

Stem geven aan eenzaamheid

Geleefde ervaring van eenzaamheid onder mensen met een licht verstandelijke beperking en bijkomende complexe problematiek



Stem geven aan eenzaamheid. Geleefde ervaring van eenzaamheid onder mensen met een licht verstandelijke beperking en bijkomende complexe problematiek

Master Thesis

Universiteit voor Humanistiek, Utrecht

Mieke Wagenaar

miekewagenaar@gmail.com

Student nr.: 1003925

Datum: 25 augustus 2023

Begeleider en coördinator: Dr. Femmianne Bredewold

Meelezer: Prof. dr. Arjan W. Braam

Examinator: Dr. Wander van der Vaart

Voorwoord

Deze masterscriptie is de afsluiting van de driejarige master Humanistiek. De scriptie heeft het afgelopen driekwart jaar als een rode draad door mijn leven gelopen. In de eerste plaats vanwege de relatie tussen het thema van de scriptie en mijn werkpraktijk, namelijk het begeleiden van mensen met LVB+ in een woonzorgsetting van 24-uurszorg. In de tweede plaats door met mijn scriptie toe te werken naar het afronden van de master. Dit heeft mij een richting gegeven naar een eindpunt.

Ik heb met dankbaarheid, verwondering en met enkele strubbelingen aan het onderzoek gewerkt. Ik heb een gevoel van dankbaarheid ervaren omdat ik met de mensen uit mijn dagelijkse werkpraktijk in gesprek mocht en ze met mij hun ervaringen hebben willen delen. Met verwondering heb ik gezien hoe de data met daarin de geleefde ervaring van eenzaamheid van de participanten, gedurende het onderzoek ontvouwen tot diepere en bredere ervaringen van eenzaamheid die spelen bij mensen met LVB+. Dit proces heb ik als bijzonder ervaren. Mijn dank gaat uit naar mijn begeleider Femmianne Bredewold en de tweede lezer Arjan Braam die mij op bepaalde momenten het doel van de scriptie nieuw voor ogen hield, of die mij bevestiging gaven op momenten dat het voor mij nodig was. Dit heeft mij door de strubbelingen heen geholpen.

Verder ben ik Marilene, Nina, Wieteke en Sicco dankbaar voor de aanmoedigingen en het willen nalezen van delen van de scriptie. Mijn ouders voor het vertrouwen en de support, en op dit moment iets meer op de achtergrond, mijn beide zussen. Verder wil ik Laurine en Yke noemen voor hun nuchterheid en luchtigheid, wat ervoor zorgt dat ik me naast de diepzinnige reflecties ook altijd een ‘gewone’ burger in de samenleving voel.

Eenzaamheid is voor mij persoonlijk een belangrijk thema in het leven geweest. Waarbij mij met name de ongrijpbaarheid en de wijze waarop de ervaring kan inhaken op grote en kleine aspecten van het leven is bijgebleven. Dit onderzoek heeft mij een aantal antwoorden gegeven op de ongrijpbaarheid van het fenomeen eenzaamheid. Met dit onderzoek hoop ik meer inzicht te geven over hoe mensen met LVB+ eenzaamheid ervaren en bij te dragen door aan de ongrijpbaarheid van de ervaring meer woorden te geven. Met de inzichten kan in het overheidsbeleid of in de begeleiding ontwikkelingen worden aangebracht.

Mieke Wagenaar,
Amsterdam,
25 augustus 2023

Samenvatting

Dit onderzoek richt zich op een geleefde ervaring van eenzaamheid onder mensen met een licht verstandelijke beperking en bijkomende complexe problematiek die wonen in een intramurale setting van 24-uurs zorg. In dit onderzoek staat centraal hoe deze mensen zelf betekenis geven aan hun ervaring van eenzaamheid. De theorie over eenzaamheid van de fenomenoloog Motta is de lens waardoor naar ervaringen van eenzaamheid wordt gekeken. Uit de analyse van 10 diepte-interviews komt naar voren dat mensen met LVB+ eenzaamheid ervaren. De ervaringen zijn bang zijn om een potentiële ervaring van verbinding met een ander en een potentieel gemis van verbinding met zichzelf mis te lopen, een gevecht voeren om ertoe te doen, een alternatief autonoom leven vormgeven, het alternatief van de kleine gesprekken, door anderen gezien willen worden, afscheid nemen van vrienden, en een partner wensen. Achter de ervaringen van eenzaamheid die mensen met LVB+ delen, zitten verlangens naar erkenning van anderen en pogingen tot het vergroten van eigenwaarde. Een aanknopingspunt voor interventies om eenzaamheid in de zorgpraktijk tegen te gaan, is, in de eerste plaats, het oog hebben voor de achterliggende redenen van autonome invullingen van de dag door mensen met LVB+. In de tweede plaats is extra aandacht nodig voor het leggen van verbindingen met de wereld om iemand met LVB+ heen en, in de derde plaats, kunnen interventies gericht op het vergroten van de eigenwaarde een waardevolle bijdrage leveren.

Inhoudsopgave

1. Probleemstelling	p. 6
1.1 Aanleiding	p. 6
1.2 Eenzaamheid tot nu toe onderzocht	p. 6
1.3 Mensen met LVB en hun relaties	p. 7
1.4 Eenzaamheid als fenomenologisch concept	p. 8
1.5 Wetenschappelijke relevantie	p. 9
1.6 Maatschappelijke relevantie	p. 9
1.7 Humanistische relevantie	p. 9
1.8 Onderzoeksvraag	p. 9
2. Theoretisch kader	p. 10
2.1 Mensen met LVB+	p. 10
2.2 Alleen-zijn of eenzaamheid	p. 11
2.3 Eenzaamheid vanuit sociologisch- en psychologisch perspectief	p. 12
2.3.1 Eenzaamheid als gebrek aan sociaal welbevinden	p. 13
2.4 Eenzaamheid vanuit de fenomenologische theorie	p. 13
2.4.1 Motta's fenomenologische benadering van eenzaamheid	p. 13
2.4.2 Dimensies van eenzaamheid	p. 13
2.4.2.1 Dimensie van tijd	p. 14
2.4.3.2 Dimensie van aandacht	p. 14
3. Methode	p. 16
3.1 Onderzoeksbenadering	p. 16
3.2 Onderzoeksmethode Reflective Lifeworld Approach	p. 16
3.2.1 Essenties	p. 17
3.2.2 Bridling	p. 18
3.3 Lichamelijke dimensie	p. 18
3.4 Onderzoekspopulatie en participanten	p. 19
3.5 Interview-methoden	p. 21
3.5.1 Semi-gestructureerd interview	p. 21
3.5.2 Afbeeldingen	p. 21
3.5.3 Tijdsduur	p. 22
3.6 Data-verzameling	p. 23
3.7 Data-analyse	p. 23
3.8 Kwaliteitscriteria	p. 25

3.8.1 Validiteit	p. 25
3.8.2 Betrouwbaarheid	p. 25
4. Resultaten	p. 27
4.1 Resultaten dimensie van tijd	p. 27
4.1.1 Worstelen met de tijd	p. 27
4.1.1.1 Verbroken verbinding	p. 27
4.1.1.2 Nuttig besteden van de tijd	p. 29
4.1.2 Opgaan in het moment	p. 30
4.2 Resultaten dimensie van aandacht	p. 32
4.2.1 Alternatieve vormen van leven	p. 32
4.2.2 Gezien willen worden	p. 34
4.2.3 Kleine gesprekjes	p. 35
4.2.4 Afscheid van ‘vrienden’	p. 37
4.3.5 Een partner: troost en blijdschap	p. 39
5. Conclusie	p. 41
5.1 Interpretatie van deelvraag 1	p. 42
5.2 Interpretatie van deelvraag 2	p. 43
5.3 Conclusie	p. 46
6. Discussie	p. 48
6.1 Toegevoegde waarde onderzoek	p. 48
6.1.1 Wetenschappelijke verantwoording onderzoek	p. 48
6.1.2 Maatschappelijke verantwoording onderzoek	p. 48
6.1.3 Humanistische verantwoording onderzoek	p. 49
6.2 Methodische beperkingen onderzoek	p. 49
6.3 Aandachtspunten vervolgonderzoek	p. 50
7. Aanbevelingen	p. 52
Literatuur	p. 53
Bijlage 1 Informed consent formulier	p. 56
Bijlage 2 Interviewguide	p. 63
Bijlage 3 Afbeeldingen	p. 65

1. Probleemstelling

1.1 Aanleiding

Een systematisch review-onderzoek toont aan dat tussen de 40% en 50% van de mensen met een licht verstandelijke beperking (hierna: LVB) eenzaamheid ervaart en lijdt onder deze conditie (Petroutsou, Hassiotis & Afia, 2018). Voor het genoemde onderzoek zijn vijf databases doorzocht naar studies over eenzaamheid onder mensen met LVB. Verder is in juni 2022¹ voor het eerst een conferentie georganiseerd over eenzaamheid bij mensen met LVB. Dit werd georganiseerd vanuit Movisie, de Landelijke Federatie voor en door mensen met een licht verstandelijke Beperking (LFB), het Lectoraat Langdurige Zorg en de Hogeschool van Amsterdam. De conferentie had het doel onderzoek te doen naar welke acties kunnen worden ontwikkeld tegen eenzaamheid voor mensen met LVB. Op de conferentie werd vastgesteld dat tot zover dit onderwerp nog weinig aandacht kreeg. Ten slotte is het opvallend dat bij de Landelijke week van de eenzaamheid (28 september 2022 - 4 oktober 2022) het niet is gegaan over eenzaamheid in relatie tot mensen met LVB². Vanwege het feit dat veel mensen met LVB eenzaamheid ervaren, en dat er beperkt onderzoek is gedaan naar eenzaamheid onder mensen met LVB, wil ik voor mijn scriptie onderzoek doen naar dit onderwerp.

1.2 Eenzaamheid in onderzoek tot nu toe

Hoewel onderzoek naar eenzaamheid in de afgelopen 70 jaar niet heel veel aandacht heeft gehad, is sinds 1980 wel een kleine groei zichtbaar in onderzoek naar eenzaamheid in Nederland en in de internationale gemeenschap. Sinds 1980 zijn er meerdere methoden ontwikkeld om eenzaamheid te meten. De Jong-Gierveld (1987) heeft een eenzaamheidsschaal ontwikkeld waarmee ook binnen internationaal onderzoek veelvuldig is gewerkt. Haar benadering gaat uit van 'sociaal welbevinden'. Fokkema en Van Tilburg (2005) hebben onder andere in de periode 2001-2005 op basis van de bovengenoemde eenzaamheidsschaal interventies ontwikkeld die eenzaamheid moeten tegengaan bij ouderen.

In het verlengde hiervan heeft ook Machielse (2021) onderzoek gedaan naar eenzaamheid onder ouderen. Wanneer op oudere leeftijd het netwerk krimpt (sociale eenzaamheid) en belangrijke hechte personen wegvallen (emotionele eenzaamheid), zijn nieuwe diepgaande relaties niet snel opnieuw opgebouwd. Daarnaast vindt er ook een verschuiving plaats in de zingevingsbehoeften voor ouderen, er ontstaat een grotere sociale zingevingsbehoefte. Machielse brengt zodoende aan

¹ Geraadpleegd op 13 september 2022: <https://lfb.nu/conferentie-eezaamheid-en-mensen-met-ee-verstandelijke-beperking/>

² Geraadpleegd op 2 oktober 2022: <https://www.vzinfo.nl/eezaamheid>

het licht dat ouderen een gemis ervaren van ‘betekenisvolle relaties’ (Machielse, 2021, p. 3).

Hieronder verstaat zij het missen van diepgaande emotionele contacten.

Sinds de coronapandemie is er ook meer aandacht voor eenzaamheid onder andere groepen in de samenleving. Onderzoek van het CBS laat zien dat in 2021 jongeren tussen de 15-25 jaar zich het meest emotioneel eenzaam voelen van alle inwoners in Nederland³. Verder laten cijfers van het CBS inzake eenzaamheid zien dat alleenstaande ouders en hun thuiswonende kinderen tijdens de coronapandemie de grootste stijging ondervonden als het gaat om gevoelens van eenzaamheid.

Bij mensen met LVB woonachtig in een intramurale zorgsetting is onderzoek gedaan naar (emotionele) veerkracht en veranderingen in de factoren structuur en routine ten tijde van corona (Embregts et al., 2021). In dit onderzoek is breed gekeken naar wat ingrijpend is geweest voor hen. Het gemis van het ontmoeten van dierbaren is een van de thema’s die in het onderzoek terugkomen.

1.3 Mensen met LVB+ en hun relaties

Omdat in deze scriptie onderzoek wordt gedaan naar de ervaring van eenzaamheid bij mensen met LVB, is het belangrijk om te definiëren wie hieronder wordt verstaan. Vanuit medisch en psychologisch perspectief wordt een persoon bedoeld die in ieder geval de volgende twee kenmerken heeft: een intelligentieniveau (IQ-score) tussen de 50 en 70, alsmede een sociaal emotioneel ontwikkelingsniveau van maximaal 12 jaar (Dosen, 2005, p. 20). Daarnaast onderscheiden Van Diggelen en Van der Hout (2015) een derde kenmerk, namelijk: beperkte sociale redzaamheidsvaardigheden.

Aanvullend introduceren Embregts en collega’s (2020) de term ‘LVB+’. De ‘+’ achter de afkorting LVB is een symbool voor het aangeven van de complexiteit en heterogeniteit van mensen met LVB. Zij lichten het gebruik van de ‘+’ als volgt toe: *‘Daarnaast is altijd sprake van een of meerdere vormen van ernstig probleemgedrag en psychische problematiek zoals agressie, gedrag met een hoog risico op delicten, verslaving, persoonlijkheidsproblematiek, en gevoeligheid voor psychose’* (p. 3).

De belangrijkste relaties die mensen met LVB+ hebben, betreffen doorgaans de volgende personen en contexten: familieleden, begeleiders van de zorginstelling, medebewoners op de woonlocatie en collega’s van het werk of de dagbesteding. Mensen met LVB+ doen binnen deze contexten weinig tot geen nieuwe vriendschappelijke contacten op, terwijl ze dat wel graag zouden willen (Tromp, 2023). Het ontbreken of niet (kunnen) aangaan van vriendschappelijke relaties zorgt ervoor dat mensen met LVB+ zich eenzaam kunnen voelen.

³ Geraadpleegd op 29 september 2022: <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2022/39/vooral-jongeren-emotioneel-eenzaam-in-2021>

1.4. Eenzaamheid als fenomenologisch concept

Valeria Motta (2021), hoogleraar filosofie aan de Universiteit te Birmingham, vat eenzaamheid op als een ervaringsgericht fenomeen met een sociale dimensie. Dit is volgens haar een ‘subjectieve ervaring’ die vele aspecten kent. Motta stelt de ‘geleefde ervaring’ centraal in haar opvatting van wat eenzaamheid is (Motta, 2021, p. 77). Dit is: de wijze waarop iemand zijn of haar ervaring van eenzaamheid beleeft, en hoe zij er zelf betekenis aan geeft.

Motta onderscheidt twee dimensies die een belangrijke rol spelen bij ervaringen van eenzaamheid: ‘chronicity’ oftewel een dimensie van tijd, en ‘attention’ oftewel een dimensie van aandacht (Motta, 2021, p. 75). Met de dimensie van tijd bedoeld Motta de ervaring van eenzaamheid die ontstaat door fluctuaties in intensiteit, kwaliteit en betekenis van alleen-zijn binnen dezelfde tijd. Een manier om volgens Motta de relatie tussen eenzaamheid en tijd te verkennen is door te kijken naar wanneer de eigen tijd van iemand niet meer synchroon loopt met de wereldse tijd. Vervolgens kan worden gekeken naar in hoeverre deze ervaring van desynchronisatie bij mensen die zich eenzaam voelen ervoor zorgt dat zij een versnelling of juist vertraging van de tijd ervaren en wat dat voor hen betekent (Motta, 2021, p. 76).

Onder de dimensie van aandacht verstaat Motta een ervaring van eenzaamheid die, in de eerste plaats, kan ontstaan doordat een persoon afwezigheid in relatie tot de omgeving ervaart die wordt veroorzaakt door een gebeurtenis of situatie die verandert. Hierbij vat Motta het concept ‘omgeving’ ruim op. *‘...we looked at how attunement to a range of elements in the environment, rather than only feeling connected to people, influences people’s experiences of loneliness’* (Motta, 2022, p. 7). In de tweede plaats kan een ervaring van eenzaamheid ontstaan doordat iemand, als gevolg van het ervaren van afwezigheid, ook een verstoorde relatie ervaart met zichzelf. Uit onderzoek van Motta en Larkin (2022) komt naar voren dat het ervaren van afwezigheid in relatie met de omgeving en het hebben van een verstoorde ervaring met zichzelf nauw samenhangt. Een voorbeeld van eenzaamheid, begrepen vanuit de dimensie van aandacht, is dat iemand eenzaamheid ervaart wanneer zij in het land waar zij naartoe is geëmigreerd rouwt om iemand die in haar land van oorsprong is overleden. Niet alleen het verlies en daarmee de afwezigheid van de overleden persoon, bezorgt haar een gevoel van eenzaamheid. Ook het niet kunnen delen van de ingrijpende ervaring met mensen waarmee zij in het nieuwe land woont geeft haar het gevoel eenzaamheid (Motta & Larkin, 2022, p. 13). De ervaring van het zich niet begrepen voelen in haar rouw is de ervaring van eenzaamheid die hier speelt. Deze ervaring is een ervaring van eenzaamheid die kan worden begrepen vanuit de dimensie van aandacht.

1.5 Wetenschappelijke relevantie

Wetenschappelijk onderzoek naar eenzaamheid onder mensen met LVB+ is nodig om genoemde kennislacune te vullen. Het wetenschappelijk doel van dit onderzoek is het vergroten van kennis over de geleefde ervaring van eenzaamheid onder mensen met LVB+ in intramurale setting van begeleid wonen met 24-uurszorg.

1.6 Maatschappelijke relevantie

Inzicht in hoe mensen met LVB+ eenzaamheid ervaren, kan leiden tot een breder maatschappelijk begrip voor mensen met LVB+ in het algemeen. De resultaten van het onderzoek kunnen een bijdrage leveren voor beleidsmakers en begeleiders binnen de langdurige zorg. Ze kunnen de bevindingen gebruiken bij het ontwikkelen van een benadering voor hoe mensen met LVB+ met eenzaamheid om kunnen gaan.

1.7 Humanistische relevantie

Dit onderzoek is relevant voor humanistisch omdat er meer aandacht komt voor de ervaring van eenzaamheid in de eigen geleefde situatie van mensen met LVB+. Dit kan eraan bijdragen dat zij meer verbinding met anderen en de wereld om hen heen ervaren. Verder kan meer aandacht voor eenzaamheid onder mensen met LVB+ hen helpen de wereld om hen heen beter begrijpen.

‘Verbinding’ en ‘begrijpelijkheid’ zijn immers twee bronnen waardoor iemand zijn leven als zinvol kan ervaren (Derkx, 2011).

1.8 Onderzoeksvraag

De volgende hoofdvraag staat centraal in het huidige onderzoek:

‘Wat is de geleefde ervaring van eenzaamheid van mensen met LVB+?’

Deelvraag 1: Hoe ervaren mensen met LVB+ eenzaamheid in relatie tot de dimensie van tijd?

Deelvraag 2: Hoe ervaren mensen met LVB+ eenzaamheid in relatie tot de dimensie van aandacht?

2. Theoretisch kader

“Alleen mensen die niet eenzaam zijn, denken dat je eenzaamheid kan genezen door een einde te maken aan alleen-zijn” - Robert Weiss

2.1 Mensen met LVB+

Om de vraag naar ervaringen van eenzaamheid onder mensen met LVB+ te kunnen beantwoorden, is het belangrijk om te laten zien over wie het gaat als er wordt gesproken over ‘mensen met LVB+’, en waarom het voor hen nodig is om onderzoek te doen naar eenzaamheid.

