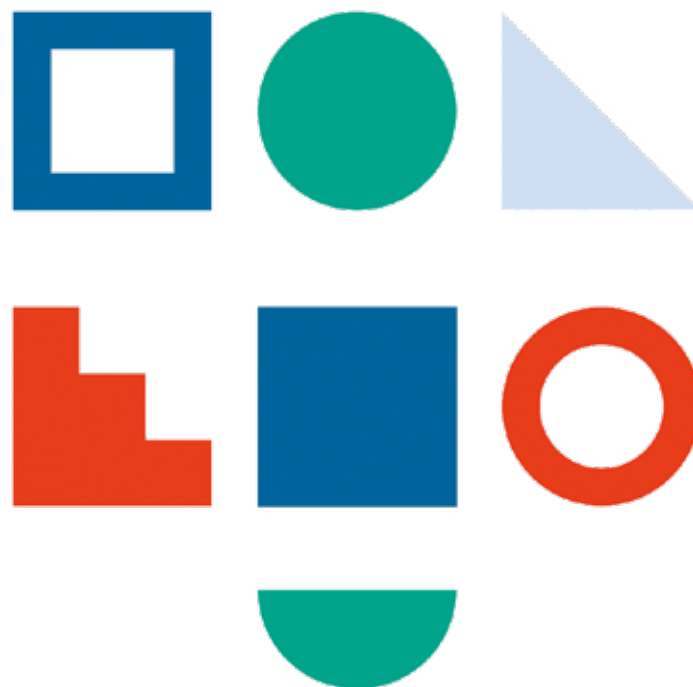


**Buurtgericht werken:
Hoe kunnen Brusselse welzijnsorganisaties
de netwerken van hun buurt versterken
om sociaal isolement van kwetsbare
burgers tegen te gaan?**



Literatuurstudie van het Resokit project

Harm Deleu
Jan Claeys
Frank Meys
Inge Verhaegen
Els Vos

September 2019

**Buurtgericht werken:
Hoe kunnen Brusselse welzijnsorganisaties
de netwerken van hun buurt versterken
om sociaal isolement van kwetsbare
burgers tegen te gaan?**

Literatuurstudie van het Resokit project

Harm Deleu
Jan Claeys
Frank Meys
Inge Verhaegen
Els Vos

September 2019

Inhoudstafel

Inleiding en situering	9
Resokit project	9
Opbouw van het rapport	10
DEEL I: SOCIAAL ISOLEMENT	11
1. Terminologie en afbakening van concepten	13
1.1. Sociaal isolement versus eenzaamheid	14
1.2. Sociale eenzaamheid versus emotionele eenzaamheid	14
1.3. Duur van eenzaamheidsgevoelens	14
1.4. Eenzaamheid en sociaal isolement meten	14
1.4.1. Eenzaamheidsschaal De Jong-Gierveld	14
1.4.2. UCLA loneliness scale	15
1.4.3. Nationaal geluksonderzoek	16
1.4.4. Nationale gezondheidsenquête	16
1.5. Een typologie van sociale contacten	17
1.6. Vereenzaming en sociaal kapitaal	19
1.7. Kwetsbare burgers en maatschappelijke kwetsbaarheid	21
2. Oorzaken en risicofactoren van vereenzaming	23
2.1. Niveaus van oorzaken	23
2.2. Profielkenmerken	24
2.2.1. Een combinatie van kenmerken	24
1. Sociaal-economische status: armoede als cruciale factor	24
2. Gezondheid	24
3. Partner	24
4. Migratieachtergrond	24
5. Andere achtergrondkenmerken	24
2.2.2. Persoonlijkheid	26
2.2.3. Speelt leeftijd een rol?	26
2.3. Vereenzaming als hedendaagse collectieve uitdaging	28
2.4. Verschillen tussen Europese landen	28
2.5. Vereenzaming als proces	29
3. De zin van eenzaamheid	31
3.1. Solitude versus loneliness	31
3.2. Evolutionary theory of loneliness	32

4. Vereenzaming en de grootstad, casus Brussel	35
4.1. Sociale gezondheid in het Brussels gewest	35
4.2. Een duale stad	36
4.3. Een stad met armoede	38
4.4. Een stad met veel alleenstaanden	41
4.5. Een stad met een jonge bevolking	41
4.6. Een vergrijzende stad	43
4.7. Een stad van migranten	44
4.8. Brussel als meertalige stad	46

5. Aanpak van vereenzaming: wat de literatuur ons leert 47

5.1. Evaluatie van interventies in de literatuur: algemene besluiten	47
5.2. De directe aanpak: vier oplossingsrichtingen	48
5.2.1. Netwerkontwikkeling	49
5.2.2. Verwachtingen bijstellen	50
5.2.3. Leren omgaan met gevoelens van eenzaamheid	50
5.2.4. Luisteren	50
5.3. De indirecte aanpak	51
5.3.1. Preventie	51
5.3.2. Deskundigheidsbevordering intermediairs	51
5.3.3. Structurele maatregelen	51
5.4. Typologie van interventieprofielen van geïsoleerde ouderen	52
5.5. De ervaren baat benadering bij ouderen in structureel isolement	54
5.6. Technologische en online hulpmiddelen	55
5.7. De aanpak van een collectieve uitdaging: taboes doorbreken	55

DEEL 2: NETWERKEN VAN DE STADSKUURT 57

6. De veranderende betekenis van de buurt 59

6.1. De dynamische stad: weg van de mythe van de gezellige buurt	59
6.2. Aandacht voor de stadsbuurt	60
6.3. De ene buurt is de andere niet	61
6.4. Co-existentie: lichte bindingen tussen (vertrouwde)vreemdelingen	62
6.5. Levenssituatie bepaalt mee de mate van lokaliteit	64
6.6. Cohésion sociale: een brede interpretatie	65
6.7. Recht op stad	66

7. Voorbij de mythe: hefboomen voor netwerkvorming in de stadsbuurt 67

7.1. Plaatsen van vermenging	67
7.2. Solidariteit op concrete plekken	67
7.3. Transitieruimtes	68
7.4. Soft structures	68
7.5. Burgers nemen initiatief	69
7.6. Online platformen	71

8. Community building 73

8.1. Diversiteit in gemeenschapsvorming	73
8.1.1. Gemeenschapsvorming op basis van homogeniteit	73
8.1.2. Gemeenschapsvorming op basis van herkenbaarheid	73
8.1.3. Gemeenschapsvorming op basis van ambivalentie	74
8.2. ABCD	75
8.3. De grondrechtenbenadering van Samenlevingsopbouw	75
8.4. Community building: kleine stapjes	76

DEEL 3: SYNTHESSES 77

9. De aanpak van sociaal isolement: een synthese 79

10. Werken in Brusselse buurten: een synthese 83

11. Beleidsaanbevelingen vanuit het Resokit-project 85

11.1. Enkele conclusies als uitgangspunt	85
1. Van oud tot jong	85
2. Nood aan maatwerk	85
3. De preventieve kracht van netwerken en oppervlakkige contacten	86
4. Openlijk over eenzaamheid leren spreken	86
5. De omgeving beïnvloedt eenzaamheid	86
11.2. Beleidsaanbevelingen	87
1. Verdeskundiging van het sociaal werkveld i.v.m. thematiek van vereenzaming (risicofactoren, types, processen)	87
2. Werken aan veerkracht bij burgers	87
3. Inzetten op methodisch werken in welzijnswerk op volgende thema's:	87
- Buurt lezen, stedelijkheid, soft structures	87
- Sociaal gewaardeerde rollen van burgers	87
- Outreachend werken	87
- Toegang tot levenskwaliteit vergroten en armoede bestrijden	88
4. Tijd als constructieve factor erkennen voor het sociaal werkveld	88
5. Netwerkversterking tussen organisaties bevorderen	88

12. Tot slot 89

13. Literatuur 91

Inleiding en situering

Resokit project

Vijftigers die onopgemerkt sterven en pas weken later worden gevonden, jongeren die zich uit de samenleving terugtrekken, de eerste schepenen tegen eenzaamheid en ook 'normale' mensen die toegeven dat ze zich soms eenzaam voelen. Zowel in de media als bij het beleid worden eenzaamheid en sociaal isolement de voorbije jaren aan aandacht.

Brussel vormt daarbij een bijzondere biotoop. Met potentieel omwille van de vele organisaties, het grote vrijetijdsaanbod, de geëngageerde stadsbewoners, etc. Maar ook met extra risico's omwille van o.a. het hoge bewonersverloop, de armoedecijfers en een ondoorzichtige sociale kaart.

Tussen april 2018 en september 2019 gingen we met de opleidingen orthopedagogie en sociaal werk van de Odisee Hogeschool, ondersteund door de Vlaamse Gemeenschapscommissie, aan de slag met deze thema's. We vertrokken daarbij van de vraag hoe welzijnsorganisaties netwerken kunnen versterken vanuit een buurtgerichte aanpak. De Bruggenbouwer-methodiek werd binnen de opleiding orthopedagogie ontwikkeld en focust op netwerkversterking in de buurt. Deze diende als inspiratie en werd vertaald naar de Brusselse context. Zo kwamen we bij de volgende onderzoeksvragen:

Buurtgericht werken: Hoe kunnen Brusselse welzijnsorganisaties de netwerken van hun buurt versterken om sociaal isolement van kwetsbare burgers tegen te gaan?

Hoe kan de Bruggenbouwer-methodiek in de grootstedelijke context bijdragen tot sterke(re) netwerken?

In voorliggend rapport brengen we de resultaten samen van een uitgebreide literatuurstudie binnen het Resokit-project. De studie verkent ten eerste de bestaande literatuur over sociaal isolement en vereenzaming, met daarbij bijzondere aandacht voor de toepassing op de Brusselse context. Een tweede deel zoomt in op de netwerken van stedelijke buurten en zoekt naar realistische handvaten bij gemeenschapsvorming, opnieuw met een Brusselse vertaalslag.

Doorheen het traject overlegden we met experts en gingen we langs bij Brusselse organisaties voor een diepte-interview en eventuele intake voor een coachingstraject. De uitkomst van deze gesprekken en enkele voorbeelden uit de praktijk zijn mee verwerkt in de tekst.

De coachingstrajecten namen diverse vormen aan: deelname aan de verdiepingsweek sociale inclusie (20-23 november 2018), enkele trajecten op maat (november 2018 – november 2019) en er was ruimte voor uitwisseling tijdens de bijeenkomsten van het lerend netwerk (januari 2019 – september 2019). Vanuit de literatuur organiseerden we samen met Brusselse partners, een aantal lezingen over eenzaamheid, sociaal isolement en netwerken in de stadsbuurt.

Deze ervaringen leidden samen met de literatuurstudie tot een methodiek Resokit die (welzijns) organisaties ondersteunt bij het werken met netwerken in een buurtgerichte context. Resokit verwijst dan ook naar 'réseau' of 'netwerk', naar (onzichtbare) vertakkingen 'rizoom' en naar een verzameling van theorie, praktijken, methodieken en tools in een 'kit'. De methodiek staat beschreven in een aparte bundel.

We wensen u alvast veel leesplezier met deze literatuurstudie en hopen dat de komende pagina's zowel mogen informeren als uitdagen en stimuleren.

Opbouw van het rapport

Deel I van het rapport focust op het fenomeen van sociaal isolement. In het eerste hoofdstuk gaan we op zoek naar een correcte terminologie om het over vereenzaming bij kwetsbare burgers te hebben. Oorzaken van en risicofactoren voor vereenzaming staan centraal in hoofdstuk 2. Hoofdstuk 3 brengt nuance in vereenzaming als probleem maar wijst tegelijk op een aantal ernstige risico's. Een vierde hoofdstuk vertrekt vanuit een Brusselse omgevingsanalyse om specifieke factoren die vereenzaming in Brussel in de hand kunnen werken te kaderen. Hoofdstuk 5 beschrijft de aanpak van vereenzaming uit de relevante literatuur.

Deel II van de literatuurstudie gaat dieper in op netwerken binnen stedelijke buurten met de bedoeling om een zicht te krijgen op wat we al dan niet van buurten kunnen verwachten in het tegengaan van vereenzaming. Hoofdstuk 6 schetst een beeld van de hedendaagse stadsbuurt. Hoofdstuk 7 kijkt concreter naar elementen die netwerkversterking in de stadsbuurt (kunnen) bevorderen en die vandaag al plaatsvinden in Brusselse buurten. Het achtste hoofdstuk zoekt inspiratie bij community building.

Onder deel III vormen de hoofdstukken 9 en 10 de syntheses van respectievelijk de aanpak van vereenzaming en netwerken van de stadsbuurt. Hoofdstuk 11 bevat de beleidsaanbevelingen die binnen het project tot stand kwamen. Daarna volgt een uitleiding en het dertiende hoofdstuk sluit af met een literatuurlijst.



DEEL I: SOCIAAL ISOLEMENT

Sociaal isolement en eenzaamheid zijn nauw verbonden. In dit eerste deel gaan we dieper op deze thema's in. Welke termen zijn gebruikelijk, wat betekenen ze, wat zijn risicofactoren voor sociaal isolement en wat zijn mogelijke oplossingen? Moeten we sociaal isolement eigenlijk wel altijd oplossen? Deze vragen komen aan bod, met in hoofdstuk 4 bijzondere aandacht voor de Brusselse context.

Terminologie en afbakening van concepten

Termen als vereenzaming, sociaal isolement en eenzaamheid worden vaak door elkaar gebruikt. Om het inzicht in het thema te vergroten krijgen we, aan hand van enkele beschrijvingen en modellen, meer greep op de terminologie. Daarbij lijsten we enkele kenmerken en verschillen op.

- het objectief ontbreken van relaties versus gevoelens van eenzaamheid: sociaal isolement versus eenzaamheid
- het gemis van een netwerk versus het gemis aan een specifieke relatie: sociale eenzaamheid versus emotionele eenzaamheid
- tijdelijke en situationele eenzaamheidsgevoelens versus chronische eenzaamheid
- verschillende manieren om naar de mate van eenzaamheid en sociaal isolement te peilen
- de evaluatie van sociale contacten door mensen: omvang van het aantal contacten versus de mate van beleefde eenzaamheid
- vereenzaming en sociaal kapitaal
- vereenzaming en maatschappelijke kwetsbaarheid

1.1. Sociaal isolement versus eenzaamheid

Hoewel ze niet helemaal los staan van elkaar zijn eenzaamheid en sociaal isolement toch twee aparte fenomenen.

Sociaal isolement gaat over het aantal ondersteunende relaties die een persoon heeft. Deze zijn in principe meetbaar (Schoenmakers, 2014).

Een definitie van sociaal isolement is *het ontbreken van ondersteunende relaties in het persoonlijke leven. Het gaat dan om persoonlijke relaties met familie, vrienden en bekenden waar mensen in geval van nood op terug kunnen vallen voor praktische, emotionele of gezelschapssteun* (Machielse, 2011, p. 43 [2006]).

In deze betekenis is sociaal isolement de tegenhanger **van sociale weerbaarheid**. Mensen zijn sociaal weerbaar als zij beschikken over een netwerk van personen die hen praktisch, emotioneel en sociaal kunnen ondersteunen en in staat zijn om dit netwerk bij problemen te mobiliseren (Machielse, 2011, p. 43). Bij wie in sociaal isolement leeft, ontbreekt dit netwerk.

Iemand kan in sociaal isolement leven maar zich niet eenzaam voelen terwijl een persoon met eenzaamheidsgevoelens objectief gezien niet noodzakelijk in sociaal isolement leeft.

Terwijl sociaal isolement verwijst naar een objectieve situatie waarbij een persoon een reeks van sociale relaties niet heeft, is eenzaamheid daarentegen een subjectief gegeven. **Eenzaamheid** vertrekt vanuit de beleving van een persoon. In die zin is eenzaamheid een relatief begrip: waar de één zich tevreden mee voelt kan voor iemand anders te weinig zijn.

Eenzaamheid is dan *het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde sociale relaties* (De Jong Gierveld, 1984). Het gaat dus om het gemis van één of meerdere relatie(s) terwijl andere relaties gewoon in het netwerk aanwezig zijn (Schoenmakers, 2014). Dit wordt duidelijk in het volgende hoofdstuk.

1.2. Sociale eenzaamheid versus emotionele eenzaamheid

Om verder inzicht te krijgen in eenzaamheidsgevoelens is het onderscheid tussen emotionele en sociale eenzaamheid relevant.

Emotionele eenzaamheid verwijst naar het ervaren van een gemis aan kwaliteit van bepaalde sociale relaties. Het gemis van een hechte, diepgaande band. Bijvoorbeeld na het overlijden van een levenspartner.

Sociale eenzaamheid gaat over de afwezigheid van een bredere kring van contacten of sociaal netwerk, zoals een vriendengroep of contacten in de buurt.

Mensen kunnen veel vrienden hebben bij wie ze blij zijn en zich thuis voelen en zich tegelijkertijd eenzaam voelen omdat ze een diepere band met die ene beste vriend of vriendin missen (emotionele eenzaamheid). Of ze hebben een heel goede vriend of vriendin, maar voelen zich toch eenzaam omdat ze het gevoel hebben niet bij een vriendengroep te horen (sociale eenzaamheid) (Maes, 2017). Uiteraard kunnen beide ook samen voorkomen (De Witte et al., 2012).

1.3. Duur van eenzaamheidsgevoelens

Qua duur van eenzaamheidsgevoelens bij ouderen onderscheidt Heylen (2014, p. 18) drie types :

- Voorbijgaande eenzaamheid: als tijdelijke bui.
- Situationele eenzaamheid: kan ontstaan naar aanleiding van een specifieke gebeurtenis (bv. partnerverlies, gezondheidsproblemen).
- Chronische eenzaamheid: heeft een langdurig karakter. Soms wordt de grens van twee jaar daarbij gehanteerd (Vonk3, 2018a).

Na deze eerste hoofdstukken blijkt al dat achter het woord eenzaamheid verschillende fenomenen schuilgaan. Het onderkennen van de verschillende soorten is belangrijk aangezien ze ook om een verschillende aanpak vragen.

1.4. Eenzaamheid en sociaal isolement meten

In dit hoofdstuk bespreken we enkele van de meest aangehaalde meetinstrumenten om naar eenzaamheid, en in mindere mate sociaal isolement, te peilen.

1.4.1. Eenzaamheidsschaal De Jong-Gierveld

Deze eenzaamheidsschaal werd ontwikkeld door Jenny Gierveld en haar studenten aan de Universiteit van Amsterdam vanaf 1989 en wordt op verschillende plekken in de wereld gebruikt (bv. Canada, Japan, etc.).

De eenzaamheidsschaal van De Jong-Gierveld meet eenzaamheid bij volwassenen vanaf 18 jaar. Dit gebeurt aan de hand van 11 stellingen waarin naar de mate van sociale en emotionele eenzaamheid wordt gepeild. Het woord eenzaamheid komt niet in de stellingen voor.

De respondenten duiden aan welke stelling bij hen van toepassing is (mogelijke antwoorden: 'nee', 'min of meer' en 'ja').

1. 'Er is altijd wel iemand in mijn omgeving bij wie ik met mijn dagelijkse probleempjes terecht kan.'
2. 'Ik mis een echt goede vriend of vriendin.'
3. 'Ik ervaar een leegte om me heen.'
4. 'Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van narigheid kan terugvallen.'
5. 'Ik mis gezelligheid om me heen.'
6. 'Ik vind mijn kring van kennissen te beperkt.'
7. 'Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen.'
8. 'Er zijn voldoende mensen met wie ik me nauw verbonden voel.'
9. 'Ik mis mensen om me heen.'
10. 'Vaak voel ik me in de steek gelaten.'
11. 'Wanneer ik daar behoefte aan heb kan ik altijd bij mijn vrienden terecht.'

Meer informatie: http://home.fsw.vu.nl/tg.van.tilburg/manual_loneliness_scale_1999.html (De Jong Gierveld & van Tilburg, 2017).

Ook Belgisch onderzoek maakt gebruik van de schaal, bijvoorbeeld in het onderzoek 'Oud word je niet alleen'. Naast de rechtstreekse vraag 'Voelt u zich dikwijls, soms of nooit eenzaam?' legden de enquêteurs de 11 bovenstaande stellingen van de eenzaamheidsschaal van de Jong Gierveld voor tijdens face-to-face interviews (Vandenbroucke, Lebrun, Vermeulen, & Declercq, 2012, pp. 26–27).

Daaruit blijkt o.a. dat 46% van de Belgische ouderen zich eenzaam voelt. Eenzaamheid komt meer voor bij de oudste ouderen, met name emotionele eenzaamheid. De reden is niet de leeftijd op zich, maar wel de grotere kans op risicofactoren als een slechte gezondheid of partnerverlies (Vandenbroucke et al., 2012, pp. 6–7).

1.4.2. UCLA loneliness scale

De UCLA schaal werd in 1978 in Los Angeles ontwikkeld. Aanvankelijk bestond ze uit 20 stellingen, waarna de schaal werd verbeterd en verkort in functie van de bruikbaarheid (van Beuningen, Coumans, & Moonen, 2018, pp. 6–7). De schaal wordt eveneens wereldwijd gebruikt.

De schaal bevat stellingen waarbij de respondenten aangeven of ze zich 'vaak', 'soms', 'zelden' of 'nooit' zo voelen. De UCLA loneliness scale meet eenzaamheid als een eendimensioneel concept en maakt dus geen onderscheid tussen sociale en emotionele eenzaamheid.

De survey Sociaal-culturele Verschuivingen in Vlaanderen maakt gebruik van een ingekorte versie van de UCLA loneliness scale. Interviewers gaan in Vlaanderen 1500 respondenten bevragen en leggen hen volgende vragen voor: 'Er zijn mensen met wie ik goed kan praten', 'Ik voel me van andere mensen geïsoleerd', 'Er zijn mensen die me echt begrijpen', 'Ik maak deel uit van een groep vrienden', 'Mijn sociale contacten zijn oppervlakkig' (Studiedienst Vlaamse Regering, 2017, p. 28).

Uit de survey blijkt o.a. dat 6% aangeeft zich van andere mensen geïsoleerd te voelen. Bij stedelingen, alleenstaanden en laaggeschoolden is dat 10% (Studiedienst Vlaamse Regering, 2017, p. 23).

1.4.3. Nationaal geluksonderzoek

Voor het nationaal geluksonderzoek van de UGent en verzekeringsmaatschappij NN werden 1.600 respondenten bevraagd die representatief zijn voor de Belgisch bevolking op basis van leeftijd, geslacht, opleidingsniveau, beroepscategorie en provincie. Ze vulden anoniem een online vragenlijst in.

In de vragenlijst werd eenzaamheid gemeten a.d.h.v. de stelling 'De jongste tijd in mijn privéleven voel ik me eenzaam'. Deelnemers konden 'nooit', 'zelden', 'soms', 'vaak' of 'altijd' antwoorden. De werkende deelnemers kregen ook nog volgende vraag: 'De jongste tijd in mijn werksituatie voel ik me eenzaam', met dezelfde antwoordmogelijkheden (J. T'Jaecx, personal communication, July 8, 2019).

In het onderzoek geeft bijna de helft van alle Belgen (46%) aan zich soms tot altijd eenzaam te voelen. Het percentage ligt het hoogst bij jonge Belgen met 54,5% tussen de 20 en de 34 jaar en het laagst bij de oudste leeftijdscategorie (70-plussers) met 28,3% (UGent & NN, 2018).

1.4.4. Nationale gezondheidsenquête

Deze gegevensverzameling gebeurt via een schriftelijke vragenlijst bij Belgen vanaf 15 jaar. De Brusselse welzijnsbarometer neemt de resultaten uit de gezondheidsenquête over (Observatorium voor Gezondheid en Welzijn van Brussel-Hoofdstad, 2018). In verband met sociale contacten worden volgende vagen gesteld (Demarest, 2015, p. 323):

- SO.01 'Hoe vindt u uw sociale contacten?' ('Zeer bevredigend / Vrij bevredigend / Vrij onbevredigend / Zeer onbevredigend')
- SO.02 'Hoe vaak hebt u doorgaans contact met verwanten, kinderen, vrienden, kennissen...?' ('Ten minste 1 keer per week / Ten minste 1 keer per maand / Ten minste 3 of 4 keer per jaar / Ten minste 1 keer per jaar / Helemaal niet')

Naast appreciatie en frequentie van sociale contacten wordt ook de kwaliteit van sociale ondersteuning ingeschat aan de hand van drie vragen (afkomstig van de OSLO schaal):

- SO.03 'Hoeveel personen staan u zo dichtbij dat u op hen kunt rekenen indien u met zware problemen geconfronteerd wordt?' ('Geen enkele / 1 of 2 / 3 tot 5 / 6 of meer')
- SO.04 'In welke mate hebben mensen aandacht en interesse voor wat u doet?' ('Veel / Matig / Dit weet ik niet zeker / Weinig / Helemaal niet')
- SO.05 'Hoe gemakkelijk is het om praktische hulp van burens te krijgen als dit nodig zou zijn?' ('Zeer gemakkelijk / Gemakkelijk / Het is wellicht mogelijk / Moeilijk / Zeer moeilijk')

Uit de gezondheidsenquête blijkt o.a. dat 9% van de Belgen ontevreden is over hun sociale contacten (Demarest, 2015, p. 327) en dat 68% van de mensen de steun die ze uit hun omgeving ontvangen als zwak of eerder zwak beschouwen (Demarest, 2015, p. 337). Enkele resultaten voor Brussel staan vermeld in hoofdstuk 4.1.

1.5. Een typologie van sociale contacten

Sociaal isolement en eenzaamheid gaan dus respectievelijk over het aantal ondersteunende relaties en de beleving van sociale relaties.

De Nederlandse onderzoekers Hortulanus, Machielse en Meeuwesen (2003, pp. 79–81) operationaliseerden en kruisten het objectieve en het subjectieve element.

- Het **subjectieve criterium** is de mate van eenzaamheidsgevoelens. Dit wordt gemeten aan de hand van de eenzaamheidsschaal van de Jong Gierveld (zie hoofdstuk 1.4.1.).
- Het **objectieve criterium** is de omvang van iemands netwerk. Dit wordt geoperationaliseerd aan de hand van de vraag 'Hoeveel personen staan u zo dichtbij dat u op hen kunt rekenen indien u met zware problemen geconfronteerd wordt?' Personen die op meer dan vijf anderen kunnen rekenen hebben een 'groot' sociaal netwerk (Vandenbroucke et al., 2012, p. 104).

Op basis van deze operationalisering komen Hortulanus en collega's (2003, p. 81) tot een typologie van sociale contacten.

Subjectief: kwaliteit sociaal netwerk	Objectief: omvang sociaal netwerk	
	Groot	Klein
Voelt zich niet eenzaam	Sociaal weerbaren	Contactarmen
Voelt zich wel eenzaam	Eenzamen	Sociaal geïsoleerden

- Mensen zijn **sociaal weerbaar** als zij beschikken over een netwerk met personen die hen praktisch, emotioneel en sociaal kunnen ondersteunen en in staat zijn om dit netwerk bij problemen te mobiliseren.
- Personen die geen sociale steun kunnen genereren staan er bij tegenslagen en problemen alleen voor of zijn dan aangewezen op professionele vormen van zorg en hulpverlening, zij behoren tot de **sociaal geïsoleerden**. De sociaal geïsoleerden voelen zich daarbij eenzaam. In de typologie voelt elke sociaal geïsoleerde zich dus eenzaam, maar is niet elke eenzame (al) sociaal geïsoleerd.
- **Contactarmen** hebben geen last van eenzaamheidsgevoelens maar kennen evenmin een groot sociaal netwerk. Dit beperkte sociaal netwerk maakt hen kwetsbaar: indien een belangrijk persoon wegvalt is er een groot risico op sociaal isolement.
- **Eenzamen** mogen dan al een groot netwerk hebben, de aanwezige contacten voldoen niet aan hun wensen. Als deze gevoelens langdurig worden verkleint het netwerk mettertijd omdat ze geen aantrekkelijk gezelschap vormen of omdat ze zichzelf terugtrekken uit het sociale leven aangezien de aanwezige contacten niet aan hun behoefte voldoen (Machielse, 2011, p. 44). Zo kunnen ze in sociaal isolement terechtkomen.

Samenvattend kunnen we stellen dat zowel contactarmen als eenzamen een verhoogde kans hebben om - vanwege verschillende redenen – sociaal geïsoleerd te geraken en dus kwetsbaar zijn voor sociaal isolement.

Ook in België werd deze typologie ingezet. Met name het onderzoek 'Oud word je niet alleen' van de Koning Boudewijnstichting (Vandenbroucke et al., 2012) maakte een indeling op basis van een bevraging bij 1210 Belgische ouderen. Daaruit bleek 45% sociaal weerbaar, 9% contactarm, 23% eenzaam en 23% sociaal geïsoleerd (Vandenbroucke et al., 2012, p. 104). Bij de Brusselaars is dit respectievelijk 42%, 10%, 19% en 29% (Vandenbroucke et al., 2012, p. 108).

De bovenstaande typologie maakt duidelijk dat sociaal isolement doorgaans voorafgegaan wordt door contactarmoede of eenzaamheidsgevoelens. Zij vormen de risicogroepen voor sociaal isolement. In de typologie combineren de sociaal geïsoleerden een objectief sociaal isolement met eenzaamheidsgevoelens, waar doorgaans gesteld wordt dat sociaal isolement een feitelijk ontbreken van een netwerk is, los van een gevoel (zie hoofdstuk 1.1.).

De typologie wijst op een neerwaartse spiraal die zoveel mogelijk moet voorkomen worden of waarin moet worden ingegrepen om sociaal isolement te voorkomen, aangezien het vaak erg moeilijk is om sociaal geïsoleerden terug sociaal weerbaar te maken. Om dit procesmatig karakter te benadrukken gebruiken we in dit rapport vaak de term **vereenzaming**.

Vereenzaming is dan het proces waarbij gevoelens van eenzaamheid en/of het wegvallen van een klein sociaal netwerk kunnen leiden tot sociaal isolement en dus een verdwenen sociale weerbaarheid.

1.6. Vereenzaming en sociaal kapitaal

Terwijl de eerder beschreven typologie van sociale relaties het objectieve (omvang netwerk) met het subjectieve (gevoelens van eenzaamheid) combineert zegt ze niets over de heterogeniteit van de relaties. Het concept van sociaal kapitaal is daarom een interessante aanvulling. Verschillende auteurs geven er verschillende invullingen aan. Een mogelijke definitie van sociaal kapitaal is: *"the resources that are available through social networks and relationships based on trust, shared norms and reciprocity"* (Curley, 2009, p. 228).

