

# Gezond ouder worden

Nieuwsbrief 3



vrije Universiteit

amsterdam





Regio Noord-Oost  
 V.l.n.r. staand: N. Soetens,  
 G. Uffels, F. Hoogendorp,  
 J. Haveman, G. Paassen,  
 A. Sterk, G. Timmerman;  
 zittend: R. Hagedoorn,  
 G. Plas, D. Snijders.



Regio West  
 V.l.n.r. staand: K. de Vos,  
 R. v/d Mueren, W. Muns,  
 R. Smit, M. Baar, A. Dijkstra;  
 zittend boven: M. Nijkamp  
 (secr. LASA), N. Braas,  
 H. Delfgaauw, H. Bulk;  
 onder: S. Eilkes (secr. LASA),  
 I. Bierenbroodspot, V. Geestman.



Regio Zuid  
 V.l.n.r. staand: M. Abeling,  
 C. Wijnen, P. Rouppe v/d Voort;  
 zittend: M. Visser,  
 A. Walboomers, T. Dangé,  
 A. Langendijk, S. v/d Steen.

**De interview(st)ers van de tweede ronde van het project  
 'Gezond ouder worden'**

## Sociale relaties als netwerk

Fons Jansen schreef in zijn laatste boekje (Het nieuwe van ouder worden): oud is altijd 15 jaar ouder dan ik ben. Duidelijker kan de ambivalentie ten aanzien van het ouder worden haast niet uitgedrukt worden. Mensen schuiven het oud worden als het ware voor zich uit, men wil het uitstellen. Wanneer dit uitstel de ruimte schept voor het behoud van de nodige ambities, heeft de ambivalentie die er uit spreekt evenwel een positieve uitwerking. Natuurlijk bedoelen wij hiermee niet dat men op alle terreinen even ambitieus blijft. Ten aanzien van werk, ten aanzien van lichamelijke prestaties, ten aanzien van de snelheid van handelen moet men bij het ouder worden op een gegeven moment veren laten. Het terrein van de sociale relaties echter blijft een terrein waarop men tot zeer hoge leeftijd ambitieus kan blijven.

Elk mens verzamelt in de loop van zijn leven een kring van relaties om zich heen, net zoals een spin zich in het centrum van een web vestigt. Een dergelijke kring van personen wordt ook wel een netwerk genoemd. Zo'n netwerk kan bestaan uit de partner, kinderen, andere familieleden, burens, mensen van het werk, bekenden via sport- of andere verenigingen en uit vrienden en kennissen. Voor de één is dat netwerk wat groter, voor de ander wat kleiner. Het is iets waar men zuinig op moet zijn, het moet zorgvuldig onderhouden worden. Zorgvuldigheid kan echter niet voorkomen dat er soms gaten in vallen, en dat risico wordt groter naarmate men ouder wordt.

Op het moment dat er een relatie wegvalt in het netwerk, wordt de ambitie om het netwerk op niveau te houden op de proef gesteld. Het onderhoud van het netwerk heeft immers niet alleen betrekking op het zorgvuldig omgaan met bestaande relaties, maar ook op het aanvullen van relaties die wegvallen. Ambitieuze zijn op het terrein van de relaties motiveert tot het verdiepen van bestaande relaties en tot het zoeken van nieuwe. Op sommige momenten is dit harder nodig dan op andere.

In het onderzoek waaraan u hebt meegewerkt is geprobeerd een momentopname te maken van de netwerken van alle mensen van 55 jaar en ouder die er in toestemden geïnterviewd worden. In de volgende pagina's laten we aan de hand van enkele voorbeelden zien hoe die netwerken er uit zien. Hieruit zal blijken dat deze zeer uiteenlopend zijn. De leefsituatie waarin iemand verkeert is van groot belang voor de mogelijkheden om een netwerk te onderhouden. Deze mogelijkheden zijn bijvoorbeeld kleiner naarmate men ouder is, maar ook als men geen partner heeft. We vinden vrij grote verschillen tussen ouderen in verschillende delen van het land. De netwerken van ouderen woonachtig in de regio Oss krijgen in deze nieuwsbrief wat extra aandacht.

