

# Participatie in culturele centra en de bijdrage aan het subjectief welzijn van Hindoestaanse ouderen in Utrecht

*Scriptie samenvatting van onderzoek uitgevoerd bij het ouderen ontmoetingsproject van Stichting Asha, Utrecht.*

## **Algemene samenvatting van het onderzoek**

De manier waarop participatie binnen een cultureel centrum kan bijdragen aan het subjectief welzijn van Hindoestaanse migrantenouderen in Utrecht, is onderzocht met behulp van kwalitatieve onderzoeksmethoden. Dit is gedaan door te observeren tijdens bijeenkomsten van het ouderen ontmoetingsproject bij Stichting Asha en het afnemen van interviews met 20 Hindoestaanse migrantenouderen van 56 tot 86 jaar die participeren binnen Stichting Asha. De volgende onderwerpen zijn vervolgens onderzocht: sociale contacten, gezondheid, levensvoldoening, mobiliteit en persoonskenmerken zoals de migratieachtergrond. Hieruit bleek dat voornamelijk het hebben van sociale contacten en een goede gezondheid bepalend zijn voor hun subjectief welzijn. Het is duidelijk geworden dat participatie binnen Stichting Asha hier positief aan bijdraagt. Hoewel het niet alle negatieve aspecten van ouderdom (zoals een slechtere gezondheid) kan oplossen, is gebleken dat participatie binnen een cultureel centrum erg wordt gewaardeerd. De voornaamste redenen hiervoor zijn het ontmoeten van mensen met dezelfde culturele achtergrond en het hebben van afleiding om bijvoorbeeld eenzaamheid tegen te gaan.

## **Waarom en wat is er onderzocht?**

De Nederlandse bevolking is in toenemende mate aan het vergrijzen, zo ook de eerste generatie migranten die naar Nederland zijn gekomen. Uit voortgaand onderzoek is gebleken dat migrantenouderen ouderdom vaak op een andere manier ervaren en vaak een meer kwetsbare positie in de samenleving hebben (Wieringen, 2014; Suurmond et al., 2016). De overheid richt zich tegenwoordig veelal op het mogelijk maken van ouder worden in de eigen leefomgeving als adaptatiestrategie voor de vergrijzing (Lager et al., 2014). Om dit positief te laten verlopen, is het belangrijk dat er ook goed naar de ervaringen van ouderen worden geluisterd op het gebied van hun (subjectief) welzijn in dit proces.

Dit onderzoek zal zich speciaal richten op Hindoestaanse ouderen in Utrecht, omdat in heel Nederland Surinaamse 55-plussers de grootste groep niet-westerse migrantenouderen zijn. Mede hierdoor zijn er in Utrecht ook veel voorzieningen voor de Hindoestaanse gemeenschap, zoals culturele centra. Deze centra kunnen een belangrijke rol spelen in het verhogen van het subjectief welzijn van ouderen, omdat men er bijvoorbeeld sociale contacten opbouwt (met name met mensen met dezelfde culturele achtergrond) of leert over specifieke gezondheidsproblemen.

Het doel van dit onderzoek is het in kaart brengen van het subjectief welzijn van Hindoestaanse migrantenouderen en te achterhalen of het participeren binnen een cultureel centrum hieraan kan bijdragen. De volgende vraag is opgesteld en wordt beantwoord in dit onderzoek:

- *In hoeverre draagt participatie in een cultureel centrum bij aan het subjectief welzijn van Hindoestaanse 55-plussers in Utrecht?*

## **Hoe is het onderzoek uitgevoerd?**

Dit onderzoek richt zich op de persoonlijke ervaringen en leefwerelden van Hindoestaanse ouderen. Het gaat over hoe ouderen zelf oordelen over hun welzijn, ofwel het subjectief welzijn. Om dit te onderzoeken is er geobserveerd en zijn er interviews afgenomen onder de ouderen die meedoen bij Stichting Asha aan het

ouderen ontmoetingsproject. Zij zijn benaderd om mee te doen aan het onderzoek tijdens de bijeenkomsten van het ontmoetingsproject, de interviews zijn afgenomen in het cultureel centrum zelf.

