



Centre of Expertise  
**Perspectief in Gezondheid**

Een initiatief van *avans*



Samenwonen met tenminste een generatie verschil

# De invloed van intergenerationeel wonen op de ervaren positieve gezondheid

## Colofon

Datum

Sofie Slegers, 4<sup>e</sup> jaars student hbo-verpleegkunde, Avans Hogeschool Den Bosch

Kitty van der Made, Impact ondernemer MijnWoongenoot, Wooninnovator, docent Social Work Avans Hogeschool

Dr. Cindy de Bot, Associate lector, Center of Expertise Perspectief in Gezondheid, Avans Hogeschool Breda

©2024

**Centre of Expertise Perspectief in Gezondheid – Avans Hogeschool**

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

# 1 Inhoud

<b>1</b>	<b>Inhoud</b>	<b>2</b>
<b>2</b>	<b>Inleiding</b>	<b>3</b>
<b>3</b>	<b>Methode</b>	<b>4</b>
<b>4</b>	<b>Resultaten</b>	<b>4</b>
4.1	Thema's van Positieve Gezondheid	5
<b>5</b>	<b>Discussie</b>	<b>7</b>
<b>6</b>	<b>Conclusie</b>	<b>8</b>
<b>7</b>	<b>Samenvatting</b>	<b>8</b>
<b>8</b>	<b>Literatuurlijst</b>	<b>9</b>

## 2 Inleiding

De woningnood in Nederland raakt de kamerzoekende student. In 2021 is het tekort aan studentenwoningen opgelopen tot 26.500 en tegen 2029 zal naar schatting het tekort toenemen tot een totaal van 57.000 studentenwoningen<sup>1</sup>. Tegelijkertijd stuurt de overheid erop aan om ouderen zo lang mogelijk zelfstandig thuis te laten wonen, vanwege de (oplopende) tekorten in de zorg- en woonvoorzieningen en minder zorgpersoneel<sup>2</sup>. In 2021 hadden ruim een miljoen ouderen een eenpersoonshuishouden en loopt dat aantal op naar 1,7 miljoen in 2045<sup>3</sup>. Bij zowel ouderen als jongeren speelt eenzaamheid een steeds grotere rol in kwaliteit van leven<sup>4</sup>. Jong en oud kunnen veel voor elkaar betekenen en van elkaar leren. Intergenerationeel wonen zou hier een bijdrage aan kunnen leveren.<sup>5</sup> Het kabinet trekt de komende jaren structureel geld uit om samenwonen tussen jongeren en ouderen te stimuleren. Daarom heeft minister Helder in mei 2023 zelfs een Subsidieregeling intergenerationeel wonen gelanceerd<sup>5</sup>.

Homesharing of intergenerationeel wonen kent zijn oorsprong in de Verenigde Staten. In 1972 begon Maggie Kuhn, ook lid van een organisatie die opkomt voor de rechten van ouderen, samen te leven met jongeren die haar een lagere huur betaalden. Ook hielpen de jongeren met huishoudelijke taken en boden ze haar gezelschap. Kuhn was van mening dat de ouderen woonachtig in woonzorgcentra, werden afgezonderd van de maatschappij. Dit was ook de hoofdreden voor het opzetten van homesharing<sup>6</sup>. MijnWoongenoot uit Breda matcht mensen met woonruimte over aan woningzoekenden<sup>7</sup>. Senioren en studenten in het bijzonder en brengt hiermee het intergenerationeel wonen terug. In omliggende landen is het concept al een succes gebleken, met een toename in ervaren kwaliteit van leven als gevolg<sup>8</sup>.

Met de wetenschap dat de mens steeds ouder wordt en langer thuis moet blijven wonen, is het van belang dat het begrip gezondheid breed wordt bekeken door de mens centraal stellen en eigen regie te bevorderen. Deze uitgangspunten van Positieve Gezondheid<sup>9</sup> sluiten aan bij de omslag van denken in termen van 'ziekte, zorg en afhankelijkheid' naar 'gezondheid, preventie, participatie en eigen kracht' die gaande is binnen de gezondheidszorg en participatiemaatschappij<sup>10</sup>.

