

Leyden Academy

ON VITALITY AND AGEING



# Onderzoeksverslag

**Ouder worden in Nederland**

**Ervaringen en een kijk op een goede  
oude dag onder ouderen met een  
migratieachtergrond**

A





## Introductie

Het aantal ouderen met een migratieachtergrond is in de afgelopen decennia sterk gegroeid en zal naar verwachting blijven groeien. Op dit moment zijn er ongeveer 850 duizend ouderen van 55 jaar en ouder van wie de ouders buiten Nederland zijn geboren. Op basis van de geboorteplek van de ouders worden migranten in twee groepen verdeeld: mensen met een westerse en mensen met een niet-westerse achtergrond. De grootste groepen ouderen van westerse origine zijn respectievelijk Duitsers (183.000), mensen uit het voormalige Nederlands-Indië en het huidige Indonesië (169.000) en Belgen (44.000). De grootste groepen 55-plussers van niet-westerse origine zijn ouderen met een Surinaamse (83.000), Turkse (52.000), Marokkaanse (50.000) en Antilliaanse (24.000) achtergrond (Centraal Bureau voor de Statistiek, 2019).

De toename van het aantal ouderen met een niet-Nederlandse afkomst gaat hand in hand met een groeiende wetenschappelijke en publieke interesse, maar thema's die vaak aan orde komen richten zich nog vooral op gezondheidsthema's zoals zorggebruik en -kwaliteit. We weten daarom nog niet goed hoe ouderen met een migratieachtergrond het ouder worden ervaren in Nederland en wat voor hen een goede oude dag betekent. Wat hebben ze nodig om betekenisvol oud te kunnen worden?

## De onderzoeksoopzet

Om deze vragen te kunnen beantwoorden, zijn we begin 2018 in gesprek gegaan met ouderen met een migratieachtergrond. Omdat we op zoek waren naar zo gevarieerd mogelijke ervaringen en zienswijzen van ouderen met een niet-Nederlandse afkomst, hebben we acht groepsgesprekken met leden van zes migrantengroepen gehouden, namelijk Nederlands-Indisch en Moluks, en ouderen met een Europese (incl. Britse, Belgische, Hongaarse en Deense), Surinaamse (Creolen), Antilliaanse, Turkse (mannen en vrouwen gescheiden) en Marokkaanse (man en vrouw





gescheiden) achtergrond. De groepsgesprekken met oudere personen met een Europese achtergrond vonden plaats in Leiden, die met Nederlands-Indische en Molukse ouderen in Den Haag en alle andere groepen in Amsterdam. De gemiddelde duur van de gesprekken was 2 uur.

## **Wat hebben we gevraagd?**

We stelden een aantal open vragen over thema's zoals ouder worden, dagelijkse activiteiten, sociale contacten, leefomgeving en zelfredzaamheid en verantwoordelijkheid. We gebruikten dezelfde lijst met vragen voor alle groepen; hoewel een paar vragen anders werden geformuleerd om tegemoet te komen aan de culturele en taalkundige achtergrond van de deelnemers. Elk gespreksthema werd geopend met een vraag om de huidige situatie te beschrijven of met een verzoek om associaties op te noemen die opkomen bij het horen van bijvoorbeeld 'ouder worden' of 'eigen initiatief'. Naast vragen die de huidige ervaringen van deelnemers betroffen, werden er vragen gesteld over de ideale situatie en de situatie over 20 jaar. De vragen werden gesteld door een gespreksleider met dezelfde culturele achtergrond en taal als de deelnemers.

## **Wie heeft deelgenomen?**

Het aantal deelnemers varieerde van vier in de groep met ouderen met een Antilliaanse achtergrond tot tien in de groep met ouderen met een Marokkaanse achtergrond. De jongste deelnemer was een 54-jarige vrouw met een Turkse achtergrond en de oudste was een 88-jarige vrouw met een Europese achtergrond. Deelnemers gaven aan tussen de 30 en 47 jaar in Nederland te wonen, maar ze varieerden behoorlijk in hun achtergrond, bijvoorbeeld met betrekking tot migratiegeschiedenis, taalvaardigheid en beroep en opleiding. Er was ook variatie in hoe gezond ze zich voelden, hoewel de meeste deelnemers geen ernstige gezondheidsproblemen rapporteerden. Alle deelnemers woonden zelfstandig.