Door te observeren zijn er inzichten verkregen over de dynamiek van de groep en over wat voor soort activiteiten er georganiseerd worden bij Stichting Asha. Er is zowel geobserveerd door mee te doen aan activiteiten, als door mee te kijken met hoe anderen mee doen aan de activiteiten. Er is voornamelijk gelet op welke activiteiten georganiseerd werden, hoeveel mensen er aanwezig waren, hoe deze mensen met elkaar omgingen en wat de algemene sfeer was tijdens de bijeenkomsten.

Vervolgens zijn er 20 diepte-interviews afgenomen (12 vrouwen en 8 mannen) met mensen van tussen de 56 en 86 jaar oud, die participeren bij het ouderen ontmoetingsproject van Stichting Asha. Alle interviews duurden tussen de 20 minuten en een uur, maar waren gemiddeld een half uur. Het ging om diepteinterviews, wat betekent dat er diep op specifieke onderwerpen werd ingegaan. Tijdens de interviews zijn vooral persoonlijke ervaringen en meningen besproken, die later anoniem zijn verwerkt in de resultaten van het onderzoek.

### **Wat zijn de belangrijkste resultaten van het onderzoek?**

Door te observeren werd snel duidelijk dat er bij Stichting Asha sprake is van een hechte gemeenschap, met veel ouderen die wekelijks aanwezig zijn en elkaar goed kennen. Iedere week waren er ongeveer 50 mensen aanwezig, hoewel dit aantal varieerde. Er zijn veel actieve vrijwilligers die helpen rondom de organisatie van de activiteiten. De activiteiten die gehouden worden verschillen, maar veelal bestaan deze uit sportactiviteiten, (gezondheids-) voorlichtingen, muziek maken, spelletjes spelen, samen lunchen en nieuwsberichten bespreken.

Nu zullen de resultaten per onderzochte categorie worden besproken:

*Sociale contacten* - Uit de resultaten is gebleken dat vooral sociale contacten belangrijk zijn voor het bepalen van het subjectief welzijn. Het hebben van contacten wordt zowel genoemd als belangrijk voor de mate van levensvoldoening, maar wordt ook als een van de meest gewaardeerde punten van Stichting Asha naar voren gebracht. Onder de sociale contacten zijn familierelaties belangrijk, maar relaties met vrienden zijn tevens erg belangrijk. Stichting Asha kan hierin een belangrijke rol spelen in het opdoen en onderhouden van deze relaties en is een belangrijke ontmoetingsplaats.

*Gezondheid* - De gezondheid speelt ook een belangrijke rol in het waarderen van iemands welzijn en in welke mate zij tevreden zijn met hun leven. De participanten hebben aangegeven dat hun gezondheid hen kan belemmeren in het dagelijks leven en dit betreuren. De rol van Stichting Asha op het gebied van gezondheid bestaat vooral uit het verstrekken van informatie over gezondheid en van bewegingsactiviteiten. De participanten gaven echter ook aan dat Stichting Asha hier niet de enige bron voor is, omdat zij op andere plekken ook veel leren over gezondheid. De meeste ouderen gaven aan deze voorlichtingen in het centrum erg te waarderen, maar er was soms enige verdeeldheid over voor wie deze voorlichtingen bedoeld waren. Mensen met medische klachten gaven aan dat zij de voorlichtingen niet altijd nodig hebben, omdat zij door hun conditie al veel weten. Tegelijkertijd gaven mensen zonder medische klachten aan de voorlichtingen niet nodig te hebben door hun gebrek aan klachten.

*Levensvoldoening* - Het is duidelijk geworden dat de mate van levensvoldoening sterk samenhangt met het subjectief welzijn en dat deze sterk wordt bepaald door andere eigenschappen zoals sociale contacten en gezondheid. Participatie in een cultureel centrum kan daardoor voornamelijk indirect bijdragen aan een

hogere levensvoldoening door te fungeren als ontmoetingsplaats voor sociale contacten en het verbeteren van de gezondheid door bijvoorbeeld sportactiviteiten en voorlichtingen te organiseren.

