



**“Als vanzelfsprekendheden niet meer
vanzelfsprekend blijken te zijn.”**

Een eerste inventarisatie naar welke ingrediënten bijdragen aan good practices
rondom zingeving voor ouderen in het sociale domein

Celine Broens
Toegepaste Gerontologie
Maart 2019

“Als vanzelfsprekendheden niet meer vanzelfsprekend blijken te zijn.”

Een eerste inventarisatie naar welke ingrediënten bijdragen aan good practices rondom zingeving voor ouderen in het sociale domein

Naam:

Celine Broens

Studentnummer:

S1093878

Vakcode:

TG-ALDixx018 Advies voor een leeftijdsvriendelijke dienst

Opleiding:

Toegepaste Gerontologie

Hogeschool:

Christelijke Hogeschool Windesheim

Studiejaar:

2018-2019

Opdrachtgevende organisaties:

Vilans en Sociaal Werk Nederland

Opdrachtgevers:

Rinske Boomstra (Vilans) en Nienke Kuyvenhoven (Sociaal Werk Nederland)

Begeleidend docent:

Geraldine Visser

Critical Friends:

Janneke Meijer (oudere) & Wendy van Lier (professional)

“Ik heb ruim drie jaar mantelzorg verleend aan mijn man. Hij werd steeds dementer en toen heb ik hier voor hem gezorgd, tot aan het allerlaatste stukje aan toe. Toen lukte het me niet meer... Het is allemaal zo snel gegaan dat ik het eerste jaar na zijn overlijden niet op deze wereld geweest ben. Ik weet niet meer wat ik gedaan heb, ik denk dat ik in shock was. Mijn hele leven was alleen maar hier. Ik leefde in zo'n klein wereldje. Ik kon niet eens de deur uit zonder dat ik oppas moest regelen voor mijn man. Weggaan is een ding geworden. Mijn man is overleden, hij ging weg... Maar elke keer als er iemand is en het voelt goed, dan gaan zij ook weer weg. Ik heb geen contact meer met mijn vrienden van toen. Er was ook geen gezelligheid meer, want thuis ben je altijd maar alleen. Om eerlijk te zijn zou ik ook liever vandaag nog sterven dan morgen. Ik moest het ook uitleggen aan de huisarts. Hij vroeg me; wat voel je? En ik zei; ik voel alleen een heel groot zwart gat. Ik zit hier en ik voel het trekken aan me, ik voel mezelf erin vallen.

Na het overlijden van mijn man ben ik door hen [lees: project De draad weer oppakken] benaderd. Ik wilde eerst niet. Ik dacht nu gaat de gemeente zich ook nog met mij bemoeien en mij vertellen wat ik moet doen! Maar ik realiseerde me dat ik ook wel heel alleen was en veel verdriet heb om mijn man. Ik heb het toen toch gedaan. Op dit moment zit ik alleen nog bij een lotgenoten groep om met hen te praten over wat ons overkomen is. Hier kom ik nu al twee jaar. Als het niet gaat hoef ik maar te bellen en er komt iemand langs om me te helpen.

In het begin zei ik helemaal niks, ook niet als ze iets aan me vroegen. Ik luisterde alleen maar. Anneke¹ [lees: leider] heeft mij geholpen en toen ben ik gaan praten. Ze hebben mij een kans gegeven en mij begeleid. Het fijne is, je gaat je thuis voelen bij die groep mensen. Je verteld net zoveel als dat je zelf kwijt wilt maar je bent heel gauw geneigd, omdat je allemaal hetzelfde meemaakt, heel veel te vertellen. Je gaat zoveel delen dat het heel dichtbij je komt. Met allemaal heb ik ook daarbuiten wel contact, we bellen elkaar als er iets is of gaan even samen koffie drinken. Alleen is ook maar zo alleen toch? Eigenlijk dank ik best wel veel aan hen ...”

- Naar een interview met Riet¹

¹ Wegens privacyoverwegingen zijn de namen in deze tekst aangepast.

Voorwoord

Beste lezer,

Voor u ligt het onderzoeks- en adviesverslag “Als vanzelfsprekendheden niet meer vanzelfsprekend blijken te zijn”, Een eerste inventarisatie naar welke ingrediënten bijdragen aan good practices rondom zingeving voor ouderen in het sociale domein. Voor dit onderzoek zijn professionals werkzaam in twaalf zingevingsprojecten in Nederland en vijf oudere deelnemers van deze projecten geïnterviewd. Dit verslag is als afstudeeropdracht van de opleiding Toegepaste Gerontologie aan het Windesheim in Zwolle geschreven. De opdrachtgevers in dit onderzoek zijn Vilans en Sociaal Werk Nederland. In september 2018 is de opdracht gestart en in maart 2019 rond ik deze af.

Deze afstudeeropdracht was complex, uitdagend en zeer leerzaam. Zingeving is een onderwerp waar ik erg in geïnteresseerd ben maar tegelijkertijd ken ik ook geen vager begrip dan zingeving. Het is verbonden met zoveel verschillende facetten in het leven en tegelijkertijd ongrijpbaar... Dit is één van de factoren die het opstarten van dit onderzoek lastig maakte. Met de hulp van mijn opdrachtgevers in het opstellen van in- en exclusiecriteria is het toch gelukt om dit onderzoek uit te voeren. Ik hoop dat zingeving door dit onderzoeks- en adviesverslag verder uit de taboesfeer komt en het een zichtbaarder en bewuster plekje krijgt in ons (dagelijks) leven. Daarnaast hoop ik dat het uitnodigt tot meer onderzoek rondom zingeving voor ouderen in het sociale domein.

Graag wil ik een aantal mensen bedanken voor hun steun en begeleiding tijdens deze afstudeeropdracht. Allereerst wil ik mijn opdrachtgevers, Nienke Kuyvenhoven, van Sociaal Werk Nederland, en Rinske Boomstra, van Vilans, bedanken dat ik dit interessante onderzoek uit mocht voeren en voor de kansen die zij mij geboden hebben. Onder andere het deelnemen aan het werkbezoek met een delegatie van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport en het bijwonen van de vergadering van het Expertisenetwerk Levensvragen en Ouderen hebben indruk op mij gemaakt. Verder wil ik mijn begeleidend docent vanuit Toegepaste Gerontologie, Geraldine Visser, en mijn critical friends, Janneke Meijer en Wendy van Lier, bedanken voor hun steun, het meelesen, de feedback die zij gegeven hebben en het vrijmaken van tijd voor mij. Ook zou ik de onderzoekers Martine van Selm en Alfons Marcoen hartelijk willen bedanken voor hun bijdrage aan deze opdracht door het toesturen van (delen van) hun onderzoek naar zingeving voor oudere mensen.

Daarnaast wil ik mijn vrienden graag bedanken voor hun peptalks en het meedenken wanneer ik er zelf even niet meer uit kwam. Ik zou mijn moeder graag in het bijzonder willen bedanken voor al haar hulp en motivatie. Zij heeft mij geholpen en ondersteund in het schrijfproces en voorzien van feedback op de reeds geschreven stukken. Door haar kennis, kritische vragen en opbouwende feedback heb ik dit onderzoek kunnen afronden. Zonder de hulp en steun van al deze mensen had ik dit onderzoeks- en adviesrapport niet kunnen schrijven.

Veel leesplezier toegewenst.

Celine Broens

Zwolle, 26 maart 2019

Samenvatting

Een groot gedeelte van de Nederlandse senioren voelt zich eenzaam. Volgens Movisie (2016) voelt 40,9% van de 65-plussers zich eenzaam en onder 85-plussers is dit cijfer zelfs 59,2%. Een derde van alle mensen die jaarlijks hun leven beëindigen als gevolg van een depressie zijn ouder dan zestig (MIND Blue, z.j.). Onder zelfdodingen van 75-plussers blijkt dat deze actie bij 57% van de mannen en 75% van de vrouwen gemotiveerd werd door gevoelens van zinloosheid. Zingeving speelt hier een grote rol in. Vilans en Sociaal Werk Nederland signaleren dit gebrek aan zingeving bij vele ouderen binnen het sociale domein. Zij willen de hulpverlening rondom zingeving in kaart brengen en verbeteren.

Dit onderzoeks- en adviesverslag heeft een dubbele doelstelling. Enerzijds is het om inzicht te krijgen in de ingrediënten die bijdragen aan good practices. Anderzijds is het doel om inzicht te krijgen in wat werkt om professionals in het sociale domein handvatten en inspiratie te bieden in het succesvol werken met zingeving voor zelfstandig wonende ouderen en kennis over dit thema te verspreiden.

De onderzoeksvraag is: Welke ingrediënten dragen bij aan good practices op het gebied van zingeving voor ouderen binnen het sociale domein?

De adviesvraag luidt: Op welke wijze kunnen Vilans en Sociaal Werk Nederland bijdragen aan de kennisverspreiding van geschikt gebleken projecten, activiteiten en aanpakken op het gebied van zingeving voor zelfstandig wonende oudere mensen?

Om deze vragen te kunnen beantwoorden is een kwalitatief, praktijkgericht en inventariserend onderzoek uitgevoerd onder 12 projecten die aan zingeving voor zelfstandig wonende ouderen werken en 5 deelnemers van deze projecten. Het literatuuronderzoek richt zich vooral op het thema zingeving en de hulpverlening.

Op verschillende manieren zijn voortdurend belanghebbenden betrokken bij dit onderzoek. Door deze co-creatie wordt aangesloten bij de wensen en behoeftes van de verschillende partijen en wordt de verspreiding van de resultaten en implementatie van het advies bevordert (Van der Donk & Van Lanen, 2017).

In Nederland zijn meerdere projecten die zich richten op zingevingsvragen. Maar wat is zingeving? Wat doen deze projecten? En wat maakt hen succesvol?

Uit het literatuuronderzoek is gebleken dat zingeving vele definities kent. In dit onderzoek wordt zingeving gezien als op positieve manier invulling geven aan het leven en de wil om te zijn (Westerhof, 2014).

Zingeving kan door vele factoren beïnvloed worden, een aantal van deze factoren zijn leeftijdsgebonden, andere meer situatie gebonden. Het is belangrijk dat hulpverlening op de hoogte is van deze factoren zodat zij hierop in kunnen spelen.

Uit het praktijkonderzoek is gebleken welke factoren van invloed zijn op het succes van zingevingsprojecten. De top drie is als volgt;

1. Houding van professionals en-/of vrijwilligers;
2. Resultaten voor deelnemers;
3. Werken met vrijwilligers.

Vooraf de eerste twee categorieën zijn belangrijk voor zingevingsprojecten. Uit de eerste categorie is onder andere een profiel voor de zingevingswerker voortgevloeid. Op basis van de kennisbehoefte onder professionals werkzaam binnen zingevingsprojecten is een advies uitgebracht.

Abstract

A large proportion of Dutch seniors feel lonely. According to Movisie (2016), 40.9% of the over-65s feel lonely and among the over-85s this figure is 59.2%. A third of all people who end their lives every year as a result of depression are older than sixty years of age (MIND Blue, n.d.). Suicides among over-75s display that this action was motivated by feelings of meaninglessness in 57% of the male and 75% of the female cases. Meaning plays a major role in this. Vilans and Sociaal Werk Nederland signal this lack of meaning among many seniors within the social domain. They want to map out and improve the provision of assistance regarding meaning.

This research and advisory report has a dual objective. Firstly, it is to gain insight into the ingredients that contribute to good practices. Secondly, the aim is to understand what makes a project on meaning successful in order to provide professionals in the social domain with tools and inspiration, in working with meaning for seniors living independently, and to disseminate knowledge on this theme.

The research question is: *which ingredients contribute to good practices in the field of meaning for seniors within the social domain?*

The advisory question is as follows: *In what way can Vilans and Sociaal Werk Nederland contribute to the dissemination of suitable projects, activities and approaches in the field of meaning for older people living independently?*

In order to answer these questions, a qualitative, practice-oriented and inventory-based study was carried out among twelve projects that work on meaning for independently living seniors and five participants of these projects. The literature review focuses primarily on the theme of giving meaning and providing assistance.

Stakeholders are constantly involved in this research in various ways. This co-creation aligns with the wishes and needs of the various parties and promotes the dissemination of the results and implementation of the advice (Van der Donk & Van Lanen, 2017).

In the Netherlands several projects focus on questions of meaning. What do these projects do and what makes them successful?

The literature review has shown that meaning has multiple definitions. In this research, meaning is seen as giving meaning to life in a positive way and wanting to be (Westerhof, 2014).

Meaning can be influenced by many aspects, some of these aspects are age-related, others are more situation-oriented. It is of importance that professionals are aware of these aspects and respond to them accordingly.

Practical research has shown which factors influence the success of meaning-giving projects. The top three is as follows:

1. Attitude of professionals and/or volunteers;
2. Results for participants;
3. Working with volunteers.

The first two categories in particular, are important for meaning-giving projects. One of the things that emerged from the first category, is a profile of a “meaning worker”. Based on the knowledge needs among professionals working within meaning-giving projects, an advice was issued.

Inhoudsopgave

Voorwoord	5
Samenvatting.....	6
Abstract	7
Inhoudsopgave	8
1. Inleiding	10
1.1 Aanleiding.....	10
1.2 Probleemstelling	10
1.2.1 Probleemanalyse.....	10
1.2.2 Probleemstelling	10
1.2.3. Onderzoeksopzet	11
1.3 Leeswijzer.....	11
2. Theoretisch kader	12
2.1 Wat is zingeving?.....	12
2.2 Zingeving; een hot topic.....	12
2.2.1 Maatschappelijk – Zingeving en de samenleving.....	12
2.2.2 Demografisch - (Dubbele) Vergrijzing	13
2.2.3 Politiek – Transitie & Decentralisatie	13
2.3 Wat zijn good practices?	13
2.4 Aspecten die zingeving beïnvloeden.....	14
2.4.1 Vijf aspecten die zingeving kunnen beïnvloeden.....	14
2.4.2 Gevolgen van een zingevingscrisis	15
2.4.3 Positieve invloeden op zingeving bij oudere mensen.....	15
2.5 Hulpverlening en zingeving	16
3. Methodologie	19
3.1 Methode.....	19
3.2 Dataverzameling.....	19
3.2.1 Literatuuronderzoek	19
3.2.2 Interviews.....	20
3.2.3 Inclusiecriteria interviews	20
3.3 Onderzoeksverloop	21
3.4 Onderzoeksdoelgroep	21
3.5 Data-analyse.....	22
3.6 Validiteit en betrouwbaarheid	22
3.7 Ethische maatregelen.....	23
4. Resultaten.....	24
4.1 Projecten	24
4.2 Praktijkdefinitie van zingeving	25
4.3 Wat levert het op voor de deelnemers?	26
4.4 Succes en ervaringen meten onder deelnemers.....	26
4.5 Financiering projecten.....	27
4.6 Succesfactoren?	27
4.7 Kennis(behoefte).....	29
4.8 Ingrediënten die bijdragen aan good practices	29

5. Conclusie	31
6. Discussie	33
7. Aanbevelingen.....	34
7.1 Opzetten én verspreiden van trainingsmodule ‘Zingevingprojecten A tot Z’	34
7.2 Ontwikkelen van een “tool box”	34
7.3 Intervisie of “inspiratie-/werkveldbijeenkomsten”	34
7.4 Database.....	34
8. Projectvoorstel	35
8.1 Inleiding.....	35
8.2 Vraagstelling en achtergrond	35
8.3 Doelstelling.....	35
8.4 Op te leveren resultaat/resultaten	35
8.5 Afbakening	36
8.6 Randvoorwaarden.....	36
8.7 Risicoanalyse	37
8.8 Fasering en planning van tussenresultaten.....	37
8.9 Projectbeheersing	37
8.10 Gedetailleerde activiteitenplanning.....	38
9. Literatuurlijst	39
11. Bijlagen	43
Bijlage 1 Plan van aanpak.....	44
Bijlage 2 Verlies en rouw in combinatie met zingeving	47
Bijlage 3 Vragenlijst interviews professionals	48
Bijlage 4 Vragenlijst interviews oudere deelnemers oorspronkelijk.....	49
Bijlage 5 Vragenlijst interviews oudere deelnemers aangepast	50
Bijlage 6 Benaderde projecten	51
Bijlage 7 Ethische overwegingen.....	54
Bijlage 8 Formulier Informed Consent	55
Bijlage 9 Informatiebrief oudere deelnemers.....	57
Bijlage 10 Tabellen resultaten.....	58
Bijlage 11 Inspiratie profiel professional en-/of vrijwilliger	65

1. Inleiding

“Heb ik eindelijk de zin van het leven in elkaar gepuzzeld, zijn er nog drie schroefjes over...” ~ Loesje

1.1 Aanleiding

Dit onderzoek naar ingrediënten die bijdragen aan good practices rondom zingeving voor ouderen in het sociale domein is uitgevoerd in opdracht van Vilans en Sociaal Werk Nederland. Zingeving is een thema waar iedereen mee te maken heeft. En tegelijkertijd is het een heel groot en voor veel mensen vaag begrip.

Vilans is een kennisorganisatie die zich inzet voor betere langdurende zorg. Goede zorg rondom een cliënt vraagt om een goede samenwerking. Zij helpen organisaties hun weg te vinden in de steeds veranderende zorgwereld (Vilans, 2019).

Sociaal Werk Nederland is de brancheorganisatie voor het sociaal werk in Nederland. Zij bevorderen kwaliteit, vakmanschap en effectiviteit binnen de branche (Sociaal Werk Nederland, z.j.).

Vanuit verschillende media komen signalen dat er een toename is van ouderen die zich eenzaam voelen, kampen met psychische problemen en/of suïcidaal zijn. Aspecten die allemaal gerelateerd zijn aan zingeving (Leijssen, 2004).

1.2 Probleemstelling

1.2.1 Probleemanalyse

Vilans en Sociaal Werk Nederland pakken de signalen over het gebrek aan zingeving bij vele ouderen binnen het sociale domein op en hebben de wens om de hulpverlening rondom zingeving in kaart te brengen en te verbeteren. Zij hebben gevraagd onderzoek te doen naar de ingrediënten die een bijdrage leveren aan good practices rondom zingeving voor ouderen binnen het sociale domein.

In het literatuuronderzoek ligt de focus op de onderbouwing van het begrip zingeving. Zoals eerder aangegeven is dit een begrip dat op meerdere manieren geïnterpreteerd kan worden. De meest voorkomende factoren die van invloed zijn op het ervaren van zingeving worden in dit onderzoek uitgewerkt. Daarnaast wordt er ook aandacht besteed aan (modellen rondom) hulpverlening bij zingeving.

Het praktijkonderzoek bestaat uit twee delen;

- 1) Projecten die zich op zingeving bij ouderen richten;
- 2) Ervaringen van deelnemende ouderen.

1.2.2 Probleemstelling

Vilans en Sociaal Werk Nederland hebben onvoldoende zicht op succesvolle projecten en hulpverlening rondom zingeving bij ouderen binnen het sociale domein. Zij willen graag een positieve bijdrage leveren aan de kwaliteit van leven van zelfstandig wonende ouderen en zijn van mening dat het verspreiden van good practices rondom zingeving daarbij helpend is.

De onderzoeksvraag is:

“Welke ingrediënten dragen bij aan good practices rondom zingeving voor ouderen in het sociale domein?”

De adviesvraag luidt:

“Op welke wijze kunnen Vilans en Sociaal Werk Nederland bijdragen aan de kennisverspreiding van geschikt gebleken projecten, activiteiten en aanpakken op het gebied van zingeving voor zelfstandig wonende oudere mensen”

Relevante deelvragen voor dit onderzoek zijn:

- Wat is zingeving?
- Welke factoren beïnvloeden zingeving?
- Welke zingevingsprojecten zijn er?
- Wat zijn succesfactoren voor zingevingsprojecten?
- Hoe kunnen kennis en succesvolle werkwijzen verspreid worden?

1.2.3. Onderzoeksopzet

Dit onderzoek is een kwalitatief, inventariserend en exploratief onderzoek. Het theoretisch onderzoek richt zich vooral op kennis rondom zingeving, welke factoren zingeving beïnvloeden en welke vormen van hulpverlening passend zijn.

Het literatuuronderzoek is vooral uitgevoerd binnen verschillende databanken waar Windesheim toegang toe verleent en Google Scholar.

Het praktijkgedeelte bestaat uit semigestructureerde interviews met twaalf professionals uit het sociale domein, werkzaam binnen zingevingsprojecten, en vijf zelfstandig wonende ouderen die deelnemen aan de onderzochte projecten.

Op verschillende manieren zijn voortdurend belanghebbenden betrokken bij dit onderzoek. Door deze co-creatie wordt aangesloten bij de wensen en behoeften van de verschillende partijen en wordt de verspreiding van de resultaten en implementatie van het advies bevordert (Van der Donk & Van Lanen, 2017).

