

Rapportage onderzoek (bijna-)pensioengerechtigden en vrijwilligerswerk in Amersfoort

Inhoudsopgave

	<u>Pagina</u>
Samenvatting: conclusies en aanbevelingen	3
1 Vrijwilligerswerk heeft en geeft zin	5
2 Online enquête voor oudere inwoners van Amersfoort	5
3 Focusgroepen en vragenlijst voor organisaties	6
4 Wie heeft de enquête ingevuld?	6
5 Huidige vrijwilligers: hoe lang en hoe vaak?	7
6 Huidige vrijwilligers: wat drijft ze?	8
7 Niet-meer vrijwilligers: redenen om te stoppen	12
8 Niet meer vrijwilligers: wanneer en hoe weer wel?	13
9 Nog-nooit vrijwilligers: waarom niet en wanneer wel?	14

Bijlage: Enquête (Bijna-)pensioengerechtigden en vrijwilligerswerk Amersfoort

Samenvatting: Conclusies en Aanbevelingen

Tussen 7 en 31 oktober 2020 konden oudere inwoners van Amersfoort een online vragenlijst invullen over hun motivatie om al dan niet vrijwilligerswerk te doen en hoe zij vrijwillig actief zijn. Deze vragenlijst is uitgezet door Indebuurt033 en het landelijke programma Samen Ouder Worden. In totaal zijn 326 personen aan de enquête begonnen en hebben 278 respondenten hem afgemaakt. De uitkomsten van dit onderzoek zijn daarmee indicatief voor hoe ouderen naar vrijwilligerswerk kijken.

Veel oudere vrijwilligers in Amersfoort zijn lang en frequent actief, zeker na hun pensionering

Het onderzoek laat zien dat in Amersfoort sprake is van een grote groep trouwe en actieve oudere vrijwilligers. En die groep is na zijn pensionering vaak ook nog meer vrijwilligerswerk gaan doen.

Oudere vrijwilligers die langer actief zijn, zetten zich ook vaker in. Hierin speelt leeftijd wellicht een rol: vrijwilligers die meer dan 10 jaar actief zijn, zijn gemiddeld anderhalf jaar ouder dan vrijwilligers die tussen de 1 en 10 jaar actief zijn. Andere onderzoeken tonen aan dat vrijwilligers die daadwerkelijk de pensioenleeftijd bereikt hebben, gemiddeld meer tijd te besteden krijgen. Dat zou kunnen verklaren waarom de frequentie van hun inzet toeneemt.

De motivatie van oudere vrijwilligers verschuift, met andere accenten per leeftijdscategorie

Het onderzoek laat een verschuiving in de motivatiemix van oudere vrijwilligers zien, die ook in andere onderzoeken naar voren komt: niet langer is van betekenis zijn voor anderen de belangrijkste motivator, maar het plezier en de beleving die oudere vrijwilligers uit het vrijwilligerswerk halen.

Voor meer dan de helft van de respondenten is het sociale aspect van hun vrijwilligerswerk van belang. Het gaat daarbij zowel om een invulling van de motivatie 'het is leuk' als om de motivatie 'sociale contacten'. Daarnaast vindt bijna een kwart van de vrijwilligers het belangrijk dat ze zich kunnen ontwikkelen in het vrijwilligerswerk.

Het zou op basis van deze resultaten wel eens van belang kunnen zijn om een gerichter onderscheid te maken in de motivatiemix van oudere vrijwilligers en daar bewust op in te spelen:

- De groep ouderen tussen 55 en 64 is meer dan gemiddeld gemotiveerd als zij vrijwilligerswerk kunnen doen dat zij leuk vinden, waar ze hun sociale contacten kunnen opdoen of onderhouden en waar ze nieuwe vaardigheden en ervaringen kunnen opdoen;
- De groep ouderen tussen 65 en 74 is meer dan gemiddeld gemotiveerd als zij vrijwilligerswerk kunnen doen waarin zij van betekenis kunnen zijn voor anderen en zo ertoe doen;
- De groep ouderen boven de 75 is meer dan gemiddeld gemotiveerd als zij vrijwilligerswerk kunnen doen waarbij ze hun sociale contacten kunnen opdoen en onderhouden, en die ze ervaren als een goede invulling van hun tijd die hen structuur biedt. Voor deze laatste groep geldt verder dat zij veel meer dan gemiddeld vanuit religieuze overtuiging hun vrijwilligerswerk doen.

Gezondheid is een cruciale factor in het gaan en blijven doen van vrijwilligerswerk

Opvallend is dat ruim 65% van de oudere vrijwilligers het hebben en houden van een goede gezondheid noemt als voorwaarde om vrijwilliger te blijven. Blijkbaar is het kunnen doen van vrijwilligerswerk voor de respondenten gekoppeld aan een voldoende fysieke en mentale gesteldheid. Respondenten die niet langer vrijwilliger zijn, geven als belangrijkste reden om te stoppen dat ze het vrijwilligerswerk lichamelijk niet langer aankunnen.

Dit roept de vraag op hoe het aanbod aan vrijwilligerstaken zodanig ingericht kan worden dat ouderen ook bij verminderde gezondheid en lichamelijk functieverlies toch als vrijwilliger actief kunnen blijven. Enerzijds kan het daarbij gaan om het anders framen van vrijwilligerswerk. Praktijkervaring laat zien

dat zowel ouderen als vrijwilligersorganisaties (vaak onbewust) erin geloven dat 'je op een gegeven moment te oud bent om vrijwilligerswerk te doen.' Even daargelaten dat iedereen een persoonlijke keuze mag maken om al dan niet vrijwilliger te willen blijven, zou het goed zijn om vrijwilligerswerk door ouderen steeds te benaderen vanuit de vraag: wat kan er wel? Juist omdat vrijwilligerswerk een effectieve manier is voor ouderen om actief te blijven, ergens onderdeel van te zijn en betekenis aan hun leven te geven, lijkt dit een cruciale benadering om organisaties én ouderen zelf perspectief te bieden.