Het bevorderen van sociaal kapitaal zou een positieve invloed hebben op de kwaliteit van leven van mensen. Afhankelijk van de auteur is sociaal kapitaal eerder een individueel dan wel een collectief goed. **Bourdieu** situeert sociaal kapitaal in de relaties tussen individuen. Sociaal kapitaal slaat dan op het kapitaal aan sociale relaties dat iemand bezit. Sociaal weerbaren kunnen bijvoorbeeld hun sociale netwerk inzetten in geval van nood. Het aanwezige sociale kapitaal kan ook helpen om toegang te krijgen tot economische hulpbronnen, zoals tips over gesubsidieerde leningen, informatie over studiebeurzen of kortingen op vrijetijdbesteding (Vos & Verhaegen, 2017, p. 46). Sociaal kapitaal is in deze visie dus een instrumentele hulpbron voor individuen.

In tegenstelling tot Bourdieu situeert **Putnam** sociaal kapitaal eerder als een eigenschap van een collectiviteit. De kernelementen zijn vertrouwen, wederkerigheid en netwerken. Hoe meer van deze elementen, hoe meer sociaal kapitaal en hoe beter een samenleving functioneert. Bijvoorbeeld doordat bewoners hun buurt in de gaten houden wordt er minder ingebroken of brengen bewoners boodschappen mee voor minder mobiele bureaus. Hierdoor wordt de wijk veiliger en aangenamer. Er wordt dus sociaal kapitaal toegevoegd aan de wijk (Zengers & Loorbach, 2010, p. 2). De toename van collectief sociaal kapitaal heeft natuurlijk ook een meerwaarde voor het individu.

Sociaal kapitaal kan ook onderscheiden worden op basis van de aard en richting van de sociale netwerken die de basis vormen van sociaal kapitaal (Vyncke, Willems, Buffel, Verté, & Peersman, 2010, p.10). Op die manier beschrijft de literatuur het onderscheid tussen bonding, bridging en linking sociaal kapitaal (Poortinga, 2012; Putnam).

- **Bonding sociaal kapitaal** verwijst naar het versterken van de eigen identiteit en banden in homogene groepen.
- Aanvullend daarop heeft **bridging sociaal kapitaal** een overbruggend en heterogeen karakter: het gaat om relaties tussen mensen van verschillende groepen (bv. sociaaleconomisch, etnisch of cultureel).
- **Linking sociaal kapitaal** is een meer recent concept dat vooral verwijst naar de relaties met mensen in machtsposities, bijvoorbeeld met het lokale bestuur.

Het uitbouwen van diepgaande relaties en dus hoge niveaus van bonding kapitaal is uiteraard vaak positief. Zo zijn er verschillende onderzoeken uit Nederland en België die erkennen dat een concentratie van een migrantengemeenschap in een buurt voordelen kan hebben op zowel economisch als welzijnsvlak (Daeninck, 2015; Oosterlynck, Schillebeeckx, & Schuermans, 2012, p. 123; Redactie, 2011). De buurtbewoners met bonding sociaal kapitaal voelen zich geborgen in de sociale netwerken van de eigen groep en kunnen deze ook aanspreken in functie van een inkomen. Bovendien zijn er auteurs die stellen dat er een bepaalde mate van bonding sociaal kapitaal nodig is als basis om bridging sociaal kapitaal op te bouwen.

Maar bonding sociaal kapitaal brengt ook risico's met zich mee. Ten eerste vanwege de eenzijdigheid, waardoor het bijvoorbeeld lastig is voor jongeren uit een groep met criminele activiteiten om uit het netwerk met sterke bonding te stappen. Ook voor mensen die buiten het netwerk vallen kan bonding sociaal kapitaal negatief zijn: in een wijk met veel mensen van dezelfde origine die dezelfde taal spreken en goede contacten onderhouden kan iemand die niet tot dat netwerk behoort zich eenzaam voelen.

Bridging sociaal kapitaal wordt doorgaans eenduidiger als positief beschouwd. Zo zijn personen in contactarmoede met in hun beperkte netwerk enkele heterogene relaties wellicht meer sociaal weerbaar dan zij die evenveel – of beter gezegd even weinig – relaties hebben maar enkel met mensen die erg op henzelf lijken.

Iemand die in generatiearmoede leeft en een ondersteunende relatie aangaat met iemand uit de middenklasse of een oudere die een ondersteunende relatie heeft met een jongere bezit bridging sociaal kapitaal dat potentieel versterkend werkt.

De positieve connotatie van bridging sociaal kapitaal wordt bevestigd door Engels onderzoek (Poortinga, 2012, p. 287) dat stelt dat heterogene relaties kunnen beschermen tegen depressies en positief bijdragen aan de gemeenschap. Mensen met zulke relaties staan namelijk minder bloot aan mogelijke negatieve gevolgen van het leven in achtergestelde wijken dan diegenen die vooral steunen op 'inward looking' homogene netwerken.

In sommige omschrijvingen (EIP, 2017; van Eijk, 2011) verwijst sociaal isolement naar het ontbreken van bridging en linking sociaal kapitaal en dus naar het eenzijdig gericht zijn op de eigen groep terwijl er geen contacten zijn met mensen uit andere groepen en met mensen met beslissingsmacht. Sociaal isolement beschrijft dan een situatie waarin het niet zozeer ontbreekt aan sociale netwerken, maar aan hupbronrijke sociale netwerken, of sociaal kapitaal (van Eijk, 2011, p. 323). Dit concept komt voort uit onderzoek in arme buurten in Chicago waarin de kansarme bevolking geïsoleerd is van de mainstream samenleving.

Naast bonding sociaal kapitaal vormen ook bridging en linking sociaal kapitaal buffers tegen sociaal isolement. Daarbij bieden zulke relaties (potentieel) hulp bij het vinden van een baan of woning en sociale en politieke participatie (van Eijk, 2011, p. 323). Een netwerkmethodiek moet dus de verschillende soorten sociaal kapitaal voeden.

De term sociaal isolement kreeg doorheen deze eerste hoofdstukken verschillende invullingen. In hoofdstuk 1.1.: het objectief ontbreken van ondersteunende relaties (los van gevoelens). In hoofdstuk 1.5.: een klein sociaal netwerk gecombineerd met eenzaamheidsgevoelens. In hoofdstuk 1.6.: een kansarme bevolking die geïsoleerd is van de mainstream samenleving door het ontbreken van bridging sociaal kapitaal van de kansarme bevolking met kansrijke mensen (van Eijk, 2011, p. 323).

Deze verschillende invullingen kunnen tot begripsverwarring leiden. Binnen Resokit verwijst sociaal isolement in de eerste plaats naar de definities in hoofdstuk 1.1. en dus naar het objectief ontbreken van ondersteunende relaties. We houden er daarbij wel rekening mee dat sociaal isolement vaak gepaard gaat met eenzaamheidsgevoelens en dat eenzaamheidsgevoelens en/of contactarmoede kunnen leiden tot sociaal isolement (hoofdstuk 1.5.). Daarnaast gaan we ervan uit dat netwerkversterking in een buurtgericht context ook een positieve invloed kan hebben op de diversiteit van sociale netwerken (en dus op het sociaal kapitaal) (hoofdstuk 1.6.).

1.7. Kwetsbare burgers en maatschappelijke kwetsbaarheid

Het begrip 'kwetsbare burgers' uit de onderzoeksvraag roept discussie op. Tijdens een gesprek met experts uit het werkveld (Verhaegen, 2018) stellen sommigen dat het net om uiterst sterke burgers gaat in moeilijke situaties terwijl anderen er net voor pleiten om menselijke kwetsbaarheden te aanvaarden.

Eerder dan van kwetsbare burgers vertrekken we vanuit de **theorie van 'maatschappelijke kwetsbaarheid'** die stelt dat sociale problemen ontstaan door een samenspel van factoren. Het gaat daarbij niet alleen om het individu of de structuur. De theorie van maatschappelijke kwetsbaarheid vertrekt vanuit een interactionistische benadering van sociale problemen: problemen komen voort uit interactie tussen individuen of groepen en maatschappelijk instellingen, zoals de onderstaande definitie het stelt.

"Maatschappelijk kwetsbaar is diegene die in zijn contact met de maatschappelijke instellingen telkens weer vooral te maken krijgt met de controlerende en sanctionerende aspecten ervan en minder geniet van het positieve aanbod." (Vettenburg, 1989, p. 4)

Deze theorie verschaft het inzicht dat maatschappelijke instellingen – waaronder onderwijsinstellingen en welzijnsorganisaties – zelf deels mee verantwoordelijk (kunnen) zijn voor het creëren of bestendigen van sociale problemen van hun cliënten (bv. vereenzaming), vanuit de wetenschap dat zij naast een positief aanbod van o.a. ondersteuning, informatie en/of vorming, hun cliënten ook kunnen 'kwetsen', door het feit dat hun aanbod voorwaardelijk is. De **voorwaardelijkheid** zit bijvoorbeeld in toegangscriteria, selectiemechanismen, langdurige bureaucratische procedures, watervalssystemen, fragmentering van de hulp en gebrek aan coördinatie.

De risicogroep voor de – al dan niet verdoken – drempels van deze organisaties zijn mensen die al in een maatschappelijk kwetsbare situatie verkeren, meer bepaald mensen die in hun contact met maatschappelijke instellingen al gekwetst werden én tevens, door onvoldoende of 'andere' socialisering in het gezin en de eigen 'afwijkende' waarden en normen moeilijker kunnen voldoen aan de voorwaarden van deze organisaties.

Hierdoor kunnen zij niet alleen minder genieten van het aanbod van maatschappelijke instellingen maar kunnen ze bovendien ook gekwetst worden door de confrontatie met deze organisaties.

Sociaal-agogisch werk kan met mensen in probleemsituaties nagaan hoe ze uitgesloten worden. In dialoog zoekt men hoe organisaties effectiever kunnen werken voor deze kwetsbare groepen (Geldof & Driessens, 2011).

Het proces van maatschappelijke kwetsbaarheid is namelijk geen definitief proces: het gaat telkens om een potentiële toestand en dus een risico op kwetsing. Daarnaast is kwetsbaarheid geen absoluut begrip. Iedereen is kwetsbaar in min of meerdere mate.

Burgers in maatschappelijke kwetsbaarheid vormen de focus van het Resokit-project. We vertrekken daarbij vanuit de vaststelling dat burgers die in contact met maatschappelijke instellingen vaker negatieve aspecten dan voordelen ervaren, een maatschappelijke kwetsbaarheid vertonen.

Oorzaken en risicofactoren van vereenzaming

Er bestaan heel wat verklaringen voor vereenzaming. Een benadering waarin zowel de oorzaken als gevolgen ervan aan bod komen is de meest vruchtbare want beide spelen op elkaar in (Hortulanus, Machielse, & Meeuwesen, 2003, p. 319).

2.1. Niveaus van oorzaken

De oorzaken en versterkende factoren van vereenzaming spelen zich op verschillende niveaus af.

We maken daarbij een onderscheid tussen acute en structurele kenmerken aan de ene kant en individuele en maatschappelijk factoren aan de andere kant. We vatten de bevindingen uit de literatuur hieronder schematisch samen. Elk niveau bevat daarbij enkele voorbeelden.

	Individueel	Maatschappelijk
Acuut	1) Gebeurtenissen in persoonlijk leven & sociaal netwerk <ul style="list-style-type: none"> • Partnerverlies • Echtscheiding • Gezondheidsproblemen • Crisissituatie • Verhuis • Kinderen 	2) Gebeurtenissen in maatschappelijk leven <ul style="list-style-type: none"> • Inkomensachteruitgang • Ongewenste woonsituatie • Ontslag/onzekere werksituatie • Schooluitval
Structureel	3) Persoonlijkheidskenmerken & socialisatie <ul style="list-style-type: none"> • Slechte fysieke gezondheid • Chronische ziekte – handicap • Gebrek aan sociale vaardigheden • Negatieve socialisatie: bv. sociale omgeving negatief inschatten • Weinig zelfvertrouwen, sociale angst, introversie, etc. • Onrealistische verwachtingen over relaties 	4) Maatschappelijke uitsluiting <ul style="list-style-type: none"> • Laag inkomen • Maatschappelijke normering t.a.v. zelfredzaamheid en productiviteit • Langdurige werkloosheid • Sociaal-ruimtelijke scheiding • Afhankelijkheid van professionele voorzieningen • Negatieve beeldvorming over bepaalde groepen

(Gebaseerd op: Hortulanus et al., 2003, p. 343)

Bij de acute vormen (eerste en tweede kwadrant) is er een verhoogde kans op gevoelens van eenzaamheid maar gezien de tijdelijkheid hoeven ze niet tot verdere vereenzaming te leiden. Voor een deel betreft het gebeurtenissen die bij het leven horen (bv. het overlijden van een naaste). De meeste mensen komen deze situaties te boven en kunnen nieuwe contacten leggen of hun maatschappelijke situatie verbeteren (Hortulanus et al., 2003, p. 344).

Het derde kwadrant bevat voorbeelden van factoren die een acute situatie een structureel karakter kunnen geven. Deze factoren kunnen ervoor zorgen dat iemand een tijdelijke negatieve weerslag van een negatieve gebeurtenis niet te boven komt (Hortulanus et al., 2003, p. 344).

Ook de factoren in het vierde kwadrant kunnen ervoor zorgen dat problemen structureel worden. In het slechtste geval versterken factoren uit het derde en het vierde vak elkaar (Hortulanus et al., 2003, p. 344).

Vereenzaming kan niet louter worden gezien als een probleem van individuen maar is te duiden binnen een bredere maatschappelijke context. Vereenzaming kan iemand overkomen maar vindt ook duidelijk oorzaken in maatschappelijke structuren en gebeurtenissen die de vereenzaming een structureel karakter kunnen geven.

In die zin is vereenzaming ook een containerbegrip dat heel verschillende fenomenen en processen omvat.

2.2. Profielkenmerken

Verskillende oorzaken kunnen tot vereenzaming en eventueel sociaal isolement leiden. Verschillende publicaties sommen risicofactoren op die de kans op vereenzaming vergroten, zonder daarom een cruciale factor te zijn (Hortulanus et al., 2003, pp. 54–55; van der Zwet & van de Maat, 2016, p. 6; Vonk3, 2018b).

2.2.1. Een combinatie van kenmerken

1. *Sociaal-economische status: armoede als cruciale factor*

Hoe lager de sociaaleconomische status, hoe hoger de kans op armoede en hoe groter de kans op eenzaamheid (van der Zwet & van de Maat, 2016, p. 6).

De sociaaleconomische status is niet rechtstreeks meetbaar en wordt doorgaans gebaseerd op indicatoren zoals opleiding, inkomen en beroep (Volksgezondheid en zorg, 2018). Armoede wijst op het resultaat van uitsluitingsprocessen van sociale grondrechten zoals inkomen, onderwijs, vrije tijd, huisvesting, recht, sociale dienstverlening en gezondheid. Er is daarbij een breuk met de samenleving die mensen in armoede niet zelf kunnen overbruggen (Vos, 2018, p. 141). Het niet vervullen van grondrechten is sterk gelinkt aan de kans op vereenzaming.

2. Gezondheid

Een slechte gezondheid en het risico op vereenzaming gaan hand in hand, ze spelen op elkaar in. Naast armoede blijkt ook een slechte gezondheidstoestand een cruciale factor voor vereenzaming.

3. Partner

Gescheiden mensen en weduwen of weduwnaars voelen zich vaker eenzaam dan getrouwde mensen of ongehuwden. Bij mensen in een relatie is het wel belangrijk dat deze kwaliteitsvol is want een slechte intieme relatie maakt doorgaans nog eenzamer dan helemaal geen relatie hebben (UGent & NN, 2018, p. 6). Ook kunnen koppels zich zo sterk op zichzelf terugplooiën dat dit tot gevoelens van sociale eenzaamheid kan leiden (Vonc3, 2018b).

Maar doorgaans beschermt een partner tegen vereenzaming. Wanneer een partner overlijdt kan dit leiden tot emotionele eenzaamheid (wegvallen intieme band) en sociale eenzaamheid (vele activiteiten zijn gericht op koppels, als weduwe of weduwnaar is het vaak moeilijk om de draad van het sociale leven terug op te pikken) (Vonc3, 2018b).

Een bijzonder gevoelige groep vormen alleenstaande ouders en dan vooral diegenen met een lage sociaaleconomische status. De moeizame combinatie van betaalde arbeid, zorgtaken en een slechte financiële situatie vergroot het risico op vereenzaming (Hortulanus et al., 2003, p. 55).

4. Migratieachtergrond

Vereenzaming zou meer voorkomen onder migranten dan onder autochtone inwoners, blijkt uit Nederlands onderzoek in de grote steden (Amsterdam, Rotterdam, Den Haag, Utrecht) (van der Zwet & van de Maat, 2016, p. 15). We verkennen dit thema verder in hoofdstuk 4.7.

5. Andere achtergrondkenmerken

Daarnaast verwijzen verschillende publicaties naar andere kenmerken die extra risico's op vereenzaming met zich meebrengen. Dat is o.a. het geval voor mantelzorgers, holebi's en jongeren in de jeugdhulp.

Mantelzorg kan uiteraard een positief effect hebben op welbevinden en verbinding. Maar er zijn risico's indien de draagkracht overschreden wordt. Het risico is groter wanneer mantelzorgers samenwonen met de persoon waar ze voor zorgen (Vonc3, 2018b).

Bij onderzoek naar psychisch welzijn bij holebi's komt doorgaans ook een vergroot risico op vereenzaming naar voor. Er zou ook een groter risico zijn bij holebi-ouderen (Vonc3, 2018b).

Cachet, een vzw van en voor jongeren in de jeugdhulp, noemt eenzaamheid *het grootste en meest traumatiserende struikelblok voor jongvolwassenen die de jeugdhulp verlaten* (Clé, 2015, p. 124).

Daarbovenop zijn er groepen waarbij er aanwijzingen zijn op een verhoogde kans op vereenzaming maar die nog niet beschreven zijn, zoals jonge moeders (Corderoy, 2017).

2.2.2. Persoonlijkheid

Ook een zekere aanleg en ervaringen op heel jonge leeftijd spelen een rol bij vereenzaming. De manier van omgaan met sociale relaties wordt gevormd vanaf de geboorte. Mensen die in een omgeving opgroeien waarin ze sociale vaardigheden kunnen ontwikkelen zullen beter gewapend zijn tegen vereenzaming.

Persoonlijke eigenschappen bepalen ook hoe bepaalde sociale relaties geïnterpreteerd en gewaardeerd worden. Zo interpreteren eenzame mensen hun sociale omgeving of eigen sociale vaardigheden vaak negatiever dan objectief verwacht mag worden (van der Zwet & van de Maat, 2016, p. 11).

2.2.3. Speelt leeftijd een rol?

Het cliché zegt dat vooral ouderen eenzaam zijn maar dat klopt niet. Veel heeft te maken met beeldvorming. Onderzoek toont bijvoorbeeld aan dat ouderen het minder belangrijk vinden om veel vrienden te hebben. Kwaliteit primeert op kwantiteit (Heylen, 2014, p. 9). Ouderen zullen zich daardoor eerder emotioneel eenzaam voelen dan sociaal eenzaam.

Eenzijdig stellen verschillende internationale onderzoeken wel dat de aller-oudsten (85-plussers) zich vaker eenzaam voelen dan andere leeftijdsgroepen (The Economist, 2018; van der Zwet & van de Maat, 2016, p. 13), anderzijds zouden Belgische 85-plussers vaak een hogere sociale steun ervaren dan andere leeftijdsgroepen (Heylen & Lommelen, 2016, p. 19; Vandenbroucke et al., 2012, p. 73).

Onderzoekers als Heylen (2014, p. 18) stellen dat het percentage dat zich eenzaam voelt over alle leeftijden heen zowat identiek is. Afhankelijk van het onderzoek en de vraagstelling is dat 8% (ernstig/altijd eenzaamheidsgevoelens) à 46% (ook licht/matig/soms eenzaamheidsgevoelens) van de bevolking (Pironet & Peuteman, 2014; UGent & NN, 2018; van der Zwet & van de Maat, 2016, p. 13).

Recent groeit de aandacht voor jongeren en jongvolwassenen als risicogroep omdat ze aangeven zich vaker eenzaam te voelen dan andere leeftijdsgroepen (Fergusson, 2018; Huyghebaert & Coen, 2016; Maes, Vanhalst, Spithoven, Noortgate, & Goossens, 2016; UGent & NN, 2018; Verberckmoes, 2018). Mogelijks vormt de verdeling van eenzaamheid over leeftijdscategorieën een U-curve, met de hoogste percentages onder jongeren en oudste ouderen (Lodder, 2017, pt. 2:05; van der Zwet & van de Maat, 2016, p. 13; Vandenbroucke et al., 2012, p. 128) maar het ontbreekt dus aan een eenduidige wetenschappelijke conclusie.

Uit de literatuur is niet duidelijk af te leiden in hoeverre vereenzaming meer voorkomt bij bepaalde leeftijden. We concluderen dat het weinig zinvol is om sterk op leeftijd te concentreren als determinant voor vereenzaming.

Uit recent onderzoek blijkt bijzondere aandacht voor jongeren, jongvolwassenen en de aller-oudsten soms wel relevant. Vooral over vereenzaming bij die eerste twee groepen is de kennis nog beperkt.

Opvallend in de beschrijving van profielen met een verhoogde kans op sociaal isolement is de combinatie van risicofactoren. Bijvoorbeeld mantelzorgers én kortgeschoold, ouder én een psychische beperking, jong én net verhuisd, van buitenlandse herkomst én werkloos, etc.¹

¹ De gemeente Amsterdam (2017, p. 19) stelde op basis van risicofactoren een aantal persona's op. Ans: een kortgeschoolde mantelzorgster van 47, Robbert: een man met een psychische beperking van 51, Zoë: een jonge vrouw met een licht verstandelijke beperking van 25, Bart: een 58-jarige homoseksuele man, Vera: een weduwe met gezondheidsproblemen van 78 jaar, Abdul-Ahad: een man met een niet-westerse achtergrond van 67, Kim: een jongere van 20 en Dimitri: een 36-jarige gescheiden en werkloze man. Allen hebben ze een specifiek levensverhaal, eigen persoonskenmerken en bepaalde contacten die belangrijk zijn in het verklaren en het aanpakken van hun sociaal isolement. (Zie <https://www.samentegeneenzaamheid.nl/nieuws/snapshot-aan-pak-eenzaamheid-amsterdam> p. 20)

2.3. Vereenzaming als hedendaagse collectieve uitdaging

Bij sociaal isolement ligt de focus vaak op het individueel aandeel. Is het isolement te wijten aan een recente verlieservaring? Is iemand vatbaar voor depressie? Welke sociale vaardigheden mist iemand om nieuwe contacten te leggen?

Theatermaker Freek Vielen vergelijkt in een interview eenzaamheid met obesitas. *"Bij beide kunnen oplossingen individueel zijn. Maar als de problematiek zo'n omvang kent zit er wellicht meer achter: de inrichting van de wereld"* (Dekeyser & Debrock, 2018).

In de traditie van Durkheim (1912) linken verschillende auteurs fenomenen die op het eerste zicht individueel lijken aan bredere maatschappelijke en globale evoluties. Zo maakt filosoof Pascal Chabot in zijn boek *global burn-out* de connectie tussen de toename van burn-out's en het niet respecteren van de grenzen van de planeet (Vankersschaever, 2018). Op vlak van eenzaamheid benadrukt Paul Verhaeghe (2013) de invloed van een maatschappij waarin mensen druk ondervinden om zichzelf te ontplooiën ten koste van hun medemensen die concurrenten zijn.

Toch is het niet zo dat er de voorbije decennia een spectaculaire stijging is van eenzaamheidsgevoelens, stelt dr. Leen Heylen in een interview: *"De cijfers tonen een status quo aan over de laatste zestig jaar. Onze grootouders waren even eenzaam als wij. Hun sociale context was anders, maar daarom zeker niet beter. Wie 40 jaar geleden in een slecht huwelijk zat, zag geen uitweg. Alles heeft met context en maatschappelijke normen te maken. Als mijn klasgenoten zoo likes krijgen op hun Instagramfoto's en ik maar zes, dan voel ik me niet goed, omdat ik niet aan de norm voldoe."* (Le Blanc, 2015, pp. 4-5)

Verder wijst Heylen op de selectieve manier waarop eenzaamheid geproblematiseerd wordt. Terwijl structurele problemen als armoede of een slechte gezondheid vaak buiten beeld blijven.

De Nederlandse hoogleraar dr. Theo van Tilburg (2014) beschrijft hoe bij een echtscheiding tegenwoordig de kans kleiner is dat het netwerk gehalveerd wordt. Tegelijkertijd erkent hij de lossere structuur van familie en relatienetwerken. Zijn conclusie luidt dat 'positieve' en 'negatieve' ontwikkelingen elkaar waarschijnlijk min of meer in evenwicht houden. Wat betekent dat er groepen in de bevolking zijn waarbinnen er grote kans op eenzaamheid is, en dat deze groepen mogelijk anders zijn samengesteld dan decennia geleden (T. G. van Tilburg, 2014, p. 61).

2.4. Verschillen tussen Europese landen

Aanvullende op het vorige hoofdstuk is het interessant erop te wijzen dat eenzaamheidsgevoelens vaker voorkomen in landen die als meer collectivistisch gelden dan in meer individualistische landen. Zo blijken mensen zich eenzamer te voelen in bijvoorbeeld Litouwen en Portugal dan in de Scandinavische landen en Zwitserland (Swader, 2018) of meer in Italië dan in Nederland (T. van Tilburg, de Jong Gierveld, Lecchini, & Marsiglia, 1998). In die eerste landen spelen mogelijk de hogere sociale verwachtingen naar samenwonen met familieleden en een beperktere sociale infrastructuur mee (openbaar vervoer, verenigingen, publieke evenementen, etc.) (Swader, 2018, p. 6).

Een ander Europees vergelijkend onderzoek (Ejlskov & Wulff, 2016) ziet vooral een negatieve relatie tussen eenzaamheid bij ouderen en de mate van vrijheid, gelijkheid en rijkdom van de regio (hoe lager het bruto binnenlands product per hoofd, hoe hoger de kans op eenzaamheid).

België situeert zich qua eenzaamheidsgevoelens Europees gezien eerder in de middenmoot (Swader, 2018, p. 18). In verhouding kent onze samenleving wellicht ook niet exhaustief meer vereenzaming en sociaal isolement dan vroeger. In absolute getallen zijn er wel meer mensen die met vereenzaming kampen. Sommigen zien een stijging bij jongeren, mogelijks gelinkt aan andere fenomenen. Zo zou er sinds de jaren '80 bij elke generatie jongeren een gestage groei zijn van psychische problemen, eveneens gelinkt aan het politiek-maatschappelijk klimaat (Beel, 2018). Er zijn ook voorzichtige aanwijzingen dat in de laatste jaren de vereenzaming bij tieners toeneemt (The data team, 2018).

De sociale context, maatschappelijke fenomenen en politieke instituties spelen een belangrijke rol bij vereenzaming, al is die niet eenvoudig te duiden. Bij een effectieve aanpak van sociaal isolement hoort ook een stuk maatschappelijke verandering.

Vereenzaming gaat vaak samen met het verstoten blijven van sociale grondrechten.

Tegelijk is er wellicht geen grote stijging in het aantal mensen dat te kampen heeft met vereenzaming. Positieve en negatieve ontwikkelingen houden elkaar in evenwicht.

Op de structurele aanpak komen we terug in hoofdstuk 5.7.

2.5. Vereenzaming als proces

Doorheen dit rapport werd al duidelijk dat vereenzaming een neerwaartse spiraal vormt. De typologie van sociale contacten (hoofdstuk 1.5.) toont hoe sociaal weerbaren kunnen afglijden naar contactarmoede of eenzaamheid en vandaar uiteindelijk naar sociaal isolement. Soms zet een duidelijke gebeurtenis dit proces in gang, bijvoorbeeld een overlijden. Vaak is het subtieler en raken acute en structurele oorzaken verweven met gevolgen (zie hoofdstuk 2.1.), wat leidt tot probleemcumulatie (Hortulanus et al., 2003, p. 54). Gezondheidsproblemen kunnen bijvoorbeeld leiden tot inkomensverlies en maatschappelijke uitsluiting, wat dan weer de gezondheidsproblemen versterkt en eventueel het zelfvertrouwen aantast. Al deze op elkaar inspelende factoren vergroten het risico op vereenzaming.

Van der Zwet en van de Maat (2016) stellen eenzaamheid voor als een neerwaartse spiraal waarbij individuen zich steeds verder terugtrekken uit sociale netwerken en relaties.

Naarmate sociaal isolement langer duurt en structureel wordt, ontstaat vaak een neerwaartse spiraal waarbij ook problemen ontstaan op andere levensterreinen, zoals verslaving of schulden (Machielse, 2011, p. 45). Oorzaken en gevolgen van sociaal isolement zijn dan vaak niet meer duidelijk te onderscheiden. De vereenzaming zorgt voor het steeds meer verstoten blijven van de toegang tot grondrechten en levenskwaliteit.

Om die spiraal te doorbreken zal vaak (professionele) hulp of begeleiding onontbeerlijk zijn.



(van der Zwet & van de Maat, 2016, p. 5)

3 De zin van eenzaamheid

Eenzaamheidsgevoelens zijn pijnlijk en vallen absoluut te vermijden, zo luidt de heersende gedachte. Nochtans zijn er ook auteurs die oproepen om eenzaamheidsgevoelens te 'gebruiken' en als hefboom in te zetten, eerder dan te 'genezen' (Knockaert, 2018).

Deze visies zijn in de eerste plaats van toepassing op mensen die de kans en de luxe hebben om momenten van alleen zijn te omarmen. Het gaat dus niet over mensen die vanwege een maatschappelijk kwetsbare positie in structureel sociaal isolement (dreigen te) verkeren via een vereenzamingsproces en verstoten blijven van grondrechten.

Toch is het nuttig om eenzaamheid niet te overproblematiseren en in te zien dat achter het woord eenzaamheid heel verschillende betekenissen schuil kunnen gaan. In dit hoofdstuk gaan we aan de hand van het onderscheid tussen *solitude* en *loneliness* en de *evolutionary theory of loneliness* dieper in op eenzaamheid als tweezijdige medaille.

3.1. Solitude versus loneliness

Het begrip eenzaamheid dekt vele ladingen. Het Engelse *solitude* is een woord zonder exact Nederlands equivalent (Knockaert, 2018). Het begrip slaat eerder op stilte, rust en/of afzondering en wordt doorgaans als iets positiefs beschouwd. De Nederlandse schrijfster Susan Smit vertaalt *solitude* als 'verrukkelijke en heilzame en vruchtbare alleenheid' (Smit, 2015).

Verschiedende auteurs (Maitland, 2010; Meehan, 2002, p. 187) wijzen erop dat er in onze overprikkende samenleving (te) weinig plaats is voor *solitude*.

