

# Vrijwillig verbonden

Over de bijdrage van maatjesprojecten  
op de zingeving van thuiswonende ouderen  
met verlieservaringen



Masterthesis  
Geestelijke Verzorging

Student:  
Astrid Agterkamp-Haan  
S2827034

Begeleiders:  
dr. A. Visser-Nieraeth  
dr. W. Smeets



rijksuniversiteit  
 groningen

Augustus 2023

Je denkt misschien dat je wat moet zeggen  
je denkt misschien dat je me moet opvrolijken  
je wilt me misschien weer zien lachen en genieten  
je denkt misschien dat je me moet troosten en adviseren.

Wat ik vraag is dit:  
wil je nog eens  
en nog eens  
luisteren naar mijn verhaal  
naar wat ik voel en denk.

Je hoeft alleen maar stil te zijn,  
mij aan te kijken  
mij tijd te geven.

Je hoeft mijn verdriet zelfs niet te begrijpen  
maar, als het kan, slechts te aanvaarden  
zoals het voor mij voelt.

Je luisterend aanwezig zijn  
zal mijn dag anders maken.

*- Marinus van den Berg -*

## Voorwoord

Naarmate het onderzoek vorderde, kreeg de titel van deze scriptie voor mij steeds meer inhoud. Twee mensen die elkaar niet kennen worden door tussenkomst een organisatie als Een luisterend oor aan elkaar gekoppeld, waarna er een bijzondere, soms levenslange band ontstaat. In zijn gedicht schrijft Martinus van Berg over het wezenlijke belang van luisterend aanwezig zijn, dat is precies wat de vrijwilligers van Een luisterend oor doen en wat van grote waarde blijkt te zijn. Zowel voor degene die luistert, als voor degene naar wie geluisterd wordt.

Ik heb het als een voorrecht ervaren om een aantal ouderen die betrokken zijn bij Een luisterend oor te mogen interviewen en ondertussen naar hun levensverhalen te luisteren. Deze verhalen maakten indruk, omdat ik mij steeds meer bewust werd van de betekenis van ouder worden en het steeds meer te moeten inleveren op wat het leven waardevol en betekenisvol maakt. Daarnaast heb ik ook de (veer)kracht gezien, waardoor ze staande blijven ondanks de soms moeilijke omstandigheden en mogen leren van hun levenservaring.

Allereerst wil ik daarom de deelnemers van Een luisterend oor die ik heb mogen interviewen heel hartelijk danken voor hun tijd, openheid en vertrouwen in mij. Ik ben geraakt door ieders afzonderlijke verhaal, gekenmerkt door vreugde en verdriet. Zonder jullie bijdrage had dit onderzoek niet kunnen plaatsvinden.

Daarnaast wil ik een speciaal dankwoord richten aan Nettie Diepstra, de coördinator van Een luisterend oor, voor haar steun en betrokkenheid op dit onderzoek en de tijd en energie die ze heeft gestoken om al mijn vragen te beantwoorden. Nettie haar ervaring en inzet voor het project is zeer waardevol, zo niet onmisbaar.

Op deze plek wil ik ook Joke bedanken, die jarenlang als vrijwilliger is verbonden aan Een luisterend oor. Ik wil Joke danken voor haar tijd, maar bovenal ook voor haar enthousiasme en bewogenheid met mensen, wat haar een 'inspiratiebron' maakt.

Mijn dank gaat uit naar de begeleiders Anja Visser-Nieraeth en Wim Smeets voor hun positieve wijze van ondersteuning tijdens het scriptieproces en de waardevolle feedback, waardoor dit onderzoek kon worden verbeterd en uiteindelijk naar tevredenheid kon worden afgerond.

Tenslotte gaat mijn grootste dank uit naar mijn gezin. Ik wil hen danken voor de liefde, geduld en steun tijdens het volgen van deze opleiding, wat ons allemaal iets heeft gekost en hopelijk ook iets heeft opgeleverd. Ik zie ernaar uit om de 'verloren' tijd met jullie in te halen.

Astrid Agterkamp-Haan, juli 2023

## Samenvatting

### Aanleiding

Ouderen blijven steeds langer thuis wonen waarbij zij verschillende vormen van zorg en ondersteuning kunnen ontvangen, waaronder zingevingsondersteuning. Eén van de manieren waarop dit geboden kan worden is middels maatjesprojecten gericht op zingeving- en levensvragen, waar 'Een luisterend oor' (LO) in de gemeente Midden-Groningen een voorbeeld van is. Er is echter weinig onderzoek gedaan naar de effecten van dergelijke projecten op de zingeving van de deelnemers. Peter Derkx heeft een theorie ontwikkeld waarin zeven zingevingsbehoeften (dimensies) worden onderscheiden. Door verlieservaringen waar veel ouderen mee geconfronteerd worden kunnen deze dimensies onder druk komen te staan. Op basis van de zingevingstheorie van Derkx is onderzocht wat deelname aan het maatjesproject LO bijdraagt aan de zingeving van thuiswonende ouderen in de gemeente Midden-Groningen die te maken hebben met verlieservaringen, met als doel om meer inzicht te krijgen in deze vorm van vrijwilligersinzet.

### Methode

In dit kwalitatief onderzoek zijn zes deelnemers, één vrijwilliger en de coördinator van LO bevraagd op hun bevindingen t.a.v. deelname aan het project. De resultaten van deze interviews zijn geanalyseerd op basis van *directed content analysis*, waarbij de zingevingstheorie van Derkx het theoretisch raamwerk vormde en in verband is gebracht met literatuuronderzoek over 'ouderen en zingeving' en 'zingeving in maatjesprojecten'.

### Resultaten

Uit de interviews is gebleken dat relaties met anderen erg belangrijk zijn in de levens van de respondenten. Dit kan voor hen ten positieve bijdragen aan o.a. de dimensies verbondenheid, doelgerichtheid en eigenwaarde. Ook activiteiten dragen positief bij aan de ervaring van zingeving. Het verlies van de partner of andere geliefden, achteruitgang van gezondheid en mobiliteit en/of het betrokken zijn bij een familieconflict kunnen de zingeving van de respondenten negatief beïnvloeden, waarbij met name de dimensies doelgerichtheid, begrijpelijkheid, competentie en verbondenheid onder druk staan. Verlieservaringen zijn de aanleiding voor aanmelding bij LO. Alle respondenten ervaren de bezoeken van de vrijwilliger van LO als positief. Verbondenheid en begrijpelijkheid zijn de belangrijkste zingevingsdimensies die m.b.t. deelname aan LO uit dit onderzoek naar voren zijn gekomen. Deze dimensies lijken voor de respondenten voorwaardelijk te zijn voor het ervaren van andere dimensies.

### Conclusie

De conclusie die op basis van dit onderzoek kan worden getrokken is dat deelname aan LO op verschillende manieren een positieve bijdrage kan leveren aan de ervaring van zingeving van de deelnemers, zowel door de gesprekken als door de relatie met vrijwilligers.

# Inhoudsopgave

Hoofdstuk 1	Inleiding op het onderzoek	6
	1.1 Aanleiding	6
	1.2 Doelstelling	7
	1.3 Vraagstelling	8
	1.4 Opzet	8
	1.5 Begripsomschrijvingen	8
DEEL I: THEORIE		
Hoofdstuk 2	Ouderen en zingeving	10
	2.1 Begripsverkenning	10
	2.2 Zingevingstheorie van Peter Derkx	11
	2.3 Zingeving in het leven van ouderen	13
Hoofdstuk 3	Zingeving in maatjesprojecten	17
	3.1 Extramurale zingevingsondersteuning	17
	3.2 Maatjesprojecten	18
	3.2.1 Definities en kenmerken	18
	3.2.2 Effecten van maatjesprojecten	19
	3.2.3 Vrijwilligers binnen maatjesprojecten	20
	3.3 Maatjesprojecten voor zingeving en/of levensvragen	22
	3.3.1 Een luisterend oor	22
	3.3.2 Centrum Ontmoeting in Levensvragen	25
	3.3.3 Motto	26
	3.3.4 Vergelijking tussen maatjesprojecten voor zingeving	26
DEEL II: EMPIRISCH ONDERZOEK		
Hoofdstuk 4	Methodologie	30
	4.1 Onderzoeksmethode	30
	4.2 Dataverzameling en analyse	30
	4.2.1 Selectie respondenten	30
	4.2.2 Proces	31
	4.2.3 Inhoud	33
	4.3 Positie van de onderzoeker	33
	4.4 Ethische overwegingen	34
Hoofdstuk 5	Resultaten	35
	5.1 Aanmelding bij Een luisterend oor	35
	5.2 Zingevingdimensies in de levens van de respondenten	36
Hoofdstuk 6	Conclusies en aanbevelingen	46
	6.1 Analyse	46
	6.1.1 Zingevingdimensies in de praktijk	46
	6.1.2 Zingeving in de levens van de hulpvragers	47
	6.1.3 Zingeving in relatie tot Een luisterend oor	48
	6.2 Discussie	53
	6.3 Aanbevelingen	54
	6.4 Conclusie	55
Bibliografie		57
Bijlagen	1. Respondentenlijst	62
	2. Vragenlijsten interviews	63

# 1. Inleiding op het onderzoek

## 1.1 Aanleiding

Ouderen blijven vandaag de dag steeds langer thuis wonen. Het overheidsbeleid van extramuralisering heeft ook gevolgen voor diverse vormen van zorg en ondersteuning die ouderen thuis kunnen ontvangen, waaronder geestelijke verzorging. Extramuraal geestelijke verzorging is de laatste jaren sterk in ontwikkeling. Met de invoering van geestelijke verzorging thuis kunnen mensen van o.a. 50 jaar en ouder die niet bij een (zorg)organisatie zijn aangesloten onder voorwaarden aan huis gesprekken voeren met een geestelijk verzorger.<sup>1</sup> Ook zijn er projecten gericht op de extramuraal context in de vorm van maatjesprojecten, waarbij vrijwilligers door geestelijk verzorgers worden getraind of ondersteund om met mensen in gesprek te gaan over zingeving of hieraan gerelateerde onderwerpen. Voorbeelden van dergelijke projecten zijn Zin in Utrecht, het Centrum Ontmoeting in Levensvragen (COiL) in Nijmegen en Motto in Rotterdam. Een vergelijkbaar project is 'Een luisterend oor' (LO) in de gemeente Midden-Groningen. Het doel van dit project is om 'er te zijn' voor mensen (veelal ouderen) die te maken hebben met zingeving- en levensvraagstukken.<sup>2</sup>

Veel ouderen worden geconfronteerd met verlieservaringen op verschillende levensterreinen, bijvoorbeeld het overlijden van dierbaren, het wegvallen van werk of de achteruitgang van gezondheid. Juist in deze levensfase kan door dergelijke vaak ingrijpende gebeurtenissen de betekenis van het persoonlijk leven onder druk komen te staan en kunnen zingevingvragen een prominente rol krijgen.<sup>3</sup> Door verlieservaringen kunnen ouderen ook een gevoel van eenzaamheid (gaan) ervaren, waar de laatste jaren veel aandacht voor is. Uit de Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen van 2022 blijkt dat 46% van de 65-plussers zich eenzaam voelt en ruim 10% voelt zich sterk eenzaam. Onder 85-plussers liggen deze percentages hoger, bijna 63% voelt zich eenzaam en ruim 15% sterk eenzaam.<sup>4</sup> De eenzaamheidspercentages onder ouderen nemen toe met de leeftijd. Uit onderzoek blijkt dat de levenskwaliteit van mensen die zich in een kwetsbare positie bevinden kan worden verbeterd door de inzet van maatjesprojecten.<sup>5</sup> Bij deelnemers van het project Motto wordt er bijvoorbeeld meer zin in het leven ervaren en zijn er minder gevoelens van eenzaamheid.<sup>6</sup> Soms is het maatjescontact het enige contact dat een oudere nog heeft.<sup>7</sup>

---

<sup>1</sup> Voor mensen van 50 jaar en ouder of mensen die ongeneselijk ziek zijn en hun naasten worden maximaal zeven gesprekken met een geestelijke verzorger financieel vergoed. <https://geestelijkeverzorging.nl/waar-vind-ik-een-geestelijk-verzorger/thuis>, geraadpleegd op 25 april 2023.

<sup>2</sup> Projectgroep 'Een luisterend oor', *Eindevaluatie project 'Een luisterend oor' 2012-2015* (2015), 3.

<sup>3</sup> Peter Derkx e.a., 'Meaning in life and the experience of older people'. *International Journal of Ageing and Later Life* 14, no. 1 (2019): 2.

<sup>4</sup> GGD, CBS en RIVM, 'Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022', laatste wijzigingsdatum 20 juni 2023. <https://www.staatvenz.nl/kerncijfers/eenzaamheid>.

<sup>5</sup> Michelle van der Tier en Marianne Potting, *Een maatje voor iedereen? Een wetenschappelijke basis onder de methode maatjesproject* (Utrecht: Movisie, 2015), 45.

<sup>6</sup> Maarten Davelaar e.a., *Gezien en gehoord. Het maatschappelijk rendement van project Motto: aandacht voor zingeving en levensvragen bij ouderen* (Utrecht: Verwey-Jonker Instituut, 2013), 32.

<sup>7</sup> Anja Machielse en Pien Bos, *Complexe verwachtingen. Vrijwillige maatjes voor eenzame ouderen* (Utrecht: Movisie, 2016), 97.

De vraag rijst echter of projecten als Motto of LO nog relevant zijn door de invoering van geestelijke verzorging thuis, aangezien dergelijke gesprekken nu ook met een professioneel opgeleid geestelijk verzorger gevoerd kunnen worden, wiens expertisegebied 'zingeving' is. Op 1 januari 2022 telde Nederland ruim 3,5 miljoen inwoners ouder dan 65 jaar en dit aantal zal verder toenemen.<sup>8</sup> Ook blijven ouderen steeds langer thuis wonen, het percentage thuiswonende ouderen van 75 jaar en ouder lag in 2020 op 92%.<sup>9</sup> Aangenomen kan worden dat het potentieel aantal mensen dat gebruik zou kunnen maken van geestelijke verzorging te groot is in relatie tot het aantal beschikbare geestelijke verzorgers. Ook zijn aan het aantal gesprekken van geestelijke verzorging thuis bepaalde voorwaarden verbonden. Bezoeken door vrijwilligers in plaats van professionals kunnen voor deelnemers tevens drempelverlagend werken.<sup>10</sup> De inzet van o.a. vrijwilligers zou daarom om verschillende redenen wenselijk kunnen blijven.

Naast het project Motto is er in Nederland echter nog weinig onderzoek gedaan naar effecten van maatjesprojecten die zich richten op zingeving en/of levensvragen in het algemeen en projecten hierbinnen die zich specifiek richten op ouderen. Een 'probleem' is ook dat zingeving lastig te 'meten' valt. Peter Derkx heeft een theorie ontwikkeld waarin zeven zingevingbehoefte, door hem ook wel zingevingdimensies (dimensies) genoemd, worden onderscheiden, te weten doelgerichtheid, morele rechtvaardiging, competentie, eigenwaarde, verbondenheid, begrijpelijkheid en verwondering.<sup>11</sup> Wanneer ouderen geconfronteerd worden met verlieservaringen in brede zin, kunnen deze verschillende dimensies onder druk komen te staan. Deze theorie kan daarom handreikingen bieden voor analyse van het begrip 'zingeving' en de mate waarin dit door ouderen al dan niet wordt ervaren. In dit onderzoek zal met behulp van deze theorie worden onderzocht wat deelname aan een maatjesproject gericht op zingeving- en levensvragen bijdraagt aan de zingeving van deelnemende ouderen.<sup>12</sup>

## 1.2 Doelstelling

In deze scriptie wordt op basis van de zingevingstheorie van Derkx onderzocht wat deelname aan het maatjesproject Een luisterend oor bijdraagt aan de zingeving van thuiswonende ouderen in de gemeente Midden-Groningen die te maken hebben met verlieservaringen, met als doel om meer inzicht te krijgen in de bijdrage van deze vorm van vrijwilligersinzet aan het vervullen van de zingevingdimensies van de deelnemers. Hierdoor kunnen geestelijk verzorgers worden ondersteund in het maken van keuzes omtrent de inzet van vrijwilligers.

---

<sup>8</sup> CBS, 'Bevolkingsstatistiek', laatste wijzigingsdatum 17 maart 2023. <https://www.vzinfo.nl/bevolking/vergrijzing>.

<sup>9</sup> Rijksoverheid, 'Ontwikkelingen woningmarkt senioren'.

<https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/seniorenwoningen/ontwikkelingen-woningmarkt-senioren>, geraadpleegd op 6 april 2023.

<sup>10</sup> Ben van Dam, 'Vrijwilligers bieden ondersteuning'. *Pallium* 11, no. 5 (2009): 21.

<sup>11</sup> Peter Derkx, *Humanisme, zinvol leven en nooit meer ouder worden. Een levensbeschouwelijke visie op ingrijpende biomedisch-technologische levensverlenging* (Brussel: Vubpress, 2011), 115-127. En Derkx e.a., 'Meaning in life and the experience of older people', 4-7.

<sup>12</sup> Met de doelgroep 'ouderen' worden in dit onderzoek mensen van 65 jaar en ouder aangeduid, conform de leeftijdsgrens die ook door het CBS wordt gehanteerd.

### 1.3 Vraagstelling

De onderzoeksvraag van deze scriptie luidt:

*Wat is de bijdrage van deelname aan maatjesproject Een luisterend oor aan de zingeving van thuiswonende ouderen in de gemeente Midden-Groningen die te maken hebben met verlieservaringen?*

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

1. Wat is zingeving volgens de zingevingstheorie van Derkx?
2. Wat is kenmerkend voor zingeving bij ouderen?
3. Waardoor worden maatjesprojecten gekenmerkt en wat is het effect op ouderen die hieraan deelnemen?
4. Hoe worden door de deelnemers van het maatjesproject 'Een luisterend oor' de zingevingdimensies die Derkx onderscheidt ervaren in relatie tot deelname aan het project?

### 1.4 Opzet

In de hoofdstukken 2 en 3 zal een theoretisch kader worden geschetst n.a.v. literatuuronderzoek. In hoofdstuk 2 zal het onderwerp 'zingeving' worden besproken, achtereenvolgens de definitie van het begrip, een bespreking van de zingevingstheorie van Derkx en kenmerken van zingeving onder ouderen. In hoofdstuk 3 staat het onderwerp 'zingevingsondersteuning' centraal, waar maatjesprojecten in het algemeen en projecten specifiek gericht op zingeving- en levensvragen zullen worden besproken. Op basis van dit theoretisch kader zullen de uitkomsten van het empirisch onderzoek, beschreven in hoofdstuk 5, geanalyseerd worden. Hoofdstuk 4 geeft een beschrijving van de opzet en de methodiek van dit onderzoek. Deze scriptie sluit af met de conclusies en aanbevelingen in hoofdstuk 6.

### 1.5 Begripsomschrijvingen

#### *Termen deelnemers maatjesproject*

Wanneer het gaat om de deelnemende partijen binnen maatjesprojecten waarbij er sprake is van een-op-een contacten, zijn er diverse aanduidingen voor zowel degene die de hulp 'geeft' (o.a. maatje, vrijwilliger, hulpgever) als voor degene die de hulp 'ontvangt' (o.a. hulpontvanger, hulpvrager, oudere, aanmelder, deelnemer, cliënt). In dit onderzoek is gekozen voor de term 'vrijwilliger' om degene aan te duiden die hulp geeft en de term 'hulpvrager' voor degene die de hulp ontvangt. Voor deze begrippen is gekozen omdat deze begrippen aansluiten bij de terminologie die binnen LO zelf gehanteerd wordt in o.a. de verslaglegging.



# Deel I Theorie

## 2. Ouderen en zingeving

### 2.1 Begripsverkenning

Er komt steeds meer aandacht voor zingeving in o.a. de gezondheidszorg, het is bijvoorbeeld één van de pijlers van de Positieve Gezondheid benadering.<sup>13</sup> Zingeving is echter een breed begrip, waarvoor in verschillende studies en literatuur uiteenlopende definities worden gebruikt. Om zicht te krijgen op zingeving onder ouderen, zal eerst worden besproken wat er in dit onderzoek onder het woord zingeving wordt verstaan.

De van Dale omschrijft 'zingeving' kort en krachtig als "het zoeken naar de betekenis, het doel van het leven"<sup>14</sup>. De beroepsstandaard geestelijke verzorging geeft de volgende uitgebreidere definitie: "Zingeving duidt het meer actieve, informele en individuele aspect van het proces aan waarmee mensen hun leven ordenen en betekenis geven."<sup>15</sup> Zingeving is het expertisegebied van de geestelijk verzorger, maar niet het exclusieve domein. Ook door andere (zorg)professionals wordt met en aan zingeving gewerkt, bijvoorbeeld in de verpleegkunde en de psychologie. Gerben Westerhof, hoogleraar Narratieve Psychologie aan de Universiteit Twente, maakt een onderscheid tussen existentiële zingeving en persoonlijke zingeving. Volgens hem gaat existentiële zingeving over de zin *van* het leven, wat vooral een cognitief proces is, terwijl persoonlijke zingeving gaat over de zin *in* het leven, dit bevat een motivationele component.<sup>16</sup> Persoonlijke zingeving wordt door Westerhof als volgt gedefinieerd: "Persoonlijke zingeving verwijst naar een psychologisch proces, waarbij mensen betekenis toekennen en richting geven aan hun leven en het daarmee in een breder perspectief plaatsen."<sup>17</sup> (Persoonlijke) zingeving wordt in internationale literatuur ook wel aangeduid met de term '*meaning in life*'.<sup>18</sup> Brandstatter e.a. komen n.a.v. een systematische review tot de volgende definitie van de term '*meaning in life*': "(...) a highly individual perception, understanding or belief about one's own life and activities and the value and importance ascribed to them."<sup>19</sup> Wat de genoemde definities gemeen hebben is dat zingeving gaat om: 1. een individueel (actief) proces, 2. het geven van betekenis en 3. ordenend en richting gevend is aan het leven.

Deze definities geven een globaal antwoord op de vraag wat zingeving 'is', maar niet op de vraag wat het inhoudt en hoe het vorm krijgt. Om zingeving te kunnen 'herkennen', is een kapstok nodig om

---

<sup>13</sup> Anja Machielse, 'Betekenisvolle relaties als essentiële zingevingsbron bij het ouder worden'. *Geron* 23, no.1 (2021): 2.

<sup>14</sup> Van Dale Uitgevers, 'Betekenis 'zingeving'', 2023.

<https://www.vandale.nl/gratis-woordenboek/nederlands/betekenis/zingeving#.XmjQ5ahKJlU>, geraadpleegd op 11 maart 2023.

<sup>15</sup> VGVZ, *Beroepsstandaard geestelijk verzorger 2015* (2015), 36-37.

<sup>16</sup> Gerben Westerhof, 'Zingeving en ouder worden'. *Psychopraktijk* 5, no. 1 (2013): 15.

De definitie van Westerhof wordt hier genoemd omdat hij diverse onderzoeken heeft gedaan naar zingeving onder ouderen in Nederland en Duitsland, waarvan de resultaten ook in dit onderzoek zullen worden benoemd.

<sup>17</sup> Gerben Westerhof, 'Persoonlijke zingeving en ouderen: Theorie, onderzoek en toepassing'. *Tijdschrift geestelijke verzorging* 12, no. 51 (2009): 24.

<sup>18</sup> Susan Hupkens e.a., 'Meaning in life of older persons: An integrative literature review'. *Nursing Ethics* 25, no. 8 (2018): 974.

<sup>19</sup> Monika Brandstätter e.a., 'Systematic review of meaning in life assessment instruments'. *Psycho-oncology* 21 (2012): 1045.

het woord te kunnen plaatsen en te duiden in al zijn facetten. Hierbij kan de zingevingstheorie van Peter Derkx, die in de volgende paragraaf besproken wordt, helpend zijn.

