

## WAT ZIJN DE GEVOLGEN VAN DE LOCKDOWN SINDE HALF DECEMBER EERSTE UITKOMSTEN 6<sup>e</sup> VRAGENLIJST CORONA

Looptijd: 17 februari t/m 2 maart 2021

Reacties: 1.062 (965 cliënten, 97 familie/naasten)

Leeftijden: wordt uitgezocht

### UITKOMSTEN VOOR CLIENTEN (n=965)

#### **Gevolgen van de lockdown voor psychisch welbevinden**

- 7 op de 10 (69%) negatief: bijna de helft (46%) negatief en ruim een kwart (27%) heel negatief. Genoemd worden: eenzaamheid is het vaakst genoemde probleem, maar ook angst en irritatie; verder mensen missen gezellig samenzijn en ontspanning, kunnen niemand ontmoeten op avonden dat het moeilijk is, missen groepssportactiviteiten, er is geen spontaniteit meer, geen laagdrempelige ontmoetingen, gemis aan lieflijk contact en omhelzing, meningen gaan verder uiteenlopen (polarisatie), ze missen mooie ervaringen en inspiratie in cultuur, theater en concerten, hebben het gevoel een paria (outcast) te zijn.
- Ruim 1 op de 10 (11%) positief: 8% positief en 3% heel positief. Genoemd worden: het geeft mensen (meer) rust, ze kunnen hun tijd zelf indelen, er zijn minder verplichtingen waar mensen aan 'moeten' voldoen, veel (meer) tijd voor hobby's en eigen ontwikkeling, geen handen hoeven schudden en kussen 'met Jan en alleman', er zijn minder prikkels, er is veel meer saamhorigheid en behulpzaamheid. De samenleving als geheel lijkt minder gestresst omdat we minder 'moeten'.
- 1 op de 5 neutraal (20%)

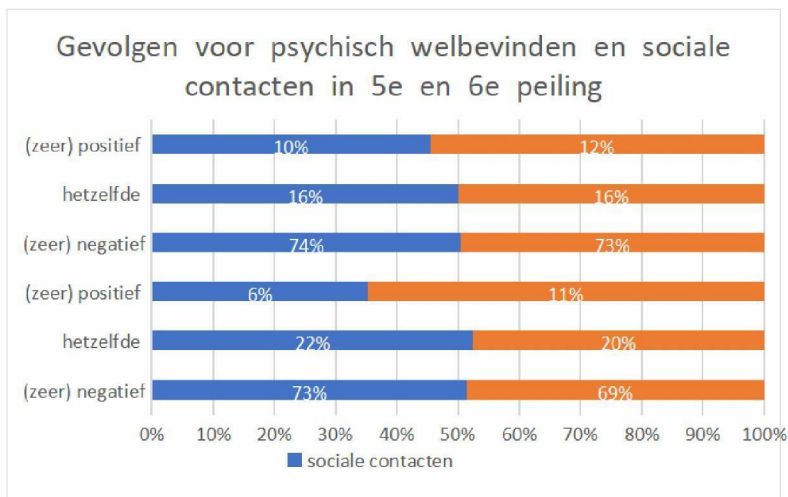
#### **Gevolgen van de lockdown voor sociale contacten**

- Bijna drie kwart (73%) is negatief: bijna de helft (46%) negatief en ruim een kwart (27%) heel negatief. Genoemd worden: als eerste ook eenzaamheid, verdriet om het gemis aan contact, deprimerend en beklemming, isolement. Ook het opbouwen van nieuwe contacten lukt slecht of niet. De wereld wordt heel klein en er is weinig meer om blij van te worden.
- Weenigen (6%) zijn positief: 4% positief en 2% heel positief. Genoemd worden: dat mensen het rustiger vinden en vooral dat ze niet meer 's avonds naar verjaardagsfeestjes hoeven is fijn. Omdat iedereen minder contacten heeft, voelen mensen zich 'ietsje gelijkwaardiger' aan de rest van de maatschappij
- Ruim 1 op de 5 neutraal (22%)

---

*Grafiek 1 Gevolgen voor psychisch welbevinden en voor sociale contacten in de 5<sup>e</sup> en 6<sup>e</sup> peiling*

---



#### **Gevolgen van de lockdown voor betaalde baan (er is niet naar voorbeelden gevraagd)**

- de meesten (58%) hadden vóór de lockdown geen betaalde baan of niet meer
- Van degenen die (nog) een betaalde baan hadden (n=395):
  - verandert dit niet bij de meesten (78%), maar
  - verloor 4% hun baan tijdens de lockdown
  - ruim 1 op de 10 (11%) ging minder uren werken
  - 7% ging meer uren werken

#### **Gevolgen van de lockdown voor het vrijwilligerswerk (er is niet naar voorbeelden gevraagd)**

- Ca. de helft (51% deed vóór de lockdown geen vrijwilligerswerk of niet meer
- Van degenen die (nog) vrijwilligerswerk deden:
  - verloor ruim een derde (36%) hun vrijwilligerswerk tijdens de lockdown
  - ruim een kwart (27%) doet minder uren vrijwilligerswerk
  - 4% ging meer uren vrijwilligerswerk doen
  - bij bijna een derde (32%) blijft het vrijwilligerswerk hetzelfde

