

Het leven (tijdelijk) onderbroken

Ervaringen van ouderen tijdens de coronacrisis



Publiekssamenvatting

Leyden Academy
ON VITALITY AND AGEING



Introductie

De uitbraak van het coronavirus en de maatregelen die zijn getroffen om de verspreiding van dit virus te beperken, raken ook (zo niet vooral) ouderen. De getroffen maatregelen hadden dan ook, voornamelijk in eerste instantie, het doel ouderen in de samenleving te beschermen. Ouderen met een leeftijd van 70 of hoger worden door de overheid en het RIVM geclassificeerd als 'risicogroep'. Ouderen zijn dan ook gevraagd om zoveel mogelijk binnen te blijven en voorlopig geen bezoek te ontvangen. Al sinds het begin van de crisis en het ingaan van de maatregelen wordt er in de media veel aandacht besteed aan de situatie en de 'kwetsbaarheid' van ouderen. Menig expert, politicus en burger lijkt een mening te hebben over wat ouderen wel en niet mogen doen. Maar wat vinden ouderen eigenlijk zelf van de maatregelen? Hoe ervaren zij de impact van deze crisis op bijvoorbeeld hun (dagelijks) leven, op hun contact met anderen en op hun gevoel van welbevinden?

Om deze, en andere, vragen te beantwoorden hebben onderzoekers van Leyden Academy on Vitality and Ageing in april 2020 bijna zestig senioren geïnterviewd. Via de telefoon zijn wij met hen in gesprek gegaan over hoe zij omgaan met de maatregelen, de impact hiervan op hun (dagelijkse) bezigheden en contact met anderen en hoe de situatie hun gevoel van welbevinden beïnvloedt. Ook vroegen wij de senioren hoe zij de berichtgeving over corona en ouderen ervaren en hoe ze naar de toekomst kijken. In dit document leest u de uitkomsten van dit onderzoek, zoveel mogelijk beschreven aan de hand van de stem van de geïnterviewde ouderen.

Uitkomsten

De coronacrisis en de ingestelde maatregelen hebben impact op verschillende vlakken van het leven van ouderen. Naar aanleiding van de interviews hebben wij zes thema's geïdentificeerd die er voor ouderen toe doen, namelijk: de impact van de maatregelen op bezigheden en sociale contacten, emotionele impact, hoe om te gaan met de maatregelen, coping mechanismen, toekomstperspectief en zorgen en de berichtgeving omtrent ouderen en corona. Deze thema's zullen we hierna verder toelichten.

1. Veranderde bezigheden en contact met anderen

Net als voor andere leeftijdsgroepen (zie o.a. rapport 'De bedreigde stad', Erasmus Universiteit 2020), hebben de maatregelen een duidelijke invloed op de daginvulling van ouderen. Veel activiteiten, zoals vrijwilligerswerk of (sociale) beweegactiviteiten, zijn stopgezet. Ook ontmoetingsplekken waar ouderen elkaar normaliter treffen zijn dicht. Daarnaast zijn de gebruikelijke activiteiten, zoals een boodschap doen of een kop koffie gaan drinken ineens abnormaal. Voor de één heeft het wegvallen van deze activiteiten en daginvulling relatief veel impact, bijvoorbeeld wanneer het doen van vrijwilligerswerk een groot deel van de week in beslag nam. Voor anderen, die al veel binnenshuis deden en daar ook de juiste middelen voor hebben, is de verandering minder groot. Zo blijkt ook uit het citaat van deze heer, die juist nu door corona meer tijd heeft voor zijn hobby's:

"Ik ben een enthousiaste hobbyist. Ik doe graag dingen met mijn handen. Ik maak van allerlei artikelen, of het nou hout, metaal, elektriciteit, nou ja, kortom gewoon een bezig baasje... En daar heb ik nu royaal de tijd voor. En ook de gelegenheid erbij hebben, nou ja, een huis met een aanpalende garage."
(man, 72 jaar)

Wanneer activiteiten wegvallen, ontstaat ook weer ruimte voor nieuwe activiteiten en ouderen lijken creatief om te gaan met de tijd die ze nu 'extra' hebben voor (nieuwe)

activiteiten. Huizen worden opgeruimd, er wordt gepuzzeld en sommigen pakken oude interesses weer op, zoals het leren van de Franse taal. Ondanks veranderingen in bezigheden proberen veel senioren hun dagelijkse structuur vast te houden of een nieuwe dagstructuur te vinden, door op tijd op te staan, te ontbijten en activiteiten te ondernemen in een bepaald vast ritme.

Ondanks alle nieuwe activiteiten en bezigheden worden 'oude' activiteiten door veel ouderen gemist. Dit zit hem vooral in de persoonlijke betekenis van die activiteiten voor de deelnemers. Zo geven activiteiten en bezigheden structuur aan de dag, dienen ze als uitlaatklep, of bieden ze de mogelijkheid om zinvol bezig te zijn. Zo blijkt ook uit het volgende citaat van een deelnemer van 67 jaar, voor wie zijn vrijwilligerswerk in het ziekenhuis veel betekent:

"Ik heb zelf 40 jaar bij de politie gewerkt. En ik ben met pre pensioen gegaan en in het begin miste ik gewoon.. het contact met mensen. Vervelen deed ik me niet want ik heb genoeg hobby's... dat is het niet maar ik denk... ja, ik ben met niets zinnigs bezig. Ik denk van.. nou, je moet wat gaan doen. Dan ben ik eerst bij die mensen met een beperking... en mijn vrouw die werkte toen op de afdeling ... niet afdeling, maar poli geriatrie. En die zegt van... nou, ze zoeken vrijwilligers daar en daar voor. Nou, heb ik één keer mee geholpen, toen dacht ik... dat is het helemaal."

Sociale contacten

Vrijwel alle geïnterviewde senioren missen vooral hun sociale contacten en het ontmoeten van vrienden, familie en kennissen. Door het wegvallen van activiteiten en ontmoetingsplekken wordt ook het gevoel van 'verbonden zijn' met de omgeving door velen gemist. Zo beschrijft een 76-jarige deelneemster dat ze het onderdeel zijn van een (kerk)gemeenschap nu vooral mist:

"Even een praatje en je hebt iedereen weer gezien. Je hoeft niet eens iedereen te spreken, maar het idee dat je deel bent van een gemeenschap dat, ja dat ervaar ik toch wel als heel waardevol."