## 2.2 Zingevingstheorie van Peter Derkx

Peter Derkx is emeritus hoogleraar Humanisme en levensbeschouwing aan de Universiteit voor Humanistiek. Hij stelt dat “het bij zingeving gaat om het plaatsten van eigen ervaringen en zelfs het eigen leven als geheel in een groter verband van samenhangende betekenissen.”<sup>20</sup> Ook Derkx maakt onderscheid tussen ‘*meaning of life*’ en ‘*meaning in life*’. Volgens hem gaat het bij *meaning of life* om de objectieve transcendentie betekenis van het leven, terwijl met *meaning in life* de individuele subjectieve ervaringen van zingeving worden bedoeld.<sup>21</sup> Derkx heeft hierbij een theorie ontwikkeld waarin hij zeven verschillende behoeften van deze individuele subjectieve zingeving onderscheidt, zogenaamde ‘*needs*’. Volgens Derkx ervaart iemand zijn leven als zinvol als deze verschillende behoeften, door hem ook wel dimensies genoemd, in voldoende mate worden vervuld. Samen geven ze inhoud aan het begrip ‘zinvol leven’. Derkx merkt hierbij op dat deze zingevingdimensies niet strikt van elkaar te scheiden zijn, maar onderling met elkaar samenhangen en elkaar beïnvloeden.<sup>22</sup>

Derkx heeft deze theorie ontwikkeld omdat hij stelt dat er een verschil is tussen bijvoorbeeld ‘*well-being*’, ‘*quality of life*’ en ‘*meaning in life*’, terwijl dit verschil in studies lang niet altijd wordt (h)erkend. Derkx heeft zijn theorie gebaseerd op zowel bronnen vanuit de psychologie, alsook op sociologische en filosofische bronnen en theorieën. Het model van Derkx vertoont bijvoorbeeld overeenkomsten met het model van ‘psychologisch welbevinden’ van Carol Ryff. Zoals het woord al aangeeft gaat dit model echter over het psychologisch welzijn, waarbij het belangrijk is dat iemand geluk en tevredenheid ervaart. Het model van Derkx gaat specifiek in op een zinvol leven, waarbij bijvoorbeeld (het ervaren van) transcendentie ook een plaats heeft.<sup>23</sup>

Derkx heeft de zingevingstheorie van sociaal-psycholoog Roy Baumeister als basis voor zijn theorie genomen. Baumeister stelt in dat de mens vier fundamentele zingeving behoeften heeft, te weten:

- Doelgerichtheid (*purpose*): heeft iemand een doel of perspectief in het leven, of ervaart iemand een innerlijke vervulling.
- Eigenwaarde (*self-worth*): evalueert iemand zichzelf als positief, vindt iemand zichzelf en wat hij doet de moeite waard, ook in vergelijking met anderen.
- Competentie (*control of efficacy*): heeft iemand een gevoel van invloed en controle op het eigen leven en de dingen die hierin gebeuren, ook als dingen buiten de eigen controle liggen in de vorm van inzicht en (bewuste) omgang met de situatie.

---

<sup>20</sup> Derkx, *Humanisme, zinvol leven en nooit meer ouder worden*, 116.

<sup>21</sup> Derkx e.a., ‘Meaning in life and the experience of older people’, 3.

<sup>22</sup> Derkx, *Humanisme, zinvol leven en nooit meer ouder worden*, 116-127.

<sup>23</sup> Idem, 130-131.

- Morele rechtvaardiging (*moral worth of moral values and justification*): kan iemand de dingen die hij doet en de keuzes die hij maakt voor zichzelf evalueren en rechtvaardigen in relatie tot persoonlijke onderliggende waarden.<sup>24</sup>

Volgens Derkx moeten deze dimensies echter aangevuld worden met drie andere existentiële dimensies om aan de menselijke zinvolheidsbehoefte te voldoen.<sup>25</sup> De eerste aanvulling is ‘verbondenheid’ (*connectedness*), wat inhoudt dat iemand zich verbonden voelt met anderen of iets groters dan zichzelf. Dit kunnen medemensen zijn, maar Derkx doelt op een breder verband, bijvoorbeeld ook de natuur of een transcendent (W)wezen. Derkx heeft deze dimensie toegevoegd als aanvulling op de meer op de individu gerichte behoeften van Baumeister, waarbij Derkx stelt dat een mens leeft en functioneert in een gemeenschap. Deze zingevingsbehoefte is bijvoorbeeld ook onderscheiden door Smaling & Alma in hun theorie over dimensies van zingeving.<sup>26</sup>

Derkx’ tweede aanvulling is de dimensie ‘begrijpelijkheid’ (*coherence of comprehensibility*), wat inhoudt dat iemand zijn leven(sverhaal) als begrijpelijk, samenhangend en hanteerbaar ervaart. Deze dimensie komt bijvoorbeeld voor in de theorie van Martela & Steger, waarin zij drie fundamentele zingevingsdimensies onderscheiden.<sup>27</sup>

De laatste dimensie die Derkx onderscheidt is verwondering (*excitement of wonder*), wat inhoudt dat iemand elementen in zijn leven heeft die nieuwsgierigheid en interesse opwekken en een gevoel van ‘sleur’ of ‘saaiheid’ doorbreken.<sup>28</sup> Deze dimensie komt o.a. terug in het ‘two-factor model’ van Morgan & Farsides, waarin een ‘*purposeful life*’ en een ‘*exiting life*’ worden onderscheiden.<sup>29</sup> De onderstaande tabel geeft de verschillende theorieën waar Derkx gebruik van heeft gemaakt globaal weer.<sup>30</sup>

	<i>Purpose</i>	<i>Control</i>	<i>Self-worth</i>	<i>Moral worth</i>	<i>Connectedness</i>	<i>Excitement</i>	<i>Coherence</i>	<i>Transcendence</i>
<i>Baumeister (1991)</i>	X	X	X	X				
<i>Ryff<sup>31</sup> (1989/2008)</i>	X	X	X		X			
<i>Morgan &amp; Farsides (2009)</i>	X					X		
<i>Smaling &amp; Alma (2009)<sup>32</sup></i>	X	X			X			X
<i>Martela &amp; Steger (2016)<sup>33</sup></i>	X						X	
<i>Derkx (2011/2019)</i>	X	X	X	X	X	X	X	

<sup>24</sup> Idem, 116-119. En Derkx e.a., ‘Meaning in life and the experience of older people’, 4-5.

<sup>25</sup> Derkx, *Humanisme, zinvol leven en nooit meer ouder worden*, 119-126.

<sup>26</sup> Hans Alma en Adri Smaling. ‘Zingeving en levensbeschouwing: een conceptuele en thematische verkenning’ in *Waarvoor je leeft. Studies naar humanistische bronnen van zin*. Eds. Hans Alma en Adri Smaling (Amsterdam: Humanistic University Press, 2009), 23.

<sup>27</sup> Frank Martela en Michael Steger, ‘The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance’. *The Journal of Positive Psychology* 11 (2016): 1-15.

<sup>28</sup> Aanvankelijk onderscheidde Derkx in zijn theorie de zingevingsdimensie ‘transcendentie’, wat inhoudt dat iemand zich deel voelt van een groter G/geheel, wat hemzelf en het ‘bekende’ overstijgt. Transcendentie heeft Derkx in latere teksten vervangen door de dimensie ‘verwondering’. Derkx stelt hierbij dat *moral worth*, *connectedness* en *excitement* samen (de ervaring van) ‘*transcendence*’ vormen. Uit Derkx, *Humanisme, zinvol leven en nooit meer ouder worden*, 122-126. En Derkx e.a., ‘Meaning in life and the experience of older people’, 6.

<sup>29</sup> Jessica Morgan en Tom Farsides, ‘Measuring Meaning in Life’. *Journal of Happiness Studies* 10 (2009): 197-214.

<sup>30</sup> Hierbij moet opmerking worden gemaakt dat de verschillende onderzoekers/theorieën verschillende definities en betekenissen hanteren voor de woorden en dimensies die in deze tabel worden onderscheiden, het is daarom slechts een indicatieve weergave.

<sup>31</sup> Control wordt door Ryff aangeduid als ‘*autonomy*’, ‘*self-worth*’ als ‘*self-acceptance*’ en ‘*connectedness*’ als ‘*positive relations*’. Daarnaast voegt ze aan deze dimensies nog ‘*personal growth*’ en ‘*environmental mastery*’ toe.

<sup>32</sup> Zij voegen hier nog ‘*waardevolheid*’ en ‘*erkenning*’ aan toe.

<sup>33</sup> Zij voegen hier nog ‘*significance*’ aan toe.

De zingevingstheorie van Derkx is slechts één van de vele theorieën over zingeving. In dit onderzoek is gekozen om de theorie van Derkx te gebruiken omdat deze theorie is opgebouwd vanuit verschillende theorieën en disciplines en daarom het begrip 'zingeving' in zijn verschillende facetten en breedte beschrijft en hier tevens inzicht in geeft. Ook is uit verschillende recente studies gebleken dat deze theorie praktisch bruikbaar en toepasbaar is in onderzoek over zingeving onder ouderen.<sup>34</sup> Derkx zelf zegt over (de bruikbaarheid van) zijn theorie: "Met behulp van een dergelijke theorie kan men zingevingskaders beschrijven, analyseren, evalueren en presenteren."<sup>35</sup> Derkx' theorie is geen zingevingskader of zingevingsbron op zich, maar helpt om deze te duiden. Het kan helpen antwoord te geven op de vraag waarom bepaalde zingevingsbronnen voor mensen van belang en van waarde zijn, door inzicht te geven in welke zingevingsbehoeftes ze voorzien.

### 2.3 Zingeving in het leven van ouderen

In 2023 is bijna 20% van de totale Nederlandse bevolking 65 jaar of ouder en de komende jaren zal dit percentage verder toenemen. Er is de laatste jaren steeds meer aandacht voor zingeving onder ouderen, omdat het ervaren van zingeving o.a. in relatie staat met gezondheid, kwaliteit van leven en welzijn.<sup>36</sup>

Ondanks dat ouderen in de laatste fase van hun leven zijn, blijft de behoefte aan zingeving bestaan, al dan niet met accentverschillen in invulling en beleving ten opzichte van andere leeftijdscategorieën. Uit literatuuronderzoek van Susan Hupkens e.a. blijkt dat ouderen meer zin in het leven ervaren als zij een goede gezondheid hebben en weinig beperkingen in het dagelijks leven ervaren, getrouwd zijn of met iemand samenleven, een hoge status hebben op sociaal-economisch niveau (o.a. opleidingsniveau en financiële positie) en (vrijwilligers)werk of andere activiteiten doen. Religie is volgens sommige onderzoeken ook een belangrijke factor voor ouderen in het ervaren van zingeving.<sup>37</sup>

Westerhof geeft echter aan dat religie vanwege de secularisering in Nederland minder van belang lijkt te zijn bij het ervaren van zingeving. Hij heeft twee onderzoeken gedaan naar persoonlijke zingeving in de tweede levenshelft onder mensen van 40 tot 85 jaar woonachtig in Nederland en Duitsland. Hierbij is gebruik gemaakt van het SELE-instrument, een zin-aanvullijst over de beleving van het eigen leven en de eigen persoon. Westerhof onderscheidt zes bronnen van (persoonlijke) zingeving, te weten: persoon, fysieke integriteit, materiële behoeftes, activiteiten, sociale relaties en het leven in het algemeen. Hij stelt op basis van zijn onderzoeken dat voor ouderen autonomie belangrijker is dan persoonlijke ontwikkeling of zelfacceptatie. Met betrekking tot fysieke integriteit is het uiterlijk voor ouderen minder van belang,

---

<sup>34</sup> O.a. in de onderzoeken: Susan Hupkens e.a., 'Meaning in life of older adults in daily care: A qualitative analysis of participant observations of home nursing visits'. *Journal of Advanced Nursing* 75 (2019): 1732-1740. En Derkx e.a., 'Meaning in life and the experience of older people', 1-30.

<sup>35</sup> Derkx, *Humanisme, zinvol leven en nooit meer ouder worden*, 136.

<sup>36</sup> Hupkens e.a., 'Meaning in life of older adults in daily care: A qualitative analysis of participant observations of home nursing visits', 1732.

<sup>37</sup> Hupkens e.a., 'Meaning in life of older persons: An integrative literature review', 984-985.

maar zijn vitaliteit en het hebben van een goede gezondheid belangrijker. Materiele behoeftes spelen een minder belangrijke rol bij het ouder worden. Activiteiten blijken voor ouderen nog steeds van belang te zijn, al zijn dit doorgaans geen activiteiten meer gerelateerd aan werk. Het tevreden (kunnen) zijn speelt bij ouderen een belangrijke rol met betrekking tot het leven in het algemeen.<sup>38</sup> Volgens zowel het onderzoek van Westerhof als Hupkens is het hebben van een adequaat sociaal netwerk echter het sterkst verbonden met het ervaren van zin in het leven. Relaties zijn de belangrijkste bron van zingeving voor ouderen, en dan specifiek familierelaties (partner, kinderen en/of kleinkinderen). Met betrekking tot relaties geeft Westerhof hierbij nog aan dat andere leeftijdscategorieën meer de focus hebben op een breder netwerk.<sup>39</sup> Anja Machielse onderstreept het belang van relaties voor ouderen, zij stelt: "Mensen die geen betekenisvolle relaties meer hebben, verliezen ook het vermogen om het leven zinvol te maken."<sup>40</sup> Ook geeft ze aan dat bij ouderen de behoefte kan bestaan om, met het oog op het naderende levenseinde, de balans van het leven op te maken.<sup>41</sup> Westerhof stelt dat het ophalen van herinneringen voor ouderen bij kan dragen aan het versterken van de zingeving en dat het de kans op depressie kan verkleinen.<sup>42</sup>

Hupkens e.a. onderscheiden op basis van fenomenologisch onderzoek naar zingeving onder 24 thuiswonende ouderen die thuiszorg ontvangen, de belangrijkste bronnen van zingeving voor ouderen in vier categorieën, te weten de eigen persoon (bijvoorbeeld waarden en normen, identiteit, levensgeschiedenis), anderen (bijvoorbeeld familie, vrienden, huisdieren, transcendentie (W)wezens), de omgeving (het eigen huis, woonplaats) en het leven dat iemand leidt (bijvoorbeeld dagelijkse activiteiten).<sup>43</sup>

Onderzoeken over het ervaren van zingeving in de levensfase waarin ouderen zich bevinden zijn niet altijd eenduidig. Er zijn onderzoeken waaruit blijkt dat ouderen in staat zijn om zin te blijven ervaren en ouderdom zelfs een periode van spirituele groei kan zijn, in aansluiting bij bijvoorbeeld de theorie van 'gerotranscendentie' van Tornstam, en andere onderzoeken die aangeven dat in deze levensperiode juist minder zin(geving) in het leven wordt ervaren.<sup>44</sup> Zoals reeds benoemd kan het voor ouderen moeilijk zijn om zin in het leven te (blijven) ervaren omdat velen van hen geconfronteerd worden met verlieservaringen op meerdere levensterreinen, bijvoorbeeld het wegvallen van werk door pensionering, het overlijden van de partner en/of andere dierbaren, achteruitgang van mobiliteit en/of gezondheid en het naderende levenseinde. Het proces van zingeving is volgens Hupkens e.a. daarom met name voor ouderen dynamisch en in ontwikkeling, waarin er enerzijds aangepast, gecreëerd en (her)ontdekt moet

---

<sup>38</sup> Westerhof, 'Persoonlijke zingeving en ouderen: Theorie, onderzoek en toepassing', 24-28.

<sup>39</sup> Hupkens e.a., 'Meaning in life of older persons: An integrative literature review', 984. En Westerhof, 'Zingeving en ouder worden', 17.

<sup>40</sup> Anja Machielse, 'Betekenisvolle relaties als essentiële zingevingsbron bij het ouder worden', 1.

<sup>41</sup> Idem, 2.

<sup>42</sup> Westerhof, 'Persoonlijke zingeving en ouderen: Theorie, onderzoek en toepassing', 31.

<sup>43</sup> Susan Hupkens e.a., '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 Social Care Community* 29 (2021): 83-85.

<sup>44</sup> Hupkens e.a., 'Meaning in life of older persons: An integrative literature review', 975-980.

worden en anderzijds vastgehouden wordt aan bestaande bronnen van zingeving, al naar gelang de situatie waarin iemand op dat moment in verkeert.<sup>45</sup>

Wanneer gekeken wordt naar de zingevingdimensies die Derkx onderscheidt, blijkt dat juist in de ouderdom verschillende dimensies onder druk kunnen komen te staan. Als eerste kan de zingevingdimensie doelgerichtheid worden genoemd. Volgens onderzoek kunnen het hebben van een doel en het streven naar persoonlijke groei afnemen tijdens de ouderdom. Het hebben van een doel in het leven zorgt bij ouderen echter voor een verminderd risico op cognitieve stoornissen en een verminderd risico op sterfte in het algemeen.<sup>46</sup>

Een andere zingevingdimensie die volgens onderzoek door het ouder worden onder druk kan komen te staan is de dimensie begrijpelijkheid. Door de vaak ingrijpende verlieservaringen waarmee ouderen kunnen worden geconfronteerd, kan de vanzelfsprekendheid in het leven onderbroken worden. Dergelijke (breuk)ervaringen kunnen zorgen voor een verminderd gevoel van begrijpelijkheid in of over het leven waardoor er (her)oriëntatie plaats moet vinden op het gebied van zingeving.<sup>47</sup> Met het zicht op het naderende levenseinde kijken veel ouderen terug op het geleefde leven. Wanneer dit negatief wordt ervaren, kunnen ouderen worden geconfronteerd met zingevingsvragen. Bij het evalueren van de gemaakte keuzes in het leven speelt ook de zingevingdimensie morele rechtvaardiging een rol. De dimensie begrijpelijkheid kan ook onder druk komen te staan wanneer er sprake is van dementie, waardoor de (leef)wereld onbegrijpelijk wordt.<sup>48</sup>

Veel ouderen worden geconfronteerd met het verlies van de partner, broers en zussen, vrienden en/of andere leeftijdsgenoten. Door het overlijden van mensen uit de (directe) omgeving, al dan niet in combinatie met de achteruitgang van de gezondheid en mobiliteit waarbij het gevoel van controle, competentie, in het geding kan komen, kan het sociaal netwerk kleiner worden en de kans op het ervaren van eenzaamheid onder ouderen worden vergroot.<sup>49</sup> Hoewel eenzaamheid binnen alle volwassen leeftijdscategorieën voorkomt, leiden deze factoren tot een grotere kans op eenzaamheid onder ouderen. Eenzaamheid kan o.a. negatieve effecten hebben op (mentale en fysieke) gezondheid en welzijn.<sup>50</sup>

Van Tilburg & de Jong Gierveld definiëren eenzaamheid als volgt: “Het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde sociale relaties. Het kan zijn dat het aantal contacten dat men heeft met andere mensen geringer is dan men wenst. Het kan ook zijn dat de

---

<sup>45</sup> Hupkens e.a., ‘Meaning in life of older persons: An integrative literature review’, 978-982.

<sup>46</sup> Idem, 975.

<sup>47</sup> Michael Scherer-Rath, ‘Ervaring van contingentie en spirituele zorg’. *Psyche en geloof* 24 (2013): 184-185.

<sup>48</sup> Hugo Lövhelm e.a., ‘Changes in sense of coherence in old age - a 5-year follow-up of the Umeå 85+ study’. *Scandinavian journal of caring sciences* 27, no. 1 (2013): 13-19.

<sup>49</sup> Els van Wijngaarden en Anne-Mei The, ‘Luisteren als belangrijkste interventie bij eenzaamheid’. *Bijblijven* 33, no. 4-5 (2017): 297-298.

<sup>50</sup> Machielse en Bos, *Complexe verwachtingen*, 21.

kwaliteit van de gerealiseerde relaties achterblijft bij de wensen.”<sup>51</sup> Eenzaamheid is een breed begrip, er bestaan echter meerdere vormen van eenzaamheid waarvan sociale en emotionele eenzaamheid de meest bekende en onderzochte vormen zijn. Waar het bij sociale eenzaamheid gaat om het missen van contacten en/of een sociaal netwerk, gaat het bij emotionele eenzaamheid over het missen van een intieme emotionele band met mens(en).<sup>52</sup> Uit onderzoek van Els van Wijngaarden blijkt dat ouderen zich ook afgesneden kunnen voelen van het leven, waarbij ze op zichzelf zijn teruggeworpen.<sup>53</sup> Dit hangt samen met een derde vorm van eenzaamheid die kan worden onderscheiden, namelijk existentiële eenzaamheid. Deze vorm van eenzaamheid wordt gekenmerkt door het gevoel er in het leven uiteindelijk alleen voor te staan en is derhalve inherent aan het bestaan. Volgens Ton Jorna kan deze vorm van eenzaamheid ervaren worden als een zingevingsprobleem, wat met name naar boven komt tijdens ingrijpende levensgebeurtenissen zoals ziekte en overlijden.<sup>54</sup>

Wanneer er sprake is van eenzaamheid wordt de zingevingsdimensie verbondenheid ten negatieve beïnvloedt. Ook kunnen gevoelens van eenzaamheid, al dan niet in combinatie met hulpbehoevendheid en verminderde maatschappelijke deelname, weerslag hebben op het gevoel van eigenwaarde van ouderen, in die zin dat er schaamte op kan treden en ze zich af kunnen vragen of en voor wie ze er nog ‘toe doen’.<sup>55</sup> Het is daarom volgens onderzoek van belang dat er geïnvesteerd wordt in het sociaal netwerk van ouderen waarbij ook emotionele steun wordt verkregen, om gevoelens van eenzaamheid en minderwaardigheid te kunnen verminderen.<sup>56</sup> Verschillende vormen van eenzaamheid kunnen vragen om verschillende benaderingswijzen en interventies.<sup>57</sup>

Bij de bovengenoemde onderzoeken dient de nuancering te worden gemaakt dat met het woord ‘ouderen’ vaak een ruime leeftijdscategorie aangeduid wordt, terwijl er grote onderlinge verschillen kunnen zijn tussen ouderen van verschillende leeftijden. Mensen van 65 jaar hebben gemiddeld gezien bijvoorbeeld vaak nog een goede gezondheid en vitaliteit, terwijl 85-jarigen een grotere kans hebben op chronische ziekte en isolement.<sup>58</sup> Dit kan tevens invloed hebben op de ervaring van zingeving. Het onderscheid in leeftijdscategorieën wordt niet in alle studies over ouderen gemaakt.

---

<sup>51</sup> Theo van Tilburg en Jenny de Jong Gierveld. ‘Uitwerking en definitie van het begrip.’ in *Zicht op eenzaamheid: Achtergronden, oorzaken en aanpak*. Eds. Theo van Tilburg en Jenny de Jong (Assen: Koninklijke Van Gorcum, 2007), 14.

<sup>52</sup> Idem.

<sup>53</sup> Els van Wijngaarden, *Voltooid leven. Over leven en willen sterven*. (Amsterdam/Antwerpen: Atlas Contact, 2016), 25.

<sup>54</sup> Ton Jorna, ‘Mag een mens eenzaam zijn?’ in *Mag een mens eenzaam zijn? Studies naar existentiële eenzaamheid en zingeving*. Ed. Ton Jorna (Amsterdam: SWP, 2012), 10-15.

<sup>55</sup> Van Wijngaarden, *Voltooid leven*, 43-70.

<sup>56</sup> Jan Willem van de Maat en Renske van der Zwet, *Preventie van eenzaamheid - bouwstenen voor beleid*. (Utrecht: Movisie, 2018), 17.

<sup>57</sup> Van Wijngaarden en The, ‘Luisteren als belangrijkste interventie bij eenzaamheid’, 303-305.

<sup>58</sup> Nancy Hooyman en Betty Kramer, *Living Through Loss: Interventions Across the Life Span*. (New York: Columbia University Press, 2008), 303-304.



### 3. Zingeving in maatjesprojecten

Nu besproken is wat het begrip zingeving inhoudt en hoe dit vorm krijgt in het leven van ouderen, zal dit hoofdstuk ingaan op ondersteuning bij zingeving. In dit hoofdstuk zal eerst worden gekeken waar thuiswonende ouderen behoefte aan hebben wanneer het gaat om zingevingsondersteuning, waarna een specifieke manier waarop dit plaats kan vinden besproken zal worden, namelijk middels maatjesprojecten. Gekeken zal worden hoe maatjesprojecten worden gekarakteriseerd en wat de effecten hiervan zijn, waarna een beschrijving zal volgen van drie verschillende maatjesprojecten gericht op zingeving- en levensvragen, met speciale aandacht voor het project Een luisterend oor. Het hoofdstuk sluit af met een vergelijking tussen deze verschillende maatjesprojecten.

#### 3.1 Extramurale zingevingsondersteuning

Zingeving is zoals reeds benoemd het expertisegebied van de geestelijk verzorger. Naast intramuraal kunnen ouderen sinds de invoering van geestelijke verzorging thuis ook extramuraal ondersteuning krijgen bij zingeving d.m.v. gesprekken met een geestelijk verzorger. Hupkens e.a. hebben n.a.v. de invoering van geestelijke verzorging thuis onderzocht waar de veronderstelde behoefte van ouderen aan ondersteuning bij zingeving uit bestaat. Zij concluderen dat er vooral behoefte is aan:

- Iemand die luistert zonder (voor)oordeel en hiervoor de tijd neemt
- Steun bij het zien van perspectief en duiding van het levensverhaal (eventueel vanuit levensbeschouwelijk perspectief)
- Verbinding ervaren met anderen
- Hulp bij praktische zaken (bijvoorbeeld activiteiten)

Ouderen geven hierbij aan dat de ondersteuning die geboden wordt als passend wordt ervaren wanneer het aansluit bij de persoonlijke behoefte, er afstemming plaatsvindt in zowel de relatie (de 'klik') als de ondersteuningswijze, ouderen ervaren dat zij zelf de regie hebben, wanneer de juiste deskundigheid beschikbaar is en dat de ondersteuningsvorm toegankelijk is en continuïteit biedt. Op basis van deze verschillende behoeften wordt in het onderzoek gepleit voor een breed aanbod van zingevingsondersteuning, wat op verschillende manieren aangeboden wordt door zowel professionals als vrijwilligers, uit verschillende (zorg)domeinen.<sup>59</sup> Eén van deze manieren is d.m.v. maatjesprojecten gericht op zingeving- en levensvragen, wat in paragraaf 3.3 zal worden besproken.

