

Laurine Blonk  
Femmianne Bredewold  
Anja Machielse



# Vrijwilligersinitiatieven als waardevolle ontmoetingsplekken.

Over ruimte maken voor betekenisvol contact

## Colofon

Auteurs: Laurine Blonk, Femmianne Bredewold en Anja Machielse

Redactie: Petra van Loon, Esther den Breejen

Foto's: Ruud van der Graaf

Opmaak: Ontwerpburo Suggestie & illusie

Druk: LibertasPascal, Utrecht

September 2023

Deze speciale uitgave is de eerste van vier thematische specials over de inzichten die het programma Samen Ouder Worden (2018-2023) heeft opgebracht.



# Voorwoord

Pakweg zes jaar geleden stapt Laurine Blonk mijn leven binnen als student-assistent aan de Universiteit voor Humanistiek. Laurine werkt met Sanne Wouters, Ellen Grootegoed, Anja Machielse en Evelien Tonkens aan een onderzoek naar de veranderende positie van vrijwilligers in het lokaal sociaal domein in opdracht van Vereniging NOV. Daar start ons gesprek over de ‘eigen’ waarde van vrijwillige inzet.

Een paar jaar later doet zich een kans voor die we met beide handen aangrijpen. Laurine begint een promotieonderzoek gekoppeld aan het landelijk programma Samen Ouder Worden. In vrijwilligersland gebruiken we woorden als wederkerigheid en gelijkwaardigheid, en wordt veel gesproken over de waarde van mens-tot-mens contact. Maar wat houdt dat in? Wat gebeurt er tussen mensen als ze elkaar door vrijwilligersinitiatieven ontmoeten? In dit boek staan de inzichten die haar onderzoek hebben opgeleverd.

Het boek laat zien wat vrijwilligersinitiatieven doen om betekenisvolle situaties te laten ontstaan in contacten tussen deelnemers, hulpvragers en vrijwilligers. Laurine reikt daarmee een nieuw perspectief aan als het gaat om de waarde van vrijwilligersinitiatieven. Een belangrijk tegengeluid in een wereld die bol staat van geloof in de maakbare samenleving en probleemoplossend werken.

Met het oog op het veranderde zorglandschap, raad ik iedereen aan dit boek te lezen. Dit boek maakt duidelijk hoe alledaagse situaties zowel van persoonlijke betekenis als van maatschappelijke waarde kunnen zijn, maar maakt ook duidelijk dat het niet ‘vanzelf’ gaat. Dat je daar ruimte voor moet maken. En dat dat kunst en kunde vraagt van de mensen die bij een initiatief zijn betrokken.

Tot slot een woord van dank. Laurine was aanwezig bij onze bijeenkomsten, gaf presentaties, interviewde mensen en trok het land door. Laurine hoorde er gewoon bij. Vanuit mijn kant speciaal dank voor de geanimeerde gesprekken en voor de ruimte die er was om kritisch naar elkaar te zijn. Op zoek naar nieuwe beelden en andere woorden voor mens-tot-mens contact. De zoektocht bood mij ruimte om op een andere manier te kijken naar kwetsbaarheid en (collectieve) veerkracht. En hoe belangrijk het is, om ruimte te maken voor betekenisvol contact.

Petra van Loon  
Programmaleider Samen Ouder Worden  
Vereniging NOV

# Inhoudsopgave

1. Inleiding	4
2. Vrijwillige inzet en ontmoetingen	9
3. Ruimte voor wat er tussen mensen kan ontstaan	12
4. Betekenisvol contact zoeken en vinden	17
5. Van betekenis zijn voor de ander	25
6. De kunst en kunde van ruimte maken	33
7. Conclusie	44
Geraadpleegde bronnen	51
Bijlage 1: Deelnemende initiatieven	54
Bijlage 2: Onderzoeksaanpak	57

# 1 Inleiding

*'Ik zocht zelf een maatje, maar bleek ook voor haar een steun.'*

*'Ik ben een van de vaste gezichten van het buurthuis. Jaren geleden kwam ik hier voor het eerst, toen ik één middag vrijwilligerswerk ging doen. Nu ken ik iedereen die hier komt.'*

*'We hebben vaak bijzondere en persoonlijke gesprekken. Maar het is lastig om een naam te geven aan ons contact. Buiten de wekelijkse bijeenkomsten spreken we elkaar nooit, we zoeken elkaar bijvoorbeeld nooit thuis op.'*

Zowel in beleid als vanuit de praktijk klinkt de roep om te investeren in ontmoetingsplekken<sup>1</sup>. Sociale contacten buiten de kring van familie en vrienden maken het leven rijker. Bovendien spelen ontmoetingsplekken een cruciale rol bij maatschappelijke vragen, zoals: hoe gaan we met elkaar om op een manier die niet onbedoeld uitsluit of stigmatiseert? Hoe willen we hulp en zorg bieden, nu en in de toekomst? Hoe maken we het mogelijk dat iedereen met een goede kwaliteit van leven ouder kan worden? Ontmoetingsplekken zijn dus zowel van persoonlijke betekenis als van maatschappelijke waarde.

In dit boek staat de vraag centraal wat vrijwilligersinitiatieven tot waardevolle ontmoetingsplekken maakt. Keer op keer bevestigt onderzoek de expertise waarmee vrijwilligersinitiatieven specifieke verbindingen tot stand brengen en ondersteunen. Een maatjesproject biedt bijvoorbeeld vriendschappelijk gezelschap aan mensen die een gemis ervaren

---

1 Zie bijvoorbeeld het advies van de Raad voor Volksgezondheid en Samenleving uit 2021: *'Ruimte maken voor ontmoeting. De buurt als sociale leefomgeving'*; het advies van de Raad van Ouderen uit datzelfde jaar *'Thuis in de wijk nu en straks'* en het manifest *'Gezond ouder worden doe je samen in de buurt'* (2023) dat door uiteenlopende organisaties in het sociaal domein is onderschreven.

aan zulk soort contacten. Een klussendienst brengt overbruggende ontmoetingen tot stand, waarbij hulpbehoevende buurtbewoners ook iets kunnen betekenen voor een ander. Vaak wordt hiertegenover gesteld dat vrijwilligerswerk in de kern om iets anders gaat, namelijk de onvoorspelbaarheid van wat er tussen mensen kan gebeuren en ontstaan. Vrijwilligers van een klussendienst bieden elkaar bijvoorbeeld een luisterend oor, terwijl ze samen iets doen voor een buurtgenoot. Een buurtbewoner die met een hulpvraag naar een inloopochtend komt, raakt aan de praat met verschillende deelnemers en voelt zich meer verbonden met de buurt.

Gedurende drie jaar (2020-2022) hebben wij daarom in samenwerking met het programma Samen Ouder Worden<sup>2</sup> onderzoek gedaan naar vrijwilligersinitiatieven als ontmoetingsplekken. Hiervoor hebben we een dwarsdoorsnede van Nederlandse initiatieven gevolgd waar zelfstandig wonende ouderen bij betrokken zijn. Ze zijn bijvoorbeeld actief als vrijwilliger, zijn bij het initiatief gekomen met een hulpvraag of nemen deel aan een activiteit. De onderzochte initiatieven lopen uiteen van een bewonersinitiatief in een Gronings dorp tot aan een maatjesproject in Zoetermeer. We hebben gekeken hoe oudere deelnemers, hulpvragers en vrijwilligers mensen ontmoeten en relaties ontwikkelen via het hulp- en activiteitenaanbod van deze initiatieven.

Vaak ontstaat iets anders tussen deelnemers, hulpvragers of vrijwilligers dan waar het aanbod zich op papier op zou richten. Een hulpvrager ontdekt bijvoorbeeld tijdens het wandelen met haar maatje een onverwachte kwaliteit van haarzelf als luisteraar. Deelnemers van de wekelijkse koffieochtend voeren ernstige gesprekken tussen het sjoelen en knutselen door. Een maatjescontact dat veel van de vrijwilliger vraagt is tegelijkertijd een bron van voldoening wanneer ze samen gaan fietsen. Deze situaties ontstaan echter niet vanzelf door mensen bij elkaar te brengen. Coördinatoren spelen op de achtergrond een belangrijke rol.

---

2 Zie voor achtergrond en uitkomsten van dit programma het E-book '*Nooit te oud om te beginnen*'. [www.vrijwilligerswerk.nl/bibliotheek+samen+ouder+worden/2447033.aspx?t=-E-book-Nooit-te-oud-om-te-beginnen](http://www.vrijwilligerswerk.nl/bibliotheek+samen+ouder+worden/2447033.aspx?t=-E-book-Nooit-te-oud-om-te-beginnen)





Ze maken namelijk ruimte met hun initiatief voor het zoeken en vinden van zulke betekenisvolle situaties.

In dit boek laten we zien hoe mensen op uiteenlopende manieren betekenisvol contact zoeken en vinden in vrijwilligersinitiatieven. Het is belangrijk om hier oog voor te hebben. Dit zoeken en vinden staat niet op de voorgrond, maar gebeurt al doende terwijl deelnemers, hulpvragers of vrijwilligers samen iets ondernemen of voor elkaar doen. Bovendien vindt dit niet alleen plaats tijdens gezellige en ontspannen momenten, maar juist ook te midden van gespannen of verdrietige situaties. We vragen aandacht voor de kunst en kunde die het van coördinatoren vraagt om hier ruimte voor te (blijven) maken in de contacten tussen deelnemers, hulpvragers en vrijwilligers. Zo begrijpen we beter hoe vrijwilligersinitiatieven van betekenis zijn als ontmoetingsplekken, en tevens een rol kunnen spelen in maatschappelijke vraagstukken zoals het samenleven met verschil.

### **Leeswijzer**

Eerst gaan we in hoofdstuk 2 in op vrijwilligersinitiatieven als ontmoetingsplekken. Vrijwillige inzet is zeer divers en brengt uiteenlopende ontmoetingen tot stand, van luchtige verbindingen tot intieme relaties en van spontane kennismakingen tot strak gecoördineerde sociale verbanden. We lichten toe welke begrippen we in dit boek gebruiken.

Vervolgens staan we in hoofdstuk 3 stil bij betekenisvol contact. We verleggen de blik van veelgebruikte termen als 'verbinding' en 'mee-doen' naar wat er in de verbinding en tijdens het meedoen tussen mensen kan gebeuren en ontstaan. We introduceren het begrip 'ruimte' en verkennen hoe we betekenisvol contact kunnen begrijpen aan de hand van ruimte in relaties. Vervolgens beschrijven we de rol die vrijwilligersinitiatieven kunnen spelen om actief deze ruimte te maken in contacten tussen deelnemers, hulpvragers en vrijwilligers, en waarom deze rol belangrijk is.

In de hoofdstukken 4 en 5 beschrijven we hoe deelnemers, hulpvragers en vrijwilligers betekenisvol contact zoeken en vinden. Daarbij onder-

scheiden we twee dimensies die in de praktijk vaak door elkaar heen lopen. In hoofdstuk 4 richten we ons op de betekenis voor de deelnemer, hulpvrager of vrijwilliger zelf. In hoofdstuk 5 ligt de nadruk op de betekenis van het contact voor de ander.

In hoofdstuk 6 kijken we naar de rol die coördinatoren op de achtergrond spelen. We beschrijven de kunst en kunde waarmee coördinatoren ruimte maken voor betekenisvolle situaties in de contacten tussen deelnemers, hulpvragers en vrijwilligers. Dit doen ze met de inrichting van het initiatief, in de begeleiding van deelnemers, hulpvragers en vrijwilligers, en door in te spelen op situaties die zich tussen hen voordoen. We laten zien dat coördinatoren daarbij moeten laveren tussen het zoeken naar mogelijkheden en het respecteren van grenzen.

In de conclusie bespreken we wat we uit het voorgaande kunnen leren over wat vrijwilligersinitiatieven tot waardevolle ontmoetingsplekken maakt, en waarom we hiervoor het gangbare beeld van ontmoetingsplekken bij moeten stellen.

