

# Social media cruciaal voor ouderen tijdens coronacrisis

14 juli 2020



Bijvoorbeeld de constatering dat sociale technologieën, en social media, tegenwoordig een grote en waardevolle rol spelen bij het vervullen van de sociale behoeften van ouderen. Veel ouderen die tijdens de coronacrisis gedwongen thuis zaten zouden veel liever meedoen in de samenleving, en in verbinding met anderen, staan. Bijvoorbeeld voor een dagelijks praatje over het weer of de politiek. Dagelijkse contacten waardoor ouderen, ook wanneer ze thuis zitten, de bevestiging krijgen dat ze nog waardevol zijn, gewaardeerd worden en nodig zijn.

Daarmee wordt het belang van menselijk contact, liefde, vriendschap en verbondenheid aangetoond. En, ouderen waarderen niet alleen hun netwerk van intimi - familie en goede vrienden - maar ook andere bekenden zoals buren of de dame van de drogist of de heer van de apotheek. Ten Bruggencate's [onderzoek](#) toont aan dat social media daar een cruciale rol in kan spelen.

Met andere woorden, ouderen willen actief zijn in hun eigen leven en deelnemen aan het leven van anderen, bijvoorbeeld door vrijwilligerswerk te doen. Ze willen onafhankelijk blijven en niet 'achter de geraniums' gaan zitten. Wederkerigheid speelt hierbij een belangrijke rol. Een relatie moet bestaan uit geven en nemen. Wederkerigheid versterkt de relaties die ouderen hebben.

## **Social media verrijkt**

Facebook, WhatsApp, videobellen (FaceTime) en e-mail spelen nog steeds een bescheiden rol in het leven van ouderen. Een groot deel van de respondenten maakte niet actief gebruik van sociale technologie. Zij die dat wel doen, versterken en verrijken hun sociale contacten door het delen van foto's en video's. Het gebruik van sociale technologie maakt dat ouderen en de mensen uit hun netwerk zich meer op hun gemak voelen.

Het voelt veilig om te allen tijde bereikbaar te zijn met een smartphone, maar er kleven ook nadelen aan. Ouderen hebben vaak moeite met de technische zaken. Dingen als de installatie van apps en smartphone, het uitvoeren van updates en het verbinden en gebruik van wifi-netwerken.

## **Geen vervanging voor face-to-face contact**

Daarnaast moet er ook voor gewaakt worden dat sociale media zoals Facebook, WhatsApp en dergelijke, het fysieke, face-to-face, contact niet volledig gaat vervangen. Tijdens de fysieke bezoeken ergeren ouderen zich ook over kinderen en kleinkinderen die tijdens een bezoek continu met hun smartphone bezig zijn.

Tijdens de coronacrisis waren veel ouderen en hun naasten voor het leggen van contact vrijwel volledig aangewezen op social media. Face-to-face contact was noodgedwongen niet of nauwelijks nodig. Daardoor hebben veel ouderen juist in deze tijd veel, al dan niet gedwongen, kunnen (en moeten) oefenen met het gebruik van sociale technologieën. Ten Bruggencate adviseert om de vaardigheden die ouderen daardoor opgedaan hebben ook na de coronacrisis meer te gaan gebruiken en waar nodig de ouderen te helpen met het gebruik van sociale technologie.