Solitude past bij de oproepen om meer bewust tijd te nemen en stil te staan. Als de *solitude* bewust plaatsvindt en van tijdelijke aard is dan speelt ze doorgaans een positieve rol bij zelfreflectie en veerkracht. Zo ziet Hannah Arendt eenzaamheid (*Einsamkeit*) als een voorwaarde voor interne dialoog die leidt tot o.a. moreel oordeelsvermogen (King, 2013, p. 37).

Ze onderscheidt daarmee het begrip eenzaamheid van het concept verlatenheid (Verlassenheit). Dat laatste verwijst naar 'the experience of not belonging to the world at all, which is among the most radical and desperate experiences of man' (Arendt, 1951, p. 475). Terwijl momenten van eenzaamheid deel uitmaken van het leven doet verlatenheid tekort aan menselijke basisbehoeften (Meehan, 2002, p.185) en is het daarmee potentieel gevaarlijk voor de democratie.

Arendt neemt het zowel op voor de menselijke behoefte aan zich terugtrekken als anderzijds de behoefte aan liefde en solidariteit (Meehan, 2002, p. 185). Ze beschrijft ook hoe eenzame mensen het risico lopen op verlatenheid wanneer ze niet langer kunnen connecteren met anderen (Arendt, 2014, p. 346). Daarmee herkent ze dus ook het procesmatig karakter van vereenzaming.

In het project gebruiken we doorgaans de term vereenzaming om te wijzen op het procesmatig karakter. We gaan ervan uit dat hoe vroeger in dit proces wordt ingegrepen, hoe groter de kansen zijn om aansluiting te vinden bij sociale netwerken, om negatieve gevolgen van vereenzaming in te dijken en om ondersteunende relaties aan te gaan of te herstellen. Aangezien sociaal isolement meestal niet eenvoudig is op te lossen, gaan we uit van de noodzaak aan preventieve acties en acties die ingrijpen bij het begin van het vereenzamingsproces. De hefboomen voor netwerkversterking in het zevende hoofdstuk hebben zo'n preventieve functie.

3.2. Evolutionary theory of loneliness

In kranten en online wordt eenzaamheid vaak een ziekte genoemd, de *lonely-epidemic* en de gezondheidseffecten van eenzaamheid worden soms vergeleken met dagelijks 15 sigaretten roken. Personen die sociaal geïsoleerd leven hebben namelijk een hogere kans op cardiovasculaire problemen. Ook depressie, alcoholverslaving en slaapstoornissen zijn mogelijke gezondheidseffecten (Davis, 2017; Verberckmoes, 2018).

De laatste jaren komt er steeds meer draagvlak voor de *evolutionary theory of loneliness* (Cacioppo e.a. zoals geciteerd in van der Zwet & van de Maat, 2016, p. 9). Deze Darwinistische theorie vertrekt van het inzicht dat eenzaamheid ook een biologisch concept is met een negatieve lichamelijke prikkel die tot gedragsverandering moet leiden, te vergelijken met bijvoorbeeld honger of fysieke pijn (Khazan, 2017; Masi, Chen, Hawkey, & Cacioppo, 2011, p. 2).

Het zoeken naar aansluiting met anderen heet het *reaffiliation motive*. Eenzaamheidsgevoelens zouden de mens motiveren om sociale contacten aan te gaan of te onderhouden. Het bewustzijn dat er aan de sociale relaties gewerkt moet worden leidt tot een tijdelijke terugtrekking omdat mensen hun eigen sociale gedrag evalueren en heroverwegen. Cognitief is er een verhoogde waakzaamheid voor sociale signalen waarop ingespeeld kan worden om nieuwe contacten aan te gaan of bestaande te verbeteren. Op fysiologisch vlak leidt het eenzaamheidsgevoel tot de aanmaak van cortisol (het zogenaamde stresshormoon) en adrenaline die de cognitieve waakzaamheid ondersteunen (van der Zwet & van de Maat, 2016, p. 9).

Als dit proces goed verloopt, gaan mensen op die manier wederkerige en ondersteunende relaties opbouwen en/of onderhouden. Als het – om wat voor reden dan ook – niet lukt om ondersteunende relaties aan te gaan, ontwikkelen de gevoelens zich verder op een negatieve manier. Volgens Cacioppo ontstaat er dan een negatieve spiraal van zelfregulering waarin de waakzaamheid voor sociale signalen omslaat in een overdreven oplettendheid. Sociale informatie wordt dan op een negatieve manier geïnterpreteerd waardoor mensen zich nog verder terugtrekken. Gevoelens van stress veroorzaakt door de verhoogde cortisolwaarden versterken dit proces nog (van der Zwet & van de Maat, 2016).

Dit kan ervoor zorgen dat mensen dus letterlijk ziek worden van eenzaamheid. Er is dan geen sprake van de vermenging van oorzaken en gevolgen zoals eerder beschreven, aangezien juist de eenzaamheidsgevoelens zélf ziekmakend zijn. In deze verklaring staat eenzaamheid ook grotendeels los van persoonlijkheidskenmerken, levensstijl of contextfactoren (Cacioppo & Cacioppo, 2018).

Netwerken rond de persoon blijven in deze veeleer biologische benadering van groot belang. Niet (enkel) omdat ze gedrag mee controleren en zo ongezond gedrag tegengaan maar vooral omdat ze intrinsiek de gezondheid ten goede komen. In tegenstelling tot wat hun proefpersonen dachten concluderen Lam en collega's (2018) dat sociale integratie en sociale steun voor de gezondheid zelfs het allerbelangrijkst zijn, nog voor andere factoren zoals niet roken, sporten, gezonde lucht, etc. (Smaniotto, 2018).

Er bestaat dus zowel een directe als een indirecte samenhang tussen sociale relaties en de fysieke gezondheid.

Vereenzaming wordt vaak als een louter negatief fenomeen beschouwd. Een idee dat nuance verdient. Gevoelens van eenzaamheid zetten ook aan tot introspectie en kunnen belangrijk zijn om sociale relaties aan te gaan en/of te onderhouden. Niet alle vormen van eenzaamheid hoeven problematisch te zijn.

Tegelijk kunnen deze processen verstoord geraken wat kan leiden tot structureel sociaal isolement.

Dit structureel sociaal isolement komt vaker voor bij mensen in een maatschappelijk kwetsbare positie.

Vereenzaming en de grootstad, casus Brussel

In dit hoofdstuk verkennen we vereenzaming en sociaal isolement in de stad, zoveel mogelijk toegespitst op Brussel. Dit doen we aan de hand van een korte beschrijving van volgende eigenschappen en risicofactoren:

1. Sociale gezondheid in het Brussels gewest
2. Brussel als duale stad
3. Brussel als stad met armoede
4. Brussel als stad van alleenstaanden
5. Brussel als jonge stad
6. Brussel als vergrijzende stad
7. Brussel als migratiestad
8. Brussel als meertalige stad

4.1. Sociale gezondheid in het Brussels gewest

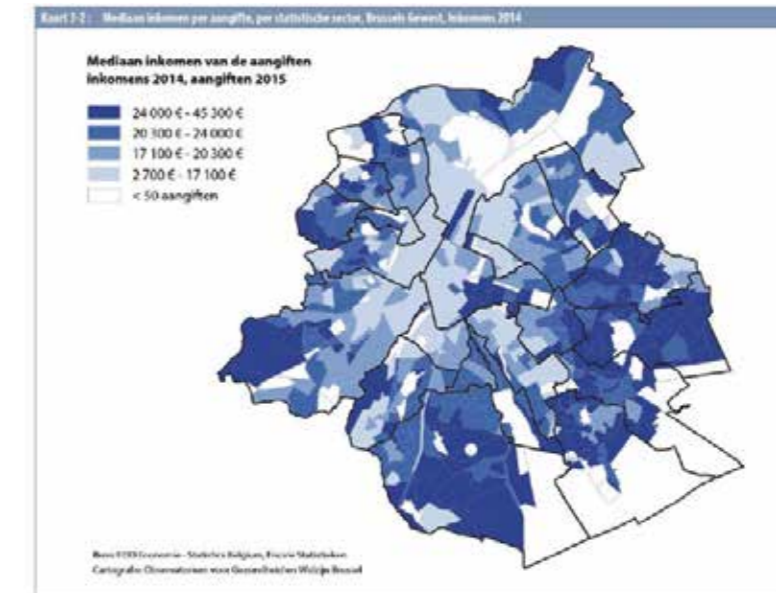
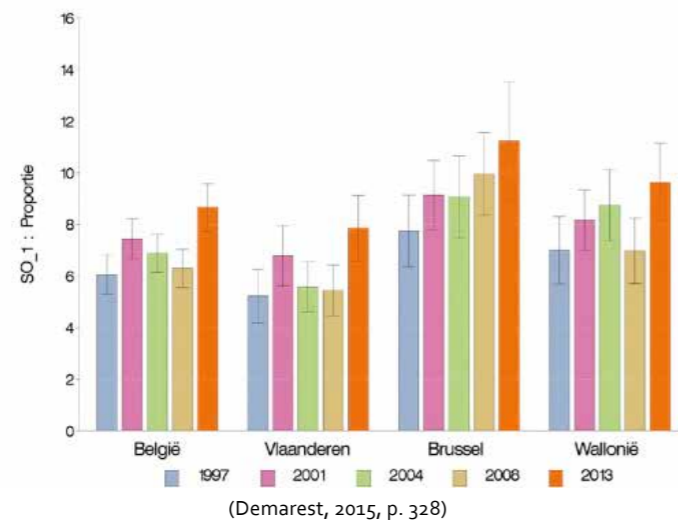
Om een eerste beeld te krijgen van het fenomeen sociaal isolement in Brussel in vergelijking met de rest van België biedt de gezondheidsenquête (sciensano, 2018) interessante informatie. Daarin komt ook de dimensie 'sociale gezondheid' aan bod. De jongste resultaten dateren uit de gezondheids-enquête van 2013. Doorheen 2018 liep er een nieuwe gegevensverzameling waarvan de resultaten nog niet werden gepubliceerd.

Aan de hand van drie indicatoren – tevredenheid over sociale relaties, het aantal sociale contacten en de mate waarin mensen kunnen rekenen op steun in geval van nood – wordt de **perceptie van mensen op hun sociale omgeving** ingeschat (Demarest, 2015, p. 319) (zie hoofdstuk 1.4.4.). De resultaten van de gezondheidsenquête zijn niet gelijk te stellen aan het aantal mensen dat zich eenzaam voelt of sociaal geïsoleerd is, aangezien de nadruk ligt op hoe (on-)tevreden mensen zijn over hun contacten en niet op de inhoud, aard of intensiteit van sociale contacten. Iemand kan ontevreden zijn over zijn of haar relaties zonder zich noodzakelijk eenzaam te voelen of in sociaal isolement te leven.

De resultaten geven aan dat 9% van de Belgische bevolking (van 15 jaar en ouder) ontevreden is over hun sociale relaties, los van het feit of ze weinig dan wel veel sociale relaties hebben. Het percentage ontevredenen is iets hoger bij de oudere bevolking en bij de kortst opgeleide bevolkingsgroep. In het Brussels Hoofdstedelijk Gewest (BHG) is de ontevredenheid over sociale contacten met 11% iets hoger dan in de andere gewesten (Demarest, 2015, p. 328) zoals onderstaande grafiek toont.

Het aantal personen dat minder dan een keer per week sociale contacten heeft ligt in alle gewesten rond de 4% (Demarest, 2015, p. 333). In het BHG wordt de sociale ondersteuning zwakker gepercipieerd dan in het Vlaams gewest, maar gelijkaardig met Wallonië (Demarest, 2015, p. 338).

Figuur 2 | Percentage van de bevolking (van 15 jaar of ouder) dat stelt eerder of helemaal ontevreden te zijn over hun sociale contacten, volgens gewest en jaar, Gezondheidsenquête, België, 2013



(Observatorium voor Gezondheid en Welzijn van Brussel-Hoofdstad, 2017, p. 19)

4.2. Een duale stad

Steden zijn altijd al centra van creativiteit en kennis geweest maar staan ook bekend als vuil, onveilig en onleefbaar (Deboosere, 2014). De stad draagt fatalisme in zich en biedt tegelijk hoop. Brussel kent de hoogst gediplomeerde bevolking van België (Bisa, 2018) terwijl 1/3e er het secundair onderwijs verlaat zonder diploma. In het BHG is deze dualisering voor een stuk ook geografisch opgedeeld.

Zo is er een vrij duidelijke scheiding tussen rijkere en armere gemeenten. De werkloosheidsgraad varieert bijvoorbeeld tussen de 26% in Sint-Joost-ten-Node en 9% in Sint-Pieters-Woluwe (Observatorium voor Gezondheid en Welzijn van Brussel-Hoofdstad, 2017, p. 59).

Maar in feite loopt dit geografisch patroon door gemeentegrenzen heen en tekent het zich vooral af op wijkniveau. De sterke tweedeling tussen de rijke buitenwijken in het zuidoosten en de arme noordwestelijke sikkels rond het centrum domineert en tekent de basislijnen van de stad (Deboosere, 2014, p. 20). De geografische tegenstelling is er ook tussen het centrum en de periferie.

Deze concentratie en de grote verschillen binnen het Brussels gewest worden bijvoorbeeld duidelijk op de kaart die de mediaan inkomens aangeeft.

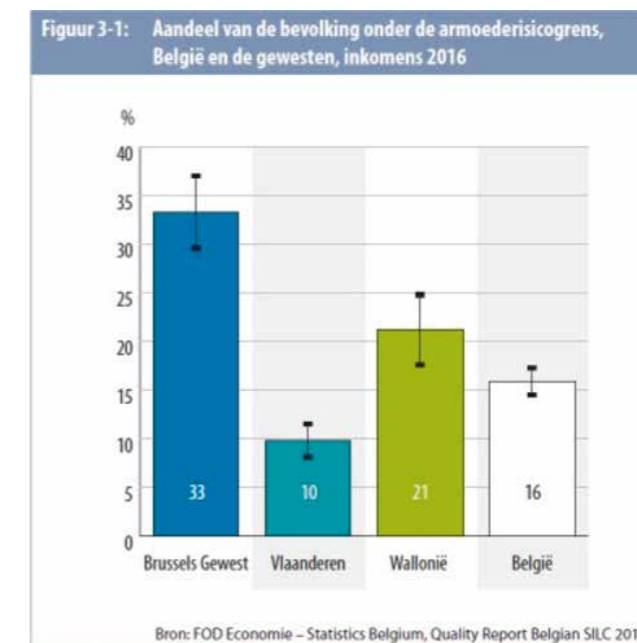
De **tweedeling** beperkt zich niet tot inkomen maar tekent zich op vele vlakken af. Zo zal het voor veel inwoners van de kanaalzone moeilijk te geloven zijn dat het Brussels grondgebied voor bijna 1/4^e uit groene gebieden bestaat (Poppelmonde, 2018). De donkere gebieden op bovenstaande kaart zijn ook degenen met de meeste huiseigenaars. Het zijn net huurders op de privé-markt en dus vooral wonend in de lichtere kleuren, die vaker met een slechte woningkwaliteit worden geconfronteerd (bv. vocht, overbezetting, slechte verwarming). Die slechte huisvestingsituaties hebben dan weer negatieve gevolgen op de gezondheid van de bewoners (Observatorium voor Gezondheid en Welzijn van Brussel-Hoofdstad, 2017, pp. 50–51). Een slechte gezondheid is een risicofactor voor vereenzaming.

De ruimtelijke **dualisering in Brussel is eeuwenoud** en gaat zelfs terug tot de middeleeuwen. Waar de ambachten zich in de Zennevallei concentreerden, nestelden de clerus en de adel zich hoog en droog op de Oostelijke hellingen. De handelaars vestigden zich op het niet-overstroombare terras rond de grote markt. De meest welgestelden onder hen vertoonden de neiging om, naarmate ze hoger opklommen op de sociale ladder, zich ook topografisch naar boven te begeven (Wayens, 2009, pp. 89–90). Na de industriële revolutie zorgde het kanaal Brussel-Charleroi voor fabrieken rond het kanaal en meer residentiële gebieden in de periferie. Met de welvaartsvlucht in de jaren '60, dienden veel van de oude arbeiderswoningen als huisvesting voor armere nieuwkomers (Oosterlynck & Schillebeeckx, 2012, p. 128; Wayens, 2009). Deze sociale oost-westtegenstelling werd nog versterkt en speelt tot op vandaag.

Toch zijn specialisten het erover eens dat er in het BHG geen sprake is van vergaande ruimtelijke segregatie zoals de Amerikaanse getto's of Parijse banlieues (Deboosere, 2014, p. 20; Oosterlynck & Schillebeeckx, 2012, p. 129). De materiële ongelijkheid is in België minder scherp, en Brusselse wijken met een verschillend karakter liggen vaak zo **dicht bij elkaar** dat arm en rijk elkaar niet kunnen ontlopen. Denk aan de luxueuze Grote Zavel vlak naast de volkse Marollen en hoe oud-Molenbeek slechts door de vaartbrug van de Dansaertstraat is gescheiden (van Istendael, 2013, p. 100).

Bovendien is het bestaan van de arme sikkels en de gedeeltelijke concentratie van armoede niet noodzakelijk problematisch. Daarvoor biedt de literatuur over zogenaamde stedelijke transitiezones of aankomstwijken een verhelderende bril, met als standaardwerk *Arrival City* van de Canadees-Britse journalist Doug Sanders (2011). Oosterlynck en Schillebeeckx (2012, pp. 136–137) vatten het **sociale stijgingsperspectief** dat er in beschreven wordt als volgt samen: 'Bepaalde arme wijken kennen een grote demografische dynamiek. De arme bewoners die er nu wonen, zijn dikwijls niet meer dezelfde als die van twintig jaar geleden. Een neergaande sociaaleconomische trend voor de plaats wijst er integendeel dikwijls op dat de bewoners het beter doen en uit de wijk of stad vertrekken naarmate hun betere sociaaleconomische status dat toelaat, waarna nieuwe armen hun plaats innemen. Cijfers over hoge werkloosheid, slechte levensomstandigheden en armoede kaderen dan in een groter geheel van individuele trajecten van sociale stijging.'

De voormalige bewoners die opgeklommen zijn, wonen intussen in rijkere wijken binnen of buiten het BHG. Anderzijds is er in de armere wijken van het BHG ook sprake van maatschappelijke achterstelling, met bijvoorbeeld onbetaalbare huurprijzen en slechte onderwijskwaliteit. Het bovenbeschreven stijgingsperspectief mag de aandacht voor structurele armoede en collectieve lotsverbetering niet verdringen (Oosterlynck & Schillebeeckx, 2012, p. 142).



(Observatorium voor Gezondheid en Welzijn van Brussel-Hoofdstad, 2018, p. 16)

Eenzijds concentreren verschillende problematieken zich in bepaalde delen van de stad, bijvoorbeeld in de arme sikkels en de kanaalzone. Het is mogelijk dat ook vereenzaming hier meer voorkomt gezien de grotere aanwezigheid van risicofactoren.

Anderzijds mag deze ruimtelijke concentratie van problemen de aandacht niet wegnemen van de onderliggende maatschappelijke oorzaken ervan. Overmatige aandacht kan bovendien ook leiden tot stigmatisering van bepaalde wijken.

De Brusselse wijken zijn sterk met elkaar verbonden en de dynamieken binnen armere en rijkere wijken zijn niet los van elkaar te begrijpen.

4.3. Een stad met armoede

Het BHG is helemaal niet arm. Eurostat houdt een rangschikking bij van Europese regio's naar het bruto binnenlandse product per inwoner. Het BHG zit daarbij steevast in de kopgroep samen met o.a. West-Londen, Luxemburg en Hamburg en voor bijvoorbeeld het Vlaams gewest (Eurostat, 2017). Maar de bewoners van het gewest kunnen lang niet allemaal van die rijkdom profiteren. Meer dan 1/3^e van de Brusselse bevolking leeft onder de armoederisicogrens.

Inkomensarmoede is een belangrijke determinant van armoederisico. De armoederisicogrens² toont dat het risico op armoede in het BHG significant hoger ligt dan in de rest van België.

² De armoederisicogrens is een armoede-indicator die vaak op Europees niveau wordt gebruikt. Het betreft het aandeel van de bevolking dat moet rondkomen met een equivalent beschikbaar inkomen onder de armoederisicogrens die werd vastgelegd op 60% van het mediaan beschikbaar inkomen op nationaal niveau (Observatorium voor Gezondheid en Welzijn van Brussel-Hoofdstad, 2017, p. 16). Een inkomen onder de armoederisicogrens betekent in België voor een alleenstaande dat het beschikbare inkomen minder dan € 1139 netto per maand bedraagt. Voor een koppel met twee kinderen is dat minder dan € 2392 per maand (Steunpunt tot bestrijding van armoede, bestaansonzekerheid en sociale uitsluiting, 2018).

Het aandeel van de bevolking onder de armoederisicogrens houdt geen rekening met bepaalde bevolkingsgroepen die in grote armoede leven, zoals mensen zonder wettig verblijf of daklozen. Anderzijds zal niet iedereen met een inkomen onder de armoederisicogrens zich ook effectief arm voelen, aangezien armoede veel meer is dan inkomen.

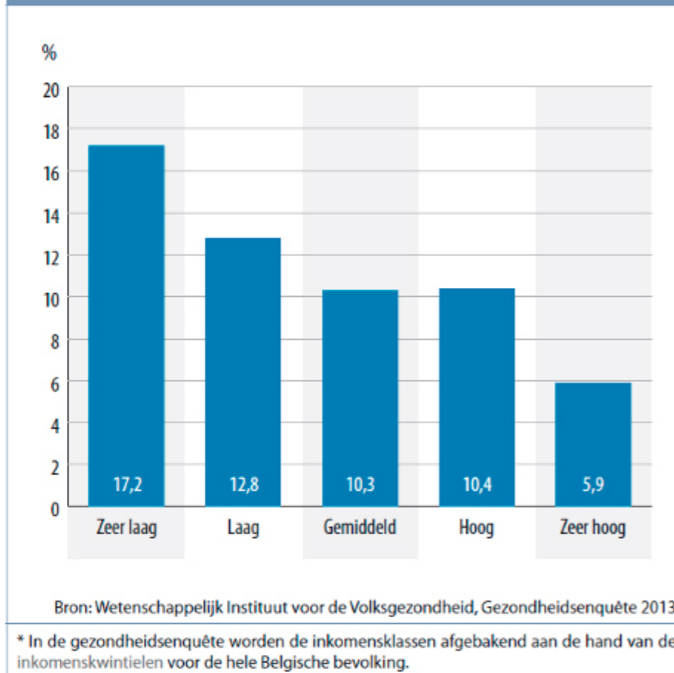
Dat zoveel Brusselaars onder de armoederisicogrens leven komt o.a. doordat veel jobs uitgevoerd worden door mensen die in een andere gewest wonen en doordat de economische groei van het BHG maar weinig jobs creëert en dan nog vooral voor hooggeschoolden wat niet matcht met de aanbodzijde. De dichotomie tussen de economische evolutie enerzijds en de sociale realiteit anderzijds is kenmerkend voor grote steden maar tekent zich des te sterker af in het BHG (Observatorium voor Gezondheid en Welzijn van Brussel-Hoofdstad, 2018, p. 16).

Daarbij komt nog de **opvangfunctie**: de stad produceert niet zozeer armoede, maar concentreert ze wel (Deboosere, 2014, p. 9). Mensen in armoede, of ze nu Belg of nieuwkomer zijn, vinden in Brussel wel de huurwoning of sociale opvang die ze elders niet vonden.

Een groot deel van de Brusselaars heeft dus een lage sociaaleconomische status en laat dat nu net een risicofactor zijn voor vereenzaming (zie hoofdstuk 2.2.1.). Hoewel het niet duidelijk is hoe krachtig het verband is, herkennen ook Belgische onderzoekers deze link (Vandenbroucke et al., 2012, p. 140).

Uit het Brussels onderzoek naar persoonlijke netwerken blijkt dat hoe lager het inkomen, hoe minder iemand terecht kan bij burens, vrienden, familie of gezin (Thys, 2018a, p. 2). De gegevens in de Welzijnsbarometer (Observatorium voor Gezondheid en Welzijn van Brussel-Hoofdstad, 2018, p. 60) leren eveneens dat de voldoening over sociale contacten samenhangt met het inkomensniveau. 17% van de armste Brusselaars (15 jaar en ouder) is ontevreden over zijn of haar sociale contacten tegenover slechts 6% bij de rijkste Brusselaars.

Figuur 8-1 : Aandeel van de bevolking (15 jaar en ouder) dat niet tevreden is met zijn of haar sociale contacten, per inkomensniveau*, Brussels Gewest, 2013



(Observatorium voor Gezondheid en Welzijn van Brussel-Hoofdstad, 2018, p. 60)

Uit de literatuur bleek al dat armoede een risicofactor is voor vereenzaming.

De relatief grote armoederisicocijfers in Brussel hebben een invloed op de inschatting van sociale relaties. Mensen met een lager inkomen blijken inderdaad minder tevreden over hun sociale contacten dan mensen met een hoger inkomen.

4.4. Een stad met veel alleenstaanden

Het Federaal planbureau verwacht dat tegen 2060 de helft van alle Belgische huishoudens uit één persoon zal bestaan. Opvallend is dat dit in Brussel nu al bijna het geval is (46% van de huishoudens tegenover 34% in België (Observatorium voor Gezondheid en Welzijn van Brussel-Hoofdstad, 2017, p. 15)).

Natuurlijk leven alleenstaanden niet noodzakelijk sociaal geïsoleerd. Socioloog Dimitri Mortelmans wijst bijvoorbeeld op 'happy singels' die in grotere steden wonen (De Decker, 2017). In het Nederlands onderzoek van 2003 wezen Hortulanus en collega's (2003, p. 282) er al op dat alleenstaanden in de stad vaker tot de sociaal weerbaren behoren dan alleenstaanden in dorpen.

Tegelijk luidt de consensus dat er een link bestaat tussen eenzaamheidsgevoelens en burgerlijke staat (Gezondheidsmonitor Volwassenen 2012, GGD, CBS en RIVM, 2016; van der Zwet & van de Maat, 2016, p. 14). Het Brussels onderzoek (Thys, 2018a) naar persoonlijke netwerken van Brusselaars leert bovendien dat alleenstaanden voor zowel praktische als voor emotionele hulp minder beroep doen op anderen (Thys & Vermeulen, 2018, p. 7).

Voor eenzaamheidsgevoelens zijn vooral gescheiden mensen (vaak sociale eenzaamheid) en weduwen of weduwnaars (eerder emotionele eenzaamheid) gevoelig. Ook bij ongehuwden is er een verhoogde kans, maar die is iets minder groot omdat zij doorheen hun leven vaker in een alternatief netwerk investeerden (Vandenbroucke et al., 2012, p. 139).

Ook bij (alleenstaande) ouders met kinderen kan sociaal isolement een taboe zijn. In het Brussels Gewest ligt hun aantal eveneens hoger dan in de rest van België (11,8% tegenover 10,2% (Observatorium voor Gezondheid en Welzijn van Brussel-Hoofdstad, 2018, p. 15)).

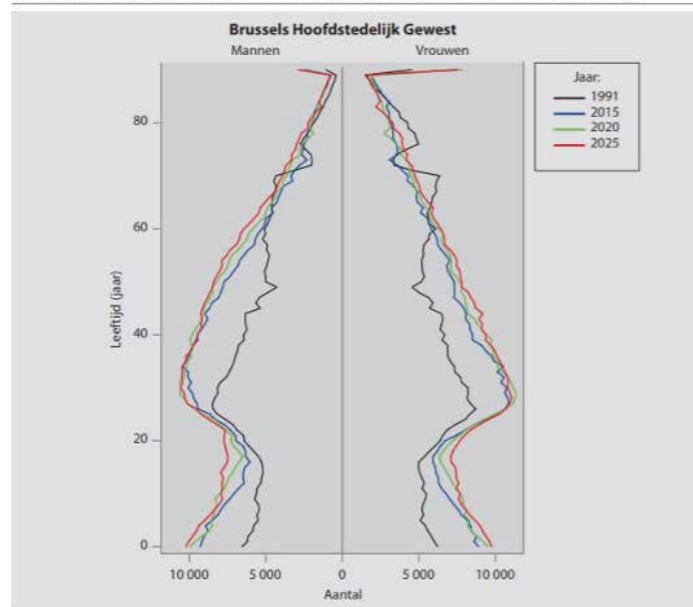
Bijna de helft van de Brusselse huishoudens bestaat uit alleenstaanden met daarbovenop nog bijna 12% éénoudergezinnen. Zij zijn vaak – maar niet noodzakelijk – gevoeliger voor vereenzaming.

4.5. Een stad met een jonge bevolking

Terwijl de Belgische bevolking verouderd is er in Brussel een tendens van verjonging. In de leeftijdspiramide valt vooral de oververtegenwoordiging op van jonge kinderen (in het bijzonder 0-4 jarigen) en volwassenen op vruchtbare leeftijd (25 tot 39 jaar) (Observatorium voor Gezondheid en Welzijn van Brussel-Hoofdstad, 2017, p. 13).

De vergroening zal zich in de komende jaren verder zetten, zo voorspellen de bevolkingsprojecties.

GRAFIEK 1: Leeftijdspiramide van 1991 tot en met 2025 van het Brussels Hoofdstedelijk Gewest



Bron: BISA, Federaal Planbureau, FOD Economie – Statistics Belgium. De grafieken met de observaties (1991, 2015) werden licht afgevlakt.

(Dehaibe, Hermia, Laine, & Romain, 2016)

Net zoals bij de verdeling van armoede bestaan er ook grote demografische verschillen binnen Brussel. De gemiddelde leeftijd ligt stukken hoger in de rijkere gemeenten. Het zijn de gemeenten van de arme sikkels die de laagste gemiddelde leeftijd kennen (Observatorium voor Gezondheid en Welzijn van Brussel-Hoofdstad, 2017, p. 14).

Hoewel lang gedacht werd dat eenzaamheidsgevoelens vooral bij ouderen voorkomen wordt het recent duidelijk dat net jongeren er gevoelig voor zijn. Uit het geluksonderzoek blijken ouderen zich een stuk minder eenzaam te voelen dan jonge Belgen tussen 20 en 34 jaar en volwassenen van generatie X (35 – 50 jaar) (UGent & NN, 2018). Het geluksonderzoek werd niet afgelegd bij jongeren onder de 20 jaar. De gezondheidsenquête peilt naar tevredenheid over relaties bij Belgen vanaf 15 jaar.

