
Eenzaamheid onder oudere migranten Een nadere blik

Door: Rowan ten Kate, Basak Bilecen, Nardi Steverink

Kernwoorden: Eenzaamheid, Internationaal, Migranten, Oudere migranten, Sociaal welbevinden, Sociale relaties

Voorgaand onderzoek laat zien dat oudere eerste-generatie migranten zich vaak eenzaam voelen. Dit is zorgwekkend gezien de negatieve gevolgen van eenzaamheid voor gezondheid en welbevinden. Gezien de stijging van het aantal (migranten)ouderen in Nederland, wordt in dit artikel de vraag gesteld: waarom zijn oudere migranten eenzamer dan ouderen zonder migratie-achtergrond?

Sociaal welbevinden

Ouderen met een migratie-achtergrond in Europa en Noord-Amerika ervaren in vergelijking met ouderen zonder migratie-achtergrond een hogere mate van eenzaamheid (Ciobanu e.a., 2017). In Nederland, waar migranten sinds de jaren 60 van de vorige eeuw ook ouder worden, maken eerste-generatie migranten een belangrijk deel uit van de oudere populatie. Van de verschillende migrantengroepen voelen vooral Turkse en Marokkaanse ouderen zich vaker eenzaam dan ouderen zonder migratie-achtergrond (Conkova & Lindenberg, 2018).

De verschillen in eenzaamheid zijn zorgwekkend, niet alleen omdat eenzaamheid een vervelende emotie is maar ook omdat eenzaamheid negatieve effecten heeft op zowel de mentale als fysieke gezondheid. Zo verhoogt eenzaamheid de kans op depressies en zelfs de kans op vroegtijdig overlijden (Holt-Lunstad e.a., 2015). Daarnaast is eenzaamheid een belangrijke indicator van het algehele sociale welbevinden: hoe lager de eenzaamheid, hoe hoger het sociale welbevinden. Dit is niet verwonderlijk, aangezien veel ouderen sociale contacten als een van de belangrijkste onderdelen van hun welbevinden noemen (Douma e.a., 2017). Al met al voelt een deel van de ouderen in Nederland zich vaak eenzaam, met negatieve gevolgen voor de gezondheid en het welbevinden.

Wat is eenzaamheid?

Eenzaamheid is een negatieve ervaring die ontstaat door een gebrek aan (kwaliteit van) de gewenste sociale relaties (De Jong Gierveld & Van Tilburg, 2006). Hierbij is er een onderscheid tussen de sociale en emotionele dimensie van eenzaamheid. Een tekort in het gewenste aantal sociale relaties of het missen van een groter sociaal netwerk, zorgt voor sociale eenzaamheid. Hierbij kan gedacht worden aan het missen van contact met een vriendenkring, familieleden, buurtgenoten, kennissen, of collega's. Een tekort in voldoende kwaliteit en intimiteit in sociale relaties, zoals het missen van een partner of goede vriend(in), zorgt voor emotionele eenzaamheid.

Eenzaam ondanks sociale relaties?

In voorgaand onderzoek werd de hogere eenzaamheid onder oudere migranten vooral verklaard door een slechtere gezondheid en lagere sociaaleconomische status (hierna SES) (Fokkema & Naderi, 2013). Deze factoren maken het moeilijker voor migranten om sociale relaties te onderhouden of om nieuwe contacten te maken. Ook speelt een gebrek aan het gevoel van verbondenheid met Nederland een rol, waarbij gevoelens van niet-verbondenheid samengaan met een hogere eenzaamheid (Klok e.a., 2017). Dit onderzoek (zie ook Ten Kate e.a., 2020) richt zich op het vinden van verklaringen voor zowel de hogere emotionele als de sociale eenzaamheid onder oudere migranten. De hogere eenzaamheid is misschien verbazingwekkend gezien sommige bevindingen over de sociale relaties van migranten. Zo wonen oudere migranten vaker samen met hun kinderen en hebben ze vaker contact met vrienden en familieleden. Daarnaast rapporteren oudere

migranten een hogere kwaliteit van de relaties met familieleden dan oudere Nederlanders zonder migratie-achtergrond (Arends-Tóth & Van De Vijver, 2008).

Op basis van deze tegenstrijdige bevindingen ligt in dit onderzoek de focus op verschillende aspecten van sociale relaties van oudere migranten. Daarnaast wordt zowel gekeken naar sociale als emotionele eenzaamheid, zodat meer inzicht ontstaat in welk type eenzaamheid oudere migranten vooral ervaren. De volgende onderzoeksvraag staat daarbij centraal: Wat verklaart de verschillen in sociale en emotionele eenzaamheid tussen oudere migranten en ouderen zonder een migratie-achtergrond in Nederland?

