
Echt luisteren leidt tot maatwerk

Behoeften van thuiswonende ouderen aan ondersteuning bij zingeving

Auteurs: Susan Hupkens, Lizette Littel-Baetens, Marielle Hobbelen, Katja van der Linden, Marleen Goumans

Kernwoorden: Behoeften, Diversiteit, Ondersteuning, Ouderen, Zingeving

Vanaf 2019 kunnen thuiswonende burgers vanaf 50 jaar gratis consulten krijgen van een geestelijk verzorger. De overheid veronderstelt een behoefte van ouderen aan ondersteuning bij zingeving, maar of en hoe ouderen deze behoefte aan ondersteuning zelf ervaren is onbekend. Actieonderzoekers van Linking-Zin stelden ouderen deze vraag.

Zingeving

Zingeving is datgene wat we doen en ervaren waardoor ons leven betekenis krijgt. Er zijn universele zingeving behoeften te onderscheiden – verbondenheid, doelgerichtheid, eigenwaarde, competentie, begrijpelijkheid, morele justificatie en verwondering (Derkx 2011, 2015) – maar hoe iemand hier invulling aan geeft is een persoonlijke queeste. Bij het ouder worden kan het behouden van zin een opgave zijn, vooral door verlies van gezondheid, van dierbaren en van belangrijke sociale rollen (Hupkens e.a. 2016). Ouderen doen veel om zolang mogelijk zin te blijven ervaren in hun leven en zij hebben vaak een breed palet aan zingeving bronnen: vanuit henzelf (bijvoorbeeld hun identiteit, waarden en levensverhaal), anderen (bijvoorbeeld naasten, huisdieren, geloof in opperwezens), de omgeving (bijvoorbeeld hun huis en de media) en het leven dat zij leiden (activiteiten, een nieuwe dag mogen meemaken) (Hupkens e.a. 2020). Hoewel we de laatste jaren steeds meer weten over zingeving van ouderen, weten we nog weinig over hun behoeften ten aanzien van ondersteuning op dit gebied en wat zij als passende ondersteuning beschouwen.

Linking-Zin is een, door ZonMw gesubsidieerd, actieonderzoek van de Hogeschool Rotterdam en drie Centra voor Levensvragen (CvL) in de regio's Rotterdam e.o., Zuid-Hollandse eilanden en regio Roosendaal-Bergen op Zoom-Tholen. Het doel van dit onderzoek is om in deze regio's een werkwijze en samenwerking te ontwikkelen en evalueren, waardoor het ondersteuningsaanbod aansluit bij de individuele behoeften aan ondersteuning bij zingevingsvragen van diverse doelgroepen thuiswonende ouderen. In de eerste fase van het onderzoek, 'social mapping', hebben we de actuele situatie in de regio's in kaart gebracht, zowel de behoefte aan ondersteuning van oudere burgers als het aanwezige aanbod. Dit artikel gaat over de behoefte(n) van thuiswonende ouderen ten aanzien van ondersteuning bij zingeving.

Leeftijd	Aantal respondente n	Aantal lichamelijke/ psychische aandoeningen	Aantal respondenten
49-59	13	0	12
60-69	12	1	6
70-79	6	2	6
80-89	1	3	3
		6	1
		Niet vermeld	4
Gender		Opleidingsniveau	
Vrouw	22	WO	1
Man	10	HBO	10
Anders	-	MBO	9
		LBO	2
		Basisschool	3
		Geen	1
		Niet vermeld	6
Culturele achtergrond		Levensovertuiging	
Nederlands	21	Protestants	10
Nederlands/Javaan s	1	Katholiek	5
Vlaams	1	Islam	8
Surinaams	3	Humanistisch	2
Turks	2	Gelooft niet meer	2
Marokkaans	3	Geen specifiek	
Somalisch	1	benoemde	5

Tabel 1. Achtergrondkenmerken van de respondenten
Het onderzoek

Dataverzameling

In 2020 zijn kwalitatieve semigestructureerde interviews gedaan met burgers uit de genoemde regio's. Deze burgers werden gevonden via de projectleiders van de Centra voor Levensvragen (CvL), geestelijk verzorgers, andere professionals, studenten van de hogeschool Rotterdam en de onderzoekers. Vragen waren open geformuleerd en betroffen zingeving; ervaringen, behoeften en wensen ten aanzien van ondersteuning; passende ondersteuning. Interviews vonden face to face plaats of, tijdens lockdowns, online of telefonisch.

Analyse van de interviews

Interviews werden opgenomen, woordelijk getranscribeerd en thematisch geanalyseerd (Clarke & Braun 2006). Daarnaast vonden er bijeenkomsten plaats met (co-)onderzoekers en met stakeholders in de regio om betekenis te geven aan de analyse.

