

# Regie over eigen leven tijdens de coronapandemie

## Kernboodschappen

- Gemiddeld laat het gehele inwonerspanel een zekere veerkracht zien;
- Vrouwen ervaren minder regie over eigen leven gedurende de coronapandemie dan mannen;
- De laatste lockdown, afgekondigd in december 2021, heeft vooral op regie over eigen leven van jongvolwassenen een sterk negatief effect gehad door mogelijk opnieuw een gebrek aan perspectief;
- Bevorderen van sociaaleconomische positie kan (in)direct bijdragen aan een regie over eigen leven;
- Beleidsmakers dienen goed te weten welke zorgen, problemen en overtuigingen er spelen in de maatschappij, en in het bijzonder aandacht te hebben voor de groepen die het hardst worden getroffen.

## Mentale gezondheid tijdens de coronapandemie

Om de verspreiding van het coronavirus SARS-CoV-2 af te remmen kregen we vanaf maart 2020 te maken met beperkende maatregelen. De maatregelen, maar ook de angst voor infectie, ziekte en overlijden zijn gerelateerd aan een verminderde mentale gezondheid. Hoe men omgaat met stressvolle en bedreigende situaties, zoals de coronapandemie, verschilt van persoon tot persoon en wordt ook wel 'coping' genoemd. Een vorm van coping is de overtuiging dat je zelf controle hebt over je leven, ook wel bekend als 'regie over eigen leven' of 'algemene regie'. Mensen met een laag regie over eigen leven hebben het gevoel dat er weinig is dat zij kunnen doen om invloed op hun leven uit te oefenen.

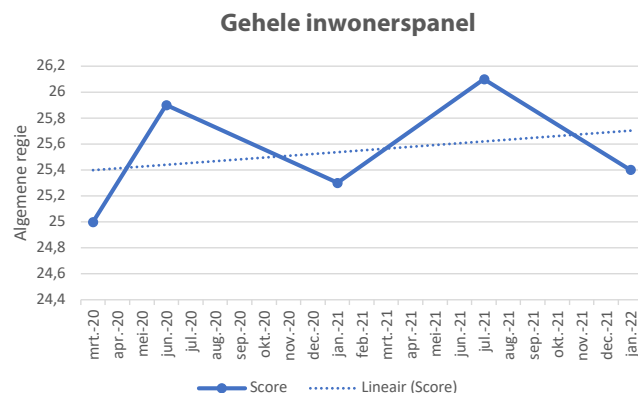
## Ervaren regie op eigen leven in de regio Zuid-Holland Zuid

Onder het inwonerspanel van de GGD Zuid-Holland Zuid zijn tijdens de coronapandemie vijf vragenlijsten uitgezet (maart 2020 (corona-lockdown); juni 2020 (coronamaatregelen werden afgebouwd); januari 2021 (lockdown); juni 2021 (coronamaatregelen werden afgebouwd); januari 2022 (coronamaatregelen werden net afgebouwd)). Per vragenlijst (Pearlin Mastery Scale (score tussen 7 (geen/weinig regie) en 35 (veel regie))) hebben tussen de 1.200 en 2.600 inwoners deelgenomen. Met de vragenlijsten is gekeken naar algemene regie gedurende de coronapandemie onder de gehele bevolking, maar ook bij specifieke bevolkingsgroepen. Ook is er onderzocht welke coronagerelateerde zorgen er speelden tijdens de pandemie.

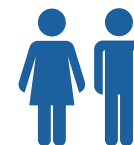
## Resultaten

### Regie eigen leven: hele inwonerspanel (figuur 1)

- Regie over eigen leven is het laagst in maart 2020 en het hoogst in juli 2021;
- In periodes met beperkende maatregelen daalt het regiegevoel en in periodes met weinig of geen beperkende maatregelen stijgt het regiegevoel;
- Een zekere mate van veerkracht is te zien onder de inwoners: regie over eigen leven is op het laagst aan het begin van de coronapandemie, maar komt ondanks enkele 'dips' in latere meetronden niet meer onder dit niveau.

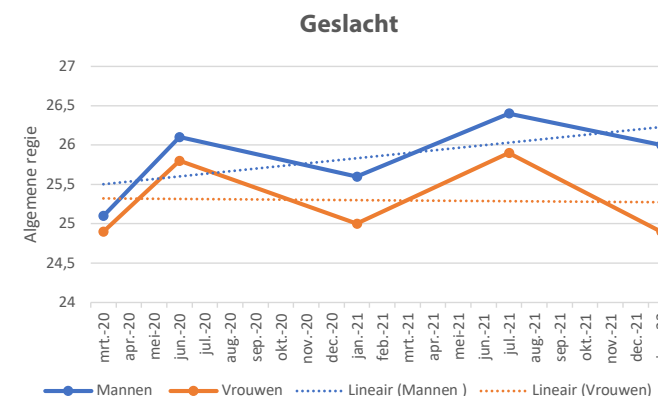


Figuur 1. Gemiddelde regie eigen leven gedurende de coronapandemie onder het inwonerspanel.