Om te zien wat de ervaringen zijn met intergenerationeel wonen door senioren en studenten wordt in dit onderzoek de volgende vraag onderzocht: *Wat is de invloed van intergenerationeel wonen op de ervaren Positieve Gezondheid van zowel jong als oud.*



### 3 Methode

Door middel van kwalitatief onderzoek is onderzocht hoe deelnemers van MijnWoongenoot hun Positieve Gezondheid door het intergenerationeel wonen ervaren. Er zijn semigestructureerde interviews afgenomen op basis van een topiclijst. Deze topiclijst bestond uit vragen over de zes dimensies van Positieve Gezondheid<sup>9</sup> in relatie tot intergenerationeel wonen. Ook zijn er vragen opgesteld over de ervaring met het intergenerationeel wonen. De interviews zijn met een voicerecorder opgenomen, daarna woordelijk getranscribeerd en vervolgens open en axiaal gecodeerd. Eén onderzoeker heeft alle data gecodeerd en geanalyseerd. De gegevens uit de transcripten zijn herhaaldelijk met de codes vergeleken om verandering in betekenis te voorkomen. Regelmatig werd een tweede onderzoeker geraadpleegd.

### 4 Resultaten

De respondenten (vier senioren en vijf studenten, allen vrouw) zijn geworven met behulp van de ondernemer van MijnWoongenoot. Deze negen personen zijn dan ook direct het totale aantal deelnemers aan MijnWoongenoot, op het moment van interviewafname (april 2023). De leeftijd van de senioren varieerde tussen de 60 en 90 jaar. De leeftijd van de studenten varieerde tussen de 18 en de 24 jaar.

Deelnemende senioren en studenten staan positief tegenover het intergenerationeel wonen. Allen noemen de gezelligheid die het oplevert en diverse senioren benoemen expliciet het hebben van contact met een jonger iemand, als een leuke aanvulling op hun al bestaande contacten. *“En zo een jongere in huis is het net een aardige tegenhanger”*. Onder de studenten voert de boventoon dat ze het fijn vinden van betekenis te kunnen zijn voor de senior. Terwijl de zaken waar ze bij helpen, kleine taken in het huishouden of hulp met een digitaal device, voor hen een kleine moeite is.

De grootste motivatie voor de studenten om te kiezen voor het intergenerationeel wonen, is het grote tekort aan (betaalbare) studentenwoningen in Breda. Daarnaast gaven drie van hen aan dat de 'standaard' studentenwoning, niet bij hen past. De senioren trokken zich met name het tekort aan beschikbare studentenhuysvesting aan. Ze gaven aan de ruimte te hebben, en iets te willen betekenen voor een ander. Zowel de studenten als de senioren geven aan dat het intergenerationeel wonen hun kijk op de andere generatie niet heeft veranderd.



## 4.1 Thema's van Positieve Gezondheid

### *Lichamelijke gezondheid*

Alle deelnemers ervaren hun lichamelijke gezondheid als goed. De aanwezigheid van gezondheidsproblemen is voor senioren geen reden om hun lichamelijke gezondheid lager te waarderen. *"En ik kan bijvoorbeeld bepaalde dingen niet, maar ik kan heel veel gelukkig nog wel"*. Het intergenerationeel wonen draagt onder de senioren niet bij aan een toename in lichamelijke activiteit, waar drie van de vijf studenten aangeven lichamelijk actiever te zijn geworden.

### *Mentale welbevinden*

Twee senioren spreken zich expliciet uit over hun ervaren mentale welbevinden en becijferen deze met een acht. Drie van de vier senioren zijn in meer of mindere mate bekend met gevoelens van eenzaamheid, allen na het overlijden van hun man. Het intergenerationeel wonen heeft slechts voor een van hen een positieve impact op de mate waarin eenzaamheid wordt ervaren. Studenten ervaren hun mentale welbevinden overwegend als goed, en ervaren geen serieuze gevoelens van eenzaamheid. De internationale student ondervond problemen met haar mentale welbevinden als gevolg van het gebrek aan betaalbare huisvesting. Het intergenerationeel wonen beïnvloedde deze positief *"I just felt relieved"*

### *Zingeving*

De senioren ervaren allen nog voldoende zingeving in hun leven. Twee van hen geven aan dat het intergenerationeel wonen in zekere zin bijdraagt aan hun ervaren zingeving *"Ja, in ieder geval een klein stukje van een probleem oplossen!"* Onder de studenten draagt het intergenerationeel wonen voor vier van de vijf studenten bij aan een toename in hun ervaren zingeving. *"Het is mooi om te zien dat ik haar ook een beetje kan helpen, bijvoorbeeld met wat dingetjes en dan andersom ook weer"*





### *Kwaliteit van Leven*

Twee senioren ervaren geen toename in hun ervaren kwaliteit van leven dankzij het intergenerationeel wonen. Een senior kan hier door de korte periode van inwonen nog niets over zeggen (vier maanden op het moment van interviewen). Vier van de vijf studenten ervaren een toename in hun kwaliteit van leven. *"Ik bedoel, ik heb m'n werk, vriend, nu ook een woonplaats dan in Breda"*. Meer slaap door een vermindering in de reistijd wordt door twee van hen genoemd.