Zoals in de inleiding is beschreven, wordt vanuit psychologisch- en sociologisch perspectief met een persoon met LVB+ iemand bedoeld die in de eerste plaats een intelligentieniveau (IQ-score) heeft tussen de 50 en 70, evenals een sociaal-emotioneel ontwikkelingsniveau van maximaal 12 jaar (Dosen, 2005, p. 20). Ten tweede wordt een persoon bedoeld die beschikt over beperkte sociale redzaamheidsvaardigheden (Van Diggelen, 2015). Ten derde heeft een persoon met LVB+ bijkomende complexe problematiek zoals persoonlijkheidsproblematiek, gevoeligheid voor psychose, ernstig probleemgedrag en gedrag met een hoog risico op delicten (Embregts et al., 2020, p. 3).

Dat ouderen in zeer grote mate last kunnen hebben van pijnlijke gevoelens die voortkomen uit eenzaamheid, is in de samenleving inmiddels bekend⁴. Het verhoogde risico op eenzaamheid voor ouderen vloeit voort uit een opeenstapeling van verschillende aspecten, zoals het fysiek en cognitief minder goed kunnen functioneren en het overlijden van een partner of andere dierbaren. Inmiddels laat onderzoek onder mensen met LVB+ ook zien dat zij in grote mate last hebben van eenzaamheid (Kooij, 2023) (Lootens, 2016, p. 49). Onderzoek laat zien dat het aantal mensen met LVB+ dat eenzaamheid ervaart, zelfs hoger ligt dan bij ouderen. Evenals bij ouderen ligt de oorzaak in een opeenstapeling van verschillende redenen. Eenzaamheid begint vaak vroeg en houdt het hele leven aan (Kooij, 2023, p. 17-18).

In de eerste plaats kunnen mensen met LVB+ vanwege hun beperkte sociale redzaamheidsvaardigheden sociale situaties minder goed inschatten. Zij hebben bijvoorbeeld weinig inzicht in hoe ze een gesprek voeren met een werkgever, of kunnen bijvoorbeeld niet goed inschatten welk gedrag er wordt verwacht op het werk (Tromp, 2022, p. 17). Dit zorgt ervoor dat er tijd overheen kan gaan voordat iemand met LVB+ zelfstandig een goede werkplek vindt en daar werkzaam is en blijft. Hetzelfde kan zich voordoen in relatie tot iemand waarmee ze een

⁴ Geraadpleegd op 2 mei 2023, via: <https://www.eenzaamheid.nl/over-eeenzaamheid/feiten-en-cijfers-eeenzaamheid>

vriendschappelijke relatie willen opbouwen.

In de tweede plaats wordt participatie in de samenleving vaak belemmerd door het ontbreken van een afgeronde opleiding, een gebrek aan een fijne dagbestedingsplek, of - zoals in het voorafgaande beschreven - een gebrek aan werk waar ze graag heen gaan. Daarbij komt het beschikken over beperkte financiële middelen of het ondervinden van financiële problemen, waardoor iemand met LVB+ belemmerd kan worden om aan sociale gelegenheden deel te nemen (Embregts et al., 2020).

In de derde plaats lopen mensen met LVB+ risico om te maken te krijgen met stigmatisering: veroordeling en uitsluiting op basis van de eigenschap 'verstandelijke beperking' (Pelleboer- Gunnink, 2020). Dit proces houdt in dat mensen met LVB+ genegeerd kunnen worden, geweerd kunnen worden of kunnen worden afgewezen door andere burgers in de samenleving, omdat ze worden gezien als afhankelijk en incompetent. Stigmatisering kan ervoor zorgen dat hun participatie aan activiteiten in de samenleving kan worden ontzegd, zoals bijvoorbeeld toegang tot zinvol werk en toegang tot reguliere gezondheidszorg. Het gevolg hiervan is dat zij weinig tot geen mogelijkheden hebben om sociale en vriendschappelijke contacten aan te gaan met mensen zonder een beperking (Tromp, 2022).

Aangezien mensen met een LVB+ vaak opgroeien in zeer onveilige gezinssituaties, ondervinden zij moeite bij het aangaan van vriendschappen en relaties omdat zij niet goed kunnen inschatten hoe de ander een sociaal gebaar bedoeld. Het opgroeien in deze onveilige gezinssituaties zorgt ervoor dat de hechting met anderen is verstoord waardoor zij andere mensen niet dichtbij laten komen, dat zij andere mensen juist te dichtbij te laten komen of dat zij op andere mensen ambivalent kunnen reageren (Dosen, 2005). Dit heeft invloed op het aangaan en onderhouden van vriendschappen. Hiernaast hebben zij slechts een beperkte kring van mensen, zoals familie of vrienden, die hen opvangen en hun wijzen op de gevaren. Zij lopen hierdoor makkelijk het risico te worden blootgesteld aan personen met criminele intenties (Embregts et al., 2020). Bovenstaande aspecten komen opgestapeld terug bij mensen met LVB+, waardoor zij van jongs af aan eenzaamheid kunnen ervaren wat gedurende het hele leven aanhoudt.

2.2 Alleen-zijn of eenzaamheid

Wanneer onderzoek wordt gedaan naar eenzaamheid, is het in de eerste plaats van belang om te kijken wanneer sprake is van alleen-zijn dan wel van eenzaamheid. Dit is belangrijk, omdat beide begrippen in de wetenschappelijke literatuur worden gebruikt met afwisselende positieve en negatieve betekenissen. De Zwitserse filosoof Zimmerman (1784/1785) spreekt niet over een

begrip van ‘alleen-zijn’, hij onderscheidt een positieve en negatieve vorm van eenzaamheid. De positieve vorm van eenzaamheid is volgens hem: een vrijwillig terugtrekken van de dagelijkse dingen, gericht op een hoger doel zoals: reflectie, meditatie en communiceren met God. In deze betekenis is alleen-zijn te herkennen als een keuze om op zichzelf te zijn. De negatieve vorm van eenzaamheid binnen zijn opvatting is: een onplezierig en niet te omzeilen verlatenheid als gevolg van het ontbreken van sociale relaties en contacten.

Verder duidt McGraw (1995) het verschil tussen eenzaamheid en alleen-zijn als volgt: *‘If being with others is the primary mode of being, then being alone is a secondary and derived mode. Being alone in a positive manner can take the form of solitude, which is -in se- a constructive way of being separate from others in order to be by and with oneself...’* (p. 45). Uitgaand van het citaat van McGraw is alleen-zijn, evenals bij Zimmerman, een staat waarbij het afscheiden van andere personen iemand dichterbij zichzelf brengt en dat deze persoon daar kracht uithaalt. Dit laat zien dat niet iedereen die zich afscheidt van anderen, zich ook eenzaam voelt. Volgens bovengenoemde auteurs is alleen-zijn een zelfgekozen beweging om zich vrijwillig terug te trekken, wat iemand dichterbij zichzelf brengt.

2.3 Eenzaamheid vanuit sociologisch- en psychologisch perspectief

Nu is verhelderd wat onder alleen-zijn en eenzaamheid wordt verstaan, kan het begrip ‘eenzaamheid’ nader worden bekeken. Dit wordt gedaan aan de hand van perspectieven van eenzaamheid als sociaal welbevinden, omschreven door Robert Weiss (1973) en De Jong-Gierveld en Van Tilburg (1987).

Sociale eenzaamheid en emotionele eenzaamheid zijn twee belangrijke concepten waar veel mee is gewerkt in internationaal en nationaal onderzoek tot nu toe. Door op deze wijze te kijken naar eenzaamheid, hanteren wij een perspectief van ‘sociaal welbevinden’. De eerste auteur die emotionele en sociale eenzaamheid introduceert, is de socioloog Robert Weiss (1973). Onder ‘emotionele eenzaamheid’ verstaat hij: dat het iemand ontbreekt aan een persoon waar hij of zij een affectieve band mee heeft, iemand waar hij of zij zich aan hecht, en, waar hij of zij voor zijn gevoel bij terecht kan. Onder ‘sociale eenzaamheid’ verstaat hij: het gebrek aan een sociaal netwerk van kennissen en vrienden waar iemand het gevoel heeft deel van uit te maken, hij noemt dit ook wel: ‘a sense of integrated involvement’ (p. 34).

Aan de hand van deze twee concepten van eenzaamheid ontwikkelen De Jong-Gierveld en Van Tilburg (1987) een vragenlijst om binnen wetenschappelijk onderzoek eenzaamheid te meten. Zij duiden eenzaamheid op de volgende wijze: ‘Het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde sociale relaties’ (De Jong-

Gierveld en Van Tilburg, 2006, p. 14). Volgens hen kan het dus enerzijds zijn dat het aantal contacten minder is dan iemand zou willen, en anderzijds dat er een behoefte is aan meer kwaliteit in contact. Verder stellen De Jong-Gierveld en Van Tilburg dat eenzaamheid een onvrijwillig gekozen situatie is en dat eenzaamheid een ervaring van een persoon is die van buitenaf niet gemakkelijk is waar te nemen.

2.4 Eenzaamheid vanuit de fenomenologische theorie

2.4.1 Eenzaamheid volgens Valeria Motta

Valeria Motta ontwikkelt een perspectief op eenzaamheid vanuit de fenomenologische theorie. In de fenomenologische benadering ligt de aandacht op structurele aspecten van een ‘geleefde ervaring’ (2021, p. 87). Deze structurele aspecten zijn aspecten die onder alle manifestaties van gedachten en of gevoelens van een bepaald fenomeen liggen.

In deze scriptie is het overkoepelende fenomeen waarnaar gekeken wordt: eenzaamheid. Motta vat eenzaamheid op als een ervaringsgericht fenomeen met een sociale dimensie. Dit is volgens haar een ‘subjectieve ervaring die vele aspecten kent’ (Motta en Larkin, 2022, p. 60). Motta ontwikkelt deze benadering vanuit de idee dat wanneer eenzaamheid benaderd wordt als een subjectieve ervaring zoals die binnen het psychologisch- en sociologisch discours wordt opgevat, het gevolg is dat eenzaamheid in de sfeer van een ‘privé’ aangelegenheid wordt geplaatst (Motta, 2021, p. 74). Door eenzaamheid in de privésfeer te plaatsen ontbreekt de ervaring die iemand heeft met de buitenwereld, de wereld om de mensen heen. Dit deel van de ervaring schrijft Motta ook een belangrijke plek toe: *‘Phenomenology is interested in consciously lived experiences and the objects of these experiences’* (Motta, 2021, p. 75). Motta stelt zodoende dat de ‘geleefde ervaring’ centraal staat in haar opvatting van wat eenzaamheid is (Motta, 2021, p. 77).

De geleefde ervaring is: de wijze waarop iemand zijn of haar ervaring van eenzaamheid beleeft, en hoe hij of zij er zelf betekenis aan geeft. Hierbij wordt het begrip ‘ervaring’ anders, omvangrijker en dieper opgevat dan in het psychologische discours. ‘Ervaring’ heeft meer een relationele dan een intrapsychische betekenis. Binnen een fenomenologische duiding van eenzaamheid ligt de nadruk op de relatie tussen de persoon en de aspecten in de wereld om de persoon heen die voor hem of haar van betekenis zijn. Tussen de persoon en de wereld is waar de betekenis ontstaat (Motta & Arkin, 2022). Deze benadering wordt gebruikt voor dit onderzoek.

2.4.2 Dimensies van eenzaamheid

Twee dimensies spelen volgens Motta een belangrijke rol wanneer mensen eenzaamheid ervaren: ‘chronicity’ oftewel een dimensie van tijd, en ‘attention’ oftewel een dimensie van aandacht (Motta, 2021, pp. 75-78).

2.4.2.1 Dimensie van tijd

Het volgende citaat van Motta (2021) geeft weer wat zij onder de dimensie van tijd verstaat: *‘Temporality is particularly important because consciousness is understood as manifesting itself as a becoming, temporal ‘streaming’ of a unity of intertwined experiences.’* (p. 75). Volgens Motta ligt de betekenis van tijd voor iemand in de ervaringen die iemand heeft met haar (sociale) omgeving. Deze ervaringen zijn verweven met de omgeving, de ervaringen zijn niet los van de omgeving te zien. Ook zit er volgens Motta aan tijd een intentioneel aspect. Dit betekent dat de ervaringen die iemand beleeft, gericht zijn op ervaringen die komen gaan. Ervaringen die iemand in het nu beleeft en die iemand in de toekomst gaat ervaren, hangen met elkaar samen.

De Franse fenomenoloog, Merleau-Ponty (2023), gaat dieper in op de duiding van tijd. *‘The body’s relationship with space is therefore intentional, although as an “I can” rather than an “I think”; bodily space is a multi-layered manner of relating to things, so that the body is not “in” space but lives or inhabits it’* (pp. 483/444). In dit citaat brengt Merleau-Ponty naar voren dat tijd een gelaagd aspect in zich heeft, omdat het waarneemt met het lichaam en niet enkel met het hoofd. Tijd is zodoende volgens hem een georganiseerd veld van bewustzijn dat bestaat uit structuren van intentie, tijd, lichaam, zelfbewustzijn en intersubjectiviteit. Motta (2021) verwijst naar een georganiseerd veld van bewustzijn gesteld door Merleau-Ponty, wanneer zij haar duiding geeft van een ervaring van eenzaamheid. Een ervaring van eenzaamheid ontstaat door fluctuaties in de intensiteit, kwaliteit van, en betekenis met, de omgeving. Deze fluctuaties zorgen ervoor dat het alleen-zijn binnen dezelfde tijd anders wordt ervaren dan voorheen: *‘A given space of time can feel much longer to us...’* (Motta, 2021, p. 76).

Ondanks dat dit onderzoek niet specifiek gericht is op de coronaperiode, toont de coronaperiode wel een goede voorbeelden als het gaat om een ervaring van eenzaamheid in relatie tot tijd. Een voorbeeld van eenzaamheid als gevolg van fluctuaties in intensiteit, is dat mensen in de coronapandemie werd geadviseerd het aantal ontmoetingen met familie en vrienden te beperken. Door deze wijziging aan te brengen in ontmoetingen tussen mensen, hebben zij kunnen ervaren dat de tijd langer duurde. Meerdere mensen hebben hierdoor een gevoel van eenzaamheid kunnen ervaren ten tijde van de coronapandemie.

2.4.2.2 Dimensie van aandacht

Als het gaat over eenzaamheid binnen de dimensie van aandacht is een belangrijk aspect dat de ervaring niet alleen een ‘ernstig verstorende ervaring’ (Motta en Larkin, 2022, p. 60) is in relatie tot andere personen, maar ook een verstorende ervaring betekent in de relatie die iemand ervaart met zichzelf: *‘How do we remain in dialogue with ourselves while being with others’* (Costache, 2013, p.138, in: Motta en Larkin, 2022, p. 60). Omdat we aspecten kunnen ervaren van onszelf via de interacties die we hebben met anderen en de situaties waar we ons in bevinden met de wereld om ons heen, kan dit ervoor zorgen dat eenzaamheid een ervaring is van afwezigheid gerelateerd aan een verstoorde ervaring met zichzelf. *‘When our perception of this situation is affected by different changes in the environment, this has a direct impact on our own possibilities of being. The absence experienced in loneliness and the consequential disruption of self is directly connected to instances in which specific aspects of the self cannot be displayed in the world or communicated to others’* (p. 77).

Omdat, stellen Motta en Larkin (2022), het inherent is aan relaties dat communicatie en taal tussen twee mensen niet hoeft aan te sluiten, kan iemand in de relatie met een andere persoon afwezigheid ervaren in het contact. Dit kan ook ervaren worden als er wel sprake is van een verbinding in de vorm van vriendschap of een ander type relatie. Het gevolg is, dat een persoon zich onbegrepen en niet erkend kan voelen. *‘Thus becoming a self in conversation with others is an infinite task. And loneliness is painful because we need others in order to become ourselves, and it may be the case that the others may be absent’* (p. 61).

Tegelijkertijd kunnen sociale relaties en de aanwezigheid van anderen, maar ook andere kenmerken in de sociale omgeving, juist belangrijke bronnen aanreiken die de ervaring die iemand met zichzelf heeft kan bevorderen. Het kunnen ervaren van zichzelf is de sleutel tot het ervaren van verandering naar gevoelens die ervoor zorgen dat iemand uit een ervaring van eenzaamheid kan groeien. Voorbeelden van goede ervaringen met zichzelf zijn het ervaren van erkenning, eigenwaarde en zelfkennis. Deze ervaringen kunnen worden bevorderd door eigenschappen zoals compassie en vormen van emotionele zelfexpressie (Motta en Larkin, 2022, p. 77).

3. Methode

Dit hoofdstuk behandelt de methode van het onderzoek. De onderzoeksbenadering wordt toegelicht, en de onderzoeksmethode RLA van Dahlberg (2006) wordt uiteengezet. Daarna zal de onderzoekspopulatie aan bod komen en wordt nader ingegaan op de gebruikte interviewmethoden. Vervolgens wordt het proces van data-verzameling besproken en zal de data-analyse worden behandeld. Als laatste wordt ingegaan op de kwaliteitscriteria van het onderzoek, zoals validiteit en betrouwbaarheid.

3.1 Onderzoeksbenadering

Dit onderzoek is een sociaal-wetenschappelijk kwalitatief empirisch onderzoek. Als onderzoeksbenadering is gekozen voor een fenomenologische benadering. Binnen deze benadering ligt de aandacht van het onderzoek op hoe een persoon zelf betekenis geeft aan zijn of haar ervaring (Eatough & Smith, 2017, p. 3). Zoals eerder genoemd, heet dit ook wel de ‘geleefde ervaring’.

Dit onderzoek vertrekt niet eerst vanuit een wetenschappelijke theorie over eenzaamheid om vervolgens dit onderwerp bij mensen met LVB+ te onderzoeken. Eenzaamheid zal vanaf het begin van de analyse een open en richtinggevend begrip zijn. Boeije (2012, p. 80) noemt dit ook wel een ‘sensitizing concept’. Dit betekent dat de data worden gecodeerd aan de hand van de specifieke taal en ervaring van de deelnemende personen. Een open begrip van ‘eenzaamheid’ dient dus als richtlijn voor dit onderzoek en zal gedurende de studie nader worden ingevuld door de betekenis die een persoon met LVB+ eraan geeft. Omdat ik geïnteresseerd ben in de ‘geleefde ervaring’ van eenzaamheid onder mensen met LVB+, kies ik ervoor om een fenomenologische definitie van eenzaamheid te gebruiken voor dit onderzoek.

3.2 Reflective Lifeworld Approach

Om de geleefde ervaring van de participanten naar boven te halen, is gekozen voor de Reflective Lifeworld Approach (hierna: RLA) van Dahlberg (2006). Deze onderzoeksbenadering richt zich op het ontdekken van fenomenen van ervaringen die participanten met de onderzoeker delen. Dahlberg maakt in haar theorie de keuze om niet specifiek op begrippen als tijd, ruimte en intersubjectiviteit in te gaan. Zij richt zich op twee andere begrippen die binnen de fenomenologie terugkomen, namelijk: ‘essenties’ en ‘bridling’. Voor het onderzoek is dit niet problematisch omdat bij het op het spoor komen van structuren van betekenis, de dimensie van tijd en de dimensie van aandacht van Motta (2021) zoals dat in het theoretisch kader is opgenomen, bij het zoeken naar de betekenis van eenzaamheid kunnen

worden meegenomen. Beide dimensies vormen in zichzelf onderliggende structuren van de menselijke ervaring.

3.2.1 Essenties

Het begrip 'essentie' komt van Husserl, die in de eerste plaats stelt dat essenties behoren tot alledaagse ervaringen van waaruit iemand naar de dingen om zich heen kijkt. Essenties zijn niet iets mystieks, ze vertrekken vanuit een 'theoretisch' standpunt vanuit een bepaald persoon. In de tweede plaats zijn essenties open fenomenen die door de veranderende leefwereld van een persoon een andere vorm kunnen krijgen. Dit wil zeggen dat essenties niet universeel zijn maar dat de persoon invulling geeft aan het theoretisch standpunt door haar kijk op de wereld, die aan verandering onderhevig is. In de derde plaats stelt Husserl ook dat een persoon betrokken is bij de essentie die wordt waargenomen. Dit betekent dat het waarnemen - en binnen de context van onderzoek 'het handelen' van een onderzoeker - van een fenomeen intentioneel is: *'Being intentional means seeing phenomena, their meanings, and their essences, in one way, or another'* (Dahlberg, 2006, p. 11).

