



**Universiteit
Leiden**
The Netherlands

De impact van de coronacrisis op alleenstaande moeders

Sijtsma, M.; Rusinovic, K.; Bussemaker, M.

Citation

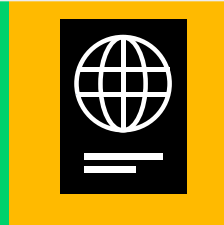
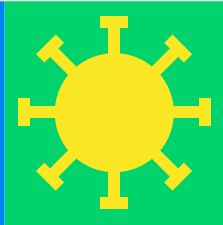
Sijtsma, M., Rusinovic, K., & Bussemaker, M. (2021). De impact van de coronacrisis op alleenstaande moeders. Retrieved from <https://hdl.handle.net/1887/3503713>

Version: Publisher's Version

License: [Leiden University Non-exclusive license](#)

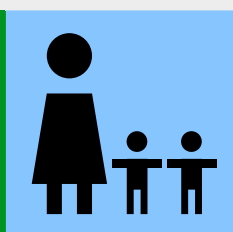
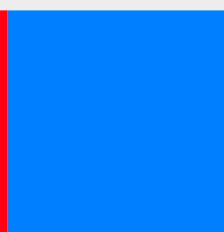
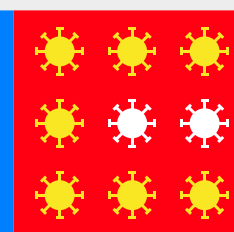
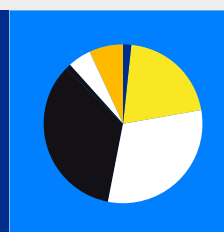
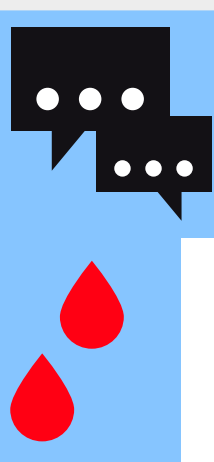
Downloaded from: <https://hdl.handle.net/1887/3503713>

Note: To cite this publication please use the final published version (if applicable).



DE IMPACT VAN DE CORONACRISIS OP ALLEENSTAANDE MOEDERS

Miriam Sijtsma, Katja Rusinovic en Jet Bussemaker¹



INLEIDING

'Eerst focussen op de gezondheid, daarna pas op andere zaken', aldus premier Rutte op 22 april 2020 tijdens een Kamerdebat over de coronamaatregelen. De uitspraak typeert de aanpak aan het begin van de coronacrisis: de focus lag op het beperken van het aantal besmettingen, daarna werd er pas over andere zaken nagedacht. Ruim een jaar verder groeit de vraag in hoeverre de maatregelen in verhouding staan tot de sociale impact die ze hebben op de bevolking. Eerder is gekeken naar de invloed van COVID-19 op werk, inkomen en mentaal welzijn en de rol van sociaal kapitaal tijdens de pandemie.² Hieruit blijkt dat gevoelens van angst en stress onder andere voortkwamen uit het gebrek aan ontspanningsmogelijkheden, zorgen om het inkomen en een hoge werkdruk.³ Dit blijkt vooral bij groepen die te maken hebben met een lager inkomen of een flexibele werksituatie, waaronder jongeren, migranten en zzp'ers.⁴

Een groep waarvan de impact van corona nog niet is uitgelicht, zijn alleenstaande moeders in Nederland. Van de ruim een half miljoen eenoudergezinnen in Nederland leeft 16 procent onder de armoedegrens en heeft de meerderheid een vrouw aan het hoofd staan. Onder eenoudergezinnen met drie of meer kinderen leeft zelfs 43% onder de armoedegrens.⁵ Uit onderzoek verricht voorafgaand aan de coronacrisis blijkt dat een deel van de alleenstaande moeders te maken krijgt met multiproblemen. Ze hebben vaker dan gemiddeld een kwetsbare sociaaleconomische positie, met als mogelijke gevolgen sociaal isolement en een slechtere gezondheid.⁶ Op beleidsniveau constateren we een gebrek aan een integrale aanpak van deze multiproblematiek. Hoewel er aandacht is voor op zichzelf staande interventies op het gebied van werk en inkomen, sociaal isolement of een slechte gezondheid, is er geen sprake van samenwerking

¹ Miriam Sijtsma is recent afgestudeerd aan het Leiden University College op het gebied van publieke gezondheid. Katja Rusinovic is lector Grootstedelijke Ontwikkelingen aan De Haagse Hogeschool. Jet Bussemaker is hoogleraar Wetenschap, beleid en maatschappelijke impact, in het bijzonder in de zorg, aan het Leids Universitair Medisch Centrum, aan de Governance Faculteit van de Universiteit Leiden en aan de faculteit Governance and Global Affairs.

² Bochove, M. van, e.a., 'Onzekerheid over werk en inkomen: bevindingen en beleidsstrategieën' (Rotterdam: Erasmus Universiteit Rotterdam, 1 november 2020); Bochove, M. van, 'Angst, stress en somberheid door corona: verhalen achter de cijfers' (Rotterdam: Erasmus Universiteit Rotterdam, 1 juni 2020); Snel, J. de Boom, en G. Engbersen, 'Sociaal Kapitaal als bescherming tegen de mentale gevolgen van COVID-19' (Rotterdam: Erasmus Universiteit Rotterdam, 1 februari 2021).

³ Bochove, M. van, (2020) 'Angst, stress en somberheid door corona: verhalen achter de cijfers'.

⁴ Engbersen, G., e.a., *De bedreigde stad: De maatschappelijke impact van COVID-19 op Rotterdam* (KWP Leefbare Wijken/EUR, 2020); Engbersen, G., e.a., *De verdeelde samenleving: De maatschappelijke impact van Covid-19 in Amsterdam, Den Haag, Rotterdam & Nederland* (KWP Leefbare Wijken/EUR, 2020); Engbersen, G., e.a., *Heropening van de samenleving: De maatschappelijke impact van COVID-19 in Amsterdam, Den Haag, Rotterdam & Nederland* (KWP Leefbare Wijken/EUR, 2020).