De respondenten

In de drie regio's hebben we 32 burgers geïnterviewd over hun behoefte aan ondersteuning bij zingeving. Hoewel dit zeker geen representatieve groep is, laat tabel 1 zien dat er diversiteit was in de groep respondenten in leeftijd, gender, gezondheidstoestand, opleidingsniveau, levensbeschouwelijke en culturele achtergrond. Er zijn ouderen geïnterviewd in grote en kleine steden, in dorpen en ook drie mensen die in de daklozenopvang verbleven.

Diverse behoeften aan ondersteuning

Veel respondenten hebben eerder in hun leven al eens ondersteuning ervaren bij zingevingsvragen. Allereerst vanuit het eigen (levensbeschouwelijke) netwerk, maar ook door vrijwilligers of lotgenoten, door verschillende professionals, zoals zorg- en welzijnsprofessionals, medewerkers van de gemeente, de huishoudelijke hulp of, bij acht respondenten, door geestelijk verzorgers. De burgers vertelden ons over hun behoeften aan ondersteuning bij zingeving, deels vanuit hun ervaring daarmee, deels vanuit wensen voor de toekomst.

Gezien en gehoord worden

Veel respondenten vertelden behoefte te hebben om hun verhaal te doen aan iemand die onbevooroordeeld luistert; iemand die de tijd neemt en niet meteen met een eigen ervaring of een (medische) oplossing komt.

'Ik loop ook zelf wel onder begeleiding, omdat ik het ook op een gegeven moment niet meer kon handelen. Nee. En dat zei de arts ook wel vaak tegen me van, die vraagt dan steeds naar van "hoe is dat nu". En dan denk ik: Word ik begrepen? ... Nee!' (Burger regio Zuid-Hollandse eilanden)

In sommige gemeenschappen waar de sociale controle groot is, zoals de Marokkaanse en traditioneel protestantse, bleek dat ouderen behoefte hebben aan iemand van buiten hun eigen kring om vrijuit te kunnen praten.

Duiding, perspectief, steun en hoop

Sommige respondenten vonden het prettig als in een gesprek ruimte was voor duiding van gebeurtenissen in het levensverhaal, soms vanuit een levensbeschouwelijke traditie. Zij hadden steun nodig om weer perspectief te zien. Een aantal ouderen gaf aan minder behoefte te hebben aan een gesprek, maar vooral steun en hoop te vinden in muziek, teksten, kunst, de natuur. Zij konden daarbij soms hulp gebruiken, bijvoorbeeld bij het vinden van bijvoorbeeld een passende tekst.

'Ik lees al 40 jaar korte zenteksten om overeind te blijven. En dat is fantastisch om na zo'n lange tijd van een geestelijk verzorger een tekst te krijgen waarvan ik denk, oh geweldig! Dat is echt een cadeau. En toen zette ze ook nog Soefi muziek op en toen viel ik bijna van mijn stoel. Want dat is namelijk de mooiste muziek om weer bij te komen als je een zware dag hebt gehad bijvoorbeeld.' (Burger Rotterdam)

Verbondenheid

Tijdens de coronapandemie was verbondenheid een extra belangrijk thema. Veel respondenten hadden allereerst behoefte aan verbinding met familie, vrienden, burens en lotgenoten. Ook verbinding met anderen in hun dagelijks leven was voor hen belangrijk, zoals een thuiszorgmedewerker of caissière. Sommige ouderen hadden vooral behoefte aan verbinding met specifieke mensen, bijvoorbeeld vanuit hun eigen culturele of levensbeschouwelijke traditie.

'Ik heb mijn eigen netwerk uitgedund. Groepjes of mensen waar ik alleen maar moe van werd, daar ben ik mee gestopt. En ik ben gewoon heel veel zelf op pad gegaan. Met een psychiatisch verpleegkundige heb ik wat coaching gesprekken gehad. Die stuurde mij door naar de mindfulness-club en dan kom je bij stichting MEE. Die had toen een aanbod, ehm, om een lotgenoten groep te starten. Dus daar ben ik toen in gestapt, en daar heb ik twee mensen uit waar we nog steeds contact mee hebben, met z'n drieën wat echt lotgenoten zijn, elkaar ook altijd kunnen bellen of appen of dingen met elkaar kunnen ondernemen.' (Burger regio Roosendaal-Bergen op Zoom-Tholen)

Praktische steun

Zingeving was voor de respondenten verweven met dagelijkse dingen en gewoonten. Praktische zaken dragen voor hen daarom bij aan zingeving. Het ging hierbij bijvoorbeeld over het organiseren van ruimte en rust voor zichzelf, een bankje in de gang, of hulp bij de administratie.