Dahlberg (2006) legt de essentie als volgt uit: *'An essence could be understood as a structure of essential meanings that explicates a phenomenon of interest. The essence or structure is what makes the phenomenon to be that very phenomenon. That is, the essence or structure illuminates these essential characteristics of the phenomenon without which it would not be that phenomenon'* (Dahlberg, 2006, p. 11). Hiermee veronderstelt Dahlberg dat de essentie van een fenomeen een structuur van betekenissen is. Deze specifieke structuur van betekenissen vormt tezamen een bepaald fenomeen. De specifieke structuur wordt vormgegeven door 'constitutions', dit zijn individuele fenomenen die tezamen één essentie vormen. Wanneer een essentie uit een breed pallet aan constitutions bestaat wordt gesproken van een rijke ervaring.

De meerwaarde van de RLA van Dahlberg (2006) voor dit onderzoek is de gerichtheid op de basis (de essentie) van de betekenissen structuur van een fenomeen. Deze gerichtheid schept een heldere focus voor het ontdekken van structuren van tijd en aandacht binnen een geleefde ervaring van eenzaamheid, zoals vormgegeven in de fenomenologie van eenzaamheid door Motta (2021).

In de geleefde ervaring van eenzaamheid die participanten in dit onderzoek delen, zal naar individuele en overlappende essenties worden gekeken. Overlappende essenties brengen de gemeenschappelijke ervaringen (en daarmee fenomenen) van eenzaamheid tussen participanten aan het licht. Individuele essenties laten de verscheidenheid van ervaringen van eenzaamheid van participanten zien.

3.2.2 Bridling

Het tweede begrip 'bridling' veronderstelt een open houding van de onderzoeker bij het verzamelen en analyseren van de data. Met een open houding wordt bedoeld dat een onderzoeker naar een fenomeen kijkt en zich bewust is van zijn of haar persoonlijke overtuigingen, het wetenschappelijk kader van waaruit hij of zij kijkt naar het fenomeen en bijbehorende aannames, vooronderstellingen en andere opvattingen die de open houding in de weg staan (Dahlberg, 2006, p. 16). Bridling betekent dat de onderzoeker haar eigen opvattingen en aannames opschort.

Om dit te doen zal de onderzoeker een logboek bijhouden waarin zij reflecteert op de eigen opvattingen en aannames van eenzaamheid die bij haarzelf tijdens het interview naar boven komen. Hiermee neemt de onderzoeker een houding van 'betrokken distantie' in, wat een complexe balans veronderstelt tussen een 'wetenschappelijk afstand', een 'open zijn naar' en 'een bewustzijn van' (Finlay, 2008). Op deze wijze wordt recht gedaan aan de geleefde ervaring van eenzaamheid van de participant en de fenomenen die zich ontfouwen.

3.3 Lichamelijke dimensie

Fenomenoloog Finlay (2008) benadrukt binnen fenomenologisch onderzoek de betekenis van de lichamelijke dimensie. Aan de hand van Merleau-Ponty's 'intertwining of body and world' laat ze zien hoe nauw verbonden met elkaar de 'objectieve' wereld en het lichaam zijn: *'In pursuit of an ontological rehabilitation of the body, he [Merleau-Ponty] argues for the notion of an entirely reversible interpenetrating relationship – a 'double belongingness' - between the body as sensible and as sentient'* (Finlay, 2008, p. 22).

In dit onderzoek zal de lichamelijke dimensie naar voren komen doordat de onderzoeker, naast dat zij let op wat een participant vertelt, ook let op non-verbale boodschappen die de participant laat zien. Om dit te doen zal de onderzoeker in de eerste plaats werken met een logboek waarin zij noteert wat de participant non-verbaal uitdrukt (Finlay, 2008, pp. 22-29). Ook gebruikt de onderzoeker het logboek om te reflecteren op haar rol bij hetgeen een participant in het interview deelt, en op de relatie die zij met de participant heeft. Bijvoorbeeld wanneer de onderzoeker opmerkt dat zij invloed uitoefent op wat een participant vertelt.

In de tweede plaats zal de onderzoeker aan de participant vragen in hoeverre lichamelijke dimensie een rol speelde bij haar geleefde ervaringen van eenzaamheid. Dit zal zij doen door middel van het doorvragen naar de zintuiglijke ervaringen van een situatie waarover de participant vertelt. De onderzoeker zal bijvoorbeeld vragen naar geluiden, naar hoe iets proefde, of naar wat hij of zij op dat specifieke moment rook.

3.4 Onderzoekspopulatie en participanten

De onderzoekspopulatie voor het onderzoek betreft mensen met LVB+ die intramuraal wonen in 24-uurszorg met begeleiding. Omdat ik zelf werkzaam ben in een zorginstelling voor gehandicapten in Amsterdam, namelijk Amsta Karaad, kies ik ervoor om het onderzoek in deze zorginstelling te doen. Omdat ik met een groot deel van de mensen een band heb opgebouwd, hoeft er weinig tijd te worden besteed aan de kennismaking. De tijd van het interview kan hierdoor volledig worden benut, en dit is voor de korte spanningsboog die mensen met LVB+ hebben een belangrijk voordeel.

Amsta Karaad is gevestigd in Amsterdam en heeft elf locaties waar de instelling ondersteuning biedt aan deze doelgroep. Het onderzoek vindt plaats op drie locaties van Amsta Karaad, te weten: Anton de Komplein, Haag en Veld, en Geldershoofd en Gravestein. Mensen met LVB+ zijn op deze drie locaties benaderd voor deelname aan het onderzoek

Aan het onderzoek hebben tien participanten tussen de 28 en 59 jaar deelgenomen. Van de participanten die de onderzoeker heeft gesproken zijn zeven participanten man en drie participanten vrouw. Deze verdeling is een afspiegeling van de man-vrouw verhouding op de locaties. Verder hebben zeven participanten een migratieachtergrond. Dit maakt een grote verscheidenheid van achtergronden binnen de doelgroep zichtbaar. Dit past in de verscheidenheid die is terug te zien in de leefomgeving van Amsterdam Zuid-Oost. Het grootste aantal deelnemers van dit onderzoek is van Surinaamse afkomst, daarna is het aantal deelnemers van Nederlandse afkomst het grootst. Vervolgens zijn er twee participanten van Antilliaanse afkomst (Curaçao en Aruba) en er is een participant van Marokkaanse afkomst. Zie tabel 1 voor een overzicht van de participanten.

Tabel 1 Participanten van het onderzoek

Respondent	Leeftijd	Man/vrouw	Land van herkomst	Psychische situatie	Daginvulling
Participant 1	59 jaar	Man	Geboren en opgegroeid in Suriname	LVB Schizofrenie	Geen
Participant 2	28 jaar	Man	Geboren en opgegroeid in Suriname	LVB	Werkt op oproepbasis en volgt een MBO-opleiding.
Participant 3	48 jaar	Vrouw	Nederland	MVB	Gaat drie dagen in de week naar dagbesteding.
Participant 4	57 jaar	Man	Nederland	LVB Bijkomende problematiek die hij graag voor zichzelf houdt.	Geen. Bezoekt wel regelmatig twee inloophuizen.
Participant 5	42 jaar	Man	Geboren en opgegroeid in Aruba	LVB	Werkt vijf dagen in de week.
Participant 6	50 jaar	Vrouw	Geboren in Suriname, opgegroeid in Nederland	LVB Schizofrenie Obsessieve compulsieve stoornis.	Geen
Participant 7	50 jaar	Man	Nederland	MVB tot LVB Borderline/ hechtingsproblematiek	Gaat vier dagen in de week naar dagbesteding.
Participant 8	55 jaar	Man	Afkomstig uit Marokko. Niet bekend wanneer P8 naar Nederland is gekomen.	LVB Verslavingsproblematiek	In het verleden meerdere dagen in de week gewerkt. Op het moment werkt P8 niet.
Participant 9	39 jaar	Vrouw	Geboren in Curaçao en opgegroeid in Nederland. Niet bekend wanneer P9 naar Nederland is gekomen.	LVB Stemmingsproblematiek	Werkt vier dagen in de week.
Participant 10	34 jaar	Man	Geboren en getogen in Suriname	LVB Deels doof, soms moeilijk te verstaan	Werkt vier dagen in de week.

3.5 Interview-methoden

3.5.1 Het semi-gestructureerd interview

In het onderzoek wordt gebruik gemaakt van het ‘semi-gestructureerd interview’ (Maso & Smaling, 1998). Dit houdt in dat er een algemeen interviewschema wordt opgesteld en dat er een aantal vooraf opgestelde vragen wordt geformuleerd (bijlage 2, p. 63). Het semi-gestructureerd interview geeft aan participanten de ruimte om hun eigen ‘geleefde ervaringen’ van eenzaamheid te vertellen. Tegelijkertijd biedt deze methode ruimte om structuur aan te brengen in het interview. Het aanreiken van een bepaalde structuur in het interview is voor mensen met LVB+ van belang omdat zij een korte spanningsboog hebben en in mindere mate beschikken over vaardigheden om te abstraheren (Embregts et al., 2020, p. 9).

3.5.2 Afbeeldingen

Om de cognitieve druk op de participanten laag te houden, wordt verder gebruikgemaakt van een visuele onderzoeksmethode met behulp van afbeeldingen (Vanderveen, 2016). Voor mensen met LVB+ hebben visuele hulpmiddelen ten opzichte van geschreven of verbale communicatie het voordeel dat ze beter aansluiten bij de wijze waarop zij zich uitdrukken (Embregts et al., 2020, p. 9). Daarnaast kunnen afbeeldingen abstracte ideeën verduidelijken en kan het tonen van afbeeldingen rapport-building tussen de onderzoeker en participant bevorderen (Vanderveen, 2016). Dit laatste wil zeggen dat visuele hulpmiddelen bijdragen aan het opbouwen van een goede relatie tussen onderzoeker en participant.

Om het interview op gang te brengen, wordt gebruik gemaakt van 20 kaarten uit het eerste bordspel van Dixit 2 en het kaartspel Quest: een uitbreiding op Dixit. Dixit is ontwikkeld door de Fransman Jean-Luis Roubira, en zowel het bordspel als de uitbreiding Quest is geïllustreerd door Marie Cardouat. De kaarten bevatten afbeeldingen die enigszins dromerig zijn omdat de afbeeldingen niet altijd realistisch zijn. Ze stellen dus gedeeltelijk fantasie voorstellingen voor die emoties en gevoelens van participanten verbeelden. Er is voor deze kaarten gekozen omdat ze aansluiten bij de sociaal emotionele ontwikkeling en het IQ van iemand met LVB+.

De afbeeldingen geven zowel objecten (bijvoorbeeld een klok en een vogelkooi) als personen (een jongetje dat een schat vindt) en getekende figuren (een egel en een tovenaar) weer. Bij de keuze voor deze 20 afbeeldingen uit de 168 kaarten van beide Dixit-spelen is rekening gehouden met het oproepen van een blij gevoel en, verdrietige, boze of bange gevoelens die ervaren kunnen worden bij eenzaamheid. Kortom, de afbeeldingen geven een verscheidenheid aan emoties weer in relatie tot het thema eenzaamheid. De betekenis die de participant aan de afbeelding geeft in

relatie tot eenzaamheid is wat in het transcript wordt opgenomen en in het logboek wordt beschreven.

Aan het begin van het interview wordt gevraagd om een afbeelding van blijdschap te kiezen. Hiervoor is gekozen omdat het vertellen over ervaringen van eenzaamheid door mensen met LVB+ kan worden ervaren als gevoelig, emotioneel beladen of spannend. Dit omdat zij in meerdere en mindere mate bekend zijn met de pijnlijke gevoelens die ermee te maken hebben. Starten met wat luchtigheid kan ervoor zorgen dat participanten zacht kunnen landen in het interview.

Met behulp van het visuele hulpmiddel wordt verwacht in het interview goed te kunnen aansluiten bij mensen met LVB+. Het werken met afbeeldingen zorgt ervoor dat zij vanuit een ontspannen situatie een gesprek kunnen voeren, wat van invloed is op het van deze mensen verkrijgen van een goed beeld van ervaringen van eenzaamheid.

In het Dixit bordspel en in de uitbreiding Dixit Quest zijn helaas weinig kaarten aanwezig die personen of figuren tussen andere mensen afbeelden. Dit is een nadeel van deze kaartenset. Om hierop toch antwoord te krijgen zal er een subvraag worden opgesteld die naar een ervaring van eenzaamheid vraagt wanneer iemand zich onder mensen bevindt.

3.5.3 Tijdsduur

Als laatste wordt voor het interview een maximale tijdsduur van 50 minuten gerekend, gezien de korte spanningsboog en het risico op overschatting bij de doelgroep (Embregts et al, 2020). Mocht de ruwe data na transcriptie nog niet voldoende rijk zijn om ervaringen van eenzaamheid te beschrijven, dan zal met de participant een tweede interview moment van maximaal 35 minuten worden ingepland om de data te verbreden of te verdiepen.

3.6 Dataverzameling

Voor het verzamelen van de data zijn tien bewoners op de volgende locaties van Amsta Karaad benaderd: Anton de Komplein 1 en 2, Haag en Veld, en Geldershoofd en Gravestein. Acht van de participanten hebben LVB+, één participant heeft een meervoudig verstandelijke beperking (hierna: MVB), en één participant schommelt tussen LVB+ en MVB. Bij het uitnodigen van participanten voor deelname aan het onderzoek is gekozen om bewoners te vragen of zij ervaringen willen delen over 'alleen-zijn' in plaats van hen te vragen naar ervaringen van eenzaamheid. Hiervoor is gekozen omdat het vertellen over eenzaamheid een lastig onderwerp voor iemand kan zijn, omdat het pijnlijke herinneringen kan oproepen of omdat iemand niet graag als eenzaam persoon gezien wil worden. Deze keuze is gemaakt vanuit de overtuiging hiermee minder potentiële participanten af te schrikken voor deelname aan het onderzoek.

In de eerste plaats is de onderzoeker vanuit haar ervaring als begeleider nagegaan welke bewoners zij direct of indirect heeft horen spreken over ervaringen van eenzaamheid. Op locaties Anton de Komplein 1 en 2 alsmede Geldershoofd en Gravestein heeft zij bewoners opgezocht. Ze heeft mondeling het onderzoek uitgelegd en gevraagd deel te nemen. Twee van de vier bewoners die op locatie Anton de Komplein 1 zijn benaderd wilden deelnemen. Op locatie Geldershoofd en Gravestein wilden vier bewoners deelnemen.

Eén van de participanten gaf als reden om deel te nemen aan het onderzoek aan dat hij mij met het afstudeeronderzoek wil helpen. Een andere participant begon meteen antwoorden te geven over hoe hij het ervaart om alleen te zijn en vraagt wat ik nog meer wil weten. Het onderwerp spreekt deze participant aan. De twee bewoners op locatie Anton de Komplein 1 die niet wilden deelnemen aan het onderzoek gaven expliciet en impliciet aan dat ze het lastig vonden om erover te vertellen. Ondanks dat het begrip alleen-zijn opener is om betekenis aan te geven, zit er voor hun op het begrip een pijnlijke emotionele lading: het herinnert hen aan pijnlijke ervaringen die zij niet graag ophalen. Eén van de bewoners werd licht geëmotioneerd en zei, wanneer haar de vraag gesteld wordt, dat ze in de overgang is. Herinneringen aan ervaringen die met eenzaamheid samenhangen lijken op dat moment naar boven te komen.

In de tweede plaats heb ik cliëntbegeleiders en persoonlijk begeleiders van de locaties gevraagd naar bewoners die iets kunnen en willen delen over hun ervaring van eenzaamheid. Begeleiders van het Anton de Komplein 2 hebben mij naar aanleiding van deze vraag op twee bewoners gewezen. Een van de bewoners heb ik op een later moment gebeld en de andere bewoner heb ik een dag later benaderd toen ik inviel op de locatie.

In de derde plaats is er een e-mail gestuurd naar de gedragswetenschappers van alle locaties met de vraag of zij kunnen aangeven welke bewoners iets met het thema eenzaamheid hebben en in staat zijn iets erover te vertellen. Naar aanleiding hiervan hebben twee bewoners van Haag en Veld aangegeven deel te willen nemen.

3.7 Data-analyse

De gesprekken zijn opgenomen met een audiorecorder. Vervolgens zijn de geluidsopnamen van de interviews beluisterd en uitgewerkt in transcripten, waarna de transcripten in de codeersoftware van Atlas-ti zijn geplaatst.

Aan de hand van de RLA van Dahlberg (2006) is de data geanalyseerd. Als eerste stap is er open gecodeerd door in ieder transcript quotes en woorden te selecteren waarin de participant iets deelt over een eigen ervaring in relatie tot het onderwerp eenzaamheid (Boeije, 2012). Om rekening te houden met de wijze waarop iemand met LVB+ haar ervaring verteld is in deze stap extra gelet

op momenten waarop zinnen worden herhaald en wanneer een participant op verschillende momenten in het interview dezelfde ervaring met een andere betekenis vertelt. Herhalingen en ambivalenties bij het delen van ervaringen kunnen inhouden dat er een waardevolle ervaring achter schuilgaat (Hansen, 2012). In deze stap is specifiek gelet op quotes waarbij een ervaring van het onderwerp wordt genoemd in relatie tot tijd (dimensie van tijd) en in relatie met de (sociale) omgeving (dimensie van aandacht). Om de eigen ervaring zo goed mogelijk te kunnen vangen is met het toekennen van de codes aan de quotes dichtbij de woorden van de participant gebleven. Als een participant bijvoorbeeld noemt dat het hem niet lukt om een praatje aan te knopen met groepjes mensen die bij elkaar zitten, is niet voor de code ‘sociale dimensie van aandacht’ gekozen maar voor ‘moeite praatje met groepje mensen maken’.

Na een eerste analyse zijn de codes gestructureerd door kort per participant te kijken of en hoe individuele codes van het onderwerp tezamen een structuur van betekenis vormden waaruit zich al eerste essentie ontvouwde. Deze stap heet ‘axiaal coderen’ volgens Boeije (2012). Bij deze stap zijn de aantekeningen van de reflecties die in het logboek zijn bijgehouden meegenomen in de analyse. In het bijzonder is hierbij gelet op de lichamelijke reactie bij de participant wanneer de onderzoeker eerder in het gesprek vochtige ogen of een stilte bij de participant opmerkte, wanneer een thema in relatie tot eenzaamheid besproken werd. De onderzoeker stelde op deze momenten een vraag om te achterhalen of er naast fijne ervaringen van alleen-zijn ook onprettige ervaringen van eenzaamheid speelden. Vervolgens is de onderzoeker op zoek gegaan naar overkoepelende codes tussen de verschillende interviews. Dit is gedaan door codes samen te voegen, te wijzigen of te herdefiniëren. Dit proces is herhaald tot 13 hoofdthema’s overbleven.

In de laatste stap: selectief coderen, is tussen de hoofdthema’s een verder verband aangebracht en gekeken naar hoe zwaar een hoofdthema weegt (Boeije, 2012). In deze stap is ook de interpretatie van de hoofdcodes naast de vraagstelling en de theorie van het onderzoek gelegd. Het heen en weer gaan tussen de vraagstelling en de theorie van het onderzoek, en de interpretatie van de hoofdcodes is meerdere malen uitgevoerd. Boeije beschrijft deze fase als de lastigste fase vanwege, zoals zojuist beschreven, het proces van integratie. De onderzoeker heeft de stap van het selectief coderen ook als lastig ervaren. Enerzijds vanwege de verscheidenheid tussen de participanten en aansluitend hun ervaringen, en anderzijds vanwege de verschillen tussen het type ervaringen: grote gebeurtenissen (bijvoorbeeld afscheid nemen van moeder) en kleine dagelijkse gebeurtenissen (Bamberg en Georgakopoulou, 2008). Om recht te doen aan de verscheidenheid en tegelijkertijd oog te houden voor de essentie van een geleefde ervaring, is met acht hoofdthema’s een theorie ontwikkeld over de geleefde ervaring van eenzaamheid bij mensen met LVB+.