⁵ Hoff, S. en Hulst, van, B. 'Armoede bij kinderen en volwassenen', Sociaal Cultureel Planbureau (Sociaal en Cultureel Planbureau, 3 september 2019).

⁶ Vlegel, W. van der, 'Participatief Actieonderzoek Moerwijk' (Den Haag: Gezond en Gelukkig Den Haag, 21 januari 2021).

tussen verschillende beleidsgebieden.⁷ Hierdoor hebben veel alleenstaande moeders te maken met gefragmenteerde ondersteuning en elkaar versterkende problemen. Naar verwachting heeft de coronacrisis alleenstaande moeders extra hard geraakt, omdat werk, inkomen en sociale contacten hiermee verder onder druk kwamen te staan.

Dit artikel beschrijft de impact van de coronacrisis op alleenstaande moeders en hun ervaringen met sociaal isolement en onderzoekt wat de betekenis van het sociale netwerk is in het ondervangen van de gevolgen. Om dit te onderzoeken wordt ten eerste aan de hand van een kwantitatieve analyse van surveydata en een kwalitatieve analyse van interviewdata gekeken naar de directe impact van COVID-19 op werk en inkomen, eenzaamheid, mentaal welzijn en sociaal netwerk onder alleenstaande moeders. Ten tweede wordt er dieper ingegaan op de lessen die getrokken kunnen worden over de positie van alleenstaande moeders in hun sociale netwerken, wat nodig is om hen toekomstperspectief te geven, en hoe het sociale netwerk een rol kan spelen in de maatschappelijke gevolgen van de coronacrisis.

DE BETEKENIS SOCIALE NETWERKEN VOOR ALLEENSTAANDE MOEDERS

Eerder onderzoek toont aan dat alleenstaande moeders vaak een centrale rol innemen in hun directe leefomgeving doordat hun sociale netwerk zich vooral in de buurt afspeelt.⁸ Ze werken minder vaak fulltime of hebben flexibele banen die hen in staat stellen om daarnaast voor de kinderen te zorgen, waardoor ze vaker thuis zijn te vinden. Bovendien heeft de verantwoordelijkheid voor de kinderen tot gevolg dat alleenstaande moeders meer aan huis gebonden zijn. Hierdoor brengen zij meer tijd in de wijk door en ontstaan er lokale sociale netwerken.⁹ Hun kinderen zijn ook veel in de wijk te vinden, leggen daardoor makkelijker contact met andere kinderen, en dragen zo verder bij aan de lokale netwerken. Het gegeven dat de sociale contacten van veel alleenstaande moeders geconcentreerd zijn in de wijk zou

tijdens de coronacrisis twee verschillende gevolgen kunnen hebben.

Aan de ene kant woont het grootste deel van alleenstaande moeders in armere wijken, waardoor hun sociale netwerk bestaat uit mensen in een vergelijkbare kwetsbare positie. Waar de steun die mensen uit hun sociale netwerk kunnen ontvangen (ook wel sociaal kapitaal genoemd) een essentiële rol speelt in het bieden van bescherming tegen de impact van de crisis, biedt het sociale netwerk van deze moeders juist weinig bescherming.¹⁰ Mensen worden meer beïnvloed door de sociaaleconomische status van hun wijk naarmate ze daar meer zijn ingebed, zoals alleenstaande moeders.¹¹ In het geval van de coronacrisis zou dit betekenen dat alleenstaande moeders minder weerbaar zijn tegen de crisis, doordat hun lokale sociale netwerk even hard wordt geraakt als zichzelf.¹²

Aan de andere kant nemen alleenstaande moeders vaak een zeer waardevolle positie in in de buurt om veranderingen te bewerkstelligen. Juist door hun gelokaliseerde netwerken zijn ze zeer bewust van de problematiek die er speelt en kunnen ze daar ook makkelijker invloed op uitoefenen dan personen met een sociaal netwerk dat zich uitstrekt tot buiten de wijk. Veel ouders, waaronder (alleenstaande) moeders, zijn gedreven om zich verder te ontwikkelen en mee te werken aan het verbeteren van de gezondheid van hun directe omgeving.¹³ Tijdens de coronacrisis zouden alleenstaande moeders een belangrijke rol kunnen spelen in het onderhouden van het sociale netwerk in de wijk, doordat ze met veel buurtgenoten verbonden zijn. De gelokaliseerde netwerken waarin ze zich bevinden, zouden in dit geval juist beschermend werken vanwege de betrokkenheid met elkaar. Bovendien zijn ze een belangrijke bron van informatie om het herstelproces na de coronacrisis in goede banen te leiden, doordat ze gevoelig zijn voor het herkennen van problematiek in hun directe omgeving. De betekenis van het sociale netwerk wordt in paragraaf 4 onderzocht. In de volgende paragraaf gaan we eerst in op de methode van onderzoek en enkele achtergrondkenmerken van de respondenten.

⁷ Ministerie van Justitie en Veiligheid, 'Een effectieve aanpak van multiproblematiek', *JenV Magazine*, nr. 8 (13 december 2019).

⁸ Miltenburg, E.M. en H.G. van de Werfhorst, 'Finding a Job: The Role of the Neighbourhood for Different Household Configurations over the Life Course', *European Sociological Review*, 26 september 2016, jcw045, <https://doi.org/10.1093/esr/jcw045>.

⁹ Galster, G., Musterd, S. en Andersson, R. (2010) 'Who is affected by Neighbourhood Income Mix? Gender, Age, Family, Employment and Income Differences', *Urban Studies* 47, nr. 14 (november 2010): 2915–44, <https://doi.org/10.1177/0042098009360233>.

¹⁰ Snel, de Boom, en Engbersen, 'Sociaal Kapitaal als bescherming tegen de mentale gevolgen van COVID-19'; Miltenburg en van de Werfhorst, 'Finding a Job'.

¹¹ Miltenburg, E.M. en H.G. van de Werfhorst, 'Finding a Job: The Role of the Neighbourhood for Different Household Configurations over the Life Course', *European Sociological Review*, 26 september 2016, jcw045, <https://doi.org/10.1093/esr/jcw045>.

¹² Miltenburg, E.M. en H.G. van de Werfhorst, 'Finding a Job: The Role of the Neighbourhood for Different Household Configurations over the Life Course', *European Sociological Review*, 26 september 2016, jcw045, <https://doi.org/10.1093/esr/jcw045>.