#### **Gevolgen van de lockdown voor inkomsten (er is niet naar voorbeelden gevraagd)**

- Van degenen die de vraag beantwoordden (n=920) heeft het merendeel aan dat de lockdown geen gevolgen heeft voor hun inkomen, maar bij 10% is dat wel zo:
  - 1% is zijn/haar inkomen kwijt
  - 3% is een groot deel van het inkomen kwijt
  - 6% verliest een klein deel van het inkomen tijdens de lockdown

NB. Tijdens de coronacrisis had blijkens eerdere enquêtes voor ca. 10% negatieve gevolgen voor hun inkomen. Als mensen de vraag in deze 6<sup>e</sup> enquête correct hebben ingevuld, betekent dit, dat 10% bovenop het aantal mensen komt, die in de eerdere enquêtes aangaven dat zij tijdens de coronacrisis hun inkomen al kwijtraakten.....

#### **Ervaring met de mondkapjesplicht**

- Zijn overwegend (42%) negatief: bijna een kwart (24%) ervaart dit als negatief en bijna 1 op de 5 (18%) als zeer negatief. Genoemd worden: mondkapjes nemen lucht weg (benauwd ook slecht bij COPD-klachten, astma), je bril beslaat en je ziet niks meer, mensen voelen zich gedwongen ze te dragen, mensen gaan hyperventileren, worden claustrofobisch, mensen worden angstig (escalatie/paniek), herbelevingen aan trauma's (CTPTSS), er wordt onhygiënisch mee omgegaan, je mist emoties/gezichtsuitdrukkingen/non-verbale communicatie (kunt niet meer goed reageren/wordt er onzeker van), mensen die

- slechthorend zijn, kunnen anderen nog slechter verstaan, gehoorapparaten vallen uit bij het op- en afdoen, mensen kunnen het niet betalen, krijgen er huiduitslag/irritatie van, enz. enz.
- Bijna een kwart (24%) is er positief over: 16% positief en 8% heel positief. Genoemd worden: minder risico op besmetting, veiligheid, iedereen moet elkaar beschermen, je moet doen wat nodig is, mensen voelen zichzelf beter beschermd en doen het ook (graag) voor anderen en kwetsbaren in hun omgeving. Ook wordt genoemd: dat mensen het fijn vinden om hun gezicht te verbergen, dat ze gemakkelijker ongezien rare beken kunnen trekken of fluisteren.
  - Een derde (33%) is er neutraal over

#### **Ervaring met de avondklok**

- Ruim 1 op de 4 (44%) neutraal/geen mening, want.
- Ruim een derde (34%) negatief: 18% negatief en 16% heel negatief. Naast ongezelligheid worden ook genoemd: dat het spanning oproept dat je voor 21.00 uur thuis moet zijn, dat het 'gedwongen voelt', dat mensen niet naar buiten kunnen als ze in paniek zijn of juist op het rustigste moment van de dag naar buiten willen en dit niet mag, mensen voelen zich opgesloten. Mensen vinden het vrijheidsbeperking (gevangenschap; associatie met WOII). Wandelen helpt sommigen tegen grote onrust en paniek en helpt om rustiger te slapen. Mensen die met een ander willen lopen, kunnen dat niet meer, ook als je 's avonds niet alleen over straat durft, mag je niet meer met iemand de hond uitlaten. Sommige mensen voelen zich niet veilig in hun eigen huis (door suïcidaliteit, dissociaties of nachtmerries) en mogen dan niet de straat op. Enkelen hebben een verklaring van hun behandelaar, maar durven toch nog niet, worden onrustig/raken in paniek bij de gedachte dat politie die verklaring niet accepteert.
- Bijna een kwart (23%) positief: 14% positief en 9% heel positief. Genoemd worden: mensen ervaren minder herrie op straat 's avonds en 's nachts, geen verkeer (beter voor het milieu), geen jongeren die rondhangen, lopen met de hond heerlijk alleen buiten, minder criminele activiteiten op straat (minder afval), mensen worden somber van hun eigen geklaag, niet van de avondklok. Mensen die al niet naar buiten gingen 's winters of 's avonds of weinig sociale verplichtingen hebben 's avonds, vinden het geen probleem.

