

## De gevangenen bezoeken

Vanop het terras van mijn appartement kijk ik uit op een groot, groen park. Wanneer de zon uitkomt, doorbreekt een grote variëteit aan kleuren de oase van groen. Groepen mensen, jong en oud, verzamelen zich buiten om samen van het mooie weer te genieten. Kinderen spelen, ouders praten en vrienden drinken samen een drankje op een gezellig picknicklaken. Een mooi lentetafereel. Vanop mijn terras ben ik een toeschouwer, op amper een paar meters van de verschillende groepjes. Een toeschouwer maar geen deelnemer.

Te veel van de jongeren staan ook alleen op een terras naar de wereld rond hen te kijken, zonder deel te nemen. Uit onderzoek van Teleblok<sup>1</sup> uit 2022 blijkt dat 75% van de studenten zich vaak of af en toe eenzaam voelt. Voor de pandemie voelden 'slechts' 56% van de studenten zich eenzaam. Een stijging van al een té groot aantal. De studententijd gaat hand in hand samen met vrijheid. Vele jongeren gaan op kot, komen los van hun gekende wereldje. Voor de een is die nieuwe vrijheid een godsgeschenk, voor de ander een vergiftigd geschenk. De vaste structuur van de middelbare school wordt vervangen door de keuze om al dan niet naar de les te gaan. Studenten geven aan dat ze zich eerder op emotioneel vlak<sup>2</sup> eenzaam voelen dan op sociaal vlak<sup>3</sup>. Kort gezegd; jongeren ervaren niet dat ze te weinig vrienden hebben of een te klein netwerk hebben, maar ze ervaren weinig diepe connecties. Veelal blijven de connecties met dat netwerk vooral op de oppervlakte. Kwantiteit boven kwaliteit. En dat vreet aan onze jongeren.

Goede gesprekken, gehoord worden door leeftijdsgenoten, samen tijd doorbrengen zijn ervaringen die de eenzaamheid tegen gaan. Praten helpt, dat weten we. En dat doen de jongeren ook! Hetzelfde onderzoek toont aan dat het taboe rond mentaal welzijn steeds kleiner wordt. Maar wat komt er na het praten? Hoe zijn we nabij voor degene rondom ons? Hoe geraken we uit die oppervlakte en komen we tot de diepe connectie waar onze jongeren naar snakken?

Momenteel kan ik nog volop in de experiment-fase om een antwoord te geven op deze vragen. Vanuit IJD jongerenpastoraal hebben we het voorrecht om die zoektocht te faciliteren en een tochtgenoot te zijn, samen met de jongeren. Om eerlijk te zijn, ben ik er van overtuigd dat ik het waterdichte antwoord nooit te weten ga komen. Misschien maar goed ook, want hoe heerlijk is het, om te ontdekken hoe je op verschillende manieren nabij kan zijn. Op een manier dat voor die ene persoon het beste past. De ene persoon wil samen de wereld intrekken, naar het park gaan en lange gesprekken voeren op een picknicklaken. Voor de ander is het dan net voldoende om samen op het terras te staan en te kijken naar wat er een paar meter verder afspeelt. Tot we samen sterk genoeg zijn om de groene oase te trotseren.

Ella Deweerdt

Coördinator IJD jongerenpastoraal Antwerpen

---

<sup>1</sup> [https://www.teleblok.be/media/Persdossier%20eenzaamheid\\_tcm65-75539.pdf](https://www.teleblok.be/media/Persdossier%20eenzaamheid_tcm65-75539.pdf).

<sup>2</sup> Emotionele eenzaamheid = een sterk gemis aan een intieme relatie en emotioneel hechte band met partner, familielid of hartsvriend(in). Maar ook het gevoel bij te dragen aan een sociaal verband en 'ertoe doen' ([https://www.teleblok.be/media/Persdossier%20eenzaamheid\\_tcm65-75539.pdf](https://www.teleblok.be/media/Persdossier%20eenzaamheid_tcm65-75539.pdf)).

<sup>3</sup> Sociale eenzaamheid = het gemis van betekenisvolle relaties met een bredere groep mensen om je heen met dezelfde belangstelling of kenmerken zoals: collega's, buurtgenoten, andere studenten, vrienden vanuit hobby's... ([https://www.teleblok.be/media/Persdossier%20eenzaamheid\\_tcm65-75539.pdf](https://www.teleblok.be/media/Persdossier%20eenzaamheid_tcm65-75539.pdf)).