Anderzijds betekent het dat vrijwilligersorganisaties meer manieren kunnen ontwikkelen om als ouderen vrijwilliger aan de slag te gaan of blijven. Het is onmiskenbaar dat bepaalde soorten vrijwilligerswerk lichamelijke inspanning en bepaalde motorieke vaardigheden vergen. Maar er zijn ook allerhande taken te bedenken die zoveel mogelijk plaats- en tijd-onafhankelijk gedaan kunnen worden, waardoor de fysieke gesteldheid van de vrijwilliger er niet of nauwelijks toe doet. Juist deze tijd laat zien hoeveel er kan door digitale verbinding, bijvoorbeeld in de vorm van belcirkels en video-conferencing. Maar ook andere taken zoals voorlezen, huisbezoek in eigen buurt of levensverhalen ophalen vergen weinig lichamelijke vaardigheid.

Andere zorgtaken en betaald werk concurreren met vrijwilligerswerk

Iets doen voor en zorgen voor een ander zijn ook belangrijke redenen zijn om te stoppen met vrijwilligerswerk. Het gaat dan, zo blijkt uit de antwoorden, vaak om mantelzorg voor een partner. Mantelzorg 'concurrert' in die zin met vrijwilligerswerk als het gaat om beschikbare tijd en mentale ruimte. Dit wordt bevestigd in ander onderzoek.

Een deel van de nog-nooit vrijwilligers geeft aan dat ze zich niet willen binden en dat ze (nog) een betaalde baan hebben en daarom geen vrijwilligerswerk doen. Zo bezien lijken er vooral als concurrerend ervaren tijdsbestedingen te zijn die verhinderen dat nog-nooit vrijwilligers potentieel vrijwilliger zouden kunnen worden. Andersom geredeneerd wordt vrijwilligerswerk als een mogelijk grote tijdsbelasting ervaren.

Maak het leuk en flexibel, en biedt mogelijkheden op maat

Hoe kun je niet-meer en nog-nooit vrijwilligers mogelijk verleiden om (weer) vrijwilligerswerk te gaan doen? De belangrijkste voorwaarden daarvoor zijn dat deze ouderen een leuke organisatie of leuk vrijwilligerswerk vinden en dat het vrijwilligerswerk past bij hun talenten en kwaliteiten. Dit is in lijn met de redenen waarom de huidige vrijwilligers vrijwilliger blijven. Ook versterkt het het pleidooi dat vrijwilligersorganisaties meer en andere mogelijkheden kunnen ontwikkelen om als oudere vrijwilliger aan de slag te gaan. Interessant is ook dat de ouderen die vrijwilligerswerk zouden willen doen, dit vooral flexibel zouden willen doen.

De opgave voor vrijwilligersorganisaties is dan ook om met (potentiële) vrijwilligers in gesprek te gaan en blijven om zo erachter te komen welke 'leukheidsfactoren' voor hen van belang zijn. Vervolgens kan elke organisatie zelf bedenken of en in hoeverre aan deze motivatoren tegemoet gekomen kan worden.

Duidelijk is in ieder geval wel dat voor veel ouderen, inclusief degenen die nog nooit vrijwilligerswerk hebben gedaan, de keuze om vrijwilliger te worden en blijven in toenemende mate bepaald wordt door het antwoord op de vraag of de organisatie en het vrijwilligerswerk leuk genoeg gevonden worden. Vrijwilligerswerk is één van de opties om als oudere je toenemende vrije tijd in te vullen. Het concurreert daarom met andere vrijetijdsbestedingen en zorgtaken.

1 Vrijwilligerswerk heeft en geeft zin

Wat beweegt ouderen in Amersfoort om vrijwilliger te worden en te blijven? Dat is de kernvraag van een onderzoek waar Indebuurt033 en het programma Samen Ouder Worden mee bezig zijn. Dat doen we niet zomaar.

Aan de ene kant komt uit steeds meer onderzoek naar voren dat mensen die vrijwilligerswerk doen langer gezond blijven, een groter netwerk hebben en zich in het algemeen gelukkiger voelen. Vrijwilligerswerk is zo een kans om te blijven meedoen, ertoe te doen en sociale verbanden op te bouwen en te onderhouden. Dat is met name van belang voor al degenen die niet langer een betaalde baan hebben en daardoor hun netwerken en ervaren nut zien verminderen. Vrijwilligerswerk houdt je actief en betrokken, en dat is goed voor jezelf en voor de samenleving: Vrijwilligerswerk heeft zin en geeft zin!

Aan de andere kant hebben we al een tijdje te maken met een vergrijzende samenleving: het aandeel mensen boven de 55 wordt steeds groter ten opzichte van de totale bevolking. Deze ouderen blijven langer vitaal en gezond. Zij kunnen dus langer mee blijven doen in de maatschappij. En ze hebben, zeker na hun pensionering, meer tijd beschikbaar. Zo bezien is er juist onder mensen boven de 55 een aardig potentieel aan vrijwilligers. En dat is interessant voor alle organisaties die met vrijwilligers werken: hoe kun je inspelen op de motivatie en omstandigheden van deze groeiende groep om ze te verleiden vrijwilliger te worden en blijven?

Wat is vrijwilligerswerk?

In het onderzoek hebben we de vraag gesteld wat mensen onder vrijwilligerswerk verstaan. Een samenvatting van de meest gegeven antwoorden is de volgende zinsnede: "Onbetaald iets betekenen en doen voor een ander of de samenleving door te helpen, aandacht te geven en er te zijn." Het mooiste antwoord: "Gewoon mens zijn."