#### **Ervaring met het beperken van bezoek thuis tot 1 persoon per dag**

- Een ruime meerderheid (60%) is daarover negatief: ruim een derde (36%) negatief en bijna een kwart (24%) heel negatief. Genoemd worden: dat het vervreemdend werkt; mensen raken van elkaar verwijderd; leidt tot angst en verdeeldheid; je moet immers kiezen wie wel en wie niet mag komen/gaan! Verder is het vervelend en onhandig dat je niet met je partner of kind op bezoek kunt naar je oude moeder/vader, of voor alleenstaande jonge ouders dat je je kind alleen thuis moet laten (en dat kan dus niet), of voor mensen die familie ver weg hebben wonen en niet allemaal vervoer hebben (bijv. een partner moet hen halen/brengen en dat mag niet). Soms zijn er meerdere grotere kinderen in een gezin, die dan elke dag een iemand mogen ontvangen. Onduidelijk is hoe het geregeld is wanneer je meerdere hulpverleners hebt die bij je thuis moeten komen: mag dat nu wel of niet? Als je in een instelling woont mag je wel naar je familie (als je dat nog kunt), maar zij mogen niet naar jou toe en zo zijn er meer onlogische kanten aan deze regeling. Onduidelijk of het een advies is of een regel.
- 8% is er positief over: 6% positief en 2% heel positief. Mensen zeggen: dit is geen probleem, het is lekker rustig, het is nodig, dus doen we het. Maar ook opmerkingen als: ik was al v er voor dit verboden werd, eenkennig, niet te veel mensen over de vloer levert minder prikkels, ik kon het niet aan en hoef er nu geen excuus meer voor te verzinnen dat ik geen energie heb of het liever helemaal niet wil.
- Bijna een derde (32%) is er neutraal over of heeft geen mening

### Ervaring met de winkelsluiting

- Ruim een derde (36%) is er neutraal over of heeft geen mening. Hierbij zeggen mensen bijv.: 'ik vind het wel lastig, maar het beperkt me ook weer niet heel erg en als het effect heeft, dan heb ik het er wel voor over'. Of mensen die al jaren online shoppen en sowieso niet naar winkels gingen, ook niet voor levensmiddelen en mensen zeggen dat ze geen spullen missen, of toch het geld niet om luxe dingen te kopen.
- Ruim de helft (55%) is er negatief over: ruim een derde (37%) negatief en bijna een vijfde (18%) heel negatief. Genoemd worden: je bent beperkt in het doen van gewone maar noodzakelijke inkopen (kleding, schoenen, papier, kleding voor de minderen die eruit groeien, etc.), het jaagt mensen op kosten (omdat verzorgingsproducten duurder zijn in de supermarkt dan bij de drogist, je moet (laten) versturen, er is een minimum bestelbedrag voor bezorging etc.). Voor sommigen is winkelen een manier om onder de mensen te zijn, dan kan nu niet, of kunnen niet naar de tweedehandswinkel (vaak ggz-initiatief), of voor ouderen die worden geweerd uit online winkels, wordt inkopen onmogelijk, geen boeken en tijdschriften meer kunnen kopen = gemis aan ontspanning, etc. Enkelen kunnen niet online winkelen i.v.m. curatele/bewindvoering. Laten bezorgen betekent weer dat je moet regelen dat je op tijd thuis bent. Lastig als je verhuisd bent en niets kunt opknappen in je huis.
- Bijna 1 op de 10 (9%) is positief: 7% positief en 2% heel positief. Argumenten hiervoor: mooi dat het tot minder drukte en besmettingen leidt, er is minder verspilling, minder rommel, minder overconsumptie, mensen ervaren een minder materialistischer maatschappij, mensen die al niet veel geld te besteden hebben ervaren dat anderen nu ook niet kunnen funshopen als positief.
- Opmerkingen over de keuze van welke winkels wel/niet open mogen en veel medeleven met winkeliers die failliet (dreigen te) gaan.

### Ervaring met onderwijs op afstand

- Van degenen die hiermee hebben te maken (n=404):
  - ervaart bijna twee derde (62%) dit als negatief: 30% als negatief en 32% als heel negatief. Hier worden algemene dingen genoemd, zoals: kinderen groeien op met angst, als alles ontsmet wordt, bouwen ze geen weerstand op, normale gewoontes zoals elkaar aanraken is op dit moment iets buitenaards en tegen alle menselijke noodzakelijkheid. Maar ook specifieke problemen, bijv. ouders en kinderen die allebei ADHD hebben en geen concentratie kunnen vasthouden, kinderen die er niets van begrijpen, dat het onderwijs veel minder effectief en efficiënt is dan face-to-face, ouders hebben het gevoel dat ze falen, dat hun kinderen een achterstand oplopen, er zijn kinderen die veel toezicht nodig hebben en sommige ouders voelen steeds meer stress, worden wanhopig en moedeloos. Ze zien dat hun kinderen geen fatsoenlijke uitleg krijgen, sacherijng worden, stress krijgen, gedemotiveerd raken, hun sociale vaardigheden gaan achteruit, worden depressief etc. Studenten zelf missen medestudenten, uitdaging, goede leermethodes, online onderwijs mist focus en interactie, we zijn niet allemaal even digitaal handig, de kwaliteit van het onderwijs is afgenomen, het is stress verhogend, missen verbondenheid, worden eenzaam.
  - bijna een tiende (9%) ervaart het als positief: 6% is positief en 3% heel positief. Fijn om het gezin meer bij elkaar te hebben, het is rustiger voor de kinderen omdat die minder reistijd naar school hebben, bij sommigen was er sprake van chaos op school en onderwijs op afstand was veel overzichtelijker en voorspelbaarder voor de kinderen, of juist kinderen die (zelfs) vooruitgegaan zijn tijdens thuis onderwijs, omdat ze op school te weinig uitdaging hebben. Sommige ouders leren een nieuwe kant van zichzelf kennen: voor onderwijs is veel geduld nodig. Anderen geven aan dat het hen prikkels scheelt om colleges te volgen (dat dit erg vermoeiend is en vanuit huis veel fijner is). Of dat ze het fijn vinden dat ze niet naar school hoeven, vanwege hun mentale gezondheid.
  - en 29% is er neutraal over of heeft geen mening