---

<sup>59</sup> Susan Hupkens e.a., 'Echt luisteren leidt tot maatwerk. Behoeften van thuiswonende ouderen aan ondersteuning bij zingeving.' *Geron* 23, no.4 (2021): 1-6.

## 3.2 Maatjesprojecten

### 3.2.1 Definities en kenmerken

Naar schatting zijn er in Nederland duizenden verschillende maatjesprojecten, in allerlei soorten en maten, gericht op verschillende doelgroepen en doelen.<sup>60</sup> In de (internationale) literatuur wordt geen eenduidige definitie van het begrip ‘maatjesproject’ gebruikt, maar blijkt dat het als een verzamelbegrip wordt gehanteerd voor verschillende typen maatschappelijke projecten die gemeenschappelijk hebben dat ze meestal gericht zijn op één op één contacten tussen een vrijwilliger en iemand met een (impliciete of expliciete) hulpvraag.<sup>61</sup> Van der Tier en Potting hebben een onderzoeksrapport geschreven over de wetenschappelijk basis van maatjesprojecten, waarbij ze het begrip als volgt definiëren: “Een maatjesproject is een sociale interventie die getrainde vrijwilligers (het maatje) een-op-een koppelt aan hulpvragers met een ondersteuningsvraag die gerelateerd is aan het krijgen van sociaal contact of netwerkuitbreiding, perspectiefverbetering, geaccepteerd worden of het verkrijgen van sociale steun. Het maatje heeft tot doel sociale uitsluiting van mensen in een kwetsbare positie in de samenleving te voorkomen en de hulpvrager te stimuleren en uit te dagen om een veranderingsproces aan te gaan.”<sup>62</sup> Bij een maatjesproject is een (welzijns)organisatie betrokken die zorgt voor het werven, trainen en ondersteunen van de vrijwilligers. Er ligt doorgaans een doelstelling en bijbehorende structuur aan ten grondslag, waarbinnen de vrijwilliger en de hulpontvanger elkaar volgens een vaste frequentie ontmoeten.<sup>63</sup>

Om orde aan te brengen in de verscheidenheid aan maatjesprojecten en de effecten hiervan te kunnen onderzoeken, kunnen de projecten worden ingedeeld op basis van ‘typologieën’, waarbij gekeken wordt naar de specifieke rol van de vrijwilliger in relatie tot de hulpvrager. Van der Tier & Potting onderscheiden de rollen van de vrijwilliger als ‘coach’, ‘mentor’ en ‘bondgenoot’.<sup>64</sup> Projecten waarbij de vrijwilliger fungeert als coach hebben tot doel om een verandering teweeg te brengen in het leven van een hulpvrager en hem/haar daarin te stimuleren. Er worden voorafgaand aan het project concrete doelen opgesteld op het gebied van gedrags- of mentaliteitsveranderingen. Naast gesprekken worden er ook gezamenlijke activiteiten ondernomen zodat de hulpvrager nieuwe vaardigheden of ervaringen op kan doen.

Binnen projecten waarin de vrijwilliger ‘mentor’ is, staat de kennis, expertise en/of ervaring van de vrijwilliger centraal, wat ingezet wordt om de persoonlijke ontwikkeling van de hulpvrager te stimuleren en te motiveren. De vrijwilliger is als het ware een leermeester en heeft een voorbeeldfunctie voor de hulpvrager.

---

<sup>60</sup> Oranje Fonds, ‘Wat voor verschillende maatjesprojecten zijn er?’. <https://www.maatjesgezocht.nl/veelgestelde-vragen, geraadpleegd op 14 februari 2023.>

<sup>61</sup> van der Tier en Potting, *Een maatje voor iedereen?*, 24-28.

<sup>62</sup> Idem, 40.

<sup>63</sup> Machielse en Bos, *Complexe verwachtingen*, 23.

<sup>64</sup> van der Tier en Potting, *Een maatje voor iedereen?*, 37-39.

Ten derde kan de vrijwilliger getypeerd worden als bondgenoot. Projecten van dit type willen voorkomen dat mensen in een kwetsbare positie sociaal uitgesloten worden in de maatschappij. Kenmerkend voor de bondgenoot is dat het contact en de relatie tussen de vrijwilliger en de hulpvrager centraal staat. Overige kenmerken van dit type projecten zijn:

- Er is sprake van een relationele ondersteuningsstijl; het wederzijdse contact en de voldoening die hier (voor beide partijen) uit wordt gehaald is het belangrijkste punt van aandacht.
- Er wordt gestreefd naar een zoveel mogelijk gelijkwaardige relatie tussen de vrijwilliger en de hulpvrager, waarbij gewerkt wordt aan het opbouwen van een vertrouwensband. Er is hierbij geen normatieve werkwijze en de vrijwilliger sluit aan bij de leefwereld van de hulpvrager.
- De vrijwilliger geeft hoofdzakelijk emotionele steun door gesprekken te voeren, te luisteren en te bemoedigen, waardoor geprobeerd wordt de levenskwaliteit van de hulpvrager te verbeteren. De nadruk ligt niet primair op het doen van concrete activiteiten.
- Er is weinig tot geen sprake van een doelgerichte aanpak of aansturing op veranderingsprocessen.<sup>65</sup>

### 3.2.2 Effecten van maatjesprojecten

Op basis van geanalyseerde literatuur concluderen van der Tier & Potting dat “is bewezen dat een maatjesproject gebruikt kan worden om de kwaliteit van leven van mensen in een kwetsbare positie te verbeteren.”<sup>66</sup> Eén van de belangrijkste effecten van maatjescontact is dat het bij kan dragen aan het verruimen van het sociaal netwerk en de leefwereld van de deelnemers en het kan helpen het emotioneel welbevinden van deelnemers te verbeteren, wat zich vooral uit op de lange termijn. Het gaat dan bijvoorbeeld over het toenemen van zelfvertrouwen en de persoonlijke ontwikkeling.<sup>67</sup>

Hierbij plaatsen van der Tier & Potting echter wel een kanttekening, namelijk dat er weinig systematisch onderzoek is gedaan naar de effecten van maatjesprojecten in het algemeen. De meta-analyses die zijn gedaan naar de effecten van maatjesprojecten zijn grotendeels afkomstig uit de VS en richten zich met name op projecten waarbij de rol van het de vrijwilliger als mentor centraal staat. Er is veel minder (internationaal) onderzoek gedaan naar de succesfactoren en effectiviteit van projecten waarbij een maatje de rol van coach of bondgenoot heeft.<sup>68</sup> Om meer te kunnen zeggen over de effecten van maatjesprojecten waarin het maatje bijvoorbeeld fungeert als bondgenoot, zal daarom moeten worden gekeken naar kleinere studies. Deze gaan veelal over lokale situaties en specifieke doelgroepen, in het kader van dit onderzoek zal gekeken worden naar de doelgroep ‘ouderen’.

Er zijn in Nederland veel maatjesprojecten specifiek voor ouderen, in verschillende vormen en om aan verschillende ‘behoeften’ te willen voldoen, bijvoorbeeld het vergroten van zelfstandigheid,

---

<sup>65</sup> Idem, 31-40.

<sup>66</sup> Idem, 45.

<sup>67</sup> Idem.

<sup>68</sup> Idem, 42-53.

zelfredzaamheid of participatie, het opbouwen van een sociaal netwerk, het vaardiger maken in de digitale wereld of zoals in dit onderzoek centraal staat, projecten gericht op zin- en levensvragen. Veel van deze projecten zijn direct of indirect gericht op het ‘tegengaan’ van eenzaamheid onder ouderen, waar tegenwoordig veel aandacht voor is. Doordat, zoals eerder benoemd, eenzaamheid verschillende vormen kent, sluiten interventies niet altijd aan bij de behoeften van ouderen. Wanneer gekeken wordt naar de effectiviteit van een-op-een interventies zoals maatjesprojecten in het verminderen van eenzaamheid onder ouderen, blijkt hier volgens onderzoek slechts beperkt bewijs voor te zijn. Dit heeft mogelijk te maken met het ontbreken van wederkerigheid in dergelijke relaties, zoals het hebben van gemeenschappelijke interesses, van dezelfde leeftijd zijn en dezelfde culturele en sociale achtergrond delen, waar ouderen vaak wel behoefte aan blijken te hebben.<sup>69</sup>

Hoewel niet representatief voor alle maatjesprojecten, blijkt uit een onderzoek naar de effectiviteit van een maatjesproject van Humanitas voor eenzame ouderen, wat ten doel heeft om de zelfredzaamheid te vergroten, dat deze doelstelling niet wordt gehaald. De vrijwilligers vervulden in dit project aanvankelijk de rol van ‘coach’. In de praktijk blijkt echter dat de meeste van deze ouderen vooral behoefte hebben aan persoonlijke aandacht en emotionele steun. Hoewel niet het doel van dit project, is voor ouderen de (duurzame) relatie en gesprekken met de vrijwilliger en de steun die daaruit wordt verkregen het belangrijkste resultaat, wat correspondeert met de rol van de vrijwilliger als bondgenoot.<sup>70</sup>

Het belang van luisteren ‘op zich’ komt ook naar voren in onderzoek van Els van Wijngaarden, zij stelt dat luisteren een doel in zichzelf is vanwege de erkenning en het serieus nemen van de ervaring van de ander. Door de verbinding die hierdoor ontstaat, stelt zij dat dit wellicht de belangrijkste interventie is tegen eenzaamheid.<sup>71</sup> Ouderen erkenning geven door naar hun verhaal te luisteren is ook wat de focus is van projecten die zich richten op ondersteuning bij zingeving.

### 3.2.3 Vrijwilligers binnen maatjesprojecten

Ondanks dat dit onderzoek niet primair gaat over (de beleving van) de vrijwilligers die ouderen bezoeken, is het goed om iets dieper in te gaan op de rol van de vrijwilligers binnen maatjesprojecten. Eén van de grootste succesfactoren van maatjesprojecten is namelijk de positieve relatie tussen hulpvrager en vrijwilliger, de vertrouwensband is ook binnen maatjesprojecten rondom zingeving essentieel.<sup>72</sup> Dat hulpvragers bezocht worden door een vrijwilliger in plaats van een professional kan naast praktische en financiële ‘voordelen’, ook een positief effect hebben op relationeel vlak. De vrijwilliger kan een bijzondere rol hebben binnen het sociale netwerk van een hulpvrager. De vrijwilliger gaat doorgaans een relatie aan op basis van medemenselijkheid waardoor er, al dan niet gevoelsmatig, sprake kan zijn van

---

<sup>69</sup> Renske van der Zwet en Jan Willem van de Maat, *Wat werkt bij de aanpak van eenzaamheid*. (Utrecht: Movisie, 2016), 24.

<sup>70</sup> Anja Machielse en Pien Bos, 'Vrijwillige maatjes voor eenzame ouderen. Grenzen en mogelijkheden van vrijwillige inzet bij een kwetsbare doelgroep'. *Journal of Social Intervention: Theory and Practice* 27, no. 4 (2018): 86.

<sup>71</sup> Van Wijngaarden en The, 'Luisteren als belangrijkste interventie bij eenzaamheid', 304.

<sup>72</sup> Machielse en Bos, *Complexe verwachtingen*, 24.

meer gelijkwaardigheid.<sup>73</sup> De vrijwilliger komt echter namens een organisatie en is niet gelijk in 'rol'. Hij of zij is geen familie en de hulpvrager en vrijwilliger delen geen gemeenschappelijke geschiedenis. Bij aanvang van de koppeling zijn ze 'vreemden' voor elkaar, tenzij ze elkaar in uitzonderingsgevallen al ergens van kennen.<sup>74</sup> De vrijwilliger komt doorgaans langdurig en met enige regelmaat bij de hulpvrager. Dit vraagt van de vrijwilliger een zeker commitment.<sup>75</sup> Bezoeken door vrijwilligers kunnen voor hulpvragers drempelverlagend werken, zij zijn immers geen patiënt en de vrijwilliger is geen hulpverlener, wat bijvoorbeeld voor mensen die een zeker wantrouwen hebben richting gevestigde zorg(organisaties) de drempel kan doen verlagen. De 'hulp' die gegeven wordt is informeel, iemand heeft geen (zorg)dossier.<sup>76</sup>

De vrijwilliger van het maatjesproject kan het enige (diepgaande) contact zijn wat een oudere nog heeft.<sup>77</sup> Uit onderzoek blijkt dat de band met een vrijwilliger voor een oudere kan voelen als die met een vriend of familielid.<sup>78</sup> In de praktijk blijkt er echter wel een verschil te kunnen zijn tussen hoe de relatie wordt ervaren door de vrijwilliger en hoe deze wordt ervaren door de hulpvrager. Voor een hulpvrager kan een relatie bijvoorbeeld worden beleefd als vriendschap omdat hij of zij veel deelt over het persoonlijk leven(sverhaal), terwijl de vrijwilliger dit niet zo hoeft te ervaren. Er is in principe sprake van een asymmetrische relatie, waarin vriendelijkheid een belangrijke component is, maar waarin dit geen vriendschap hoeft te betekenen. Pennington & Knight duiden dit aan met "*friendly but not friendship*".<sup>79</sup> Naast de kaders die een organisatie biedt, wordt van vrijwilligers over het algemeen zelf gevraagd hun eigen grenzen te bepalen en te handhaven. Waar deze grenzen liggen verschilt per vrijwilliger en per situatie. Het blijkt in de praktijk niet altijd gemakkelijk voor vrijwilligers om de grenzen te hanteren, juist vanwege het vrijwillige karakter en het beroep op medemenselijkheid.<sup>80</sup> Wanneer er bijvoorbeeld sprake is van eenzaamheid, blijkt in de praktijk dat een vrijwilliger de relatie met een hulpvrager niet snel verbreekt. De verplichtingen richting een hulpvrager kunnen voor een vrijwilliger (gaan) voelen als die richting een familielid.<sup>81</sup>

Deelname aan maatjesprojecten kan waardevol zijn voor deelnemers, maar ook voor de vrijwilligers, blijkt uit verschillende onderzoeken.<sup>82</sup> Het doen van vrijwilligerswerk bij Motto blijkt bijvoorbeeld ook bij te dragen aan de zingeving van de vrijwilligers zelf. Omdat ze een belangrijke rol kunnen spelen in de levens en het welzijn van de hulpvragers en hierin een verschil kunnen maken, ervaren de vrijwilligers zichzelf en

---

<sup>73</sup> Davelaar e.a., *Gezien en gehoord*, 32.

<sup>74</sup> van der Tier en Potting, *Een maatje voor iedereen?*, 48.

<sup>75</sup> Machielse en Bos, 'Vrijwillige maatjes voor eenzame ouderen', 74.

<sup>76</sup> van Dam, 'Vrijwilligers Bieden Ondersteuning', 21.

<sup>77</sup> Machielse en Bos, *Complexe verwachtingen*, 97.

<sup>78</sup> Jarred Pennington en Tess Knight, 'Staying Connected: The Lived Experiences of Volunteers and Older Adults'. *Ageing International* 32, no. 4 (2008): 306.

<sup>79</sup> Idem, 305.

<sup>80</sup> Idem, 305-307.

<sup>81</sup> Machielse en Bos, *Complexe verwachtingen*, 84.

<sup>82</sup> Machielse en Bos, *Complexe verwachtingen*, 93.

hun bijdrage als nuttig. De meeste vrijwilligers hebben zelf ook persoonlijke affiniteit en interesse in onderwerpen als zingeving en levensvragen.<sup>83</sup>

### 3.3 Maatjesprojecten voor zingeving en/of levensvragen

Bekende initiatieven op het gebied van zingeving en/of levensvragen in Nederland die al geruime tijd bestaan en waarbij wordt samengewerkt met vrijwilligers zijn het COiL in Nijmegen en Motto in Rotterdam. Een vergelijkbaar project is zoals gezegd 'Een luisterend oor' in de gemeente Midden-Groningen. In deze paragraaf zal eerst een beschrijving van de doelstelling en werkwijze van LO worden gegeven. Daarna zullen het COiL en Motto beschreven worden, waarbij bij Motto tevens aandacht wordt besteed aan de uitkomsten van effectonderzoek wat naar dit project is gedaan. Het hoofdstuk sluit af met een vergelijking tussen het COiL en Motto enerzijds en LO anderzijds.

#### 3.3.1 Een luisterend oor

Het project 'Een luisterend oor' is in 2012 gestart in de toenmalige gemeente Hoogezand-Sappemeer op initiatief van twee lokale kerken en een lokale welzijnsorganisatie.<sup>84</sup> Zij signaleerden dat veel ouderen boven de 75 jaar woonachtig in specifieke wijken, worstelden met verlieservaringen en het hen aan een adequaat netwerk ontbrak om hun verhaal kwijt te kunnen. Al snel na de start van het project bleek dat dit breder speelde, ook bij mensen die jonger waren of niet in (de wijken van) het specifieke dorp woonden. Daarom is de leeftijdsgrens na een aantal jaren losgelaten en is het project nu ook toegankelijk voor mensen woonachtig in omliggende dorpen.

#### *Doel*

Het beoogde doel van LO is om er te 'zijn' voor hulpvragers in de gemeente Midden-Groningen die te maken hebben met zingeving- en levensvraagstukken, door hierover met hen in gesprek te gaan, hier aandacht aan te besteden en helpen deze hanteerbaar te maken. In een ander gedeelte van het interne verslag wordt gesproken over helpen het verlies dragelijker te maken. De zingeving- en levensvragen kunnen spelen n.a.v. verlieservaringen op zowel relationeel gebied, veelal partners, als op het vlak van gezondheid en het naderende levenseinde. Daarnaast kunnen er ook mensen worden aangemeld die mantelzorger zijn, alleenstaand zijn of, wanneer de problematiek niet te complex is, mensen met een psychiatrische achtergrond of trauma.

De gesprekken over zingevingsvragen worden gevoerd met vrijwilligers die de mensen die aangemeld zijn thuis bezoeken om naar hun verhaal te luisteren. De typering als bondgenoot sluit aan bij

---

<sup>83</sup> Davelaar e.a., *Gezien en gehoord*, 41.

<sup>84</sup> De informatie uit deze paragraaf is afkomstig uit twee interne documenten van LO: Projectgroep 'Een luisterend oor', *Verslag over de beginjaren tot en met 2021*. (2022), 1-8. En Projectgroep 'Een luisterend oor', *Eindevaluatie project 'Een luisterend oor' 2012-2015* (2015), 1-10, en een interview met de coördinator (Nettie Diepstra, persoonlijke communicatie, 12 mei 2023).

de rol die de vrijwilligers van LO hebben.<sup>85</sup> De vrijwilligers worden geacht met een open houding de gesprekken in te gaan en aan te sluiten bij het verhaal en de beleving van de hulpvragers, waardoor er een vertrouwensband kan ontstaan. De aanleiding voor de aanmelding bij LO is het uitgangspunt en staat in principe centraal tijdens de gesprekken, met als doel dat verlieservaring(en) hanteerbaar worden. Uit een intern tussentijds verslag blijkt dat de vrijwilligers van LO aangeven dat verlies, rouw, ziekte, eenzaamheid en verstoorde familierelaties de belangrijkste thema's zijn waarover in gesprek gegaan wordt. De duur van het contact is in principe tijdelijk, van een paar gesprekken tot een jaar. In de praktijk blijkt echter dat het contact vaak jaren aanhoudt, soms zelfs tot het overlijden van een hulpvrager.

Ondanks de betrokkenheid van lokale kerken bij de oprichting, is LO niet gebonden aan een bepaalde levensbeschouwing. Zowel de vrijwilligers als de hulpvragers hebben verschillende (religieuze en culturele) achtergronden.

### *Organisatie*

De projectgroep van LO bestaat uit een medewerker van een lokale welzijnsorganisatie, een afgevaardigde van een lokale kerk die al bij de opstart was betrokken en een vrijwilligerscoördinator. Zij zijn samen verantwoordelijk voor o.a. de voortgang en ontwikkeling van het project, het vrijwilligersbeleid, de financiën en de PR. LO is vandaag de dag ondergebracht bij een lokale welzijnsorganisatie, zij zorgen o.a. voor de verslaggeving en verantwoording, de administratie en tevens zijn zij het aanmeldpunt en de 'receptie' voor verwijzers en/of hulpvragers. Vanuit de welzijnsorganisatie is één betaalde kracht actief in de functie van Coördinator Steunpunt Mantelzorg, deze functie wordt gecombineerd met de ondersteuning van LO. Deze medewerker geeft aan dat er gemiddeld 1 a 2 uur per week aan LO wordt besteed.

De vrijwilligerscoördinator (coördinator) is binnen dit project het aanspreekpunt voor de vrijwilligers, de hulpvragers en de doorverwijzers. Deze coördinator doet de intakes met zowel de hulpvragers als met de vrijwilligers en maakt de koppeling tussen beide. Deze koppeling is een cruciaal onderdeel, waarbij de coördinator zowel de hulpvrager als de vrijwilliger goed moet kennen om tot een 'geslaagde' koppeling te kunnen komen. De coördinator houdt tussentijds contact met alle partijen en is betrokken bij de evaluatie en beëindiging van het contact. Zij zorgt tevens voor de registraties en de terugkoppelingen met de verwijzers. In de praktijk blijkt dit de spilfunctie van het project, wat een gemiddelde tijdsinvestering van 3 uur per week vraagt. Deze functie is op vrijwillige basis.

De financiering voor LO wordt o.a. geworven via collectes van lokale kerken. De gemiddelde begroting van LO is € 500 tot € 750 per jaar. Dit bedrag wordt hoofdzakelijk gebruikt voor scholing en andere (recreatieve) activiteiten voor de vrijwilligers. De inzet van medewerker van de lokale welzijnsorganisatie wordt gefinancierd door de gemeente Midden-Groningen.

---

<sup>85</sup> Van der Tier en Potting, *Een maatje voor iedereen?*, 37-38.

### *Hulpvragers*

De hulpvragers die een beroep doen op LO kunnen zichzelf aanmelden of kunnen worden aangemeld door verwijzers. In de praktijk blijkt vooral dit laatste het geval te zijn. De meeste aanmeldingen zijn gedaan door welzijnscoaches, sociale wijkteams en lokale welzijnsorganisaties, gevolgd door huisartsen en thuiszorgorganisaties en WMO consultants van de gemeente. Tot nu toe heeft slechts één hulpvrager zichzelf aangemeld. Exacte cijfers zijn er niet, maar naar schatting hebben er vanaf de start van het project tot nu ongeveer 120 koppelingen plaatsgevonden tussen vrijwilligers en hulpvragers. Hierin zijn ook koppelingen meegenomen die, om welke reden dan ook, weer zijn beëindigd. De hulpvragers bepalen in principe zelf waarover zij in gesprek willen gaan en hoe lang zij de gesprekken nodig achten. In de praktijk blijkt echter dat het vaak de vrijwilliger is die bepaalt of de bezoeken nog nodig zijn. Naar schatting zijn ongeveer tien koppelingen beëindigd omdat een hulpvrager zelf aangaf weer zelfstandig verder te kunnen. De frequentie van de gesprekken wordt bepaald in overleg tussen de hulpvrager en de vrijwilliger. De hulpvragers worden doorgaans frequenter bezocht in de eerste maanden van de koppeling, dan na verloop van tijd.

### *Vrijwilligers*

Naar schatting zijn er vanaf de start tot nu ongeveer 30 vrijwilligers betrokken geweest bij LO. Op dit moment zijn er 11 vrijwilligers actief binnen LO die hulpvragers bezoeken, zij bezoeken ieder één tot drie hulpvragers. Er worden geen 'voorwaarden' gesteld aan deze vrijwilligersfunctie betreft leeftijd, opleiding(sniveau) of levensbeschouwing. Wel vindt er bij aanmelding van een vrijwilliger eerst een intake plaats met de vrijwilligerscoördinator en de medewerker van de welzijnsorganisatie. Een nieuwe vrijwilliger moet in staat zijn om met aandacht en respect naar iemands verhaal te kunnen luisteren, iemand moet affiniteit hebben met zingeving en levensvragen en er moet een VOG kunnen worden overlegd. Daarnaast worden de vrijwilligers geacht bij de georganiseerde overlegmomenten en intervisie- en scholingsactiviteiten aanwezig te zijn. Er wordt verwacht dat een vrijwilliger zich minstens voor een jaar aan het project committeert.

### *Scholing*

Bij aanvang van het project in 2012 hebben de toenmalige vrijwilligers van LO een training 'levensvragen' en een training 'intervisie' gevolgd. Deze zijn destijds eenmalig gegeven door een geestelijk verzorger die werkzaam was in een lokaal woonzorgcentrum. Hier is ook een cursusmap van gemaakt. In 2021 konden de huidige vrijwilligers deze training in een iets gewijzigde vorm en onder leiding van een andere extern ingehuurd geestelijk verzorger (opnieuw) volgen. Niet alle huidige vrijwilligers hebben deze training echter gevolgd, zij worden 'geschoold' middels het doorlezen van de cursusmap. Dit geldt ook voor de vrijwilligers die zich aangemeld hebben tussen 2013 en 2020.