1.3 Leeswijzer

Hoofdstuk 1 omschrijft de aanleiding van het probleem waarna hoofdstuk 2 het theoretisch kader schetst. In hoofdstuk 3 wordt de methodologie uiteengezet. Hoofdstuk 4 zal vervolgens in het teken staan van de resultaten. Hoofdstuk 5 en 6 bestaan uit de conclusie en discussie van dit onderzoek. Hoofdstuk 7 bevat aanbevelingen, gevolgd door het projectvoorstel in hoofdstuk 8.

2. Theoretisch kader

“Not how long but how well you have lived is the main thing.” ~ Seneca

In dit hoofdstuk wordt onder andere ingezoomd op de definitie van zingeving, aspecten die zingeving beïnvloeden en hulpverlening rondom zingeving. Vanuit de opdrachtgevers is de vraag ontstaan welke ingrediënten bijdragen aan good practices rondom zingeving voor ouderen in het sociale domein.

2.1 Wat is zingeving?

In de literatuur zijn er veel verschillende definities van dit begrip. Om de breedte van het begrip aan te geven is er gekozen voor een samengestelde definitie die de reikwijdte van het begrip het beste dekt:

In de kern betekent zingeving niet meer dan de wil om te zijn (Westerhof, 2014) en op positieve manier invulling geven aan het leven.

Zingeving wordt onderverdeeld in existentiële zingeving; de zoektocht naar waarom de mens op aarde is, en persoonlijke – of alledaagse zingeving; wat maakt de dag de moeite waard? Hoe kun je zin geven aan het dagelijks bestaan en de wereld om je heen (Rögels, 2014; Begemann & Cuijpers, 2015)?

Zingeving is een proces dat in de hele levensloop terug te vinden is (Kuin & Westerhof, 2007; Rögels, 2014).

2.2 Zingeving; een hot topic

Momenteel is zingeving een hot topic. Zowel maatschappelijk, als demografisch en politiek gezien.

2.2.1 Maatschappelijk – Zingeving en de samenleving

Zingevingproblemen worden door de maatschappij gestimuleerd (Van Selm, 1998). Uit onderzoek van Ruffin (1984, in Van Selm, 1998) blijkt dat bepaalde omstandigheden binnen onze samenleving leiden tot zinloosheid. Enkele factoren die hieronder vallen zijn het verlies van waarden in de Westerse maatschappij, de beperkte autonomie van mensen en machteloosheid.

Zingevingproblemen worden dus versterkt door de samenleving. Zingevingproblemen hebben echter ook invloed op de samenleving.

Volgens Leijssen (2004), psychotherapeute en hoogleraar, zijn zingevingproblemen een verwijzing naar de kwaliteit van de samenleving. Depressies, bijvoorbeeld, staan al jaren in de top vijf van hoogste ziektelast, hoogste ziektekosten en grootste veroorzakers van arbeidsverzuim (Trimbos instituut, z.j.). Ook onder oudere mensen speelt dit probleem. Volgens MIND Blue (z.j.) hebben 17 tot 23% van alle ouderen last van een lichte tot ernstige depressie en is een derde van alle mensen die jaarlijks hun leven beëindigen als gevolg van een depressie ouder dan zestig jaar. Dat dit te maken heeft met zingeving blijkt ook uit onderzoek van Klinger (1977). In zijn onderzoek waarin achtergelaten brieven bij suïcide geanalyseerd zijn bleek dat onder de zelfdodingen van 75-plussers deze actie bij 57% van de mannen en 75% van de vrouwen gemotiveerd werd door gevoelens van zinloosheid. Naast depressies en de hoge suïcide cijfers zijn andere indicatoren van zingevingproblemen in onze samenleving bijvoorbeeld stress, stijgende burn-out cijfers, verslavingen, eenzaamheid en toenemende criminaliteit (Leijssen, 2004).

2.2.2 Demografisch - (Dubbele) Vergrijzing

Mensen worden steeds ouder wat ertoe leidt dat de Nederlandse samenleving vergrijst. Daarnaast krijgen Nederlandse gezinnen gemiddeld minder kinderen dan het gemiddelde van de gehele wereld. Met de langere levensduur en minder geboortes neemt de bevolkingsgroei af en veroudert de bevolking (Ekamper & Van Nimwegen, 2018). Dit wordt dubbele vergrijzing genoemd. Vanuit Vilans en Sociaal Werk Nederland is aangegeven dat er veel ouderen zijn met zingevingsvragen. Door de toenemende vergrijzing neemt de vraag naar good practices rondom hulpverlening op dit gebied toe.

2.2.3 Politiek – Transitie & Decentralisatie

In 2015 heeft er een transitie en decentralisatie plaatsgevonden van de AWBZ (Algemene Wet Bijzondere Ziektekosten) naar de WLZ (Wet Langdurige Zorg), ZVW (Zorgverzekeringswet) en de WMO (Wet Maatschappelijke Ondersteuning) (Kuijper, 2014). Vanaf 2015 moeten gemeenten meer de regie gaan voeren en taken anders vormgeven (Berenschot, 2012). Door de decentralisatie is de gemeente nu meer verantwoordelijk voor het welzijn van inwoners. Daarnaast is het huidige beleid dat er van mensen verwacht wordt dat zij zo lang mogelijk zelfstandig blijven wonen. Het sociale domein wordt in dit onderzoek omschreven als het domein waaronder alle zaken vallen die de gemeente onderneemt op basis van de WMO, de Participatiewet en de Jeugdwet (Boelhouwer & Pommer, 2016; Movisie, 2013).

Een voorbeeld waaruit concreet blijkt dat de politiek bezig is met zingevingsvragen is de inzet van geestelijk verzorgers² in de eerste lijn³. In het regeerakkoord is voor de jaren 2019,2020 en 2021 €25 miljoen gereserveerd voor geestelijke verzorging in de thuissituatie (De Jonge, 2018; Van de Geer, 2018; Actiz, 2018).

2.3 Wat zijn good practices?

In dit onderzoek wordt gezocht naar ingrediënten die bijdragen aan good practices (ook wel goede praktijken genoemd). Iets is niet meteen een good practice wanneer het werkt, pas wanneer dit ook wetenschappelijk bewezen is en/of uit herhaalde testen naar voren gekomen is valt het binnen deze categorie (Food and Agriculture Organisation of the United Nations, 2014). Door de ontwikkeling van good practices kunnen kennis in acties omgezet worden en vaardigheden ontwikkeld worden die bijdragen aan verbeterde resultaten en het omgaan met veranderingen (Food and Agricultural Organisation of the United Nations, z.j.).

De ontwikkeling verloopt vaak in drie tot vier fases (figuur 1). In de eerste fase wordt er een pilot uitgevoerd of een nieuwe techniek gebruikt. Nadat dit meermaals getest of gebruikt is in een bepaalde setting wordt het een veelbelovende praktijk; in een specifieke setting lijkt het goed te werken maar het is nog niet bewezen dat dit voor verschillende contexten/settings geldt. Wanneer het ook in andere settings werkt kan men spreken over een good practice. In een aantal gevallen is er ook sprake van een vierde fase. De praktijk wordt geformaliseerd in beleid of een norm. (Food and Agricultural Organisation of the United Nations, z.j.) De ingrediënten waar in dit onderzoek naar gezocht wordt kunnen ook gezien worden als veelbelovende praktijken. Er is nog niet in verschillende contexten bewezen dat het werkt maar binnen de onderzochte projecten werkt het.

² Geestelijke verzorging is de professionele begeleiding, hulpverlening en advisering bij zingeving en levensbeschouwing (VGVZ, 2016).

³ De eerstelijnszorg is de zorg waar iedereen terecht kan, ook zonder verwijzing. Hieronder vallen onder andere huisartsen, tandarts, apotheek en fysiotherapie (Independer, z.j.).



Figuur 1 - Fasen van ontwikkeling good practice (Food and Agricultural Organisation of the United Nations, z.j.)

2.4 Aspecten die zingeving beïnvloeden

2.4.1 Vijf aspecten die zingeving kunnen beïnvloeden

In de literatuur lijkt er meer beschreven te zijn over factoren die zingeving negatief beïnvloeden dan over de positieve factoren. Hier moet wel een kanttekening bij geplaatst worden, elke gebeurtenis heeft twee kanten en de keuze hoe een persoon met een situatie omgaat bepaald hoe deze ervaren wordt. Om goede ondersteuning te kunnen bieden bij zingevingsvragen is het belangrijk te weten waardoor de zin van het leven beïnvloed kan worden.

Zingeving is op positieve manier invulling geven aan het leven. Wanneer deze positieve invulling ontbreekt kan het leven ervaren worden als zinloos. In haar proefschrift over zinloosheid in de tweede levenshelft omschrijft Van Selm (1998) vijf aspecten van veroudering die de zingevingsbeleving van oudere mensen beïnvloeden.

1. Het biologisch proces van ouder worden. Fysieke veranderingen kunnen leiden tot een gedwongen verandering in leefwijze, bijvoorbeeld op het gebied van autonomie in wonen, fysiek welbevinden, seksualiteit, sport en andere vrijetijdsbestedingen.
2. Tijd. Het bewustzijn dat er meer tijd achter iemand ligt dan dat er in de toekomst nog is, groeit. Er worden minder lange termijn doelen gesteld en plannen gemaakt.
3. Gebrek aan zingevende rollen. In de leeftijd-gerelateerde sociale structuren en culturele stereotypes zijn geen zingevende rollen voor oudere mensen weggelegd waardoor zij als minder bekwaam, minderwaardig, met minder respect en met een mindere status worden gezien dan jongeren.
4. Verlies van betekenisvolle relaties. Door het verlies van vrienden, ouders en andere familieleden verdwijnen banden, gehechtheid en betekenisvolle contacten. Daarnaast zorgt het verlies van bijvoorbeeld de partner ook voor verlies van identiteit (als een koppel). (In bijlage 2 is meer te lezen over verlies en rouw in relatie tot zingeving)
5. Retrospectie. Hoe ouder men wordt, hoe meer men terug gaat kijken op het leven en de balans gaat opmaken tussen de geleverde prestaties en gemiste kansen, tussen opbrengsten en investeringen. Deze beoordeling van het leven kan leiden tot gevoelens van zinloosheid (Van Selm, 1998). Volgens beroemd psycholoog Erikson staan in deze fase integriteit en wanhoop tegenover elkaar. Een negatieve uitkomst kan leiden tot gevoelens van verachting of wanhoop maar als positieve uitkomsten noemt hij wijsheid en zich gelukkig voelen (Rögels, 2014).

Alle vijf de aspecten kunnen een negatieve invloed hebben maar bieden ook de kans om opnieuw prioriteiten te stellen en in wezen de rest van het levensverhaal te herschrijven of een andere richting in te sturen. Na ingrijpende gebeurtenissen die aan zingeving raken staat zowel het geleefde leven als het toekomstige leven ter discussie. Naast de kans om nieuwe keuzes voor de toekomst te maken lijkt het geleefde leven zelf ook steeds meer een bron van zingeving te worden voor oudere mensen (Rögels, 2014).

2.4.2 Gevolgen van een zingevingscrisis

Grote verlieservaringen of andere plotselinge, ingrijpende gebeurtenissen kunnen leiden tot een zingevingscrisis. De gevolgen van zo'n crisis verschillen per individu en worden voor het grootste deel bepaald door persoonlijke- en omgevingsfactoren. Een zingevingscrisis kan zowel positief als negatief effect hebben op een persoon. In tabel 1 staan een aantal van de mogelijke gevolgen (Pallaline, 2018).

Hoe iemand omgaat met ingrijpende tegenslagen en zingevingscrisissen heeft alles te maken met coping mechanismen (Vanhooren, z.j.) of veerkracht. Er kunnen verschillende coping-categorieën onderscheiden worden, afhankelijk van waar de focus ligt. Grofweg zijn er twee verschillende soorten te onderscheiden; emotiegerichte coping en probleemgerichte coping (Rögels, 2014; Messelis in Jukema & Van Vliet, 2014). Emotiegerichte coping houdt in dat het uiten van emoties een verlichting van het probleem geeft (Messelis in Jukema & Van Vliet, 2014). De emotie zelf wordt hierbij getackeld en niet zo zeer de stressbron (Rögels, 2014). Bij probleemgerichte coping wordt er gefocust op concrete, praktische oplossingen voor problemen (Messelis in Jukema & Van Vliet, 2014). De oorzaak van de stress wordt bij de bron aangepakt (Rögels, 2014).

Verder kan er ook een onderscheid gemaakt worden tussen actieve en vermijdende coping. Bij actieve coping is men ervan bewust dat een situatie stress geeft en wordt het probleem bij de wortels aangepakt, bij vermijdende coping is men soms wel bewust van wat stress geeft en soms niet, maar wordt er niet actief actie ondernomen om de stress te verminderen. Het probleem wordt volledig genegeerd en gemeden (Good Therapy, 2016 in Ackerman, 2017). Het belangrijkste is om te weten of het om een gezonde of ongezonde coping stijl gaat. Ongezonde coping stijlen leiden uiteindelijk namelijk tot meer stress en doen afbreuk aan het zelfvertrouwen (Boyes, 2013 in Ackerman, 2017). Gezonde coping mechanismen leiden tot een verminderd stressniveau en een verbetering in het welbevinden. Afhankelijk van het coping mechanisme komen de genoemde gevolgen uit tabel 1 voort.

Negatieve gevolgen	Positieve gevolgen
Fysieke symptomen (bijv. energieverlies, angst, benauwdheid, pijn in de borst, overgevoeligheid voor licht en/of geluid)	Een gevoel van spiritueel ontwaken
Psychische symptomen (bijv. boosheid, verzet, depressie)	Geestelijke veerkracht
Stuurloosheid	Hernieuwing van hoop
Sociale teruggetrokkenheid	Zelforganisatie
Huilbuien	Post-traumatische groei
Afgenomen aandachtspanne/concentratieboog	Vernieuwing van relaties/relatieve groei
Controleverlies over emoties en gedachten	
Suïcidale gedachten	
Gevoelens van verlatenheid en/of existentiële eenzaamheid	

Tabel 1 - Mogelijke gevolgen zingevingscrisis

2.4.3 Positieve invloeden op zingeving bij oudere mensen

Waar Van Selm zich meer op zingevingscrisis focust zijn er ook onderzoeken die zich op (positieve) zingeving bij oudere mensen richten. Volgens Westerhof (2006) richten oudere mensen zich meer op het behouden van wat zij hebben, zoals gezondheid en contacten, en richten zij zich meer op het haalbare. Senioren stellen doelen die aansluiten bij wat zij kunnen en die dicht bij hen liggen. Te

denken valt aan een bijzondere reis maken of een leergang volgen. Deze dromen, doelen en activiteiten geven zin en zijn vaak realistisch. Daarnaast is uit onderzoek gebleken dat oudere mensen zich, meer dan jongeren, richten op positief emotioneel geladen informatie (Westerhof, 2006). Ook het willen behouden van aspecten als gezondheid en sociale relaties kan bijdragen aan het ervaren van zin. Volgens Moody en Sasser (2006) halen oudere mensen vooral zin uit het helpen van anderen, vrijetijdsactiviteiten, actief zijn, sociale contacten, religie en/of waarden. Hier vallen de twee eerdergenoemde aspecten ook onder.

In andere onderzoeken wordt dit grotendeels bevestigd. Marcoen haalt in zijn werk een Canadees onderzoek van Reker (Reker, 1989 in Marcoen, Grommen & Van Ranst, 2006) aan waarin respondenten uit drie verschillende leeftijdscategorieën gevraagd is dertien mogelijke bronnen van zingeving op volgorde van belangrijkheid voor hen te zetten, zie tabel 2. Ook uit dit onderzoek blijkt dat ouderen veel waarde hechten aan relaties, vrije tijd en waarden. Religie scoort wel significant lager in dit onderzoek dan dat van Moody. Onder de verschillende doelgroepen zijn ook interessante verschillen te zien, de enige bronnen die voor alle drie de groepen even belangrijk zijn, zijn relaties (nr. 1), altruïsme (nr. 8) en sociaal (nr. 13). In dit onderzoek wordt relaties gezien als goede relaties/contacten met bijvoorbeeld de partner, familie, vrienden en burens. Sociaal wordt gezien als de betrokkenheid bij sociale en politieke aangelegenheden (Marcoen et al, 2006).

	18-29 jaar (N=122)	30-69 jaar (N=114)	60-87 jaar (N=98)
1	Relaties	Relaties	Relaties
2	Basisbehoeften	Basisbehoeften	Waarden
3	Vrije tijd	Prestaties	Vrije tijd
4	Groei	Groei	Financiën
5	Prestaties	Waarden	Basisbehoeften
6	Waarden	Vrije tijd	Groei
7	Financiën	Financiën	Prestaties
8	Altruïsme	Altruïsme	Altruïsme
9	Creativiteit	Traditie	Traditie
10	Nalatenschap	Creativiteit	Creativiteit
11	Traditie	Nalatenschap	Religieuze praktijken
12	Religieuze praktijken	Religieuze praktijken	Nalatenschap
13	Sociaal	Sociaal	Sociaal

Tabel 2 - Zingevingbronnen naar doelgroep (Marcoen et al, 2006)

2.5 Hulpverlening en zingeving

“Zin krijg je niet gegeven, maar moet je zoeken.” ~Frankl⁴

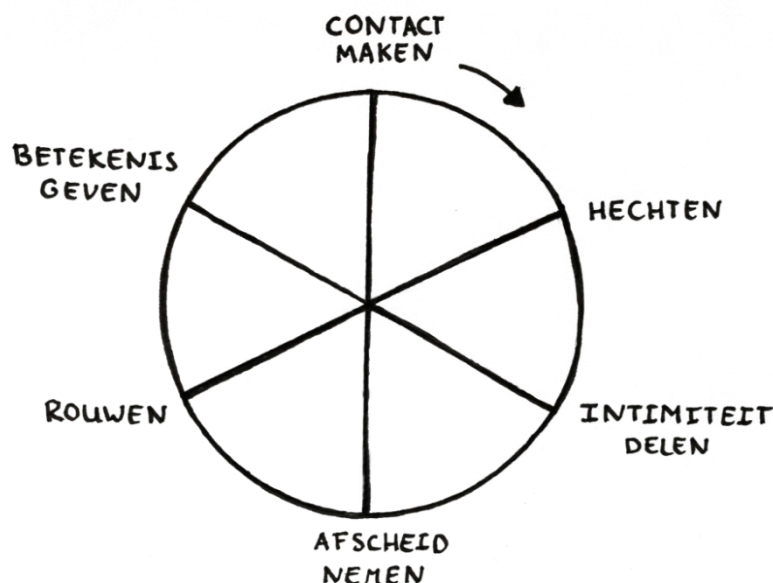
Bij ingrijpende verlieservaringen of andere zingevingsvragen kan de hulp van professionals gezocht worden. Misschien wel het lastigste van hulp bieden rondom verlies en zinloosheid is dat deze zaken niet door een ander “opgelost” kunnen worden, het verlies kan niet ongedaan gemaakt worden. Het bedachte levensverhaal moet hoe dan ook herschreven worden (Donders, 2009). Hierin kan een hulpverlener van betekenis zijn. Er is niet één “juiste” manier van hulpverlening. Er zijn echter wel een aantal modellen en instrumenten die handvatten bieden aan deze professionals.

Een veelgebruikt model rondom verlies en rouw, dat ook gebruikt kan worden bij zingevingsproblematiek, is de Transitiekring. Dit model helpt bij het onderzoeken hoe er met hechting en verbinding, verliezen en afscheid nemen, rouwen en betekenisgeving om wordt gegaan

⁴ Frankl in Rögels (2014) blz. 355

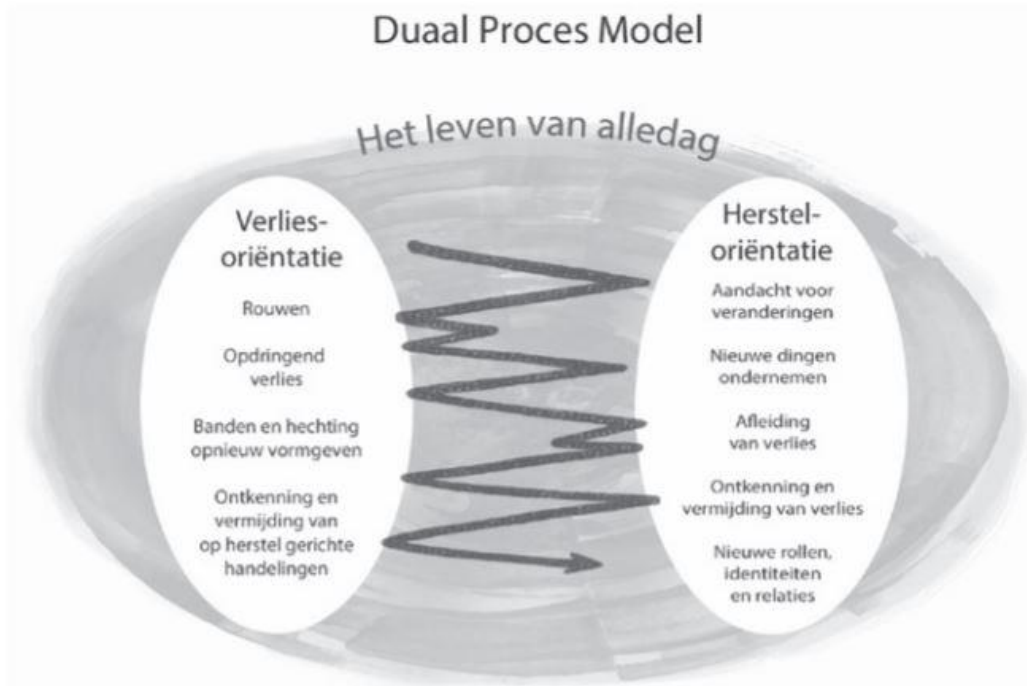
(Van Wielink & Reijmerink, z.j.). Wanneer er geen passend antwoord op verliesvragen gevonden wordt is er ook geen ruimte voor rouw en betekenisgeving (Van Wielink, Wilhelm & Van Geelen-Merks, 2017). Rinske Boomstra, expert mentaal welbevinden en levensvragen bij Vilans: “De transitiecirkel helpt begeleiders en hulpverleners bij het reconstrueren van het levensverhaal van de cliënt, waardoor een antwoord kan worden gegeven op levens(einde)vragen.” (ZorgVoorBeter, 2018).

