

Vereend rond eenzaamheid – sessie 3

Eerstelijnszone Midden-West-Vlaanderen

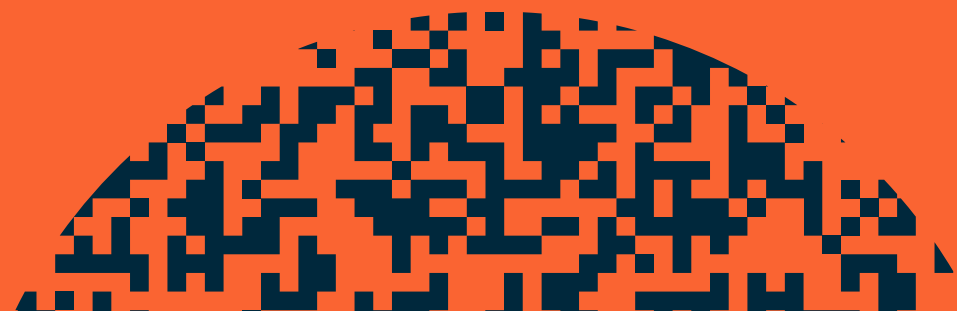
Dorien Gryp & Hannelore Stegen

Expertisecentrum Zorg en Welzijn,
onderzoeksgroep Mobilab & Care, Thomas More

Inhoud

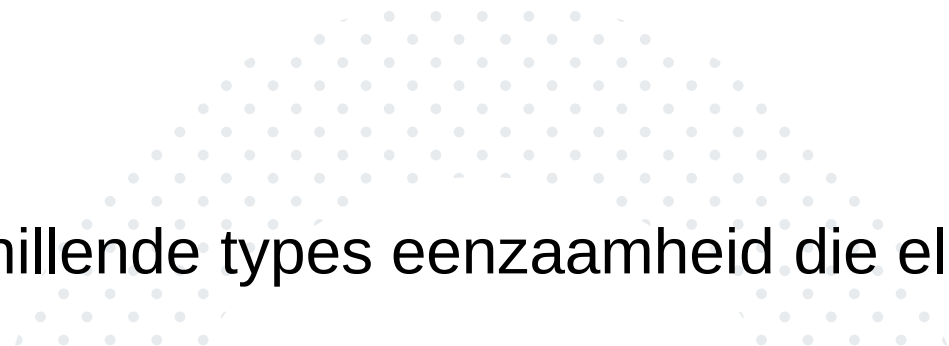
- Signalen van eenzaamheid
- Een buurtanalyse houden: hoe?
- Eenzaamheid & de buurt – A Lonely Planet

Vorige keer...



Vorige keer...

- Wat was eenzaamheid ook alweer? + verschillende types eenzaamheid die elk een andere aanpak vergen
- Eenzaamheidsinterventies in kaart: wat gebeurt al en wat niet?
- Voorbeeld: Eenzaamheid op den buiten (Neteland)



Samenvattend

Eenzaamheid is ongelijk verdeeld en hangt samen met:

- Je persoonlijkheid
 - Je levensloop
 - Je achtergrondkenmerken
 - Maatschappelijke kenmerken
-
- Eenzaamheid is een individueel, subjectief pijnlijk gevoel
 - **EN** een maatschappelijk fenomeen



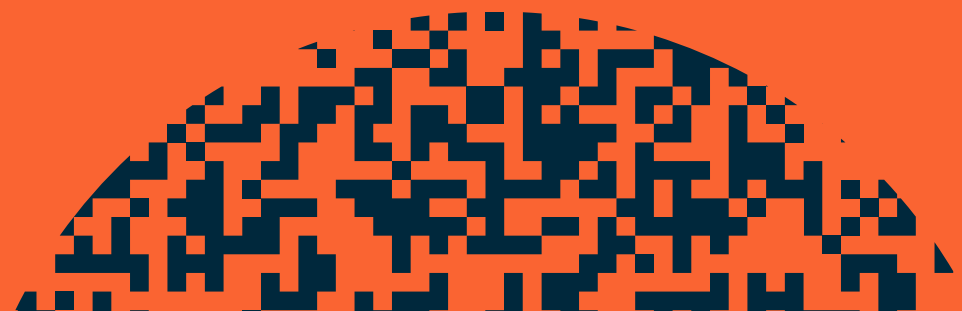
Toolkit: Stappenplan met handvaten en tips voor iedereen die wil starten met een lokale aanpak van eenzaamheid



Zie ook: <https://thomasmore.be/nl/eenzaamheid-op-den-buiten>

Aanrader!