Minder tevreden

Een eerste verklaring voor de hogere eenzaamheid onder oudere migranten kan zijn dat ze minder tevreden zijn met hun sociale relaties. Hoewel ouderen meestal tevreden zijn met hun sociale relaties, verwachten we dat oudere migranten minder tevreden zijn dan ouderen zonder migratie-achtergrond. Migratie is een belangrijke levensgebeurtenis waarbij migranten moeten wennen aan het leven in een nieuw land met een andere taal en cultuur. Deze factoren en gevoelens als heimwee kunnen op latere leeftijd zorgen voor een lagere tevredenheid met sociale relaties.

Tevens kan het gebeuren dat verwachtingen wat betreft familierelaties niet altijd te realiseren zijn voor oudere migranten (Wu & Penning, 2015). Het opvoeden van kinderen in Nederland volgens familietradities is wellicht lastig wanneer Nederlandse normen voor familierelaties anders zijn. Met (klein)kinderen die zijn opgegroeid in Nederland, vinden sommige migranten misschien dat hun kinderen "verwesterd" zijn, te druk zijn met werk, of andere waarden hebben.

Verder blijkt dat oudere migranten niet altijd hun persoonlijke problemen met familieleden delen uit angst voor roddelen of omdat ze hun kinderen niet tot last willen zijn (Cela & Fokkema, 2017; Salma e.a., 2018). Deze veranderingen in familierelaties en bijkomende teleurstellingen kunnen voor een lagere tevredenheid met hun sociale relaties zorgen, wat vervolgens kan leiden tot meer eenzaamheid. In het bijzonder kan dit een hogere emotionele eenzaamheid verklaren omdat het mogelijk is dat oudere migranten, ondanks hun nauwe familierelaties, toch ontevreden zijn met de gewenste kwaliteit van hun sociale relaties.

Belang van sociale activiteiten

Een tweede verklaring voor de hogere eenzaamheid onder oudere migranten kan zijn dat ze minder vaak deelnemen aan sociale activiteiten (Conkova & Lindenberg, 2018). Zo nemen oudere migranten minder vaak deel aan verenigingen en vrijwilligerswerk. Een slechtere gezondheid en lagere SES kunnen voor oudere migranten een hindernis vormen voor het ondernemen van activiteiten, met name activiteiten buiten het huishouden. Daarnaast kan het zijn dat migranten niet deelnemen aan activiteiten wanneer deze niet aansluiten bij hun culturele preferenties.

Sociale activiteiten kunnen migranten de gelegenheid geven om nieuwe sociale contacten op te doen, of zorgen voor een gevoel van verbondenheid met de samenleving. Omdat sociale activiteiten tot een breder sociaal netwerk kunnen leiden, is de verwachting dat ouderen migranten een hogere sociale eenzaamheid ervaren omdat ze minder deelnemen aan sociale activiteiten.

Methode van het onderzoek

De dataset Sociaal Domein Index (hierna SDI) geeft inzicht in het welbevinden van Nederlanders die gebruik maken van formele zorg die sinds de invoering van de Participatiewet de taak is geworden van Nederlandse gemeentes. Hieronder vallen onder andere de jeugdzorg, de WMO (zoals thuiszorg of huishoudelijke hulp) en participatievoorzieningen (zoals trainingen voor werklozen, hulp bij schulden, deelname openbaar vervoer). Tevens bevat de dataset een groep respondenten die geen formele zorg gebruiken. De SDI geeft dus inzicht in het welbevinden van Nederlanders die te maken hebben met de wetswijziging in vergelijking met een controlegroep.

Voor dit onderzoek is gebruik gemaakt van de SDI-data die door het Centraal Bureau van de Statistiek en het Sociaal Cultureel Planbureau zijn verzameld in 2016 en 2017. Respondenten hebben op één meetmoment de vragenlijst beantwoord. De verwachtingen zijn getoetst door middel van bivariate en meervoudige lineaire regressieanalyses.

Bij de steekproef voor ons onderzoek is een selectie gemaakt van respondenten boven de 40 jaar. Ondanks dat veel migranten bij aankomst in Nederland een relatief goede gezondheid hebben, is gekozen voor deze leeftijdsgrens omdat migranten door slechtere leef- en werkomstandigheden eerder "ouder" worden dan leeftijdsgenoten in het land van herkomst en Nederlanders zonder migratie-achtergrond.

Hogere sociale en emotionele eenzaamheid

In tabel 1 is een deel van de resultaten te vinden (voor de volledige resultaten zie Ten Kate e.a., 2020). Gemiddeld genomen hebben migranten een lagere SES, een slechtere gezondheid en rapporteren ze een hogere eenzaamheid. Ook nemen ze minder vaak deel aan sociale activiteiten buitenshuis of bij een vereniging. Verder zijn migranten enigszins minder tevreden met hun sociale contacten (o.a. met vrienden, kennissen, en de samenstelling van het huishouden). Wat betreft verschillen in eenzaamheid blijkt dat, terwijl zo'n 13% van de ouderen zonder migratie-achtergrond zich vaak eenzaam voelt, dit 22% is bij de oudere migranten. Verder zijn migranten gemiddeld genomen vaker zowel sociaal als emotioneel eenzaam dan Nederlanders zonder migratie-achtergrond.