Wat men vooral mist aan het hebben van sociale relaties is de *spontaniteit* en *fysiek* (face-to-face) contact. Het even langswippen bij een buurman of zomaar even aanschuiven bij de kinderen is er nu niet bij. Soms wordt het contact wat er nu is beschreven met woorden als *steriel*, *koud* of *vanuit de verte*, zowel letterlijk als figuurlijk. Het meest wordt dan ook het fysieke contact gemist, even een hand op de schouder, de kleinkinderen op schoot of elkaar gewoon even in de ogen aankijken. In het volgende citaat beschrijft een 95-jarige deelnemer het gemis van fysiek contact:

"Het is een wederzijdse toewijding, respect tonen en toch van: Je bent er en ik weet dat je me aardig vindt en omgekeerd. Dat zijn dan gevoelens die je hebt bij zoiets. En dat valt nu weg. Het enige wat je aan de telefoon bij een afscheid kan doen, is dat je zegt: "Veel liefs". En nog wel eens "I love you". Dat soort dingen komen er wel eens uit bij een telefoongesprek."

Het gemis aan voornamelijk fysiek contact betekent niet dat er momenteel helemaal geen verbondenheid met anderen wordt gevoeld. Integendeel, het contact heeft zich grotendeels naar online of de telefoon verplaatst en voor velen is er momenteel zelfs frequenter contact. De betrokkenheid en solidariteit naar anderen is groot. Zo wil men toch even extra nagaan of het goed gaat met de kinderen of willen kleinkinderen weten hoe het met hun grootouders is. Soms wordt ook weer het contact met familieleden in andere delen van het land of het buitenland aangehaald. Deze toegenomen online verbondenheid geeft sommige ouderen, voornamelijk wanneer zij alleen of in het

verpleeghuis wonen, het gevoel juist nu meer gezien te worden, zoals naar voren komt in de volgende citaten:

"Eerst was ik niemand en nou ben ik doodgewoon juist iemand, want ik word gebeld en ik krijg kaartjes en ik krijg bloemen, dus ik bedoel: ik ben ineens iemand" (vrouw, 92 jaar).

"Ik krijg ook veel lekkers en ik ben... ik voel me heel goed wat dat betreft... dan krijg je het gevoel dat je nog bestaat." (man, 74 jaar)

Andere deelnemers uiten juist zelf meer maatschappelijke solidariteit naar anderen dan voor de coronacrisis, bijvoorbeeld naar ouderen van wie ze weten dat ze alleen zijn of kleinkinderen die niet naar school gaan en thuis zitten. Deze solidariteit wordt op verschillende manieren getoond, bijvoorbeeld door een bloemetje of kaartje te sturen of samen online een spelletje te spelen. Zo wordt ook vanaf een afstand geprobeerd om van betekenis te zijn voor een ander en te laten zien dat je aan ze denkt. Naast online of telefonisch contact vinden ouderen ook creatieve oplossingen om anderen toch nog fysiek te ontmoeten. Zo vertelde één 77-jarige meneer:

"Juist omdat wij mensen niet thuis kunnen ontvangen worden wij gedwongen om de natuur als woonkamer op te zoeken."

Ook senioren in het verpleeghuis houden op creatieve manieren contact. Zo wordt er vanaf het balkon door bekenden gezwaaid of ontvangen zij cadeautjes. De senioren die wij spraken, waardeerden deze momenten zeer en gaven aan op te leven door deze kleine gebaren. Ook werd de aandacht, buiten de reguliere taken, van het zorgpersoneel gewaardeerd. Zo beschreef één 70-jarige deelnemer dat hij dit contact als *verkwikkend* ervaarde en iets wat hij zeer waardeert, zeker nu:

"Het is toch over het algemeen zo dat de mensen, het verplegend personeel, die voeren hun werk uit en bij toeval ben jij dan de persoon en als het zover is, dan hebben ze hun plicht gedaan en gooien ze de deur achter zich dicht. En moeten dan hun eigen activiteiten opnemen. Dus vind ik het buitengewoon dat men [nu] tussendoor toch nog aandacht voor jou heeft."

2. Emotionele impact en welbevinden

De coronacrisis en de persoonlijke gevolgen van de maatregelen hebben op bijna alle deelnemers naast een praktische ook een emotionele impact. Deze emotionele impact komt veelal voort uit de beperking in bewegings- en keuzevrijheid, de beperking van intieme relaties en de bewustwording van kwetsbaarheid. Tegelijkertijd zien we ook dat senioren een positieve impact ervaren van de crisis, wat zich uit in een groeiende waardering voor het leven en een persoonlijke tijd van bezinning.

Beperking in bewegings- en keuzevrijheid

Afgezien van een enkeling die weinig veranderingen ervaart in zowel bezigheden, sociale contacten als verbondenheid, ervaren de meeste ouderen momenteel gevoelens van isolatie en een gebrek aan zelfbeschikking en vrijheid. Hoewel dit gevoel voor een aantal ouderen voortkomt uit de fysieke vrijheidsbeperkingen die de maatregelen met zich mee brengen, lijkt het gevoel bij de meeste senioren gelinkt aan een subjectief gevoel van persoonlijke bewegings- en keuzevrijheid. Zo voelt een deel van de deelnemers belemmeringen in hun (dagelijkse) structuur – *"dat de hulp kwam was toch even een moment dat de week brak"*, een beperking in hun persoonlijke ontwikkeling – *"Ik was erg*

bezig met zingeving, nu kan dit minder”, of de vrijheid om te doen wat men graag zou willen, zoals ook beschreven wordt door deze 73-jarige meneer:

"Ik zou toch wel iets meer ontspanning willen, dat je gewoon lekker vrij je dingen kan doen die je gewend bent te doen. Dat is wel de hoop waarvan ik denk: nou, ik hoop dat het volgende maand, deze maand niet, maar de volgende maand wel weer verbetert, sowieso. Dat ik in ieder geval weer een keer gezellig uit eten kan."

Zelfs ogenschijnlijk eenvoudige activiteiten als de boodschappen of samen sporten kunnen zorgen voor een gevoel van vrijheid of zelfbeschikking, wat door velen nu dus wordt gemist. Ouderen omschrijven deze gevoelens van beperking als *drukkend* of *unheimisch*. Bij de senioren die mantelzorg verlenen aan hun partner komt specifiek naar voren dat zij zich momenteel sterker beperkt voelen in hun fysieke en mentale bewegingsvrijheid. Door het wegvallen van dagbestedingsactiviteiten of het ontvangen van minder thuiszorg zijn voor hen namelijk ook de wekelijkse momenten voor zichzelf, die voor de nodige oplading, bewegingsvrijheid en afleiding zorgden, weggevallen. Zoals ook beschreven in het volgende citaat van een 81-jarige meneer wiens vrouw normaliter naar de dagbesteding ging:

"Anders kon ik overdag nog eens even ergens anders heen... maar ik zit nu gewoon een beetje aan huis gebonden en ja, het eten en drinken en alles moet ik zelf klaar maken."