### Behandeling, ondersteuning of algemene voorziening

- Bijna twee derde van de cliënten (n=604) maakte voor de lockdown gebruik van zorg
- Vaak van twee of meer vormen van zorg, ondersteuning en voorzieningen tegelijk (202%)
- Bijna een kwart (23%) krijgt ondersteuning van familieleden en 14% krijgt hulp van anderen uit hun sociale netwerk

Tabel 1 Van welke zorg (behandeling, ondersteuning of algemene voorzieningen) maken cliënten gebruik?

Zorg (behandeling, ondersteuning of algemene voorzieningen (n=604))	Aantal keer genoemd	Percentage
psychiater, (psycho)therapeut of psycholoog (individueel)	400	66%
begeleiding uit WMO (individueel, thuishulp, reïntegratie etc.)	171	28%
informele hulp /ondersteuning door familieleden	141	23%
(F)ACT-team (individueel, SPV' er, etc.)	93	15%
informele hulp/ondersteuning door anderen in sociaal netwerk	84	14%
praktijkondersteuner GGZ (POH GGZ)	71	12%
dagactiviteitencentrum (in een groep, incl. zorgboerderij)	64	11%
inloophuis of club-/buurtcentrum (in een groep)	47	8%
zelfregie- of herstelcentrum (in een groep)	40	7%
Anders	112	19%
<b>Aantal keer beantwoord</b>	<b>604</b>	<b>202%</b>

Bij 'anders' noemen zij o.a.: somatisch specialistische zorg, huisartsenzorg, haptotherapie, medische fitness, wijkverpleging fysiotherapie, maatschappelijk werk, diëtiste, coaching, acupunctuur etc.

- Gevolgen van de lockdown:
  - Voor ruim de helft van hen (52%) heeft de lockdown negatieve gevolgen voor hun zorg en ondersteuning. Bij ruim een derde (36%) negatieve gevolgen en voor 16% heel negatieve gevolgen. Vaak worden genoemd: de zorg is (weer!) helemaal gestopt, nóg meer afspraken gaan niet door, letterlijk alles staat stil, de wachtlijst wordt weer langer en is nul uitzicht op perspectief, en bij gezinstherapie gaat dit ook meteen niet door als een van de kinderen verkoudheidsklachten heeft. Ook zijn er minder hulpverleners werkzaam op de locatie (coronarooster) waardoor ze minder fysiek gezien kunnen worden en het lastiger is om afspraken te maken, afspraken worden vaker afgezegd, etc. Dat leidt er soms toe dat alle vooruitgang in de therapie weer tenietgedaan is. Ook in groepen is dit lastig: de aanwezigheid van groepsleden wisselt door corona regels zo sterk door het thuis moeten blijven wat de veiligheid en stabiliteit van de groep niet goed doet. Ook gaat lichaamsgerichte therapie niet door: haptonomie, EMDR etc.
  - voor 10 % zijn er positieve gevolgen: 8 % ervaart positieve gevolgen en 2% heel positieve gevolgen. Genoemd worden: dat de zorg ook nu wordt voortgezet, dat mensen juist (meer) preventieve zorg krijgen, dat de online zorg/behandeling goed bevalt, dat het inloophuis gewoon (zij het aangepast) open blijft of dat ze ervaren dat de zorg op afstand he meer naar de kern brengt en ze bewuster nadenken over hoe en waarom van het contact.
  - ca 39% ervaart de gevolgen van de lockdown op de zorg, behandeling, ondersteuning en gebruik van algemene voorzieningen als neutraal of heeft er geen mening over. Ook hierbij geven mensen aan dat zorg en ondersteuning zijn doorgegaan, soms dat ze i.p.v. op locatie samen met de hulpverlener buiten wandelen en dat dit ook prima is.

**Cliënten geven aan wat tijdens de lockdown grote bronnen van steun voor hen waren**

Tabel 2 Wat zijn de grootste bronnen van steun tijdens de lockdown?

Wat zijn de grootste bronnen van steun tijdens de lockdown (n=959)	Aantal keer genoemd	Percentage vraag
steun van familieleden	444	46%
bewegen (buiten)	430	45%
professionele psychische zorg	429	45%
steun van anderen in sociaal netwerk	403	42%
Huisdier	332	35%
eigen kracht en doorzettingsvermogen	273	28%
meer rust	260	27%
contact met collega's	227	24%
digitaal contact	214	22%
iets voor anderen doen	187	19%
geloof of spiritualiteit	104	11%
contact met ervaringsdeskundigen	83	9%
Anders	52	5%
<b>Totaal aantal keer genoemd</b>	<b>2.438</b>	<b>358%</b>

Clënten noemen gem. 3 á 4 bronnen van steun die zij als belangrijk (hebben) ervaren.