3.8 Kwaliteitscriteria

3.8.1 Validiteit

Binnen kwalitatief onderzoek is de generaliseerbaarheid van de onderzoeksresultaten niet het doel van onderzoek. Tegelijkertijd is het voor de herhaalbaarheid van het onderzoek van belang om stappen die tijdens het onderzoek zijn gedaan en invloed hebben uitgeoefend op de uitkomst van data, te vermelden. Met kennis van de beperkingen van dit onderzoek, kan de ontwikkelde theorie van dit onderzoek namelijk worden toegepast op soortgelijke situaties die nog niet zijn onderzocht. Met de ontwikkelende theorie kunnen deze verschijnselen worden beschreven en verklaard wat meer kennis oplevert over het onderwerp van onderzoek (Boeije, 2005, p.155). Om deze reden is een kanttekening geplaatst bij het werven van de deelnemers van dit onderzoek.

Bij het werven van deelnemers op locatie Anton de Komplein 1 en 2, en op locatie Geldershoofd en Gravestein heeft de onderzoeker haar ervaring als begeleider met de bewoners gebruikt. Zij heeft mensen met LVB+ benaderd die weleens met haar over ervaringen en gevoelens van eenzaamheid hebben gesproken. Omdat ongeveer de helft van de participanten die aan het onderzoek hebben deelgenomen op deze wijze is geworven, is er minder rekening gehouden met de het kiezen voor respondenten met verschil in leeftijd. Dit heeft de representativiteit van de steekproef enigszins beïnvloed.

3.8.2 Betrouwbaarheid

Betrouwbaarheid binnen kwalitatief onderzoek houdt in dat er op systematische wijze data worden verzameld en geanalyseerd, en dat de onderzoeker de resultaten onafhankelijk van haar eigen aannames en veronderstellingen verwerkt (Boeije, 2012) (Patton, 2002). Om ervoor te zorgen dat aan iedere participant dezelfde vragen gesteld worden is bij het verzamelen van de data gewerkt met een interviewgide. Om een betrouwbare weergave van de gegevens te waarborgen is de data opgenomen en getranscribeerd. Verder zijn bij het analyseren de data de volgende methodische stappen gevolgd: open coderen, axiaal coderen en selectief coderen (Boeije, 2012).

Tijdens het verzamelen van de data is door de onderzoeker een reflexief logboek bijgehouden om tijdens de analyse met betrokken distantie naar de data te kijken (Dahlberg, 2006). Met behulp van de reflecties uit het logboek viel mij op hoe ik bij twee participanten die graag een partner wilden meteen een link legde met de theorie van Weiss (1973) gericht op het begrip emotionele eenzaamheid. Deze wetenschappelijke vooronderstelling stond mijn open houding voor hun ervaring van eenzaamheid te onderzoeken vanuit de fenomenologische benadering in de weg. Door de reflecties kon ik eenzaamheid als gevolg van het missen van een hecht en intiem persoon opschorten en mij openstellen voor een bredere duiding van eenzaamheid.

Een aandachtspunt voor de betrouwbaarheid is de begeleiders relatie die de onderzoeker heeft met een deel van de participanten. Wat bijvoorbeeld een rol heeft kunnen spelen is dat participanten als gevolg van de begeleider-zorgvrager relatie sociaal wenselijke antwoorden hebben gegeven (Borger, 2011). Hierdoor kan een vertekening ontstaan zijn in de data. Een participant kan bijvoorbeeld behoefte hebben aan sociale goedkeuring van de begeleider en geeft om die reden een ander antwoord.

De begeleidersrol heeft ook voordelen gegeven. Het eerste voordeel is dat een participant makkelijker ervaringen vertelt aan een begeleider dan aan een onbekende onderzoeker. Voor een participant is hierdoor de druk laag om wat zij vertelt goed over te brengen. Ten tweede is het mogelijk om als begeleider in te schatten op welk moment een vervolgvraag of een vraag ter verduidelijking gesteld kan worden. Beide voordelen hebben vermoedelijk rijkere data opgeleverd dan wanneer alleen vanuit een onderzoekersrol met participanten in gesprek was gegaan.

Wanneer tijdens het interview het vermoeden was dat de status van de onderzoeker zorgde voor het geven van meer sociaal wenselijke antwoorden, is na afloop van het interview in Pluriform, het elektronisch cliënten dossier, het persoonsbeeld nagelopen om na te gaan of de gedeelde ervaringen veel verschilden van wat participanten hadden verteld. Er lijkt in het onderzoek in beperkte mate sprake te zijn van een vertekening van de data als gevolg van het geven van sociaal wenselijke antwoorden tijdens de interviews. Dit lijkt zowel voort te komen uit de begeleiders relatie die de onderzoeker met een deel van de participanten heeft, als uit de relatie die de onderzoeker met de participanten heeft. In dit geval zal er sprake zijn van toevallige vertekeningen. De combinatie van onderzoeker en begeleider, en de onderzoekers rol in relatie tot de participanten op zichzelf, hebben vermoedelijk niet geleid tot systematische vertekeningen.

4. Resultaten

In dit hoofdstuk worden de resultaten van het onderzoek besproken. De essenties die uit de geleefde ervaring van eenzaamheid van de participanten naar voren komen, staan hierin centraal. De essenties zijn per deelvraag geclusterd en zullen in volgorde van de deelvragen worden behandeld. De volgende acht essenties zijn na coderen van de onderzoeksdata tevoorschijn gekomen. Binnen de dimensie van tijd is dit: (1) een verbroken verbinding; (2) de tijd nuttig besteden; (3) opgaan in het moment. Binnen de dimensie van aandacht is dit: (4) alternatieve vormen van leven; (5) kleine gesprekjes; (6) gezien willen worden door de ander; (7) afscheid van ‘vrienden’ en (8) een partner: troost en blijdschap. De essenties staan niet op zichzelf, het zijn ervaringen die met elkaar samenhangen.

Belangrijk om te vermelden is dat in de ervaringen die mensen met LVB+ delen, niet een groot aantal constituenten besproken wordt, vaak zijn het er vier tot vijf en bij sommige participanten zelfs minder (Dahlberg, 2006). Dit is te begrijpen vanuit het feit dat mensen met LVB+ minder in staat zijn te abstraheren en zich verbaal minder goed kunnen uitdrukken. Om de geleefde ervaring toch volledig en inzichtelijk over te brengen, is ervoor gekozen om in de resultaten de ervaringen zo gedetailleerd en breed mogelijk te beschrijven.

4.1 Deelvraag 1: Hoe ervaren mensen met LVB+ eenzaamheid in relatie tot de dimensie van tijd?

Uit de onderzoeksdata komen twee essenties naar boven waarin de tijdsdimensie een rol speelt. Uit de ervaringen van participanten blijkt zowel dat ze een worsteling met de tijd ervaren, als dat de tijd iets is waar ze zich in kunnen verliezen. Twee participanten hebben weliswaar dezelfde ervaring vanwege dat zij beiden druk ervaren door de tijd, maar het accent van de ervaring ligt ergens anders. Daarom is de ervaring in paragraaf 4.1.1 Worstelen met de tijd, onderverdeeld in de subparagrafen: (1) verbroken verbinding en (2) nuttig besteden van de tijd. De ervaring op te gaan in het moment delen twee participanten. Deze ervaring komt in paragraaf 4.1.2 aan bod.

4.1.1 Worstelen met de tijd

4.1.1.1 Een verbroken verbinding

Een aspect wat naar voren komt in de ervaring van eenzaamheid van participant 9, is dat zij op de dag voordat ze naar het werk gaat een verbroken verbinding ervaart met elementen die zij positief ervaart op het werk. Het werk is voor haar een plek die haar een gevoel van trots geeft over de werkzaamheden die zij daar verricht, en ze benoemt haar waardering voor de kleine vormen van contact met anderen die zij op het werk heeft. Voor participant 9 blijkt uit de wijze waarop ze over

het maken van afspraken vertelt, dat zij een gevecht voert met de tijd. Als zij weet dat er een werkafspraak aankomt, beschrijft ze dat ze goed moet opletten wanneer de afspraak precies plaatsvindt. De tijd in aanloop naar de afspraak voelt voor haar heel kort en heel intens. Ze beschrijft dat zij op die momenten aan niks anders kan denken dan aan de tijd. Uit de wijze waarop ze vertelt over het toeleven naar een (werk)afspraak, blijkt dat zij die momenten een grote druk ervaart.

P9: “Dus je doet je kleren aan en dan denk je van, oh mijn god, die tijd gaat. En dan weet je wat tijd is. Dan weet ik wel wat tijd is. Dan lach ik niet meer, dan lach ik echt niet meer. Serieus, als die wekker echt om de vijf minuten moet afgaan en je moet naar je werk. Dan lach ik echt niet meer om de tijd. Dan zeg ik, weekends kan ik nog lachen om die tijd. Want je hoeft niet vroeg op te staan. Je kan gewoon chill doen. En dan denk je van, shit, daar komt de week. En dan begint die zondag. En dan komt die langzaam weer. En dan komt die langzaam weer. Zondag op tijd gaan slapen, tien uur slapen, want dan gaat maandag weer de wekker om zes uur half zes.”

Op deze momenten van spanning voelt zij angst om grip op de tijd kwijt te raken, te laat te komen, en daarmee verbinding te verliezen met de elementen die voor haar waardevol zijn. Als zij deze elementen zou moeten missen, zou zij zich eenzaam gaan voelen. Het intense moment van spanning lijkt zij zodoende te ervaren als een moment waarop potentiële verbinding met de voor haar waardevolle elementen verbroken wordt: ze is bang voor een potentieel gemis. In de onzekerheid en twijfel die zij uitsprekt over of ze wel in staat is om naar werk te gaan, komt ook dit gevoel van angst voor een potentieel gemis terug. Dit blijkt uit de toon waarop ze vertelt dat zij het werk dankbaar is, omdat de sociale werkplaats haar iedere keer opnieuw de mogelijkheid geeft te blijven werken. In de manier waarop ze het zegt is een lichte onderdanigheid terug te horen. Wanneer ze terugdenkt aan de momenten dat ze te laat op het werk is gekomen, vraagt ze zich af of het wel voor haar is weggelegd. Dit spreekt ze uit met gelatenheid in haar toon en met lichte frustratie in haar stem.

De wijze waarop participant 9 beschrijft hoe zij de tijd ervaart op het werk is omgekeerd van wanneer zij in het weekend thuis is. Op deze momenten ervaart zij de tijd als iets wat als vanzelf voorbij gaat. Ze ervaart ontspanning en rust in het moment. Thuis ervaart ze rust tijdens het schoonmaken van het huis, films en tv-programma's kijken op de iPad, en het luisteren naar Reggae-muziek. Participant 9 geeft aan dat zowel als ze op het werk is als wanneer ze in het weekend thuis is de *'tijd haar blij maakt, maar haar niet echt veel doet'*.

Participant 9 ervaart de momenten in aanloop naar haar werk als momenten waarop ze grip verliest op de tijd. Als gevolg daarvan kan een verbinding worden doorbroken met wat op het werk voor haar waardevol is: dat ze zich trots voelt over wat zij doet op het werk, en blij is met de kleine vormen van contact die zij daar legt. Dit potentiële verlies van elementen die voor haar waardevol zijn, brengt eenzaamheid voor haar heel dichtbij. Zij is bang dat zij mogelijk eenzaamheid kan ervaren.

4.1.1.2 Nuttig besteden van de tijd

Participant 3 ervaart de tijd ook als een druk. Ten opzichte van participant 9 vertelt zij meer impliciet over het worstelen met de tijd. De druk lijkt bij haar iets te zijn wat zij zichzelf oplegt in plaats van dat de druk van buitenaf komt. Als zij het over haar ervaringen van alleen-zijn heeft, vertelt zij dat ze *'altijd werk heeft'* en dat een mens *'altijd werk te doen heeft'*. Hoe zij naar het invullen van de tijd kijkt, is dus dat iemand altijd iets nuttigs te doen heeft. Wanneer zij klaar is met dagbesteding en ze daar geen activiteiten meer heeft, is zij van mening dat er nog steeds werk op haar ligt te wachten. Zij zal bijvoorbeeld voor het avondeten een bord aan de begeleiding moeten geven of zij zal de was moeten gaan doen.

P3: "Dan blijft er altijd werk wachten. Daarom zeg ik, ik moet nog later, moet ik nog bij de eetlijst de dingen invullen. Dan is op een gegeven moment alles ingevuld. Dan denk ik dat ik klaar ben. En dan moet ik bovenaan, moet ik nog weer verder."

In het citaat zegt participant 3 dat wanneer je taken klaar zijn, de taken weer opnieuw beginnen. Hieruit blijkt dat er voor haar altijd werk te doen is, en dat zij altijd bezig blijft. Ook uit de wijze waarop participant 3 naar het wachten op andere mensen kijkt, wordt de nadruk zichtbaar die zij op het nuttig invullen van de tijd legt: *'je moet nooit wachten op anderen'*.

P3: "Want ik had half tien aan de pieper getrokken. Voor mijn hoofd. X zegt ik kom er zo aan. Als die op de negen staat. Ik ga natuurlijk niet wachten. Ik ging natuurlijk koffie drinken. Wachten moet je nooit doen. Want wachten duurt lang."

Het kunnen verrichten van een bepaald aantal taken binnen de dag geeft haar het gevoel dat ze iets doet wat van belang is. Dit blijkt uit dat zij op verschillende momenten in het interview benoemt wat zij zelf allemaal voor taken op een dag verricht, en de onderzoeker vervolgens met een schuin hoofd aankijkt. Ze lijkt op deze momenten te zeggen: *'kijk eens wat ik allemaal voor*

taken doe'. Verder lijkt het belangrijk voor haar dat anderen er getuige van zijn hoe veel taken zij verricht. Dit komt naar voren uit de bevestiging die ze meerdere malen aan de onderzoeker vraagt over of haar mening dat er altijd nuttig werk te doen is klopt.

Wanneer participant 3 niet kan voldoen aan de taken die ze zichzelf oplegt, omdat ze tijdens het uitvoeren van een taak iets tegenkomt wat zij niet kan oplossen, kan zij hierdoor van slag raken en gefrustreerd worden. Zij lijkt een gevoel van falen te ervaren die voortkomt uit de prestatiedruk die ze zichzelf oplegt. Omdat deze ervaring ook een relatieaspect met de omgeving behelst, zal in paragraaf 4.2.2 Gezien willen worden, verder op de ervaring van falen worden ingegaan. Door de tijd nuttig in te richten kiest participant 3 ervoor om kwaliteit toe te voegen aan momenten op de dag, momenten die anders onopgevuld blijven. Door kwaliteit toe te voegen aan momenten op de dag en de tijd daarmee intensiever in te vullen, voegt zij nuttige ervaringen toe aan de tijd, wat ervoor zorgt dat ze minder periode alleen niks aan het doen is en zich minder eenzaam voelt. Ze voert een gevecht met de tijd voeren, om ertoe te doen.

4.1.2 Opgaan in het moment

Gedeeltelijk in het verlengde van de geleefde ervaring rond het 'nuttig besteden van de tijd' beschrijven participant 9 en 10 een ervaring waarbij de tijdsbesteding zelf centraal staat. Participant 10 haalt plezier uit een moment waarop hij alleen, vanwege de nieuwe ideeën die hij op zulke momenten opdoet. Dit moment van op zichzelf zijn lijkt een positieve keuze voor alleen-zijn in zich te hebben waarop hij geen eenzaamheid ervaart.

P10: "Ja, ik denk aan vrolijke dingen. Meestal ook als ik alleen zit, bedenk ik dingen en dan kom ik op ideeën. Dat is meestal een vrolijke bui."

Toen participant 10 opgroeide met zijn broer in Suriname heeft hij geleerd om technische onderhoudsklussen te verrichten aan computers. Vervolgens heeft hij mbo-geluidstechniek gestudeerd en heeft hij regelmatig klussen in buurthuizen gedaan. Ook werkt hij samen met andere mensen aan klussen. Op momenten dat hij zich een beetje verveelt, probeert hij uit te zoeken hoe iets werkt en, als het projectje erom vraagt, iets te ontwerpen. Om die reden kan hij om zich heen kijken als een pauw, zegt hij, om te kijken of er nog iets te onderzoeken of te ontwerpen is. Vaak is het iets computertechisch, maar hij kan zich ook bezighouden met praktische oplossingen, zoals hoe iemand ervoor zorgt dat zijn deur goed beveiligd is tegen inbraak. Daarbij vindt hij dat hij altijd iets kan leren in praktische zin. Hij doet dat door diverse TV-programma's op te nemen en ze op een rustig moment terug te kijken.

Als hij iets computertechisch aan het ontwikkelen en onderzoeken is, kan hij de tijd volledig uit het oog verliezen. Pas later merkt hij dat de tijd sneller voorbij is gegaan dan hij had gedacht.

P10: “Maar ik ga ook opzoeken hoe je dat ontwerpt. Om echt een idee te hebben. Ja. Idee. Ja. Het duurt even een paar tijden. Ja. Dan voel je, je bent ineens veel verder. Dan vliegt de tijd aan je voorbij. Dan kijk ik van, hé! Ach, zo laat. Laat je alleen zitten.” O: “Later dan je in gedachten had?” P10: “Ja, dat heb ik wel. Als ik alleen zit, dan heb ik heel veel dingen die... Waar je achter moet gaan komen. Hoe je het moet doen. Ja, ja.” O: “Daar gaat de tijd in zitten?” P10: “Ja. Ja, dan vliegt de tijd gewoon.”

* participant 10 is voor 50% doof, hij articuleert hierdoor minder goed.

Over het ontwerpen en onderzoeken vertelt hij met enthousiasme, vrolijke ogen en een ontspannen houding. Dit wordt zichtbaar doordat hij met een elleboog op het bed leunt en drukke handgebaren maakt naar boven en opzij. Hij doet dit meestal met één arm en soms doet de arm op het bed gedeeltelijk mee. Deze ervaring van alleen-zijn lijkt voor hem een ervaring van vreugde, hij lijkt geen eenzaamheid te ervaren.

Een vergelijkbare ervaring heeft participant 9 wanneer zij beschrijft dat ze op het werk is. Als zij op het werk is en allerlei taken verricht om de parkeerruimte op orde te houden, kan zij op de borstelmachine zich in het moment verliezen. In meerdere taken op het werk kan ze opgaan, maar in het werken met de borstelmachine in het bijzonder. Zij is erg trots wanneer zij deze grote machine mag bedienen en het haar goed afgaat. Muziek luisteren op haar koptelefoon versterkt het gevoel van enthousiasme en in het moment te zijn. Ze is op deze momenten voor haar gevoel lekker met iets bezig, hoeft niet te denken aan andere dingen, en vergeet op deze momenten alles wat er om haar heen gebeurt. Ook bij participant 9 lijkt om deze momenten geen sprake te zijn van een ervaring van eenzaamheid.

In de ervaring van participant 9 is een positieve ervaring te herkennen wanneer zij op zichzelf is. Ze kan uitkijken naar dit moment op haar werk, dat ze zelf werk kan verrichten wat haar een gevoel van trots geeft. Voor participant 10 is het om zich heen kijken en ontdekken of er iets te doen is een eigen oplossing voor het invullen van de dag. Hij zegt dat hij daar een fijn gevoel van krijgt. Hij noemt in relatie tot dit vinden van een eigen invulling geen enkele keer dat hij zich eenzaam voelt.

