



CORONA GEZONDHEIDS MONITOR JEUGD 2021

Resultaten Regio IJsselland

Mei 2022

Wat is de impact van corona op de gezondheid en het welzijn van jongeren?

Normaliter voeren alle GGD'en in Nederland, samen met het RIVM en GGD GHOR Nederland, eens in de 4 jaar een grootschalig onderzoek uit naar de gezondheid en het welbevinden van jongeren in het regulier voortgezet onderwijs (RVO).

Vanwege de coronacrisis is er een extra editie van dit onderzoek ingelast: de Corona Gezondheidsmonitor Jeugd 2021. Deze is in het najaar van 2021 afgenomen. Door de gegevens van deze extra meting te vergelijken met de voorgaande meting van de Gezondheidsmonitor Jeugd in 2019 kan een beeld gekregen worden van de impact van corona op de fysieke en mentale gezondheid van jongeren.

Deze regionale resultaten kunnen gebruikt worden om het regionaal en lokaal gezondheids- en jeugdbeleid te onderbouwen.

Netwerk GOR (Gezondheidsonderzoek bij Rampen)

De GGD'en voeren de Corona Gezondheidsmonitor Jeugd 2021 uit in het kader van de Integrale (populatie-brede) Gezondheidsmonitor COVID-19. Hierbij wordt samengewerkt met GGD GHOR Nederland, het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM), het Nivel en ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum, samen het netwerk GOR. Het onderzoek is bedoeld om de fysieke en mentale gezondheidseffecten als gevolg van de coronacrisis onder de Nederlandse bevolking inzichtelijk te maken. ZonMw is namens het ministerie van VWS opdrachtgever van de monitor en faciliteert verbinding tussen lopende onderzoeken.

Leeswijzer

De Corona Gezondheidsmonitor Jeugd is in het najaar van 2021 afgenomen onder jongeren in leerjaar 2 en 4 van het voortgezet onderwijs. Op de volgende pagina's zijn de belangrijkste resultaten van regio IJsselland (in paars) afgezet tegen het landelijk gemiddelde (in blauw). De percentages die gepresenteerd worden zijn gewogen naar onderwijsniveau, leeftijd, geslacht en stedelijkheid, zodat ze representatief zijn voor de werkelijke situatie.

Vanwege de betrouwbaarheid van de resultaten en de privacy van de respondenten hanteren wij bij de rapportage een minimum van 30 respondenten die de vraag ingevuld hebben en een minimum van 5 respondenten per specifiek antwoord. Indien de aantallen lager liggen, worden de cijfers niet weergegeven.

Aantal ingevulde vragenlijsten in Regio IJsselland

Vmbo 2	1454
Havo/vwo 2	1125
Vmbo 4	1290
Havo/vwo 4	1179
<hr/>	
Leerjaar 2	2579
Leerjaar 4	2469
TOTAAL	5048