Bij 'eigen kracht en doorzettingsvermogen' noemt men onder andere:

- dat het helpt om dingen te blijven doen, met activiteiten bezig te zijn en daarmee door te gaan ook al wil je niet altijd iets doen;
- structuur aanbrengen in de dagen en in de lege momenten;
- het inzetten van eerder geleerde coping-strategie of vaardigheden die eerder in therapie geleerd werden;
- doorzettingskracht, blijven volhouden en doorgaan, ook al is het moeilijk;
- niet somberen, niet bij de pakken neerzitten en blijven hopen op verbetering van de situatie; positief blijven denken;
- initiatieven nemen, nieuwe dingen gaan doen, gaan leren en ontdekken waar je kracht van krijgt;
- je eigen plan trekken en concrete plannen maken om de dagen in te vullen;
- accepteren dat het niet altijd goed gaat als je ziek bent, met je eigen kwetsbaarheid leren omgaan;
- relativieren van lastige situaties, reflecteren en dicht bij jezelf blijven; kalm blijven en kijken of je een andere benadering kunt kiezen om tegen gebeurtenissen aan te kijken, milder oordelen over jezelf;
- goed voor jezelf zorgen, koken, lekker eten, goed slapen;
- het besef dat je slechtere tijden meegemaakt hebt en die hebt doorstaan; erkennen dat het je toch weer is gelukt aan het einde van de dag, jezelf belonen en trots kunnen zijn op jezelf.

Bij 'anders' noemt men onder andere:

- psychische zorg en ondersteuning en ook medicatie,
- dat (vrijwilligers)werk en dagbesteding doorgaan,
- hobby's, muziek, lezen, een cursus of studie,
- ook meditatie, mindfulness, etc.

**Wat heeft jou sinds de lockdown het meest geholpen op mentaal gebied?**

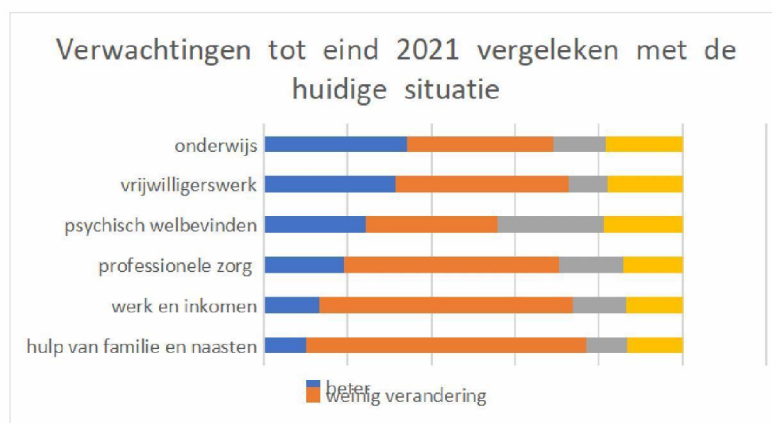
Hier geven mensen dezelfde antwoorden als in de voorgaande vraag en als in de twee voorgaande vragenlijsten. Geen verschil.

#### Wat is de verwachting voor de toekomst (stellingen)?

- Veel cliënten (42%) verwachten dat ze zichzelf psychisch zullen redden het komende jaar, maar ruim een derde (37%) verwacht dat niet.
- Ook verwacht 69% dat ze het komende jaar voldoende inkomen hebben om zich financieel te redden; toch verwacht 14% dat dit niet zo zal zijn.

#### In vergelijking met de huidige situatie zitten wel verschillen:

Grafiek 2 Wat verwachten cliënten voor het komende jaar op verschillende gebieden?

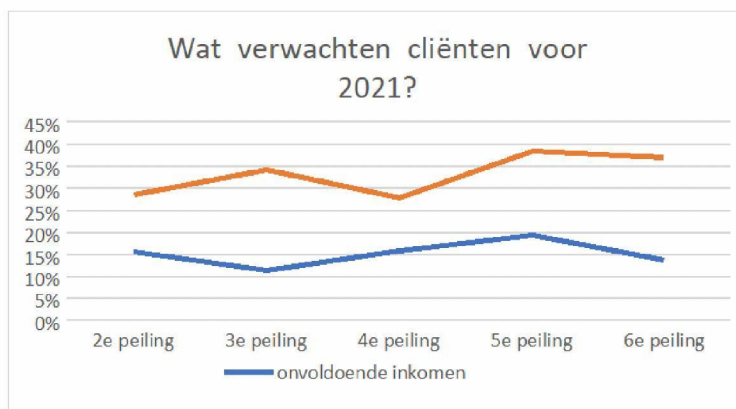


- Cliënten zijn het meest positief over onderwijs en vrijwilligerswerk; ca. een derde verwacht dat deze dingen in 2021 beter worden in vergelijking met de huidige situatie.
- Ze zijn het vaakst negatief over psychisch welbevinden en professionele zorg: een kwart (25%) verwacht dat hun psychisch welbevinden slechter wordt in 2021 en 15% verwacht dat de psychische zorg die zij krijgen slechter wordt vergeleken met de huidige situatie.
- Ruim twee derde verwacht in 2021 weinig verandering in de hulp van familie en naasten (67%).