4.2 Deelvraag 2: Hoe ervaren mensen met LVB+ eenzaamheid in relatie tot de dimensie van aandacht?

Uit de onderzoeksdata komen vijf essenties naar boven waarin elementen te herkennen zijn die zijn onder te brengen bij de dimensie van aandacht. Achtereenvolgens zijn dit de volgende vier essenties: (1) alternatieve vormen van leven; (2) kleine gesprekjes; (3) gezien willen worden en (4) afscheid van ‘vrienden’ en (5) een partner: troost en blijdschap. De eerste drie essenties en de laatste essentie, zijn ontwikkeld aan de hand van de ervaringen van twee participanten bij elke essentie. Verder komen de ervaringen van participant 3 en participant 4 in twee verschillende essenties terug. Ten eerste: in essenties 1 en 3 komen ervaringen van participant 3 naar voren. Ten tweede: in essenties 1 en 2 komen de ervaringen van participant 4 naar voren. Essentie 4 geeft de ervaringen van drie participanten weer.

4.2.1 Alternatieve vormen van leven

Bij het delen over de geleefde ervaring van eenzaamheid vertellen twee participanten hoe zij hun leven op een andere wijze vormgeven, en zo een manier lijken te vinden om om te gaan met lastige situaties die zij in de sociale omgeving tegenkomen. Deze alternatieve vormen van leven lijken bij hun een gevoel van eenzaamheid weg te nemen. Bij het omschrijven van hun ervaringen laten zij zien op welke wijze zij hieraan invulling geven:

P4: “ ’s Nachts. Met mijn stereootje en zo. Ik zit daar rustig. Ik voel me relaxed ’s nachts. Het is donker, ik voel me relaxed. Het is donker, er slapen mensen om me heen. Ik voel me relaxed, weet je wel. Donker, er zijn geen mensen om me heen. Hier is het overdag alleen maar leven en niet in de nacht. Drie, vier uur ’s nachts is het donker, maar er brandt wel licht. Ik vind het toch rustgevend donker. Donker, donker. Buiten is het donker. Binnen is het ook een beetje donker. Zozo.”

Participant 4 vertelt over de woongroep en dat hij ervan houdt om ’s nachts te wandelen in de buurt. Ook houdt hij ervan om in zijn appartement muziek te luisteren en schoon te maken. Als hij buiten wandelt, kijkt hij graag naar de stand van de maan of hij heeft oog voor de kleuren van het ochtendgloren. De nacht is voor hem een ervaring van rust en ontspanning. Hij hoeft zich in de nacht niet tot andere mensen te verhouden. Hij kan zich als hij buiten is tot de voorspelbaarheden van de natuurlijke verschijnselen verhouden. Als hij ’s nachts binnen is, kan hij op zijn eigen tempo zijn huishoudelijke taken doen of wat te eten voor zichzelf maken. Andere bewoners of begeleiders van de woongroep zullen niet inbreken. Als hij de vloer wil gaan dweilen hoeft hij niet eerst te

wachten op begeleiding om bijvoorbeeld spullen te ontvangen die hij voor het schoonmaken nodig heeft.

Dat participant 4 in de eerste plaats herhaaldelijk uitspreekt dat de donkerte van de nacht hem rust en ontspanning brengt en in de tweede plaats uitgebreid over de elementen in de nacht vertelt, duidt op dat hij zich mogelijk beschermd voelt door de nacht. Hij kan in de eigen sfeer van het appartement en in de schemering van de nacht op zijn eigen tempo de dagelijkse rituelen vormgeven. Dat hij dit alleen doet vindt hij prettig. Hij hoeft zich op dit moment niet tot groepjes mensen te verhouden die met elkaar in gesprek zijn. Dit is een aspect wat hij lastig vindt. In paragraaf 4.2.2 wordt nader op dit thema ingegaan.

Ook participant 3 deelt een ervaring waaruit blijkt dat zij op bepaalde momenten de bescherming van haar eigen appartement opzoekt. Ze beschrijft hoe ze het ervaart als ze met andere bewoners in de avond gezamenlijk eet en dat op dat moment bewoners ‘spontaan’ opstaan en van tafel gaan. Het stoort haar dat bewoners dit doen, zij begrijpt de reden ervan niet. Dit geeft haar frustratie, die ze soms ook op de groep moet uiten. Vanuit dit onbegrip is participant 3 haar avondmaaltijd op haar appartement gaan eten.

Participant 3 woont op een woongroep met elf andere bewoners, maar in het interview vertelt zij dat zij altijd alleen is. Hiermee lijkt zij te bedoelen dat zij vaak alleen in haar appartement is en zelden aanwezig is in de woonkamer van de woongroep. Zij zegt dat zij wel wordt uitgenodigd door begeleiding, en dat haar ouders haar aanmoedigen om naar de woonkamer te gaan. Zij heeft alleen niet het idee dat dit helpt om daar verandering in te brengen. Dit blijkt uit een voorbeeld dat ze geeft van een begeleider die haar in de woonkamer uitnodigt, en dat precies op dat moment twee bewoners vertrekken uit de woonkamer. Op deze momenten lijkt ze afwijzing te ervaren. Hierover spreekt zij zich niet concreet uit, maar uit de reactie als haar wordt gevraagd hoe zij het vindt om veel alleen op haar appartement te zijn zou er sprake kunnen zijn van afwijzing. Ze geeft ze als antwoord: *‘ik heb ook geen groep’* en *‘ik weet niet beter.’*

P3: “Ik ben altijd alleen. Net zoals nu, ik ben hier, alleen. Maar ik ben nooit daar in de ontmoetingsruimte met eten. (...) Ja. Hoef ik ook niet te stoppen. Ja. Stoppen om moeite te doen om naar de ontmoetingsruimte te komen.”

Beide participanten kiezen ervoor om zich af te zonderen van de groep door zich terug te trekken op hun appartement of actief te zijn in de nacht. Het contact met andere mensen buiten of op de woongroep gaan zij uit de weg.

Deze keuze is voor hen deels positief ingegeven: zij hebben een eigen vorm van leven

gevonden waar zij, gedeeltelijk, positieve eigenwaarde aan ontlenuen. In de geleefde ervaring van participant 3 blijkt dit uit hoe zij gedurende de dag ieder moment wil besteden aan het verrichten van nuttig werk. Bij participant 4 komt dit naar voren door de elementen die hij in de nacht en in zijn appartement ervaart. Tegelijkertijd zorgt hun terugtrekkende beweging uit de omgeving dat zij zich alleen voortbewegen en niet andere ervaringen op kunnen doen of andere mensen spreken. Zij kiezen voor een invulling van het leven waarin zij zich alleen voortbewegen. In die invulling lijkt de verbinding die ze leggen met zichzelf hun een beetje kracht te geven. Tegelijkertijd vertellen ze expliciet en impliciet dat ze het lastig vinden om contact met anderen te leggen maar dat ze dat contact wel zouden willen. Participant 4 spreekt dit expliciet uit met te benoemen dat hij zich eenzaam voelt in de nacht. In subparagraaf 4.2.2 Gezien willen worden, en 4.2.3 Kleine gesprekjes wordt het aspect van het zoeken naar vormen van contact met anderen verder verduidelijkt.

4.2.2 Gezien willen worden

Twee participanten delen ervaringen waarin naar voren komt dat ze door andere mensen gezien willen worden. Uit de ervaringen blijkt dat ze iets doen of iets willen hebben wat door anderen wordt gezien. Dit geeft hun het gevoel in de ogen van anderen te worden gewaardeerd. Bij participant 3 komt dit naar voren bij het binnen een beperkte tijd uitvoeren van zoveel mogelijk of zo goed mogelijk verrichten van dagelijkse handelingen. Hierdoor legt participant 3 zichzelf prestatiedruk op. Uit het opleggen van prestatiedruk bij zichzelf spreekt dat participant 3 belang hecht aan dat mensen om haar heen (begeleiding, ouders en bewoners) zien hoeveel en hoe goed zij de dingen doet. Uit het streven om zoveel en zo goed mogelijk taken te verrichten, lijkt zij te streven naar dat zij in de ogen van anderen iets voorstelt.

Bij participant 1 lijkt een verlangen om door anderen te worden gewaardeerd zichtbaar te worden uit dat hij door mensen uit de buurt met zijn vriendin gezien wil worden. Het is voor hem belangrijk dat anderen hem zien lopen met zijn vriendin en van haar onder de indruk raken.

PI: "Iedereen gaat me aankijken". O: "Iedereen gaat je aankijken. En wat zien ze dan?"
PI: "Prachtige personen. Prachtige prinses". O: "Hm-hm". PI: "Ja". O: "Hm-hm". PI:
"Ja. O: "En, want, kijken ze op andere momenten ook naar jou? Als je dus alleen wandelt,
kijken ze dan anders? Als je met iemand wandelt?" PI: "Ja. Ja. Die andere mensen, ja". O:
"Ja?" PI: "Ja". O: "Kijken ze dan naar haar, of kijken ze naar jou? PI: "Kijken naar
haar. Naar haar. Ja". O: "En jij ook?". PI: "Ja". O: "Ja. En hoe voelt dat?" PI: "Ik vind
het indrukwekkend". O: "Indrukwekkend?" PI: "Ja. Omdat ze liep aan mijn hand, als ze
mij aankijken". O: "Hm-hm. Kijken ze de mevrouw aan". PI: "Hm-hm. En dan worden we

allebei misschien ter plaatse gevraagd”. O: “Jullie worden ter plaatse gevraagd?” P1: “Ja”. O: “Waarvoor?” P1: “Misschien wie ze is en wie ik ben”. O: “Hm-hm”. P1: “Of ze hier woont”. P1: “Waar komt ze vandaan...”

Voorafgaand aan dit citaat vertelt participant 1 dat hij graag een bekende zangeres als partner wil. De wens voor een bekende zangeres als partner onderschrijft de ervaring van waardering waar hij naar op zoek is, als hij samen met haar over straat loopt. In de geleefde ervaring van eenzaamheid van participant 1 en participant 3 delen zij het verlangen om door anderen te willen worden gezien. Voor de ene participant is deze ervaring gelinkt aan het willen hebben van een partner, bij de andere participant is de ervaring gelinkt aan de bevestiging die zij zoekt in wat anderen zien wat zij kan.

4.2.3 Kleine gesprekjes

Een andere bevinding waaruit een ervaring van eenzaamheid tevoorschijn komt, is het voeren van kleine gesprekjes. Participant 9 en participant 4 kijken beide uit naar dit contact. Zoals in paragraaf 4.1.1 beschreven, ervaart participant 9 door druk die zij bij tijdsafspraken ervaart, een gevecht met de tijd. Dit gevoel weerhoudt haar er echter niet van om naar het werk te gaan. Ze vertelt onder andere dat ze zich niet alleen voelt in het weekend omdat ze weet dat ze doordeweeks naar het werk gaat.

Over het werk vertelt ze dat de tijd er vaak voorbij vliegt. Dit geeft aan dat er op het werk iets aanwezig is wat voor haar belangrijk is, zoals omschreven in paragraaf 4.1.3 Opgaan in het moment. Dit zorgt ervoor dat ze even niet denkt aan andere dingen. Daarnaast blijkt uit de wijze waarop ze over haar collega's vertelt, dat ze met haar collega's meer deelt dan het uitvoeren van de gezamenlijke werkzaamheden. Dit zijn de kleine gesprekjes en grapjes enerzijds, en anderzijds de erkenning en waardering die de collega's elkaar over en weer over de werkzaamheden geven. Hierdoor voelt een weekend zonder dat zij andere mensen ziet en spreekt, voor haar dragelijker.

Participant 4 deelt de vergelijkbare ervaring dat hij uitkijkt naar kleine gesprekjes, bijvoorbeeld in de nacht met de benzinstation-medewerker wanneer hij sigaretten haalt. Verder benoemt hij dat hij zich alleen voelt in de nacht, omdat hij van begeleiders niet een gesprekje mag voeren met de nachtdienst. Uit zo'n klein gesprekje een op een met een begeleider haalt hij plezier. Hij praat het liefst over dagelijkse dingen met een wat filosofische inslag, zoals: 'waarom moeten mensen naar het werk gaan'. Op deze momenten voelt hij zich niet eenzaam. In tegenstelling tot wanneer hij zich overdag buiten tussen meerdere mensen bevindt zoals wanneer hij een concert bijwoont, of als hij met meerdere bewoners in de woonkamer is. Op die momenten heeft hij moeite

om aansluiting te vinden.

P4: "Overdag zitten mensen alleen op elkaar. Met elkaar... Of waarom zitten mensen alleen op elkaar? Ik krijg geen contact met mensen overdag. Ik krijg geen contact met mensen overdag." O: "O ja. Ze zitten alleen op elkaar." P4: "Dus dan overdag loop je rond, zitten er ook mensen... Maar dan zitten ze allemaal met elkaar. Overdag kom ik op een plek, zitten mensen alleen maar." O: "Ja." P4: "Hoe ga het met jou? Hoe ga het met jou? En ik ga het goed doen. En ze spreken overal. Ik krijg geen communicatie weet je wel."

Dat participant 9 in het weekend niet afspreekt met andere mensen, komt niet alleen voort uit het feit dat ze vrij is van de druk die (werk)afspraken haar geven. Uit het volgende citaat blijkt dat de reden waarom zij geen afspraken in het weekend maakt, ook een tragische oorzaak betreft.

P9: "Ik weet niet wat precies dit inhoudt, maar ja, dan sluit ik me af van de buitenwereld. Dan ben ik liever alleen. Ook al voel ik me eenzaam. Ik durf geen afspraken met mensen te maken. Als ze me die hoop geven, en dan op de laatste moment die afspraak weer afzeggen. Dan denk ik: dan blijf ik liever alleen. Als ik dingen wil gaan doen, dan doe ik het liever alleen. Dan weet ik dat ik die stappen vooruit kan blijven maken. En dan zit ik ook niet met een zure-, chagrijnige gezicht of teleurgesteld."

Doordat haar familie en vrienden vaak afzegden wanneer zij een afspraak met hen maakte, heeft ze er weinig vertrouwen in om met andere mensen af te spreken. Om te voorkomen dat ze opnieuw teleurgesteld wordt, maakt ze zelden afspraken. Dit zorgt ervoor dat zij vaak alleen thuis is terwijl ze best graag afspraken zou willen hebben. Ondanks dat de band met haar collega's voor een deel in de beleefde sfeer plaatsvindt, is ze blij met dit sociale contact op het werk. Uitzien naar de werkweek betekent voor haar dat ze een verbinding legt met op kunnen gaan in haar werk, zie ook subparagraaf 4.1.3 Opgaan in het moment, en in het contact met haar collega's.

Zowel participant 9 als participant 4 halen voldoening uit het voeren van kleine gesprekjes als vorm van contact. Bij participant 4 past het voeren van kleine gesprekjes meer bij hem vanuit een soort filosofische benadering, het sociale element spreekt hem minder aan. Tegelijkertijd komt het ook voort uit een onvermogen om sociaal aan te sluiten bij meerdere mensen tegelijk. Dit bezorgt hem zelfs het gevoel dat hij zich in aanwezigheid van andere mensen eenzaam voelt. Het voeren van kleine gesprekjes is hiermee ook een alternatief voor een

vorm van contact, iets dat hij algemeen lastig vindt. Voor participant 9 is het voeren van kleine gesprekjes ook een alternatief voor een andere vorm van contact, bij haar komt het voort uit het gemis aan mensen die dichtbij staan.

4.2.4 Afscheid van ‘vrienden’

Drie participanten vertellen ervaringen waaruit blijkt dat vriendschappen uit het verleden op dit moment in hun leven geen onderdeel meer uitmaken van hun sociale kring, ofwel dat ze de wens hebben dat hun vrienden geen onderdeel meer uitmaken van hun toekomstige sociale kring. In dergelijke ervaringen krijgt ‘vriendschap’ de betekenis van iets waar ze van af moeten komen.

Wanneer zij over deze vriendschappen vertellen, spreken zij over ‘relaties met wie je alleen verkeerde dingen kunt doen’. Deze ‘vrienden’ zijn mensen met wie ze drugs hebben gebruikt of gedeald, of mensen die geld van hen nodig hebben gehad of andersom. Opvallend hierbij is dat ze deze personen niet bijvoorbeeld kennissen noemen maar expliciet ‘vrienden’.

P2: “Kijk, ik heb mijn vrienden, weet je, ik heb mijn vrienden gehad. Waarvan ik zeg, je weet toch, ik kan het niet echt aangaan ofzo. Omdat ik natuurlijk ook mijn problemen heb waar ik dagelijks mee zit ofzo, snap je. En, je zou zeggen, als je de ene dag gaat chillen, wil je de volgende dag ook chillen, snap je?”

P5: “Ja, ik heb genoeg vrienden. Ik heb genoeg vrienden. Ik kan mijn blijdschap in andere manieren uitbreiden, maar ik weet het, het is niet dat wil ik. Ik wil in een goede manier gaan. Snap je? Vrienden en zulke dingen, die tijd is voorbij.”

Uit de verhouding die de participanten met hun vrienden hebben, blijkt afwezigheid van wat verwacht zou kunnen worden van een vriendschap, zoals bijvoorbeeld wederkerigheid of ruimte voor kwetsbaarheid. Uit de ervaringen van de participanten blijkt dat binnen hun vriendschapsrelaties van hen wordt verwacht dat zij iets moeten bieden aan de ander, zoals spullen, geld of een andere wederdienst. Dit veronderstelt van de participant dat zij zich onafhankelijk en sterk moet opstellen. In de relatie lijkt er geen ruimte voor te bestaan dat zij van de ander iets mogen ontvangen. Het kunnen tonen van hun afhankelijke of kwetsbare kant lijkt afwezig. Het contact lijkt meer vormgegeven vanuit een ‘zakelijk contract’.

P8: "Nee, ik heb vrienden gehad". O: "Oké". P8: "Ik heb ze opzij gezet". O: "Oké". "Waarom dan?" P8: "Ja, dan ga je dingen doen, rare dingen. Ga je gebruiken. Ga je van alles doen".

Bij participant 5 en 8 spreekt uit de woordkeuze een bepaald gemak waarmee ze de beslissing lijken te maken om afscheid te nemen van vrienden. De woordkeuze 'opzij gezet hebben van vrienden' van participant 8 is hiervan een voorbeeld. Uit deze ervaringen van de participanten lijkt naar voren te komen dat er naast de 'zakelijke' verbinding die zij met vrienden leggen, geen sprake is van een hechte emotionele band met hun vrienden. Dit past in de voorgaande duiding dat er bij hen binnen vriendschap geen sprake is van wederkerigheid en het tonen van kwetsbaarheid. Ook past het binnen de psychologisch- sociologische duiding van mensen met LVB+, namelijk dat zij ten eerste een sociaal- emotioneel ontwikkelingsniveau hebben tot maximaal 12 jaar, ten tweede in beperkte mate beschikken over sociale redzaamheid vaardigheden, en ten derde vaak uit onveilige gezinssituaties komen. Dit zorgt ervoor dat zij sociale situaties minder goed kunnen inschatten. Het is om deze reden begrijpelijk dat in de ervaringen van participanten terugkomt dat de verbinding met vrienden broos is en zij hen zonder veel verdriet opzij lijken te kunnen zetten.

Tegelijkertijd, als participant 5 en 8 vertellen over hun beslissing om afscheid te nemen van hun vrienden, lijkt het door hun korte, bijna afwerende reactie alsof zij zichzelf in bescherming willen nemen. Ze lijken een poging te doen om zichzelf te beschermen om te voorkomen dat ze opnieuw in de verleiding worden gebracht om te gaan dealen of drugs te gebruiken. Door er heel kort over te zijn lijkt het alsof ze de moeilijkheden die ze met hun vrienden hebben buiten zichzelf willen houden. Door van hun vrienden afscheid te nemen, hopen ze gezondere keuzes te maken en op het rechte pad blijven. Het 'gemak' waarmee de participanten afscheid nemen van hun vrienden, lijkt vanuit dit perspectief een vorm van zelfbescherming te betekenen in plaats van een 'gemakkelijke keuze' zoals dat op het eerste gezicht lijkt.