Om dit cyclische model te begrijpen is het belangrijk te weten wat de ‘secure base’ is. Een secure base is een persoon, doel, object of plaats die een gevoel van bescherming, veiligheid en zorg verschaft. Daarnaast is het een bron van inspiratie en energie waardoor iemand zijn/haar grenzen verlegt, uitdagingen aanneemt en waar hij/zij altijd weer veilig terug kan komen om daarna de wereld te ontdekken (Van Wielink & Reijmerink, z.j.). In de jonge, vormende, jaren vormen de ouders of voogd vaak de secure base. Elke hechtingsband die we met secure bases aangaan is per definitie eindig. Op een gegeven moment verandert de relatie ingrijpend of valt de secure base weg. We worden geconfronteerd met verlies. Bij de punten afscheid nemen en rouwen wordt men geconfronteerd met hoe vroeger geleerd is om te gaan met verdriet en de pijn van verlies. Hoe goed kon iemand hiermee bij de allereerste secure bases terecht, het gezin? (Van Wielink & Reijmerink, z.j.) Betekenis geven is daarin de schakel tussen het afscheid en het rouwen en opnieuw contact met iemand maken. Het nodigt uit om een antwoord te formuleren op de verliesvragen die ontstaan en het levensverhaal opnieuw/verder te schrijven.



Figuur 2- De transitiecirkel (Van Geelen, z.j.)

Een model dat nauw verbonden is met deze cirkel is het Duaal Proces Model van Schut en Stroebe (Donders, 2009). Dit model gaat er van uit dat er geen vast proces of vaste volgorde is bij rouw. Wilhelm en Van Wielink stellen dat tijd niets doet in rouw, als de persoon zelf niets doet. De confrontatie met het verlies moet worden aan gegaan en dan nog zullen goede en slechte dagen en perioden elkaar af wisselen. Men wordt heen en weer geslingerd tussen verlies en herstel (Donders, 2009). Aan de linkerkant van het Duaal Proces Model staan een aantal processen waarmee de persoon te maken krijgt rondom de confrontatie met het verlies. Aan de rechterkant staan processen die veelal optreden bij het vermijden van verlies. Hiertussen beweegt de persoon zich, veelal onbewust. Soms ligt de focus op de ene kant van het model, soms de andere kant en soms voelt men zich verscheurd tussen beiden wanneer deze tegelijk optreden. Dit model kent geen waardeoordelen over een goede of slechte kant en er wordt ook geen eindsituatie geschetst.



De SELE-vragenlijst is een instrument dat inzicht geeft in de belevingswereld rondom het zelf en het leven (Westerhof & Dittmann-Kohli, 1997; Neuschildkamp, 2012). Deze semigestructureerde vragenlijst bestaat uit 28 zinsstammen (in de eerste persoon) die door de respondent aangevuld worden (Westerhof & Dittmann-Kohli, 1997; Neuschildkamp, 2012). Dit instrument geeft een beeld van de zingeving van de respondent en door het ontbreken van goed en fout in deze test geven de antwoorden echt weer waar het om draait (Westerhof, 2009).

Door de gedeeltelijke standaardisatie zijn vergelijkingen en analyses mogelijk (Westerhof & Dittmann-Kohli, 1997) maar door de vrijheid in het aanvullen worden ook de thema's gemeten die voor de respondenten echt belangrijk zijn (Dittmann-Kohli, 1995; Neuschildkamp, 2012). Deze test activeert in het cognitieve systeem de dingen die momenteel spelen bij respondenten cognities over de eigen persoon (Dittmann-Kohli, 1995). De zinsstammen zijn positief, negatief of neutraal geformuleerd. (Westerhof, 2009).

- | | |
|--------------------------------------|--|
| 1. Ik kan tamelijk goed ... | 17. Ik vrees, dat ik ... |
| 2. Ik zou graag ... | 18. Het zou fijn zijn, als ... |
| 3. Ik vind het moeilijk ... | 19. Waar ik de laatste tijd mee zit ... |
| 4. Ik ben er trots op, dat ... | 20. Ik heb vastgesteld dat ik ... |
| 5. Mijn zwakheden zijn ... | 21. Ik ben van plan ... |
| 6. Het belangrijkste voor mij is ... | 22. Wat me aan het ouder worden niet bevalt |
| 7. Het stoort mij... | 23. Als ik mij met anderen vergelijk... |
| 8. Als ik over mijzelf nadenk ... | 24. Ik ben bang dat ... |
| 9. In vergelijking met vroeger ... | 25. Ik voel me nogal slecht, als ... |
| 10. Ik voel mij vaak ... | 26. Wat me aan het ouder worden bevalt ... |
| 11. In de komende jaren ... | 27. Wanneer ik mijn leven tot nu toe overzie, betreur ik dat ... |
| 12. Ik geloof, dat ik ... | 28. Als ik bepaalde dingen niet meer kan ... |
| 13. Ik voel mij pas echt goed ... | |
| 14. Ik heb mij voorgenomen ... | |
| 15. Later, als ik ouder ben ... | |
| 16. Mijn lichaam ... | |

Figuur 3 - SELE-vragenlijst

3. Methodologie

3.1 Methode

Om antwoord te geven op de adviesvraag is gekozen voor een praktijkgericht, exploratief en inventariserend onderzoek. In principe zijn er drie uitgangspunten of doelstellingen bij praktijkgericht onderzoek:

- 1) De verbetering of vernieuwing van de beroepspraktijk;
- 2) Emancipatie van (direct) betrokkenen;
- 3) Het gemeenschappelijk zoeken naar betekenisgeving van concepten en handelingen/verbeteren van de positie van de (direct) betrokkenen (De Lange, Montessori & Schuman, 2016).

In dit onderzoek wordt aan alle drie de doelen gewerkt. Er is in Nederland niet eerder een dergelijke verkenning geweest en met de uitkomsten wordt getracht de beroepspraktijk handvatten te bieden rondom succesvolle zingevingsprojecten, aanpakken en activiteiten (hierna projecten). Door het onderzoeken vanuit de praktijk, samen met professionals en ouderen, wordt er gezocht naar betekenis voor concepten en aanpakken. Ook wordt er gewerkt aan zingeving een volwaardige plaats in de samenleving geven.

Eenzijds bestaat dit onderzoek uit deskresearch; een literatuuronderzoek om bestaande kennis en inzichten over het praktijkprobleem in kaart te brengen (Van der Donk & Van Lanen, 2017). En anderzijds uit fieldresearch; onderzoek dat wordt uitgevoerd in de beroepspraktijk en is gericht op de verbetering hiervan (Van der Donk & Van Lanen, 2017). De Fieldresearch zal vooral aan de hand van semigestructureerde interviews plaatsvinden. Er is bewust voor gekozen om geen focusgroepen over dit onderwerp te houden. In juni 2018 hebben COSBO (samenwerkende ouderenbonden) en de ouderendelegatie van NUZO een steekproef gehouden over zingeving en levensvragen bij ouderen. Eén van de resultaten van deze steekproef is dat mensen niet graag over dit onderwerp praten in groepen maar juist behoefte hebben aan één-op-één gesprekken (Cosbo Stad Utrecht, 2018).

Dit onderzoek is kwalitatief van aard. Kenmerkend voor dit type onderzoek is dat de onderzoeker het onderzoek in het veld uitvoert en geïnteresseerd is in de betekenis die mensen aan bepaalde zaken geven (Verhoeven, 2014). Cijfers bieden niet genoeg diepgang omdat zij het verhaal achter de cijfers niet vertellen (Wester, 1991 in Verhoeven, 2014).

3.2 Dataverzameling

Binnen dit onderzoek kunnen twee dataverzamelingsmethoden onderscheiden worden. Dit zijn het eerdergenoemde literatuuronderzoek en interviews. Hieronder worden beiden kort toegelicht.

3.2.1 Literatuuronderzoek

Om een inzicht in het thema te krijgen, de resultaten te begrijpen en een theoretisch kader op te stellen is een literatuuronderzoek uitgevoerd. Dit onderzoek is vooral via Google Scholar en verschillende databanken, waartoe Windesheim toegang verleent, uitgevoerd. Af en toe is er via het internet naar aanvullingen gezocht. Binnen de databanken is veel gebruik gemaakt van de sneeuwbal methode. Dit is een snelle en relatief makkelijke manier om veel informatie over een onderwerp te vinden (University of Groningen, 2018). Een begrip of artikel wordt als uitgangspunt gebruikt en door de literatuurlijst te raadplegen worden er meer bronnen rondom het thema verzameld. Een nadeel kan zijn dat met deze methode alleen maar bronnen gevonden worden die ouder zijn dan het oorspronkelijke artikel. Om de nadelen kleiner te maken wordt citatiezoeken ingezet, door uit te zoeken wie de betreffende publicatie geciteerd hebben worden recentere bronnen gevonden (University of Groningen, 2018; Krul, 2017) en kan de sneeuwbal methode voortgezet worden. Door verschillende zoektermen als uitgangspunt te gebruiken worden

verschillende kanten van het thema belicht. In onderstaande tabel staat een overzicht van de zoekwoorden. De kernbegrippen staan in de linker kolom, de woorden waarop gezocht is in de rechter.

Zingeving	Zingeving, zingeving en ouderen, zingeving ouderen, zingeving en ouder worden, wat werkt in zingeving, zin werkt, zin, bronnen van zin, voorwaarden zingeving, coping mechanismen zingeving, meetlijst zingeving, meetlijst zingeving, SELE vragen, SELE Nederlands, SELE vragenlijst Nederlands, levensvragen, levensverhalen.
Meaning of life	Meaning of life, meanings of life, meaning in life, giving meaning, giving meaning to life, meaning in life and older adults, existential meaning, personal meaning, quality of life meaning and purpose, meaninglessness, coping mechanisms meaning of life, SELE Questionnaire
Sociaal domein	Sociaal domein, SCP sociaal domein, Sociaal domein betekenis, Gemeentelijk sociaal domein, Decentralisaties sociaal domein, transitie 2015.

Tabel 3 - Zoekwoorden literatuuronderzoek

3.2.2 Interviews

Het doel van de interviews was om te achterhalen wat werkt in zingevingsprojecten. Om hier inzicht in te krijgen zijn er semigestructureerde interviews uitgevoerd. Er is voor deze vorm gekozen omdat het belangrijk is dat een aantal thema's in elk gesprek terugkomen maar er ook genoeg ruimte is om door te vragen of dieper op een thema in te gaan. De rode draad blijft dus hetzelfde alleen is daaromheen ruimte voor het verhaal van de respondent (Verhoeven,2014). Binnen de interviews is er onderscheid gemaakt tussen twee groepen; projectmedewerkers en oudere deelnemers. De eerste groep is van belang om inzicht in de projecten te krijgen en de tweede groep om te achterhalen hoe de projecten écht ervaren worden en waarom juist deze projecten succesvol zijn. Omdat de insteek heel anders is in deze projecten zijn er twee verschillende topiclijsten gemaakt.

Doordat de projecten over heel Nederland verspreid zijn is besloten om zoveel mogelijk telefonische interviews af te nemen. Dit is soms met videobellen geweest en verder audiobellen. Enkele projecten spraken de voorkeur uit dat er een persoonlijk interview zou zijn, deze interviews hebben plaats gevonden in Zwolle (eenmaal bij de organisatie en eenmaal op een andere locatie). Voor de gesprekken met oudere respondenten zijn wel persoonlijke gesprekken gevoerd. Deze gesprekken komen veel dichterbij de persoon zelf en door een persoonlijk gesprek te voeren hebben de respondenten meer een beeld van de onderzoeker. In totaal zijn er twaalf interviews met professionals van projecten in dit onderzoek opgenomen en vijf interviews met oudere deelnemers.

Door topiclijsten in te zetten voor de interviews wordt bijgedragen aan de betrouwbaarheid en herhaalbaarheid van het onderzoek. Daarnaast zorgt het ook voor continuïteit in de gesprekken. De topiclijsten zijn te vinden in bijlagen 3, 4 en 5.

3.2.3 Inclusiecriteria interviews

Zingeving is een groot en soms wat vaag begrip waar vele thema's nauw aan verbonden zijn. Om toch een soort afbakening te maken van projecten zijn er inclusiecriteria opgesteld met de opdrachtgevers van Vilans en Sociaal Werk Nederland. Dit zijn de volgende criteria:

- Het project is gericht op zelfstandig wonende ouderen,
- Het vindt plaats binnen het sociaal domein,
- Richt zich op de bevordering van zingeving (o.a. zingeving, levensvragen, eenzaamheidsbestrijding, rouwverwerking),
- Is in samenwerking met het welzijnswerk/sociaal werk óf wordt uitgevoerd door het welzijnswerk/sociaal werk.

Het laatste criterium is geen hard criterium. Minimaal 80% van de onderzochte projecten zal aan dit criterium moeten voldoen maar omdat het ook belangrijk is om de variatie en reikwijdte van projecten te laten zien mag 20% van de onderzochte projecten van dit criteria afwijken, mits het voldoet aan alle andere criteria.

Voor de oudere respondenten zijn de volgende inclusiecriteria aangehouden:

- 55 jaar of ouder;
- Zelfstandig wonend;
- Deelnemend aan minimaal één van de onderzochte projecten óf heeft eerder deelgenomen aan minimaal één van de onderzochte projecten.

Onder exclusiecriteria voor deze groep vallen:

- Matige tot ernstige vorm van dementie;
- Zelfstandig wonend in een aanleunwoning of woongemeenschap.

3.3 Onderzoeksverloop

Aangezien dit onderzoek practice based is, was de opzet om zoveel mogelijk projecten te vinden en analyseren die succesvol werken aan zingeving onder zelfstandig wonende ouderen (55+) en dus binnen het sociale domein plaatsvinden. Om dit te bereiken zijn er, naast onlineonderzoek naar verschillende projecten, oproepen (geschreven en video-oproep) geplaatst. Deze zijn verspreid via de website van Sociaal Werk Nederland, BeterOud, de sociale media van BeterOud (waaronder Facebook, Youtube, Twitter en LinkedIn) en via de nieuwsbrieven van Vilans, Sociaal Werk Nederland, BeterOud en Zorg voor Beter.

Voor het onlineonderzoek naar projecten is onder andere op de termen zingeving(sprojecten), levensverhaal en levensvragen gezocht. Daarnaast is, aan de hand van eerdergenoemde criteria, een selectie gemaakt uit de regionale initiatieven rondom levensvragen van het PRIL; platform regionale initiatieven levensvragen, op de website van ZorgvoorBeter⁵. In totaal zijn er 57 projecten benaderd door de onderzoeker en/of is de onderzoeker aan de hand van de oproep benaderd door de projecten, dit overzicht (inclusief de redenen van non-respons voor zover bekend) staat in bijlage 6. Na reacties afgewacht te hebben, selectiecriteria toe te passen, toestemming te krijgen van de opdrachtgevers en te kijken naar de interview bereidheid zijn twaalf interviews met projectmedewerkers meegenomen in de analyse.

De vijf oudere respondenten zijn bereikt door in de interviews met projectmedewerkers te vragen of zij deelnemende oudere mensen wilden vragen om deel te nemen aan dit onderzoek. Door met hen in gesprek te gaan kan een betrouwbaarder en completer beeld gevormd worden over de beleving van oudere mensen.

3.4 Onderzoeksdoelgroep

Zoals eerder vermeld zijn er verschillende onderzoeksdoelgroepen binnen dit onderzoek te onderscheiden:

⁵ <https://www.zorgvoorbeter.nl/levensvragen-ouderen/regionale-netwerken>

- Professionals werkzaam binnen de geselecteerde projecten.
- Zelfstandig wonende 55-plussers die meedoen aan een project rondom zingeving.

De manier waarop met de betrokkenen gewerkt is valt onder co-creatie. De resultaten zijn vanuit de gesprekken met professionals ontstaan. Daarnaast is gekeken naar de ervaringen van oudere deelnemers en zijn deze beelden met elkaar gecheckt. Door een professional en oudere als critical friend te betrekken in het onderzoek zijn al vanaf dag één de perspectieven vanuit beide doelgroepen meegenomen. Door hen mee te laten lezen in het onderzoek wordt de manier van verslagleggen ook gecheckt door de doelgroepen. Via Windesheim is er ook een klankbordgroep gecreëerd, aan de hand van een pitch zijn er gesprekken met oudere mensen met verschillende achtergronden geweest over het onderzoek. Door voortdurend belanghebbenden uit de praktijk te betrekken bij het onderzoek wordt ook de verspreiding van resultaten en implementatie van het advies bevordert (Van der Donk & Van Lanen, 2017).

3.5 Data-analyse

Om de verzamelde data goed te kunnen analyseren zijn er aan de hand van de audio-opnamen transcripten gemaakt van alle gesprekken. Deze transcripten zijn vervolgens geanalyseerd. De analyse heeft een inductief karakter. Er wordt gezocht naar een bepaalde structuur in de data in plaats van dat een bestaande of van tevoren opgestelde theorie getest wordt. De respondenten vertellen vanuit hun eigen referentiekaders waardoor er een beeld over de werkelijkheid gevormd wordt waar de respondenten middenin staan. Deze stroming heet symbolisch interactionisme (Verhoeven, 2014).

Naast het coderen zal er bij de kernvragen uit de interviews gebruik gemaakt worden van een horizontale vergelijking. Deze methode laat zien hoe verschillende personen een bepaalde vraag beantwoorden waardoor er makkelijk en overzichtelijk naar overeenkomsten en verschillen gezocht kan worden. Horizontaal vergelijken geeft een soort samenvatting van de verschillende antwoorden (Van der Donk & Van Lanen, 2017).

3.6 Validiteit en betrouwbaarheid

Toevallige fouten kunnen de betrouwbaarheid van een onderzoek ernstig aantasten. Daarom is dit onderzoek meermaals en door meerdere partijen gecontroleerd. Er heeft een peerreview plaatsgevonden door medestudenten, er is meegelezen en feedback gegeven door de opdrachtgevers en critical friends (zowel een oudere als een professional). Daarnaast heeft ook de begeleidend docent vanuit Windesheim feedback gegeven. Tussendoor hebben mensen die dicht bij de onderzoekster staan meegedacht en feedback gegeven. Verder is een betrouwbaar onderzoek herhaalbaar (Verhoeven, 2014). Om de herhaalbaarheid ten goede te komen zijn de gezette stappen zoveel mogelijk uitgewerkt. Dit onderzoek zou op deze manier door een andere onderzoeker uitgevoerd kunnen worden.

De nauwkeurigheid van het onderzoek is vergroot door audio opnames te maken van de gesprekken. De onderzoekster had zo alle tijd en ruimte om te luisteren en door te vragen en kon de opname achteraf woord voor woord uitwerken. De geanalyseerde data zijn hiermee exact wat de respondenten aangeleverd hebben.

Door gedurende het hele proces te blijven communiceren met de opdrachtgevers en gezamenlijk criteria op te stellen is gegarandeerd dat de onderzoekster onderzoekt wat de bedoeling was van de opdrachtgevers.

3.7 Ethische maatregelen

Voorafgaand aan de interviews zijn de respondenten geïnformeerd over de aard van het onderzoek en wat deelname van de respondent vraagt. In verband met de nieuwe privacywetgeving is gebruik gemaakt van Informed Consent formulieren (bijlage 8) en een informatiebrief (Bijlage 9) hier is in bijlage 7 meer over te lezen.

4. Resultaten

“Ik heb gruwelijk van het leven genoten, ik ben een blij mens.”⁶

In dit hoofdstuk zijn twaalf interviews met professionals op het gebied van zingeving binnen het sociaal domein geanalyseerd om tot beantwoording van de onderzoeksvraag vraag te komen. Daarnaast zijn ook de ervaringen van vijf oudere deelnemers onderzocht.

4.1 Projecten

De helft van de onderzochte projecten worden uitgevoerd door welzijnsorganisaties en/of het sociaal werk. De andere projecten worden vooral uitgevoerd door stichtingen.

