

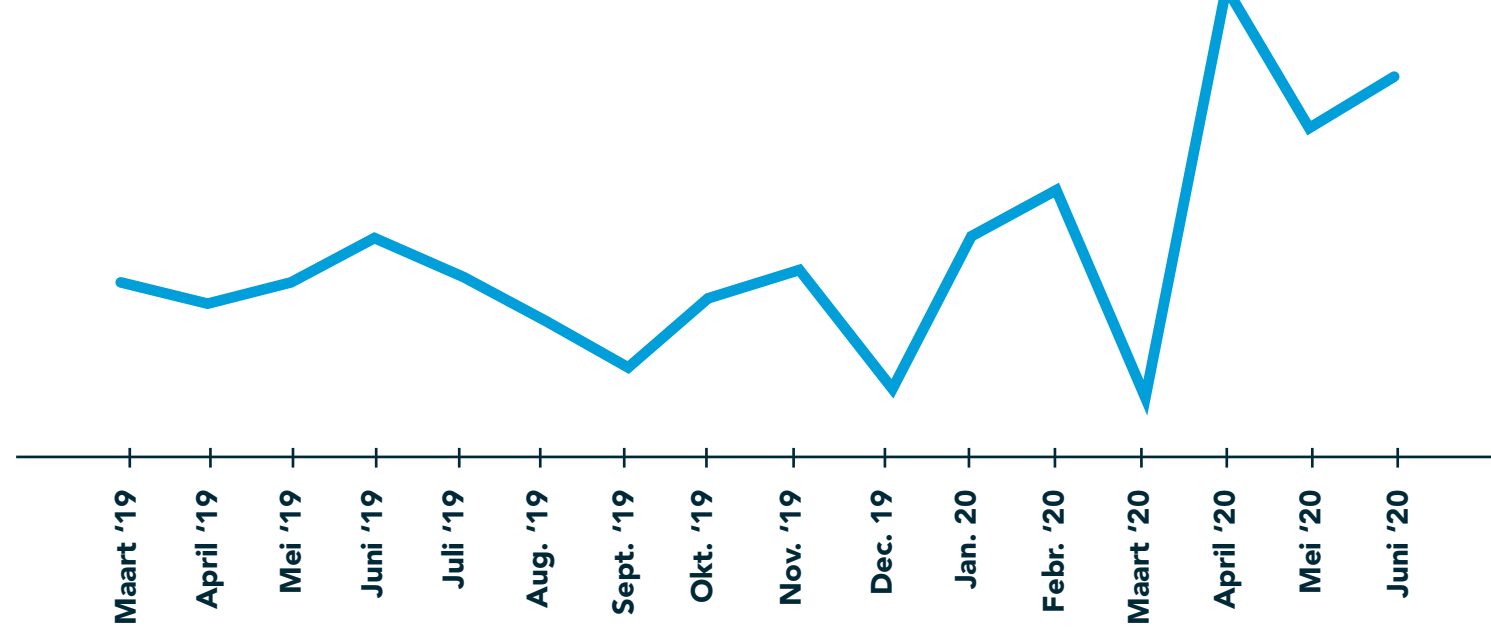
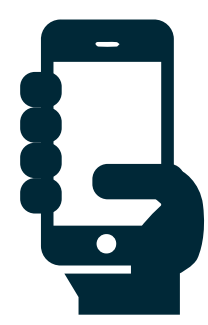
Hoe beïnvloedt COVID-19 de mentale gezondheid en welbevinden van gezinnen?

Gezinnen worden geconfronteerd met diverse uitdagingen op een ongekeerde schaal tijdens de huidige coronacrisis. Veel ouders ervaren veranderingen op het werk en hebben financiële en emotionele zorgen. De regels voor kinderopvang en school veranderen en soms zijn er langdurige onderbrekingen van onderwijs en/of andere activiteiten die de ontwikkeling van kinderen stimuleren. Deze omstandigheden verhogen het risico op conflicten binnen het gezin, uitdagend gedrag van kinderen en mentale gezondheidsproblemen bij kinderen en ouders.