Signalen van eenzaamheid



Signalen van eenzaamheid

- In Nederland: ook al heel veel initiatieven tegen eenzaamheid
- Ministerie Volksgezondheid, Welzijn en Sport: “Eén tegen eenzaamheid”:
<https://www.eentegeneenzaamheid.nl/>
- Initiatief om laagdrempelig eenzaamheid bespreekbaar te maken



Signalen van eenzaamheid



Lichamelijke signalen

- verslechterde zelfzorg
- vermoeidheid
- hoofdpijn
- verhoogde spierspanning
- gebrek aan eetlust

Psychische signalen

- negatief zelfbeeld en weinig zelfvertrouwen
- gevoelens van zinloosheid en uitzichtloosheid
- gevoelens van verlatenheid
- teleurstelling
- verdriet
- boosheid
- verlies van vertrouwen in andere mensen

Sociale signalen

- weinig sociale contacten
- missen van sociale steun

Gedragmatige signalen

- gebrek aan sociale vaardigheden
- mensen op afstand houden
- claimgedrag
- op zichzelf gericht zijn
- overmatig gebruik of verslaving

Levensgebeurtenissen

- overlijden van een naaste
- scheiding
- ziekte of beperking (van een naaste)
- verhuizing, migratie of sterk veranderde woonomgeving
- verlies baan
- financiële problemen

Signalen van eenzaamheid



Wees een OEN

Open
Eerlijk
Nieuwsgierig



LSD staat voor

Luisteren
Samenvatten
Doorvragen



Laat OMA thuis

Oplossingen
Meningen
Adviezen



Gebruik NIVEA

Niet Invullen
Voor Een Ander

Signalen van eenzaamheid



Lichamelijke signalen

- verslechterde zelfzorg
- vermoeidheid
- hoofdpijn
- verhoogde spierspanning
- gebrek aan eetlust

Psychische signalen

- negatief zelfbeeld en weinig zelfvertrouwen
- gevoelens van zinloosheid en uitzichtloosheid
- gevoelens van verlatenheid
- teleurstelling
- verdriet
- boosheid
- verlies van vertrouwen in andere mensen

Sociale signalen

- weinig sociale contacten
- missen van sociale steun

Gedragmatige signalen

- gebrek aan sociale vaardigheden
- mensen op afstand houden
- claimgedrag
- op zichzelf gericht zijn
- overmatig gebruik of verslaving

Levensgebeurtenissen

- overlijden van een naaste
- scheiding
- ziekte of beperking (van een naaste)
- verhuizing, migratie of sterk veranderde woonomgeving
- verlies baan
- financiële problemen

Een buurtanalyse doen: hoe?

Kwalitatieve analyse



- Focus op specifieke buurt (diepte) of focus in de breedte
- Doel: noden en behoeften in kaart brengen + participatie
- Keuze + tijd en ruimte
- Transparantie naar deelnemers toe

Waarom burgers/professionals betrekken?

- Vanaf begin betrekken: inspraak + draagvlak creëren
- Ervaringskennis
- Individueel belang:
 - Eigenwaarde
 - Ontplooiing
 - Toekomstperspectief
- Samenlevingsbelang
- Verantwoordelijkheidsgevoel, processen losmaken
- Versterken sociale cohesie

Wie betrekken we?

Wie?	Voorbeelden
Buurtbewoners	Bewoners van de buurt
Kwetsbare buurtbewoners	Alleenstaande ouderen, personen in armoede, personen met een verslaving, daklozen, personen in een voorziening enz.
Informele actoren	Mantelzorgers, vrijwilligers, lokale verenigingen, burgerinitiatieven...
Professionele actoren	Woon-, zorg- en welzijnsactoren (OCMW, JAC, SVK, LDC, psychologen, huisartsen, mutualiteit, nachtopvang...)
Antenneberoepen	Pastoor, wijkagent, bibliotheek, lokale handelaar...

Template: 10 stappen

1. **Buurt:** Op welke buurt zal je precies focussen met je initiatief?
2. **Uitdaging:** Beschrijf de uitdaging, bijvoorbeeld eenzaamheid bij jongeren
3. **De uitdaging concreet:** Onze uitdagingen formuleren we vaak in grote overkoepelende begrippen, bijvoorbeeld eenzaamheid bij jongeren, vergrijzing, alleenstaande ouders...Vanuit de kwantitatieve analyse en input vanuit onderzoek maak je hier concreet wat deze uitdaging concreet kan betekenen. Bijvoorbeeld eenzaamheid bij jongeren kan gaan om elkaar leren kennen, kleine helpen, ruimte maken voor kinderen en jongeren (speelruimte, hangruimte, ...)