Alle twaalf gaven aan regelmatig met anderen samen te werken, hieronder vallen onder andere het sociaal werk/welzijnsorganisaties, het ouderenwerk, eerstelijnszorg, de gemeente, parochies, uitvaartondernemers, het onderwijs en verschillende netwerken. De kaart van Nederland laat de bezoekadressen van de projecten zien zoals die op de verschillende websites benoemd staan. Moderne Pelgrimage is het enige afgeronde project in dit onderzoek.



Figuur 4- verspreiding projecten in Nederland

Er zijn grote verschillen in de invalshoeken van de projecten en daarmee ook hoe zij naar zingeving kijken. Over het algemeen kunnen hier drie verschillende invalshoeken onderscheiden worden. Een aantal projecten hebben de focus op eenzaamheidsbestrijding liggen, er zijn projecten die kijken naar omgang met rouw en verlies en de laatste invalshoek is reflectie. Bij eenzaamheidsbestrijding ligt de nadruk op contact maken, mensen motiveren om in beweging te komen en kijken waar hun passie ligt. Bij rouw en verlies gaat het vooral om het bieden van een luisterend oor, leren omgaan met de nieuwe situatie en (nieuwe) doelen in het leven (her)vinden. De projecten rondom reflectie helpen mensen om terug te kijken op hun leven en bieden een manier om bijzondere momenten uit het leven vast te leggen.

Project	Organisatie	Omschrijving
Centrum Ontmoeting in Levensvragen (COiL)	Sterker Sociaal Werk, Nijmegen	Bieden ondersteuning bij zingeving en levensvragen aan inwoners van Nijmegen.
De draad weer oppakken	Wijz, Zwolle	Helpt oudere mensen om door te gaan met het leven na verlies en ondersteunt bij levensvragen.
De Geluksroute Almelo	De Klup-Twente, Almelo	Een bewezen effectief voorbeeld in gezondheidsbevordering middels een budget en begeleiding rondom welzijn.
Fos'ten	Fos'ten, Leiden	Een landelijke stichting voor Surinaamse (50+)vrouwen die onder andere een levenskoffer/levensboek project hebben.

⁶ Uit het interview met Henk, 70 jaar

Moderne Pelgrimage	KCWO (Katholiek centrum welzijnsbevordering Overijssel) Hengelo	Retraites (pelgrimages) aanbieden waarin op zoek gegaan wordt naar zin en betekenis, ook in relatie tot het geloof.
MOTTO	Samen010, Rotterdam	Ondersteuning bieden op het gebied van zingeving en existentiële vragen.
Netwerk Levensvragen Leiden(/levensvragenconsulent)	Netwerk Levensvragen Leiden, Leiden	Individuele begeleiding van mensen in zingeving en levensvragen.
ShivA	ShivA, Amsterdam	Landelijke stichting die begeleiding biedt rond zingeving en betekenis in het leven van mensen met HIV.
Stichting Levenswijs	Stichting Levenswijs, Sint-Michielsgestel	Jong en oud in verbinding brengen middels levensverhalen van ouderen.
Turkse Ouderenraad	Stichting Diversiteitsland, Amsterdam	Colleges voor Turkse ouderen over zingeving en waar zij ondersteund worden in de problemen waar zij tegenaan lopen
Welzijn op Recept	Wijz, Zwolle	Een samenwerkingsinitiatief rondom de bevordering van welzijn waarin gezocht wordt naar de intrinsieke motivatie van deelnemers.
Zin	Sociom, land van Cuijk	Een activiteitenaanbod rondom zingeving, levensvragen en het levensverhaal, vaak in ontmoeting met anderen.

Tabel 4 - Onderzochte projecten⁷

4.2 Praktijkdefinitie van zingeving

Zoals in het theoretisch kader aangegeven is, is zingeving een groot en divers begrip. Om erachter te komen of de respondenten en de onderzoeker het over hetzelfde hebben is er onder andere gevraagd óf en hoe zingeving gedefinieerd wordt binnen de projecten. Zeven van de twaalf gaven aan dat er een definitie (of omschrijving) voor zingeving gebruikt werd. Vier van de vijf overblijvers konden wel een omschrijving geven van wat zij als zingeving in het project zagen maar hadden het begrip nooit gedefinieerd. Om de verscheidenheid in definities te illustreren zullen hieronder vier voorbeelden genoemd worden.

“Een zinvraag heeft betrekking op de betekenis en waarden van jouw leven. Als die waarde of betekenis onduidelijk is kunnen vragen naar boven komen als (...) wat doet er voor mij echt toe? Dit soort vragen komen meestal aan de

⁷ Uit onderzoek is gebleken dat geluk de gezondheid bevordert (Bolier & Smit, 2009; Claessens, 2012). Dit is bewezen voor de Geluksroute Almelo. Uit een effectenonderzoek naar deze aanpak is gebleken dat er onder de deelnemers een toename in welbevinden van 40% was en een afname van de medische consumptie (o.a. artsbezoeken en medicijngebruik) van bijna 25% (Claessens, 2012).

oppervlakte als vanzelfsprekendheden niet meer vanzelfsprekend blijken te zijn.” – Sociom

Als mensen ouder worden hebben ze te maken met allerlei veranderingen, die zitten in de mensen zelf en die zitten in de samenleving. En in die verhouding verandert natuurlijk heel veel. (...) Als mensen om je heen overlijden of ongelukkig zijn, wat heeft dat dan voor impact op jou? En hoe zie je God dan?” – Moderne Pelgrimage

“Waarvoor kom je uit bed? Waar doe je het allemaal voor? Zin hebben in de dag.” – Welzijn op Recept

Zingeving is mensen hun verhaal laten vertellen. Begrip tonen voor de waarden die mensen hebben en daar verhaal van maken. (...) Bezinning is een vorm van zingeving.” – Turkse Ouderenraad

4.3 Wat levert het op voor de deelnemers?

In de interviews is ook gevraagd aan de professionals of zij wisten wat deelname aan het project voor de oudere mensen oplevert. In het project ‘de draad weer oppakken’ is de opbrengst bijvoorbeeld vooral dat men weer op eigen benen verder kan. Andere genoemde opbrengsten zijn: de ervaring dat je niet alleen bent en jezelf mag zijn (ShivA), meepraten over wat ze zien en wat er gebeurt (Turkse Ouderenraad), de balans opmaken aan het einde van het leven (Fos’ten), veerkracht hervinden en het leren uithouden van eenzaamheid (COiL), passie hervinden (Geluksroute), verbinding en ontroering (stichting Levenswijs).

Dezelfde vraag is ook gesteld aan vijf zelfstandig wonende ouderen die deelnemen aan de projecten (aan ‘Zin’, ‘De draad weer oppakken’ en ‘Welzijn op recept’). Volgens hen leveren de projecten vooral rust en geruststelling, het levensboek, nadenken over wie er écht belangrijk zijn en dichtbij je staan, samen dingen doen die anders niet zelf gedaan waren, geleerd om te delen en over gevoel te praten, nieuwe contacten, de realisatie dat het netwerk erg belangrijk is, hulp van anderen soms heel fijn is, dat het goed is een beetje actief te blijven en de realisatie dat je niet alleen bent op. Hieronder drie citaten ter illustratie.

“Alleen was ik op korte termijn niet gegaan.” – Mr. Jansen (89)

“Dat je actief contact moet houden met de mensen om je heen omdat je anders de kans loopt om te vereenzamen.” – Gerda (56)

“Je denkt altijd waarom moet mij dit overkomen en ik heb het alleen. Maar dat is niet zo, er zijn meer mensen waar het hetzelfde bij gaat en dat kun je delen met elkaar en dat is dan best mooi.” – Aart (67)

4.4 Succes en ervaringen meten onder deelnemers

Deelname aan de projecten levert veel positieve dingen op voor de deelnemers. Verrassend was echter dat bij 1/3 van de projecten de ervaringen van deelnemers en/of successen in doelen niet gemeten wordt. In drie gesprekken is dit onderwerp niet ter sprake gekomen. Wanneer de ervaringen of het succes wel gemeten werden waren hier verschillende meetvormen in te onderscheiden. Bij ShivA lopen bijvoorbeeld regelmatig onderzoekers mee en bij de Turkse Ouderenraad krijgen alle deelnemers (onder andere) elke bijeenkomst een klein briefje met de cijfers

één tot en met tien erop. Het bijbehorende cijfer voor de bijeenkomst kan ingescheurd worden en er is ook ruimte om feedback te geven. Sommige projecten gaven aan het belang hiervan wel in te zien of dit in de toekomst wel te willen gaan meten maar daar nu geen tijd of geld voor te hebben.

Van de oudere respondenten gaven twee aan dat er niet naar hun ervaringen gevraagd wordt. De manieren waarop de oudere respondenten graag zouden willen dat er naar hun meningen gevraagd wordt lopen erg uiteen. Eén respondent geeft aan dat zij denkt dat 1-op-1 geen goede manier is omdat iedereen de projectleider graag mag maar een vragenlijst bij het foldertje dat ze altijd krijgt wel goed zou werken, één respondent geeft aan dat hij wel eens met deze vraag gebeld is en dat dat prima werkte, één respondent vindt het fijn om het hier in een persoonlijk gesprek over te hebben, één respondent vindt intervisie fijn en waardeert het dat de projectleider altijd beschikbaar is voor vragen en de laatste respondent zou graag een bijeenkomst met alle deelnemers en levensboekschrijvers hebben, maar niet te vaak (eens in de drie maanden om naar elkaar te luisteren en van elkaar te kunnen leren).

4.5 Financiering projecten

2/3 van de projecten worden, onder andere gefinancierd door de gemeenten. Ongeveer 42% van de projecten draaide volledig op subsidies van de gemeente. Bij de overige projecten was er zowel sprake van financiering vanuit de gemeente als vanuit (particuliere) fondsen, giften en andere subsidies. Bij financiering door de gemeente werden als bronnen de WMO en het “potje” eenzaamheid genoemd. Tijdens de looptijd van het project ‘Moderne Pelgrimage’ werd een subsidie vanuit de provincie ontvangen. In meerdere gesprekken is naar voren gekomen dat de financiering voor de toekomst onzeker is, wanneer de subsidiegevers het idee hebben dat er niet genoeg rendement behaald wordt óf de gemeente andere prioriteiten gaat stellen, verdwijnen de bronnen van inkomsten.

4.6 Succesfactoren?

Om erachter te komen wat good practices rondom zingeving zijn is onder andere in alle interviews gevraagd wat succesfactoren van de projecten zijn. Al deze antwoorden zijn vervolgens in categorieën verdeeld (zie bijlage 10). Dit heeft geleid tot 12 categorieën. Om een nieuwe categorie te vormen moet een antwoord minimaal twee keer gegeven zijn. In onderstaande tabel staan de categorieën benoemd, in de tweede kolom staan voorbeelden van de gegeven antwoorden en in de derde kolom staat hoeveel antwoorden de categorie in totaal omvat.

Categorie	Voorbeeld gegeven antwoord	Aantal antwoorden in categorie
Houding van professionals en-/of vrijwilligers	Zelfreflectie, mensen kunnen raken	20
Resultaten voor deelnemers	Intrinsieke motivatie (zoeken), perspectief	9
Werken met vrijwilligers	Werken uit liefde, bijdragen eigenwaarde persoon	7
Verbinding	Verbinding in de wijk, vrijwilligerscoördinator is verbindende factor	6
Samenwerking & Netwerk	Korte lijntjes, naar elkaar doorverwijzen.	5
Organisatie kenmerken	Niet specifiek levensbeschouwelijk, inbedding en zichtbaarheid	5
Aansluiting doelgroep	Afstemming met doelgroep, werkgroepen opzetten	4
Nabijheid	Vaste tijd en locatie, in kleine gemeenschap werken	4
Vertrouwen	Vaste gezichten, vaste leider geeft vertrouwen en rust in groep	3
Training en scholing van vrijwilligers en-/of professionals	Aanbod bijscholing vrijwilligers, intervisiebijeenkomsten	2
Kosteloos	Lage drempel, brede doelgroep	2
Overig	Financiering gekregen, werk is zingevend voor alle partijen	3

Tabel 5 - Categorieën in succesfactoren

De meeste van bovenstaande categorieën zijn randvoorwaarden die voor elk project kunnen gelden. De categorieën *resultaten voor deelnemers* en *houding van professionals en-/of vrijwilligers* zijn echter categorieën die specifiek voor zingevingsprojecten gelden. Zo richt een doorsnee project of activiteit zich niet op de intrinsieke motivatie van deelnemers. Ook binnen de houding van professionals en vrijwilligers zijn specifieke succesfactoren voor zingevingsprojecten te vinden. Zo worden zelfreflectie, existentiële vragen terug kunnen brengen naar behapbare proporties, authenticiteit en tijd en aandacht genoemd. De categorie *training en scholing van vrijwilligers en-/of professionals* lijkt zich op de scheidslijn tussen generieke en zingevings-specifieke categorieën te bevinden. Training en scholing kan waardevol zijn voor elke vrijwilliger of professional maar vooral in zingeving is bepaalde kennis vooraf belangrijk.

Binnen de categorieën die voor elk project gelden zijn wel een aantal categorieën die binnen zingevingsprojecten extra belangrijk zijn. Hieronder vallen onder andere de categorieën *vertrouwen*, *nabijheid* en *kosteloos*. Vertrouwen is extra belangrijk aangezien deze projecten veel persoonlijker zijn en dieper ingaan op iemand zijn leven dan menig ander project. Door het kosteloos aan te bieden is de doelgroep breed en de drempel om deel te nemen wat dat betreft laag. Voor nabijheid geldt dat het bijdraagt aan de toegankelijkheid van het project maar het slaat ook op professionele nabijheid, het dichtbij de cliënt staan en uitgaan van het punt dat beide mensen zijn (Wagteveld, 2017).

4.7 Kennis(behoefte)

Tijdens de gesprekken is aan de respondenten de vraag gesteld aan welke informatie zij behoefte hebben of welke aspecten in hun ogen erg belangrijk zijn in zingevingsprojecten. Deze informatie kan onderverdeeld worden in kennis delen en behoeften. Kennis delen is wat zij belangrijk vinden of anderen mee willen geven. Onder behoeften valt wat zij graag nog zouden weten of aan welke informatie zij behoefte hebben. In het volgende schema is een soort samenvatting gemaakt van de antwoorden. Wanneer een antwoord meermaals gegeven is staat de frequentie erbij.

Kennis delen	Behoefte
<ul style="list-style-type: none"> • Samenwerken, aansluiten bij wat er al is en expertise delen (5x) • Open houding (t.a.v. nieuwe dingen)/ geen vooroordelen (2x) • Open communicatie en mét mensen praten i.p.v. over hen (2x) • Zorg voor een aantal goede wervingskanalen voor vrijwilligers (Oriëntatie en kennis over) (2x) • Heb (persoonlijke) aandacht voor je vrijwilligers (2x) • Zorg dat je je doelstellingen goed beschrijft • Begin op kleine schaal • Wees proactief • Zorg dat de gemeente en je netwerk je steunen • Zorg voor een vaste ruimte • Geef trainingen (o.a. over zingeving) • Ken de sociale kaart • Vrijwilligerscoördinator moet een geestelijk verzorger zijn (of in ieder geval iemand met kennis van zingeving) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ontwikkeling van een “tool box” (overzicht van voorbeeldmaterialen en mogelijke instrumenten, praktische ideeën in grote lijnen, [overzicht] samenwerkingspartners rondom zingeving en zingevingsvragen) (3x) • Tips voor het werven van vrijwilligers (2x) • Intervisie met verschillende professionals in het domein of scholing/training voor betrokken professionals (o.a. met eigen zingeving en levensvragen in contact staan en gesprekstechnieken. Maar ook onderdelen over projectontwikkeling; hoe breng je het onder de aandacht én blijf je bij hen in beeld) (2x) • Manieren om jongeren (in een bepaalde leeftijdsklasse) te bereiken en inspireren. • Fondsenwerving • Welke projecten doen het goed en wat zijn succesfactoren binnen die projecten? • Hoe vind je goede gastsprekers op dit terrein?

Tabel 6 – Kennis delen en behoefte projecten

4.8 Ingrediënten die bijdragen aan good practices

Zoals in het theoretisch kader uitgelegd is, is iets niet meteen een good practice wanneer het werkt, pas wanneer dit ook wetenschappelijk bewezen is en-/of uit herhaalde testen naar voren gekomen is valt het binnen deze categorie (Food and Agriculture Organisation of the United Nations, 2014). Een betere term voor de projecten in dit onderzoek zijn veelbelovende praktijken; in een specifieke setting lijkt het goed te werken maar het is nog niet bewezen dat dit voor verschillende contexten/settings geldt (Food and Agricultural Organisation of the United Nations, z.j.).

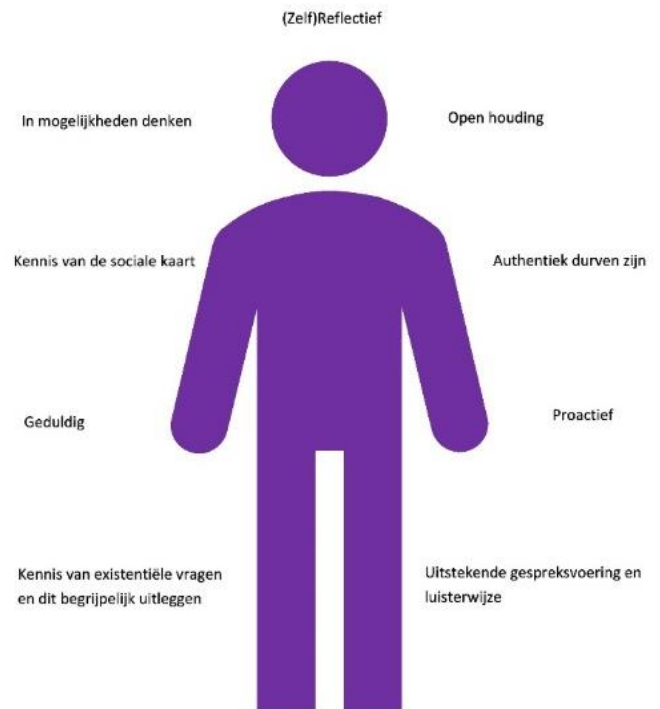
In bovenstaande hoofdstukken zijn de ingrediënten die bijdragen aan good practices beschreven. Wanneer de antwoorden op de verschillende vragen met elkaar verbonden worden ontstaan er naast losse ingrediënten ook een soort voorwaarden die naast een zingevingsproject gelegd kunnen worden. Bijna als een checklist.

Deze voorwaarden kunnen gebruikt worden om succesvolle projecten te onderscheiden of als inspiratie bij het opzetten van nieuw projecten. De voorwaarden staan in figuur 4 als pictogrammen kort uitgewerkt.

Daarnaast is er uit de gesprekken met de projectmedewerkers ook een profiel van de “zingevingswerker” ontstaan. Waar moet een dergelijke professional of vrijwilliger aan voldoen? Het antwoord op deze vraag heeft geleid tot een profiel bestaande uit negen competenties. De afbeelding hiernaast is een kleine weergave van dit profiel. In bijlage 11 staat dit profiel paginagroot afgebeeld inclusief de negen competenties.

Deze negen competenties zijn niet exclusief maar wel zeer waardevol in zingevingprojecten, -activiteiten en -aanpakken. Ze kunnen onder andere gebruikt worden in de sollicitatieprocedure van vrijwilligers of professionals die binnen zingevingprojecten aan de slag gaan.

Profiel van professionals en-/of vrijwilligers in zingevingprojecten



Samenwerken:

Netwerk opbouwen, doorverwijzen, aansluiten bij wat is.



Sluit aan bij/stem af met doelgroep



Vrijwilligers dragen positief bij

Bied goede begeleiding en heb persoonlijke aandacht voor hen.



Besteed zorg en aandacht aan doelstellingen

Houd deze klein en helder.



Bied de mogelijkheid voor werknemers/vrijwilligers om training of bijscholing te volgen



“Communication is key”

Gesprekstechnieken, houding en luisterwijze zijn belangrijk.



Kosteloosheid en nabijheid dragen bij aan laagdrempeligheid



Verbinding is erg belangrijk.

Probeer hier aan bij te dragen



Creëer een gevoel van vertrouwen voor deelnemers.

Vaste gezichten, betrouwbaar zijn in afspraken, indien mogelijk vaste tijd en locatie.



Op zoek naar/draagt bij aan intrinsieke motivatie (/passie)

Figuur 5 - Voorwaarden voor succesvolle projecten

5. Conclusie

Vilans en Sociaal Werk Nederland hebben onvoldoende zicht op succesvolle projecten en hulpverlening rondom zingeving bij ouderen binnen het sociale domein. Zij willen graag een positieve bijdrage leveren aan de kwaliteit van leven van zelfstandig wonende ouderen. In dit onderzoek is het antwoord op de onderzoeksvraag; *“welke ingrediënten dragen bij aan good practices rondom zingeving voor ouderen binnen het sociale domein?”* gezocht.