Gemis van intieme relaties

Voor veruit de meeste senioren uit het gevoel van isolatie zich in het gevoel beroofd te zijn van intieme relaties, het kunnen uiten van emoties naar elkaar en een belemmering in het zich verbonden voelen met hun omgeving. Deze gevoelens zorgen voor de nodige verdrietige, treurige of soms zelfs eenzame momenten. Vooral alleenwonende ouderen spreken hun zorgen en verdriet uit over het gevoel geïsoleerd te zijn van anderen en op zichzelf aangewezen te zijn. Deze groep ouderen mist veelal een klankbord, om over hun zorgen te praten, om mee te reflecteren en het piekeren te doorbreken. Ondanks dat het huidige, digitale contact een fijn alternatief is, biedt het voor sommige ouderen geen mogelijkheid tot het delen van persoonlijke zorgen of emoties, zoals ook in het volgende citaat wordt beschreven:

"Wie zit hier nog aan de tafel bij mij gezellig aan een kopje soep? Ja, niemand. Dus nee. Dus dat is ook wel een vorm van nou, eenzaamheid, ja, van alleen zijn. Die maakt dat dit soort overwegingen [gedachtes over een eventuele ziekenhuisopname] ook lastiger voor jezelf worden. Want niemand zegt iets terug." (vrouw, 74 jaar)

Tijdens ons onderzoek zijn we ook in gesprek gegaan met een aantal senioren die momenteel in een verpleeghuis wonen. Dit waren veelal verschillende telefonische gesprekken met dezelfde personen die gedurende een tijdsbestek van meerdere weken plaatsvonden. Waar de meeste bewoners aan het begin van de periode het nog eens waren met de maatregelen en deze zagen als een tijdelijk en noodzakelijk kwaad, begon het gemis van betekenisvolle contacten en een gevoel van isolatie toch bij hen de overhand te krijgen naarmate de weken vorderden. Zo vertelde een 74-jarige meneer in de zesde week van de maatregelen, dat hij zijn vrouw enorm miste:

"Wij begrijpen elkaar. Ik hoef haar niks uit te leggen. Normaal zitten we hier gewoon, uren, dat is heerlijk. Nu heb ik niemand om zo mee te praten. We bellen wel, maar dan ga je misschien 10, 15 minuten praten, geen uren. Dat begint nu wel... ja ik heb het goed, maar dat mis ik wel."

Bewustwording en waardering

De huidige situatie en de coronamaatregelen zorgen niet alleen voor een gevoel van isolatie, maar maken ouderen ook bewuster van de veranderlijkheid van het leven, de persoonlijke en maatschappelijke kwetsbaarheid - "Wij zijn een groep waar dit virus het op gemunt heeft", en hun eigen sterfelijkheid - "Je weet nu nog intenser dat je sterfelijk bent". Niet alleen het virus zelf maar ook de extra aandacht voor de kwetsbaarheid van ouderen door de overheid en landelijke media wakkeren deze bewustwording onder senioren aan. Zoals ook beschreven wordt door deze 73-jarige mevrouw:

"Nou, ik moet eerst zeggen dat in de beginfase, zal naïviteit geweest zijn, toen had ik helemaal niet in de gaten dat het eigenlijk over een doelgroep ouderen of kwetsbare ouderen ging. En ik ging steeds meer interviews volgen, toen dacht ik van hé, oké, daar hoor ik dus ook bij in de leeftijd, dat vond ik eng."

Een deel van de senioren geeft aan dat de bewustwording niet alleen voor gevoelens van kwetsbaarheid zorgt, maar ze ook doet beseffen hoe bevoorrecht ze zijn en welke mooie dingen er allemaal nog in het leven zijn. Zo geeft een mannelijke deelnemer van 75 jaar aan dat het besef van zijn eigen sterfelijkheid ook maakt dat hij zijn familie en vooral de kleinkinderen meer waardeert. Zo zegt hij: "Als je je familie ziet, ben je je meer bewust van de fragiliteit van het leven. Dat doet je je familie des te meer waarderen, vooral als je kleinkinderen hebt. Je ziet ze nu maar je weet niet of je ze over een maand of twee maanden zult kunnen zien." Een andere deelnemster van 84 jaar geeft aan dat zij sinds de coronacrisis nog bewuster dan voorheen haar emoties en gevoelens naar haar echtgenoot toe uitspreekt. Ook zien sommige senioren de huidige periode als een soort *pauze*, tijd voor persoonlijke bezinning en rust. Zo geeft een aantal deelnemers aan dat zij het ook wel prettig vinden dat de maatregelen ervoor zorgen dat keuzes over sociale bezigheden of bedrijvigheid nu niet gemaakt hoeven te worden, doordat het meeste nu simpelweg 'niet mag'.

3. Hoe om te gaan met de maatregelen?

Het besef van het unieke karakter van de coronacrisis leeft, net als bij elke generatie, ook onder ouderen. Ouderen spreken veelal met ongeloof over de situatie en kenmerken de crisis met woorden als *surrealistisch* en *ongemakkelijk*. Dit kan soms ook voor ongemakkelijke, maar grappige situaties zorgen, zoals tijdens het uitwijken voor elkaar in de supermarkt. Dat toch ook een gevoel van saamhorigheid oproept. Boven alles wordt het virus ervaren als ongrijpbaar en daarom ook zorgelijk. Ondanks dat veruit de meeste senioren aangeven dat ze niet bang zijn, maken ze zich zeker wel zorgen over de situatie in zijn geheel en is iedereen extra voorzichtig met bijvoorbeeld sociale contacten, het naar buiten gaan en hygiëne. De deelnemers ervaren corona als iets wat buiten hen om leeft en tegelijkertijd iets waar ze midden in staan. Enkele senioren vergelijken de huidige situatie met de oorlog: "Een oorlogstijd, maar dan zonder dat er gevochten wordt". Het verschil is dat de vijand in deze crisis onzichtbaar is. Een gevaar dat je niet kunt zien aankomen, maar dat wel veel schade aan kan richten, zoals de volgende 73-jarige meneer beschrijft:

"Omdat het zo... ongrijpbaar is. Als ik fiets, als ik een leeuw tegenkom... weet ik van, het is gevaarlijk. En dit is gewoon iets dat is nog gevaarlijker, alleen het is ongrijpbaar. Je ziet het niet."