#### In vergelijking met de vorige peilingen zijn de verwachtingen iets positiever voor 2021:

- Op het gebied van inkomen verwachten iets minder cliënten dat dit ontoereikend zal zijn.
- Ongeveer evenveel cliënten verwachten dat ze het psychisch niet gaan redden.

Grafiek 3 Wat verwachten cliënten voor het komende jaar op verschillende gebieden?



Tabel 3 Wat is de woonsituatie van cliënten?

#### Woonsituatie

Alleen	41%
Met partner	28%
Met gezinsleden	26%
In een zorginstelling	2%
In een woongroep (niet van een zorginstelling)	2%
Anders	1%

#### UITKOMSTEN VOOR FAMILIE/NAASTEN (N=97)

##### **Gevolgen van de lockdown voor psychisch welbevinden van de naaste/verwant**

- 8 op de 10 (80%) negatief: bijna de helft (59%) negatief en ruim een kwart (21%) heel negatief.  
Hier noemen familieleden bijvoorbeeld dat er meer angst en onzekerheid is, omdat de situatie dreigend is. De inperking van bewegingsruimte kan ook leiden tot minder interesse, in dingen en futloosheid. Het leidt bij sommigen tot toegenomen spanningen, mede door de onmogelijkheid samen te sporten (er is geen uitlaatklep.) Het kan ook te leiden dat er sprake is van meer afhankelijkheidsgevoelens van directe mantelzorgers, de verwant is minder zelfredzaam, heeft meer bevestiging nodig, heeft angstgevoelens, perspectief verlies.
- 1 op de 10 (10%) positief: 9% positief en 1% heel positief
- Bijna 1 op de 10 is neutraal (9%).

##### **Gevolgen van de lockdown voor sociale contacten**

- Bijna drie kwart (72%) is negatief: de helft (50%) negatief en ruim een vijfde (22%) heel negatief. Hierbij noemen familieleden bijvoorbeeld dat het minder goed mogelijk is voor hun verwant met vrienden kan af te spreken, dat de verwant daardoor eenzaam en geïsoleerd wordt, een aantal keer wordt ook genoemd dat de verwant depressief wordt. Ook dat hun verwanten hun leeftijdgenoten missen en daar verdrietig over zijn; dat zij hun ervaringen niet kunnen delen hakt erin, ze missen elkaar en voelen zich opgesloten.
- Weenigen (4%) zijn positief: 4% positief (0% heel positief). Voor verwanten die geen behoefte hadden aan sociaal contact, ervaren het als positief dat zij dat nu niet hoeven.
- Ruim 1 op de 5 neutraal (23%); hier geven familieleden vaak aan dat hun verwant er niet over praat. Soms geven ze aan dat het niet zoveel verschil maakt, omdat hun verwant toch al

weinig sociaal contact had. Of dat hun verwant al moeite had met sociale contacten en dat dit in de huidige situatie minder opvalt.

#### **Gevolgen van de lockdown voor betaalde baan**

- Van degenen die vóór de lockdown een betaalde baan hadden en van wie de familieleden het weten (n=32):
  - verandert dit niet bij de meesten (70%), maar
  - verloor 16% hun baan tijdens de lockdown
  - ging 16% minder uren werken

#### **Gevolgen van de lockdown voor het vrijwilligerswerk**

- Van degenen die vóór de lockdown vrijwilligerswerk deden en de familieleden die dit weten (n=22):
  - verloor ruim een derde (36%) hun vrijwilligerswerk tijdens de lockdown
  - ruim een kwart (27%) doet minder uren vrijwilligerswerk
  - 5% ging meer uren vrijwilligerswerk doen
  - bij bijna een derde (32%) blijft het vrijwilligerswerk hetzelfde

#### **Gevolgen van de lockdown voor inkomsten**

- Van familieleden die deze vraag beantwoorden (n=89) geeft het merendeel (85%) aan dat de lockdown geen gevolgen heeft voor het inkomen van hun naaste, maar bij 15% is dat wel zo:
  - 2% is zijn/haar inkomen kwijt
  - 8% is een groot deel van het inkomen kwijt
  - 5% verliest een klein deel van het inkomen tijdens de lockdown

#### **Ervaring met de mondkapjesplicht**

- Ruim een derde van de familie (35%) signaleert negatieve ervaringen bij hun naaste: 22% is negatief en 13% ervaart het als heel negatief. Familieleden noemen hierbij vaak dat hun verwant het nut niet inziet van de mondkapjes of dit onzin vindt. Sommige verwanten begrijpen het niet of gaan er niet consequent mee om. Anderen herkennen niet meer wie zij tegenover zich hebben. Voor enkelen is het niet mogelijk vanwege huidirritatie, astma/COPD of hun aandoening.
- bijna een vijfde (18%) ziet positieve ervaringen bij hun naaste: 15% is er positief over en 3% heel positief. Hierbij noemen zij dat het bescherming biedt in contacten en als de verwant met OV moet reizen een veiliger gevoel geeft.
- bijna de helft van de familie (47%) merkt geen negatieve of positieve ervaring bij hun naaste of heeft geen mening. Hierbij wordt aangegeven dat de verwant het mondkapje gewoon draagt, omdat het moet, of omdat hij/zij het prima vindt.

