

28-07-2015

Eenzaamheid op één bij anonieme hulplijn Sensor

In 2014 zijn 250.000 gesprekken gevoerd met Sensor. Eenzaamheid is met zo'n 70.000 gesprekken (28%) het meest gehoorde thema. Met name mensen tussen de 30 en de 60 jaar wilden hier over praten. Dit blijkt uit de jaarverslagcijfers die zijn gepubliceerd. Sensor is, met dank aan ruim 900 vrijwilligers, dag en nacht bereikbaar voor een anoniem luisterend oor per telefoon, chat en e-mail. Naast eenzaamheid waren psychische problemen (20%) en relatieproblemen (10%) veelgehoorde thema's bij Sensor.

Luisteren naar eenzaamheid

Sensor speelt een belangrijke rol in het verlichten van eenzaamheid. Vanwege het ontbreken van een netwerk bellen, chatten of mailen veel mensen met Sensor. Ze willen even een stem horen, hebben soms dagen niemand gesproken. Vooral ouderen lopen risico op sociale eenzaamheid. Door het wegvallen van partner en steeds meer familieleden en kennissen komen zij letterlijk alleen te staan.

Ook onder mensen met een groot sociaal netwerk komt eenzaamheid voor. Ze kunnen of durven (op dat moment) hun verhaal nergens kwijt. Ze schamen zich, willen hun naasten niet belasten of hebben het gevoel niet te worden begrepen. Dan is er sprake van emotionele eenzaamheid. Vanwege de anonimiteit van de hulpdienst, luchten zij hun hart bij Sensor. Sommige mensen verkeren in een sociaal isolement. Ernstige psychische of lichamelijke problemen liggen hier vaak aan ten grondslag, ze hebben moeite om relaties te onderhouden en te verdiepen.

Vrijwilligers van Sensor worden getraind in het herkennen van deze vormen van eenzaamheid en om hier mee om te gaan. Zij luisteren naar het verhaal en kunnen helpen gedachten te ordenen. Voor de meeste mensen is Sensor een steuntje in de rug al dan niet als aanvulling op de professionele hulp die men krijgt. De vrijwilliger van Sensor kan eenzaamheid niet oplossen maar wel verzachten. Door een mens-tot-mensgesprek voelt de ander zich erkend en gehoord en kan verder afglijden in een negatieve spiraal worden voorkomen. Waar mogelijk probeert de vrijwilliger te stimuleren om de gevoelens van eenzaamheid aan te pakken.

Zomereenzaamheid

Sensor is kernpartner van Coalitie Erbij. Partners van Coalitie Erbij werken samen om eenzaamheid bespreekbaar te maken. Coalitie Erbij vraagt dit jaar met een kaartenactie aandacht voor zomereenzaamheid. Deze zomereenzaamheid merkt Sensor ook: mensen zoeken contact met een vrijwilliger omdat het stil is. Buren, vrienden maar ook mantelzorgers en psychologen zijn op vakantie. Vertrouwde radio- en Tv-programma's hebben een zomerstop. Ze missen structuur, steun en contact waardoor eenzaamheid de kop op steekt.

Sensor

Sensor biedt dag en nacht een luisterend oor via telefoon, e-mail en alle dagen van de week via de chat vanuit 26 locaties verspreid door Nederland. Een goed gesprek voeren, zeker rond gevoelige onderwerpen, is niet eenvoudig. Nieuwe vrijwilligers krijgen een gedegen basistraining gevolgd door een mentorperiode voor zij zelfstandig aan de slag gaan. Ook daarna blijven zij voortdurend training en begeleiding krijgen. Sensor voert deze dienst namens vrijwel alle Nederlandse gemeenten uit. Daarnaast ontvangt zij giften van particulieren, fondsen en kerken. Sensor is opgericht in 1958 onder de naam SOS Telefonische Hulpdienst.

---EINDE PERSBERICHT---

Noot voor de redactie: Voor vragen over dit persbericht kunt u contact opnemen met Karin Prins (Communicatieadviseur) 0346 – 590098 / 0639224958 k.prins@sensoor.nl Wij kunnen u ook in contact brengen met een vrijwilliger voor een interview. Zie ook www.sensoor.nl