De ongrijpbaarheid van het virus en de onzekerheid over de huidige situatie zijn twee aspecten die veel worden uitgesproken door de senioren. Op het eerste gezicht zijn de meeste deelnemers het, voor henzelf, dan ook grotendeels eens met de huidige maatregelen. Echter is de manier waarop zij deze maatregelen interpreteren en naleven

per individu sterk verschillend. Een enkeling blijft sinds de ingang van de maatregelen volledig binnenshuis en ontvangt niemand. Het grootste deel van de deelnemers gaat wel naar buiten, maar beperkt het sociale contact tot een minimum en altijd met 1,5 meter afstand en weer een enkeling heeft nog altijd met meerdere mensen face-to-face contact. De motivatie om wel of niet naar buiten te gaan of bezoek te ontvangen, is veelal gebaseerd op de eigen gezondheidsperceptie en die van degenen met wie ze samenwonen, de mening van familieleden en de dingen die zij belangrijk vinden in het leven. Zo geven de senioren die veelal binnen blijven aan dat dit te maken heeft met onderliggende gezondheidsklachten, het feit dat ze met hun leeftijd binnen de zogenoemde risicogroep vallen of omdat de (klein)kinderen zich zorgen maken. Voor anderen is het hebben van een goed ervaren gezondheid een motivatie om juist wel naar buiten te gaan. Naast gezondheid is te zien dat een aantal ouderen hun keuze om wel of niet naar buiten te gaan of wel of geen bezoek te ontvangen, baseert op wat zij belangrijk vinden in het leven. Zo beschrijft een 68-jarige mevrouw bijvoorbeeld dat naar buiten gaan voor haar essentieel is, een eerste levensbehoefte:

"Nou ik kan me niet voorstellen dat je echt helemaal binnen blijft ... dan ga ik zeker dood. Dat is niet te doen volgens mij".

Ondanks dat de ruimte om zelf te kunnen bepalen op welke manier men zich aan de maatregelen houdt erg belangrijk lijkt te zijn voor senioren omdat het hen een gevoel van controle en zelfbeschikking geeft, is dit niet voor iedereen even gemakkelijk. Zo is er een aantal ouderen dat aangeeft niet te weten hoe ze met de maatregelen om moeten gaan, wat er kan gebeuren als ze naar buiten gaan of wat er nou eigenlijk wel of niet mag. De ongrijpbaarheid van het virus in combinatie met het niet goed begrijpen van de maatregelen, al dan niet door beperkte taalvaardigheden, versterkt het gevoel van onzekerheid onder sommige senioren. Dit resulteert in angstgevoelens en soms volledige isolatie. Weer andere senioren geven aan zich onzeker te voelen over wat nog mag en zich daardoor zelfs schuldig te voelen als ze toch naar buiten gaan, zoals beschreven in de volgende quote:

"Dan zegt Rutte van blijf thuis, en dan voel ik me altijd wel schuldig als ik zelf bijvoorbeeld ga fietsen, dan heb ik een beetje het gevoel van... ja, overtreed ik iets niet?" (man, 79 jaar).

Ongeacht op welke manier ouderen de maatregelen in acht nemen of naleven, de regels lijken voor de meeste senioren ook rustgevend te werken doordat ze voor enige duidelijkheid in een zeer onzekere periode zorgen.

4. Coping mechanismen

Uit de interviews komt naar voren dat de coronacrisis naast praktische effecten ook emotionele gevolgen heeft voor senioren, die soms grote impact op hen hadden. Toch waren vrijwel alle deelnemers overwegend positief gestemd, gebruikten ze de 'vrijgekomen tijd' om oude hobby's op te pakken en benoemden zij vooral ook de fijne dingen in het leven zoals het contact via moderne communicatiemiddelen. Het inzetten van deze middelen of het starten van (nieuwe) activiteiten en het hierdoor aanbrengen van structuur in de dag zijn voorbeelden van 'coping mechanismen', manieren om beter om te gaan met deze crisissituatie. Uit de interviews blijkt dat de senioren op nog een aantal andere manieren grip proberen te houden op de situatie. In de volgende paragrafen worden deze manieren beschreven.

Relativeren

Veel senioren gaan om met de crisis door het relativeren en vergelijken van hun persoonlijke situatie. Zo geven alle deelnemers, ongeacht hun eigen sociaaleconomische achtergrond, aan dat zij het relatief 'goed' hebben gedurende de coronacrisis in vergelijking met andere mensen. Zo vertelt een 82-jarige mevrouw:

"Er zijn zoveel situaties waar mensen in slechtere omstandigheden verkeren... Zoals mensen die alleen wonen. Mensen die... daklozen. Mensen... asielzoekers. Noem maar op. Mensen in grote steden, op kleine flatjes... In verzorgingstehuizen, die geen bezoek meer kunnen krijgen."

Ondanks dat ouderen uit ons onderzoek zeker worden getroffen door de maatregelen, uiten de meesten meer zorgen en verdriet om de situatie van andere mensen. Zo vergelijken de deelnemers hun situatie met die van gezinnen met kinderen, en (kleine) ondernemers. Groepen die volgens hen hard geraakt worden door de crisis en zeker harder dan zichzelf. De zelfstandig wonende ouderen die wij hebben gesproken gaven daarnaast aan dat hun persoonlijke situatie in het niet valt bij die van de 'echte ouderen', waarmee de deelnemers veelal doelden op degenen die in een verpleeghuis wonen of ouderen die geen (online) communicatiemiddelen kunnen gebruiken.

De deelnemers geven aan zich extra bewust te zijn van de relatieve vrijheid en de bevoorrechte positie die ze momenteel hebben door onder andere hun financiële stabiliteit (AOW en sommigen een aanvullend pensioen), hun woonsituatie (bijvoorbeeld ruime tuin, fijn huis), het hebben van een partner, goede gezondheid en/of een fijne band met familieleden. Ook deelnemers die van een kleine beurs leven, relativeren hun positie. Zo vertelden enkele vrouwen dat zij momenteel veel contact onderhouden met familie en vrienden via WhatsApp bellen. WhatsApp bellen is immers gratis omdat dit is inbegrepen in hun internetpakket. Ondanks dat dit een fijne oplossing voor henzelf is spraken zij allen ook hun zorgen uit voor degenen die 'ouder' zijn en geen toegang hebben tot deze communicatiemiddelen.

Accepteren

Naast het relativeren van hun eigen situatie geven senioren aan de huidige omstandigheden en de getroffen maatregelen zo goed als mogelijk te accepteren. Zo beschrijft een 95-jarige meneer: *"Ik leg mij er gewoon bij neer. Het komt wel weer goed. Als ouderen zijn we daar wat gemakkelijker in, denk ik."* Door het accepteren van de situatie maar ook het erkennen dat *"mooie tijden weer komen"* en dat we straks *"dubbel kunnen genieten"*, lijken ouderen de periode positief door te kunnen komen. Uit de manier waarop de senioren over acceptatie van de huidige situatie praten, schemert echter ook een verwachting van tijdelijkheid door. Zoals ook blijkt uit het volgende citaat van een 65-jarige man:

"Dit virus gaat niet altijd leven. Betere dagen en goede tijden gaan weer komen. Maakt niks uit als het een jaar duurt, 6 maanden of anderhalf jaar. Het is een virus en het gaat een keer weer weg. Zo positief ben ik wel."