2 Online enquête voor oudere inwoners van Amersfoort

Om meer inzicht te krijgen in wat oudere Amersfoorters drijft om vrijwilliger te worden en blijven, hebben we tussen 7 en 31 oktober 2020 een online vragenlijst (*zie bijlage 1*) uitgezet. Om een zo groot mogelijk bereik te krijgen, is de enquête aangekondigd via het gemeentelijke informatiebulletin en de kanalen van Indebuurt033.

Methodologisch gezien betekent dit dat we geen gewogen sample hebben genomen en dat de uitkomsten van de enquête daarmee niet representatief hoeven te zijn voor de hele populatie van ouderen in Amersfoort. Ze zijn wel indicatief.

Een belangrijk onderscheid dat we hebben gemaakt, is dat tussen ouderen die nu vrijwilligerswerk doen, ouderen die in het verleden vrijwilligerswerk hebben gedaan maar nu niet meer, en ouderen die nog nooit vrijwilliger zijn geweest. Dat hebben we gedaan om zo niet alleen inzicht te krijgen in wat bestaande vrijwilligers motiveert en stimuleert, maar juist ook meer te weten te komen over welke drempels mensen ervaren die ervoor zorgen dat ze stoppen met vrijwilligerswerk of er zelfs nooit aan begonnen zijn. Het antwoord op de eerste vraag in de enquête (*zet u zich weleens vrijwillig (onbetaald) in?*) leidde de deelnemers naar drie verschillende vragenlijsten.

3 Focusgroepen en vragenlijst voor organisaties

In de online enquête hebben we deelnemers gevraagd of ze willen deelnemen aan focusgroepen. Die zijn bedoeld om de uitkomsten van dit onderzoek verder te verdiepen en met elkaar op zoek te gaan wat helpend is om ouderen als vrijwilliger aan de slag te laten gaan en blijven. De focusgroepen zullen in het begin van 2021 georganiseerd worden. Daarnaast gaan we in 2021 wellicht ook een vragenlijst onder vrijwilligersorganisaties uitzetten. Daarin gaan we op zoek naar wat organisaties doen om aantrekkelijk te zijn voor oudere vrijwilligers en wat zij daarin nog nodig hebben.

4 Wie heeft de enquête ingevuld?

In totaal zijn 326 personen aan de online vragenlijst begonnen¹. 278 respondenten hebben de hele vragenlijst ingevuld.

Tabel 1: Huidige, nu niet en en nog nooit vrijwilligers

Nu vrijwilliger	71%	232 personen
Nu geen vrijwilliger	21%	69 personen
Nooit vrijwilliger geweest	8%	25 personen

N = 326

Tabel 1 laat zien dat het gelukt is om de drie categorieën te bereiken die we in het onderzoek wilden betrekken. Met name het feit dat er 25 respondenten zijn die nog nooit vrijwilliger zijn geweest, is interessant omdat het notoir lastig is om deze groep te bereiken. Aan de hand van hun antwoorden kan enige indicatie gegeven worden wat hen tegenhoudt om vrijwilliger te worden.

Verder is duidelijk dat, zoals verwacht, vooral degenen die nu vrijwilliger zijn zich aangesproken voelen om aan een dergelijk onderzoek deel te nemen. In de hele samenleving doet ongeveer 50% van de mensen vrijwilligerswerk. In dit onderzoek is dat ruim 70%. De uitkomsten laten daarmee vooral zien wat de beweegredenen en omstandigheden zijn van ouderen die nu vrijwilliger zijn.

De gemiddelde leeftijd van de respondenten is 71 jaar, waarbij de jongste deelnemer 51 is en de oudste 92. Mensen die nog nooit vrijwilliger zijn geweest zijn gemiddeld wat jonger (69,6), terwijl mensen die nu geen vrijwilligerswerk meer doen gemiddeld juist wat ouder zijn (72,9).

Tabel 2 laat de leeftijdsopbouw van de respondenten zien, gekoppeld aan de indeling die de gemeente Amersfoort gebruikt. We hebben daarbij alleen gekeken naar de inwoners die 55 jaar of ouder zijn in 2020.

Tabel 2: Leeftijdsopbouw respondenten

<i>Leeftijd</i>	<i>Respondenten</i>	<i>Gemeente Amersfoort²</i>
55-64 jaar	17%	46%
65-74 jaar	52%	32%
75+	31%	22%

N = 222

¹ Ter vergelijking: in een vergelijkbaar onderzoek in Den Haag hebben 434 personen de vragenlijst ingevuld. Den Haag heeft zo'n 546.000 inwoners en Amersfoort ongeveer 158.000. De vragenlijst is dus relatief zeer goed ingevuld.

² Bron: <https://amersfoortincijfers.nl/dashboard/bevolking>, bewerking van tabel inwoners naar leeftijd, waarbij de drie categorieën 55-64, 65-74 en 75+ samen op 100% gesteld zijn om vergelijking mogelijk te maken.

Uit de tabel komt duidelijk naar voren dat we in de enquête een oververtegenwoordiging van de oudere leeftijdscategorieën hebben. Van iedereen boven de 55 in Amersfoort valt bijna de helft in de leeftijdscategorie 55-64 jaar. In ons onderzoek zien we dat ruim de helft van de respondenten in de leeftijdscategorie 65-74 jaar valt en ook nog bijna 1/3^{de} in de categorie boven de 75 jaar. De conclusie is dan ook dat met name daadwerkelijk gepensioneerde ouderen de vragenlijst hebben ingevuld. 14% van de respondenten is zelfs boven de 80, zo blijkt uit nadere analyse van de gegevens.