Het streven van LO is om drie tot vier keer per jaar een intervisiebijeenkomst te houden, waarbij



de vrijwilligers om de beurt een casus aanleveren en bespreken volgens een vaste intervisiemethode. In de afgelopen jaren zijn er tevens een aantal scholingsbijeenkomsten geweest over onderwerpen gerelateerd aan ouderen, rouw en verlies waar de vrijwilligers aan deel konden nemen.<sup>86</sup> Deze scholingen vonden doorgaans plaats in samenwerking met andere organisaties, waar ook aan kon worden deelgenomen door vrijwilligers of belangstellenden vanuit andere lokale projecten. Ook wordt door LO drie tot vier keer per jaar een overlegmoment georganiseerd over het wel en wee van het project en de stand van zaken m.b.t. de koppelingen tussen vrijwilligers en hulpvragers.

### 3.3.2 Centrum Ontmoeting in Levensvragen

Het Centrum Ontmoeting in Levensvragen (COiL) in Nijmegen is in 2003 opgericht en in 2005 operationeel geworden, destijds onder de naam Centrum Ouderen en Levensvragen. In 2012 is de naam gewijzigd in het COiL, omdat het project toegankelijk is voor een bredere leeftijdscategorie dan alleen ouderen.<sup>87</sup> Het COiL biedt meerdere activiteiten aan op het gebied van zingeving- en levensvragen: individuele gesprekken, groepsgesprekken en het maken van levensboeken. Daarnaast worden er ook trainingen en lezingen gegeven op het gebied van zingeving.<sup>88</sup>

De individuele gesprekken met cliënten worden gevoerd door getrainde vrijwilligers en gaan over zingeving- en levensvragen: “Aan de orde is alles wat zin heeft en zin geeft aan of in het leven, of wat de zingeving belemmert en hoe dit het eigen levensverhaal in de eigen waarneming vorm en perspectief geeft.”<sup>89</sup> De vrijwilligers volgen na aanmelding een verplichte starttraining waarin ze o.a. worden getraind in het open kunnen luisteren. Wanneer er bij aangemelde cliënten sprake is van depressie, dementie, een doodswens of wanneer de ervaring van verlies diep ingrijpt, worden de gesprekken gevoerd door een professional, doorgaans een geestelijk verzorger.<sup>90</sup>

De voornaamste aanleidingen voor aanmelding van cliënten bij het COiL zijn eenzaamheid, levens- en zingevingsvragen (zoeken naar ordening) en ervaringen van ziekte en verlies van vitaliteit. Ongeveer een derde van de cliënten meldt zichzelf aan, de andere cliënten worden aangemeld middels verwijzingen door vrijwilligers en naasten van cliënten en door professionals zoals verpleegkundigen of praktijkondersteuners.<sup>91</sup>

---

<sup>87</sup> Ren Lantman, ‘Vrijwilligers in gesprek over levensvragen. Ervaringen van het Centrum Ontmoeting in Levensvragen in Nijmegen’. *Tijdschrift Geestelijke Verzorging* 16, no. 70 (2013): 39-40.

<sup>88</sup> Centrum Ontmoeting in Levensvragen, ‘Ons aanbod’. <https://ontmoetinginlevensvragen.nl/over-het-coil/ons-werk>, geraadpleegd op 18 juli 2023.

<sup>89</sup> Lantman, ‘Vrijwilligers in gesprek over levensvragen’, 41.

<sup>90</sup> Idem, 40-42.

<sup>91</sup> COiL, *Jaarcijfers COiL 2022*, 1.

### 3.3.3 Motto

Motto staat voor Meelevende Ondersteuning Ten behoeve van Thuiswonende Ouderen en is in 2005 opgericht door Stichting Geestelijke Verzorging Rijnmond, met als doel om geestelijke verzorging ook toegankelijk te maken voor thuiswonende ouderen.<sup>92</sup> Ouderen in Rotterdam die geconfronteerd worden met verlies en levensvragen krijgen ondersteuning bij zingeving- en levensvragen door gesprekken met getrainde vrijwilligers die gaan over de “zorgen, vragen en verlangens en over de zingeving van het leven”.<sup>93</sup> Onderwerpen die veel aan bod komen tijdens gesprekken zijn ziekte, gezondheid en afhankelijkheid.<sup>94</sup> De presentietheorie van Andries Baart ligt ten grondslag aan het project, het contact tussen de oudere en de vrijwilliger wordt gekenmerkt door regelmaat, trouw, langdurigheid, geduld en diepgang, wat onderscheidend is ten opzichte van het aanbod van andere lokale (zorg)organisaties. Het project is inmiddels actief in meerdere wijken van Rotterdam en omgeving, onder begeleiding van meerdere (betaalde) geestelijk verzorgers.<sup>95</sup>

In 2013 is er door het Verwey-Jonker Instituut onderzoek gedaan naar het maatschappelijk rendement van Motto. Dit is gedaan op basis van onderzoek naar vergelijkbare interventies, gesprekken met cliënten, vrijwilligers en de coördinatoren van Motto en een EffectenArena. Op basis van deze gegevens is geconcludeerd dat Motto een positief maatschappelijk rendement heeft en “leidt tot maatschappelijke effecten op verschillende maatschappelijke velden zoals gezondheid, zorgconsumptie en persoonlijk welbevinden.”<sup>96</sup> De bezoeken van de vrijwilligers van Motto worden door de meeste deelnemers erg gewaardeerd en ervaren als veelbetekenend. De ouderen blijken minder eenzaam te zijn en meer zin in hun leven hebben, deelname leidt tot grotere zelfredzaamheid en een vergroot welzijn. De verwachting is dat een gedeelte van de deelnemende ouderen door de hulp die zij ontvangen van vrijwilligers zelfs langer thuis kunnen blijven wonen en minder beroep doen op de zorg(sector), bijvoorbeeld de huisarts of de GGZ. Dit doordat zij hun levens(situatie) en zorgen met de vrijwilligers kunnen delen en de vrijwilligers hierin een signalerende en preventieve functie hebben.<sup>97</sup>

### 3.3.4 Vergelijking tussen maatjesprojecten voor zingeving

Wanneer Motto en het COiL vergeleken worden met LO, vallen een aantal verschillen op. Hoewel er uiteraard meer verschillen te benoemen zijn, worden in het kader van de relevantie voor dit onderzoek drie verschillen aangestipt, namelijk de omvang van de projecten, de doelstelling en de inzet van geestelijk verzorgers.

---

<sup>92</sup> Elly Prinse en Bea Cox-Euser. ‘Present dankzij vrijwilligers. Ouderenzorg en extramurale geestelijke verzorging’. *Tijdschrift Geestelijke Verzorging* 17, no. 76 (2014): 51.

<sup>93</sup> Samen010, ‘Motto’. <https://www.samen010.nl/projecten/motto>, geraadpleegd op 24-1-2023.

<sup>94</sup> Davelaar e.a., *Gezien en gehoord*, 17.

<sup>95</sup> Prinse en Cox-Euser, ‘Present dankzij vrijwilligers’, 50-54.

<sup>96</sup> Davelaar e.a., *Gezien en gehoord*, 38.

<sup>97</sup> Idem, 23-39.

## Omvang

Het eerste verschil betreft de omvang van de verschillende projecten. LO is (veel) kleiner dan het COiL en Motto, zowel in aantal vrijwilligers en hulpvragers, personele bezetting als qua begroting. Om een beeld te krijgen van de omvang van de drie genoemde projecten, worden in de onderstaande tabel het aantal betrokken vrijwilligers en deelnemers in het jaar 2022 weergegeven:

	Aantal vrijwilligers	Aantal deelnemers <sup>98</sup>
<i>Een luisterend oor</i>	12	21
<i>Centrum Ontmoeting in Levensvragen</i> <sup>99</sup>	84	171
<i>Motto</i> <sup>100</sup>	133	279

## Doelstelling

De doelstelling en werkwijze van het COiL, Motto en LO lijken op het eerste gezicht in grote lijnen overeen te komen. In tegenstelling tot het COiL en Motto, wordt er binnen LO echter niet (expliciet) vanuit een specifieke theorie of methodiek gewerkt. Wanneer gekeken wordt naar de doelstelling van LO, valt daarin de volgende gelaagdheid op:

Er zijn (vrijwilliger)



In gesprek / aandacht besteden aan zingeving- en levensvraagstukken



Hanteerbaar maken

Deze doelstelling wordt ten uitvoer gebracht door de hulpvragers met een bepaalde frequentie en continuïteit te bezoeken en goed te luisteren naar hun verhaal. De behoefte van de hulpvrager staat hierin centraal. Het impliciete mechanisme dat hierachter zit is dat door, vaak meermaals, te praten over de verlieservaring(en), het uiteindelijk dragelijker wordt. Aan dit 'doel' van 'hanteerbaar maken' is tevens een tijdspad gekoppeld van een jaar.

Wanneer de doelstelling van LO wordt bekeken vanuit methodieken binnen geestelijke verzorging, valt op dat deze zowel een relationeel ('er zijn') als een instrumenteel ('hanteerbaar maken') aspect in zich heeft. Job Smit, die onderzoek heeft gedaan naar de basismethodiek van geestelijke verzorging stelt dat in een werkwijze vanuit een relationele insteek, zoals de presentiebenadering van Baart, "de begeleidingsrelatie niet slechts een voorwaarde [is], maar ook een gestalte van zingeving."<sup>101</sup>

<sup>98</sup> Voor deelnemers worden verschillende termen gebruikt. Binnen Motto wordt gesproken over 'ouderen', binnen het COiL over 'cliënten' en binnen LO over 'hulpvragers'.

<sup>99</sup> Het aantal deelnemers is inclusief de deelnemers aan de gespreksgroepen en het maken van levensboeken. Uit COiL, *Jaarcijfers COiL 2022*, 1.

<sup>100</sup> Stichting Samen010, *Jaarverslag 2022 (2023)*, 14. <https://online.fliphtml5.com/wnpdg/mmzp/#p=16>, geraadpleegd op 18 juli 2023.

<sup>101</sup> Job Smit, *Antwoord geven op het leven zelf. Een onderzoek naar de basismethodiek van de geestelijke verzorging*. (Delft: Eburon, 2015), 162.

De ervaring van verbondenheid staat hierbij centraal.<sup>102</sup> De ‘interventie’ bij LO is echter het gesprek zelf waarin het verhaal van de hulpvrager centraal staat, waardoor er ook sprake is van elementen uit narratieve modellen, wat Smit schaart onder de formele/instrumentele modellen. Bij formele modellen gaat het om het geven van betekenis, waardoor de ervaring van zinvolheid kan worden bevorderd.<sup>103</sup>

### *Betrokkenheid van geestelijk verzorgers*

Een laatste verschil betreft de inzet van (betaalde) geestelijk verzorgers. Zowel bij het COiL als bij Motto zijn geestelijk verzorgers op basis van hun expertise m.b.t. zingeving en levensvragen betrokken in de functie van coördinator van het project. Binnen Motto heeft een geestelijk verzorger ongeveer 16 uur per week beschikbaar voor de ondersteuning en begeleiding van 20 vrijwilligers.<sup>104</sup> Bij LO zijn, op twee incidentele trainingen na, geen geestelijk verzorgers betrokken.

De geestelijk verzorgers werkzaam bij Motto en het COiL zorgen o.a. voor de intakes van de vrijwilligers en de hulpvragers, de matching tussen beide, het trainen en coachen van de vrijwilligers, het contact met zorg- en welzijnsorganisaties en de begeleiding van hulpvragers van wie de situatie te complex is voor vrijwilligers.<sup>105</sup> In de beroepsstandaard geestelijke verzorging worden verschillende rollen onderscheiden die de geestelijk verzorger in de uitoefening van het beroep kan hebben, binnen Motto en het COiL zijn dit o.a. de rollen van ‘coördinator’, ‘opleider’ en ‘begeleider’.<sup>106</sup>

Mirjam Heikens stelt op basis van haar ervaringen bij Motto: “De vrijwilliger kan dit waardevolle werk juist goed doen onder begeleiding van een professionele geestelijk verzorger. (...) Vrijwilligers en geestelijk verzorgers kunnen elkaar uitstekend aanvullen; dat wijst de praktijk inmiddels uit.”<sup>107</sup> Wout Huizing stelt dat de vrijwilliger ‘complementair’ is aan de professional, maar deze niet kan vervangen. Ook geeft hij aan dat bij een professional het ‘handelen’ centraal staat, terwijl het bij vrijwilligers gaat om ‘er zijn’.<sup>108</sup> Dit sluit aan bij de doelstelling van LO, waarin het ‘er zijn’ expliciet wordt benoemd. Binnen Motto zijn trouw, geduld en tijd bijvoorbeeld belangrijke elementen binnen het maatjescontact.<sup>109</sup> Een vrijwilliger kan de laagdrempeligheid, tijd, regelmaat en continuïteit aan een hulpvrager bieden waar een professional wellicht niet aan kan voldoen. Wanneer bijvoorbeeld eenzaamheid wordt ervaren, kan een vrijwilliger in dit opzicht wellicht ‘meer’ bieden dan een professional en door de opgebouwde relatie een positief onderdeel worden van de individuele zingeving van hulpvragers.

---

<sup>102</sup> Idem, 157.

<sup>103</sup> Idem, 176.

<sup>104</sup> Mirjam Heikens, ‘Geestelijke verzorging thuis, met inzet van vrijwilligers’. *Geron* 22, no.3 (2020): 2-4.

<sup>105</sup> Prinse en Cox-Euser, ‘Present dankzij vrijwilligers’, 50-54. En Lantman, ‘Vrijwilligers in gesprek over levensvragen’, 39-43.

<sup>106</sup> VGVZ, *Beroepsstandaard geestelijk verzorger 2015*, 12.

<sup>107</sup> Heikens, ‘Geestelijke verzorging thuis, met inzet van vrijwilligers’, 1.

<sup>108</sup> Wout Huizing, ‘Werk maken van vrijwilligerswerk.’, in *Nieuw Handboek Geestelijke Verzorging*. Ed. J. Doolaard (Kampen: Kok, 2009), 535.

<sup>109</sup> Heikens, ‘Geestelijke verzorging thuis, met inzet van vrijwilligers’, 2.

## Deel II Empirisch onderzoek

## 4. Methodologie

### 4.1 Onderzoeksmethode

De onderzoeksmethode die voor deze scriptie is gebruikt is cross-sectioneel kwalitatief onderzoek, waarbij uiteindelijk is gekomen tot een interpretatieve thematische analyse op basis van *directed content analysis*.<sup>110</sup> Hiervoor zijn zes hulpvragers, de coördinator en een vrijwilliger van LO middels een semigestructureerd interview bevraagd op hun ervaringen m.b.t. de bezoeken van vrijwilligers van LO. Er is gekozen voor semigestructureerde interviews om een aantal dezelfde vragen aan de respondenten hulpvragers (respondenten)<sup>111</sup> te kunnen stellen waardoor de antwoorden vergeleken kunnen worden, maar waarbij ook ruimte is om, mede vanwege de hogere leeftijd van de respondenten, dynamisch te werk te kunnen gaan en desgewenst aanvullende vragen te kunnen stellen. Ook was hierdoor de ruimte om dieper op antwoorden in te kunnen gaan, indien nodig de volgorde te kunnen veranderen en de respondenten de tijd en ruimte te geven voor eigen inbreng.

De uitkomsten van de interviews zijn onderling vergeleken, geïnterpreteerd en geanalyseerd aan de hand van het theoretisch kader zoals geschetst in de voorgaande hoofdstukken. Op deze manier is geprobeerd theoretische veronderstellingen expliciet te maken en deze kritisch te kunnen evalueren in relatie tot dit onderzoek.

### 4.2 Dataverzameling en analyse

#### 4.2.1 Selectie respondenten

De selectie van potentiële respondenten is gemaakt in overleg met de coördinator van LO, op basis van vooraf opgestelde inclusiecriteria. Deze criteria waren: zelfstandig wonend (extramuraal), minstens een half jaar deelname aan het project LO of minstens zes bezoeken van een vrijwilliger gehad, minstens 65 jaar oud bij aanvang van deelname aan het project en de aanleiding voor deelname aan het project is (mede) een recente verlieservaring in brede zin. Een exclusie criterium waren deelnemers waarvan bij de coördinator bekend was dat zij leden aan dementie.

Het criterium m.b.t. de duur van deelname/aantal gesprekken is gesteld omdat dit de kans vergroot dat de deelnemer verschil ervaart in de periode voor en tijdens deelname aan het project. De leeftijdsgrens is gehanteerd omdat dit onderzoek zich specifiek richt op ouderen. Het hebben meegemaakt van een recente verlieservaring is geformuleerd omdat dit zorgt voor homogeniteit onder de respondenten, echter is dit criterium inherent gebleken aan het aangemeld (kunnen) worden bij LO.

---

<sup>110</sup> AnneLoes van Staa en Kirsten de Vries, 'Directed content analysis: een meer deductieve dan inductieve aanpak bij kwalitatieve analyse.' *KWALON* 19, no. 3 (2014): 46-54.

<sup>111</sup> Met 'respondenten' worden de respondenten hulpvragers aangeduid. Wanneer het gaat om de coördinator of de vrijwilliger zal dit apart worden benoemd.

Mensen met dementie konden niet deelnemen aan het onderzoek omdat de antwoorden onvoldoende betrouwbaar konden zijn.

Bij aanvang van het onderzoek waren er 17 hulpvragers aangemeld bij LO. Bij zeven van hen had er (nog) geen koppeling plaatsgevonden met een vrijwilliger van LO. Van de tien overgebleven hulpvragers, voldeed er één niet aan het leeftijds criterium, één hulpvrager was inmiddels opgenomen in een verpleeghuis, één hulpvrager kon om gezondheidsredenen niet worden geïnterviewd en één hulpvrager heeft deelname aan het interview geweigerd. De overgebleven zes hulpvragers zijn allen door de onderzoeker geïnterviewd. Onder hen waren twee mannen en vier vrouwen, de gemiddelde leeftijd van de respondenten was 85 ½ jaar, drie van de respondenten waren 90+. Alle respondenten woonden zelfstandig, al dan niet met hulp van thuiszorg en/of andere zorgorganisaties. Allemaal hadden ze hun partner verloren door overlijden.

Tijdens het onderzoek is de keuze gemaakt om tevens de coördinator en één vrijwilliger van LO te interviewen om o.a. meer zicht te krijgen op de redenen van aanmelding en de onderwerpen die tijdens gesprekken met vrijwilligers van LO worden besproken, in relatie tot de doelstelling van het project. Uit de interviews tot dan toe bleek namelijk dat geen van de ouderen precies (meer) wist waarom en door wie ze waren aangemeld bij LO. Ook bleek het voor hen lastig te zijn om aan te geven waarover ze precies spraken met de vrijwilliger. Aan zowel de coördinator als de vrijwilliger zijn tevens aanvullende vragen gesteld over o.a. de organisatie en de beoogde doelen. De keuze voor de vrijwilliger is gemaakt in overleg met de coördinator. Gekozen is voor een ervaren vrijwilliger die sinds 2015 bij LO betrokken is en aan ongeveer 15 tot 20 hulpvragers gekoppeld is (geweest). Derhalve is zij goed op de hoogte van het project en de (inhoud en uitwerking van) gesprekken die zij met hulpvragers voert.

Aangezien dit onderzoek primair gaat over de beleving van de hulpvragers, is gekozen om het interview met de vrijwilliger alleen te gebruiken ter verificatie en is hier derhalve niet uit geciteerd. De antwoorden van de vrijwilliger dienden voor de onderzoeker ter bevestiging, nuancering en/of aanvulling op de gegeven antwoorden van de hulpvragers. Er is voor gekozen om wel citaten van de coördinator weer te geven, omdat dit een overkoepelende, unieke functie betreft met een meer zakelijk karakter ten opzichte van vrijwilligers, waardoor het onderzoek kon worden aangevuld met hoofdzakelijk feitelijke informatie over het project op basis van de kennis van de coördinator.

#### 4.2.2 Proces

In overleg met de coördinator is besloten om de geselecteerde respondenten eerst per brief te informeren over het onderzoek, het doel, de werkwijze en de onderwerpen die tijdens een interview besproken zullen worden, omdat vanwege de hogere leeftijd van de deelnemers de hoeveelheid informatie die gegeven wordt teveel kon zijn om te onthouden indien deze telefonisch werd gegeven. De

respondenten hadden hierdoor de tijd om over het verzoek na te denken, de informatie meermaals door te lezen indien nodig, eventueel extra informatie over het onderzoek in te winnen bij zowel de onderzoeker als de coördinator (i.v.m. het gevoel van 'betrouwbaarheid') en zich op (de thema's van) het interview voor te bereiden. Eén tot twee weken na ontvangst van de brief met de vraag over deelname, zijn de deelnemers gebeld met de vraag of de brief is ontvangen en of ze mee willen werken aan het interview. Tijdens dit telefonisch contact zijn de werkwijze, het doel en de thema's van het interview (opnieuw) met de respondenten doorgenomen. Bij een positief antwoord t.a.v. deelname is er een datum gepland voor het interview, i.v.m. de leeftijd bij voorkeur zo snel mogelijk na het telefonisch contact.

De coördinator en de vrijwilliger zijn beide telefonisch benaderd door de onderzoeker met de vraag om deelname, waarbij het doel en de thema's van de interviews mondeling zijn toegelicht.

Vijf interviews hebben bij de respondenten thuis plaatsgevonden, één respondent is vanwege gezondheidsredenen telefonisch geïnterviewd. Van dit interview is direct na het gesprek een verslag gemaakt. Zowel vanwege de hogere leeftijd en de soms verminderde mobiliteit als het zich bevinden in een vertrouwde omgeving is gekozen om de interviews bij de respondenten thuis te laten plaatsvinden. Bij één van hen was de huishoudelijke hulp tijdens het interview aanwezig.

In verband met de hogere leeftijd van de respondenten is tevens geprobeerd de interviews niet te lang te laten duren, om de benodigde concentratie te kunnen behouden. De interviews varieerden in lengte tussen de 40 en 75 minuten, de gemiddelde duur van de interviews was 53 minuten. Het interview met de coördinator heeft op locatie plaatsgevonden en duurde 82 minuten. Het interview met de vrijwilliger heeft bij deze persoon thuis plaatsgevonden en duurde 55 minuten.

Voorafgaand aan de interviews zijn de werkwijze, het doel en de te bespreken thema's nogmaals met de respondenten doorgenomen. Tevens is o.a. informatie verstrekt over de anonieme verwerking van de gegevens en de mogelijkheid tot stoppen/onderbreken van het interview. De interviews die bij de respondenten thuis hebben plaatsgevonden zijn met toestemming van de respondenten opgenomen met een voicerecorder. De geluidsopnames zijn na het transcriberen van de interviews vernietigd. Op één na hebben alle respondenten voorafgaand aan het interview een toestemmingsformulier ondertekend, waarin toestemming is gegeven voor opname op de voicerecorder als het gebruik van het interview voor dit onderzoek. Eén respondent heeft hiervoor mondeling toestemming gegeven, dit was de respondent die telefonisch is gesproken. Met alle deelnemers is afgesproken dat er een samenvatting van de onderzoeksresultaten naar hen opgestuurd zal worden na afronding van het onderzoek. Tevens waren de contactgegevens van de onderzoeker bij de respondenten bekend voor eventuele aanvullingen of vragen vanuit de respondenten.



### 4.2.3 Inhoud

Voorafgaand aan de interviews is een indicatieve vragenlijst voor de respondenten opgesteld op basis van het literatuuronderzoek uit de vorige hoofdstukken. Voor de hulpvragers, de coördinator en de vrijwilliger zijn aparte vragenlijsten gemaakt. Het doel van de interviews met de hulpvragers was om een beeld te krijgen van de persoonlijke beleving en betekenis van deelname aan LO. De thema's die hierbij aan de orde zijn gekomen zijn een algemene kennismaking om een globaal beeld van de actuele situatie van de oudere te kunnen schetsen, algemene vragen over deelname aan LO, de activiteiten die worden ondernomen, de inhoud van de gesprekken en de band met de vrijwilliger.

Het doel van het interview met de coördinator was om meer zicht te krijgen op de organisatie LO en de betekenis van de bezoeken die ouderen krijgen van de vrijwilligers van LO. De thema's die hierbij aan de orde zijn gekomen zijn de doelstelling van LO, de redenen voor aanmeldingen van hulpvragers, contacten tussen hulpvragers en vrijwilligers, de vrijwilligers die bij LO actief zijn en de effecten van de bezoeken.

Het doel van het interview met de vrijwilliger van LO was om meer zicht te krijgen op de inhoud en de betekenis van de bezoeken die gebracht worden aan hulpvragers. De thema's die hierbij aan de orde zijn gekomen zijn de bezoeken aan hulpvragers, de inhoud van de gesprekken, de relatie met de hulpvragers, vrijwilligerswerk versus professionele hulp en de betekenis van de bezoeken.