Het gevoel dat de situatie tijdelijk is, maakt dat veel senioren de moed erin houden en met een positieve blik vooruit kijken. Daarbij focussen sommige ouderen zich, zoals eerder beschreven, op 'wat nog wel kan', wat het accepteren van de situatie ook gemakkelijker lijkt te maken: *"Het is natuurlijk een nare zaak, maar niet echt problematisch, want mijn mobiele telefoon is nu het contact. Misschien zelfs beter dan voorheen"* (man, 70 jaar, wonend in verpleeghuis). Ook proberen ze extra te genieten: *"Het zijn de kleine dingen die het doen... vooral nu, omdat je natuurlijk minder afleiding hebt"* (vrouw, 92 jaar). Tegelijkertijd laat de focus op het gevoel van tijdelijkheid zien

dat ouderen niet willen toewerken naar een 'nieuwe normaal' maar liever zien dat het 'oude normaal' weer mogelijk is.

Beperken

Een derde coping mechanisme dat uit de gesprekken naar voren komt, is het beperken van het volgen van de corona berichtgeving in de media. De senioren geven aan dat ze het belangrijk vinden om de berichtgeving bij te houden, maar deze ook bewust af en toe even uit te schakelen of enkel op vaste momenten naar het nieuws te kijken om gevoelens van somberheid of weemoedigheid te voorkomen. Zo geeft een 73-jarige deelneemster aan dat het soms ook te veel wordt:

"Ik hou het globaal een beetje bij, maar ik lees echt niet elk corona verhaal. Hoe triest ik het ook vind, maar dat zijn dingen die je niet allemaal tot je kan nemen. Dat lijkt mij dan een heel verwarrend iets in je hoofd. Het wordt allemaal steeds maar groter."

De meeste ouderen filteren het nieuws door zich op een specifieke nieuwsbron of vast moment in de dag te focussen. Ondanks dat het virus en de maatregelen zeker onderwerp van gesprek zijn met familie of vrienden, probeert men ook hierin een balans te vinden tussen andere 'luchtigere' verhalen en zware corona onderwerpen. Een enkeling geeft zelfs aan niet over het coronavirus te willen praten met anderen, om zo depressieve gevoelens te beperken.

5. Toekomstperspectief en (maatschappelijke) zorgen

We hebben de deelnemers van dit onderzoek ook gevraagd hoe zij de toekomst zien. Hieruit komt naar voren dat de meeste senioren de toekomst, als het gaat om hun eigen situatie, redelijk positief zien. Zo zijn er deelnemers die aangeven dat ze het niet heel erg vinden om nu even wat minder te kunnen doen omdat hun tijd wel weer komt. Tegelijkertijd zijn er ook ouderen die aangeven het lastig te vinden momenteel geen plannen te kunnen maken en niet te weten hoelang de situatie nog zal gaan duren. Een enkeling maakt zich toch ook wel een beetje zorgen of alles wat hij zou willen nog kan, straks na corona. Desondanks zien de deelnemers dit als een tijdelijk kwaad, een pauze om terug te kunnen naar de normale situatie. Dit komt ook weer overeen met het eerder genoemde coping mechanisme dat de tijdelijkheid van de situatie maakt dat senioren het leven nu en in de toekomst - ondanks de huidige belemmeringen en halt in hun (sociale) leven - redelijk rooskleurig blijven zien.

Economie en jongeren

Als het echter gaat om de toekomst van anderen, van de maatschappij en de economie, dan zijn ouderen een stuk minder positief. Zoals ook duidelijk wordt beschreven in onderstaande quote van een 68-jarige vrouw:

"Je denkt van 'jeetje, zo maar ineens alles veranderd'. Wat brengt de toekomst? Wij hebben financieel geen zorgen, denken we. We wonen in een huis. Dat is afbetaald. Allebei een AOW; een klein pensioentje. Wij redden het wel... Maar ik ken in mijn omgeving ook heel veel mensen waar ineens alles instort. Dan denk ik 'jeetje'. Dat gaat jaren duren. Dat is niet één twee drie klaar. Dat is zorgelijk... maar daar kan ik verder niets aan doen. Ik kan hooguit het leed van wat mensen verzachten door ze aan te horen en mee te leven, maar meer niet."

Senioren beschrijven de huidige situatie als een wereldprobleem, waar iedereen mee te maken heeft. Er worden zorgen geuit met betrekking tot de economische impact van de crisis op zowel (kleine) ondernemers als de gehele maatschappij en jongere generaties.

Zo beschrijft een 95-jarige meneer: *"De hele situatie waar we mee te maken hebben kost zo ontzettend veel geld. Het slokt zo ontzettend veel van ons totale inkomen. Hoe moet dat als het langer blijft?"* Een mannelijke deelnemer van 67 jaar stelt dat we altijd in een gigantische welstand hebben geleefd en veel dingen als vanzelfsprekend zagen. Hij vraagt zich dan ook af of dit nog wel kan. Een 72-jarige mevrouw noemt dit *"de nieuwe kwetsbaarheid"* van onze maatschappij, waarin alles even stil ligt en nieuwe vormen van samenleven kunnen worden ontdekt.

Een andere maatschappelijke zorg die veel wordt uitgesproken door senioren is die om het leven van de jeugd en jongvolwassenen en hun (economische) toekomst. Senioren maken zich zorgen om de thuissituatie van jonge gezinnen met kleine kinderen en de scholing van de jeugd. Een 95-jarige deelnemer vertelt over zijn eigen ervaring tijdens de oorlog, over de scholing die hij toen heeft gemist en de impact hiervan op de rest van zijn leven. Een andere 75-jarige deelnemer verwijst terug naar zijn eigen studietijd, waarin hij heeft leren samenwerken met anderen, een hoop vrienden heeft gemaakt en zich persoonlijk enorm heeft ontwikkeld. Hij vraagt zich dan ook af hoe dit in de toekomst zal gaan. Ouderen beschrijven de huidige situatie dan ook vooral als een halt in de ontwikkeling van jongeren, zoals treffend wordt verwoord door deze 80-jarige mevrouw:

"Het leven is niet eeuwig. Ja, ik ben nu 80 geworden, dus ik ben al een eindje op weg, maar er zijn zoveel jongeren die, tegenwoordig met al die rare ziektes die ze kunnen krijgen, terwijl zij nou net misschien hun leven een beetje starten, en dan komt er zo'n jaar tussen en misschien over 2-3 jaar worden ze wel ziek en kunnen ze niks meer en hebben ze eigenlijk niks gehad."