Wegens de complexiteit van het begrip zingeving en de verscheidenheid aan definities is in dit onderzoek voor een samengestelde definitie gekozen. De kern hiervan is;

Zingeving betekent de wil om te zijn (Westerhof, 2014) en op positieve manier invulling geven aan het leven.

Ook uit de gesprekken met projectmedewerkers bleek dat er geen eenduidige definitie van zingeving gehanteerd wordt, maar in alle projecten rondom zingeving staat de zin van het leven centraal.

Zingeving wordt beïnvloed door verschillende factoren. Met het ouder worden ontstaan enerzijds zingevingrisico's, zoals fysieke veranderingen en het verlies van betekenisvolle relaties. Anderzijds is er ook sprake van (nieuwe) zingevingbronnen, bijvoorbeeld vrijetijdsactiviteiten, het helpen van anderen of een leergang volgen.

Hoe iemand omgaat met tegenslagen of de zingevingrisico's heeft alles te maken met coping mechanismen. Belangrijk is om te weten of het om een gezonde of ongezonde coping stijl gaat. Ongezonde coping stijlen leiden uiteindelijk tot meer stress. Gezonde coping mechanismen leiden tot een verminderd stressniveau en een verbetering in het welbevinden

Er zijn veel projecten in Nederland die aan zingeving werken. Voor dit onderzoek is contact geweest met 57 verschillende projecten waar 12 interviews uit voortgekomen zijn. Over het algemeen zijn er drie verschillende invalshoeken binnen deze projecten. De focus ligt op eenzaamheidsbestrijding, de omgang met rouw en verlies of reflectie.

Uit dit praktijkonderzoek is gebleken dat meerdere factoren van invloed zijn op het succes van projecten. De top drie is als volgt;

1. Houding van professionals en-/of vrijwilligers;
2. Resultaten voor deelnemers;
3. Werken met vrijwilligers.

Van deze drie zijn vooral de eerste twee categorieën belangrijk voor zingevingprojecten. De derde is meer een algemene succesfactor. Alle geïnterviewde projectmedewerkers kunnen succesfactoren benoemen maar het succes (bijv. het halen doelen) en de ervaringen van deelnemers wordt bij 1/3 van de projecten niet gemeten.

Gedurende het onderzoek bleek vanuit het werkveld behoefte te zijn aan gegevensuitwisseling rondom positieve werkwijzen. Ook vanuit Vilans en Sociaal Werk Nederland lag deze behoefte er. Zij stelden de adviesvraag; *“Op welke wijze kunnen Vilans en Sociaal Werk Nederland bijdragen aan de kennisverspreiding van geschikt gebleken projecten, activiteiten en aanpakken op het gebied van zingeving voor zelfstandig wonende oudere mensen?”*

Er is onder andere een inventarisatie gemaakt van de kennisbehoefte van professionals in dit domein en de kennis die zij graag met anderen willen delen. Samenwerking wordt vijf keer genoemd als belangrijke factor in zingevingsprojecten, maar wordt ook genoemd bij de behoeften. De betrokken professionals willen vooral weten hoe andere projecten dingen aanpakken en met wie allemaal samengewerkt wordt.

Eén van de manieren waarop Vilans en Sociaal Werk Nederland kennis kunnen verspreiden over geschikt gebleken projecten én aan kunnen sluiten bij de behoeften van de professionals, is via een tool box. Mogelijke ingrediënten daarvan zijn; voorbeeldmaterialen en mogelijke instrumenten, praktische ideeën voor projecten/activiteiten, samenwerkingspartners rondom zingeving(svragen) en een handleiding rondom het samenwerken met de klantgroep.

6. Discussie

Voor dit onderzoek zijn 12 projectmedewerkers geïnterviewd die ondersteunen bij zingevingsprojecten. Deze 12 zijn geselecteerd op basis van de inclusie/exclusie criteria die gesteld zijn door de opdrachtgevers, tijdspanne en bereidbaarheid van de projecten. Er zijn verschillende thema's binnen zingeving die niet in de projectselectie meegenomen zijn (bijvoorbeeld sport, knutselprojecten, theater of dagbestedingen). Dat het onderzoek niet alomvattend zou worden was te verwachten, door twaalf verschillende projecten mee te nemen in het onderzoek wordt er wel recht gedaan aan de diversiteit van de projecten. De vijf deelnemers zijn voorgedragen door de projecten. Om een completer beeld te krijgen zou een bredere doelgroep betrokken kunnen worden.

Bij aanvang van het onderzoek was het idee dat er een inventarisatie uitgevoerd zou worden en op basis hiervan good practices onderscheiden zouden worden. Gedurende het onderzoek werd duidelijk dat deze verwachting niet uit zou gaan komen. De inventarisatie is er, maar een project is pas een good practice wanneer dit ook wetenschappelijk bewezen is en-/of uit herhaalde testen blijkt. De onderzoeksvraag en doelstelling zijn daarin aangepast naar inventariseren welke ingrediënten bijdragen aan good practices rondom zingeving voor zelfstandig wonende ouderen.

Deze ingrediënten zijn zeker gevonden. Er is hier een beeld over gevormd dat verspreid kan worden naar professionals binnen het sociale domein. Volledige good practices vragen meer onderzoek op dit terrein.

Het kwam niet als een verrassing tijdens het onderzoek, dat er veel verschillende definities voor zingeving gehanteerd worden. Dit kwam in het theoretisch kader naar voren en werd vervolgens in de resultaten bevestigd. Dit heeft een belangrijke rol in het onderzoek gespeeld. Om het werkbaar te maken is een samengestelde definitie van zingeving gebruikt. Aangeraden wordt om in de vervolgonderzoeken altijd de definitie te checken om te voorkomen dat de onderzoekers en respondenten het over andere onderwerpen hebben.

Wat verrassend was, was dat bij minimaal 1/3 van de projecten niet gekeken/gevraagd wordt naar de ervaringen van deelnemers of het behalen van gestelde doelen. Eén van de eerste dingen die je als Toegepast Gerontoloog meekrijgt is dat je altijd alles in samenspraak met de doelgroep doet. Om de kwaliteit te borgen zou meer met de PDCA (Plan, Do, Check, Act) gewerkt kunnen worden. Er zijn weinig projecten die vanuit de doelgroep zijn ontstaan, het merendeel kwam vanuit de medewerkers in plaats van vanuit de mensen zelf. Op beide terreinen is dan ook nog veel winst te behalen.

Ook zou de SELE-vragenlijst verder ontwikkeld kunnen worden om deze makkelijker in te kunnen zetten bij zingevingsprojecten.

Om een gedegen advies vanuit Vilans en Sociaal Werk Nederland aan de verschillende projecten te kunnen geven wordt vervolgonderzoek aangeraden naar een groter aantal projecten, tevredenheidsmetingen en wat zelfstandig wonende ouderen belangrijk vinden. Op deze manier kunnen good practices vastgelegd gaan worden.

7. Aanbevelingen

In voorgaande hoofdstukken is de (onderzoeks)vraag; *welke ingrediënten dragen bij aan good practices rondom zingeving voor ouderen binnen het sociale domein?* beantwoord. In dit hoofdstuk zal dieper ingegaan worden op de adviesvraag “Op welke wijze kunnen Vilans en Sociaal Werk Nederland bijdragen aan de kennisverspreiding van geschikt gebleken projecten, activiteiten en aanpakken op het gebied van zingeving voor zelfstandig wonende oudere mensen?”

7.1 Opzetten én verspreiden van trainingsmodule ‘Zingevingprojecten A tot Z’

Uit de gesprekken met professionals blijkt dat er behoefte is aan training of scholing. De volgende onderdelen zouden hierin terug moeten komen; project-/activiteitontwikkeling, projecten (blijvend) onder de aandacht brengen, gesprekstechnieken en het werven van vrijwilligers. Ook zou één van de trainingsonderdelen kunnen bestaan uit het gebruik van de SELE-vragenlijst rondom zingeving.

Belangrijk in de trainingsmodule is dat de communicatie rondom deze module(s) goed is en de uitnodiging wijdverspreid wordt. Er zijn al trainingen rondom zingeving op de markt, zijn deze ook bekend bij de projecten en sluiten deze aan de vraag? Mocht dit niet het geval zijn zou een (nieuw) marketingplan al voldoende kunnen zijn.

7.2 Ontwikkelen van een “tool box”

Meerdere professionals binnen de projecten geven aan behoefte te hebben aan bepaalde handvatten, deze zijn samengevoegd onder de term tool box. Hierbij valt te denken aan de praktische kant van de projecten en mogelijke gereedschappen binnen deze box zijn; voorbeeld materialen en mogelijke instrumenten, praktische ideeën voor projecten/activiteiten (in grote lijnen) en samenwerkingspartners rondom zingeving en zingevingvragen. Zie H8 voor een verdere uitwerking.

7.3 Intervisie of “inspiratie-/werkveldbijeenkomsten”

Gedurende het onderzoek is de behoefte van professionals om te delen met anderen in hetzelfde domein gesignaleerd. Professionals hebben aangegeven behoefte te hebben aan intervisie (of andere bijeenkomsten) waarin onder andere het in contact staan met hun eigen levensvragen en zingeving en casuïstiek besproken worden. Vilans en Sociaal Werk Nederland zouden ervoor kunnen kiezen om deze bijeenkomsten te organiseren en faciliteren. Een andere optie zou zijn dat zij het initiatief nemen een landelijk netwerk (of centrum) op te zetten waar alle betrokkenen in deelnemen. Op deze manier kan kennis uitgewisseld worden en kunnen de deelnemers naar behoefte bijeenkomsten organiseren.

7.4 Database

Vanuit zowel de gesproken professionals als Vilans en Sociaal Werk Nederland zelf is de vraag ontstaan welke projecten er allemaal zijn en wat werkt rondom zingeving. Doordat er nog geen eerdere inventarisaties gedaan zijn zou ervoor gekozen kunnen worden om een database te maken met alle projecten en de ingrediënten voor good practices zodat er uiteindelijk goed onderbouwde good practices ontstaan. Deze database vereist wel vervolgonderzoeken (o.a. om de stap van veelbelovende praktijken naar good practices te maken) voordat deze zijn vruchten écht af zal gaan werpen.

8. Projectvoorstel

Op basis van onderzoek zijn voor Vilans en Sociaal Werk Nederland, vier aanbevelingen geschreven voor kwaliteitsverbetering en kennisverspreiding rondom zingevingsprojecten. In dit projectvoorstel zal de ontwikkeling van een tool box verder uitgewerkt worden.

Tool box zingevingsprojecten		Versie 1.0 Bestandsnaam: tool box zingeving Datum opgesteld: 15-01-2019
Naam opdrachtgever:	Vilans & Sociaal werk Nederland	Voor akkoord:
Contactgegevens		Datum:
Naam projectleider		
Contactgegevens		
Projectcode		

8.1 Inleiding

Zingeving betekent de wil om te zijn (Westerhof, 2014) en op positieve manier invulling geven aan het leven. Momenteel is het een spraakmakend onderwerp op politiek, maatschappelijk én demografisch terrein. Vilans en Sociaal Werk Nederland signaleren dat zingeving aan zelfstandig wonende ouderen binnen het sociaal domein in Nederland in toenemende mate aandacht vraagt. Met het opkomen van aandacht voor zingeving op deze terreinen is ook de informatiebehoefte met betrekking tot methoden, instrumenten en mogelijkheden toegenomen.

8.2 Vraagstelling en achtergrond

Vilans en Sociaal Werk Nederland hebben onvoldoende zicht op succesvolle projecten en hulpverlening rondom zingeving bij ouderen binnen het sociale domein. Zij willen graag een positieve bijdrage leveren aan de kwaliteit van leven van zelfstandig wonende ouderen en zijn van mening dat het verspreiden van good practices rondom zingeving daarbij helpend is.

Op verzoek van Vilans en Sociaal Werk Nederland is een onderzoek uitgevoerd. De onderzoeksvraag luidt: “Welke ingrediënten dragen bij aan good practices op het gebied van zingeving voor ouderen binnen het sociale domein?” De bijbehorende adviesvraag is als volgt: “Op welke wijze kunnen Vilans en Sociaal Werk Nederland bijdragen aan de kennisverspreiding van geschikt gebleken projecten, activiteiten en aanpakken op het gebied van zingeving voor zelfstandig wonende oudere mensen?”

8.3 Doelstelling

Uit het praktijkonderzoek is gebleken dat er behoefte is aan bepaalde (praktische) handvatten onder professionals werkzaam binnen de zingevingsprojecten. Hierbij valt bijvoorbeeld te denken aan een overzicht van mogelijke instrumenten en gesprekstechnieken.

Om kennis te kunnen verspreiden over geschikt gebleken projecten, activiteiten en aanpakken op het gebied van zingeving voor zelfstandig wonende oudere mensen, wordt Vilans en Sociaal Werk Nederland sterk aangeraden om een tool box te creëren rondom dit onderwerp.

8.4 Op te leveren resultaat/resultaten

Het ontwikkelen van een tool box met voorbeeld materialen en mogelijke instrumenten (bijv. de transitiekring of de SELE-vragenlijst), praktische ideeën voor projecten/activiteiten (in grote lijnen), overzicht met succesfactoren voor het slagen van het project en mogelijke samenwerkingspartners

rondom zingeving en zingevingsvragen. Eventueel aangevuld met een handleiding rondom het werven van vrijwilligers, een handleiding rondom het samenwerken met de klantgroep, een profiel voor de “zingevingswerker”, gesprekstechnieken en een overzicht van de voorwaarden van ‘good practice’ projecten.

Deze tool box voldoet aan de informatiebehoefte van professionals en is relatief laag in investering.

8.5 Afbakening

Het is belangrijk dat de tool box gevuld wordt met gereedschappen en voorbeelden die breed inzetbaar zijn en positieve resultaten hebben voor de benadering van zingevingsvraagstukken van zelfstandig wonende ouderen. Projecten moeten actief zijn op dit gebied. Er wordt één persoon aangewezen (projectleider) bij Vilans óf Sociaal Werk Nederland die de tool box gaat samenstellen en verantwoordelijk is voor het aanvullen en updaten van relevante informatie.

8.6 Randvoorwaarden

Investering (tijdslimiet en begroting) zullen opgesteld moeten worden door de opdrachtgever (Vilans en/of Sociaal Werk Nederland). Deze zijn afhankelijk van de concrete behoefte van de opdrachtgever.

De tool box moet digitaal verspreid kunnen worden. Daarbij wordt zowel rekening gehouden met grootte van het bestand, bedieningsgemak, aantrekkelijkheid en de privacywetgeving. Eindverantwoordelijkheid ligt bij opdrachtgever, uitvoering in overleg tussen opdrachtgever en projectleider.

Een andere voorwaarde is dat er bij de ontwikkeling van de tool box sprake is van co-creatie. Op deze manier wordt gegarandeerd dat de box aansluit bij de wensen en behoeften van de eindgebruikers. Dit zal onder andere plaatsvinden in de vorm van een klankbordgroep met professionals uit het werkveld. Verder is het van belang dat er in het proces een focusgroep met oudere deelnemers aan zingevingsprojecten gehouden wordt. Wat is voor hen het belangrijkste binnen deze projecten? Wat willen ze graag veranderd zien? Waar moet extra nadruk op gelegd worden? Hoe willen zij door de projecten betrokken worden?

De tool box wordt verspreid middels het netwerk en samenwerkingspartners van Vilans en Sociaal Werk Nederland. Dit netwerk is zeer divers. Hierdoor kan de tool box op een snelle en eenvoudige manier onder de aandacht gebracht worden van veel verschillende organisaties.

8.7 Risicoanalyse

Risico	Maatregel	Verantwoordelijk
Te groot en breed aanbod waardoor het minder bruikbaar en toegankelijk wordt	Afbakening van doelgroep, projecten en "tools"	Opdrachtgever en projectleider
Niet aansluiten bij wensen van hulpvragers	Het ontwikkelproces verloopt in co-creatie (zowel met professionals als oudere deelnemers). Door een handleiding over samenwerking met de klantgroep toe te voegen wordt dit ook tijdens de uitvoering gestimuleerd.	Projectleider
Niet volgen van nieuwe ontwikkelingen	Jaarlijks evalueren (o.a. met klankbordgroep) en bijwerken	Projectleider

8.8 Fasering en planning van tussenresultaten

De ontwikkeling van het project verloopt via de zes projectfasen (Management Support, 2011). Fasering zal ingevuld worden door opdrachtgever zodra concrete startdatum bekend is.

Fase	(Tussen)resultaten/ producten	Startdatum	Einddatum	Datum akkoord opdrachtgever
1. Initiatiefase				
2. Definitiefase				
3. Ontwerpfase				
4. Voorbereidingsfase				
5. Realisatiefase				
6. Implementatie/ nazorg/evaluatie				

8.9 Projectbeheersing

Tijd

Dit project kan in een half jaar uitgevoerd en uitgerold worden. Hierna zal deze jaarlijks geëvalueerd en bijgewerkt worden.

Kwaliteit

Kwaliteit wordt getoetst door een klankbordgroep die samengesteld wordt uit minimaal vier vertegenwoordigers uit succesvolle projecten. De klankbordgroep komt samen aan het eind van bovengenoemde fasen. Daarnaast zullen er ook focusgroepen gehouden worden met ouderen in de beginfase en de laatste fase.

Organisatie

Wensen en investeringen zijn in beeld gebracht door de opdrachtgever. Namen, taken, verantwoordelijkheden en bevoegdheden van betrokkenen zijn duidelijk omschreven.

Geld

Investering zijn personeelskosten projectleider en opdrachtgever, administratiekosten, evt. vergoeding/beloning voor de klankbordgroep en focusgroep deelnemers. De exacte investering zal

opgesteld moeten worden door de opdrachtgevers. De grootste kostenposten zitten in de ontwikkeling, het eerste half jaar. Hieronder een voorbeeldberekening ter illustratie

Investering	Kosten
Projectleider (8-uur per week) ⁸	€818,05 per maand x 6 maanden = €4908,31
Opdrachtgever (2 uur per maand) ⁹	€62,65 per maand x 6 maanden = €375,92
Boekhouder ¹⁰	€225,- per half jaar
Klankbordgroep (per 4 personen) – Cadeaubon & bloemetje	€50,- x 4 = €200 €20,- x 4 = €80
Focusgroep deelnemers (bij 10 personen) – Cadeaubon	€15,- x 10 = €150,-
Totale kosten	€5939,23

Informatie

Projectleider heeft afspraken voor terugkoppeling en informatievoorziening met de opdrachtgever.

8.10 Gedetailleerde activiteitenplanning

Gedetailleerde uitwerking van de projectplanning wordt gemaakt zodra de starttijd bekend is. Bij voorkeur in speciale projectmanagementsoftware. Eenvoudige plannings kunnen ook in Excel gemaakt worden.

⁸ Volgens Indeed is het gemiddeld maandsalaris voor een projectmanager €3988,- per maand. (Indeed, 2019)

⁹ Er is hier uitgegaan van €4.511 per maand. Het gemiddelde maandsalaris bij Vilans varieert vanaf ongeveer € 3.076 per maand voor een Secretaresse tot ongeveer € 5.946 per maand voor een Medewerker Planning & Control. Voor deze berekening is het gemiddelde hiervan genomen. Deze salarissen zijn op basis van een 36-urige werkweek (Indeed, 2019). Wanneer de opdrachtgever of projectmanager bij Sociaal Werk Nederland werken moeten de berekeningen naar de bijbehorende salarissen aangepast worden.