Het onderhouden van een netwerk is geen eenzijdige zaak. Ook de andere partij (de vriend, het familielid) moet zijn of haar best doen de relatie aan te houden. Binnen het onderzoek 'Gezond ouder worden' wordt onder ongeveer

500 ouderen een kleiner, extra, onderzoek uitgevoerd. Naast de ouderen betrekken we ook de mensen die deel uit maken van het netwerk van persoonlijke relaties van de ouderen in het onderzoek (bijvoorbeeld familieleden, buren, vrienden, kennissen). Per post worden hen vragenlijsten toegezonden. Meer informatie over dit deelonderzoek is opgenomen in het tweede deel van deze nieuwsbrief. Maar eerst komen de netwerken van de ouderen aan de orde.

## De netwerken van ouderen

Om verschillen tussen de netwerken van ouderen te kunnen onderzoeken, hebben we tijdens het interview met de ouderen een groot aantal vragen gesteld over hun sociale relaties. Ten eerste hebben we gevraagd namen te noemen van personen die voor de betrokkene belangrijk zijn en met wie een regelmatig contact bestaat. Deze vraag werd steeds gesteld voor verschillende typen relaties. Zo begonnen we met de namen van de partner en van alle huisgenoten. Vervolgens vroegen we met wie van de kinderen (en hun partners) een regelmatig contact bestaat. Daarna vroegen we naar familieleden (broers, zussen, leden van de schoonfamilie, ooms, tantes, etc.), buren, personen van (vrijwilligers)werk of opleiding, personen van organisaties (ook kerk, verenigingsleven) en naar vrienden en kennissen. Voor alle genoemde personen is gevraagd hoe vaak men contact met deze persoon heeft.

Deze vragen leveren een aantal gegevens op. Ten eerste kunnen we vaststellen wie er veel of juist weinig personen hebben genoemd. Ten tweede kunnen we vaststellen wie welke typen relaties hebben genoemd. Tenslotte kunnen we ook vaststellen hoe vaak ouderen contact hebben met hun familieleden, vrienden en kennissen. Aan deze drie aspecten zullen we hieronder aandacht besteden.

### Met hoeveel personen gaat men om?

Gemiddeld genomen hebben de ouderen in het onderzoek 13 personen genoemd tijdens het interview. Maar het verschil tussen ouderen is groot. Sommigen hebben maar één persoon genoemd en anderen hebben meer dan 60 personen genoemd. Als we onderzoeken wie naar wie er veel of weinig personen hebben genoemd vinden we het volgende. Tussen mannen en vrouwen bestaat weinig verschil; beiden hebben gemiddeld genomen ongeveer evenveel namen genoemd. Wat wel veel uitmaakt voor het aantal genoemde sociale contacten, is de burgerlijke staat. Ouderen die nooit gehuwd zijn geweest, hebben het kleinste aantal personen genoemd (gemiddeld 10). Gehuwden noemden gemiddeld 15 personen en ouderen die gescheiden of verweduwd zijn noemden gemiddeld 11 personen.