¹³ Vlegel, W. van der, 'Participatief Actieonderzoek Moerwijk' (Den Haag: Gezond en Gelukkig Den Haag, 21 januari 2021). Zie ook: Vlegel, W. van der en Bussemaker, J. (2021), 'Geluk en gezondheid. Een co-creatie proces met bewoners in Den Haag', In: Canoy, M., Dijk, S. van en Ham, M. (red.), *Momentum voor de menselijke maat. Praktijklessen voor zorg en welzijn*. Movisie, pp. 19–22.

ONDERZOEKSMETHODE

De data uit dit onderzoek komen voort uit een analyse van surveyonderzoek, vier gesprekken met alleenstaande moeders uit de regio Den Haag en een focusgroep met medewerkers van drie organisaties die zich richten op alleenstaande (jonge) moeders. Vanuit het onderzoek *De maatschappelijke impact van COVID-19* zijn op vier momenten surveys afgenomen onder de Nederlandse bevolking: in april 2020, juli 2020, november 2020 en maart 2021. Het doel is het in kaart brengen van de impact van COVID-19 op het gebied van werk en inkomen, mentaal welzijn, onderlinge hulp en solidariteit, gedragsverandering en vertrouwen. Voor dit artikel is gebruik gemaakt van de data van de eerste drie metingen. Daarnaast is ook gebruik gemaakt van de gemiddelden uit deze drie metingen, waardoor een beeld ontstaat over de hele periode van april tot november 2020. De controlegroep uit deze enquête was de algemene Nederlandse populatie, die bestond uit de data van alle survey-respondenten.

Binnen de respondenten is geselecteerd op alleenstaande vrouwen met kinderen¹⁴. Dit resulteert in een populatie van n=186 (april 2020), n=214 (juli 2020), n=257 (november 2020) en n=850 (gehele periode). Het grootste deel van deze moeders heeft een HBO- of WO- bachelor afgerond (32%), 18% heeft een MBO-2, -3, of -4 opleiding afgerond en 26% heeft geen vervolgopleiding voltooid. In vergelijking met de landelijke cijfers is de onderzoekspopulatie uitzonderlijk hoog opgeleid. Landelijke cijfers geven aan dat maar 15% van de alleenstaande moeders hoger opgeleid is.¹⁵ Deze oververtegenwoordiging van hoogopgeleide alleenstaande moeders is te verklaren vanuit de gehanteerde onderzoeksmethode; over de gehele linie van het onderzoek zien we dat lager opgeleide respondenten ondervertegenwoordigd zijn. De oververtegenwoordiging van hoogopgeleide alleenstaande moeders heeft gevolgen voor de interpretatie van de resultaten: deze kunnen niet gegeneraliseerd worden naar de totale populatie. Middels focusgroepen hebben we daarom extra aandacht besteed aan ouders met lagere sociaaleconomische status. Ongeacht het inkomen geldt voor alle alleenstaande moeders dat de combinatie van zorgen voor kinderen en voorzien in eigen inkomen tijdens de pandemie voor extra uitdagingen zorgden.

De overgrote meerderheid van de onderzoekspopulatie woont in steden in Noord- en Zuid-Holland. Ongeveer de helft van de moeders geeft aan een modaal maandinkomen te hebben (rond de 2.150 netto per maand).

Eveneens heeft de helft van de respondenten een inkomen onder modaal: 20% verdient zo'n 1.600 euro per maand, 16% verdient rond de 1.150 euro per maand en de resterende 13% verdient minder dan 1.150 euro per maand.

In aanvulling op het surveyonderzoek is in februari 2021 een (online) focusgroep gehouden vertegenwoordigers van Single SuperMom, Humanitas en het Loket voor Jonge Moeders. Deze drie organisaties richten zich op het ondersteunen van alleenstaande moeders in Den Haag. Hierin zijn thema's rondom werk en inkomen, eenzaamheid en sociaal netwerk, welzijn en opleiding besproken. De uitkomsten van deze focusgroep zijn gebruikt om vragen voor de daaropvolgende diepte-interviews op te stellen. Vergeleken met de deelnemers aan de survey, met een oververtegenwoordiging van hoger opgeleide alleenstaande moeders, waren in de focusgroep en de interviews ook vrouwen met een lagere sociaaleconomische status vertegenwoordigd.

In de periode februari-april 2021 zijn vier interviews afgenomen met alleenstaande moeders in de leeftijd van 25 tot 48 jaar. Hun kinderen zijn tussen de 1 en 21 jaar en wonen het grootste deel van de tijd bij hen. Drie van de interviews vonden online plaats, één interview kon fysiek plaatsvinden in een buurtcentrum in de wijk Moerwijk. De moeders zijn werkzaam als zzp'er (n=2), in de zorg (n=1) of komen rond van een bijstandsuitkering (n=1). Allemaal wonen ze in regio Den Haag. De interviews en de focusgroep zijn verbatim getranscribeerd en geanalyseerd op overeenkomstige thema's. Hieruit kwamen drie onderwerpen terug waarop alleenstaande moeders het afgelopen jaar hard zijn geraakt: werk en inkomen, sociaal netwerk en mentaal welzijn.