Er zijn verschillende verklaringen voor eenzaamheidsgevoelens bij jongeren. Jongeren met ervaring in de **jeugdhulp** getuigen zowel over het ontbreken van ondersteunende relaties als over eenzaamheidsgevoelens (Vrijens & Clé, 2017). Ook jongeren met een rijk sociaal leven kampen met eenzaamheidsgevoelens. **Verwachtingen** spelen mogelijk een rol, bijvoorbeeld doordat sociale media laten uitschijnen dat jongeren veel vrienden moeten hebben (The data team, 2018). Elke leeftijdsgroep stelt in het leven bepaalde doelen voorop, jongeren in het bijzonder. Het vereenzamingproces begint vaak als deze doelstellingen niet worden behaald (Van Damme, 2017).

Een andere belangrijke verklaring is het aspect **'verandering'**. De switch van het middelbaar onderwijs naar op kot gaan of van de kotjaren naar het professionele leven valt soms zwaar. Zowel door eventuele veranderingen in de woonplaats als doordat de uitbouw van een carrière of gezin niet eenvoudig te combineren valt met netwerken onderhouden (Van Damme, 2017). Uitspraken als 'studeren is de tijd van je leven' kunnen bestaande taboes bestendigen.

Onderzoekers maken ook de link met de maatschappelijke druk om te presteren en sterk over te komen. Vooral jongeren zouden – al dan niet bewust – soms verkieszen om uit de maatschappij te stappen. In die context gaat de term **'hikikomori'** steeds meer over Europese tongen (Furuhashi et al., 2013; Macedo, Pimenta, Alves, San Roman Uria, & Salgado, 2017). In Japan vormen ze een bijzondere doelgroep voor het beleid gezien hun grote sociale en economische impact. Het gaat om jongeren – hoewel de groep steeds ouder wordt – vaak uit de middenklasse die zich voor minimum 6 maanden opsluiten in hun kamer zonder dagbesteding en zonder enig menselijk contact. Vaak zijn het hoger opgeleiden die de stap naar de arbeidsmarkt niet zetten en terugvallen op het onderhoud van hun ouders (Libre.be, 2018). In veel gevallen zou er een link zijn met computer en/of gameverslaving (Macedo et al., 2017).

Er is de laatste jaren steeds meer aandacht voor vereenzaming bij jongeren en jongvolwassenen. In het jongste gewest van België is het gepast hier gevoelig voor te zijn. Er is nood aan gericht onderzoek, maar ook aan de uitrol van een beleid dat en praktijk die voorziet in een opvangnet voor deze doelgroep.

4.6. Een vergrijzende stad

We relativeerden in dit rapport het fenomeen van vereenzaming bij ouderen. Daarnaast toont de leeftijdspiramide in hoofdstuk 4.5. dat er in het BHG eerder sprake is van vergroening dan van vergrijzing. Toch verdient vereenzaming bij Brusselse ouderen bijzondere aandacht.

Ondanks de jonge bevolkingsstructuur van het gewest is er sinds 2010 een toename van het aantal 65-plussers. Door de exponentiële stijging van het aantal jongeren, wijzen de percentages op een verjonging van de stad, en blijft de vergrijzing in Brussel verdoken in de statistieken (Nolf et al., 2019, p. 10). Bovendien is de gemiddelde leeftijd van de ouderen iets hoger dan in de rest van België (Observatorium voor Gezondheid en Welzijn van Brussel-Hoofdstad, 2018, p. 13).

Uit een groot onderzoek van de Koning Boudewijnstichting naar eenzaamheid en sociaal isolement bij ouderen (Vandenbroucke et al., 2012) blijkt dat in vergelijking met de rest van België het percentage van mensen die zich eenzaam voelen maar wel een netwerk hebben, in Brussel het laagst ligt (19%), maar het gewest noteert wel het hoogste percentage sociaal geïsoleerden met 29%, tegenover respectievelijk 24% en 21% voor Wallonië en Vlaanderen (Vandenbroucke et al., 2012, p. 135). Deze sociaal geïsoleerden kennen zowel objectief isolement als eenzaamheidsgevoelens.

Van alle ouderen blijken de **85-plussers** terug te kunnen vallen op de sterkste **sociale steun**, maar de sterkte van de sociale steun neemt af naarmate de oudere meer moeilijkheden ondervindt om de eindjes aan elkaar te knopen. Brusselse ouderen geven aan in mindere mate terug te kunnen vallen op sterke sociale steun (30%) dan in Vlaanderen en Wallonië (40%) (Vandenbroucke et al., 2012, p. 73). Sociale steun is nochtans belangrijk aangezien de meeste ouderen tot hun levensende in hun vertrouwde omgeving willen blijven wonen. Dit kan enkel indien ouderen over voldoende autonomie beschikken en sociale contacten zijn daarvoor nog bepalender dan fysieke gezondheid (Hanssens & Vermeulen, 2018, p. 44). Daarnaast hebben vooral ouderen die in armoede leven nood aan sociale steun. Nog meer dan het aantal ouderen vraagt vooral de maatschappelijke kwetsbaarheid van Brusselse ouderen om aandacht (Laermans & Smetcoren, 2016).

Bovendien bezitten ouderen enkele eigenschappen die het risico op vereenzaming groter maken. Zo is er de hogere kans om weduwe of weduwnaar te worden. Partnerverlies vergroot rechtstreeks de kans op emotionele eenzaamheid, maar aangezien veel activiteiten op koppels gericht zijn heeft het vaak ook een invloed op het sociaal leven en dus op mogelijke sociale eenzaamheid (Heylen, 2014, p. 18). Daarom ook zijn oudere mannen kwetsbaarder voor sociale eenzaamheid, zeker na het verlies van een partner. Vrouwen onderhouden vaker hechte banden met familie en vrienden waardoor ze beter beschermd zijn tegen sociale eenzaamheid. Anderzijds scoren oudere vrouwen hoger qua emotionele eenzaamheid omdat ze eenvoudigweg statistisch gezien langer leven dan hun partners (Heylen, 2014, p. 19).

Bij ouderen is meer kans dat ze vasthouden aan bepaalde denkbeelden en routines die het leggen of versterken van sociale netwerken in de weg kunnen staan.

We stappen niet mee in het cliché van de eenzame oudere maar anderzijds mag de aandacht voor andere groepen er niet toe leiden dat ouderen vergeten worden in de aanpak van vereenzaming.

Steeds meer mensen willen zo lang mogelijk thuis blijven wonen. Daarnaast hebben vooral ouderen die in armoede leven nood aan sociale steun.

Vereenzaming is nefast voor de gezondheid van mensen en daar zijn ouderen extra gevoelig voor.

Eerder nog dan ouderen zijn de aller-oudsten (afhankelijk van definitie, 80- of 85-plus) wellicht gevoelig voor vereenzaming (Vandenbroucke et al., 2012, p. 128).

4.7. Een stad van migranten

Brussel is bij uitstek een internationaal stadsgewest. 72% van de inwoners van het BHG is van buitenlandse herkomst³, met als gemeentelijke uitschieters 90% van de bevolking in Sint-Joost-Ten-Node en 42,7% in Watermaal-Bosvoorde. 35% van de Brusselaars heeft een niet-Belgische nationaliteit, met Frankrijk, Roemenië en Marokko in de top drie. 57% van de Brusselse bevolking is niet met de Belgische nationaliteit geboren (Observatorium voor Gezondheid en Welzijn van Brussel-Hoofdstad, 2018, pp. 12–13).

Brussel is een *majority-minority* stad waarin een begrip als 'van buitenlandse herkomst' nog nauwelijks hanteerbaar lijkt aangezien daaronder ook een grote groep van in België geboren personen valt. Het valt te betwijfelen of er een groter risico is op vereenzaming bij in België geboren Brusselaars, met één of twee gemigreerde ouders als variabele. Enkel kijken naar een niet-Belgische nationaliteit is daarentegen te beperkt, aangezien migranten die intussen Belg zijn geworden er niet in worden meegerekend en dat zijn vooral net Brusselaars die buiten de EU zijn geboren (Hermia & Sierens, 2017).

Mogelijks is het zinvoller te focussen op **mensen die zelf migreerden**. Ook binnen deze groep is de diversiteit enorm. Het gaat om (erkende) vluchtelingen, buitenlandse studenten, Eurocraten, intra-Europese arbeidsmigrant, stagiairs, mensen zonder wettig verblijf, etc. die in heel diverse situaties in Brussel verblijven.

Uit de BruVoices bevraging waarbij Brusselaars spreken over sociale cohesie blijkt wel dat de respondenten die het liefst **een grotere vriendenkring willen** mensen zijn met een niet-Belgische nationaliteit (Giordano, Alarcon, Berreda, Antinori, & Jacobs, 2018, p. 95). Verder vonden we geen specifieke onderzoeksresultaten die een link hebben met vereenzaming bij Brusselaars met een migratieachtergrond.

De resultaten uit een bevraging in Limburg in 2006 (Vancluysen & Van Craen, Maarten, 2011) liggen in lijn met meer recente onderzoeken uit andere EU-landen die wat meer zicht bieden op het vereenzamingsrisico bij migranten. Een onderzoek bij Marokkaanse, Turkse, Surinaamse en Nederlandse volwassenen in vier Nederlandse steden (Visser & El Fakiri, 2016) concludeert net als een aantal andere onderzoeken (Fokkema & Naderi, 2013; Theo G. van Tilburg & Fokkema,

2018; van den Broek & Grundy, 2017; Vancluysen & Van Craen, Maarten, 2011) dat mensen met een migratieachtergrond inderdaad aangeven zich **vaker eenzaam** te voelen. Dit heeft te maken met een slechtere gezondheidstoestand en er is ook een relatie tussen eenzaamheidsgevoelens en discriminatie. Vooral bij de Turkse groep, in het Nederlandse onderzoek het meest gevoelig voor eenzaamheid, spelen ook financiële problemen mee.

Ook uit een onderzoek bij oudere Turkse migranten in Duitsland (Fokkema & Naderi, 2013) blijkt dat de verklaring voor het hogere percentage eenzaamheid onder deze groep voor een belangrijk deel te vinden is in de gemiddeld slechtere **sociaaleconomische positie** waarin zij verkeren en de grotere gezondheidsproblemen die zij ervaren (van der Zwet & van de Maat, 2016, p. 15) in vergelijking met autochtone ouderen.

Een onderzoek bij Poolse migranten in Nederland (van den Broek & Grundy, 2017) stelt eveneens gemiddeld meer eenzaamheidsgevoelens vast dan bij de autochtone bevolking. Ook hier is het moeilijk om algemene conclusies te trekken. Zo liggen eenzaamheidsgevoelens sowieso hoger in Centraal- en Oost-Europa (zie hoofdstuk 2.4.). Er zou ook een link zijn met het **missen van familie**, mogelijks omdat de aanwezigheid van familie in Centraal- en Oost-Europa nog belangrijker is voor het psychologisch welzijn dan in West-Europa (van den Broek & Grundy, 2017, p. 736). Binnen de onderzochte groep Poolse migranten zijn het de in Nederland werkende mannen van wie de echtgenote niet mee migreerde die het meeste eenzaamheidsgevoelens ervaren.

Het recentste onderzoek (Theo G. van Tilburg & Fokkema, 2018) bij Nederlandse oudere migranten van Marokkaanse en Turkse afkomst concludeert dat zij gemiddeld meer sociale contacten hebben dan Nederlandse ouderen, maar dat ze minder participeren, minder tevreden zijn over hun inkomen, minder regie ervaren en een **slechtere gezondheid** hebben waaronder een groter aantal depressieve symptomen. Deze elementen zijn de belangrijkste verklaring voor het gemiddeld hoger aantal mensen met eenzaamheidsgevoelens. De ervaringen vanuit migratie en als minderheid in Nederland versterken waarschijnlijk nog deze gevoelens. De onderzoekers (Theo G. van Tilburg & Fokkema, 2018, p. 271) stellen dat interventies zich niet moeten richten op het verbeteren van sociaal contact, maar bijvoorbeeld op het versterken van het ervaren van een sociaal gewaardeerde rol en het vermijden van negatieve interpretaties.

Migrant zijn of een migratieachtergrond hebben komt vaak terug bij de risicoprofielen voor vereenzaming. Het gemis van familie en ervaringen van discriminatie spelen daarbij een rol (Kusé, 2018). Maar een belangrijk deel van de verklaring ligt in een verhoogd armoederisico (hoofdstuk 4.3.) en een slechter dan gemiddelde gezondheidstoestand bij mensen met een migratieachtergrond. Armoede en een slechte gezondheidstoestand vormen sowieso risicofactoren voor vereenzaming. Bovendien is migratie typisch een zaak van jongvolwassenen, een levensfase waarin mensen mogelijks gevoeliger zijn voor vereenzaming.

Aangezien Brussel voor de meerderheid uit inwoners met een migratieachtergrond bestaat moet elke relevante actie ook mensen met een migratieachtergrond bereiken. Voor het project gaan we uit van een 'targeting within universalism' benadering: we richten ons in de eerste plaats op de hele bevolking, met extra aandacht voor migratieaspecten waar dat nodig blijkt.

³ Buitenlandse herkomst: huidige of eerste nationaliteit van persoon zelf is niet-Belgisch of eerste nationaliteit van vader of moeder is niet-Belgisch (Agentschap Binnenlands Bestuur & Statistiek Vlaanderen, 2018, p. 3). Deze definitie wordt ook gebruikt voor de Vlaamse invulling van een persoon met migratieachtergrond.

4.8. Brussel als meertalige stad

Frans en Nederlands zijn de officiële talen van het BHG maar de taalbarometers (Janssens, 2018) leren dat Brussel een enorme diversiteit aan thuis- en straattalen kent. Frans blijft de lingua franca en het meest dominant maar wordt daarom niet exclusief gebruikt. Er is eerder sprake van een **gecombineerd gebruik** van Engels, Frans en Nederlands dat samenloopt met een stijgend gebruik van de migrantentalen (o.a. Arabisch en Spaans). Een goede kennis van de meerderheidstaal beschermt over het algemeen tegen eenzaamheidsgevoelens (Vancluysen & Van Craen, Maarten, 2011, p. 442) maar het is niet duidelijk in hoeverre dit een rol speelt in een Brusselse context van taalvermenging.

Dat blijkt bijvoorbeeld uit de vraag welke talen de Brusselaar gebruikt in het contact met burens. Er heerst een omgangstaal met Frans als basis en met invloeden van andere talen (Janssens, 2018). Op die manier kunnen culturele en taaldiversiteit toch hand in hand gaan met contacten in de buurt, wat taalbarrières enigszins vermindert, hoewel ze voor sommigen een belangrijke hindernis vormen om binnen de buurt in contact te treden.

Deze taaldiversiteit **contrasteert met de institutionele context** van het BHG die voor een belangrijk deel is opgedeeld in twee gemeenschappen (de Franse gemeenschap en de Vlaamse gemeenschap). O.a. de sociale dienst- en hulpverlening wordt aangestuurd vanuit verschillende overheden. De drie gemeenschapscommissies (Vlaamse Gemeenschapscommissie (VGC), Franse Gemeenschapscommissie (COCOF), Gemeenschappelijke Gemeenschapscommissie (GGC)) oefenen de gemeenschapsbevoegdheden uit.

Het Brussels Hoofdstedelijk Gewest is verantwoordelijk voor de gewestbevoegdheden (o.a. huisvesting en tewerkstelling). Elk van deze vier instellingen beschikt over een wetgevend orgaan, een uitvoerend orgaan en een administratie. Ze zijn echter politiek verweven, in de zin dat het dezelfde parlementsleden en ministers zijn die de verschillende instellingen bevolken (Observatorium voor Gezondheid en Welzijn, n.d.).

Op het terrein wordt afstemming en overleg vaak per taalgemeenschap georganiseerd. In de dagelijkse praktijk overstijgen Brusselse organisaties vaak deze versnippering door te overleggen en afspraken te maken met organisaties die actief zijn in dezelfde straat, buurt of sector. Communautaire kwesties zijn daarbij van ondergeschikt belang of doen zelfs in het geheel niet ter zake. Toch kan de institutionele verdeeldheid een efficiënte en effectieve aanpak van vereenzaming in de weg staan.

In het project houden we ten eerste rekening met de grote Brusselse taaldiversiteit. Interventies van welzijnsorganisaties kunnen meestal niet enkel in het Nederlands plaatsvinden indien ze effectief willen zijn.

Ten tweede beseffen we dat de verdeelde institutionele context een eenduidige aanpak in de weg kan staan. Er ontbreekt vaak een kader voor organisaties uit de verschillende gemeenschappen om samen te werken. Gemeenschappelijke doelen en bezorgdheden, zoals de aanpak van vereenzaming, kunnen dit gedeeltelijk overstijgen.

5

Aanpak van vereenzaming: wat de literatuur ons leert

Soms horen eenzaamheidsgevoelens bij het leven en is het contraproductief om ze per se te willen bestrijden (zie hoofdstuk 3). Maar eenzaamheidsgevoelens kunnen ook een ernstige bedreiging vormen voor levenskwaliteit en toegang tot grondrechten. Mogelijks stoppen eenzaamheidsinterventies dan de negatieve spiraal.

De literatuur daarover is nog eerder beperkt, maar het Nederlands landelijk instituut voor het sociaal domein Movisie publiceerde al enkele bijdrages, we verwijzen dan ook vaak naar hun dossier 'Wat werkt bij de aanpak van eenzaamheid?' (van der Zwet & van de Maat, 2016, p. 15). Daarin geven de auteurs een aantal redenen voor de moeilijkheid waarmee een systematische aanpak van de grond komt (p. 16):

- Vereenzaming is een **complex** verschijnsel en houdt zich niet aan de grenzen van (hulpverlenings)sectoren.
- Een aanpak vraagt om **maatwerk**, volharding en samenwerking.
- Er spelen verschillende **taboes**. Mensen komen bijvoorbeeld niet uit voor hun eigen eenzaamheid uit vrees voor afkeuring en onbegrip.
- Het ontbreekt aan accurate **kennis** over het onderwerp waardoor professionals niet optimaal zijn toegerust om vereenzaming te verminderen.

5.1. Evaluatie van interventies in de literatuur: algemene besluiten

Er zijn de voorbije jaren verschillende interventies ontwikkeld om sociaal isolement te verminderen of te voorkomen. Uit de weinig beschikbare evaluatieonderzoeken blijkt dat veel interventies niet effectief zijn (Machielse, 2015, p. 32), vooral doordat ze niet genoeg rekening houden met de heterogeniteit van de doelgroep. De oorzaken van vereenzaming zijn heel uiteenlopend. De aanpak moet afgestemd zijn op het type eenzaamheid van het individu of de doelgroep (van der Zwet & van de Maat, 2016, p. 18).

Bovendien beperken de meeste interventies zich tot eenzaamheid bij ouderen. Er is één meta-analyse van eenzaamheidsinterventies onder alle leeftijdsgroepen: kinderen, jongeren, volwassenen en ouderen (Masi, e.a., 2011) waarvan de conclusies volgen over de effectiviteit van interventies.

1. **Verminderen van negatieve gedachten over sociale situaties is vrij effectief.** Deze aanpak gaat uit van vereenzaming als een negatieve cirkel van zelfregulering waarbij individuen negatieve sociale verwachtingen hebben en zich daar ook naar gedragen. Bv. 'ik ga niet naar dat feestje want er wil toch niemand met me praten'.

2. **Vergroten van de mogelijkheden tot sociale interactie via een groepsaanpak zijn niet altijd effectiever.** Groepsinterventies zoals ontmoetingsprojecten kunnen werken, vooral bij ouderen. Maar er is ook een vermoeden dat het samenbrengen van mensen die zich eenzaam voelen slechts in beperkte mate tot nieuwe vriendschappen leidt, omdat de gedachten en het gedrag van mensen die zich eenzaam voelen hen minder aantrekkelijk maakt.

3. **Gebruik computer en/of internet kan helpen bij ouderen, bij volwassenen onduidelijk.** Bij ouderen is er bewijs dat computer- en internettrainingen kan helpen om eenzaamheid te verminderen (Choi, e.a., 2012). Vooral doordat het hen helpt om met familie en vrienden te communiceren en om praktische informatie te vinden. Bij volwassenen is hier nog geen overtuigend bewijs voor (van der Zwet & van de Maat, 2016, p. 23).

4. **Sociale media als aanvulling op offline contacten kan jongeren beschermen tegen eenzaamheid.** Daarbij is het dus wel belangrijk hoe de jongere gebruik maakt van sociale media. Indien dit actief is kan het eenzaamheid verminderen. Jongeren die passief lezen zonder zelf deel te nemen kunnen zich net eenzamer gaan voelen. Om bevredigend te zijn moeten online contacten zich ook uitbetalen in de offline realiteit (Smaniotto, 2018).

5.2. De directe aanpak: vier oplossingsrichtingen

De beperkte bestaande kennis over interventies tegen eenzaamheid en sociaal isolement heeft vooral de doelgroep ouderen en/of middelbaar volwassenen voor ogen. Het is dan niet altijd duidelijk in hoeverre deze expertise toepasbaar is bij andere doelgroepen. Zeker omdat maatwerk centraal staat bij de aanpak van het fenomeen.

Van onderstaande oplossingsrichtingen komen de eerste drie geregeld terug in de literatuur voor middelbaar volwassenen en ouderen (van der Zwet & van de Maat, 2016, p. 18). De vierde voegen we toe.

1. Netwerkontwikkeling
2. Verwachtingen bijstellen (standaardverlaging)
3. Leren omgaan met eenzaamheid
4. Luisteren

De directe aanpak heeft tot doel de negatieve gevoelens die mensen bij vereenzaming ervaren te verbeteren door het gevoel weg te werken of te verminderen (Heylen, 2014, p. 24). De directe aanpak kan zowel individueel als in groep of op samenlevingsniveau worden uitgewerkt.

5.2.1. Netwerkontwikkeling

Netwerkontwikkeling slaat op het aangaan van nieuwe relaties en/of het verbeteren of intensiveren van bestaande relaties. Enkele aandachtspunten daarbij:

- Indien er **individuele** oorzaken zijn die de kloof tussen de gewenste relatie en de effectieve relaties verklaren dan kan daarop gewerkt worden, bijvoorbeeld door in te zetten op sociale vaardigheden.
- Ligt de oorzaak in **levensgebeurtenissen** of veranderingen in het sociale netwerk dan kan daaraan gewerkt worden door bijvoorbeeld deelname aan sociale activiteiten of kennismaking met een contactrijke omgeving.
- Tenslotte kan ook aandacht worden besteed aan **maatschappelijke** ontwikkelingen door bijvoorbeeld te werken aan een positievere beeldvorming over ouderen, migranten, mensen met een beperking, etc. (van der Zwet & van de Maat, 2016, p. 18).

In de praktijk wordt vaak voor netwerkontwikkeling gekozen als interventie tegen vereenzaming. De veronderstelling is dat een klein netwerk de belangrijkste oorzaak is van vereenzaming. Maar zoals het onderscheid tussen emotionele en sociale eenzaamheid al aangaf heeft ook de kwaliteit van sociale relaties een belangrijke invloed. Een toename van het aantal contacten is dus niet altijd de oplossing voor eenzaamheid zoals verder duidelijk wordt bij de typologie van interventieprofielen van geïsoleerde ouderen (hoofdstuk 5.4.)

PRAKTIJKVOORBEELD

In Brussel lopen er diverse projecten die succesvol inzetten op netwerkontwikkeling en zo sociaal isolement tegengaan, met name bij ouderen.

1. **Buurtpensioen.** *Buurtpensioen brengt Brusselaars met een hulpvraag samen op basis van een spaarsysteem. Wie iemand helpt krijgt kredieturen die later kunnen worden ingezet om hulp (aan zichzelf of iemand anders) te vergoeden. Maandelijks is er een ontmoeting tussen de deelnemers.* <http://www.kenniscentrumwwz.be/wat-het-buurtpensioen>
2. **Bras dessus-bras dessous.** *Deze vzw is actief in buurten in Vorst. Vrijwilligers (voisineurs) worden in contact gebracht met ouderen in sociaal isolement (voisinés). Verschillende partners ondersteunen mee dit project door het bekend te maken, op zoek te gaan naar voisneus en voisinés, etc. O.a. LDC Miro is een belangrijke partner. Meer informatie: <https://www.brasdessusbrasdessous.be>*

Nog veel andere inspirerende voorbeelden zijn te vinden via twee databanken van netwerkversterkende initiatieven in België en Nederland, die binnen Odisee Hogeschool tot stand kwamen. Te vinden via https://link.odisee.be/methodieken_werkversie en <http://www.kcgezinswetenschap-pen.be/nl/nieuws/persoonlijke-netwerkversterking-bij-mensen-armoede>.

5.2.2. Verwachtingen bijstellen

Naast netwerkontwikkeling is standaardverlaging een tweede oplossingsrichting. Het betekent dat de wensen en verwachtingen die men ten opzichte van relaties heeft worden bijgesteld. Onrealistische wensen of te hoge verwachtingen worden naar beneden bijgesteld (van der Zwet & van de Maat, 2016, p. 19). Hoe lager de persoonlijke verwachting, hoe groter de kans dat het bestaande sociale netwerk toch positief geëvalueerd wordt (Heylen, 2014, p. 24).

5.2.3. Leren omgaan met gevoelens van eenzaamheid

Deze strategie richt zich niet naar het netwerk van de persoon, noch naar zijn of haar verwachtingen daarrond, maar naar de negatieve gevoelens van eenzaamheid zelf (Heylen, 2014, p. 24).

Bij het leren omgaan met gevoelens van eenzaamheid blijft het verschil tussen iemands feitelijke en iemands gewenste contacten bestaan, maar men probeert het belang van het eenzaamheidsprobleem terug te dringen door bijvoorbeeld acceptatie, relativering of afleiding (van der Zwet & van de Maat, 2016, p. 19).

Eenzaamheidsgevoelens blijven dus bestaan, maar de intensiteit kan drastisch verminderen. Zo wordt eenzaamheid mogelijk minder als een probleem beschouwd en wordt vermeden dat eenzaamheid tot andere problemen, zoals depressie of verslaving, leidt (Heylen, 2014, p. 25).

Deze strategie is o.a. belangrijk in situaties waarin de bovenstaande strategieën niet haalbaar zijn (Heylen, 2014, p. 25).

5.2.4. Luisteren

Werken aan vereenzaming vereist vooral dat er in de rol van professionals of andere intermediairs ruimte is voor een 'attitude van nabije aandacht' zoals Heylen (2011, p. 321) Cuyvers citeert. Dat betekent dat in het takenpakket structureel tijd vrij is gemaakt voor kwaliteitsvolle gesprekken.

The en Van Wijngaarden (2017, p. 304) stellen dat goed luisteren niet alleen een middel is om het eenzaamheidsprobleem te verhelderen maar misschien wel de belangrijkste eenzaamheidsinterventie op zich is. 'Het gaat om verbinding maken met de persoon die aan eenzaamheid lijdt.'

Bond zonder Naam zet in op de aanpak van eenzaamheid door haar vrijwilligers empathisch en verbindend te leren luisteren. Luisteren zonder een oordeel of advies te geven staat centraal (Weliswaar, 2015).

De literatuur roept op om de aanpak van vereenzaming niet te beperken tot netwerkontwikkeling en/of -versterking. Het is niet voor iedereen een opportuun om contacten aan te gaan. Vereenzaming leidt er soms toe dat mensen zich nog moeilijk met andere kunnen verbinden. Of soms voelen mensen zich eenzaam doordat ze hoge of onrealistische verwachtingen hebben van hun bestaande contacten. Daarom is het soms relevanter om verwachtingen bij te stellen, iemand te hebben die luistert, of om de eenzaamheidsgevoelens een plaats te geven. Eenzaamheidsgevoelens hoeven niet altijd per se te worden aangepakt.

5.3. De indirecte aanpak

Deze aanpak richt zich niet tot mensen die zich eenzaam voelen maar eerder op de omgeving (Heylen, 2014, p. 26).

5.3.1. Preventie

Deelname aan het verenigingsleven, sportclubs, etc. zorgt voor netwerken die preventief werken tegen vereenzaming (UGent & NN, 2018). Ook in de welzijnssector, bijvoorbeeld bij lokale dienstencentra, zijn er talrijke mogelijkheden tot informeel contact.

Daarnaast is ook werken aan beeldvorming en verwachtingen van mensen een preventieve manier om vereenzaming aan te pakken.

5.3.2. Deskundigheidsbevordering intermediairs

Vrijwilligers en professionals in de zorg-, dienst- en hulpverlening komen geregeld in contact met mensen in vereenzaming en zijn intermediairs tussen mensen in vereenzaming en de maatschappij. Hun deskundigheid bevorderen op vlak van vereenzaming en sociaal isolement draagt bij aan het verminderen van eenzaamheidsgevoelens (Heylen, 2011, p. 322).

Het onderscheid tussen sociale en emotionele eenzaamheid leidt op dit vlak tot inzichten. Ook Brusselse professionals gaven aan dat zelf een minimum van deze informatie hen inzicht verschaft die hen helpt in hun dagelijks werk. Deze inzichten laten toe om buiten het traditionele denkkader van 'meer contacten, minder eenzaamheid' te denken en te handelen (Heylen, 2011, p. 321). De website <http://www.oogvooreenzaamheid.be/> kan daarbij een laagdrempelig hulpmiddel zijn.

5.3.3. Structurele maatregelen

Armoede en een slechte gezondheid blijken de belangrijkste factoren voor vereenzaming te zijn. Een overheid die inzet op deze factoren, bindt meteen ook de strijd aan met vereenzaming. Zo werkt het promoten van een gezonde levensstijl preventief en de uitbouw van thuiszorg preventief en curatief. Het tegengaan van armoede – op welk niveau dan ook – zal het aandeel mensen dat zich eenzaam voelt significant doen dalen (Heylen, 2014, p. 26).

5.4. Typologie van interventieprofielen van geïsoleerde ouderen

Machielse (2011, 2015) werkte op basis van uitgebreid onderzoek in Rotterdam een typologie van sociaal isolement uit met daaraan gekoppeld ook de mogelijkheden van interventies. De typologie is uitgewerkt voor sociaal geïsoleerde ouderen maar gebaseerd op een eerdere typologie voor alle leeftijdsgroepen (Machielse, 2011, p. 49).

De typologie is geen statisch model en mensen kunnen evolueren van het ene type naar het andere (Heylen & Lommelen, 2016, p. 20).

Aan de basis liggen 3 indicatoren:

1. **Persistentie:** de duur van het sociaal isolement. Vloeit het (dreigend) sociaal isolement voort uit bepaalde levensgebeurtenissen of is het al vroeg in het leven begonnen en dus eerder structureel?
2. **Handelingsoriëntatie:** de motivatie en behoefte van de persoon met betrekking tot sociale participatie. Heeft de sociaal geïsoleerde persoon behoefte aan sociale contacten en motivatie om aan het isolement te werken of wil/kan/durft hij of zij geen nieuwe contacten leggen?
3. **De coping-strategie** van de persoon. Deze wordt opgedeeld in een actieve of passieve coping-strategie naar gelang de mogelijkheden en competenties van een persoon om een negatieve situatie ten goede te keren.

