

ONDERZOEK

Praten over angst en verminderd zelfvertrouwen noodzakelijk tijdens coronacrisis



14 januari 2021 – Mensen hebben in de coronacrisis behoefte aan een gesprek, maar vinden het lastig om in de eigen omgeving te praten over gevoelens. Sinds de start van de coronacrisis hebben mannen meer last van angst en jongeren ervaren minder zelfvertrouwen. Dat blijkt uit recent onderzoek van Stichting 113 Zelfmoordpreventie, CWI en de Vrije Universiteit Amsterdam. Door middel van tekstanalyses met algoritmes zijn de gespreksonderwerpen in de chatservice van 113 onderzocht in de periode van 1 december 2019 tot 1 juni 2020. Het is voor het eerst dat gesprekken met hulpvragers op deze wijze zijn geanalyseerd.

In het onderzoek zijn 8.589 chatgesprekken geanalyseerd: 5.179 gesprekken voorafgaand aan de coronacrisis en 3.410 gesprekken tijdens de coronacrisis. De gesprekken zijn gevoerd door 1.635 mannen en 6.576 vrouwen. Tachtig procent is van hulpvragers onder de 30 jaar en 20% is van hulpvragers van 30 jaar en ouder.



25Plus Car Insurance

Advertentie Ready To Get Your Quote? Apply This Code And Get...

25plus.ie

[Learn more](#)

Gespreksonderwerpen tijdens coronacrisis

In veertien procent van de hulpvragen is 'Corona' een onderwerp van gesprek. Het gaat dan over ervaren problemen zoals meer [eenzaamheid](#), angst voor besmetting, weinig afleiding, minder hulpverlening, dreigende werkloosheid en middelenmisbruik.

Sinds de coronacrisis is er bovendien een duidelijke toename zichtbaar in het aantal gesprekken over de thuissituatie (+31%). Er worden meer negatieve emoties ervaren (+13%) en de politie wordt vaker betrokken bij een onveilige situatie (+18%). Gedurende de coronacrisis is er in gesprekken daarentegen minder aandacht voor romantische relaties (-32%) en studie (-20%).

Mannen ervaren na de invoer van de corona maatregelen relatief meer angstgevoelens (+24%) en hebben vaker contact met een crisisdienst (+43%). Ook jongeren ervaren meer negatieve gevoelens (+22%) en hebben daarbij minder zelfvertrouwen en vertrouwen in de ander (+15%). Tenslotte wordt er bij alleenstaanden een toename gezien bij het maken van concrete plannen voor een suïcide (+52%).

Mannen en jongeren zijn dankbaar

Opvallend is dat met name mannen (+43%) en jongeren (+15%) sinds de coronacrisis vaker dankbaar zijn voor het gesprek. Dit betekent dat de [hulplijn van 113 Zelfmoordpreventie](#) lijkt te voorzien in de behoefte aan contact bij deze groepen hulpvragers in deze crisistijd.

Technieken vaker toepassen

Dankzij een COVID-19 subsidie van ZonMw hebben de onderzoekers een stimulans gekregen om innovatieve onderzoekstechnieken te ontwikkelen en toe te passen. Zij raden het RIVM en ministerie van VWS aan om machinelearning technieken vaker toe te passen om een beter beeld te krijgen van de problematiek van hulpvragers. Deze technieken zijn bovendien toepasbaar bij vele andere doelgroepen en vormen van eHealth.

Praten is noodzakelijk

Over de periode tot en met november 2020 is er geen toename van het totaal aantal suïcides in Nederland geconstateerd. Om ervoor te zorgen dat het aantal suïcides in 2021 niet stijgt, is het van cruciaal belang om met elkaar alert te blijven en het gesprek over gevoelens aan te gaan. Erover praten leidt veelal juist tot minder zelfmoordgedachten. Praat erover of stel zelf de vraag 'hoe gaat het met je?'

Leer het gesprek te voeren met de gratis één uur durende online training suïcidepreventie op [www.vraagbaar.nl](#). Praten met 113 over zelfmoordgedachten kan anoniem: chat via [www.113.nl](#), bel 113 of bel gratis 0800-0113.

[Bekijk hier de factsheet](#) met de resultaten van het onderzoek.

Bron: [113.nl](#)

Dit bericht is 52 keer gelezen.



Special Bord Gáis Energy Deal

Advertentie Exclusive One Big Switch Offer Available to new & existing Bord...

One Big Switch

[Open](#)

DIT ARTIKEL IS GEPOST IN [ONDERZOEK](#). SLA DE LINK OP [LINK](#).