Gezinssituatie

Gezondheid
& geluk

Jongeren
& corona

Mentaal
welbevinden

Mediawijsheid

Bewegen
& sporten

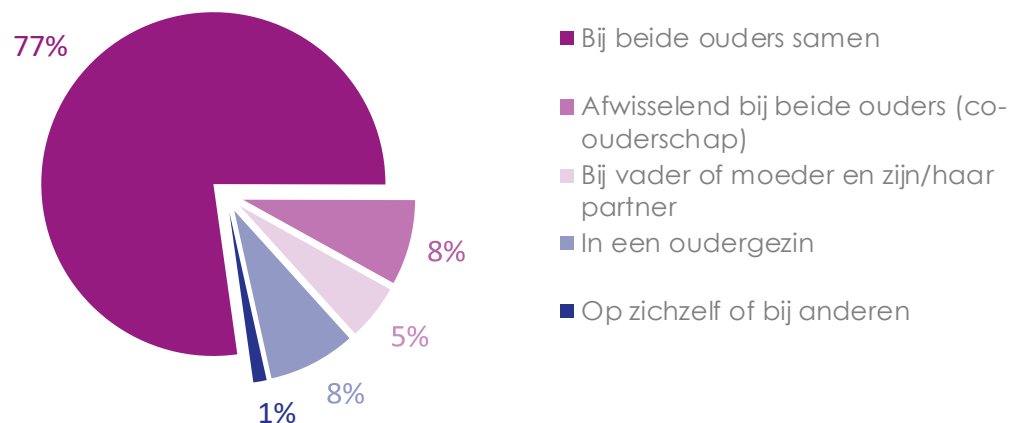
Alcohol,
roken & drugs

Weerbaarheid,
veerkracht &
vertrouwen

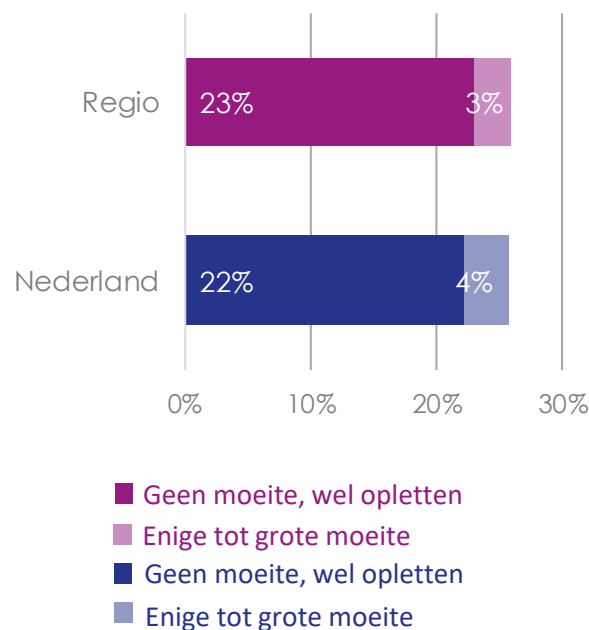
Gezinssituatie van jongeren heeft invloed op welzijn

Van gezinnen die moeite hebben met rondkomen en eenoudergezinnen wordt veel veerkracht en improvisatie gevraagd. Geldzorgen kunnen leiden tot stress binnen het hele gezin. Uit [onderzoek van het NCJ](#) blijkt dat kinderen die opgroeien in een eenoudergezin vaker emotionele en gedragsproblemen ontwikkelen dan hun leeftijdgenoten in tweeoudergezinnen.

Gezinssamenstelling van de jongeren in Regio IJsselland



Moeite met rondkomen (gezin)



Ingrijpende levensgebeurtenissen

waarmee jongeren in de regio IJsselland te maken hebben (gehad):



22%

Scheiding ouders



8%

Lichamelijke ziekte (jongere zelf)



8%

Psychische ziekte (jongere zelf)



12%

Ziek gezinslid (jonge mantelzorgers)

Jonge mantelzorgers

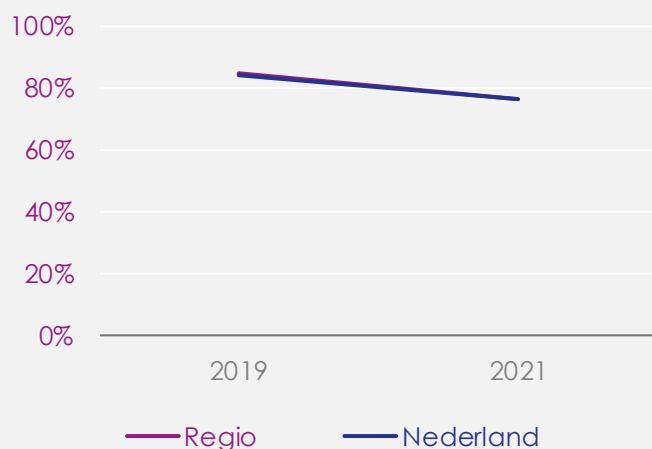
Het percentage (potentiële) jonge mantelzorgers is berekend als het percentage jongeren dat een gezinslid heeft met een lichamelijke of psychische ziekte of verslaving. Jonge mantelzorgers hebben vaak een hechte familieband en vertonen vaker pro-sociaal gedrag. Als de zorgsituatie echter te intensief wordt, kunnen ook jonge mantelzorgers overbelast raken.