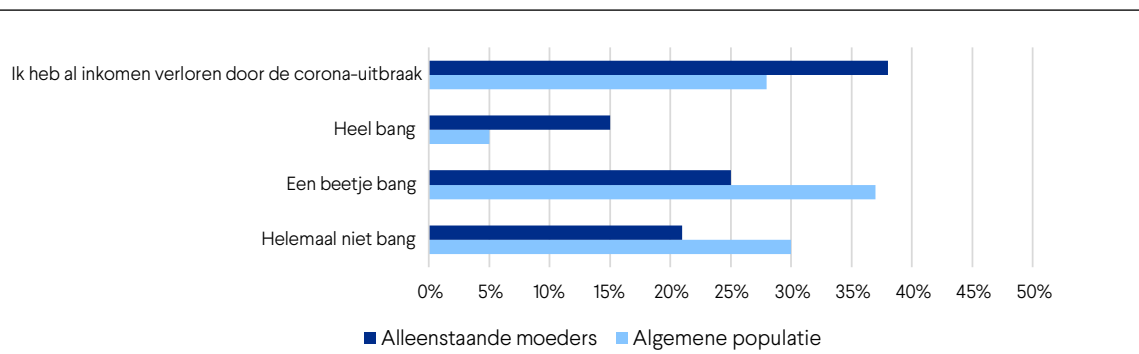
DE IMPACT VAN DE CORONACRISIS OP ALLEENSTAANDE MOEDERS

Veel angst om werk en inkomen te verliezen

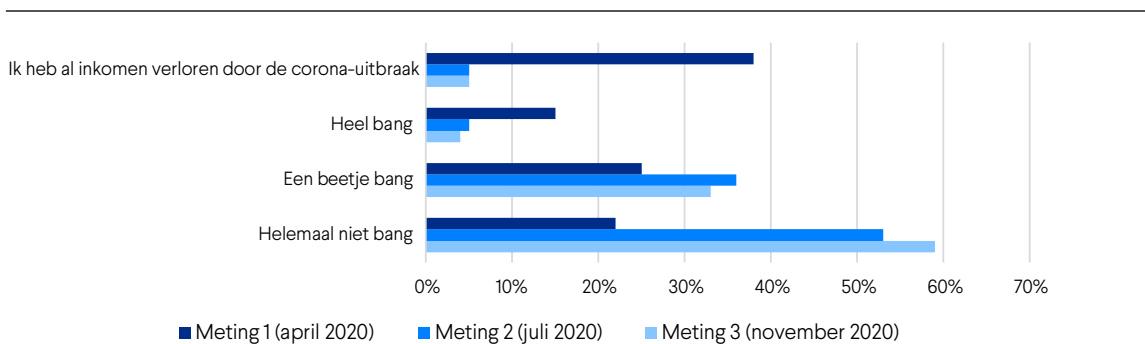
Uit het surveyonderzoek blijkt dat alleenstaande moeders meer dan gemiddeld inkomen verloren hebben. Ook de angst om (een deel van) hun inkomen te verliezen, is aanzienlijk hoger dan onder de Nederlandse populatie als geheel (zie figuur 1). Bovendien is in figuur 2 te zien dat de angst het hoogst was in de eerste periode van de coronacrisis, daarna nam deze aanzienlijk af. Dit zien we niet alleen terug bij alleenstaande moeders, maar onder alle respondenten. Een mogelijke verklaring hiervoor zijn de verschillende overheidsmaatregelen, waaronder

¹⁴ Het CBS hanteert als definitie voor alleenstaande moeders: vrouwen die de hoofdverantwoordelijkheid hebben over de kinderen en van wie de kinderen het merendeel van de tijd onder haar zorg vallen.

¹⁵ Centraal Bureau voor de Statistiek, 'Alleenstaande moeders naar opleidingsniveau leeftijd', 2020.



Figuur 1 Percentage respondentent bang om (een deel) van het inkomen te verliezen, alleenstaande moeders versus algemene populatie



Figuur 2 Percentage alleenstaande moeders bang om (een deel) van het inkomen te verliezen, per meting

de TOZO, die gericht zijn op het ondervangen van de economische gevolgen. Desondanks is de onzekerheid rondom inkomen voor alleenstaande moeders hoger dan onder de rest van de Nederlandse bevolking. Hiervoor zijn duidelijke redenen te identificeren.

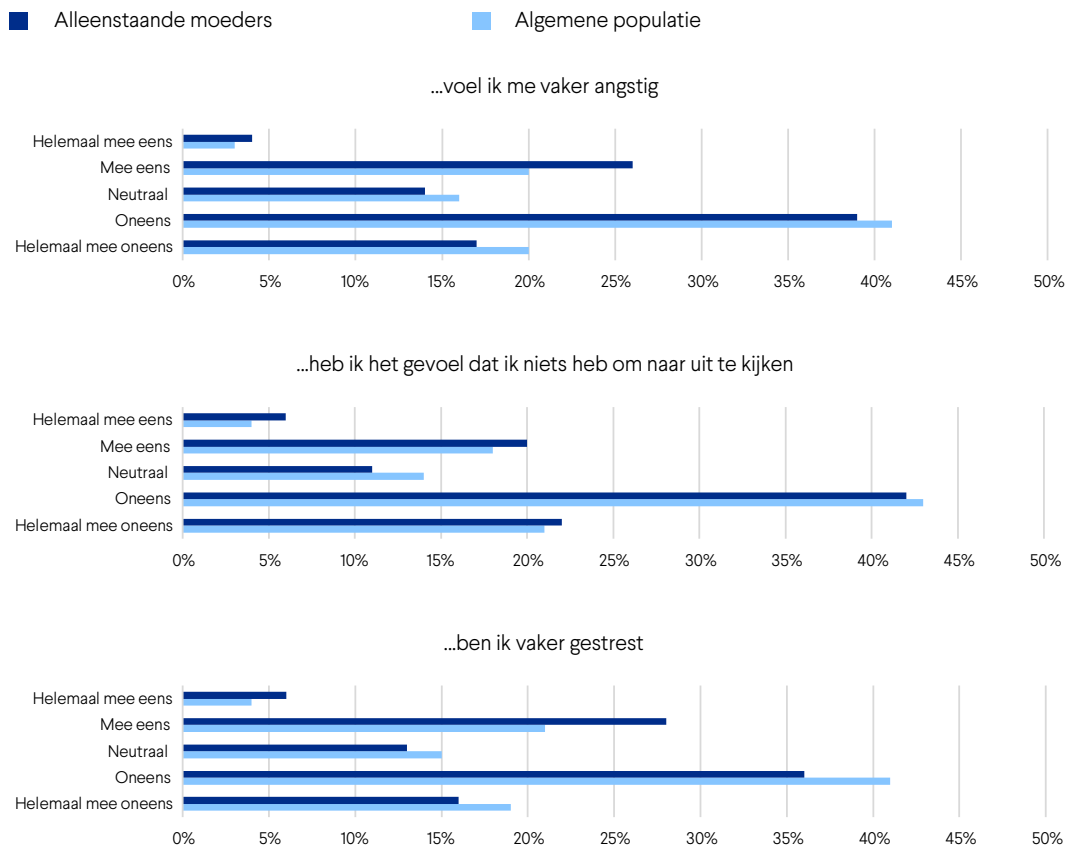
Ten eerste is een groot deel van de laagopgeleide moeders afhankelijk van een nul-urencontract dat door het sluiten van niet-essentiële winkels en horeca niet is verlengd. Dit wordt voornamelijk benadrukt in de focusgroepen, aangezien het grootste deel van de survey respondenten hoger opgeleid is. Vóór de coronacrisis boden flexibele contracten een voordeel voor alleenstaande moeders, omdat het hen in staat stelde om werk te combineren met de zorg voor de kinderen. Toen op 15 maart 2020 de horeca- en kapperszaken dicht moesten, veel winkels uit voorzorg hun deuren sloten en contactberoepen beperkt werden, kwamen sectoren waar veel alleenstaande moeders werkzaam waren, in financieel zwaar weer. Als gevolg hiervan moest er gekort worden op personeel, en kwamen de flexibele contracten in gevaar.¹⁶ Ook moeders die voor de pandemie