Op basis van deze indicatoren komt Machielse (2011, 2015) tot onderstaand schema met 8 mogelijke 'types' sociaal isolement.

		Handelingsoriëntatie	
		Gericht op sociale participatie	Niet (duidelijk) gericht op sociale participatie
Situatieve problematiek	Actieve coping-strategie	Actieven	Geborgen
	Passieve coping-strategie	Achterblijvers	Afhankelijken
Structurele problematiek	Actieve coping-strategie	Compenseerders	Buitenstaanders
	Passieve coping-strategie	Hoopvollen	Overlevers

- **Actieven** zijn ouderen die over voldoende sociale competenties beschikken om actief te participeren in sociale verbanden, maar dit door omstandigheden of gebeurtenissen (tijdelijk) niet meer kunnen en hulp nodig hebben om de negatieve spiraal te doorbreken.
- **Geborgen** zijn ouderen die over voldoende sociale competenties beschikken om een netwerk vast te houden waarbinnen ze zich geborgen voelen, maar dat door omstandigheden of gebeurtenissen (tijdelijk) niet meer kunnen of willen, en hulp nodig hebben om belemmeringen weg te halen of zich aan te passen aan de nieuwe situatie. Bij deze groep is er wantrouwen in hulp- en dienstverlening, interventies moeten dus eerst daaraan werken.
- **Achterblijvers** zijn ouderen met geringe sociale competenties die in het verleden een klein sociaal netwerk hadden, maar deze contacten zijn verloren. Ze missen de vertrouwelijkheid van deze contacten, maar zien geen mogelijkheden om nieuwe contacten aan te gaan of verbroken contacten te herstellen.
- **Afhankelijken** zijn ouderen met geringe sociale competenties die een zeer nauwe band hebben met één andere persoon en geen behoefte en ruimte hebben voor andere sociale contacten. Het isolement is vaak verweven met bijvoorbeeld langdurige, intensieve mantelzorg.
- **Compenseerders** zijn ouderen die over voldoende functionele sociale competenties beschikken om te participeren in formele verbanden en veel belang hechten aan deze participatie ter compensatie van het gebrek aan persoonlijke contacten. Het zijn bijvoorbeeld gemotiveerde vrijwilligers die altijd paraat staan maar weinig persoonlijk contact hebben met andere vrijwilligers. Op zich is dit niet problematisch, behalve als er een moment komt waarop de activiteiten wegvallen (bv. door ziekte of door het stopzetten van een initiatief).
- **Buitenstaanders** zijn ouderen die over voldoende functionele sociale competenties beschikken om te participeren in formele verbanden, maar zich daar niet in thuis voelen. Ze zijn altijd buitenbeentje geweest en keren zich af van de samenleving.
- **Hoopvollen** zijn ouderen die in hun leven nooit veel persoonlijke contacten hebben gehad, maar een sterke behoefte hebben aan sociale contacten en aansluiting bij anderen. Ze zijn echter niet in staat om deze zelf tot stand te brengen. Outreach kan voor deze groep veel betekenen.
- **Overlevers** zijn ouderen die in hun leven nooit veel persoonlijke contacten hebben gehad en zich teruggetrokken hebben uit de samenleving. Ze gaan sociale contacten met anderen zoveel mogelijk uit de weg en vertonen vaak zorgmijndend gedrag. Ze zijn vooral gericht op het vinden van oplossingen voor hun praktische problemen.

Interventies moeten aansluiten bij ambities en de strategieën waarop mensen met sociaal isolement omgaan. Het versterken van buurtnetwerken van sociaal geïsoleerde ouderen is volgens Machielse (2011, 2015) vooral relevant voor de actieven en de achterblijvers.

De geborgenen en afhankelijken hebben geen duidelijke behoefte aan sociaal contact. Bij personen met een structurele problematiek is het veel moeilijker om het sociaal isolement de doorbreken, zeker via buurtnetwerken (Heylen & Lommelen, 2016, p. 22). Misschien moeten er eerst andere problemen worden aangepakt (bv. dakloosheid, schulden, etc.). Ook voor compenseerders en hoopvollen kunnen welzijnsorganisaties in de buurt wellicht iets betekenen als zal dit in eerste instantie wellicht niet via netwerkversterking zijn.

Welzijnsorganisaties kunnen onmogelijk iedereen in een vereenzamingsproces bereiken. Soms zijn de situaties te complex of zijn mensen niet gericht op sociaal contact (Heylen & Lommelen, 2016).

5.5. De ervaren baat benadering bij ouderen in structureel isolement

Naast boven beschreven typologie van interventieprofielen zocht Machielse (2015) ook naar mogelijke aanpakken van sociaal isolement. De ervaren baat benadering werd door twee welzijnsvoorzieningen toegepast bij het werken met Rotterdamse ouderen in structureel sociaal isolement. In de typologie van hoofdstuk 5.4. bevinden de bevroegde cliënten zich dus in de vier onderste categorieën.

De benadering vertrekt vanuit de vaststelling dat doelstellingen om eenzaamheid te verminderen en/of een netwerk uit te breiden bij ouderen in structureel sociaal isolement meestal niet gehaald worden. Hulpverleners beschouwen hun diensten daardoor vaak als niet effectief.

Maar **het niet halen van 'eenzaamheidsdoelstellingen' betekent niet dat de hulpverlening geen zin heeft**. Door vanuit het perspectief van de sociaal geïsoleerde oudere te vertrekken blijkt vaak dat zij zelf aangeven met dringendere problemen te kampen dan de eenzaamheidsgevoelens en/of het sociaal isolement. De ondersteuning bij bijvoorbeeld administratie of financiën, de aanpak van gezondheidsproblemen, het hebben van een aanspreekpunt of vangnet wordt door hen dan wel als een belangrijke vooruitgang ervaren. Zo worden problemen aangepakt die soms nauw samenhangen met vereenzaming, zoals huiselijk geweld dat voorkomt uit een sterke behoefte aan contact of schulden die mede werden opgebouwd omdat er niemand is om de post mee door te nemen, etc. (Machielse, 2015, p. 136).

Het sociaal isolement wordt niet (rechtstreeks) aangepakt, maar toch is de subjectieve beleving van de hulpverlening positief. De voornaamste ervaren baten liggen dan ook op het vlak van ervaren aandacht, steun, betrokkenheid of warmte van de professional (Machielse, 2015, p. 143).

Eén van de belangrijkste voorwaarden voor positief ervaren baten is een goede hulpverleningsrelatie. Dit vergt o.a. persoonlijke aandacht en het volgen van het tempo van de ouderen (Machielse, 2015, p. 139). Tijd en luisteren zijn dus opnieuw belangrijke factoren.

De ervaren baat benadering leert dat professionele hulpverleners zich niet altijd moeten blindstaren op het aanpakken van eenzaamheidsgevoelens en het vergroten van netwerken. Dit is niet altijd haalbaar, met name bij ouderen in structureel sociaal isolement. Dat betekent echter helemaal niet dat de hulpverlening niets kan betekenen, alleen ligt de focus op andere domeinen dan op het isolement.

5.6. Technologische en online hulpmiddelen

Online-tools winnen aan belang in het aanpakken van vereenzaming en het stimuleren van buurtcontacten. Veel mensen vinden online belangrijke sociale steun, bij lotgenoten maar ook bij vrienden (Lange, 2018). Anderzijds zijn er bij bepaalde mensen, vaak diegenen in een maatschappelijk kwetsbare situatie, mogelijke perverse effecten die vereenzaming zelfs kunnen versterken (Hage, 2015). Bijvoorbeeld omdat het net mensen in de meest kwetsbare situaties zijn die toch niet de zogenaamd 'gebruiksvriendelijke' functies onder de knie krijgen (Google, Facebook, e-mail). Of omdat online buurtplatformen verwachtingen scheppen die ze vaak niet inlossen.

Er zijn verschillende kleinschalige experimenten bezig die er op wijzen dat technologische hulpmiddelen in de toekomst zullen toenemen. Het zal daarbij belangrijk zijn dat deze zich ook richten op mensen in een maatschappelijk kwetsbare situatie en dat ze opleveren in echte contacten. 'Hello, Jenny' is een voorbeeld uit Gent van een kleinschalig project dat aan deze vereisten voldoet. Via een voice-interface worden ouderen uitgenodigd om een student-vrijwilliger te laten langskomen. Tegelijkertijd is er professionele opvolging vanuit het OCMW (Baccarne, 2019).

5.7. De aanpak van een collectieve uitdaging: taboes doorbreken

De beschrijving van eenzaamheid als beschavingsprobleem (zie hoofdstuk 2.3.) zou kunnen leiden tot apathie, aangezien oplossingen dan onbereikbaar lijken. Wat haalt het uit om als individu inspanningen te leveren als de maatschappij toch tegenwerkt? Er kwam ook kritiek op het aanwijzen van de neoliberale samenleving als schuldige omdat het als containerbegrip zou dienen, waardoor oplossingen niet langer haalbaar lijken (The Economist, 2018).

In een interview (Vankersschaever, 2018) verwijst Chabot daarbij naar het voordeel van de filosofie: de juiste woorden vinden geeft de nodige inzichten en kennis om met problemen om te gaan. Wie begrijpt dat de eigen eenzaamheid een spiegel is van de eenzaamheid van de samenleving kan mogelijk beter aanvaarden wat niet veranderd kan worden en gericht zoeken naar wat er dan wel kan gebeuren. Ook andere wetenschappers zien een deel van de maatschappelijke oplossing in het aanreiken van meer **taal om over emoties te spreken**. O.a. dokter Kirsten Catthoor pleit hiervoor (Radio 1, 2017, p. 16:47). Kinderen leren bijvoorbeeld de emoties angst en verdriet kennen, maar welke soort angst en wat doet dat verdriet?

Op radio 1 zegt gezondheidseconoom Lieven Annemans: "Soms heb ik het gevoel dat men zegt tegen de mensen: 'kijk, de wereld is rot, hij stinkt, en wij gaan jou leren die stank te verdragen'. Ik vind dat je dat uiteraard moet leren, maar je moet er tegelijkertijd ook voor zorgen dat die wereld verbetert."(Radio 1, 2017, p. 17:40)

Om dit laatste concreet te maken verwijst o.a. Edel Maex (Radio 1, 2017) naar de essentiële rol van preventie en het sterker maken van kinderen via o.a. geweldloze communicatie en mindfulness.

Ook **politieke aandacht** voor het fenomeen is nodig en nuttig. Maar de manier waarop is belangrijk. Een minister van eenzaamheid zoals in het Verenigd Koninkrijk of een schepen van eenzaamheid zoals in Sint-Truiden en Geraardsbergen mag de aandacht niet afleiden van de vaststelling dat vele beleidsdomeinen van invloed zijn op vereenzaming. O.a. met jeugd, ouderen, ruimtelijke ordening, huisvesting en gezondheid is er een belangrijke link (De Rynck, 2018). Politiek is er een transversale aanpak nodig over beleidsdomeinen heen.



DEEL 2: NETWERKEN VAN DE STADSKUURT

Hierboven werd het aspect sociaal isolement uit de onderzoeksvraag gelicht. Het belang van de context kwam daarbij al voor een stuk aan bod. De volgende hoofdstukken zoomen in op de netwerken van de stadsbuurt om zo tot mogelijke hefboomen voor welzijnspraktijken te komen.

De veranderende betekenis van de buurt

Een wijk verwijst doorgaans naar een afgeleide administratieve eenheid (Bisa, n.d.-a). Het begrip buurt valt moeilijker te definiëren. Qua oppervlakte kan de buurt een deel van een wijk zijn maar kan ze zich ook over verschillende wijken uitstrekken. Dit verschilt van persoon tot persoon, voor sommigen is de buurt de straat waar ze wonen, voor anderen de hele stad (Heylen & Lommelen, 2016, p. 23).

In het Nederlands wordt de buurt in de eerste plaats als een geografische entiteit beschouwd. In het Engels maakt daarentegen ook de notie van 'community' (gemeenschap) deel uit van het begrip (Stroo & Raes, 2018, p. 5). Tot enkele decennia was de buurt een vanzelfsprekende plek voor gemeenschapsvorming. Dat aspect is onder druk gekomen als gevolg van toenemende mobiliteit en globalisering (Oosterlynck & Albeda, 2018, p. 5).

6.1. De dynamische stad: weg van de mythe van de gezellige buurt

De ideale buurt is een warme gemeenschap waar alle buurtbewoners deel van uitmaken, waar mensen vaak op straat komen en elkaar bij naam kennen, kinderen binnen en buiten lopen en iedereen altijd voor elkaar klaarstaat, wie hulp nodig heeft hoeft zelfs niets te vragen. Arm en rijk, oud- en nieuwkomer wonen door en met elkaar in de perfecte sociale mix. Zo was het 'vroeger', toch?

Verschillende auteurs waarschuwen voor een dergelijke idealisering van de buurt (De Visscher, 2010, p. 17; Heylen & Lommelen, 2016, p. 23; VROM-raad, 2006, p. 58) en wijzen erop dat de ideale buurt ook vroeger niet bestond. Wel is het zo dat buurten tot voor enkele decennia een meer stabiele bewoning kenden. Dat betekent niet dat iedereen elkaar kende maar de bewoners kenden velen van gezicht en men wist ongeveer wie waar woonde. Soenen (2006, p. 94) noemt het een grotere publieke familiariteit. Buurtbewoners waren vertrouwde vreemden voor elkaar (VROM-raad, 2006, p. 58).

De hedendaagse stadsbuurten en bij uitbreiding de buurten in het verstedelijkte West-Europa, zijn vrij dynamisch met een **constante in- en uitstroom van bevolking**. In een doorsnee Brusselse wijk (volgens de gewestelijke statistische indeling) woont de helft van de bewoners minder dan zes jaar (Hamesse & Sierens, 2018, p. 4). Ondanks de ruimtelijke segregatie is er ook een toenemende vermenging van mensen met een verschillende sociaaleconomische status. Onderzoekers wijzen erop dat gezinnen met kinderen wegtrekken uit de klassieke arme buurten en vaak vervangen worden door tweeverdieners. De voormalige bewoners trekken in veel gevallen **naar de omliggende wijken**. Terwijl de meest welgestelde wijken vaak gesloten blijven, wordt bijvoorbeeld laag-Molenbeek welvarender maar neemt nieuw-Molenbeek de rol van transitwijk over (Grippa et al., 2015; Post & Verthé, 2015, pp. 38–39).

Bovendien zijn er onder de buurtbewoners velen met een druk leven, die zich vaak verplaatsen en hun vrienden, familie, kennissen, etc. vooral buiten de buurt ontmoeten. Hun **relaties en netwerken worden buiten de buurt gevormd en onderhouden**. Met de komst van goed openbaar vervoer hoeft de 'werkgemeenschap' bijvoorbeeld niet in de buurt van de 'woongemeenschap' te liggen.

Een beste vriend kan 25 km verder wonen. Of via internet staan mensen in contact met kinderen in het buitenland of maken ze deel uit van gemeenschappen die niet per se in de fysieke ruimte hoeven samen te komen (Heylen & Lommelen, 2016, p. 23; Oosterlynck & Albeda, 2018, p. 5).

De **superdiverse realiteit** versterkt deze transitie van sociale netwerken. Door de toenemende mobiliteit en ontwikkelingen in informatie- en communicatienetwerken zijn Brusselse wijken vandaag verbonden met locaties uit de hele wereld. Plaats en sociale ruimte vallen niet langer samen. De sociale ruimte is **translokaal** want netwerken strekken zich uit over verschillende culturen en continenten heen (Odisee, 2013, p. 3).

Daarbij komt nog dat bewoners in een woonomgeving met een hoge dichtheid en een veelkleurige bevolking soms meer **behoefte hebben aan fysieke en sociale afstand** (Dirk Geldof & Oosterlynck, 2019, p. 1; VROM-raad, 2006, p. 73). Bij de stedenbouw is hier vaak niet goed over nagedacht. Buren horen elkaars ruzies en kijken via het venster bij elkaar binnen. Afstand houden is dan eerder een manier van beschaafd samenleven.

Omwillen van al deze redenen is het logisch dat het vaak onduidelijk is wie waar woont en soms ook welke omgangsvormen er in de buurt gelden (VROM-raad, 2006, p. 58) of dat 40 tot 60% van de Brusselaars hoogstens 2 burens bij de voornaam kent (Thys, 2018b). Dat buurtbewoners elkaar niet kennen, is dus eerder het gevolg van deze evoluties dan van een gebrek aan betrokkenheid, anonimisering en individualisering (VROM-raad, 2006, p. 58).

De mens blijft een sociaal wezen maar het is niet altijd nodig, gewenst of haalbaar om naar parochiale sferen⁴ te streven in de zin van warme buurten waar iedereen elkaar kent. Buurten zijn veranderende gemeenschappen. Daarin blijft de lokale gemeenschap belangrijk maar het karakter verandert: relaties in de buurt zijn meer functioneel van aard.

6.2. Aandacht voor de stadsbuurt

Volgens prognoses zou tegen 2050 60% van de wereldbevolking in steden wonen. Terwijl mensen al miljoenen jaren hoofdzakelijk in kleinere gemeenschappen samenleven, is de huidige verstedelijking – waarbij functionele stadsomwallingen verdwenen zijn en buurten in elkaar overvloeien zonder duidelijke fysieke grenzen – een fenomeen van na de tweede wereldoorlog (Lofland, 1998, p. 5) en dus al bij al een recent verschijnsel.

Deze verstedelijking stoot vaak op wantrouwen. Op beleidsvlak kende België, net zoals de meeste westerse landen, een **anti-stedelijk beleid** waarbij privébezit in landelijk gebied als ideaal gold, wat trouwens vaak geleid heeft tot het verdwijnen van dat zelfde landelijk gebied. Het leven in kleine gemeenschappen gold als de norm. De laatste decennia krijgt verstedelijking ook een meer positieve invulling, o.a. omwille van de inherente kansen op een meer duurzame levensstijl.

In Brussel gaat deze voorzichtige evolutie gepaard met de komst van de eigen politieke structuren. Na WO II viel Brussel nog ten prooi aan een ongehinderd liberalisme dat weinig rekening hield met de noden van de bevolking. Koning auto heerste en Brussel was een wingewest van speculatie (Deboosere, 2014, p. 17). Buurtbewoners moesten geregeld wijken voor megalomane bouwwerken zoals de kantoorgebouwen aan het Noordstation.

De komst van **Brusselse geweststructuren** in 1989 met ook de bevoegdheid stedenbouw betekent een geleidelijke kentering. Met de wijkcontracten investeert de gewestelijke overheid in de leefbaarheid van buurten. Ook de VGC beschouwt ze als een belangrijk instrument voor

stadsvernieuwing (VGC, 2018). De wijk vormt dus steeds vaker een uitgangspunt voor beleid. Dat blijkt bijvoorbeeld ook uit de door wetenschappelijk opgezette Wijkmonitor van het Gewest die loopt sinds 2005 (Bisa, n.d.-b). Deze wijkmonitor onderscheidt 118 woonwijken. Een derde daarvan is gemeenteoverschrijdend. Zo ligt de Europese wijk in drie gemeenten (Brussel-stad, Elsene en Etterbeek) (Corijn, 2017).

6.3. De ene buurt is de andere niet

Met de toenemende aandacht voor stedelijk beleid neemt ook de aandacht voor de relaties tussen stadsbewoners toe. Geograaf Ash Amin beschreef in 2002 al stedelijke buurten als '**communities without community**' (Debruyne & Meeus, 2018) en linkt dit aan diversifiëring: groepen mensen voelen zich in mindere of meerdere mate met de buurt verbonden. Sommigen blijven er permanent anderen tijdelijk of weten het nog niet goed (Debruyne & Meeus, 2018).

In plaats van een hechte gemeenschap is er in stadsbuurten mogelijks eerder sprake van een **core practice**, die verwijst naar een bepaalde identiteit van de buurt door feitelijke gemeenschapsvorming (De Visscher, 2010, p. 18). Sommige buurtbewoners dragen bij aan de identiteit, anderen zetten er zich tegen af, maar de core practice bestaat dus.

Deze core practice komt tot stand op basis van drie brillen om naar de woonomgeving te kijken: (1) de gebouwde omgeving, (2) de gedeelde omgeving en (3) de geleefde omgeving (Visscher, 2008, p. 137). Deze drie thema's zijn nauw met elkaar verbonden. De gebouwde woonomgeving slaat op de fysieke, stedenbouwkundige ruimte. Deze gebouwde buurt bepaalt mee de mogelijkheden van haar bewoners. De gedeelde omgeving is een sociale ruimte waar bewoners betekenis aan geven. De geleefde woonomgeving vertrekt vanuit het individu dat betekenis geeft aan de buurt en zich de ruimte toe-eigent.

De Visscher (2010) licht toe hoe in verschillende Gentse buurten mensen op bepaalde manieren met elkaar omgaan, mede onder **invloed van de gebouwde omgeving en het profiel van de bewoners**. In een buurt met meer alleenstaande woningen en mensen met een hogere sociaaleconomische status (Sint-Pieters-Buiten) verlopen de contacten vooral geprivatiseerd (bv. gezinnen die bij elkaar op bezoek komen) en is de core practice van de buurtbewoners gebaseerd op het idee dat ze een groep gelijkgestemden zijn (bv. 'iets bereikt in het leven', over een zeker cultureel kapitaal beschikken, op zoek naar rust in de stad) zonder elkaar noodzakelijk te ontmoeten. De betrokkenheid op de publieke woonomgeving laat zich vooral zien op momenten waarop de kwaliteit ervan bedreigd wordt (bv. sluikstorten, studentenlawaaï).

In een meer volkse wijk met sociale hoog- en laagbouw (Nieuw Gent) zijn de bewoners veel meer divers waardoor ze elkaar vaak letterlijk niet begrijpen. De publieke ruimte speelt er een belangrijkere rol als ontmoetingsruimte maar het gemeenschapsleven wordt vooral bepaald door de gepersonaliseerde netwerken van de buurtbewoners. Er is dus ontmoeting in de publieke ruimte maar wel binnen de eigen, versnipperde netwerken in functie van bonding sociaal kapitaal.

⁴ Een parochiale sfeer verwijst naar een gevoel van gemeenschappelijkheid tussen mensen zoals bij burens, collega's, kennissen,... Het onderscheidt zich enerzijds van de private sfeer van intieme relaties met familie en vrienden en anderzijds van de publieke sfeer van mensen die volledig vreemd zijn en die typisch stedelijk is (Lofland, 1998, p. 10; Soenen, 2006, p. 48).

Beide buurten hebben een andere core practice. Wie met de buurtbewoners aan de slag wil, zal dit op een andere manier moeten doen. In de eerste buurt staat de publieke ruimte in functie van de private ruimte. In de tweede buurt zijn er wellicht al enkele bestaande vormen van gemeenschapsvorming die versterkt kunnen worden maar zal gemeenschapsvorming ook initiatie nodig hebben.

Het bovenstaande voorbeeld kan worden doorgetrokken naar Brusselse buurten. Buurtgericht werken in bijvoorbeeld Peterbos vergt een andere aanpak dan in bijvoorbeeld de Marollen. Buurtgericht werken volgt **geen vast stappenplan** en is in de eerste plaats een gedifferentieerde praktijk op basis van analyse van feitelijke gemeenschapsvorming (De Visscher, 2010, p. 16). Bovendien is ook differentiatie binnen de buurt nodig. De sociale en culturele diversiteit binnen een buurt is vaak zodanig groot dat van een eenduidige wijkaanpak geen sprake kan zijn (De Visscher, 2010, p. 17). Het komt er op aan om de buurt eerst goed te lezen, alvorens buurtgerichte acties op te zetten.

6.4. Co-existentie: lichte bindingen tussen (vertrouwde) vreemdelingen

In buurten met een zogenaamde sociale mix⁵, zoals de meeste Brusselse buurten, zijn de bindingen vaak (nog) lichter dan in buurten waar mensen sterk op elkaar lijken. Omdat mensen met een verschillende culturele achtergrond en socio-economische positie doorgaans andere noden en behoeften hebben, gebruiken zij andere voorzieningen en vallen zij terug op relaties met eerder homogene groepen buurtbewoners. Samenwonen in diversiteit leidt niet noodzakelijk tot samenleven in diversiteit (Oosterlynck et al., 2012, p. 122) d.w.z. dat de heterogeniteit van een bepaalde wijk vaak niet doordringt in de sociale netwerken van haar bewoners. Als er wel contact is leidt dit niet noodzakelijk tot meer begrip en buurtgerichte interventies creëren soms ook polarisatie en/of conflict (De Visscher, 2010, p. 17).

Een concept als **sociale cohesie** is mogelijk niet bruikbaar voor de stedelijke buurten van vandaag (Oosterlynck & Schillebeeckx, 2012, p. 139) omdat het er vanuit gaat dat buurten ook gemeenschappen zijn in de traditionele zin van het woord. Of sociale cohesie moet een lossere invulling krijgen, weg van de buurt als hechte gemeenschap die het eens is over centrale waarden en normen (Geens, Hemeryck, & Lambert, 2017, pp. 29–31). Vertrouwdheid, thuis voelen en (h) erkenning zijn vaak meer haalbaar dan een sterke sociale cohesie.

Een lichtere term die aan aandacht wint is '**convivialiteit**'. Deze term verwijst naar **co-existentie** en vergt van burgers dat ze de andere met een zekere openheid benaderen, maar tegelijk voldoende afstand bewaren om diens eigenheid en privacy niet te schenden (Geldof & Oosterlynck, 2019, p. 3).

Lichte bindingen zijn inclusiever. Zo stelt Bredewold (2014) vast dat licht, oppervlakkig en begrensd contact beter past bij de mogelijkheden van burgers met een beperking en hun buurtgenoten (Vos & Verhaegen, 2017, p. 20). Ook Soenen (2006) stelt dat de diversiteit van met wie mensen contact hebben het grootst is bij oppervlakkige contacten. Deze relaties hebben vaak zelfs geen woorden nodig maar kunnen zich soms ontwikkelen tot meer intieme relaties die steun bieden, zonder dat ze daarom vriendschappelijk worden en/of veel investering vragen (Lofland, 1998, p. 59).

Verschillende auteurs benadrukken de onderschatte waarde van tijdelijke, niet-intieme en hybride relaties (Lofland, 1998; Oosterlynck; De Visscher; Soenen; etc.). Het belang daarvan werd lang onderschat door eenzijdige aandacht voor relaties tussen familie, vrienden en burens, de zogenaamde primaire netwerken. Lichte bindingen verwijzen daarentegen eerder naar (vage) kennissen⁶.

Zelfs in de publieke sfeer, waar mensen volkomen vreemden voor elkaar zijn, gelden heel wat ongeschreven omgangsnormen. Een voorbeeld is de regel van beleefde vermijding die toegepast wordt in de bus. De andere wordt daarbij niet behandeld als een gesprekspartner maar er wordt wel rekening mee gehouden. Mensen geven via heel kort oogcontact aan dat ze elkaar gezien hebben maar trekken onmiddellijk de aandacht weg om te tonen dat er niet zal worden ingebroken op hun privacy. Vermijding als een teken van beleefdheid (Lofland, 1998, pp. 29–30; Soenen, 2006, p. 48). Anonimiteit is in die zin een eerder neutraal begrip, dat zowel positieve als negatieve gevolgen heeft.

PRAKTIJKVOORBEELD

Toen Lhiving vzw ruim twee decennia geleden in Brussel van start ging kozen de oprichters bewust voor een groot anoniem aandoend appartementsgebouw om mensen met HIV te vestigen en begeleiden. Vanwege het taboe dat, zeker toen, op HIV rust was het meer haalbaar om dit in de anonimiteit van een stadsbuurt te doen dan dat in een gemeenschap met meer sociale controle zou zijn geweest. Ook nu nog verwacht Lhiving vzw van de burens veeleer een neutrale houding dan een grote betrokkenheid.

⁵Sociale mix wordt vaak aangehaald in de literatuur en bij beleid. De term heeft verschillende betekenissen. Enerzijds zou het een na te streven ideaal zijn dat de sociale cohesie ten goede komt. Een idee dat intussen grotendeels ontkracht werd (Oosterlynck, Schillebeeckx, & Schuermans, 2012). Hier wordt het eerder gebruikt als een feitelijke beschrijving van een ruimtelijke vermenging van personen met een verschillende sociaaleconomische, professionele, culturele, etc. achtergrond (CPCP, 2016, p. 4).

⁶Deze vorm van lichte bindingen in een stadsbuurt wijkt voor een stuk af van het oorspronkelijk gebruik door Granovetter (1973) voor wie relaties gebaseerd op 'knikken' tussen mensen uit dezelfde straat, of de band met de krantenverkoper van wie geregeld een krant wordt gekocht als een onbestaande binding (absent tie) geldt, zelfs al kennen deze mensen elkaars naam (Granovetter, 1973, p. 1361). Andere auteurs gaan daar later tegen in door het belang van dit soort bindingen te beschrijven (Lofland, 1998).

6.5. Levenssituatie bepaalt mee de mate van lokaliteit

Fysieke nabijheid heeft aan belang ingeboet in het kader van gemeenschapsvorming (Boone & Vandelanotte, 2011, p. 46) en in de stadsbuurt is traditionele gemeenschapsvorming niet altijd haalbaar of gewenst. Sociale relaties en netwerken verlopen voor een stuk buurtoverschrijdend en zelfs translokaal.

Er bestaat een zekere opsplitsing tussen actieve, mobiele, werkende en internetgebruikende burgers voor wie de buurt in belang afneemt en anderzijds mensen voor wie nabijheid door bepaalde omstandigheden net belangrijk is (Boone & Vandelanotte, 2011, p. 47), want de betekenis en het gebruik van de buurt hangt ook samen met de levensfase en –situatie.

Zo is nabijheid vaak van cruciaal belang voor mensen met mobiliteitsproblemen, een handicap, een psychisch probleem of een gebrek aan economische hulpbronnen (Boone & Vandelanotte, 2011, p. 47). De buurt bepaalt ook mee de toekomst, het welzijn en de gezondheid van jonge kinderen (Geirnaert, Matthijs, Mattelaer, & Nelissen, 2018, p. 6) en ook Brusselse tieners voelen zich vaak sterk verbonden met hun wijk (Detailleur, 2018). De integrale jeugdhulp speelt daar in theorie op in door te zoeken naar oplossingen in de lokale omgeving al blijft de zoektocht binnen de concentrische cirkels⁷ nog vaak dode letter (Dons, 2018).