Als we verder kijken naar de kenmerken van de respondenten, dan zien we het volgende:

- Bijna 80% van de respondenten is met pensioen. Meer dan 46% van de gepensioneerde respondenten is al langer dan 10 jaar met pensioen. Nog eens 22% is 5 tot 10 jaar met pensioen. De vragenlijsten zijn dus in meerderheid ingevuld door personen die al langere tijd met pensioen zijn.
- Vrijwel iedereen die de vragenlijst heeft ingevuld, is van Nederlandse afkomst. Het onderzoek biedt dus geen inzicht in de motivatie voor vrijwilligerswerk en de invloed van het pensioen daarop voor mensen met een niet-westerse achtergrond.
- Ruim 60% van de respondenten is getrouwd of samenwonend, de rest leeft alleen.
- Bijna 70% van de respondenten heeft een HBO of WO opleiding. Uit eerder onderzoek weten we dat hoger-opgeleiden meer en langer vrijwilligerswerk doen dan lager-opgeleiden. Desalniettemin zien we een oververtegenwoordiging van hoger-opgeleiden onder de respondenten. Een verklaring daarvoor kan zijn dat de vragenlijst online is uitgezet. Daardoor is er een bias richting deelnemers die digitaal vaardig zijn.
- Opvallend weinig respondenten zijn actief in eigen buurt: 65% geeft aan nooit actief te zijn in de eigen buurt, en nog eens 13% slechts één keer per jaar. De inzet speelt zich blijkbaar op stedelijk niveau af.

5 Huidige vrijwilligers: hoe lang en hoe vaak?

In het vervolg van deze rapportage zoomen we verder in op de drie groepen die we onderscheiden hebben. Als eerste kijken we naar oudere Amersfoorters die nu vrijwilligerswerk doen. Die noemen we de huidige vrijwilligers.

Tabel 3: Duur, frequentie en soort vrijwilligerswerk

Duur		Frequentie		Soort	
Meer dan 10 jaar	50%	Minstens 1 x per week	54%	Regelmatig/ vast	74%
5-10 jaar	24%	1 tot 4 x per maand	30%	Incidenteel/ af en toe	25%
1-5 jaar	22%	4 tot 11 x per jaar	13%	Eenmalig	1%
Minder dan 1 jaar	3%	Minder dan 1 x per jaar	3%		

N = 197

Deze groep zet zich gemiddeld genomen lang en vaak in als vrijwilliger. De helft van de respondenten is al meer dan 10 jaar actief als vrijwilliger, en nog eens een kwart tussen de 5 en 10 jaar³. Ook zet meer dan de helft zich ten minste 1 keer per week vrijwillig in. En bijna driekwart van de vrijwilligers beschouwt zich als vaste vrijwilliger. We hebben te maken met een grote groep trouwe en actieve

³ Dit hoeft niet te betekenen dat respondenten altijd bij dezelfde organisatie actief zijn geweest in al die jaren. De overige antwoorden in de enquête wijzen uit dat dit wel vaak het geval is.

vrijwilligers. En die groep is na zijn pensionering vaak ook nog meer vrijwilligerswerk gaan doen, zoals uit tabel 4 blijkt.

Tabel 4: Meer of minder vrijwilligerswerk na pensionering

Meer vrijwilligerswerk gaan doen	58%
Geen verschil	31%
Minder vrijwilligerswerk gaan doen	11%
<i>Totaal</i>	<i>100%</i>

N = 207

In tabel 5 zien we vervolgens dat er een verband is tussen duur en frequentie van de inzet: vrijwilligers die langer actief zijn, zetten zich ook vaker in. Hierin speelt leeftijd wellicht een rol: vrijwilligers die meer dan 10 jaar actief zijn, zijn gemiddeld anderhalf jaar ouder dan vrijwilligers die tussen de 1 en 10 jaar actief zijn. Andere onderzoeken tonen aan dat vrijwilligers die daadwerkelijk de pensioenleeftijd bereikt hebben, gemiddeld meer tijd te besteden krijgen. Dat zou kunnen verklaren waarom de frequentie van hun inzet toeneemt.

Tabel 5: Frequentie en Duur vergeleken

Frequentie	Duur				Totaal
	Meer dan 10 jaar	5 tot 10 jaar	1 tot 5 jaar	Minder dan 1 jaar	
Minstens 1 x per week	59%	58%	41%	n.v.t.	54%
1 tot 4 x per maand	22%	32%	41%	n.v.t.	30%
4 tot 11 x per jaar	14%	11%	14%	n.v.t.	13%
Minder dan 4 x per jaar	4%	0%	5%	n.v.t.	3%
<i>Totaal absoluut</i>	<i>99 personen</i>	<i>47 personen</i>	<i>44 personen</i>	<i>2 personen</i>	

N = 192

6 Huidige vrijwilligers: wat drijft ze?

Een wezenlijk onderdeel van elk onderzoek naar vrijwilligerswerk gaat over de vraag wat mensen motiveert om vrijwilliger te worden en te blijven. De motivatie van mensen, samen met hun persoonlijke situatie en omgevingsfactoren, bepaalt immers of ze zich willen inzetten als vrijwilliger. Uit het onderzoek komen een aantal opvallende zaken over de motivatie van oudere vrijwilligers in Amersfoort naar voren. Deze zijn zichtbaar in tabel 6.

Wat als eerste duidelijk wordt, is dat de meest genoemde motivator voor oudere vrijwilligers in Amersfoort is dat ze het leuk vinden om vrijwilligerswerk te doen. Maar liefst 3 op de 4 vrijwilligers noemen dit als een motivatie die voor hen belangrijk is. Deze uitslag markeert daarmee een verschuiving in de motivatiemix van oudere vrijwilligers, die ook in andere onderzoeken⁴ naar voren komt: niet langer is van betekenis zijn voor anderen de belangrijkste motivator, maar het plezier en de beleving die oudere vrijwilligers uit het vrijwilligerswerk halen.

