



Rapport

Eén jaar corona: hoe voelen we ons, fysiek en mentaal?

Colofon

Uitgave

I&O Research
Piet Heinkade 55
1019 GM Amsterdam

Rapportnummer

2021/081

Datum

maart 2021

Opdrachtgever

ADR Nieuwsmedia

Auteurs

Denise Kroese
Peter Kanne

Het overnemen uit deze publicatie is toegestaan, mits de bron duidelijk wordt vermeld.



Inhoudsopgave

Samenvatting	4
1 Inleiding	7
2 Gezondheid	9
2.1 Mentale gezondheid	9
2.2 Lichamelijke gezondheid	11
3 Verschuiving in activiteiten	14
3.1 Toe- of afname in activiteiten	14
3.2 De bijdrage van activiteiten aan geluk of zorgen	15
3.3 Toe- of afname van activiteiten en de bijdrage aan geluk	16
3.3.1 Gezondheid en leefstijl	17
3.3.2 Werk-/ vrijetijdsbesteding	20
3.3.3 Communicatie en interactie	24
3.4 Mobiliteit	27
4 Consequenties voor gevoelens en gedrag	29
4.1 Consequenties voor alle Nederlanders	29
4.2 Consequenties voor ouders met thuiswonende kinderen	34
4.3 Consequenties voor Nederlanders met een relatie	37
5 Types Nederlanders tijdens corona	39
6 Toekomstperspectief	42
Bijlage	44



Samenvatting

In opdracht van ADR Nieuwsmedia voerde I&O Research een representatief onderzoek uit onder Nederlanders van 18 jaar en ouder. Het onderzoek geeft antwoord op de vraag “Hoe voelen Nederlanders zich, fysiek en mentaal, na één jaar corona?”

Helft Nederlanders voelt zich minder gelukkig dan voor corona

De helft van de Nederlanders (53%) voelt zich minder gelukkig dan een jaar geleden, vóór de coronacrisis. Slechts een tiende voelt zich juist gelukkiger en de rest is even gelukkig. Met name jongeren van 18 tot 25 jaar voelen zich vaker ongelukkig dan een jaar geleden: zes op de tien jongeren (63%) zijn minder gelukkig.

Vergeleken met eerder onderzoek is een duidelijke afname te zien in hoe mensen hun eigen geestelijke gezondheid beoordelen. Een kleine 15 procent noemt zijn geestelijke gezondheid uitstekend, terwijl dit in 2014 tot en met 2018 ongeveer een derde was. Wat betreft de lichamelijke gezondheid is geen groot verschil te zien, wel bewegen en sporten Nederlanders minder dan vóór de coronacrisis. Bijna zes op de tien Nederlanders vinden dat zij veel actief bewegen. De rest beweegt weinig of niet. De intenties van Nederlanders om voldoende te bewegen en gezond te eten zijn gelijk gebleven met de intenties van vóór de coronacrisis. Door de coronamaatregelen is het echter voor veel mensen lastiger om genoeg te blijven bewegen, omdat bijvoorbeeld hun teamsport niet door kan gaan of de sportscholen dicht zijn. Ruim de helft van de Nederlanders is wel meer gaan wandelen.

Nederlanders zijn veel van wat ze leuk vinden minder gaan doen

Door de coronacrisis is het leven van de gemiddelde Nederlander er anders uit gaan zien. Sommige activiteiten doet men door de crisis juist meer en sommige minder. Dit draagt bij aan een goed of slecht gevoel.

De top 5 van activiteiten die Nederlanders meer zijn gaan doen en die bijdragen aan een goed of zelfs blij gevoel:

- 1 Wandelen
- 2 Gezelschapsspellen spelen
- 3 Gezond eten
- 4 Boek lezen
- 5 Koken

De top 5 van activiteiten die Nederlanders minder zijn gaan doen, die (normaal gesproken) bijdragen aan een goed of zelfs blij gevoel:

- 1 Seks hebben met iemand
- 2 Goed slapen
- 3 Knuffelen
- 4 Goede gesprekken voeren
- 5 Bewegen

Activiteiten die we meer zijn gaan doen, maar juist bijdragen aan een minder goed gevoel:

- 1 Piekeren
- 2 Vervelen
- 3 Zitten

Er zijn ook activiteiten waar we ons slechter van voelen (of zelfs zorgen over maken), die we sinds corona minder doen:

- 1 Ruzie maken
- 2 Roddelen
- 3 Roken
- 4 Met klachten naar de dokter

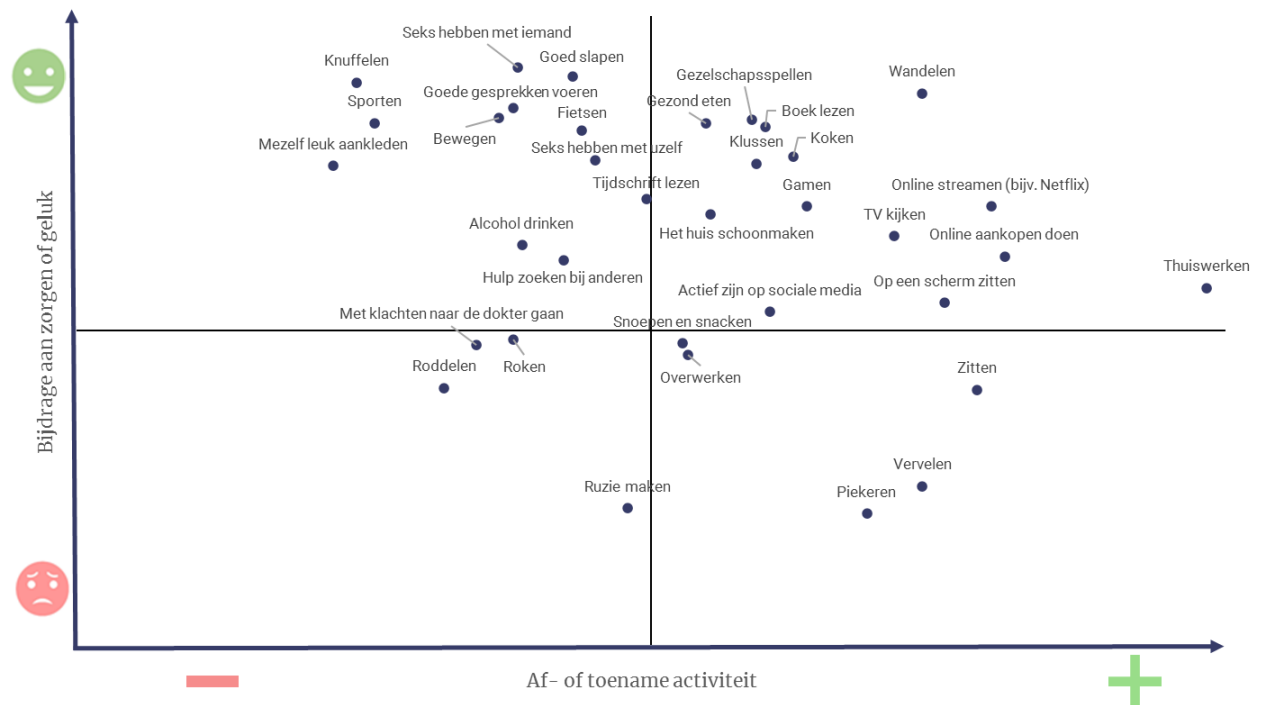


Mannen worden gemiddeld vaker blij van gamen en seks met iemand anders, terwijl vrouwen gemiddeld vaker gelukkig worden van bijvoorbeeld online aankopen, een boek lezen, gezond eten of het huis schoonmaken.

Afgezien van of een activiteit bijdraagt aan geluk zijn alle Nederlanders (gemiddeld) vaker online aankopen gaan doen, ze zitten meer (bijvoorbeeld vaker voor een scherm of op de telefoon), maar wandelen ook vaker. Ze kijken vaker televisie.

Activiteiten die Nederlanders minder doen dan een jaar geleden: ze kleden zich minder vaak leuk aan, knuffelen minder, sporten en bewegen minder en voeren minder vaak goede gesprekken.

Figuur 0.1 Activiteiten die Nederlanders meer/minder zijn gaan doen vergeleken met voor de coronacrisis (horizontaal) versus de bijdrage aan zorgen of geluk (verticaal)



Vooral jongeren voelen zich beperkt door de coronacrisis

Met name jongeren van 18 tot 25 jaar hebben last van de coronacrisis. Zij drinken bijvoorbeeld minder vaak alcohol (41%). Hoewel dat ook opgevat kan worden als een positief effect, het is voor zes op de tien jongeren wel iets dat bijdraagt aan hun geluk. Ook kleden zes op de tien jongeren (63%) zich minder vaak leuk aan. Terwijl dit negen op de tien jonge vrouwen juist blij maakt. Jongeren piekeren meer en vervelen zich vaker. Bijna zes op de tien 18 tot 25-jarigen zijn meer gaan piekeren en 67 procent is zich meer gaan vervelen. Met name jonge vrouwen piekeren meer (66%). Hoe ouder Nederlanders zijn, hoe minder ze piekeren en zich vervelen. Onder 65-plussers piekert een derde meer en een kwart verveelt zich meer.

Nederlanders missen het sociale contact met anderen

Wat zijn de consequenties van deze veranderingen in gedrag voor het gevoel en gedrag van Nederlanders? Dit varieert sterk. Gemiddeld zijn mensen niet eenzamer, meer geïrriteerd of moedeloos van alle maatregelen. Jongeren van 18 tot 25 jaar hebben hier wel meer last van. Zeven op de tien Nederlanders vinden dat de tolerantie in de samenleving is afgenomen door de coronacrisis.



De beperking van het sociale contact raakt Nederlanders het meest. Zo missen zeven op de tien Nederlanders (71%) het fysieke contact met hun naasten zoals knuffelen en aanraken, men verlangt hevig naar sociale activiteiten (79%). Nederlanders worden ongelukkig van het beperkte sociale contact. Vooral jongeren van 18 tot 25 jaar missen ook het seksuele contact (45%). Dit gemis neemt af naarmate de leeftijd toeneemt. Bijna de helft van de Nederlanders is wel blij dat men anderen geen hand of drie zoenen meer hoeft te geven. Driekwart denkt overigens dat veel veranderingen zullen blijven na de coronacrisis.

Jongeren worden moedeloos van de coronacrisis

Jongeren (18 tot 25 jaar) worden vaker ongelukkig van alle consequenties van de coronacrisis. Zij ondervinden veel last van de coronacrisis en voelen zich moedeloos. Zeven op de tien jongeren (71%) zijn moe van het niet normaal kunnen leven. Ook voelen jongeren zich eenzamer dan een jaar geleden (62%), terwijl onder 65-plussers een derde zich eenzamer voelt. Daarnaast is de helft van de jongeren sneller geïrriteerd en vaker nerveus of gespannen.

Gezinnen en relaties: geen grote negatieve gevolgen

De meningen van ouders met thuiswonende kinderen over de consequenties van de coronacrisis zijn verdeeld. Volgens een deel van hen is het goed vol te houden en is de relatie met de kinderen verbeterd (37%). Voor anderen levert het spanningen op in het gezin (27%) of wordt men wel eens gek van elkaar (38%). Diezelfde verdeeldheid is te zien in het geven van thuisonderwijs. De coronacrisis lijkt geen grote negatieve invloed te hebben op relaties. De spanningen lopen gemiddeld niet vaker op en men zit niet op elkaars lip. Bij een deel heeft de coronacrisis juist bijgedragen aan het nog beter worden van de relatie. Met name jongeren in een relatie vinden dit: zes op de tien vinden dat zij dichter naar elkaar toe zijn gegroeid tijdens de coronacrisis (gemiddeld 29%) en bij 43 procent is er meer vertrouwen ontstaan (gemiddeld 16%).

Vier types Nederlanders tijdens coronacrisis

In de ervaren gevolgen van de coronacrisis zijn verschillende type mensen te onderscheiden: de onbegrepenen, de knuffelhunkeraar, de angstige en de financieel onzekere. Bij de onbegrepenen, ongeveer een op de tien Nederlanders, heeft de coronacrisis een groot effect op de mentale gezondheid. Zij voelen zich eenzaam, moedeloos, niet begrepen en gehoord, zijn sneller geïrriteerd en vaker nerveus en gespannen. De knuffelhunkeraars, ongeveer de helft van de Nederlanders, missen voornamelijk het fysieke contact met naasten en kennissen. Het derde type, de angstigen, zijn bang om zelf besmet te raken met het coronavirus of dat naasten besmet raken. Ongeveer een derde van de Nederlanders is onder dit type te scharen. Tot slot zijn er de financieel onzekeren, ongeveer een op de tien, die voornamelijk op financieel gebied lijden onder de coronacrisis. Zij zijn in een financieel onzekere situatie beland en houden minder geld over. De verschillende types sluiten elkaar niet uit, iemand kan tot twee types behoren.

Toch hebben zeven op de tien Nederlanders vertrouwen in de toekomst

Ondanks alle consequenties van de coronacrisis hebben de meeste Nederlanders toch vertrouwen in de toekomst: zeven op de tien zien de toekomst met vertrouwen tegemoet. Een tiende heeft weinig vertrouwen en een klein deel (2%) heeft geen vertrouwen. Nederlanders die weinig of geen vertrouwen in de toekomst hebben, zijn minder gelukkig dan vóór de coronacrisis. Velen leggen uit dat zij meer vertrouwen in de toekomst zouden hebben als bijvoorbeeld de coronamaatregelen opgeheven zouden worden, als het vaccineren sneller zou gaan of als de overheid duidelijker zou communiceren en meer perspectief zou bieden.



1 Inleiding

In opdracht van ADR Nieuwsgroep voerde I&O Research een landelijk representatief onderzoek uit naar de fysieke en mentale gezondheid na één jaar corona. Hoe voelen mensen zich fysiek en mentaal? Welke activiteiten doen mensen nu meer of minder dan voor corona? Wat doet de coronatijd met mensen? Om antwoord te vinden op deze vragen is gebruik gemaakt van het I&O Research Panel.

I&O Research Panel

Het I&O Research Panel is geworven op basis van aselecte personen- en huishoudensteekproeven op traditionele manier (geen zelfaanmelding). Het I&O Research Panel werkt met een spaarprogramma, waarbij deelnemers punten sparen afhankelijk van de lengte en complexiteit van de vragenlijst. Deze punten kunnen later worden ingewisseld voor een Bol.com-tegoed of een donatie aan een goed doel.

Steekproef en representativiteit

Door een steekproef te trekken uit het I&O Research Panel is er naar gestreefd een zo representatief mogelijk beeld te verkrijgen van de Nederlandse bevolking van 18 jaar en ouder. In de praktijk zijn sommige groepen echter enigszins ondervertegenwoordigd. Op de uitkomsten van het onderzoek is daarom een weging toegepast, waarbij er wordt gecorrigeerd voor verschillen in geslacht, leeftijd, opleiding, regio en stemgedrag bij de Tweede Kamerverkiezingen in maart 2017 tussen de samenstelling van de netto-steekproef en de bevolking van Nederland. Het gewogen bestand is op deze kenmerken hierdoor representatief voor de Nederlandse bevolking (18+). De weging is uitgevoerd op basis van de zogenaamde 'gouden standaard' (CBS).

Veldwerkperiode

De vragenlijst is in samenspraak met ADR Nieuwsgroep opgesteld en de uitnodigingsmail is woensdag 3 februari 2021 verstuurd. De vragenlijst kon tot en met zondag 7 februari ingevuld worden.

Steekproefgrootte

Voor dit onderzoek zijn 4.000 Nederlanders van 18 jaar of ouder aangeschreven. Er werkten in totaal 2.139 Nederlanders mee aan dit onderzoek. Niet alle vragen zijn gesteld aan alle deelnemers. Bij vragen waarbij dit het geval is wordt de steekproefbasis ook vermeld. De achtergrondgegevens van de deelnemers, met en zonder weging, worden weergegeven in Tabel 1.1.



Tabel 1.1 Achtergrondgegevens van de steekproef met en zonder weging (n=2.139)

	Aantal	Percentage	Percentage
	Zonder weging	Zonder weging	Na weging
Geslacht			
• Man	1062	50%	50%
• Vrouw	1077	50%	50%
Leeftijd			
• 18 t/m 24 jaar	109	5%	7%
• 25 t/m 34 jaar	286	13%	17%
• 35 t/m 49 jaar	376	18%	20%
• 50 t/m 64 jaar	777	36%	34%
• 65+ jaar	591	28%	23%
Opleiding			
• Laag	500	23%	22%
• Midden	852	40%	42%
• Hoog	787	37%	36%
Provincie			
• Groningen	68	3%	4%
• Friesland	80	4%	4%
• Drenthe	57	3%	3%
• Overijssel	185	9%	8%
• Flevoland	57	3%	3%
• Gelderland	210	10%	10%
• Utrecht	173	8%	8%
• Noord-Holland	346	16%	16%
• Zuid-Holland	449	21%	21%
• Zeeland	54	3%	3%
• Noord-Brabant	290	14%	14%
• Limburg	170	8%	8%



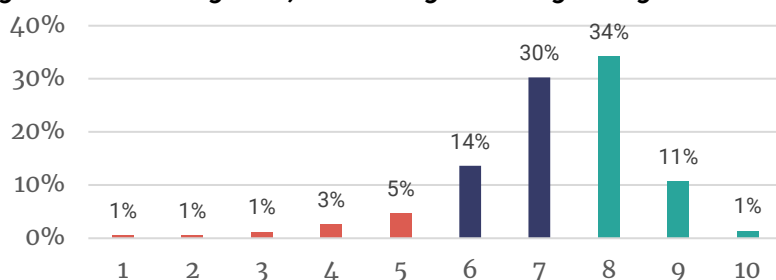
2 Gezondheid

2.1 Mentale gezondheid

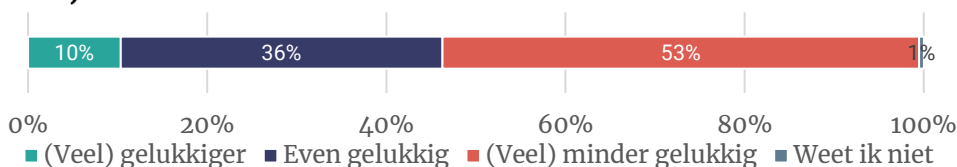
Helft van de Nederlanders voelt zich minder gelukkig dan vóór de coronacrisis

Nederlanders voelen zich, ondanks de coronacrisis, over het algemeen gelukkig; gemiddeld beoordeelt men het eigen geluk met een 7,1. Bijna de helft (46%) geeft een 8 of hoger. Een tiende voelt zich ongelukkig en geeft een onvoldoende. Wel voelt de helft van de Nederlanders (53%) zich (veel) minder gelukkig dan een jaar geleden, vóór de coronacrisis (zie Figuur 2.2). Slechts tien procent voelt zich gelukkiger dan een jaar geleden. Ruim een derde (36%) voelt zich even gelukkig.

Figuur 2.1 Om te beginnen, kunt u aangeven hoe gelukkig u zich voelt, op schaal van 1 tot 10? (n=2136)



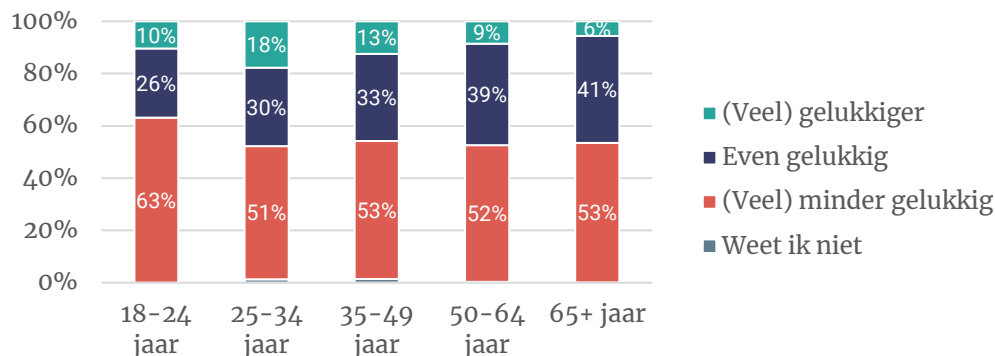
Figuur 2.2 Voelt u zich nu gelukkiger of minder gelukkig dan een jaar geleden, vóór de coronacrisis? (n=2139)



Vooral jongeren van 18 tot 25 jaar voelen zich minder gelukkig

Jongeren van 18 tot 25 jaar zijn vaker minder gelukkig dan vóór corona in vergelijking met oudere leeftijdsgroepen. Ruim 60 procent van de 18 tot 25-jarigen (63%) voelt zich minder gelukkig dan een jaar geleden. Bij oudere leeftijdsgroepen is dit gemiddeld 52 procent. Naarmate de leeftijd toeneemt geven Nederlanders een hoger cijfer voor hun geluk. Achttien tot 24-jarigen geven gemiddeld een 6,7 en 65-plussers een 7,4.

Figuur 2.3 Mate van geluk naar leeftijd (n=2139)



Er is geen verschil tussen Nederlanders die wel of geen relatie en/of thuiswonende kinderen hebben in of zij minder gelukkig zijn dan vóór de coronacrisis. Ook het opleidingsniveau heeft hier geen invloed op. Hieronder enkele quotes van Nederlanders over waarom zij zich gelukkiger of minder gelukkig voelen dan een jaar geleden.

(Veel) gelukkiger

- *“De wereld is rustiger geworden, minder gehaast. Er is meer oog voor directe omwonenden en familie. We zijn ons bewuster van ons eigen land, onze eigen kinderen, onze eigen werkzaamheden. We zijn veel kritischer geworden op dat wat noodzakelijk is en wat bijzaak is.”*
- *“Door de sluiting van de horeca is mijn vriend veel meer thuis, dat is gezellig. Minder sociale druk om altijd maar wat leuks te doen. Meer 1 op 1 tijd met vriendinnen.”*
- *“Door het thuiswerken houd ik veel energie over na mijn werkdag. Ook ben ik gezonder én lekkerder gaan eten. Ik heb een nieuwe hobby gevonden. Ik ervaar de maatregelen niet als beperkend.”*
- *“Ik heb geleerd te leven met minder en kleine dingen meer te waarderen.”*
- *“Ik heb veel tijd gehad om na te denken over wat ik nodig heb, en de lockdowns hebben me die tijd gegeven die ik anders nooit genomen zou hebben, omdat ik alleen maar bezig was met werken.”*

(Veel) minder gelukkig

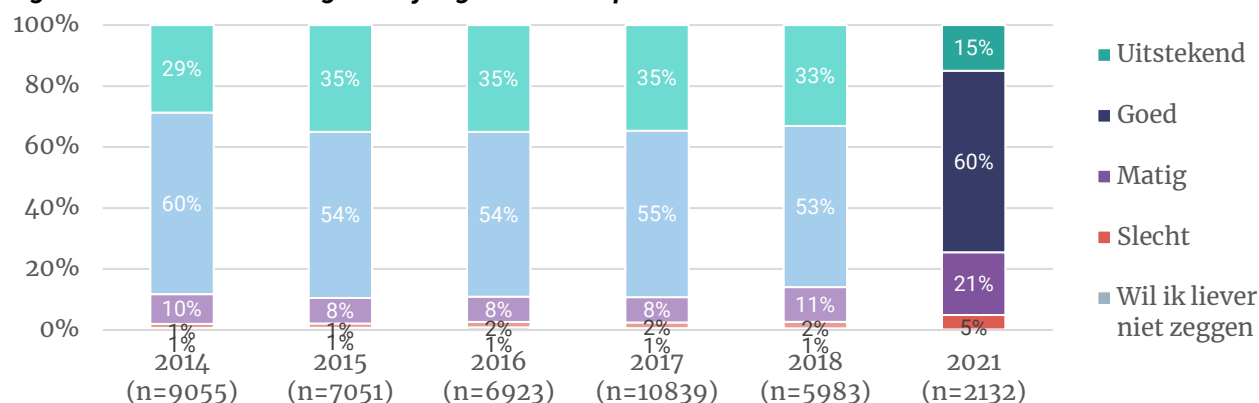
- *“Het leven voelt, hoe langer de coronacrisis duurt, steeds meer aan als een sleur, zonder leuke activiteiten of evenementen om naar uit te kijken of verheugd op te zijn. We zijn als samenleving beperkt in een groot aantal dingen die ons gelukkig maken.”*
- *“Alle dagen voelen hetzelfde, de variatie is weg en je kan ook niet naar buiten om een activiteit te gaan doen.”*
- *“Alles waar ik energie uit haal(de) kan ik niet meer doen.”*
- *“Het bedrijf van mijn partner is stil komen te liggen, hierdoor missen we een inkomen. Dit brengt de nodig stress met zich mee.”*
- *“Eenzaam. Uitzichtloos. Bezorgd.”*
- *“Ik heb steeds minder contacten. Ik kom geen nieuwe mensen meer tegen bij feestjes en mijn vrienden geven ook geen feestjes meer.”*



Nederlanders minder positief over geestelijke gezondheid dan eerdere jaren

Van de Nederlanders schat 15 procent hun geestelijke gezondheid als uitstekend in. Een vijfde vindt hun geestelijke gezondheid matig. Er is een duidelijk verschil te zien met de jaren 2014 tot en met 2018; toen vond ongeveer een derde dat de gezondheid uitstekend was en acht procent dat dit matig was.