Verpleeghuizen

Naast zorgen om de economie en de jeugd willen veel senioren zich ook sterk maken voor de positie van ouderen in verpleeghuizen. Veel van de deelnemers kennen ouderen die wonen in een verpleeghuis, bijvoorbeeld een familielid of door vrijwilligerswerk en maken zich grote zorgen over hun situatie. De huidige situatie in het verpleeghuis wordt beschreven als 'de echte isolatie'; een enkeling spreekt zelfs van een gevangenis. De maatregelen in het verpleeghuis kwamen vaak terug in de interviews en de vraag of deze gerechtvaardigd zijn is voor veel senioren lastig te beantwoorden. Er zijn deelnemers die de maatregelen goed vinden, een noodzakelijk kwaad. Sommigen zijn het deels eens met de huidige maatregelen maar zouden graag wat meer nuance en mogelijkheden voor maatwerk zien. Zoals beperkt contact of iets meer bewegingsvrijheid voor de bewoners. Voor anderen wegen de maatregelen zeker niet op tegen de negatieve impact die zij mogelijk hebben op het welbevinden en de geestelijke toestand van zowel de bewoners als hun familie. Zo zouden de maatregelen voor onrust en verwarring zorgen, plezier en afleiding ontnemen en eenzaamheid aanwakkeren.

De grootste zorgen gaan uit naar de cognitieve achteruitgang van bewoners en de het risico op depressies, eenzaamheid en een lagere immuniteit. Zo beschrijft een deelnemster dat ze bang is dat de ouderen die zij normaliter wekelijks bezocht straks niet meer zullen weten wie zij is en dat bezoek dan alleen maar voor meer verwarring zal zorgen. Enkele senioren willen graag opkomen voor de bewoners in het verpleeghuis, zoals ook deze 80-jarige deelnemster:

"Dan zou ik nu de stem willen vertegenwoordigen van al die arme ouderen, die opgesloten zitten in bejaardentehuizen en dan soms lichtelijk de weg kwijt zijn en dat niet kunnen verwoorden. Dan zou ik daarvoor willen opkomen. Dit is fout! Wat ze nu doen. Helemaal fout. Dit is zo slecht voor die mensen en zo tegennatuurlijk. Het hele kleine beetje liefde en aandacht dat moeten ze echt nog eventjes krijgen. Dit is heel onbarmhartig."

Anderen wijzen naar de politiek. Zo geeft een 73-jarige deelnemer aan dat de politiek niet alleen met maatregelen moet komen, maar ook met gepaste oplossingen en geld om deze oplossingen te realiseren. Al met al raakt het de senioren wat er momenteel gebeurt in de verpleeghuizen, ook voor mensen met een geestelijke of lichamelijke beperking. De geïnterviewde ouderen dragen zelf ook hun steentje bij door iets vaker een kaartje te sturen of, waar mogelijk, een keer te bellen met bewoners.

De samenleving

De zorgen om anderen in de maatschappij maakt dat er een sterk gevoel van solidariteit heerst onder senioren. Zoals eerder beschreven uit dit zich in het wat vaker bellen van 'eenzame', alleenstaande of 'oudere' vrienden en kennissen, het sturen van cadeautjes of wat vaker iets bestellen bij de plaatselijke middenstand. Een enkeling stelt dat ouderen nog een stapje verder zouden kunnen gaan door volledig binnen te blijven zodat jongeren en jongvolwassenen het leven en de economie weer kunnen opstarten. Zo vertelt een 72-jarige meneer: *"Laat de gezonde mensen werken. Dat is a: goed voor henzelf, en b: het is goed voor de economie"*. Een andere deelnemster van 80 jaar stelt dat de impact op haar leven door binnen te blijven in het niet valt bij de geestelijke schade die aangericht wordt door niet kunnen werken en overspannen raken van de zorgen van anderen.

Ouderen beschrijven echter ook een keerzijde van de coronacrisis als het gaat om maatschappelijke solidariteit en de samenleving. Ondanks dat er senioren zijn die lof en bewondering uitspreken voor het winkelpersoneel dat zo goed voor de hygiëne zorgt, worden er ook irritaties geuit over de laksheid van sommige mensen als het gaat om het naleven van de maatregelen. Daarnaast zijn enkele deelnemers geschrokken van de berichtgeving over IC-opnames en de positie van ouderen in de maatschappij, zoals hieronder beschreven in de quote van een 73-jarige mevrouw:

"Wat ik wel vind... als ik dat zo hoor in de media... dat ze momenteel met het coronavirus... dat ze oudere mensen, dat die dan toch eigenlijk soms een beetje op de tweede plek komen en als ze dan moeten kiezen, dat ze dan voor een ander... voor iemand die jonger is of wat dan ook... dat ze die voorrang geven. En dat vind ik wel een heel enge toestand want dan ga je voor God spelen."

Ondanks dat de meeste ouderen het eens zijn dat er over thema's als IC-opnames, kwaliteit van leven en uiterste behandelingsmogelijkheden moet worden gesproken, ook in het maatschappelijke debat, valt de toon en manier waarop dit in de media wordt besproken menigeen tegen. Toch zijn veel van de deelnemers door de berichtgeving en de huidige situatie gaan nadenken over hoe zij een eventuele behandeling graag zouden zien, zoals ook beschreven in de volgende quote van een 74-jarige deelnemster:

"Maar het [berichtgeving] heeft mij er ook toe gebracht om er echt over na te denken: wil ik dit? Wil ik zo drie weken aan de beademing gelegd worden? En dan nou ja, ik heb het nog niet hardop gezegd. Maar ik geloof dat ik het niet wil. Nee."

De deelnemers kijken op verschillende manieren naar een eventuele IC-opname, zo zijn er ouderen die bij voorhand af zien van behandeling en liever 'hun plek' aan jongeren afstaan mocht er een tekort aan IC-bedden komen, maar er zijn ook ouderen die een eventuele opname juist nog strijdlustig tegemoet zien. Ongeacht hun keuze, vinden de deelnemers dat er genuanceerder over dit soort persoonlijke onderwerpen bericht zou moeten worden. In het hierop volgende en tevens laatste thema wordt verder ingegaan op de positie van ouderen in media en berichtgeving ten tijden van corona.