### *Meedoen*

Alle vier de senioren ervaren geen toename in hun ervaren meedoen als gevolg van het intergenerationeel wonen, al voelt een senior zich er wel goed bij *"En ik vind het leuk om op zo'n manier zeg maar wat maatschappelijks te doen, terwijl het me eigenlijk helemaal geen moeite kost"*. Onder de studenten ervaren twee van de vijf een hogere mate van meedoen dankzij het intergenerationeel wonen.

### *Dagelijks functioneren*

Alle deelnemers ervaren geen beïnvloeding in hun ervaren dagelijks functioneren door het intergenerationeel wonen. Volgens een senior is de afwezigheid van beperkingen een belangrijke factor voor het ervaren dagelijks functioneren *"Ik denk dat het moeilijk wordt als je dus beperkingen krijgt"*



## 5 Discussie

Het effect van intergenerationeel wonen op senioren is nog onvoldoende onderzocht, waardoor er beperkt bevindingen zijn om de invloed hiervan op het algehele welbevinden vast te kunnen stellen. Echter laat onderzoek zien dat deelnemende senioren aan homeshare programma's, tevreden waren met hun ervaring<sup>8</sup>. Dit wordt ook bevestigd door de senioren en studenten in dit onderzoek. Wel is er aangetoond dat intergenerationeel wonen bijdraagt aan de ervaren kwaliteit van leven, met name aan de deelnemers in de leeftijdscategorie 55+. In de leeftijdscategorie van 70+'ers, is er sprake van een significante toename in verschillende domeinen van het algehele welbevinden<sup>7</sup>. Dit wordt benoemd door senioren en studenten over hun ervaren Positieve Gezondheid. Echter niet in grote mate, mogelijk vanwege de relatief korte duur van de periode intergenerationeel wonen.

Waar uit het onderzoek van Gurung et al.<sup>11</sup> blijkt dat intergenerationeel wonen de mening van studenten over de andere generatie beïnvloed, wordt dat niet bevestigd in dit onderzoek. Zowel de studenten als de senioren geven aan dat het intergenerationeel wonen hun kijk op de andere generatie niet heeft veranderd.

Goijaerts et al.<sup>12</sup> onderzocht de invloed van inkomenszekerheid, huisvesting en de sociale fysieke leefomgeving op de gezondheid binnen verschillende leeftijdsgroepen. (Economische) bestaansonzekerheid kan volgens dit onderzoek leiden tot chronische stress, wat de lichamelijke en geestelijke gezondheid negatief beïnvloed. In de jongere categorie, 18-30 jaar waren de klachten voornamelijk stress en slapeloosheid. Vier van de vijf studenten gaven aan stress en daardoor slaapttekort te hebben ervaren als gevolg van het gebrek aan beschikbare woonruimte.

De resultaten van het onderzoek geven antwoord op de vraag hoe senioren en studenten hun Positieve Gezondheid ervaren door het intergenerationeel wonen. Bij deze antwoorden zijn enkele kanttekeningen te plaatsen. Ten eerste zijn negen deelnemers geïnterviewd, zodat de resultaten niet te generaliseren zijn. Een uitgebreider onderzoek zou nodig zijn om te bepalen of het verkregen beeld representatief is. Ten tweede waren een aantal deelnemers relatief kort aan het door het intergenerationeel wonen. Meer longitudinaal onderzoek is nodig om mogelijk veranderingen in ervaren Positieve Gezondheid van senioren en studenten inzichtelijk te maken.





## 6 Conclusie

Senior(en) ervaren als gevolg van het intergenerationeel wonen een toename op de dimensies zingeving en mentale welbevinden. Op de overige dimensies, lichamelijke gezondheid, meedoen, en kwaliteit van leven, ervaren de senioren geen verandering als gevolg van het intergenerationeel wonen. De studenten ervaren op drie dimensies van de Positieve Gezondheid; zingeving, kwaliteit van leven en lichamelijke gezondheid een toename als gevolg van het intergenerationeel wonen. Vervolgonderzoek is noodzakelijk om te kunnen achterhalen of de ervaren Positieve Gezondheid veranderd zodra senioren en studenten beschikken over meer ervaring met het intergenerationeel wonen. Echter zijn zowel senioren als studenten erg te spreken over het concept intergenerationeel wonen.

