



## BLOGS

# Coronacrisis legt onze sociale kwetsbaarheid bloot

23-04-2020



Anja Machielse

[A.Machielse@UvH.nl](mailto:A.Machielse@UvH.nl)

[coronacrisis](#) | 
 [eenzaamheid](#) | 
 [kwetsbaarheid](#)

[Share](#) |

Sinds enkele weken praten we over het eenzaamheidsvirus, een virus dat iedereen aangaat. Niet alleen mensen die al eenzaam waren, maar ook mensen die dat niet waren, of die de eenzaamheid zelfs bewust opzoeken.

Sociale contacten zijn een belangrijke levensbehoefte. We zijn afhankelijk van anderen voor ons welzijn, onze veiligheid en ons bestaan. We willen voelen dat we belangrijk zijn voor anderen en vertrouwen dat we op anderen terug kunnen vallen als dat nodig is. Omdat we het moeilijk hebben en onze zorgen willen delen, of om leuke dingen te ondernemen en plezier te maken. Liefde, vriendschap en het gevoel erbij te horen, zorgen ervoor dat we ons leven als zinvol ervaren.



Het eenzaamheidsvirus dat op ons afkomt, is het gevolg van 'social distancing'. We moeten anderen op afstand houden en onze contacten beperken. Functionele contacten, maar ook contacten met onze dierbaren, geliefden en vrienden. Die afstand maakt ons kwetsbaar. Niet alleen mensen die hulpbehoevend zijn, zoals mensen in verpleeghuizen die geen bezoek van familieleden mogen ontvangen, maar ook andere groepen. Zo voelt meer dan de helft van de jongeren zich nu eenzamer dan voor de crisis.

'Social distancing' verstoort namelijk niet alleen het contact met familie en vrienden die dicht bij ons staan. Het verstoort ook ons dagelijkse ritme, waarin we vanzelfsprekende contacten met anderen hebben: luchtig, gezellig, functioneel of oppervlakkig. Met het wegvallen van routines vallen ook alledaagse ontmoetingen weg: chillen met vrienden, samen sporten, gesprekjes in de trein of bij de kassa, lunchpauzes op het werk, praatjes bij de koffieautomaat. Dit zijn de ontmoetingen die vaak ook fysiek contact met zich meebrengen, zoals handen schudden, een bemoedigend schouderklopje, een knuffel, of een high five. Het zijn ontmoetingen waardoor we ons met anderen verbonden voelen.

Juist in deze moeilijke omstandigheden merken we hoe belangrijk dat gevoel van

## Gerelateerd nieuws

Kwijtschelding eigen bijdrage  
Abonnementstarief Wmo voor de maanden april en mei. 23-04-2020

€200 miljoen voor woonplekken met begeleiding voor dak- en thuislozen  
23-04-2020

NLWerktDoor brengt vraag en aanbod arbeidsmarkt samen 23-04-2020

Institute for Positive Health (iPH) en Fontys verstevigen samenwerking  
22-04-2020

Algemene Maatregel van Bestuur (AMvB) Tozo gepubliceerd 22-04-2020

Internationale kennis over impact bezoekregeling 22-04-2020

Onderzoek naar de impact van sociale isolatie van start 22-04-2020

## Nieuwsbrief

Blijf op de hoogte van het laatste nieuws over het sociaal domein. Abonneer op onze gratis nieuwsbrief.

[Abonneer](#)

## Van onze partners

Thuis leren

**Thuis leren met Berghauser Pont.**

Bekijk hier ons volledige aanbod

[Bekijk aanbod](#)

Deze website maakt gebruik van cookies. X

Sociaalweb gebruikt cookies om deze website en bijbehorende diensten beter af te stemmen op uw wensen en voorkeuren.

[Akkoord](#) [Meer informatie](#)

verbondenheid is. Het maakt ons weerbaar en helpt ons beter om te gaan met de onrust en onzekerheid die de crisis met zich meebrengt. Onrust, vanwege zorgen over onze gezondheid of de gezondheid van dierbaren. Spanningen, door een ongemakkelijke thuissituatie. Onzekerheid over werk en financiën. Zorgen die allerlei vragen oproepen: hele praktische vragen, maar ook existentiële vragen die raken aan ons bestaan, over ziek worden, troost, intimiteit, rouw, en zingeving. Persoonlijke contacten, maar ook oppervlakkige en luchtige contacten helpen ons door zo'n moeilijke periode heen. Ze bieden troost, een luisterend oor, of afleiding en relativering.

De crisis maakt duidelijk dat eenzaamheid geen probleem is van kwetsbare groepen, maar iets waar iedereen mee te maken kan krijgen. Dat we noodgedwongen meer alleen zijn, laat ons voelen hoe belangrijk verbinding en nabijheid zijn. Verbondenheid met anderen is cruciaal om te overleven.



→ [Lees meer](#)

## Magazine - Kwetsbaarheid



→ [Lees meer](#)

© 2020 Sociaalweb | [Partnerships](#) | [Adverteren](#) | [Privacystatement, disclaimer en auteursrecht](#)



Deze website maakt gebruik van cookies. X

Sociaalweb gebruikt cookies om deze website en bijbehorende diensten beter af te stemmen op uw wensen en voorkeuren.

[Akkoord](#) [Meer informatie](#)