profiteerden van de flexibiliteit van freelancewerk of werkten als zzp'er zagen hun inkomen afnemen door het dalen van de werkgelegenheid. Eén van de moeders, werkzaam als zzp'er in de evenementenbranche, zag haar inkomen aanzienlijk dalen tijdens de crisis:

'Ik heb zeven jaar in de bijstand gezeten, ik weet wat het is om onder de armoedegrens te leven, en ik ben weer terug bij af. Ik weet wat het doet met je mentale gezondheid, op een gegeven moment ga je wanhopen.'

Haar situatie is een tekenend voorbeeld van hoe financiële zorgen invloed uitoefenen op het algehele mentale welzijn. Daarnaast zorgde het sluiten van de formele kinderopvang en de scholen en het wegvallen van de informele opvang door de oproep om sociale contacten te beperken, ervoor dat alleenstaande moeders niet meer in staat waren om het huis te verlaten omdat ze op de kinderen moesten passen. Hierdoor werden deze vrouwen soms gedwongen om thuis te blijven en niet op hun werk te verschijnen, waardoor de angst voor het

¹⁶ van Bochove e.a. (2020) Onzekerheid over werk en inkomen: bevindingen en beleidsstrategieën. Rotterdam: Kenniswerkplaats Leefbare Wijken.



Figuur 3 Percentage respondentent met angst- of stress gevoelens, alleenstaande moeders versus algemene populatie

verlies van inkomen alleen maar groeide.

Ten tweede wordt de angst voor inkomensverlies versterkt door de individuele verantwoordelijkheid van het kostwinner zijn. Mocht het inkomen van alleenstaande moeders wegvallen, dan staat er niemand naast hen om de financiële klappen op te vangen. Een van de moeders vertelt:

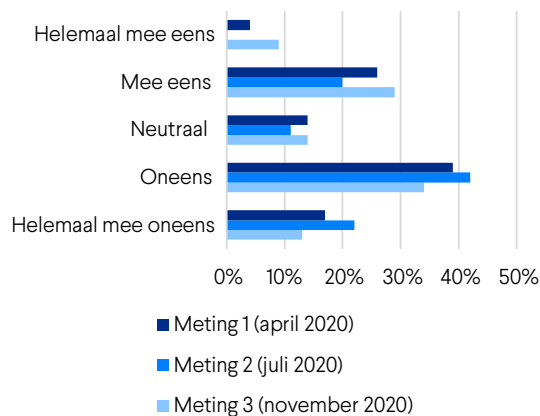
‘Ook buiten de coronacrisis: ik ben kostwinner. Als ik mijn baan verlies, is er niet een man die zegt: joh, ik betaal de huur wel, weet je. Je bent sowieso al kwetsbaarder op de arbeidsmarkt omdat je alleenstaande moeder bent, maar dat wordt hierdoor wel versterkt.

Hieruit blijkt dat de druk om te werken en voor een vast inkomen te zorgen ook vóór de coronacrisis al hoog was onder alleenstaande moeders. Door het opstapelen van verantwoordelijkheden tijdens de crisis, belandden moeders nog meer in een spagaat: aan de ene kant voelden ze zich gedwongen om te blijven werken en te zorgen voor financiële stabiliteit, aan de andere kant wilden ze niet tekortschieten in hun verantwoordelijkheden

als moeder. Door thuis te werken voelde het voor veel moeders alsof twee identiteiten niet meer te scheiden waren: hun gezin bevond zich op de plek van hun werk, en andersom. Daarnaast werd er van ouders verwacht dat ze hun kinderen ondersteunden in het online-onderwijs, wat voor veel moeders geen optie was vanwege verantwoordelijkheden richting hun werkgever. Een van de moeders vertelde dat ze noodgedwongen ’s avonds, als ze de kinderen op bed had gelegd, nog opdrachten moest afronden, terwijl ze voorheen ’s avonds tijd had om even te ontspannen. Een moeder die in de zorg werkt, en daardoor buitenshuis moest blijven werken tijdens de pandemie, vertelde over het schuldgevoel dat dit bij haar opriep tegenover haar kinderen:

‘Hij is wel heel snel naar school gegaan, omdat ik een cruciaal beroep heb. Dat was een hele toestand, hij voelde zich gedumpt, (...) ik heb het vervloekt aan alle kanten.’

Het schuldgevoel dat deze moeder uitspreekt werd door anderen herkend. Doordat veel verantwoordelijkheden



Figuur 4 Percentage alleenstaande moeders dat het gevoel heeft om niets te hebben om naar uit te kijken, per meting

zich opstapelden in het afgelopen jaar, konden moeders niet op elk vlak even goed blijven presteren. De angst om 'geen goede moeder' te kunnen zijn voor hun kinderen, door gebrek aan aandacht of door geldgebrek, was groot.

