

Linda Verwaaijen

Sociaal psychiatrisch
verpleegkundige

Maatschappelijk werkster

17 mei 2018



Definitie

“Eenzaamheid is het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde sociale relaties” (Van Tilburg & De Jong Gierveld, 2007).

- Sociale eenzaamheid
- Emotionele eenzaamheid
- Gecombineerde eenzaamheid

(Van Tilburg & De Jong Gierveld, 2007; Coalitie Erbij, z.d.)



Oorzaken

- Maatschappelijke oorzaken
 - Negatieve beeldvorming
 - Toegenomen individualisering
 - Hoge eisen aan kwaliteit van leven
 - Dubbele vergrijzing
 - Afbouw verzorgingsstaat
- Ingrijpende gebeurtenissen
- Individuele eigenschappen

(Machielse, 2006; Movisie, 2016; Coalitie Erbij, z.d.)



Gevolgen

- Vele gevolgen die invloed hebben op kwaliteit van leven.

- Negatieve spiraal:

Eenzaamheid geeft een gevoel van leegte en algemene ontevredenheid over het leven. Het gevaar bestaat dat een negatieve spiraal ontstaat doordat mensen minder goed voor zichzelf gaan zorgen en zich juist steeds meer gaan terugtrekken.

- Eigen ervaring

(Coalitie Erbij, z.d.; Movisie, 2016)



3 oplossingsrichtingen

- Aangaan van nieuwe relaties en/of verbeteren of intensiveren van bestaande relaties.
- Bijstellen van de wensen en verwachtingen die men heeft ten opzichte van relaties.
- Leren omgaan met gevoelens van eenzaamheid.
- Eigen ervaring

(Movisie, 2016)



4 knelpunten

1. Taboeonderwerp

- Negatieve beeldvorming
- Zwak en passief

2. Complex verschijnsel

- Verschillende oorzaken en vormen
- Grenzen van de verschillende hulpverlenerssectoren
- Versnippering en schotten (Delespaul, et al., 2016)

(Movisie, 2016)



4 knelpunten

3. Maatwerk, volharding en samenwerking

- Oplossingen met snel resultaat
- Gebrek aan investering in tijd, aandacht en financiering (Van Dongen, 2013)
- Hoge werkdruk en bureaucratische handelingen (Delespaul, et al., 2016)

4. Gebrek aan goede scholing

- Nauwelijks aandacht (Van Maat, 2015)

5. Persoonlijke toevoeging:

- Context

(Van Dongen, 2013; Van Maat, 2015; Movisie, 2016)



3 soorten herstel

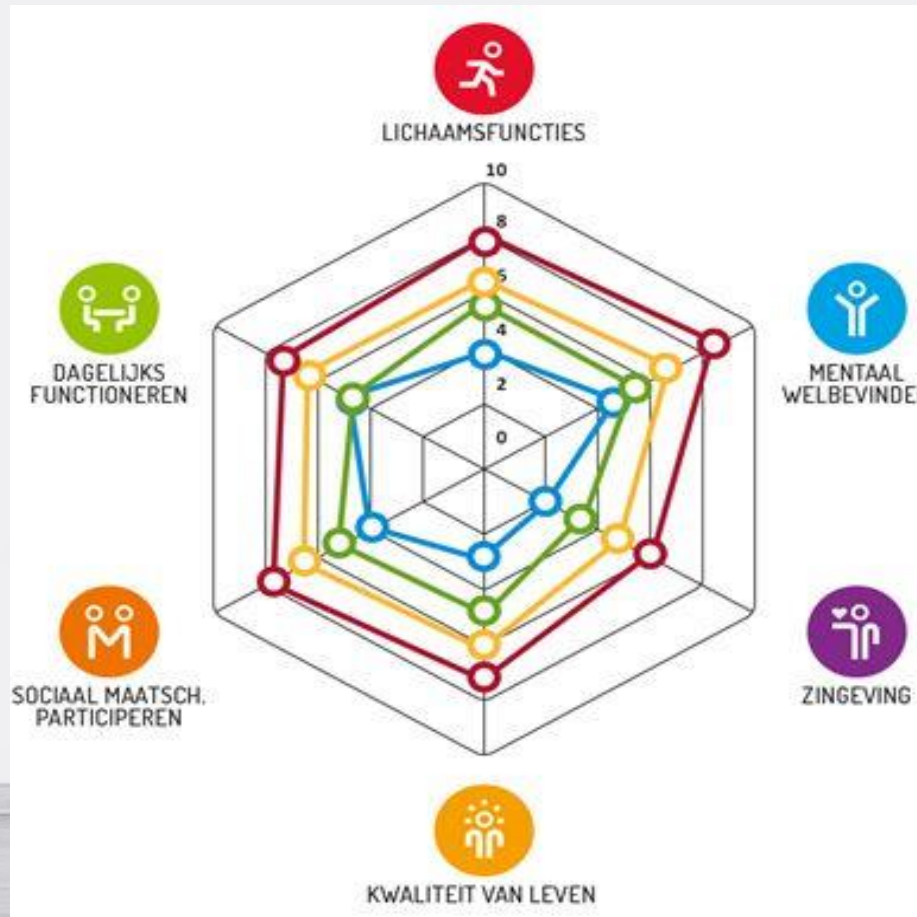
- Klinisch herstel
Interacteren met elkaar
- Maatschappelijk herstel
- Persoonlijk herstel

(Delespaul, et al., 2016)



Nieuwe definitie op gezondheid

“Gezondheid is het vermogen zich aan te passen en zelf de regie te voeren, gegeven psychische, lichamelijke en sociale uitdagingen” (Huber, 2012)



Verschillende invalshoeken

- Spirituele dimensie van gezondheid:

De spirituele dimensie van gezondheid stelt het belang centraal van het hebben van betekenisvolle doelen en het ervaren van een zinvol bestaan (Huber, 2012).