⁴ Zie bijvoorbeeld [Who volunteers and why? Understanding the role of resources and motivations in participation in voluntary work](#), Niebuur, J., 2020, [University of Groningen](#)

Tabel 6: Motivatoren voor huidige vrijwilligers per leeftijdscategorie

Motivatie	55-64 jaar	65-74 jaar	75 jaar en ouder	Totaal ⁵
Het is leuk om te doen	97%	73%	72%	75%
Ik wil iets doen/ betekenen voor anderen	60%	78%	63%	68%
Ik vind het belangrijk	50%	58%	53%	52%
Ik heb er mijn sociale contacten	50%	43%	51%	44%
Het is een goede invulling van mijn tijd	24%	34%	40%	32%
Ik leer ervan/ doe ervaring op	32%	29%	26%	26%
Het geeft mijn dag structuur	24%	21%	26%	24%
Ik word gevraagd	18%	17%	23%	19%
Ik doe het vanuit religieuze overtuiging	9%	11%	23%	13%
Het wordt van mij verwacht	0%	8%	9%	7%

N = 140, N = 197

Dit heeft de nodige implicaties voor de werving en het behoud van oudere vrijwilligers. Traditioneel zijn deze vooral gericht op het versterken van het gevoel van nut en waarde te zijn voor een ander. Dat is ook nu nog van belang, gezien het feit dat de tweede en derde meest genoemde motivatoren hierop gericht zijn, maar de waarde van vrijwilligerswerk als een mogelijkheid om prettige, interessante en uitdagende ervaringen op te doen zou meer aandacht mogen krijgen. Dat geldt zeker voor de groep ouderen tussen de 55 en 64, waar vrijwel iedereen als belangrijke reden benoemt dat ze het leuk vinden.

De altruïstische redenen om vrijwilligerswerk te doen, zijn zoals gezegd zeker niet verdwenen en komen nog altijd op de tweede en derde plaats voor oudere vrijwilligers in Amersfoort. Opvallend hier is dat met name voor de groep ouderen tussen 65 en 74 deze redenen van groter belang zijn dan voor de andere twee groepen. Dat kan ermee te maken hebben dat juist deze groep op weg naar en in het begin van hun pensionering op zoek is naar betekenisvolle bezigheden omdat betaald werk wegvault. De groep jongere ouderen doet het vrijwilligerswerk veelal naast betaald werk en zoekt eerder een uitdaging en sociale contacten, terwijl voor ouderen boven de 75 jaar het sociale aspect en het hebben van een goede daginvulling belangrijker lijkt te zijn dan voor de andere groepen.

Ook dit geeft interessante informatie voor alle organisaties in Amersfoort die met oudere vrijwilligers (willen) werken. Het zou op basis van deze resultaten wel eens van belang kunnen zijn om een gerichter onderscheid te maken in de motivatiemix van oudere vrijwilligers en daar bewust op in te spelen:

- De groep ouderen tussen 55 en 64 is meer dan gemiddeld gemotiveerd als zij vrijwilligerswerk kunnen doen dat zij leuk vinden, waar ze hun sociale contacten kunnen opdoen of onderhouden en waar ze nieuwe vaardigheden en ervaringen kunnen opdoen;
- De groep ouderen tussen 65 en 74 is meer dan gemiddeld gemotiveerd als zij vrijwilligerswerk kunnen doen waarin zij van betekenis kunnen zijn voor anderen en zo ertoe doen;

⁵ In de totalen per motivator zijn ook de antwoorden meegenomen van respondenten die geen leeftijd hebben opgegeven. Dit verklaart afwijkingen in gemiddelde percentages. Respondenten konden meerdere antwoorden geven.

- De groep ouderen boven de 75 is meer dan gemiddeld gemotiveerd als zij vrijwilligerswerk kunnen doen waarbij ze hun sociale contacten kunnen opdoen en onderhouden, en die ze ervaren als een goede invulling van hun tijd die hen structuur biedt. Voor deze laatste groep geldt verder dat zij veel meer dan gemiddeld vanuit religieuze overtuiging hun vrijwilligerswerk doen.

In tabel 7 zien we dezelfde trends als gekeken wordt naar het aantal jaren dat huidige vrijwilligers al met pensioen zijn. Als oudere vrijwilligers nog niet of recent met pensioen zijn, is in ieder geval van belang dat het vrijwilligerswerk leuk is. Vrijwilligers die nog relatief kort met pensioen zijn, hechten meer dan gemiddeld waarde aan de betekenis en het belang van hun vrijwilligerswerk. Voor de groep die 5 tot 10 jaar met pensioen is, is het ontwikkel-motief meer dan gemiddeld belangrijk. En voor de vrijwilligers die tenminste 5 jaar met pensioen zijn, zijn het sociale contact en de invulling van de dag meer dan gemiddeld belangrijk als motivator.

Tabel 7: Aantal jaren met pensioen en motivatie

Motivatie	Langer dan 10 jaar	5 – 10 jaar	1-5 jaar	Minder dan 1 jaar	Nog niet	Totaal ⁶
Het is leuk om te doen	72%	62%	73%	75%	93%	75%
Ik wil iets doen/ betekenen voor anderen	62%	69%	77%	75%	65%	68%
Ik vind het belangrijk	51%	54%	61%	38%	45%	52%
Ik heb er mijn sociale contacten	48%	44%	36%	63%	41%	44%
Het is een goede invulling van mijn tijd	33%	38%	34%	38%	23%	32%
Ik leer ervan/ doe ervaring op	15%	44%	27%	38%	23%	26%
Het geeft mijn dag structuur	28%	23%	20%	25%	23%	24%
Ik word gevraagd	16%	26%	18%	13%	18%	19%
Ik doe het vanuit religieuze overtuiging	21%	15%	7%	13%	7%	13%
Het wordt van mij verwacht	10%	8%	9%	0%	0%	7%

N = 192, N = 197

Bovenstaande conclusies krijgen nog meer perspectief als we kijken naar wat oudere vrijwilligers belangrijk vinden in hun vrijwilligerswerk. Voor meer dan de helft van de respondenten is het sociale aspect van belang. Het gaat daarbij zowel om een invulling van de motivatie 'het is leuk' als om de motivatie 'sociale contacten'. Daarnaast vindt bijna een kwart van de vrijwilligers het belangrijk dat ze zich kunnen ontwikkelen in het vrijwilligerswerk.