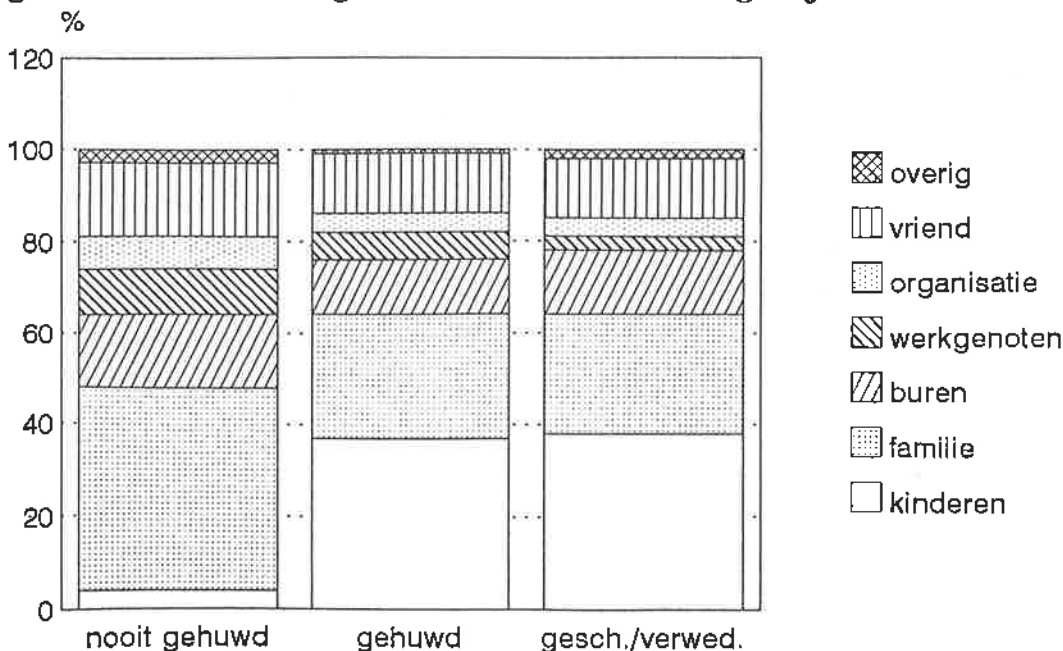
Er bestaan verschillen tussen de onderzochte regio's. Ouderen die in het westen van het land wonen (regio Amsterdam) hebben het kleinste netwerk (gemiddeld 12 personen), de mensen in het zuiden (regio Oss) hebben gemiddeld 13 personen genoemd en de mensen in het oosten (regio Zwolle) hebben het grootste aantal relaties genoemd (gemiddeld 16). Dit grote aantal netwerkleden in regio Oost is een bevestiging van wat we al in Nieuwsbrief 1 melden; in het oosten neemt men meer deel aan verenigingsleven (kerk, organisaties) dan in de andere delen van het land. Dit draagt er toe bij dat de ouderen in het oosten ook grotere netwerken hebben, die vooral meer leden uit verenigingen, kerken en organisaties bevatten.

We vinden ook verschillen naar leeftijd: ouderen jonger dan 65 jaar hebben veel meer mensen genoemd dan personen boven de 75 jaar (gemiddeld 16 tegen 12 personen). Naarmate je ouder wordt neemt het aantal mogelijke contacten natuurlijk ook af, omdat familieleden en vrienden overlijden. Naarmate men ouder wordt is ook de kans op verweiding groter en daarmee op het wegvallen van een deel van de sociale contacten.

### Met wie gaat men om?

We hebben geteld hoeveel van alle genoemde personen de kinderen betreft, de verdere familie, de buren, de collega's van werk of opleiding, de contacten via organisaties en de vrienden en kennissen. De grootste verschillen vinden we weer tussen enerzijds ouderen die nooit gehuwd zijn geweest, en anderzijds de ouderen die gehuwd zijn of nu gescheiden dan wel verweid zijn. In onderstaande figuur staat aangegeven uit welke relatietypen de netwerken van deze drie groepen bestaan.

**Figuur 1 Samenstelling van netwerken naar burgerlijke staat**



De verschillen tussen (voorheen) gehuwden en nooit gehuwden zijn natuurlijk een direct gevolg van het ontbreken van kinderen en schoonfamilie in het netwerk bij de laatste groep. Het ontbreken van deze familieleden wordt in enige mate gecompenseerd door contacten met burens, werkgenoten, leden van organisaties en vrienden. Maar vooral het relatief grote aandeel familieleden in de netwerken van ongehuwden is opvallend. Contacten met kinderen en schoonfamilie worden dan ook vooral gecompenseerd door contacten met de eigen familie (broers, zussen, ooms, tantes). De netwerken van enerzijds gehuwden en van anderzijds ouderen die gescheiden of verweduwd zijn, lijken erg op elkaar wat betreft samenstelling. Het aandeel familieleden, burens, werkgenoten en vrienden is bij beide groepen ouderen ongeveer even groot.