Uit regressieanalyses (niet getoond hier) blijkt dat het hebben van meer contact met sociale relaties, een betere gezondheid en een hogere SES beschermende factoren zijn tegen eenzaamheid. Een hogere tevredenheid met sociale relaties is een belangrijke beschermende factor tegen zowel sociale als emotionele eenzaamheid. Echter, voor migranten is dit beschermende effect kleiner, wat de hogere eenzaamheid zou kunnen verklaren. Dat wil zeggen dat, ondanks het hebben van bevredigende sociale relaties, migranten relatief gezien toch een hogere mate van eenzaamheid ervaren.

Verder is een onverwacht resultaat dat niet alle soorten sociale activiteiten een significant beschermend effect hebben tegen sociale eenzaamheid. Zo hebben activiteiten buitenshuis, zoals het bezoeken van een restaurant, theater, of museum, wel een beschermend effect, maar activiteiten van een vereniging niet. Bij emotionele eenzaamheid is de relatie zelfs omgekeerd: naarmate respondenten vaker deelnemen aan activiteiten van een vereniging (zoals een hobby-, sport-, of muziekclub), voelen ze zich meer emotioneel eenzaam. Omdat respondenten de SDI-vragenlijst maar één keer hebben ingevuld, zou dit resultaat ook kunnen betekenen dat respondenten die zich meer emotioneel eenzaam voelen, vaker deelnemen aan activiteiten van een vereniging om zich zo minder eenzaam te voelen.

		Geen migrant	Migrant	Significantie
	<i>Maximum</i>	<i>N</i> = 6658	<i>N</i> =1262	
Leeftijd	95 jaar	60,43	56,65	$F = 71,11^{***}$
Eenzaamheid	6= erg eenzaam	1,81	2,51	$F = 132,63^{***}$
Emotionele eenzaamheid	3= erg eenzaam	0,90	1,27	$F = 97,23^{***}$
Sociale eenzaamheid	3= erg eenzaam	0,91	1,26	$F = 94,85^{***}$
Sociale activiteiten buitenshuis	4= elke week	2,29	1,97	$F = 74,52^{***}$
Activiteiten van vereniging	4= elke week	2,13	1,86	$F = 57,41^{***}$
Tevredenheid sociale relaties	10= erg tevreden	7,63	7,13	$F = 74,26^{***}$
Contact met vrienden	5= elke dag	3,67	3,67	$F = 0,02$
Contact met familie	5= elke dag	3,94	4,00	$F = 3,13$
Contact met buren	5= elke dag	3,55	3,46	$F = 5,08^*$
Financieel kunnen rondkomen	6= erg moeilijk	3,05	4,01	$F = 447,52^{***}$
Moeite met bezigheden, mobiliteit, en verzorging	4= onmogelijk	1,54	1,58	$F = 2,72$
Perceptie van gezondheid	5= erg goed	3,47	3,18	$F = 96,94^{***}$

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$

Tabel 1: Gemiddelde verschillen tussen ouderen zonder en met een migratie-achtergrond, op de belangrijkste factoren van het onderzoek

Bron: Ten Kate e.a., 2020

Eenzame oudere migranten: aanknopingspunten voor beleid en onderzoek

Oudere migranten zijn vaker zowel sociaal als emotioneel eenzaam in vergelijking met ouderen zonder een migratie-achtergrond. Dit laat zien dat migranten zowel hechte sociale relaties als een groot sociaal netwerk missen. De aanbeveling voor beleidsmakers is om rekening te houden met zowel de sociale als emotionele dimensie van eenzaamheid. Het aanbieden van betekenisvolle sociale contacten is wellicht moeilijk te organiseren via interventies, aangezien niet elk soort sociaal contact voor iedereen even waardevol is. Het verbreden van het gewenste sociale netwerk zou kunnen middels gemeenschappelijke sociale activiteiten, waarbij ook wellicht meer verbinding met de samenleving tot een vermindering van eenzaamheid bij oudere migranten kan leiden.