⁶ In de totalen per motivator zijn ook de antwoorden meegenomen van respondenten die geen leeftijd hebben opgegeven. Dit verklaart afwijkingen in gemiddelde percentages. Respondenten konden meerdere antwoorden geven.

Tabel 8: Wat huidige vrijwilligers belangrijk vinden

Gezelligheid, collega's, werksfeer	54%
Me kunnen ontwikkelen	24%
Duidelijkheid over taken en verantwoordelijkheden	23%
Waardering krijgen	22%
Aandacht voor vrijwilligers(werk)	21%
Goede begeleiding/ coaching	16%
Heeft niets nodig	16%
Nuttige bijdrage leveren ⁷	7%
Duidelijkheid over rechten en plichten	6%
Aandacht voor persoonlijke situatie	6%

N = 197

Duidelijkheid over taken, waardering en aandacht worden elk door meer dan 20% van de respondenten genoemd als een belangrijk aspect in hun vrijwilligerswerk. Overigens is opvallend dat er een grote verscheidenheid is in wat oudere vrijwilligers belangrijk vinden: alleen het aspect van gezelligheid, collega's en werksfeer wordt door meer dan helft van de respondenten genoemd. Voor organisaties in Amersfoort die met oudere vrijwilligers werken lijkt het devies dan ook om maatwerk te leveren.

Ten slotte hebben we ten aanzien van de motivatie van de huidige vrijwilligers gekeken naar wat er nodig is voor hen om vrijwilligerswerk te blijven doen. De uitkomsten worden weergegeven in tabel 9. Intussen niet heel erg verrassend meer is dat de meeste vrijwilligers (meer dan 76%) aangeven dat ze het vrijwilligerswerk leuk moeten blijven vinden om ermee door te willen gaan. Dit is in lijn met hun motivatiemix. Ook de samenwerking met andere vrijwilligers kan hier onder geschaard worden.

Tabel 9: Wat huidige vrijwilligers nodig hebben om vrijwilligerswerk te blijven doen

Dat ik het leuk blijf vinden	76%
Een goede gezondheid hebben/houden	66%
Samenwerken met andere vrijwilligers	53%
Meepraten over ontwikkelingen in de organisatie	29%
Genoeg tijd	29%
Gezien worden (waardering)	25%
Training/scholing	13%
Goed begeleid worden	8%
Kunnen wisselen van functie	7%

N = 197

Opvallend is dat ruim 65% van de oudere vrijwilligers het hebben en houden van een goede gezondheid als factor noemt. Blijkbaar is het kunnen doen van vrijwilligerswerk voor de respondenten gekoppeld aan een voldoende fysieke en mentale gesteldheid. Dit zegt wellicht iets over hoe zij zelf hun vrijwillige inzet ervaren, maar wellicht ook over de manier waarop het vrijwilligerswerk op veel plaatsen is ingericht. We komen op dit punt zo terug als we kijken naar de redenen waarom vrijwilligers zijn afgehaakt.

⁷ Een aparte categorie ten aanzien van dit belang is niet in de vragenlijst opgenomen om sociaal wenselijke antwoorden te vermijden. Deze categorie is achteraf toegevoegd na hercodering van de antwoorden in de categorie 'anders, namelijk'.

7 Niet-meer vrijwilligers: redenen om te stoppen

Zoals hiervoor al is aangegeven, hebben 69 respondenten aangegeven dat ze wel vrijwilligerswerk gedaan hebben, maar dit niet langer doen. 60 van hen hebben het deel van de vragenlijst ingevuld dat over hen ging.

Tabel 10: Reden om te stoppen

Ik ben er lichamelijk niet meer toe in staat	47%
Het is me teveel geworden	25%
Ik doe op een andere manier iets voor een ander	18%
Ik wil me niet binden	15%
Ik pas op kleinkinderen of zorg voor een familielid	13%
Het wordt niet voldoende gewaardeerd	12%
Ik heb een betaalde baan gevonden	7%

N = 60

In tabel 10 zien we de redenen die deze groep aangeeft waarom ze niet langer als vrijwilliger actief zijn. Duidelijk komt naar voren dat de belangrijkste reden om te stoppen is dat de respondent het vrijwilligerswerk lichamelijk niet langer aankan. Bijna 47% van de respondenten noemt dit als reden. Daaraan gekoppeld zit de tweede meeste genoemde reden, namelijk dat het vrijwilligerswerk ze teveel geworden is. Verdere analyse van de antwoorden laat zien dat deze redenen met name gelden voor respondenten van 75 jaar en ouder.

Dat is op zich niet verrassend. Maar in combinatie met het noemen van een goede gezondheid als belangrijkste voorwaarde om vrijwilligerswerk te kunnen blijven door huidige vrijwilligers, roept het wel de vraag op hoe het aanbod aan vrijwilligerstaken zodanig ingericht kan worden dat ouderen ook bij verminderde gezondheid en lichamelijk functieverlies toch als vrijwilliger actief kunnen blijven.