### **Een woord van dank!**

Dit onderzoek is tot stand gekomen dankzij de betrokkenheid van de deelnemers, hulpvragers, vrijwilligers, coördinatoren en beroepskrachten van de onderzochte initiatieven. We zijn enorm dankbaar voor de openheid en het vertrouwen van de deelnemers, hulpvragers en vrijwilligers die hun ervaringen hebben gedeeld, en ruimte aan Laurine hebben geboden om aan verschillende activiteiten deel te nemen. We willen daarnaast de coördinatoren en beroepskrachten bedanken voor het delen van hun creativiteit en idealen, en het bieden van een open inblik in de onzekere en moeilijke kanten van hun vak. De betrokkenen van Samen Ouder Worden bedanken we voor hun reflecties en het wegwijs maken in het veld, en de leden van de klankbordgroep bedanken we voor hun tijd, behulpzame suggesties en scherpe vragen. Tot slot danken we de fotograaf voor de mooie foto's die bij enkele van de onderzochte initiatieven zijn gemaakt.

## 2

## Vrijwillige inzet en ontmoetingen

De relatie tussen vrijwilligersinitiatieven en ontmoetingen gaat verder dan bekende ontmoetingsprojecten zoals koffieochtenden. We beschrijven in dit hoofdstuk hoe vrijwilligersinitiatieven als ontmoetingsplekken functioneren en welke termen we in dit boek gebruiken.

Vrijwillige inzet omvat allerlei soorten activiteiten die burgers met of voor elkaar doen, buiten de eigen kring van familie, vrienden en directe burens. Deze activiteiten kennen een duurzaam, herhalend karakter en worden hiertoe ondersteund of begeleid door een of meer vrijwilligers of betaalde krachten met een coördinerende rol<sup>3</sup>. Sommige van deze activiteiten richten zich op ontmoetingen, bijvoorbeeld maatjesprojecten, ontmoetingsplekken met vrijwillige gastheren, of klussendiensten die overbruggende ontmoetingen tussen vrijwilligers en hulpvragers tot stand brengen. Ook activiteiten die zich daar niet op richten brengen ontmoetingen tot stand. Vrijwilligers van een vereniging leren elkaar bijvoorbeeld gaandeweg kennen.

Er zijn grote verschillen in de vorm en intensiteit waarmee deze activiteiten worden ondersteund en begeleid. Sommige coördinatoren faciliteren activiteiten die deelnemers verder zelf invulling geven, zoals een laagdrempelige ontmoetingsochtend of burenklussendienst. Andere coördinatoren zijn gespecialiseerd in complexe hulpvragen of het werken met specifieke doelgroepen, zoals rouw of psychiatrische problematiek. Zij richten zich met hun activiteit op het adresseren van een specifiek thema of vraagstuk, en werken hiertoe vaak samen met betaalde zorgverleners. Coördinatoren ondersteunen op verschillende manieren de ontmoetingen die tot stand komen. Ze kunnen dit doen door gericht

---

3 Mourik et al., 2022



te matching en begeleiding, door training en intervisie van vrijwilligers, en door de toon en sfeer neer te zetten tijdens een activiteit.

In het maatschappelijk debat over ontmoetingsplekken worden de informele verbindingen en activiteiten tussen burgers onderling onderscheiden van de zorg- en welzijnsorganisaties en hun beroepskrachten die deze verbindingen en activiteiten begeleiden en ondersteunen<sup>4</sup>. Uit het voorgaande blijkt echter dat vrijwillige inzet en ontmoetingen dwars door dit onderscheid heenlopen. Er valt geen strikt onderscheid te maken tussen 'informele' initiatieven en 'formele' vrijwilligersorganisaties. Daarom spreken we in dit boek in alle gevallen van vrijwilligersinitiatieven. We bespreken verschillende ontmoetingen die tot stand komen door de activiteit(en) van een initiatief, ongeacht de mate waarin op deze ontmoetingen wordt gestuurd en wie daarbij betrokken zijn. Hieronder vallen dus ontmoetingen tussen hulpvragers en vrijwilligers, maar ook tussen deelnemers, hulpvragers of vrijwilligers onderling.

We spreken soms specifiek over vrijwilligers of hulpvragers, maar meestal over deelnemers. Rollen en taken zijn namelijk niet in alle initiatieven geformaliseerd of strak van elkaar te onderscheiden. Bovendien kunnen deelnemers door de tijd heen bewegen tussen verschillende rollen of meerdere rollen vervullen, waardoor iemand die hulpvrager is ook vrijwilliger kan worden of allebei tegelijk zijn. Met deelnemer duiden we daarom iedereen aan die niet als coördinator bij een vrijwilligersinitiatief is betrokken.

Coördinatoren kunnen onderdeel zijn (als vrijwilliger of met een betaalde functie) van een gespecialiseerde vrijwilligersorganisatie, maar ook in dienst zijn bij een andere zorg- of welzijnsorganisatie. Ook kunnen deelnemers soms een coördinerende rol op zich nemen. Waar we in dit boek spreken over coördinatoren, bedoelen we dus iedereen die informeel of formeel een coördinerende rol op zich neemt.

---

4 Respectievelijk de gemeenschappelijke sociale basis en de institutionele sociale basis genoemd. Zie hiervoor Deuten & Kwakernaak, 2023

## 3 Ruimte voor wat er tussen mensen kan ontstaan

In dit hoofdstuk beschrijven we wat betekenisvol contact te maken heeft met ruimte, en hoe vrijwilligersinitiatieven deze ruimte kunnen maken. Door naar ruimte te kijken, verleggen we de blik van beoogde uitkomsten van ontmoetingen, bijvoorbeeld ‘verbinding’, naar wat er in en tijdens die verbinding tussen mensen kan gebeuren en ontstaan.

### **Ruimte tussen onszelf en anderen**

In dit boek begrijpen we betekenisvol contact in lijn met de (existentiële) fenomenologie, een filosofische stroming die veel aandacht geeft aan betekenisvolle relaties met anderen. Als sociale wezens worden we gevormd *door* en vormen we onszelf *in* relaties met anderen. Dit betekent dat sociale relaties niet alleen functioneel zijn voor het vervullen van specifieke wensen of behoeften, zoals steun of gezelligheid. Sociale relaties kennen ook een existentiële dimensie, omdat ze altijd gepaard gaan met de vraag wie we in relatie tot anderen willen en kunnen zijn<sup>5</sup>. Verschillende denkers wijzen er in dit verband op dat het contact met anderen een ruimte vormt waarin het open is wie we ten opzichte van elkaar zijn, en welke kanten van onszelf in het contact naar voren komen<sup>6</sup>.

Deze dimensie van relaties speelt niet alleen een rol wanneer we nadenken over wie we willen zijn of wat we belangrijk vinden in onze relaties met anderen, maar is voortdurend aan de orde in het dagelijks leven. We kunnen meer of minder ruimte ervaren in het contact met anderen, of het nou gaat om een familieband of een luchtig contact in de publieke ruimte<sup>7</sup>. In sommige situaties ervaren we de ruimte als beperkt, beklemmend of benauwend. Het lijkt vast te staan wie we ten opzichte van elkaar zijn en welke kanten van ons in het contact naar vo-

---

5 Ricoeur, 2007

6 Arendt, 1958; Jackson, 2016

7 Loidolt, 2011

ren kunnen komen. In andere situaties ervaren we dat we goed kunnen ‘vertoeven’ in de ruimte tussen onszelf en anderen. We voelen ons dan niet alleen prettig bij de manier waarop we in contact staan, maar de relatie biedt ook een ruimte waarin iets kan gebeuren of ontstaan. We kunnen bijvoorbeeld onverwachte, nieuwe kanten van onszelf ontdekken of op een andere manier tijd met elkaar doorbrengen.

De maatschappelijke context heeft invloed op deze ruimte tussen onszelf en anderen<sup>8</sup>. Stereotype beelden maken bijvoorbeeld dat sommige groepen uitsluitend als hulpbehoevend worden gezien. Ze vinden dan minder ruimte in contact om andere kanten van zichzelf te laten zien en in te zetten. Ook persoonlijke omstandigheden hebben invloed op de ruimte die mensen in relaties vinden<sup>9</sup>. Wanneer er sprake is van ontregelende ervaringen, bijvoorbeeld bij ziekte of verlies van een dierbare, raken we gedesorïenteerd<sup>10</sup>. We kunnen ons niet langer vanzelfsprekend bewegen in de relaties met anderen om ons heen, en moeten opnieuw ondervinden wie we willen en kunnen zijn in contact met anderen.

### **Ruimte in vrijwilligersinitiatieven**

Deze ruimte nemen we in dit boek als uitgangspunt om te kijken naar contacten tussen deelnemers in vrijwilligersinitiatieven. De relatie tussen een hulpvrager en vrijwilliger kan bijvoorbeeld in het teken staan van de hulp die de vrijwilliger aan de hulpvrager biedt, maar hulpvrager en vrijwilliger kunnen ook op andere manieren met elkaar contact maken. De hulpvrager biedt bijvoorbeeld ook een luisterend oor, of hulpvrager en vrijwilliger vinden samen onverwacht plezier tijdens een klus. Het gaat er niet om dat de ene manier van contact maken beter zou zijn dan een andere, maar of de ruimte beperkt is en de relatie bij voorbaat op één bepaalde manier is vastgezet, of dat er ruimte in de relatie tussen hulpvrager en vrijwilliger is waarin ook iets anders naar voren kan komen of ontstaan.

---

8 In de ‘kritische fenomenologie’ wordt uitgewerkt hoe de maatschappelijke context een rol speelt in existentiële thema’s als betekenisvol contact

9 Naar Todres & Galvin, 2010

10 Harbin, 2016





We kijken hoe deelnemers met deze ruimte betekenis zoeken en vinden, terwijl ze iets met anderen ondernemen of voor elkaar doen. We onderscheiden daarbij twee dimensies van betekenisvol contact, die in relaties kunnen overlappen. Ten eerste, hoe de relatie van betekenis kan zijn voor deelnemers zelf; door wie ze in de relatie kunnen zijn. Ten tweede, hoe de relatie van betekenis kan zijn voor andere deelnemers, en welke kanten deelnemers daarvoor kunnen inzetten. De vrijwilliger kan de ruimte bijvoorbeeld gebruiken om te ontdekken welke voldoening zij uit de relatie haalt, en de hulpvrager kan de ruimte gebruiken om te verkennen wat zij of hij aan de vrijwilliger te bieden heeft.

Sociale praktijken kunnen actief deze ruimte in relaties maken om betekenisvolle contacten tot stand te brengen<sup>11</sup>. Met het sociologische werk van de (fenomenologisch geïnspireerde) filosoof Plessner<sup>12</sup> begrijpen we specifieker hoe vrijwilligersinitiatieven dit kunnen doen, namelijk door het inzetten van sociale rollen. Plessner keerde zich in 1924 fel tegen het wijdverbreide misverstand dat sociale rollen de ruimte in relaties kleiner maken ten opzichte van ‘natuurlijke’ of spontane vormen van contact, en zijn diagnose is nog onverminderd actueel. Het gedrag en de omgangsvormen die verbonden zijn aan een sociale rol pinnen een relatie niet vast, maar maken juist mogelijk om door de tijd heen op meerdere manieren in contact te staan. Dit komt doordat ze fungeren als ‘maskers’ die iets van de aard van de relatie en van het innerlijk leven van mensen in het midden laten. Een hulpvrager en een vrijwilliger spreken bijvoorbeeld met de coördinator af welke hulp de vrijwilliger biedt, en dat ze een keer per week contact met elkaar hebben. Daarmee blijft in het midden of hun relatie volledig in het teken staat van de hulp die de vrijwilliger biedt, of dat ze ook elkaars wekelijkse gezelschap waarderen.

Plessner wijst er op dat sociale rollen als ‘maskers’ niet alleen iets naar anderen toe in het midden laten, maar ook iets in de verhouding van mensen tot zichzelf. Mensen zijn niet ‘uit een stuk gehouwen’, maar

---

11 Zigon, 2018; Westoby, 2019

12 2021

kennen onbekende, veranderlijke en zelfs tegenstrijdige kanten. Daardoor kunnen sociale rollen ruimte bieden voor verrassende, wisselende en ambivalente situaties in het contact. De voorgenoemde hulpvrager en vrijwilliger kunnen bijvoorbeeld wisselen tussen plichtsbesef en plezier, omdat het in het midden kan blijven in hoeverre de rol die zij innemen ook uitdrukt wie zij willen en kunnen zijn in het contact met de ander. Het maakt in dit verband overigens geen verschil of het gaat om formele sociale rollen waarin de coördinator bijvoorbeeld afspraken maakt met een deelnemer of vrijwilliger, of om informele sociale rollen die in de context van het initiatief worden uitgevonden of opgepakt. In beide gevallen kunnen ze als ‘maskers’ werken die ruimte maken in relaties om op verschillende manieren met elkaar in contact te staan.