In Queensland - Australië besloot de overheid in 2015 gezinnen gratis toegang te verlenen tot Triple P Online. Sindsdien hebben al meer dan 60.000 gezinnen gebruik gemaakt van deze ondersteuning. Deelnemers worden tevens uitgenodigd om informatie te geven over hun gezinssituatie en vragenlijsten in te vullen over het welbevinden van hun kind(eren) en van henzelf. Ook wordt gevraagd of ze gebruik maken van een niet-helpe opvoedaanpak. Meer dan 23.900 gezinnen hebben die gegevens inmiddels doorgegeven, waardoor onderzocht kon worden wat de mentale gezondheid en welbevinden beïnvloedt van zowel kinderen, als van de ouders die hulp zoeken. Ook is onderzocht hoe het met gezinnen gaat tijdens COVID-19.

De vraag naar Triple P Online is significant gestegen tijdens de uitbraak van COVID-19

↑ 55%



Een groter aantal gezinnen uit kwetsbare groepen heeft toegang tot online opvoedondersteuning tijdens COVID-19

↑ 2.2x



Alleenstaande ouders

Tijdens COVID-19 is het aantal alleenstaande ouders dat deelneemt aan het programma 2,2 keer hoger dan hun representatieve aandeel van de bevolking van Queensland. Daarnaast is er een toename van 32% in de deelname van alleenstaande ouders gedurende de crisis ten opzichte van het percentage alleenstaande ouders dat toegang had tot het programma vóór de uitbraak van COVID-19.

↑ 3.4x



Aboriginal-gezinnen en gezinnen van de Straat Torreseilanden

Aboriginal-gezinnen en gezinnen van de Straat Torreseilanden (ATSI-gezinnen) zijn nu 3,4 keer meer vertegenwoordigd in het programma dan hun representatieve aandeel van de bevolking van Queensland. Deelname aan het programma van ATSI-gezinnen is met 263% toegenomen tijdens COVID-19.

↑ 2.5x



Gezinnen met een laag inkomen

Gezinnen met een laag inkomen doen nu 2,5 keer zo vaak mee aan het programma dan hun representatieve aandeel van de bevolking, met een toename van 75% van deze gezinnen tijdens COVID-19.

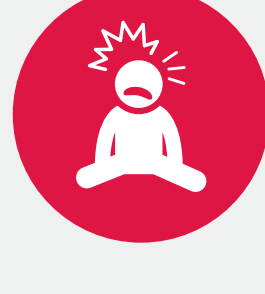
↑ 2.1x



Gezinnen met diverse cultuur- en taalachtergronden

Gezinnen met diverse cultuur- en taalachtergronden nemen 2,1 keer zo vaak deel aan hun representatieve aandeel van de bevolking, met een toename van 12% van deze gezinnen tijdens COVID-19.

Kinderen en ouders ervaren meer problemen met hun mentale gezondheid tijdens COVID-19



↑ 23%

Gedragsproblemen bij kinderen

Ouders rapporteerden een toename van incidenten op het gebied van gedragsproblemen bij kinderen, zoals ruzie met andere kinderen, driftbuien, ongehoorzaamheid en niet eerlijk zijn.



↑ 70%

Emotionele problemen bij kinderen

Ouders rapporteerden een toename van symptomen van angst bij kinderen, zoals afhankelijk zijn, angstig zijn en bezorgd. Ook gaven ze vaker aan dat hun kinderen ongelukkig zijn.



↑ 167%

Ernstige depressieve gevoelens van ouders

Tijdens COVID-19 rapporteerden veel ouders dat ze niets hebben om naar uit te kijken en dat het leven zinloos is.

In totaal scoorde één op de drie ouders in het gebied van ernstige depressieve gevoelens op een zelfrapportage vragenlijst. Deze werd ingevuld tijdens COVID-19.



↑ 212%

Ernstige stress van ouders

Het aantal ouders dat rapporteerde te heftig te reageren op situaties, onderbrekingen niet te kunnen tolereren en niet kunnen ontspannen, is verdrievoudigd tijdens COVID-19.

In totaal scoorden twee op de vijf ouders in het gebied van ernstige stress op een zelfrapportage vragenlijst. Deze werd ingevuld tijdens COVID-19.

Ouders maken vaker gebruik van een niet-helpe opvoedaanpak tijdens COVID-19

7 van de 10 ouders

maken gebruik van een niet-helpe opvoedaanpak

Tijdens COVID-19 is er een toename van 20% van ouders die aangeven gebruik te maken van een niet-helpe opvoedaanpak, met zeven van de tien ouders die scoren in het gebied dat aangeeft dat klinische ondersteuning aanbevolen is. Enkele voorbeelden van deze opvoedaanpak zijn: schreeuwen, lichamelijke straffen, beledigend of grof taalgebruik en geen structuur en duidelijkheid bieden.



