



Mentale weerbaarheid (1)

In breder vragenlijstonderzoek naar welbevinden door het RIVM zijn vragen gesteld over hoe mensen hun eigen **welbevinden** ervaren. De eerste meting was een maand na de start van de eerste lockdown, en de huidige data zijn afkomstig uit de 15^e meting (begin september 2021).

Het gemiddeld aandeel respondenten dat zich psychisch gezond voelt is gedurende de pandemie vrij stabiel tussen 82% en 88%, en ligt sinds juni 2021 op ongeveer 89%. De waardes in meting 15 zijn ongeveer gelijk aan die van meting 13. Na een flinke stijging bij meting 14 ten opzichte van meting 13 van het aandeel jongeren van 16 t/m 24 jaar die zich psychisch gezond voelde, is er nu weer een daling zichtbaar. Mogelijk heeft dat te maken met het eindigen van de zomer(vakantie) en het begin van school en studie. Uit de duidingssessie in juli 2021 met jongeren en jongerenwerkers kwam naar voren dat er met de versoepelingen van de coronamaatregelen ook angst wordt ervaren door sommige jongeren om weer terug te gaan naar het 'oude normaal'. Wat het 'oude normaal' precies betekent voor jongeren is individueel bepaald. Kenmerken die de aanwezige jongeren noemen zijn bijvoorbeeld 'sociale druk' en 'verplichtingen buitenshuis'. Bij deze groep ligt het aandeel dat zich psychisch gezond voelt nog steeds een flink stuk lager dan de overige leeftijdsgroepen.

Als we kijken naar gevoelens van eenzaamheid, heeft zich bij alle leeftijdsgroepen een dalende trend ingezet sinds mei 2021. Vooral bij de groep 16 t/m 24 jaar is een sterke daling van gevoelens van eenzaamheid te zien, van 76% in mei naar 51% in september 2021. Nog steeds is het aandeel onder 16 t/m 24 jarigen dat zich eenzaam voelt hoger dan bij andere leeftijdscategorieën, maar de spreiding tussen verschillende leeftijdsgroepen is sterk verminderd.

Op 1 juli 2021 heeft een duidingssessie plaatsgevonden met jongeren en jongerenwerkers. In deze sessie geven verschillende jongeren aan dat zij blij zijn dat eenzaamheid onder jongeren nu (door de pandemie) meer aandacht krijgt. Eenzaamheid onder jongeren speelde voor corona ook al, maar zat toen volgens hen (nog) meer in een taboesfeer.

De stijgende trend voor het rapportcijfer voor het eigen leven bij de 16 t/m 24 jarigen heeft zich doorgezet, en is sinds maart 2021 gestegen van een 5,9 naar een 7.1 gemiddeld. Ook de groep jongeren die het eigen leven een zware onvoldoende geeft met een rapportcijfer van 3 of lager is verder gedaald naar 2%. Uit de duidingssessie bleek dat jongvolwassenen aangeven dat het verdwijnen van beperkende maatregelen op het terrein van (voortgezet en hoger) onderwijs, sporten en samenkomsten hierin een belangrijke rol spelen.



Mentale weerbaarheid (2)

Het aantal suïcides is ongeveer gelijk gebleven ten opzichte van dezelfde maanden in eerdere jaren. Wel is in de loop van 2020 en begin 2021 meer gebeld naar nummer 113, de preventielijn voor zelfdoding. Voor de coronacrisis was ook al een stijgende lijn zichtbaar; het nummer wordt steeds beter gevonden.

Ook de Kindertelefoon en 'De Alles Oké?' hulplijn worden veel gebeld. Kenmerkend voor de eerste drie maanden van 2021 waren volgens medewerkers van de lijnen zelf de relatief zwaardere aard en langere duur van de gesprekken. In april en mei van 2021 zagen medewerkers van de lijnen een toename van het aantal gesprekken over luchtige onderwerpen, al ligt het aandeel gesprekken over emotionele problemen nog steeds op een beduidend hoger niveau dan het gemiddelde van 2020 en 2019.

Veel hulp voor jongeren heeft tijdens de coronacrisis digitaal moeten plaatsvinden. In de sessie met jongeren en jongerenwerkers uit juli 2021 gaven jongerenwerkers aan te ervaren dat er veel jongeren zijn die niet op deze manier digitaal kunnen werken, en op wachtlijsten terecht komen. Genoemde hulpvragen die zij veel tegenkomen zijn hulp bij depressies en financiën. Inmiddels is er door het wegvallen van veel van de beperkende maatregelen weer meer face-to-face contact mogelijk.