Template: 10 stappen

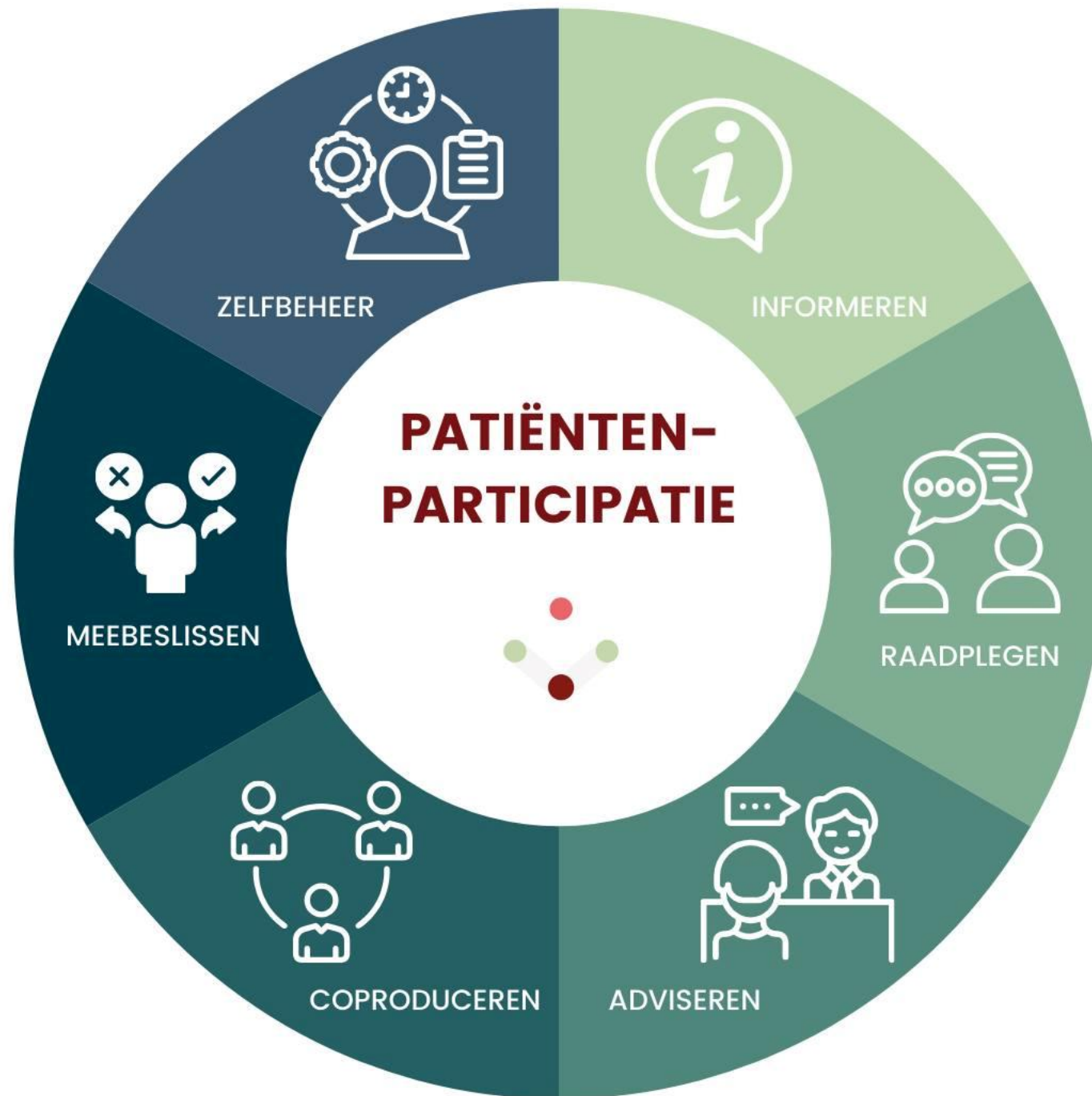
4. **Doelgroep:** Wie zal je bevrage? Welke doelgroep heb je voor ogen? Wees ook hier zo concreet mogelijk in de “profielen” die je wilt bevrage. Bijvoorbeeld: 4 mannelijke 65-plussers uit buurt X, 5 alleenstaande ouders uit buurt Y, 2 huisartsen, een medewerker van het lokaal dienstencentrum, ...
5. **Impact:** Formuleer je visie op impact → op welke van deze concrete uitdagingen heeft het lokaal bestuur impact en past het binnen de duidelijke doelstelling van deze analyse?

Template: 10 stappen

- 6. Onderzoeksvragen:** Maak hier concreet wat je wenst te weten te komen door middel van je kwalitatieve bevraging, analyse bijvoorbeeld
- Hoe beleven jongeren hun buurt nu?
 - Wat verwachten ze van het lokale bestuur?
 - Welke rol willen ze zelf opnemen in de buurt? Onder welke voorwaarden?

Het gaat hier om vragen in grote lijnen; deze vertalen zich nadien in concrete vragen of worden gekoppelde aan persona, afhankelijk van de methodiek)

- 7. Visie op participatie:** Welk niveau van participatie wil je bereiken? (zie ook participatiecirkel)
- Wat is het vervolg – Wat mogen mensen verwachten met betrekking tot de inbreng die ze doen?
 - Teken hier het volledige participatietraject uit: hoe en wanneer worden de burgers verder nog betrokken. Hoe gaan jullie achteraf terugkoppelen?



Template: 10 stappen

8. **Methode:** Beschrijf de methode die je wenst te gebruiken en motiveer.
Focusgroep/gesprekstafel, 1 op 1-gesprekken, observatie, andere? Waarom?
9. **Planning:** Wat ga je precies doen, wanneer, verwerking van de resultaten, keuze van de buurt, afbakening van een doelgroep, ... Houd zeker rekening met de haalbaarheid
10. **Evaluatie:** Hoe ga je evalueren of je je doel hebt bereikt?



