

Goed ouder worden Wat vinden Turkse migranten in Nederland belangrijk?

Door: Enise Çayci, Thijs van den Broek

Kernwoorden: Autonomie, Successful aging

De levenskwaliteit van oudere Turkse migranten in Nederland ligt vaak lager dan van oudere Nederlanders zonder migratieachtergrond. Het ontwikkelen van initiatieven ter verbetering van het latere leven van Turkse migranten vraagt om inzicht in wat binnen deze groep als belangrijke aspecten van goed ouder worden wordt gezien, maar hierover is nog weinig bekend. Wij spraken 27 in Turkije geboren Nederlanders van middelbare leeftijd en ouder over wat zij beschouwen als belangrijke elementen van een goed later leven.

Wat te verstaan onder 'goed ouder worden'?

Oudere mensen van Turkse herkomst maken een steeds groter deel uit van de Nederlandse samenleving. Momenteel wonen er ongeveer 70.000 in Turkije geboren 55-plussers in Nederland en volgens ramingen van het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) zal dit aantal de komende decennia toenemen tot ongeveer 110.000 in 2040. De kwaliteit van het latere leven is bij Turkse migranten vaak lager dan bij Nederlanders zonder migratieachtergrond. Zo kampen ouderen met een Turkse migratieachtergrond relatief vaak met chronische ziekten, mobiliteitsbeperkingen en mentale gezondheidsproblemen (El Fakiri & Bouwman-Notenboom, 2014). Ook hebben zij relatief vaak sterke gevoelens van eenzaamheid, een laag inkomen en weinig ervaren regie over het eigen leven (Van Tilburg & Fokkema, 2018).

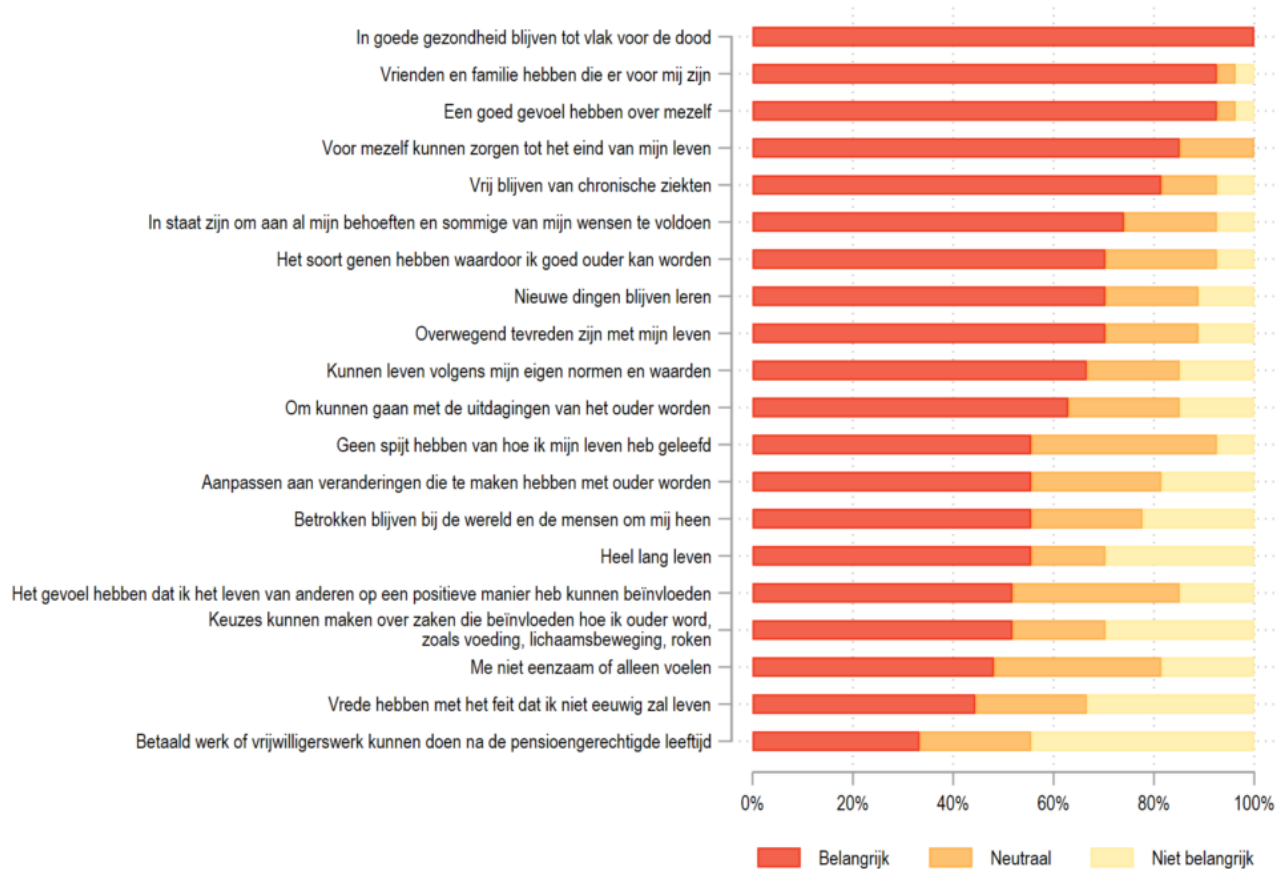
Inspanningen gericht op het verbeteren van de kwaliteit van het latere leven beginnen bij het vaststellen van het na te streven doel: wat dient te worden verstaan onder 'goed ouder worden'? De wetenschappelijk literatuur over hoe een goed later leven zou moeten worden geconceptualiseerd is omvangrijk. Ruim drie decennia geleden ontwikkelden Rowe en Kahn (1987) het invloedrijke *Successful Aging*-model. Volgens dit model omvat goed ouder worden drie componenten: (1) vrij blijven van ziekten en beperkingen, (2) behoud van fysiek en cognitief functioneren, en (3) blijvende participatie in productieve en sociale activiteiten. Vele andere, maar deels overlappende, modellen van goed ouder worden volgden, waaronder het *Active Ageing*-raamwerk van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO, 2002) en het *Productive Aging*-model (Butler & Schechter, 1995).