Het belang van sociale relaties in de buurt stijgt opnieuw naarmate mensen ouder worden (Boone & Vandelanotte, 2011, p. 48), ook bij Brusselaars (Vanmechelen et al., 2012). Het belang van burens en buurt is zelfs nog meer uitgesproken bij de kwetsbare ouderen en ouderen van vreemde herkomst (Vanmechelen et al., 2012, p. 33). De partner, kinderen, burens en andere familieleden zijn de belangrijkste personen waar ouderen op rekenen wanneer ze hulp nodig hebben, maar vanwege een grote vraagverlegenheid wordt hulp vaak niet ingeroepen.

Toch blijft enige vorm van lokale verankering ook belangrijk voor vele groepen die duidelijk in een buurtoverschrijdende, translokale realiteit leven. Het boek 'Transmigratie' (Schrooten, Withaekx, Geldof, & Lavent, 2015, pp. 110–134) beschrijft bijvoorbeeld hoe migranten emotionele steun bieden en ontvangen over grenzen heen via bezoeken, sociale media, telefoon, etc. Ook informatie en advies en financiële steun – in twee richtingen – gebeurt translokaal. Maar daarnaast zijn er vormen van steun die de transnationale netwerken niet kunnen verlenen (Schrooten et al., 2015, p. 121), bijvoorbeeld voor administratieve procedures, medische hulp of meer alledaagse zaken als winkelen of sorteren (Schrooten et al., 2015, pp. 129–130). Naar de verbintenis van lokale aanwezigheid binnen grensoverschrijdende netwerken wordt soms verwezen met de term 'glokalisering' – een samentrekking van 'globalisering' en 'lokalisering' (Dehaene, Corrijn, Declerck, & Loeckx, 2014).

⁷ Komt uit de gehandicaptensector (American Association for Mental Retardation) maar krijgt ook een vertaling naar andere hulpverleningssectoren. De vijf concentrische cirkels stellen elk een andere vorm van ondersteuning voor: (1) de persoon zelf, (2) gebruikelijke zorg door familie en vrienden, (3) zorg en ondersteuning geboden door familie, vrienden en/of informele contacten zoals collega's, burens of vrijwilligers, (4) algemene zorg- en dienstverlening en (5) gespecialiseerde zorg- en dienstverlening (BWR, 2016, p. 4). De auteur wijst op handelingsverlegenheid bij het netwerk en het sturend optreden van professionals die de toepassing van dit model in de weg staan (Dons, 2018).

PRAKTIJKVOORBEELD

Bij LDC Harmonie en LDC Het Anker ervaart men dat veel Brusselse ouderen aanvankelijk helemaal niet zo buurtgebonden zijn. Ze gaan bijvoorbeeld eten in (sociale) restaurants verspreid over het gewest en nemen deel aan activiteiten in verschillende dienstencentra, in functie van het aanbod. Deze keuzemogelijkheid is uiteraard positief. Anderzijds leidt het tot een moeilijke opvolging van ouderen. Ze kunnen onder de radar verdwijnen zonder dat vrijwilligers of professionals van het dienstencentrum zich onmiddellijk zorgen maken. Sommige dienstencentra geven expliciet de raad aan minder mobiel wordende ouderen om zich te binden aan het dienstencentrum in hun buurt. Dat is niet altijd haalbaar bij mensen die hun netwerken al geruime tijd verder van huis onderhouden.

6.6. Cohésion sociale: een brede interpretatie

De bovenstaande tekst droeg al verschillende keren het idee uit om los te komen van het concept sociale cohesie in de stadsbuurt. In een Brusselse context is het echter belangrijk om stil te staan bij de Franstalige invulling van *cohésion sociale*. Dit concept omvat een bredere interpretatie dan in het Nederlands, waar het telkens verwijst naar samenhang en verbondenheid tussen burgers.

Zo hebben veel Brusselse gemeenten een schepen voor sociale cohesie. Sinds 2004 is er ook een decreet *cohésion sociale* van de Franse Gemeenschapscommissie (Cocof, 2004) van kracht. Dat richt zich op sociale samenhang waaronder het geheel van sociale processen die bijdragen tot gelijke kansen en economisch, sociaal en cultureel welzijn. Zowel actief burgerschap, Frans leren, alfabetisering, ondersteuning van mensen met een migratieachtergrond, onthaal van nieuwkomers, anti-discriminatie, als samenlevingsinitiatieven vallen hieronder. Brusselse gemeenten en verenigingen ontvangen middelen om dit te realiseren. Deze gaan prioritair naar bepaalde wijken die geselecteerd worden vanwege hun kwetsbaarheid, wat wordt berekend op o.a. bevolkingsdichtheid, toegang tot internet en woningcomfort.

Lokale samenwerking op wijkniveau moeten deze processen vorm geven: *Ils sont mis en œuvre, notamment, par le développement d'une action communautaire de quartier et du travail en réseau* (Centre Bruxellois d'Action Interculturelle, n.d.).

Cohésion sociale is in deze context dus geen synoniem voor sociale cohesie of sociale samenhang. Wel blijft het een vage term vanuit een deels achterhaalde visie op stedelijk samenleven, waar vele realiteiten onder schuil kunnen gaan.

6.7. Recht op stad

In 1968 lanceerde Henri Lefebvre het concept van 'le droit à la ville' of 'recht op stad'. Daarmee contesteert hij het dominante marktdenken. De geschiedenis van de verstedelijking is nauw verbonden met de ontwikkeling van het kapitalisme dat nood heeft aan arbeidsreserves in de vorm van een onderklasse en dat van het stadsleven een koopwaar maakt waardoor keuzes voorbehouden zijn voor wie over het nodige geld beschikt (Harvey, 2008, pp. 1–4).

Een belangrijk element van recht op de stad is dat een strijd voor plaats doorgaans ook een sociale strijd betekent (Plyushteva, 2009, p. 89). Ruimtelijke segregatie valt bijvoorbeeld vaak samen met sociale segregatie.

Stedelingen moeten de stad mee vormgeven om hun legitieme noden als huisvesting, vrije meningsuiting, open ruimte, gezonde lucht, etc. in te vullen. Dit kan niet worden overgelaten aan commerciële privéondernemingen aangezien zij per definitie geld vragen voor hun diensten en dus mensen uitsluiten. Door het streven naar constante kapitaalaccumulatie dreigen steden bovendien in handen te vallen van speculanten en vastgoedondernemers (Harvey, 2008, p. 3).

Dit commercieel initiatief organiseert zich trouwens vaak globaal in de vorm van multinationals, wat recht op stad als gemeenschappelijke vlag doet dienen voor internationale afstemming tussen sociale bewegingen die zich inzetten voor vraagstukken gelinkt aan verstedelijking, marginalisering en sociale (on)rechtvaardigheid (Plyushteva, 2009, p. 87).

Recht op stad staat ook voor burgerschap. Niet in de papieren versie maar wel via betrokkenheid bij het vormgeven van de stedelijke ruimte. Dit kan institutioneel vorm krijgen door participatieve besluitvorming, meer disruptief via bijvoorbeeld bezetting en straatprotest of door het ad hoc gebruik van de publieke ruimte voor sport, om rond te hangen, etc.

PRAKTIJKVOORBEELD

Versillende welzijnsorganisaties merken hoe de 'heropleving' van hun buurt (in casu de Noordwijk, Kuregem en de Marollen) een bedreiging vormt voor hun doelgroep. Zij krijgen het steeds moeilijker om een betaalbare en/of kwalitatieve woonst te vinden. Bouwwerken en –plannen dreigen deze gentrificatie nog te versterken. Verschillende medewerkers twijfelen of ze hiertegen actie moeten en kunnen ondernemen. Of is het beter om samen met vastgoedontwikkelaars en de overheid te zoeken naar opportuniteiten voor hun doelgroep? Bij die laatste optie zijn er soms slechte ervaringen met schijnparticipatie. De organisaties worden wel uitgenodigd, maar alleen als alles al beslist is. Of hun mening wordt gevraagd maar vervolgens gebeurt er niets mee.

7

Vorbij de mythe: hefboomen voor netwerkvorming in de stadsbuurt

7.1. Plaatsen van vermenging

Er zijn plaatsen waar mensen met een verschillende culturele achtergrond of uit een verschillende sociaaleconomische klasse elkaar ontmoeten vanuit een gedeelde interesse of nood. Als plaatsen waar de vermenging effectief plaatsvindt noemt Oosterlynck o.a. kringwinkels en moestuinen (Berghmans, 2017). Ook rommelmarkten komen vaak terug (Berghmans, 2017; Kostet, Nys, Verhaegen, & Van Puyenbroeck, 2018, p. 86).

Soenen komt uit bij het kleine ontmoeten in een grootwarenhuis en een winkel met babykoopwaar, commerciële instanties die een breed en divers publiek aanspreken (Soenen, 2006, p. 63). Inclusieve plekken zijn dus niet noodzakelijk open en gratis (De Valck & Vermeersch, 2018). Integendeel, vaak is de publieke ruimte slecht uitgerust om lichte bindingen tussen mensen tot stand te brengen.

7.2. Solidariteit op concrete plekken

Significante contacten tussen mensen vinden dus niet noodzakelijk plaats in de buurt op zich. Belangrijke ontmoetingsplaatsen zijn scholen, fabrieken, sportclubs, theaters, speeltuinen, straathoeken, jeugdhuizen (Schuermans, Meeus, & De Decker, 2012, p. 151), etc.

In sommige gevallen worden deze plekken niet enkel gedeeld maar nemen mensen er bovendien ook een gedeelde verantwoordelijkheid voor op. Dit zal niet leiden tot een traditionele gemeenschap van gelijkgezinden maar wel tot dialoog en solidariteit.

Dergelijke vormen van ontmoeting worden beschreven in het DieGem onderzoek, dat o.a. uitmondde in het boek Solidariteit in Superdiversiteit (Schuermans, Vandenabeele, Oosterlynck, Jans, & Holemans, 2017). Solidariteit wordt daar als alternatief voor sociale cohesie en sociaal kapitaal aangehaald (Schuermans, Oosterlynck, Swerts, Vandenabeele, & Jans, 2017, p. 29) o.a. omdat solidariteit minder berust op de noodzaak van een gemeenschap en meer ruimte laat voor conflict. Mogelijks is het concept solidariteit meer geschikt voor de stadsbuurt aangezien solidariteit naast ontmoeting en gedeelde waarden en normen ook gebaseerd kan zijn op interdependentie en strijd tegen sociale uitsluiting (Schuermans, Oosterlynck, et al., 2017, p. 54).

PRAKTIJKVOORBEELD

Het Begijnenhuis is een buurthuis in Molenbeek dat in een collectief, waaronder Zonneliëd vzw, beheerd wordt. Ter voorbereiding van een innovatief bouwproject 'De Begijnenpassage' creëert het project nu al dynamiek in de buurt. Voor de uitbating werkt Zonneliëd samen met andere lokale vzw's en actieve buurtbewoners. De gemeenschappelijke uitbating van het Begijnenhuis zorgt ervoor dat mensen samen verantwoordelijkheid nemen om de plek uit te baten, te bemannen, etc. Dit verloopt niet altijd harmonieus, maar leidt wel tot dialoog en nieuwe initiatieven en versterking van contacten.

7.3. Transitieruimtes

In het boek 'Ontmoeten is simpel, maar niet altijd gemakkelijk' (Geens et al., 2017, pp. 61–69) beschrijven de auteurs het belang van ruimtes tussen de publieke en de private sfeer aan de hand van het voorbeeld van een spel- en ontmoetingsplaats voor jonge kinderen in een stedelijke context. Ze benadrukken daarbij het grote belang van intermediairs (professionals, vrijwilligers) aangezien zij ervoor zorgen dat de ruimtes nooit volledig publiek of privaat worden. Niet privatiseren betekent openhouden voor alle gezinnen, los van hun afkomst. In tegenstelling met het privéleven waar diversiteit vaak beperkt is. Dat betekent ook dat de intermediairs kunnen omgaan met een zekere mate van onvoorspelbaarheid (Geens et al., 2017, p. 93). Maar in tegenstelling tot meer publieke plaatsen komen medewerkers wel tussen in gevallen van uitsluiting. Daardoor is er een sfeer van vertrouwen die voor voldoende gelijkwaardigheid zorgt. Ouders voelen er zich (h)erkend en aanvaard.

Soenen (2019) spreekt over een evenwicht tussen huiselijkheid en stedelijkheid. Enerzijds is iedereen er welkom, anderzijds gelden er regels. Er zijn nog plaatsen te bedenken die de functie van transitruimte kunnen invullen, bijvoorbeeld bibliotheken, dienstencentra, een buurthuis, etc.

PRAKTIJKVOORBEELD

In het buurthuis van Vrienden van het Huizeke zijn er altijd twee vrijwilligers aanwezig. De mensen die binnenkomen hebben diverse origines, woonplaatsen en problematieken. De vrijwilligers verwelkomen hen maar dringen zich niet op. In geval van ruzie of uitsluiting komen ze wel tussen, zodat iedereen er zich op zijn/haar gemak voelt.

7.4. Soft structures

In buurten en over buurten heen bestaan er netwerken van informele sociale relaties, waar mensen gebruik van maken om hun leven richting te geven. Dit begrip staat tegenover harde structuren (bv. school, ziekenhuis, OCMW, vakbond) die formeel zijn opgezet om mensen in hun leven te ondersteunen en vaak geprofessionaliseerd zijn. Soft structures zijn veel minder formeel georganiseerd, maar laten mensen toe hun problemen op te lossen en/of leven uit te bouwen door gebruik te maken van netwerken van vrienden, familie, kennissen (etnische, religieuze en andere) groepsverbanden, etc. Dit gebeurt o.a. via mond-aan-mond-informatie, onderlinge hulp en ondersteuning, praktische tips en tricks, etc. In religieuze organisaties, op straat, bij mensen thuis, in (nacht)winkels, etc. (Meys, 2018)

Via de soft structures delen mensen middelen, informatie, vaardigheden en kennis en wordt de zelfredzaamheid en zelfstandigheid bevorderd. Ze komen vaak voor in zogenaamde aankomstwijken, waar veel nieuwkomers zich installeren om later weg te trekken naar een betere opportuniteit. Soft structures zijn ook anders van groep tot groep en erg bepaald door en bepalend voor het referentiekader van de personen die er gebruik van maken (Meys, 2018).

Van soft structures gaan ook risico's uit. Door een gebrek aan regelgeving is het niet duidelijk welke voorwaarden er al dan niet aan verbonden zijn. Misbruik en bedrog komen voor.

Maar het belang van soft structures valt, zeker in een stedelijke context, niet te negeren. Uit een onderzoek naar cultuurparticipatie bij jongeren in de kanaalzone (Stevens & Claes, 2017, p. 6) blijkt bijvoorbeeld dat jongeren best actief zijn maar in de eerste plaats informeel: alleen of met vrienden, thuis of in de (semi)publieke ruimte veel meer dan via een traditionele vereniging, het onderwijs of een buurt- of cultuurhuis.

Bij sociale professionals heerst vaak schroom om met soft structures in gesprek te gaan. Bijvoorbeeld omdat hun overtuigingen eventueel kunnen botsten met religieuze visies. Dit terwijl levensbeschouwelijke organisaties vaak net heel actief zijn op verschillende levensdomeinen (Schrooten & Trappers, 2019, p. 102).

Soft structures nemen vele vormen aan en kunnen zowel een positieve als negatieve invloed hebben op het leven van mensen. Voor sociale professionals die in de buurt actief zijn kan het interessant zijn om een aantal ervan minimum te leren kennen en er mogelijk mee samen te werken.

PRAKTIJKVOORBEELD

Begeleid Wonen Brussel (BWB) neemt de buurt steeds op in de begeleiding van hun cliënten. Per gemeente worden gegevens bijgehouden zoals belangrijke instanties, hulpvaardige maatschappelijk werkers, sport en vrijetijdmogelijkheden ... Maar BWB beperkt zich niet tot de formele, harde structuren. Zo worden ook buurtbewoners met een groot netwerk of mogelijke stamcafés bijgehouden en mogelijk ingezet.

7.5. Burgers nemen initiatief

Veel burgers slaan de handen in elkaar om samen problemen aan te pakken op vlak van mobiliteit, vrije tijd, voedselconsumptie, woonvormen, zorg, ondersteuning, etc. Vaak gebeurt dit op lokaal niveau en zijn het burgers uit dezelfde stad, wijk, buurt of straat (Nolf et al., 2019, p. 175). Ze verzamelen zich in een al dan niet tijdelijke initiatiefgroep, actiegroep of projectgroep. Het zijn kleine feitelijke verenigingen onder de radar die kunnen uitgroeien tot grote vzw's met beroepskrachten. Medewerkers beschikken vaak over veel expertise die soms de grenzen tussen informele en formele praktijken doet vervagen (Plovie, 2019, p. 41).

Net zoals de soft structures, waar ze vaak toe behoren of uit ontstaan, zijn burgerinitiatieven niet per definitie positief. Burgers organiseren zich ook omdat spelende kinderen te veel lawaai maken of om extreem gedachtengoed te verspreiden (Plovie, 2019, p. 37). Daarnaast zijn veel initiatieven vrij homogeen qua samenstelling (Plovie, 2019, p. 43). Maar tegelijkertijd gaat er vaak een gemeenschapsvormende kracht vanuit (Plovie, 2019, p. 38).

Soms wordt het onderscheid gemaakt tussen bovenstaande vorm van zelforganisatie en zelforganisaties van etnisch-culturele minderheden (bijvoorbeeld: (Plovie, 2019, p. 33)). Maar in de praktijk is het onderscheid niet zo scherp te krijgen. Zeker in *majority-minority* stad Brussel (zie hoofdstuk 4.7.) met honderden of zelfs duizenden⁸ zelforganisaties, gestart door en gericht op mensen met een migratieachtergrond.

Zij slagen erin om burgers samen te brengen, ook mensen met een maatschappelijke kwetsbaarheid. Voor Brusselaars wie het aan een sociaal netwerk ontbreekt nemen zelforganisaties gedeeltelijk deze rol op (Thys & Vermeulen, 2018, p. 10). Soms bereiken ze mensen van wie de officiële diensten en hulpverleners niet weten dat ze bestaan. Ze bieden een alternatief voor of een opstap naar deze officiële diensten. Veel nieuwkomers vinden de weg niet, of ze koesteren wantrouwen tegenover de gevestigde organisaties (Berghmans, 2017). De vrees voor het ontstaan van parallelle systemen lijkt daarbij grotendeels onterecht (Thys & Anciaux, 2019, p. 75).

Zelforganisaties zorgen duidelijk voor verbinding tussen mensen (*bonding*) maar zijn vaak ook een vehikel waarmee aan *bridging* wordt gedaan door contacten te leggen tussen de leden van minderheidsgroepen en de rest van de samenleving (Thys & Anciaux, 2019, p. 75).

Eenzijds blijken burgerinitiatieven vaak eerder een middenklasse-aangelegenheid die ontstaan vanuit groepen waar al veel engagement en competenties aanwezig zijn. Anderzijds zijn er ook talrijke voorbeelden van initiatieven ontstaan voor en door kansengroepen.

Voor beleid en andere (reguliere) organisaties is het belangrijk om een evenwicht te vinden tussen ondersteuning en autonomie. Ook (welzijns)organisaties zoeken vaak naar manieren van samenwerking met burgers en naar verbindingen met burgerinitiatieven (Nolf et al., 2019, p. 176). Het risico is dat eens de omgeving de potentie van zelforganisatie ontdekt, er snel een overbevraging dreigt (Thys & Anciaux, 2019, p. 77).

Burgerinitiatieven en zelforganisaties vullen belangrijke functies in. Vaak slagen ze er in mensen samen te brengen en de toegang tot andere groepen en instellingen te bevorderen. Voor sociale professionals geldt voorzichtigheid. Enerzijds is het nuttig zicht te krijgen op de vele mogelijkheden die ze bieden en kunnen ze inspirerend zijn voor het eigen handelen, anderzijds kunnen te hoge verwachtingen een averechts effect sorteren. In geen geval mogen ze geïnstrumentaliseerd worden.

PRAKTIJKVOORBEELD

Quartier en action wordt gedragen door burgers-vrijwilligers en is een uitloper van het co-create project CitizenDEV, waar Eva bxl verantwoordelijkheid opnam voor de Livinglab Brabantwijk. Eva bxl faciliteert het burgerinitiatief en biedt eveneens een administratief kader aan (bv. uitkeren van een vrijwilligersvergoeding). De vrijwilligers merken dat sommige vzw's hun burgerinitiatief willen recupereren.

De vrijwilligers staan echter sterk genoeg om dit op te merken en daar weerstand aan te bieden, maar dat zal niet bij alle initiatieven het geval zijn. Ook vanuit de overheid is er een halfslachtige houding. Enerzijds is er een oproep tot veerkrachtigheid vanuit eigen initiatief. Anderzijds botst dit met de bestaande regelgeving. Een concrete uitdaging is bijvoorbeeld hoe je als werkloze kan deelnemen aan een repair-café zonder beschuldigd te worden van zwartwerk.

⁸Ter illustratie: in 2009 hebben 656 Belgisch-Marokkaanse, 196 Belgisch-Turkse en 658 Belgisch-Congolese organisaties zich geregistreerd in het nationaal register voor rechtspersoonlijkheden (Thys & Anciaux, 2019, p. 73). Ongeveer de helft daarvan werd niet teruggevonden op het terrein, maar daar tegenover staat een waarschijnlijke verdere toename en het bestaan van vele feitelijke verenigingen.

7.6. Online platformen

De voorbije jaren verschenen er enkele online platformen die inzetten op buurtcontacten.

Solidare-it (www.solidare-it.org) is een burgerinitiatief dat enkele jaren geleden in Brussel ontstond. Het draait volledig op vrijwilligers. Mogelijks volgt er in de toekomst een professionalisering. Via korte berichtjes op een online-platform kunnen mensen hulp aanvragen of –bieden (Solidare-it, n.d.).

Hoplr (www.hoplr.com) is een bedrijf dat sinds 2014 in Vlaanderen opereert en daar meer dan 100.000 aangesloten leden kent. In de zomer van 2018 streek Hoplr ook in Brussel neer. Hoplr valt met Facebook te vergelijken met als groot verschil dat enkel contact mogelijk is met mensen uit de buurt. De gesprekken kunnen variëren van veiligheid tot kleine hulpvragen. Mensen die hulp bieden kunnen dit zowel gratis als tegen betaling doen. Financiële winst wordt ondermeer behaald uit het verkopen van licenties aan lokale besturen die zo vlot met wijken kunnen communiceren (De Neve, 2018).

Helper (www.helper.be) is een ander bedrijf dat zich sinds 2017 richt op huishulp voor en door bureaus. Het online platform ging in Brussel van start in september 2018 (DCFS, 2018). In tegenstelling tot bovenstaande platformen gaat het niet om vrijwilligers. Mensen die hulp vragen betalen daarvoor tot € 9 aan de helper die hierdoor tot € 7 onbelast bijverdient. Dit model stoot soms op kritiek omdat het een aantasting zou zijn van het vrijwilligerswerk, de helpers – in tegenstelling tot professionals – nauwelijks aan voorwaarden moeten voldoen en het vooral mensen zijn in een kwetsbare situatie, zonder netwerk, die in dit systeem terecht zouden komen (Pitteljon, 2019). Anderzijds zou het een antwoord bieden op onvervulde hulpvragen (DCFS, 2018) en zou de vergoeding – volgens de Helper-oprichter – vraagverlegenheid omzeilen (Gerard, 2019).

Het is niet duidelijk in welke mate de bovenstaande platformen gebruikt worden en wat hun impact is. Via een informele rondvraag lijkt met name het gebruik van Hoplr af te hangen van wijk tot wijk.

PRAKTIJKVOORBEELD

Sommige organisaties hebben zelf een Hoplr account en geven op die manier hulpvragen door aan mensen zonder account die zo eventueel iets bijverdienen. Bv. een moeder die iemand zoekt om haar kinderen naar school te brengen plaatst dit op Hoplr. Een medewerker van de organisatie kan de vraag doorspelen aan iemand uit de wijk die hiervoor interesse kan hebben en brengt beiden in contact.

Community building

Gemeenschapsvorming zou een vertaling kunnen zijn van community building. De eerste term wordt eerder aangehaald in de culturele sector, de tweede in het sociaal-agogisch werk maar de invullingen lopen door elkaar.

8.1. Diversiteit in gemeenschapsvorming

De beschrijving van relaties in de stadsbuurt in hoofdstuk 6 toont dat stedelijke gemeenschapsvorming niet zomaar kan voortbouwen op gedeelde waarden en normen. Het is mee aan het sociaal werk om altijd uit te gaan van de stedelijke complexiteit en diversiteit (De Visscher, 2008, p. 18). De kaders omtrent gemeenschapsvorming die Soenen (2006, p. 93) aanhaalt geven een aanzet.

8.1.1. Gemeenschapsvorming op basis van homogeniteit

Dit is de traditionele manier van gemeenschapsvorming, die zich vaak afspeelt binnen homogene groepen en dus vooral bonding sociaal kapitaal ten goede komt (zie hoofdstuk 1.6.). In sommige gevallen blijft dergelijke gemeenschapsvorming van nut, zij het vooral als een moment in een emancipatieproces. Zo biedt een homogene gemeenschap een vertrouwde omgeving waar mensen in vereenzaming of sociaal isolement eventueel (terug) duurzame relaties kunnen aanknopen.

In het Brussels werkveld wordt de helende kracht van lotgenoten ook erkend, bij o.a. jonge ouders of (voormalig) thuislozen.

Voor maatschappelijk kwetsbare groepen kan gemeenschapsvorming op basis van homogeniteit dan ook een manier zijn om de stem te laten horen, zoals dat soms bij zelforganisaties en burgerinitiatieven gebeurt (Soenen, 2006, p. 94).

8.1.2. Gemeenschapsvorming op basis van herkenbaarheid

Deze gemeenschapsvorming gaat over initiatieven die onbekenden in het stadsleven transformeren tot mensen die kunnen herkend worden zonder dat er intensieve relaties mee moeten onderhouden worden.

Het doel is een toename van het aantal vertrouwde vreemdelingen, mensen die verbonden zijn via lichte bindingen en elkaar van gezicht kennen. In veel buurten zij er al plekken waar deze vertrouwdheid spontaan plaatsvindt, bijvoorbeeld in een buurthuis dat dienst doet als zogenaamde transitieruimtes (zie hoofdstuk 7.3.). Mogelijkheden tot contact en smalltalk competenties faciliteren deze vorm van gemeenschapsvorming (Soenen, 2006, p. 95).

8.1.3. Gemeenschapsvorming op basis van ambivalentie

Ambivalentie duidt hier op een bepaalde **vrijblijvendheid** door de combinatie van vermijding en ontmoeting, nieuw en oud, anonimiteit en herkenbaarheid (Soenen, 2006, p. 63). Deze gemeenschapsvorming ontstaat vanuit de **vluchtige contacten** van stadsbewoners. Het betreft initiatieven die gericht zijn op een divers en breed publiek. Er dient een mate van herkenbaarheid aanwezig te zijn die zorgt voor licht bindingen maar tegelijkertijd ook een mate van anonimiteit. Door ambivalentie in te sluiten worden **verschillende mogelijkheden** van soorten relaties en gemeenschapsvorming aangereikt, waaronder eventueel homogene groepsvorming.

Dit vertrekt vanuit de metafoor van de stad als een rooster met verbindingen, knopen en velden. Mensen kunnen via meerdere kanten het rooster bereiken en vrijblijvend van het ene naar het andere punt springen maar eveneens dieper op een punt doorgaan (Soenen, 2006, pp. 95–97).

De eerste twee vormen van gemeenschapsvorming kunnen floreren op de ambivalente gemeenschapsvorming. Deze vormt vraagt van professionals dat ze ruimte creëren waarin ontmoetingen kunnen, maar zeker niet moeten plaatsvinden. Er is zorg voor de fysieke ruimte en voor het sociaal klimaat (de figuurlijke ruimte) (Geens et al., 2017, p. 102).

Eigen aan elke ontmoeting is dat de ontmoeting vorm krijgt in het hier en nu, in zeer concrete relaties, en dus steeds weer een onvoorspelbare uitkomst heeft. Een professional heeft bepaalde motivaties om mensen samen te brengen (bijvoorbeeld mensen uit hun sociaal isolement halen) maar bij ontmoeting moet dit open blijven zodat de betrokkenen er zelf betekenis aan kunnen geven (Geens et al., 2017, p. 102).

PRAKTIJKVOORBEELD

De werking van Wijkhuis Chambéry is vrij breed en wordt samen met de buurtbewoners uitgebouwd. Zowel kinderen, jongeren, volwassenen als senioren behoren tot de doelgroep, met bijzondere aandacht voor kwetsbare personen. Er is een dienstencentrum, een kinder- en jongerenwerking, een sociaal wijkrestaurant en een klusjes- en renovatieploeg. Daarnaast worden de lokalen van het wijkhuis ook gebruikt voor taallessen, improvisatietheater, yoga, etc.

Hoewel er wel wat drempelvrees is bij de buurtbewoners zorgt deze brede werking ervoor dat er verschillende manieren zijn om binnen te komen. Het sociaal restaurant vormt bijvoorbeeld een mogelijke ingang. Mensen kunnen vandaaruit eventueel deelnemen aan andere activiteiten, zonder dat dit hoeft.

8.2. ABCD

Recent biedt de visie en strategie van Asset Based Community Development (ABCD) inspiratie aan verschillende community-building initiatieven. Door te vertrekken vanuit aanwezige krachten, de 'assets', krijgen projecten automatisch een lokale invulling.

In Brussel vindt ABCD bijvoorbeeld een toepassing in het Citizendev project van Innoviris (INNOVIRIS, 2018). Stadsbeweging Bral ziet mogelijkheden in ABCD voor het vermijden van een overdreven commercieel stadscentrum en verwijst naar de A(bcd)nsbachlaan (Van Meerbeek, 2017; Van Meerbeek & Vandenbroele, 2015). Het kennisplatform voor buurten Vicinia baseert zich eveneens op ABCD (Vicinia, 2018, p. 21), ondermeer met de buurtscan, die hulp biedt bij het opzetten van acties in de buurt (Vicinia, 2018).

De geschiedenis ligt in de Verenigde Staten en draagt een kritische visie in zich tegenover staatsinterventie en de welzijnsstaat (Vandelanotte & Lodewyckx, n.d.). Community building kan geen vervanging zijn van overheidsdiensten. Soms bestaat de vrees dat ABCD de maatschappelijk meest kwetsbare buurtbewoners niet bereikt, al stellen verschillende toepassingen dat dit niet zo hoeft te zijn (Loos, Verbist, Crollet, & Busschots, 2008, p. 9) en dat ABCD samen kan gaan met faciliterende zorg (Loos et al., 2008, p. 14).