## Wat hebben we geleerd?

### Ouder worden in Nederland wordt als tamelijk positief ervaren

Ondanks de achtergrondverschillen tussen de deelnemers aan dit onderzoek ervaren de meeste deelnemende ouderen het ouder worden als tamelijk positief. Twee thema's zijn hierbij belangrijk te noemen: 'jong voelen' en 'levenstevredenheid'. Het gevoel 'nog steeds jong'/ 'nog niet oud' te zijn was wijdverbreid onder de deelnemers en lijkt te worden ondersteund doordat ze dingen onafhankelijk kunnen doen. De deelnemers in alle groepen omschreven ouderdom vrijwel unaniem als een levensfase die niet wordt gekenmerkt door chronologische leeftijd maar door het moment waarop men geestelijk en/of lichamelijk ziek en inactief wordt. In de woorden van een 68-jarige man met een Europese achtergrond:

*"Ik ben het wel met Mary<sup>1</sup> eens dat als mensen iets niet kunnen of mentaal achteruitgaan dat ze niet aanspreekbaar zijn. Dat ze niet normaal met iemand kan interacteren dan kan je van spreken dat iemand oud is."*

Over het algemeen zeiden de deelnemers vrij tevreden te zijn met hun leven, vooral wat betreft hun fysieke en sociale leefomgeving en sociale voorzieningen, zoals de kwaliteit van de gezondheidszorg. Een 70-jarige man met een Surinaamse achtergrond zei bijvoorbeeld:

*"Ik vind het prettig om oud te worden hoor. Het is niet zo.. uhm... Ik zie sommige mensen die zouden dan een pondje daar en daar willen eraf hebben. Maar ik voel me gelukkig zo. Ik voel mij blij om wie ik ben en ook met mijn collega's met wie ik op de maandag voetbal,*

---

<sup>1</sup> Mary is een fictieve naam van een andere deelnemer aan het gesprek.



•

*heb ik het naar mijn zin. Zo nu en dan doe ik ook wat vrijwilligerswerk."*

Twee Marokkaanse mannen legden verder uit dat in Nederland de 'arts beter is', dat 'het veilig is' en dat 'het een vrij land is waar niets moet'. Een van hen gaf echter aan dat: *"Het leven hier [in Nederland] is comfortabel [...] maar het ontbreekt aan innerlijke rust."* Andere, iets minder positieve ervaringen omvatten financiële problemen en on vervulde verwachtingen rondom hun kinderen (oudere mannen met een Marokkaanse achtergrond), vooroordelen (Antilliaanse en Europese ouderen), onvoldoende betekenisvolle sociale contacten (Europese ouderen), toekomstige zorgregelingen en de rol van de overheid in dit verband (ouderen met een Turkse achtergrond) en afnemende gezondheid (Surinaamse deelnemers, Indo-Nederlanders en Molukkers). In feite blijken onder alle deelnemers een langzaam afnemende gezondheid en onzekerheid over toekomstige zorgregelingen een belangrijke rol te spelen bij het inschatten van de kansen op een goede oude dag.

### **Gezond, onafhankelijk en betrokken blijven**

Alle gespreksdeelnemers gaven aan dat gezond, onafhankelijk en betrokken (d.w.z. actief en sociaal) blijven het meest bepalend is voor een goede oude dag. Een goede gezondheid werd door veel deelnemers gezien als het meest belangrijk omdat het hen in staat stelt om onafhankelijk te blijven. Een goede gezondheid is ook een voorwaarde om met dierbaren te kunnen genieten van de vrije tijd die de oude dag met zich meebrengt. Een 71 jaar oude dame met Surinaamse achtergrond zei:

*'Mijn vier kinderen zijn het belangrijkste. Ik leef gezond, omdat ik nog heel lang samen met hen wil leven. Ik heb twee kleinkinderen en wil ook mijn achterkleinkinderen leren kennen. Vandaar dat ik me focus op mijn gezondheid. Het komt op de eerste plaats.'*





Gezondheid werd ook vaak besproken in relatie tot toekomstige zorgvoorzieningen. Vooral onder de ouderen met een niet-westerse achtergrond blijft het belangrijkste dilemma dat ze de professionele zorg zoveel mogelijk willen vermijden maar tegelijkertijd hun kinderen niet te veel willen belasten.

