

Eenzaamheid in 2023 - een selectie

In 2023 is volgens semantic scholar 3500 studie naar eenzaamheid uitgevoerd.

Vanuit de wetenschap van de Psychologie waren dat er 1980.

Vanuit de medische wetenschap 929

Vanuit sociologie 45

Vanuit filosofie 28

Vanuit onderwijs 251, maar... de meesten daarvan gingen over ouderen...

Zoek je op educatie, eenzaamheid en kinderen, dan kom je op 11000 resultaten. Geen wonder dat er steeds meer meta onderzoek komt. Het is niet meer te overzien!

Alleen, bij meta onderzoek stuiten de meeste onderzoekers op dit feit: er wordt geen onderscheid gemaakt tussen sociaal geïsoleerd zijn en eenzaamheid. Dat maakt dat het vrijwel niet vergelijkbaar is.

Ik heb een aantal onderzoeken voor jullie op een rij gezet en de resultaten deel ik.

Internationaal:

Kinderen en levenslange gevolgen van scheiding

China is door de enorme hoeveelheid mensen en dus de enorme hoeveelheid onderzoekers ongeveer de nummer 1 als het gaat om onderzoek naar eenzaamheid waarbij onderzoek naar de kinderen die zijn achtergelaten op het platteland een enorme bron van kennis vormen. Trieste kennis, dat wel. Want hoewel gedacht werd dat de achtergebleven familie de scheiding van de ouders wel zou opvangen, blijkt steeds meer dat kinderen die zijn achtergelaten heel lang last blijven houden van die scheiding. Dat uit zich vooral in sociaal minder vaardig zijn, zich eenzaam voelen, leerproblemen en lichamelijke klachten. (Heel veel onderzoek!)

Covid

Nummer 2 is uiteraard de gevolgen van COVID, die wereldwijd zijn onderzocht. Er zijn veel 'opvallende' dingen gevonden. Dat eenzaamheid afnam in de eerste maanden nadat mensen werden opgehoofd was een verbijsterende bevinding voor veel mensen. Het werd uitgelegd als het gevolg van het feit dat we nu allemaal in hetzelfde schuitje zaten... Wel bleek vrijwel overal dat na afloop van de pandemie eenzaamheid was toegenomen. Er is heel veel onderzocht met haast en weinig goed vergelijkbare data. Voor een deel blijft het dus wel gokken naar de echte effecten van Covid op eenzaamheid. Bij een aantal meta onderzoeken zie je terug dat de data vrijwel niet vergelijkbaar zijn. TJa... Langzamerhand

zie je wel dat verbondenheid als basisbehoefte steeds meer wordt erkend. Waarmee eenzaamheid als signaal dat aan die behoefte niet wordt voldaan een goede meetlat is. Dat is dus iets anders dan het objectief meetbare sociaal isolement. En ook dat wordt steeds meer gezien.

Su, Y., Rao, W., Li, M., Caron, G., D'Arcy, C., & Meng, X. (2023). Prevalence of loneliness and social isolation among older adults during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *International Psychogeriatrics*, 35(5), 229-241.

Interventies

Nummer 3. De aanpak van eenzaamheid internationaal

Deens onderzoek naar de effectiviteit van interventies wees uit dat psychologische interventies, sociale steun en sociaal-emotionele vaardigheidstraining goed werkten. Chinees onderzoek gaf aan dat interventies met gecombineerde aanpak (waar kennen we dat van?) het meest succes hadden. Een onderzoek uit Australië naar het effect van digitale interventies ontdekte dat er meer negatieve effecten waren dan positieve... Een meer bewustzijn van de eigen eenzaamheid zonder die te kunnen oplossen was vaak het gevolg.

Barbosa Neves, B., Waycott, J., & Maddox, A. (2023). When technologies are not enough: The challenges of digital interventions to address loneliness in later life. *Sociological Research Online*, 28(1), 150-170.

Europa

Dat Frankwatching erover schrijft zegt heel wat. Dat is een website die zich bezig houdt met trends...

<https://www.frankwatching.com/archive/2023/07/02/eenzaamheid-eu-onderzoek/>

Even samen naar kijken!