Na afloop van de interviews zijn deze getranscribeerd en deductief geanalyseerd op basis van *directed content analysis*, waarbij de zingevingstheorie van Derkx het theoretisch raamwerk vormde. Hierbij is een onderscheid gemaakt tussen een positieve of negatieve beleving van de afzonderlijke zingevingdimensies, zowel in het leven van de respondenten in het algemeen als in relatie tot de bezoeken van de vrijwilligers van LO. Uit deze analyse werd duidelijk dat zingeving van de respondenten zich in verschillende levensdomeinen afspeelde, namelijk sociaal netwerk, gezondheid, activiteiten en levensverhaal. Deze domeinen zijn uitgewerkt in hoofdstuk 5.

## 4.3 Positie van de onderzoeker

De onderzoeker is zelf vanaf 2017 tot 2020 bij het project LO betrokken geweest in de functie van vrijwilliger die hulpvragers bezoekt. De intervisiebijeenkomsten voor de vrijwilligers van LO vonden t/m 2022 plaats onder leiding van een gepensioneerd pastoraal werker die zelf als vrijwilliger actief was binnen het project. Deze functie is op verzoek van de coördinator vanaf eind 2022 tot medio 2023 tijdelijk overgenomen door de onderzoeker. In de tussenliggende jaren is de onderzoeker niet actief betrokken geweest bij LO. Ten tijde van het onderzoek werden er door de onderzoeker geen hulpvragers bezocht en derhalve zijn er ook geen hulpvragers geïnterviewd die eerder door de onderzoeker zijn bezocht. Ook was er vooraf geen informatie bij de onderzoeker bekend over de persoonlijke situatie van de hulpvragers die zijn geïnterviewd, de hulpvragers en de onderzoeker kenden elkaar niet. Wel is vanwege de

betrokkenheid bij het project logischerwijs informatie over de inhoud en werkwijze van het project bij de onderzoeker bekend, de informatie die is opgenomen in dit onderzoek is geverifieerd middels interne verslagen en het interview met de coördinator.

#### 4.4 Ethische overwegingen

De hulpvragers die zijn gevraagd deel te nemen aan een interview hebben geheel vrijwillig de keus gehad om wel of niet mee te werken. In de brief die zij hebben ontvangen is duidelijk vermeld dat zij het 'gerust' aan mochten geven als ze liever niet mee zouden willen werken. Ook is in deze brief vermeld dat de vrijwilliger van LO bij weigering aan het interview (uiteeraard) nog steeds bij de hulpvrager langs zou komen. Ook is vanwege de betrouwbaarheid toegevoegd dat zowel de coördinator als de vrijwilligers van LO van dit onderzoek op de hoogte zijn. Rekening moet echter worden gehouden met de mogelijkheid dat respondenten dit verzoek niet durfden te weigeren aangezien zij soms al jaren van de vrijwillige hulp gebruik maken en medewerking aan dit onderzoek kunnen zien als een 'wederdienst' of bang zijn voor beëindiging van het vrijwilligersbezoek bij weigering. Tevens bestaat hierdoor de mogelijkheid dat er tijdens de interviews 'gewenste antwoorden' zijn gegeven. Voor aanvang van het interview is toegelicht dat de privacy van de respondenten zal worden gewaarborgd, doordat de antwoorden anoniem zullen worden verwerkt en alleen zullen worden gebruikt voor onderzoeksdoeleinden. Ook is vermeld dat de betrokken vrijwilliger het interview niet te horen of te lezen zou krijgen. Desondanks valt het niet geheel uit te sluiten dat vrijwilligers van LO die dit onderzoek willen lezen 'hun' oudere mogelijk kunnen herkennen aan de citaten die worden weergegeven. Er is rekening gehouden met de gevoelige en persoonlijke aard van de onderwerpen die tijdens het interview zijn bevraagd, daarom zijn de citaten die in dit onderzoek zijn opgenomen zoveel mogelijk in oorspronkelijke vorm weergegeven, maar wel geanonimiseerd.

## 5. Resultaten

In dit hoofdstuk zal de inhoud van de interviews worden besproken. Allereerst wordt een introductie geschetst over de aanmelding bij LO, om een beeld te geven van de uitgangspositie. Uit de analyse van de interviews op basis van de zingevingsdimensies van Derkx, zijn vier levensdomeinen naar voren gekomen die gezien kunnen worden als overkoepelende zingevingsbronnen van de respondenten. Deze domeinen zijn gezondheid, sociaal netwerk, activiteiten en levensverhaal. In paragraaf 5.2 zal op basis van de interviews worden besproken op welke manier de verschillende zingevingsdimensies die Derkx onderscheidt een rol spelen in deze vier verschillende domeinen. Derkx e.a. geven aan dat de actuele beleving van zingeving gezien moet worden in relatie tot de gehele levens(geschiedenis), gezien de sterke connectie tussen verleden, heden en toekomst.<sup>112</sup> Daarom zal zowel worden gekeken naar de dimensies in de levens van de respondenten in het algemeen, als in relatie tot deelname aan LO.

### 5.1 Aanmelding bij Een luisterend oor

Op de vraag hoe ze bij het project LO terecht zijn gekomen, hadden sommige respondenten wel een vermoeden, maar het merendeel wist niet meer precies hoe dit destijds in zijn werk was gegaan. De meesten hadden wel (al dan niet vage) herinneringen aan het intakebezoek van de coördinator, maar slechts één van de respondenten wist met zekerheid te zeggen door wie en waarom de aanmelding bij LO was gedaan. Deze respondent is het kortst bij het project betrokken. Derhalve was de vraag wat de verwachtingen waren toen werd deelgenomen aan het project ook niet of minimaal te beantwoorden door de meeste respondenten. Toen de coördinator werd gevraagd naar haar reactie op deze 'onwetendheid' bij de respondenten, antwoordde ze: "Eigenlijk is het natuurlijk wel heel bijzonder, want de aanleiding was er natuurlijk wel: dat het niet helemaal goed ging. En dat door het bezoeken van die vrijwilliger en misschien al langere tijd, dat dat op de achtergrond is verdwenen." (coördinator). De coördinator geeft aan dat ze het positief vindt dat het merendeel van de respondenten de aanleiding niet meer weten, omdat deze reden klaarblijkelijk (meer) naar de achtergrond is verdwenen.

Op de vraag sinds wanneer de respondenten een vrijwilliger van LO op bezoek kregen, wist één van hen een concrete datum te geven, de anderen gaven een globale inschatting in jaren. In verband met het inclusiecriteria omtrent de minimale lengte van deelname aan het project, zijn de aanmeldingsdata voorafgaand aan het benaderen van de respondenten met de coördinator doorgenomen. Om deze reden zijn de verschillende jaartallen van aanmelding bij de onderzoeker bekend. Eén respondent is 0-1 jaar bij het project betrokken, één respondent 1-2 jaar, twee respondenten 2-3 jaar en twee respondenten meer dan 3 jaar. Bij vijf respondenten komt de vrijwilliger één keer in de vier tot zes weken langs, bij één van hen komt de vrijwilliger één keer in de week langs. De bezoeken duren gemiddeld zo'n anderhalf uur.

---

<sup>112</sup> Derkx e.a., 'Meaning in life and the experience of older people', 24.

## 5.2 Zingevingdimensies in de levens van de respondenten

### Gezondheid

In alle interviews is de gezondheid van de respondenten (uitgebreid) aan de orde geweest, dit blijkt een actueel en belangrijk thema in de levens van de meeste respondenten. Gezondheid wordt in dit verband breed opgevat, zowel fysiek als mentaal. Vijf respondenten benoemen expliciet dat hun gezondheid achteruit gaat en dat ze hier moeite mee hebben, wat kan zorgen voor een verminderd gevoel van competentie: “Je krijgt tegenwoordig van alles. (...) Elke dag thuiszorg. Ach man. Ja, als het dan maar beter wordt, maar als het ook nog niks helpt, dan is het niet meer prettig hè.” (hv3). Twee respondenten benoemen een recente of ophanden zijnde verhuizing ten gevolge van de gezondheidssituatie, waarbij het gevoel overheerst dat ze hierin geen keuze hebben, wat de dimensie competentie onder druk zet. In relatie tot gezondheid proberen sommige van hen, soms op eenvoudige wijze, controle (terug) te krijgen door bijvoorbeeld het gebruik van hulpmiddelen: “Maar ik heb nu een apparaatje gekocht en die doe ik in de kous en dan kan ik ze omhoog trekken, ideaal.”(hv3). Het merendeel van de respondenten geven aan dat zij wel controle of competentie ervaren over andere gebieden in het leven, bijvoorbeeld over hun dagbesteding of keuzes die ze (moeten) maken.

Verlies van gezondheid heeft ook invloed op de mobiliteit, het afhankelijk worden of zijn van anderen en de acceptatie hiervan. Door de verminderde mobiliteit worden de respondenten ook belemmerd in hun vrijheid. Ten tijde van het onderzoek gingen vier van hen niet zelfstandig de deur uit en allen misten ze dit: “Dat omdat je niet zo kan als dat je wilt hè? (...) Als ik dan zie dat ze op de fiets rijden. Dat zou ik ook graag nog een keertje, alleen op de fiets gaan. En dat mag niet meer.” (hv2). Op de vraag of de respondent het mist niet meer auto te kunnen rijden: “Heel erg, ik kan nergens naar toe. Dus ik zit eigenlijk gebonden aan hulp.” (hv4). Het niet meer heen kunnen gaan waar je wilt kan invloed hebben op de dimensies verbondenheid en doelgerichtheid, in die zin dat er bijvoorbeeld minder of niet meer (spontaan) deelgenomen kan worden aan sociale activiteiten zoals bezoeken of activiteiten gerelateerd aan hobby's of interesses.

Twee respondenten geven expliciet aan het moeilijk te vinden om afhankelijk te zijn en hulp van anderen te moeten vragen en aanvaarden i.v.m. de gezondheidssituatie: “Ik voel me heel schuldig, omdat je in één keer zoveel hulp nodig hebt, dat doet pijn.” (hv5). De dimensies begrijpelijkheid en eigenwaarde kunnen hierdoor onder druk kunnen komen te staan. Het merendeel van de respondenten geven ook aan het lastig te vinden dat het ouder worden ook fysieke veranderingen met zich meebrengt, bijvoorbeeld verandering van het uiterlijk of het moeten gebruiken van noodzakelijke medische hulpmiddelen: “Maar mijn haar wordt zo dun, nou ik had een hele dikke bos haar.” (hv3).

### *Domein in relatie tot LO*

Uit de interviews blijkt dat het merendeel van de respondenten ook met de vrijwilligers van LO spreken

over hun huidige gezondheidssituatie en hoe ze dit beleven. Voor sommigen raakt de achteruitgang van de gezondheid aan de zingevingsdimensie begrijpelijkheid, in die zin dat ze moeite hebben met hetgeen ze overkomt. Bij het domein levensverhaal zal dit verder worden geëxpliciteerd.

### Sociaal netwerk

De zingevingsdimensie verbondenheid speelt een belangrijke rol in de levens van de respondenten. Allen geven ze aan dat ze zich verbonden voelen met andere mensen en dat het hebben van positieve contacten en relaties voor hen van groot belang en van grote waarde is. De mensen met wie ze zich verbonden voelen zijn bijvoorbeeld familieleden, vrienden, kennissen, kerkleden en/of burens. Het sociaal netwerk is echter bij de één (veel) groter dan bij de ander. Er zijn respondenten die een paar kennissen hebben en weinig bezoek krijgen, anderen hebben een grote familie en krijgen regelmatig mensen over de vloer. Meerdere respondenten zijn lid van een kerk, vereniging, club of iets wat hieraan relateert.

Het hebben van een sociaal netwerk helpt de respondenten ook in moeilijke tijden, op de vraag hoe de situatie volgehouden wordt, antwoordt één van hen: "Door de mensen die ik nu om me heen heb." (hv6). Voor tenminste vier respondenten geldt dat één of meerdere familieleden erg belangrijk, zo niet het belangrijkste, voor hen zijn. Eén respondent antwoordt op de vraag wat de familie betekent: "Oh ja, alles hè, alles." (hv2). Dit kunnen kinderen of kleinkinderen zijn, maar ook neven of nichten. Tijdens alle interviews zijn familiebanden aan de orde geweest, zowel in positieve als in negatieve zin. Het hebben van een rol als (groot)vader of moeder binnen de familie heeft bij tenminste drie respondenten een positieve invloed op de zingeving, naast verbondenheid geeft dit ze ook een doel in het leven, wat bijdraagt aan de dimensie doelgerichtheid.

Volgens Derkx wordt het gevoel van eigenwaarde, naast het beeld dat je van jezelf hebt, ook beïnvloed door het 'aanzien' wat je hebt of krijgt door anderen. Op basis van de interviews blijkt niet dat de respondenten een verminderd gevoel van eigenwaarde hebben. Alle respondenten hebben mensen in hun netwerk door wie ze in positieve zin 'gezien' en bekrachtigd worden.

Alle respondenten hebben hun partner verloren door overlijden. Bij sommigen is dit al meerdere jaren geleden, bij anderen is dit recent gebeurd. Drie respondenten geven expliciet aan hun partner te missen, in meer of mindere mate: "Het ergste is dat ik mijn man kwijt ben..." (hv6). Vanwege de hoge leeftijd, hebben de meeste respondenten te maken met het overlijden van meerdere mensen uit hun familie-, vrienden- en/of kennissenkring, met name generatiegenoten: "En ja, ik ben de enige die nog over is, alles is weg." (hv3). Sommige van hen geven aan het moeilijk te vinden met (veel) overlijdens geconfronteerd te worden, met name mensen die jonger zijn: "Ik zeg wel eens, ik leef in een andermans z'n tijd. En d'r gaan zoveel voor mij aan, die zo jong zijn... En daar kan ik soms niet over." (hv2). Dit raakt tevens aan de dimensie begrijpelijkheid, in die zin dat niet wordt begrepen waarom dingen in het leven gebeuren zoals ze gebeuren. De respondenten die in de loop der jaren meerdere mensen dezelfde generatie hebben

verloren, geven o.a. aan dat ze het jammer vinden dat ze geen herinneringen meer kunnen delen.

Alle respondenten hebben één of meerdere kinderen. Bij tenminste vier van hen is er echter sprake van een verstoorde of verbroken relatie met één of meerdere kinderen. Allemaal hebben ze het hier, ieder op hun eigen manier, moeilijk mee. Dit heeft bij sommige respondenten ook invloed op de dimensie morele rechtvaardiging, in die zin dat de situatie hen dwars kan zitten: “Het enige wat me, wat me wel dwars zit dat is m’n kind. Daar heb ik geen contact meer mee en dat vind ik erg. Maar daar moet je niet bij stil blijven staan, want dan ga ik kapot.” (hv1). De meeste respondenten benoemen hun eigen aandeel of keuze in het conflict niet, maar geven alleen aan dat ze verdriet en/of boosheid om de situatie ervaren. Als ervaren wordt dat er geen controle op de situatie kan worden uitgeoefend doordat bijvoorbeeld het kind de keuze maakt om geen contact meer te willen, zijn het bijvoorbeeld ook de dimensies competentie en begrijpelijkheid die in dit verband onder druk kunnen komen te staan. Verstoorde familierelaties kunnen gezien worden als een negatieve invloed op het gevoel van verbondenheid, te meer vanwege het grote belang dat wordt gehecht aan familierelaties, in het bijzonder tussen ouders en kinderen.

Hoewel het woord ‘eenzaam’ of ‘eenzaamheid’ niet door de respondenten is genoemd tijdens de interviews, geven een aantal van hen wel aan vaak ‘alleen’ te zijn, of zich (af en toe) zo te voelen: “Want ik zit hier ook maar alleen, ja.” (hv4). Er zijn respondenten die aangeven een sociaal netwerk om zich heen te hebben, maar zich toch alleen te voelen. Door zowel de coördinator als de vrijwilliger wordt eenzaamheid als één van de belangrijkste redenen genoemd waarom mensen hulp van LO krijgen.

### *Domein in relatie tot LO*

De vrijwilligers van LO maken ook deel uit van het sociaal netwerk van de respondenten. Uit de interviews is duidelijk geworden dat de zingevingsdimensie verbondenheid ook in relatie tot de bezoeken van de vrijwilliger van LO een belangrijke plek inneemt, al wordt dit door de respondenten op verschillende manieren beleefd. Waar de bezoeken van de vrijwilliger voor de één vooral ‘gezelligheid’ biedt, geeft een ander aan niet zonder hulp van (o.a.) de vrijwilliger te kunnen. Alle respondenten geven aan dat de band met de huidige vrijwilliger goed is: “Ik ben heel gek met haar. En toch ken ik haar niet, maar ze, ja ik weet niet wat het is, het klikt.” (hv3). Een ander vertelt: “Ik voel me op mijn gemak. Niet het gevoel dat ik op moet passen, dat heb ik bij haar niet.” (hv6). Eén respondent geeft aan dat (de ontmoeting met) de vrijwilliger een positief onderdeel is van de persoonlijke perceptie over een transcendente werkelijkheid.

Eén van de respondenten is in het verleden gekoppeld geweest aan een vrijwilliger met wie het niet klikte. Dit contact is beëindigd en er is een ‘nieuwe’ vrijwilliger voor in de plaats gekomen. Allemaal geven ze aan dat ze het jammer te zouden vinden als de huidige vrijwilliger niet meer bij hen op bezoek zou komen, waarbij sommigen van hen aangeven dan wel graag een ‘nieuwe’ vrijwilliger te willen. Het merendeel van de respondenten geven ook aan geen redenen te weten waarom het bezoek van de

vrijwilliger niet meer nodig zou zijn. Wanneer er in de toekomst sprake zou zijn van (een vorm van) dementie of van bedlegerigheid zou het voor sommige respondenten denkbaar zijn dat contact wordt beëindigd. Anderen geven aan het juist fijn te zouden vinden als de vrijwilliger hen op zou zoeken als ze ziek zijn.

De helft van de respondenten geven aan dat er wel anderen zijn met wie ze (nog) diepgaander contact hebben dan met de vrijwilliger van LO. Dit zijn doorgaans mensen die ze al jaren kennen, wat een gevoel van vertrouwdheid geeft: “Dat zou ik niet allemaal aan de vrijwilliger vertellen. Maar dat is een beetje eigen hè?” (hv3).

De respondenten geven aan (de verbondenheid met) de vrijwilliger te ervaren als een ‘luisterend oor’, een ‘gesprekspartner’, ‘gezelschap’ of ‘vriendschap’. Bij een ‘luisterend oor’ staat primair het actuele verhaal of de situatie van de hulpvrager centraal wat gedeeld kan worden met de vrijwilliger: “Dat is het allermooiste wat ik heb, dat je daarover kan praten. (...) Maar het helpt wel. Je bent het even weer kwijt.” (hv5). Een ander vertelt: “Dat je van je af kan praten. Want nu, je zit wel de hele dag alleen.” (hv6).

Een aantal respondenten beschrijven de vrijwilliger als gesprekspartner, waarbij ze aangeven (enige vorm van) wederkerigheid in de relatie belangrijk vinden: “We hebben allebei een verhaal te vertellen. Ik ben in de 90, ik heb verdraaid nog wat te vertellen hoor. (...) En zij vertelt ook van haar omstandigheden. Nou dat klikt.” (hv1).

Bij ‘gezelschap’ staat primair het samenzijn op zich en de gezelligheid die dit met zich meebrengt centraal: “Ik ben graag hier bij de tafel en dat er eentje zit, en dan gaan we thee drinken of wat er is, koffie, of wat ze hebben willen. Kijk en dat vind ik wel gezellig.” (hv2).

Eén respondent zou de relatie met de vrijwilliger van LO bestempelen als ‘vriendschap’. Hierbij moet worden opgemerkt dat de bovengenoemde ‘rollen’ elkaar kunnen overlappen en afwisselen. Binnen een vriendschap is er immers ook sprake van een ‘gesprekspartner’ en ‘gezelschap’.

Drie respondenten geven aan ook met een professional over hun situatie te praten. Bij twee respondenten komt de dominee met enige regelmaat langs en één krijgt ondersteuning van een psycholoog. Daarnaast hebben meerdere respondenten een goede band met de huisarts. De vraag of het voor de hen verschil zou maken of de hulp die geboden wordt door een vrijwilliger of een professional wordt gedaan, bleek voor de meeste respondenten lastig te beantwoorden. Een aantal van hen heeft deze vraag wel beantwoord, één van hen gaf aan de voorkeur te geven aan een vrijwilliger boven een professional: “Ik denk toch de vrijwilliger. Omdat bij die andere word je waarschijnlijk toch in een bepaalde hoek gedrukt, ja hoe moet ik dat zeggen. (...) Die kan harder over komen, dat kan.” (hv4). Een andere respondent geeft aan geen vertrouwen te hebben in bijvoorbeeld een psycholoog, maar wel in de vrijwilliger van LO. Dit ‘wantrouwen’ wordt bevestigd door de vrijwilliger en de coördinator: “De vrijwilliger die heeft geen titel of komt niet namens een instelling. Vooral bij ouderen, die kunnen achterdochtig zijn. (...) En dan gaan ze al zelf bedenken, wat kan ik nou wel zeggen en wat kan ik niet

zeggen.” (coördinator). Een andere respondent geeft echter aan blij te zijn met zowel de hulp van de psycholoog als met de vrijwilliger van LO.

Zowel de coördinator als de vrijwilliger geven aan dat de band en de bezoeken van de vrijwilligers ook een positieve uitwerking kunnen hebben op de ervaring van eigenwaarde van de respondenten en dit ook één van de (beoogde) effecten is van LO: “En dat het dankbaarheid en waardering is weer als persoon zelf gezien worden: ik word weer gezien. Ook in situaties van eenzaamheid, van ik doe er weer toe. En dat je eigenlijk, ja, een stuk levensvreugde weer kunt brengen.” (coördinator). Dit heeft zowel aspecten van eigenwaarde als van verbondenheid in zich. Opvallend is dat dit aspect van als mens gezien of bevestigd worden door de respondenten zelf niet wordt benoemd. Eén respondent geeft wel een antwoord dat hieraan relateert: “Toffe mensen, die luisteren naar je, die horen je.”(hv5). Het gaat hier echter primair om het kunnen delen van het (levens)verhaal en niet om de bevestiging van de eigenwaarde.

## Activiteiten

Het merendeel van de respondenten geeft aan dat het doen van activiteiten, binnen de kaders van wat nog mogelijk is, voor hen belangrijk is. Allemaal geven ze aan één of meerdere hobby's en/of interesses te hebben waarmee ze hun dagen (deels) vullen. De hobby's die benoemd zijn, zijn o.a. lezen, puzzelen, breien, knutselen en tv-kijken: “Lezen doe ik ook. En televisiekijken doe ik ook. En dan is het zo dat ik een aantal mensen heb waar ik mee uit eten ga.” (hv1). Een aantal respondenten geven aan interesse te hebben in onderwerpen als wetenschap, politiek of filosofie. De inzichten of ervaringen die ze hierdoor opdoen, kunnen ook bijdragen aan de dimensie verwondering: “Maar ik kijk veel naar Discovery en zo. En dan met die diepzeeeonderzoeken. Dat is toch wel interessant. Want er zwemmen visjes rond in dat water, wat bijna het kookpunt heeft. Onbegrijpelijk, maar het is toch zo.” (hv4).

Vanwege de gemiddeld hoge leeftijd van de respondenten, ligt de dimensie doelgerichtheid voor hen niet (meer) op het gebied van werk of carrière. Het merendeel van hen heeft wel uitgebreid verteld over wat zij zelf of hun partner in het verleden hebben gedaan op het gebied van (vrijwilligers)werk en wat dit voor hen betekende. Eén respondent, qua leeftijd de jongste, geeft aan nog wel eens vrijwilligerswerk te doen, maar dat dit vanwege de huidige gezondheidssituatie op dit moment niet mogelijk is. De ‘doelen’ die de respondenten benoemden liggen meer in de sfeer van dagelijkse bezigheden, het huishouden, hobby's of andere activiteiten: “Nou en dan dinsdags, de ene keer doe ik dat glaswerk eens een keer of ik denk, ik doe de douchekastjes een keer. (...) Nee verder, ik verveel me niet.” (hv3).

Tenminste vijf respondenten ondernemen ook (al dan niet onder begeleiding) activiteiten buitenshuis, bijvoorbeeld uitstapjes met familie of vrienden of activiteiten gerelateerd aan lidmaatschap van een organisatie of vereniging: “Eén keer in de week komen ze mij ophalen. (...) Hoe moet ik dat noemen, een soort inloop.(...) Want het is gewoon koffie drinken. De één die haakt, de ander breidt.”



(hv6). De activiteiten die door de respondenten worden benoemd, zijn vrijwel allemaal samen met anderen, waardoor de activiteiten ook bijdragen aan de dimensie verbondenheid: “En de kinderen hebben mij ook vaak ergens mee heen genomen de laatste tijd. (...) Maar dat geeft je heel veel goede moed.” (hv5).