Figuur 2.4 Hoe schat u uw geestelijke gezondheid op dit moment in?¹

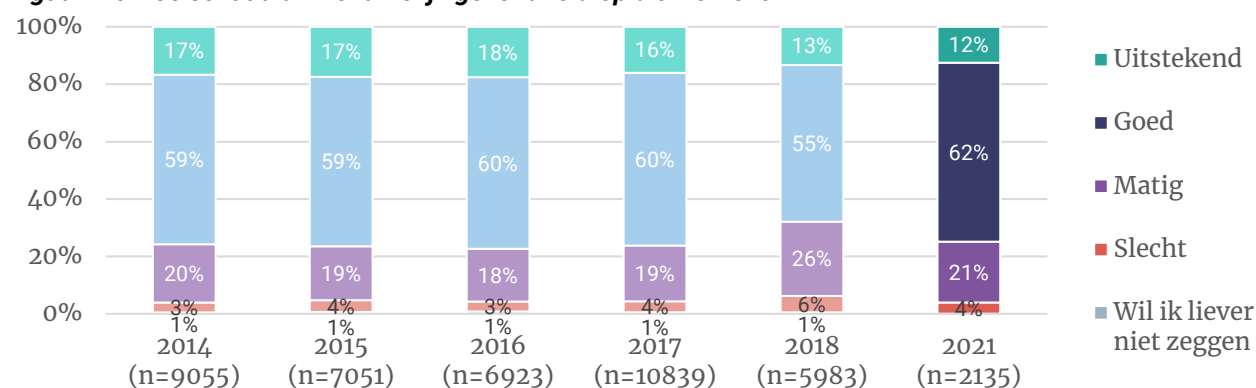


2.2 Lichamelijke gezondheid

Geen grote verschillen in ingeschatte lichamelijke gezondheid

In tegenstelling tot de geestelijke gezondheid zijn er geen grote verschillen over de jaren te zien in hoe Nederlanders hun lichamelijke gezondheid inschatten. In 2021 vindt 12 procent hun lichamelijke gezondheid uitstekend. Ruim 60 procent vindt het 'goed' en een vijfde vindt hun fysieke gezondheid matig. Een klein deel schat in dat hun lichamelijke gezondheid slecht is.

Figuur 2.5 Hoe schat u uw lichamelijke gezondheid op dit moment in?²



Er is een relatie tussen de lichamelijke gezondheid en het geluk vergeleken met vóór de coronacrisis. Nederlanders die hun lichamelijke gezondheid als slecht inschatten, voelen zich mentaal minder vaak gelukkig dan vóór de coronacrisis (61%). Van de Nederlanders die hun lichamelijke gezondheid uitstekend vinden is 44 procent minder gelukkig.

¹ Vergelijking met eerder representatief onderzoek van I&O Research over decentralisaties in de zorg.

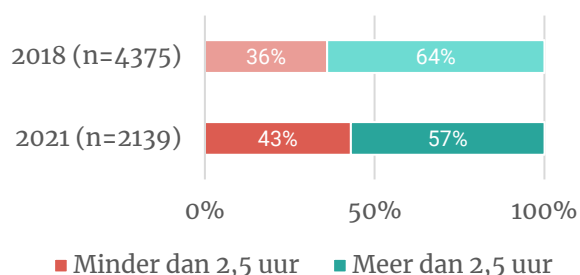
² Vergelijking met eerder representatief onderzoek van I&O Research over decentralisaties in de zorg.



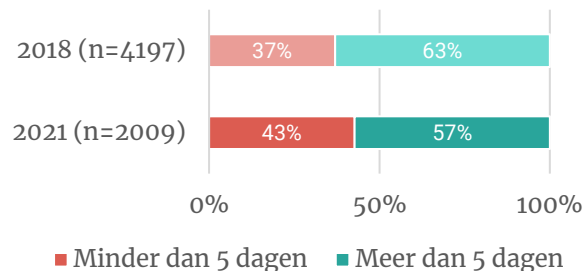
Nederlanders bewegen en sporten minder

In Figuur 2.6 tot en met Figuur 2.9 is een vergelijking gemaakt met de Leefstijlmonitor uit 2018, uitgevoerd door I&O Research. Nederlanders zijn in 2021 minder gaan bewegen en sporten dan in 2018. In 2018 bewoog nog ruim 60 procent meer dan 2,5 uur per week, terwijl dit in 2021 minder dan 60 procent is geworden. Ook bewegen Nederlanders vaker minder dan vijf dagen per week (2021: 43%, 2018: 37%).

Figuur 2.6 Hoeveel uur heeft u momenteel matig intensieve lichaamsbeweging gemiddeld per week?

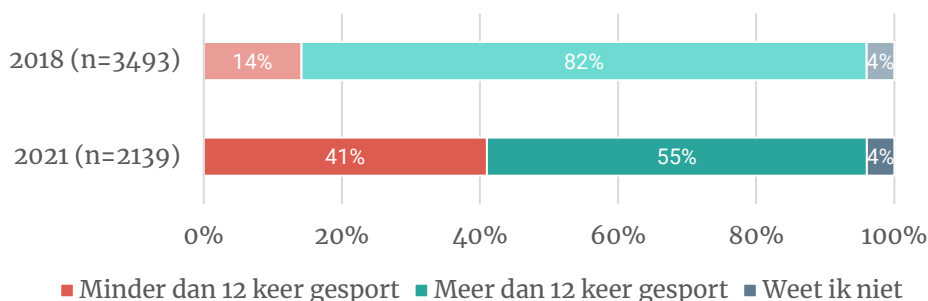


Figuur 2.7 Hoeveel dagen per week heeft u ten minste 30 minuten (in totaal) matig intensieve lichaamsbeweging?



Ook zijn Nederlanders minder gaan sporten. Denk hierbij bijvoorbeeld aan badminton, fitness of voetbal. Veel sportbeoefening kon in 2020 niet doorgaan zoals gebruikelijk of was helemaal niet meer mogelijk. Dit is terug te zien in de cijfers. In 2018 sportte een grote meerderheid (82%) in het jaar daarvoor vaker dan twaalf keer. In 2021 is dit slechts 55 procent.

Figuur 2.8 Heeft u in de afgelopen twaalf maanden meer of minder dan twaalf keer gesport?



58%

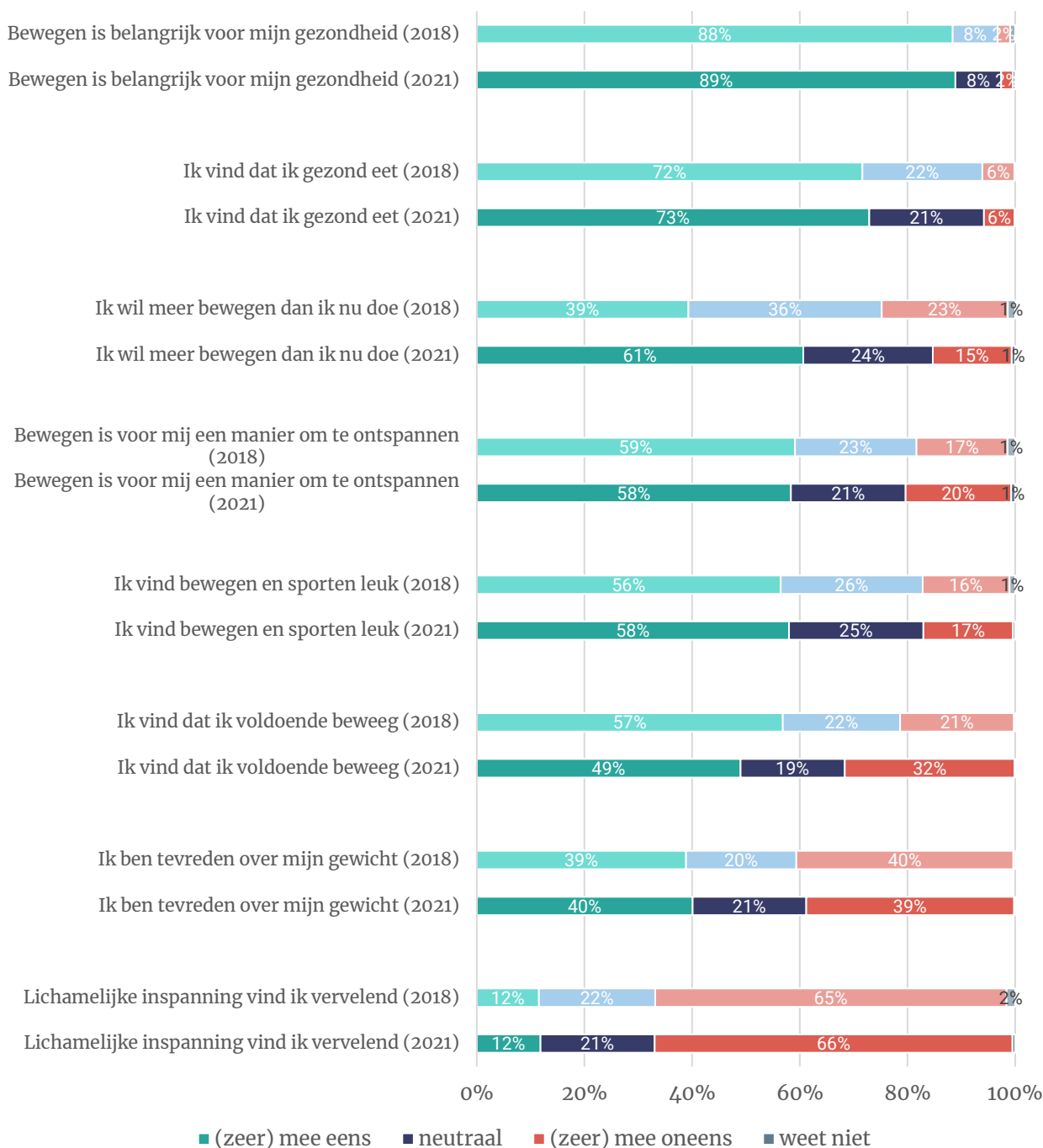
van de Nederlanders vindt dat zij veel actief bewegen. Het overige deel (42%) vindt dat zij weinig of niet actief bewegen. Nederlanders bewegen minder 'veel actief' dan in 2018 (69%).



Intenties om te blijven bewegen en gezond te eten zijn onveranderd

Nederlanders hebben nog in dezelfde mate intenties omtrent bewegen en gezond eten als in 2018: een vergelijkbaar deel van de bevolking vindt het belangrijk om te bewegen (89%) en gezond te eten (73%). Ook vindt bijna 60 procent dat bewegen een vorm van ontspanning is en leuk is. Wel hebben Nederlanders in 2021 vaker de intentie om meer te gaan bewegen. Ruim zes op de tien Nederlanders (61%) wil graag meer bewegen. In 2018 was dit 39 procent. De helft van de Nederlanders (49%) vindt dat zij voldoende bewegen (2018: 57%). Een mogelijke verklaring hiervoor is dat de coronamaatregelen hebben gezorgd voor beperkingen op het gebied van bewegen en sport, waardoor mensen minder zijn gaan bewegen.

Figuur 2.9 In hoeverre bent u het eens of oneens met de volgende stellingen? (n2021=2139, n2018=4375)



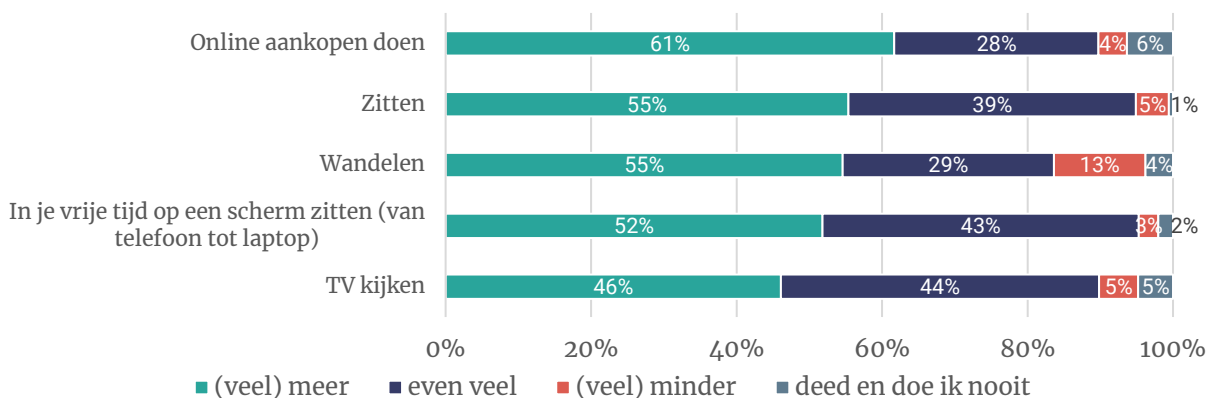
3 Verschuiving in activiteiten

3.1 Toe- of afname in activiteiten

Door de coronacrisis is een verschuiving te zien in activiteiten die mensen ondernemen. I&O Research heeft in overleg met ADR Nieuwsmedia 35 activiteiten voorgelegd aan Nederlanders en gevraagd in hoeverre zij deze activiteiten vaker of minder vaak zijn gaan doen (zie bijlage). De top 5 van activiteiten die Nederlanders meer zijn gaan doen sinds het begin van de coronacrisis:

- 1 Online aankopen doen: 61 procent doet dit meer
- 2 Zitten: 55 procent
- 2 Wandelen: 55 procent
- 3 In je vrije tijd op een scherm zitten (telefoon of laptop): 52 procent
- 4 TV kijken: 46 procent

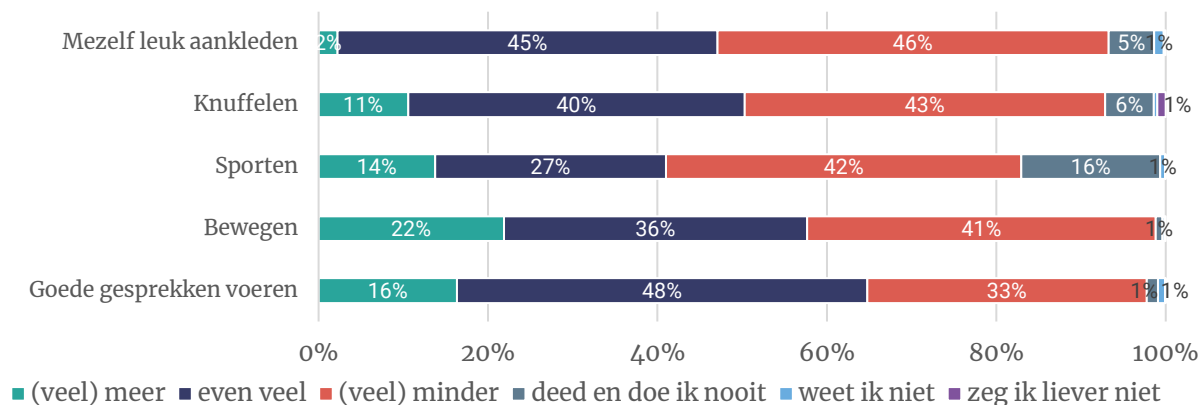
Figuur 3.1 Kunt u voor elk van onderstaande activiteiten aangeven of u dat sinds het begin van de coronacrisis meer of minder bent gaan doen? (Of evenveel?) (n=2139)



Er zijn ook activiteiten die Nederlanders minder doen tijdens de coronacrisis. Deze top 5 is:

- 1 Mezelf leuk aankleden: 46 procent doet dit minder
- 2 Knuffelen: 43 procent
- 3 Sporten: 42 procent
- 4 Bewegen: 41 procent
- 5 Goede gesprekken voeren: 33 procent

Figuur 3.2 Kunt u voor elk van onderstaande activiteiten aangeven of u dat sinds het begin van de coronacrisis meer of minder bent gaan doen? (Of evenveel?) (n=2139)

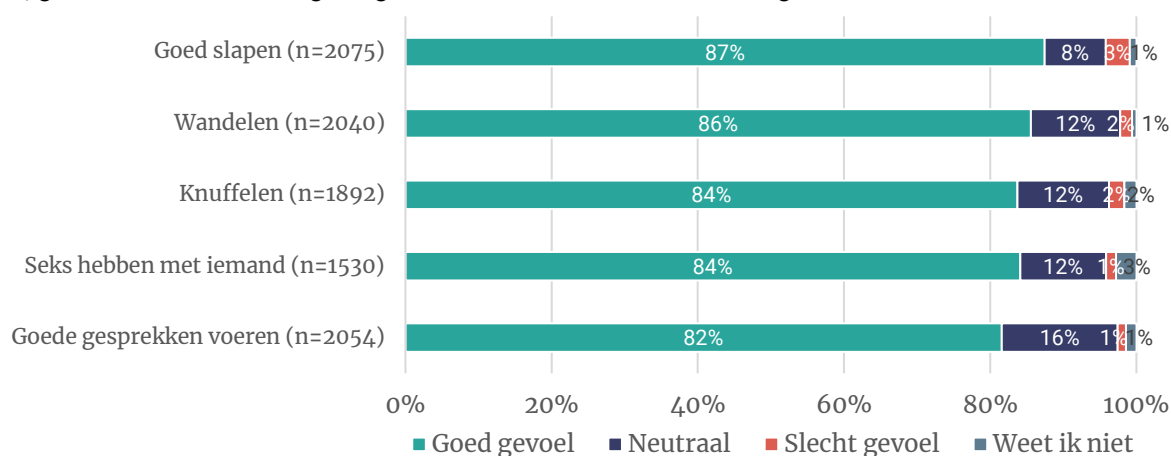


3.2 De bijdrage van activiteiten aan geluk of zorgen

Nadat is gevraagd of Nederlanders de 35 activiteiten meer of minder doen sinds de coronacrisis, is bij de activiteiten die zij doen, gevraagd: Kunt u voor elke activiteit zeggen of dat een goed gevoel geeft, dat u er misschien zelfs blij van wordt, geeft het u een minder goed gevoel of maakt u zich er zelfs zorgen over dat u dit doet? De top 5 activiteiten waar Nederlanders het meest blij van worden:

- 1 Goed slapen: 87 procent krijgt een goed gevoel van deze activiteit
- 2 Wandelen: 86 procent
- 3 Knuffelen: 84 procent
- 3 Seks hebben met iemand: 84 procent
- 4 Goede gesprekken voeren: 82 procent

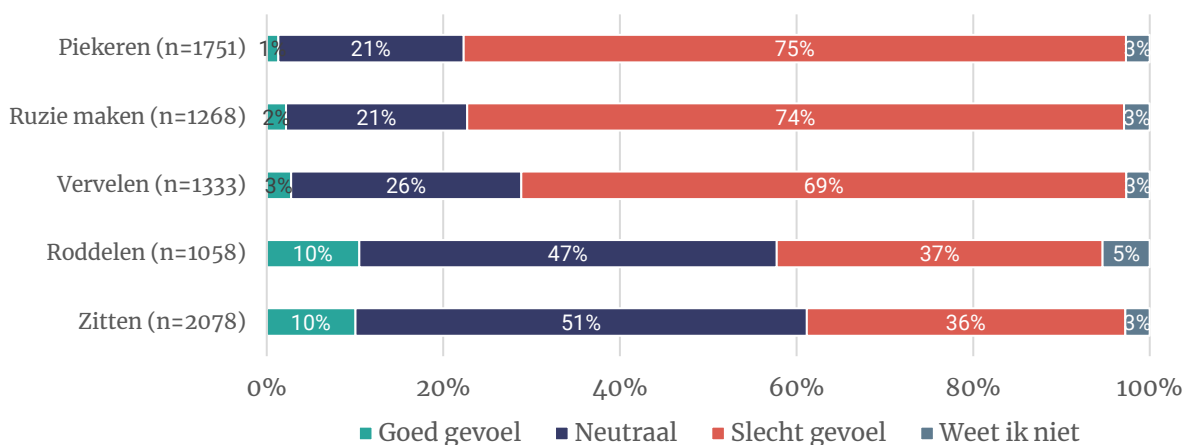
Figuur 3.3 Kunt u voor elke activiteit zeggen of dat een goed gevoel geeft, dat u er misschien zelfs blij van wordt, geeft het u een minder goed gevoel of maakt u zich er zelfs zorgen over dat u dit doet?



De top 5 activiteiten waar Nederlanders minder blij van worden of waar zij zich misschien wel zorgen over maken:

- 1 Piekeren: 75 procent krijgt hier een minder goed gevoel van of maakt zich zelfs zorgen
- 2 Ruzie maken: 74 procent
- 3 Vervelen: 69 procent
- 4 Roddelen: 37 procent
- 5 Zitten: 36 procent

Figuur 3.4 Kunt u voor elke activiteit zeggen of dat een goed gevoel geeft, dat u er misschien zelfs blij van wordt, geeft het u een minder goed gevoel of maakt u zich er zelfs zorgen over dat u dit doet?



3.3 Toe- of afname van activiteiten en de bijdrage aan geluk

De toe- of afname van het ondernemen van activiteiten en de bijdrage die deze activiteiten leveren aan geluk of juist zorgen zijn in Figuur 3.5 tegen elkaar afgezet. In de volgende paragrafen worden de activiteiten verder toegelicht aan de hand van drie thema's:

- Gezondheid en leefstijl;
- Werk- / vrijetijdsbesteding;
- Communicatie en interactie.

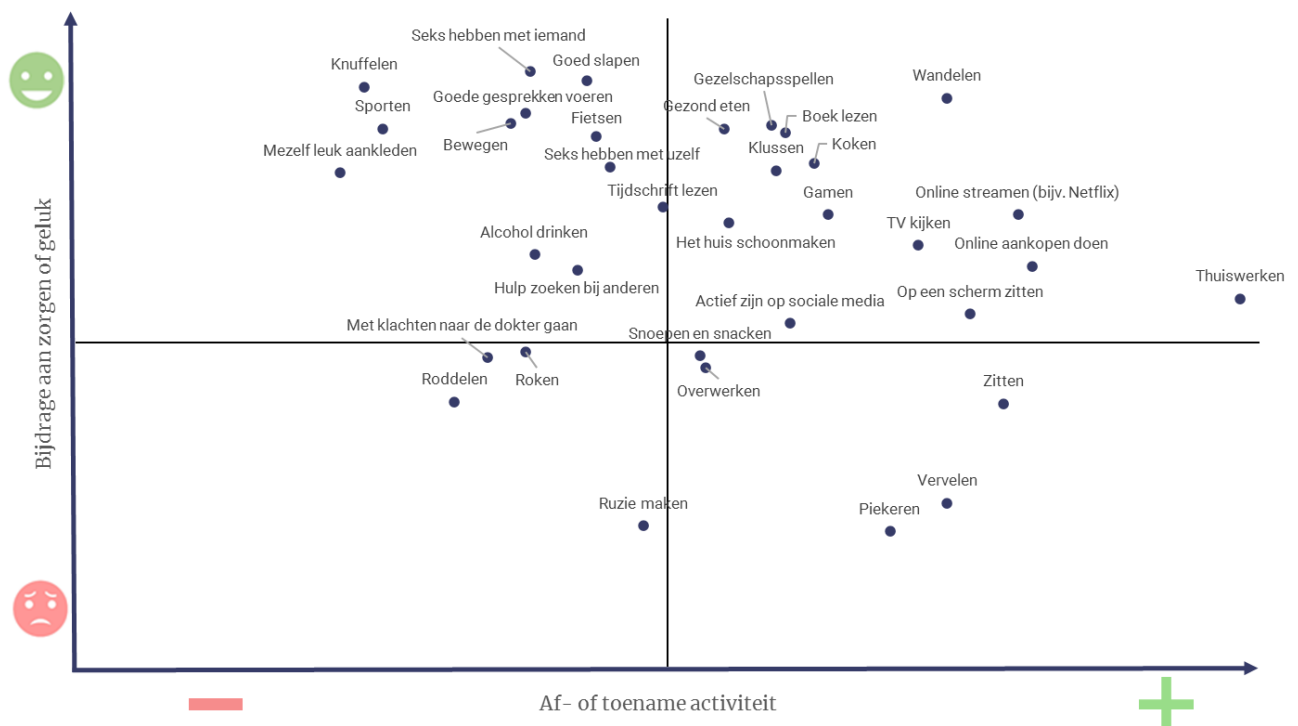
Leeswijzer kwadranten

Op de horizontale as is te zien of de activiteiten gemiddeld genomen vaker of minder vaak worden ondernomen sinds de coronacrisis. De antwoordcategorieën zijn: links veel minder (1) tot rechts veel meer (5).

Op de verticale as is te zien in hoeverre de activiteit Nederlanders gemiddeld een goed gevoel geeft en of men er blij van wordt, of juist een slecht gevoel geeft en men zich er zorgen over maakt. De antwoordcategorieën zijn: onder een slecht gevoel (1) tot boven een goed gevoel (5).

- **Linksboven:** Nederlanders doen deze activiteit minder, terwijl zij juist blij worden van deze activiteit.
- **Rechtsboven:** Nederlanders doen deze activiteit meer en worden blij van deze activiteit.
- **Linksonder:** Nederlanders doen deze activiteit minder en maken zich hier zorgen om.
- **Rechtsonder:** Nederlanders doen deze activiteit meer, maar maken zich hier zorgen over.