Bij participant 2 lijkt de keuze om afscheid te nemen van zijn vrienden, meer moeite te kosten. Hij spreekt met een aantal van hen soms nog af. Hij geeft aan dat hij zich tegenwoordig minder alleen voelt als hij thuis met taken voor studie of het werk bezig is, maar ook dat hij op sommige momenten nog steeds een beetje verlangt naar het sociale contact met vrienden op straat. Daaruit blijkt dat hij nog niet volledig afscheid van ze heeft genomen.

Vermoedelijk speelt het specifieke beeld dat bij de participanten heerst van wat

vriendschap is, ook een rol bij de 'alles-of-niks' keuze om afscheid te nemen van vrienden. Aangezien er geen ander narratief van vriendschap is, zoals bijvoorbeeld een vriend met wie je iets onderneemt vanuit een gemeenschappelijke interesse, zijn vrienden voor hen mensen van wie ze afscheid moeten nemen.

In de geleefde ervaring van eenzaamheid bij deze drie participanten komt naar voren dat vriendschappen relaties zijn waarvan je afscheid moet nemen en, die in hun toekomst geen onderdeel van hun leven moeten uitmaken. In hun geleefde ervaring speelt het beeld dat participanten van vriendschap hebben: een vriendschap is een zakelijk contract, een rol. Omdat er van een ander narratief van vriendschap geen sprake lijkt, ervaren deze participanten weinig alternatieven voor het sluiten van andere vriendschappen wanneer zij de vriendschap als zakelijk contract willen beëindigen. Dit zorgt ervoor dat de kans dat ze geen vrienden hebben, groot is. Tegelijkertijd spreekt maar een van de drie participanten uit dat hij zich als gevolg hiervan soms eenzaam voelt. Bij de andere twee participanten lijkt de keuze om afscheid te nemen van hun vrienden op het eerste gezicht weinig moeite te kosten, maar lijkt er mogelijk toch sprake te zijn van het gevoel zichzelf in bescherming te nemen tegen vrienden die op hen een slechte invloed uitoefenen.

4.2.5 Een partner: troost en blijdschap

Twee participanten geven aan behoefte te hebben aan een partner. Zij geven aan dat het ze op dit moment hieraan ontbreekt en dat ze het gevoel hebben dat een partner hun eenzaamheid zal wegnemen. Voor participant 5 zit een belangrijk aspect van het ontbreken van een partner in de moeite om contact te leggen met een vrouw. Hij wijst op het verschil in culturele context tussen Aruba en Nederland. Een belangrijk verschil tussen de twee landen is dat in Aruba iedereen op straat leeft, wat het gemakkelijk maakt om een vrouw te benaderen. In Nederland wordt meer van zijn digitale vaardigheden verwacht op sociaal vlak.

PI: 'Het is net als ik... Of we bij elkaar kunnen gaan passen. En dat zou voor mij leuk zijn'. O: 'Dus dat dit meisje en jij bij elkaar zullen passen? Ja. Dat zou leuk zijn'. RE: 'Ja'. O: 'Daarom heb je deze afbeelding gekozen. Oké. Dus het gaat om dit meisje?' RE: 'Ja'. O: 'Ja. En, is er nog iets wat je leuk vindt aan dit meisje?' PI: 'Haar jurk. Haar jurk. Jurk vind ik ook leuk'. O: 'Oké'.

Participant 1 zou het prettig vinden als een vriendin hem zou kunnen troosten. Hij heeft de hoop dat een vriendin in zijn leven hem troost brengt voor de eenzaamheid die hij nu ervaart. Hierbij

heeft hij de traditionele verwachting dat zijn partner voor hem zal koken, de was voor hem zal doen en het huis zal schoonmaken.

Participant 5 omschrijft zijn wens voor een vriendin als iets wat hem ‘blijdschap’ geeft. Zijn ouders, zijn broers en zijn zussen vervullen bij hem niet meer dezelfde behoefte als voorheen. Hij ziet ze niet meer dagelijks. Hij wil, net als zijn broers en zussen, zijn eigen leven opbouwen en daarbij hoort ook een eigen leven met een vriendin. Hij wil graag zelf een vriendin waarmee hij de mogelijkheid heeft om een gezin te stichten, zegt hij.

P5: “Je zit daar, je zit daar. Mijn familie allemaal, mijn zus heeft een kindje gekregen, zwanger. Mijn broertje zwanger. En, ik dacht, oh, wauw. Hoe kan ik geen familie... Het was zo moeilijk voor mij. Ik weet het niet waarom. Ik ging niet... Mijn moeder zei, ga een vriendin zoeken. Ga een vriendin zoeken. Je weet toch, keuze.”

P5: “En ik vraag mezelf waarom kan ik niet blijdschap krijgen. En het zit in mijn hoofd voor zo lang, ja, misschien meer dan twintig jaar. Is dat zo, als ik zoiets heb: zoek blijdschap, zoek blijdschap”.

Bij beide participanten speelt in hun geleefde ervaring van eenzaamheid het gemis van een partner een belangrijke rol. Participant 1 verwoordt daarbij ook de erkenning en het gezien willen worden door anderen. Verder bespreekt hij de behoefte aan emotionele steun, en ook praktische steun, zoals dat er taken voor hem worden gedaan in het huishouden. Bij participant 5 speelt in zijn wens voor een partner met name de behoefte aan autonomie en het vormen van een eigen familie. De aard van de behoefte voor een partner is voor beide dus verschillend maar het verlangen lijkt bij beiden samen te hangen met het ervaren van een gevoel van eenzaamheid.

5. Conclusie

Uit de ervaringen van de participanten komen acht essenties naar voren. In de conclusie wordt ten eerste een algemeen beeld geschetst van de antwoorden van de participanten. Ten tweede wordt aan de hand van het beantwoorden van de deelvragen een antwoord geformuleerd over welke betekenis iemand met LVB+ geeft aan eenzaamheid in relatie tot de dimensie van tijd en de dimensie van aandacht. Ten derde wordt een antwoord geformuleerd op de hoofdvraag van dit onderzoek:

‘Wat is de geleefde ervaring van eenzaamheid van mensen met LVB+?’

In eerder onderzoek naar eenzaamheid is gekozen om gebruik te maken van een psychologische en sociologische lens om zicht te krijgen op hoe mensen eenzaamheid ervaren. In dit onderzoek worden doorgaans de concepten sociale eenzaamheid en emotionele eenzaamheid van Weiss (1973) gebruikt. Met deze concepten zijn antwoorden gegenereerd over hoe mensen eenzaamheid ervaren in relatie tot andere mensen. In dit onderzoek, waar gebruik wordt gemaakt van de fenomenologisch theorie, zien we dat er andere aspecten over eenzaamheid naar voren komen. Door onderzoek te doen naar de geleefde ervaring van mensen met LVB+ komen aspecten van eenzaamheid aan het licht, waaruit blijkt dat eenzaamheid enerzijds een ervaring is waarbij iemand niet synchroon loopt met de wereldse tijd, en een ervaring van afwezigheid in relatie met verschillende elementen in de omgeving. Deze laatste ervaring kan tegelijkertijd betekenen dat iemand een verstoorde ervaring kan hebben met zichzelf (Motta, 2021). Waaruit de ervaring bestaat wanneer iemand met LVB+ afwezigheid in zijn omgeving ervaart, en hoe een ‘verstoorde ervaring met zichzelf’ bij iemand met LVB+ naar voren komt, wordt hierbij uiteengezet.

De ervaringen die participanten delen over eenzaamheid zijn zeer uiteenlopend. Gezien de enorme diversiteit van de doelgroep (zoals afkomst, gender, psychische situatie, leeftijd, woonsituatie, wel of geen sociaal netwerk) is deze verscheidenheid van ervaringen goed te plaatsen. Behalve bij één participant komt uit de ervaringen van de participanten naar voren dat zij in hun leven eenzame periodes hebben gekend, of dat er momenten zijn waarop ze zich eenzaam voelen. Verschillende participanten benoemen concreet zich eenzaam te voelen, en kunnen goed omschrijven hoe en wanneer zij dit ervaren. Andere participanten delen ervaringen waarbij het op het eerste gezicht niet duidelijk is of er eenzaamheid speelt, maar waarbij door herhaling van een onderwerp uit blijkt dat er meer speelt. Weer anderen delen ervaringen en ideeën over hoe zij zouden willen leven. Hierin zijn zij op zoek naar een daginvulling waarmee een gevoel van eenzaamheid wordt tegengegaan, of waaruit blijkt dat ze een manier hebben

gevonden om met eenzaamheid te leven. De participant die, in tegenstelling tot andere participanten, verteld dat hij geen eenzaamheid ervaart, ervaart momenten waarop hij alleen is juist als vreugdevol omdat hij inspiratie krijgt voor nieuwe ideeën.

5.1 Interpretatie van deelvraag 1

‘Hoe ervaren mensen met LVB+ eenzaamheid in relatie tot de dimensie van tijd?’

De participanten uit het onderzoek ervaren eenzaamheid in relatie tot de dimensie tijd op verschillende manieren. In de eerste plaats delen verschillende participanten ervaringen over momenten waarop ze worstelen met de tijd. Bij het worstelen met de tijd wordt een bepaalde dag, voor iemands gevoel, heel kort en intens beleefd. Deze korte en intense ervaring van de dag betekent veel voor hoe iemand zich voelt over de tijdsperiode die erna komt. Het gevecht wat met de tijd gevoerd wordt, creëert een grote afstand tussen waar iemand met verlangen naar uitziet en waar zij zich op dat moment bevindt. Dat de tijd op een bepaald moment heel kort en intens wordt ervaren wordt betekenisvol als het samenhangt met het ervaren van een potentieel gemis. Motta (2021) poneert de stelling dat wanneer iemand zich eenzaam voelt, de tijd in relatie tot de wereldse tijd heel anders wordt ervaren. In deze ervaring lijkt iemand als gevolg van (een wekelijks) snel verlopende ingrijpende ervaring (kort en intens beleven van de tijd) uit de pas te lopen met de wereldse tijd (Motta, 2021, p. 76).

Een tweede worsteling met de tijd is dat iemand de dagelijkse tijd intensiever en nuttiger wil invullen dan zij soms aankan. Iemand probeert een versnelling aan te brengen in de tijd om zich over zichzelf nuttiger te voelen en zich hierdoor meer van belang te voelen in haar sociale omgeving. Door de ervaring van de tijd te versnellen en ieder leeg moment van de tijd te vullen, wordt een worsteling zichtbaar met de prestatie die iemand iedere dag wilt leveren. De worsteling toont hiermee ook een strijd voor het vergroten van een gevoel van eigenwaarde. In deze ervaring van eenzaamheid in relatie tot tijd is te zien, dat een versnelling aanbrengen in de ervaring van tijd door iemand met LVB+, een poging is om erkenning te krijgen met als doel de ervaren eenzaamheid te verminderen (Motta en Larkin, 2022, p. 77). Het nuttig besteden van de tijd kan op deze wijze gezien worden als het voeren van een strijd om de eigenwaarde te vergroten en het zoeken naar bronnen van erkenning in de sociale omgeving.

In de derde plaats komt in tegenstelling tot een ervaring van eenzaamheid, een ervaring van verbinding met zichzelf, in relatie tot de dimensie van tijd aan het licht. Verschillende participanten beschrijven op te gaan in waar ze op een bepaald moment mee bezig zijn. Op deze momenten vergeten ze de wereld om zich heen en lijkt het alsof ze ervaren dat de wereldse tijd samenvalt met hoe zij zelf in de tijd staan. Zij gaan als het ware op in het moment en ze spreken

uit zich krachtig te voelen als ze in het moment opgaan. Ze voelen zich enthousiast, trots en blij. Deze ervaring toont elementen van wat zowel McGraw (1995) als Zimmerman (1784/1785) omschrijft als een ervaring van ‘alleen zijn’ in tegenstelling tot eenzaamheid, doordat de participanten zich als het ware op positieve wijze terug trekken in zichzelf. Dat de participanten dit doen blijkt tevens uit dat ze in de gaten hebben van zichzelf dat zij op bepaalde momenten kunnen opgaan in het moment. Zij voegen zelfs elementen toe om meer op te kunnen gaan in het moment, zoals het luisteren van muziek of het opnemen van TV-programma’s. Hieruit blijkt dat participanten een eigen bewuste keuze maken voor het beleven van dit moment, dit getuigt ervan dat ze beschikken over zelfkennis in de situatie. De ervaring ‘opgaan in het moment’ lijkt op deze manier, zoals McGraw en Zimmerman omschrijven, voor verschillende participanten een zelfgekozen beweging die iemand dichterbij zichzelf brengt. Dat de keuze om ‘alleen te zijn’ niet voor alle participanten vrijwillig is blijkt uit essenties die worden besproken in de dimensie van aandacht. Wat we wel kunnen concluderen is dat verschillende participanten elementen ervaren die onder zijn te brengen bij een ervaring van alleen-zijn zoals verondersteld door McGraw en Zimmerman.

5.2 Interpretatie van deelvraag 2

‘Hoe ervaren mensen met LVB+ eenzaamheid in relatie tot de dimensie van aandacht?’

De participanten uit het onderzoek ervaren eenzaamheid in relatie tot de dimensie van aandacht op verschillende manieren. Verschillende participanten laten zien dat zij met het ontwikkelen van een alternatieve vorm van leven op zoek zijn naar een bepaalde vorm van bescherming tegen aspecten die zij lastig vinden of niet begrijpen in hun sociale leefomgeving. Voorbeelden hiervan zijn moeite hebben om contact te leggen met groepjes mensen die bij elkaar staan en het niet begrijpen van de reden dat een medebewoner eerder van tafel opstaat. De alternatieve vorm van leven die zij ontwikkelen is een invulling van leven waar individualiteit en autonomie centraal staan. Zij ontleen aan deze invulling een bepaalde eigenwaarde, wat blijkt uit dat ze zich trots voelen als het ze lukt op eigen kracht het leven vorm te geven. Zoals uit de ervaring blijkt dat iemand uitdraagt door iedere dag de tijd nuttig te besteden. Tegelijkertijd is zichtbaar dat verschillende participanten kiezen voor een vorm van leven waar geen andere mensen bij betrokken zijn. Ze zoeken bijvoorbeeld ten eerste de sfeer op van het eigen appartement, ten tweede maakt iemand buiten wandelingen door de nacht en geniet van de natuurverschijnselen op dat moment, en ten derde zet iemand dagelijks een programma van taken uit voor zichzelf die zij zich voorneemt uit te voeren.

Om anderen te begrijpen, maar ook om door andere begrepen te worden, is er volgens

Motta en Larkin (2022) taal nodig die, ofwel in lichamelijke vorm ofwel via het woord, wordt gecommuniceerd aan de ander. Zoals eerder beschreven zijn er volgens hen altijd intrinsieke beperkingen aan de taal en in de communicatie met andere mensen in de omgeving, waardoor erkenning en begrip van anderen als afwezig worden ervaren. Hierdoor kan iemand eenzaamheid ervaren. Omdat iemand met LVB+ een sociaal-emotioneel ontwikkelingsniveau heeft van maximaal 12 jaar en een beperkt inzicht heeft in hoe zij zich sociaal kan redden, ontbreekt het hen in bepaalde situaties aan de taal die aansluit bij de mensen om hen heen.

Dat participanten een alternatieve vorm van leven ontwikkelen kan een poging zijn om in dialoog te blijven met zichzelf en zo relatie met zichzelf te behouden (Motta en Larkin, 2022, p. 60). Door bescherming op te zoeken van de fysieke omgeving (het appartement, de nacht, nuttige werkzaamheden) en hiermee vorm te geven aan een autonome alternatieve levensvorm, dragen zij mogelijk uit dat de dialoog met zichzelf op het spel staat. Dit, omdat de mensen waarmee ze contact zouden willen hun niet begrijpen en ze zich hierdoor niet door hen erkend voelen. Omgekeerd komt het ook voor dat begeleiders hun taal niet spreken om een aansluiting te bewerkstelligen, wanneer het iemand met LVB+ zelf niet lukt om contact te leggen met de mensen om hen heen.

Hoe autonoom een alternatieve vorm van levensinvulling ook is en hoeveel eigenwaarde zij hier ook aan ontleen dit spanningsveld de belangrijke taak die voor zorgprofessionals in de gehandicaptenzorg is weggelegd, om in de processen van aansluiting met andere mensen te ondersteunen. Iemand met LVB+ kan anderen, zoals begeleiders en bijvoorbeeld familie, nodig hebben om aan te sluiten bij andere mensen.

Verder delen andere participanten ervaringen over kleine vormen van contact met de mensen in hun omgeving waar ze plezier en waardering uit halen, waardoor zij zich minder eenzaam voelen. In tegenstelling tot de voorgaande essentie is het leggen van kleine vormen van contact een alternatief voor hun behoefte aan meer en diepgaander contact in de sociale sfeer. Het voeren van kleine gesprekjes met bijvoorbeeld collega's of een medewerker van het benzinstation fungeert als een bescheiden alternatief in deze behoefte.

Daarnaast delen verschillende participanten ervaringen waarin zij impliciet kenbaar maken dat zij een gemis van waardering ervaren van anderen. Dit brengen zij naar voren door het beschrijven van een verlangen om door anderen gezien te worden. Een voorbeeld hiervan is dat iemand vertelt dat hij door bewoners in de buurt gezien wil worden met een bekende rijke partner die hij hoopt te krijgen. Een ander voorbeeld is dat iemand door het inplannen en verrichten van meer nuttige taken dan het haar op een dag lukt, opzoek is naar waardering van anderen. Enerzijds spreekt uit de ervaringen van participanten het ontbreken van een intieme

band met een persoon waarbij ook sprake is van affectie, hetgeen Weiss (1973) duidt als het ervaren van emotionele eenzaamheid. Anderzijds toont het verlangen naar een reactie van de sociale wereld om de participanten heen de behoefte aan bevestiging van een andere persoon. Vanuit de theorie van Motta en Larkin (2022) die de complexe spanning beschrijven dat eenzaamheid kan ontstaan in relatie tot anderen, maar ook tot uitdrukking kan komen in de relatie met onszelf omdat we anderen nodig hebben om dit te bevestigen.

Een ander punt dat uit gesprekken met participanten naar voren komt in relatie tot de dimensie van aandacht, is dat verschillende participanten afscheid willen nemen van mensen die zij hun vrienden noemen. Wat in hun ervaringen is waar te nemen, is dat vriendschap voor hen betekent dat zij als het ware een zakelijk contract met de ander aangaan. In de vriendschap heerst het credo: voor wat, hoort wat. Dit houdt in dat er voor participanten in de vriendschap een afwezigheid is van het ervaren van aspecten van wederkerigheid, kwetsbaarheid en verbinding. Aansluitend op deze afwezige aspecten, hebben verschillende participanten een narratief over vriendschap waarin blijkt dat er geen plaats is voor een ander type vriendschap, zoals dat je met vrienden bijvoorbeeld iets onderneemt vanuit een gedeelde gemeenschappelijke interesse.

Een interessante spanning wordt zichtbaar als participanten een keuze maken over het voortbestaan van de vriendschap die enerzijds tragisch van aard is en anderzijds een gezonde keuze voor hen lijkt te betreffen. Verschillende participanten kiezen ervoor dat er in de toekomst geen plaats is voor vrienden in hun leven. Zij maken de keuze afscheid te nemen van hun vrienden. In het licht van afwezigheid van het ervaren van een wederzijdse band is het enerzijds begrijpelijk dat participanten niet een gemis uitspreken als gevolg van hun afwezigheid. Het lijkt voor hen een vanzelfsprekend gemis. Tegelijkertijd betekent een geleefde ervaring van eenzaamheid 'afscheid van vrienden' voor een aantal mensen met LVB+ dat er in de eerste plaats afscheid wordt genomen van de enige vorm van vriendschap die deze participanten hebben en kennen. In de tweede plaats maakt, zoals eerder besproken, de ervaring een reeds afwezige relatie van wederkerigheid in de vriendschap zichtbaar.