Het aantal **meldingen van huiselijk geweld** daalde van juni 2020 tot de laatste meting in mei 2021 en zit hiermee onder het niveau van februari 2020. Dit betekent niet per se dat huiselijk geweld ook minder voorkwam tijdens de coronacrisis en lockdown. Tijdens de duidingssessies maakte men zich zorgen over deze daling, omdat het ook kan betekenen dat huiselijk geweld minder zichtbaar was tijdens de lockdowns. In landen om ons heen zijn er signalen dat huiselijk geweld zou zijn toegenomen. Ook vermoedden deelnemers dat er meer stress en meer ruzie kon ontstaan doordat mensen elkaar niet konden ontlopen. Anderzijds zou het kunnen dat 'daders' het lastiger vonden om geweld te plegen als er mensen in de buurt zijn (het hele gezin, de buren). Ook kan het zijn dat bepaalde stressfactoren juist wegvielen. Bijvoorbeeld het minder zien van hulpverleners, minder verplichtingen zoals kinderen naar school brengen en andere (sociale) verplichtingen. Ook kan het zijn dat gezinnen waar al huiselijk geweld speelt of speelde, gedwongen werden om zelf oplossingen te zoeken en hierin redelijke mate succesvol in waren. Sinds mei 2020 is een chatfunctie bij Veilig Thuis actief waarmee meer omstanders en direct betrokkenen bereikt kunnen worden.

Mentale weerbaarheid (3)

Over de vraag of er meer of minder kindermishandeling en huiselijk geweld is, bestaat nog onduidelijkheid. **Sommige onderzoeken geven wel zorgelijke signalen.** Deze vraag wordt op verschillende manieren nader onderzocht door experts.

De gemiddelde **wachttijd voor geestelijke gezondheidszorg** overschrijdt bij meerdere hoofddiagnosegroepen de norm voor de maximaal aanvaardbare wachttijd. Bij een aantal diagnosegroepen zoals ontwikkelingsstoornissen is er een stijging van de wachttijd ten opzichte augustus 2020. De coronacrisis was mogelijk van invloed op de vraag naar ggz. Door onzekerheid over de toekomst, zorgen over de eigen baan en/of bedrijf, de angst om zelf ziek te worden, enzovoorts. Ook kan corona van invloed zijn op de beschikbaarheid van ggz-personeel, waardoor wachtlijsten konden oplopen. Ook na het verminderen van het aantal besmettingen en het wegvallen van de meeste beperkende coronamaatregelen blijven de wachtlijsten veelal de maximale norm overschrijden. Deelnemers van de duidingssessie in oktober 2021 gaven aan dat zij een verzwaring van ernstige problematiek en psychische crisissen signaleren. Niet alleen de aantallen, maar ook de aard van de doorverwijzingen richting de ggz kunnen van invloed zijn op de wachttijden.

De daling in 2020 van het **aantal verwijzingen van huisartsen naar ggz** kan verschillende dingen betekenen. Verwijzingen kunnen dalen omdat mensen minder snel naar de huisarts gingen omdat zij bang waren daar besmet te raken of omdat men de zorg niet verder wilde belasten. Het zou ook kunnen betekenen dat corona en de daaruit voortkomende maatregelen op veel mensen geen (negatief) psychisch effect had/heeft.

Politecijfers over het aantal meldingen van personen met verward gedrag en meldingen van daklozen en zwervers laten nog steeds een stijging zien. Dit zou kunnen komen doordat er simpelweg meer mensen zijn die een melding maken. Eerder was de assumptie dat meer mensen thuis waren en werkten tijdens de coronacrisis en daardoor vaker een melding maakten van personen met verward gedrag, daklozen en zwervers. De cijfers laten echter niet zien dat meldingen afnemen naarmate mensen weer meer buitenshuis zijn en werken. De stijging kan ook komen door een daadwerkelijke stijging van het aantal personen met verward gedrag, daklozen en zwervers. De laatste peildatum van het CBS over het aantal daklozen was in januari 2020 – het is dus nog onduidelijk welke invloed de coronacrisis heeft gehad op deze cijfers.