Al wandelend de buurt leren kennen

Dorien Gryp

ELZ Midden West-Vlaanderen

Sessie 3 eenzaamheid

23/09/2025

Agenda

- Opzet van het onderzoek
- Wandelinterviews als methodiek
- Aanpak methode in SBO A Lonely Planet?
- Ervaringen



Opzet van het onderzoek



SBO-onderzoek: eenzaamheid & de buurt

- Periode: december '22 – november '26
- Team:
 - HIVA, KU Leuven
 - Expertisecentrum Zorg & Welzijn, Thomas More
 - SARLAB, VUB

- www.eenzaamheidendebuurt.be



Vertrekpunt: 3 kennishiaten

1. Eenzaamheid & risicofactoren: individuele kijk, weinig oog voor structurele kenmerken samenleving
2. Vaak toegespitst op specifieke (leeftijds)groepen
3. Weinig aandacht voor verschillende dimensies van eenzaamheid (sociaal, emotioneel, existentieel, collectief)





Buurtgerichte kijk in opmars

- Beleid & werkveld
- Zorgzame buurten, buurtgerichte zorg, buurtgerichte netwerken, sociale buurten, leefbuurten,



Onderzoeksopzet

- Globale doelstelling: relatie tussen **buurtkenmerken** en **eenzaamheid** bij **18-plussers** in Vlaanderen onderzoeken
 - Buurtkenmerken: fysieke & sociale
 - ‘Buurt’: brede blik
 - Oog voor subjectieve beleving versus administratieve grenzen
 - Oog voor schaal
 - Oog voor afstand tot
 - Eenzaamheid:
 - “Eenzaamheid is het **subjectief** ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar **gemis** aan (kwaliteit van) **bepaalde sociale relaties**” (de Jong-Gierveld, 1984, p. 5)
 - Multidimensioneel: sociaal, emotioneel, collectief en existentieel





Methode

- 1) Literatuurstudie & interviews
- 2) Survey bij 18-plussers, gekoppeld aan objectieve kenmerken buurt
- 3) Buurt-casestudies



Onderzoeksvragen

- Wat is de rol van fysieke buurtkenmerken in het voorkomen en verminderen van eenzaamheid?
- Hoe en waarom kunnen die fysieke buurtkenmerken betekenisvol zijn in het voorkomen en verminderen van eenzaamheid?



4 cases



Stavele, Alveringem



Anneessens, Brussel



Rozekensbos, Aalst



De Grooten Singel,
Turnhout

Verloop per case

- Desktop analyse
- Observatie
- Focusgroepen buurtlevensverhalen
- 8-12 wandelinterviews per case met inwoners (18+)
 - Wandeling maken met inwoners langs plekken die voor hen van betekenis zijn voor eenzaamheid & verbondenheid
- Reflectiefocusgroep



Wandelinterviews als methodiek



Wandelinterviews als methodiek

= interviewmethode, een methode om in gesprek te gaan met mensen

Voordelen

- In de natuurlijke omgeving van de interviewee, op vertrouwd terrein
- De interviewee als expert
- Ruimtelijke praktijken van de interviewee observeren
 - Hoe beweegt iemand zich, welke plekken bezoeken we, hoe groot is de wandeling, hoe vaak gaan we even zitten, welke plekken zijn (niet) gekend...
- Ervaringen en interpretaties bevragen
- Bevragen van ervaringen en beleving van de ruimte, de plek
- Als onderdeel van een buurtanalyse, aanvullend op cijfer- en kaartmateriaal over eenzaamheid



Wandelinterviews als methodiek

- Gaat voorbij aan enkele nadelen van interviews en observaties (Kusenbach, 2003)
 - Interviews:
 - Onderwerpen die verbeelding vragen zijn moeilijker onder woorden te brengen (hier: de buurt, eenzaamheid)
 - Statische en onnatuurlijke manier van gesprek voeren aan tafel
 - Onevenwicht interviewer – interviewee aan tafel
 - Contextfactoren worden als een afleiding gezien, terwijl de reacties die die teweeg brengen, net relevant kunnen zijn
 - Observaties:
 - Eigen perspectief van onderzoeker
- ! Als onderzoeker mee wandelen, maakt dat het altijd artificieel is.



Oké, goed, ik ga je eerst meenemen naar de kerk. Als kind ben ik altijd misdienaar geweest. Ja, mijn papa, was wel gelovig, maar mijn ouders zijn landbouwers. Dus de zondag naar de kerk was heel belangrijk voor hen. Ik ben daar een beetje verplicht in moeten gaan ja, maar eigenlijk was dat wel tof, want iedereen in het dorp kende mij dan.