In de volgende twee hoofdstukken werken we verder uit hoe vrijwilligersinitiatieven ruimte bieden voor verrassing, beweging, en ambivalentie in relaties die deelnemers met elkaar ontwikkelen, en hoe deelnemers aan de hand hiervan betekenis zoeken en vinden in contact met anderen. Daarna gaan we in op de rol van de coördinator, en hoe die het hulp- en activiteiten aanbod kan inzetten om deze ruimte te maken.

## 4 Betekenisvol contact zoeken en vinden

In dit hoofdstuk beschrijven we hoe deelnemers binnen het hulp- en activiteitsaanbod van vrijwilligersinitiatieven betekenisvol contact zoeken en vinden. We laten zien hoe deelnemers bezig zijn met wie ze willen en kunnen zijn terwijl ze samen iets ondernemen of voor elkaar doen. Ze gebruiken hiervoor de ruimte binnen het aanbod om op verschillende manieren contact te maken en in contact te staan. We beschrijven dit aan de hand van drie manieren waarop ruimte voor betekenisvolle situaties in contact kan zorgen: als ruimte voor verrassing; ruimte voor beweging; en ruimte voor ambivalentie.

### Ruimte voor verrassing

Deelnemers vinden betekenis door op nieuwe of onverwachte manieren contact te maken. Ze ontdekken kanten van zichzelf in relatie met anderen die ze nog niet kennen. Dit zien we bijvoorbeeld in de situatie van Doris.

*Wanneer Doris na haar jarenlange opnames in de GGZ een huurappartementje betreft in een woonwijk aan de rand van de stad, meldt haar persoonlijk begeleider haar aan bij een maatjesproject. Ze wordt gekoppeld aan Marrit, een geneeskundestudent, omdat ze allebei houden van wandelen en van tijd doorbrengen in de natuur. Ze maken wekelijks een wandeling door een van de natuurgebieden die hun stad omringen.*

*Doris stelt de gesprekken met Marrit tijdens het wandelen erg op prijs. Waar ze vaak heeft meegemaakt dat communicatie moeizaam ging, en dat ze er inspanning voor moest leveren, gaat dit met Marrit eigenlijk vanzelf. Wanneer Marrit na een tijd voor het eerst vertelt over de pijnpunten in de geschiedenis met haar familie, is Doris verrast dat ze een luisterend oor kan bieden en*

*dat ze al associërend samen tot een troostrijk beeld komen dat de pijnpunten meer inzichtelijk maakt. Deze ervaringen zetten Doris aan het denken. Ze merkt namelijk dat haar sensitiviteit en associatieve geest een kracht kunnen zijn in plaats van een probleem. En ze bedenkt dat ze hier meer mee wil doen in de toekomst, bijvoorbeeld als vrijwilliger.*

*'Dat ik dat in mijn huidige leven eigenlijk niet had. Ik heb gesprekken op een terrasje, dan is het gewoon een beetje algemeen. Maar met haar kan ik dat blijkbaar, zulke gesprekken voeren. Ik laat me verrassen, dat blijkt dan goed te gaan. En dat ik dat eigenlijk wel veel meer zou willen, in mijn nieuwe leven.'*

Doris kan kanten van zichzelf in het midden laten tijdens het samen wandelen, zoals haar achtergrond in de psychiatrie. Hierdoor komt in de relatie een nieuwe kant van haar naar voren en kan ze op een andere manier contact maken. Het gaat niet over haar eigen ziekteverloop, hoe ze is opgekrabbeld na haar opnames. In plaats daarvan biedt ze een luisterend oor en komt ze met beelden die Marrit verder helpen. Haar kwaliteiten als luisteraar zijn voor Doris een verrassing, en ze ontdekt dat ze in relaties met anderen blijkbaar graag een luisteraar kan en wil zijn.

Deelnemers kunnen door verrassende manieren van contact ook wensen of behoeften ontdekken die ze nog niet kennen. Dit gebeurt bijvoorbeeld bij Pedro. Hij ontdekt wat hij mist in relaties met anderen, wanneer hij met een vrijwilliger op een andere manier contact maakt tijdens het tuinieren.

*Via een vrijwilligers-jongerennetwerk komt een groep jongeren de tuin van Pedro opknappen. De tuin is flink gaan woekeren sinds Pedro de tuin niet langer zelf kan bijhouden. Eén van de jongeren die komen tuinieren, Xavier, blijkt net als Pedro een Spaanse achtergrond te hebben. Pedro spreekt de rest van de middag Spaans met hem. De coördinator vraagt aan Pedro of hij het leuk zou vinden om dat vaker te doen. Sindsdien komt Xavier een*

*keer per week langs. Pedro merkt hoe hij de laatste jaren best wel somber was geworden, en hoe vrolijk hij wordt door met iemand in zijn moedertaal te spreken.*

Contacten kunnen ook verrassende betekenissen tonen die het contact met deze deelnemer overstijgen, en betrekking hebben op andere relaties. Bijvoorbeeld in de situatie van Joop, die geen verwachtingen had hoe contact met anderen tijdens de koffieochtend iets zou kunnen bieden.

*Joop herinnert zich weinig meer van de jaren na het overlijden van zijn echtgenoot. Maar wat hem altijd is bijgebleven, is hoe hij een keer met een kennis naar het buurthuis ging voor de koffieochtend. Het zei hem niets, hij had geen benul wat hij daar te zoeken had, maar hij ging toch. Een van de deelnemers bood hem na afloop soep aan. Die wordt iedere week in het buurthuis aangeboden voor een schappelijke prijs. Joop voelde zich ineens zó geborgen door dit gebaar en het samen eten van de soep. Daardoor heeft hij ervaren dat je er in het leven uiteindelijk nooit alleen voor staat, dat er mensen voor hem zijn wanneer het nodig is. Nog steeds ervaart hij dit een beetje opnieuw, wanneer hij weer samen met iemand in het buurthuis soep eet.*

*‘We gingen hier zitten en de chef-kok die kwam toen, willen jullie iets? Ja, zegt hij, we willen wel een soep hebben van je. Nou, toen kregen we soep. Maar hij [de deelnemer] kreeg daarna werk, dus hij is weg. Maar ik dacht: waarom kan ik dan niet alleen naar het buurthuis gaan? Dus ik ga hier nu gewoon alleen heen. En dan kan het zijn dat ik zomaar weer met iemand soep ga eten.’*

### **Ruimte voor beweging**

Een andere wijze waarop deelnemers betekenisvol contact zoeken en vinden, is door heen en weer te bewegen tussen verschillende manieren van in contact staan. Dit zien we bijvoorbeeld in de ervaringen van Aart.



*Aart is een serieuze man die erg gesteld is op de jarenlange vriendschappen die hij onderhoudt. Zijn vrienden kennen hem van haver tot gort, weten wat belangrijk voor hem is, en hoe ze hem moeten bijstaan in periodes dat zijn depressieve neiging naar voren komt. Maar hij geniet ook erg van de ontmoetingen met vrijwilligers die bij hem thuiskomen om te helpen met praktische klussen die hij zelf niet meer kan doen. Als er een 'klik' is, kan hij met de vrijwilligers zomaar hele gekke grappen maken, of idiote dingen zeggen. Met het ouder worden, en met de aanhoudende gezondheidsproblemen, is het volgens Aart een kunst om niet alleen maar serieus te zijn, maar ook af en toe flink te lachen en te relativeren. Dat gaat makkelijker met mensen die niet op de hoogte zijn van wat er speelt. Hoewel het 'klikt', heeft hij daarom geen behoefte om het contact met de vrijwilligers persoonlijker te maken.*

*'Die hoeven niet te vragen van goh, hoe is dat nu, hoe is het met je depressie? Dat voelt heel lekker incognito. Ik vind het heel leuk om met hen gewoon lekker te ouwehoeren. Dat is misschien best wel oppervlakkig, maar dan voel ik me ook echt gezien.'*

Het contact met vrijwilligers is van betekenis voor Aart, omdat hij met hen anders contact kan maken dan met vrienden die hem door en door kennen. Met vrijwilligers kan hij even iets van zichzelf in het midden laten en een andere kant van zichzelf naar voren laten komen. Aart beweegt heen en weer tussen wie hij is, en wie hij óók kan zijn in contact met anderen.

Deze ruimte binnen het aanbod kan ook worden gebruikt wanneer een deelnemer bij onregelende levensgebeurtenissen niet goed weet hoe zij of hij in contact met anderen zou willen of kunnen staan. Dit zien we in de situatie van Rosa.

*Rosa is een aantal jaren mantelzorger geweest voor haar dementerende ouders. Haar huwelijk is – mede als gevolg hiervan – op de klippen gelopen. Na deze zware tijd stelt een vriendin, Marrie, voor om samen vrijwilligerswerk te gaan doen bij een koffieochtend. Marrie wil haar helpen om weer wat vaker onder de mensen te zijn, omdat Rosa altijd zo van sfeer en gezelligheid hield, en een echte gangmaker was. Rosa vindt het prettig om samen iets met Marrie te doen, maar weet niet zo goed waar zij verder behoefte aan heeft.*

*Ze gaan samen als vrijwilliger naar de koffieochtend en Rosa kijkt per keer wat ze daar doet. Soms is ze op de voorgrond en praat ze tijdens het rondbrengen van de koffie en thee met iedereen. Een andere keer gaat ze zelf aan een tafel zitten. Marrie vindt het dan prima om wat meer van het werk te doen. Soms draaien ze hun rolverdeling om, Marrie is dan degene die de sociale kant voor haar rekening neemt. En Rosa is voornamelijk bezig in de keuken, en met het afruimen.*

*‘Marrie gaat bijvoorbeeld rustig op de rand van een tafel zitten en een verhaal vertellen over iets, zodra mensen wat beginnen te roddelen – of aan het eind van de ochtend begint ze alvast de kopjes van tafel te halen, zodat mensen snappen dat ze ook weer moeten vertrekken. Dat kan ze heel goed. Het is op deze manier altijd leuk, ontspannen voor mij. Ik doe het ook puur zodat ik even weg ben.’*

Nu haar situatie ingrijpend is veranderd, weet Rosa niet in hoeverre ze nog dezelfde persoon is als vroeger, en of haar kwaliteiten, wensen en behoeften misschien ook blijvend zijn veranderd. Dat lijkt bovendien van moment tot moment te verschillen. Met haar rol als vrijwilliger kan ze in het midden laten wat ze precies in contact met anderen zou willen of nodig heeft, en al doende ondervinden wie ze in contact met anderen wil en kan zijn.



## Ruimte voor ambivalentie

Deelnemers kunnen de ruimte ook gebruiken om met tegenstrijdige kanten van zichzelf of hun situatie om te gaan in het contact met anderen. Met de ruimte kunnen deze kanten naast elkaar bestaan, zonder dat het een het ander overschaduwet. Hierdoor zoeken en vinden deelnemers betekenisvol contact in situaties die complex zijn, of niet opgelost kunnen worden, zoals in het geval van Esther.

*Esther is een van de vaste deelnemers van de wekelijkse koffieochtend in het buurthuis bij haar in de stad. Soms zit ze even aan tafel, maar meestal is ze te vinden in de aangrenzende ruimte, de kringloopwinkel, waar ze helpt met het sorteren en netjes neerzetten van de binnengebrachte spullen. Ze vindt de gesprekken aan de koffietafel oppervlakkig en mist gelijkgestemden in de stad en aan de koffietafel. Ze zou graag diepere gesprekken voeren over wat haar bezighoudt, zoals de zorgen die ze heeft over hoe haar levenseinde zal zijn als alleenstaande vrouw. Tegelijkertijd kan ze er ook van genieten omdat de sfeer bruisend en positief is. Ze kijkt daarom iedere week uit om weer naar de koffieochtend te gaan en zegt: 'zo hoef ik er niet bij te horen, maar ben ik er wel tussen'.*

In haar rol als vrijwilliger kan Esther voor zichzelf in het midden laten in hoeverre ze mee kan en wil gaan in de sfeer van de koffietafel. Enerzijds staat deze haar tegen en wil ze er geen onderdeel van uitmaken, maar anderzijds staat de sfeer haar juist aan en is ze er graag. Ze kan hierdoor tegenstrijdige kanten van zichzelf in het contact met anderen naast elkaar laten bestaan. Het gemis dat ze ervaart overschaduwet niet het positieve dat ze óók vindt in het buurthuis.

We zien deze ruimte ook in de situatie van Els.