De ervaring dat vrienden relaties zijn van wie je afscheid moet nemen bevestigt hier enerzijds dat het iemand met LVB+ ontbreekt aan vrienden waarmee hij een emotionele band opbouwt, wat betekent dat een vriend iemand is waar je bij terecht kan (Weiss, 1973). Ook toont deze ervaring dat bij mensen met LVB+ doordat van het beperkt aantal vrienden afscheid wordt genomen, sprake kan zijn van sociale eenzaamheid zoals gesteld door Weiss en De Jong-Gierveld (1987). Wat de fenomenologische benadering van Motta (2021) sterk en scherper in beeld brengt dan in ander onderzoek naar eenzaamheid, is de spanning die er ontstaat in het

afscheid nemen. Evenals in de eerdergenoemde ervaring ‘alternatieve vormen van leven’ wordt een keuze gemaakt voor een meer autonome en individuele vorm van leven in plaats van een vorm van leven waarin iemand met LVB+ in staat lijkt een keuze te kunnen maken voor een keuze van verbinding met andere mensen om haar heen.

5.3 Conclusie

‘Wat is de geleefde ervaring van eenzaamheid van mensen met LVB+?’

Het onderzoek laat zien dat de geïnterviewde mensen met LVB+ ervaringen delen waaruit blijkt dat zij kampen met eenzaamheid. Ten eerste beschrijven zij dat het worstelen met de tijd een afstand creëert tussen waar ze met verlangen naar uitzien en waar zij zich op een bepaald moment bevinden. De participanten vechten met de tijd om te voorkomen dat zij het contact met andere mensen verliezen en het ‘kunnen opgaan in het moment’ mogelijk moeten missen. Het gevecht met de tijd geeft aan dat waar ze bang voor zijn om potentieel te moeten missen, veel voor hen betekent. Deze genoemde aspecten geven hen het gevoel dat ze zich minder eenzaam voelen. Ten tweede beschrijven zij dat het nuttig besteden van de tijd een strijd inhoudt voor het vergroten van hun eigenwaarde en het zoeken naar bronnen van erkenning in de sociale omgeving. Deze strijd toont, evenals de eerste worsteling met tijd, dat er door mensen met LVB+ wordt gezocht naar manieren om uit hun eenzame situatie te komen.

Ten derde laten mensen met LVB+ zien dat zij opzoek zijn naar de dialoog met zichzelf. Dit komt tot uiting in dat zij voor zichzelf autonome invullingen van de dag ontwikkelen. De achterliggende reden hiervoor is dat zij frustratie in zichzelf ervaren omdat het hen niet lukt het contact aan te gaan met anderen. Hierdoor voelen zij zich eenzaam. Zij voelen zich door andere mensen niet begrepen en niet erkend. Ten vierde leggen mensen met LVB+ kleine vormen van contact. Dit is een bescheiden alternatief voor de behoefte die zij hebben aan meer of diepgaander contact met hun sociale omgeving. Ze geven blijk van dat ze zich minder eenzaam zouden voelen als er meer en ander type gesprekken met anderen beschikbaar is. Ten vijfde vertellen participanten over een bepaalde manier van leven, of zij spreken een behoefte uit, waaruit blijkt dat zij ernaar opzoek zijn om door andere mensen te worden gezien en gewaardeerd. Door het gebrek hieraan ontwikkelen zij bijvoorbeeld verlangens voor het hebben van een partner waardoor zij hopen en verwachten dat de mensen om hen heen hen meer zien. Ten zesde komt er bij verschillende mensen met LVB+ een afwezige relatie naar voren wanneer zij spreken over vriendschappen. Zij spreken uit afscheid te gaan nemen van vrienden, waarin uit de relatie blijkt dat wederkerigheid en een emotioneel hechte band reeds afwezig waren. Evenals een eerder genoemde ervaring van eenzaamheid bij mensen met LVB+, verkiezen deze mensen een autonome invulling van leven

boven een leven in contact met andere mensen om hen heen. Terwijl zij misschien die behoefte wel hebben. Ten zevende uiten zij verlangens voor het willen hebben van een partner. Hiermee hopen zij de eenzame conditie waarin zij zich bevinden te kunnen wijzigen. Het vinden van een partner blijkt echter een zeer lastige opgave, zo vertelt iemand met LVB+. Hierdoor is hun ervaring van eenzaamheid moeilijk te veranderen.

Een uitzondering op de ervaring die mensen met LVB+ hebben in relatie tot eenzaamheid, is dat verschillende mensen met LVB+ aangeven plezier en vreugde te ervaren wanneer zij bezig zijn met iets wat ze graag doen. Zij gaan op deze momenten helemaal op waar ze mee bezig zijn, zij vergeten even de wereld om hen heen. Wanneer zij opgaan in iets wat zij graag doen voelen zij zich niet eenzaam.

6. Discussie

In dit hoofdstuk wordt in de eerste plaats ingegaan op de toegevoegde waarde van dit onderzoek. Vervolgens komen een aantal beperkingen van het onderzoek aan bod. Als laatste worden enkele aandachtspunten voor vervolgonderzoek behandeld.

6.1 Toegevoegde waarde van onderzoek

6.1.1 Wetenschappelijke verantwoording onderzoek

Dit onderzoek is een eerste exploratie naar een geleefde ervaring van eenzaamheid ervaren door mensen met LVB+. Er is nooit eerder vanuit een fenomenologische onderzoeksbenadering empirisch onderzoek gedaan naar eenzaamheid bij deze mensen. Hiermee levert dit onderzoek, naast dat het empirische kennis toevoegt aan een geleefde ervaring van eenzaamheid in brede zin, tevens meer specifiek een bijdrage aan empirische kennis over een geleefde ervaring van eenzaamheid in relatie tot mensen met LVB+.

Er is een verscheidenheid aan betekenissen van eenzaamheid tevoorschijn gekomen door in het onderzoek specifiek te letten op ervaringen van eenzaamheid in relatie tot de dimensie van tijd en de dimensie van aandacht. In de eerste plaats biedt ervaringen van eenzaamheid waarin het beïnvloeden, het uit de pas lopen, en het samenvallen van de eigen beleefde tijd en de wereldse tijd inzicht in dat eenzaamheid een ervaring is dat iemand met LVB+ moet missen dat zij in de toekomst iets niet meer voor zichzelf kan doen. Ook biedt onderzoek naar eenzaamheid in relatie tot de dimensie van tijd de ervaring in beeld dat iemand ernaar streeft zich beter over zichzelf te voelen door allerlei werk te verrichten. Deze ervaringen zijn met name nauw verbonden met de relatie die iemand met LVB+ met zichzelf ervaart.

In de tweede plaats draagt dit onderzoek bij door het getoonde belang oog te hebben voor de achterliggende reden van iemand met LVB+ om alternatieve autonome invullingen voor het dagelijks leven te ontwikkelen. Het ontwikkelen van autonome invullingen van het dagelijks leven kunnen wijzen op iemand meer behoefte heeft om zich te verbinden met haar sociale omgeving, maar dit niet altijd lukt. De uitzondering op een ervaring van eenzaamheid, het ervaren van verbinding met zichzelf door op te gaan in het moment, biedt mogelijke aanknopingspunten voor het ontwikkelen van interventies gericht op het vergroten van eigenwaarde en zelfkennis van mensen met LVB+.

6.1.2 Maatschappelijke verantwoording onderzoek

De inzichten van dit onderzoek kunnen in de eerste plaats worden gebruikt voor het ontwikkelen van sociale interventies voor mensen met LVB+ in de zorgpraktijk, met als doel om hen te

begeleiden bij het leggen van verbindingen met de wereld om hen heen. Anderzijds kunnen de inzichten worden gebruikt om interventies te ontwikkelen voor het vergroten van ervaringen die bijdragen aan het beleven van gevoelens van eigenwaarde en het opdoen van zelfkennis onder mensen met LVB+. Tegelijkertijd geeft dit onderzoek ook belangrijke inzichten in de betekenisvolle taak die is weggelegd voor begeleiders bij het ondersteunen van het leggen van het contact met de wereld om iemand met LVB+ heen. Dit vanwege de beperkte mogelijkheden die zij hier zelf voor hebben. Met behulp van het ontwikkelen van bovengenoemde interventies kunnen mensen met LVB+ mogelijk beter ondersteund worden wanneer zij in een situatie zitten van eenzaamheid en kampen met de pijnlijke gevoelens die met de ervaring samenhangen.

6.1.3 Humanistische verantwoording onderzoek

Omdat iemand met LVB+ een sociaal-emotioneel ontwikkelingsniveau heeft van maximaal 12 jaar en een beperkt inzicht heeft in hoe zij zich sociaal kan redden, hebben zij soms andere mensen nodig om verbinding met de wereld om hen heen te leggen. Dit omdat de ‘taal’ van iemand met LVB+ soms niet aansluit op de taal die iemand uit haar omgeving spreekt. Dit zorgt ervoor dat de begripelijkheid die iemand met LVB+ in relatie tot de wereld om haar heen ervaart onder druk staat (Derkx, 2011). Dit zorgt ervoor dat ook de relatie met zichzelf onder druk komt te staan waardoor iemand zich bijvoorbeeld zich uit de wereld terugtrekt en zich een individueel leven toe eigent dan zij wenst. Door de bevindingen van dit onderzoek is inzichtelijk gemaakt hoe belangrijk de rol van begeleiders in de zorgpraktijk is om deze reflexen van iemand met LVB+ te herkennen. Met als doel de relatie met de wereld te blijven leggen en tevens ondersteuning te bieden voor een goede relatie met zichzelf, zodat mensen met LVB+ in de zorgpraktijk worden ondersteund en begeleid wanneer zij zich eenzaam voelen. Op deze wijze kan voor iemand met LVB+ kennis van zichzelf, eigenwaarde en verbinding met zichzelf worden bevorderd. Dit onderzoek is humanistisch relevant omdat inzichten van de geleefde ervaring van eenzaamheid van mensen met LVB+ bij kunnen dragen aan processen van verbinding en begripelijkheid in relatie tot henzelf en in relatie tot de wereld om hen heen (Derkx, 2011).

6.2 Methodische beperkingen onderzoek

Het delen van ervaringen over eenzaamheid is niet voor iedereen een makkelijk onderwerp. Om deze reden is ervoor gekozen om in het interview participanten specifiek te vragen naar ervaringen van alleen-zijn. Het doel hiervan was om met dit begrip ruimte te maken voor de participant om op verschillende manieren invulling te kunnen geven aan deze ervaring. Bijvoorbeeld door ervaringen van gemis of gebrek te delen, of door ervaringen te delen waaruit kracht of een positieve invulling

blijkt. Door specifiek naar de ervaring van alleen-zijn te vragen is gepoogd om bij de interviews niet een te zware emotionele druk te leggen op de participanten.

Voorafgaand aan de interviews heb ik bij iedere participant aangegeven dat zij op ieder moment kunnen aangeven als zij een vraag niet willen beantwoorden of het interview willen beëindigen. Na de eerste twee interviews vond ik het nodig om de participanten extra opties aan te reiken om ze de mogelijkheid te bieden om tussentijds aan te geven als ze iets wat ze hadden verteld, toch liever voor zichzelf wilden houden. Ik heb deze keuze gemaakt omdat ik merkte dat ze heel gemakkelijk op allerlei vragen antwoord gaven, zoals ze dat gewend zijn om te doen binnen de context van de zorginstelling. Zodoende heb ik op meerdere momenten nadat ik ze in het interview een vraag heb gesteld, benoemd dat ze, wanneer ze om welke reden dan ook geen antwoord wilden geven op de vraag, dat niet hoefden doen.

Geen van de participanten is tijdens het interview gestopt of heeft aangegeven dat zij een vraag niet wilden beantwoorden. Op sommige momenten als er werd doorgevraagd op een gebeurtenis van alleen-zijn, kwam het voor dat er een gevoel van pijn bij ze werd geraakt. Dit werd zichtbaar doordat ze stil vielen, de ogen vochtig werden, of dat na de vraag eerst een situatie uit hun leven werd verteld waarin ze zich niet alleen voelden. Later in het gesprek kwamen de momenten waarop ze zich eenzaam voelden pas aan bod. Als onderzoeker heb ik op deze momenten ruimte gegeven door geen vraag te stellen maar te luisteren, of te benoemen dat alleen-zijn de ene keer fijn kan zijn en op een ander moment verdrietig.

Aan de participanten is aangegeven dat ze na afloop van het interview mij telefonisch of via de email kunnen benaderen als ze iets over het interview kwijt willen of willen vragen. Bij de locaties Anton de Komplein 1 en 2, alsook bij locatie Geldershoofd en Gravestein is de onderzoeker, in haar rol als begeleider, na afloop van het interview regelmatig aanwezig geweest. Zij heeft de participanten gevraagd hoe zij het interview hebben ervaren en genoemd dat ze, als ze dat fijn of nodig vinden, haar altijd een vraag erover kunnen stellen. Aan de uitnodiging om iets over het interview te vragen is door de participanten geen gehoor gegeven. Een bewoner van Anton de Komplein 1 heeft wel meerdere malen gevraagd naar de uitkomst van het onderzoek. Hem is beloofd dat ik hem dat eind augustus 2023 zal vertellen.

6.3 Aandachtspunten vervolgonderzoek

Bij de start van het interview is de vraag gesteld of participanten een afbeelding willen kiezen die voor hen iets uitbeeldt van het gevoel of van een moment, waarop ze zich in het verleden alleen voelden. Het kiezen van een afbeelding is het eerste moment waarop ze een antwoord formuleren over hoe voor hen een moment van alleen-zijn voelt. Deze vraag bleek een belangrijk moment voor

het beantwoorden van de hoofdvraag uit de interviewgide (p. 63): “Kan je me over een moment vertellen dat je je alleen voelde in je leven?”. Nadat meerdere interviews waren afgenomen werd zichtbaar, dat het moment waarop ze een afbeelding kiezen en de reden vertellen van hun keuze voor een afbeelding, een belangrijk moment was voor het delen van een groot deel van hun volledige ervaring van eenzaamheid. Zoals participant 3, die de vraag beantwoordde met: “Ik ben altijd alleen”. Ook in vervolgonderzoek is het belangrijk om oog te hebben voor het moment dat participanten hun antwoord formuleren aan de hand van een afbeelding. Om de zintuiglijke ervaring van eenzaamheid goed te kunnen vangen.

Voor een deel van de participanten is het lastig gebleken om bij de keuze voor een afbeelding antwoord te geven op de, bovengenoemde, gestelde vraag. Participant 2 vroeg meerdere keren om verduidelijking, zoals: “Als je op jezelf bent?” en “Of ik me goed voel?”. En participant 7 vroeg: “Ehh je bedoelt ehh... Sorry hoor. Hoe ik me voel op bepaalde...?”. Hoewel de afbeeldingen het gesprek goed op gang brachten, deed een vraag naar een moment in hun vroegere leven beroep op een mate van abstractie, wat lastig voor ze is. Door een deel van de participanten is op deze momenten antwoord gegeven door ervaringen te delen over gebeurtenissen die zij op de dag van het interview hadden. Participant 7 is hiervan een voorbeeld. Zij vertelt over het bezoek van haar moeder: “P7: *Mijn moeder was vandaag nog. O: Oh ja. P7: Heb ik lekker gegeten, mijn buik zat vol. O: Ja. P7: En dan nog een rijst met bruine bonen en kip*”. De ervaringen die participanten deelden over wat zij op de dag zelf hadden meegemaakt hebben ook belangrijke resultaten opgeleverd over ervaringen van eenzaamheid. Het is in vervolgonderzoek goed aandacht te hebben voor de dagelijkse ervaringen van eenzaamheid wanneer de participanten antwoord geven op vragen naar de ervaring van eenzaamheid.

Ook is gebleken dat het vragen naar de zintuiglijke ervaringen zoals: wat ze voelen, wat ze ruiken, hoe hun omgeving eruit ziet, een bepaalde mate van abstracte en zelfinzicht vraagt wat voor sommige participanten lastig is. Bij deze participanten bleef hun ervaring soms wat vlak ondanks dat er expliciet naar werd gevraagd. Mogelijk kan op dit gebied meer uit de interviews worden gehaald door een visueel middel als interview-methode te gebruiken, zoals bijvoorbeeld afbeeldingen. Zie hiervoor hoofdstuk 7: Aanbevelingen.

7. Aanbevelingen

In het volgende hoofdstuk worden suggesties voor vervolgonderzoek weergegeven.

- Wanneer een volgend onderzoek naar de geleefde ervaring van eenzaamheid wordt verricht, kan een combinatie van een fenomenologische onderzoeksbenadering en een narratieve onderzoeksbenadering interessante resultaten opleveren. In dit onderzoek is het regelmatig voorgekomen dat de ervaringen die mensen met LVB+ over eenzaamheid delen een vertelstructuur bevatten. Zij vertellen op deze momenten ‘kleine verhalen’ (Bamberg, 2008).

- In dit onderzoek is ervaren dat mensen met LVB+ tijdens interviews gemakkelijk hun ervaringen delen met behulp van de afbeeldingen. In vervolgonderzoek kan, in plaats van door met visuele middelen te werken om het interview op gang te brengen, met visuele middelen worden gewerkt als interview-methode. Dit kan bijvoorbeeld in de vorm van het voorleggen van verschillende rondes van afbeeldingen in een interview met de participant.

- De onderzoeksmethode ‘shadowing’ (Bredewold en Weele, 2021) kan een interessante aanvulling zijn op het verrichten van onderzoek naar eenzaamheid in relatie tot de dimensie van tijd, zoals veronderstelt door Motta (2021). Met deze onderzoeksmethode kan een rijk beeld worden verkregen van hoe iemand met LVB+ zijn tijd invult en, mogelijk, hoe sommige momenten niet worden ingevuld.

- Er kan vervolgonderzoek worden gedaan naar de geleefde ervaring van eenzaamheid van mensen met LVB+ gericht op ‘afscheid van vrienden’. Een ervaring van eenzaamheid in relatie tot vriendschappen bij mensen met LVB+, is een ervaring waar verschillende overtuigingen en mensbeelden samenkomen. Onderzoek hiernaar kan wellicht belangrijke inzichten geven die voor mensen met LVB+ kunnen bijdragen aan een betere omgang met vrienden.

Literatuur

- Bamberg, M. & Georgakopoulou, A. (2008). Small stories as a new in narrative and identity analysis. *Text & Talk* 28, 377-396.
- Boeije, H. (2005). *Analyseren in kwalitatief onderzoek. Denken en doen*. Amsterdam: Boom
- Boeije, H. (2012). *Analyseren in kwalitatief onderzoek. Denken en doen*. Den Haag: Boom Lemma uitgevers.
- Borger, T. (2011). A direct test social desirable responding in contingent valuation interviews. *FZID Discussion Paper 40*, 1-23.
- Bredewold, F. & Weele, S. van der (2021). Shadowing as a qualitative research method for intellectual disability research: Opportunity and challenges. *Journal of Intellectual & Developmental Disability* 46(4), 340-350.
- Dahlberg, K. (2006). The essence of essences - the search for meaning structures in phenomenological analysis of lifeworld phenomena. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being* 1(1), 11-19.
- Derckx, P. (2011). *Humanisme, zinvol leven en nooit meer 'ouder worden'. Een levensbeschouwelijke visie op ingrijpende biomedische-technologische levensverlenging*. Brussel: VUB Press.
- Diggelen, B. van & Hout, E. van der (2015). Hulpverlening en motivatie bij (jong) volwassenen op een licht verstandelijk beperkt niveau. *Onderzoek & Praktijk* 13(2), 18-26.
- Eatough, V. & Smith, J. A. (2017). Interpretative phenomenological analysis. In: Willig, C. & Stainton-Rogers, W. (eds.) *Handbook of Qualitative Psychology 2nd Edition*. London, UK: Sage, pp. 193-211.
- Embregts, P., Didden, R., Moonen, X. & Oorsouw, W. van (2020). Mensen met LVB+.
- Embregts, P., Frielink, N., Kwekkeboom, R. & Moonen, X. (2021). Ervaringen van mensen met een verstandelijke beperking, naasten en zorgprofessionals, ten tijde van Covid-19. Lessons learned. *Tijdschrift voor artsen van verstandelijk gehandicapten* 39(3), 186-191.
- Finlay, L. (2008). The body's disclosure in phenomenological research. *Qualitative Research in Psychology* 3(1), 19-30.
- Fokkema, T. & Tilburg, T. van (2005). *Eenzaam en dan? De (on)mogelijkheden van interventies bij ouderen*. Den Haag: NIDI / Amsterdam: VU.
- Gilmore, L. & Cuskelly, M. (2014). Vulnerability to Loneliness in People with Intellectual Disability: An Explanatory Model: Vulnerability to Loneliness. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities* 11(3), 192-99.