Meerwaarde methodiek wandelinterviews

- De buurt leren kennen vanuit het perspectief van inwoners
 - Welke plekken worden (niet) vaak bezocht
 - Positieve en negatieve punten in de buurt
 - Kennen mensen veel of weinig plekken
- Toevallige ontmoetingen als leerrijk
- Meer leren over waarom bepaalde plekken wel of niet aangenaam zijn





Meerwaarde methodiek wandelinterviews

- Al wandelend in gesprek = laagdrempelig, natuurlijke manier van in gesprek gaan
- Ideaal voor een thema als eenzaamheid, maar vraagt wel voorbereiding



Wandelinterviews als methodiek

Praktisch

- Duurtijd: 1 à 1,5 uur (of iets meer)
- Best opnemen
- Notities maken na elk interview: wat viel op, wat blijft bij, waar moeten we meer over weten, waar kunnen we iets mee?



Aanpak methode in SBO A Lonely Planet?



Aanpak in SBO A Lonely Planet?

- Wandeling maken met inwoners langs plekken die voor hen van betekenis zijn voor eenzaamheid & verbondenheid
- Voorgesprek over doelstelling onderzoek en interview
- Interviewee als gids
- *“vertel eens over deze plek/route”*
- Inzoomen op eenzaamheid tijdens wandeling en in nagesprek
- Doelpubliek: inwoners, 18+



Aanpak in SBO A Lonely Planet?

- Uitleg voor deelnemer

We doen een onderzoek naar de buurt en eenzaamheid.

Daarvoor gaan we samen een wandeling maken door de buurt. Kan je me de plek waar je woont leren kennen? Wat betekent die voor jou? We kunnen langs de plekken wandelen die voor jou belangrijk zijn, positief of negatief, langs plaatsen waar je je goed voelt, minder goed, waar je graag en minder graag komt, waar je je verbonden voelt of net niet, waar je je eenzaam voelt of net niet, waar je het gevoel hebt erbij te horen of net niet ... Ons gesprek kan gaan over specifieke plaatsen, maar ook over een route waar je over wil vertellen, of dingen die aan- of afwezig zijn, die er vroeger wel waren en nu niet meer, of die nieuw zijn, waar je over wil vertellen. Tijdens onze wandeling zal ik nog bijkomende vragen stellen.

Jij bent mijn gids. Er zijn geen juiste of foute antwoorden, je mag vrijuit vertellen. Alles wat je vertelt, wordt vertrouwelijk behandeld en enkel in kader van dit onderzoek gebruikt. Ik neem foto's van de zaken die je benoemt. Ik neem het interview ook op met een recorder, omdat het lastig is om alles wat je zegt, op te schrijven. Is dat oké voor jou?

Met jouw info, samen met die van andere mensen die we spraken in deze en andere buurten, kunnen we meer leren over hoe en waarom de buurt van belang is voor eenzaamheid. Eenzaamheid is een heel persoonlijk gevoel, dat veel mensen doorheen hun leven wel eens meemaken. Vaak wordt naar mensen zelf gekeken wanneer het gaat over 'iets doen aan eenzaamheid'. Uit onderzoek blijkt dat ook de plek waar je woont, betekenisvol kan zijn voor eenzaamheid. Wij willen graag beter begrijpen hoe dat juist zit en aanbevelingen doen aan de gemeente, om eenzaamheid in de samenleving aan te pakken.



Verloop

Toelichting onderzoek, doelstelling en verloop wandeling, informed consent

Start opname

- Wandeling
 - Gesprek vertrekken vanuit de plekken, de publieke ruimte
- Nagesprek thuis/binnen
 - Bevragen van thema's die nog niet aan bod kwamen

Stop opname

Attentie, verder verloop onderzoek



Verloop van het interview

- **Vertel eens** wat meer over deze plek, deze route, deze weg ...
- **Waarom** laat je me deze plek zien? Wat is er speciaal of eigen aan deze plek? [verdiepend over de plek]
 - Hoe ziet het eruit?
 - Wat is er (niet) te zien of te doen?
 - Wie is er (niet)?
 - Wanneer kom je er (niet)?
 - Kom je hier alleen of met anderen?
 - Komen er andere mensen?
 - Kom je hier vaak naartoe?
- Wat kom jij hier doen? Voor welke **redenen** kom jij naar hier?
- Wat doet de plek met u? Hoe **voel** je je op deze plek? Als we het over eenzaamheid hebben?
 - Hoe komt dat? Hoe komt dat je je zo voelt? Wat maakt dat jij je hier zo voelt?
 - Aan wat zou dat kunnen liggen?



Verloop van het interview

- Wat **mis** je in de buurt?
- Zijn er plekken die je vermijdt? En waarom?
- Hoe zou je je **sociale leven** beschrijven?
- Waar in de buurt komen mensen elkaar tegen?
- **Eenzaamheid**, is dat een gevoel dat je zelf soms herkent?
 - Hoe zou je dat gevoel omschrijven?
 - Op welke momenten komt dat gevoel voor? Op welke momenten niet?
 - Hoe vaak komt dat gevoel voor?
 - Hoe lang duurt dat gevoel?
 - Door wat komt het dat je dat gevoel hebt, denk je?
 - Wat maakt dat je je eenzaam voelt?
 - Wat doe je dan, als je dat gevoel ervaart?
- Als je nu denkt aan de plekken waar we geweest zijn,
 - Op welke vlakken helpen voor verbondenheid?
 - Op welke vlakken beschermen ze tegen eenzaamheid?
 - Op welke vlakken werken ze eenzaamheid in de hand of verergeren ze eenzaamheid?