Figuur 3.5 Kunt u voor elk van onderstaande activiteiten aangeven of u dat sinds het begin van de coronacrisis meer of minder bent gaan doen? (Of evenveel?) (n=2139)



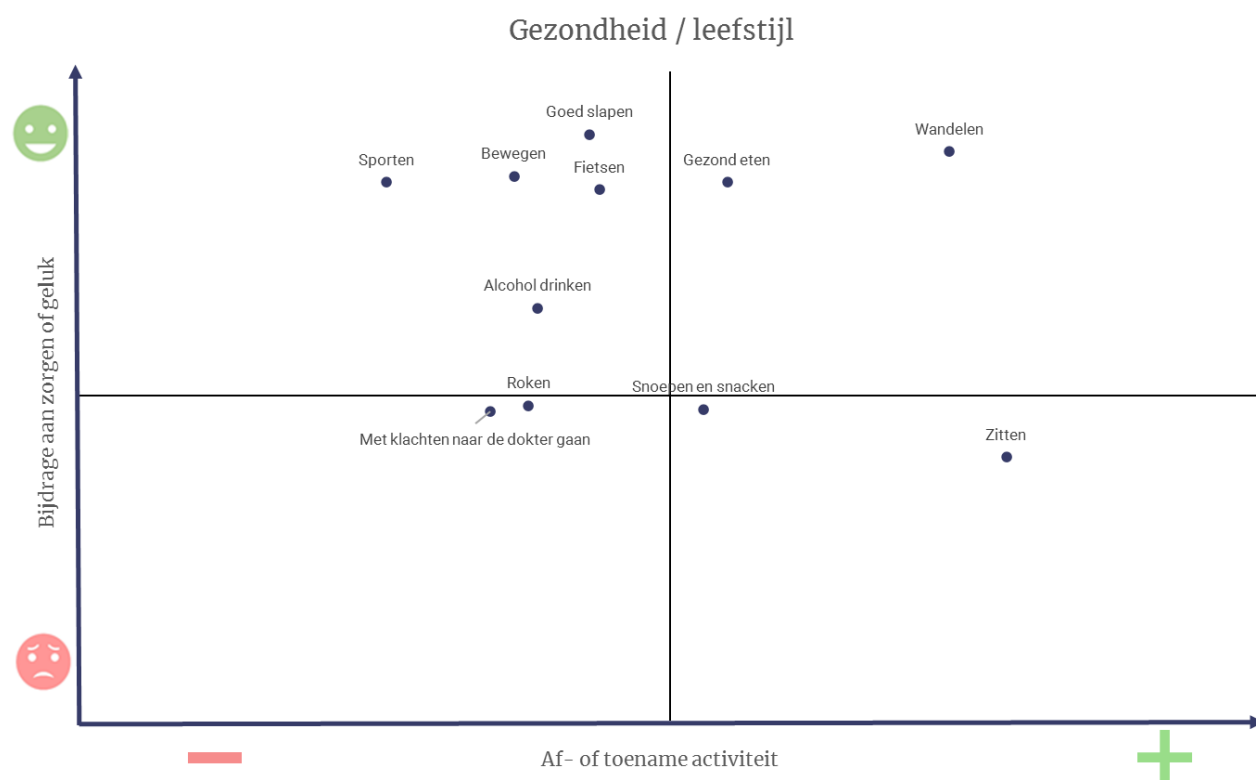
3.3.1 Gezondheid en leefstijl

De Nederlandse bevolking is gemiddeld meer gaan wandelen en iets gezonder gaan eten in vergelijking met een jaar geleden. Dit draagt in hoge mate bij aan het geluk van mensen. Nederlanders zitten sinds het begin van de coronacrisis ook vaker en zijn iets meer gaan snoepen en snacken. Dit zijn activiteiten waar zij eerder een slecht gevoel dan een goed gevoel van krijgen, maar zij maken zich hier geen erge zorgen over.

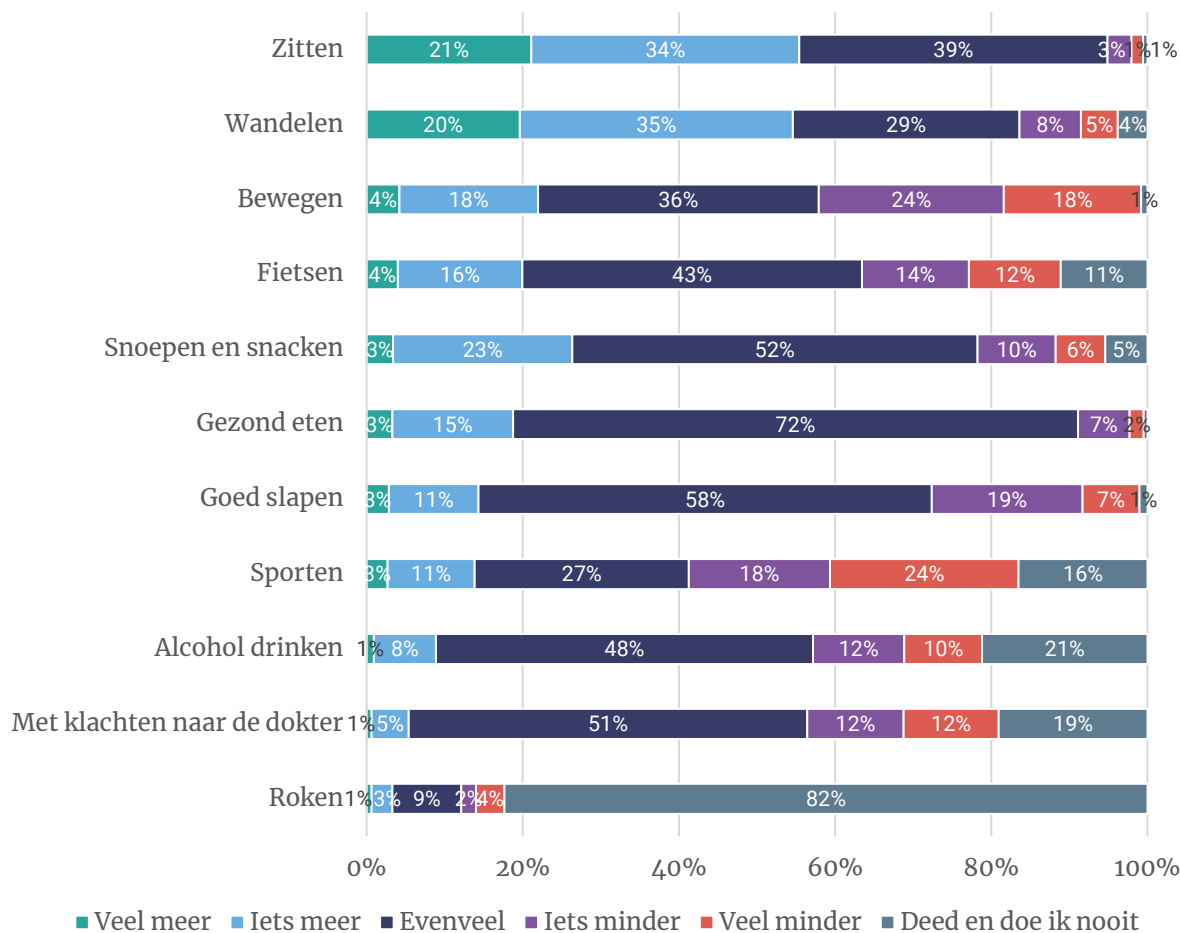
Activiteiten die Nederlanders iets minder zijn gaan doen, zijn bewegen, fietsen, goed slapen en sporten. Terwijl zij juist blij worden van deze activiteiten. Volwassenen zijn ook iets minder vaak alcohol gaan drinken. Ook van het drinken van alcohol krijgt men vaker een goed gevoel, dan een slecht gevoel. Twee derde van de Nederlanders (68%) dronk in het afgelopen jaar gemiddeld meer dan één glas alcohol per dag. Van de Nederlanders van 18 jaar en ouder dronken acht op de tien (79%) alcohol in het afgelopen jaar.

Verder gaan Nederlanders iets minder vaak met klachten naar de dokter. Hier maakt men zich niet veel zorgen over, maar wordt men ook niet blij van. Als laatst zijn Nederlanders iets minder gaan roken. Hier moet wel de kanttekening worden geplaatst dat het om een kleine groep mensen gaat (n=357). Een tiende van deze respondenten rookt elke dag en een kleine drie procent rookt wel eens.

Figuur 3.6 Kunt u voor elk van onderstaande activiteiten aangeven of u dat sinds het begin van de coronacrisis meer of minder bent gaan doen? (Of evenveel?) (n=2139)

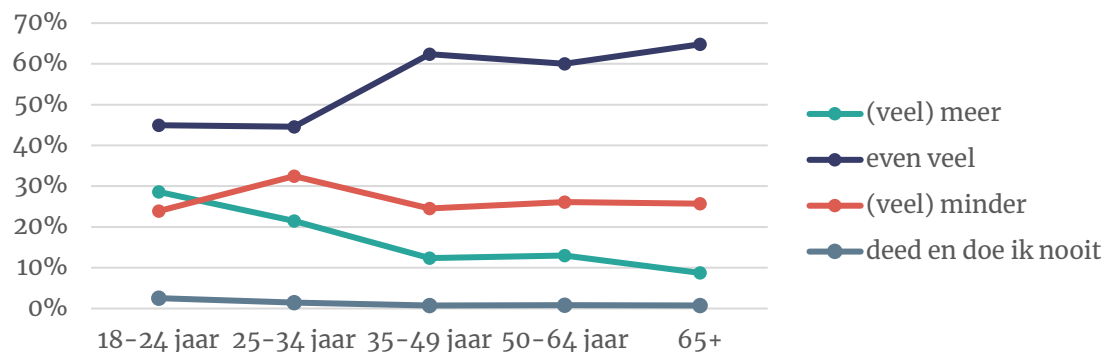


Figuur 3.7 Kunt u voor elk van onderstaande activiteiten aangeven of u dat sinds het begin van de coronacrisis meer of minder bent gaan doen? (Of evenveel?) (n=2139)



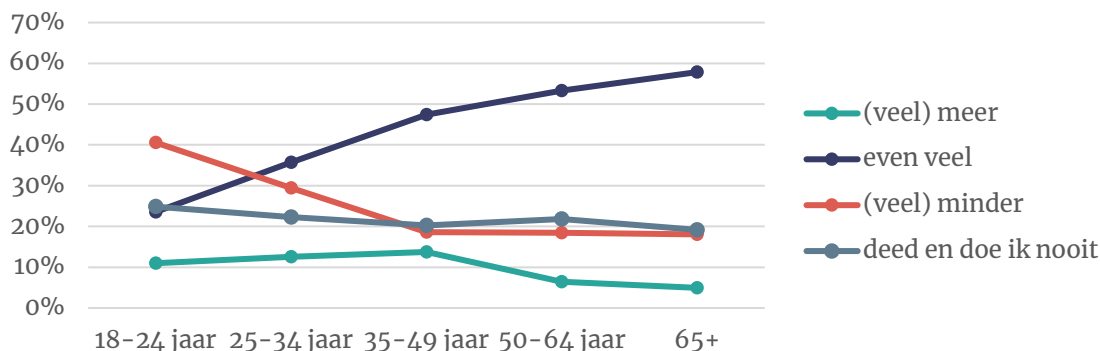
Hoe vaak Nederlanders de genoemde activiteiten doen, verschilt per leeftijd. Zo slapen jongeren bijvoorbeeld vaker goed sinds de coronacrisis dan ouderen. Onder jongeren van 18 tot 25 jaar slaapt 29 procent vaker goed. Dit percentage neemt af naarmate de leeftijd stijgt. Ouderen slapen vaker net zo goed als vóór de coronacrisis. Het percentage Nederlanders dat juist minder goed slaapt, verschilt minder sterk tussen de verschillende leeftijdsgroepen. Alleen 25 tot 35-jarigen slapen vaker minder goed (32%) dan Nederlanders van andere leeftijden.

Figuur 3.8 Goed slapen naar leeftijd (n=2139)



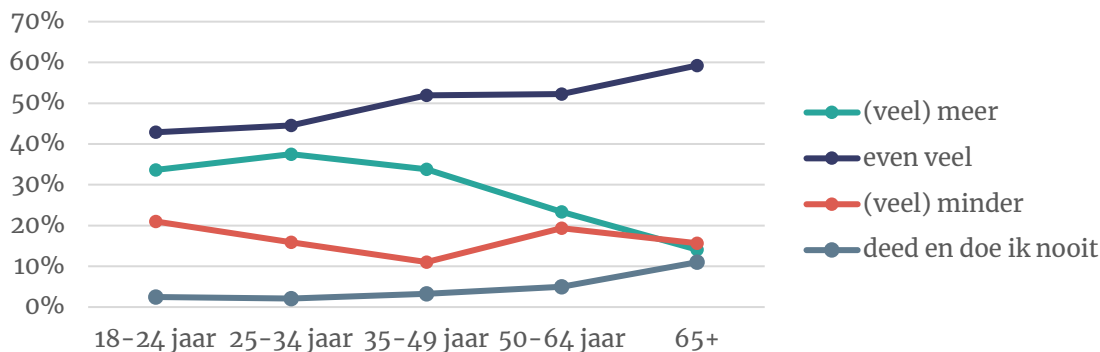
De alcoholconsumptie is vooral onder jonge Nederlanders gedaald. Van de 18 tot 25-jarigen zijn vier op de tien jongeren (veel) minder alcohol gaan drinken. Onder 25 tot 35-jarigen is drie op de tien minder alcohol gaan drinken. Ongeveer een tiende van de Nederlanders is (veel) meer alcohol gaan drinken. Hoewel het opgevat kan worden als een positief effect dat jongeren minder alcohol drinken, het is voor zes op de tien jongeren (18 tot 25 jaar) wel iets dat bijdraagt aan hun geluk.

Figuur 3.9 Alcohol drinken naar leeftijd (n=2139)



Snoepen en snacken is een kwart van de Nederlanders meer gaan doen (26%) en een deel ook minder (16%). Vooral in de jongere leeftijdsgroepen is het snoep- en snackgedrag veranderd ten opzichte van vóór de coronacrisis. Nederlanders van 25 tot 35 jaar zijn het vaakst meer gaan snoepen en snacken (38%). De groep die dit het vaakst minder is gaan snoepen en snacken, zijn de 18 tot 24-jarigen (21%). Hoe ouder iemand is, hoe vaker dit gedrag hetzelfde is gebleven als vóór de coronatijd.

Figuur 3.10 Snoepen en snacken naar leeftijd (n=2139)

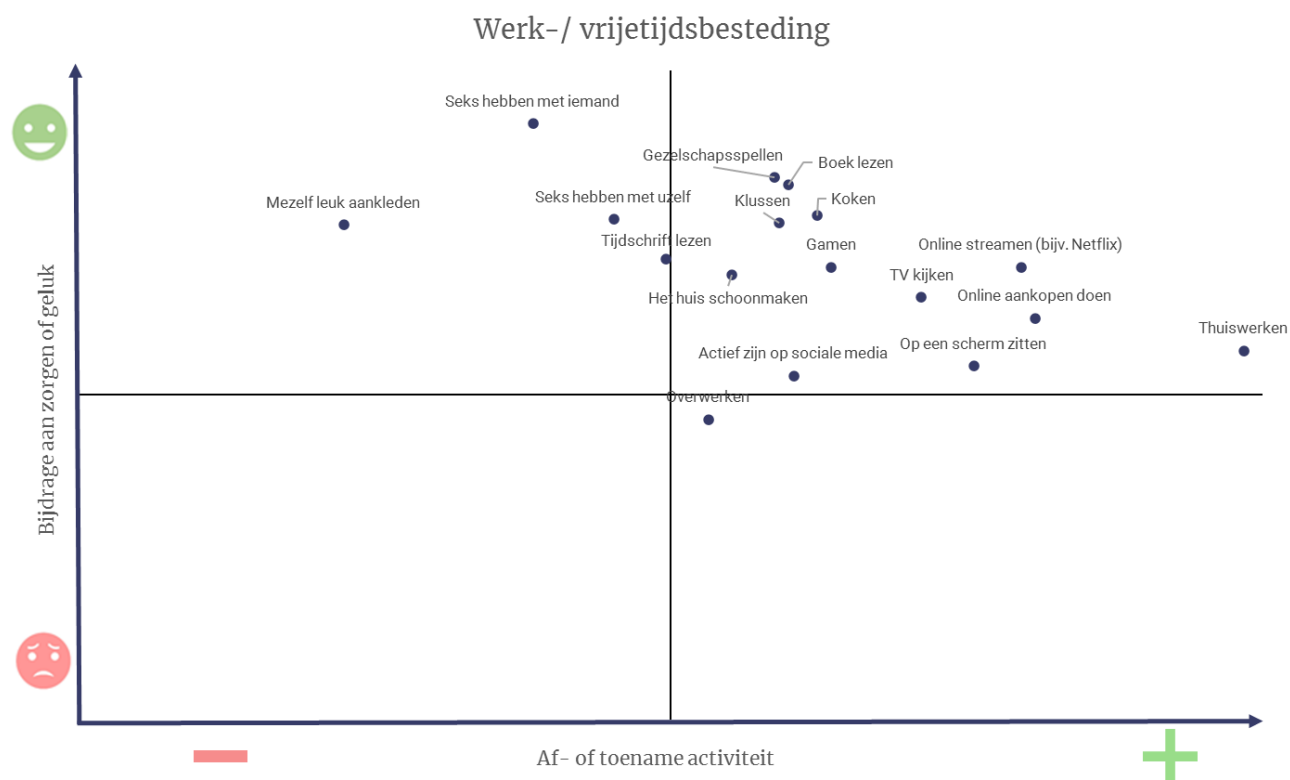


3.3.2 Werk-/ vrijetijdsbesteding

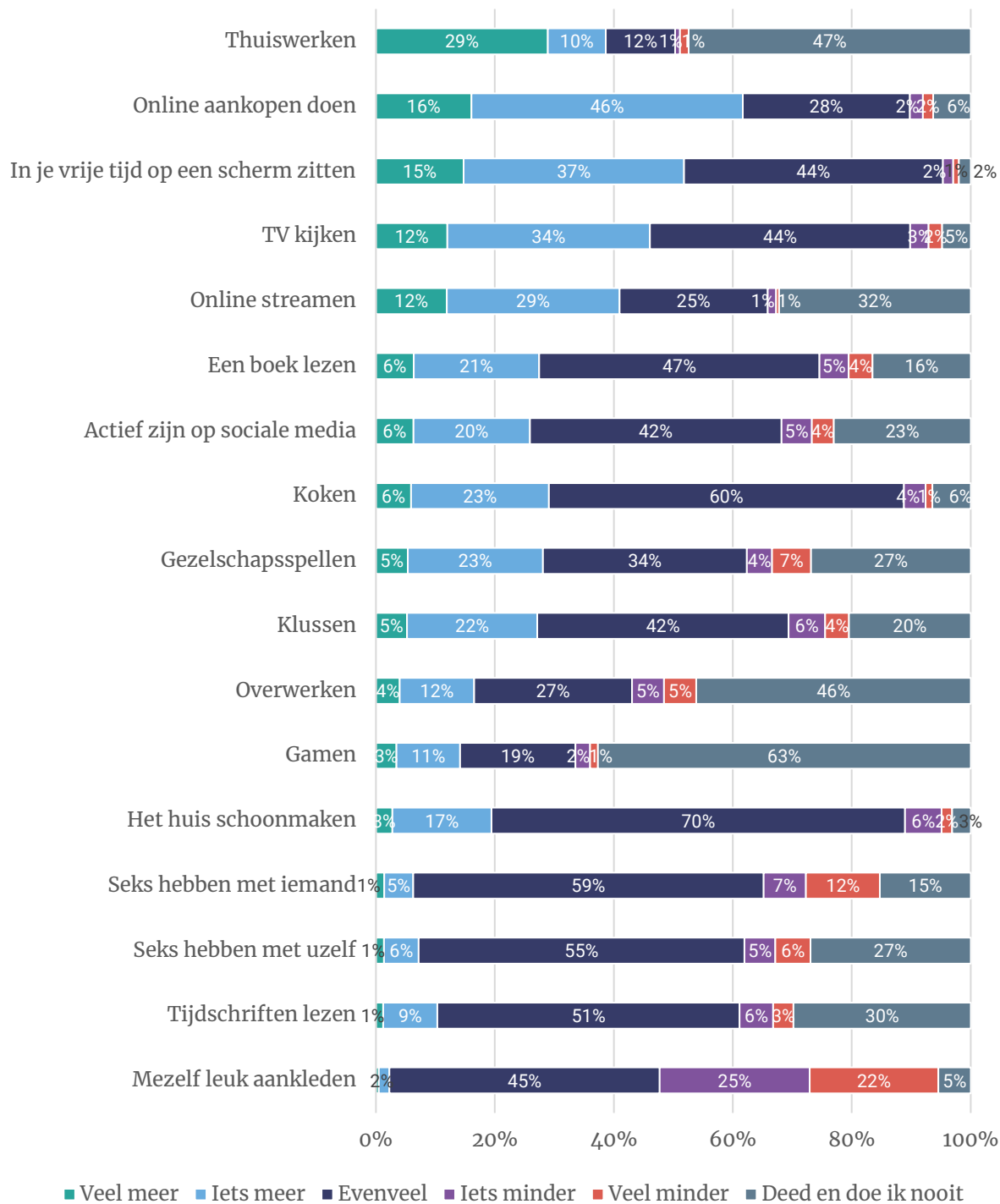
Nederlanders zijn sinds de coronacrisis vaker activiteiten gaan doen in hun vrije tijd die thuis kunnen worden uitgevoerd. Meerdere activiteiten hebben te maken met naar een scherm kijken. Denk hierbij aan TV kijken of online streamen via bijvoorbeeld Netflix of Videoland. Maar ook online aankopen, gamen en actief zijn op sociale media zijn Nederlanders vaker gaan doen. Van deze activiteiten krijgen Nederlanders eerder een goed gevoel dan een slecht gevoel. Ook activiteiten als koken, klussen, een boek lezen of gezelschapsspellen spelen doet men iets vaker en ook dit draagt bij aan het geluk van Nederlanders. Daarnaast zijn mensen vaker thuis aan het werk. Hier wordt men niet veel gelukkiger van, maar ook niet ongelukkiger.

Drie activiteiten zijn in frequentie in tijden van corona juist afgenomen. Nederlanders kleden zich minder vaak leuk aan, terwijl zij hier wel blij van worden. Ook hebben zij gemiddeld minder seks met anderen en met zichzelf. Seks met iemand anders draagt sterk bij aan het geluk van de Nederlander. Seks hebben met jezelf draagt iets minder bij aan het geluk, maar ook hier krijgt men een goed gevoel van.

Figuur 3.11 Kunt u voor elk van onderstaande activiteiten aangeven of u dat sinds het begin van de coronacrisis meer of minder bent gaan doen? (Of evenveel?) (n=2139)

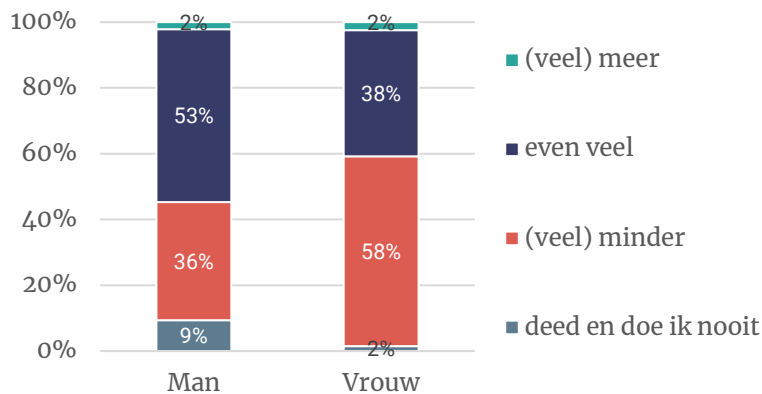


Figuur 3.12 Kunt u voor elk van onderstaande activiteiten aangeven of u dat sinds het begin van de coronacrisis meer of minder bent gaan doen? (Of evenveel?) (n=2139)



Bijna de helft van de Nederlanders (47%) kleedt zich in coronatijd minder vaak leuk aan. Ook hier zijn verschillen tussen leeftijdsgroepen te onderscheiden: hoe jonger, hoe minder vaak men zich leuk aankleedt. Zo doet 63 procent van de 18 tot 25-jarigen dit minder vaak, terwijl dit onder 65-plussers 33 procent is. Ook is er verschil tussen mannen en vrouwen. Vrouwen kleden zich minder vaak leuk aan (58%), dan mannen (36%). Bij mannen is dit vaker hetzelfde gebleven als vóór de coronacrisis. Dit terwijl vrouwen hier juist blij van worden. Driekwart van de vrouwen wordt er blij van om zichzelf leuk aan te kleden. Onder mannen is dit de helft (47%). Onder jonge vrouwen tussen de 18 en 25 jaar wordt zelfs negen op de tien (91%) hier blij van.