Ook geven sommige respondenten aan uit te zien naar gebeurtenissen in relatie tot het sociale netwerk, bijvoorbeeld in de familiecontext. Dit kan gaan om bezoeken of verjaardagen die in het vooruitzicht zijn. Twee van hen geven bijvoorbeeld aan uit te zien of te hebben uitgezien naar de komst van een (achter-)achterkleinkind: “En toen heb ik wel eens gedacht, oh, ik hoop dat ik dit nog meemaak van het laatste jongetje. Nou, ik heb het meegemaakt.” (hv2). Doordat de wereld van sommige respondenten steeds kleiner wordt, kan de dimensie verwondering die ze (nog) ervaren ook zitten in de ‘kleine’ dagelijkse dingen, bijvoorbeeld iemand die onverwacht op bezoek komt. Eén respondent vertelt over een verrassing op de verjaardag: “Want ze hadden zelfs een slinger gemaakt aan de deur en ballonnen. Dat ze weten dat ik jarig was. (...) En sommige gingen zelfs zingen. Dat is het mooiste wat je meemaakt, dat ze zoiets nog doen voor je.” (hv5). Bij dergelijke ervaringen spelen de dimensies verwondering, verbondenheid en eigenwaarde in positieve zin een rol.

Vier respondenten geven aan dat ze, ondanks de activiteiten die ze vaak nog wel hebben, het gezien hun omstandigheden wel (eens) lastig vinden om nog een doel in het leven te hebben of dat ze opzien tegen de toekomst. Dit is vaak gerelateerd aan het verlies van dierbaren of achteruitgang van de gezondheid en mobiliteit, waarbij ook competentie onder druk kan staan: “De fut is d’r uit. En ik ben dikwijls moe. Het is al veel te lang bezig.” (hv4). Een andere respondent benoemt: “We wachten nu gewoon, wat mij heel pijn doet, om te verhuizen. (...) En dan moet alles in één keer, daar zie ik ook zo tegenaan, alles controleren, wat mag weg, wat mag ik meenemen.” (hv5). Doordat er over het algemeen niet veel activiteiten meer worden ondernomen en alle respondenten alleen wonen, kunnen de dagen voor hun gevoel lang duren. Twee respondenten geven aan recent momenten te hebben (gehad) dat het leven van hen niet meer hoefde. Ook hier is de verwevenheid tussen de verschillende zingevingsdimensie zichtbaar, in het bijzonder de dimensies verbondenheid, begrijpelijkheid, competentie en doelgerichtheid.

### *Domein in relatie tot LO*

Eén van de activiteiten die de respondenten gemeen hebben, is dat ze bezoek krijgen van een vrijwilliger van LO. Allen geven ze aan dat de vrijwilliger bij hen thuis komt om te praten, de gesprekken zullen verder aan de orde komen bij de bespreking van het domein levensverhaal. Er worden door de respondenten geen andere activiteiten met de vrijwilliger ondernomen. De coördinator en vrijwilliger geven aan dat het in de praktijk ook nog wel eens voorkomt dat de hulpvrager en de vrijwilliger samen gaan wandelen of dat ze een bezoek brengen aan bijvoorbeeld het kerkhof waar een geliefde ligt begraven. Zowel de coördinator als de vrijwilliger geven expliciet aan dat LO niet bedoeld is voor praktische hulp zoals

bijvoorbeeld het doen van boodschappen, maar dat daar andere (vrijwilligers)organisaties voor zijn.

De bezoeken van de vrijwilligers van LO kunnen een positief effect hebben op de ervaring van doelgerichtheid, in die zin dat respondenten aangeven uit te kijken naar de bezoeken van de vrijwilliger: “Kijk, ik kijk ook naar haar uit, ja. Ik ben altijd blij als ze er is en dat vertel ik haar ook, zeg ik ben blij dat je er bent.” (hv1) Ondanks dat de meeste vrijwilligers één keer in de vier tot zes weken langskomen en de bezoeken van de vrijwilligers voor de respondenten geen levensdoel op zich zijn, kan het bezoek toch een moment zijn waar de ouderen zich (weer) op kunnen richten. De helft van de respondenten geven aan het ‘gezellig’ te vinden als de vrijwilliger van LO langskomt. De bezoeken van de vrijwilligers zorgen volgens hen voor ‘afleiding’ en ‘weer eens even iets anders’. Uit de interviews blijkt dat een vrijwilliger de respondenten, wiens leefwereld en mogelijkheden vaak steeds kleiner worden, met hun bezoek en soms met ‘kleine’ gebaren kan verrassen: “Ze had gebakjes meegebracht. En dan een bosje bloemen. Nee zeg ik, dat is niet nodig hoor, dat hoeft niet van mij hoor. Maar ja, ‘t is toch leuk dat ze zoiets doen.” (hv2). Op deze manier wordt geprobeerd de ‘saaiheid’ die ervaren kan worden, al dan niet voor een kort moment, te doorbreken en kan de dimensie verwondering aangeraakt worden.

Volgens de coördinator kunnen de bezoeken van de vrijwilligers zelf ook bijdragen aan een gevoel van verwondering, in die zin dat het mensen kan verblijden en verwonderen dat er ‘zomaar’ iemand naar jouw verhaal wil luisteren: “En die vrijwilliger, die komt speciaal alleen voor jou. En dat is iemand waar je het heel goed mee kan vinden en het is geen familie. (...) En dat kan mensen weer heel blij en gelukkig maken, denk ik.” (coördinator).

## Levensverhaal

Onder levensverhaal wordt in dit verband verstaan hoe de respondenten hun leven hebben geleefd en hoe ze dit hebben ervaren. Dit kan relateren aan gebeurtenissen, keuzes en waarden. Hoewel de andere domeinen (gezondheid, sociaal netwerk en activiteiten) ook deel uitmaken van het leven(sverhaal), gaat het in dit verband vooral om gebeurtenissen die in het verleden hebben plaatsgevonden en de persoonlijke beleving hiervan.

Vanwege de hoge leeftijd hebben de meeste respondenten al veel meegemaakt in hun leven, zowel positief als negatief. Het bereiken van de hoge leeftijd op zich is voor tenminste de helft van de respondenten iets waar ze zich over verwonderen: “Ik verheug me erin dat ik het mee mag maken dat ik zo oud word.” (hv1). De helft van de respondenten geven aan (grotendeels) tevreden te zijn met het geleefde leven en de keuzes die ze daarin hebben gemaakt. Dit kan gaan om keuzes m.b.t. werk, partnerkeuze of woonplaats(en): “En daar zit ik straks ook wel eens over te denken hè? Dan denk ik, oh, wat had ik het toch mooi, toentertijd...” (hv2). Door het vertellen van hun (arbeids)verleden lijken sommige respondenten ook te kunnen ‘teren’ op wie ze vroeger waren, wat deel lijkt te zijn geworden van de identiteit. Het tevreden kunnen zijn met het geleefde leven raakt ten positieve aan de dimensies

begrijpelijkheid, morele rechtvaardiging en eigenwaarde.

Eén van de respondenten geeft aan dat zijn levensbeschouwing een belangrijke krachtbron in het leven is (geweest): “En op een gegeven moment toen voelde ik mij een deel van een heel groot geheel. (...) En dat heeft mij eigenlijk nog nooit weer los gelaten. Dat heb ik nooit vergeten.” (hv1). De andere respondenten hebben niet expliciet aangegeven steun te (hebben) ervaren van of aan (een) G/god of transcendente macht, één respondent geeft aan wel steun te ervaren van de mensen van de kerkelijke gemeenschap.

Op basis van de interviews kan echter ook gesteld worden dat bij de helft van de respondenten de dimensie begripelijkheid in meer of mindere mate onder druk staat door het meegemaakt hebben van ingrijpende verlieservaringen. Dit kan gaan om verlies van gezondheid, zoals besproken bij het domein gezondheid en/of gaan over het verlies van de partner al dan niet in combinatie met het verlies van andere geliefden, zoals besproken bij het domein sociaal netwerk. Een respondent vertelt over het overlijden van een kleinkind: “Maar ik... er is geen dag dat ik er niet aan denk. (...) Kom ik ook nooit weer overheen, nee.” (hv3). Wat de verlieservaringen van deze respondenten gemeen hebben is dat het verlies (vrij) plotseling kwam, in een kort tijdsbestek. Er is derhalve weinig tot geen tijd geweest om aan de situatie te wennen of om gevoelsmatig ‘goed’ afscheid te kunnen nemen. Hier hebben respondenten het moeilijk mee: “Daar was ik dus ook heel close mee. En die is op dezelfde manier overleden. Geen hulp. En die is met twee weken ook zomaar dood.” (hv6). Het feit dat verlieservaringen hen ‘overkomen’ of het gevoel hebben dat de situatie je weinig tot geen keuze heeft gelaten wordt door sommige respondenten, met name als de verlieservaring recent is, ervaren als geen of verminderde controle over het leven hebben. Naast de dimensie begripelijkheid raakt dit dus ook aan de dimensie competentie. Eén respondent geeft aan het moeilijk te hebben met de keuzes die zijn gemaakt m.b.t. het overlijden van een geliefde en het eigen aandeel hierin, waardoor de dimensie morele rechtvaardiging onder druk komt te staan.

De andere respondenten hebben ook ingrijpende verlieservaringen meegemaakt, maar zij geven aan dat ze ermee kunnen ‘leven’ en/of dat het verlies dragelijker wordt: “Het wordt zachtjes aan, nou wordt dat wat makkelijker. Ja, ik heb het daar wel moeilijk mee gehad.” (hv1). Gesteld zou kunnen worden dat bij sommige respondenten de dimensie begripelijkheid onder druk heeft gestaan, maar dat dit in de tijd ten positieve is veranderd.

### *Domein in relatie tot LO*

Wanneer respondenten worden aangemeld bij LO, zijn het vaak de dimensies begripelijkheid en/of competentie die onder druk staan omdat de continuïteit van het leven onderbroken is en het gevoel van controle over het eigen leven onder druk staat door recente verlieservaring(en). D.m.v. gesprekken met de vrijwilligers kan geprobeerd worden weer ‘grip’ op het leven(sverhaal) te krijgen.

Op de vraag over welke dingen er wordt gesproken met de vrijwilliger, worden door de respondenten uiteenlopende antwoorden gegeven. De respondenten die recent een ingrijpende verlieservaring hebben meegemaakt, hetzij op relationeel gebied hetzij qua gezondheid, geven aan dat hier vooral over gesproken wordt met de vrijwilliger en dat dit erg belangrijk voor hen is: "Het lucht je op, je bent het even kwijt. Het geeft voor mij dan even weer een soort rustgevoel, dat ik dit dan allemaal weer verteld heb, wat mij pijn doet. Het gaat wat van je af." (hv5). Een andere respondent verwoordt: "Dan praat je even uit hè? En anders verwerk je het zelf." (hv3).

Andere respondenten bij wie het verlies al langer geleden is, geven aan dat hier niet vaak (meer) over wordt gesproken: "Dat was in het begin wel, maar nu niet meer. Dat is ook al zo lang geleden, daar wil ik een ander niet meer mee belasten, nee." (hv2). Op de vraag waar deze respondenten dan wel over spreken met de vrijwilliger, worden antwoorden gegeven als dagelijkse dingen, actualiteiten, politiek en interesses/hobby's. Ook praktische keuzes of politieke zaken kunnen met de vrijwilliger worden besproken: "Oh ik ben het niet altijd met haar eens, dat hoeft ook niet. Ze hoeft het met mij ook niet eens te zijn. Maar we praten er wel over." (hv1).

Het merendeel van de respondenten geeft aan met de vrijwilliger te spreken over gebeurtenissen die ze hebben meegemaakt in hun leven en keuzes die ze hebben gemaakt, waardoor aandacht wordt geschonken aan de dimensie morele rechtvaardigheid. De respondenten die tijdens de interviews hebben verteld dat er sprake is van een verstoorde relatie met kinderen, hebben hier bijvoorbeeld allemaal over gesproken met de betreffende vrijwilliger. Uit de interviews blijkt dat er regelmatig met de vrijwilligers over vroeger wordt gesproken, of dat deze wens bestaat: "Maar ik heb ook wel eens gedacht, ik wou dat ik eens eentje uit mijn oude woonplaats kreeg hè? En dat we ook een beetje weer... over vroeger kunnen praten." (hv2).

Het merendeel van de respondenten nam ook uitgebreid de tijd om zijn of haar (levens)verhaal te delen met de onderzoeker. De mannelijke deelnemers vertelden met name over hun arbeidsverleden en interesses en vrouwelijke deelnemers vertelden met name over de verlieservaringen. Hoewel het bij de hulpvragers van LO aannemelijk is dat het willen praten over het levensverhaal vooral verbonden is aan de dimensie begrijpelijkheid, kan het dus ook raken aan doelgerichtheid, eigenwaarde of morele rechtvaardiging, afhankelijk van de reden waarom de behoefte bestaat om op het leven terug te kijken.

Het uitgangspunt van LO is dat een vrijwilliger onbevooroordeeld naar het verhaal van de hulpvragers kan luisteren en er is sprake van geheimhouding: "Ook dat meld ik bij de intakegesprek al. Alles wat er besproken wordt met mij of met een vrijwilliger dat blijft heel vertrouwelijk en dat blijft echt daar." (coördinator). Dit maakt dat een hulpvrager vrijuit kan spreken tegen een vrijwilliger. Een aantal respondenten geeft aan dit prettig te vinden, ook vanwege het feit dat de vrijwilliger geen familie is: "Want er zijn dingen die je tegen je kinderen niet kan vertellen." (hv4).

Hoewel één van de adviezen vanuit de scholing van LO is om geen (ongevraagd) oordeel, mening

of advies te geven aan de hulpvragers, zijn er wel respondenten die behoefte hebben aan advies: “En ik krijg ook tips. Zoals nu ook, ik zeg dat en dat. Dan zeg ik, wat moet ik doen? Dan zit ik weer ergens mee. Nou zegt ze, als je dit nou doet of dat nou doet.” (hv5). Door de gesprekken met de vrijwilligers kunnen de hulpvragers zich gehoord en gesteund voelen, wat kan zorgen voor (meer) gevoel van competentie.

In principe is er binnen LO geen sprake van een doelgerichte aanpak, in die zin dat hulpvragers weer ‘geactiveerd’ of ‘gemobiliseerd’ moeten worden. De coördinator geeft echter wel aan dat, ondanks de beperkingen waarmee mensen geconfronteerd kunnen worden, gehoopt wordt dat er iets ten positieve ‘verandert’ in de situatie van de hulpvragers en er (weer) perspectief ontstaat: “En ja, door te luisteren en daar aandacht aan te besteden, kan je ze eigenlijk weer wat op weg helpen. En kan je ze eigenlijk weer, nou toch een beetje richting een zinvol leven willen sturen.”(coördinator). Dit raakt aan de dimensie doelgerichtheid. Hierbij geeft de coördinator aan dat hulpvragers hier wel voor open moeten staan.

## 6. Conclusies en aanbevelingen

### 6.1 Analyse

In deze paragraaf zullen de resultaten die uit het vorige hoofdstuk naar voren zijn gekomen worden geanalyseerd, waarbij eerst aandacht wordt besteed aan algemene constatering m.b.t. de zingevingsdimensies, vervolgens wordt de uitwerking van de zingevingsdimensies besproken in relatie tot de levens van de hulpvragers in het algemeen en tenslotte volgt een analyse van de zingevingsdimensies in relatie tot deelname aan LO.

#### 6.1.1 Zingevingsdimensies in de praktijk

Uit de interviews blijkt dat het aan- of afwezig zijn van de zingevingsdimensies in de praktijk vaak genuanceerd ligt, in die zin dat er aspecten binnen een dimensie aanwezig kunnen zijn, maar dat er ook aspecten zijn die hierbinnen worden ervaren als gemis. Enkele voorbeelden hiervan:

- Doelgerichtheid: Er zijn respondenten die ervaren dat het leven geen duidelijk doel meer heeft, maar toch hebben ze een belangrijke plek binnen de familie en hechten ze hier waarde aan.
- Competentie: Veel respondenten ervaren een verminderde competentie m.b.t. hun gezondheid, maar ervaren wel controle over andere aspecten van het leven zoals het maken van keuzes.
- Verbondenheid: Alle respondenten hebben hun partner verloren, maar ze voelen zich allemaal verbonden met één of meer andere mensen uit hun sociaal netwerk.
- Verwondering: Door hun hoge leeftijd zijn er respondenten die een zekere 'saaiheid' in het leven ervaren, maar ook momenten van verwondering beleven in alledaagse 'kleine' dingen.

Uit de bespreking van de verschillende levensdomeinen blijkt inderdaad dat de zingevingsdimensies, zoals Derkx zelf ook aan geeft, ten positieve of ten negatieve, in meer of mindere mate onderling met elkaar in verbinding staan.<sup>113</sup> Ze kunnen elkaar overlappen en beïnvloeden, zeker wanneer er sprake is van het meemaken van ingrijpende levensgebeurtenissen. Als voorbeeld kan het verlies van gezondheid worden genomen. Naast de waaromvraag (begrijpelijkheid), kan ziekte leiden tot verminderde mobiliteit (competentie), waardoor minder activiteiten kunnen worden ondernomen (doelgerichtheid), wat maakt dat iemand minder contact(momenten) heeft (verbondenheid) en onzeker kan worden over zichzelf en/of de eigen capaciteiten (eigenwaarde). Tevens is overlap tussen de verschillende levensdomeinen zelf. De gezondheid beïnvloedt bijvoorbeeld welke activiteiten er ondernomen kunnen worden en de meeste activiteiten die worden gedaan, hebben waarde voor de respondenten omdat ze worden gedaan in relatie met (mensen uit) het sociaal netwerk.

---

<sup>113</sup> Derkx e.a., 'Meaning in life and the experience of older people', 23.

### 6.1.2 Zingeving in de levens van de hulpvragers

De levensdomeinen die zijn besproken in hoofdstuk 5, komen gedeeltelijk overeen met de zes zingevingbronnen die Westerhof onderscheidt.<sup>114</sup> Materiele behoeftes bleken in dit onderzoek echter (vrijwel) geen rol te spelen en de zingevingbronnen 'persoon' en 'leven in het algemeen' zijn in dit onderzoek beter passend gebleken onder het domein 'levensverhaal'. Het onderzoek van Westerhof is gehouden onder mensen van 40 tot 85 jaar, in het onderzoek naar LO is de gemiddelde leeftijd van de respondenten echter 85 ½ jaar. In overeenstemming met het onderzoek van Westerhof blijken ook in dit onderzoek vitaliteit en gezondheid belangrijk voor de respondenten, evenals activiteiten en het hebben van een sociaal netwerk. De gezondheid draagt voor de meeste respondenten echter niet op een positieve manier bij aan de ervaring van zingeving.

De levensdomeinen hebben ook overeenkomsten met de zingevingbronnen die Hupkens e.a. onderscheiden. Net als Westerhof onderscheiden Hupkens e.a. de 'eigen persoon', waar de levensgeschiedenis deel van uitmaakt. De bron 'anderen' wordt door hen breder benaderd dan alleen het sociaal netwerk. Transcendentie bijvoorbeeld is in dit onderzoek echter opgenomen onder levensverhaal. Waar in dit onderzoek de 'omgeving' wel aan bod is gekomen tijdens de interviews, in die zin dat bij de meeste respondenten bijvoorbeeld de wens bestaat om zo lang mogelijk thuis te blijven wonen, is het in dit onderzoek niet opgenomen als apart levensdomein. De bron 'het leven dat iemand leidt' is in dit onderzoek geschaard onder het domein activiteiten. Gezondheid wordt door Hupkens e.a. niet als aparte bron onderscheiden, op basis van dit onderzoek blijkt het echter een wezenlijk onderdeel te zijn in relatie tot het ervaren van zingeving.<sup>115</sup>

Op basis van de interviews kan worden gesteld dat voor alle respondenten relaties met anderen erg belangrijk zijn en de dimensie verbondenheid een zeer belangrijke plek inneemt in het ervaren van zingeving, bij sommige respondenten zelfs voorwaardelijk is voor het ervaren van andere dimensies, bijvoorbeeld eigenwaarde en doelgerichtheid. De bijzondere positie van deze dimensie wordt gedeeld in het kwalitatief onderzoek van Derkx e.a. naar de rol van de zingevingdimensies in de levenservaringen van ouderen.<sup>116</sup> Machielse stelt over het belang van relaties: "Vertrouwde, betrokken en ondersteunende relaties voorzien niet alleen in de behoefte aan verbondenheid, maar zijn ook noodzakelijk om het leven als zinvol te ervaren. Ze helpen mensen bij het vinden van een betekenis of een doel, het opnieuw krijgen van controle, en bevestiging van hun eigenwaarde."<sup>117</sup> Deze bevinding wordt op basis van dit onderzoek gedeeld. Het merendeel van de respondenten heeft aangegeven niet zonder de steun van anderen te kunnen.

---

<sup>114</sup> Westerhof, 'Persoonlijke zingeving en ouderen: Theorie, onderzoek en toepassing', 24-28.

<sup>115</sup> Susan Hupkens e.a., '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', 83-85.

<sup>116</sup> Derkx e.a., 'Meaning in life and the experience of older people', 24.

<sup>117</sup> Machielse, 'Betekenisvolle relaties als essentiële zingevingbron bij het ouder worden', 3.

Waar uit onderzoek vooral het belang van familierelaties naar voren komt, blijken voor het merendeel van de respondenten familierelaties inderdaad een belangrijke bron van zingeving te zijn, maar spelen familierelaties bij meer dan de helft van de respondenten ook een negatieve rol omdat er sprake is van verstoorde of verbroken relaties binnen het gezin. Als familie (gedeeltelijk) wegvalt, kunnen andere sociale relaties belangrijk(er) worden. De meeste respondenten hebben aangegeven een breder netwerk te hebben dan alleen familie. Wanneer familie een belangrijke zingevingsbron voor ouderen is, kan het juist voor deze doelgroep pijnlijk zijn als er, vanwege overlijden of een conflict, weinig of geen familie is, wat derhalve een negatieve invloed kan hebben op de zingeving als geheel.

Activiteiten blijken ook belangrijk te zijn voor het merendeel van de hulpvragers, de hobby's en activiteiten die door de respondenten worden ondernomen zijn vaak in relatie met anderen. Activiteiten dragen voor hen op een positieve manier bij aan de ervaring van zingeving, doordat het raakt aan o.a. doelgerichtheid, verbondenheid en verwondering.

Het verlies van de partner en/of andere geliefden, afnemende gezondheid en mobiliteit en familieconflicten blijken de belangrijkste factoren te zijn waardoor de zingeving van de respondenten negatief wordt beïnvloed. Zoals blijkt uit de bespreking van de levensdomeinen, kunnen dergelijke verlieservaringen een grote invloed hebben op meerdere zingevingsdimensies tegelijkertijd.

De onderstaande tabel geeft een weergave van de dimensies die uit de interviews naar voren zijn gekomen in relatie tot de verschillende levensdomeinen. Hierbij moet worden opgemerkt dat alleen de dimensies zijn weergegeven die de respondenten (impliciet) hebben benoemd, dit betekent echter niet dat de andere dimensies binnen een domein geen rol zouden kunnen spelen.

#### *Levensdomeinen*

<i>Zingevingsdimensies</i>	<i>Gezondheid</i>	<i>Sociaal netwerk</i>	<i>Activiteiten</i>	<i>Levensverhaal</i>
<i>Doelgerichtheid</i>	X	X	X	X
<i>Eigenwaarde</i>	X	X	X	X
<i>Competentie</i>			X	X
<i>Morele rechtvaardiging</i>		X		X
<i>Verbondenheid</i>	X	X	X	X
<i>Begrijpelijkheid</i>	X	X		X
<i>Verwondering</i>			X	X

### 6.1.3 Zingeving in relatie tot Een luisterend oor

Wanneer gekeken wordt naar de bezoeken van vrijwilligers van LO in relatie tot de zingeving van de deelnemers, blijkt de uit de interviews dat er twee manieren zijn waarop de zingeving van de hulpvragers beïnvloed wordt, namelijk door de relatie met de vrijwilliger en door de gesprekken met de vrijwilliger. Deze zullen in deze paragraaf besproken worden en in verband worden gebracht met de zingevingsdimensies die hierbinnen een rol spelen.



### *Relatie met de vrijwilliger*

De relatie met de vrijwilliger van LO staat uiteraard het sterkst in verbinding met de dimensie verbondenheid. De manier waarop deze relatie wordt ervaren verschilt echter per hulpvrager. De hulpvragers die momenteel bij LO zijn aangesloten, blijken zich in verschillende 'fasen' te bevinden m.b.t. de actualiteit van de aanleiding waarvoor ze zijn aangemeld en derhalve ook in de relatie met de vrijwilliger. Uit de gesprekken met de hulpvragers, de coördinator en de vrijwilliger blijkt dat de vrijwilliger als een 'luisterend oor' vaak het uitgangspunt vormt wanneer iemand net is aangemeld bij het project (in het schema 'koppelingsfase' genoemd). Zoals benoemd is de gespreksperiode binnen LO in principe tijdelijk van aard. De coördinator en vrijwilliger geven echter aan dat dit in de praktijk meestal niet zo werkt en relaties vaak levenslang blijven bestaan.

