

Mensen hebben mensen nodig

De cijfers spreken een duidelijke taal. Het aantal alleenstaanden, ook wel alleengaanden genoemd, neemt toe. De verleiding is groot om uit de toename van het aantal alleenstaanden inmiddels de conclusie te trekken dat er ook steeds meer mensen met een eenzaamheidsgevoelens kampen. Nu leert helaas de ervaring dat dit inderdaad zo is. Maar in één adem moet hierbij worden gezegd dat toenemende vereenzaming niet uitsluitend op rekening van het toenemend aantal alleenstaanden mag worden gezet.

Zo is ook het veranderde maatschappelijk klimaat een belangrijke oorzaak van vereenzaming. De individualisering bijvoorbeeld, die schrikwekkende vormen aanneemt. Ik zie om mij heen dat meer mensen uitsluitend leven voor zichzelf, met de hypotheek en de tweede of derde vakantie als laatste waarheid. De ander wordt steeds minder gezien en steeds minder gemist. Daarom nemen eenzaamheidsgevoelens ook toe in een gemeenschap. Zo mocht ik onlangs een verhaal horen van een grootmoeder die uitgenodigd was op de verjaardag van haar kleinzoon. Ze vertelde mij: "ik voelde mij zo eenzaam op de verjaardag, er werd niet met mij gesproken, de kinderen waren alleen maar met hun mobieltjes bezig, en ik kreeg het gevoel dat ik alleen maar als opvulling aanwezig was, zodat ze konden zeggen; oma is ook geweest".

Sommige mensen wonen en leven met andere mensen en voelen zich toch hopeloos eenzaam. Dat kan gebeuren als er onderling weinig contact is. De relatie met de partner of met andere huisgenoten kan zo slecht geworden zijn, dat je dicht bij elkaar toch het gevoel hebt helemaal alleen te staan. Het tegendeel kan ook: soms is de intensieve zorg voor bijvoorbeeld een zieke partner zo veeleisend, dat iemand het gevoel heeft altijd thuis te moeten zijn. Contacten met vrienden en kennissen verwateren daardoor zodanig, dat mensen zich emotioneel 'alleenstaand' voelen en daardoor heel eenzaam. Of je eenzaam voelen in de problematiek van de schulden.

Inloophuis de Herberg wil een herberg zijn voor o.a. mensen die zich eenzaam voelen. Dat zij zich geherbergd mogen weten waarbij aandacht voor de mens en een luisterend oor aanwezig zal zijn.

Want duidelijk mag zijn dat je de klachten van eenzaamheid serieus moet nemen, respect moet hebben voor de mensen die met deze gevoelens van eenzaamheid zitten,

Dus niét zeggen: Hoe kun jij je nou eenzaam voelen, je bent jong, je hebt een hoop mensen om je heen, geniet eens wat meer van het leven!

Niet zeggen: Kijk eens wat je over hebt. Je bent gezond, je kunt er nog op uitgaan.

Niet zeggen; Ja, u bent wel oud, maar u hebt uw kinderen toch nog. U helpt niet om te zeggen: 'u voelt zich eenzaam omdat uw partner gestorven is, maar er is nog zoveel om dankbaar voor te zijn....

Niet zeggen: Hoe kun jij nu problemen hebben, je bent getrouwd, je hebt schatten van kinderen, je hebt alles wat je hartje begeert.....

En goede raad geven helpt niet. 'U zou eens wat meer onder de mensen moeten gaan.'

Wie zich eenzaam voelt komt daar nu juist niet toe, dis is ook vaak bang om contacten te leggen.

Waarbij gezegd mag worden dat de meesten eenzaamheid in stilte meedragen, ze klagen misschien juist te weinig, ze zijn bang om anderen met hun problemen lastig te vallen.

Wat zouden wij dan wel kunnen doen? Mensen die zich eenzaam voelen hebben behoefte om gehoord te worden. Gewoon "er zijn". Zijn of haar hart kan gelucht worden en zij worden geholpen door aandacht en warmte, door een troostend gebaar, een hand op een arm. Een attentie, een kaartje of telefoontje.

Signaleren, omzien naar onze naasten omdat wij samen het verschil kunnen maken.

Ria Doornbusch pw. Coördinator Inloophuis de Herberg

<https://www.facebook.com/InloophuisDeHerberg>