'Wij hebben een bankje, direct naast de ingang van de flat. Ik ga daar altijd even zitten en er is altijd wel iemand die langs komt en waar ik een praatje mee heb. Zeker in de Covid-tijd waar je toch meer binnen bent en minder mensen ziet. Nu wil de woningbouwcorporatie dit bankje weghalen. Dat zou ik zo jammer vinden.' (Burger Rotterdam)

Hulp bij vinden van een zinvolle activiteit

Zingeving gaat ook over dingen doen. Dingen die bijdragen aan levensgeluk, zelfstandigheid, ontmoeting, of andere belangrijke waarden in het leven. Met name jongere ouderen vertelden behoefte te hebben aan inspiratie en expressie door kunst en natuurbeleving, bijvoorbeeld door wandelen, schilderen of yoga. Veel ouderen willen iets betekenen voor anderen in de samenleving, bijvoorbeeld door vrijwilligerswerk. Veel ouderen vonden zelf zinvolle activiteiten, maar anderen hadden behoefte aan hulp bij het vinden, kiezen en behouden daarvan, soms omdat hun beperkingen dat moeilijker maakten, of omdat mogelijkheden niet vindbaar, of voor hen toegankelijk waren.

‘Om voor anderen iets te betekenen. En dat heb ik dus nog niet teruggevonden, een invulling daarvoor. Ik zorg min of meer nu voor mijn schoonmoeder, door corona, maar dat is nee echt niet te vergelijken met wat ik voor mijn moeder heb gedaan.’
(Burger regio Roosendaal-Bergen op Zoom-Tholen)

Niet weten...

In verschillende interviews vertelden respondenten niet precies te weten waar zij behoefte aan hadden. Ouderen herkenden dan (toekomstige) problemen ten aanzien van zingeving maar konden zich niet voorstellen welke ondersteuning zij hierbij zouden kunnen gebruiken. Dit kwam voor sommigen voort uit de overtuiging dat zingeving een eigen zaak is, of uit onbekendheid van de mogelijkheden voor ondersteuning. Voor sommige respondenten kwam het niet kunnen benoemen van behoeftes voort uit een gevoel geen enkele uitweg meer te zien.

‘Ja dat heeft wel een aantal jaren, ja ja. Nee dat ging met ups en downs natuurlijk, ja. Maar ook omdat in die periode, wat ik in het begin ook al zei, mijn vader ziek, mijn moeder ziek, weet je het hield niet meer op. Het ging maar verder en het ging maar verder en die zijn er ook allemaal overleden in die periode. Ja dat zijn natuurlijk ook heftige periodes die dan spelen, dus dan was je net weer een beetje op adem en dan kwam er weer één. Dus je kon, je had ook geen ruimte voor jezelf om te zeggen van nou ga ik er eens over nadenken ja, wat wil ik nou eigenlijk nog?’ (Burger regio Zuid-Hollandse eilanden)

Passende ondersteuning

Thuiswonende ouderen gaven aan dat de gegeven ondersteuning niet altijd aansloot. We hebben aan hen gevraagd wanneer zij ondersteuning als passend ervaren. Uit hun antwoorden komen een aantal belangrijke aandachtspunten naar voren:

- De ondersteuning moet **aansluiten bij de ervaren behoefte**. Sommige respondenten hadden ervaring met ondersteuning die niet aansloot bij wat zij nodig hadden. Zo noemden meerdere burgers dat hun zingevingsvragen door de huisarts als medische vragen werden opgepakt terwijl zij juist geen medicijnen wilden.
- Er moet zorgvuldige **afstemming plaatsvinden in de relatie en in de wijze van ondersteunen**. Respondenten hadden soms negatieve ervaringen met hulpverleners die hun benaderingswijze niet op hen afstemden. Ouderen noemden dan dat zij ‘geen klik’ met de hulpverlener hadden. Mismatch kan ontstaan door onvoldoende doorvragen en luisteren in welke richting de oudere de ondersteuning zoekt. Een hulpverlener zoekt dan een antwoord in het eigen denkraam in plaats van dat van de cliënt. Een vrouw die zocht naar duiding, of ritueel, vanuit een levensbeschouwelijk kader voelde zich niet goed geholpen door een psychologische gespreksbenadering van een hulpverlener. In de wijze van ondersteuning moet worden afgestemd. Iemand die geen prater is heeft weinig aan een gespreksmaatje. Sommige ouderen prefereren iemand uit de eigen (culturele) context.
- **Wie bepaalt** welke ondersteuning passend is? De respondenten gaven aan **eigen regie** belangrijk te vinden. Ondersteuners moeten openingen bieden waardoor ouderen ondersteuning kunnen reguleren. Zij willen graag keuzemogelijkheden, iets kunnen uitproberen, bijvoorbeeld een keer vrijblijvend kennismaken, de regie houden over het tempo, de frequentie en de duur van de begeleiding. Zij willen respect voor deze eigen manier waarop zij iets doen, of laten.
- Er moet goed nagedacht worden over de **deskundigheid** van degene die de ondersteuning biedt: past deze bij de complexiteit van de situatie?
- Tot slot gaven respondenten aan dat **toegankelijkheid** soms een probleem is. Met name in de dorpen in landelijke gebieden is het aanbod in ondersteuning beperkt. Daarnaast waren er bij sommigen financiële beperkingen om bepaalde zingevende activiteiten te kunnen doen. Ook kan continuïteit en **duurzaamheid** een probleem zijn, bijvoorbeeld als zingevende activiteiten, die bekostigd worden uit de WMO, opeens vervallen door een nieuwe aanbesteding in de gemeente.