*Mobiliteit* - Veel ouderen gaven aan nog alles te kunnen doen wat zij zouden willen en hier niet ontevreden over zijn. Mobiliteit speelt daarom vooral een rol op het gebied van vervoer. Inkomen is hierin belangrijk, maar vooral de gezondheid speelt een rol in of de participanten in staat zijn om naar Stichting Asha te gaan.

*Migratieachtergrond* - De migratieachtergrond bleek erg belangrijk in de mate van participatie binnen Stichting Asha. Het centrum wordt als mogelijkheid gezien om de eigen cultuur uit te oefenen en met Hindoestaanse mensen in contact te komen. Daarnaast speelt het gemis van Suriname ook een rol in hoe participanten hun welzijn beoordelen.

*Stichting Asha* - Uit het onderzoek is gebleken dat de participanten Stichting Asha erg waarderen, mede door de afleiding die het hen geeft van hun belemmeringen in het dagelijks leven. Het voorkomen van eenzaamheid is een belangrijk effect van participeren. Uit de vraag of de mensen hun leven er anders uit zouden zien wanneer ze niet naar Stichting Asha zouden komen, bleek ook dat de stichting erg gewaardeerd wordt en dat de ouderen zich bewust zijn van de positieve effecten die dit heeft op hun leven. Omdat enkele ouderen ook aangaven dat dit minder of geen effect zou hebben omdat ze al elders participeren, blijkt ook dat participatie in andere culturele centra en verenigingen een positief effect op hun levens kan hebben.

Tot slot speelt ook het hebben van een positieve instelling een belangrijke rol in het bijdragen aan een betere subjectieve gezondheid en levenstevredenheid. Daarnaast is ook het hebben van afleiding en het bezig zijn met bijvoorbeeld hobby's belangrijk voor hoe mensen hun subjectief welzijn ervaren. Participeren bij een cultureel centrum speelt hierin een grote rol, omdat dit in deze afleiding kan voorzien. Zowel het hebben van een positieve instelling als afleiding werd door veel participanten als belangrijk geacht.

## **Conclusie**

Gebleken is dat participeren binnen een cultureel centrum weldegelijk kan bijdragen aan een positieve mate van subjectief welzijn. Hier zitten echter wel grenzen aan verbonden. Waar participeren voornamelijk bijdraagt aan het opbouwen van meer sociale contacten en het beperken van eenzaamheid, kan het geen oplossing bieden voor alle negatieve aspecten van ouderdom, zoals het hebben van ernstige ziekten. Het verschilt dan ook per persoon hoe hier mee wordt omgegaan. Participeren in het cultureel centrum biedt echter wel afleiding van deze wellicht negatieve aspecten van ouderdom en biedt gezelligheid en plezier. Stichting Asha heeft een centrale rol in de levens van de participanten en veel van hen hebben aangegeven dat zij de stichting niet kunnen missen in hun leven. Op deze manier speelt participeren binnen een cultureel centrum een rol in het bepalen van het subjectief welzijn van Hindoestaanse ouderen.

## **Literatuur**

Lager, D., Hoven, B. van & Huigen, P. P. P. (2015). Understanding older adults' social capital in place: obstacles to and opportunities for social contacts in the neighbourhood. *Geoforum*. 59, 87-97.

Suurmond, J., Rossenmöller, D. L., El Mesbahi, H., Lamkaddem, M. & Essink-Bot, M. L. (2016). Barriers in access to home care services among ethnic minority and Dutch elderly – a qualitative study. *International Journal of Nursing Studies*. 54(2016), 23-35.

Wieringen, J. van (2014). *Wie zorgt voor oudere migranten? De rol van mantelzorgers, sleutelfiguren, professionals, gemeenten en ouderen zelf*. Utrecht: Pharos Expertisecentrum Gezondheidsverschillen.