

[← Terug naar Nieuws](#)

# Huidhonger door corona-isolatie: eenzaamheid onder alleenwonenden

Nieuws | ⌚ 31-03-2020 | 💬 0 reacties



Mensen die alleen wonen hebben een grotere kans op eenzaamheid dan mensen met huisgenoten. Hoe is dat in tijden van corona, waar sociale contacten op afstand moeten worden gehouden en veel via beeldbellen gaat? 'Huidhonger is de intrinsieke behoefte om aangeraakt te worden of om anderen aan te raken, dat is voor veel alleenwonenden op dit moment heel lastig'.

Aan het woord is Anja Machielse, Hoogleraar Humanisme en Sociale Weerbaarheid aan de Universiteit van Humanistiek in Utrecht. Ze doet al twintig jaar onderzoek naar eenzaamheid. 'De eenzaamheid die we op dit moment zien, is een nieuwe vorm van eenzaamheid. Dit hebben we nog nooit zo meegemaakt. We zijn gedwongen om fysiek afstand tot elkaar te houden, we zijn aangewezen op onszelf en dat alles door een externe situatie.' Machielse benadrukt dat

eenzaamheid van alle tijden is en in alle leeftijdscategorieën voorkomt. 'Het is niet dat als je single bent, je per se eenzaam bent. De één heeft meer wezenlijk behoefte aan contact dan de ander.'

## Nieuwe vorm van eenzaamheid voor millennials

Volgens Machielse is het vooral voor millennials een nieuwe vorm van eenzaamheid. Met name voor millennials die alleen wonen, voor wie contacten buitenshuis belangrijker zijn dan voor mensen die met anderen of een partner wonen. 'Als je alleen bent moet je die sociale behoefte voortdurend opnieuw opzoeken, heel veel jongeren zijn daar goed in en besteden dan ook veel tijd aan hun sociale leven'. Nu zijn ze gedwongen om alleen te zijn en zijn ze beperkt in het invullen van hun sociale behoefte. 'In eerste instantie kan dat ook wel lekker voelen: geen verplichtingen, even tijd voor jezelf, maar tegelijkertijd wordt het gemis aan menselijke behoefte en aan contact groter'. Volgens Machielse overbruggen alle mobiele vormen van communicatie dat gat niet. Hoogleraar Sociologie aan de Vrije Universiteit van Amsterdam, Theo van Tilburg, beaamt dat: 'De fysieke kant en de nabijheid van de ander zijn echt belangrijke dingen, je kan bij elkaar face-to-face makkelijker de kleine gebaren zien, iemands emoties afleiden, lichamelijke reacties pijlen'.

Het gemis zit hem volgens Machielse ook in luchtige contacten: 'Een praatje bij de koffieautomaat op werk, even stoom afblazen na een vergadering of een collega. Al die dingen vormen ook het contact dat we met elkaar hebben. Dat is nu allemaal weggefallen'.

## Huidhonger

Fysiek contact is een wezenlijke behoefte van mensen. 'We staan er niet zo bij stil. Tot we het missen en niet mogen, zoals nu', zegt Machielse. Een arm om iemands schouder slaan, een por geven om te plagen of iets voor iemand oprapen. 'Je doet het voortdurend, veelal ongemerkt, als je dat niet meer kan doen, dan voelt dat als een gemis.' Huidhonger wordt het wel genoemd. 'Een mooie term die precies aangeeft wat mensen voelen: aanraken en aangeraakt worden en het gebrek daaraan'.

Of we anders over relaties na gaan denken? 'Ik denk dat heel veel mensen hun relaties gaan waarderen en ook herevalueren. Vaak staan we daar helemaal niet bij stil. Pas op het moment dat je iets mist, ga je opnieuw nadenken over het gemis. Het dwingt mensen om na te denken over contacten: Waarom betekenen sommige contacten veel voor me en anderen minder. En ga ik daar dan nog wel in investeren?'

Datingsites als 50PlusMatch en Second Love laten weten een toename te zien in het gebruik van hun platforms en de intensiteit van het gebruik ervan.

coronavirus

## REACTIES (0 REACTIES)

0 Reacties [Zorg.Nu](#)  [Disqus' Privacy Beleid](#)

 [Inloggen](#) ▾

 [Aanbevelen](#)

 [Tweet](#)

 [Delen](#)

[Sorteren op Beste](#) ▾



Start de discussie...

MELD AAN MET


OF REGISTREER JE BIJ DISQUS 

Naam

Reageer als eerste.

 [Abonneren](#)  [Voeg Disqus toe aan jouw site](#) [Voeg Disqus toe](#) [Toevoegen](#)  [Do Not Sell My Data](#)


## DOSSIER: CORONAVIRUS

 [Coronamaatregelen verlengd tot en met 28 april](#)


Nieuws  31-03-2020

 [Huidhonger door corona-isolatie: eenzaamheid onder alleenwonenden](#)

Nieuws  31-03-2020

 [Erasmus MC start met toedienen bloedplasma ex-coronapatiënten aan coronapatiënten](#)

Nieuws  31-03-2020

 [Zorgmedewerkers steeds ongeruster over eigen gezondheid](#)

Nieuws  31-03-2020

 [Is jouw medische behandeling uitgesteld vanwege de coronapandemie?](#)

Nieuws  31-03-2020

## Ook interessant

**Kun je nog in het ziekenhuis bevallen? Zwanger in de coronacrisis**

Hulpartikel 27-03-2020

**RIVM: 'Brabanders met lichte klachten, blijf thuis'**

Nieuws 06-03-2020

**Van Rijn benadrukt belang van voldoende afstand houden**

Nieuws 23-03-2020

**Kabinet gaat af op adviezen RIVM en GGD's**

Nieuws 02-03-2020

Meld je aan voor de nieuwsbrief

*E-mailadres*

Aanmelden

ZORGVERHAAL

DOKTERS VAN MORGEN

UITZENDINGEN

NIEUWS

DOSSIERS

HULP

CONTACT

OVER

Dokters van Morgen - Voor iedereen die met de zorg te maken heeft

Algemene voorwaarden