Mentaal welzijn onder druk door gebrek aan ontspanning en perspectief

Als gevolg van de zorgen om inkomen, de hoge zorgdruk voor het gezin, de hogere mate van sociale isolatie en de zorgen om het welzijn kinderen, merken veel alleenstaande moeders dat hun mentale welzijn aanzienlijk is achteruitgegaan afgelopen jaar. Het beeld dat naar voren komt uit het surveyonderzoek bevestigt de verhalen van de moeders en organisaties. Hieruit blijkt dat gevoelens van stress en angst aanzienlijk hoger zijn onder alleenstaande moeders dan onder de algemene populatie (zie figuur 3). Dit wordt bovendien nog versterkt door het gebrek aan perspectief. Doordat maatregelen steeds werden verlengd en er, vooral in het najaar van 2020, weinig zicht was op versoepelingen, raakten moeders steeds wanhopiger en daalde het mentale welzijn, zo vertellen alleenstaande moeders. Een moeder verwoordde het als volgt:

'Er wordt telkens gezegd, er is licht aan de horizon, maar waar is die horizon? De rek is er helemaal uit.'

Dit wordt voornamelijk duidelijk wanneer gekeken wordt naar het verschil in antwoorden op de vraag 'Ik heb het gevoel dat ik niets heb om naar uit te kijken' (zie figuur 4). Figuur 4 laat zien dat moeders in april 2020 nog wel perspectief hadden, en in juli 2020 nog meer, toen de maatregelen aanzienlijk versoepeld werden. Er is echter

duidelijk te zien dat de tweede lockdown de respondenten veel zwaarder viel: 38% van de moeders was het toen (helemaal) eens met deze stelling, ten opzichte van 20% in de zomer van 2020.

Het gevoel van uitzichtloosheid komt ook naar voren in het kwalitatieve onderzoek. Voorafgaand aan de coronacrisis waren uitjes naar het café, de winkel of de sportschool een manier voor de alleenstaande moeders om even de hectiek van thuis te ontvluchten en te kunnen ontspannen. Het sluiten van deze plekken zorgde ervoor dat ze minder mogelijkheden hadden om, naast de vergrote druk door het thuiswerken en de fulltime zorg voor de kinderen, energie op te doen. Naarmate de maatregelen voortduurden in de winterperiode van 2020 en 2021, werd het gevoel van gebrek aan perspectief steeds sterker, zo kwam naar voren in de focusgroep:

'Dat hoor ik heel veel om me heen, hadden we maar een punt waar je naartoe kan leven, dat je toch weet dat er weer iets opengaat, dat je weer iets kan doen. Dat maakt volgens mij dat de stress ook erger wordt, omdat je, ja, niemand weet het natuurlijk, maar daardoor geeft het wel heel veel onrust.'

De druk op het mentale welzijn kwam dus voornamelijk voort uit een combinatie van een verhoogde druk vanwege coronamaatregelen en geen plek meer om de druk te kunnen verlichten door even te ontspannen. Hierdoor stapelden de stressgevoelens zich op, terwijl er minder mogelijkheid was om dit te delen met gelijkgestemden. Er werd in veel gesprekken met zowel alleenstaande moeders als hulporganisaties benadrukt dat het mentale herstel na de coronacrisis een lange tijd zal duren.

In de laatste paragraaf zullen we het belang van het sociale netwerk voor de geïnterviewde alleenstaande moeders onderzoeken. Hierbij beantwoorden we de vraag in hoeverre de economische en mentale gevolgen enigszins worden ondervangen door het sociale netwerk van de respondenten.

Verdere isolatie van alleenstaande moeders met klein sociaal netwerk

Al voor de coronacrisis hadden veel alleenstaande moeders een beperkt sociaal netwerk, zo melden de vertegenwoordigers in de focusgroep. Zeker de moeders die aankloppen bij hulporganisaties zoals Single Super-Mom zitten in een sociaal isolement en weten niet wie ze om hulp kunnen vragen. Sociaal kapitaal – de mate waarin mensen steun kunnen mobiliseren uit hun sociale netwerk – speelt een belangrijke rol in het doorkomen van deze pandemie.¹⁷ Maar uit onderzoek blijkt dat veel alleenstaande moeders juist aangeven dat ze zich regelmatig eenzaam voelen en niet weten wie ze zouden kunnen bereiken in hun netwerk.¹⁸ De beperkingen in sociale contacten troffen de moeders die al een klein sociaal netwerk hadden, doordat ze nog meer geïsoleerd raken. Verschillende factoren speelden hier een rol.

Ten eerste ontstonden er door de lockdown barrières om in contact met hulpverleners te komen. Door de beperkte sociale contacten worden problemen in eenoudergezinnen niet opgemerkt en moeten moeders actieve stappen ondernemen om hulp van een organisatie in te schakelen. Uit de focusgroep met deze instanties komt duidelijk naar voren dat hulpverleners, door de verschuiving naar online hulp en activiteiten tijdens de coronacrisis, de meest geïsoleerde moeders nog maar lastig konden bereiken. Doordat ze niet meer bij gezinnen thuis kwamen, was de problematiek lastiger in te schatten en verdwenen moeders onder de radar, zo kwam in de focusgroep naar voren:

‘Face-to-face, als je ergens rustig zit en je kinderen zitten ergens rustig te spelen, dan kom je toch sneller tot een verhaal dan tijdens een Zoom-meeting, dan ga je niet je hart en ziel blootleggen. Ik denk wel dat dat moeilijker is geworden voor instanties om die mensen te bereiken en daar achter de deur te komen.’

Dit verhaal illustreert ook dat, hoewel instanties hard hun best deden om de aangeboden hulp te vervangen door online afspraken, dit niet hetzelfde effect had als fysieke

afspraken. Doordat alleenstaande moeders aan huis gebonden waren door hun kinderen, zeker in de periode dat de scholen gesloten waren, was er meer behoefte aan face-to-face contact buitenshuis. Online afspraken konden niet voorkomen dat deze moeders tijdens de crisis meer geïsoleerd raken.

Ten tweede kwam uit de gesprekken naar voren dat alleenstaande moeders hun situatie niet altijd als uitzonderlijk beschouwden, waardoor ze minder snel geneigd waren om hun problemen te delen met anderen en er soms schaamte was om hulp te vragen. Een van de moeders benadrukte dat iedereen het zwaar heeft gehad tijdens het afgelopen jaar, en dat ze zich daarom bezwaard voelde om met anderen over haar situatie te praten:

‘Ik sluit me altijd eerst in mezelf op, en dan kijk ik: kan ik het zelf? (...) Dat heb ik mezelf aangeleerd, om het zelf op te lossen.’