Wanneer de band tussen de hulpvrager en vrijwilliger wordt voortgezet, is er doorgaans sprake van meer wederkerigheid betreft het uitwisselen van ideeën en ervaringen omdat de 'actuele' fase afneemt en de hulpvrager en vrijwilliger elkaar beter hebben leren kennen. Het niet meer weten wat de aanleiding voor aanmelding bij LO was, kan betekenen dat de situatie van de hulpvragers is 'verbeterd', wat aansluit bij het doel van LO. De vraag kan gesteld worden of deelnemers zich (nog) wel 'hulpvrager' voelen. In deze 'vervolgfase' van het contact (in het schema 'continueringsfase' genoemd) komt het voor dat de gezelschap en/of gezelligheid meer centraal komt te staan. Bij sommige contacten ontstaat er op termijn een dermate vertrouwde band dat de vrijwilliger 'gesprekspartner' wordt en er een vorm van wederkerigheid optreedt, dit is een meer kennis-achtige relatie en wordt soms zelfs ervaren als een vriendschappelijke relatie. Waar uit onderzoek blijkt dat ouderen binnen een-op-een interventies vooral wederkerigheid missen, blijkt uit de interviews dat wederkerigheid voor het merendeel van de respondenten inderdaad een gewaardeerd onderdeel is van het maatjescontact en dit ook plaatsvindt binnen LO.<sup>118</sup> De verschillende relaties die er tussen een hulpvrager en vrijwilliger kunnen zijn worden daarnaast o.a. bepaald door de 'klik' die wordt ervaren en de grenzen die binnen het contact gehanteerd worden.<sup>119</sup> De laatste fase is de afsluiting van een contact ('afsluitingsfase'), hetzij door vrijwillige beëindiging (wat zelden voorkomt), hetzij door bijvoorbeeld verhuizing of overlijden van de hulpvrager.

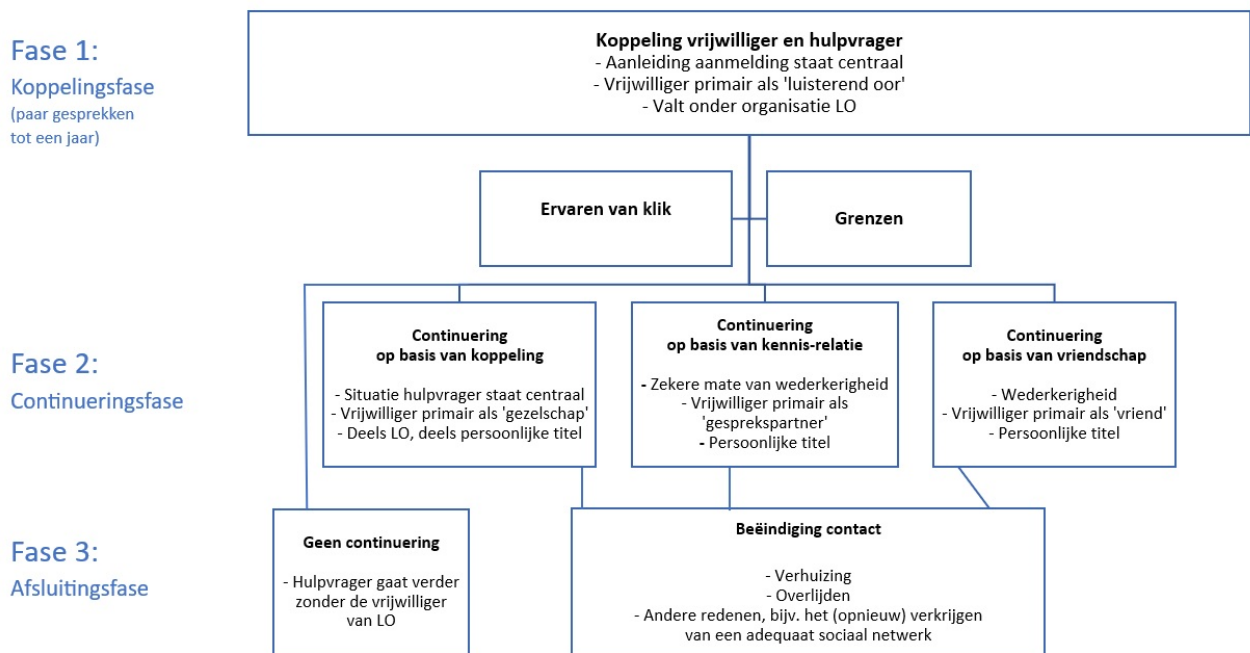
De overgang tussen deze 'fasen' is in de praktijk soms diffuus en vaak niet strikt te maken, een rouwproces zelf kan immers ook 'grillig' zijn en met *ups* en *downs* verlopen. Ook kunnen de hulpvragers opnieuw met een verlieservaring worden geconfronteerd, waardoor ze (opnieuw) in een actuele fase terecht komen. Op basis van deze analyse zijn de verschillende rollen en fasen die op basis van de interviews binnen LO kunnen worden onderscheiden ter illustratie weergegeven in het schema op de volgende pagina (schema 1).

---

<sup>118</sup> van der Zwet en van de Maat, *Wat werkt bij de aanpak van eenzaamheid*, 24.

<sup>119</sup> Pennington en Knight, 'Staying Connected: The Lived Experiences of Volunteers and Older Adults', 303-308.

Wanneer nogmaals wordt gekeken naar de doelstelling van LO en het aspect van ‘er zijn’, blijkt inderdaad dat wanneer de bezoeken van een vrijwilliger positief worden beleefd, dit per definitie bijdraagt aan de zingevingsdimensie verbondenheid. Oftewel dat in aansluiting bij de presentiebenadering “Het beoefenen van deze praktijk zo zelf een vorm van zingeving [is].”<sup>120</sup> Doordat vrijwilligers de hulpvragers frequent en soms levenslang bezoeken, kunnen ze een belangrijke bijdrage leveren aan de zingeving van ouderen, temeer als er sprake is van een beperkt sociaal netwerk of eenzaamheidsproblematiek, dikwijls veroorzaakt door meerdere verlieservaringen. Er wordt hierbij aangesloten bij diverse ondersteuningsbehoeften die Hupkens e.a. onderscheiden, namelijk de behoefte aan iemand die de tijd neemt om te luisteren en het verbinding willen ervaren met anderen, waarbij er sprake is van continuïteit.<sup>121</sup> Het (luisterend) aanwezig zijn van de vrijwilliger is in de praktijk van grote waarde, ook wanneer er niet over zingeving wordt gesproken maar over het weer. Hiernaar kunnen uitkijken kan tevens bijdragen aan de dimensie doelgerichtheid en de bevestiging van menselijke waardigheid, wat positief bijdraagt aan de eigenwaarde.<sup>122</sup> Machielse stelt dat relaties met professionals en vrijwilligers van grote waarde kunnen zijn voor ouderen, temeer als het sociale netwerk kleiner wordt.<sup>123</sup> Dat vrijwilligers inderdaad belangrijk kunnen zijn voor hulpvragers, wordt in de interviews bevestigd.



Schema 1: De verschillende rollen en fasen binnen LO

<sup>120</sup> Smit, *Antwoord geven op het leven zelf*, 167.

<sup>121</sup> Hupkens e.a., 'Echt luisteren leidt tot maatwerk. Behoeften van thuiswonende ouderen aan ondersteuning bij zingeving.' 1-6.

<sup>122</sup> Smit, *Antwoord geven op het leven zelf*, 168.

<sup>123</sup> Machielse, 'Betekenisvolle relaties als essentiële zingevingsbron bij het ouder worden', 3.

### *Gesprekken met de vrijwilliger*

Als hulpvragers bij LO worden aangemeld, staat bij velen van hen de dimensies begrijpelijkheid en competentie onder druk. Door bijvoorbeeld het (recente) verlies van een partner of andere geliefden kan het eigen levensverhaal op dat moment niet (meer) als begrijpelijk en hanteerbaar worden ervaren. Door bijvoorbeeld het verlies van gezondheid kan er beperkt of geen gevoel van controle over het leven worden ervaren.

D.m.v. de gesprekken met de vrijwilliger, wanneer het (levens)verhaal (meermaals) kan worden verteld, wordt geprobeerd het verlies een plek te geven om zo de situatie van de hulpvrager weer 'hanteerbaar' te maken. Ook keuzes die mensen maken en hebben gemaakt kunnen worden geëvalueerd, wat tevens raakt aan de dimensie morele rechtvaardiging. In de gesprekken met de vrijwilligers wordt regelmatig over vroeger gesproken. Ruard Ganzevoort spreekt over een sterke relatie tussen zingeving en het levensverhaal: "Het zelfverstaan van mensen kent een narratieve structuur en deze narratieve identiteit is nauw verbonden aan de wijze waarop mensen de zin van hun leven onder woorden proberen te brengen."<sup>124</sup> Op basis van de interviews blijkt dat er binnen het levensdomein levensverhaal een sterke relatie bestaat tussen de dimensies begrijpelijkheid, competentie en doelgerichtheid. Door het geven van (nieuwe) betekenis kan de ervaring van begrijpelijkheid en (daardoor) ook het gevoel van controle 'toenemen', wat derhalve ook uitwerking kan hebben op de doelgerichtheid en de hulpvragers weer (enigszins) 'zin' in het leven kunnen gaan ervaren, in aansluiting bij de doelstelling van LO. De vraag die hier echter bij gesteld kan worden is of deze bijdrage specifiek ligt in de gesprekken met vrijwilligers van LO of dat ook andere factoren hieraan bijdragen, bijvoorbeeld gesprekken met anderen en/of de factor 'tijd'.

Uit de interviews is gebleken dat veel hulpvragers graag vertellen over hun levensverhaal. Wanneer de wens bestaat om over vroeger te willen praten en terug te willen kijken op het leven, zou het voor sommige hulpvragers van LO (ook) wenselijk kunnen zijn om, net als bijvoorbeeld het COiL, het zingevingsaanbod aan te vullen met herinneringsactiviteiten, zoals het maken van een levensboek. Ook groepsgesprekken zouden van waarde kunnen zijn voor hulpvragers die, naast inhoudelijke gesprekken over zingeving, behoefte hebben aan contact met lot- en leeftijdsgenoten waarbij tevens aangesloten wordt bij de zingevingsdimensie verbondenheid.

Gesprekken over zingeving- en levensvragen kunnen door getrainde vrijwilligers worden gevoerd, maar ook door geestelijk verzorgers. Wanneer nogmaals gekeken wordt naar de onderzochte ondersteuningsbehoeften op het gebied van zingeving, wordt benoemd dat ouderen behoefte kunnen hebben aan steun bij het zien van perspectief en duiding van het levensverhaal (eventueel vanuit

---

<sup>124</sup> Ruard Ganzevoort e.a., *Levensboeken in de ouderenzorg. Eindrapport van het project 'Het effect van het werken met levensboeken op het welbevinden van oudere zorgvragers, zorgverleners en mantelzorgers en op de organisatie van zorg; effectmeting, effectverklaring en implementatie van methode.'* (Kampen: PThU, 2009), 49.

levensbeschouwelijk perspectief) waarbij de juiste deskundigheid beschikbaar is.<sup>125</sup> De vraag kan worden gesteld in hoeverre vrijwilligers hiertoe in staat zijn. Afhankelijk van de 'complexiteit' van de situatie zou het in sommige gevallen wenselijk kunnen zijn om de bezoeken van de vrijwilligers aan te vullen of te vervangen door bezoeken van een geestelijk verzorger. Hulpvragers hebben echter ook de mogelijkheid om, los van LO, gebruik te maken van geestelijke verzorging thuis. Geen van de respondenten geeft (impliciet of expliciet) aan deskundigheid bij de huidige vrijwilligers van LO te missen, dit kan echter ook niet vergeleken worden met gesprekken met een geestelijk verzorger. De coördinator geeft aan dat de vrijwilligers ook deskundigheid met zich meebrengen, doordat ze putten uit eigen werk- en levenservaring.

Hoewel zoals in hoofdstuk 5 benoemd, het woord eenzaamheid niet expliciet door de respondenten zelf is genoemd, voelen sommige hulpvragers zich wel (regelmatig) alleen. Volgens de coördinator en de vrijwilliger komt eenzaamheid veel voor onder hulpvragers. De behoefte aan contact lijkt echter wel onderling te verschillen. Waar de één graag mensen om zich heen heeft voor de gezelligheid, heeft een ander vooral behoefte aan diepgang in de gesprekken en in de relatie. Dit kan samenhangen met de verschillende typen eenzaamheid die kunnen worden onderscheiden. Wanneer de partner overlijdt, kan er bijvoorbeeld sprake zijn van emotionele of existentiële eenzaamheid, terwijl er wel een sociaal netwerk aanwezig is.<sup>126</sup> De vrijwilliger kan zowel een rol spelen bij sociale als emotionele eenzaamheid, middels respectievelijk de relatie en de gesprekken. Wanneer er sprake is van sociale eenzaamheid en het de hulpvragers primair gaat om 'gezelligheid' of 'afleiding', dan sluiten deze behoeftes door de vorm van het contact wellicht beter aan hetgeen vrijwilligers kunnen bieden ten opzichte van geestelijk verzorgers, gezien de regelmaat, continuïteit en (kennis-achtige) relatie die zij kunnen bieden. Wanneer er echter sprake is van diepe emotionele of existentiële eenzaamheid, zouden bezoeken van een geestelijk verzorger wellicht beter aansluiten. Jorna stelt dat existentiële eenzaamheid (per definitie) een zingevingprobleem is, echter ook andere vormen van eenzaamheid raken aan zingeving, in die zin dat de dimensie verbondenheid onder druk staat en daarmee, gezien het belang van deze specifieke dimensie voor deze doelgroep, de zingeving als geheel.

Wanneer gekeken wordt naar de uitkomsten van het effectonderzoek naar Motto, kan gesteld worden dat bezoeken van de vrijwilligers van LO eveneens door de respondenten gewaardeerd worden en dat het, door de relatie en de gesprekken met de vrijwilligers, positief bij kan dragen aan hun persoonlijke welbevinden. Over de invloed op de zelfredzaamheid, gezondheid en zorgconsumptie kunnen op basis van dit beperkte onderzoek echter weinig uitspraken worden gedaan. De coördinator van LO geeft wel aan dat bijvoorbeeld praktijkondersteuners aangeven hulpvragers minder vaak bij hen op bezoek te krijgen dan voorheen.

---

<sup>125</sup> Hupkens e.a., 'Echt luisteren leidt tot maatwerk. Behoeften van thuiswonende ouderen aan ondersteuning bij zingeving.' 1-6.

<sup>126</sup> Ton Jorna, 'Mag een mens eenzaam zijn?', 10-15.

Verbondenheid en begrijpelijkheid zijn de belangrijkste zingevingsdimensies die m.b.t. deelname aan LO uit dit onderzoek naar voren zijn gekomen, omdat deze dimensies voor de hulpvragers, zoals besproken, voorwaardelijk lijken te zijn voor het ervaren van andere dimensies. Opmerkelijk is dat deze twee dimensies, samen met verwondering, de dimensies zijn die Derkx heeft toegevoegd aan de oorspronkelijke theorie van Baumeister. Door de ‘bekommernis’ van de vrijwilliger op zich en het kunnen delen van bijzondere momenten tijdens gesprekken, kan tevens het gevoel van verwondering worden aangesproken. De onderstaande tabel geeft ter samenvatting een weergave van de zingevingsdimensies in relatie tot deelname aan LO:

#### *Deelname aan LO*

<i>Zingevingsdimensies</i>	<i>Relatie met de vrijwilliger</i>	<i>Gesprekken met de vrijwilliger</i>
<i>Doelgerichtheid</i>	X	X
<i>Eigenwaarde</i>	X	
<i>Competentie</i>		X
<i>Morele rechtvaardiging</i>		X
<i>Verbondenheid</i>	<b>X</b>	
<i>Begrijpelijkheid</i>		<b>X</b>
<i>Verwondering</i>	X	X

## 6.2 Discussie

In dit onderzoek staat de praktijk van een lokaal maatjesproject centraal, waarbij op basis van zes respondenten hulpvragers, het maximaal haalbare aantal ten tijde van het onderzoek, conclusies worden getrokken m.b.t. de invloed van de vrijwilligersbezoeken op de zingeving van deze hulpvragers. Door het interviewen van de coördinator en vrijwilliger is getracht de ervaringen breder te trekken dan alleen deze zes hulpvragers. Dit onderzoek geeft een beeld van de actuele situatie van dit specifieke project, maar is te beperkt om algemene conclusies te kunnen trekken over de uitwerking van maatjesprojecten gericht op zingeving- en levensvragen op de ouderen die eraan deelnemen. Er is ten tijde van dit onderzoek (nog) niet veel onderzoek beschikbaar over de effecten van maatjesprojecten gericht op zingeving- en levensvragen en om die reden was er ook weinig vergelijkingsmateriaal beschikbaar. Verder onderzoek is nodig en wenselijk om dit verder in kaart te brengen.

De respondenten die mee hebben gewerkt aan de interviews zijn allen positief over (de vrijwilliger van) LO. Hierbij moet rekening worden gehouden met de mogelijkheid dat hulpvragers het verzoek om een interview niet durfden te weigeren en/of dat er gewenste antwoorden zijn gegeven. Aan de respondenten is echter meermaals duidelijk gemaakt dat de gegevens anoniem zouden worden verwerkt en dit geen invloed zou hebben op de bezoeken van de vrijwilliger. De opmerking die hier tevens bij geplaatst moet worden is dat wanneer er een sprake is van een negatieve ervaring m.b.t. (de bezoeken van) een vrijwilliger van LO, dit de ervaring van zingeving van een hulpvrager negatief zou kunnen

beïnvloeden. Omdat dit binnen het onderzoek niet van toepassing was, kunnen hier echter geen uitspraken over worden gedaan.

Tijdens de interviews is gebleken dat de respondenten sommige vragen niet of slechts kort beantwoordden en dat er vaak werd uitgeweid naar zelfgekozen onderwerpen. Dit kan liggen aan de gemiddeld hoge leeftijd van de respondenten, de onbekendheid met reflectieve vragen of het graag willen delen van het eigen (levens)verhaal, maar dat is slechts speculatie.

De interviews zijn geanalyseerd op basis van de door Derkx breed geformuleerde zingevingsdimensies. Aangezien de verschillende dimensies niet expliciet zijn benoemd tijdens de interviews en gebeurtenissen of uitspraken betrekking kunnen hebben op meerdere zingevingsdimensies, zijn ze impliciet geduid aan de hand van de interpretatie van de onderzoeker, verkregen op basis van het bestuderen van de theorie en artikelen die eerder op basis van de theorie van Derkx zijn geanalyseerd.

### 6.3 Aanbevelingen

Uit de interviews is gebleken dat het merendeel van de hulpvragers te maken heeft met een verstoorde of zelfs verbroken relatie met één of meerdere kinderen. Dit kan negatief van invloed zijn op de ervaring van zingeving, temeer vanwege het grote belang wat ouderen hechten aan verbondenheid, in het bijzonder aan familierelaties en het 'goed' kunnen terugkijken op het leven (begrijpelijkheid en morele rechtvaardiging). Er is echter weinig onderzoek beschikbaar waarin deze 'problematiek', wat in dit onderzoek geduid kon worden als verlieservaring, onder deze doelgroep is onderzocht. Exacte cijfers over het voorkomen van familieconflicten in het algemeen en specifiek tussen ouders en kinderen, zijn niet beschikbaar, evenals de effecten hiervan op o.a. de zingeving. Dit kan te maken hebben met het taboe dat kan rusten op familieconflicten, specifiek het verbreken van contact tussen ouders en kinderen. Verder onderzoek kan nodig en wenselijk zijn om deze problematiek in kaart te brengen en de effecten hiervan te onderzoeken, om mensen die met deze problematiek te maken hebben adequate ondersteuning te kunnen bieden.

Dat een maatjesproject gericht op zingeving- en levensvragen in de praktijk ook kan functioneren zonder structurele ondersteuning van een geestelijk verzorger bewijst het bestaan van LO. De aanstelling van een geestelijk verzorger zou de continuïteit en professionaliteit van een dergelijk project (nog meer) kunnen waarborgen, maar dit is slechts speculatief. Hierbij rijst de vraag waar de grens ligt tussen de kennis en inzet van vrijwilligers en geestelijk verzorgers en wat het verschil is in 'uitkomst' voor hulpvragers m.b.t. de relatie en gesprekken die worden gevoerd. Het verdient aanbeveling om, mede vanuit financieel oogpunt, in algemene zin in kaart te brengen wanneer (extramuraal) werkzaamheden van een geestelijk verzorger ter aanvulling zijn of wellicht kunnen worden overgenomen door vrijwilligers of andere

zorgprofessionals.<sup>127</sup> Een nadere toepassing en explicitering van het ABC-model zoals beschreven in de Richtlijn spirituele zorg zou hier mogelijk behulpzaam bij kunnen zijn.<sup>128</sup> Dit onderzoek richt zich primair op de beleving van de hulpvragers. In aanvulling hierop is het wenselijk om (meer) onderzoek te doen naar de ervaringen van de vrijwilligers binnen projecten gericht op zingeving- en levensvragen om de juiste ondersteuning te kunnen bieden, zowel voor de vrijwilligers als voor de hulpvragers.

Een laatste aanbeveling betreft de onderlinge verhoudingen van de verschillende zingevingdimensies die Derkx onderscheidt. Uit dit en andere onderzoeken blijkt zoals benoemd dat de dimensie 'verbondenheid' een belangrijke plek lijkt in te nemen binnen de zingeving van ouderen. Ook lijkt de dimensie 'begrijpelijkheid' in meer of mindere mate voorwaardelijk te zijn voor de beleving van andere dimensies, bijvoorbeeld competentie en doelgerichtheid. Het kan wenselijk zijn de onderlinge verbanden tussen de dimensies verder te onderzoeken en te positioneren in relatie tot specifieke doelgroepen. Door hier meer inzicht in te krijgen, kan gekeken worden welke dimensies (extra) aandacht verdienen in begeleiding en kan de ondersteuning die geboden wordt aansluiten bij de specifieke behoeften die er zijn op het gebied van zingevingsondersteuning.

## 6.4 Conclusie

De onderzoeksvraag van deze scriptie luidt:

*Wat is de bijdrage van deelname aan maatjesproject Een luisterend oor, gericht op zingeving- en levensvragen, aan de zingeving van thuiswonende ouderen in de gemeente Midden-Groningen die te maken hebben met verlieservaringen?*

Volgens Derkx geven zeven verschillende zingevingdimensies samen vorm aan het ervaren van een zinvol leven. Veel ouderen worden geconfronteerd met verlieservaringen, waardoor deze zingevingdimensies negatief kunnen worden beïnvloed. Maatjesprojecten kunnen worden ingezet om het welzijn van ouderen te bevorderen, waarbij maatjesprojecten gericht op zingeving- en levensvragen ondersteuning bieden bij zingeving. Op basis van dit onderzoek kan worden geconcludeerd dat op alle geïnterviewde ouderen de bezoeken van de huidige vrijwilligers van LO een positief effect hebben op de zingeving, hetzij op verschillende manieren en in verschillende mate. De bij LO aangemelde hulpvragers zijn geconfronteerd met het verlies van de partner of geliefden, achteruitgang van gezondheid en

---

<sup>127</sup> Er is momenteel een onderzoek gaande naar de samenwerking tussen geestelijk verzorgers en vrijwilligers op het gebied van zingeving- en levensvragen genaamd 'ZIN-samen: Zinvolle Samenwerking tussen Geestelijk Verzorgers en Vrijwilligers Levensvragen'. Dit onderzoek wordt gefinancierd door ZonMw en maakt deel uit van het overkoepelende onderzoeksprogramma Zingeving en Geestelijke verzorging. Ten tijde van dit onderzoek waren de resultaten hiervan echter nog niet beschikbaar. ZonMw, 'ZIN-samen: Zinvolle Samenwerking tussen Geestelijk Verzorgers en Vrijwilligers Levensvragen', 2023. <https://projecten.zonmw.nl/nl/project/zin-samen-zinvolle-samenwerking-tussen-geestelijk-verzorgers-en-vrijwilligers-levensvragen>, geraadpleegd op 19 juli 2023.

<sup>128</sup> Palliaweb, 'Zingeving en spiritualiteit in de palliatieve fase'. <https://palliaweb.nl/richtlijnen-palliatieve-zorg/richtlijn/zingeving-en-spiritualiteit>, geraadpleegd op 24 juni 2023.

mobiliteit en/of verstoorde familierelaties. De situatie waarin de meeste ouderen zich bevinden, is doorgaans geen situatie waarin verbetering te verwachten is, in die zin dat de gezondheid en mobiliteit meestal niet (meer) verbeteren en de partner niet terug zal komen. Daarnaast wordt het sociaal netwerk vaak kleiner door o.a. het overlijden van generatiegenoten. Door deze verlieservaringen staan met name de dimensies verbondenheid, begrijpelijkheid en competentie onder druk. De dimensie verbondenheid speelt zowel in de levens van de hulpvragers in het algemeen als in het contact met de vrijwilliger van LO een belangrijke positieve rol. De bijdrage van de bezoeken van de vrijwilligers op de zingeving van hulpvragers komt naar voren op twee manieren: in de 'relatie' en in de 'gesprekken' met hulpvragers.