Ervaringen



Voor de wandeling

- Voorbereiding
 - Je start niet van een leeg blad. Leer de buurt alvast kennen
 - Voorbereiding, achtergrondinfo vanuit cijfermateriaal, observaties, eerdere gesprekken ... → op maat topiclijst
 - Voorgesprek met potentiële deelnemers is een meerwaarde: kadering onderwerp, methode, vragen beantwoorden, startvraag
- Wat wordt bedoeld met 'wandeling'?
 - Mogelijke antwoorden
 - *'Aangezien het gaat over de buurt en de plek waar je hier woont, lijkt het ons net zo fijn dat je die dingen even kan laten zien.'*
 - *'Sommige mensen stippelen een toer uit, anderen laten 2 of 3 plekken zien waar ze iets over willen vertellen. Jij mag kiezen.'*



Voor de wandeling

- Veelgestelde vragen
 - *“Hoe lang duurt dat?” → “kies maar, langs plekken die voor jou van betekenis zijn als het over eenzaamheid en verbondenheid gaat. Maar nu ook geen 15 km”*
 - *“Kan ik mij voorbereiden?” → “geen voorbereiding nodig, denk al eens na waar je naartoe zou willen gaan als we het hebben over de buurt, omgeving waar jij woont en eenzaamheid en waarom”*



Voor de wandeling

- Drempels: bepaalde doelgroepen moeilijker te overtuigen om deel te nemen
 - Negatieve houding tgo buurt: *“Ik kom niet buiten, ik kom nergens”* → gesprek binnenshuis starten + achterhalen waarom; *“het hoeft geen grote wandeling te zijn”*
 - Negatieve houding tgo wandelen: *“Ik wandel niet graag”, “ik ben niet goed te been”* → gesprek binnenshuis voeren/met de fiets



Voor de wandeling

R: Ja, k heb de goesting niet om, om gewoon buiten te komen, om ne keer te wandelen. [...] ik doe mij de moeite niet. En t is natuurlijk wel slecht, want t ge voel het zelf, hoe meer dat ge stilzit doe, hoe erger dat wordt langs de ene kant. Maar t is ook spijtig. Vroeger had ik een vriendin die ook ging wandelen, maar dat is dan om de één of andere reden afgeketst. En nu ja k zeg het, op mijnen alleen... ik doe dat soms wel hè, als t goed weer is, maar nu vond ik het te veel wind. k zeg het, rond de blokken heb je altijd zo ne stoot van wind.

I: Dat is altijd zo? Da's niet alleen vandaag?

R: Neen, da's altijd rond de blokken. Want vroeger voor de vernieuwingen stonden er hier meer uh hagen en bomen en zo en dan was dat zoveel wind niet, omdat dat meer afgeschermd was. Ja, dat was hier vroeger meer uh park en gras en uh en ginder nog een speeltuin dingen. En uhm ja ik zeg het. Er stond daar uh een prieeltje zo dat ge kon gaan zitten en met die vernieuwingen. Vroeger stonden er daar garages, daar ook zo, maar nu zijn dat de carports en gaat de wind daar ook door. dus eigenlijk weer veel meer wind als vroeger.

Ja ja, maar. En t was dan wel meer parking. ge weet; dan uh was t meer beton hiertussen voor de blokken kon je dan met uwen auto uh blijven staan. Allee ja, dat kan nu ook allemaal niet meer. Ja dus eigenlijk uh voor het uitzicht is nu toffer, maar allee, echt aangener vind ik het langs de ene kant niet.

Tijdens de wandeling

- Natuurlijke manier van een gesprek te voeren
- Makkelijker om stiltes te laten
- Naast elkaar wandelen, elkaar niet aankijken = comfortabel
- Je passeert letterlijk de gespreksonderwerpen
- Laat toe om positieve ervaringen aan bod te laten komen
- Notities maken: lastig al wandelend
- Goed weten wat je wil vragen, met papier rondwandelen is onnatuurlijk





Tijdens de wandeling

- Viering 1 mei met buren
- Bijeenkomst, bijbabbelen, samen een glas drinken





Tijdens de wandeling

*“[in het Rozekensbos] Dus hier kom ik soms als ik het moeilijk heb. Als ik mijne kop nekeer moet leegmaken. Want normaal gezien, [kijkt in het rond en zoekt], zit mijne reiger hier, **dat is mijne reiger hé** [lacht]. Ja mijn beestjes.*

Ja, die reiger volgt mij. Als ik mijne reiger zie, dan weet ik van ‘alles is oké, alles komt goed’.” – Wandelinterview Aalst





Tijdens de wandeling

- ‘sammeke’ de mobiele flitspaal. Online wordt gedeeld waar hij staat
- → blik op online communicatie



Tijdens de wandeling

- Niet starten van een leeg blad is een voordeel → al opgedane kennis invoegen
- Focus op ‘wat is jouw ervaring’

R: [...] Vroeger was het met de kermis, voor één straat een barbecue.