### **Hoe vaak gaat men met anderen om?**

We zijn voor iedereen nagegaan met hoeveel van de genoemde personen men op zijn minst dagelijks tot wekelijks omgaat. Het blijkt dat de ouderen in het onderzoek met gemiddeld meer dan de helft van de genoemde personen (59%) zeer regelmatig omgaat. Ook blijkt dat ouderen in regio Oss veel vaker contact hebben met hun netwerkleden dan de ouderen in de andere regio's. In Oss en omgeving gaat men met gemiddeld 66% van de mensen dagelijks tot wekelijks om, in het oosten is dit 55% en in het westen 58%. Uit deze gegevens blijkt dus dat men in het oosten wel veel mensen noemt, maar daar minder vaak contact mee heeft. In het zuiden daarentegen heeft men iets minder contacten, maar gaat daar wel veel vaker mee om. In het westen heeft men ongeveer evenveel contacten als in het zuiden, maar gaat er minder vaak mee om.

### **Regio Oss nader bekeken**

Tot de regio Oss behoren de stad Oss, de gemeente Uden en de agrarische gemeente Boekel. De gevonden verschillen tussen de drie gemeenten betreffen onder meer het totaal aantal genoemde netwerkleden. Ouderen woonachtig in Oss hebben grotere netwerken (gemiddeld 15 personen) dan ouderen in Uden (gemiddeld 9) en in Boekel (gemiddeld 10). Ouderen in Oss hebben minder burens en meer vrienden in het netwerk genoemd dan Udenaren en Boekelaren. Ouderen in Uden hebben op hun beurt minder mensen uit organisaties in het netwerk genoemd dan de ouderen uit Oss en Boekel.

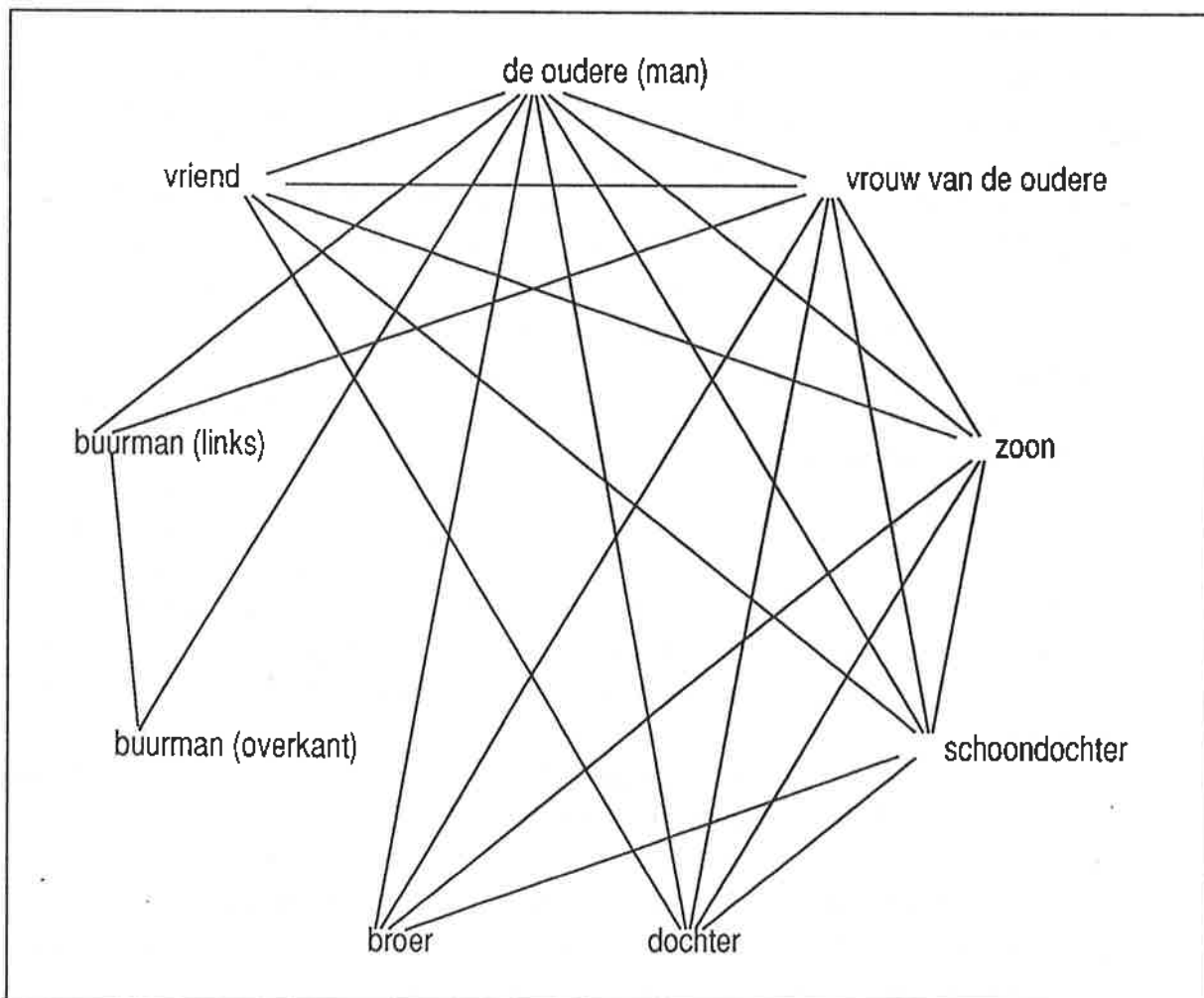
Een groot verschil vinden we in de mate waarin ouderen met hun contacten omgaan. In Boekel en Uden gaan de ouderen veel vaker met hun netwerkleden om dan in Oss. Vooral in Boekel is dit het geval. Daar hebben de ouderen met gemiddeld 76% van hun netwerkrelaties dagelijks tot wekelijks contact. In Uden geldt dit voor 69% van het netwerk en in Oss voor 61%. Zoals we al zagen gaat men in het zuiden van het land vaker met zijn netwerkleden om dan in andere delen van het land, maar in Boekel spant men de kroon.