Naast gezond en onafhankelijk blijven, is het voor ouderen met een migratieachtergrond belangrijk om betrokken te blijven. 'Betrokken' betekent hier 'sociaal' en 'actief' zijn. Er waren wel grote verschillen in hoe sociaal en actief gezien werd. Ouderen met een Europese achtergrond zeiden betekenisvolle relaties te zoeken en graag vrijwilligerswerk te willen blijven doen. Mannen met een Turkse afkomst vinden het gezellig om vrienden en kennissen in een café-setting te ontmoeten net zoals in Turkije wordt gedaan. Nederlands-Indische ouderen zeiden een vergelijkbare cultuur van samenkomen te wensen, maar ook vonden ze het belangrijk om tijd met hun familie door te brengen. Molukse ouderen vonden het zorgen voor en samen zijn met hun gemeenschap belangrijk. Een 70 jaar oude Molukse dame vertelde:

*'Je weet hoe het bij ons gaat. Bij een malam penghiburan (troostdienst bij een overledene), dan wordt er voor je gekookt. Op die avond, dan komen de dames van de vrouwenvereniging. Dan komen ze vragen: "moet er gekookt worden voor de familie, bij de troostdienst, bij de begrafenis?" Dan geven wij dat aan, of we dat willen of niet. Ja, dan ben ik trots op onze gemeenschap.'*

### **Specifieke wensen**

Naast de wens om gezond, onafhankelijk en betrokken te blijven, beschreven de deelnemers in de verschillende groepen een aantal specifieke wensen. De mannen met een Marokkaanse achtergrond, de dames met een Turkse afkomst en de Nederlands-Indische ouderen zeiden bijvoorbeeld 'rust' belangrijk te vinden. Wel verschilde de betekenis van





rust binnen deze doelgroepen: ze spraken respectievelijk over innerlijke, spirituele en fysieke rust.

Een ander belangrijk aspect van een goede oude dag volgens de deelnemers is de mogelijkheid om te reizen. De ouderen met een Surinaamse, Antilliaanse en Nederlands-Indische achtergrond hadden het over (korte) bezoeken aan het herkomstland waar het zonnig en warm is, terwijl de Turkse dames en Marokkaanse heren het belang aangaven van het bezoeken van nieuwe plekken en het opdoen van nieuwe ervaringen. Een Turkse dame vertelde bijvoorbeeld:

*'Ik ben nu 58 jaar, en van plan door te werken tot mijn 67ste, indien mogelijk. Ik zie mijzelf niet aan de zijlijn en moet altijd werken van mezelf. Ik heb andere doelen, ik wil over de hele wereld reizen. Als ik sterf zonder de wereld te zien, dan sterf ik met spijt.'*

## **Van onderzoek naar de praktijk**

### **Wat kunnen we met wat we hebben geleerd?**

Op basis van onze bevindingen kunnen we een aantal aanbevelingen formuleren. Omdat de meeste ouderen in ons onderzoek het ouder worden tamelijk positief ervaren, vinden we het belangrijk om allereerst te benadrukken dat niet alle ouderen met een migratieachtergrond kwetsbaar zijn. De praktijk (net zoals het wetenschappelijk onderzoek) is op dit moment sterk gericht op een probleemgerichte aanpak die de ouderen veelal in een kwetsbaar licht presenteert. Echter, naast dat sommigen inderdaad door allerlei omstandigheden kwetsbaarder zijn dan ouderen die in Nederland geboren zijn, hebben vele ouderen met een migratieachtergrond (ook) veerkracht en kunnen we veel van hun leren. We denken daarom dat initiatieven die hun kennis en talenten weten te laten zien en aanspreken, minstens zo belangrijk zijn als initiatieven die gericht zijn op het zichtbaar maken en oplossen van problemen.