*Els heeft veel verdriet van het gemankeerde contact met haar eigen familie, en mist de band met haar kinderen en kleinkinderen. Ze heeft alles gedaan wat in haar macht ligt om de situatie te veranderen maar moet concluderen dat dit niet meer kan worden ingehaald na zo'n lange tijd. Ze heeft zich twee jaar geleden aangemeld bij een bonus oma en bonus opa project, en is heel blij met het contact met haar bonus familie, een gezin met twee jonge dochters. Met deze dochters doet ze de oma dingen die ze altijd al graag had willen doen, zoals knutselen, ijsjes eten en uitstapjes maken naar de kinderboerderij. Maar het zal nooit hetzelfde zijn als een eigen familie, en dat zou ook niet kloppen. Daarom heeft ze afgesproken dat ze geen 'oma' genoemd wordt, maar Els.*

De rol als bonus oma biedt ruimte voor ambivalentie. Door iets van de relatie in het midden te laten, is er plaats voor beide kanten van Els. Enerzijds kan Els concrete 'oma dingen' doen waardoor het contact op een familierelatie lijkt, waar ze erg van geniet. Anderzijds voelt ze dat het contact nooit hetzelfde zal zijn als een familierelatie, dat blijft ze missen.

## 5 Van betekenis zijn voor de ander

In dit hoofdstuk beschrijven we hoe deelnemers zoeken en vinden hoe ze in het contact van betekenis kunnen zijn voor een ander, en welke kanten van zichzelf ze daarvoor kunnen inzetten. We laten zien hoe deelnemers de ruimte binnen het aanbod gebruiken om op verschillende manieren contact te maken en in contact te staan. We beschrijven dit aan de hand van drie manieren waarop ruimte voor betekenisvolle situaties in contact kan zorgen: als ruimte voor verrassing; ruimte voor beweging; en ruimte voor ambivalentie.

### **Ruimte voor verrassing**

Deelnemers voeren kleine experimenten uit en zetten verschillende kanten van zichzelf in om nieuwe, onverwachte manieren van contact te ontdekken. Ze spreken bijvoorbeeld een keer bij een van hen thuis af in plaats van op een openbare plaats, of proberen meer van hun eigen interesses te delen met de ander. Dit zien we bijvoorbeeld in het geval van Sarah, die uitlegt hoe ze dit doet om nieuwe manieren van contact te ontdekken in haar relatie met een hulpvrager.

*‘Op een gegeven moment dat ik zelf dingen over mijn persoonlijk leven ging delen en dat zij daardoor ook een beetje voor mij ging zorgen in plaats van dat ik er alleen maar voor haar was. Dus door die openheid te creëren ontstond er echt een relatie in plaats van dat ik aan het geven was en zij aan het ontvangen was.’*

Soms ontdekken deelnemers al doende nieuwe of onverwachte manieren van contact zonder dat ze daar zelf iets voor uitproberen, zoals in het geval van Peter.

*Peter heeft sinds een jaar een vrijwilliger-maatje, Ben. Hij helpt met een aantal praktische zaken zoals het opruimen en opknappen van zijn huis. Dit is iets waar Peter dusdanig tegenaan hikte dat het er in zijn eentje nooit van kwam. Een keer gingen Peter en Ben samen stoelen wegbrengen naar het grofvuil, op de fiets. Ze zaten samen te stuntelen en moesten erg om zichzelf lachen. Sinds die keer hebben ze ook veel lol wanneer ze samen opruimen en klussen. Peter is verbaasd. Ben komt echt om hem te helpen, en draait zijn hand voor geen enkele klus om. Die duidelijke rollen zijn heel fijn. Maar nu ze hebben ontdekt dat ze het samen ook gezellig kunnen hebben, brengt het contact Ben ook meer voldoening, denkt hij.*

*'We hebben afgelopen jaar heel veel geklust, eerst schaamde ik me er ook wel een beetje voor dat ik dat zelf niet deed... Maar ik ontdekte dat het gewoon gezellig is. Maakt niet uit wat we doen. We zijn wel een soort maatjes.'*

De relatie van Peter en Ben veranderde niet opeens van een hulpvrager-vrijwilliger contact in een ander soort relatie, toen ze ontdekten dat ze naast samen klussen ook samen kunnen lachen. Het illustreert dat er binnen hun relatie ruimte is voor verschillende manieren van contact.

Soms komen nieuwe manieren van contact tot stand wanneer deelnemers reageren op situaties die zich voordoen. Mahmut ontwikkelt bijvoorbeeld een nieuwe rol voor zichzelf wanneer hij ontdekt dat andere deelnemers van de koffieochtend om vervoer verlegen zitten.

*Mahmut hoort een van de andere deelnemers van de wekelijkse koffieochtend aan de buurtwerker vertellen dat hij naar het ziekenhuis moet, maar geen vervoer heeft en dit liever niet aan zijn eigen familie vraagt. Mahmut mengt zich in het gesprek en vertelt dat hij een auto heeft, hij zou hem best naar het ziekenhuis kunnen brengen. De andere deelnemer reageert blij verrast en neemt zijn aanbod aan. De buurtwerker bedankt hem. Sindsdien biedt hij wel eens spontaan tijdens de koffieochtend aan: mocht*

*je een keer iemand nodig hebben die je ergens heen brengt, dan zou ik dat wel kunnen doen. Je kunt dat gewoon aan me vragen.*

*‘Het hoort er gewoon bij, dat je ook elkaar helpt. Ik noem dit geen vrijwilligerswerk.’*

### **Ruimte voor beweging**

Deelnemers gebruiken de ruimte ook om op wisselende manieren met elkaar contact te maken en in contact te staan. Ze pinnen niet vast wie of wat ze precies zijn ten opzichte van elkaar, zodat de relatie op verschillende manieren van betekenis kan zijn. Dit doen ze door gewoontes en codes met elkaar te ontwikkelen binnen het hulp- en initiatievenaanbod, bijvoorbeeld door heen en weer te bewegen tussen verschillende rollen.

*Irene helpt met het snijden van de groente voor de maaltijd die de vrijwilligers bereiden. Wanneer het eerste gerecht in de oven staat, komt een van de vrijwilligers bij Irene zitten, om met haar te praten over de situatie met haar echtgenoot en of ze vanuit het buurthuis nog wat voor hen zouden kunnen betekenen.*

De vrijwilliger en Irene hebben met elkaar een wijze gevonden waarop Irene het ene moment ‘vrijwilliger’ kan zijn die een andere vrijwilliger helpt, en het andere moment een ‘hulpvrager’ die door de vrijwilliger wordt ondersteund bij een lastige situatie met haar echtgenoot. Ze kunnen binnen hun relatie, zonder woorden, tussen de verschillende manieren van contact wisselen, zonder dat de ene manier de andere hoeft uit te sluiten.

Deelnemers ontwikkelen ook gewoontes en codes om te wisselen tussen verschillende manieren om samen tijd door te brengen, bijvoorbeeld tussen een luchtige activiteit en serieuze gesprekken, zoals deze deelnemers aan een koffieochtend.

*Er vindt een aantal activiteiten plaats tijdens de koffieochtend: een groep van de deelnemers gaat sjoelen, een aantal gaat*



*puzzelen of lezen, en een paar anderen gaan handwerken. Sommige weken blijven twee of drie deelnemers aan de koffietafel zitten, en voeren tussen het rumoer van de activiteiten een persoonlijk en zwaarder gesprek met elkaar, over de zorgen die ze hebben over hun familieleden in het epicentrum van het Groningse aardbevingsgebied.*

Deelnemers kunnen met de ruimte om op wisselende manieren contact te maken ook inspelen op veranderende situaties. Astrid en Janet draaien hun rollen bijvoorbeeld eenmalig om, wanneer de situatie van Janet verandert.

*Astrid is vrijwilliger-maatje van Janet. Iedere week gaat Astrid naar Janet toe en spelen ze samen spelletjes. Wanneer Astrid zo ziek wordt dat ze een paar maanden niet het huis uit kan, houden ze het wekelijkse ritme en het spelletjes spelen aan. Maar nu gaat Janet naar Astrids huis toe. Ook nemen zij en haar zus samen wel eens boodschappen voor Astrid mee.*

*'Ja, toen ik ziek was, dat moment dat zij bij mij op visite kwam, vond zij leuk dan, dat ik niet alleen was. Donderdag 's middags, dat was het ritme, maar dan net even omgedraaid. Gewoon spontaan. Zij stuurde een appje: vind je het leuk als ik donderdag even langskom? Ja is goed. Ja zij wist ook dat ik ziek was natuurlijk en dat ik dat niet kon. De rollen waren omgedraaid, zij hielp mij in plaats van dat ik haar hielp'*

Wanneer Astrid weer volledig is hersteld, worden de rollen weer teruggedraaid en is Janet nooit meer naar Astrids huis gegaan. Het ritme van wekelijks afspreken en samen spelletjes spelen, biedt ruimte om de relatie een tijd lang anders in te vullen en ook weer terug te draaien zonder dat er verwarring ontstaat hoe Astrid en Janet met elkaar willen omgaan en wat ze van elkaar kunnen vragen en verwachten.

## Ruimte voor ambivalentie

In sommige situaties gebruiken deelnemers de ruimte om op tegenstrijdige manieren contact te maken en in contact te staan. Ze kunnen tijdens activiteiten namelijk ontdekken dat er meerdere, strijdige manieren zijn om hun relatie in te vullen. Wat voor de een van betekenis is, kan ten koste gaan van betekenis voor de ander. Dit gebeurt bijvoorbeeld tijdens de tweewekelijkse koffieochtend in een dorp in Groningen.

*De groep komt sinds een half jaar iedere twee weken bij elkaar om samen spelletjes te spelen en een warme lunch te eten in het dorps huis, onder begeleiding van twee vrijwilligers. Ze spelen voor de eerste keer bingo, en een van de deelnemers, Jan, wint halverwege de ochtend voor de tweede keer. Dan ontstaat er onrust tussen een aantal groepsleden. Een van de deelnemers, Stella, zegt dat dit niet de bedoeling kan zijn. Iedereen heeft immers een prijs meegenomen en het zou daarom niet eerlijk zijn als sommigen met lege handen naar huis gaan en anderen met meerdere prijzen. Bart, die de bingotafel bedient, reageert geïrriteerd dat de lol ervan af is wanneer je niets meer kunt winnen. Dan kan Jan net zo goed maar meteen naar huis gaan. Verschillende deelnemers beginnen door elkaar te praten en de sfeer is verhit.*

*Dan stelt Greet met krachtige stem: 'Jan mag zélf beslissen wat hij met de tweede prijs doet, want hij heeft de prijs gewonnen. Hij kan hem misschien aan het einde van de ochtend weggeven aan iemand die niets gewonnen heeft.' Ineens is de hele groep stil, en meerdere deelnemers knikken instemmend. Greet kijkt een beetje beduusd op van het effect van haar woorden. Jan doorbreekt de stilte: 'Ja. Als iemand graag dit cadeau wil hebben, mag je het van mij hebben, en anders wil ik het straks aan iemand weggeven.'*



Tijdens de bingo ontdekken de deelnemers dat het plezier van sommige deelnemers ten koste kan gaan van het plezier van andere deelnemers. En dat het de vraag is hoe ze dan hun relatie willen en kunnen invullen en wat ze daarin voor elkaar wel of niet kunnen betekenen.

Daarom laten deelnemers soms iets in het midden zodat meerdere kanten van hun relatie naast elkaar kunnen bestaan. De ene kant hoeft de andere niet te overschaduwen. Op deze manier kunnen ze tijd met elkaar doorbrengen en betekenisvol contact zoeken en vinden in ambivalente situaties.

*Iedere maandagochtend komt de groep om 10 uur bijeen aan de ontmoetingstafel. Voor een deel van de deelnemers gaat het om de gezelligheid van hun contact samen. Voor een ander deel van de deelnemers gaat het om de ondersteuning door de buurtwerker bij praktische zaken. Een deel van de deelnemers gaat stipt om 11 uur weer naar huis, andere deelnemers blijven dan nog even zitten.*

De deelnemers laten iets in het midden door de aandacht te verleggen van hun onderlinge relaties naar de activiteit van het samen koffie drinken: ze schenken bijvoorbeeld koffie voor elkaar in, ze nemen kranten van huis mee om samen te lezen, en bespreken wat voor concrete activiteiten ze willen ondernemen tijdens volgende koffieochtenden. Ze weten wat ze samen doen, maar laten in het midden wie ze daarin ten opzichte van elkaar zijn.

