). *Cijfers over eenzaamheid in Nederland*. Vilans.
Geraadpleegd op 1 mei 2010, op <http://www.vilans.nl/smartsite.dws?id=69253>

Vluchtelingenwerk (2010₁). *Wat doet Vluchtelingenwerk?* Vluchtelingenwerk.
Geraadpleegd op 16 juni 2010, op website: <http://www.vluchtelingenwerk.nl/wat-doet-vwn/wat-doen-wij.php>

Vluchtelingenwerk (2010₂). *Wie is een vluchteling?* Vluchtelingenwerk.
Geraadpleegd op 25 mei 2010, op website: <http://www.vluchtelingenwerk.nl/vluchtelingen/wie-is-vluchteling.php>

Voorpostel, M., van der Lippe, T., Dijkstra, P.A., & Flap, H. (2007). Similar or Different? The Importance of Similarities and Differences for Support Between Siblings. *Journal of family issues*, 28(8):1026-1053.

VWS (2009). *Versterking preventieve gezondheidszorg voor ouderen*. Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS)

Geraadpleegd op 1 mei 2010, op <http://www.nieuwsbank.nl/inp/2009/10/19/R293.htm>

V&NZG (2010). *Wat is stichting V&NZG?* Vluchtelingen en Nieuwkomers Zuid Gelderland (V&NZG).

Geraadpleegd op 16 juni 2010, op website: <http://www.vnzg.nl/>

Wereldpand (2010). *Het Wereldpand*. Stichting Irakese Vrouwen.

Geraadpleegd op 16 juni 2010, op website: www.wereldpand.nl

Bijlage I - Brief project Eenzaamheid onder oudere vluchtelingen

Oudere vluchtelingen in Nederland hebben met veel gevoelens van eenzaamheid te maken. Hun maatschappelijke participatie is door taal, inkomen en gezondheidsproblemen laag en hun netwerken zijn vaak beperkt. Dit leidt tot veel sociaal isolement en psychische klachten. Het doorbreken van sociaal isolement is dan ook een belangrijk en vraagt de aandacht. Veel mensen willen hun kennis en ervaring daarvoor inzetten.

In 2009 is 'De Coalitie erbij' gestart. Dit zijn circa tien maatschappelijke organisaties, die zich verenigd hebben in een 'nationale coalitie' om de eenzaamheid in Nederland slagvaardig tegen te gaan. Uit onderzoek blijkt dat zeer veel Nederlanders zich eenzaam voelen: ouderen en zeker ook jongeren, zowel autochtonen als migranten. Pharos wil met 'De Coalitie erbij' een project opzetten met als doel het verminderen van eenzaamheid onder oudere vluchtelingen.

Pharos is in februari 2010 een onderzoek gestart naar eenzaamheid onder oudere vluchtelingen. Lucy Hagen, studente sociologie aan de Universiteit van Utrecht, zal een deel van dit onderzoek op zich nemen. Ze zal een kwalitatief onderzoek verrichten naar hoe eenzaamheid ervaren wordt wat oorzaken zijn bij deze doelgroep, welke activiteiten nu worden uitgevoerd en welke nieuwe ideeën bestaan. In de volgende fase wordt ervaring opgedaan met hoe oudere vluchtelingen bereikt kunnen worden met activiteiten die hun eenzaamheid helpen te verminderen of te voorkomen. De resultaten uit ons onderzoek gebruiken we daarbij. Het onderzoek zal onder andere bestaan uit open interviews met experts, sleutelfiguren en met oudere vluchtelingen.

Vraag aan u

Bij deze wil ik u vragen of u mee wilt werken aan een interview, van ongeveer een uur, met Lucy Hagen. Uw kennis over oudere vluchtelingen en beleidsinterventies zal erg waardevol zijn. Zij zal vragen naar het welbevinden en eenzaamheid onder oudere vluchtelingen en hoe dit merkbaar is binnen de gemeenschap. Zij zal ook vragen naar wat u ziet als oorzaken van eenzaamheid en uw visie op bestaande en gewenste activiteiten die kunnen bijdragen aan vermindering van eenzaamheid. De interviews zijn gepland in de maand maart en april.

Naast experts willen we oudere vluchtelingen boven de 55 jaar interviewen en hen vragen naar hun ervaringen en behoeften. Daarin bent u voor ons een belangrijke sleutelfiguur wat betreft de toegang tot oudere vluchtelingen. We willen u dan ook vragen of u mogelijkheden ziet in contact te komen met oudere vluchtelingen en of u hen wilt vragen om een gesprek met hen te hebben. Bij het

interview met de ouderen zal zo nodig de hulp van een tolk worden ingeschakeld. Ook deze interviews zijn gepland in de maand maart (en april). Alle gesprekken kunnen bij u of de oudere thuis of in de woonomgeving gehouden worden.

