

Eenzaamheid verminderen, vraaggericht of aanbod gestuurd?

De spotlights zijn steeds vaker op het thema eenzaamheid gericht. Eenzaamheid wordt ook wel 'de nieuwe volksziekte' genoemd; men verwacht zelfs dat zij in de toekomst op nummer één komt te staan. 'Ziekte' omdat eenzaamheid de gezondheid en kwaliteit van leven ernstig negatief beïnvloedt. Bijna één miljoen Nederlanders (8%) ervaart eenzaamheid als een zeer ernstig probleem. Dit percentage ligt aanzienlijk hoger bij mensen met ernstige psychische aandoeningen, waar 40% van de mensen aangeeft sterk eenzaam te zijn. Wilma Boevink benoemt vanuit herstelperspectief dat zingeving betekenis krijgt wanneer 'meedoen' vorm krijgt door invulling van gewenste, betekenisvolle en wederkerige rollen. Uit onderzoek blijkt dat ggz-cliënten al jaren onvervulde zorgbehoeften hebben ten aanzien van de door hen gewenste sociale contacten.

Uit onderzoek blijkt eveneens dat veel hulpverleners op dit vlak handelingsverlegen zijn en dat zij kennis en tools missen om aan te kunnen sluiten. Hulpverleners pakken eenzaamheid vaak aan door in te zetten op bekend en collectief steunaanbod als hulp. Steunaanbod dat gelegenheid biedt voor ontmoeting, voor afleiding, of netwerkcompensatie biedt, bijvoorbeeld door een maatje. Natuurlijk kan dit voor de persoon in kwestie een gunstig en gewenst effect hebben.

Maar wat kunnen hulpverleners bieden als blijkt dat dit aanbod niet aansluit bij de wensen en mogelijkheden van de betrokkene en de eenzaamheid blijft? En in hoeverre draagt deze oplossingsrichting bij aan zelfregie? In hoeverre worden eigen krachten versterkt door deze oplossingsstrategieën? Bij de aanpak van eenzaamheid is het wenselijk dat ook hulpverleners versterkt worden in hun mogelijkheden. Dat zij vaardigheden leren om het gevaren gemis te bespreken en de onderliggende wensen te verkennen. Dat zij kunnen leren hoe zij met cliënten, knelpunten op kunnen sporen en hen kunnen ondersteunen om deze te verminderen, zodat cliënten meer mogelijkheden hebben om hun doelen te realiseren.

In deze workshop wordt ingegaan op verschillende aspecten van eenzaamheid en op mogelijke oplossingsstrategieën. We gaan in op uitkomsten van onderzoek, op wat werkt bij de aanpak van eenzaamheid. De praktijkervaringen van deelnemers komen aan bod, wat bij hen wél en wat onvoldoende werkt. En er wordt ingegaan op kansen en mogelijkheden voor een betere aanpak van eenzaamheid. De Individuele Rehabilitatie Benadering (IRB) kan hulpverleners op dit vlak bekwaamen en tools bieden. We lichten kort toe welke IRB-scholing keuzemogelijkheden er op dit vlak zijn die hieraan bijdragen.

Birgit Sporken

Projectmanager en docent R92