PRAKTIJKVOORBEELD

Verschillende Brusselse welzijnsorganisaties geven aan dat krachtgericht ('assets based') werken samen gaat met meer faciliterende zorg. In Huis der Gezinnen nemen moeders deel aan de groepsessies over opvoedingsondersteuning. Na jaren van deelname aan dit bestaande aanbod, blijkt een aantal onder hen intussen vragende partij om zich zelf te organiseren. Een groep vrouwen neemt nu geregeld het initiatief om samen te komen. Daarbij organiseren ze zowel ontspannende activiteiten als steun bij moeilijke momenten, zoals na een overlijden. Via het ondersteuningsaanbod kwamen deze krachten naar boven.

8.3. De grondrechtenbenadering van Samenlevingsopbouw

ABCD is niet de enige manier om aan gemeenschapsvorming te doen, en wijkt bijvoorbeeld voor een stuk af van het basisprincipe van de missie van Samenlevingsopbouw vzw, die als volgt luidt:

"Ieder heeft recht om een menswaardig leven te leiden. Mensen hebben recht op werk, sociale bescherming, behoorlijke huisvesting, een gezond leefmilieu, op culturele en maatschappelijke ontplooiing. Wie verstoken blijft van deze basisrechten is maatschappelijk kwetsbaar. Voor hem of haar dreigt maatschappelijke uitsluiting" (Verreth, 2018).

Samenlevingsopbouw vertrekt dus vanuit een grondrechtenbenadering (cf. artikel 23 van de Belgische Grondwet), eerder dan vanuit een krachtenbenadering. Er wordt methodisch gekozen voor een model van (deskundige en onafhankelijke) ondersteuning aan groepen mensen in het kader van het uitoefenen van hun grondrechten met prioriteit voor kwetsbare groepen.

Essentieel is dat men werkt aan waarneembare verbeteringen van gemeenschappelijke problemen en dat dit enkel kan gebeuren in participatie met de doelgroepen zelf, en waar mogelijk in samenwerking met andere stakeholders.

Deze grondrechtenbenadering uit zich zeker niet alleen in het wijkgerichte. De invalshoek is eerder het ontbreken van of de precariteit van de basisrechten van groepen. Uiteraard kan dit ook wijkgericht gebeuren, door bijvoorbeeld te werken aan 'leefbaarheid' in kwetsbare wijken.

Samenlevingsopbouw kiest expliciet voor een structurele benadering, d.w.z. dat men streeft naar duurzame, collectieve en structurele verbeteringen, via twee kernopdrachten: enerzijds de agogische kernopdracht, door in te zetten op meer maatschappelijke participatie en meer beleidsparticipatie van de doelgroepen. En anderzijds de politieke kernopdracht : werken aan een sociaal gecorrigeerd beleid én een participatief gecorrigeerd beleid.

8.4. Community building: kleine stapjes

Mensen zijn verbonden in verschillende netwerken. Een mogelijk theoretisch onderscheid is dat tussen sociale netwerken, ondersteunende netwerken en zorgnetwerken.

Community building wil dan vooral de sociale en eventueel ondersteunende netwerken versterken en/of uitbouwen (Vandelanotte & Lodewyckx, n.d., p. 21). Dat gebeurt vaak via kleine initiatieven waarbij professionals de rol van matchmaker of gangmaker opnemen (Heylen & Lommelen, 2016, p. 40). Community building in de stadsbuurt kan ervoor zorgen dat mensen elkaar herkennen en bekende vreemdelingen worden. Eventueel leidt dit tot 'het kleine helpen'.

Daarmee wijkt community building af van buurtgericht zorg, waarbij mensen met een zorg- en ondersteuningsnood, ongeacht hun leeftijd of behoefte, in hun vertrouwde buurt wonen (Vlaamse overheid, 2018, p. 3). Buurtgerichte zorg komt tot stand door afstemming tussen formele en informele zorg. Naast zorg en ondersteuning zullen vaak ook fysieke ingrepen, zoals aanpassingen aan de woning, nodig zijn.

Community building legt de basis voor buurtgericht zorg, maar buurtgerichte zorg gaat nog een stuk verder en is mogelijk niet overal haalbaar.

Resokit laat zich inspireren door de verzamelde kennis over en de verschillende visies binnen community building of gemeenschapsvorming. Vormen met homogeniteit en herkenbaarheid als basis, hebben daarbij hun nut al bewezen en blijven nodig, niet in het minst in het tegengaan van vereenzaming. Maar in een stedelijke context is er daarnaast ook aandacht nodig voor gemeenschapsvorming op basis van ambivalentie.

Resokit stimuleert krachten (of assets), door bijvoorbeeld uit te gaan van sociaal gewaardeerde rollen die het doelpubliek van welzijnsorganisaties (kunnen) opnemen. Dit mag echter geen afbreuk doen aan de collectieve verantwoordelijkheid voor een maatschappij die meer gelijke rechten garandeert.



DEEL 3: SYNTHESES

Deze literatuurstudie maakt deel uit van een traject dat we met Resokit aflegden. Doorheen het project kwamen verschillende conclusies naar voor. In dit laatste deel brengen we daarin structuur.

De aanpak van sociaal isolement: een synthese

Vanuit het voorgaande literatuuronderzoek komen we tot een aantal aanbevelingen voor een brede aanpak van vereenzaming en sociale kwetsbaarheid in de Brusselse grootstedelijke context en meer in het bijzonder via welzijnsorganisaties in Brusselse buurten.

1. Inzetten op een gedifferentieerde aanpak en maatwerk op basis van de profielen en prioriteiten van burgers

- a) Het belang van het **bevragen van burgers** over hun beleving. Dit betekent ook het inzetten op de vraag achter de vraag. Deze kan te maken hebben met vereenzaming (bv. omvang sociaal netwerk, behoeftes/tevredenheid sociale contacten, beleving van eenzaamheid, etc.) maar misschien zijn er andere prioriteiten (bv. huisvesting, verlichten mantelzorg, psychiatrische problematiek, etc.).
- b) Afhankelijk van de vraag kan het effectief zijn om **bestaande netwerken** te versterken, alvorens in te zetten op het creëren van nieuwe netwerken. De (beleefde) kwaliteit van sociale contacten kan belangrijker zijn dan de kwantiteit van sociale contacten.
- c) **Niet alle burgers** die een proces van vereenzaming doormaken, zijn **gebaat bij netwerkversterkende initiatieven**. Het zijn met name burgers die door situationele en/of acute omstandigheden (zoals werkloosheid of verlies van familieleden) tijdelijk een groter vereenzamingsrisico lopen die mogelijk meer vatbaar zijn voor netwerkversterkende initiatieven op groepsniveau.

Voor kwetsbare burgers die geruime tijd blootgesteld zijn aan risicofactoren van vereenzaming en aan sociale kwetsbaarheid, dreigen netwerkversterkende initiatieven op groepsniveau een grote drempel te hebben of geven ze aanleiding tot bestending van vereenzaming door negatieve interpretaties van zichzelf of negatieve verwachtingen van sociale situaties.
- d) Netwerkversterkende initiatieven op groepsniveau veronderstellen een gerichtheid bij burgers om betrokken te worden in sociale netwerken en een **gerichtheid op sociale participatie**. Werken aan die gerichtheid via **sociale rolwaardering** en een stapsgewijze, geleidelijke aanpak van netwerkversterking kan een hefboom zijn om vereenzaming tegen te gaan.

- e) Oog hebben voor de **Brusselse eigenheid van buurten**. Er zijn verschillende soorten connecties die in buurten bestaan en per buurt verschillen (bv. core practice, soft structures, etc.).
- f) Oog hebben voor **specifieke bevolkingsgroepen** die in de buurten wonen. Daarbij dient aandacht te gaan naar kenmerken van burgers die specifiek samenhangen met het risico op vereenzaming (of de gevolgen ervan):
- Alleenstaande zijn (in het bijzonder gescheiden of weduwe(naar))
 - Een migratie-ervaring met een verhoogde kans op het gemis aan familiale banden en eventueel ervaringen van discriminatie.
 - Gezondheidsklachten of beperkingen
 - De afwezigheid van sociale steun en zorg bij ouderen die nog thuis verblijven
 - Transities in levensfasen bij jongeren, de doelen die ze stellen en hun beleving van maatschappelijke druk daarbij (stress/veerkracht)
 - Mensen in armoede lopen een groter risico op vereenzaming.

2. Inzetten op de werking van en de samenwerking tussen (welzijns)organisaties

- a) **Waarderen van basisopdracht** in zorg/ondersteuning die welzijnsorganisaties opnemen voor het welzijn van kwetsbare burgers. Organisaties nemen vanuit bestaande zorg/welzijnsondersteuning een preventieve functie op in vereenzamingsprocessen.
- b) Faciliteren van samenwerkingsverbanden tussen organisaties van beide communautaire gemeenschappen.
- c) Verbinden van werkzaamheden van burgerinitiatieven, zelforganisaties en professionele organisaties op vlak van netwerkvorming.
- d) Ondersteunen van welzijnsorganisaties door **professionalisering** - deskundigheidsbevordering
- Inzichten aanreiken aan organisaties over de **complexe thematiek** van vereenzaming en de **verschillende soorten** van vereenzaming.
 - Handvaten aanreiken voor het **lezen en analyseren van de buurt**. Oog hebben voor de bevolkingsgroepen, organisaties, soft structures, behoeftes van de buurt, risicofactoren voor vereenzaming, etc.
 - Aanreiken van strategieën voor **netwerkversterking tussen (welzijns) organisaties** (informatiedeling, verduurzamen van samenwerking).

3. Werken aan beeldvorming en bespreekbaarheid bij burgers:

- a) Om zo in te spelen op het verwachtingspatroon inzake sociale contacten, op negatieve coping strategieën en op taboes die bestaan over vereenzaming.
- b) Inzetten op veerkracht en zingeving zodat mensen gevoelens van eenzaamheid een plaats kunnen geven en om vereenzamingsprocessen te vermijden.

4. Zorgvuldige inschatting maken voor het aanwenden van digitale en offline strategieën om de netwerken van kwetsbare burgers te versterken.

5. Nood aan een maatschappelijke benadering van vereenzaming: het verbinden van vereenzamingsproblematiek met maatschappelijke processen van discriminatie, achterstelling en uitsluiting. Risico's op vereenzaming niet reduceren tot persoonskenmerken en levensgebeurtenissen van burgers. Daarbij ook oog hebben voor structurele, langdurige en persistente (risico)factoren die vereenzaming veroorzaken of bestendigen.

Bovenstaand overzicht vormt een aanzet tot een integrale aanpak van problemen gerelateerd aan vereenzaming, in het bijzonder bij burgers in een maatschappelijk kwetsbare situatie. Het praktijkluik van Resokit richt zich vooral op aanpakstrategie 1. en 2.

Werken in Brusselse buurten: een synthese

Het werken in Brusselse buurten vergt een bepaalde houding en overtuiging. Hieronder volgt een aanzet.

1. De buurt als hub van (trans)lokale netwerken.

- a) Laat een **strikte invulling van sociale cohesie los**. Het streven naar een hechte gemeenschap is vaak minder aan de orde in de stadsbuurt. Mensen leven samen in verschil, zoveel mogelijk in harmonie maar ook met conflict. Sociale cohesie krijgt eerder vorm in alledaagse praktijken, in een bepaalde context, op een gegeven moment. **Co-existentie** of convivialiteit zijn mogelijk meer bruikbare concepten.
- b) De **buurt is niet het enige referentiekader** voor sociaal-agogisch werk. Kijk ook buiten de buurt, naar de stad en daarbuiten. Naar transnationale contacten met hun mogelijkheden en beperkingen.
- c) **Lichte bindingen, hybride contacten** hebben ook een functie en een waarde.
- d) Kan een **welzijnsorganisatie een transitieruimte zijn?** Een transitruimte combineert stedelijkheid met huiselijkheid. Stedelijk in de zin van mensen die er vrij makkelijk binnen en buiten kunnen, zonder per se te hoeven communiceren. Huiselijk door de aanwezige intermediairs die laagdrempelig contact kunnen faciliteren en die tussenkomen bij bv. discriminatie, waardoor mensen er zich welkom voelen.

2. Oog hebben voor de eigenheid van Brusselse buurten. Wat in de ene buurt werkt, werkt niet noodzakelijk in de andere.

- a) Welke faciliteiten biedt de buurt voor wie? Zijn de **faciliteiten** die een burger nodig acht **nabij en/of bereikbaar?**
- b) Er zijn verschillende **hefbomen voor netwerkvorming** die in buurten bestaan en **per buurt verschillen** (bv. lichte bindingen, soft structures, online buurt, etc.).
- c) Op welke **core practice** in de buurt kan worden ingespeeld?
Hoe vinden buurtgebruikers zelf dat ze zich tegenover elkaar verhouden?
- d) **Lezen en analyseren van de buurt**. Oog hebben voor de bevolkingsgroepen, organisaties, soft structures, behoeftes van de buurt, risicofactoren voor vereenzaming, etc. Hierbij betrekken van zowel objectieve als subjectieve gegevens.

Beleidsaanbevelingen vanuit het Resokit-project

11.1. Enkele conclusies als uitgangspunt

Tijdens het traject dat we sinds april 2018 met Resokit aflegden sneuvelden een aantal vaak voorkomende denkbeelden over vereenzaming en over gemeenschapsvorming in de stadsbuurt. Deze inzichten bieden ondersteuning aan beleidsmakers, burgers en intermediairs (professionals en vrijwilligers) om met vereenzaming om te gaan.

Deze literatuurstudie biedt in het eerste deel een vrij volledig beeld van de verschillende aspecten van sociaal isolement en eenzaamheid. Het tweede deel zoomt in op netwerken van de stadsbuurt. Ter inleiding van de beleidsaanbevelingen lichten we hieronder enkele belangrijke conclusies uit.

1. Van oud tot jong

Eenzaamheidsgevoelens blijken niet noodzakelijk meer voor te komen bij ouderen in vergelijking met de rest van de bevolking. Wel integendeel, er zijn steeds meer aanwijzingen dat jongeren en jongvolwassenen meer met eenzaamheid worden geconfronteerd dan andere leeftijdsgroepen. Dit heeft o.a. te maken met transities eigen aan deze levensfase (bv. op kot gaan, een gezin starten, etc.) en met sociale verwachtingen (bv. 'als jongere heb je veel vrienden en maak je plezier', wat ook wordt uitgedragen via sociale media). Ouderen hebben dankzij hun levenservaring vaak meer realistische verwachtingen van relaties.

2. Nood aan maatwerk

De gevolgen en aanpak van vereenzaming bij ouderen en jongeren vragen doorgaans om een andere insteek. Zo is het voor ouderen vaak minder evident om weggevallen relaties te compenseren en/of nieuwe relaties aan te gaan dan voor vele jongeren. Ouderen dreigen daardoor geleidelijk aan in sociaal isolement terecht te komen. Een generalistische aanpak heeft beperkingen, vaak is maatwerk nodig aangezien vereenzaming zich niet bij alle leeftijden en mogelijke doelgroepen op dezelfde manier manifesteert, denk daarbij aan alleenstaande ouders, mantelzorgers, nieuwkomers, thuislozen, etc. Voor een eventuele aanpak spelen ook nog talrijke andere factoren mee, zoals de inrichting van publieke ruimte, (digitale) geletterdheid, de mate van mobiliteit, financiële mogelijkheden, etc.

3. De preventieve kracht van netwerken en oppervlakkige contacten

De mens is een sociaal wezen dat nood heeft aan sociale netwerken. In een context van vermaatschappelijking en vergrijzing winnen sociale netwerken nog aan belang.

Netwerken hebben in de eerste plaats een preventieve functie. Mensen met een netwerk hebben een buffer rond zich die hen beschermt tegen sociaal isolement. Ook bij eenzaamheidsgevoelens als gevolg van het wegvallen van één of meerdere belangrijke relaties (bv. een overlijden, scheiding, verhuis) brengt een netwerk vaak soelaas.

Het is echter niet voor iedereen die met eenzaamheid wordt geconfronteerd haalbaar om bestaande netwerken te versterken en/of nieuwe contacten aan te gaan. Voor mensen in langdurig sociaal isolement blijkt dit vaak geen reële optie. Een aanpak zal zich dan meer richten op andere levensdomeinen (bv. gezondheid) of op het afleiden van of leren leven met eenzaamheidsgevoelens.

Eenzaamheid gaat over een gemis aan verbondenheid. Dit is een subjectief gegeven. Het plaatsen van mensen in een netwerk brengt niet noodzakelijk een gevoel van verbondenheid met zich mee. Bijvoorbeeld: iemand die zich eenzaam voelt uitnodigen rond een koffietafel vol met mensen kan de eenzaamheidsgevoelens zelfs versterken in plaats van doen afnemen.

Zwakke banden zijn soms meer haalbaar voor mensen in isolement. Ze kunnen de behoefte aan diepgaand contact vaak niet vervangen. Eventueel kunnen ze sterke banden initiëren, of ze kunnen op zich al een heilzaam karakter hebben.

4. Openlijk over eenzaamheid leren spreken

Onze beperkte kennis en woordenschat over thema's in verband met eenzaamheid kunnen problemen soms bestendigen. Eenzaamheid is ook een universeel gevoel waar vele mensen doorheen hun leven mee te maken krijgen. Het gemis aan verbondenheid is doorgaans pijnlijk, maar zet ook aan tot nadenken en/of actie. Sommige onderzoekers vergelijken eenzaamheid met een hongergevoel. Beide leiden in de juiste omstandigheden tot een gedragsverandering en een nieuw evenwicht.

Dat is één van de argumenten om de taboes op eenzaamheid aan te pakken en om openlijk over eenzaamheidsgevoelens te leren spreken. Een open houding kan ook helpen om 'normale' gevoelens te onderscheiden van structureel sociaal isolement dat een ernstige bedreiging vormt voor mensen hun levenskwaliteit en grondrechten.

5. De omgeving beïnvloedt eenzaamheid

Europese vergelijkingen tonen dat in bepaalde landen/regio's meer mensen zich eenzaam voelen dan in andere. De omgeving speelt dus een rol. Dit heeft zowel te maken met culturele aspecten (bv. hoge verwachtingen t.o.v. steun van familie of attitudes tegenover alleen zijn) als met infrastructuur en materiële mogelijkheden (bv. openbaar vervoer en de betaalbaarheid van hulp- en dienstverlening).

Europees gezien bevindt België zich eerder in de middenmoot. In het Brussels gewest zijn mensen over het algemeen iets minder tevreden over hun sociale contacten dan in de rest van België. Eenzaamheid kent een belangrijk maatschappelijk component en is dus niet louter een individueel probleem.

11.2. Beleidsaanbevelingen

1. Verdeskundiging van het sociaal werkveld i.v.m. thematiek van vereenzaming (risicofactoren, types, processen).

Om meer gericht te kunnen ingrijpen, is een verdere verdeskundiging rond thema's in verband met vereenzaming nodig. Deze verdeskundiging kan een aantal evidenties doorbreken en de aandacht verscherpen voor specifieke doelgroepen waar professionals mee in aanraking komen. De literatuurstudie van Resokit biedt daartoe een goede insteek. Via lezingen en gesprekstafels komt het thema tot leven en kan een mindset over sociaal isolement en vereenzaming groeien.

2. Werken aan veerkracht bij burgers.

Eenzaamheid verminderen betekent ook werken aan beeldvorming over eenzaamheid en bewust omgaan met sociale contacten. In een klimaat waarin mensen hun emoties aanvoelen en benoemen en er ruimte is om stil te vallen, zal ook (de impact van) eenzaamheid verminderen. Daarvoor is van jongs af aan aandacht nodig voor geestelijke gezondheid en sociale interactie. Inzetten op verbindend luisteren, het leren spreken over eenzaamheidsgevoelens en zo taboes die rond het thema hangen opheffen, zijn stappen in de goede richting.

3. Inzetten op methodisch werken in welzijnswerk op volgende thema's:

- *Buurt lezen, stedelijkheid, soft structures*

Veel kracht gaat uit van welzijnsorganisaties die structureel inzetten op netwerkversterking. In een stedelijke context vraagt dit om specifieke inzichten die vaak nog kunnen worden aangescherpt. In Brusselse buurten met o.a. een hoge densiteit, een grote in- en uitstroom en sociale mix, ligt netwerkversterking niet voor de hand. Het is een uitdaging om in te spelen op contacten met minder evidente partners zoals passanten, informele netwerken en zachte structuren.

- *Sociaal gewaardeerde rollen van burgers*

Het denken en handelen vanuit sociaal gewaardeerde rollen blijkt een manier om burgers en meer bepaald het doelpubliek van welzijnsorganisaties te versterken. Deze rollen kunnen geïnitieerd worden door en binnen de organisatie (van het uitschenken van koffie tot het mee begeleiden van activiteiten), maar kunnen ook uitdeinen naar ruimere netwerken (bv. boodschappen doen voor de buurvrouw of een onthaal verzorgen). Belangrijk is dat de sociale rol aansluit bij de interesses en capaciteiten van mensen. Het opnemen van een sociaal gewaardeerde rol werkt vaak versterkend.

- *Outreaching werken*

Door vindplaatsgericht te werken vergroot de kans om ook mensen in (dreigend) sociaal isolement te blijven bereiken.

- *Toegang tot levenskwaliteit vergroten en armoede bestrijden.*

Het is cruciaal om sociaal isolement en vereenzaming blijvend te verbinden aan armoede, beperking en gezondheid. Armoede en een slechte gezondheidstoestand zijn de belangrijkste determinanten voor sociaal isolement.

Het blijft nodig om in te zetten op **basisrechten en betrokkenheid** van individuen en groepen in een maatschappelijk kwetsbare situatie (bv. armoedetoets, drempels vrijetijdsinitiatieven, onderwijskansen, huisvesting, migratie ervaring, etc.).

4. Tijd als constructieve factor erkennen voor het sociaal werkveld.

Veel problemen die samenhangen met vereenzaming worden opgevangen binnen de **reguliere werking** van (welzijns)organisaties. De veerkracht van burgers wordt er vergroot, cliënten nemen sociaal gewaardeerde rollen op, mensen breiden hun netwerk uit, etc. Maar vaak gaat het om **langdurige processen** die niet jaarlijks te kwantificeren vallen. Verbinding vraagt om tijd en presentie. De basis- werking van (welzijns)organisaties waarderen en ondersteunen gaat mee vereenzaming tegen. Impactmeting van zulke langdurige processen blijft een uitdaging.

5. Netwerkversterking tussen organisaties bevorderen.

(Welzijns)organisaties die deel uitmaken van netwerken op organisatieniveau zijn beter in staat om de netwerken van hun doelpubliek te versterken. Daarvoor is er ruimte nodig om te investeren in netwerken, ook over verschillende sectoren en subsidiërende overheden heen, en ook met minder evidente partners uit bijvoorbeeld het informele sociaal werk.

Brugfiguren, sleutelfiguren en/of, ervaringswerkers, hetzij professionals, hetzij burgers, kunnen organisaties daarbij ondersteunen.

12 Tot slot

Doorheen het afgelegde traject waarvan deze literatuurstudie de theoretische neerslag vormt, sneuvelen een aantal vaak voorkomende denkbeelden over vereenzaming. Een woord waarachter een brede waaier aan fenomenen schuil gaat die mensen van alle leeftijden aangaan. Van onschuldige, inspirerende en/of tijdelijke gevoelens tot pijnlijk en structureel sociaal isolement die uitsluit van de samenleving. Eenzaamheid moet niet altijd per se worden aangepakt en waar dat wel nodig is, vormt maatwerk een must. We koppelen vereenzaming vooral aan maatschappelijke kwetsbaarheid en de toegang tot sociale grondrechten. Vooral waar de toegang tot onderwijs, kwalitatieve huisvesting, sociale zekerheid, etc. onder druk staan, is een antwoord noodzakelijk.

Krachtige netwerken vormen een buffer tegen vereenzaming. Maar het is niet voor iedereen haalbaar om netwerken te versterken en/of nieuwe contacten aan te gaan. Voor mensen in structureel sociaal isolement blijkt dit vaak geen reële optie. Een aanpak richt zich dan vaak eerder op andere levensdomeinen.

Vanuit deze vaststelling en in het bijzonder in een stedelijke context geloven we in de kracht van lichte bindingen. In een stadsbuurt is het vaak niet opportuun om (enkel) naar traditionele gemeenschappen te streven. Dicht bij en naast elkaar wonen, zorgt voor het bewaren van enige afstand, er zijn veel verhuisbewegingen en sommige stadsbewoners kiezen bewust voor de anonimiteit. Bewoners uit dezelfde buurt (of dat nu een appartementsgebouw, een straat of een stadsdeel is) kennen elkaar eerder van gezicht dan persoonlijk. We geloven in de kracht van zulke lichte bindingen.

Een sociale professional die ermee aan de slag wil, moet de buurt kunnen lezen. Welke mogelijkheden liggen er binnen en buiten de buurt? Waar zitten (on)waarschijnlijke partnerorganisaties? Waar komen mensen samen in een café, kerk of winkel? Daarop inspelen vormt een hefboom om mensen deel te laten uitmaken van netwerken en om hun sociale grondrechten te laten uitoefenen. De Resokit methodiek bundel, die eveneens binnen dit project tot stand kwam, kan daar verder bij ondersteunen.

- Agentschap Binnenlands Bestuur, & Statistiek Vlaanderen. (2018). *Lokale Inburgerings- en Integratiemonitor. Editie 2018*. Retrieved from <http://www.statistiekvlaanderen.be/sites/default/files/docs/LI-IMBR-Brussel.pdf>
- Arendt, H. (1951). *The origins of totalitarianism*. New York: Harcourt Brace.
- Arendt, H. (2014). *Totalitarisme* (2014th ed.). Boom.
- Baccarne, B. (2019). *Ghent, a city of people*. Presented at the Gent. Retrieved from <https://www.ugent.be/de-krook/nl/evenementen/kraksatdekrook/documentatie.htm>
- Beel, V. (2018, June 9). We willen toch zo perfect zijn, meneer. *De Standaard*. Retrieved from http://www.standaard.be/cnt/dmf20180905_03707495
- Berghmans, E. (2017, August 26). "Sociale mix is een naïeve illusie." *De Standaard*.
- Bisa. (n.d.-a). Indeling van het Brussels Hoofdstedelijk Gewest in wijken. -. Retrieved December 11, 2018, from <https://wijkmonitoring.brussels/indeling-brussels-hoofdstedelijk-gewest-in-wijken/>
- Bisa. (n.d.-b). Wijkmonitoring van het Brussels Hoofdstedelijk Gewest. Retrieved May 16, 2018, from Wijkmonitoring website: <https://wijkmonitoring.brussels/>
- Boone, M., & Vandelanotte, G. (2011). *Samen Leven. Een pleidooi*.
- Bredewold, F. (2014). *Lof der oppervlakkigheid. Contacten tussen mensen met een verstandelijke beperking en buurtbewoners*. Amsterdam: Van Genneep.
- BWR. (2016, January). (R)evolutie binnen de sector personen met een beperking. Een dossier over: inclusie, intersectoraal samenwerken, inspirerend Brussel. Retrieved from http://www.kenniscentrum-wwz.be/sites/default/files/bijlagen/Personen%20met%20een%20beperking_o.pdf
- Cacioppo, J. T., & Cacioppo, S. (2018, February). The growing problem of loneliness. *The Lancet*, 391(10119), 426.
- Centre Bruxellois d'Action Interculturelle. (n.d.). Cohésion sociale: de quoi parle-ton ? Retrieved December 13, 2018, from <http://www.cbai.be/page/66/>
- Choi, M., Kong, S., & Jung, D. (2012). Computer and Internet Interventions for Loneliness and Depression in Older Adults: A Meta-Analysis. *Healthcare Informatics Research*, 18(3), 191–198. <https://doi.org/10.4258/hir.2012.18.3.191>
- Clé, A. (2015). *Sur ma route*. Retrieved from http://cachetvzw.be/uploads/page/72/files/Cachet_Sur-MaRoute_3004.pdf
- Cocof. (2004, May 13). *13 Mai 2004 Décret relatif à la cohésion sociale*. Retrieved from http://www.ejustice.just.fgov.be/cgi_loi/change_lg.pl?language=fr&la=F&cn=2004051366&table_name=loi
- Corderoy, A. (2017, October 26). The Letdown shows the darker side of motherhood – and it's a relief | Amy Corderoy. *The Guardian*. Retrieved from <https://www.theguardian.com/tv-and-radio/2017/oct/27/the-letdown-shows-the-darker-side-of-motherhood-and-its-a-relief>
- Corijn, E. (2017, oktober). In Brussel kiezen we pas echt in 2019. *Samenleving en politiek*, 8, 13–20.