- Definitie van persoonlijk herstel:

Het realiseren van betekenisvolle doelen met individuele ervaring van een zinvol bestaan (Delespaul, et al., 2016).

- Terugkomend op 1 van de gevolgen van eenzaamheid:

Eenzaamheid geeft een gevoel van leegte en algemene ontevredenheid over het leven (Coalitie Erbij, z.d.; Movisie, 2016).



Hechtingstheorie van Bowlby (1907- 1990)

Iedereen heeft de primaire behoefte om zich te hechten aan anderen. Deze aangeboren hechtingsbehoeften, en de ermee samenhangende angst voor scheiding en isolement, vormt een primaire drijfveer van ons handelen. Deze behoefte blijft bestaan van de wieg tot het graf.

Nabijheid van een geliefde vormt een natuurlijke remedie tegen angst en kwetsbaarheid en zorgt dat we tot grootste daden instaat zijn. Wanneer we deze nabijheid missen voelen we ons eerst boos, dan verlaten en wanhopig en tot slotte depressief.

(Savenije, et al., 2015)



Filosofische uitspraken

Martin Buber (1978 – 1965)

De kracht van de ontmoeting zit hem volgens Buber in de gevleugelde uitspraak:

“Ik word ‘iemand’ aan jou. Mijn mens-zijn ontwikkelt zich in de relatie en in de ontmoeting met de ander”

(Hogeschool Utrecht, 2008).

Echt ‘mens zijn’ zag Buber dan ook anders als dan het veel geprezen ‘individu-zijn’.

Echt mens-zijn is ‘in een wederkerige relatie leven met je omgeving’.



Conclusies

- Complex verschijnsel → vereist een integrale manier van werken om het op een duurzame en systematische manier aan te kunnen pakken
- Onvoldoende erkenning
- Uitgangspunt sociale psychiatrie:
Sociale psychiatrie is de vorm van psychiatrie die benadrukt dat geestelijke gezondheidsproblemen ontstaan binnen interacties (Van der Padt, et al., 2017).
- Context



Nieuwe beweging 'Samen Beter'

- Coördinerend Orgaan Opleidingen Agogische Beroepen GGZ (COOAB2)
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport
- Onderwijsarrangement GGZ agoog
- Preventie collectief
- Zelfzorg ondersteunt.
- MeetingMoreMinds
- Noaber Foundation
- Institute for Positive Health
- GezondNL
- De nieuwe GGZ
- Nieuwe definitie van gezondheid
- Therapeutische relatie → present zijn
- Wijkgericht → tevens opdracht voor de gemeenten

(Delespaul, et al., 2016; Samen Beter, z.d.; Plan van aanpak Gelderland-Zuid, 2017)



Over de Nederlandse grenzen heen

- Nieuwe veranderingen zorgen lang niet altijd voor gewenste resultaten.

De toekomst:

<https://www.youtube.com/watch?v=viKgia3sVuY>

<https://www.youtube.com/watch?v=1hATHeID598>



Bronnen

- André, J.P. (2008). *Korte schets over denken van Martin Buber*. Utrecht: Hogeschool Utrecht.
- Coalitie Erbij (z.d.). *Samen tegen eenzaamheid initiatief van Coalitie Erbij*. Geraadpleegd op 11 september 2017, van <https://www.samentegeneenzaamheid.nl>.
- Delespaul, P. & Milo, M. & Schalken, F. & Boevink, W. & Os, J. (2016). *Goede GGZ: Nieuwe concepten, aangepaste taal en betere organisatie* (3^{de} druk). Leusden: Diagnosis Uitgevers.
- Dongen, I. van (2013). *De lokale aanpak van eenzaamheid*. BVWO Jaarpublicatie 2013. Tilburg: Brabantse Vereniging van instellingen voor Welzijn Ouderen (BVWO).
- Institute for Positive Health (z.d.). Geraadpleegd op 21 januari 2018 van, <https://iph.nl/>.
- Maat, J.W. van de (2015). *Aandacht voor eenzaamheid in het Mbo- en Hbo-onderwijs. Van impliciet naar expliciet*. Interne notitie. Utrecht: Movisie.
- Machielse, A. (2006). *Onkundig en onaangepast. Een theoretisch perspectief op sociaal isolement*. Utrecht: Van Arkel.
- Movisie, kennis en aanpak van sociale vraagstukken (2016). *wat werkt bij eenzaamheid*. Ministerie van volksgezondheid en sport.
- Plan van aanpak Gelederland-Zuid (2017). *Een sluitende aanpak voor mensen met een psychische kwetsbaarheid*. Nijmegen & Rivierenland.
- Van der Padt, I., & Derks, J., & Boon, S. (2017). *Psychische kwetsbaarheid: Belicht vanuit sociaalpsychiatrisch perspectief*. Amsterdam: Boom.
- Samen Beter (z.d.). *Samen Beter: Werken aan vitale wijken*. Geraadpleegd op 21 januari n2018, van <https://www.samenbeter.org/waarom-wat-wie-hoe>.
- Savenije, A., & Van Lawick, M.J., & Reijmers, E.T.M. (2015). *Handboek systeemtherapie* (2^{de} herziene druk). Utrecht: De Tijdstroom.