Door iets in het midden te laten, onderzoeken deelnemers ook de grenzen van wie ze in de relatie wel en niet kunnen en willen zijn, en wat ze daarmee voor een ander kunnen betekenen. We zien bijvoorbeeld hoe Petra op een tegenstrijdige manier contact kan maken met haar maatje Maaïke. Ondanks dat ze blijft worstelen met hun relatie, en tegen de grenzen aanloopt van wat ze zou willen en kunnen, vindt ze met deze ruimte ook betekenisvolle manieren van samen zijn.

*Petra en Maaike hebben elkaar leren kennen in het kader van een maatjesproject, omdat ze allebei van fietsen houden. Petra heeft daarbij wel eens getwijfeld of ze ook zelf iets uit het contact haalt, of dat ze het vooral doet uit plichtsbesef. Maaike heeft namelijk een psychiatrisch ziektebeeld waardoor ze moeilijk is in de omgang. Sommige dingen aan het contact met Maaike kosten Petra best veel energie, en daarom overweegt ze ermee te stoppen. Na afloop van de officiële termijn van de koppeling (een jaar), spreken ze af om elkaar vanaf nu niet wekelijks maar eens in de twee weken te zien. Het blijft open of het samen fietsen nog steeds om vrijwilligerswerk gaat of dat ze een soort kennissen zijn geworden. Petra constateert dat het allebei en geen van beide is. Het zal nooit vanzelf gaan, de ingewikkeldheden blijven. Maar daarnaast is ze ook echt plezier en voldoening gaan vinden in het fietsen.*

*'En toen zat ik inderdaad ook te denken... hoe voelt dit nou? Het voelt eigenlijk heel gelijkwaardig. Dan zijn we samen gezellig aan het fietsen. Ik ontleen er wel een soort nuttigheid, of ja, positiviteit aan.. Ja ik weet niet zo goed hoe ik dat moet omschrijven... want we zijn natuurlijk op een andere manier bij elkaar gekomen. Als hulpvrager en hulpverlener, al is dat een groot woord, maar... we zijn anders bij elkaar gekomen.'*

Door bij het samen fietsen in het midden te laten of het nog steeds om vrijwilligerswerk gaat of om een contact waarin ze goede kennissen zijn, kunnen voor Petra tegenstrijdige gevoelens over hun relatie naast elkaar bestaan. Aan de ene kant kost het haar energie en is het een vorm van vrijwilligerswerk dat ze uit plichtsbesef doet. Aan de andere kant vindt ze ook plezier en voldoening als ze tijdens het fietsen op een andere, meer betekenisvolle manier, samen zijn.

## 6 De kunst en kunde van ruimte maken

In dit hoofdstuk bespreken we hoe de coördinator van een vrijwilligersinitiatief een waardevolle ontmoetingsplek maakt. Dit is een ander soort rol dan hulpverlening bieden bij een hulpvraag of probleem, of iets organiseren om mensen bij elkaar te brengen. Coördinatoren zorgen ervoor dat er iets tussen mensen kan ontstaan dat van betekenis is, terwijl ze samen iets ondernemen of voor elkaar doen. Dit doen ze door actief ruimte te maken in de relaties die deelnemers met elkaar ontwikkelen, zodat ze op meer verschillende manieren contact met elkaar kunnen maken en in contact kunnen staan. In sommige initiatieven doen coördinatoren dit bewust, en zien ze dit als een belangrijk onderdeel van hun rol. In andere initiatieven doen coördinatoren dit vanzelf, in de manier waarop ze afstemmen op individuele deelnemers en specifieke situaties. Er zijn ook vrijwilligersinitiatieven waarbij coördinatoren deze rol niet op zich nemen.

Hierna beschrijven we eerst hoe coördinatoren hun aanbod en begeleiding op verschillende manieren inzetten om ruimte te maken in relaties tussen deelnemers. We laten de creativiteit en afstemming zien waarmee ze dit doen met de inrichting van hun hulp- en activiteitsaanbod; in de individuele begeleiding van deelnemers; en door in te spelen op situaties die zich tussen deelnemers voordoen. Het gaat hier echter niet alleen om een vaardigheid, maar ook om het kompas waarmee coördinatoren laveren tussen het zoeken naar mogelijkheden en het respecteren van grenzen. Het bieden van ruimte pakt namelijk niet altijd uit zoals gehoopt, maar kan ook leiden tot knelpunten en spanningen in situaties tussen deelnemers. We staan daarom tot slot stil bij de manieren waarop coördinatoren stoppen met ruimte maken, en bewust de ruimte in relaties tussen deelnemers begrenzen.

## **Ruimte maken**

Coördinatoren kunnen op twee manieren ruimte maken in relaties tussen deelnemers. Ten eerste door alternatieve manieren van contact aan te reiken. Hierdoor zijn deelnemers binnen het hulp- en activiteiten-aanbod niet (langer) vastgepind op een bepaalde versie van zichzelf in relatie tot anderen. Een voorbeeld hiervan is dat iemand die normaal gesproken als hulpvrager in contact met anderen treedt, binnen het initiatief ook als vrijwilliger met anderen contact kan maken. Ten tweede kunnen coördinatoren ruimte maken door deelnemers te helpen iets in het midden te laten. Deelnemers hoeven hun relatie niet op een bepaalde manier vast te zetten, maar kunnen op verschillende manieren contact blijven maken. Het blijft bijvoorbeeld in het midden of iemand in het contact hulpvrager of vrijwilliger is. In de praktijk lopen beide manieren vaak door elkaar.

## **Inrichting van het hulp- en activiteiten-aanbod**

Coördinatoren maken ruimte door alternatieve manieren van contact te ensceneren met de inrichting van hun hulp- en activiteiten-aanbod. Deelnemers kunnen deze manieren oppakken, als rollen in een scene, en op andere manieren contact maken dan ze gewoon zijn buiten de setting van het initiatief.

Ze kleden bijvoorbeeld de ruimte waarin een activiteit plaatsvindt bewust aan om manieren van contact aan te reiken. Een buurtwerker gebruikt bijvoorbeeld kranten op de ontmoetingstafel.

*De ontmoetingstafel staat in een ruimte waar hulpvragers naartoe gaan als ze hulp of ondersteuning willen van de gemeente. In het midden van de tafel liggen verschillende kranten. De eerste hulpvrager die plaatsneemt begint met het lezen van de lokale krant. Als een tweede hulpvrager aanschuift, beginnen ze een gesprek over het nieuws. Steeds meer hulpvragers nemen plaats en haken aan. Ze bespreken niet hun hulpvraag of problemen, maar wel hoe het eraan toegaat in hun wijk. Ze vinden het waardevol dat ze onderdeel uitmaken*

*van hele verschillende gemeenschappen binnen hun wijk. Ze bespreken samen wat ze misschien voor hun wijk zouden kunnen doen.*

De deelnemers treden niet met elkaar in contact op een voor de hand liggende manier als ‘mede-hulpvragers’, maar kunnen door het lezen en bespreken van het nieuws ook een andere rol oppakken, namelijk als lid van een groep die zich bekommert om de wijk.

Daarnaast creëren coördinatoren alternatieve begrippen voor ‘hulpvra-ger’ en ‘vrijwilliger’ bij de inrichting van hun initiatief, zodat in het mid-den kan blijven wat er precies aan de orde is tussen deelnemers. Een coördinator spreekt bijvoorbeeld alle hulpvragers en vrijwilligers van haar initiatief met de nieuwsbrief aan als ‘leden van het netwerk’. In de nieuwsbrief staan verschillende nieuwsberichten en oproepen. Zowel hulpvragers als vrijwilligers worden aangesproken als mensen die ver-schillende rollen in het initiatief kunnen vervullen, nu en in de toekomst.

Coördinatoren creëren niet alleen alternatieve begrippen. Ze spelen ook met taal om uit te drukken dat deelnemers altijd meerdere kanten hebben in het contact met anderen en dat rollen niet vastpinnen wie of wat deelnemers in relatie tot anderen zijn. Een coördinator beschrijft bijvoorbeeld in een jaarverslag dat hulpvragers, vrijwilligers en deelne-mers allemaal ‘mensen met een dingetje’ zijn. Hiermee maakt ze duidelij-k dat het niet relevant is om zo’n onderscheid te maken.

*‘Deze “inclusieve voorziening” is er voor mensen met een dingetje: mantelzorgers, eenzamen, mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt, actieve gepensioneerden, harde werkers met een burn-out, kinderen, muzikanten, verkopers van dingen en spullen, boekenwormen, onzekere mensen, luistervinken, dorps genieters, tuiniers, makers, historici, fijnproevers en koks, taart eters, koffieleuten, puzzelaars, wandelaars, fietsers, notabelen, duurzame freaks... kortom voor iedereen.’*



## Individuele begeleiding van deelnemers

Coördinatoren maken met de individuele begeleiding van deelnemers ruimte door te verkennen hoe ze in contact met anderen kunnen en willen staan. Ze maken met deelnemers een voorstelling van een situatie waar ze nog niet aan hebben gedacht, of waar ze zich nog niets bij kunnen voorstellen.

In een bonus oma en opa project zet de coördinator bijvoorbeeld de rollen als bonus oma en bonus opa in om de deelnemers te helpen zich voor te stellen dat ze niet alleen zelf iets zoeken in het contact met een gezin, maar ook iets kunnen betekenen in het contact met het bonus kleinkind.

*De coördinator praat met een ouder echtpaar dat zich wil aanmelden als bonus oma en opa. Het echtpaar twijfelt, omdat ze wel een idee hebben van hun eigen wensen en motieven, maar zich niet goed kunnen voorstellen wat ze eigenlijk te bieden hebben aan een bonus gezin. De coördinator reageert: 'hoe fijn is het dat je gewoon opa en oma dingen met ze gaat doen. Wat doen opa's en oma's?' Het echtpaar blijft even stil. De coördinator vervolgt: 'die gaan naar de kinderboerderij, die gaan een ijsje eten... Het gaat echt om die kleine, dagelijkse dingen. Daarmee ben je een opa en oma voor je bonus gezin.' Het echtpaar wordt enthousiast en meldt zich aan.*

Daarnaast helpen coördinatoren deelnemers om in de relaties die ze met anderen ontwikkelen iets in het midden te laten. Ze benadrukken dat deelnemers niet precies hoeven te weten of ze wel genoeg rekening houden met elkaars situatie, wensen en behoeften. De coördinator kan daar altijd zo nodig met de begeleiding op inspelen.

*Na het kennismakingsgesprek legt de coördinator aan een vrijwilliger uit: 'Het gaat erom dat jullie samen iets gaan doen waar jullie allebei plezier aan beleven. Je hoeft geen rekening te houden met de schizofrenie van je maatje. Maar als je daar toch iets over zou willen vragen, kun je me altijd bellen.'*

Coördinatoren vragen in begeleidende gesprekken niet naar de precieze aard of status van de relatie(s) die deelnemers met anderen opbouwen. Ze richten zich op hun ervaringen en erkennen dat deze wisselend en ambivalent kunnen zijn.

*In een maatjesproject worden deelnemers voor een jaar aan elkaar gekoppeld. Ze tekenen daar een contract voor. Wanneer het jaar voorbij is, belt de coördinator de deelnemers op. Ze vraagt belangstellend hoe het contact loopt, en of het op deze manier goed bevalt. Hierdoor blijft in het midden of de voortzetting van het contact nog steeds vrijwilligerswerk is onder begeleiding van de vrijwilligersorganisatie, of dat het een ander soort contact is geworden na de termijn van een jaar.*

Deelnemers kunnen hierdoor in het midden houden in hoeverre de rol die zij innemen ook uitdrukt wie zij willen en kunnen zijn in het contact met de ander, en in hoeverre het gedrag en de omgangsvormen die bij de rol horen uitdrukken wie ze zijn ten opzichte van elkaar.

### **Inspelen op situaties tussen deelnemers**

Coördinatoren zijn in sommige initiatieven zelf aanwezig bij de activiteiten die deelnemers met of voor elkaar doen. Dan kunnen ze ook ruimte maken door in te spelen op situaties die zich tussen deelnemers voordoen. Ze kunnen bijvoorbeeld alternatieve manieren van contact aanreiken, door ze voor te doen.

