



Expertisenetwerk  
**LEVENSVRAGEN**  
en **OUDEREN**





Expertisenetwerk  
**LEVENSVRAGEN**  
en **OUDEREN**

## **2005: onderzoek NiDi en VU: eenzaamheidsinterventies helpen niet**





Expertisenetwerk  
**LEVENSVRAGEN**  
en **OUDEREN**

Wordt er iets essentieels  
gemist?



# Stelling:

Te weinig aandacht voor zingeving veroorzaakt of verergert niet-gewenste eenzaamheid





# Over zingeving: dat kan toch niet?

- Dat is toch voor de kerk, voor de dominee?
- Dat lossen mensen zelf thuis wel op...
- Daar mogen wij als organisatie ons niet mee bemoeien
- Dat is vaag gezweef over spiritualiteit!
- Wat levert dat nou op?



# Zingeving en levensvragen

- ▶ Zingeving is: het streven een zinvol leven te leiden, je positie in de wereld om je heen te bepalen, betekenis te zoeken.

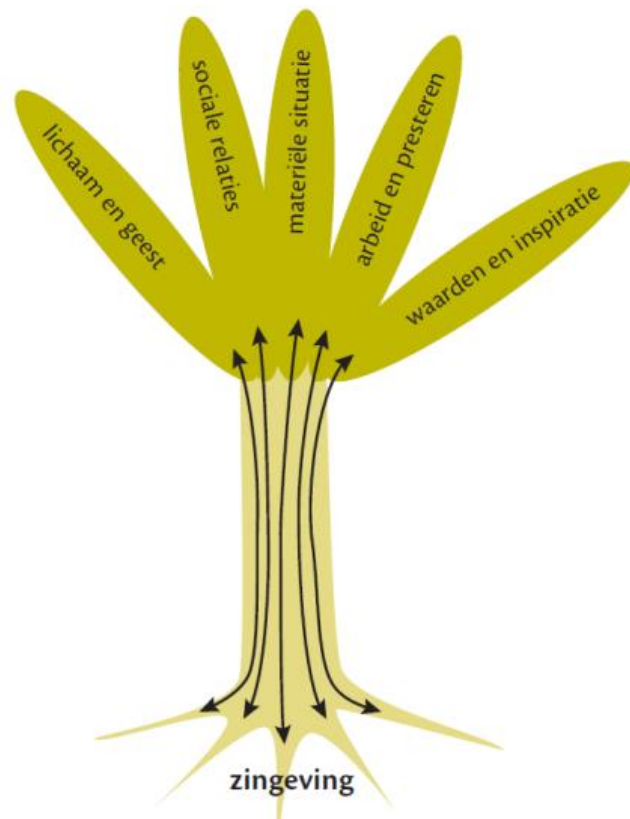


- ▶ Levensvragen zijn de vragen die je je stelt in het zingevingproces. Het kunnen de 'grote' vragen zijn, en de 'kleine'.





# Alledaagse en existentiële zingeving



# Nog iets over zingeving



- ▶ Ieder mens is op zoek naar zin: een manier om ertoe te doen in het leven, zich verbonden met anderen te weten, zelf regie te hebben en gebeurtenissen een plek te kunnen geven
- ▶ Ouderen verkeren (zeker als ze hoogbejaard zijn) in een kwetsbare situatie:
  - uit het arbeidsproces
  - kleiner netwerk
  - afnemende gezondheid
- ▶ Bij ingrijpende gebeurtenissen intensief zingevingproces

ZIN ZOEKEN  
ZIN VINDEN  
ZIN GEVEN



# Zingeving behoeften

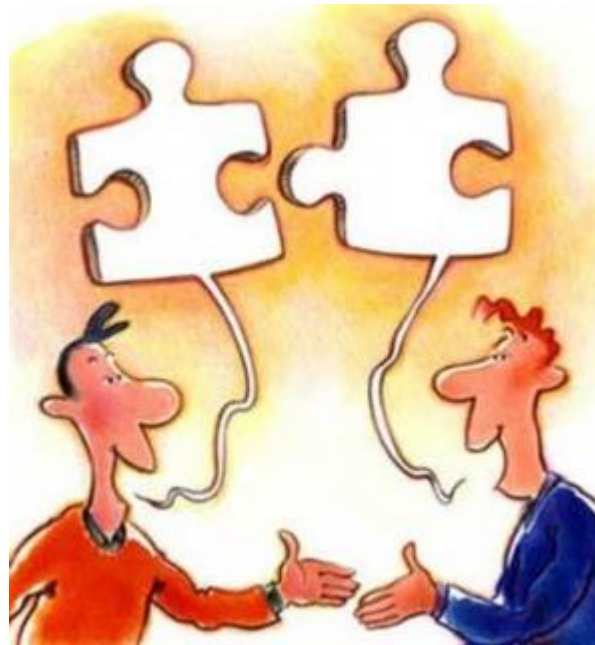
- Doelgerichtheid
- Morele rechtvaardiging
- Eigenwaarde
- Competentie
- Begrijpelijkheid
- Verbondenheid
- Transcendentie

- (Derkx 2011)



# Herkent u dit?

*Welke zingevingsbehoeften herkent u?*



# Welke zingevingsbehoeften bij:

- ▶ Bij sociale eenzaamheid in het geding

*Wat denkt u?*

- ▶ Bij emotionele eenzaamheid

*Wat denkt u?*



# Volgens mij zijn dat:

- ▶ Bij sociale eenzaamheid in het geding
  - behoefte aan doelgerichtheid, competentie, eigenwaarde en verbondenheid
- ▶ Bij emotionele eenzaamheid
  - behoefte aan verbondenheid, morele rechtvaardiging, eigenwaarde, transcendentie en begrijpelijkheid



# Aandacht in individuele benadering

- ▶ Is er behoefte aan doel?
- ▶ Aan invloed op eigen leven?
- ▶ Aan meer zelfwaardering?
- ▶ Meer verbondenheid met anderen?
- ▶ Morele rechtvaardiging?
- ▶ Zijn leven beter begrijpen?
- ▶ Zich verbonden kunnen voelen met iets anders?



# Specifieke zingevingsondersteuning

- ▶ Gespreksgroepen
- ▶ Maatjescontact met vrijwilligers die hierin getraind zijn (voorbeeld: Motto Rotterdam)
- ▶ Gesprekken met geestelijke zorg
- ▶ Zingevende activiteiten: bijvoorbeeld films die ergens over gaan, discussie-avonden, leeskringen
- ▶ Toeleiding naar zingevend (vrijwilligers)werk en dagbesteding



# Praktijkvoorbeeld: Centrum voor Levensvragen Rotterdam

- ▶ Vrijwilligers begeleid door beroepskracht bezoeken ouderen thuis
- ▶ Effect: iedere geïnvesteerde euro wordt 1,4 tot 1,6 keer terugverdiend in maatschappelijk rendement

# Training en inspiratie

- ▶ Zie [www.zorgvoorbeter.nl/levensvragen](http://www.zorgvoorbeter.nl/levensvragen) voor de Trainingswinkel van het Expertisenetwerk Levensvragen en Ouderen
  - trainingen voor vrijwilligers
  - trainingen voor beroepskrachten zoals Wmo-adviseurs, ouderenadviseurs, maatschappelijk werk, wijkteams etc
  - inspiratiebijeenkomsten

# Mevrouw de S., van draaideur naar haar man