¹⁰ Een BV is door de eisen aan de boekhouding jaarlijks meer geld kwijt dan een eenmanszaak. Gemiddeld gezien betalen ondernemers met een BV tussen de 3000 en 6000 euro per jaar voor de boekhouding (BV Beginnen, z.j.). In deze berekening is uit gegaan van 4500 per jaar. In 2017 voerde Vilans tien grote projecten uit (Vilans, 2017). Voor deze berekening is van hetzelfde uitgegaan

9. Literatuurlijst

- Ackerman, C. (2017) Coping: Dealing with Life's Inevitable Disappointments in a Healthy Way. Geraadpleegd op 28-10-2018 op <https://positivepsychologyprogram.com/coping/#types-coping>
- Actiz (2018, 9 oktober). Doorbraak: Financiering voor geestelijke verzorging thuis. [nieuwsbericht] Geraadpleegd op 02-01-2019.
- Begemann, C., & Cuijpers, M. (2015). *Kwaliteitsstandaard levensvragen: omgaan met levensvragen in de langdurige zorg voor ouderen*. Vilans.
- Berenschot (2012) Drie transities, één perspectief. Geraadpleegd op https://www.nji.nl/nl/Download-NJi/Transitie_Berenschot_drie_transities_eeen_perspectief_dec2012.pdf
- Boelhouwer, J. & Pommer, E. (2016) *Monitoring van het sociaal domein. Inleiding op de overall rapportage sociaal domein*. (SCP-publicatie 2017-22, Web versie) ISBN: 978-90-377-0843-1
- Bolier, L. & Smit, F. (2009) Strategische verkenningen 1: Mentaal vermogen en welbevinden. Geraadpleegd op <https://assets.trimbos.nl/docs/af88235b-c532-4097-a30e-5eec1c33a3fb.pdf>
- BV Beginnen (z.j.) Boekhouding van een BV. Geraadpleegd op 24-03-2019 op <https://www.bvbeginnen.nl/boekhouding-bv/>
- Centraal Bureau Statistiek (2016) *Eenzaamheid in Nederland*. Geraadpleegd op https://www.cbs.nl/-/media/_pdf/2016/38/eenzaamheid-in-nederland.pdf
- Centraal Bureau Statistiek (2018) Bevolking; kerncijfers. Geraadpleegd op 22-10-2018 op <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/37296ned/table?dl=12E27>
- Claessens, L. (2012) Sturen op geluk in Almelo: het geluksbudget. In Campen, van C., Bergsma, A., Boelhouwer, J., Boerefijn, J. & Bolier, L. (2012) *Sturen op geluk; geluksbevordering door nationale overheden, gemeenten en publieke instellingen*. (blz. 54-63) Den Haag, Nederland: Sociaal en Cultureel Planbureau
- Cosbo Stad Utrecht (2018). Ouderen bespreken levensvragen niet graag in groepsverband. Geraadpleegd op 7-10-2018 op <https://cosbo-stad-utrecht.nl/ouderen-bespreken-levensvragen-niet-graag-in-groepsverband/>
- Dittmann-Kohli, F.E. (1995). *Das persönliche Sinnsystem. Ein Vergleich zwischen frühem und spätem Erwachsenenalter*. Göttingen, Duitsland. Hogrefe
- Donders, W. (Ed.) (2009). *Coachende gespreksvoering*. Den Haag, Nederland, Boom Lemma.
- Donk, van der C. & Lanen, van B. (2017) *Praktijkonderzoek in zorg en welzijn*. Bussum, Nederland. Coutinho.
- Ekamper, P. & Van Nimwegen, N. (2018) Demografie in het kort: Vergrijzing. Geraadpleegd op 22-10-2018 op <https://www.nidi.nl/nl/demos/2018/06/02>
- Food and Agriculture Organisation of the United Nations (2014, maart) Good practices template. Gedownload vanaf <http://www.fao.org/capacity-development/resources/practical-tools/good-practice-tool/en/>
- Geer, van de J. (2018, 8 oktober) Doorbraak: Financiering voor geestelijke verzorging thuis [nieuwsbericht] Geraadpleegd op 02-01-2019 op <https://www.agora.nl/Eindigheid/doorbraak-financiering-voor-geestelijke-verzorging-thuis>
- Indeed, (2019, 15 maart). Salarissen voor Vilans in Nederland. Geraadpleegd op 24-03-2019 op <https://www.indeed.nl/cmp/Vilans/salaries>
- Independer (z.j.) Eerstelijnszorg en tweedelijnszorg: de verschillen. Geraadpleegd op 02-01-2019 op <https://www.independer.nl/ziekenhuis/info/verschil-eerstelijns-tweedelijns-zorg.aspx>

- Institute for positive health (2017). Mijn positieve gezondheid. Geraadpleegd op 05-12-2018 op <https://mijnpositievegezondheid.nl/tools/mijn-positieve-gezondheid/>
- Jonge, de H. (2018, 8 oktober) Aanpak geestelijke verzorging/levensbegeleiding [kamerbrief]. Geraadpleegd op file:///C:/Users/cebri/Downloads/181008%20Kamerbrief-over-aanpak-geestelijke-verzorging-levensbegeleiding.pdf
- Jukema, J.S. & Van Vliet, J. (Ed.) (2014) *Perspectieven op ouder worden en de sociaal professional*. Den Haag, Nederland, Boom Lemma
- Klinger, E. (1977) *Meaning and void: Inner experience and the incentives in peoples lives*. University of Minnesota.
- Krul, A. (2017) Zo doe je een literatuuronderzoek of literatuurstudie. Geraadpleegd op 05-11-2018 op <https://www.scribbr.nl/scriptie-structuur/hoe-doe-je-literatuuronderzoek/>
- Kuijper, K (2014) AWBZ: alle wijzigingen op een rij. Geraadpleegd op 22-10-2018 op <https://www.zorgwijzer.nl/zorgverzekering-2015/awbz-in-2015-alle-wijzigingen>
- Kuin, Y. & Westerhof, G.J. (2007). Zingeving. In *Psychopraktijk* (2013). 5: 15. <https://doi-org.windesheim.idm.oclc.org/10.1007/s13170-013-0005-z>
- Lange de, R. D., Montessori, N.M. & Schuman, H. (2016) *Praktijkgericht onderzoek voor reflectieve professionals*. Antwerpen – Apeldoorn, België – Nederland, Garant. ISBN: 978-90-441-3437-7
- Leijssen, M. (2004). Zingeving en zingevingproblemen vanuit psychologisch perspectief. In *Wetenschappelijk denken: een laboratorium voor morgen? Lessen voor de eenentwintigste eeuw* (pp. 241-268). Leuven: Universitaire Pers Leuven.
- Management Support (2011). De zes fases in een project. Geraadpleegd op 26-03-2019 op <https://www.managementsupport.nl/organiseren/checklist/2011/06/de-zes-fases-in-een-project-1012677>
- Managementmodellensite.nl (z.j.) Acht veranderstappen van Kotter. Geraadpleegd op 15-01-2019 op <https://managementmodellensite.nl/acht-veranderstappen-kotter/#.XDyjYPIKg2w>
- Marcoen, A., Grommen, R. & Van Ranst, N. (2006) *Als de schaduwen langer worden. Psychologische perspectieven op ouder worden en het oud zijn*. Tielt, België. Lannoo.
- MIND Blue (z.j.) Depressie bij ouderen. Geraadpleegd op 22-10-2018 op <https://mindblue.nl/depressie/depressie-ouderen>
- Moody, H.R. & Sasser, J.R. (2006) *Aging: concepts and controversies*. Thousand Oaks, California, SAGE
- Movisie (2013). *De drie decentralisaties in het sociale domein. Een overzicht in vogelvlucht*. Geraadpleegd op 4-10-2018 op <https://www.movisie.nl/artikel/drie-decentralisaties-sociale-domein>
- Mulder, P. (2018). Reflectiemodel van Gibbs. Geraadpleegd op 15-01-2019 op <https://www.toolshero.nl/management-modellen/reflectiemodel-gibbs/>
- Neuschildkamp, K.E. (2012). *“In hoeverre hangen leeftijd, subjectieve leeftijd en geslacht samen met toekomstverwachtingen in de tweede levenshelft?”* (Masterthese, Universiteit Twente, Nederland). Geraadpleegd op [https://essay.utwente.nl/61633/1/Neuschildkamp,_K.E._-_s0117005_\(verslag\).pdf](https://essay.utwente.nl/61633/1/Neuschildkamp,_K.E._-_s0117005_(verslag).pdf)
- Pallialine (2018). *Zingeving en spiritualiteit in de palliatieve fase. Landelijke richtlijn, versie: 2.0*. Geraadpleegd op https://www.pallialine.nl/index.php?pagina=/richtlijn/item/pagina.php&richtlijn_id=1081&unique=e5520580e32b96ea50c1c4fb5993260c
- Rögels, N. (2014) *Levensloopsychologie. Jongvolwassenen, volwassenen en oudere volwassenen*. Den Haag, Nederland, Boom Lemma
- Saunders, M., Lewis, P., Thornhill, A., Booij, M.C. & Verckens, J.P. (2001) *Methoden en technieken van onderzoek*. Amsterdam, Nederland. PEARSON Education.

- Schnabel, P. (2012) Feiten en Gevoel. In Campen, van C., Bergsma, A., Boelhouwer, J., Boerefijn, J. & Bolier, L. (2012) *Sturen op geluk; geluksbevordering door nationale overheden, gemeenten en publieke instellingen*. (blz. 17-24) Den Haag, Nederland: Sociaal en Cultureel Planbureau
- Schoenmakers, E.C., Fokkema, T. & van Tilburg, T.G. (2014) Eenzaamheid is moeilijk op te lossen en treft niet alleen ouderen. *Demos*. Jaargang 30, nummer 8. Geraadpleegd op <https://www.nidi.nl/shared/content/demos/2014/demos-30-08-schoenmakers.pdf>
- Selm, van M. (1998) *Meaninglessness in the second half of life*. Nijmegen, Nederland, Nijmegen University press
- Sociaal Werk Nederland (z.j.). De brancheorganisatie voor sociaal werk. Geraadpleegd op 24-03-2019 op <https://www.sociaalwerknederland.nl/over-ons/over-sociaal-werk-nederland>
- Trimbos Instituut (z.j.) Depressie: feiten en cijfers. Geraadpleegd op 22-10-2018 op <https://www.trimbos.nl/themas/depressie/depressie-feiten-en-cijfers/>
- University of Groningen (2018). Informatievaardigheden: Zoekmethoden. Geraadpleegd op 05-11-2018 op <https://libguides.rug.nl/c.php?g=531668&p=3637472>
- Vanhooren, S. (z.j.) Een existentieel waagstuk. Bouwen aan zingeving bij gedetineerden. *Handelingen: Tijdschrift voor praktische theologie en religiewetenschap*, 2017,2. Blz. 29-38
- Verhoeven, N. (2014) *Wat is onderzoek? Praktijkboek voor methoden en technieken*. Den Haag, Nederland. Boom Lemma.
- VGVZ (2016). Beroepsstandaard Geestelijk Verzorger 2015. Geraadpleegd op <https://vgvz.nl/wp-content/uploads/2018/07/Beroepsstandaard-2015.pdf>
- VGVZ (2018, 8 oktober) Doorbraak: Financiering voor geestelijke verzorging thuis [nieuwsbericht]. Geraadpleegd op 02-01-2019 op <https://vgvz.nl/2018/10/08/doorbraak-financiering-voor-geestelijke-verzorging-thuis/>
- Vilans (2017). Jaarverslag 2017. Geraadpleegd op <https://www.vilans.nl/vilans/media/documents/publicaties/jaarverslag-2017.PDF>
- Vilans (2019). Vilans, aangenaam. Geraadpleegd op 24-03-2019 op <https://www.vilans.nl/over-ons>
- Wagteveld, J. (2017, 24 april) Professionele nabijheid nabij? Geraadpleegd op 12-01-2019 op <https://www.dimence.nl/expert-aan-het-woord/professionele-nabijheid-nabij>
- Westerhof G.J. (2014) Zingeving en ouder worden. In: Pot, A.M. & Visser, S. (red.) *Ouderen in de geestelijke gezondheidszorg*. Blz. 25-31. Bohn Stafleu van Loghum, Houten. ISBN: 978-90-368-0789-0
- Westerhof, G.J. (2006). De kunst van het ouder worden: een psychologisch perspectief. In *Geron: Tijdschrift over ouder worden & de maatschappij*. December 2006, jaargang 8, blz. 4-7
- Westerhof, G.J. (2009). Persoonlijke zingeving en ouderen: theorie, onderzoek en toepassing. In *Tijdschrift Geestelijke Verzorging*. 12: 51. <https://vgvz.nl/wp-content/uploads/2018/06/7-51-Theorie-onderzoek-en-toepassing.pdf>
- Westerhof, G.J. (2013) Zingeving en ouder worden. *PSYCHOPRAKTIJK* 5: 1. Blz. 15-18 <https://doi-org.windesheim.idm.oclc.org/10.1007/s13170-013-0005-z>
- Westerhof, G.J. & Dittmann-Kohli, F.E. (1997). Zingeving, levensloop en cultuur. Verschillen en overeenkomsten tussen jong en oud in Nederland en Zaïre. In *Medische Antropologie*. 9: 1. http://www.tma.socsci.uva.nl/09_1/westerhof.pdf
- Wielink, van J. & Reijmerink, M. (z.j.) De Transitiecirkel – George Kohlrieser. Geraadpleegd op 02-01-2019 op <http://canonvanhetleren.overmanagement.net/artikel/de-transitiecirkel-george-kohlrieser/>
- Wielink, van J., Wilhelm, L. & Geelen-Merks, van D. (2017) *Professioneel begeleiden bij verlies*. Amsterdam, Nederland, Boom.

- ZonMW (2014). Positieve Gezondheid: 'Focus op de kracht en eigen regie van mensen'. [factsheet] Geraadpleegd op 26-11-2018 op <https://www.zonmw.nl/nl/over-zonmw/positieve-gezondheid/>
- ZonMW (2018). Beleidspeerpunt: Positieve Gezondheid, brede integrale kijk op gezondheid. Geraadpleegd op 26-11-2018 op <https://www.zonmw.nl/nl/over-zonmw/positieve-gezondheid/>
- Zorgteamtraining (2016). Reflectie: De kracht van reflecteren in je werk. Geraadpleegd op 15-01-2019 op <https://www.zorgteamtraining.nl/reflectie/>
- ZorgVoorBeter (2018). Levenseindevragen bespreken met de transitiecirkel [nieuwsbericht]. Geraadpleegd op 02-01-2019 op <https://www.zorgvoorbeter.nl/nieuws/levenseindevragen-bespreken-transitiecirkel>
- ZorgVoorBeter (z.j.). Expertisenetwerk levensvragen. Geraadpleegd op 15-01-2019 op <https://www.zorgvoorbeter.nl/kennis-delen/netwerk-levensvragen-ouderen>

Afbeeldingen:

- Geelen, van D. (z.j.) De transitiecirkel. Geraadpleegd op 02-01-2019 op <https://www.denisevangeelen.nl/transitiecirkel/>
- Pixabay (z.j.) Face. Geraadpleegd op 11-01-2019 op <https://pixabay.com/nl/gezicht-portret-man-ouderen-984031/>
- Pixabay (z.j.) Locatiepin. Geraadpleegd op 05-01-2019 op <https://pixabay.com/en/pointer-map-icon-gps-marker-1915456/>
- Zorgteamtraining (2016) Reflectie: de kracht van reflecteren in je werk. Geraadpleegd op 15-05-2019 op <https://www.zorgteamtraining.nl/wp-content/uploads/Ontwikkeldriehoek-Reflectie-Bewustwording-Verantwoordelijkheid.jpg>

11. Bijlagen

In dit hoofdstuk zijn alle bijlagen opgenomen. Hieronder de volgorde waarin deze in het hoofdstuk staan.

- Bijlage 1 Plan van aanpak
- Bijlage 2 Verlies en rouw in combinatie met zingeving
- Bijlage 3 Vragenlijst interviews professionals
- Bijlage 4 Vragenlijst interviews oudere deelnemers oorspronkelijk
- Bijlage 5 Vragenlijst interviews oudere deelnemers aangepast
- Bijlage 6 Benaderde projecten
- Bijlage 7 Ethische overwegingen
- Bijlage 8 Formulier Informed Consent
- Bijlage 9 Informatiebrief oudere deelnemers
- Bijlage 10 Tabellen resultaten
- Bijlage 11 Inspiratie profiel professional en-/of vrijwilliger

Opleiding Toegepaste Gerontologie

Publicatie advies

Toestemming publicatie adviesrapport in HBO Kennisbank	:	
	Student:	ja/nee
	Opdrachtgever:	ja/nee

Eisen aan inhoud en context van de adviesopdracht

1. Het onderwerp past overtuigend binnen het beroepsdomein van de Toegepast Gerontoloog.
2. Het onderwerp betreft een integraal, realistisch en actueel vraagstuk dat voortkomt uit handelingsverlegenheid van professionals in de beroepspraktijk of van de organisatie (de professional loopt tegen iets aan/kan iets (nog) niet (voldoende)) of vanuit een groep ouderen;
3. Het onderwerp biedt mogelijkheden om op innovatieve, gefundeerde en creatieve wijze leeftijdsvriendelijke dienstverlening met en voor ouderen te initiëren, (door-)ontwikkelen of te creëren;
4. De adviesopdracht leidt tot of draagt bij aan verbetering in de praktijk;
5. De adviesopdracht is voldoende complex (vereist integraal denken, op bachelor niveau);
6. De adviesopdracht bestaat uit het opzetten, uitvoeren en verslagleggen van praktijkgericht/toegepast onderzoek en draagt bij aan Evidence Based Practice;
7. De adviesopdracht sluit aan bij de eigen belangstelling, persoonlijke ontwikkeling van de student;
8. De adviesopdracht kan redelijkerwijs binnen het semester afgerond worden.

Eisen ten aanzien van de organisatie:

- Biedt voldoende mogelijkheden voor het uitvoeren van de adviesopdracht;
- Biedt een uitdagende, ondersteunende en krachtige leeromgeving.

Eisen aanzien van de externe praktijkbegeleider:

- Heeft minimaal een afgeronde HBO-opleiding;
- Is competent op het gebied waarop de student zich wil ontwikkelen.

Formuleer je beoogde adviesopdracht met behulp van alle onderstaande vragen:

Voorstel adviesopdracht (2 A4)

Titel adviesopdracht	Zingeving in het sociaal domein; wat werkt?
Thema/ onderwerp van de adviesopdracht	Ingrediënten die bijdragen aan good practices rondom zingeving voor ouderen binnen het sociale domein
Waarom is dit een TG-vraagstuk?	<p>Zingeving is een proces dat in de hele levensloop terug te vinden is. (Kuin & Westerhof, 2007) Ouder worden brengt veel veranderingen met zich mee. Er is zowel sprake van verlies als van winst en balans (Westerhof, 2013). Dit kan een aanleiding zijn tot een heroriëntatie op het leven en een verschuiving van prioriteiten met betrekking tot zingeving. Daarnaast voelt één op de drie Nederlanders zich eenzaam. (Schoenmakers, Fokkema & van Tilburg, 2014). Volgens het CBS zijn er onder 75-plussers meer mensen die eenzaamheid ervaren dan onder andere leeftijdsgroepen. (2016) Ouder worden brengt onder andere vraagstukken over eenzaamheid, zingeving, langer thuis wonen en omgaan met winst en verlies met zich mee.</p> <p>Het vraagstuk past perfect binnen de (Toegepaste) Gerontologie omdat er veel verschillende domeinen in samenkomen (kennis over ouder worden is vereist, maar ook over zingeving, de veranderingen in de maatschappij en eenzaamheidsvraagstukken). Daarnaast is het thema momenteel zowel maatschappelijk, als demografisch als politiek een hot topic. Over zingeving is steeds meer te doen maar over good practices rondom zingeving voor ouderen in het sociale domein is nog vrijwel niks bekend. Ik hoop door dit onderzoek bij te kunnen dragen aan de kennis verspreiding over zingeving bij ouderen en een domein-overstijgende aanpak te kunnen bieden voor toekomstige projecten en activiteiten rondom dit onderwerp.</p>
Periode van afstuderen	September 2018 tot en met januari 2019
Achtergrond <i>Wat speelt er? Welke maatschappelijke ontwikkelingen zijn hierop van invloed? Hoe speelt dat voor je opdrachtgever?</i>	<p>Zingeving is sinds kort een hot topic op verschillende vlakken. Waar in Nederland voorheen niet heel veel aandacht voor zingeving was is het nu zowel politiek actueel als maatschappelijk en demografisch. De opdrachtgevers geven aan dat zij dit een paar jaar geleden nooit verwacht hadden. Onderzoek naar wat werkt in zingeving voor ouderen in het sociale domein is er (nog eigenlijk) niet.</p> <p>In het kort: In 2015 is de AWBZ overgegaan in de WLZ, Zvw en WMO (Kuijper, 2014). Met deze invoering zijn veel taken naar de gemeente verschoven. Daarnaast is er in Nederland ook sprake van (dubbele) vergrijzing. Dus naast veranderende wetten heeft ook de vergrijzing een aandeel in de toenemende vraag naar hulp bij zingevingsvraagstukken. Dat het maatschappelijk relevant is, is vooral te zien aan de indicatoren van zingevingsproblemen in de samenleving; depressies, hoge suïcide cijfers, stijgende burn-out cijfers, stress, verslavingen, eenzaamheid en toenemende criminaliteit (Leijssen, 2004). De politieke relevantie komt onder andere naar voren in de (hernieuwde) aandacht voor zingeving in relatie tot geestelijke verzorging. Vanaf januari 2019 is 25 miljoen euro gereserveerd in het regeerakkoord voor geestelijke verzorging thuis (De jonge, 2018).</p> <p>In dit onderzoek/advies zal gezocht worden naar ingrediënten die bijdragen aan good practices rondom zingeving voor ouderen in het sociale domein die door professionals in het sociale domein ingezet kunnen worden.</p>
Handelingsverlegenheid van professional(s) <i>Waar lopen professionals tegenaan?</i>	Expertisenetwerk levensvragen en ouderen hebben vanuit de praktijk gesignaleerd dat er niet genoeg aandacht/kennis is voor zingeving binnen het sociale domein. Door middel van dit onderzoek kunnen de beroepsgroepen in het sociaal domein ondersteund worden met kennis en ingrediënten voor good practices rondom zingeving. Door het onderzoek en advies kunnen professionals beter aansluiten bij de zingevingsvragen van ouderen.
Doelstelling opdrachtgever	Een inventariserend onderzoek, naar zingeving onder/voor ouderen en de good practices hierin, dat leidt tot een advies voor de opdrachtgevers en professionals in het sociale domein.
Doelstelling advies	Een inzicht in het belang van zingeving en ingrediënten van good practices die bij dit onderwerp aansluiten om bij te dragen aan de kwaliteit van leven van zelfstandig wonende ouderen.
Centrale adviesvraag <i>Welke centrale adviesvraag wil je onderzoeken? Heb je daarbij zo nodig</i>	<p>Op welke wijze kunnen Vilans en Sociaal Werk Nederland bijdragen aan de kennisverspreiding van geschikt gebleken projecten op het gebied van zingeving voor zelfstandig wonende oudere mensen?</p> <p>-Wat is zingeving? -Wat zijn risicofactoren en zingevingsbronnen?</p>