Figuur 3.13 Mezelf leuk aankleden naar geslacht (n=2139)

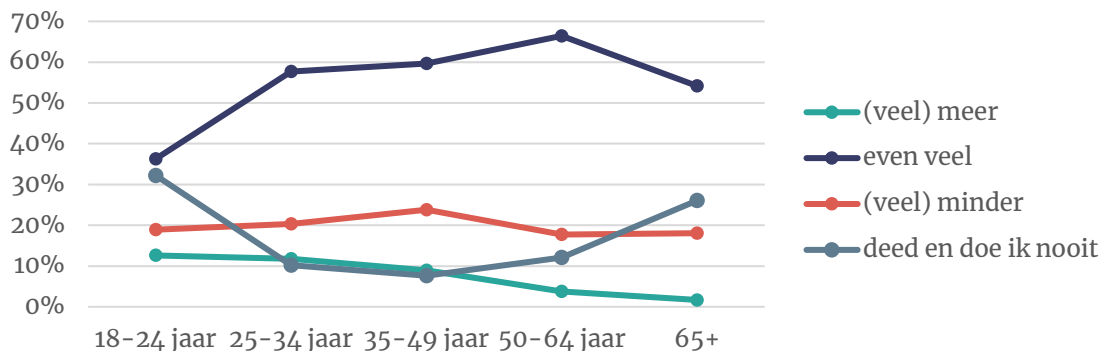


Van de Nederlanders heeft een klein deel (6%) vaker seks met iemand dan vóór de coronacrisis. Een vijfde heeft juist minder seks en het grootste deel even vaak (59%). Een grote meerderheid wordt blij van seks hebben met iemand anders (84%). Een iets minder grote groep wordt blij van seks met zichzelf (64%).

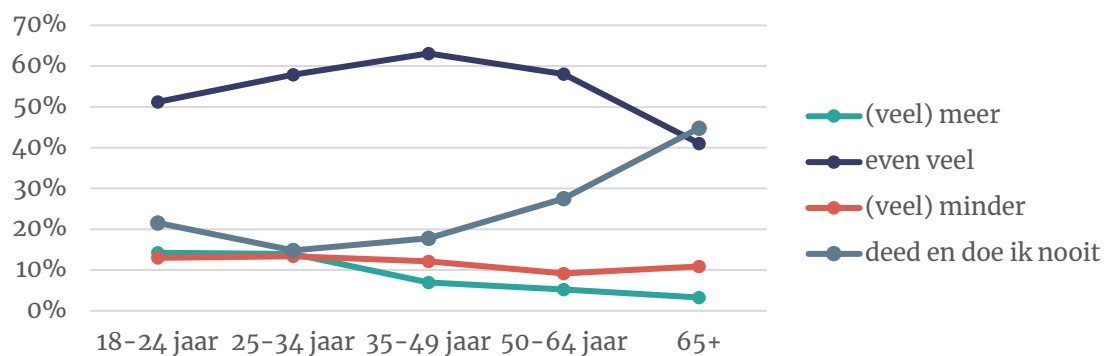
Het percentage dat meer seks heeft met anderen neemt licht af met de leeftijd. Deze trend is ook te zien bij mensen die seks hebben met zichzelf. In het percentage Nederlanders dat minder seks heeft, zitten geen grote leeftijdsverschillen.

Bij vrouwen is het percentage dat vaker seks heeft met zichzelf minder groot (4%) dan bij mannen (10%). Mannen tussen de 18 en 25 hebben nog vaker seks met zichzelf: 18 procent doet dit vaker sinds de coronacrisis. Onder jonge vrouwen is dit een tiende (11%).

Figuur 3.14 Seks hebben met iemand naar leeftijd (n=2139)



Figuur 3.15 Seks hebben met uzelf naar leeftijd (n=2139)

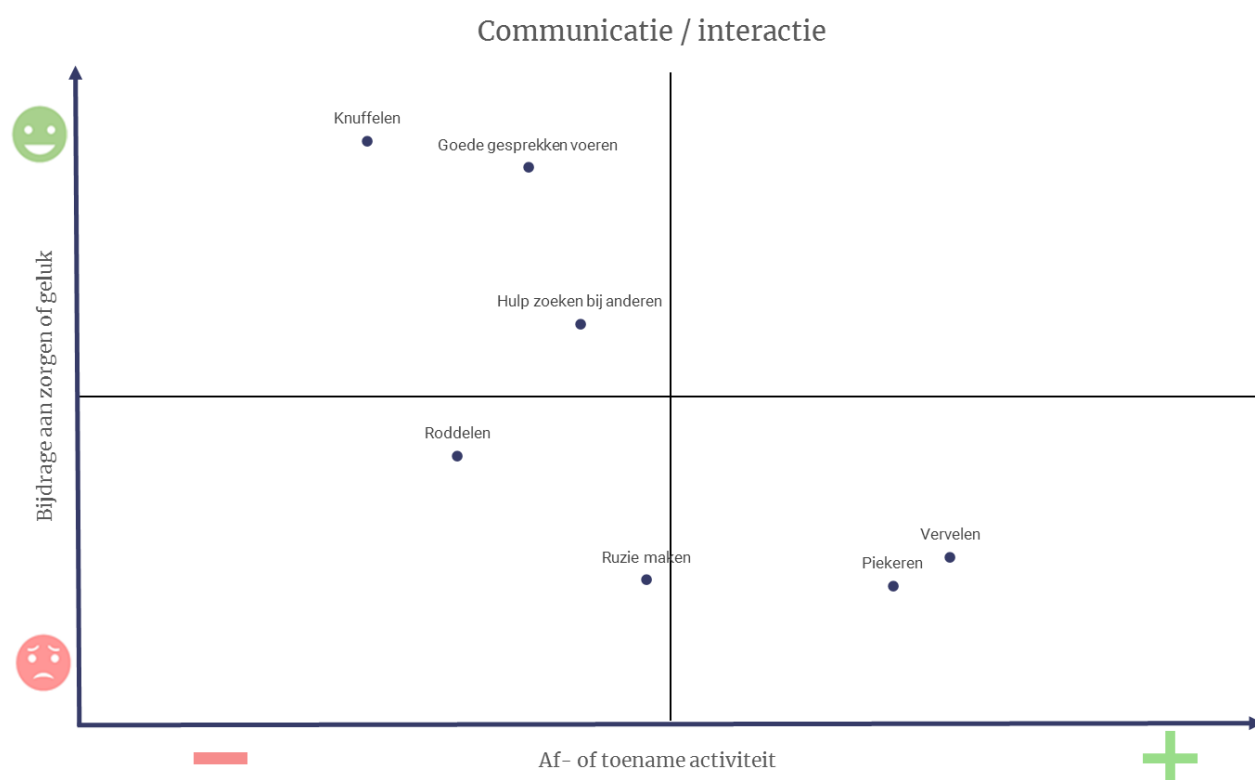


De vrijetijdsactiviteiten waar mannen gemiddeld vaker een goed gevoel van krijgen dan vrouwen zijn seks hebben met iemand en gamen. Van de mannen wordt 87 procent blij van seks met iemand, onder vrouwen is dit 81 procent. Ook krijgt een meerderheid van de mannen een goed gevoel van gamen (58%), terwijl dit onder vrouwen 48 procent is. Vrouwen worden blijer van andere activiteiten, bijvoorbeeld online aankopen doen, gezond eten, een boek lezen of het huis schoonmaken.

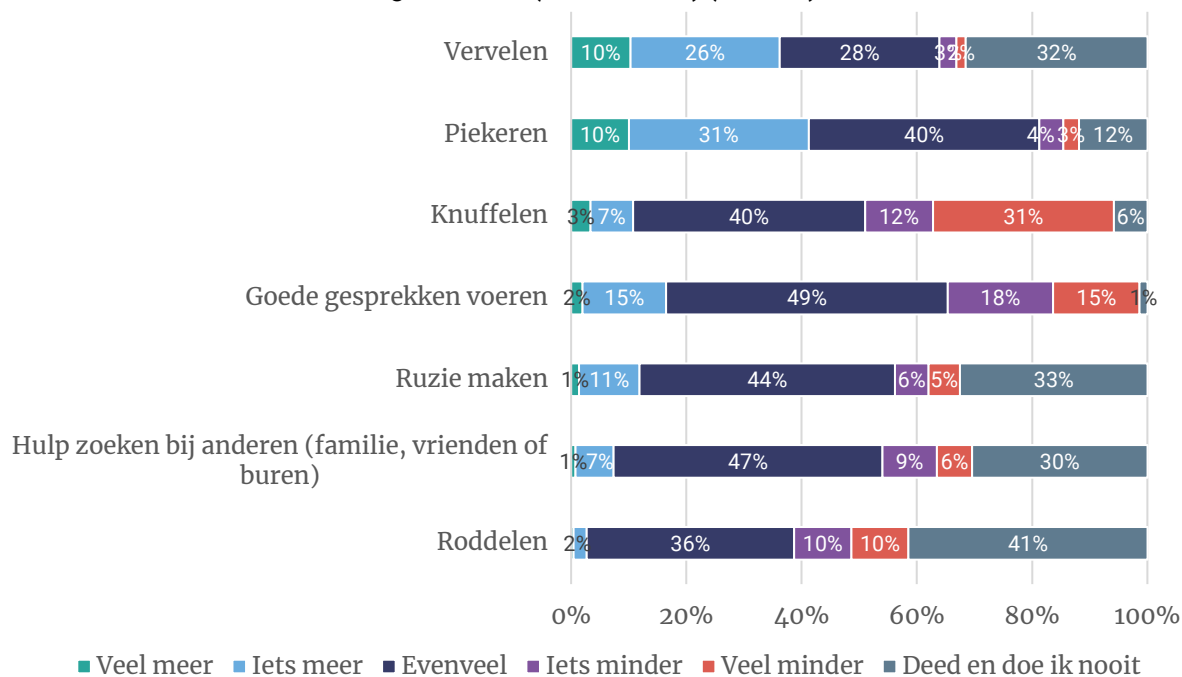
3.3.3 Communicatie en interactie

Door de coronacrisis is de communicatie en interactie onder Nederlanders verminderd. Men knuffelt minder en voert ook iets minder vaak goede gesprekken. Terwijl dit juist sterk bij kan dragen aan het geluk. Nederlanders zijn iets minder vaak hulp gaan zoeken bij hun omgeving. Hier krijgt men vaker een goed gevoel dan een slecht gevoel van. Ook zijn Nederlanders minder gaan roddelen (vrouwen 25% en mannen 15%). Dit is positief omdat mensen hier vaker een slecht gevoel van krijgen dan een goed gevoel. Ruzie maken doen Nederlanders gemiddeld genomen evenveel als een jaar geleden. Men krijgt geen goed gevoel van ruzie maken. Activiteiten die vaker voorkomen sinds de coronacrisis zijn piekeren en zich vervelen. Nederlanders die dit vaker doen maken zich hier zorgen over.

Figuur 3.16 Kunt u voor elk van onderstaande activiteiten aangeven of u dat sinds het begin van de coronacrisis meer of minder bent gaan doen? (Of evenveel?) (n=2139)

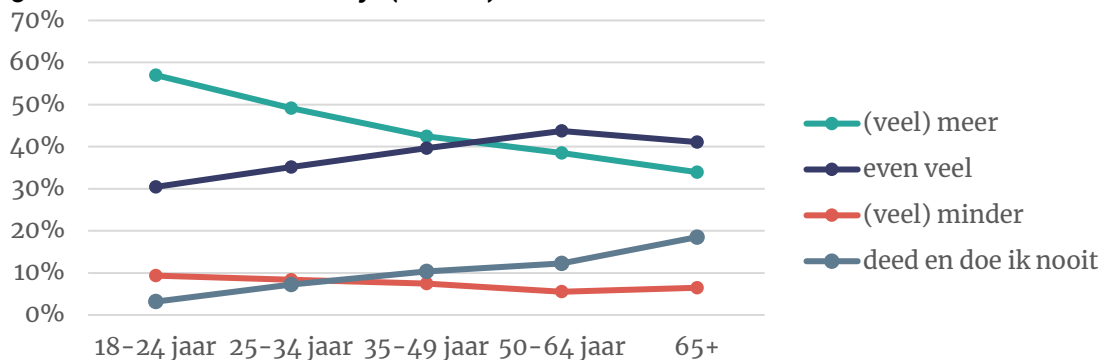


Figuur 3.17 Kunt u voor elk van onderstaande activiteiten aangeven of u dat sinds het begin van de coronacrisis meer of minder bent gaan doen? (Of evenveel?) (n=2139)



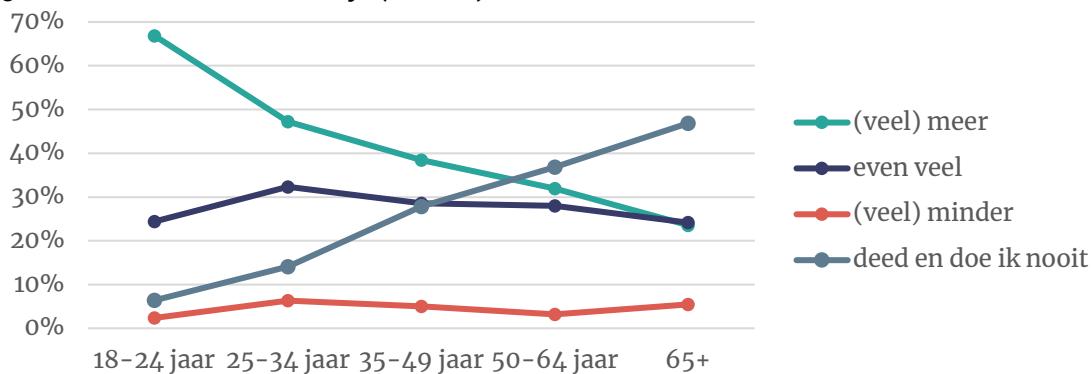
Vier op de tien Nederlanders is (veel) meer gaan piekeren sinds corona. Dit geeft Nederlanders geen goed gevoel: bij driekwart leidt dit tot minder geluk. Hoe lager de leeftijd, hoe meer er gepiekerd wordt. Meer dan de helft van de 18 tot 25-jarigen (57%) piekert meer, terwijl een derde van de 65-plussers meer is gaan piekeren. Vrouwen zijn vaker gaan piekeren (46%) dan mannen (36%). Onder vrouwen tussen de 18 en 25 jaar is dit percentage nog hoger: 66 procent is meer gaan piekeren. Bij jonge mannen is dit 46 procent.

Figuur 3.18 Piekeren naar leeftijd (n=2139)



Bijna vier op de tien Nederlanders (36%) vervelen zich vaker sinds de coronatijd. Zeven op de tien mensen (69%) voelen zich minder gelukkig bij verveling. Met name onder jongeren komt verveling vaker voor. Van de 18 tot 25-jarigen verveelt twee derde zich nu meer (vrouwen 72% en mannen 61%). Ruim driekwart van de jongeren (78%) wordt hier minder gelukkig van. Onder 65-plussers verveelt een kwart zich meer dan vóór de coronacrisis.

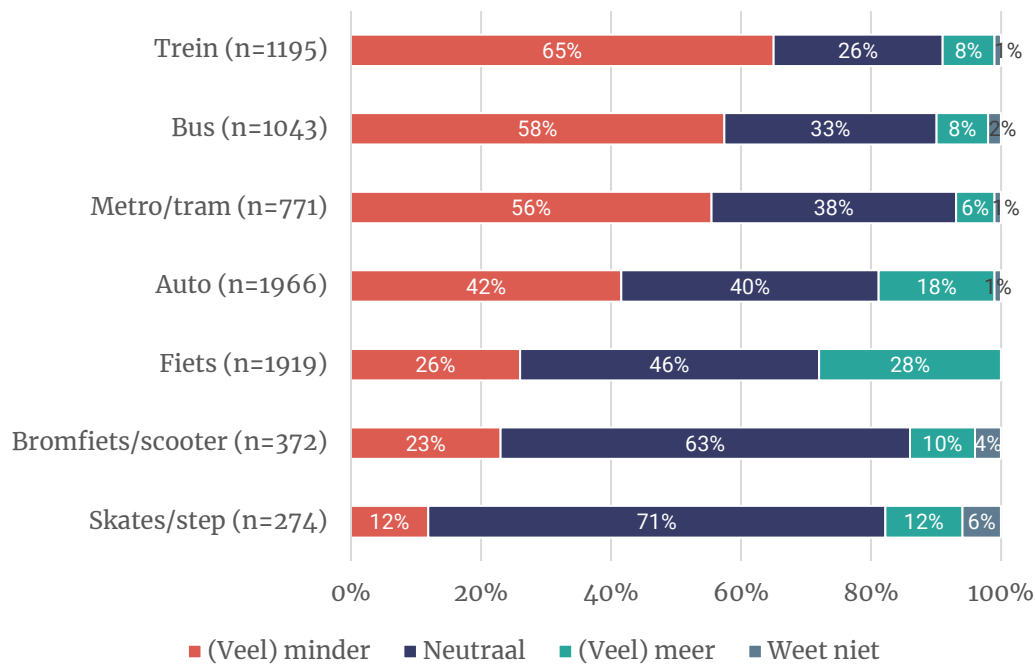
Figuur 3.19 Vervelen naar leeftijd (n=2139)



3.4 Mobiliteit

Naast de bovenstaande activiteiten maken Nederlanders ook minder gebruik van vervoersmiddelen. Bijna twee derde (65%) maakt minder gebruik van de trein, bijna zes op de tien Nederlanders (58%) gaan minder met de bus en ook de tram en metro worden minder gebruikt (56%). Ook wordt iets minder gebruik gemaakt van de auto: vier op de tien Nederlanders maken hier minder gebruik van. Er zijn ook mensen die juist meer gebruikmaken van de auto (18%). Hetzelfde geldt voor de fiets: ruim een kwart is meer gaan fietsen, maar een kwart is ook minder gaan fietsen.

Figuur 3.20 Heeft u dit vervoermiddel meer of minder gebruikt dan een jaar geleden (vóór corona)?



Wanneer de cijfers worden vergeleken met het gebruik van vervoersmiddelen met dezelfde onderzoeksvraag in 2020, is te zien dat dit gebruik is afgenomen. Met name de trein en bus worden vaker nooit gebruikt (61 en 66%), dan in de maanden voor 2020 (24 en 35%). Maar ook het dagelijkse gebruik van de fiets en auto nemen af. Dit terwijl het wekelijks gebruik licht toeneemt. In 2021 maakt bijna de helft wekelijks gebruik van de auto. In 2020 was dit 36 procent. Het wekelijks gebruik van de fiets is respectievelijk 39 en 31 procent.

Figuur 3.21 Als u denkt aan de afgelopen maanden, kunt u dan aangeven hoe vaak u onderstaande vervoermiddelen gemiddeld gebruikt? (n2021=2139, n2020=2196)³

		Dagelijks	Wekelijks	Maandelijks	Enkele keren per jaar	Circa 1 keer per jaar	Minder vaak dan 1 keer per jaar	Nooit
Auto	2021	31%	47%	8%	5%	1%	0%	8%
	2020	47%	36%	7%	3%	0%	1%	6%
Fiets	2021	25%	39%	13%	10%	1%	1%	12%
	2020	39%	31%	10%	10%	1%	1%	7%
Trein	2021	1%	4%	4%	15%	6%	8%	61%
	2020	6%	7%	11%	30%	10%	11%	24%
Bus	2021	1%	3%	4%	14%	5%	7%	66%
	2020	4%	8%	10%	26%	7%	10%	35%
Bromfiets/ scooter	2021	1%	3%	2%	3%	1%	1%	89%
Metro/ tram	2021	0%	2%	3%	9%	4%	6%	76%
Skates/ step	2021	0%	0%	1%	2%	1%	1%	95%

³ Vergelijking met eerder representatief onderzoek van I&O Research over duurzaamheid.



4 Consequenties voor gevoelens en gedrag

4.1 Consequenties voor alle Nederlanders

Naast activiteiten tijdens de coronacrisis zijn ook 44 stellingen voorgelegd over de consequenties van de coronacrisis voor gevoelens en gedragingen van Nederlanders (zie bijlage). Deze stellingen zijn door middel van een correlatieanalyse tegenover het geluk van Nederlanders ten opzichte van vóór de coronacrisis gezet.

Leeswijzer kwadranten

Op de verticale as is de gemiddelde mening van Nederlanders te zien. De antwoordcategorieën zijn: onder helemaal oneens (-2) en boven helemaal mee eens (2).

Op de horizontale as is de correlatie te zien met of Nederlanders gelukkiger of minder gelukkig zijn dan een jaar geleden, vóór de coronacrisis. De antwoordcategorieën zijn: negatieve correlatie met geluk (-1) en een positieve correlatie met geluk (1). Hieronder wordt per kwadrant uitgelegd wat dit precies betekent.

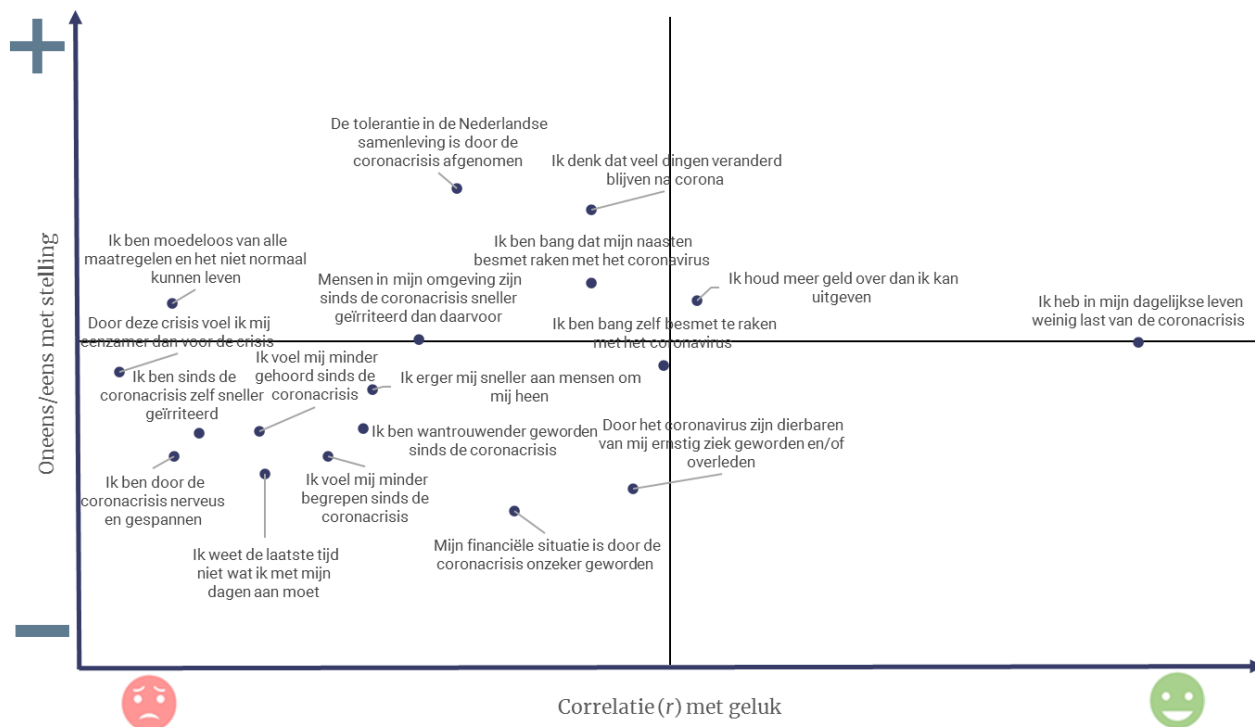
- **Linksboven:** Nederlanders zijn het eens met de stelling, dit zorgt ervoor dat zij minder gelukkig zijn.
- **Rechtsboven:** Nederlanders zijn het eens met de stelling en worden hier gelukkiger van.
- **Linksonder:** Nederlanders zijn het niet eens met de stelling. Wanneer zij het wel eens zijn met de stelling worden zij hier minder gelukkig van.
- **Rechtsonder:** Nederlanders zijn het niet eens met de stelling. Wanneer zij het wel eens zijn met de stelling worden zij hier gelukkiger van.

Mensen vinden dat de tolerantie in de Nederlandse samenleving door de coronacrisis is afgenomen. Zeven op de tien Nederlanders (71%) zijn het eens met deze stelling. De volgens hen afgenomen tolerantie draagt bij aan de vermindering van het geluk. Een andere stelling waar veel Nederlanders het mee eens zijn is dat er veel dingen veranderd zullen blijven na corona. Driekwart (74%) is het hier mee eens en een tiende (11%) is het hier niet mee eens. Nederlanders worden niet per se gelukkiger maar ook niet ongelukkiger van dingen die veranderd blijven.

Nederlanders zijn gemiddeld het meest oneens met de stelling dat hun financiële situatie door de coronacrisis onzeker is geworden. Een meerderheid (65%) is niet financieel onzeker geworden, voor 12 procent is dit wel het geval. Wanneer mensen last hebben van financiële onzekerheid worden zij hier ongelukkiger van.



Figuur 4.1 In hoeverre bent u het eens of oneens met onderstaande stellingen met betrekking tot de coronacrisis? (n=2139)

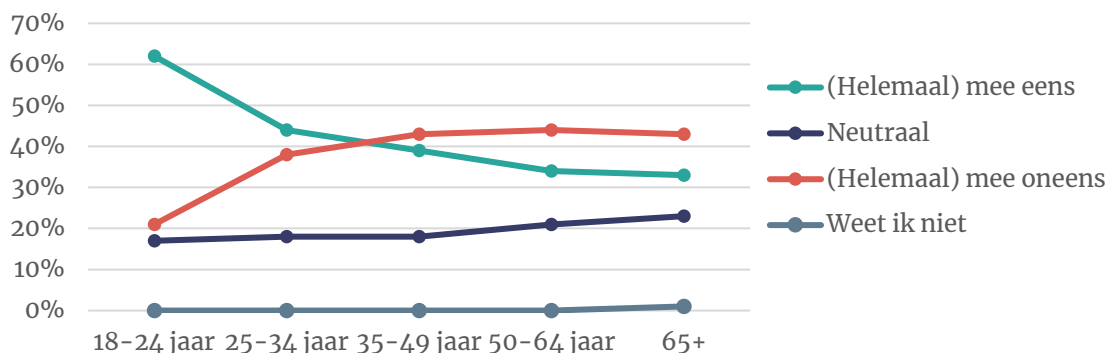


Verder zitten veel stellingen in het middensegment. Dit betekent dat Nederlanders gemiddeld bijvoorbeeld niet eenzamer zijn, bang zijn om besmet te worden, zich minder gehoord voelen of sneller geïrriteerd zijn. Hier zijn echter wel een paar interessante verschillen naar leeftijd en geslacht.