### Regie eigen leven: vrouwen versus mannen (figuur 2)

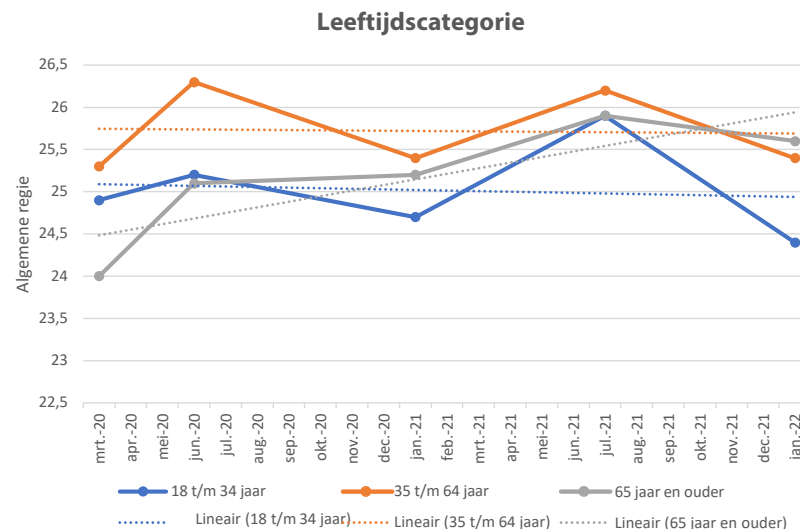
- Vrouwen ervaren tijdens de hele coronapandemie minder regie over eigen leven dan mannen;
- Bij vrouwen is een dalende trend te zien over tijd in het regiegevoel; bij mannen is een stijgende trend waar te nemen.



Figuur 2. Gemiddelde regie eigen leven: mannen versus vrouwen.

## Regie eigen leven: leeftijdscategorieën (figuur 3)

- Deelnemers tussen de 35 en 64 jaar oud ervaren gedurende de coronapandemie het hoogste niveau regie eigen leven;
- Opvallend is dat het regiegevoel steeg onder 65-plussers in januari 2021 toen Nederland begon met de 1<sup>e</sup> coronavaccinaties, in tegenstelling tot andere leeftijdsgroepen waar het regiegevoel in die periode daalde;
- Regie eigen leven daalt sterk onder jongvolwassenen (18 t/m 34 jaar) in januari 2022 en komt zelfs onder het niveau regie eigen leven van maart 2020.



Figuur 3. Gemiddelde regie eigen leven per leeftijdscategorie.

## Hoe verder?

De coronapandemie heeft de Nederlandse samenleving voor grote maatschappelijke opgaven gezet, waarbij de mentale gezondheid van inwoners onder druk heeft gestaan. De resultaten uit het huidige onderzoek zijn essentieel voor toekomstige pandemische paraatheid. Maar ook voor de crises waar we momenteel mee te maken hebben zoals de energiecrisis, de inflatiecrisis, de huizen crisis, de vluchtelingen crisis en de klimaatcrisis, crises waar ook de mentale gezondheid van burgers onder te lijden heeft. Zo is het voor het voorkómen van problemen met mentale gezondheid essentieel om alle bevolkingsgroepen een vorm van perspectief te bieden, vooral hen die het hardst worden getroffen.

## Regie eigen leven: verschillende bevolkingsgroepen

- Deelnemers met een hoog opleidingsniveau ervaren het hoogste regie over eigen leven gedurende de gehele coronapandemie, deelnemers met een laag opleidingsniveau het laagste;
- Deelnemers die niet werken ervaren het laagste niveau regie over eigen leven, deelnemers die werken het hoogste;
- Regie eigen leven is lager bij deelnemers die alleen wonen in vergelijking met deelnemers die wonen met anderen.

## Coronagerelateerde zorgen (figuur 4)

- De meeste coronagerelateerde zorgen die men heeft gaan voornamelijk over onderwerpen die anderen betreffen en de maatschappij in zijn geheel;
- In de eerste drie meetrondes maken deelnemers zich voornamelijk zorgen over de gezondheid van anderen, financiële problemen van anderen, vereenzaming van risicogroepen, het volhouden van maatregelen door anderen en de impact op de welvaart en de economie;
- In de 4e en 5e meetronde maakt men zich zorgen over de ervaring van het virus, virusmutaties, dat de coronacrisis nog lang duurt en de polarisatie van de samenleving.



Figuur 4. Top-5 zorgen per meetronde

**Vragen?** Mail naar: [inwonerspanel@ggdzhz.nl](mailto:inwonerspanel@ggdzhz.nl).