Eenzijds kan het daarbij gaan om het anders framen van vrijwilligerswerk. Praktijkervaring laat zien dat zowel ouderen als vrijwilligersorganisaties (vaak onbewust) erin geloven dat 'je op een gegeven moment te oud bent om vrijwilligerswerk te doen.' Even daargelaten dat iedereen een persoonlijke keuze mag maken om al dan niet vrijwilliger te willen blijven, zou het goed zijn om vrijwilligerswerk door ouderen steeds te benaderen vanuit de vraag: wat kan er wel? Juist omdat vrijwilligerswerk een effectieve manier is voor ouderen om actief te blijven, ergens onderdeel van te zijn en betekenis aan hun leven te geven, lijkt dit een cruciale benadering om organisaties én ouderen zelf perspectief te bieden.

Anderzijds betekent het dat vrijwilligersorganisaties meer manieren kunnen ontwikkelen om als ouderen vrijwilliger aan de slag te gaan of blijven. Het is onmiskenbaar dat bepaalde soorten vrijwilligerswerk lichamelijke inspanning en bepaalde motorieke vaardigheden vergen. Maar er zijn ook allerhande taken te bedenken die zoveel mogelijk plaats- en tijd-onafhankelijk gedaan kunnen worden, waardoor de fysieke gesteldheid van de vrijwilliger er niet of nauwelijks toe doet. Juist deze tijd laat zien hoeveel er kan door digitale verbinding, bijvoorbeeld in de vorm van belcirkels en video-conferencing. Maar ook andere taken zoals voorlezen, huisbezoek in eigen buurt of levensverhalen ophalen vergen weinig lichamelijke vaardigheid.

Overigens komt uit tabel 10 nog naar voren dat iets doen voor en zorgen voor een ander ook belangrijke redenen zijn om te stoppen met vrijwilligerswerk. Het gaat dan, zo blijkt uit de antwoorden,

vaak om mantelzorg voor een partner. Mantelzorg ‘concurrereert’ in die zin met vrijwilligerswerk als het gaat om beschikbare tijd en mentale ruimte. Dit wordt bevestigd in ander onderzoek⁸.

8 Niet-meer vrijwilligers: wanneer en hoe weer wel?

Zouden ouderen die gestopt zijn met hun vrijwilligerswerk toch weer vrijwilliger willen worden? Het antwoord daarop is gemengd, zoals in tabel 11 te zien is. Meer dan de helft van de respondenten zegt dat ze dat niet of nooit meer gaan doen. Met name ouderen boven de 75 geven dit antwoord. Nogmaals, een andere framing hoe je vrijwilliger kunt zijn, kan wellicht helpen om ook deze groep hun standpunt te laten heroverwegen, maar het individuele besluit dient natuurlijk gerespecteerd te worden.

Tabel 11: Overwegingen om wel weer vrijwilligerswerk te gaan doen

Niet/nooit	55%
Als ik een leuke organisatie/vrijwilligerswerk vind	25%
Als het zou passen bij mijn talenten/kwaliteiten	17%
Als ik ervoor gevraagd wordt	10%
Als ik mijn tijd flexibeler zou kunnen indelen	8%
Als ik geen betaalde baan meer heb	8%
Als ik een vrijwilligersvergoeding zou krijgen	8%
Als ik mijn idealen erin kwijt zou kunnen	8%

N = 60

Tegelijk zijn er van de 60 respondenten 27 die mogelijk wel te verleiden zijn om weer als vrijwilliger aan de slag te gaan⁹. De belangrijkste voorwaarden daarvoor zijn volgens deze 27 ouderen dat ze een leuke organisatie of leuk vrijwilligerswerk vinden en dat het vrijwilligerswerk past bij hun talenten en kwaliteiten. Dit is in lijn met de redenen waarom de huidige vrijwilligers vrijwilliger blijven. Ook versterkt het het pleidooi hierboven dat vrijwilligersorganisaties meer en andere mogelijkheden kunnen ontwikkelen om als oudere vrijwilliger aan de slag te gaan.

Interessant is ook dat de ouderen die wel weer vrijwilligerswerk zouden willen doen, dit vooral flexibel zouden willen doen. Ruim meer dan de helft van deze 27 ouderen wil het liefste af en toe, in losse projecten of zelfs eenmalig vrijwilligerswerk doen. Niet alleen vraagt dit van vrijwilligersorganisaties dat ze andersoortige mogelijkheden creëren om als oudere vrijwilliger aan de slag te kunnen, maar het zou ook kunnen helpen als er geen vaste functies, taken of activiteiten worden aangeboden.

Waar deze groep aan de slag zou willen, is vooral bij wijk-, buurt- en bewonersinitiatieven, hobby- en gezelligheidsverenigingen, welzijn en sociaal cultureel werk, en zorg en (onderlinge) hulpverlening. Goede manieren om deze groep te bereiken, zijn de nieuwsbrief en de website van Indebuurt033, via de (wijk)krant en door ze persoonlijk te benaderen, al dan niet via een bekende. Dit laat vooral zien dat deze groep ouderen bekend is waar zij informatie over vrijwilligerswerk kunnen vinden en graag zelf een keuze wil kunnen maken.

⁸ Zie b.v. *Is volunteering in later life impeded or stimulated by other activities*, Sarah Dury e.a.. in: *Research on Ageing*, 2016, Vol. 38(1) 51-75

⁹ Deze aantallen zijn dusdanig laag dat er geen harde conclusies aan de antwoorden verbonden kunnen worden.

9 Nog-nooit vrijwilligers: Waarom niet en wanneer wel?

De derde categorie die we in het onderzoek hebben meegenomen, zijn ouderen die nog nooit vrijwilligerswerk hebben gedaan. Zoals hiervoor al gemeld, vallen 25 respondenten in deze categorie. Van hen hebben er 21 alle vragen beantwoord. Dit betekent dat alle uitslagen en uitspraken hieronder slechts een indicatie zijn hoe deze groep naar vrijwilligerswerk kijkt. We geven hier dan ook geen tabellen.