6. Berichtgeving en beeldvorming

Tot slot vroegen we deelnemers hoe ze de berichtgeving over het coronavirus en de maatregelen, en het beeld van ouderen in deze berichtgeving, persoonlijk ervaren. Het merendeel van de deelnemers voelt zich voldoende geïnformeerd door de berichtgeving. Ook lijken de meeste senioren het in eerste instantie eens te zijn met de 'extra' aandacht die door de overheid en media wordt geschonken aan ouderen en de nadruk die wordt gelegd op ouderen als een 'risicogroep'. Zoals ook deze 72-jarige deelnemer aangeeft: *"Nou het lijkt me heel zinnig om dat zo te stellen, want tenslotte zijn onze afweersystemen.. die zijn natuurlijk even oud als de rest van het lijf."*

Daar tegenover ervaart een deel van de senioren de berichtgeving als *generaliserend* en *betuttelend* en worden berichten over kwetsbare ouderen soms met verontwaardiging ontvangen. Zo vinden sommige deelnemers dat wel vaker de kracht van ouderen benadrukt mag worden en er meer aandacht kan worden besteed aan wat ouderen wel kunnen, zoals ook beschreven door één 63-jarige deelnemster:

"Net of de ouderen een beetje gehandicapt zijn geworden, terwijl er best moderne ouderen zijn die ook bijvoorbeeld kunnen videobellen en dergelijke. Eigenlijk moet men de kracht van de ouderen gebruiken en niet zomaar in een hoekje stoppen, van: och, jullie zijn kwetsbaar en zielig, dus blijven jullie maar binnen. Nee, hoeft niet."

Ook wordt genoemd dat wij, de gehele samenleving, niet moeten vergeten wat de oudere generaties hebben betekend voor de welvaart van nu. Zo blijkt ook uit het citaat van een 73-jarige deelnemster: *"Hè, ik dacht van ho eens even jongens, jullie hebben het zeker over de 80-jarigen zeg maar, over een generatie die ervoor gezorgd heeft, dat wij het allemaal te goed hadden, eigenlijk. En nu willen jullie van die generatie in feite af."*

Ongeacht hoe senioren de berichtgeving ervaren – correct, respectloos of te betuttelend - blijkt uit de gesprekken dat lang niet iedereen zichzelf ook daadwerkelijk aangesproken voelt door de berichtgeving over ouderen als 'risicogroep' of 'kwetsbaar'. Vooral de zelfstandig wonende deelnemers die zichzelf vitaal vinden geven aan zich niet te herkennen als (kwetsbare) ouderen. Zoals deze 73-jarige deelnemer ook aangeeft: *"Ik had absoluut niet door dat het over de kwetsbare ouderen ging, waartoe ik qua leeftijd behoort."*

Wanneer senioren praten over de berichtgeving en ouderen refereren zij veelal niet aan hun eigen situatie maar die van ouderen in verpleeghuizen, de 'hele oudere' ouderen of bekenden met gezondheidsproblemen. Enkelens waren soms zelfs wat verbaasd bij het noemen van de 'risico kalenderleeftijd' (70+) dat ook zij tot de ouderen behoren waar het zo veel over gaat in de media. Maar ook anderen die zich wel kwetsbaar voelen en contact zeer bewust uit de weg gaan, voelen zich niet altijd gerepresenteerd in het beeld van kwetsbare ouderen. Vaak vragen deelnemers zich dan ook af wie 'de ouderen' dan zijn en welke mensen precies dan écht meer risico hebben op een ernstige corona-infectie. Sommige deelnemers vragen zich voornamelijk af waar de leeftijdsgrens tussen jong en oud ligt, zoals ook in het citaat hieronder naar voren komt. Andere genoemde aspecten die volgens de deelnemers mogelijk risico verhogend zouden kunnen zijn, zijn bijvoorbeeld onderliggende ziektebeelden, sociaaleconomische status of overgewicht. In het volgende citaat, van een 79-jarige meneer, zien we deze onduidelijkheid over wie de doelgroep nou precies is terug:

"Ik hoor het aan in het algemeen zeg maar. Ik voel me niet aangesproken dus hoor het gewoon aan. En wat valt er dan onder ouderen. Beginnen ze daar met

60 mee, of 70 of 80? Want ouderen worden steeds ouder. Dus wat is in principe oud? Waar begin je nou mee."

Er is dan ook geen consensus over hoe de berichtgeving zou moeten zijn. Voor de één mag de berichtgeving dus wel wat stelliger om mensen die verhoogd risico lopen door hun leeftijd er duidelijk op te wijzen bepaalde zaken niet te doen. Voor de ander mag er juist wat meer nuance in de berichtgeving worden aangebracht, met name als het gaat om wat nu precies bijdraagt aan het risico, en moet er duidelijk worden gemaakt wat kwetsbaarheid in relatie tot corona precies betekent. Kortom, er is geen eenduidig antwoord op hoe de berichtgeving zou moeten zijn en hoe het beeld van ouderen dan naar voren zou moeten komen. Maar de berichtgeving nu waarbij vrijwel uitsluitend wordt gesproken over 'kwetsbare ouderen' lijkt minder aan te sluiten bij de leefwereld van ouderen zelf.

Samenvatting en aanbevelingen

Samengevat brengt de huidige periode voor velen een gevoel van isolatie en een duidelijke beperking in het doen van de dingen die men graag zou willen doen. Daar tegenover staat dat voor sommige deelnemers de periode een vorm van rust, bezinning of bewustwording biedt. Feit blijft dat de coronacrisis voor de meeste senioren een tijdelijke stilstand in hun leven betekent door het wegvallen van betekenisvolle ontmoetingen, persoonlijke (keuze)vrijheid en maatschappelijk betekenisvol kunnen zijn. De impact van de crisis en de maatregelen kan voor de één ingrijpender zijn dan voor de ander, maar in de manier waarop ouderen omgaan met deze verandering en de gevoelens die daarbij opkomen zien we wel patronen. Ouderen relativeren - *ik heb het nog wel oké* - en accepteren - *het is wat het is* - hun persoonlijke situatie, en waar mogelijk beperken zij het nieuws en verhalen over corona - *ik zet die tv toch maar weer even uit* - om beter om te kunnen gaan met de crisis. We zien aan de ene kant dat ouderen het eens zijn met de maatregelen en dat de naleving hiervan of eigen interpretatie hiervan vaak rust geven. Aan de andere kant zien we echter dat de maatregelen ook een bepaalde mate van vrijheid en zelfbeschikking wegnemen en dat senioren hier soms sombere gevoelens aan overhouden. Ouderen benadrukken vooral de tijdelijkheid van de crisis - *straks kunnen we weer dubbel genieten* - en dat dit vooruitzicht hen helpt in het doorkomen van de dagen. Hierbij wordt duidelijk dat ouderen liever hun leven eventjes op pauze zetten dan toe te werken naar een 'nieuwe normaal'. Wel maken senioren zich zorgen over de lange termijn gevolgen van de crisis, voor de samenleving als geheel en voor het leiden van een betekenisvol leven voor zichzelf. Tot slot, lijken ouderen het vaak eens met de berichtgeving en weten ze dat ze tot de risicogroep behoren door hun kalenderleeftijd. Echter voelen ze zich niet altijd aangesproken door het beeld dat de media van ouderen schetsen en herkennen ze zichzelf hier vaak niet in.