Uit deze resultaten lijkt het sociale leven in Oss (en in mindere mate in Uden) iets gevarieerder doch minder intensief te zijn dan het sociale leven in Boekel. In hoeverre we deze verschillen ook terugvinden tussen de grotere en kleinere gemeenten in de rest van het land valt nog nader uit te zoeken. Ook de vraag in hoeverre de verschillen in sociale netwerken nu leiden tot verschillen in welbevinden zal pas in latere publicaties aan de orde komen.

## Het netwerkonderzoek

Het doel van het extra onderzoek onder 500 ouderen en hun netwerkleden is gegevens te verzamelen over wat netwerkleden voor elkaar kunnen betekenen. Zo gaan we veel uitgebreider in op de hulp en steun die de ouderen aan anderen geven en van anderen ontvangen. Belangrijk onderdeel van dit onderzoek is dat we de vragenlijst niet alleen zenden aan de ouderen, maar ook aan een aantal van de personen uit het netwerk.

**Figuur 2** Voorbeeld van een netwerk van persoonlijke relaties van de oudere



In figuur 2 hebben we een voorbeeld van een netwerk getekend. Dit netwerk bestaat uit negen personen. Bovenaan staat de oudere met wie we het mondeling interview gehad hebben. In dit interview heeft hij gezegd een regelmatig en belangrijk contact te hebben met ondermeer zijn vrouw, zoon en schoondochter, zijn dochter, één van zijn broers, twee buurmannen en een vriend. Vanuit de oudere zijn dan ook lijnen getekend naar deze personen. Zijn vrouw, zoon, schoondochter en dochter kennen elkaar uiteraard. Daarom zijn er ook lijnen tussen hen getekend. Deze personen kennen ook de vriend van de oudere. Ook de buurmannen kennen elkaar. De verschillende relaties tussen de personen, weergegeven door 23 lijnen, tezamen genomen noemen we het netwerk van relaties. Alle negen personen in dit netwerk hebben we via de post een vragenlijst toegestuurd. In totaal gaat het in dit onderzoek om meer dan 3000 vragenlijsten. Dat we naast de oudere ook diens familie, buren en vrienden betrekken in het onderzoek heeft drie redenen.