Er zijn drie aanknopingspunten voor vervolgonderzoek. Ten eerste is er bij interventies tegen eenzaamheid meer inzicht nodig of én op welke wijze sociale activiteiten een beschermend effect tegen eenzaamheid hebben. Ten tweede zijn migranten enigszins minder tevreden met hun sociale contacten en zou meer aandacht besteed moeten worden aan de mogelijke redenen voor deze lagere tevredenheid. Hoewel het gevonden verschil in tevredenheid klein is, kan het toch een verklaring bieden voor de verschillen in eenzaamheid. Tot slot zou ook gekeken kunnen worden naar migratie-specifieke redenen voor eenzaamheid zoals taal- en cultuurverschillen. De zogenaamde "culturele eenzaamheid" is bijvoorbeeld omschreven als het missen van de gewenste culturele activiteiten, of het gevoel anders te zijn dan de mensen om je heen (Van Staden & Coetzee, 2010). Dit concept kan verdere aanknopingspunten geven voor het begrijpen en verklaren van eenzaamheid onder oudere migranten.

Door

Rowan ten Kate

Rowan ten Kate is PhD student aan de Rijksuniversiteit Groningen. Na het afronden van de onderzoek-master met specialisatie Sociologie doet ze nu onderzoek naar het sociale welbevinden van oudere migranten in Nederland.

Basak Bilecen

Basak Bilecen is universitair docent sociologie en Rosalind Franklin Fellow aan de Rijksuniversiteit Groningen. Ze is expert op het gebied van internationale migratie, transnationale sociale protectie en sociale ongelijkheden.

Nardi Steverink

Nardi Steverink is hoogleraar sociologie aan de Rijksuniversiteit Groningen en programmaleider van het interventie-programma GRIP&GLANS, gericht op het versterken van zelfmanagementvaardigheid en welbevinden, en het verminderen van eenzaamheid.

Literatuurlijst

1. Arends-Tóth, J., & Van de Vijver, F. J. R. (2008). Family relationships among immigrants and majority members in the Netherlands: The role of acculturation. *Applied Psychology, 57*, 466–487. doi: 10.1111/j.1464-0597.2008.00331.x
2. Cela, E., & Fokkema, T. (2017). Being lonely later in life: A qualitative study among Albanians and Moroccans in Italy. *Ageing and Society, 37*, 1197–1226. doi: 10.1017/S0144686X16000209
3. Ciobanu, R. O., Fokkema, T., & Nedelcu, M. (2017). Ageing as a migrant: Vulnerabilities, agency and policy implications. *Journal of Ethnic and Migration Studies, 43*, 164–181. doi:10.1080/1369183X.2016.1238903
4. Conkova, N., & Lindenberg, J. (2018). Gezondheid en welbevinden van oudere migranten in Nederland: Een narratieve literatuurstudie. *Tijdschrift voor Gerontologie en Geriatrie, 49*, 223–231. doi: 10.1007/s12439-018-0268-2
5. De Jong Gierveld, J., & Van Tilburg, T. G. (2006). A 6-item scale for overall, emotional, and social loneliness: Confirmatory tests on survey data. *Research on Aging, 28*, 582–598. doi:10.1177/0164027506289723
6. Douma, L., Steverink, N., Hutter, I., & Meijering, L. (2017). Exploring subjective well-being in older age by using participant-generated word clouds. *The Gerontologist, 57*, 229–239. doi:10.1093/geront/gnv119
7. Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., Baker, M., Harris, T. & Stephenson, D. (2015). Loneliness and social isolation as risk factors for mortality. *Perspectives on Psychological Science, 10*, 227–237. doi:10.1177/1745691614568352
8. Fokkema, T., & Naderi, R. (2013). Differences in late-life loneliness: A comparison between Turkish and native-born older adults in Germany. *European Journal of Ageing, 10*, 289–300. doi: 10.1007/s10433-013-0267-7
9. Klok, J., Van Tilburg, T. G., Suanet, B., Fokkema, T., & Huisman, M. (2017). National and transnational belonging among Turkish and Moroccan older migrants in the Netherlands: Protective against loneliness? *European Journal of Ageing, 14*, 341–351. doi: 10.1007/s10433-017-0420-9
10. Salma, J., Keating, N., Ogilvie, L., & Hunter, K. F. (2018). Social dimensions of health across the life course: Narratives of Arab immigrant women ageing in Canada. *Nursing Inquiry, 25*, e12226. doi:10.1111/nin.12226
11. Ten Kate, R. L. F., Bilecen, B. & Steverink, N. (2020). A closer look at loneliness: Why do first-generation migrants feel more lonely than their native Dutch counterparts? *Gerontologist, 60*(2), 291–301. <https://doi.org/10.1093/geront/gnz192>

12. Van Staden, W. C., & Coetzee, K. (2010). Conceptual relations between loneliness and culture. *Current Opinion in Psychiatry*, 23, 524–529. doi:10.1097/YCO.0b013e32833f2ff9
13. Wu, Z., & Penning, M. (2015). Immigration and loneliness in later life. *Ageing and Society*, 35, 64–95. doi: 10.1017/S0144686x13000470