JE BENT MISSCHIEN OOK GEÏNTERESSEERD IN

ONDERZOEK

Onderzoek – Bijna iedereen heeft last van hallucinaties

ONDERZOEK, TRAUMA, VERSLAVING

Een op de drie verslaafden heeft PTSS

ONDERZOEK

ZonMw krijgt budget voor onderzoeksprogramma ggz tot en met 2025

AUTISME, ONDERZOEK

Speciale interesses brengen mensen met autisme vooral geluk

← VORIG BERICHT

VOLGEND BERICHT →



Online congressen Angst bij kinderen en jongvolwassenen – 5e editie

14 JANUARI 2021



Online tentoonstelling over kwetsbaarheid en kracht

14 JANUARI 2021

Onze RSS-feed



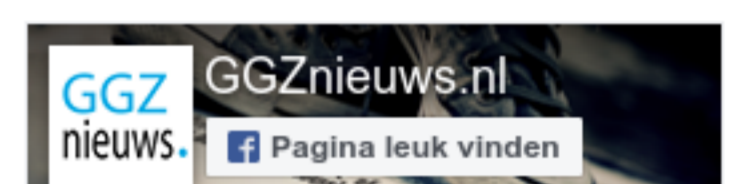
Zachte steun, de hele dag door

Hak met luchtkussentje. Voorgevormde zool met grip. Geweven tricotstof. Supercomfort.

Hypersoft Sneakers

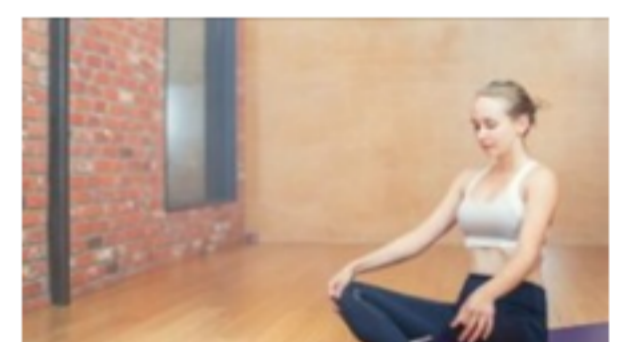
[Openen >](#)

Like ons op Facebook!



GGZnieuws.nl ongeveer een uur geleden

Mindfulness-cursussen kunnen angst, depressie en stress verminderen en psychisch welzijn verbeteren in de meeste, maar niet alle, omstandigheden, zegt een team van onderzoekers van de Universiteit van Cambridge. Wat is jouw ervaring met mindfulness?



GGZNIEUWS.NL

Mindfulness kan psychisc...
Mindfulness-cursussen kunnen a...

MEEST GELEZEN!

[Verzwaarde dekens tegen slapeloosheid bij psychiatrische patiënten](#) (5,372 gelezen)
2 januari 2021 - Verzwaarde dekens zijn een veilige en effectieve interventie bij de behandeling van slapeloosheid, volgens Zweedse onderzoekers. Zij ontdekten dat bij patiënten met...

[Zorgmedewerkers uit de GGZ krijgen geen voorrang bij vaccinatie](#) (3,085 gelezen)
30 december 2020 - Tot grote verbijstering van velen lijken de zorgmedewerkers in de geestelijke gezondheidszorg (ggz) helemaal te zijn vergeten als er straks wordt gestart met het inenten van...

[Meer aandacht nodig voor relatie slapeloosheid en ADHD](#) (1,960 gelezen)
11 januari 2021 - Symptomen van slapeloosheid versterken het negatieve effect van ADHD-symptomen op de psychische gezondheid en productiviteit van volwassenen, blijkt uit nieuw onderzoek van PsyQ...

[Een overzicht van werk voor ervaringsdeskundigen](#) (1,844 gelezen)
31 december 2020 - Levenservaring is niet alleen voor jezelf interessant. Deze ervaringsdeskundigheid kan een bron van informatie en inspiratie voor anderen zijn. Het is op allerlei manieren...

GGZNieuws op Twitter

GGZnieuws. Sinds de start van de coronacrisis hebben mannen meer last van angst en jongeren ervaren minder zelfvertrouwen. Dat blijkt uit recent onderzoek van Stichting @113preventie, @CWI.nl en de @VUamsterdam. [buff.ly/3bEOBSS](#) [pic.twitter.com/w6PZkuWDPZ](#)

GGZnieuws. Op donderdag 11 februari 2021 start de vijfde editie van het #congres over #angst bij kinderen en jongvolwassenen dat dit keer online zal plaatsvinden. [buff.ly/2MY9pu1](#) [pic.twitter.com/JLf5E5YNep](#)

AANMELDEN VOOR WEKELIJKSE GRATIS NIEUWSBRIEF (opzeggen kan eenvoudig)

Voornaam

Achternaam

E-mail *

ABONNEREN!