<i>deelvragen geformuleerd?</i>	-Welke zingevingsprojecten zijn er in de praktijk? -Zijn er succesfactoren te onderscheiden in zingevingsactiviteiten? -Hoe kan aandacht voor zingeving, en wat hierin werkt, in de toekomst verspreid worden?
Design & methoden <i>Welk onderzoeksdesign en –methoden gebruik je om antwoord te krijgen?</i>	Vorm: toegepast onderzoek (kwalitatief) Exploratief onderzoek; wat betekent zingeving & inventarisatieonderzoek naar ingrediënten voor good practices - Deskresearch (→ sneeuwbal methode & cases bestuderen) - Interviews (telefonisch en persoonlijk)
Onderzoekspopulatie <i>Onder welke doelgroep(en) ga je onderzoek uitvoeren, hoe ziet deze groep eruit en hoe ga je werven?</i>	Professionals (en evt. vrijwilligers) werkzaam met ouderen én zingeving binnen het sociale domein. & Zelfstandig wonende ouderen van 55 jaar of ouder die deelnemen of deel hebben genomen aan de onderzochte zingevingsprojecten. Werving: via via, eigen netwerk, via internet en dan contact opnemen, oproep plaatsen, voor de ouderen ook hulp vragen van de projecten.
Participatie doelgroep <i>Hoe en waar in het opzetten, uitvoeren en rapporteren van het advies borg je de participatie van de doelgroep?</i>	Ouderen moeten een belangrijke rol hebben binnen dit onderzoeks- en adviesrapport aangezien zij de uiteindelijke klantgroep zijn. Om te waarborgen dat hun kijk en belangen in het rapport terug komen heb ik een oudere critical friend. Zij is werkzaam geweest in het sociale domein en weet als oudere als geen ander welke zaken belangrijk zijn. Ook wordt er vanuit school een soort klankbord gecreëerd, aan de hand van een pitch ga je in gesprek met oudere mensen met verschillende achtergronden over je plan en onderzoek. In elke fase kijkt een oudere mee en geeft adviezen/sturing. Daarnaast lijkt het mij geen realistisch beeld geven om alleen projectleiders, initiatiefnemers en activiteitenbegeleiders te interviewen in mijn zoektocht naar wat werkt. De oudere mensen zijn diegenen die zingeving moeten ervaren en ik wil graag hun kant van het verhaal horen. Dit zal door middel van interviews gebeuren. Professionals spelen echter wel een zeer belangrijke rol; zij kunnen de andere kant laten zien, zij zetten de projecten op en voeren ze uit. Een dergelijk onderzoek is er nog niet en dit onderzoek zal vooral practice based zijn. De input van professionals, de doelgroep binnen dit onderzoek, is erg belangrijk. Ik had graag meer aan co-creatie gedaan door bijvoorbeeld een oudere klankbordgroep op te zetten of ook diepte-interviews met ouderen te houden over wat zingeving voor hen betekent. In verband met de tijdspanne en de complexiteit van het onderzoek is dit niet op deze manier uitgevoerd. Op de beschreven manieren heb ik co-creatie toch een plek kunnen geven in mijn onderzoek.
Verkennen organisatie <i>Hoe ga je de organisatie in korte tijd leren kennen op het onderwerp van jouw adviesopdracht? Denk hierbij aan: Op welke wijze moet je communiceren?</i>	-Bijwonen van vergaderingen en netwerkbijeenkomsten. -Gesprekken voeren en vragen stellen. Communicatie: Ik probeer hier nog een goede/effectieve weg in te vinden. Er gaat voor mijn gevoel vaak veel tijd overheen voor er een reactie komt. Ook ben ik nog op zoek naar een goede balans wanneer ik welke opdrachtgever raadpleeg.
Passend advies voor de opdrachtgever <i>Wat wil de opdrachtgever terug zien van je?</i>	De opdrachtgever verwacht een verslag/inventarisatie met ingrediënten van good practices rondom zingeving in het sociale domein. Zij hopen daarna kennis te kunnen verspreiden over dit onderwerp.
Advies voor de opdrachtgever <i>Wat ga je teruggeven aan je opdrachtgever en in welke vorm?</i>	Een document met suggesties en hopelijk handvatten waarin de ingrediënten van good practices inzichtelijk worden en wat gebruikt kan worden voor/door professionals in het sociale domein rondom zingeving.

Bijlage 2 Verlies en rouw in combinatie met zingeving

Van Selm heeft het bij het vierde aspect over verlies. Iedereen krijgt hier vroeg of laat mee te maken. Verlies kent twee verschillende vormen, lokaliseerbare verliezen en diffuse verliezen. Lokaliseerbare verliezen zijn relatief makkelijk te herkennen en zijn zo nauwkeurig dat er vaak zelfs een datum aan te koppelen valt. Denk hierbij bijvoorbeeld aan een overlijden, echtscheiding of verhuizing. Diffuse verliezen worden meestal minder snel als verlies herkend, wordt vaak moeilijker over gepraat en er is geen specifieke datum aan te koppelen. Voorbeelden van diffuse verliezen zijn bijvoorbeeld ziekte, slechte relatie met ouders, verloren/opgegeven dromen of een onvervulde kindwens.

Rouw is een reactie op verlies. Het is het geheel van gevoelens, gedachten en gedrag dat kan ontstaan wanneer afscheid wordt genomen van iets waarmee, of iemand met wie, een betekenisvolle relatie werd onderhouden. Dit afscheid kan zowel vrijwillig als gedwongen zijn (Donders, 2009).

Verlieservaringen zijn vaak ingrijpend en confronterend. Er is geen manier om het verlies terug te draaien en hierdoor ontstaat een scheiding tussen de situatie voor en na het verlies.

Verlieservaringen zien we vaak terug in zingevingsvragen en worden over het algemeen als zinloos ervaren. Deze ervaringen vragen van mensen dat er een antwoord gevonden wordt waardoor zij (opnieuw) een gelukkig leven kunnen leiden. Het verwerken van het verlies vraagt om het opnieuw interpreteren van de gebeurtenissen uit het verleden. Het hele leven bestaat uit gebeurtenissen, zowel feitelijk als met betekenis. Al deze gebeurtenissen kunnen door de impact van verlies andere betekenissen krijgen. Door verlies krijgt het levensverhaal dat nog geschreven moet worden, de toekomst, ineens een andere dimensie, het verlies kleurt de toekomst. Er moet opnieuw betekenis gegeven worden aan het leven. Zo kan het bijvoorbeeld nodig zijn om de relatie met de omgeving opnieuw aan te gaan en ontstaat er dan ruimte voor nieuwe ontwikkelingen, bijvoorbeeld een nieuwe baan of nieuwe relatie. Dit proces wordt ook wel *continuing bonds* genoemd, de verbinding of relatie die doorgaat, ondanks het verlies (Donders, 2009).

Bijlage 3 Vragenlijst interviews professionals

Bij contact leggen checkvraag anders tijdens interview; klopt het dat dit project voor iedereen toegankelijk is? (dus ook zonder indicaties)

Start/algemeen

- Kunt u mij meer vertellen over dit project/deze aanpak/dit evenement?
- Wat is de visie/missie achter dit project?
- Wordt er met andere partijen samengewerkt? (bijv. met het sociaal werk/welzijnswerk)

Zingeving

- hoe hebben jullie zingeving in dit project gedefinieerd?
- Waar moet een project rondom levensvragen of zingeving aan voldoen?
- Zijn er naar uw mening genoeg projecten die zich richten op levensvragen of zingeving?

Aanpak

- Bieden jullie een project (o.i.d) in groepsverband aan of is er ook ruimte voor individuele gesprekken. (vorm project in zijn algemeenheid) Zo ja, hoe sluiten jullie aan bij individuele levensvragen?
- Werkt het project? Worden de beoogde doelen behaald?
- Wat is/zijn de succesfactor(en) binnen dit project?
- Hoe meten jullie succes van projecten?
- Wat levert dit project op voor ouderen/de deelnemers?

Doelgroep:

- Welke doelgroep?
- Is dit een project voor ouderen bedacht door de organisatie of is deze activiteit vanuit de doelgroep ontstaan?
- Is het project toegankelijk voor iedereen of zijn er voorwaarden verbonden aan deelname? (bijv. indicatie of verwijzing)
- Hoe bereiken jullie de doelgroep/deelnemers?
- Hoeveel deelnemers hebben jullie?
- Is het project op mannen en/of vrouwen gericht?
- Bij langere tijd; Is het aantal deelnemers gegroeid, afgenomen of gestaag gebleven?
- Waar ligt dat aan denkt u?
- Betalen deelnemers voor deelname?
- Zo ja, is dit een vrijwillige bijdrage of een vast bedrag?
- Als het project op/met vrijwilligers draait; worden de vrijwilligers geschoold? Zo ja, waarin?
- Hoe is de financiering omtrent het project geregeld? / Waar komt de financiering vandaan?

- Uitleggen handreiking en niet overal rekening mee houden maar wat zou u daar graag in terug zien? Welke informatie heeft u behoefte aan? (handreiking of beter andere vorm?)

Vragen mogelijkheid gesprek (ex-)deelnemende oudere(n)

(Aantekening: Uit de gesprekken bleek dat een aantal vragen bijna niet gesteld werden omdat ze op dat moment toch niet relevant waren, dit was bijvoorbeeld het geval bij vraag twee en drie onder het kopje zingeving.)

Bijlage 4 Vragenlijst interviews oudere deelnemers oorspronkelijk

- Kunt u mij in uw eigen woorden over het project vertellen?
 - Kunt u mij vertellen hoe u bij dit project terecht gekomen bent?
 - Hoe lang neemt u al deel aan dit project?
 - Wat waren uw verwachtingen ten aanzien van dit project?
 - Zijn deze verwachtingen uitgekomen?
 - Waarom blijft u juist bij dit project?
 - Kunt u benoemen welke aspecten binnen dit project u zo aanspreken? Welke aspecten het project tot een succes maken? (of het tegenovergestelde)
 - Wat heeft u tot nu toe uit dit project gehaald?
-
- In de maatschappij gaat het steeds vaker over zingeving. Waar denkt u aan bij het woord zingeving?
 - Hoe ziet u zingeving in uw leven terugkomen?
 - Roepen de vragen over zingeving overwegend positieve gevoelens bij u op of meer negatieve gevoelens?
 - Is er voor uw gevoel genoeg aandacht voor zingeving/levensvragen? (in project)
 - Is zingeving/levensvragen een onderwerp waar u met uw naasten over kunt praten?
-
- Vul aan: Ik ben trots dat/op.....
 - Ik voel me ellendig wanneer...
 - In de komende jaren....
 - Wanneer ik terugkijk op mijn leven heb ik spijt dat...
 - Wanneer ik over mijzelf nadenk...
 - Het belangrijkste voor mij is....
 - Wat ik niet leuk vind aan het ouder worden is...
 - Wat ik leuk vind aan het ouder worden is...
-
- Zou een dergelijke aanpak waarbij u nadenkt en praat over uw leven aan de hand van aanvulzinnen voor u werken?
 - Wordt er bij het project waar u aan deelneemt naar uw ervaring gevraagd?
 - Heeft u een idee over hoe projecten het beste hun resultaten kunnen meten of achter ervaringen van de deelnemers kunnen komen?

Zijn er zelf nog dingen die u graag toe wilt voegen? Heeft u nog vragen voor mij?

Bijlage 5 Vragenlijst interviews oudere deelnemers aangepast

- Kunt u mij in uw eigen woorden over het project vertellen?
 - Kunt u mij vertellen hoe u bij dit project terecht gekomen bent?
 - Hoe lang neemt u al deel aan dit project?
 - Wat waren uw verwachtingen ten aanzien van dit project?
 - Zijn deze verwachtingen uitgekomen?
 - Waarom blijft u juist bij dit project?
 - Kunt u benoemen welke aspecten binnen dit project u zo aanspreken? Welke aspecten het project tot een succes maken? (of het tegenovergestelde)
 - Wat heeft u tot nu toe uit dit project gehaald?
-
- In de maatschappij gaat het steeds vaker over zingeving. Waar denkt u aan bij het woord zingeving?
 - Hoe ziet u zingeving in uw leven terugkomen?
 - Is er voor uw gevoel genoeg aandacht voor zingeving/levensvragen? (in project)
 - Is zingeving/levensvragen een onderwerp waar u met uw naasten over kunt praten?
-
- Wordt er bij het project waar u aan deelneemt naar uw ervaring gevraagd?
 - Heeft u een idee over hoe projecten het beste hun resultaten kunnen meten of achter ervaringen van de deelnemers kunnen komen?

Zijn er zelf nog dingen die u graag toe wilt voegen? Heeft u nog vragen voor mij?

Bijlage 6 Benaderde projecten

Project/organisatie	Interview ja/nee?	Reden non-respons of geen interview	Ouderen?
NOOM	Nee	Gesprek gehad maar kon inhoudelijk niks vertellen, doorgestuurd naar Fos'ten en LSMO	/
Fos'ten	Ja		Wegens interview laat in onderzoek deze vraag niet gesteld
LSMO	Nee	Geen reactie.	/
Humanitas; Roze Salons	Nee	Doorverwezen naar COC	/
COC Nederland	Nee	Voldeed niet aan criteria	/
Seniorenpastoraat Roosendaal: mantelzorgtrainingen	Ja	Niet meegenomen in onderzoek, nog teveel in beginfase. De desbetreffende trainingen zijn nog niet uitgevoerd.	/
Sociom	Ja		2 (meerdere ouderen maar voldeden niet allemaal aan de criteria)
Lectoraat zorg rond het levenseinde	Nee		/
Wijz – de draad weer oppakken	Ja		2
Moderne pelgrimage (afgerond in 2012)	Ja		/
Buurtteam overvecht Utrecht (projectgroep zingeving)	Nee	Zelf nog/ook op zoek naar projecten, activiteiten, good practices e.d.	/
COiL	Ja		Nee
Netwerk levensvragen Leiden	Ja		Nee
Geestelijk verzorger Sommelsdijk/nieuw Rijssenburgh	Nee		/
Stichting platform levensverhalen	Nee	Deze stichting voldoet aan de criteria. Vanwege de tijdspanne van het onderzoek en het te laat zien van een mail is het project nu niet meegenomen.	
Momenteel	Nee	Geen reactie meer ontvangen	/
Sterker sociaal werk	Nee	verwezen naar COiL, valt onder Sterker maar weten inhoudelijk meer	/
Stichting Levenswijs	Ja		Nee
Samen010 (Motto)	Ja		Nee
Granny's finest	Nee	Na faillissement bezig met een doorstart	/
Levensverhaal Culemborg	Nee		/
Bossert Kookwerken	Nee	Voldoet niet aan criteria	/
Workshopsvoorsenioren.nl	Nee		/

Oud geleerd, jong gedaan	Ja	niet meegenomen in onderzoek, opdrachtgever onderzoek stond niet achter project	Ja maar niet mee kunnen nemen onderzoek
Mens de Bilt	Nee	project bestond niet (meer)	/
Bezinningshotel	Nee	Geen reactie ontvangen	/
Zorgdier NL	Ja	Niet meegenomen in onderzoek	/
Lectoraat zorg en zingeving: zin in onderwijs	Nee	Sluit niet voldoende aan bij de criteria	/
Stichting welzijnswerk hoogeveen: ontmoetingsmomenten	Nee		
Grey vibes	Nee	Sluit niet aan bij de criteria	/
Wijz – Welzijn op recept	Ja		1
Lariks welzijn en zorg leusden (rondom zin)	Nee	project bestaat niet	/
WEDERZIJD (buurtcoöperatie Utrecht Noordoost)	Nee		/
Huis voor Zingeving	Nee		/
Tante Louise/dagbesteding Moermont	Nee	Voldeed niet aan criteria	/
Wijkverpleegkundige Amstelring Amstelveen West	Nee		/
Levinas (spreekuur geestelijke zorg)	Nee		/
HvA: Gezond actief ouder worden	Nee		/
Zingevingfestival	Nee	Voldeed niet aan criteria	/
Netwerk levensvragen	Nee	Voldeed aan criteria maar i.v.m. tijd niet mee genomen in het onderzoek	
Kwartier zorg en welzijn - Een luisterend oor/platform levensvragen	Nee	project onbekend	/
Wijkteam het lage land (rotterdam)	Nee		/
Het goede gesprek Rotterdam	Nee	opstartend en afgeleid van Motto die wel meegenomen is	/
Zinnig Zorgen	Nee		/
Turkse Ouderenraad Amsterdam/stichting Diversiteitsland	Ja		Wegens interview laat in onderzoek deze vraag niet gesteld
Zin in Utrecht	Nee	Geen reactie ontvangen, wel informatie over o.a. door werkbezoek	/
Cinemasenior	Nee		/
Pharos	Nee	Geen reactie ontvangen	
Geluksroute/geluksacademie	Ja		Wegens interview laat in onderzoek deze vraag niet gesteld
Het Danspaleis	Nee		/

Pluspunt Rotterdam – zinnvolle en zingevende dagbesteding	Nee	Geen reactie ontvangen	
Groenmarkt; centrum voor levensvragen en ouder worden	Nee	Contactgegevens werkte niet, van andere gegevens geen reactie ontvangen	/
Levensvraagbaak Arnhem	Nee	bestaat niet meer	/
CRDL	Nee	Voldoet niet aan criteria	/
De huiskamer Enkhuizen	Nee		/
COSBO stad Utrecht	Nee		/
ShivA Amsterdam	Ja		Wegens interview laat in onderzoek deze vraag niet gesteld

Overzicht van zowel projecten en organisaties die ik benaderd heb als organisaties die mij benaderd hebben, bijv. n.a.v. de geplaatste oproep. In dit overzicht zijn benaderde onderzoekers niet meegenomen.

Bijlage 7 Ethische overwegingen

Voorafgaand aan de interviews zijn de respondenten geïnformeerd over de aard van het onderzoek en wat deelname van de respondent vraagt.

Bij de interviews die face-to-face plaatsvonden is gevraagd een Informed Consent formulier te ondertekenen (zie bijlage 8). Door het ondertekenen van dit formulier geeft de respondent onder andere aan op de hoogte te zijn van het onderzoek, toestemming over opname van het gesprek om een secuurdere dataverwerking te garanderen en dat de verkregen data gebruikt mogen worden in het onderzoek. De respondenten hebben altijd het recht om hun deelname aan het onderzoek te beëindigen. Het formulier bestaat altijd uit twee pagina's. De pagina die zowel de respondent als de onderzoeker ondertekenen als een tweede pagina waar de belangrijkste informatie over het onderzoek opstaat en de contactgegevens van de onderzoeker en een contactpersoon in geval van klachten over de onderzoeker.

Bij telefonische interviews wordt eerst toestemming gevraagd om het gesprek op te nemen en worden de belangrijkste punten van het Informed Consent formulier mondeling besproken. De respondenten geven hier dus een mondeling (opgenomen) akkoord op.

De respondenten zullen de contactgegevens van de onderzoeker krijgen zodat zij altijd hun vragen kunnen stellen of deelname kunnen beëindigen.

Ook wordt er gedacht aan de nieuwe privacywetgeving. Het bereiken van de oudere deelnemers verloopt via de projecten omdat persoonsgegevens niet zo maar meer gedeeld mogen worden, de onderzoeker stelt haar vraag aan de projectleiders/medewerkers en geeft toestemming dat haar gegevens gedeeld worden met oudere deelnemers. Een nadeel hiervan is dat de drempel hoger kan liggen voor oudere mensen, hen wordt gevraagd contact op te nemen over een persoonlijk onderwerp met iemand die zij niet kennen. Daarnaast kan het telefonische interviewen hierin tot nadeel hebben dat de respondenten van de projecten minder hun best doen om geschikte oudere deelnemers te zoeken omdat zij de onderzoekster niet ervaren hebben en geen compleet beeld van haar hebben kunnen vormen. Om de bereidheid onder ouderen enigszins te vergroten is er een informatiebrief (bijlage 9) opgesteld die de projectmedewerkers kunnen verspreiden onder de projectdeelnemers. Hierin staat onder andere uitgelegd wat er van de ouderen gevraagd zou worden, een inleiding over de onderzoeker en een foto van de onderzoeker.