↑ 14%

Overreagerende opvoedaanpak

Ouders meldden een toename in het gebruik van een overreagerende opvoedstijl, zoals schreeuwen, boos blijven na lastig gedrag, situaties laten escaleren en het aangaan van lange discussies en ruzies.

Tijdens COVID-19 gaf bijna de helft van de ouders aan gebruik te maken van deze opvoedstijl in zodanige mate, dat een klinische interventie wordt geadviseerd.

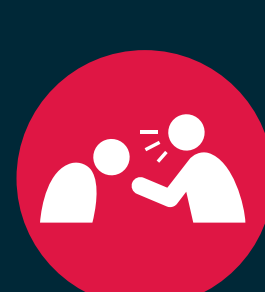


↑ 31%

Toegeeflijke opvoedaanpak

Ouders meldden een toename in het gebruik van een toegelijke en 'laissez faire' opvoedstijl, zoals pogingen om kinderen om te kopen of over te halen tot gedrag, negeren van probleemgedrag, terugdeinzen voor conflicten en als kinderen verwerpen instructies op te volgen, het zelf maar doen.

Tijdens COVID-19 gaf één op de drie ouders aan gebruik te maken van deze opvoedstijl in zodanige mate, dat een klinische interventie wordt geadviseerd.



↑ 44%

Vijandige opvoedaanpak

Ouders meldden een toename in het gebruik van een vijandige opvoedstijl, zoals het gebruik van ongepaste taal, beledigen van hun kind en regelmatig gebruik van lichamelijke straffen.

Tijdens COVID-19 gaven twee op de vijf ouders aan gebruik te maken van deze opvoedstijl in zodanige mate, dat een klinische interventie wordt geadviseerd.

COVID-19 heeft de situatie van veel mensen op allerlei manieren veranderd en heeft vooral invloed op het welzijn en welbevinden. Veel mensen met een goede gezondheid zijn op de één of andere manier getroffen door de uitbraak van het virus. Daarnaast werden mensen die vóór de uitbraak al worstelden met hun mentale gezondheid en welzijn, vaak aanzienlijk getroffen en uitgedaagd door deze verstoring van het normale leven¹.

Hoewel kinderen niet het 'gezicht' zijn van de huidige crisis en ze mogelijk minder vatbaar zijn voor het virus, beweren de Verenigde Naties dat kinderen de meeste impact zullen ervaren in hun leven van de huidige uitbraak. Het is aannemelijk dat COVID-19 impact heeft op emotionele en gedragsproblemen bij kinderen, dat het zorgt voor een toename van misbruik en effect heeft op de hersenontwikkeling op de lange termijn¹.

Het is van cruciaal belang om vaardigheden voor gezond gedrag en welzijn bij zowel kinderen als ouders te vergroten en hen te leren omgaan met de negatieve ervaringen en trauma's, die ze hebben doorgemaakt tijdens de uitbraak en de daaruit voortvloeiende lockdown.

Onderzoek naar eerdere uitbraken van infectieziekten en studies tijdens COVID-19 laten zien hoe isolement, sociale afstand en economische neergang een negatieve invloed hebben op gezinnen en kinderen. Het zet hun welzijn, de zorg en toezicht onder druk². Daarom is het van vitaal belang om evidence-based programma's aan te bieden die gezinnen effectief ondersteunen en hen leren omgaan met de situaties waar ze tegenaan lopen.

Toegang tot het programma Triple P Online voor ouders van kinderen en tieners is op dit moment gratis voor alle ouders in Queensland, Australië.

- Zie hier de uitkomsten van ouders die hebben deelgenomen aan [Triple P Online tijdens COVID-19](#)
- Meer informatie over [Triple P Online](#)

¹ United Nations. (2020). UN Policy Brief: COVID-19 and mental health. Zie: https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/un_policy_brief-covid_and_mental_health_final.pdf

² UNICEF. (2020, April). Children in lockdown: What coronavirus means for UK children. Zie: <https://www.unicef.org.uk/wp-content/uploads/2020/04/Unicef-UK-Children-In-Lockdown-Coronavirus-Impacts-Snapshot.pdf>