Nies van Grondelle, Najla Wassie en Lucy Hagen
(project Eenzaamheid, Pharos)

Bijlage II - Topiclijst oudere vluchtelingen

1. Persoonsgegevens

- Naam, geboortedatum, burgerlijke staat
- Al dan niet een beroep voor pensioen

2. Introductie

- Kennismaken
- Achtergrond onderzoek: verwerven van inzicht in de betekenis van welbevinden (eenzaamheid), adviezen verbetering welbevinden
- Thema's die tijdens het interview besproken (kunnen) worden:
 - Levensloop
 - Maatschappelijke activiteiten
 - Sociale contacten
- Vragen over persoonlijke omstandigheden: gezinssituatie, gezondheidssituatie
- Toestemming vragen bandopname
- Tolk aanwezig

3. Levensloop en huidige situatie

- Leven voor migratie (gezin, opleiding, werk): kunt u wat vertellen over uw leven in uw thuisland? Waar groeide u op, hoe groot is uw familie, naar welke school ging u, heeft u een opleiding gevolgd? heeft u een beroep uitgevoerd in uw thuisland?
- Leven na migratie (gezin, opleiding, werk):hoe lang woont u in Nederland? Woont uw (naaste) familie in het thuisland of in Nederland, kinderen, broers/zussen, ooms/tantes, neven/nichten? Heeft u in NL gewerkt? Welk beroep? Wat is de samenstelling van het gezin(werk/studie)?
- Ouder worden: hoe ervaart u ouder worden in Nederland? Hoe is het gesteld met uw gezondheid? Zou u hetzelfde leven hebben als u nu in uw land van herkomst zou leven?
- Dagelijks leven: hoe brengt u uw dag door? Bijvoorbeeld: contacten onderhouden, activiteiten ondernemen, klusjes, huishouden, hobby's.
Voelt u zich door het doen van deze activiteiten over het algemeen gelukkiger/vrolijker?

4. Sociale contacten en welzijn

- De objectieve situatie:

Mate van contacten binnen gezin, familie, vrienden, kennissen, burens,

Voelt u zich door deze contacten over het algemeen gelukkiger/vrolijker?

Mate van activiteiten binnen vereniging/gemeenschap/clubs/informele groepen?

Voelt u zich door deze activiteiten over het algemeen gelukkiger/vrolijker?

- Opvatting over relaties

Welke relaties vind u essentieel (met partner, broer/zus, vriendin, burens)?

Wat zijn de functies van sociale relaties (betekenis contacten)? Bv steun, hechting, gevoel van veiligheid, adviezen en informatie krijgen bij het omgaan met stressvolle gebeurtenissen

- De subjectieve beleving van de situatie (obv eenzaamheidsschaal):

Heeft u genoeg sociale contacten?

Heeft u een goede vriend of vriendin?

Heeft u voldoende steun?

Zijn er mensen die u kunt vragen iets voor u te doen?

Is er iemand op wie u in tijden van nood een beroep kunt doen?

Zijn er mensen met wie u zich nauw verbonden voelt?

Zijn er mensen die altijd achter u staan?

- Indien aanwezig: betekenis en oorzaken eenzaamheid

Wat betekent eenzaamheid voor u?

Waar hangt eenzaamheid nauw mee samen volgens u (oorzaken)? (Bijv: mobiliteit, invloed keuze van kinderen, hebben van contacten, hulpvraag hebben en durven stellen, behoefte gezinshereniging, behoefte teruggang naar eigen land)

Hoe komt het dat u eenzaamheid ervaart? Zijn er belemmeringen bij het onderhouden van contacten? Wensen en behoeften?

5. Adviezen voor interventie

Bent u tevreden over uw leven? Hoe beleeft u uw dagelijks leven?

Wat zou er beter kunnen (als het gaat om uw welzijn)?

Wat zijn uw wensen en behoeften om uw welzijn te verbeteren?

Wat kan er gedaan worden om uw situatie of die van andere oudere vluchtelingen in uw omgeving te verbeteren? (bijv: wilt u naar een buurthuis, heeft u wel eens van anderen gehoord dat ze iets ondernemen wat u ook leuk lijkt?)

6. Afsluiting

Terugblik op het interview

Bijlage III - Topiclijst experts

Probleem: eenzaamheid oudere vluchtelingen.