Bovenstaande modellen van goed ouder worden hebben gemeen dat ze zijn ontwikkeld door wetenschappers en beleidsmakers. Critici betogen dat dergelijke modellen vaak slechts beperkt aansluiten bij wat mensen zelf belangrijk vinden voor een goed later leven (Martinson & Berridge, 2015). Het gevaar hiervan is dat beleid en interventies ontwikkeld op basis van deze modellen mogelijk geen wezenlijke bijdrage leveren aan de kwaliteit van het leven van de ouderen op wie deze inspanningen zijn gericht. Meer inzicht in lekenperspectieven op een goed later leven is daarom gewenst. Dit geldt vooral voor de perspectieven van tot nu toe onderbelichte groepen, zoals mensen met een migratieachtergrond (Cosco, Prina, Perales, Stephan, & Brayne, 2013). Met uitzondering van een recente focusgroepstudie door Conkova en Lindenberg (2020) is er tot dusver echter amper onderzoek gedaan naar wat migranten in Nederland belangrijke aspecten van goed ouder worden vinden.

Voor deze verkennende studie interviewden we 27 in Turkije geboren Nederlanders van middelbare leeftijd en ouder (43-72 jaar oud; 48% vrouw; 93% gehuwd; allen woonachtig in Rotterdam, Den Haag en omliggende gemeenten) over wat zij belangrijke aspecten vonden van goed ouder worden. Uitgangspunt hierbij vormde de *Views on Aging*-vragenlijst die begin deze eeuw is ontwikkeld door de Amerikaanse geriater Elizabeth Phelan en haar collega's (2004). Op basis van een

literatuurstudie identificeerden zij 20 aspecten van een goed later leven zoals verondersteld door wetenschappers. In navolging van Phelan en collega's vroegen wij onze respondenten om voor elk van de 20 aspecten aan te geven of zij het belangrijk, onbelangrijk, of belangrijk noch onbelangrijk vonden voor een goed later leven. Daarnaast vroegen we hen om toe te lichten waarom ze bepaalde aspecten belangrijk vonden of juist niet. De interviews werden naar de voorkeur van de respondent afgenomen in het Turks of het Nederlands.

Belangrijk: Gezondheid, sociale inbedding, autonomie en een positief zelfbeeld



Figuur 1. Elementen van goed ouder worden gerangschikt naar ervaren belang.

In Figuur 1 is te zien in welke mate de verschillende aspecten uit Phelans lijst belangrijk werden gevonden. Opvallend is dat alle 27 respondenten aangaven het belangrijk te vinden om in goede gezondheid te blijven tot vlak voor de dood. Een vrouwelijke respondent verwoordde het belang van een blijvend goede gezondheid als volgt:

"Ik wil de rest van mijn leven een gezond leven, hoe lang ik ook zal leven. Al leef je 100 jaar, zolang je je handen niet kunt gebruiken, je je voeten niet kunt gebruiken en je ogen niet kunnen zien zal dit je niks opleveren. Het zal er alleen maar voor zorgen dat je zult verliezen."