Met name jongeren tot 25 jaar hebben last van corona

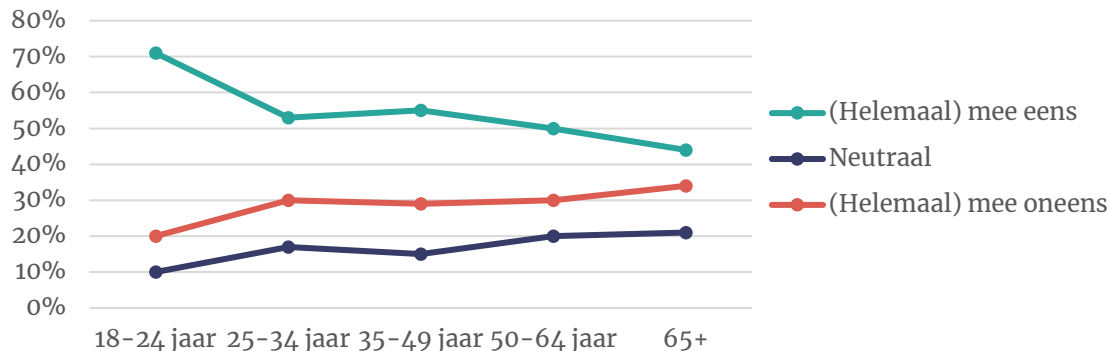
Jongeren van 18 tot 25 jaar ervaren meer negatieve consequenties van de coronatijd dan andere leeftijdsgroepen. Zo voelt deze leeftijdsgroep zich bijvoorbeeld veel eenzamer dan voor de crisis; de meerderheid (62%) voelt zich eenzamer. Hoe ouder Nederlanders zijn, hoe minder eenzaam zij zich voelen. Zo voelt van de 65+ plussers een derde zich eenzamer.

Figuur 4.2 Door deze crisis voel ik mij eenzamer dan voor de crisis. Naar leeftijd. (n=2067)



Ook worden vooral jongeren van 18 tot 25 jaar moedeloos van alle coronamaatregelen. Zeven op de tien jongeren (71%) zijn moedeloos van alle maatregelen en het niet op een normale manier kunnen leven. Van de 25 tot 35-jarigen is de helft (53%) het hier mee eens. Vrouwen hebben meer last van deze moedeloosheid (56%) dan mannen (48%). Van de vrouwen tussen de 18 tot 25 jaar is 79 procent het eens met de stelling, terwijl dit onder mannen van deze leeftijd 60 procent is.

Figuur 4.3 Ik ben moedeloos van alle maatregelen en het niet normaal kunnen leven. Naar leeftijd. (n=2108)



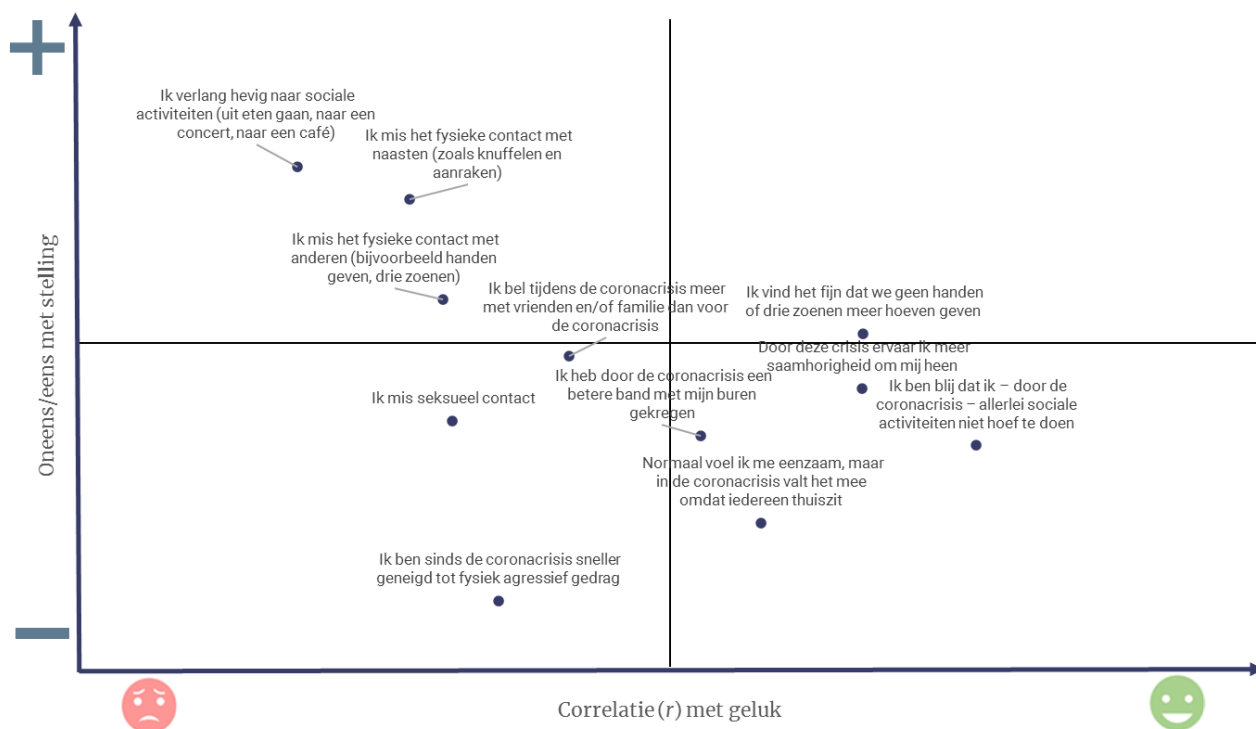
Ook bij andere stellingen valt de leeftijdsgroep 18 tot 25 jaar op. De helft van de jongeren is sinds coronatijd sneller geïrriteerd (50%) en vaker nerveus en gespannen (47%). Zeven op de tien jongeren zegt in hun dagelijkse leven last te hebben van de coronacrisis. Van de 25 tot 35-jarigen heeft 44 procent hier last van en op oudere leeftijd ligt dit percentage nog lager. Verder hebben jongeren het idee dat er minder goed naar hen wordt geluisterd: een derde voelt zich minder gehoord en begrepen sinds coronatijd.

Bijna vier op de tien Nederlanders (38%) zijn bang besmet te raken met het coronavirus en ruim de helft is bang dat hun naasten corona krijgen (56%). Vrouwen zijn vaker bang om besmet te raken met het coronavirus (42%) dan mannen (34%). Ook zijn vrouwen vaker bang dat anderen besmet raken (vrouwen: 62% en mannen: 51%). Vrouwen zijn gemiddeld vaker nerveus en gespannen door de coronacrisis (26%) dan mannen (19%).

Nederlanders missen het sociale contact

Veel Nederlanders missen het sociale contact in coronatijd. Zeven op de tien Nederlanders (71%) missen het fysieke contact met hun naasten zoals knuffelen en aanraken en men verlangt hevig naar sociale activiteiten (79%). Het fysieke contact met mensen die minder dichtbij staan wordt iets minder gemist. Iets meer dan de helft van de Nederlanders (53%) mist bijvoorbeeld het handen geven of drie zoenen. Daarentegen vindt iets minder dan de helft (46%) het fijn dat zij dit niet meer hoeven door het coronavirus. Het sociale contact dat vaker ontbreekt, zorgt ervoor dat Nederlanders ongelukkiger worden.

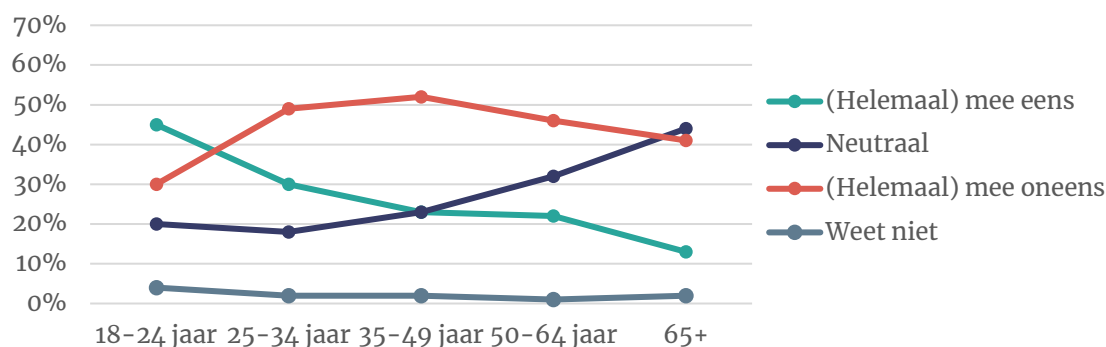
Figuur 4.4 In hoeverre bent u het eens of oneens met onderstaande stellingen met betrekking tot de coronacrisis? (n=2139)



Vooral jongeren missen seksueel contact

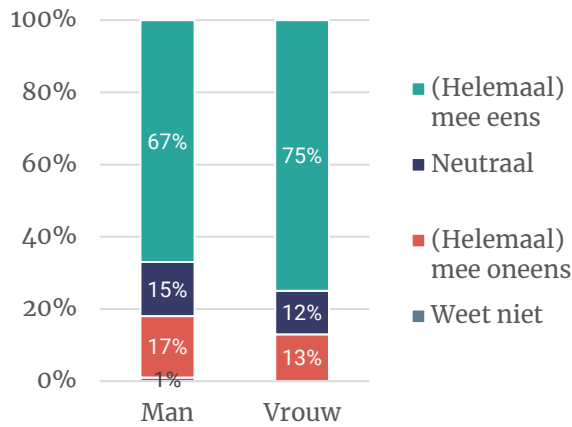
Het sociale contact met anderen wordt op alle leeftijden gemist, van jong tot oud. Seksueel contact wordt echter niet door alle leeftijdsgroepen in dezelfde mate gemist. Met name jongeren tussen de 18 en 25 jaar missen dit (45%). Hoe ouder men is, hoe minder het seksuele contact wordt gemist. Daarnaast missen mannen (28%) dit contact vaker dan vrouwen (17%). Onder de jonge mannen (18 tot 25 jaar) is dit 50 procent en van de jonge vrouwen is dit 42 procent.

Figuur 4.5 Ik mis seksueel contact. Naar leeftijd (n=1729)

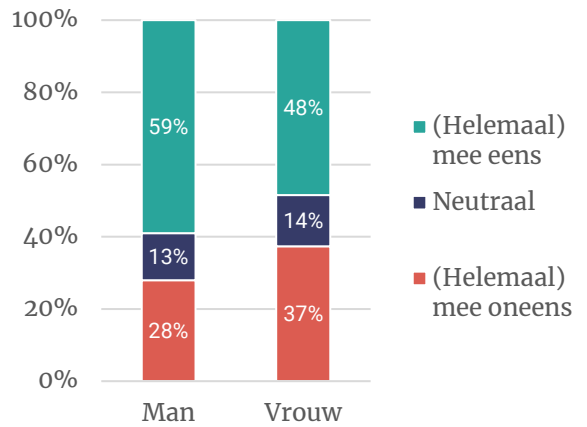


Ook wat betreft het fysieke contact met naasten zijn er verschillen tussen mannen en vrouwen. Opvallend is dat vrouwen het fysieke contact met naasten meer missen dan mannen en dat mannen juist het contact als handen of drie zoenen geven meer missen.

Figuur 4.6 Ik mis het fysieke contact met naasten (zoals knuffelen en aanraken). Naar geslacht (n=2117)

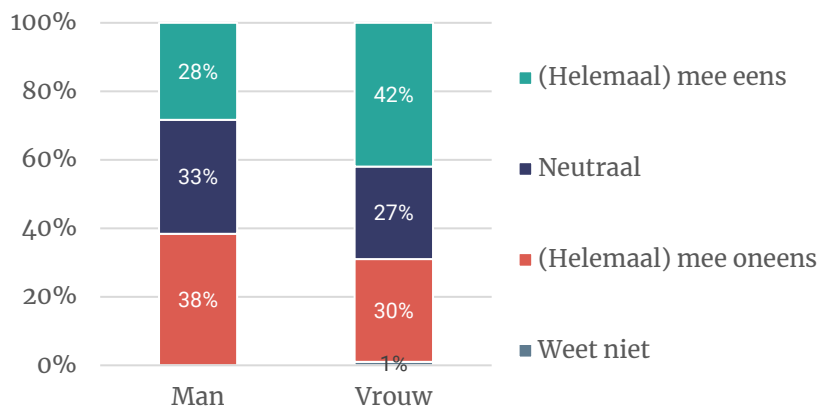


Figuur 4.7 Ik mis het fysieke contact met anderen (bijvoorbeeld handen geven, drie zoenen). Naar geslacht (n=2126)



Vrouwen bellen tijdens de coronacrisis meer met vrienden en familie; ruim vier op de tien vrouwen doen dit vaker. Onder mannen is dit 28 procent.

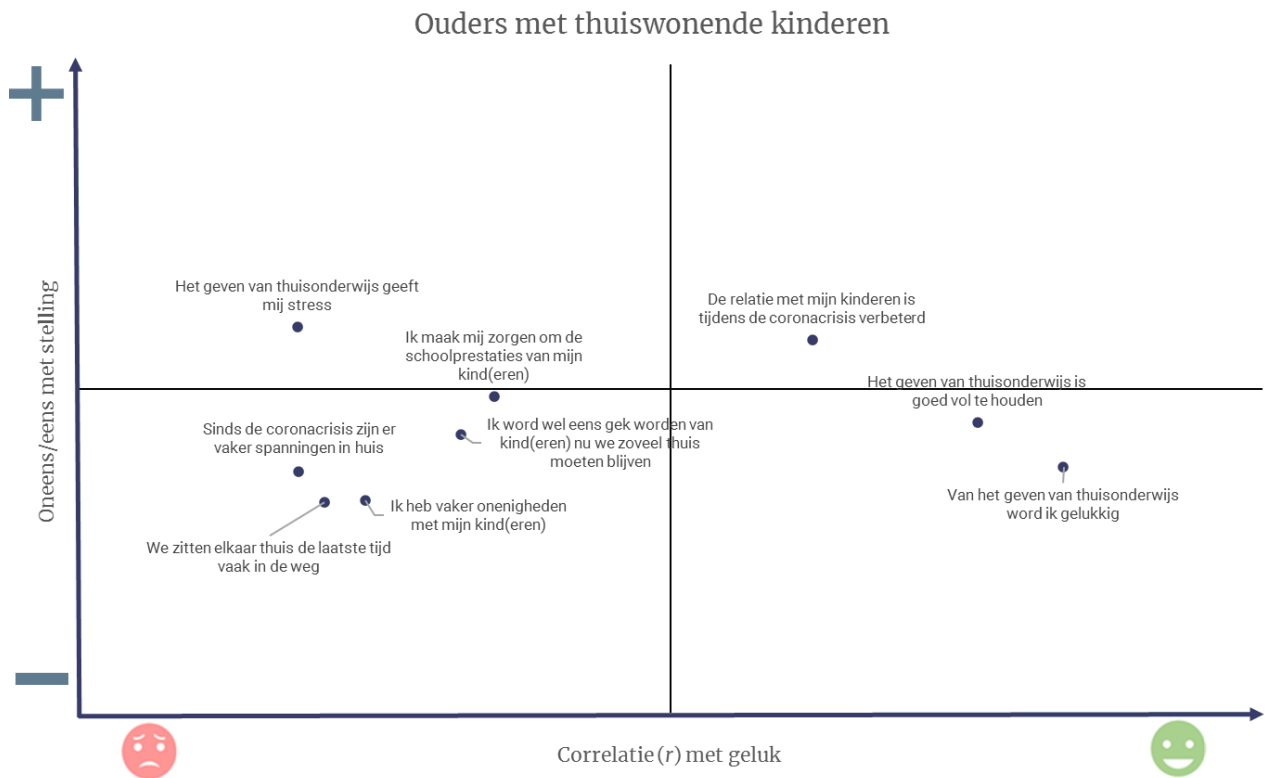
Figuur 4.8 Ik bel tijdens de coronacrisis meer met vrienden en/of familie dan voor de coronacrisis. Naar geslacht. (n=2104)



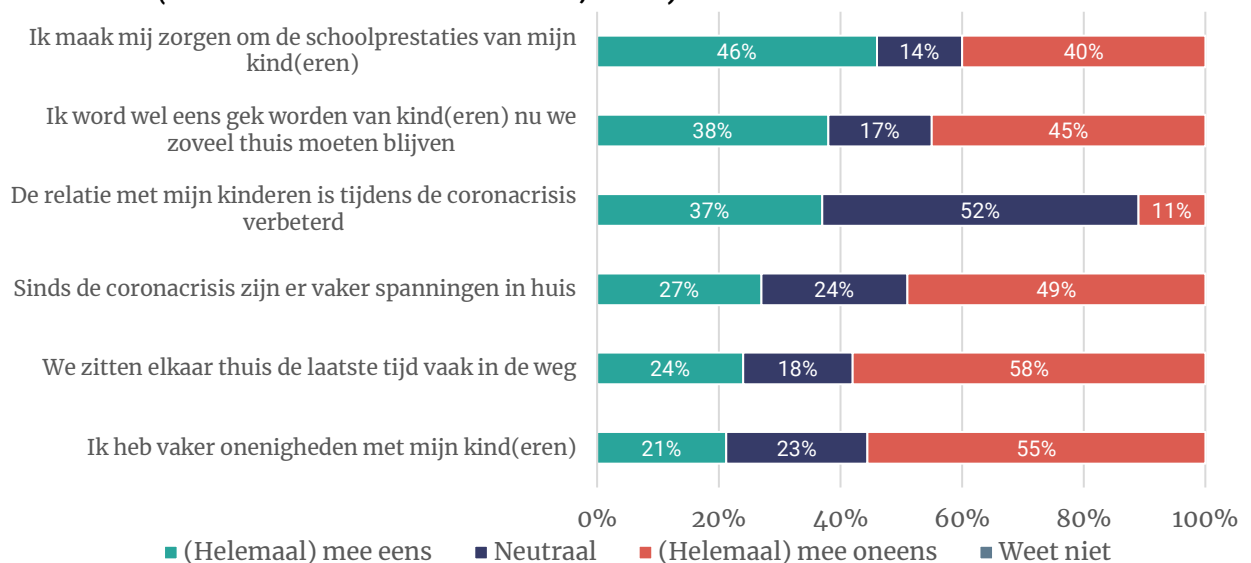
4.2 Consequenties voor ouders met thuiswonende kinderen

De meningen over de consequenties van de coronacrisis zijn verdeeld onder ouders met thuiswonende kinderen. Bij ruim een kwart zijn vaker spanningen in huis (27%) en worden ouders wel eens gek van hun kind(eren) nu zij zoveel thuis zijn (38%). Dit draagt niet bij aan het geluk van ouders. Bijna de helft van de ouders (46%) maakt zich wel eens zorgen om de schoolprestaties van hun kind(eren). Er zijn echter ook ouders die vinden dat de coronacrisis de band met hun kinderen heeft verbeterd (37%), dit heeft wel een positief effect op het geluk.

Figuur 4.9 In hoeverre bent u het eens of oneens met onderstaande stellingen met betrekking tot de coronacrisis? (ouders met thuiswonende kinderen, n=500)



Figuur 4.10 In hoeverre bent u het eens of oneens met onderstaande stellingen met betrekking tot de coronacrisis? (ouders met thuiswonende kinderen, n=500)



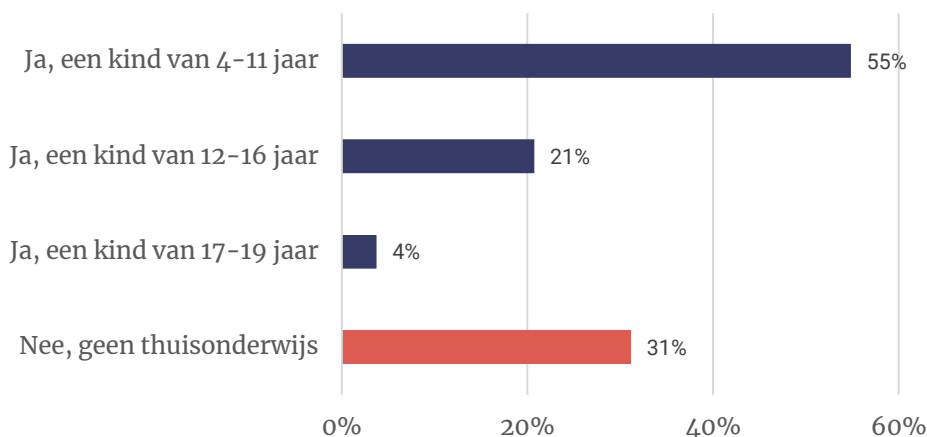
Van de ouders met thuiswonende kinderen bespreekt ruim de helft (54%) wekelijks met hun kind hoe om te gaan met de coronamaatregelen. Een kleiner deel doet dit dagelijks (14%) of maandelijks (19%). Er is ook een kleine vijf procent die dit nooit bespreekt. Ook is gevraagd naar andere onderwerpen die eventueel worden besproken met het kind. In vergelijking met 2019 worden schoolprestaties minder vaak dagelijks besproken met het kind (2021: 21%, 2019: 43%). Verliefdheden worden iets vaker besproken. Daarentegen wordt alcoholgebruik minder vaak besproken. Een derde van de ouders bespreekt dit nooit met hun kind. In 2019 was dit nog een vijfde.

Figuur 4.11 Bespreekt u deze onderwerpen wel eens met uw kind? (ouders met thuiswonende kinderen, n2021=500, n2019=569)⁴

		Dagelijks	Wekelijks	Maandelijks	Een aantal keren per jaar	Eén keer per jaar	Minder dan één keer per jaar	Nooit
Schoolprestaties	2021	21%	43%	13%	12%	0%	1%	9%
	2019	43%	43%	7%	7%	0%	0%	1%
Verliefdheden	2021	2%	18%	23%	32%	3%	4%	18%
	2019	6%	14%	19%	26%	6%	7%	24%
Alcoholgebruik	2021	0%	8%	12%	33%	4%	9%	34%
	2019	1%	13%	26%	30%	5%	4%	20%
Hoe om te gaan met de coronamaatregelen	2021	14%	54%	19%	7%	1%	1%	5%

Van de ouders met thuiswonende kinderen hebben bijna zeven op de tien (69%) hun kind(eren) thuisonderwijs gegeven. Onder ouders met kinderen van 4 tot 12 jaar heeft ruim de helft thuisonderwijs gegeven (55%). Een vijfde van de ouders heeft kinderen van 12 tot en met 16 jaar les gegeven. Een klein deel gaf 17 tot en met 19-jarige kinderen thuisonderwijs.

Figuur 4.12 Heeft u uw kind of kinderen de afgelopen tijd thuisonderwijs gegeven? (ouders met thuiswonende kinderen tussen de 4 en 20 jaar, meerdere antwoorden mogelijk, n=284)

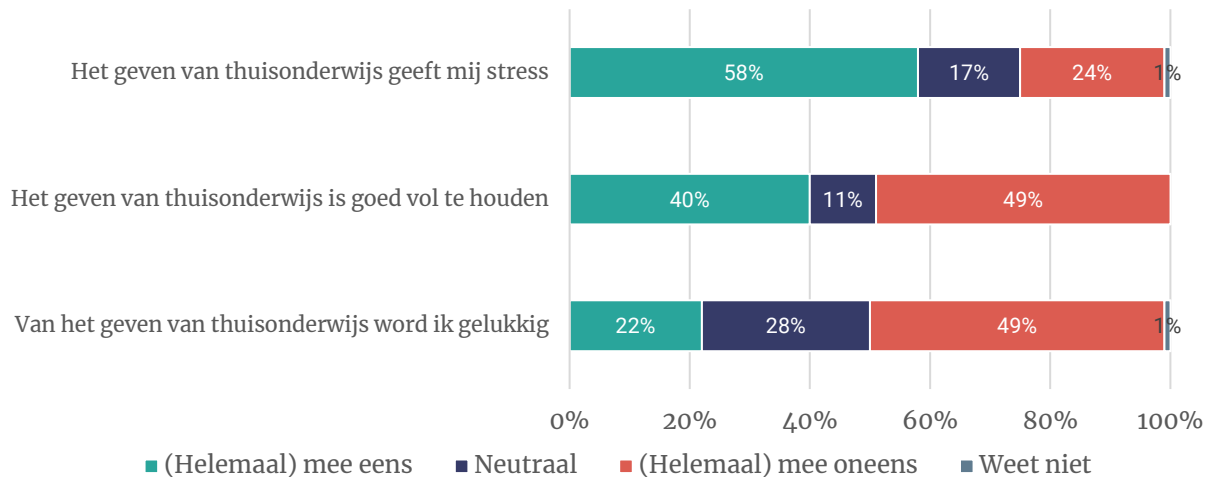


⁴ Vergelijking met eerder representatief onderzoek van I&O Research over opvoeding.