We hebben ook geleerd dat er veel verschillen zijn tussen en binnen de migrantengroepen en dat deze verschillen niet alleen te begrijpen zijn vanuit de etnische achtergrond. Het generaliseren van verhalen, problemen en benaderingen doet geen recht aan de diversiteit tussen doelgroepen en binnen een specifieke doelgroep. Ouderen met een migratieachtergrond, net als de ouderen die in Nederland zijn geboren, verschillen in opleiding, inkomen en kennis van het Nederlandse systeem en beleid. Migranten ouderen verschillen ook op basis van hun migratiegeschiedenis en taalvaardigheden. Gezien deze bevindingen, en de toenemende diversiteit onder ouderen, is het belangrijk om een persoonsgerichte benadering (verder) te ontwikkelen en weg te gaan van op doelgroep gebaseerde initiatieven. Dat geldt voor zowel zorg als welzijn: een cultuur-*sensitieve* benadering is gezien dit onderzoek passender dan een cultuur-*specifieke* benadering. In een cultuur-sensitieve benadering ontstaat ruimte voor de wensen en behoeftes van elk individu; het creëert ruimte voor de individuele beleving van en betekenisgeving aan diens (migratie)achtergrond, zonder klakkeloos aan te nemen dat zijn of haar (migratie)achtergrond voorop staat.

Ondanks dat onze bevindingen aangeven dat ouderen met een migratieachtergrond het ouder worden tamelijk positief ervaren, betekent dit niet dat ze helemaal geen problemen ervaren. Uit ons onderzoek bleek dat sommige ouderen financiële problemen hebben, dat sommigen vonden dat ze onvoldoende sociale contacten hebben en dat ze vooroordelen en discriminatie tegenkwamen. Anderen hadden moeite hun weg te vinden in het Nederlandse zorg- en welzijnssysteem, ervaarden taalproblemen of leefden in onzekerheid over van wie ze wat konden verwachten op hun oude dag. Het is dus belangrijk om sociale en materiële uitsluiting te bestrijden. We vinden het echter wel belangrijk om te benadrukken dat deze problemen niet noodzakelijkerwijs specifieke migrantenproblemen zijn. Materiële en sociale uitsluiting komt ook voor onder Nederlandse ouderen met een praktische opleiding en een minder dan modaal inkomen.







Over het algemeen, op basis van ons en eerder onderzoek naar het ervaren van ouder worden en de betekenis van een goede oude dag in Nederland, kunnen we vrij zeker stellen dat ouderen met en zonder migratieachtergrond een goede oude dag relatief gelijk invullen. Gezond, onafhankelijk en betrokken blijven zijn wensen die voor de meerderheid van de oudere mensen in Nederland gelden. Om een inclusieve en gelijkwaardige samenleving te kunnen creëren is het dus belangrijk om niet alleen verschillen maar juist ook overeenkomsten te onderzoeken, begrijpen, benadrukken en in beleidsvorming mee te nemen.

### **Welke specifieke initiatieven kunnen we aanbevelen?**

Naast initiatieven die de talenten van ouderen met een migratieachtergrond helpen ontplooiën, initiatieven die zich op gezondheid en het bestrijden van sociale en materiële uitsluiting richten, zijn er initiatieven denkbaar die ten goede van alle ouderen in Nederland kunnen komen. We stellen voor:

- Een verschuiving in focus van genezing naar preventie
- Sport-/ beweeginitiatieven
- Het (helpen bij het) creëren van ontmoetingsplekken en cafés die rekening houden met de financiële mogelijkheden en culturele behoeftes van de ouderen
- (Verdere) voorlichting en administratieve hulp (in de eigen taal) rondom financiële zaken en pensionering
- Initiatieven rondom reizen en excursies

### **Dankwoord**

We zouden graag alle deelnemers willen bedanken voor hun tijd, betrokkenheid en het delen van hun ervaringen en meningen!

We zouden ook graag degenen willen bedanken die aan de uitvoering van het onderzoek hebben bijgedragen: de gespreksleiders, wervers en studenten.



# Leyden Academy

ON VITALITY AND AGEING



Ons onderzoek zou niet mogelijk zijn geweest zonder jullie. Dank u wel!

## Contact

We horen graag uw reacties en commentaren. Heeft u een initiatief, idee, suggestie of wilt u gewoon iets toevoegen, neem dan gerust contact op met Nina Conkova van Leyden Academy via e-mail ([conkova@leydenacademy.com](mailto:conkova@leydenacademy.com)) of telefoon (071 524 0960).