Het overgrote deel van de respondenten vond het eveneens belangrijk om voor zichzelf te kunnen zorgen tot het eind van het leven. Ook het hebben van een positief zelfbeeld en de aanwezigheid van vrienden en familie waarop men kan bouwen werden door vrijwel alle respondenten gezien als belangrijk voor een goed later leven. Een vrouwelijke respondent vertelde hoe zij zich door ervaringen met haar terminaal zieke vader en echtgenoot nog sterker bewust werd van het belang van familie:

"Het is erg belangrijk dat je familie bij je is. Het is heel belangrijk, omdat familie heel kostbaar is. Heel belangrijk, heilig. [...] De reden dat ik dit zeg zou dit kunnen zijn. Mijn vader lag bijvoorbeeld op zijn sterfbed. Tijdens zijn ziekte realiseerde ik me net zoals bij mijn overleden man... Weet je, in hun laatste dagen, weet je, we waren altijd bij hen, we waren in het ziekenhuis, we waren naast hen. Dan besef je dat ze zo hulpeloos zijn. Maar hun ogen waren altijd op zoek naar één ding, iemand uit de familie. Telkens wanneer een familielid de kamer binnenkwam, ineens zo, voelden ze zich heel veilig en gelukkig. Ze vergaten op dat moment de pijn, alsof ze

opeens morfine toegediend kregen.”

De grote waarde die werd gehecht aan zaken als het behouden van een goede gezondheid tot vlak voor de dood, aan sociale inbedding, aan blijvende autonomie en aan het hebben van een goed gevoel over zichzelf is niet uniek voor Turkse migranten. In de focusgroepstudie van Conkova en Lindenberg (2020) gaven ouderen met een niet-Turkse migratieachtergrond eveneens aan dergelijke zaken belangrijk te vinden. Ook in buitenlands onderzoek, zoals de eerdergenoemde studie onder mensen met en zonder migratieachtergrond in de Verenigde Staten door Phelan en collega's (2004), werden deze factoren door de overgrote meerderheid van de respondenten als belangrijke aspecten van goed ouder worden aangemerkt.

Minder belangrijk: (Vrijwilligers)werk

Aan sommige aspecten van een goed later leven uit Phelans lijst werd door onze respondenten beduidend minder waarde gehecht. Zo vonden zij het relatief vaak minder belangrijk om vrij te blijven van eenzaamheid en om vrede te hebben met de eindigheid van het leven. Vooral het belang dat onze respondenten hechtten aan het kunnen blijven verrichten van betaald werk of vrijwilligerswerk was aanmerkelijk lager dan wat in eerder onderzoek, waaronder het werk van Phelan, werd gerapporteerd voor andere groepen. Mogelijk weerspiegelt dit een cultuurspecifiek referentiekader waarin deelname aan productieve activiteiten op latere leeftijd niet de norm is. Eerdere studies suggereren immers dat Turkse migranten relatief vaak verwachten dat ouder worden gepaard gaat met een afnemende participatie in de samenleving (Nieboer, Van den Broek, & Cramm, 2021). Enkele respondenten gaven aan vooral rust te wensen na het bereiken van de pensioengerechtigde leeftijd. Illustratief is het volgende citaat van een man van begin 50:

“Na mijn 67e heb ik al tot die leeftijd gewerkt en na die tijd zou ik mij nergens meer mee bezig willen houden. Ik wil me geen... Ik wil mijn hoofd niet heel moe maken met dat soort dingen, dus daarom vind ik het niet erg belangrijk.”

Sommige respondenten vonden het blijven verrichten van (vrijwilligers)werk onbelangrijk omdat zij van mening waren dat zij dat eerder in hun leven al genoeg hadden gedaan. Zo vertelde een vrouwelijke respondent die de pensioengerechtigde leeftijd naderde:

“Ik heb al veel vrijwilligerswerk verricht. Ik heb altijd mensen geholpen die de taal niet beheersten. Hiervoor heb ik vaak vrij van werk genomen. Ik heb zonder iets te verwachten getolkt en geholpen. Ik heb hun formulieren ingevuld, ben met hen meegegaan naar de vreemdelingenpolitie omdat ze een verblijfsvergunning moesten aanvragen... Ook ben ik meegegaan naar ziekenhuisafspraken om te tolken. Deze vrije dagen zijn mij niet cadeau gegeven. Maar ik heb die personen nooit gezegd: ‘Kijk dit kost mij een vrije dag’. Als ik dit in de toekomst niet meer kan doen tijdens mijn pensioen omdat ik oud ben geworden kan het mij niet schelen, want ik heb er al genoeg voldoening uit gehaald.”