Vraag: in hoeverre is er sprake van eenzaamheid en isolement, wat zijn oorzaken en in hoeverre kan eenzaamheid worden doorbroken.

1. Aanwezigheid eenzaamheid oudere vluchtelingen

- Hoeveel ouderen zijn er? Waar wonen zij (bepaalde stad, wijk, of landelijk verspreid)?
- Wat merkt u wat betreft eenzaamheid bij vluchtelingen: zijn er ouderen die zich eenzaam voelen?

2. Betekenis eenzaamheid

- Wat betekent het om ouder te worden, veranderingen in het sociale leven en houding ouderen?
- Welke plek krijgt iemand binnen de sociale omgeving bij het ouder worden?
- Wordt het begrip eenzaamheid herkend en erkent in de taalgroepen? En hoe wordt eenzaamheid opgelost? Hoe gaan mensen hiermee om? Wordt er open over gesproken door ouderen zelf?
- Wat is het verschil tussen ouder worden in Nederland en ouder worden in het thuisland?
- Hoe interpreteert u eenzaamheid bij de ouderen vluchtelingen? Waardoor voelt iemand zich eenzaam?

3. Oorzaken eenzaamheid oudere vluchtelingen

- Sociale contacten, taalachterstand, cultuur, financiën?

4. Interventiemogelijkheden

- Wat zou helpen om te voorkomen dat ouderen eenzaam worden of blijven?
 - Wat zou helpen om eenzaamheid te doorbreken?
 - Wie zou daar wat in kunnen doen? Mensen uit de eigen organisatie, een welzijnsorganisatie (buurthuis, ouderenwerk, kerken en moskeeën)?
 - Hoe zouden eenzame ouderen bereikt kunnen worden?
 - Zouden ouderen naar een activiteit in de buurt of naar religieuze gelegenheden gaan?
 - Wat zou het voor die oudere gemakkelijker maken om aan activiteiten deel te nemen?
- Zou iemand bezoek aan huis willen hebben? Door iemand uit de eigen gemeenschap en taal? En ook door een Nederlandssprekend persoon?
- Heeft uw eigen organisatie activiteiten voor ouderen of waar ouderen naar toe komen?

Bijlage III – Instellingen van experts en deelnemers van de focusgroep

CABO Amsterdam

CABO is een kleine en actieve organisatie die zich inzet voor het optimaal maatschappelijk meedoen van oudere migranten in Amsterdam. De organisatie is opgericht om oudere migranten wegwijs te maken op de terreinen van dienstverlening, zorg en wonen. CABO slaat een brug tussen deze groep en instellingen voor zorg- en dienstverlening. Tevens is de organisatie een vraagbaak voor de mensen uit het veld die met oudere migranten te maken hebben. CABO onderhoudt contacten met diverse zelforganisaties van migranten en werkt nauw samen met de verschillende dienstverlenende organisaties. Zo vervult CABO een belangrijke brugfunctie tussen dienstverlening voor ouderen en de vaak moeilijk bereikbare groep van oudere migranten (CABO, 2010).

Centrum '45

Stichting Centrum '45 is het landelijk instituut voor specialistische diagnostiek en behandeling van psychotraumaklachten ten gevolge van vervolging, oorlog en geweld. Stichting Centrum '45 behandelt mensen met complexe psychotraumaklachten die het gevolg zijn van vervolging, oorlog en geweld (bijvoorbeeld rellen, gijzelingen en aanslagen) (Centrum '45, 2010).

Cumulus Welzijn Utrecht

Cumulus Welzijn is een organisatie voor welzijnswerk, actief in de vier Utrechtse wijken Binnenstad, Noordoost, Oost en Overvecht. In dit werkgebied wordt een breed en samenhangend pakket aangeboden aan welzijnsdiensten, rekening houdend met de diversiteit van wijken en bewoners (Cumulus Welzijn, 2010).

FORUM

FORUM is een kennisinstituut in Utrecht voor Multiculturele Vraagstukken. FORUM vergaart kennis op het gebied van integratie, stelt deze beschikbaar en zet de kennis om in praktisch toepasbare methoden en producten (FORUM, 2010).

Lize

Lize is een van de zeven landelijke samenwerkingsverbanden die in het kader van de Wet Overleg Minderhedenbeleid (WOM) zijn toegelaten tot het Landelijk Overleg Minderheden (LOM). Lize behartigt binnen het LOM de belangen van de Zuid-Europese gemeenschappen (Lize, 2010).