## 7 Samenvatting

- Intergenerationeel wonen geeft een positieve bijdrage aan de dimensie zingeving binnen Positieve Gezondheid bij zowel senioren als studenten.
- Zowel studenten als senioren zijn erg te spreken over het concept intergenerationeel wonen.
- Intergenerationeel wonen kan een bijdrage leveren aan het oplopende woningtekort.
- Meer longitudinaal onderzoek is nodig om mogelijk veranderingen in ervaren Positieve Gezondheid van senioren en studenten inzichtelijk te maken.



## 8 Literatuurlijst

1. Kences, Kenniscentrum Studentenhuisvesting. (2021, 5 oktober). Grote tekort studentenwoningen afgelopen jaar weer verder toegenomen - Kences. Kences. Geraadpleegd op 23 mei 2023 van <https://www.kences.nl/nieuws/grote-tekort-studentenwoningen-afgelopen-jaar-weer-verder-toegenomen/>
2. Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. (2022, 31 januari). Dialoognota Ouder worden 2020-2040. Rapport | Rijksoverheid.nl. Geraadpleegd op 25 mei 2023 van <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/rapporten/2021/02/28/dialoognota-ouder-worden-2020-2040>
3. Centraal Bureau voor de Statistiek. (2021). 2. Belangrijkste ontwikkelingen. Centraal Bureau voor de Statistiek. Geraadpleegd op 23 mei 2023 van <https://www.cbs.nl/nl-nl/longread/statistische-trends/2021/huishoudensprognose-2021-2070-groei-aantal-huishoudens-houdt-aan/2-belangrijkste-ontwikkelingen>
4. Centraal Bureau voor de Statistiek. (2023b, september 21). Eenzaamheid. Geraadpleegd op 27 juni 2023 van <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2022/39/vooral-jongeren-emotioneel-eenzaam-in-2021/eenzaamheid>
5. Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. (2023, 1 juni). Concept - Subsidieregeling intergenerationeel wonen. Regeling Geraadpleegd op 8 juni 2023 van Rijksoverheid.nl. <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/regelingen/2023/05/31/concept-subsidieregeling-intergenerationeel-wonen>
6. Pasquet, J., Chancelier, L. (2021) Developing intergenerational and intercultural homesharing and links in Europe WeShareWeCare Project – September 2021 Identifying contexts and incentives. Geraadpleegd op 25 mei van [https://uni-foundation.eu/uploads/2021\\_WSWC\\_Report\\_study.pdf](https://uni-foundation.eu/uploads/2021_WSWC_Report_study.pdf)

7. MijnWoongenoot – MijnWoonGenoot. (z.d.). Geraadpleegd op 23 mei 2023 van <https://mijnwoongenoot.nl/>
8. Martinez, L., Mirza, R. M., Austen, A., Hsieh, J., Klinger, C. A., Kuah, M., Liu, A., McDonald, L., Mohsin, R., Pang, C., Rajewski, J., Salomons, T., & Sheikh, I. (2020). More Than Just a Room: A Scoping Review of the Impact of Homesharing for Older Adults. *Innovation in Aging*, 4(2). <https://doi.org/10.1093/geroni/igaa011>
9. Huber M, Knottnerus JA, Green L, e.a. How should we define health? *British Medical Journal*. 2011;343(4163):235-237.
10. Ministerie van Volkshuisvesting, Ruimtelijke Ordening en Milieubeheer. (2023, 28 februari). Het Integraal Zorgakkoord - Samenwerken aan gezonde zorg. Kwaliteit van de zorg | Rijksoverheid.nl. Geraadpleegd op 29 september 2023 van <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/kwaliteit-van-de-zorg/integraal-zorgakkoord>
11. Gurung, A., Edwards, S. F., Roméo, M., & Craswell, A. (2022). A tale of two generations: Case study of intergenerational living in residential aged care. *Collegian*, 29(6), 809–815. <https://doi.org/10.1016/j.colegn.2022.08.002>
12. Goijaerts, J., Vonk, R., & Jongers, T. (2022). De realiteit van overleven. *TSG - Tijdschrift Voor Gezondheidswetenschappen*, 100(S1), 21–27. <https://doi.org/10.1007/s12508-021-00318-7>





Centre of Expertise  
**Perspectief in Gezondheid**

Een initiatief van *avans*

**Cindy de Bot**

Associate lector, Centre of Expertise Perspectief in  
Gezondheid, Avans Hogeschool Breda

**NEEM CONTACT MET ONS OP**

✉ [cma.debot@avans.nl](mailto:cma.debot@avans.nl)