Een vijfde van de ouders (22%) die (op het moment van het invullen van de vragenlijst) thuisonderwijs geven aan hun kinderen wordt hier gelukkig van. De helft van de ouders (49%) wordt hier echter ongelukkig van. Bij bijna zes op de tien ouders geeft het thuisonderwijs stress en de helft (49%) vindt het niet goed vol te houden. Een iets kleiner deel (40%) vindt dat het geven van thuisonderwijs wel goed vol te houden is.

Figuur 4.13 In hoeverre bent u het eens of oneens met onderstaande stellingen met betrekking tot de coronacrisis? (ouders die thuisonderwijs hebben gegeven, n=190)



Quotes van ouders die thuisonderwijs gaven

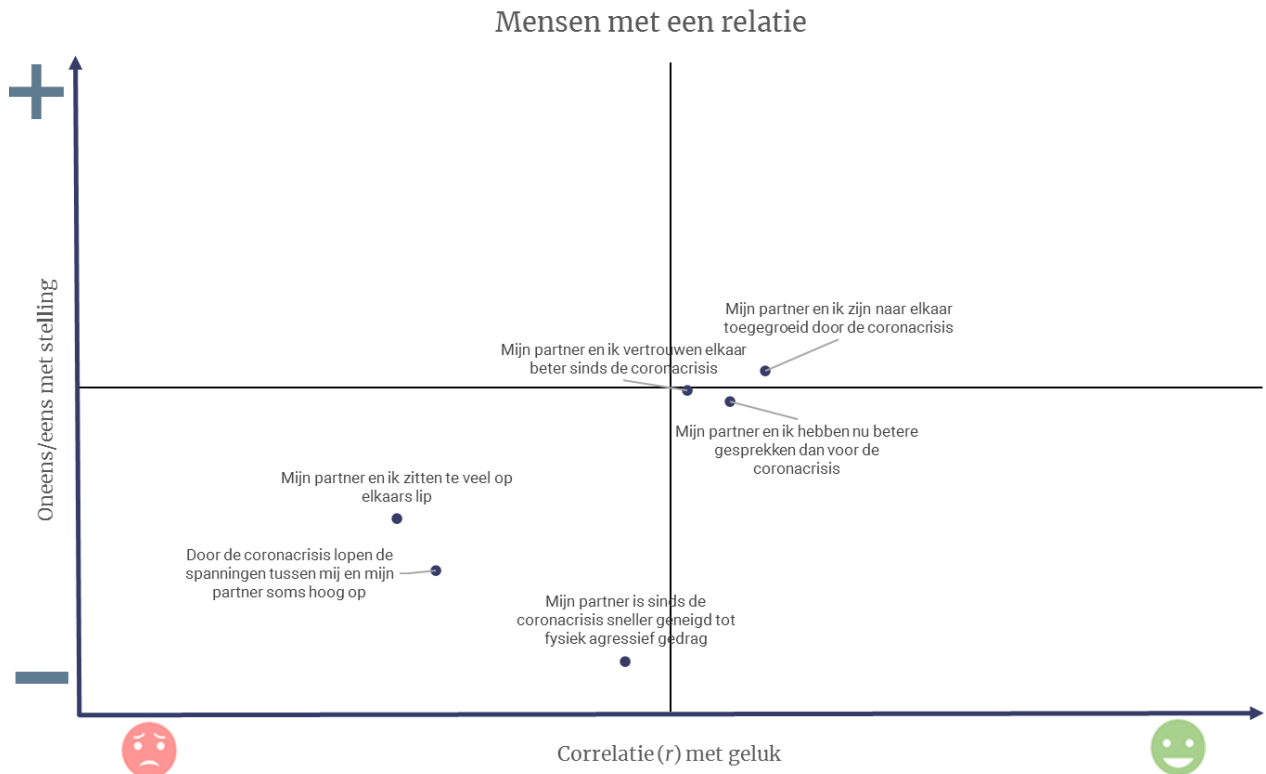
- “Aan de ene kant vind ik het heerlijk, ik kan mijn kinderen op hun niveau les geven, ze uitdagen en gericht onderwijs geven. Ze zijn ook met sprongen vooruit gegaan tijdens de lockdown. Aan de andere kant levert het mij meer stress op als de kinderen er 'geen zin' in hebben of als technologie niet meewerkt. Ook de eisen vanuit school geeft meer stress.”
- “Door rust en regelmaat in te bouwen is het prima thuis te organiseren. Tevens door een goede verdeling van tijd tussen pappa en mamma.”
- “Eerste weken nog wel oke, nu vooral uitputtend en vermoeiend.”
- “Erg moeizaam. Ik heb pubers met weinig concentratie en geduld. Dit moet allemaal gebeuren naast fulltime baan en huishouden, dus drama.”
- “Het gaat best wel goed omdat we een makkelijk lerend kind hebben en we allebei thuis werken om haar te kunnen begeleiden. Ook de begeleiding vanuit school is duidelijk en goed.”
- “Ik vind het niet vervelend. Het ging bij beide kinderen prima. Natuurlijk de ene dag beter dan de andere maar niet problematisch. Ik ga het stiekem missen. Relaxed de dag beginnen, in de ochtend online les en in de middag lekker wandelen en quality time.”
- “Stressvol. Het is alleen leuk als je er niet naast hoeft te werken. De kinderen vinden het wel fijn: veel persoonlijke aandacht.”



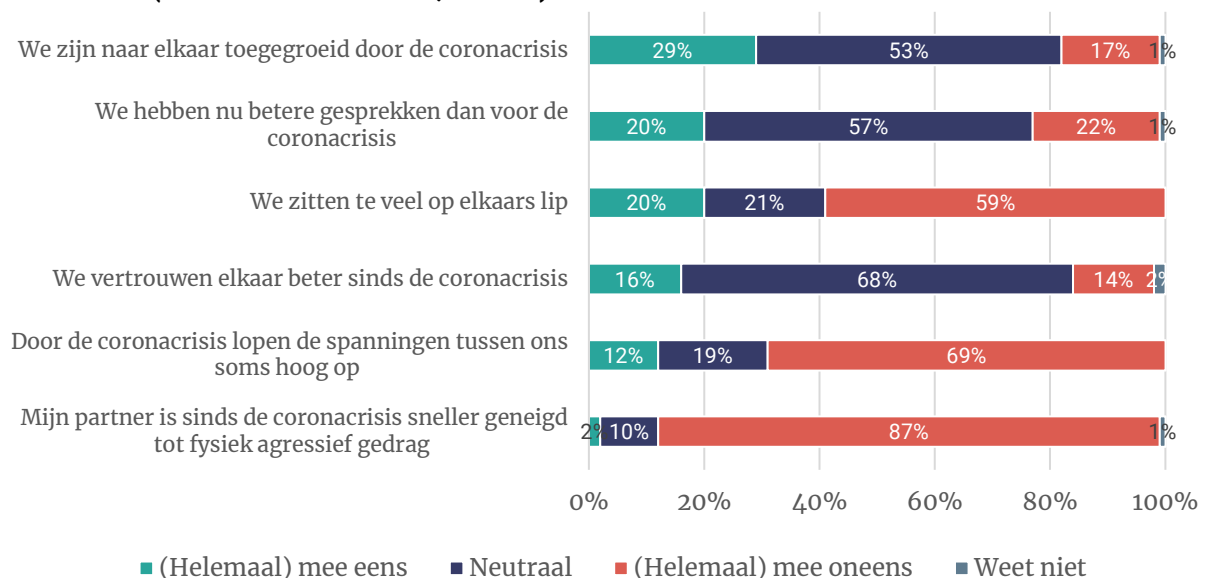
4.3 Consequenties voor Nederlanders met een relatie

Het coronavirus vormt voor de gemiddelde Nederlander geen belemmering op het gebied van hun relatie. Spanningen lopen niet vaak hoger op tussen partners en men zit niet teveel op elkaars lip. Als dit wel zo zou zijn, zouden mensen hier ongelukkiger van worden. Drie op de tien Nederlanders (29%) vinden zelfs dat zij in hun relatie dichter naar elkaar toe zijn gegroeid. Ook heeft een vijfde sinds coronatijd betere gesprekken met de partner.

Figuur 4.14 In hoeverre bent u het eens of oneens met onderstaande stellingen met betrekking tot de coronacrisis? (n=1559)



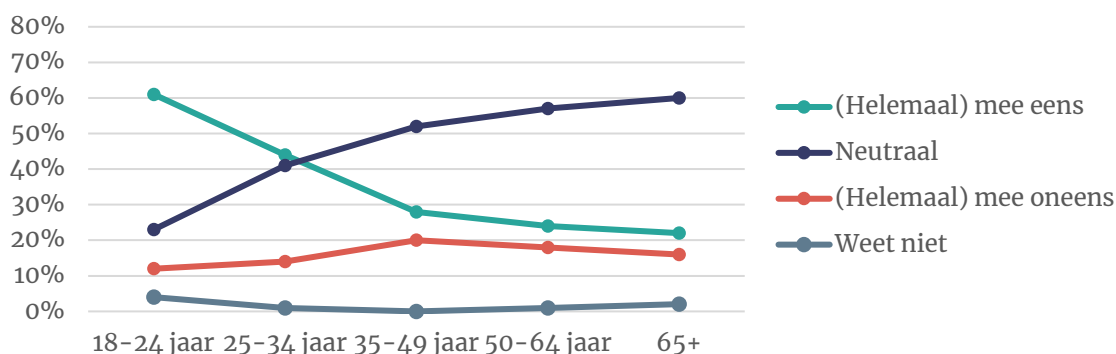
Figuur 4.15 In hoeverre bent u het eens of oneens met onderstaande stellingen met betrekking tot de coronacrisis? (mensen met een relatie, n=1559)



Corona heeft positief effect op de relaties van jongeren

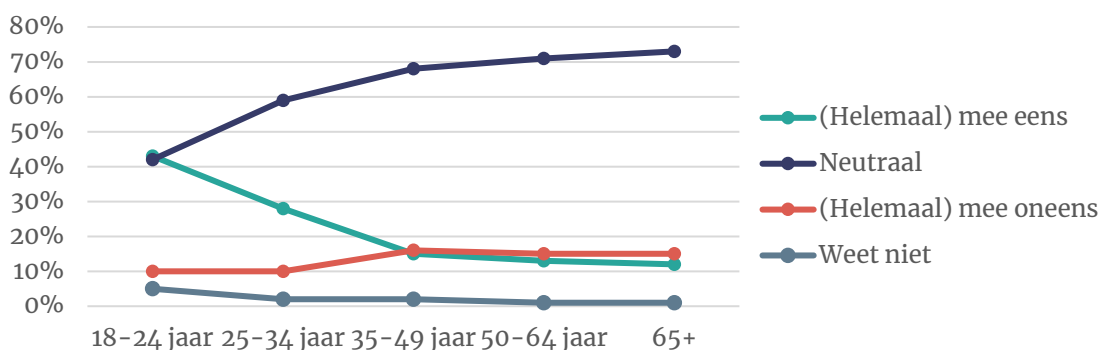
De coronacrisis heeft vooral bij jongeren tussen de 18 en 25 jaar een positief effect gehad op hun relaties. Zo vinden zes op de tien jongeren (61%) dat zij dichterbij hun partner zijn toegesproten. Onder 25 tot 35-jarigen is dit 44 procent.

Figuur 4.16 Mijn partner en ik zijn naar elkaar toegesproten door de coronacrisis. Naar leeftijd. (n=1518)



Ook heeft de coronacrisis in relaties gezorgd voor meer vertrouwen in elkaar. Vier op de tien jongeren (43%) vinden dat er in de relatie meer vertrouwen is ontstaan sinds de coronacrisis.

Figuur 4.17 Mijn partner en ik vertrouwen elkaar beter sinds de coronacrisis. Naar leeftijd. (n=1478)



5 Types Nederlanders tijdens corona

Met de 29 stellingen over de gevolgen van de coronacrisis die aan alle deelnemers zijn gesteld, is een factoranalyse uitgevoerd. Hieruit komen vier verschillende types Nederlanders naar voren:

- Type 1 “De onbegrepene”
- Type 2 “De knuffelhunkeraar”
- Type 3 “De angstige”
- Type 4 “De financieel onzekere”

In Tabel 5.1 worden de stellingen per type weergegeven. Hieronder zullen de verschillende types en hun eigenschappen worden toegelicht. In de kaders staan de vier types uitgewerkt in een persona. De persona's zijn een verpersoonlijking van de types en dienen ter illustratie hiervan. De verschillende types sluiten elkaar niet uit, het is dus mogelijk dat iemand zowel een knuffelhunkeraar als een financieel onzekere is.

Type 1 “De onbegrepene”

Deze mensen voelen zich minder begrepen, minder gehoord, ervaren meer wantrouwen sinds de coronacrisis, zijn sneller geïrriteerd, ergeren zich aan mensen om hen heen en zien dat anderen ook sneller geïrriteerd zijn. Daarnaast zijn zij vaker nerveus en gespannen, weten ze soms niet hoe ze hun dagen moeten vullen en zijn meer geneigd tot agressief gedrag door de coronacrisis. Zij voelen zich eenzaam en moedeloos.

Ruim één op de tien Nederlanders (13%) kan gekarakteriseerd worden als een onbegrepene. Mensen die een onvoldoende geven voor hun geluk, die hun geestelijke gezondheid als slecht inschatten en weinig vertrouwen hebben in de toekomst zijn sterk oververtegenwoordigd in deze groep; meer dan de helft van hen is een onbegrepene.

De onbegrepenen zijn ook meer dan gemiddeld jongeren (16 tot 34 jaar) en studenten; 19 procent van de jongeren en 26 procent van de studenten zijn onbegrepenen. De onbegrepenen wonen meer in de stad, zijn vaker kinderloos en hebben geen relatie. Daarnaast zijn het vaker PVV-stemmers dan Nederlanders die op de andere grote partijen hebben gestemd en verkrijgt dit type mensen hun nieuws vaker via sociale media of bekenden dan via traditionele nieuwsbronnen (tv, radio, krant).

Emma (24 jaar) studeert en woont in Leiden. Het gaat niet goed met haar mentale gezondheid. Ze heeft al maanden geen fysiek college meer gehad en buiten haar drie huisgenoten spreekt ze niet zo veel mensen meer. Ze merkt dat zij zelf en ook haar huisgenoten tegenwoordig sneller geïrriteerd raken aan elkaar. Verder is haar bijbaan gestopt en dit leidt tot frustratie. Ze weet soms niet goed hoe ze haar dagen nog moet vullen. Ze wil graag gewoon weer naar buiten en feesten met haar vrienden. Door de coronamaatregelen is Emma ongelukkig en ze heeft momenteel weinig vertrouwen in de toekomst. Ze voelt zich eenzaam, moedeloos en gespannen. Ook heeft ze het idee dat ze niet altijd gehoord en begrepen wordt. Ze stemt op de PVV en volgt het nieuws vooral via Facebook of Instagram en wat ze daarover hoort van vrienden.



Type 2 “De knuffelhunkeraar”

Deze mensen missen vooral het fysieke contact met naasten, hierbij gaat het niet om seksueel contact maar om het knuffelen en aanraken van familieleden. Zij missen ook ander fysiek contact zoals het geven van een hand of drie zoenen. Zij verlangen naar sociaal contact en activiteiten.

Bijna de helft van de Nederlanders (48%) verlangt naar meer sociaal contact. Ook hier is te zien dat mensen die ongelukkig zijn en weinig vertrouwen hebben in de toekomst oververtegenwoordigd zijn. Knuffelhunkeraars zijn vaker mannen dan vrouwen, vaker 50-plussers dan 50-minners en hebben vaker uitwonende kinderen dan geen kinderen of thuiswonende kinderen. Ook missen Nederlanders die sinds de coronacrisis veel vaker seks hebben (kleine groep) of juist veel minder vaak seks hebben het sociale contact meer dan mensen die ongeveer evenveel seks hebben.

Ronald (63 jaar) is van nature een extravert type die graag familie en vrienden bezoekt. Sinds het begin van de coronacrisis is dit weggefallen. Hij heeft twee volwassen kinderen die hij door het virus maar weinig ziet en al sinds het begin van de crisis niet meer heeft kunnen knuffelen. Ronald mist het fysieke contact met anderen. Hij maakt hem ongelukkig en hij heeft nog maar weinig vertrouwen in de toekomst. Gelukkig heeft hij nog wel een vrouw aan zijn zijde waarmee hij kan knuffelen.

Type 3 “De angstige”

Deze mensen zijn vooral bang om zelf besmet te raken en dat anderen in hun omgeving besmet raken met het coronavirus. Ongeveer een derde van de Nederlanders ervaart dit. De angstigen zijn vaker vrouwen dan mannen, vaker 50-plussers dan 50-minners, vaker laagopgeleid en vaker werkloos dan werkzaam. Ook hebben zij vaker uitwonende kinderen of geen kinderen dan thuiswonende kinderen (dit hangt hoogstwaarschijnlijk samen met leeftijd). SP-stemmers zijn het vaakst bang voor het coronavirus en PVV-stemmers het minst.

José (70 jaar) heeft haar hele leven gewerkt als schoonmaakster en is sinds een aantal jaar met pensioen. Ze heeft geen kinderen, maar wel een groot netwerk aan vrienden en kennissen. Sinds de coronacrisis zijn haar sociale contacten veel minder geworden. Omdat zij bang is om corona te krijgen of dat haar vrienden corona krijgen, is ze erg voorzichtig. Ze spreekt daarom niet meer fysiek af met anderen. Af en toe gaat ze bellen met haar vriendinnen, maar dit vindt ze toch niet zo leuk als in het echt. Ook in de supermarkt is ze bang om door anderen besmet te raken met corona. Ze doet dan ook zo veel mogelijk boodschappen in één keer, zodat ze minder vaak naar de winkel hoeft. José stemt altijd op de SP.



Type 4 "De financieel onzekere"

Eén op de tien Nederlanders geeft aan dat door de coronacrisis hun financiële situatie onzekerder is geworden en dat zij minder geld over houden. Ook dit type zijn vaker mensen die ongelukkig zijn, hun geestelijke gezondheid als slecht inschatten en weinig vertrouwen hebben in de toekomst. Daarnaast ervaren 16 tot 34-jarigen het meest financiële onzekerheid en 65-plussers het minst. Zelfstandigen en werklozen ervaren vaker financiële onzekerheid dan mensen die in loondienst zijn of niet op zoek naar werk zijn (gepensioneerd, arbeidsongeschikt, huisman/huisvrouw). Ook de financiële situatie van alleenstaanden is vaker onzeker dan die van Nederlanders met een partner. Tot slot stemt dit type Nederlanders meer op de PVV dan op andere grote partijen en vernemen zij het nieuws via sociale media of bekenden meer dan uit traditionele nieuwsbronnen.

Floris (30 jaar) werkt als ZZP'er en heeft door de coronacrisis maar weinig opdrachten. Omdat zijn inkomen is gedaald, is hij in een financieel onzekere situatie terecht gekomen. Daarbij heeft hij geen partner en dus ook geen andere inkomsten. Het gaat niet goed met zijn mentale gezondheid, hij voelt zich ongelukkig. Na al die maanden is hij het vertrouwen in de toekomst verloren. Bij de vorige verkiezingen stemde hij op de PVV. Het nieuws hoort hij vooral van bekenden of ziet hij op Facebook voorbij komen. Zijn sociale media gebruik is flink toegenomen de afgelopen maanden.

Tabel 5.1 Overzicht samenstelling factoren / types

Stellingen	
Factor 1 'De onbegrepen'	
<i>Eens met:</i>	Door deze crisis voel ik mij eenzamer dan voor de crisis
<i>Eens met:</i>	Ik ben moedeloos van alle maatregelen en het niet normaal kunnen leven
<i>Eens met:</i>	Ik ben door de coronacrisis nerveus en gespannen
<i>Eens met:</i>	Ik ben sinds de coronacrisis zelf sneller geïrriteerd
<i>Eens met:</i>	Mensen in mijn omgeving zijn sinds de coronacrisis sneller geïrriteerd dan daarvoor
<i>Eens met:</i>	Ik ben sinds de coronacrisis sneller geneigd tot fysiek agressief gedrag
<i>Eens met:</i>	Ik weet de laatste tijd niet wat ik met mijn dagen aan moet
<i>Eens met:</i>	Ik ben wantrouwender geworden sinds de coronacrisis
<i>Eens met:</i>	Ik voel mij minder begrepen sinds de coronacrisis
<i>Eens met:</i>	Ik voel mij minder gehoord sinds de coronacrisis
<i>Eens met:</i>	Ik erger mij sneller aan mensen om mij heen
<i>Oneens met:</i>	Ik heb in mijn dagelijkse leven weinig last van de coronacrisis
Factor 2 'De knuffelhunkeraar'	
<i>Eens met:</i>	Ik mis het fysieke contact met naasten (zoals knuffelen en aanraken)
<i>Eens met:</i>	Ik mis het fysieke contact met anderen (bijvoorbeeld handen geven, drie zoenen)
<i>Oneens met:</i>	Ik vind het fijn dat we geen handen of drie zoenen meer hoeven geven
Factor 3 'De angstige'	
<i>Eens met:</i>	Ik ben bang zelf besmet te raken met het coronavirus
<i>Eens met:</i>	Ik ben bang dat mijn naasten besmet raken met het coronavirus
Factor 4 'De financieel onzekere'	
<i>Eens met:</i>	Mijn financiële situatie is door de coronacrisis onzeker geworden
<i>Oneens met:</i>	Ik houd meer geld over dan ik kan uitgeven

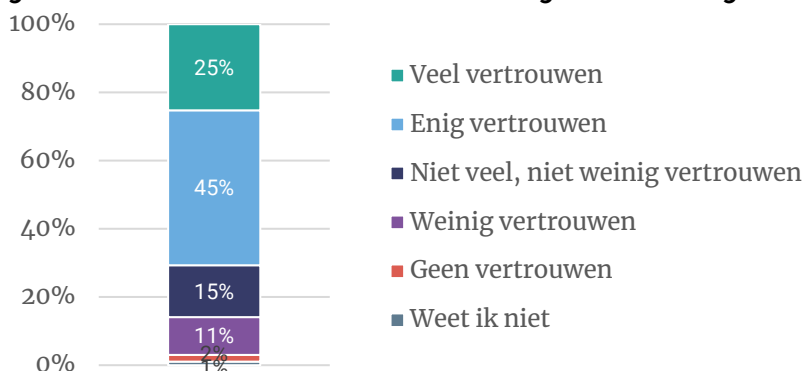


6 Toekomstperspectief

Ruime meerderheid heeft vertrouwen in de toekomst

Zeven op de tien Nederlanders zien de toekomst met vertrouwen tegemoet. Ruim een tiende (13%) heeft weinig of geen vertrouwen in de toekomst. Nederlanders met een relatie hebben vaker vertrouwen in de toekomst (73%), dan Nederlanders zonder een relatie (64%). Mannen hebben vaker vertrouwen in de toekomst dan vrouwen (73 en 68%). Ook opleidingsniveau zorgt voor verschil: 77 procent van de hoogopgeleide Nederlanders heeft vertrouwen in de toekomst. Voor Nederlanders met een middelbaar opleidingsniveau is dit 69 procent en onder laag opgeleiden 63 procent.

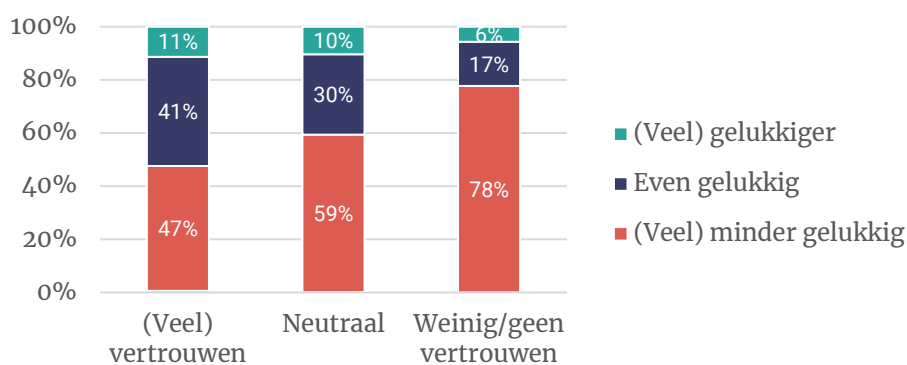
Figuur 6.1 Ziet u de toekomst met veel of weinig vertrouwen tegemoet? (n=2139)



Minder vertrouwen zorgt voor minder geluk

Nederlanders die weinig of geen vertrouwen in de toekomst hebben, zijn vaker minder gelukkig dan vóór de coronacrisis. Ze geven gemiddeld het cijfer 5,7 voor hun geluk. Onder Nederlanders die wel vertrouwen hebben in de toekomst is het gemiddelde cijfer een 7,5.