*De buurtwerker begint de koffieochtend altijd met een rondvraag: 'Wie missen we deze week?' Dan belt ze iemand op die er deze week niet is: 'Hallo. Je spreekt met ons, van de groep, we missen je, want je bent er niet. Gaat alles wel goed met je? Kom je nog koffiedrinken?' Sommige deelnemers hebben deze rol gaandeweg overgenomen, en bellen ook andere deelnemers op als ze er die week niet zijn. 'Hallo, je spreekt met mij. We missen je. Gaat alles wel goed? Kom je nog koffiedrinken?'*



De buurtwerker speelt hierdoor in op de situatie van deze groep. Veel van de deelnemers hebben te maken met complexe problematiek en ontvangen verschillende vormen van hulp en zorg. Door het voorbeeld zien de deelnemers hoe ze op een alternatieve manier contact kunnen maken, en met een concrete handeling iets voor andere deelnemers kunnen betekenen.

Coördinatoren kunnen ook alternatieve manieren van contact aanreiken, door tijdens een activiteit met individuele deelnemers contact te maken.

*Coördinator Sylvia loopt in het buurthuis rond. Een deelnemer zit aan de koffietafel, maar lijkt niet op haar gemak. Ze doet niet mee aan het gesprek. Sylvia gaat bij de deelnemer zitten. 'Kijk, Martin is bezig met het opruimen van de kast met bordspellen. Het is fijn als dat gedaan is.' De deelnemer reageert: 'Ja, ik ga Martin meehelpen.'*

Op deze manier kunnen coördinatoren ervoor zorgen dat deelnemers die vastzitten in een bepaalde situatie ook weer op andere manieren in contact met anderen kunnen treden.

Een andere manier waarop coördinatoren kunnen helpen om in het midden te laten wie deelnemers precies ten opzichte van elkaar zijn, is door met humor te reageren op situaties waarin deelnemers dit graag zouden willen uitspreken en vaststellen.

*Aan de ontmoetingstafel in het buurthuis ontstaat een discussie tussen de deelnemers of de groep wel of geen begeleider nodig heeft om goed met elkaars onderlinge verschillen om te gaan. De coördinator komt erbij zitten wanneer ze dat hoort en reageert grappend: 'Jaja, ik ben gewoon jullie moeder.' De deelnemers reageren met overdreven nadruk: 'Ja jij bent onze moeder! We hebben geen begeleider, maar een moeder nodig!' Iedereen lacht. De coördinator loopt weer van tafel en het gesprek gaat over op iets anders.*

## **Knelpunten en spanningen van ruimte**

Het is niet altijd zo dat ruimte tot betekenisvolle situaties tussen deelnemers leidt. Ruimte kan op verschillende manieren tot spanningen of knelpunten leiden. Deelnemers kunnen bijvoorbeeld rollen oppakken die ze niet goed kunnen vervullen. De ruimte voor de ene deelnemer gaat dan ten koste van andere deelnemers in het initiatief.

*De dochter van een vrouw die dementerend is heeft om een vrijwilliger gevraagd die samen met haar moeder in de tuin kan werken. Haar moeder haalt veel voldoening uit tuinieren, maar alleen lukt het niet meer. Bovendien biedt dit wat structuur in haar week. De vrijwilliger zegt echter telkens op het laatste moment af, de ene keer omdat ze hoofdpijn heeft, een andere keer omdat ze te veel stress heeft. De dochter zet het contact stop, omdat zij en haar moeder meer onrust en last van de vrijwilliger hebben dan dat ze ermee zijn geholpen.*

De ruimte die de deelnemer krijgt om een rol als vrijwilliger op te pakken, gaat in dit geval ten koste van de vrouw die in een complexe persoonlijke situatie verkeert.

Er kunnen ook spanningen tussen deelnemers ontstaan, wanneer iets door de coördinator in het midden wordt gehouden. Dat blijkt bijvoorbeeld bij deelnemers en bezoekers van het buurthuis die er niet van op de hoogte zijn dat een van de vrijwilligers vanwege een ziektebeeld lastig in de omgang kan zijn.

*Verschillende bezoekers van het buurthuis zijn geïrriteerd door het gedrag van een van de vrijwilligers in de kringloopwinkel. De vrijwilliger komt vaak bot en snibbig uit de hoek en jaagt daardoor klanten weg. De bezoekers hebben het gevoel dat ze de vrijwilliger constant moeten corrigeren om zijn rol te vervullen zoals deze eigenlijk bedoeld is.*

De coördinator wil deze deelnemer niet vastzetten op een versie van zichzelf in contact met anderen door de rol van het ziektebeeld in het

midden te laten. Maar andere deelnemers weten hierdoor niet hoe ze dit gedrag kunnen begrijpen, of hoe er rekening mee te houden.

Ruimte kan ook tot spanningen en knelpunten leiden voor deelnemers zelf. We zien dit bijvoorbeeld in de situatie van Lars, die overbelast raakt wanneer hij steeds meer gaat doen voor een hulpvrager.

*Lars vindt het belangrijk om als gezonde, jonge man naar anderen om te zien en wil graag iets voor een ander betekenen. Als vrijwilliger doet hij boodschappen voor een oudere vrouw. Wanneer ze hem ook een paar keer voor iets anders om hulp vraagt, vindt hij dat hij dat ook wel kan doen vanuit zijn rol als vrijwilliger. Maar gaandeweg gaat de vrouw steeds meer aan hem vragen. Lars vermoedt dat ze niemand anders kan vragen, en krijgt het gevoel dat hij haar aan haar lot overlaat als hij nee zou zeggen.*

Het kan bovendien voor deelnemers zelf belastend zijn wanneer in het midden blijft wat voor relaties ze met andere deelnemers ontwikkelen. Ze weten niet goed waar ze aan toe zijn en wat ze van elkaar mogen en kunnen verwachten, of twijfelen aan de relatie die ze met de ander hebben opgebouwd.

*'Officieel heb je zo'n netwerkcoach ook maar een jaar. En zij is hier bijna twee jaar. Ik dacht dat we wel een klik hadden, maar nu gaat ze toch afbouwen. Ze zegt: 'Je weet nu best wel hoe je netwerken moet hier in de wijk, en als je wilt kun je dat best zelf'. Eigenlijk moet ze inderdaad gewoon eens een keer afscheid nemen. Maar we houden dan misschien nog af en toe wel contact, dat weet ik niet. Je kunt niet voor een ander denken.'*

Margo weet niet waar ze aan toe is en durft niet aan de vrijwilliger te vragen wat zij zou willen, omdat in het midden is gebleven of het nog steeds gaat om vrijwilligerswerk na de termijn van een jaar, of dat hun contact over is gegaan in een ander soort contact.

## Laveren tussen mogelijkheden en grenzen

Coördinatoren moeten daarom in de inrichting en begeleiding van hun initiatief laveren tussen het zoeken naar mogelijkheden en het respecteren van grenzen. Ze wegen af of ze ruimte willen (blijven) bieden voor wat er mogelijk tussen deelnemers kan ontstaan, of dat het beter is om de ruimte voor deelnemers te begrenzen.

Coördinatoren kunnen op verschillende manieren ruimte begrenzen voor deelnemers. Ze kunnen dit doen door rollen te formaliseren en voorwaarden te stellen aan deelnemers om een bepaalde rol op te pakken.

*De coördinator gaat in gesprek met een ouder echtpaar dat zich als bonus oma en opa had aangemeld. De moeder van het gezin had contact opgenomen omdat ze het gevoel had dat het echtpaar niet echt aandacht gaf aan haar kinderen, of belangstelling had om een persoonlijke band op te bouwen. Tijdens de eerste afspraken hadden ze haar kinderen voor de tv gezet. De coördinator spreekt met het oudere echtpaar over wat nu eigenlijk hun wensen en motieven zijn om dit te doen, en of deze wel passen bij hun rol als bonus oma en opa. Ze komen samen tot de conclusie dat ze beter met deze koppeling kunnen stoppen.*

Coördinatoren kunnen ook de ruimte begrenzen door met deelnemers af te spreken hoe ze met elkaar omgaan en wat ze daarin van elkaar kunnen verwachten. Ze maken de ruimte kleiner en verduidelijken voor deelnemers waar ze aan toe zijn en wat ze wel of niet moeten doen. Ze maken deze afspraken bijvoorbeeld in reactie op een situatie die zich tussen deelnemers voordoet.

*Er is onrust ontstaan bij de koffieochtend toen ineens twee nieuwe mannen de zaal binnenliepen en aan tafel kwamen zitten. Verschillende mensen vroegen zich af wie zich bij dit soort situaties verantwoordelijk voelt om ervoor te zorgen dat iedereen zich welkom voelt? Sommigen vinden dat dit de rol van*

*de coördinator is. De coördinator vindt het juist belangrijk dat deelnemers zelf rollen oppakken om koffie te schenken en gasten te verwelkomen. De deelnemers en de coördinatoren spreken met elkaar af dat steeds één persoon de rol als 'vrijwilliger' heeft. Voor iedereen is dan duidelijk: de vrijwilliger is degene die de koffie schenkt en eventuele gasten welkom heet.*

De coördinator begrenst de ruimte voor deelnemers om met laagdrempelige rollen als 'vrijwilliger' op verschillende manieren contact te maken. Deze ruimte gaat namelijk ten koste van het plezier en de ontspanning van andere deelnemers en kan ook de gastvrijheid voor nieuwe deelnemers verminderen. Door de afspraken over de rol is voor iedereen duidelijk wie er verantwoordelijk is om koffie te schenken en gasten welkom te heten.

Coördinatoren kunnen dit tot slot ook preventief doen, om mogelijke spanningen te voorkomen.

*Een coördinator beschrijft hoe ze met studenten spreekt: 'Nu ben je enthousiast en wil je vaak met je maatje afspreken. Maar hoe ga je dat straks doen als je tentamenweek hebt? Het is beter om iets af te spreken met je maatje dat je ook vol kunt houden in de periodes dat je het drukker hebt met je studie. Daarom is het beter om een keer in de twee weken af te spreken dan een keer in de week.'*

In dit voorbeeld geeft de coördinator de grenzen aan. Dit voorkomt spanningen voor de vrijwilligers zelf, en voorkomt onduidelijkheden over hun rol richting de hulpvrager.

## 7 Conclusie

Vrijwilligersinitiatieven zijn heel divers, net als de soorten ontmoetingen die ze tot stand brengen. Ze pakken niet alleen hulpvragen op, maar vormen ook plekken waar mensen nieuwe contacten opdoen en sociale verbanden ontstaan of worden verrijkt. Dit vormde de aanleiding voor dit onderzoek naar vrijwilligersinitiatieven als ontmoetingsplekken. In deze conclusie bespreken we wat vrijwilligersinitiatieven tot waardevolle ontmoetingsplekken maakt.

Wanneer deelnemers, hulpvragers en vrijwilligers iets voor elkaar doen of samen iets ondernemen, ontstaat vaak iets anders tussen mensen dan waar de activiteit aanvankelijk op is gericht. Dit sluit aan bij het gangbare beeld van ontmoetingsplekken, als plekken waar informele verbanden ontstaan die burgers zelf vormgeven en invullen. Het sluit ook aan bij het gesprek over vrijwilligerswerk als ontmoetingsplekken, waar bijzondere dingen tussen mensen kunnen gebeuren en ontstaan. We moeten dit beeld van ontmoetingsplekken echter bijstellen om te begrijpen wat vrijwilligersinitiatieven nu precies tot waardevolle ontmoetingsplekken maakt. Het blijkt niet genoeg om mensen simpelweg bij elkaar te brengen. Om vorm en invulling te geven aan onderlinge verbanden, hebben mensen plekken nodig die ruimte maken om te blijven onderzoeken wie ze samen willen en kunnen zijn.

### **Van waarde voor individuen**

We weten al veel over het belang van sociale relaties voor zingeving en kwaliteit van leven<sup>13</sup>, en over de expertise waarmee vrijwilligersinitiatieven bijvoorbeeld met maatjesprojecten specifieke soorten relaties tot stand brengen. Vrijwilligersinitiatieven brengen echter niet alleen specifieke relaties tot stand, maar kunnen ook ruimte maken ‘in’ de contacten

---

13 Machielse, 2021

tussen deelnemers, hulpvragers en vrijwilligers waar iets waardevols kan gebeuren of ontstaan. Deze 'ruimte' verdiept ons begrip van wat vrijwilligersinitiatieven tot waardevolle ontmoetingsplekken maakt.