#### **Netwerkliden als steungevers**

De eerste reden is dat we erg geïnteresseerd zijn in de omstandigheden van de mensen in het netwerk. Dit is van belang om te begrijpen waarom sommige ouderen veel steun geven of veel steun ontvangen, en anderen minder. Als bijvoorbeeld een vriend veel hulp geeft, kan dat zijn omdat hij gepensioneerd is, en daarom vrij veel vrije tijd heeft. Als hij dan ook nog in de buurt woont, heeft hij veel mogelijkheden tot het geven van hulp en steun. Een dochter kan in een situatie zijn waarin zij weinig hulp geeft, bijvoorbeeld omdat zij werkt en kleine kinderen thuis heeft. Als zij dan ook nog een uur reizen weg woont, wordt het helemaal moeilijk voor haar om regelmatig langs te gaan en veel hulp te geven. In de discussie die in de samenleving gevoerd wordt, wordt er soms te snel vanuit gegaan dat een familielid altijd in staat is hulp te geven. We hopen met de verzamelde gegevens een genuanceerder beeld te krijgen van de mogelijkheden die familieleden, maar ook buren en vrienden, hebben om hulp en steun te geven.

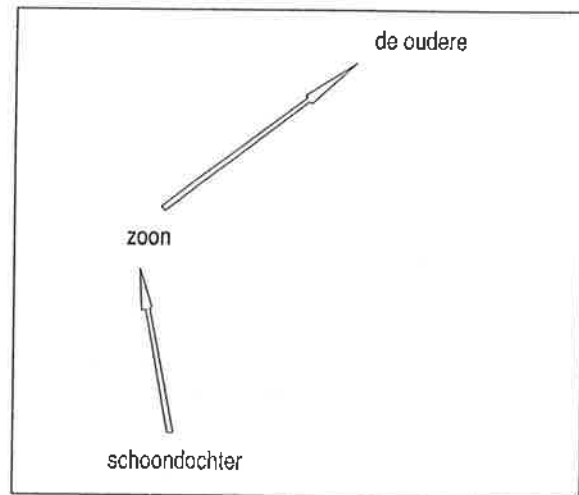
#### **Patronen van hulp**

Een tweede reden om mensen uit het netwerk een vragenlijst toe te sturen is dat we ook graag willen weten of zij de andere mensen in het netwerk kennen, en of zij die andere mensen wel eens helpen. Het kan namelijk zijn dat het patroon van hulp geven en ontvangen aanzienlijk ingewikkelder is dan we geneigd zijn om te denken. De meeste mensen kennen wel de volgende situatie van een zoon en een schoondochter: "Als ik (schoondochter van de oudere) het huishouden nu aan kant maak, dan kan jij (zoon van de oudere) even naar je vader toe". Hoe vaak dit voor komt, en hoe vaak dit van belang is voor de hulpverlening aan de oudere, in dit geval de vader, weten we eigenlijk helemaal niet. Onderzoek naar dit soort patronen van indirecte hulpverlening, van schoondochter via zoon naar vader, is nog nooit gedaan.



In figuur 3 is de indirecte hulp in beeld gebracht. Uiteraard komen dit soort patronen niet alleen maar voor bij een oudere en zijn zoon en schoondochter. Het kan ook voorkomen in de relaties tussen een oudere en verschillende van zijn burens. We zijn erg benieuwd of we in staat zijn met dit onderzoek dat soort gegevens naar boven te brengen.

**Figuur 3 Indirecte hulp van de schoondochter via de zoon aan de oudere**



### Vergelijken van opvattingen

Een derde reden voor het verzenden van vragenlijsten aan mensen uit het netwerk is dat elke persoon zijn eigen visie heeft op wat er in een persoonlijke relatie gebeurt. Wanneer we bijvoorbeeld vragen hoe vaak de één de ander helpt, zal een bescheiden hulpgever al gauw zeggen dat het niet zoveel is: "Ik doe het graag, en ik help er iemand mee". Voor degene die hulp ontvangt, kan deze hulp echter zeer waardevol zijn, ook al is de hulp bescheiden van omvang. In dit laatste geval is er kans dat, als we vragen naar hoeveel hulp ontvangen wordt, de omvang van de hulp wel eens aangedikt worden. Door nu de gegevens die we van de twee personen krijgen te vergelijken, kunnen we beter schatten hoeveel hulp er echt gegeven wordt.