Vooraf overeenkomsten

Het ontwikkelen van initiatieven ter verbetering van het latere leven van Turkse migranten vraagt om inzicht in wat binnen deze groep als belangrijke aspecten van goed ouder worden wordt gezien. Onze verkennende analyses brachten wat zaken aan het licht die mogelijk specifiek zijn voor Turkse migranten. Het beperkte belang dat lijkt te worden gehecht aan het blijven doen van betaald werk of vrijwilligerswerk is hierbij vooral opvallend. In veel door wetenschappers en beleidsmakers ontwikkelde modellen wordt blijvende productiviteit gezien als een noodzakelijke voorwaarde om goed ouder te kunnen worden. Onze resultaten suggereren echter dat dit voor Turkse migranten in Nederland mogelijk niet altijd opgaat. Onze respondenten geven immers aan minder te hechten aan participatie in productieve activiteiten. Ze stellen daarbij soms al voldoende te hebben gedaan en verlangen veelal vooral naar rust in het latere leven.

Opvallend zijn echter vooral de sterke overeenkomsten tussen wat door onze respondenten belangrijk wordt gevonden en de resultaten van eerder onderzoek over ideeën over goed ouder worden onder andere groepen mensen. Dit suggereert dat bepaalde elementen van goed ouder worden – met name een goede gezondheid tot vlak voor de dood, sociale inbedding, blijvende autonomie en het hebben van een positief zelfbeeld – grotendeels universeel zijn en niet sterk cultuurgebonden. Onze resultaten suggereren dat beleid en interventies gericht op het realiseren van deze zaken ook veelbelovend zijn om een wezenlijke bijdrage te leveren aan de kwaliteit van het leven van oudere Turkse migranten.

Door

Enise Çayci

Enise Çayci is Masterstudent Zorgmanagement aan de Erasmus Universiteit Rotterdam en Masterstudent Health Sciences gespecialiseerd in International Public Health aan de Vrije Universiteit Amsterdam. Haar onderzoeksinteresse ligt bij het thema publieke gezondheid. Speciale affiniteit heeft zij met onderzoek gericht op (sub)populaties met een migratieachtergrond.

Thijs van den Broek

Thijs van den Broek is universitair docent binnen de sectie Sociaal-Medische Wetenschappen van de Erasmus School of Health Policy & Management van de Erasmus Universiteit Rotterdam. Zijn onderzoek richt zich onder meer op gezondheid en welbevinden van ouderen en kwetsbaren. Voor de hier beschreven studie ontving hij een subsidie van Erasmus Trustfonds.

Literatuurlijst

1. Butler, R. N., & Schechter, M. (1995). Productive aging. In G. L. Maddox (Ed.), *The encyclopedia of aging*. New York: Springer.
2. Conkova, N., & Lindenberg, J. (2020). The experience of aging and perceptions of "aging well" among older migrants in the Netherlands. *The Gerontologist*, 60(2), 270–278. <https://doi.org/10.1093/geront/gnz125>
3. Cosco, T. D., Prina, A. M., Perales, J., Stephan, B. C. M., & Brayne, C. (2013). Lay perspectives of successful ageing: A systematic review and meta-ethnography. *BMJ Open*, 3(6). <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2013-002710>
4. El Fakiri, F., & Bouwman-Notenboom, J. (2014). *Gezondheid van oudere migranten in de vier grote steden*. Amsterdam: GGD Amsterdam.
5. Martinson, M., & Berridge, C. (2015). Successful aging and its discontents: A systematic review of the social gerontology literature. *The Gerontologist*, 55(1), 58–69. <https://doi.org/10.1093/geront/gnu037>
6. Nieboer, A. P., Van den Broek, T., & Cramm, J. M. (2021). Positive and negative ageing perceptions account for health differences between older immigrant and native populations in the Netherlands. *BMC Geriatrics*, 21(1), 190. <https://doi.org/10.1186/s12877-021-02119-8>
7. Phelan, E. A., Anderson, L. A., Lacroix, A. Z., & Larson, E. B. (2004). Older adults' views of "Successful Aging". How do they compare with researchers' definitions? *Journal of the American Geriatrics Society*, 52(2), 211–216. <https://doi.org/10.1111/j.1532-5415.2004.52056.x>
8. Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1987). Human aging: Usual and successful. *Science*, 237(4811), 143–149.
9. Van Tilburg, T. G., & Fokkema, T. (2018). Hogere eenzaamheid onder Marokkaanse en Turkse ouderen in Nederland: Op zoek naar een verklaring. *Tijdschrift Voor Gerontologie En Geriatrie*, 49(6), 263–273. <https://doi.org/10.1007/s12439-018-0269-1>
10. WHO. (2002). *Active ageing: A policy framework*. Geneva: World Health Organization.