Ten eerste gaat het hier om ruimte voor alledaagse situaties, die zich 'gewoon' tussen mensen kunnen afspelen. Deze situaties zijn echter lang niet voor iedereen vanzelfsprekend. Voor iemand die altijd als patiënt wordt aangesproken, is het van belang dat ze in het vrijwilligersinitiatief de ruimte heeft om te ontdekken hoe ze ook iets voor een ander kan betekenen, of het gezellig kan hebben met anderen. Het vrijwilligersinitiatief speelt hierin een ander soort rol dan vormen van hulp en begeleiding waarbij dit bewust en reflexief gebeurt. Juist vanwege het 'gewone' hoeft ze zich niet in te spannen om zichzelf anders te zien of zich anders op te stellen in contacten. Deelnemers kunnen hierdoor loskomen van versies van zichzelf waar ze in contact met anderen of met hulpverleners vaak op worden vastgepind. Ze kunnen bovendien nieuwe kanten van zichzelf ontdekken en ontwikkelen die voor hen van betekenis zijn.

Ten tweede gaat het hier niet alleen om ruimte voor plezierige en fijne situaties, maar ook om ruimte voor situaties waarin sprake is van aanhoudende spanningen of onoplosbare thema's. Vrijwilligersinitiatieven richten zich namelijk niet alleen op ontmoetingen, maar ook op complexe hulpvragen waarbij wensen, behoeften en mogelijkheden onduidelijk of tegenstrijdig kunnen zijn, en op doelgroepen die specifieke expertise en ondersteuning vereisen. De ontmoetingen zijn van waarde omdat ze deelnemers een (experimenteer)ruimte bieden waarin het probleem niet opgelost hoeft te worden, maar waar ze een eigen omgang met de situatie kunnen zoeken en ontwikkelen<sup>14</sup>. Deelnemers kunnen ontdekken wie ze kunnen en willen zijn in de (moeilijke) situatie waarin ze zich bevinden, hoe ze met anderen in verbinding willen staan, en wat voor hen hierin van betekenis is.

---

14 Mattingly, 2014





## Maatschappelijke waarde

Beleid kan niet op alle samenlevingsvraagstukken een antwoord formuleren. Het kan geen dagelijkse omgangsvormen uitvinden die recht doen aan onderlinge verschillen, of sociale verbanden opleggen in buurten, dorpen en steden die zorgdragen dat iedereen met een goede kwaliteit van leven ouder kan worden. Daarom zijn er hoge verwachtingen van ontmoetingsplekken waar burgers zelf vorm kunnen geven aan onderlinge hulp, betrokkenheid en verbondenheid. Dit onderzoek laat echter zien dat het simpelweg bijeenbrengen van mensen niet voldoende is om tot meer verbinding en onderlinge betrokkenheid te komen.

Ten eerste onderstreept het onderzoek het kritische geluid dat ontmoetingen niet altijd en niet voor iedereen tot iets positiefs leiden<sup>15</sup>, en dat er aandacht moet zijn voor barrières en drempels. Mensen hebben niet slechts een ontmoetingsplek nodig, maar ook de ruimte om te onderzoeken hoe ze zich met elkaar willen verbinden en of ze iets voor elkaar kunnen betekenen. Verwachtingen vanuit praktijk en beleid, en beeldvorming vanuit de maatschappij kunnen op voorhand invullen hoe deelnemers met elkaar in contact treden en wat ze van het contact verwachten. Dit kan afschrikken of negatieve ervaringen tot gevolg hebben, of het sluit onvoldoende aan bij de situatie van deelnemers en wat zij elkaar te bieden hebben. Vrijwilligersinitiatieven kunnen deze barrières wegnemen en deelnemers helpen al doende te onderzoeken hoe ze hun onderlinge relatie willen en kunnen invullen.

Ten tweede laat het zien dat vrijwilligersinitiatieven als ontmoetingsplekken niet alleen nieuwe verbanden faciliteren, maar ook helpen om eenmaal opgebouwde verbanden te blijven onderhouden. Door ruimte te bieden voor de spanningen en moeilijke kanten van samenleven, kunnen vrijwilligersinitiatieven er voor zorgen dat mensen ook met elkaar in contact blijven wanneer het ingewikkeld tussen hen is.

---

15 Blonk et al., 2019

Ze maken het bovendien mogelijk dat er ook in deze situaties iets van betekenis kan ontstaan. Deze maatschappelijke rol verdient meer erkenning.

### **Rol van de coördinator**

Om een vrijwilligersinitiatief tot een waardevolle ontmoetingsplek te maken, is de rol van de coördinator cruciaal. Er is al veel bekend over de expertise van coördinatoren om koppelingen te begeleiden en verschillende activiteiten te ondersteunen. Dit onderzoek vraagt aandacht voor een andere kant van hun professionaliteit, namelijk de creativiteit waarmee ze hun aanbod inzetten om ruimte te maken in de relaties die deelnemers, hulpvragers en vrijwilligers met elkaar ontwikkelen. Dit vereist een antenne om af te stemmen op specifieke situaties die zich tussen hen voordoen.

Het onderzoek laat bovendien zien hoe coördinatoren moeten laveren tussen het zoeken naar mogelijkheden en het respecteren van grenzen. Er is niet één werkzame manier om ontmoetingen tot stand te brengen. Coördinatoren maken per situatie keuzes wat ze zwaarder willen laten wegen. In sommige situaties vinden ze het belangrijker om risico's op negatieve ervaringen of knelpunten in het contact tussen deelnemers te vermijden. Ze begrenzen dan de ruimte, maar verkleinen daarmee ook de kans dat er bijzondere dingen gebeuren en ontstaan tussen deelnemers. In andere situaties nemen ze welbewust wat meer risico, omdat ze het belangrijk vinden om ruimte te maken voor de mogelijkheden van deelnemers.

### **Vragen voor vervolgonderzoek**

Dit onderzoek laat zien dat er ook nog veel vragen openliggen die belangrijk zijn om te kunnen investeren in waardevolle ontmoetingsplekken. We lichten drie vragen voor vervolgonderzoek uit.

Een eerste vraag betreft de rol van de coördinator. Het onderzoek laat zien dat coördinatoren, initiatieven en hun organisaties op heel verschillende manieren omgaan met het bieden en begrenzen van ruimte. Sommige coördinatoren zijn hier heel bewust mee bezig, anderen zien dit niet als onderdeel van hun rol. De vraag is of elke coördinator in staat is om de benodigde ruimte te bieden. Zijn er bepaalde eigenschappen of vaardigheden voor vereist, en hoe zou je deze kunst en kunde kunnen leren of verder ontwikkelen? Een andere vraag is of de vrijwilligerscoördinator altijd degene is die deze rol van ruimte maken op zich moet nemen, of dat ook betrokken deelnemers of vrijwilligers deze rol (onder bepaalde voorwaarden) kunnen vervullen. Onderzoek naar deze vragen kan inzichten opleveren om de coördinerende rol te versterken en van bestaande initiatieven waardevolle ontmoetingsplekken te maken.

Een tweede vraag is hoe deze inzichten ook van toepassing zijn buiten het vrijwilligerswerk. Ten eerste denken we aan andere laagdrempelige ontmoetingsplekken zoals buurtinitiatieven en verenigingen. Wordt daar ook 'ruimte' gemaakt, vinden vrijwilligers bij een voetbalvereniging bijvoorbeeld ook ruimte om te onderzoeken wie ze samen willen en kunnen zijn? En als dat het geval is, hoe wordt die ruimte dan gemaakt, en is er dan iemand die daarbij een coördinerende rol vervult? Deze vragen kunnen we ook stellen bij de betaalde hulp- en zorgverlening, waarin ontmoeting rechtstreeks of indirect een rol speelt, bijvoorbeeld in het contact tussen hulpverlener en cliënt of in de onderlinge contacten bij een lotgenotengroep. Inzicht in deze vragen maakt het mogelijk om gericht in verschillende soorten ontmoetingsplekken te investeren.

Tot slot laat dit onderzoek zien hoe ontmoetingsplekken van waarde zijn bij complexe situaties. Vaak wordt de vraag gesteld waar de grenzen liggen van vrijwillige inzet. Kunnen vrijwilligersinitiatieven alle hulpvragen en doelgroepen bedienen, of zijn sommige casussen te complex of te belastend voor vrijwilligersinitiatieven en is specifieke expertise of samenwerking met professionele krachten dan vereist<sup>16</sup>? Dit onderzoek

---

16 Grootegoed et al., 2018

laat zien dat vrijwilligersinitiatieven juist ook bij complexe vraagstukken ruimte kunnen maken voor ‘gewone’ situaties tussen mensen. Zij hebben een eigen toegevoegde waarde op de expertise van betaalde hulp- en zorgverlening. Verder onderzoek is nodig om te begrijpen onder welke voorwaarden initiatieven deze ruimte in complexe situaties kunnen bieden, hoe coördinatoren met andere partijen zoals betaalde hulp- en zorgverleners samenwerken om dit bij complexe doelgroepen of vraagstukken te realiseren<sup>17</sup> en waar ook grenzen liggen bij moeilijke en ingewikkelde situaties.

---

17 Blonk, 2019

# Geraadpleegde bronnen

- Arendt, H. (1958). *The Human Condition*. Chicago: University of Chicago Press
- Blonk, L. (2019). *Nóg iemand over de vloer? Succesvolle samenwerking tussen Handjehelpen en Youké in de ondersteuning van gezinnen met een hulpvraag*. Utrecht: Vereniging NOV
- Blonk, L., Bredewold, F., Machielse, A. & Tonkens, E. (2019). *Wat is een betekenisvolle ontmoeting? Een literatuurstudie voor focus en onderbouwing van de werkwijze van het Oranje Fonds*. Utrecht: Universiteit voor Humanistiek/Oranje Fonds
- Canoy, M. (2023). *Manifest: Gezond ouder worden doe je samen in de buurt*. Sociale Vraagstukken (17 februari 2023). [www.socialevraagstukken.nl/manifest-bepleit-ruimte-voor-buurtinitiatieven-langdurige-zorg](http://www.socialevraagstukken.nl/manifest-bepleit-ruimte-voor-buurtinitiatieven-langdurige-zorg)
- Deuten, J. & Kwakernaak (2023). *Cijfers en de sociale basis. Een verkenning naar de mogelijkheden van kwantificeren en moneteriseren in de sociale basis*. Utrecht: Movisie
- Grootegoed, E., Machielse, A., Tonkens, E., Blonk, L. & Wouters, S. (2018). *Aan de andere kant van de schutting. Inspelen op de toenemende vraag naar vrijwillige inzet in het lokale sociaal domein*. Utrecht: Universiteit voor Humanistiek/Vereniging NOV
- Harbin, A. (2016). *Disorientation and moral life*. Oxford: Oxford University Press
- Jackson, M. (2016). *As wide as the world is wise: Reinventing philosophical anthropology*. New York: Columbia University Press

- Loidolt, S. (2011). Indifferentz. Räume des entmachteten Erscheinens. In: Sepp, H. R., Hetzel, A., & Liebsch, B. (Eds.). *Profile Negativistischer Sozialphilosophie: Ein Kompendium* (pp. 125-144). Berlin: Akademie Verlag
- Machielse, J. E. M. (2021). Betekenisvolle relaties als essentiële zingevingsbron bij het ouder worden. *Gerōn. Tijdschrift over Ouder Worden & Maatschappij*, 23(1). [gerontijdschrift.nl/readlists/nr-1-maart-2021/](http://gerontijdschrift.nl/readlists/nr-1-maart-2021/)
- Mattingly, C. (2014). *Moral Laboratories. Family Peril and the Struggle for a Good Life*. Berkeley: University of California Press
- Plessner, H. (2021 [1924]). *Grenzen van de gemeenschap. Een kritiek van radicale bewegingen*. Gorredijk: Noordboek
- Raad van Ouderen (2021). *Thuis in de wijk nu en straks!* Advies november 2021
- Raad voor Volksgezondheid en Samenleving (2021). *Ruimte maken voor ontmoeting. De buurt als sociale leefomgeving?* Den Haag: Raad voor Volksgezondheid en Samenleving. [adviezen.raadvsv.nl/ruimte-maken-voor-ontmoeting/](http://adviezen.raadvsv.nl/ruimte-maken-voor-ontmoeting/)
- Ricoeur, P. (2007). *The course of recognition*. Harvard: Harvard University Press
- Todres, L., & Galvin, K. (2010). "Dwelling-mobility": An existential theory of well-being. *International journal of qualitative studies on health and well-being*, 5(3), 5444
- Van Mourik, K., Dermaux, J., Cadat-Lampe, M., Franken, M., Fermin, A., & Omlo, J. (2022). *Wat werkt bij het stimuleren van vrijwillige inzet en actief burgerschap?* Movisie: Utrecht

- Westoby, P. (2019). Concluding reflections: philosophical perspectives on community and community development. In: Banks, S. & Westoby, P. (Eds.). *Ethics, equity and community development* (pp. 209-219). Cambridge: Cambridge University Press
- Zigon, J. (2018). *A war on people: Drug user politics and a new ethics of community*. Berkeley: University of California Press

# Bijlage 1 • Deelnemende initiatieven

In deze bijlage geven we een korte schets van de initiatieven die aan dit onderzoek hebben deelgenomen.