Bijlage 8 Formulier Informed Consent

Afstudeeronderzoek Celine: Good practices rondom zingeving voor ouderen in het sociale domein

Toestemmingsformulier (Informed Consent)

Ik verklaar hierbij op voor mij duidelijke wijze, mondeling en schriftelijk, te zijn ingelicht over de aard en de belasting van het onderzoek. Mijn vragen zijn naar tevredenheid beantwoord. Op de achterkant van dit formulier staat de belangrijkste informatie kort samengevat weergegeven. Deze punten zijn met mij doorgenomen.

Ik heb genoeg tijd gehad om te beslissen of ik mee doe. Ik stem geheel vrijwillig in met deelname aan dit onderzoek. Ik kan op elk moment mijn toestemming intrekken zonder dat ik daarvoor een reden hoef op te geven. Ik geef toestemming voor het gebruik van mijn gegevens voor de doelen die in de informatiebrief vermeld staan.

Naam respondent

.....

Handtekening

Datum

.....

.....

Gedeelte in te vullen door de onderzoeker

Ik heb mondelinge en schriftelijke informatie gegeven over het onderzoek. Mochten er nog vragen opkomen over dit onderzoek dan zal ik deze naar vermogen beantwoorden. Een eventuele voortijdige beëindiging van deelname aan dit onderzoek heeft voor de respondent geen nadelige gevolgen. Ik draag er zorg voor dat de gegevens van de respondent op vertrouwelijke wijze worden behandeld.

Naam onderzoeker

.....

Handtekening

Datum

.....

.....

De volgende punten zijn met mij besproken:

- Het onderzoek betreft een afstudeeronderzoek.
- Het doel van het onderzoek is
 - in kaart brengen welke ingrediënten bijdragen aan good practices rondom zingeving voor ouderen in het sociale domein
 - Een advies uitbrengen aan Vilans en Sociaal Werk Nederland over hoe de opgedane kennis verspreid kan worden.
- Het onderzoek wordt uitgevoerd door een vierdejaars studente Toegepaste Gerontologie in opdracht van Vilans en Sociaal Werk Nederland.

- Mijn deelname houdt in dat ik deelneem aan een interview .
- Deelname aan het onderzoek kost tijd, maar heeft voor mij verder geen nadelen
- Deelname is vrijwillig en ik kan altijd tussentijds aangeven dat ik wil stoppen deel te nemen.
- Ik mag altijd aangeven dat ik op een bepaalde vraag geen antwoord wil geven.
- Van het interview worden geluidsopnamen gemaakt, deze worden alleen gebruikt ter verwerking van de gegevens.
- Uitgewerkte teksten worden anoniem bewaard, niemand anders dan de direct betrokken onderzoekers krijgen transcripten te lezen.
- Voor vragen over dit onderzoek kan ik terecht bij:
Celine Broens (onderzoekster) ¹¹
- Voor klachten over de onderzoeker of interviewer kan ik terecht bij mevrouw R. Boomstra of mevrouw N. Kuyvenhoven, opdrachtgevers onderzoek en begeleiders.

¹¹ Uit privacy overwegingen zijn de contactgegevens verwijderd in deze versie

Bijlage 9 Informatiebrief oudere deelnemers



Informatiebrief: Meehelpen aan afstudeeronderzoek “zingeving”

Beste heer/mevrouw,

Bent u 55 jaar of ouder en woont u zelfstandig? Neemt u deel of heeft u in het verleden deelgenomen aan het project waardoor u nu benaderd bent? Dan ben ik op zoek naar u!

Mijn naam is Celine (21 jaar) en ik studeer Toegepaste Gerontologie in Zwolle. Deze opleiding gaat over de ouder wordende mens. De hele wereld wordt ouder en dat brengt verzorgingsvraagstukken met zich mee. Als Toegepast Gerontoloog probeer je daar oplossingen voor te vinden. Daarnaast bedenken we samen met oudere mensen leeftijdsvriendelijke diensten en producten om bij te dragen aan de kwaliteit van leven.



Op dit moment ben ik in het laatste jaar van mijn opleiding en voer ik een onderzoek uit voor Vilans en Sociaal Werk Nederland. Zij willen graag weten wat werkt bij zingeving voor zelfstandig wonende ouderen. Om hierachter te komen ben ik in gesprek gegaan met verschillende projecten door heel Nederland en zo ben ik ook bij het project terecht gekomen waar u aan meedoet. Ik ben heel erg benieuwd wat u van het project vindt en zou graag uw ervaringen hierover horen. Dit mag zowel negatief als positief zijn, ik ben benieuwd hoe u het ervaart en hoop door uw ervaringen (nieuwe) projecten beter te laten aansluiten bij de wensen en behoeften die zelfstandig wonende, oudere mensen hebben.

Ik geloof dat er pas een beeld gevormd kan worden over wat zelfstandig wonende 55-plussers willen, als ik met zelfstandig wonende 55-plussers in gesprek ben geweest. Ik hoop dat u mij hierbij wilt helpen. Als u mee wilt doen kan dat in de vorm van één gesprek met mij, dit kan zowel via de telefoon als face-to-face (in het echt). Ik zal in mijn verslag niet uw echte naam gebruiken. Ik probeer de gesprekken op korte termijn te plannen. Mijn contact gegevens heb ik onderaan de brief vermeld.

Uw hulp wordt heel erg gewaardeerd!

Hopelijk tot snel.

Met vriendelijke groet,
Celine Broens



(In verband met school en de interviews die ik met de projecten heb ben ik telefonisch niet altijd even goed bereikbaar. Voel u vrij om mij een sms-bericht/Whatsapp bericht of mail te sturen wanneer ik niet opneem, dan neem ik zo snel mogelijk contact met u op.)

Bijlage 10 Tabellen resultaten

Project	Aantal deelnemers	Samenwerking en	Definitie zingeving?	Succes/ervaringen meten?	Financiering en betalen	Vrijwilligers geschoold?
Welzijn op recept (welzijnsorganisatie)	2017: 150, dit jaar trainen welzijnscoaches. Algemeen stijging	Ja; eerstelijnszorg, buurthuizen, sociale wijkteams	Nee; zin hebben in de dag, waar doe je het voor en kom je voor uit bed? doel		Financiering gemeente. Betaling nee of héél laag bedrag, tenzij activiteiten buiten Wijz dan die kosten	Ja. Tot welzijnscoach, ook intervisie en in systeem werken
Geluksroute (welzijnsorganisatie/vrijwilligersorganisatie)	Nu minder, eerder 60 mensen maar weinig PR nu want bestaan onzeker	Ja; Gemeente (soort toezichhouder), wijkcoaches, bewindvoerders, organisaties waar afgenomen wordt	Welbevinden van mensen vergroten (subjectief)	Nee; Onderzoeken geweest, nu niet. Willen graag follow up maar dan geld nodig	Gemeente; de komende jaren onzeker maar eerder betaald uit potje eenzaamheid Betalen nee.	Betaalde krachten bijgeschoold naar consultant, 1x ½ dag.
Fos'ten (belangenbehartiger, stichting voor Surinaamse vrouwen)	Wisselt, gemiddeld 25 mensen per bijeenkomst per stad (gaan zelf naar de deelnemers toe)	Ja; niet met welzijnswerk maar wel met plaatselijke ouderengroepen zoals eetgroepen, LSMO, OWN (oudere vrouwen netwerk), (NOOM ook maar opgestart vanuit hier)	Nee	Wel ervaringen bespreken, niet op statistische wijze	Geen financieringen, soms subsidie Donateurs €15,-	25 vrijwilligers die (externe) training volgen (bij NOOM)
SOCIOM – “Zin” (sociaal werk)	82 deelnemers in de groepen (160 in filmgroepen), individuele gesprekken en het maken van levensverhalen zijn hier niet in meegenomen. (50 vrijwilligers)	Ja; COiL Nijmegen, intern binnen Sociom, HAN	Ja; “een zinvraag heeft betrekking op de betekenis en waarden van jouw leven” lange uitleg, o.a. positieve gezondheid	Ja; evaluaties, deelnemers bijhouden, waarde voor mensen. Niet: alles meetbaar maken “ik ben hier allergisch voor”, financiële effecten	Financiering 100% gemeente. Betalen; alleen koffie en thee bij de groepen	Ja; starttraining Sociom Zin → wat zijn zingevingsvragen? Hoe ga je daar mee om? Gesprekstechnieken, intervisiebijeenkomsten.
Turkse Ouderraad (advies en belangenbehartiging Turkse Ouderen)	30-35 mensen per week, elke week wel nieuwe gezichten, weinig PR momenteel	Ja: Gezondheidszorg, maatschappelijk werk, geestelijk	Ja. Zingeving is mensen hun verhaal laten vertellen,	Ja. Briefjescheuren en aantekeningen. Elke bijeenkomst. Daarnaast wijkpartner die	Subsidie gemeente en particuliere fondsen Betalen; nee.	Ja. Niet bij handen spandiensten maar de mensen die bijvoorbeeld uitjes

		verzorgers en rolmodellen	begrip tonen voor de waarden die mensen hebben en daar verhaal van maken. Bezinning is een vorm van zingeving.	vraagt naar tevredenheid en wat mensen meenemen uit de bijeenkomsten		coördineren wel. O.a. specifieke kennis doelgroep
Moderne Pelgrimage (katholiek centrum welzijnsbevordering Overijssel)	In totaal 112	Ja; geen sociaal/welzijns werk, kloosters, parochies, unie KBO, wel deelgenomen PRIL	Nee; insteek: lange uitleg o.a. zoeken naar houvast in leven en zingevingsvragen opdoen, veranderen de verhouding samenleving, overlijden om je heen; welke impact? Hoe God dan zien?	Ja; Evaluaties en terugkomst bijeenkomst	Subsidie provincie, Kansfonds, VSB fonds, religieuze congregaties, KBO e.a. deelnemende partijen Betalen: €125 pp voor 3 dagen. Door lokale fondsenwerving soms €90,- tot €100,-, miss mensen volledig betaald door Caritas?	12-15 vrijwilligers getraind in gespreksvoering, levensvragen en levensverhaal.
MOTTO (samen010, zegt zelf welzijnsorganisatie, op site niet gevonden)	Ongeveer 135 mensen	Ja, maatschappelijk werk	Ja; wist hij niet meer, ongeveer: Het gaat eigenlijk over wat kunnen we stimuleren in mensen zodat ze de zinervaring beter kunnen ontwikkelen en dat ze zeg maar op een positieve manier weer het leven aankunnen	Nee, alleen soort jaarverslag omdat ze voor subsidiegevers dingen op moeten schrijven	Subsidies (grootste 4x 3-jarig, wil nu rendement gaan zien) Betalen: nee. (vrijwilligers mogen ook niks aannemen!)	Ja; door geestelijk verzorgers.

Netwerk Levensvragen Leiden	122 in 2,5 jaar. In 2018 tot dusver 66 verschillende personen	Ja; erg veel. O.a. sociale wijkteams, huisartsen, GGZ organisaties, inloophuizen, hospice	Nee; "ik ben er niet zo voor om alles heel scherp af te bakenen" + toelichting Existentiële vragen die de bestaansgrond raken, een vraag die eigen is aan het leven. De betekenis die ergens aan gehecht wordt.		Financiering: Gemeente en zorgverzekering /stichting Zorg en Zekerheid (in 2016 ook fonds 1818) Betalen; nee. Maar wel max van 5 gesprekken	n.v.t.
De draad weer oppakken (welzijnsorganisatie)	Alleen voor 65+ en in Zwolle. Momenteel ong 50 lopende contacten maar op jaarbasis ongeveer 150 (ong 275 benaderd) (in 20 uur) Daarnaast ook nog lotgenotengroepen.	Ja; gemeente! Uitvaartondernemingen, organisaties in andere steden die dit project ook willen	Ja; binnen Wijz 'dé 5 levensdominen', zingeving is daar 1 tak van. Ervaren mensen zin in het leven? Wat maakt dat je elke dag op staat? Betekenis, spiritualiteit	Nee; eerder zelfredzaamheidsmatrix aan begin en einde maar daar konden ze niet zoveel mee. Hoe meet je zelfstandigheid? Dat mensen hun leven kunnen leiden zoals ze zelf willen? De modellen zijn heel concreet maar zeggen niks over hoe je je voelt.	Structurele subsidie gemeente (project gedeelte 64-subsidie voor aantal jaar steeds) Betalen: nee, alleen evt. voor externe activiteiten mocht dit van toepassing zijn	Nee; vrijwilligers voor 18-64 jaar krijgen basistraining maar vrijwilligers binnen dit 65+ project eigenlijk niet, wel intervisie en casuïstiek bijeenkomsten. Themabijeenkomsten en scholingen binnen organisatie die vrijwilligers mogen volgen bijv. psychopathologie, armoede, netwerk creëren.
Stichting Levenswijs (sociale stichting)	50-60 mensen in de afgelopen jaren (per jaar 6-8 mensen die een levensverhaal maken, levenswijskoor	Ja; maar gaat nog niet goed, wens is verbetering. Ouderen- en jongerenwerk Bint, wijkmakelaar,	Zinvolle beleving of levensvragen. Gevoel iets te betekenen, dat je iets bijdraagt en ergens		Fondsen om kosten te betalen Betalen: nee in principe niet, levenswijskoor	Ja; workshop over vraagstellingen, interviewen, omgaan met emoties, meest gestelde vragen. Tussentijdse

	en gespreksgroep (jes)	verzorgingshuis , muziekschool	bij hoort. Dat het leven zin heeft. Mensen kunnen raken.		wel €3,- per keer.	bijeenkomsten naar behoefte
COiL (onder sterker sociaal werk)	Individuele gesprekken ongeveer 120 contacten per jaar regio Nijmegen. Ongeveer 20 levensboeken per jaar. Ongeveer 80 deelnemers in de groepsgesprek ken	Binnen sterker o.a. Ouderenwerk, thuiszorg, POH, wijkverpleging, parkinson-net, netwerk palliatieve zorg en andere vrijwilligersorg anisaties, netwerk informele zorg, sociale wijkteams	In gesprek gaan over wat u bezighoudt , dat waar je niet van kan slapen, waar je buikpijn van krijgt, wat belastend is in het bestaan en daar ondersteun ing in bieden. Wat is van waarde? betekenis en samenhang vinden. Zoeken naar mogelijkhe den om meer fundament ele en existentiële vragen ter sprake te brengen. Terugkijke n op je eigen leven (reflectie)	Nee; willen en moeten we wat mee doen maar geen tijd voor.	WMO gefinancierd. Betalen; nee behalve levensboek, dat kost €50,-	Starttraining over zingeving, levensvragen en spiritualiteit. Hoe praat je over deze onderwerpen, hoe is dit bij jezelf? 5 a 6 keer per jaar verplichte bijeenkomsten (interview) van 3 uur, veel (vrijwillige) nascholing mogelijk over bijvoorbeeld levenseinde, rouw en gesprekstechni eken, geweldloze communicatie e.d..
ShivA (stichting rondom begeleiding bij HIV)	Geen idee. Miss overlap. Ong 50 individuele gespreken, ong 50 mensen met retraite mee, dag voor	Ja; HIV- verpleegkundig en, soms maatschappelij k werk, de HIV- vereniging,	Nee Geen definitie; wel uitgangspu nten → kwetsbaar heid niet alleen negatief,	Ja; er lopen regelmatig onderzoekers mee, meten voor subsidies	Financiering: fondsen, giften en subsidie. Niet van gemeente Betalen; nee behalve voor retraites	intensieve training waar zelf sterker van worden, leren over communicatie, alles over HIV en over medicatie, hoe

	positive sisters zo'n 60. In 2017 hebben 45 positive sisters en brothers via ShivA 71 lotgenoten begeleidt. (naast deze matches ook 360 contacten via speciale dagen e.d.) 94 bezoekers I love my life. Daarnaast 581 individuele begeleidingsgesprekken		perspectief geven, in contact met bronnen van levenskracht, niet economisch nuttig, gemeenschap, op zoek gaan naar bronnen van levenskracht.		contact leggen, de drie doelen die we hebben, doorvragen. Ook terugkombijeenkomsten
--	---	--	--	--	--

Succesfactoren

1. Samenwerking en netwerk

Grote organisatie met korte lijntjes → Goed naar elkaar doorverwijzen en geeft vertrouwen – Welzijn op recept

Goed netwerk – Motto

In kleine gemeenschap werken – Levenswijs

Met bewindvoerders spreken om te zorgen dat wensen toch uitgevoerd kunnen worden -

Gelukroute

Netwerk – Netwerk levensvragen Leiden

2. Werken met vrijwilligers

Vrijwilligers; uit liefde werken – Draad weer oppakken

Vrijwilligers; enorm enthousiasme, creativiteit en energie - Sociom

Vrijwilligers; doet iets aan eigenwaarde voor persoon – Draad weer oppakken

Vrijwilligers; hoge kwaliteit – COiL

Vrijwilligers; minder gericht op oplossen, meer op samen uithouden en naast iemand staan – COiL

Goede aansturing en begeleiding vrijwilligers – Sociom

Vrijwilligerscoördinator is verbindende factor – COiL

3. Opbrengsten ouderen/deelnemers

Intrinsieke motivatie opzoeken – Geluksroute

Intrinsieke motivatie; niet verplicht als ze niet willen zijn wij er niet – Draad weer oppakken

Passie geven - Geluksroute

Perspectief geven – Geluksroute

Lotgenoten worden bondgenoten; nuttig/steun zijn voor anderen – ShivA

Onderlinge contacten en vertrouwen – Moderne Pelgrimage

Realisatie wat van leven gemaakt is – Fos'ten

Nadenken over wat meegemaakt is – Fos'ten

Niet geforceerd worden – ShivA

4. Verbinding

Verbinding – Draad weer oppakken
Verbinding; samen over vroeger praten – Fos'ten
Verbinding in de wijk – COiL
In verbinding met elkaar werken – COiL
Vrijwilligerscoördinator is verbindende factor – COiL
Kracht van de gemeenschap, van verbondenheid – ShivA

5. Nabijheid

Lokaal geregeld – Moderne Pelgrimage
In kleine gemeenschap werken – Levenswijs
Vaste tijd en locatie – Turkse Ouderenraad
Kracht van de gemeenschap, van verbondenheid – ShivA

6. Training en scholing vrijwilligers/professionals

Intervisie bijeenkomsten – Sociom
Aanbod bijscholing vrijwilligers – COiL

7. Houding professional/vrijwilligers

Zelfreflectie en -onderzoek – Sociom
Karakter en instelling werknemer(s) – Netwerk Levensvragen Leiden
Authentiek zijn – Motto
Mensen kunnen raken – Levenswijs
Tijd en aandacht geven - Levenswijs
Tijd investeren (in mensen) – Draad weer oppakken
Vrijwilligers met ervaring lijden en lijdende medemens – Motto
Betrouwbaar zijn in afspraken - Motto
Meegaan naar activiteiten; drempel verlagen – Welzijn op recept
Proces volgen van cliënten – Welzijn op recept
In mogelijkheden denken – Geluksroute
Niet uitgaan van verandering in de andere persoon – Motto
Goed weet hebben existentiële vragen – Motto
Existentiële vragen terug kunnen brengen naar behapbare proporties – Motto
Uitstekende gespreksvoering en luisterwijze – Motto
Basis in Geestelijke verzorging; “waardoor je als basis hebt dat mensen er gewoon mogen zijn, met alles wat er op dat moment in het leven speelt” ShivA
Veel geduld hebben – ShivA
Proactieve benadering – Draad weer oppakken
Denken vanuit preventie i.p.v. problematiek – Draad weer oppakken
Hulpvragen die binnenkomen bundelen – Welzijn op recept

8. Vertrouwen

Vaste gezichten – Draad weer oppakken
Vaste gespreksleider geeft vertrouwen en rust – Turkse Ouderenraad
Grote organisatie met korte lijntjes → Goed naar elkaar doorverwijzen en geeft vertrouwen – Welzijn

9. Kosteloos

Kosteloos – Draad weer oppakken
Kosteloos; daardoor brede doelgroep – Netwerk levensvragen leiden

10. Organisatiekenmerken

Veranderende organisatie door groei en ontwikkeling van binnenuit - ShivA
niet specifiek levensbeschouwelijk profileren – Motto
Bescheiden zijn in doelstellingen; je kunt niet de wereld veranderen – Motto
Inbedding en zichtbaarheid (o.a. in grote organisatie) – COiL
plausibiliteit structuur door onder sociaal werk organisatie te vallen – COiL

11. Aansluiting doelgroep

Kwaliteit sluit aan bij doelgroep – Turkse Ouderenraad
Afstemming met doelgroep (kerngroep) – Turkse Ouderenraad
Plannen afstemmen met doelgroep/werkgroepen opzetten – Moderne Pelgrimage
Samen op reis gaan is populair; sluit aan bij trend – Moderne Pelgrimage

12. Overig

Werk is zingevend voor zowel cliënten als vrijwilligers - COiL
Nieuwe deelnemers – Turkse Ouderenraad
Financiering gekregen – Netwerk levensvragen leiden

Profiel van professionals en-/of vrijwilligers in zingevingsprojecten