#### **Ervaring met de avondklok**

- Ruim 1 op de 4 (41%) van de familieleden denkt dat hun naaste er neutraal tegenover staat of heeft geen mening. Hierbij geven familieleden en naasten heel vaak als toelichting dat hun verwant 's avonds toch al niet naar buiten ging en geen last van de avondklok heeft.
- Ongeveer even vaak (40%) signaleren familie/naasten dat de avondklok als negatief ervaren wordt: negatief of heel negatief (beiden 20%). Familieleden noemen hierbij bijvoorbeeld dat het lastig is om 's avonds geen leeftijdgenoten te kunnen ontmoeten, of dat het vanwege de afstand nodig is om dan te overnachten. Bij sommigen leidt deze vrijheidsbeperking tot tot (grote) irritatie en boosheid, bij enkeling tot paranoïde reacties (het gevoel in een oorlog te zitten). Voor sommigen is het niet meer mogelijk om 's avonds te wandelen om spanning of onrust kwijt te raken, ook niet om een beroep op familieleden te doen in de avonduren. Daardoor ontstaat meer stress en soms paniek.
- Bijna een vijfde (19%) ziet positieve ervaringen bij hun naaste: 13% positief en 6% heel positief. Hierbij wordt genoemd dat verwanten het nut van de maatregel inzien, of dat ze het

's avonds rustiger of veiliger vinden. Een aantal keer werd ook een verklaring door een huisarts of psychiater afgegeven dat de verwant wel na de avondklok buiten mag zijn.

#### **Ervaring met het beperken van bezoek thuis tot 1 persoon per dag**

- Ruim de helft van de familieleden (54%) merkt dat hun naaste daarmee negatieve ervaringen hebben: bijna een derde (31%) negatief en bijna een kwart (23%) heel negatief. Familieleden geven aan dat deze maatregel een van de lastigste is voor hun verwanten, omdat het de sociale contacten ernstig inperkt. Sociale contacten zijn één van de belangrijkste zaken in het leven van een puber. Ze missen nu een deel van de ontwikkeling die men in de puberteit door maakt. Sommige ouders maken zich zorgen over de gevolgen op de lange termijn. Er zijn ook voorbeelden dat de verwant het moeilijk vindt om mensen de deur te weigeren. Bijvoorbeeld omdat er al zo weinig mensen komen. Of dat hij/zij het vergeet om binnenshuis afstand te houden of dat de regels te ingewikkeld zijn voor hem/haar.
- 6% is er positief over: positief en heel positief beiden even vaak (3%). Dit zijn vooral verwanten, waarvan familieleden aangeven dat ze er niet op gesteld waren om meer mensen in huis te krijgen.
- 4 op de 10 (40%) familieleden signaleert dat hun naaste hier neutraal tegenover staat of geen mening heeft. Ook hierbij geven familieleden vaak aan, dat hun verwant geen verschil maakt, omdat hij/zij toch al weinig contacten had.

#### **Ervaring met de winkelsluiting**

- Bijna de helft van de familieleden (47%) signaleert dat hun naaste er neutraal over denkt of geen mening heeft. Familieleden geven aan dat hun verwant dit niet als probleem ervaart, of dat hij/zij toch al niet veel winkelde, of boodschappen niet zelf haalde.
- Bijna even vaak (46%) zien ze dat hun naaste er negatieve ervaringen mee heeft: 27% ervaart het als negatief en 19% als heel negatief. Hierbij wordt vooral door familieleden genoemd dat het winkelen alleen, of samen met iemand een gezellige bezigheid was, of hun enige uitstapje of een afleiding was en dat dit nu gemist wordt; dat er weinig leuke dingen meer te doen overblijven. Voor anderen is het onhandig omdat ze spullen of kleding nodig hebben, die niet online gekocht kan worden.
- Een klein deel (6%) signaleert dat hun naaste die winkelsluiting als positief ervaart (5% positief en 1% heel positief.

#### **Ervaring met onderwijs op afstand**

- Van degenen die hiermee hebben te maken (n=35):
  - zegt ruim de helft van de familieleden (57%) dat hun naaste dit als negatief heeft ervaren: een vijfde (20% negatief en ruim een kwart (27%) als heel negatief. Hierbij geven familieleden aan dat hun verwant last heeft van de onduidelijkheden en uitspraken die er gedaan worden over examens leerlingen. Dat dit weinig motiverend is voor hem/haar.
  - een klein deel van de familie (6%) signaleert dat hun naaste het als positief ervaart: positief of heel positief beiden 3%
  - en ruim een derde (37%) ziet dat hun naaste er neutraal over is of geen mening heeft

#### **Behandeling, ondersteuning of algemene voorziening**

- Bijna twee derde van de cliënten (n=604) maakte voor de lockdown gebruik van zorg
- Vaak van twee of meer vormen van zorg, ondersteuning en voorzieningen tegelijk
- Bijna een kwart (23%) krijgt ondersteuning van familieleden en 14% krijgt hulp van anderen uit hun sociale netwerk

#### **Zorg**

- De meeste familieleden (79%) geven aan dat hun naaste zorg kreeg (behandeling), of (informele) ondersteuning of gebruik maakte van algemene voorzieningen.