LSMO

Landelijke Stuurgroep Molukse Ouderen (LSMO) is een samenwerkingsverband van landelijke instellingen, regionale steunfunctie instellingen en twee woonzorgcentra. LSMO is uitgegroeid tot een netwerk van instellingen en professionals dat het welzijn van Molukse ouderen als belangrijkste doelstelling heeft (LSMO, 2010).

Me&society

Me&society is een bureau voor projectmanagement, advies, trainingen, onderzoek en arbeidsbemiddeling op het gebied van culturele diversiteit. Het bureau voert opdrachten op maat uit voor overheidsdiensten, maatschappelijke instellingen en het bedrijfsleven. Dit kan bijvoorbeeld advies en begeleiding zijn ten behoeve van het ontwikkelen van diversiteit- en interculturalisatiebeleid en de implementatie daarvan. Bovendien neemt het bureau zelf ook initiatieven. Onder andere met betrekking tot het opzetten van maatschappelijke projecten en het organiseren van allerlei vormen van deskundigheidsbevordering (me&society, 2010).

Het NOOM

Het Netwerk van Organisaties van Oudere Migranten (NOOM) is opgericht met het doel om alle allochtone ouderen te representeren, zodat een sterke landelijke belangenbehartiging ontstaat. Daarnaast wil het NOOM diensten aanbieden en activiteiten faciliteren waaraan behoefte bestaat en waarin de deelnemende organisaties zich breed kunnen herkennen (NOOM, 2010).

Stichting Irakese Vrouwen

De Stichting Irakese Vrouwen is in 2005 opgericht door enkele initiatiefneemsters omdat er in Amsterdam geen plek was waar men naartoe kon gaan als vrouwelijke Irakese vluchteling. De gemeente Amsterdam stimuleert de groei en vernieuwing van vrijwilligerswerk door een gebouw ter beschikking te stellen aan de zelforganisaties van Amsterdam die er ongeveer 65 telt (Wereldpand, 2010).

Verwey-Jonker Instituut

Het Verwey-Jonker Instituut is een onafhankelijk onderzoeksinstituut voor advies en innovatie op sociaal-maatschappelijk terrein in Utrecht. Kernwoorden in het onderzoek van het Verwey-Jonker Instituut zijn wetenschappelijke expertise, klantgerichtheid en maatschappelijk belang. Het Verwey-Jonker Instituut heeft voor de Coalitie Erbij een onderzoek verricht naar interventies rondom eenzaamheid bij oudere migranten (Verwey-Jonker Instituut, 2010).

Vluchtelingenwerk Nederland

Vluchtelingenwerk Nederland behartigt de belangen van vluchtelingen en asielzoekers in Nederland vanaf het moment van binnenkomst tot en met de integratie in de Nederlandse samenleving. Vluchtelingenwerk biedt persoonlijke steun door begeleiding bij de asielprocedure en begeleiding bij integratie en gezinshereniging. Bovendien zet Vluchtelingenwerk zich in voor collectieve belangenbehartiging van vluchtelingen en asielzoekers. Zij ondersteunen de asieladvocatuur, proberen invloed uit te oefenen op het asiel- en integratiebeleid van de overheid en er worden campagnes gevoerd (Vluchtelingenwerk 2010).

V&NZG

Vluchtelingen & Nieuwkomers Zuid-Gelderland (V&NZG) begeleidt vluchtelingen en migranten bij het opbouwen van een zelfstandig bestaan in Nederland. Ook draagt de stichting er zorg voor dat asielzoekers een zorgvuldige asielprocedure kunnen doorlopen en hun rechten en plichten leren kennen en gebruiken. Verder zet stichting V&NZG zich in om het begrip en contact tussen haar cliënten en de autochtone Nederlandse bevolking te vergroten. De taken van V&NZG zijn onder te verdelen in maatschappelijke begeleiding, juridische ondersteuning, trajectbegeleiding, belangenbehartiging en het uitvoeren van projecten en speciale activiteiten (V&NZG, 2010).

WMO-ambassadeurschap

Wmo- ambassadeurs (Wet Maatschappelijke Ondersteuning) zijn allochtone vrijwilligers die tussen de cliënt en het centrale loket van de deelgemeente in staan. Ook fungeert de ambassadeur als voorlichter en vraagbaak en spreekt als het nodig is dezelfde taal als de cliënt. Een WMO-ambassadeur is een bruggenbouwer in de WMO (FORUM, 2010).