Betekenis voor de te bieden ondersteuning

Voor zover mogelijk binnen het tijdsbestek van het actieonderzoek, hebben we burgers gesproken met diverse achtergronden. Zij hebben ons verteld over hun behoefte aan ondersteuning bij zingeving. Het onderzoek bevestigt onze verwachtingen: de behoeften aan ondersteuning zijn divers. Zingeving is een heel breed begrip en mensen zijn nu eenmaal verschillend. In het huidige beleid, ook van CvLs en gemeenten, wordt dit echter niet altijd voldoende onderkend. Op basis van de interviews blijkt er noodzaak tot een pluriform aanbod, geboden door verschillende vrijwilligers en professionals op verschillende wijze. Voor dit pluriforme aanbod is het nodig dat (wijk)netwerken in verschillende domeinen (zorg, welzijn, wonen) zich met elkaar verbinden om de diversiteit in behoeften te kunnen beantwoorden met een toegankelijk ondersteuningsaanbod. Omdat ouderen veel ervaringen hadden met niet-passende ondersteuning, is het van groot belang dat hulpverleners beter verkennen wat de aard van de behoefte is van een unieke persoon voordat zij ondersteuning aanbieden, of daarnaar verwijzen. Hiervoor is deskundigheidsbevordering nodig: sensitiviteit en vaardigheid. Ook is er ondersteuning en beleid vanuit het management van zorg- en welzijnsorganisaties noodzakelijk, zodat hulpverleners zich op zingeving kunnen richten. Dit is vooral belangrijk in situaties waarin een oudere niet precies weet wat hij/zij nodig heeft; dan is het extra belangrijk om tijd en aandacht te kunnen besteden om dit samen te verkennen. Tot slot moeten ondersteuners, juist op het gebied van zingeving, de eigen regie van thuiswonende ouderen respecteren en faciliteren en geboden interventies met hen evalueren.

Dankwoord

De auteurs danken de co-onderzoekers, projectleiders van de CvLs, de studenten, de deelnemers aan de stakeholdersessies en de geïnterviewden voor hun bijdrage.

Over de auteurs

Alle auteurs werken bij Kenniscentrum Zorginnovatie van Hogeschool Rotterdam aan het project Linking- Zin. Meer informatie [Linking-Zin: Project – Hogeschool Rotterdam](#)

Corresponderend auteur: s.h.a.hupkens@hr.nl

Auteurs

Susan Hupkens

Susan Hupkens (Dr.) is onderzoeker bij Kenniscentrum Zorginnovatie en docent bij de opleiding verpleegkunde van Hogeschool Rotterdam.

Lizette Littel-Baetens

Lizette Littel-Baetens (MaNP) is verpleegkundig specialist GGZ en docent/onderzoeker bij de opleiding verpleegkunde van Hogeschool Rotterdam.

Marielle Hobbelen

Marielle Hobbelen (Drs.) is onderzoeker bij Kenniscentrum Zorginnovatie en supervisor en docent bij de opleiding AD Sociaal.

Katja van der Linden

Katja van der Linden (MA) is zorgethica. Zij is onderzoeker bij Kenniscentrum Zorginnovatie en docent/supervisor bij de opleiding Social Work deeltijd.

Marleen Goumans

Marleen Goumans (Dr.) is lector Samenhang in de Ouderenzorg en directeur Kenniscentrum Zorginnovatie.

Literatuurlijst

1. Derkx, P. (2011). *Humanisme, zinvol leven en nooit meer 'ouder worden'*. Brussel: VUBPress.
2. Hupkens, S., Machielse, A., Goumans, M., & Derkx, P. (2018). Meaning in life of older persons: An integrative literature review. *Nursing Ethics*, 25(8), 973–991. <https://doi.org/10.1177/0969733016680122>
3. Hupkens, S., Goumans, M., Derkx, P., Machielse, A. (2020) '[Meaning in life? Make it as bearable, enjoyable and good as possible!': A qualitative study among community?dwelling aged adults who receive home nursing in the Netherlands. Health and Social care in the Community ;00:1–13. https://doi.org/10.1111/hsc.13071](#)
4. Stringer, E. (2014) *Action research*. Los Angeles: Sage.