## **Netwerk Nieuw Rotterdam, Rotterdam**

Netwerk Nieuw Rotterdam is een lokale afdeling van jongeren-vrijwilligersnetwerk TijdVoorActie. Met uiteenlopende activiteiten doen jongeren eenmalig, tijdelijk of structureel vrijwilligerswerk voor andere Rotterdammers. Netwerk Nieuw Rotterdam organiseert daarnaast verschillende activiteiten voor de jonge vrijwilligers zelf, om zichzelf te ontwikkelen en met leeftijdsgenoten in contact te komen. In het onderzoek hebben wij ons gericht op maatjescontacten tussen jong en oud en praktische hulp aan thuiswonende ouderen.

## **Handjehelpen, regio Utrecht**

Handjehelpen is een vrijwilligersorganisatie die koppelingen tot stand brengt tussen vrijwilligers en stagiairs en mensen met een hulpvraag, chronische ziekte of beperking. Ze werken intensief samen met zorgorganisaties, wijkteams en sociale opleidingen om maatjescontacten te realiseren voor doelgroepen waar specifieke begeleiding, kennis of ervaring voor nodig is. In ons onderzoek hebben we ons gericht op maatjeskoppelingen die Handjehelpen tot stand brengt voor oudere hulpvragers met psychiatrische problematiek.

## **Mannengroep voor oudere mannen met een migratieachtergrond, Alkmaar**

Iedere week komen verschillende oudere mannen met een migratieachtergrond bij elkaar aan de ontmoetingstafel. Deze mannengroep is geïnitieerd door het wijkcentrum en wordt ondersteund door de buurtwerker van Vrouwenkracht Alkmaar. De groep zet zich in voor meer



onderlinge betrokkenheid en steun, zowel binnen de mannengroep als in de wijk. Door de tijd heen is een vaste groep deelnemers ontstaan die soms ook buiten de ontmoetingstafel samen activiteiten onderneemt, zoals walking football.

### **Activiteiten in voormalig seniorenflat, Groningen**

Een handvol vaste vrijwilligers en de bewonerscommissie verzorgen activiteiten voor oudere bewoners van de flat. Ze zijn hiermee doorgegaan, toen de flat werd verkocht aan een andere eigenaar en daarmee veranderde van een seniorenflat naar reguliere sociale huur. In de gemeenschappelijke ruimte van de flat vindt twee keer per week een koffieochtend plaats en een keer per maand een borrel. Gedurende een groot deel van de looptijd van het onderzoek zijn deze activiteiten ondersteund door een buurtwerker van het wijkteam.

### **Bonus oma en opa, Stichting Present, Zoetermeer**

Ouderen met een onvervulde kleinkinderwens worden door de coördinator in contact gebracht met jonge gezinnen in de buurt. Daarbij wordt ingezet op een contact voor onbepaalde tijd, door het ontwikkelen van een relatie waarbij waar beide partijen geven en ontvangen. Dit project was een pilot voor Samen Ouder Worden en uitgevoerd door Stichting Present Zoetermeer.

### **Bommelthoes, Mensenwerk Hogeland, Uithuizermeeden**

In het dorpshuis vindt iedere twee weken een bijeenkomst plaats voor oudere bewoners van het dorp. In 2021 hebben twee vrijwilligers het stokje overgenomen van de vorige vrijwilligers, en in de looptijd van het onderzoek heeft een derde vrijwilliger zich aangesloten. De vrijwilligers verzorgen het programma met verschillende activiteiten, zoals een filmvertoning, spelletjes en iets creatiefs. De ochtend wordt altijd afgesloten met een gezamenlijke warme lunch, waar de deelnemers een kleine bijdrage voor betalen. Het Bommelthoes is ontwikkeld samen met Mensenwerk Hogeland. Zij ondersteunen naburige dorpen met het opzetten en draaien van soortgelijke 'Thuis kamers'.

### **Thuiskamer, De Holm, Den Andel**

Een voormalig schoolgebouw is in 2016 door drie bewoners van het dorp omgebouwd tot ontmoetingsplaats De Holm, met verschillende activiteiten voor en door dorpsbewoners. Een van deze activiteiten is de wekelijkse 'Thuiskamer', waar oudere dorpsbewoners kunnen binnenlopen voor een kop koffie en wat lekkers. Tijdens het koffiedrinken vinden ook andere activiteiten plaats in het gebouw, zoals een brei-club, tuinieren en de aanbouw van een nieuwe klus-schuur. Een keer per maand volgt op de koffieochtend een gezamenlijke lunch met drie gangen, verzorgd door een kok uit het dorp. De Thuiskamer is ontwikkeld samen met Mensenwerk Hogeland. Zij ondersteunen naburige dorpen met het opzetten en draaien van soortgelijke 'Thuiskamers'.

### **Telefonische Up! gesprekken, Humanitas Groningen**

Tijdens Corona heeft Humanitas Groningen samen met Up! telefonische groepsgesprekken georganiseerd voor oudere inwoners van de stad. Deelnemers konden zich aanmelden voor een reeks, waarin verschillende thema's aan de orde komen zoals spijt, vriendschap of afscheid. De vrijwilligers zijn geworven door Humanitas en getraind tot gespreksleider bij Up!

## Bijlage 2 • Onderzoeksaanpak

In deze bijlage beschrijven we op hoofdlijnen hoe we het onderzoek hebben aangepakt dat aan de basis ligt voor dit boek.

Het doel van dit onderzoek was om meer inzicht te krijgen in vrijwilligersinitiatieven als ontmoetingsplekken voor zelfstandig wonende ouderen. De onderzoeksvraag voor het onderzoek luidde daarom: *Wat is betekenisvol contact voor zelfstandig wonende ouderen en welke rol spelen vrijwilligersinitiatieven hierin?* We hebben gekozen om ‘zelfstandig wonende ouderen’ in de breedste zin op te vatten, namelijk als iedereen met een leeftijd hoger dan 54 jaar. Dit sluit aan bij de diversiteit van de vrijwilligers-praktijken, en de toenemende aandacht in beleid rondom vrijwilligerswerk voor de mogelijkheden van vrijwilligerswerk in de periode voorafgaand aan de pensioenleeftijd.

### **Dataverzameling**

Om vrijwilligersinitiatieven als ontmoetingsplekken te bestuderen hebben we gekozen voor een etnografische aanpak. In de periode maart 2020 tot en met oktober 2022 hebben we acht verschillende initiatieven gevolgd met een combinatie van dataverzamelmethode. Zo wilden we inzicht krijgen in de verschillende wijzen waarop mensen elkaar ontmoeten en tijd doorbrengen via deze initiatieven als ontmoetingsplekken.

Hiervoor hebben we initiatieven doelgericht geselecteerd op onderlinge variatie in de soorten ontmoetingen die er plaatsvinden. We hebben hiervoor de volgende criteria geformuleerd: verschil in de duur van de contacten (eenmalig, afgebakende periode, onbepaalde tijd); verschil in de mate waarin ontmoetingen worden gematcht en begeleid door een coordinator; verschil in achtergronden, kenmerken en hulpvragen van deelnemers; en verschil in hoeverre er sprake is van ‘overbruggende’ ontmoetingen tussen deelnemers. Ook hebben we gestreefd naar geografische spreiding door Nederland.

Alle onderzoeksdata zijn verzameld door de eerste auteur. Met behulp van verkennende gesprekken en interviews met coördinatoren of betrokken beroepskrachten vormden we eerst een beeld van de werkwijze van het initiatief. Vervolgens hebben we met een combinatie van dataverzamelmethode(n) (participerende observaties, informele gesprekken en interviews) ‘gevolgd’ wat voor ontmoetingen er plaatsvinden binnen de initiatieven, en wat daarin van betekenis is vanuit het perspectief van de deelnemers. In de interviews vroegen we deelnemers om over hun ervaringen met het initiatief te vertellen, hoe ze erbij betrokken zijn geraakt (als deelnemer, hulpvrager of vrijwilliger), hoe ze met andere mensen in contact komen door het initiatief en welke plek dit sociale contact heeft in hun dagelijks leven. In tweede en derde follow-up interviews vroegen we naar ontwikkelingen in het sociale contact, en verdiepten we thema’s die in eerdere interviews naar voren waren gekomen. Door de combinatie van dataverzamelmethode(n) konden we niet alleen kijken naar betekenissen die verbaal werden geformuleerd, maar ook zoals deze zich tonen in het doen en laten van deelnemers. Tot slot hebben we op basis van de onderzoeksbevindingen enkele coördinatoren geïnterviewd, en een focusgroep met acht coördinatoren gehouden, om ons inzicht te verdiepen in de rol en werkwijze van coördinatoren.

**Tabel 1. Overzicht geïnterviewde respondenten (N=54)**

Vrijwilligers	16
Hulpvragers	19
Deelnemers	9
Coördinatoren en beroepskrachten	10

**Tabel 2. Overzicht data-verzameling**

Interviews	54
Follow-up interviews	23
Participerende observaties	40
Focusgroep	1

Vanwege Corona was het moeilijk om in te schatten in welke mate en wanneer het mogelijk was om data te verzamelen. Veel initiatieven legden hun activiteiten stil of pasten ze aan als gevolg van Corona-gerelateerd beleid. Daarom zijn er grote verschillen in de hoeveelheid data die is verzameld per initiatief. In de beginfase van het onderzoek vonden er vanwege het beroep op “social distancing” voornamelijk 1-op-1 activiteiten plaats, en lag het zwaartepunt van de data-verzameling bij maatjeskoppelingen van Handjehelpen, Netwerk Nieuw Rotterdam en het Bonus oma en opa project. Bij deze initiatieven zijn uitsluitend interviews gedaan. In de loop van 2021 en 2022 werd het beter mogelijk om ook data te verzamelen bij initiatieven die werken met grotere groepen, zoals de Thuis kamers en migrantenmannenochtend. Daar zijn voornamelijk participerende observaties gedaan, en minder interviews.

### **Data-analyse**

In navolging van fenomenologische benaderingen van etnografisch onderzoek, die zich richten op het beschrijven van wat zich als betekenisvol ‘tussen’ mensen voordoet in sociale praktijken<sup>18</sup>, hebben we de analyse toegespitst op de verschillende manieren waarop sociale situaties zich als betekenisvol voordoen in de ervaringen van deelnemers. Tussentijdse bevindingen zijn voorgelegd aan deelnemers in informele gesprekken of in de follow-up interviews. In de slotfase van de analyse

---

18 Zigon, 2018; Jackson, 2016

hebben we specifiek gekeken hoe we de rol van coördinatoren in betekenisvolle situaties het beste konden typeren.

Het onderzoek voerden we uit in samenwerking met het programma Samen Ouder Worden. Gedurende de looptijd van het onderzoek vond iedere vier maanden een bijeenkomst met de klankbordgroep plaats, samengesteld uit vertegenwoordigers van verschillende landelijk opererende vrijwilligersorganisaties die zijn betrokken in het programma Samen Ouder Worden. In deze bijeenkomsten zijn de tussentijdse bevindingen en de analyse voorgelegd en aangescherpt.

### **Data en privacy**

We hebben het onderzoek uitgevoerd volgens de principes van *informed consent*. Dat betekent dat respondenten altijd van tevoren zijn geïnformeerd over de doel en opzet van het onderzoek en zijn gevraagd om hun toestemming. Respondenten konden zich op ieder moment weer terugtrekken uit het onderzoek en hun data laten vernietigen zonder opgave van reden. Voor de interviews is schriftelijk toestemming geven met een toestemmingsverklaringsformulier. Bij participerende observaties is daarnaast gewerkt met mondelinge toestemming, wanneer het ging om situaties die 'openbaar' toegankelijk waren en waar verschillende bezoekers of deelnemers in- en uitlopen.