Alleenstaande moeders voelen een grote verantwoordelijkheid voor hun kinderen om een goede moeder te zijn. Onderdeel hiervan is ook het zelf oplossen van problemen die zich voordoen in het gezin. Goed ouderschap wordt geïnterpreteerd als het zelfstandig garanderen van het welzijn van de kinderen; externe hulp inschakelen is hier geen onderdeel van. Ook tijdens de coronacrisis behielden alleenstaande moeders deze instelling, hoewel ze minder konden rekenen op informele hulp en dus veel meer op hun bord kregen.

Bovendien deden er verhalen de ronde over instanties die kinderen zouden ‘wegnemen’ uit het gezin, omdat moeders niet meer alleen voor ze konden zorgen. Dit wantrouwen was vooral gericht op gemeentelijke organisaties, waar geen directe band mee is. Vrijwilligers of medewerkers van hulporganisaties worden meer vertrouwd. Dit illustreert niet alleen het gebrek aan vertrouwen in bestuurlijke instanties, zoals de Kinderbescherming, maar ook de twijfel van de moeders over hun eigen capaciteiten om voor hun kinderen te zorgen. Naast dat dit alleenstaanden belemmerde om contact op te nemen met officiële organisaties, zorgde het ook voor een grote angst voor besmetting onder moeders. Mochten ze in het ziekenhuis terechtkomen, dan was er grote onzekerheid over wie er dan voor hun kinderen zou zorgen. Deze angst belemmerde hen om het huis uit te gaan, waardoor de sociale isolatie alleen nog maar groeide.

¹⁷ Snel, E. de Boom, J. en Engbersen, G. (2021) ‘Sociaal Kapitaal als bescherming tegen de mentale gevolgen van COVID-19’. Rotterdam: Kenniswerkplaats Leefbare Wijken.

¹⁸ CBS 2018, ‘Zonder partner vaak sterk eenzaam’. Den Haag: Voorburg.

Andere alleenstaande moeders zijn over het algemeen de grootste hulpbron. Maar de coronacrisis zorgde er in andere gevallen voor dat onderlinge contacten juist werden ingeperkt. Online ontmoetingen met elkaar werden niet ervaren als een waardige vervanging. Voor de crisis konden deze moeders hun hart bij elkaar luchten en problemen delen met gelijkgestemden, maar het afgelopen jaar vielen deze sociale contacten weg. Het gevoel dat ze hun problemen nu alleen moesten oplossen, heeft voor veel moeders een negatieve invloed op hun mentale welzijn. De sterke inbedding in de wijk, zowel ten opzichte van elkaar als ten opzichte van ondersteunende instanties, functioneerde daardoor veelal onvoldoende als buffer tegen sociaal isolement.

VIJF LESSEN VOOR DE PRAKTIJK

In dit artikel is de maatschappelijke impact van COVID-19 en de bijbehorende maatregelen op alleenstaande moeders beschreven. Uit de kwantitatieve data blijkt dat corona een aanzienlijke negatieve invloed heeft gehad op alleenstaande moeders op het gebied van werk en inkomen, sociaal netwerk en mentaal welzijn. Ook in gesprekken met alleenstaande moeders geven ze zelf aan dat ze op veel vlakken een zware tijd hebben gehad en soms moeite hadden zichzelf staande te houden. Waar anderen konden steunen op een partner wat betreft het inkomen en de zorg voor de kinderen, stonden zij er alleen voor. Ze waren extra kwetsbaar voor de gevolgen van corona, omdat ook hun sociale omgeving, cruciaal voor hun welbevinden, hard geraakt werd. We kunnen concluderen dat het sociale netwerk van alleenstaande moeders zowel voor als tijdens de pandemie cruciaal was voor hun welbevinden en veerkracht. Waar Snel e.a. (2021) aangeven dat sociale netwerken een cruciale rol speelden in het mentale welbevinden van burgers, is dit netwerk bij alleenstaande moeders echter sterk onder druk komen te staan.

Alleen kijken naar kwantitatieve indicatoren geeft echter geen volledig beeld van de situatie van alleenstaande moeders. Ze geven aan dat de problemen die nu naar voren komen voor hen niet nieuw zijn, maar dat kwesties zoals onzekere arbeidsposities, een hoge zorglast voor de kinderen en financiële problemen wel uitvergroot zijn door de crisis. Uit zowel de focusgroepen als de interviews blijkt dat alleenstaande moeders zich al lang ongehoord voelen, zowel voor als tijdens de coronacrisis. Deze conclusies bieden vijf lessen voor de praktijk.

1. Alleenstaande moeders hebben te maken met gelaagde problematiek, die niet opgelost wordt door de verschillende factoren één voor één aan te pakken.

Tijdens de coronacrisis is deze groep op vrijwel elk vlak in hun leven geraakt, waardoor problemen elkaar versterken en alleenstaande moeders er steeds slechter voor zijn komen te staan. Dat geldt voor moeders met een lagere sociaaleconomische status sterker dan voor moeders met een hogere status en opleiding, die oververtegenwoordigd waren in de survey. Met name de eerste groep is in sterke mate vatbaar voor de gevolgen van de coronacrisis door de complexe combinatie van een laag inkomen, lagere opleiding, beperkt sociaal netwerk en slechtere gezondheid. Een afzonderlijke beleidsaanpak voldoet daar niet. Doordat veel mensen in hun sociale netwerk zich in dezelfde positie bevinden, hebben ze weinig mensen om op terug te vallen voor praktische hulp. Door tekortschietende samenwerking tussen zorg-, welzijns- en overheidsinstanties ontbreekt het aan overzicht en zijn interventies niet op elkaar afgestemd.¹⁹ Bovendien zorgt een gebrek aan overzicht en communicatie tussen verschillende beleidsdomeinen ervoor dat er zelden wordt gekeken naar de onderliggende oorzaken van problematiek, met als gevolg dat alleenstaande moeders en hun kinderen blijven hangen in dezelfde vicieuze cirkel van armoede, werkloosheid en slechte gezondheid. Concreet betekent dit dat gemeenten en organisaties zich minder zullen moeten richten op individuele indicatoren die worden gekoppeld aan gerichte beleidsaspecten, maar meer aandacht moeten geven aan samenwerking tussen verschillende domeinen. Door een verbeterde samenwerking tussen moeders, hulporganisaties en beleidsambtenaren kunnen de kennis en ervaringen van meerdere niveaus worden gebundeld: dat is een voorwaarde voor een meer holistische aanpak van multi-causale problematiek.