Lessen voor de toekomst

Er zijn verschillende lessen die we uit dit onderzoek kunnen meenemen. Ten eerste laat dit onderzoek zien dat er in zowel de samenleving als de media meer aandacht moet komen voor de diversiteit van senioren en daarmee ook voor de verschillende ervaringen tijdens de coronacrisis. We zien dit vooral terug in hoe ouderen met de maatregelen omgaan en dat ze zich vaak niet aangesproken voelen door het eenduidige en generaliserende beeld van ouderen dat in de media wordt geschetst. Het erkennen van deze diversiteit kan ons helpen in het beter overbrengen van specifieke maatregelen en het voorkomen van vermijdbare gevoelens van onzekerheid of angst. Ten tweede zien we dat ouderen omgaan met de situatie door het benadrukken van tijdelijkheid, en de acceptatie en aanpassing aan deze tijdelijke maatregelen, al wordt steeds duidelijker dat de coronacrisis nog lang niet achter de rug is. Dit vraagt dus om strategieën waardoor

ouderen, net als alle andere leeftijdsgroepen, in de 1,5 meter maatschappij kunnen deelnemen en waardoor ook zij betekenisvolle activiteiten kunnen blijven ondernemen. Ons advies is dan ook om in gesprek te gaan en blijven met senioren, te focussen op hun kracht en mogelijkheden en op basis van hun ervaringen, inzichten en opvattingen nieuwe maatregelen en strategieën te ontwikkelen die hen de kans geeft activiteiten te ontplooiën die voor hen betekenisvol zijn.

Dankwoord

We willen graag de gelegenheid nemen om alle deelnemers van het onderzoek te bedanken voor hun tijd en het delen van hun persoonlijke ervaringen. Wij hebben genoten van de vele gesprekken en zijn blij dat wij op deze manier de verhalen van senioren in tijden van corona hebben mogen vertolken.

Ook willen wij graag iedereen die heeft geholpen met de verspreiding van ons onderzoek onder zijn of haar familie en netwerk willen bedanken.

Contact over het onderzoek

Wij zijn heel benieuwd wat u vindt van deze publiekssamenvatting. Ook zullen we u op de hoogte houden van de publicaties die hieruit mogelijk nog volgen. We begrijpen dat situaties steeds veranderen, dus mocht u iets willen toevoegen aan de ervaringen die u eerder hebt gedeeld met ons, dan nodigen we u hierbij van harte uit om contact met ons op te nemen. Mocht u vragen of opmerkingen hebben, of uw verhaal kwijt willen, dan kunt u ons bereiken via e-mail (Miriam Verhage verhage@leydenacademy.nl of Lucia Thielman thielman@leydenacademy.nl) of telefoon (06 23809113).

Methoden

De in dit document beschreven resultaten zijn gebaseerd op een kwalitatief interview onderzoek uitgevoerd door een team van onderzoekers van Leyden Academy on Vitality and Ageing. Gedurende de maand april 2020 hebben wij middels telefonische interviews senioren gevraagd naar hun ervaringen met betrekking tot de huidige coronacrisis en de bijbehorende maatregelen. In totaal hebben 59 ouderen deelgenomen aan het onderzoek. Wij hebben getracht een zo groot mogelijke diversiteit binnen de onderzoekspopulatie na te streven. Onder de deelnemers bevonden zich 34 vrouwen (58%) en 25 mannen (42%). De gemiddelde leeftijd was 75 jaar, de jongste deelnemer was 54 jaar oud en de oudste was 95 jaar oud. 55 deelnemers (93%) woonden op het moment van het interview zelfstandig, 4 personen woonden in een verpleeghuis. 26 deelnemers (44%) woonde ten tijde van het onderzoek alleen. De deelnemers woonden verspreid over Nederland, van Zeeland tot Overijssel. Ook hebben we senioren in diverse woonomgevingen geïnterviewd, van sterk stedelijk tot sterk landelijk. De meerderheid van de deelnemers heeft een Nederlandse achtergrond (71%), 17 personen hebben een migratieachtergrond (29%) waaronder 9 met een Westerse migratieachtergrond - Amerikaans, Brits, Belgisch, Deens, Hongaars, Indisch en Portugees - en 8 met een niet-Westerse migratieachtergrond - Marokkaans, Antilliaans en Surinaams.

Het onderzoek is uitgevoerd aan de hand van telefonische semi-gestructureerde interviews, dit wil zeggen dat we tijdens de interviews een thematische leidraad gebruikten. De thema's die aan bod kwamen in deze leidraad zijn: veranderingen in (dagelijkse) bezigheden, veranderingen in sociale contacten, vitaliteit en gezondheid, impact op persoonlijk welbevinden en berichtgeving (over ouderen) in de media. De thema's zijn tot stand gekomen in overleg met de wetenschappelijke stafleden van Leyden Academy en twee senioren. De interviews duurden gemiddeld 45 minuten met uitschieters tot anderhalf uur. Na mondelinge toestemming van de deelnemers zijn de interviews opgenomen, getranscribeerd, gecodeerd en geanalyseerd middels een kwalitatief analyseprogramma (MAXQDA). Het onderzoek is goedgekeurd door de METC LDD onder CoCo2020-014. De senior onderzoeker verantwoordelijk voor het onderzoek is Jolanda Lindenberg. Zij heeft tevens een klein aantal interviews gedaan. De overige interviewers zijn gehouden door drie junior onderzoekers Lieke de Kock, Miriam Verhage en Lucia Thielman. Het coderen is gedaan door twee onderzoekers, Lucia Thielman en Miriam Verhage in samenspraak met Jolanda Lindenberg en Lieke de Kock. Lucia Thielman en Miriam Verhage schreven deze publiekssamenvatting in samenspraak met de overige betrokken onderzoekers en met medewerking van Niels Bartels (communicatie) en Jacqueline Leijts (ondersteuning).

De uitkomsten van het onderzoek zijn niet alleen terug te vinden in deze rapportage, maar zijn ook gebruikt als basis voor een manifest van Leyden Academy over ouderen en corona, zie www.leydenacademy.nl/manifest-leyden-academy-ouderen-en-corona-vier-lessen-en-kansen. Ook worden de uitkomsten momenteel verwerkt in een Engelstalig wetenschappelijk artikel (publicatie verwacht in juli 2020).

Leyden Academy on Vitality and Ageing

Poortgebouw Zuid

Rijnsburgerweg 10

2333 AA Leiden

Tel.: 071-5240960

E-mail: info@leydenacademy.nl

Website: www.leydenacademy.nl

©2020, Leyden Academy on Vitality and Ageing