- CPCP. (2016, December). *La mixité sociale au sein des politiques du logement, une révolution?* Retrieved from http://www.cpcp.be/medias/pdfs/publications/mixite_sociale_logement.pdf
- Curley, A. M. (2009, March 1). Draining or gaining? The social networks of public housing movers in Boston. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26(2–3), 227–247.
- Daeninck, W. (2015, October 16). 'Sociale mix werkt sociale mobiliteit tegen.' Retrieved September 17, 2018, from De Standaard website: http://www.standaard.be/cnt/dmf20151015_01921880
- Davis, J. (2017, December 17). *Loneliness is as bad for your health as smoking 15 cigarettes a day.* Retrieved from http://www.iflscience.com/health-and-medicine/loneliness-is-as-bad-for-your-health-as-smoking-15-cigarettes-a-day/?utm_source=Editorial&utm_medium=Static&utm_campaign=JD
- DCFS. (2018, September 13). Hulpplatform Helpper van start. Retrieved March 11, 2019, from hln.be website: <https://www.hln.be/regio/brussel/hulpplatform-helpper-van-start-aa4a9b97d/>
- De Decker, M. (2017, March 7). Het aantal singles in België blijft toenemen. Retrieved August 21, 2018, from De Standaard website: http://www.standaard.be/cnt/dmf20170306_02766296
- De Jong Gierveld, J. (1984). *Eenzaamheid: een meersporig onderzoek*. Deventer: Van Loghum Slaterus.
- De Jong Gierveld, J., & van Tilburg, T. (2017). *Manual of the Loneliness Scale 1999 (Updated from the printed version: 15-6-2017)*. Retrieved from https://home.fsw.vu.nl/tg.van.tilburg/manual_loneliness_scale_1999.html
- De Neve, T. (2018, July 28). Buurt netwerk Hoplr moet Brusselse wijken socialer maken. Retrieved September 20, 2018, from Bruzz.be website: <https://www.bruzz.be/samenleving/buurt-netwerk-hoplr-moet-brusselse-wijken-socialer-maken-2018-07-28>
- De Rynck, F. (2018, December 3). Burgemeester Mathias De Clercq, bevoegd voor 'clichés over Gent.' Retrieved December 4, 2018, from De Standaard website: http://www.standaard.be/cnt/dmf20181202_04004745
- De Valck, H.-L., & Vermeersch, L. (2018, December 12). Halflege kantoren en dolende mensen in kille Noordwijk. Retrieved December 18, 2018, from <https://www.bruzz.be/stedenbouw/halflege-kantoren-en-dolende-mensen-kille-noordwijk-2018-12-13>
- De Visscher, S. (2010). Maakt de buurt het verschil? Een sociaal-pedagogische kijk. *Journal of Social Intervention: Theory and Practice*, 19(1), 5–21.
- De Witte, N., De Donder, L., Dury, S., Smetcoren, A.-S., Brosens, D., Buffel, T., ... Verté, D. (2012, December). *Samen de stoep op. Over sociale cohesie en ouderen*. Provincie Oost-Vlaanderen.
- Deboosere, P. (2014). *Brussel, stad van de toekomst. Interface demography working paper*. VUB.
- Debruyne, P., & Meeus, B. (2018, oktober). Wie de stad niet door de lens van superdiversiteit bekijkt, kan er geen gemeenschap van maken. Retrieved October 18, 2018, from MO* website: <https://www.mo.be/analyse/de-superdiverse-stad-wordt-steeds-complexer-en-gelaagder-en-daar-kunnen-wat-mee>
- Dehaene, M., Corrijn, E., Declerck, J., & Loeckx, A. (2014). Waar en hoe kan Vlaanderen Stedelijk worden? Een gesprek over globaliteit. *DE WITTE RAAF*, 168, 1–4.
- Dehaibe, X., Hermia, J.-P., Laine, B., & Romain, A. (2016, Oktober). *Bevolkingsprojecties 2015 - 2025 voor de Brusselse gemeenten*. Brussels Instituut voor Statistiek en Analyse.
- Dekeyser, A.-S., & Debrock, foto's F. (2018, August 4). 'Eenzaamheid is een politiek probleem. Geen persoonlijk falen.' Retrieved August 16, 2018, from De Standaard website: http://www.standaard.be/cnt/dmf20180802_03645064
- Demarest, S. (2015). Sociale gezondheid. In *Gezondheidsenquête 2013. Rapport 4: Fysieke en sociale omgeving*. Brussel: WIV-ISP.
- Detailleur, P. (2018, April 25). Brusselse tieners vragen meer sociale contacten. Retrieved May 9, 2018, from <https://www.bruzz.be/kinderen/brusselse-tieners-vragen-meer-sociale-contacten-2018-04-25>
- Dons, G. (2018, December 4). Het netwerk is cruciaal voor minderjarigen, integrale jeugdhulp laat nog steeds steken vallen. Retrieved December 5, 2018, from Sociaal.Net website: <https://sociaal.net/analyse-xl/het-netwerk-is-cruciaal-voor-minderjarigen/>
- Durkheim, E. (1912). *Le suicide: étude de sociologie* (nouv. éd.). Paris: Alcan.
- EIP, E. I. of P. (2017, June). *Molenbeek and violent radicalisation: a social mapping*. Retrieved from <https://view.publitas.com/eip/eip-molenbeek-report-16-06/page/1>
- Ejlskov, L., & Wulff, J. N. (2016). *When the old become lonely: Contextual determinants of late life loneliness in Europe* (p. 35) [Contribution to conference].
- Eurostat. (2017, March). GDP at regional level - Statistics Explained. Retrieved September 11, 2018, from Europese Commissie website: https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/GDP_at_regional_level#Further_Eurostat_information
- Fergusson, M. (2018, July 27). Loneliness is not just a problem for the elderly. *The Economist*. Retrieved from <https://www.economist.com/open-future/2018/07/27/loneliness-is-not-just-a-problem-for-the-elderly>
- Fokkema, T., & Naderi, R. (2013). Differences in late-life loneliness: a comparison between Turkish and native-born older adults in Germany. *European Journal of Ageing*, 10(4), 289–300. <https://doi.org/10.1007/s10433-013-0267-7>
- Furuhashi, T., Tsuda, H., Ogawa, T., Suzuki, K., Shimizu, M., Teruyama, J., ... Castel, P.-H. (2013, April 1). État des lieux, points communs et différences entre des jeunes adultes retirants sociaux en France et au Japon (Hikikomori). *L'Évolution Psychiatrique*, 78(2), 249–266.
- Geens, N., Hemeryck, I., & Lambert, L. (2017). *Ontmoeten is simpel... maar niet altijd gemakkelijk*. Amsterdam: SWP.
- Geirnaert, K., Matthijs, J., Mattelaer, M., & Nelissen, K. (2018). *Referentiekader, buurtgerichte netwerken voor kinderen en gezinnen*.
- Geldof, D., & Driessens, K. (2011, Oktober). Armoede in de 21ste eeuw. *Welzijnsgids*, 82.
- Geldof, Dirk, & Oosterlynck, S. (2019, April 25). Conviviaal samenleven in de superdiverse stad. Retrieved May 2, 2019, from Sociaal.Net website: <https://sociaal.net/achtergrond/conviviaal-samen-leven-in-superdiverse-stad/>
- Gemeente Amsterdam. (2017, February). *Snapshot: Aanpak eenzaamheid Amsterdam, de verkenning*.
- Gerard, F. (2019, April 3). "Boeman is de onvervulde zorgnood, niet de sociale deeleconomie." Retrieved March 11, 2019, from Sociaal.Net website: <https://sociaal.net/opinie/boeman-is-niet-de-sociale-deeleconomie/>
- Gezondheidsmonitor Volwassenen 2012, GGD, CBS en RIVM. (2016). Eenzaamheid naar burgerlijke staat 2016. Retrieved from <https://www.volksgezondheidenzorg.info/onderwerp/eenzaamheid/cijfers-context/huidige-situatie#node-eezaamheid-naar-burgerlijke-staat>

- Giordano, C., Alarcon, A., Berredá, Y., Antinori, D., & Jacobs, D. (2018, June). *BruVoices. Inwoners spreken over sociale cohesie in Brussel, een opiniepeiling*. Gerbe ULB & Koning Boudewijnstichting.
- Granovetter, M. (1973, May). The strength of weak ties. *The American Journal of Sociology*, 78(6), 1360–1380.
- Grippa, T., Marissal, P., May, X., Wertz, I., Loopmans, M., & Van Hamme Gilles. (2015, February). *Dynamiek van de buurten in moeilijkheden, in de Belgische stadsgewesten*. Retrieved from http://forms.mi-is.be/Atlas_NDL.pdf
- Hage, E. (2015, October 15). Facebook maakt eenzame ouderen juist nog eenzamer. Retrieved December 17, 2018, from Sociale Vraagstukken website: <https://www.socialevraagstukken.nl/face-book-maakt-eenzame-ouderen-juist-nog-eenzamer/>
- Hamesse, D., & Sierens, A. (2018, Oktober). Focus Nr. 27. *De nieuwe inwoners van de Brusselse wijken*. Retrieved from http://bisa.brussels/bestanden/publicaties/focus-van-het-bisa/focus_27-oktober_2018
- Hanssens, C., & Vermeulen, S. (2018, January). *Cahier Het BuurtPensioen groeit. Cahier 4, januari 2018*. Retrieved from <http://www.kenniscentrumwwz.be/cahier-het-buurtpensioen-groeit>
- Harvey, D. (2008). The Right to the City. *New Left Review*, 53. Retrieved from <https://newleftreview.org/II/53/david-harvey-the-right-to-the-city>
- Hermia, J.-P., & Sierens, A. (2017). *Belgen en vreemdelingen in het Brussels Gewest, van bij hun geboorte tot de dag van vandaag*. 9.
- Heylen, L. (2011). *Oud en eenzaam? Een studie naar de risicofactoren voor sociale en emotionele eenzaamheid bij ouderen*. Universiteit Antwerpen, Antwerpen.
- Heylen, L. (2014, November). *Oud en eenzaam. Een gids door de mythe*. Vonk3, Thomas More, Vormingplus.
- Heylen, L., & Lommelen, L. (2016). *Het kleine helpen, Bouwen aan buurtnetwerken rond ouderen*. Brussel: Politeia.
- Hortulanus, R., Machielse, A., & Meeuwesen, L. (2003). *Sociaal isolement, een studie over sociale contacten en sociaal isolement in Nederland*. 's Gravenhage: Elsevier Overheid.
- Huyghebaert, P., & Coen, H. (2016, June 8). Bijna 8 op de 10 Vlaamse jongeren (in zekere mate) eenzaam. Retrieved May 9, 2018, from [dredactie.be](http://dredactie.be/cm/vrtnieuws/bin-nenland/1.2665319) website: <http://dredactie.be/cm/vrtnieuws/bin-nenland/1.2665319>
- INNOVIRIS. (2018). CitizenDev - Co-create Actie. Retrieved November 29, 2018, from Co create Brussels website: <http://www.cocreate.brussels/-CitizenDev->
- Janssens, R. (2018). BRIO-taalbarometer 4: de talen van Brussel. Retrieved September 20, 2018, from <http://www.briobrussel.be/ned/webpage.asp?WebpageId=1036>
- Khazan, O. (2017, April 6). How to break the dangerous cycle of loneliness. Retrieved from <https://www.citylab.com/life/2017/04/how-to-break-the-dangerous-cycle-of-loneliness/522180/>
- King, R. H. (2013). Hannah Arendt and American Loneliness. *Society*, 50(1), 36–40. <https://doi.org/10.1007/s12115-012-9616-y>
- Knockaert, D. (2018, August 4). 'Eenzaamheid is geen epidemie. Het is een kans.' Retrieved August 16, 2018, from De Standaard website: http://www.standaard.be/cnt/dmf20180803_03647668
- Kostet, I., Nys, K., Verhaegen, I., & Van Puyenbroeck, J. (2018). *Persoonlijk netwerkversterking bij mensen in armoede. Een overzicht van werkmodellen en een sterkte-zwakteanalyse door ervarings- en praktijkdeskundigen*. Odisee.
- Kusé, R. (2018, December 17). Mama's over migratiepijn. Retrieved December 17, 2018, from Sociaal.Net website: <https://sociaal.net/analyse-xl/migratiepijn/>
- Laermans, M., & Smetcoren, A.-S. (2016, December 27). *Bouwen aan een zorgzame wijk in de stad Brussel: mobilisatie van het sociaal kapitaal van de wijk Begijnhof-Diksmuide*.
- Lam, B. C. P., Haslam, C., Haslam, S. A., Steffens, N. K., Cruwys, T., Jetten, J., & Yang, J. (2018, July). Multiple social groups support adjustment to retirement across cultures. *Social Science & Medicine*, 208, 200–208.
- Lange, S. ten H. de. (2018, December 17). Erik van Ingen: 'Met meer social media meer goede vrienden.' Retrieved December 17, 2018, from Sociale Vraagstukken website: <https://www.socialevraagstukken.nl/interview/erik-van-ingen-met-meer-social-media-meer-goede-vrienden/>
- Le Blanc, N. (2015, mei). Een andere kijk op eenzaamheid | Weliswaar. Retrieved May 28, 2018, from <https://www.weliswaar.be/een-andere-kijk-op-eenzaamheid>
- Libre.be, L. (2018). Le Japon face au vieillissement des "hikikomori", ces reclus de la société. La Libre. Retrieved from <http://www.lalibre.be/actu/international/le-japon-face-au-vieillissement-des-hikikomori-ces-reclus-de-la-societe-5aab5f56cd702f0c1a577bca>
- Lodder, G. (2017, November 23). TEDxGroningen: Dr. Gerine Lodder. Retrieved August 16, 2019, from Kennis- & expertisecentrum Sociale Veiligheid en Groepsvorming website: <https://www.ksvg.nl/tedxgroningen-dr-gerine-lodder/>
- Lofland, L. H. (1998). *The public realm, exploring the city's quintessential social territory*. London: Aldine Transaction.
- Loos, R., Verbist, T., Crollet, M., & Busschots, W. (2008). *Buurtschatten, vitale wijken door en voor bewoners. Over mogelijk achten en mogelijk maken. Over samenleven in diversiteit*. Retrieved from http://www.samenlevingsopbouw.be/images/sov/aanbod/20140313151853_brochure_buurtschatten.pdf
- Macedo, P., Pimenta, V., Alves, M., San Roman Uria, A., & Salgado, H. (2017). Hikikomori goes global: A Portuguese case. *European Psychiatry*, 41, S514. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2017.01.670>
- Machielse, A. (2011). Sociaal isolement bij ouderen: een typologie als richtlijn voor effectieve interventies. *Journal of Social Intervention: Theory and Practice*, 20(4). <https://doi.org/10.18352/jsi.287>
- Machielse, A. (2015). *Ouderen in sociaal isolement, ervaren baat van hulp*. Movisie.
- Maes, M. (2017, September 19). Veel vrienden en toch eenzaam. Retrieved May 9, 2018, from EOS Wetenschap website: <https://www.eoswetenschap.eu/psyche-brein/veel-vrienden-en-toch-eenzaam>
- Maes, M., Vanhalst, J., Spithoven, A. W. M., Noortgate, W. V. den, & Goossens, L. (2016). Loneliness and Attitudes Toward Aloneness in Adolescence: A Person-Centered Approach. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(3), 547–567. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0354-5>
- Maitland, S. (2010). *Stilte als antwoord*. Schiedam: Scriptum.
- Masi, C. M., Chen, H.-Y., Hawkley, L. C., & Cacioppo, J. T. (2011). A meta-analysis of interventions to reduce loneliness; *An Official Journal of the Society for Personality and Social Psychology*, 15(3).
- Meehan, J. (2002). Arendt and the Shadow of the Other. *International Journal of Philosophical Studies*, 10(2), 183–193. <https://doi.org/10.1080/09672550210121513>
- Meys, F. (2018). *Resokit: stedelijkheid, theoretische achtergrond*. Onuitgegeven.

Nolf, E., Holtackers, S., Vanmechelen, O., Teugels, H., Thys, R., & Eelen, S. (2019). *Brussel, gezond en wel? Een omgevingsanalyse van het Brusselse welzijns- en zorglandschap*.

Observatorium voor Gezondheid en Welzijn. (n.d.). *Overzicht van de Brusselse instellingen*.

Observatorium voor Gezondheid en Welzijn van Brussel-Hoofdstad. (2017). *Welzijnsbarometer 2017*. Brussel: Gemeenschappelijke Gemeenschapscommissie.

Observatorium voor Gezondheid en Welzijn van Brussel-Hoofdstad. (2018). *Welzijnsbarometer 2018, Brussels armoederapport*. Retrieved from https://www.ccc-ggc.brussels/sites/default/files/documents/graphics/rapport-pauvrete/welzijnsbarometer_2018_1_pers.pdf

Odisee. (2013, November 8). *Visietekst sociaal werk*. Odisee.

Oosterlynck, S., & Albeda, Y. (2018, June 13). Over het belang van de buurt. *Vicinia*. Retrieved from <https://vicinia.be/nl/over-het-belang-van-de-buurt/>

Oosterlynck, S., & Schillebeeckx, E. (2012). Stad en sociale ongelijkheid: naar een sociale stijgingsperspectief? In *Mensen maken de stad, bouwstenen voor een sociaalecologische toekomst*. (pp. 128–154). Berchem: Epo.

Oosterlynck, S., Schillebeeckx, E., & Schuermans, N. (2012). Voorbij sociale mix. In *Mensen maken de stad, bouwstenen voor een sociaalecologische toekomst*. Berchem: Epo.

Pironet, E., & Peuteman, A. (2014, December 10). Een miljoen Belgen voelen zich eenzaam. Retrieved September 17, 2018, from Knack website: <https://www.knack.be/nieuws/belgie/een-miljoen-belgen-voelen-zich-eeenzaam/article-normal-517305.html>

Pitteljon, G. (2019, February 27). Na de Warmste Week veel kille dagen? Retrieved March 11, 2019, from Sociaal.Net website: <https://sociaal.net/ opinie/na-de-warmste-week-veel-kille-dagen/>

Plovie, E. (2019). Burgers in beweging. In *Sociaal schaduwwerk, over informele spelers in het welzijnslandschap* (pp. 31–44). Brussel: Politeia.

Plyushteva, A. (2009). The Right to the City and Struggles over Urban Citizenship: exploring the links. *Amsterdam Social Science*, 1(3), 81–79.

Poortinga, W. (2012). Community resilience and health: The role of bonding, bridging, and linking aspects of social capital. *Health & Place*, 18(2), 286–295. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2011.09.017>

Poppelmonde, J. (2018, April 26). 'Brussel telt meer groen dan Antwerpen.' *De Standaard*. Retrieved from http://www.standaard.be/cnt/dmf20180425_03483581

Post, J., & Verthé, K. (2015, June 30). Arme wijken rond centrum worden rijker, bewoners niet. Retrieved December 11, 2018, from <https://www.bruzz.be/samenleving/arme-wijken-rond-centrum- worden-rijker-bewoners-niet-2015-06-30>

Radio 1. (2017, October 1). "We moeten mensen minder de kans geven om zich eenzaam te voelen." In *Touché*. Retrieved from <https://radio1.be/we-moeten-mensen-minder-de-kans-geven-om-zich-eeenzaam-te-voelen>

Redactie. (2011, January 28). Etnische concentratie niet negatief, integendeel. Retrieved September 17, 2018, from Sociale Vraagstukken website: <https://www.socialevraagstukken.nl/etnische-concentratie-niet-negatief-integendeel/>

Saunders, D. (2011). *Arrival City: How the Largest Migration in History is Reshaping Our World*. London: Windmill Books.

Schoenmakers, E. (2014, November 27). Verschillende gevolgen van eenzaamheid en sociaal isolement - Samen tegen eenzaamheid. Retrieved May 15, 2018, from <https://www.samente-geneenzaamheid.nl/blog/blik-uit-de-wetenschap/verschillende-gevolgen-van-eeenzaamheid-en-so-ciaal-isolement>

Schrooten, M., & Trappers, A. (2019). Sociaalwerkpraktijken in religieuze organisaties. In *Sociaal schaduwwerk, over informele spelers in het welzijnslandschap*. (pp. 95–105). Brussel: Politeia.

Schrooten, M., Withaecx, S., Geldof, D., & Lavent, M. (2015). *Transmigratie, hulp verlenen in een wereld van superdiversiteit*. Leuven: Acco.

Schuermans, N., Meeus, B., & De Decker, P. (2012). Knooppunten van diversiteit en solidariteit. In *Mensen maken de stad, bouwstenen van een sociaalecologische toekomst*. Berchem: Epo.

Schuermans, N., Oosterlynck, S., Swerts, T., Vandenabeele, J., & Jans, M. (2017). Voorbij sociale cohesie: vier handvaten voor solidariteit in superdiversiteit. In *Solidariteit in superdiversiteit, handvaten voor concrete actie*. Leuven: Acco.

Schuermans, N., Vandenabeele, J., Oosterlynck, S., Jans, M., & Holemans, D. (2017). *Solidariteit in superdiversiteit, handvaten voor concrete actie*. (2017th ed.). Retrieved from <https://www.acco.be/nl-be/items/9789462929852/Solidariteit-in-superdiversiteitsciensano>. (2018). Gezondheidsenquête - Introductiepagina. Retrieved September 17, 2018, from <https://his.wiv-isp.be/NL/SitePages/Introductiepagina.aspx>

Smaniotto, R. (2018). Ziek van eenzaamheid. *Sociologie Magazine*, 2(26), 34.

Smit, S. (2015, November 5). Susan Smit op Twitter: "Solitude"; daar is geen goed Nederlands woord voor. Het is geen eenzaamheid, maar verrukkelijke en heilzame en vruchtbare alleenheid." Retrieved August 16, 2018, from Twitter website: <https://twitter.com/susansmitauteur/status/662356122842566657>

Soenen, R. (2006). *Het kleine ontmoeten, over het sociale karakter van de stad*. Garant.

Soenen, R. (2019, June). *Verbondenheid in superdiversiteit*. Presented at the Verbondenheid in superdiversiteit, Erasmushogeschool Brussel - Campus Bloemenhof. Retrieved from <https://www.vgc.be/subsidies-en-dienstverlening/samenleven/verbondenheid-superdiversiteit>

Solidare-it. (n.d.). Solidare-it! - Dare. Connect. Share. Retrieved March 11, 2019, from <https://solidare-it.org/home>

Steunpunt tot bestrijding van armoede, bestaansonzekerheid en sociale uitsluiting. (2018). Feiten & cijfers. Retrieved November 8, 2018, from [armoedebestrijding.be website: http://www.armoedebestrijding.be/cijfers_minimum_uitkeringen.htm](http://www.armoedebestrijding.be/cijfers_minimum_uitkeringen.htm)

Stevens, H., & Claes, B. (2017). *Onderzoek naar de cultuurbeleving van jongeren uit de Brusselse kanaalzone. Eerste onderzoeksfase februari 2016 - april 2017*. Retrieved from https://www.lasso.be/cache/img/4952c55a4924cdfd1a8d5ea26odf4d3-Move_It_Kanal_onderzoekresultaten_2017_NL-2.pdf

Stroo, S., & Raes, E. (2018). *De buurt, een wereld in verandering. Visies uit de 19de en de 20ste eeuw omtrent de buurt en het samenwonen*. Retrieved from https://vicinia.be/wp-content/uploads/2017/11/8858_BRO_VICINIA_1_NL.pdf

Studiedienst Vlaamse Regering. (2017). *Vlaamse Regionale Indicatoren (Vrind) 2017*. Studiedienst Vlaamse Regering.

Swader, C. (2018). Loneliness in Europe: Personal and Societal Individualism-Collectivism and Their Connection to Social Isolation. *Social Forces*. <https://doi.org/10.1093/sf/soyo88>

The data team. (2018, January 10). Teenagers are becoming much lonelier. *The Economist*. Retrieved from <https://www.economist.com/graphic-detail/2018/01/10/teenagers-are-becoming-much-lonelier>

The Economist. (2018, September 1). Loneliness is a serious public-health problem. *The Economist*. Retrieved from <https://www.economist.com/international/2018/09/01/loneliness-is-a-serious-public-health-problem>

Thys, R. (2018a). *De zorgkracht van persoonlijke netwerken, een onderzoek naar de aanwezigheid van ondersteuning en zorg in het sociaal netwerk van 5 groepen Brusselaars*. Brussel: Kenniscentrum WWZ & Inclusief Brussel.

Thys, R. (2018b, September 30). Vermaatschappelijking botst met Brusselse realiteit. Retrieved October 2, 2018, from Sociaal.Net website: <https://sociaal.net/analyse-xl/vermaatschappelijking-staat-haaks-op-brusselse-realiteit/>

Thys, R., & Anciaux, B. (2019). Etnisch-culturele organisaties in Vlaanderen en Brussel, onopgemerkt bouwen aan betere levensomstandigheden in de Belgische samenleving. In *Sociaal schaduwwerk, over informele spelers in het welzijnslandschap*. (pp. 65–79). Brussel: Politeia.

Thys, R., & Vermeulen, S. (2018, June). *Zorgkracht in persoonlijke netwerken van Brusselaars*. Cahiers. Kenniscentrum WWZ.

Tilburg, Theo G. van, & Fokkema, T. (2018). Hogere eenzaamheid onder Marokkaanse en Turkse ouderen in Nederland: Op zoek naar een verklaring. *Tijdschrift voor Gerontologie en Geriatrie*, 1–11. <https://doi.org/10.1007/s12439-018-0269-1>

T'Jaeckx, J. (2019, July 8). *Gelukkige Belgen: methodologie*.

UGent & NN. (2018). *Persdossier Resultaten nationaal geluksonderzoek 2018 over sociale relaties*. van Beuningen, Coumans, M., & Moonen, L. (2018, September). *Het meten van eenzaamheid*. CBS.

Van Damme, F. (2017, January 11). Waarom eenzaamheid piekt bij twintigers. Zo mooi, zo jong en zo alleen. *De Morgen*. Retrieved from <https://www.demorgen.be/wetenschap/waarom-eezaamheid-piekt-bij-twintigers-be2a05d6/>

van den Broek, T., & Grundy, E. (2017). Loneliness among Polish migrants in the Netherlands: The impact of presence and location of partners and offspring. *Demographic Research*, 37(23), 727–742. <https://doi.org/10.4054/DemRes.2017.37.23>

van der Zwet, R., & van de Maat, J. W. (2016, September). *Wat werkt bij de aanpak van eenzaamheid*. Movisie.

van Eijk, G. (2011). Segregatie en scheidslijnen: grenzen aan de buurt. *Rooilijn*, 44(5), 320.

van Istendael. (2013). *Arm Brussel*. Retrieved from <https://www.standaardboekhandel.be/seo/nl/boeken/literaire-non-fictie/9789045025186/geert-van-istendael/arm-brussel?>

Van Meerbeek, P. (2017, March 31). Citizens kick ass(ets)! Retrieved November 29, 2018, from bral.brussels website: <https://bral.brussels/nl/artikel/citizens-kick-assets>

Van Meerbeek, P., & Vandenbroele, J. (2015, September 3). Meer ABCD in de Vijfhoek aub! Retrieved November 29, 2018, from bral.brussels website: <https://bral.brussels/nl/artikel/meer-abcd-de-vijfhoek-aub>

van Tilburg, T., de Jong Gierveld, J., Lecchini, L., & Marsiglia, D. (1998). Social Integration and Loneliness: A Comparative Study among Older Adults in the Netherlands and Tuscany, Italy. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15. <https://doi.org/10.1177/0265407598156002>

van Tilburg, T. G. (2014). Eenzaamheid komt meer voor dan vroeger: Mythe of realiteit? *Counselling Magazine*, 2014(3), 57–62.

van Wijngaarden, E., & The, A.-M. (2017). Luisteren als belangrijkste interventie bij eenzaamheid. *Bijblijven*, 33(4–5), 296–306. <https://doi.org/10.1007/s12414-017-0228-8>

Vancluysen, K., & Van Craen, Maarten. (2011). Feelings of loneliness: differences between ethnic minority and majority group members in Belgium and their relation to minorities' integration and ethnic attachment. In *Equal is not enough: challenging differences and inequalities in contemporary societies, conference proceedings* (pp. 433–447). Antwerp: Policy Research Centre on Equal Opportunities.

Vandelanotte, G., & Lodewyckx, I. (n.d.). *Community building*. Aalter: De Maertelaere BVBA.

Vandenbroucke, S., Lebrun, J.-M., Vermeulen, B., & Declercq, A. (2012, maart). *Oud word je niet alleen. Een enquête over eenzaamheid en sociaal isolement bij ouderen in België*. Koning Boudewijn Stichting.

Vankersschaever, S. (2018, August 20). 'Burn-out is een beschavingsziekte.' Retrieved August 20, 2018, from De Standaard website: http://www.standaard.be/cnt/dmf20180819_03673055

Vanmechelen, O., Verté, D., Teugels, H., Buffel, T., De Donder, L., Glorieux, M., ... Verté, E. (2012). *Zorgnoden en -behoeften: de kijk van de Brusselaar*. 159.

Verberckmoes, Y. (2018, April 27). Eenzaamheid is een ziekte die vooral jongeren treft. Onderzoekers spreken over epidemie met ernstige gezondheids- en andere risico's. *De Morgen*, p. 3.

Verhaegen, I. (2018, July 4). *Reflectiegroep 180704 verslag*.

Verhaeghe, P. (2013). *Identiteit*. Amsterdam: De Bezige Bij.

Verreth, B. (2018). Samenlevingsopbouw vzw - Missie, opdracht, waarden. Retrieved December 12, 2018, from Samenlevingsopbouw vzw website: <http://www.samenlevingsopbouw.be/overons/missie-opdracht-waarden-over-ons>

Vettenburg, N. (1989). Jeugd en maatschappelijke kwetsbaarheid. In *Jeugd in bijzondere situaties*. Hasselt.

VGC. (2018). De VGC en de Duurzame Wijkcontracten. Retrieved September 14, 2018, from Vlaamse Gemeenschapscommissie website: <https://www.vgc.be/de-vgc-en-de-duurzame-wijkcontracten>

Vicinia. (2018, November). *Buurtscan*, Doe-boek. Versie 1.0. Retrieved from https://vicinia.be/wp-content/uploads/2018/11/Doe-boek_-de-buurtscan_V1.0.pdf

De Visscher, (2008). *De sociaal pedagogische betekenis van de woonomgeving*. Universiteit Gent.

Visser, M. A., & El Fakiri, F. (2016). The prevalence and impact of risk factors for ethnic differences in loneliness. *The European Journal of Public Health*, 26(6), 977–983. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckw115>

Vlaamse overheid. (2018, February 28). *Zorgzame Buurten, inspiratienota*. Vlaamse overheid.

Vonk3. (2018a). Hoe lang duurt eenzaamheid? Retrieved March 4, 2019, from Oog voor eenzaamheid website: <http://www.oogvooreenzaamheid.be/types-duur.html>

Vonk3. (2018b). Wie voelt zich eenzaam? Retrieved March 6, 2019, from Oog voor eenzaamheid website: <http://www.oogvooreenzaamheid.be/risicofactoren.html>

Vos, E. (2018). *Sociologie II*. Onuitgegeven cursus.

Vos, E., & Verhaegen, I. (2017). *Methodiek Bruggenbouwer - werkversie*. Odisee Hogeschool. Vrijens, C., & Clé, A. (2017, June 13). Wij zijn gewone kinderen in een ongewone situatie. 179 jongeren over hun ervaringen met de jeugdhulp. Retrieved September 17, 2018, from Sociaal.Net website: <https://sociaal.net/analyse-xl/jongeren-uit-de-jeugdhulp/>

VROM-raad. (2006). *Stad en stijging: sociale stijging als leidraad voor stedelijke vernieuwing*. Retrieved from <https://www.rli.nl/sites/default/files/stadenstijging10-2006advies.pdf>

Vyncke, V., Willems, S., Buffel, T., Verté, D., & Peersman, W. (2010, January 1). Sociaal kapitaal en gezondheid. *Researchgate*.

Wayens, B. (2009). Territorialiteit en wijken: ontstaan en (re)productie van het stadmozaïek. In *Cahier van Het ATO: Vol. 7. Brussel over 20 jaar* (pp. 85–107). Retrieved from http://www.briobrus-sel.be/assets/andere%20publicaties/brussel_%5Bover%5D_20jaar.pdf

Weliswaar. (2015). Luisterend eenzaamheid bestrijden | Weliswaar. Retrieved March 6, 2019, from Weliswaar.be website: <https://www.weliswaar.be/luisterend-eezaamheid-bestrijden>

Zengers, R., Afdeling, & Loorbach, D. (2010). *Sociaal kapitaal en neoliberal kapitalisme, een slechte combinatie?* TU Delft Stedenbouwkundige afdeling.