2. Het is van groot belang om met alleenstaande moeders zelf in gesprek te gaan over de problematiek en de oplossingen.

Ondanks hun terughoudendheid en soms zelfs schaamte, omdat ze denken dat hun problemen niet groter zijn dan die van anderen, hebben zij – meer dan beleidsmakers vaak denken – wel degelijk zicht op mogelijke oplossingen. De coronacrisis heeft echter laten zien dat de ervaren afstand tussen de moeders zelf en beleidsmakers zeer groot is, doordat ze zich niet gehoord voelen. Zo wordt benadrukt dat de maatregelen gericht waren op ouders die de zorg voor inkomen en de kinderen

¹⁹ Ministerie van Justitie en Veiligheid (2019), 'Een effectieve aanpak van multiproblematiek'. <https://magazines.rijksoverheid.nl/jenv/jenvmagazine/2019/08/swwa—totaal>

deelden, terwijl het voor alleenstaande moeders voor onmogelijke situaties zorgde. De gemeente zal daarom meer aandacht moeten schenken aan direct contact met alleenstaande moeders tijdens het vormen van interventies en beleid. Alleenstaande moeders worden op dit moment maar beperkt betrokken bij het ontwikkelen van oplossingen en interventies, hoewel ze vaak zelf gemotiveerd zijn om zichzelf te ontwikkelen en mee te denken. Het gevolg is dat interventies regelmatig niet aansluiten bij de leefwereld van de moeders zelf.²⁰

3. Alleenstaande moeders kunnen een belangrijke rol spelen bij versterking van relaties in de buurt.

Doordat ze – noodgedwongen – sterk ingebed zijn in de wijk, dat wil zeggen dat hun sociale connecties zich vaak afspelen in de directe omgeving, weten ze wat er speelt. Door de moeders zelf een stem te geven, wordt de afstand tussen henzelf en de instanties verkleind, waardoor zij zich meer gehoord voelen en projecten in de wijken beter afgestemd kunnen worden op de bewoners zelf. Dit is zeker waardevol in armere wijken, die harder getroffen zijn door corona en de maatregelen, waardoor het herstel na de crisis ook langer zal duren. Er ligt hier een grote kans om te profiteren van de positie van moeders in hun buurt en hun kennis over sociale connecties en zo samen met hen aan herstel te werken.

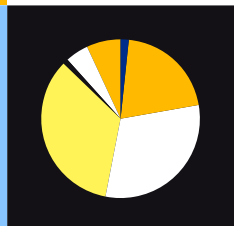
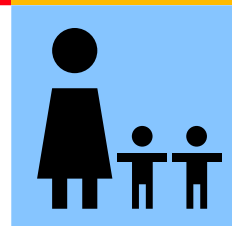
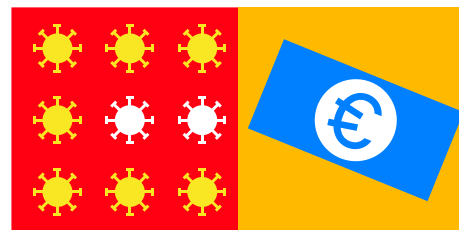
4. In het verlengde hiervan kan veel meer gebruik worden gemaakt van zelforganisaties. Alleenstaande ouders blijken behoefte te hebben aan contact met andere moeders om hun isolement te doorbreken en elkaar te ondersteunen.

Ze leren van elkaar en dat kan leiden tot creatieve oplossingen. Om succesvol te zijn, is het van belang dat het initiatief vanuit betrokkenen zelf komt, waarna het kan bijdragen aan het versterken van sociale netwerken en het bevorderen van zelfvertrouwen. Algemener gesteld, kan het stimuleren van eigen initiatief en zelforganisatie zicht bieden op duurzame oplossingen, doordat wijkbewoners zelf worden betrokken bij het opbouwen van de wijk en daardoor niet afhankelijk zijn van de aanwezigheid van een organisatie. Bovendien kunnen er zo meer wijk-specifieke oplossingen worden vormgegeven, waardoor lokale problematiek nog beter aangepakt kan worden.

5. Ten slotte laten de resultaten van dit onderzoek zien dat de term 'kwetsbaarheid', hoezeer op veel punten van toepassing op deze groep, een label kan worden dat een eigen leven gaat leiden en steeds herbevestigd wordt.

Omdat, op basis van indicatoren, geconcludeerd kan worden dat alleenstaande moeders kwetsbaar zijn voor de pandemie, blijven hun kwaliteiten gemakkelijk onzichtbaar. Hun behoefte aan ondersteuning kan zodoende het zicht ontnemen op de potentie om persoonlijke en maatschappelijke veerkracht te stimuleren. Dit benadrukt het belang voor beleidsmakers, organisaties en overheidsinstanties om in gesprek te gaan met de groepen waarmee ze werken. Alleenstaande moeders weten zelf vaak het beste wat er nodig is om hun positie te verbeteren. Er ligt een duidelijke taak bij gemeenten en organisaties om deze moeders te ondersteunen met praktische tools en uitwerking te geven aan de plannen die ze zelf al hebben. Een van de moeders verwoordt het duidelijk:

'Wij strijden maar door, maar daar is geen aandacht voor. De hele maatschappij is niet op ons ingesteld, en dat moet veranderen.'



²⁰ Vlegel, W. van der, 'Participatief Actieonderzoek Moerwijk' (Den Haag: Gezond en Gelukkig Den Haag, 21 januari 2021). Zie ook: Vlegel, W. van der en Bussemaker, J. (2021), 'Geluk en gezondheid. Een co-creatie proces met bewoners in Den Haag', In: Canoy, M., Dijk, S. van en Ham, M. (red.), *Momentum voor de menselijke maat. Praktijklessen voor zorg en welzijn*. Movisie, pp. 19-22.