- De verwanten/naasten maken gebruik van 2 á 3 vormen van zorg, behandeling, ondersteuning of algemene voorzieningen tegelijkertijd.

*Tabel 4 Van welke zorg (behandeling, ondersteuning of algemene voorzieningen) maken verwanten gebruik volgens familie en naasten?*

Zorg (behandeling), informele) ondersteuning of algemene voorzieningen (n=77)	Aantal keer genoemd	Percentage
informele hulp door familieleden	45	58%
psychiater, (psycho)therapeut) of psycholoog (individueel)	36	47%
persoonlijk begeleider WMO (individueel)	24	31%
(F)ACT-team (individueel)	21	27%
dagactiviteitencentrum (in een groep)	17	22%
praktijkondersteuner GGZ (POH GGZ)	12	16%
informele hulp door anderen uit sociaal netwerk	7	9%
inloophuis of club-/buurtcentrum (in een groep)	7	9%
zelfregie- of herstelcentrum (in een groep)	3	4%
anders	13	17%
<b>Aantal keer beantwoord</b>	<b>77</b>	<b>240%</b>

NB: hierbij valt op dat naaste veel vaker informele ondersteuning noemen dan zorg.

- Ruim de helft van de familieleden geeft aan (56%) dat de lockdown negatieve gevolgen heeft voor de zorg en ondersteuning van hun naaste: bij bijna een derde (34%) negatieve gevolgen en voor ruim een vijfde (22%) negatieve gevolgen.
- Overigens geeft ook 15% aan dat het positieve gevolgen heeft voor hun naaste.
- Bij ca. een derde (30%) merken zij geen positieve of negatieve gevolgen voor hun naaste.

#### **Familieleden geven aan wat tijdens de lockdown grote bronnen van steun voor hun naasten waren**

*Tabel 5 Welke bronnen van steun waren voor verwanten belangrijk tijdens de lockdown?*

Welke bronnen van steun ervaren verwanten (n=96)	Aantal keer genoemd	Percentage
steun van familieleden	68	71%
professionele psychische zorg	47	49%
bewegen (buiten)	36	38%
huisdier	33	34%
steun van anderen uit het sociaal netwerk	32	33%
eigen kracht en doorzettingsvermogen	27	28%
digitaal contact	18	19%
contact met ervaringsdeskundigen	15	16%
meer rust	12	13%
geloof of spiritualiteit	11	11%
contact met collega's	10	10%
iets voor anderen doen	9	9%
anders	7	7%

<b>Aantal keer beantwoord*</b>	325	339%
--------------------------------	-----	------

\*Familieleden noemen gem. 3 á 4 bronnen van steun die hun naasten als belangrijk (hebben) ervaren.

Bij 'eigen kracht' en 'doorzettingsvermogen' noemen familieleden onder andere dat het hun verwant helpt om te kijken naar wat hij/zij wél kan i.p.v. naar wat niet mogelijk is en dat het plannen van bezigheden helpt. Ook het doorbreken van eenzaamheid speelt een grote rol.

Bij 'anders'' noemen familieleden vaak dat het hun verwant helpt om vaste structuur te hebben va bijvoorbeeld vrijwilligerswerk en ze noemen ook spelletjes en andere activiteiten.

#### Wat is de verwachting voor de toekomst (stellingen?)

- Ruim een derde (37%) van de familieleden verwacht dat hun naaste zichzelf psychisch zal redden het komende jaar en ruim een derde (34%) verwacht dat dit niet zo zal zijn.
- Ook verwacht 60% dat hun naaste het komende jaar voldoende inkomen zal hebben om zich financieel te redden; toch verwacht 20% dat dit niet zo zal zijn.

Deze verwachtingen zijn in lijn met de huidige situatie:

Grafiek 4 Wat verachten verwanten voor de 2021 volgens hun familie en naasten?



- Familieleden zijn het meest positief over sociale contacten en vrijwilligerswerk van hun naasten; ca. een derde verwacht dat deze dingen in 2021 beter worden in vergelijking met de huidige situatie.
- Ze zijn het vaakst negatief over psychisch welbevinden en professionele zorg: een kwart (25%) verwacht dat het psychisch welbevinden van hun naasten verslechtert in 2021 en 22% verwacht dat het onderwijs voor hun naaste verslechtert in vergelijking met de huidige situatie.
- Ruim 4 op de 5 verwacht in 2021 weinig verandering in de hulp die familie en naasten hun verwant geven (82%).

#### Woonsituatie

---

*Tabel 6 Wat is de woonsituatie van verwanten volgens hun familie en naasten?*

---

Woonsituatie van verwant (ingevuld door familie/naasten) (n=96)	Percentage
Alleen	34%
Met gezinsleden	31%
In een zorginstelling	24%
Met partner	8%
In een woongroep (niet van een zorginstelling)	0%
Anders	2%
Totaal	100%