D: Daar heb ik al wel eens iets van gehoord. Dat was met die ribbetjes?

R: Ja, en dan hebben ze dat met de feestcommissie opengesteld voor iedereen van t dorp. En dat is iedere keer op het einde van de grote vakantie dat het dan een barbecue is met een groepje die komt optreden en dat is echt wel ah ja, echt wel het dorpsgevoel dat dan allemaal naar boven komt. Nee en ja, da's eigenlijk wel een tof concept. En dan moet iedereen z'n groentjes meebrengen. Ja, en dan, Het vlees is daar. Iedereen pakt ook z'n drank mee en dat is ja gewoon. Iedereen neemt dan van elkaar zijn groentjes en pasta. En ja, ik denk niet dat je dat overal anders hoort, dat ze dat ja zo doen. Allee ja, ik weet dat al van kinds af aan dat dat er is.



Tijdens de wandeling

- Laat toe om toevallige ontmoetingen en gebeurtenissen in de buurt te capteren

R: ja, ja, dat huis en niet dat huis. Maar verder in de draai. Dat zijn nieuwe mensen die hier misschien drie jaar wonen. Maar [we komen passant tegen, slaan een praatje]. Dat is de schoonheidsspecialiste, hè? Het is een interview over eenzaamheid in de dorpen. Voel jij je eenzaam?

Passant 1: Ja, mijn hondjes zijn dood en ik ben eenzaam.

R: Ja, toch?

Passant 1: Maar ja, ja hè? Ja eens dat je dat gewend bent he. Dan deed ik hier alle dagen mijn trot. Met die hondjes stond ik 3-4 keer per dag in de garage te kuisen en den ene komt praten en den andere komt praten. En nu? Ja, dat valt weg he? Ja.



Tijdens de wandeling



Tijdens de wandeling

- Flexibiliteit mogelijk
 - Initieel geen wandeling willen maken, gesprek aan tafel starten en tijdens gesprek toch nog proberen te gaan wandelen
 - Interviewee als gids; maar als interviewer wel sturen
 - Waar blijven staan
 - Tijd creëren om bij bepaalde plekken en onderwerpen te blijven stilstaan
 - Locatie bepaalt mee welke thema's wanneer aan bod komen
 - Vertrekken vanuit de plekken = flexibiliteit om een moment en locatie te zoeken waarin bepaalde thema's aan bod kunnen komen
- 'Gidsrol' soms onwennig voor interviewees
 - *Waar wil jij naartoe? → kies maar, langs plekken die voor jou van betekenis zijn als het over eenzaamheid en verbondenheid gaat.*



Tijdens de wandeling

- Drempels van de methode
 - Mensen geven een 'rondleiding' → eerder van toepassing als verkenning van de buurt
 - Oplossing: vooraf transparant de insteek kaderen; tijdens interview herhalen
 - Je zit altijd in een 'publieke omgeving' ↔ veiligheid om over eenzaamheid te praten
 - Oplossing: hou 'gevoeligere' vragen voor op een rustigere plek, zet je op een bankje, of bij de interviewee thuis
 - Mensen focussen vooral op de 'bewandelbaarheid'
 - Oplossing: vooraf transparant insteek kaderen en tijdens interview herhalen





Na de wandeling

- Nagesprek soms nodig
 - Om eenzaamheid te bespreken
 - Om te spreken over 'wat ontbreekt, wat mis je'
 - Om globale afrondende vragen te stellen 'als je denkt aan alles waar we het over gehad hebben, op welke vlakken denk je dat dat eenzaamheid kan voorkomen/versterken/verminderen/in de hand werken ...
- Waar?
 - Op een bankje of de dorpel aan het woning van de interviewee
 - Binnen, thuis