Bijlage V – Codeboom oudere vluchtelingen

Codes	Categorieën	Tweede verdeling (codes)	Indien nodig: Derde verdeling (codes)
Betekenis eenzaamheid	Aanwezigheid	-Ja (6) -Nee (5)	
	Betekenis	- Alleen zijn -Verveeld zijn	- Familie afwezig - Niet actief zijn
	Ervaring ouder worden	- Dilemma terugkeren - Verwachting zorg van kinderen - Afhankelijk worden	
	Contacten	- Contact met NL - Contact eigen groep - Contact familie	- Gevarieerd - Groter - Verspreid en verloren, maar ook familie in NL
	Opvatting relaties	- Steun - Waardering krijgen - Zorgen vergeten - Gezelligheid - Praktische hulp -Herkenning binnen eigen groep	
	Activiteiten	- Niet actief (1) - Eén activiteit (2) - Twee activiteiten (5) - Vier activiteiten (3)	- Sport/beweging - Familiebezoek - Hobby - (Vrijwilligers)werk - Buurthuis/feest eigen groep
Oorzaken eenzaamheid	Ouder worden	- Toename zorgafhankelijkheid - Afname mobiliteit - Afname zorg van kinderen	- Zich alleen voelen
	Beperkte financiën	- Niet iets kunnen ondernemen - Beperkt contact mogelijk	
	Beperkt tot geen netwerk	- Verloren - Verspreid - Verdeeld	
	Taalachterstand	- Minder participatie - Weinig contact Nederlanders - Onvermogen taal leren	
	Heimwee	- Niet open staan voor huidig leven	
Beschermende factoren	Doet u activiteiten? Heeft u contacten? Waardoor voelt u zich beter?	- Mentaliteit - Taal - Activiteiten - Contacten en waardering	- Bewust zijn over eigen verantwoordelijkheid
Behoeften		- Eigen groep ontmoeten - Organiseren feest voor eigen groep - Zelf meer willen ondernemen - Financiële verbetering	

Bijlage VI – Codeboom experts

Codes	Categorieën	Tweede verdeling (codes)	Indien nodig: Derde verdeling (codes)
Betekenis eenzaamheid	Aanwezigheid	-Ja (13) -Nee (0)	- Eenzaamheid wordt niet zo genoemd
	Betekenis	- Sociaal isolement - Emotionele eenzaamheid	- Familie afwezig - Taalachterstand - Niet participeren
Oorzaken eenzaamheid	Ouder worden	- Toename zorgafhankelijkheid - Afname mobiliteit - Afname zorg van kinderen	
	Beperkte financiën	- Niet iets kunnen ondernemen -Beperkt contact mogelijk	
	Beperkt tot geen netwerk	- Verloren - Verspreid - Verdeeld	
	Taalachterstand	- Minder participatie - Onbekendheid voorzieningen - Weinig contact NL	
	Weinig activiteiten	- Geen aanbod	
	Trauma	- Geen vertrouwen - Heimwee	- Niet open staan voor huidige leven
Beschermende factoren	Wat zijn beschermende factoren?	- Mentaliteit - Activiteiten - Taal	- Bewust zijn over eigen verantwoordelijkheid
Adviezen	Specifieke interventies	- Individuele begeleiding	- Voor sterk geïsoleerden - Begeleiden
		- Groepsactiviteiten - Taalcursus	- In eigen taal - Nederlandse taal - Gezonde deel aanspreken - Taalcursus
	Randvoorwaarden	- Maatwerk leveren - Integrale aanpak - Bereik doelgroep - Prof/vrijwilligers - Verantwoordelijkheid	

Bijlage VII – Deelnemers focusgroep

Deelnemers focusgroep			
	Naam	Instelling	Functie deelnemer
1	Wendela Gronthoud	CABO Amsterdam	Directeur
2		Centrum '45 en Pharos (oud-medewerker)	Maatschappelijk werker
3	Sophia Hagemeyer	Cumulus Welzijn Utrecht	Coördinator vluchtelingen
4	Gonnie Kaptein	Lize - overlegpartner Rijksoverheid Zuid Europese gemeenschappen	Beleidsmedewerker
5	Marjan de Gruijter	Verwey-Jonker Instituut	Senior onderzoeker
6	Fereshteh Moradi	Vluchtelingenwerk Eindhoven	Consulent
7	Christ Elsten	Vluchtelingenwerk Midden Gelderland	Consulent
8	Jasper Clemens	Vluchtelingenwerk Midden Gelderland	Consulent
9	Marzieh Dadvar	Vluchtelingenwerk Rijnmond	Medewerker
10	Rohina Raghoebier	Pharos	Programmacoördinator
11	Nies van Grondelle	Pharos	Onderzoeker en methodiekontwikkelaar