Figuur 6.2 Verschuiving in geluk en vertrouwen in de toekomst (n=2139)



Belemmeringen voor vertrouwen in toekomst

De voornaamste belemmering die volgens Nederlanders weggenomen moet worden zodat mensen meer vertrouwen krijgen in de toekomst is het coronavirus zelf en de maatregelen om de verspreiding van het virus te beperken. Ook zou het sneller vaccineren veel Nederlanders meer vertrouwen in de toekomst geven. Daarnaast hebben mensen behoefte aan een duidelijker en transparanter regeringsbeleid op het gebied van corona en perspectief voor de toekomst. Een deel geeft aan dat het huidige kabinet voor hen een belemmering is en dat zij meer vertrouwen in de toekomst zouden hebben als het kabinet zou bestaan uit andere partijen.



Meer vertrouwen in de toekomst

- *“Alle belemmeringen, Covid weg, terug naar het normale leven!”*
- *“Corona vrij te leven. Echt vrij te zijn om de dingen te beleven en te doen die voorheen ook gedaan werden.”*
- *“Dat er sneller gevaccineerd gaat worden, zodat we weer meer vrijheden krijgen.”*
- *“Een beter vaccinatiebeleid en meer investeren in het klimaat.”*
- *“Belemmering is hoe de regering de crisis aanpakt. Vanaf het begin veel te slap, er zijn te veel fouten gemaakt tav vaccineren en inkoop vaccins en de lockdown. Het gaat allemaal te traag.”*
- *“Andere politieke partijen aan de macht.”*
- *“Dat mensen beter met elkaar omgaan en elkaar minder wantrouwen. De rellen zijn zorgelijk.”*
- *“Duidelijk beleid, heldere communicatie, perspectief.”*
- *“De overheid (Kabinet én OMT) moet met één mond spreken en niet elkaars vliegen afvangen in allerlei talkshows. Gék word ik daar van! En, niet van dat zwabberend beleid, in één keer goed doorpakken met maatregelen zoals lockdown en avondklok.”*

Afstand van onbekenden ook na de coronacrisis behouden

De coronacrisis heeft ook veranderingen met zich meegebracht waarvan Nederlanders graag zouden zien dat deze behouden blijven als de crisis voorbij is. Zo vinden veel mensen het prettig dat zij anderen niet meer drie zoenen hoeven te geven als begroeting. Ook het anderhalve meter afstand houden in bijvoorbeeld supermarkten en restaurants ervaren mensen als prettig. Daarnaast vinden velen het fijn dat zij niet meer naar verplichte verjaardagen hoeven, gemakkelijk onder sociale verplichtingen uit kunnen komen en meer thuis zijn. Zij vinden het leven minder gehaast en ervaren meer rust. Nederlanders met een partner of kinderen vinden het fijn meer tijd met hun gezin te kunnen besteden en ook het thuiswerken is een verandering die velen (gedeeltelijk) zouden willen behouden. Een ander positieve verandering vindt men de herontdekking van de Nederlandse natuur en het positieve effect dat het thuisblijven heeft op het milieu.

Behouden

- *“‘Verplichte’ verjaardagen hoeven niet, kussen/handen schudden ook niet. Ook wel fijn dat je nergens wordt verwacht en dat je makkelijk kunt afzeggen als het niet goed voelt om te komen.”*
- *“Dat niet iedereen zomaar in je persoonlijke ‘ruimte’ komt, vanwege die 1,5 meter.”*
- *“Ik ben blij dat alles niet zo gejaagd is, anders moest je wel eens snel dit of dat vanwege verplichtingen.”*
- *“Dat mensen reflecteren wat eigenlijk echt belangrijk is en dat koesteren ipv een grote dure nieuwe auto ofzo.”*
- *“De avondklok, heerlijk rustig om me heen! Meer thuis zijn, intensievere contacten doordat je merkt wat er belangrijk is in het leven.”*
- *“Thuiswerken mag deels zeker blijven. Geeft mij veel meer rust wanneer je niet elke dag minstens 2 uur ervan aan het reizen bent.”*
- *“Minder vervuiling door minder verkeer. Mensen waarderen de natuur en Nederland meer.”*
- *“Dat er meer belafspraken en online toegankelijkheid is. Bepaalde afspraken kunnen nu ook online worden gehouden.”*
- *“De alternatieve zorgzaamheid van en voor (on)bekende mensen onderling.”*



Bijlage

Tabel 7.1 Kunt u voor elk van onderstaande activiteiten aangeven of u dat sinds het begin van de coronacrisis meer of minder bent gaan doen? (Of evenveel?) Naar geslacht en leeftijd (n=2139)

		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
Thuiswerken	(veel) meer	39%	40%	37%	67%	57%	52%	37%	6%
	even veel	12%	14%	9%	6%	8%	9%	13%	17%
	(veel) minder	2%	3%	2%	4%	3%	1%	2%	3%
	deed en doe ik nooit	47%	43%	52%	23%	32%	38%	48%	74%
Online aankopen doen	(veel) meer	62%	61%	63%	61%	65%	68%	64%	52%
	even veel	28%	30%	26%	30%	30%	27%	26%	30%
	(veel) minder	4%	3%	4%	6%	6%	3%	4%	4%
	deed en doe ik nooit	6%	6%	7%	3%	0%	3%	7%	14%
Bewegen	(veel) meer	22%	19%	25%	18%	23%	24%	22%	21%
	even veel	36%	39%	33%	16%	28%	34%	40%	44%
	(veel) minder	41%	41%	42%	65%	49%	41%	38%	34%
	deed en doe ik nooit	1%	1%	1%	1%	1%	1%	0%	1%
Sporten	(veel) meer	14%	13%	15%	24%	18%	18%	10%	9%
	even veel	27%	29%	26%	12%	23%	30%	29%	31%
	(veel) minder	42%	43%	42%	57%	49%	38%	42%	38%
	deed en doe ik nooit	16%	16%	17%	7%	10%	15%	19%	22%
Zitten	(veel) meer	55%	52%	59%	84%	67%	57%	49%	47%
	even veel	39%	44%	35%	12%	30%	37%	45%	48%
	(veel) minder	5%	4%	5%	3%	4%	4%	5%	5%
	deed en doe ik nooit	1%	1%	1%	0%	0%	1%	1%	0%
Alcohol drinken	(veel) meer	9%	7%	10%	11%	13%	14%	6%	5%
	even veel	48%	52%	44%	24%	36%	47%	53%	58%
	(veel) minder	22%	24%	19%	41%	29%	19%	18%	18%
	deed en doe ik nooit	21%	17%	26%	25%	22%	20%	22%	19%
Snoepen en snacken	(veel) meer	26%	24%	28%	34%	38%	34%	23%	14%
	even veel	52%	53%	51%	43%	45%	52%	52%	59%
	(veel) minder	16%	18%	15%	21%	16%	11%	19%	16%
	deed en doe ik nooit	5%	5%	6%	2%	2%	3%	5%	11%
Gezond eten	(veel) meer	19%	18%	20%	33%	25%	18%	16%	15%
	even veel	72%	74%	71%	53%	59%	70%	79%	81%
	(veel) minder	8%	8%	9%	14%	15%	12%	6%	3%
	deed en doe ik nooit	0%	0%	0%	0%	1%	0%	0%	1%



		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
Roken	(veel) meer	3%	3%	4%	4%	6%	4%	2%	2%
	even veel	9%	11%	7%	4%	9%	9%	9%	10%
	(veel) minder	6%	6%	5%	12%	9%	6%	4%	3%
	deed en doe ik nooit	82%	81%	84%	80%	76%	80%	85%	85%
Het huis schoonmaken	(veel) meer	19%	18%	20%	28%	30%	19%	15%	16%
	even veel	70%	70%	69%	62%	60%	69%	74%	72%
	(veel) minder	8%	7%	9%	6%	8%	9%	7%	8%
	deed en doe ik nooit	3%	5%	1%	4%	1%	2%	4%	4%
Knuffelen	(veel) meer	11%	11%	10%	16%	17%	13%	7%	8%
	even veel	40%	46%	34%	27%	42%	46%	42%	36%
	(veel) minder	43%	37%	50%	52%	36%	37%	46%	47%
	deed en doe ik nooit	6%	6%	6%	6%	6%	4%	5%	9%
Wandelen	(veel) meer	55%	51%	58%	61%	64%	59%	53%	45%
	even veel	29%	32%	26%	20%	21%	30%	31%	34%
	(veel) minder	13%	13%	12%	10%	12%	9%	13%	16%
	deed en doe ik nooit	4%	4%	4%	9%	3%	2%	3%	6%
Mezelf leuk aankleden	(veel) meer	2%	2%	2%	2%	3%	1%	3%	2%
	even veel	45%	53%	38%	28%	30%	44%	47%	60%
	(veel) minder	47%	36%	58%	63%	60%	51%	45%	33%
	deed en doe ik nooit	5%	9%	2%	7%	7%	3%	5%	6%
Een boek lezen	(veel) meer	27%	24%	31%	28%	29%	20%	25%	36%
	even veel	47%	45%	49%	43%	41%	49%	53%	42%
	(veel) minder	9%	9%	9%	9%	12%	10%	7%	9%
	deed en doe ik nooit	16%	23%	10%	20%	17%	21%	15%	13%
TV kijken	(veel) meer	46%	43%	49%	46%	51%	44%	47%	44%
	even veel	44%	45%	42%	31%	30%	44%	49%	50%
	(veel) minder	5%	7%	4%	7%	10%	7%	3%	4%
	deed en doe ik nooit	5%	5%	5%	15%	10%	5%	2%	2%
Online streamen	(veel) meer	41%	39%	43%	61%	52%	48%	38%	26%
	even veel	25%	27%	23%	29%	33%	31%	25%	13%
	(veel) minder	2%	3%	1%	4%	5%	1%	1%	1%
	deed en doe ik nooit	32%	31%	33%	7%	11%	20%	36%	60%
Seks hebben met iemand	(veel) meer	6%	6%	6%	13%	12%	9%	4%	2%
	even veel	59%	62%	56%	36%	58%	60%	66%	54%
	(veel) minder	20%	20%	19%	19%	20%	24%	18%	18%
	deed en doe ik nooit	15%	12%	19%	32%	10%	8%	12%	26%



		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
Seks hebben met uzelf	(veel) meer	7%	10%	4%	14%	14%	7%	5%	3%
	even veel	55%	64%	45%	51%	58%	63%	58%	41%
	(veel) minder	11%	10%	12%	13%	13%	12%	9%	11%
	deed en doe ik nooit	27%	16%	39%	22%	15%	18%	28%	45%
Tijdschriften lezen	(veel) meer	10%	10%	11%	4%	11%	7%	11%	15%
	even veel	51%	51%	51%	29%	36%	43%	59%	64%
	(veel) minder	9%	9%	9%	2%	10%	13%	8%	8%
	deed en doe ik nooit	30%	31%	29%	65%	43%	38%	23%	13%
In je vrije tijd op een scherm zitten	(veel) meer	52%	49%	55%	77%	57%	49%	53%	42%
	even veel	44%	46%	41%	22%	38%	47%	44%	51%
	(veel) minder	3%	3%	2%	1%	3%	4%	2%	2%
	deed en doe ik nooit	2%	2%	2%	0%	2%	0%	2%	4%
Actief zijn op social media	(veel) meer	26%	22%	30%	52%	28%	25%	27%	15%
	even veel	42%	43%	42%	29%	36%	43%	45%	46%
	(veel) minder	9%	9%	8%	6%	17%	11%	6%	5%
	deed en doe ik nooit	23%	26%	20%	13%	18%	21%	21%	34%
Gamen	(veel) meer	14%	17%	11%	36%	25%	17%	10%	3%
	even veel	19%	21%	18%	30%	26%	20%	15%	18%
	(veel) minder	4%	5%	2%	5%	8%	5%	2%	2%
	deed en doe ik nooit	63%	57%	69%	29%	41%	59%	73%	77%
Gezelschaps-spellen	(veel) meer	28%	25%	31%	51%	44%	30%	22%	18%
	even veel	34%	37%	32%	32%	29%	38%	36%	34%
	(veel) minder	11%	12%	9%	12%	13%	11%	8%	13%
	deed en doe ik nooit	27%	26%	27%	5%	14%	22%	34%	36%
Roddelen	(veel) meer	3%	3%	2%	3%	5%	4%	2%	1%
	even veel	36%	35%	37%	39%	43%	41%	38%	23%
	(veel) minder	20%	15%	25%	34%	29%	21%	18%	12%
	deed en doe ik nooit	41%	47%	35%	23%	24%	34%	42%	65%
Goede gesprekken voeren	(veel) meer	16%	14%	19%	18%	23%	19%	14%	13%
	even veel	49%	53%	45%	39%	40%	53%	53%	49%
	(veel) minder	33%	31%	35%	43%	35%	27%	33%	35%
	deed en doe ik nooit	1%	2%	1%	0%	1%	2%	1%	3%
Goed slapen	(veel) meer	14%	14%	14%	29%	21%	12%	13%	9%
	even veel	58%	61%	55%	45%	45%	62%	60%	65%
	(veel) minder	27%	24%	29%	24%	32%	25%	26%	26%



		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
	deed en doe ik nooit	1%	1%	1%	3%	1%	1%	1%	1%
Piekeren	(veel) meer	41%	36%	46%	57%	49%	42%	38%	34%
	even veel	40%	40%	40%	30%	35%	40%	44%	41%
	(veel) minder	7%	8%	6%	9%	8%	7%	6%	6%
	deed en doe ik nooit	12%	16%	8%	3%	7%	10%	12%	19%
Overwerken	(veel) meer	17%	16%	17%	21%	28%	27%	14%	0%
	even veel	27%	31%	22%	25%	34%	34%	33%	6%
	(veel) minder	11%	13%	8%	12%	15%	16%	11%	3%
	deed en doe ik nooit	46%	40%	53%	42%	22%	23%	43%	92%
Vervelen	(veel) meer	36%	35%	37%	67%	47%	38%	32%	24%
	even veel	28%	31%	24%	24%	32%	29%	28%	24%
	(veel) minder	5%	6%	3%	2%	6%	5%	3%	5%
	deed en doe ik nooit	32%	28%	35%	6%	14%	28%	37%	47%
Ruzie maken	(veel) meer	12%	11%	12%	15%	16%	17%	10%	8%
	even veel	44%	47%	42%	48%	47%	50%	46%	34%
	(veel) minder	11%	11%	11%	19%	15%	8%	10%	11%
	deed en doe ik nooit	33%	31%	34%	18%	23%	25%	34%	48%
Koken	(veel) meer	29%	29%	29%	49%	39%	29%	26%	20%
	even veel	60%	56%	63%	42%	49%	64%	63%	63%
	(veel) minder	5%	5%	5%	1%	7%	5%	4%	5%
	deed en doe ik nooit	6%	9%	3%	8%	5%	2%	6%	12%
Klussen	(veel) meer	27%	29%	25%	23%	38%	27%	27%	20%
	even veel	42%	45%	39%	33%	37%	47%	46%	40%
	(veel) minder	10%	13%	8%	6%	6%	10%	11%	13%
	deed en doe ik nooit	20%	13%	28%	38%	19%	17%	16%	27%
Fietsen	(veel) meer	20%	20%	20%	10%	18%	18%	22%	23%
	even veel	43%	43%	44%	29%	39%	50%	47%	40%
	(veel) minder	25%	26%	25%	56%	33%	21%	21%	22%
	deed en doe ik nooit	11%	10%	12%	5%	10%	10%	11%	15%
Met klachten naar de dokter	(veel) meer	5%	6%	4%	6%	5%	6%	6%	4%
	even veel	51%	52%	51%	55%	43%	53%	53%	51%
	(veel) minder	25%	20%	29%	24%	27%	25%	23%	25%
	deed en doe ik nooit	19%	22%	16%	15%	25%	16%	18%	20%



		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
Hulp zoeken bij anderen	(veel) meer	7%	5%	9%	11%	18%	7%	4%	3%
	even veel	47%	48%	45%	49%	44%	57%	45%	40%
	(veel) minder	16%	15%	17%	19%	20%	15%	14%	13%
	deed en doe ik nooit	30%	32%	29%	20%	18%	21%	36%	43%

Tabel 7.2 Kunt u voor elke activiteit zeggen of dat een goed gevoel geeft, dat u er misschien zelfs blij van wordt, geeft het u een minder goed gevoel of maakt u zich er zelfs zorgen over dat u dit doet? Naar geslacht en leeftijd (n=2139)

		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
Thuiswerken	Goed gevoel	14%	12%	16%	3%	19%	11%	16%	15%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	23%	24%	22%	15%	23%	20%	26%	32%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	40%	41%	38%	40%	34%	42%	41%	49%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	19%	19%	19%	30%	19%	23%	14%	1%
	Slecht gevoel	4%	4%	5%	12%	5%	4%	2%	3%
Online aankopen doen	Goed gevoel	11%	9%	14%	22%	15%	14%	8%	7%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	27%	26%	27%	37%	33%	28%	24%	21%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	53%	57%	49%	29%	39%	51%	59%	65%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	8%	8%	9%	8%	13%	5%	8%	7%
	Slecht gevoel	1%	0%	1%	3%	0%	1%	0%	1%
Bewegen	Goed gevoel	38%	33%	44%	48%	42%	42%	36%	32%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	43%	47%	39%	38%	40%	42%	44%	47%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	15%	18%	13%	11%	14%	14%	17%	16%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	2%	2%	2%	1%	4%	1%	2%	2%
	Slecht gevoel	1%	1%	1%	1%	0%	0%	1%	2%
Sporten	Goed gevoel	39%	38%	40%	55%	43%	43%	36%	31%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	39%	39%	40%	27%	35%	40%	42%	44%



		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	17%	18%	16%	17%	17%	15%	17%	19%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	3%	4%	3%	1%	4%	3%	4%	3%
	Slecht gevoel	1%	1%	1%	0%	1%	0%	1%	2%
Zitten	Goed gevoel	1%	1%	2%	2%	2%	2%	1%	1%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	9%	10%	8%	3%	8%	8%	10%	11%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	53%	58%	47%	44%	44%	56%	53%	58%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	31%	27%	35%	39%	38%	29%	31%	25%
	Slecht gevoel	6%	5%	8%	12%	9%	6%	6%	5%
Alcohol drinken	Goed gevoel	11%	10%	11%	22%	12%	12%	8%	8%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	34%	36%	32%	39%	38%	32%	31%	35%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	48%	46%	49%	27%	41%	47%	54%	51%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	7%	6%	8%	10%	9%	7%	6%	5%
	Slecht gevoel	1%	1%	1%	3%	1%	2%	1%	1%
Snoepen en snacken	Goed gevoel	6%	5%	7%	12%	8%	6%	6%	4%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	19%	22%	17%	17%	24%	25%	16%	15%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	40%	44%	36%	32%	32%	36%	44%	47%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	31%	26%	35%	32%	32%	29%	30%	32%
	Slecht gevoel	4%	3%	5%	7%	4%	4%	4%	4%
Gezond eten	Goed gevoel	34%	27%	41%	48%	38%	37%	32%	30%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	44%	46%	43%	42%	44%	43%	45%	45%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	20%	26%	14%	10%	17%	19%	21%	24%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	1%	1%	1%	1%	1%	1%	1%	1%
	Slecht gevoel	0%	0%	0%	0%	0%	0%	1%	0%



		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
Roken	Goed gevoel	7%	7%	6%	7%	4%	5%	8%	10%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	28%	30%	25%	35%	26%	32%	24%	28%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	30%	33%	27%	9%	27%	23%	36%	43%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	23%	21%	25%	20%	28%	28%	21%	15%
	Slecht gevoel	12%	8%	16%	29%	15%	11%	11%	4%
Het huis schoonmaken	Goed gevoel	15%	10%	20%	17%	24%	13%	14%	11%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	40%	39%	40%	49%	40%	39%	37%	40%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	39%	45%	34%	29%	29%	39%	43%	45%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	5%	5%	5%	5%	6%	9%	5%	3%
	Slecht gevoel	1%	1%	1%	0%	2%	0%	1%	1%
Knuffelen	Goed gevoel	52%	43%	61%	62%	65%	54%	47%	43%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	33%	39%	27%	27%	27%	34%	36%	36%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	13%	16%	9%	10%	7%	11%	15%	17%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	1%	1%	1%	1%	1%	0%	1%	2%
	Slecht gevoel	1%	1%	1%	0%	0%	1%	1%	2%
Wandelen	Goed gevoel	44%	35%	52%	47%	41%	45%	44%	43%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	42%	48%	37%	43%	46%	43%	41%	41%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	12%	16%	9%	9%	11%	11%	13%	14%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	1%	1%	2%	1%	2%	1%	2%	1%
	Slecht gevoel	0%	1%	0%	0%	0%	0%	0%	1%
Mezelf leuk aankleden	Goed gevoel	27%	15%	39%	49%	37%	27%	23%	21%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	36%	34%	39%	37%	34%	39%	37%	34%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	34%	50%	20%	12%	27%	31%	38%	43%



		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
	Eerder een slecht dan goed gevoel	2%	2%	1%	1%	1%	2%	2%	1%
	Slecht gevoel	0%	0%	1%	0%	1%	0%	0%	0%
Een boek lezen	Goed gevoel	36%	25%	45%	39%	35%	37%	35%	35%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	40%	44%	36%	35%	40%	38%	41%	40%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	24%	31%	17%	26%	22%	25%	23%	25%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	1%	1%	0%	0%	2%	0%	0%	0%
	Slecht gevoel	0%	0%	0%	0%	1%	0%	0%	0%
TV kijken	Goed gevoel	12%	9%	16%	21%	12%	15%	9%	13%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	35%	33%	38%	35%	32%	35%	37%	35%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	45%	50%	40%	35%	42%	42%	49%	45%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	7%	8%	6%	9%	11%	7%	5%	7%
	Slecht gevoel	1%	1%	1%	1%	3%	1%	1%	0%
Online streamen (bijv Netflix, Videoland)	Goed gevoel	17%	14%	22%	32%	21%	18%	13%	11%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	38%	39%	37%	40%	37%	38%	39%	34%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	40%	42%	37%	25%	31%	39%	46%	52%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	4%	5%	3%	2%	8%	4%	2%	2%
	Slecht gevoel	1%	1%	1%	1%	3%	0%	0%	0%
Seks hebben met iemand	Goed gevoel	58%	59%	56%	78%	69%	68%	52%	38%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	29%	29%	28%	14%	22%	24%	34%	37%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	12%	11%	14%	6%	6%	7%	14%	24%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	1%	0%	2%	2%	2%	0%	0%	1%
	Slecht gevoel	1%	1%	1%	0%	0%	1%	1%	0%



		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
Seks hebben met uzelf	Goed gevoel	31%	27%	36%	39%	37%	42%	24%	15%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	36%	36%	36%	34%	33%	36%	39%	34%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	29%	32%	24%	21%	23%	17%	35%	45%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	4%	4%	3%	5%	6%	5%	1%	5%
	Slecht gevoel	1%	1%	0%	1%	1%	0%	1%	1%
Tijdschriften lezen	Goed gevoel	14%	10%	19%	10%	15%	13%	14%	16%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	44%	46%	42%	49%	47%	41%	44%	44%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	40%	42%	37%	41%	34%	43%	41%	40%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	1%	2%	1%	0%	3%	2%	1%	1%
	Slecht gevoel	0%	0%	0%	0%	0%	1%	0%	0%
In je vrije tijd op een scherm zitten (van telefoon tot laptop)	Goed gevoel	6%	4%	8%	8%	6%	6%	5%	6%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	24%	26%	23%	24%	20%	25%	26%	25%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	51%	53%	49%	37%	43%	48%	54%	59%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	15%	14%	16%	22%	24%	18%	12%	9%
	Slecht gevoel	3%	3%	4%	9%	6%	3%	2%	0%
Actief zijn op sociale media	Goed gevoel	4%	3%	6%	5%	3%	4%	4%	6%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	21%	20%	23%	20%	14%	20%	22%	29%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	57%	56%	57%	39%	51%	55%	63%	60%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	16%	19%	13%	32%	26%	20%	10%	5%
	Slecht gevoel	2%	3%	2%	4%	6%	1%	1%	0%
Gamen	Goed gevoel	19%	21%	16%	33%	23%	21%	11%	8%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	37%	38%	34%	34%	44%	37%	30%	36%



		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	38%	34%	43%	23%	26%	38%	50%	54%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	6%	5%	6%	8%	5%	4%	8%	2%
	Slecht gevoel	1%	1%	1%	2%	1%	0%	1%	0%
Gezelschaps- spellen (bordspel, kaarten, dobbelen, etc.)	Goed gevoel	36%	27%	44%	59%	46%	35%	31%	21%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	44%	48%	40%	27%	40%	44%	46%	53%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	19%	24%	15%	13%	13%	19%	23%	25%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	1%	1%	0%	1%	0%	1%	0%	1%
	Slecht gevoel	0%	0%	0%	0%	1%	0%	0%	0%
Roddelen	Goed gevoel	1%	2%	1%	8%	1%	1%	0%	0%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	10%	10%	10%	15%	17%	8%	6%	6%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	50%	53%	47%	48%	42%	53%	50%	60%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	35%	30%	39%	23%	32%	35%	42%	30%
	Slecht gevoel	4%	5%	3%	5%	9%	2%	2%	4%
Goede gesprekken voeren	Goed gevoel	39%	28%	49%	48%	46%	42%	34%	34%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	44%	49%	39%	38%	40%	45%	46%	45%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	16%	21%	11%	11%	12%	13%	19%	20%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	1%	1%	1%	1%	2%	0%	1%	1%
	Slecht gevoel	0%	1%	0%	1%	1%	0%	0%	0%
Goed slapen	Goed gevoel	54%	47%	61%	72%	66%	60%	49%	42%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	34%	40%	28%	24%	26%	33%	37%	40%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	8%	10%	7%	4%	4%	5%	11%	12%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	2%	1%	2%	0%	3%	1%	1%	2%