Op de vraag wat maakt dat ze nog nooit vrijwilligerswerk gedaan hebben, zeggen zeven van de 21 respondenten dat ze al op een andere manier iets voor een ander doen, bijvoorbeeld door het verlenen van mantelzorg. Zes van de 21 respondenten geven aan dat ze zich niet willen binden, en vijf van de 21 melden dat ze (nog) een betaalde baan hebben. Zo bezien lijken er vooral als concurrerend ervaren tijdsbestedingen te zijn die verhinderen dat nog-nooit vrijwilligers potentieel vrijwilliger zouden kunnen worden. Andersom geredeneerd wordt vrijwilligerswerk als een mogelijk grote tijdsbelasting ervaren.

Overigens zeggen maar twee van de 21 respondenten dat ze er lichamelijk niet toe in staat zijn, dus dat lijkt geen hinderpaal te zijn. Ook onbekendheid met de mogelijkheden is slechts voor drie van de 21 een reden om geen vrijwilligerswerk te doen. En geen enkele respondent geeft aan dat ze vrijwilligerswerk niet belangrijk vinden en het daarom niet doen.

Wat zouden mogelijke triggers kunnen zijn voor deze groep om te overwegen vrijwilligerswerk te gaan doen? Zes van de 21 geeft aan nooit vrijwilligerswerk te zullen gaan doen. Maar dat betekent dat een ruime meerderheid het zou kunnen gaan overwegen. Voor negen van deze vijftien respondenten zou er iets in beweging kunnen komen als ze een leuke organisatie of leuk vrijwilligerswerk zouden vinden. Dit is in lijn met de antwoorden van de andere twee groepen waarom ze vrijwilligers doen of weer zouden gaan doen.

Wat een 'leuke' organisatie of 'leuk' vrijwilligerswerk is, is vanzelfsprekend een subjectief oordeel: wat de een als een prettige en stimulerende werkomgeving ervaart, is voor de ander maar een saaie bedoening. De opgave voor vrijwilligersorganisaties is dan ook om met (potentiële) vrijwilligers in gesprek te gaan en blijven om zo erachter te komen welke 'leukheidsfactoren' voor hen van belang zijn. Vervolgens kan elke organisatie zelf bedenken of en in hoeverre aan deze motivatoren tegemoet gekomen kan worden.

Duidelijk is in ieder geval wel dat voor veel ouderen, inclusief degenen die nog nooit vrijwilligerswerk hebben gedaan, de keuze om vrijwilliger te worden en blijven in toenemende mate bepaald wordt door het antwoord op de vraag of de organisatie en het vrijwilligerswerk leuk genoeg gevonden worden. Vrijwilligerswerk is één van de opties om als oudere je toenemende vrije tijd in te vullen. Het concurreert daarom met andere vrije-tijdsbestedingen.

Vijf van de vijftien respondenten geven aan dat ze zouden overwegen vrijwilligerswerk te gaan doen als ze geen betaalde baan meer hebben. Het argument van de concurrerende tijdsbesteding lijkt hier dus nogmaals terug te komen. Overigens is dit antwoord in lijn met de uitkomsten van het onderzoek van Niebuur¹⁰. Zij toont aan dat grote levensgebeurtenissen veel invloed hebben op beslissingen om vrijwilliger te worden of juist te stoppen. Pensionering is zo'n grote levensgebeurtenis. Daarom is het voor vrijwilligersorganisaties interessant om in contact te komen met ouderen die tegen hun pensioen aanzitten én met hun werkgevers. Dat dit helpend kan zijn, wordt ook duidelijk uit het feit dat elf van de

¹⁰ [*Who volunteers and why? Understanding the role of resources and motivations in participation in voluntary work*, Niebuur, J., 2020, University of Groningen](#)

vijftien respondenten nog nooit door hun werkgever zijn aangesproken op het doen van vrijwilligerswerk. Hier is nog een wereld te winnen

De grote verandering die het pensioen met zich meebrengt, leidt ertoe dat ouderen andere afwegingen gaan maken waar zij hun tijd aan willen besteden. Als er dan een aanbod is dat zij als leuk en passend ervaren, neemt de kans toe dat ze daar positief op zullen reageren. Passend is in dit verband ook een belangrijke term, omdat vier van de vijftien respondenten aangeven dat ze vrijwilligerswerk zouden overwegen als het zou passen bij hun talenten en kwaliteiten.

Zoals te verwachten viel, wil het deel van deze respondenten die zou overwegen om vrijwilligerswerk te gaan, zich vooral flexibel of eenmalig inzetten. Procentueel is dit aantal nog hoger dan bij de niet-meer vrijwilligers.

Interessant is dat natuur- en milieu-organisaties door deze groep het meest (vijf keer) genoemd worden als een plek waar zij eventueel vrijwilliger zouden kunnen worden. Daarnaast zouden hobby- en gezelligheidsverenigingen, welzijn & sociaal cultureel werk, en kunst & cultuur interessante plekken kunnen zijn. De potentiële interesse van deze groep lijkt daarmee iets af te wijken van die van de huidige en de niet-meer vrijwilligers.

De groep die eventueel overweegt om als vrijwilliger aan de slag te gaan, wil het liefst geïnformeerd worden via de website van Indebuurt033. Een evenement spreekt hen ook als vorm om meer te weten te komen over vrijwilligerswerk, net als een (gerichte) informatiebijeenkomst. Geïnformeerd of direct gevraagd worden door een bekende kan bij een deel van deze groep ook werken. Hoewel er geen echte conclusies aan verbonden kunnen worden, lijkt het erop dat een meervoudige informatie-strategie zou kunnen werken om nog-nooit vrijwilligers te bereiken.