

Bijeenkomst eenzaamheid

Op woensdagmiddag 20 maart vond er in de Hofnar een netwerkbijeenkomst “één tegen eenzaamheid” plaats. Deze bijeenkomst stond in het teken van het thema eenzaamheid en werd druk bezocht door verschillende maatschappelijke organisaties uit Valkenswaard, inwoners en medewerkers van professionele organisaties. Voor deze bijeenkomst mocht ik als wethouder het openingswoord voeren en ik heb daarbij de volgende gedachten uitgesproken:

Toen me gevraagd werd om een openingswoord te doen vroeg ik naar de cijfers die er bekend waren. En ik moet eerlijk zeggen: in eerste instantie schrok ik daarvan. Zo voelt 46% van de 18-minners zich eenzaam in Valkenswaard volgens de GGD monitor. Tel daarbij ook nog eens op het aantal ouderen dat zich eenzaam voelt, en de landelijke tendens: 1 op de 3 mensen die zich eenzaam voelen, en het beeld is vrij alarmerend.

Voor mij reden om eens wat dieper in het onderwerp eenzaamheid te duiken. Wat versta ikzelf eigenlijk onder eenzaamheid en heb ik me ooit eenzaam gevoeld? Eenzaamheid is een subjectief gevoel van het gebrek aan verbondenheid met anderen. En ja, ik heb wel eens dit gevoel gehad, en ik denk met mij bijna iedereen wel eens. Het gevoel je weleens alleen of eenzaam te voelen hoort bij het leven, maar wanneer wordt het problematisch? Wat als het gevoel van eenzaamheid blijvend is, en je functioneren erdoor wordt belemmerd?

Naast deze vragen aan mezelf heb ik me eens verdiept in een breder plaatje over eenzaamheid, want is eenzaamheid een thema van de laatste tijd, of van de laatste jaren?

Nee, inzichten over wat eenzaamheid is en de waarden die daaraan gekoppeld worden, zijn al eeuwen oud. Al in de oude religieuze tradities komt de term eenzaamheid voor:

Sla de Bijbel open, met de vroege religieuzen en profeten die zich terugtrekken in de woestijn om in eenzaamheid God te vinden, of in de boeddhistische traditie waarin eenzaamheid juist wordt aangemoedigd in het doen van meditatie en het volledig bereiken van een staat van zijn waarin alle banden met het wereldse zijn losgelaten.

Maar ook in de filosofische traditie zijn er tal van inzichten over eenzaamheid en menselijke verbinding:

Of het nu Aristoteles is, die het had over de kern van het menszijn: de mens staat in relatie tot anderen en is een relationeel wezen. Meer recent is te denken aan Emmanuel Levinas, die met zijn filosofie van de Ander stelt dat een mens alleen zichzelf kan zijn, autonoom kan zijn, door zijn relatie met de ander.

Maar ook psychologen en psychiaters publiceren over eenzaamheid en vooral de meest recente publicaties en artikelen geven een somber beeld over de toename van eenzaamheid en de relatie met mentale klachten. Zeker onder jongeren en jongvolwassenen.

Wat moeten we doen? Moeten we kijken naar de oorzaken? Volgens de bekende psychiater Dirk de Wachter, liggen die in de ontwikkelingen in de samenleving van de laatste decennia: de individualisering, de prestatimaatschappij en de opkomst van allerlei social-media die het persoonlijk contact vervangen.

Deze korte beschouwing, maar vooral de vragen die het oproept laten al zien hoe complex en lastig het is om het onderwerp te duiden, wat voor waarden we er aan moeten toekennen, laat staan om oplossingen te vinden om het tegen te gaan.

Ik denk in alle bescheidenheid dat er ook niet een vastomlijnde of algehele oplossingsrichting bestaat.

Marjan Slob, filosofe, gaf in haar boek over eenzaamheid 'de lege hemel' te kennen dat eenzaamheid niet te bestrijden is via een of ander stappenplan. Dat het niet een vraagstuk is dat je met beleid zo één, twee drie oplost, omdat eenzaamheid volgens haar een menselijke conditie is, die ook bij het leven hoort.

Ik denk dat ze daarin een punt heeft, eenzaamheid is zeker niet alleen maar een beleidsprobleem, maar ook onderdeel van ons menselijk lot. Daarom moeten we oppassen teveel van boven te bepalen wat goed is voor mensen die leiden onder eenzaamheid. Maar het begin zoeken bij een luisterend oor, en in menselijke compassie.

Maar tegelijkertijd moeten we er als lokale overheid ook iets mee. We kunnen niet blijven hangen in abstracte bespiegelingen maar we moeten het ook vertalen naar handelingsperspectief. Dat is de reden waarom we samen met inwoners en partners hebben opgehaald wat belangrijk is en wat we eventueel kunnen doen. De bijeenkomst heeft ons in elk geval een stap verder gebracht in hoe we dit belangrijke thema weer wat verder kunnen brengen.