### Uitvoering van het onderzoek

Dit onderzoek is gestart tijdens het gesprek dat we in 1992 met de ouderen gevoerd hebben. Toen werd aan hen gevraagd of ze wilden meewerken aan dit onderzoek. Indien dit het geval was, vroegen we aan hen of zij de volledige namen en adressen van een aantal mensen uit hun netwerk wilden verstrekken. De namen en adressen zijn door de interviewer ingevoerd in de computer. Vervolgens werd voor elk van deze personen een vragenlijst aangeemaakt. Elke vragenlijst is verschillend, omdat deze de namen bevat van de verschillende personen in het netwerk. In februari 1993 waren we klaar met het verzenden van de eerste vragenlijst naar 3000 personen.

Het onderzoek kent nog een vervolg. Degenen die aan dit onderzoek meegewerkt hebben, hebben recentelijk een tweede vragenlijst gekregen of zullen deze de komende maanden krijgen. In het leven van veel mensen verandert nu eenmaal veel, en omdat in persoonlijke relaties twee personen betrokken zijn, verandert daarin nog meer. Wat voor veranderingen komen voor en welke soort veranderingen hebben effect op de hulp en steun die gegeven wordt? Om deze en andere vragen over veranderingen te kunnen beantwoorden, hopen we dat we ook nu weer op een ieders medewerking kunnen rekenen!

## Voortgang van het onderzoek 'Gezond ouder worden'

Bij ontvangst van deze Nieuwsbrief hebben de meeste ouderen inmiddels een tweede gesprek met de interviewers van het LASA-onderzoek 'Gezond ouder worden' gehad. Volgens planning zullen eind augustus 1993 alle ouderen in de leeftijd van 55 tot en met 85 jaar benaderd zijn voor zowel het mondeling interview als het daarop volgende medisch interview.

Tijdens de medische interviews is bij sommigen van u bloed afgenomen. De uitslagen van deze bloedbepalingen worden naar de huisartsen verzonden. Dit geldt voor alle ouderen in de regio Zwolle en voor de ouderen in regio Amsterdam die vanaf januari 1993 een tweede gesprek hebben gehad. Ongeveer twee maanden na het medisch interview is de uitslag bij de huisarts bekend. De onderzoekers van LASA zijn intussen bezig de gegevens van de gesprekken uit te werken. De resultaten zullen in komende nieuwsbrieven worden gemeld.

## Nieuwsbrief 4

Tot nu toe heeft u met tussenpozen van vijf tot zes maanden drie nieuwsbrieven ontvangen. Deze trend willen wij graag doorzetten, want wij horen vaak dat de deelnemers aan het onderzoek het waarderen om op de hoogte te worden gehouden van de resultaten. Het verzenden van nieuwsbrieven is van onze kant een blijk van waardering voor het (blijven) meedoen aan het onderzoek 'Gezond ouder worden'. Nieuwsbrief 4 heeft als thema 'Gezondheid' en zal u over ongeveer vijf tot zes maanden worden toegezonden.

Teksten C.P.M. Knipscheer, M. Broese van Groenou, T. van Tilburg  
en M. Westendorp

Eindredactie M.I. Broese van Groenou

Vormgeving omslag: AVC, Vrije Universiteit, Amsterdam  
binnenwerk: F. Broese van Groenou

Drukwerk Papyrus, Diemen en Huisdrukkerij Vrije Universiteit, Amsterdam

Uitgave mei 1993

**"Gezond ouder worden"**  
Vrije Universiteit  
Koningslaan 22  
1075 AD Amsterdam  
Tel. 020 - 6647131

Faculteit der Sociaal Culturele Wetenschappen  
Faculteit der Geneeskunde  
Vakgroep Sociologie en Sociale Gerontologie  
Vakgroep Methoden en Technieken  
Vakgroep Psychiatrie  
&  
Nederlands Interdisciplinair Demografisch Instituut