Het hebben van gezelschap van de vrijwilliger lijkt voor alle respondenten, ieder op hun eigen manier, van grote waarde te zijn. Wanneer de relatie met de vrijwilliger op een positieve manier wordt ervaren door de hulpvrager, draagt dit per definitie bij aan de ervaring van verbondenheid, meestal voor een (levens)lange termijn, ook wanneer zingeving- en levensvragen niet in elk gesprek expliciet (meer) aan bod komen. De bezoeken kunnen bijdragen aan het verminderen van gevoelens van eenzaamheid en kunnen ook een positieve invloed hebben op de ervaring van doelgerichtheid en eigenwaarde.

D.m.v. van gesprekken over het (levens)verhaal en de verlieservaringen die zich hierbinnen hebben afgespeeld, wordt geprobeerd de levens van de hulpvragers weer hanteerbaar te maken en (opnieuw) invulling te geven aan een zinvol bestaan. Op deze manier wordt aandacht geschonken aan de dimensies begrijpelijkheid, competentie, morele rechtvaardiging en/of doelgerichtheid. De band met de vrijwilliger blijkt voor sommige hulpvragers na verloop van tijd echter even belangrijk, zo niet belangrijker dan (de inhoud van) de gesprekken. Ondanks de brede interpretatiemogelijkheden, bleek de zingevingstheorie van Derkx binnen dit onderzoek bruikbaar om de zingeving van de hulpvragers te kunnen analyseren.

Samenvattend kan worden gesteld dat door met aandacht te luisteren naar het (levens)verhaal van de ouderen en hen in brede context 'gezelschap te bieden', de vrijwilliger vanuit zijn of haar bijzondere positie, zoals Marinus van den Berg het beschrijft, door het luisterend aanwezig zijn, de dagen van de hulpvragers daadwerkelijk anders kan maken.



## Bibliografie

- Alma, H. en Adri Smaling. 'Zingeving en levensbeschouwing: een conceptuele en thematische verkenning' in *Waarvoor je leeft. Studies naar humanistische bronnen van zin*. Eds. Hans Alma en Adri Smaling. Amsterdam: Humanistic University Press, 2009, [https://data.swpportal.com/upload/books/files/pdf.php?hash=ff00c510bdc5227a8bbb0f4e6ea67cd4&filename=waarvoor-je-leeft\\_inhoudsopgave.pdf](https://data.swpportal.com/upload/books/files/pdf.php?hash=ff00c510bdc5227a8bbb0f4e6ea67cd4&filename=waarvoor-je-leeft_inhoudsopgave.pdf).
- Brandstätter, M., U. Baumann, G. Borasio en M. Fegg. Systematic review of meaning in life assessment instruments. *Psycho-oncology* 21 (2012): 1034-1052, <https://doi.org/10.1002/pon.2113>.
- COiL. *Jaarcijfers COiL 2022*, <https://ontmoetinginlevensvragen.nl/wp-content/uploads/2023/03/jaarverslag-COIL-2022.pdf>.
- Dam, B. van. 'Vrijwilligers Bieden Ondersteuning'. *Pallium* 11, no.5 (2009): 20-21, <https://doi.org/10.1007/BF03080349>.
- Davelaar, M., A. Hamdi, J. Verheijen, M. van Dongen en A. Verleun. *Gezien en gehoord. Het maatschappelijk rendement van project Motto: aandacht voor zingeving en levensvragen bij ouderen*. Utrecht: Verwey-Jonker Instituut, 2013, [https://www.verwey-jonker.nl/doc/participatie/Gezien-en-gehoord-3963\\_web.pdf](https://www.verwey-jonker.nl/doc/participatie/Gezien-en-gehoord-3963_web.pdf).
- Derkx, P. *Humanisme, zinvol leven en nooit meer ouder worden. Een levensbeschouwelijke visie op ingrijpende biomedisch-technologische levensverlenging*. Brussel: Vub Press, 2011.
- Derkx, P., P. Bos, H. Laceulle & A. Machielse. 'Meaning in life and the experience of older people'. *International Journal of Ageing and Later Life* 14, no.1 (2019): 1-30, <https://doi.org/10.3384/ijal.1652-8670.19467>.
- Ganzevoort, R., T. Bernts, J. Bouwer, W. Huizing en T. Tromp. *Levensboeken in de ouderenzorg. Eindrapport van het project 'Het effect van het werken met levensboeken op het welbevinden van oudere zorgvragers, zorgverleners en mantelzorgers en op de organisatie van zorg; effectmeting, effectverklaring en implementatie van methode*. Kampen: PThU, 2009.
- Hagan, R., R. Manktelow, B.J. Taylor en J. Mallett. 'Reducing Loneliness amongst Older People: A Systematic Search and Narrative Review.' *Ageing and Mental Health* 18, no. 6 (2014): 683-693, <https://doi.org/10.1080/13607863.2013.87512>.
- Heikens, M. 'Geestelijke verzorging thuis, met inzet van vrijwilligers'. *Geron* 22, no.3 (2020): 1-4, <https://gerontijdschrift.nl/artikelen/geestelijke-verzorging-thuis-met-inzet-van-vrijwilligers>.
- Hennink, M., Inge Hutter en Ajay Bailey. *Qualitative research methods*. Londen: SAGE Publications, 2011.
- Hooyman, N. & B. Kramer. *Living Through Loss: Interventions Across the Life Span*. New York: Columbia University Press, 2008.
- Huizing, W. 'Werk maken van vrijwilligerswerk.', in *Nieuw Handboek Geestelijke Verzorging*. Ed. J. Doolaard. Kampen: Kok, 2009: 532-543.
- Hupkens, S., A. Machielse, M. Goumans en P. Derkx. 'Meaning in life of older persons: An integrative literature review'. *Nursing Ethics* 25, no. 8 (2018): 973-991, <https://doi.org/10.1177/0969733016680122>.

Hupkens S., M. Goumans, P. Derkx, A. Oldersma, T. Schutter en A. Machielse. 'Meaning in life of older adults in daily care: A qualitative analysis of participant observations of home nursing visits.' *Journal of Advanced Nursing* 75 (2019): 1732-1740, <https://doi.org/10.1111/jan.14027>.

Hupkens S., M. Goumans, P. Derkx en A. Machielse. '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 Social Care Community* 29 (2021): 78-90, <https://doi.org/10.1111/hsc.13071>.

Hupkens, S., L. Littel-Baetens, M. Hobbelen, K. van der Linden en M. Goumans. 'Echt luisteren leidt tot maatwerk. Behoeften van thuiswonende ouderen aan ondersteuning bij zingeving.' *Geron* 23, no.4 (2021): 1-6, <https://gerontijdschrift.nl/artikelen/echt-luisteren-leidt-tot-maatwerk>.

Jorna, T. 'Mag een mens eenzaam zijn?' in *Mag een mens eenzaam zijn? Studies naar existentiële eenzaamheid en zingeving*. Ed. Ton Jorna. Amsterdam: SWP, 2012, 9-22.

Lantman, R. 'Vrijwilligers in gesprek over levensvragen. Ervaringen van het Centrum Ontmoeting in Levensvragen in Nijmegen'. *Tijdschrift Geestelijke Verzorging* 16, no. 70 (2013): 39-43, <https://vgvz.nl/wp-content/uploads/2018/05/10-70-Vrijwilligers-in-gesprek-over-levensvragen.pdf>.

Lövheim, H., U. Graneheim, E. Jonsén, G. Strandberg en B. Lundman. 'Changes in sense of coherence in old age - a 5-year follow-up of the Umeå 85+ study.' *Scandinavian journal of caring sciences* 27, no. 1 (2013): 13-19, <https://doi.org/10.1111/j.1471-6712.2012.00988.x>.

Maat, W. van de en Renske van der Zwet, *Preventie van eenzaamheid - bouwstenen voor beleid*. Utrecht: Movisie, 2018, <https://www.movisie.nl/sites/movisie.nl/files/2018-09/preventie-van-eenzaamheid.pdf>.

Machielse A. en Pien Bos, *Complexe verwachtingen. Vrijwillige maatjes voor eenzame ouderen* Utrecht: Movisie, 2016, <https://www.movisie.nl/sites/movisie.nl/files/publication-attachment/Complexe-verwachtingen-Vrijwillige-maatjes-voor-eenzame-ouderen%20%5BMOV-10954386-1.0%5D.pdf>.

Machielse, Anja en Pien Bos. 'Vrijwillige maatjes voor eenzame ouderen. Grenzen en mogelijkheden van vrijwillige inzet bij een kwetsbare doelgroep.' *Journal of Social Intervention: Theory and Practice* 27, no. 4 (2018): 69-90, <http://doi.org/10.18354/jsi.558>.

Machielse, A. 'Betekenisvolle relaties als essentiële zingevingsbron bij het ouder worden'. *Geron* 23, no.1 (2021): 1-4, <https://gerontijdschrift.nl/artikelen/betekenisvolle-relaties-als-essentieie-zingevingsbron-bij-het-ouder-worden>.

Martela, F. en M. Steger. 'The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance.' *The Journal of Positive Psychology* 11 (2016): 1-15, <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1137623>.

Morgan, J. en T. Farsides. 'Measuring Meaning in Life.' *Journal of Happiness Studies* 10 (2009): 197-214, <https://doi.org/10.1007/s10902-007-9075-0>.

Pennington, J. en T. Knight. 'Staying Connected: The Lived Experiences of Volunteers and Older Adults.' *Ageing International* 32, no. 4 (2008): 298-311, <https://doi.org/10.1007/s12126-008-9020-5>.

Prinse, Elly, en Bea Cox-Euser. 'Present dankzij vrijwilligers. Ouderenzorg en extramurale geestelijke verzorging.' *Tijdschrift Geestelijke Verzorging* 17, no. 76 (2014): 50-54, <https://vgvz.nl/wp-content/uploads/2018/05/14-76-Present-dankzij-vrijwilligers.pdf>.

Projectgroep 'Een luisterend oor'. *Eindevaluatie project 'Een luisterend oor' 2012-2015* (2015).

Projectgroep 'Een luisterend oor'. *Verslag over de beginjaren tot en met 2021*. (2022).

Scherer-Rath, M. 'Ervaring van contingentie en spirituele zorg.' *Psyche en geloof* 24 (2013): 184-195, <https://docplayer.nl/52509421-Ervaring-van-contingentie-en-spirituele-zorg.html>.

Smit, J. *Antwoord geven op het leven zelf. Een onderzoek naar de basismethodiek van de geestelijke verzorging*. Delft: Eburon, 2015.

Staa, A. van en Kirsten de Vries. 'Directed content analysis: een meer deductieve dan inductieve aanpak bij kwalitatieve analyse.' *KWALON* 19, no. 3 (2014): 46-54, <http://hdl.handle.net/1765/77495>.

Stichting Samen010. *Jaarverslag 2022* (2023), <https://online.fliphtml5.com/wnpdg/mmzp/#p=16>.

Tier, M. van der en M. Potting. *Een maatje voor iedereen? Een wetenschappelijke basis onder de methode maatjesproject*. Utrecht: Movisie, 2015, <https://www.movisie.nl/sites/movisie.nl/files/publication-attachment/Onderzoeksrapport-een-maatje-voor-iedereen%20%5BMOV-7517151-1.0%5D.pdf>.

Tilburg, T. van en Jenny de Jong Gierveld. 'Uitwerking en definitie van het begrip.' in *Zicht op eenzaamheid: Achtergronden, oorzaken en aanpak*. Eds. Theo van Tilburg en Jenny de Jong. Assen: Koninklijke Van Gorcum, 2007: 7-14, <https://research.vu.nl/ws/portalfiles/portal/73664713/2007+vTilburg+dJongGierveld+Zicht+op+eenzaamheid>.

VGvZ. *Beroepsstandaard geestelijk verzorger*. 2015, <https://vgvz.nl/wp-content/uploads/2018/07/Beroepsstandaard-2015.pdf>.

Westerhof, G. Persoonlijke zingeving en ouderen: Theorie, onderzoek en toepassing. *Tijdschrift geestelijke verzorging* 12, no. 51 (2009): 23-32, <https://vgvz.nl/wp-content/uploads/2018/06/7-51-Theorie-onderzoek-en-toepassing.pdf>.

Westerhof, G. 'Zingeving en ouder worden.' *Psychopraktijk* 5, no. 1 (2013): 15-18, <https://doi.org/10.1007/s13170-013-0005-z>.

Wijngaarden, E. van. *Voltooid leven. Over leven en willen sterven*. Amsterdam/Antwerpen: Atlas Contact, 2016.

Wijngaarden, E. van en A-M. The. 'Luisteren als belangrijkste interventie bij eenzaamheid.' *Bijblijven* 33, no. 4-5 (2017): 296-306, <https://doi.org/10.1007/s12414-017-0228-8>.

Zwet, R. van der en Jan Willem van de Maat, *Wat werkt bij de aanpak van eenzaamheid*. Utrecht: Movisie, 2016.

## Websites

CBS, 'Bevolkingsstatistiek'. <https://www.vzinfo.nl/bevolking/vergrijzing>.

Centrum Ontmoeting in Levensvragen, 'Ons aanbod'. <https://ontmoetinginlevensvragen.nl/over-het-coil/ons-werk>.

GGD, CBS en RIVM, 'Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022'. <https://www.staatvzn.nl/kerncijfers/eenzaamheid>.

Oranje Fonds, 'Wat voor verschillende maatjesprojecten zijn er?'. <https://www.maatjesgezocht.nl/veelgestelde-vragen>.

Palliaweb, 'Zingeving en spiritualiteit in de palliatieve fase'.

<https://palliaweb.nl/richtlijnen-palliatieve-zorg/richtlijn/zingeving-en-spiritualiteit>.

Rijksoverheid, 'Ontwikkelingen woningmarkt senioren'.

<https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/seniorenwoningen/ontwikkelingen-woningmarkt-senioren>.

Samen010, 'Motto'.

<https://www.samen010.nl/projecten/motto>.

Van Dale Uitgevers, 'Betekenis 'zingeving''.

<https://www.vandale.nl/gratis-woordenboek/nederlands/betekenis/zingeving#.XmjQ5ahKjIU>.

ZonMw, 'ZIN-samen: Zinvolle Samenwerking tussen Geestelijk Verzorgers en Vrijwilligers Levensvragen'.

<https://projecten.zonmw.nl/nl/project/zin-samen-zinvolle-samenwerking-tussen-geestelijk-verzorgers-en-vrijwilligers-levensvragen>.

---

De foto op de voorzijde is gemaakt door Sabine van Erp,

<https://pixabay.com/nl/users/sabinevanerp-2145163>.

Het gedicht op pagina 2 is geschreven door Marinus van den Berg,

[https://www.suitbertusparochie.nl/documenten/Uitvaarten/Gedichten\\_bij\\_een\\_uitvaart.pdf](https://www.suitbertusparochie.nl/documenten/Uitvaarten/Gedichten_bij_een_uitvaart.pdf).

## Bijlagen

Bijlage 1: Respondentenlijst

<i>Rol binnen project</i>	<i>Datum interview</i>	<i>Afkorting</i>
<i>Hulpvrager</i>	13 april 2023	hv1
<i>Hulpvrager</i>	18 april 2023	hv2
<i>Hulpvrager</i>	19 april 2023	hv3
<i>Hulpvrager</i>	21 april 2023	hv4
<i>Hulpvrager</i>	9 mei 2023	hv5
<i>Hulpvrager</i>	16 mei 2023	hv6
<i>Coördinator</i>	12 mei 2023	coördinator
<i>Vrijwilliger</i>	17 mei 2023	vrijwilliger

## Bijlage 2: Vragenlijsten interviews

### I. Vragenlijst hulpvragers Een luisterend oor

Doel van het interview: Een semigestructureerd interview waarbij ouderen gevraagd zal worden naar de persoonlijke beleving en betekenis van deelname aan maatjesproject Een luisterend oor (LO).

<b>Kennismakingsvragen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kunt u om te beginnen iets over uzelf vertellen?</li> </ul> <p>Specifieke vragen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoe lang woont u hier al?</li> <li>• Bent u getrouwd (geweest)?</li> <li>• Heeft u kinderen of kleinkinderen?</li> <li>• Hoe oud bent u?</li> <li>• Hoe gaat het met uw gezondheid?</li> <li>• Wat zijn uw hobby's?</li> <li>• Wat doet u overdag?</li> <li>• Krijgt u ook bezoek van mensen?</li> </ul>
<b>Hoofdvragen</b>  - <i>Algemeen</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kunt u iets vertellen over hoe u bij de organisatie LO terecht bent gekomen?</li> <li>• Wat waren uw verwachtingen toen u deel ging nemen aan LO?</li> <li>• Sinds wanneer komt er een vrijwilliger van LO bij u op bezoek?</li> <li>• Hoe vaak komt de vrijwilliger van LO bij u langs?</li> <li>• Hoe lang duurt een bezoek van de vrijwilliger?</li> </ul>
- <i>Activiteiten/ Gesprekken</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wat doet u samen met de vrijwilliger?</li> <li>• (bij gesprek/praten) Zonder dat u in detail hoeft te treden, over welke dingen praat u met de vrijwilliger?</li> <li>• Over welke onderwerpen praat u alleen met de vrijwilliger en met niemand anders?</li> <li>• Wat heeft u aan de gesprekken met de vrijwilliger?</li> </ul>
- <i>Vrijwilliger</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoe zou u uw band met de vrijwilliger omschrijven?</li> <li>• Wat betekenen de bezoeken van de vrijwilliger voor u?</li> <li>• Zijn er voor u ook situaties denkbaar waarin u denkt dat het bezoek van de vrijwilliger niet meer nodig is?</li> <li>• Welk verschil zou het voor u maken als de vrijwilliger niet meer bij u langs zou komen?</li> <li>• Zou het voor u verschil maken wanneer u geen bezoek zou krijgen van een vrijwilliger om over de dingen te spreken die u zojuist noemde, maar van iemand die ervoor betaald krijgt, bijvoorbeeld van een maatschappelijk werker of een geestelijk verzorger? Zo ja, wat voor verschil zou dit voor u maken? Zo nee, wat maakt dat dit voor u geen verschil maakt?</li> </ul>
<b>Afsluiting</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zijn er nog dingen die niet aan bod zijn gekomen tijdens dit interview maar die u nog wel graag zou willen benoemen?</li> </ul>

## II. Vragenlijst coördinator Een luisterend oor

Doel van het interview: Een semigestructureerd interview waarbij de coördinator gevraagd zal worden naar haar bevindingen met betrekking tot de organisatie en de betekenis van de bezoeken die ouderen krijgen van een vrijwilliger van Een luisterend oor (LO).

<b>Introductievragen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoe lang bent u al coördinator van LO?</li> <li>• Wat is uw motivatie om dit werk te doen?</li> </ul>
<b>Hoofdvragen</b> - <i>Doelstelling</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• In het verslag van LO ‘over de beginjaren tot en met 2021’ staat het volgende:              ‘Het ‘Luisterend Oor’ wil met hulpvragers in gesprek gaan die te maken hebben met zingeving- en levensvragen, en zo aandacht hieraan te besteden en helpen om deze hanteerbaar te maken.’ (p.3)             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Wanneer is er volgens LO sprake van zingeving- en levensvragen?</li> <li>- Op welke manier(en) wordt geprobeerd om te helpen om deze vragen ‘hanteerbaar’ te maken?</li> </ul> </li> <li>• Humanitas Hoogezand-Sappemeer heeft bijvoorbeeld de projecten ‘Maatje zijn’ en ‘Steun bij rouw’. In hoeverre verschillen deze projecten qua doelstelling en uitvoering van LO?</li> </ul>
- <i>Aanmelding hulpvragers</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoe worden potentiële ouderen (hulpvragers) aangemeld bij LO?</li> <li>• Heeft LO criteria voor aanmelding van een hulpvrager?</li> <li>• Zo ja, wat zijn deze criteria?</li> <li>• In welke situaties wordt besloten om een potentiële hulpvrager niet ‘aan te nemen’, dus iemand niet door een vrijwilliger van LO te laten bezoeken?</li> </ul>
- <i>Contact (koppeling tussen vrijwilliger en hulpvrager)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoeveel koppelingen tussen vrijwilligers en hulpvragers hebben er al plaatsgevonden bij LO?</li> <li>• ‘Bij de intake worden thema’s/vraagstukken benoemd die de basis vormen voor het in gesprek gaan met elkaar’. (p. 6)</li> <li>• Welke thema’s of vraagstukken zijn dit in de praktijk?</li> <li>• ‘De gespreksperiode is in principe tijdelijk van aard, zo lang als beide partijen dit nodig achten. Dat kan variëren van een paar gesprekken tot een jaar.’ (p. 6)</li> <li>• Hoe werkt dit in de praktijk?</li> <li>• Hoe wordt de inschatting gemaakt of gesprekken nog ‘nodig’ zijn?             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Wat gebeurt er met een contact als de bovengenoemde thema’s niet of nauwelijks meer aan de orde (zouden) komen in gesprekken?</li> <li>- Wat zijn redenen dat een contact wordt beëindigd?</li> </ul> </li> <li>• Welke factoren zijn volgens u essentieel voor het tot stand brengen van een ‘geslaagd’ contact tussen vrijwilliger en hulpvrager?</li> </ul>
- <i>Vrijwilligers</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zijn er ‘criteria’ om vrijwilliger bij LO te kunnen worden?</li> <li>• Zo ja, wat zijn deze criteria?</li> <li>• Wat is volgens u <i>het verschil</i> tussen de inzet van vrijwilligers ten opzichte van professionals (bijvoorbeeld een geestelijk verzorger)?</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Is er volgens u een <i>meerwaarde</i> van de inzet van vrijwilligers ten opzichte van professionals?</li> <li>• Zo ja, wat is deze meerwaarde volgens u?</li> <li>• Is er volgens u een <i>meerwaarde</i> van de inzet van professionals ten opzichte van de inzet van vrijwilligers?</li> <li>• Zo ja, wat is deze meerwaarde volgens u?</li> </ul>
- <i>Effecten</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Welk verschil denkt u dat de bezoeken van de vrijwilligers kunnen maken in het leven van ouderen?</li> <li>• Welk effect hebben de bezoeken van de vrijwilligers volgens u op de zingeving van de ouderen die worden bezocht?</li> </ul>
<b>Afsluiting</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zijn er nog dingen die niet aan bod zijn gekomen tijdens dit interview maar die u nog wel graag zou willen benoemen?</li> </ul>

### III. Vragenlijst vrijwilliger Een luisterend oor

Doel van het interview: Een semigestructureerd interview waarbij de vrijwilliger van Een luisterend oor (LO) gevraagd zal worden naar haar bevindingen met betrekking tot de inhoud en de betekenis van de bezoeken die ze brengt aan de ouderen die zijn aangemeld bij LO.

<b>Introductievragen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoe lang bent u al vrijwilliger bij LO?</li> <li>• Hoeveel mensen heeft u in de loop der jaren bezocht?</li> <li>• Wat is uw motivatie om dit werk te doen?</li> </ul>
<b>Hoofdvragen</b> - <i>Bezoeken</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoe vaak gaat u gemiddeld op bezoek bij een hulpvrager?</li> <li>• Hoe lang duurt een bezoek gemiddeld?</li> <li>• Wat doet u samen met de hulpontvanger?</li> </ul>
- <i>Inhoud gesprekken</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wat zijn de aanleidingen waarom de ouderen die u bezoekt zijn aangemeld bij LO?</li> <li>• Over welke onderwerpen praat u zoal met de hulpvragers?</li> <li>• Merkt u een verschil tussen de inhoud van de eerste paar gesprekken die u heeft met een hulpvrager en gesprekken als u bijvoorbeeld al een jaar bij iemand komt?</li> </ul>
- <i>Relatie</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoe zou u uw relatie met de hulpvragers die u bezoekt of heeft bezocht omschrijven?</li> <li>• Wat zijn redenen dat een contact met een hulpvrager wordt afgesloten?</li> </ul>
- <i>Vrijwilliger vs professional</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Is er volgens u een <i>meerwaarde</i> van de inzet van u als vrijwilliger ten opzichte van professionals?</li> <li>• Zo ja, wat is deze meerwaarde volgens u?</li> <li>• Wat is volgens u <i>het verschil</i> tussen de inzet van vrijwilligers ten opzichte van professionals (bijvoorbeeld een geestelijk verzorger)?</li> </ul>
- <i>Betekenis</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Welk verschil denkt u dat de bezoeken van de vrijwilligers kunnen maken in het leven van ouderen?</li> <li>• LO is een project dat zich richt op mensen met zingeving- en levensvragen, welk effect hebben de bezoeken van vrijwilligers volgens u op de zingeving van de ouderen die worden bezocht?</li> </ul>
<b>Afsluiting</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zijn er nog dingen die niet aan bod zijn gekomen tijdens dit interview maar die u nog wel graag zou willen benoemen?</li> </ul>