		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
	Slecht gevoel	2%	1%	2%	0%	1%	2%	2%	3%
Piekeren	Goed gevoel	0%	0%	0%	1%	0%	0%	0%	0%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	1%	1%	1%	1%	1%	1%	1%	1%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	22%	26%	18%	13%	12%	19%	23%	33%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	53%	51%	56%	46%	51%	56%	58%	49%
	Slecht gevoel	24%	22%	25%	40%	36%	24%	18%	17%
Overwerken	Goed gevoel	3%	3%	3%	5%	3%	2%	4%	0%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	18%	17%	19%	9%	15%	19%	21%	19%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	48%	50%	46%	41%	39%	53%	52%	48%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	25%	24%	27%	36%	31%	23%	20%	28%
	Slecht gevoel	6%	6%	6%	9%	11%	4%	3%	5%
Vervelen	Goed gevoel	0%	0%	0%	1%	0%	0%	0%	0%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	3%	2%	3%	2%	4%	3%	2%	2%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	27%	26%	27%	19%	19%	28%	32%	30%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	53%	54%	53%	54%	52%	56%	51%	56%
	Slecht gevoel	17%	18%	16%	26%	24%	13%	15%	12%
Ruzie maken	Goed gevoel	1%	1%	1%	1%	0%	1%	1%	0%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	2%	2%	2%	0%	2%	1%	2%	1%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	21%	23%	19%	13%	16%	22%	23%	27%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	54%	51%	57%	52%	49%	55%	57%	51%
	Slecht gevoel	23%	23%	22%	33%	33%	21%	17%	20%
Koken	Goed gevoel	28%	24%	31%	32%	30%	25%	27%	28%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	41%	42%	41%	34%	43%	39%	44%	41%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	28%	32%	25%	33%	22%	32%	26%	31%



		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
	Eerder een slecht dan goed gevoel	2%	2%	3%	1%	4%	3%	2%	0%
	Slecht gevoel	0%	1%	0%	1%	0%	1%	0%	0%
Klussen	Goed gevoel	24%	23%	24%	15%	26%	24%	24%	22%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	46%	45%	48%	41%	48%	46%	46%	46%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	27%	28%	26%	34%	23%	27%	27%	29%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	2%	3%	2%	9%	3%	3%	1%	2%
	Slecht gevoel	1%	1%	0%	0%	0%	0%	1%	0%
Fietsen	Goed gevoel	33%	29%	38%	23%	26%	25%	38%	43%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	44%	48%	40%	43%	46%	49%	43%	40%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	20%	21%	20%	29%	23%	23%	18%	17%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	2%	2%	2%	6%	5%	3%	1%	0%
	Slecht gevoel	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Met klachten naar de dokter	Goed gevoel	2%	2%	3%	4%	1%	2%	2%	3%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	19%	17%	20%	14%	20%	20%	17%	19%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	53%	52%	53%	48%	43%	50%	57%	56%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	21%	23%	19%	24%	28%	24%	18%	18%
	Slecht gevoel	5%	5%	4%	10%	7%	4%	5%	3%
Hulp zoeken bij anderen (familie, vrienden of bureu)	Goed gevoel	6%	5%	8%	11%	8%	3%	6%	7%
	Eerder een goed dan slecht gevoel	35%	30%	39%	31%	41%	39%	30%	31%
	Geen goed maar ook geen slecht gevoel	50%	56%	45%	47%	42%	46%	57%	55%
	Eerder een slecht dan goed gevoel	8%	9%	7%	12%	9%	10%	7%	4%
	Slecht gevoel	1%	1%	1%	0%	1%	0%	1%	2%



Tabel 7.3 In hoeverre bent u het eens of oneens met onderstaande stellingen met betrekking tot de coronacrisis? Naar geslacht en leeftijd (ouders met thuiswonende kinderen, n=500)

		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
Het geven van thuisonderwijs aan mijn kind(eren) is goed vol te houden (n=190)	(helemaal) mee eens	40%	41%	38%	100%	43%	40%	25%	0%
	neutraal	11%	13%	9%	0%	4%	9%	34%	0%
	(helemaal) mee oneens	48%	46%	51%	0%	53%	50%	37%	100%
	weet niet	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Het geven van thuisonderwijs aan mijn kind(eren) geeft mij stress (n=190)	niet van toepassing	1%	0%	2%	0%	0%	1%	4%	0%
	(helemaal) mee eens	57%	58%	56%	49%	53%	58%	59%	100%
	neutraal	17%	17%	16%	0%	29%	15%	14%	0%
	(helemaal) mee oneens	24%	25%	23%	51%	18%	25%	23%	0%
Van het geven van thuisonderwijs aan mijn kind(eren) word ik gelukkig (n=190)	weet niet	1%	0%	2%	0%	0%	1%	0%	0%
	niet van toepassing	1%	0%	3%	0%	0%	1%	4%	0%
	(helemaal) mee eens	22%	25%	19%	0%	21%	21%	30%	0%
	neutraal	27%	29%	25%	51%	33%	25%	32%	0%
Ik maak mij zorgen om de schoolprestaties van mijn kind(eren)	(helemaal) mee oneens	48%	44%	51%	49%	43%	51%	34%	100%
	weet niet	1%	1%	2%	0%	3%	1%	0%	0%
	niet van toepassing	2%	0%	3%	0%	0%	2%	4%	0%
	(helemaal) mee eens	34%	39%	30%	36%	14%	43%	35%	16%
Ik word wel eens gek van mijn kind(eren) nu we zoveel thuis moeten blijven	neutraal	10%	12%	9%	37%	12%	11%	9%	3%
	(helemaal) mee oneens	30%	25%	35%	0%	28%	33%	30%	20%
	weet niet	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
	niet van toepassing	25%	25%	25%	27%	46%	13%	26%	60%
Ik word wel eens gek van mijn kind(eren) nu we zoveel thuis moeten blijven	(helemaal) mee eens	35%	38%	31%	36%	43%	48%	19%	5%
	neutraal	15%	15%	15%	37%	16%	14%	16%	13%
	(helemaal) mee oneens	40%	37%	44%	0%	26%	35%	53%	46%
	weet niet	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%



		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
	niet van toepassing	10%	10%	10%	27%	15%	3%	12%	36%
We zitten elkaar thuis de laatste tijd vaak in de weg	(helemaal) mee eens	22%	19%	26%	36%	34%	26%	15%	3%
	neutraal	17%	20%	14%	0%	8%	15%	22%	20%
	(helemaal) mee oneens	54%	55%	53%	64%	45%	53%	59%	50%
	weet niet	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
	niet van toepassing	7%	6%	7%	0%	12%	5%	4%	27%
Ik heb vaker onenigheden met mijn kind(eren)	(helemaal) mee eens	20%	19%	21%	36%	23%	26%	12%	13%
	neutraal	22%	26%	17%	37%	13%	24%	23%	16%
	(helemaal) mee oneens	51%	51%	51%	0%	45%	47%	59%	54%
	weet niet	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
	niet van toepassing	7%	5%	10%	27%	19%	3%	5%	18%
De relatie met mijn kinderen is tijdens de coronacrisis verbeterd	(helemaal) mee eens	35%	37%	32%	37%	49%	35%	28%	36%
	neutraal	49%	46%	52%	36%	31%	48%	59%	37%
	(helemaal) mee oneens	11%	14%	8%	0%	8%	12%	11%	14%
	weet niet	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
	niet van toepassing	5%	3%	7%	27%	12%	5%	2%	13%
Sinds de coronacrisis zijn er vaker spanningen in huis	(helemaal) mee eens	26%	27%	25%	0%	32%	30%	21%	0%
	neutraal	22%	27%	18%	36%	18%	21%	25%	28%
	(helemaal) mee oneens	46%	42%	50%	64%	40%	44%	51%	44%
	weet niet	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
	niet van toepassing	6%	5%	7%	0%	10%	5%	3%	29%



Tabel 7.4 In hoeverre bent u het eens of oneens met onderstaande stellingen met betrekking tot de coronacrisis? Naar geslacht en leeftijd (mensen met een relatie, n=1559)

		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
Mijn partner en ik zijn naar elkaar toegegroeid door de coronacrisis	(helemaal) mee eens	28%	27%	29%	60%	43%	27%	23%	21%
	neutraal	52%	53%	51%	22%	41%	50%	55%	60%
	(helemaal) mee oneens	16%	17%	15%	11%	13%	19%	17%	15%
	weet niet	1%	1%	1%	4%	1%	0%	1%	2%
Mijn partner is sinds de coronacrisis sneller geneigd tot fysiek agressief gedrag	niet van toepassing	3%	2%	3%	2%	1%	4%	4%	1%
	(helemaal) mee eens	2%	2%	1%	0%	2%	1%	1%	2%
	neutraal	9%	13%	5%	3%	5%	8%	10%	12%
	(helemaal) mee oneens	78%	74%	82%	89%	83%	80%	76%	72%
Mijn partner en ik zitten te veel op elkaars lip	weet niet	1%	0%	1%	3%	0%	1%	0%	1%
	niet van toepassing	11%	11%	11%	5%	10%	9%	12%	12%
	(helemaal) mee eens	19%	18%	20%	18%	24%	22%	16%	18%
	neutraal	20%	22%	18%	13%	12%	19%	21%	27%
Mijn partner en ik vertrouwen elkaar beter sinds de coronacrisis	(helemaal) mee oneens	56%	57%	56%	66%	60%	52%	59%	53%
	weet niet	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
	niet van toepassing	4%	3%	6%	2%	4%	6%	4%	3%
	(helemaal) mee eens	16%	17%	14%	41%	27%	13%	12%	11%
Mijn partner en ik hebben nu betere gesprekken dan voor de coronacrisis	neutraal	64%	63%	65%	41%	57%	63%	67%	70%
	(helemaal) mee oneens	14%	14%	13%	10%	10%	14%	15%	14%
	weet niet	1%	2%	1%	4%	2%	2%	1%	1%
	niet van toepassing	5%	5%	6%	4%	4%	8%	5%	4%
Mijn partner en ik hebben nu betere gesprekken dan voor de coronacrisis	(helemaal) mee eens	20%	19%	21%	27%	29%	19%	17%	18%
	neutraal	55%	58%	52%	42%	42%	53%	60%	61%
	(helemaal) mee oneens	21%	21%	22%	16%	27%	24%	20%	17%
	weet niet	1%	1%	1%	2%	1%	0%	0%	1%

		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
	niet van toepassing	3%	2%	4%	12%	2%	4%	3%	1%
Door de coronacrisis lopen de spanningen tussen mij en mijn partner soms hoog op	(helemaal) mee eens	11%	12%	10%	16%	18%	14%	7%	9%
	neutraal	18%	21%	15%	10%	17%	18%	19%	19%
	(helemaal) mee oneens	66%	63%	69%	68%	61%	61%	69%	67%
	weet niet	0%	0%	1%	0%	0%	1%	0%	1%
	niet van toepassing	5%	4%	6%	5%	3%	6%	5%	5%

Tabel 7.5 In hoeverre bent u het eens of oneens met onderstaande stellingen met betrekking tot de coronacrisis? Naar geslacht en leeftijd (n=2139)

		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
Door deze crisis voel ik mij eenzamer dan voor de crisis	(helemaal) mee eens	37%	35%	39%	62%	43%	37%	33%	32%
	neutraal	19%	20%	18%	17%	17%	17%	20%	22%
	(helemaal) mee oneens	40%	41%	38%	21%	36%	42%	43%	42%
	weet niet	0%	0%	1%	0%	0%	0%	0%	1%
	niet van toepassing	3%	3%	4%	0%	3%	3%	4%	4%
Door deze crisis ervaar ik meer saamhorigheid om mij heen	(helemaal) mee eens	25%	21%	30%	22%	22%	22%	25%	32%
	neutraal	33%	34%	33%	23%	23%	31%	36%	43%
	(helemaal) mee oneens	38%	42%	33%	50%	50%	46%	36%	21%
	weet niet	2%	2%	2%	4%	2%	1%	2%	2%
	niet van toepassing	1%	1%	1%	1%	2%	1%	1%	1%
Ik ben moedeloos van alle maatregelen en het niet normaal kunnen leven	(helemaal) mee eens	51%	47%	55%	71%	51%	55%	49%	43%
	neutraal	18%	18%	18%	10%	17%	15%	20%	21%
	(helemaal) mee oneens	30%	33%	26%	20%	29%	29%	29%	33%
	weet niet	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
	niet van toepassing	1%	1%	2%	0%	2%	0%	1%	3%



		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
Normaal voel ik me eenzaam, maar in de coronacrisis valt het mee omdat iedereen thuiszit	(helemaal) me eens	7%	6%	8%	12%	9%	7%	5%	6%
	neutraal	19%	21%	17%	23%	14%	17%	21%	22%
	(helemaal) mee oneens	61%	59%	62%	60%	65%	67%	59%	55%
	weet niet	1%	1%	1%	0%	1%	1%	1%	1%
	niet van toepassing	12%	12%	12%	6%	11%	8%	14%	15%
Ik bel tijdens de coronacrisis meer met vrienden en/of familie dan voor de coronacrisis	(helemaal) me eens	34%	28%	41%	47%	35%	28%	31%	41%
	neutraal	30%	32%	27%	26%	24%	31%	31%	32%
	(helemaal) mee oneens	34%	38%	30%	28%	38%	38%	36%	25%
	weet niet	1%	0%	1%	0%	1%	1%	0%	1%
	niet van toepassing	2%	2%	2%	0%	2%	2%	2%	1%
Ik ben bang zelf besmet te raken met het coronavirus	(helemaal) me eens	38%	34%	41%	35%	23%	29%	42%	50%
	neutraal	21%	21%	21%	15%	18%	21%	22%	23%
	(helemaal) mee oneens	39%	44%	35%	50%	57%	50%	33%	24%
	weet niet	1%	1%	1%	0%	2%	1%	1%	1%
	niet van toepassing	1%	1%	2%	0%	1%	0%	2%	2%
Ik ben bang dat mijn naasten besmet raken met het coronavirus	(helemaal) me eens	56%	50%	61%	68%	53%	54%	55%	56%
	neutraal	19%	20%	17%	15%	18%	14%	21%	22%
	(helemaal) mee oneens	24%	27%	20%	16%	28%	32%	21%	20%
	weet niet	1%	1%	0%	0%	0%	0%	1%	1%
	niet van toepassing	1%	1%	1%	0%	1%	0%	1%	2%
Door het coronavirus zijn dierbaren van mij ernstig ziek geworden en/of overleden	(helemaal) me eens	15%	15%	16%	14%	15%	11%	18%	16%
	neutraal	9%	10%	8%	9%	9%	7%	11%	8%



		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
	(helemaal) mee oneens	48%	50%	46%	50%	56%	59%	45%	37%
	weet niet	1%	2%	1%	3%	1%	1%	1%	3%
	niet van toepassing	26%	23%	29%	24%	20%	23%	25%	35%
Ik heb in mijn dagelijkse leven weinig last van de coronacrisis	(helemaal) mee eens	46%	48%	43%	19%	45%	47%	46%	52%
	neutraal	14%	14%	14%	10%	10%	13%	14%	17%
	(helemaal) mee oneens	40%	37%	43%	70%	44%	40%	39%	31%
	weet niet	0%	1%	0%	1%	0%	1%	0%	0%
	niet van toepassing	0%	0%	0%	0%	0%	0%	1%	0%
Ik mis het fysieke contact met naasten (zoals knuffelen en aanraken)	(helemaal) mee eens	70%	66%	74%	75%	65%	68%	70%	74%
	neutraal	14%	15%	12%	11%	12%	15%	14%	13%
	(helemaal) mee oneens	15%	17%	12%	8%	22%	16%	14%	11%
	weet niet	0%	1%	0%	1%	1%	1%	0%	0%
	niet van toepassing	1%	1%	1%	4%	0%	1%	1%	1%
Ik mis het fysieke contact met anderen (bijvoorbeeld handen geven, drie zoenen)	(helemaal) mee eens	53%	58%	48%	53%	46%	52%	57%	53%
	neutraal	14%	13%	14%	9%	14%	12%	14%	17%
	(helemaal) mee oneens	32%	28%	37%	36%	40%	35%	28%	28%
	weet niet	0%	0%	0%	0%	1%	1%	0%	0%
	niet van toepassing	1%	1%	1%	2%	0%	0%	1%	1%
Ik vind het fijn dat we geen handen of drie zoenen meer hoeven geven	(helemaal) mee eens	45%	35%	55%	60%	51%	44%	42%	43%
	neutraal	17%	18%	15%	9%	15%	16%	16%	21%
	(helemaal) mee oneens	37%	45%	29%	31%	31%	39%	41%	35%
	weet niet	1%	1%	0%	1%	1%	1%	1%	0%
	niet van toepassing	0%	0%	1%	0%	1%	0%	0%	0%
Ik mis seksueel contact	(helemaal) mee eens	19%	24%	13%	33%	25%	19%	18%	10%
	neutraal	24%	27%	22%	15%	15%	20%	27%	34%
	(helemaal) mee oneens	37%	35%	40%	22%	41%	45%	39%	31%



		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
	weet niet	1%	1%	1%	3%	2%	2%	1%	1%
	niet van toepassing	18%	13%	24%	27%	18%	14%	15%	25%
Ik denk dat veel dingen veranderd blijven na corona	(helemaal) mee eens	74%	71%	78%	78%	67%	73%	75%	78%
	neutraal	12%	13%	10%	12%	17%	9%	12%	11%
	(helemaal) mee oneens	11%	13%	8%	7%	12%	15%	10%	8%
	weet niet	3%	3%	4%	3%	3%	3%	4%	3%
	niet van toepassing	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Ik houd meer geld over dan ik kan uitgeven	(helemaal) mee eens	46%	48%	44%	43%	42%	38%	48%	53%
	neutraal	27%	27%	27%	25%	20%	27%	29%	31%
	(helemaal) mee oneens	24%	24%	24%	27%	33%	33%	21%	13%
	weet niet	1%	1%	2%	3%	2%	1%	0%	2%
	niet van toepassing	2%	1%	3%	3%	3%	1%	2%	1%
Mijn financiële situatie is door de coronacrisis onzeker geworden	(helemaal) mee eens	12%	14%	11%	19%	19%	13%	12%	6%
	neutraal	17%	18%	16%	12%	13%	16%	18%	21%
	(helemaal) mee oneens	65%	65%	66%	57%	62%	68%	66%	66%
	weet niet	1%	1%	0%	2%	1%	1%	0%	1%
	niet van toepassing	5%	3%	7%	10%	5%	2%	4%	7%
Ik ben door de coronacrisis nerveus en gespannen	(helemaal) mee eens	22%	19%	25%	46%	28%	22%	19%	15%
	neutraal	19%	21%	16%	18%	18%	18%	18%	20%
	(helemaal) mee oneens	56%	57%	55%	32%	51%	59%	59%	61%
	weet niet	1%	1%	1%	1%	1%	1%	0%	0%
	niet van toepassing	3%	2%	3%	3%	3%	1%	3%	3%
Ik ben blij dat ik – door de coronacrisis – allerlei sociale activiteiten niet hoeft te doen	(helemaal) mee eens	24%	21%	26%	22%	36%	32%	21%	12%
	neutraal	19%	21%	17%	14%	16%	19%	20%	22%
	(helemaal) mee oneens	54%	55%	54%	61%	46%	48%	57%	60%
	weet niet	1%	1%	1%	2%	1%	1%	0%	1%



		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
	niet van toepassing	2%	2%	2%	1%	1%	1%	2%	4%
Ik heb door de coronacrisis een betere band met mijn burens gekregen	(helemaal) mee eens	10%	10%	10%	4%	10%	11%	9%	14%
	neutraal	45%	45%	46%	29%	37%	40%	48%	56%
	(helemaal) mee oneens	40%	40%	39%	55%	47%	45%	38%	26%
	weet niet	1%	1%	1%	3%	1%	1%	1%	1%
	niet van toepassing	4%	3%	4%	8%	5%	3%	4%	2%
Mensen in mijn omgeving zijn sinds de coronacrisis sneller geïrriteerd dan daarvoor	(helemaal) mee eens	38%	38%	39%	43%	44%	46%	37%	28%
	neutraal	24%	26%	22%	22%	19%	23%	25%	27%
	(helemaal) mee oneens	29%	29%	30%	27%	29%	22%	32%	33%
	weet niet	7%	7%	7%	8%	7%	8%	4%	9%
	niet van toepassing	2%	1%	3%	1%	1%	1%	2%	2%
Ik ben sinds de coronacrisis zelf sneller geïrriteerd	(helemaal) mee eens	26%	25%	28%	50%	37%	31%	22%	14%
	neutraal	20%	21%	19%	15%	17%	21%	19%	25%
	(helemaal) mee oneens	51%	52%	50%	32%	44%	46%	56%	57%
	weet niet	1%	1%	1%	3%	1%	2%	0%	1%
	niet van toepassing	2%	2%	2%	0%	2%	0%	3%	3%
Ik ben sinds de coronacrisis sneller geneigd tot fysiek agressief gedrag	(helemaal) mee eens	4%	5%	3%	5%	5%	4%	3%	4%
	neutraal	9%	10%	7%	8%	9%	7%	8%	10%
	(helemaal) mee oneens	81%	80%	82%	79%	80%	84%	82%	79%
	weet niet	1%	1%	0%	1%	1%	1%	0%	1%
	niet van toepassing	6%	4%	7%	7%	6%	3%	7%	6%
De tolerantie in de Nederlandse samenleving is door de coronacrisis afgenomen	(helemaal) mee eens	71%	74%	69%	64%	63%	71%	76%	73%
	neutraal	14%	13%	15%	14%	18%	13%	12%	14%
	(helemaal) mee oneens	9%	10%	7%	9%	9%	9%	8%	9%



		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
	weet niet	6%	4%	9%	14%	9%	8%	4%	4%
	niet van toepassing	0%	0%	0%	0%	1%	0%	0%	0%
Ik weet de laatste tijd niet wat ik met mijn dagen aan moet	(helemaal) meeeens	22%	21%	22%	47%	32%	20%	16%	16%
	neutraal	15%	17%	12%	9%	13%	15%	14%	18%
	(helemaal) meeoneens	61%	60%	63%	43%	53%	63%	67%	64%
	weet niet	1%	1%	1%	0%	1%	1%	1%	0%
	niet van toepassing	2%	2%	2%	1%	2%	1%	2%	2%
Ik verlang hevig naar sociale activiteiten (uit eten gaan, naar een concert, naar een café)	(helemaal) meeeens	79%	78%	79%	80%	77%	80%	80%	76%
	neutraal	11%	10%	11%	8%	11%	9%	10%	13%
	(helemaal) meeoneens	10%	11%	10%	12%	11%	10%	10%	9%
	weet niet	0%	1%	0%	0%	1%	1%	0%	0%
	niet van toepassing	0%	0%	1%	0%	0%	0%	1%	1%
Ik ben wantrouwender geworden sinds de coronacrisis	(helemaal) meeeens	24%	27%	22%	25%	29%	29%	22%	20%
	neutraal	23%	24%	23%	27%	20%	21%	23%	28%
	(helemaal) meeoneens	48%	46%	51%	44%	47%	47%	51%	48%
	weet niet	1%	2%	1%	1%	1%	2%	1%	2%
	niet van toepassing	2%	2%	3%	4%	3%	1%	3%	3%
Ik voel mij minder begrepen sinds de coronacrisis	(helemaal) meeeens	13%	15%	12%	33%	17%	17%	10%	6%
	neutraal	31%	33%	29%	26%	25%	28%	34%	36%
	(helemaal) meeoneens	51%	48%	53%	39%	51%	50%	52%	52%
	weet niet	2%	2%	2%	1%	3%	2%	1%	2%
	niet van toepassing	3%	2%	4%	0%	4%	3%	3%	4%
Ik voel mij minder gehoord sinds de coronacrisis	(helemaal) meeeens	18%	18%	18%	33%	22%	17%	17%	12%
	neutraal	31%	34%	27%	22%	25%	30%	32%	36%
	(helemaal) meeoneens	46%	44%	49%	41%	47%	46%	47%	46%
	weet niet	2%	2%	2%	3%	3%	4%	1%	2%



		Totaal	Geslacht		Leeftijdsgroep				
			Man	Vrouw	18-24	25-34	35-49	50-64	65+
	niet van toepassing	3%	3%	3%	1%	3%	3%	3%	3%
Ik erger mij sneller aan mensen om mij heen	(helemaal) mee eens	31%	32%	31%	43%	39%	37%	29%	22%
	neutraal	24%	25%	23%	17%	18%	28%	25%	28%
	(helemaal) mee oneens	42%	41%	42%	37%	41%	33%	44%	48%
	weet niet	1%	1%	1%	2%	1%	2%	0%	1%
	niet van toepassing	2%	1%	2%	1%	2%	0%	2%	2%



I&O Research Enschede

Zuiderval 70
Postbus 563
7500 AN Enschede
T (053) 200 52 00
E info@ioresearch.nl
KVK-nummer 08198802

I&O Research Amsterdam

Piet Heinkade 55
1019 GM Amsterdam
T (020) 308 48 00
E info@ioresearch.nl