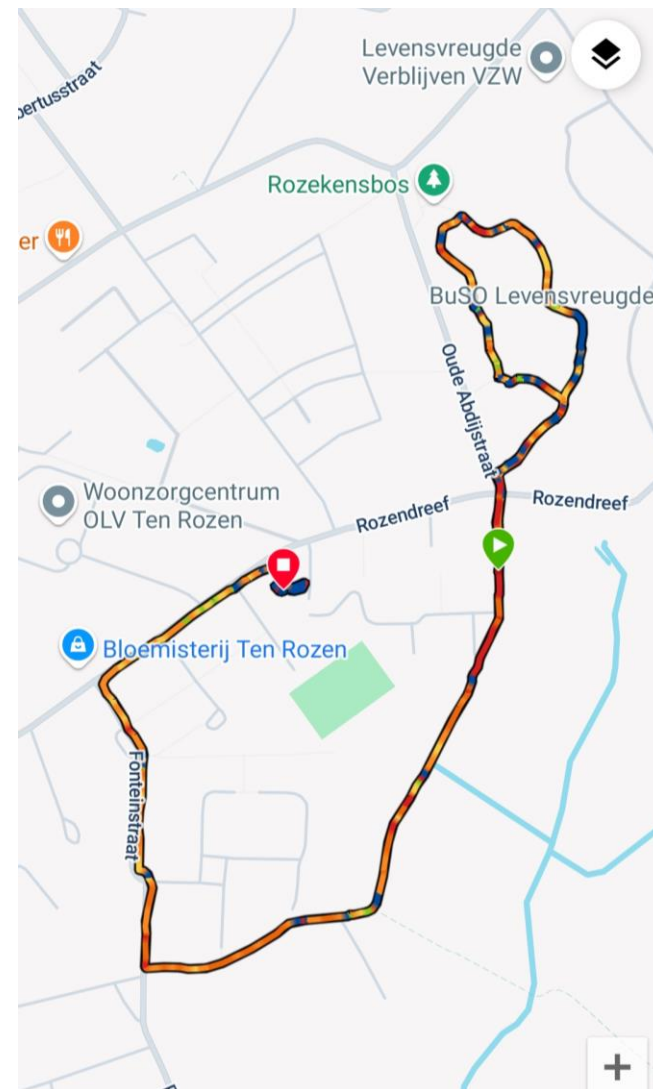
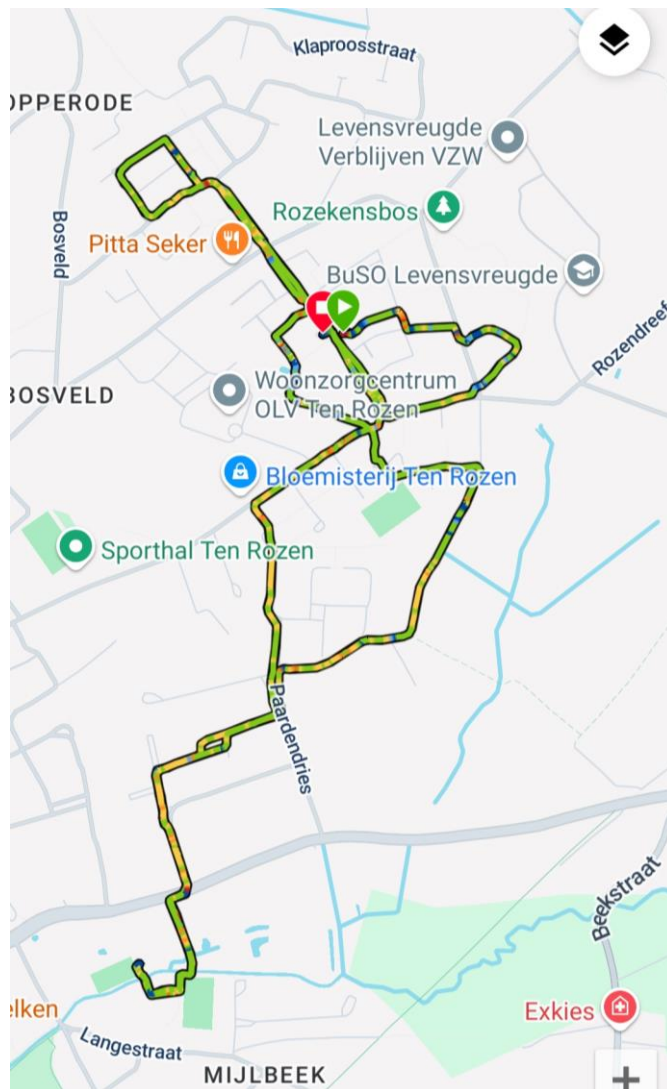


Na het interview

- Route
- Notities maken na elk interview:
 - **Setting van het interview:** weer, dag van de week, wie aanwezig
 - **Opmerkingen:** wie aanwezig, onverwachte gebeurtenissen
 - **Verslag:** wat viel op, wat blijft bij, waar moeten we meer over weten, waar kunnen we iets mee?



Na het interview



Concluderend

Hoofdthema: de buurt en eenzaamheid

- Plekken voor toevallige ontmoetingen
- Plekken om samen te komen of om samen naartoe te gaan
- Plekken om tot rust te komen, om te reflecteren
- Plekken waar eenzaamheid er mag zijn
- Plekken om om te gaan met eenzaamheid



Concluderend

Door door middel van deze methodiek in gesprek te gaan, leerden we heel wat over eenzaamheid:

→ bredere blik op wat eenzaamheid is en hoe het ervaren wordt

→ Breder scala aan mogelijke interventies

- Niet enkel 'ontmoeting' als mogelijke 'oplossing' voor eenzaamheid, maar ook rust en reflectie
- Niet enkel verminderen van eenzaamheid, maar ook voorkomen van eenzaamheid, ook omgaan met eenzaamheid



Bedankt! Vragen?

hannelore.stegen@thomasmore.be

Over SBO - A Lonely Planet:
dorien.gryp@thomasmore.be