- Hansen, F. T. (2012). One step further the dance between poetic dwelling and socratic wonder in fenomenological research. *Indo-Pacific Journal of fenomenological reseach*, 12(2), 149-168.
- Jong-Gierveld, J. de (1987). Developing and testing a model of loneliness. *Journal of personality and social psychology* 53(1), 119-128.
- Lootens, D. & Tromp, T. (2016). *Inclusief verhalend werken met mensen met een verstandelijke beperking. Een gids voor professionals en beleidsmakers*. Antwerpen - Apeldoorn: Garant.
- Machielse, A. (2021). Betekenisvolle relaties als essentiële zingevingsbron bij ouderen. *Geron. Tijdschrift voor ouderen en samenleving* 23(1), 1-4.
- Maso, I. & Smaling, A. (1998). *Kwalitatief onderzoek. Praktijk en theorie*. Den Haag: Boom Lemma Uitgevers.
- McGraw, J. (1995). Loneliness, its nature and forms: An existential perspective. *Man and world* 28, 43-64.
- Merleau-Ponty, M. (1945/1962). *Phenomenology of Perception*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Motta, V. (2021). Key Concept: Loneliness. *Philosophy, Psychiatry, & Psychology* 28(1), 71-81.
- Motta, V. & Larkin, M. (2022). *Absence of other and disruption of self: an interpretative phenomenological analysis of the meaning of loneliness in the context of life in religious community*. Birmingham: University of Birmingham / Aston University.
- Pols, J., M'charek, A., J. van Weert & D. de Vries (2020). *Effecten van sociale afstand op kwetsbare groepen in Nederland. Samenvatting, conclusies en aanbevelingen van het project*. Amsterdam: Universiteit van Amsterdam.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative Research & Evaluation Methods*. (Third Edition). Thousand Oaks. Sage Publications.
- Pelleboer- Gunnink, H. (2020). *'What's in a label?' Public stigma toward people with intellectual disabilities*. Tilburg: Tilburg University.
- Petroutsou, A., Hassiotis, A. & Afia, A. (2018). 'Loneliness in People with Intellectual and Developmental Disorders across the Lifespan: A Systematic Review of Prevalence and Interventions'. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities* 31(5), 643-58.
- Tromp, T. (2022). *Inclusief verhalend werken. Het levensverhaal als uitgangspunt van mensenlievende zorg*. Woerden: Reliëf.
- Vugts – de Groot, B. (2009). *Werken met ontwikkelingsleeftijden. Afstemmen op mensen met een verstandelijke beperking*. Amsterdam: Boom Uitgevers.

Zimmerman, J.G. (1784/1785). *Über die einsamkeit*. Leipzig: Weidmanns Erben und Reich.

Digitale publicaties

Kooij, A. (2023). *Ik hoor er (niet) bij*. Literatuuronderzoek naar eenzaamheid onder kinderen, jongeren en volwassenen met een verstandelijke beperking, en hun naasten. Movisie kennis en aanpak van sociale vraagstukken. Geraadpleegd op 10-03-2023 via <https://digitalepublicaties.movisie.nl/meedoen-en-erbij-horen/ik-hoor-er-niet-bij>.

Kwekkeboom, R. (2021). *Inzicht in eenzaamheid. Gesprekken met wetenschappelijke adviescommissie. Één tegen eenzaamheid*. Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. Geraadpleegd op 4-11-2022 via <https://www.eentegeneenzaamheid.nl>.

Bijlage 1 Informed consent formulier

1) Informatiebrief

Titel: Alleen of niet?

Dag,

Wil je meedoen met dit onderzoek? Meedoen mag maar moet niet!

Je leest hier:

- * Waar het onderzoek over gaat
- * Wat het voor je betekent
- * Wat de voor- en nadelen zijn

Wil je de informatie doorlezen en beslissen of je wil meedoen?

Kun je het formulier invullen als je wilt meedoen?

Groeten, Mieke

Stel uw vragen

Je kunt beslissen na het lezen van de informatie die je in deze informatiebrief vindt.

Op deze website [veelgestelde vragen van deelnemers aan onderzoek](#) kun je nog meer lezen.

Algemene informatie

Het onderzoek wordt uitgevoerd door de Universiteit van Humanistiek.

Dit onderzoek is goedgekeurd door de Ethische Commissie van de Universiteit voor Humanistiek.

De ethische commissie checkt of je:

- * juist wordt behandeld
- * de juiste informatie ontvangt
- * of er goed met je gegevens wordt omgegaan

Wat is het doel van het onderzoek?

Het doel van het onderzoek is om te weten te komen of je weleens alleen bent en hoe dat voor je is.

Dit onderzoeken we om met die informatie tot een oplossing voor eenzaamheid te komen.

Hoe verloopt het onderzoek?

Je wordt benaderd door Mieke Wagenaar, de onderzoeker.

Zij verzamelt verhalen over hoe het is om alleen te zijn. Hierover gaat zij één of twee keer met je gesprek. Aan het eind van het onderzoek kan zij de resultaten van het onderzoek met je delen.

Welke afspraken maken we met je?

We willen graag dat het onderzoek goed verloopt. Daarom maken we de volgende afspraken met je:

Je komt naar iedere afspraak.

Je neemt contact op met de onderzoeker in deze situaties:

Je wilt niet meer meedoen met het onderzoek.

Je telefoonnummer, adres of e-mailadres is verandert.

Wanneer stopt het onderzoek?

* Je wil zelf stoppen met het onderzoek. Dat mag op ieder moment. Meldt dit dan meteen bij de onderzoeker. Je hoeft er niet bij te vertellen waarom je stopt.

* Het onderzoek stopt om andere redenen.

* Het onderzoek is afgerond.

Wat gebeurt er als je stopt met het onderzoek?

De onderzoeker gebruikt de gegevens die tot het moment van stoppen zijn verzameld.

Wat doen we met je gegevens?

Doet je mee met het onderzoek? Dan geef je ook toestemming om je gegevens te verzamelen, gebruiken en bewaren.

Welke gegevens vragen we aan je?

* E-mail adres

* Telefoonnummer woonlocatie

* Naam

* Geboortedatum

* Land van herkomst

* Man/vrouw

Verder zullen tijdens het interview audio-opnames worden gemaakt om wat je vertelt over je ervaring van alleen-zijn voor het onderzoek te kunnen gebruiken.

Welke gegevens verzamelen we uit het elektronisch cliënten dossier Pluriform?

Medische data, zoals je psychisch ziektebeeld en aandoeningen die relevant kunnen zijn voor het onderzoek. Dit is nodig om diversiteit van de doelgroep te kunnen laten zien. Er zullen geen

medische data worden verzameld over je (eventuele) fysieke aandoeningen.

Waarom verzamelen, gebruiken en bewaren we je gegevens

We verzamelen, gebruiken en bewaren je gegevens om de vragen van dit onderzoek te kunnen beantwoorden. En, om de resultaten te kunnen publiceren.

Hoe beschermen we je privacy?

Om je privacy te beschermen geven wij je naam een code. Als we je gegevens verwerken, gebruiken we steeds alleen die code. Ook in rapporten en publicaties over het onderzoek kan niemand terughalen dat het over jou gaat. Namenlijsten worden tijdens het onderzoek op een beveiligde locatie bewaard. Daarnaast wordt wat je vertelt en je persoonlijke gegevens gescheiden opgeslagen zodat ze niet naar elkaar zijn te herleiden.

Wie kunnen je gegevens zien?

Sommige personen kunnen wel je naam en andere persoonlijke gegevens zonder code inzien. Dit zijn mensen die contact met je moeten opnemen en het onderzoek moeten uitvoeren. Dit betreft in ieder geval de projectleider: Drs. F. Bredewold.

Verder zal de examiner Dr. W. van der Vaart als het nodig ook jou en andere persoonlijke gegevens zonder code inzien, mocht het nodig zijn voor het volledig kunnen beoordelen van het onderzoek.

Hoelang bewaren we je persoonsgegevens?

We bewaren uw contactgegevens gedurende de uitvoering en publicatie van het onderzoek. Daarna wordt deze vernietigd, tenzij je expliciet toestemming hebt gegeven om bijvoorbeeld je naam openbaar te maken. Na vernietiging van de contactgegevens kan niet meer achterhaald worden welke onderzoeksgegevens bij welke deelnemer hoorde. Om aan te kunnen tonen dat er daadwerkelijk personen aan het onderzoek hebben deelgenomen worden toestemmingsformulieren digitaal bewaard op een veilige locatie gedurende **maximaal** 10 jaar. Deze zijn enkel voor de onderzoeker toegankelijk.

Hergebruik van onderzoeksgegevens

Onderzoeksgegevens zijn niet herleidbaar naar uw persoon en kunnen worden gedeeld met andere onderzoekers voor vervolgonderzoek, dan wel onderzoek in hetzelfde werkveld of voor onderwijsdoeleinden.

Wil je meer weten over je privacy?

Wil je meer weten over je rechten bij de verwerking van persoonsgegevens? Lees dan de [Privacy Verklaring voor onderzoek](#) van de UvH.

Heb je vragen over je rechten? Of heb je een klacht over de verwerking van je persoonsgegevens? Neem dan contact op met degene die verantwoordelijk is voor de verwerking van je persoonsgegevens. Voor je onderzoek is dat: Mieke Wagenaar.

Waar vindt je meer informatie over het onderzoek?

Informatie over het onderzoek kun je ten alle tijden vragen aan onderzoeker Mieke Wagenaar.

Heb je vragen?

Vragen over het onderzoek kun je stellen aan: Mieke Wagenaar.

Hoe geef je toestemming voor het onderzoek?

Je vertelt de onderzoeker of je de informatie begrijpt en of je wel of niet wilt meedoen. Wil je meedoen? Dan vul je het toestemmingsformulier in dat je bij deze informatiebrief vindt. Jij en de onderzoeker krijgen allebei een getekende versie van deze toestemmingsverklaring.

Bijlage 1: Toestemmingsformulier deelnemer

Titel van het onderzoek: Alleen of niet?

Dit formulier gaat over een onderzoek in opdracht van Universiteit van Humanistiek. Het is onderzoek is een afstudeeropdracht.

Wil je de volgende hokjes aanvinken als je wilt deelnemen?

- De onderzoeker heeft mij over het onderzoek vertelt.
- Ik heb de informatiebrief gelezen.
- Ik had genoeg tijd om te beslissen of ik meedoe.
- Ik mijn vragen kunnen stellen voor het onderzoek.
- Ik mag altijd weer stoppen als ik niet meer mee wil doen.
Ik hoef geen rede te geven om te stoppen.
- Ik geef de onderzoekers toestemming om mijn gegevens te verzamelen en te gebruiken.
- Ik geef de mensen die in deze informatiebrief staan toestemming om mijn gegevens in te zien.
- Ik wil meedoen aan dit onderzoek. De onderzoeker mag de dingen die hij/zij hoort gebruiken voor het onderzoek.

E-mail adres: _____

Telefoonnummer: _____

Geboortedatum: _____

Man/vrouw: _____

Land van herkomst: _____

Mijn naam:

Handtekening:

Datum : ___/ ___/ ____

Voor de onderzoeker

Ik verklaar dat ik deze deelnemer volledig heb geïnformeerd over het genoemde onderzoek. Als er tijdens het onderzoek informatie bekend wordt die de toestemming van de deelnemer zou kunnen beïnvloeden, dan breng ik hem/haar daarvan tijdig op de hoogte.

Naam onderzoeker: Mieke Wagenaar

Functie: Student Universiteit voor Humanistiek

Handtekening:

Datum: __ / __ / __

De deelnemer krijgt een volledige informatiebrief mee, samen met een versie van het getekende toestemmingsformulier.

2) Toestemmingsformulier wettelijk vertegenwoordiger

Titel van het onderzoek: Alleen of niet?

Ik ben gevraagd om toestemming te geven voor deelname van deze persoon aan dit wetenschappelijke onderzoek:

Naam deelnemer:

Geboortedatum:

Lees a.u.b. de tekst en zet een krul achter elk punt!

Ik heb de informatiebrief voor de deelnemer/vertegenwoordiger gelezen. Ook kon ik vragen stellen. Mijn vragen zijn goed genoeg beantwoord. Ik had genoeg tijd om te beslissen of ik wil dat deze persoon meedoet.

Ik weet dat meedoen vrijwillig is. Ook weet ik dat ik op ieder moment kan beslissen dat deze persoon toch niet mee doet. Ik hoef dan niet te zeggen waarom ik dat wil.

Ik geef de onderzoekers toestemming om de persoonsgegevens van deze persoon te verzamelen en te gebruiken. De onderzoekers doen dit om alleen de onderzoeksvraag in dit onderzoek te beantwoorden.

Ik begrijp dat de verzamelde onderzoeksgegevens worden hergebruikt voor vervolgonderzoek dan wel onderzoek in hetzelfde werkveld of onderwijs. Deze gegevens zijn niet herleidbaar naar de persoon die ik vertegenwoordig.

Ik weet dat voor de controle van het onderzoek sommige mensen toegang tot alle gegevens van deze persoon kunnen krijgen. Die mensen staan in deze informatiebrief. Ik geef deze mensen toestemming om de gegevens van deze persoon in te zien voor deze controle.

Ik ga ermee akkoord dat deze persoon meedoet aan dit onderzoek.

Naam wettelijk vertegenwoordiger:

Relatie tot de deelnemer: waarnemend mentor

Handtekening:

Datum:

Voor de onderzoeker

Ik verklaar dat ik de persoon/personen hierboven volledig heb geïnformeerd over het genoemde onderzoek. Wordt er tijdens het onderzoek informatie bekend die de toestemming van de vertegenwoordiger kan beïnvloeden? Dan laat ik dit op tijd aan hem/haar weten.

Naam onderzoeker: Mieke Wagenaar

Functie: Student Universiteit van Humanistiek

Handtekening:

Datum: __ / __ / __

De vertegenwoordiger krijgt een volledige informatiebrief mee, samen met een getekende versie van het toestemmingsformulier.

Bijlage 2 Interviewguide

Vraag 1: Kan je me over een moment vertellen waarop je je in je leven alleen voelde?

Vragen gericht op de lichamelijke dimensie van een ervaring van eenzaamheid

- Waar was je toen?
 - Hoe zag het er daar uit?
 - Waren er andere mensen aanwezig of niet?
 - Wat zag je (om je heen)?
 - Wat rook je?
 - Rook je bepaalde geuren, zoals: ...
 - Wat hoorde je?
 - Wat proefde je?
 - Wat deed je?
 - Wat voelde je?
 - Voelde je je verdrietig?
 - Voelde je je boos?
 - Voelde je je bang?
 - Wat zorgde ervoor dat je je verdrietig, boos of bang voelde?

Vraag 2: Kan je me over een moment vertellen dat je alleen bent?

Wanneer een participant niet een moment van alleen-zijn (eenzaamheid) heeft ervaren, de onderstaande vragen richten op een moment waarop de participant alleen (thuis) is of alleen iets onderneemt.

Vraag 3: Hoe voelde je je over de omgeving op het moment dat je je alleen voelde?

Vragen die zijn gericht op de dimensie van aandacht in relatie tot een ervaring van eenzaamheid

- Waar was je toen?
- Hoe zag het er daaruit?
- Waren er andere mensen aanwezig of niet?
- Wat zag je (om je heen)?
- Wat rook je?
- Rook je bepaalde geuren, zoals: ...
- Wat hoorde je?
- Wat proefde je?
- Wat deed je?
- Wat voelde je?
 - Voelde je je verdrietig?
 - Voelde je je boos?
 - Voelde je je bang?
- Wat zorgde ervoor dat je je verdrietig, boos of bang voelde?
- Hoe voelde je omgeving aan?
 - Voelde de omgeving vertrouwd of juist niet?
 - Kwam je graag in die omgeving of ging je die plek liever uit de weg?
 - En, waarom?
- Voelde je omgeving, de dingen (een park, de winkel, de kerk), dichtbij (nabij) of ver weg (op afstand)?
 - Hoe voelde dat?
 - Voelde je je verdrietig, boos, bang of blij?
- Voelde je omgeving, de mensen (personen aanwezig in de winkel of kerk, of een

persoon - zoals vriend of familie -), dichtbij (nabij) of ver weg (op afstand)?

- Hoe voelde dat?

- Voelde je je verdrietig, boos, bang of blij?

Vraag 4: Hoe voelde de tijd aan op het moment dat je je alleen voelde?

Vragen die zijn gericht op de dimensie van tijd in relatie tot eenzaamheid

- Had je het gevoel dat de tijd juist snel ging of juist langzaam?

- Hoe voelde dat?

- Voelde je je verdrietig, boos, bang of blij?

- Heb je een idee waardoor dat kwam?

- Had je het gevoel dat mensen in je omgeving sneller of juist langzamer iets deden als dat jij dat deed?

- Hoe voelde dat?

- Voelde je je verdrietig, boos, bang of blij?

Vraag 5: Kun je me vertellen wanneer het gevoel van alleen zijn minder werd/verdween?

- Hoe zag je omgeving er toen uit? (Zag je omgeving er anders uit?)

- Rook je andere geuren?

- Hoorde je andere geluiden om je heen?

- Proefde je andere smaken?

- Waarom voelde je je minder alleen (wat zorgde ervoor)?

- Hoe voelde je je? (Wat voelde je? Vraag gericht op de tastzin)

- Voelde je je blij?

- Voelde je je vrolijk?

Vraag 6: Kan je me over een moment vertellen waarop je je niet alleen voelde? Hoe verschilt dat met het moment dat je je wel alleen voelde?

Vragen gericht op de lichamelijke dimensie van de ervaring

- Waar was je toen?

- Hoe zag het er daar uit?

- Waren er andere mensen aanwezig of niet?

- Wat zag je (om je heen)?

- Wat rook je?

- Rook je bepaalde geuren, zoals: ...

- Wat hoorde je?

- Wat proefde je?

- Wat deed je?

- Wat voelde je?

- Voelde je je blij, rustig of ontspannen?

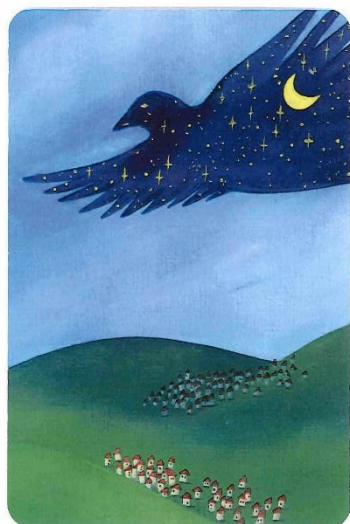
- Wat zorgde ervoor dat je je blij, rustig of ontspannen voelde?

Vraag 7: Wil je over een ander moment vertellen waarop je je alleen hebt gevoeld?

Voor het doorvragen zie vraag 1 of 2, vraag 3, vraag 4 en vraag 5

Vraag 8: Wat betekent eenzaamheid voor jou?

Bijlage 3 Afbeeldingen



Afbeelding 1: Betekenis 'nightshift'



Afbeelding 2: Betekenis 'de geest' of 'movement'



Afbeelding 3: Betekenis 'iets uitvinden'



Afbeelding 4: Betekenis ' een nieuw huisje krijgen'