De meeste jongeren voelen zich gezond en gelukkig

Gezondheid is meer dan de afwezigheid van lichamelijke klachten. Jongeren kunnen zelf het beste aangeven hoe zij hun **eigen gezondheid ervaren**, dit is een betrouwbare indicator voor de algehele gezondheidstoestand van jongeren. Uit de resultaten blijkt dat de meeste jongeren in de regio IJsselland de eigen gezondheid als (zeer) goed ervaren (**83%**). Dit is lager dan in 2019 (86%).

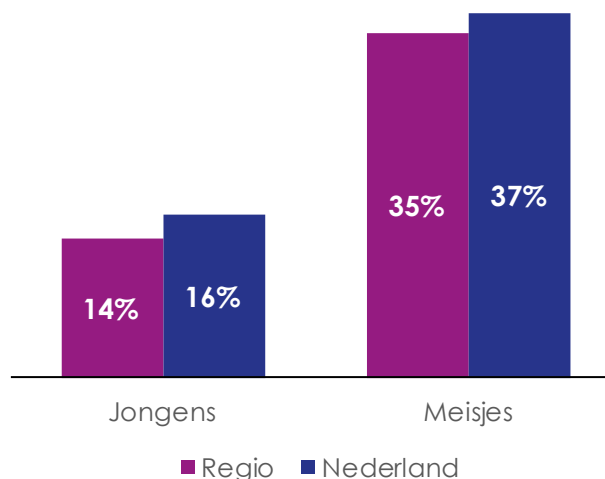
Een andere belangrijke indicator voor het welzijn van jongeren is hoe **gelukkig** zij zich voelen. Uit de resultaten blijkt dat het geluksgevoel van jongeren gedaald is ten opzichte van 2019 (van **85%** naar **77%**).

Voelt zich gelukkig



Meisjes ervaren meer gezondheidsklachten dan jongens

Heeft psychische klachten



Psychische klachten worden gemeten met de 'Mental Health Inventory 5' (MHI-5). Het geeft een indicatie van de psychische gezondheid, waaronder bijvoorbeeld depressieve klachten. Jongens hebben over het algemeen een gunstigere score op de MHI-5 dan meisjes.

Vergelijking met landelijke cijfers

In vergelijking met Nederland (27%) hebben in regio IJsselland (25%) minder jongeren psychische klachten.

Gezondheidsklachten zoals buikpijn, hoofdpijn, hartkloppingen, maar ook moeheid, prikkelbaarheid, slaap- of concentratieproblemen, kunnen, naast andere oorzaken, het gevolg zijn van stressvolle of traumatische gebeurtenissen. In 2021 is daarom onderzocht hoe vaak jongeren last hadden van dergelijke klachten.

De meest voorkomende klachten

- Vermoeidheid (38%)
- Hoofdpijn (29%)
- Prikkelbaar of irritatie (22%)
- Duizelig en licht in het hoofd (22%)

Ervaart (zeer) vaak 5 of meer gezondheidsklachten

	Regio	Nederland
Jongens	9%	9%
Meisjes	27%	27%

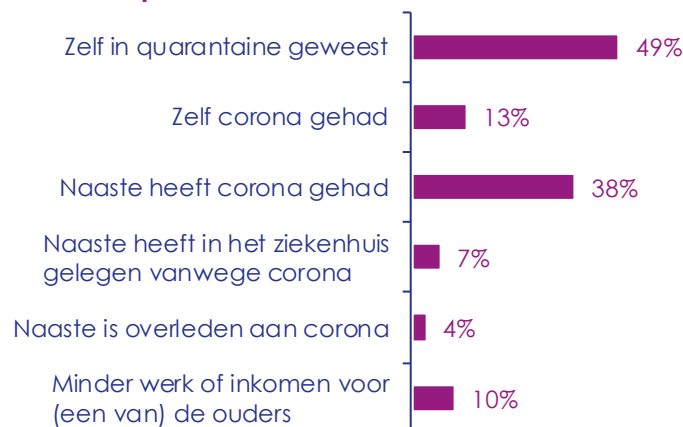
Impact corona

Coronamaatregelen zoals lockdowns, sluiting van scholen, digitale lessen en 1,5 meter afstand houden, grijpen diep in op het dagelijks leven van jongeren. Ook persoonlijke gebeurtenissen die jongeren hebben meegemaakt tijdens de coronaperiode, zoals in quarantaine gaan, het doormaken van corona of ziekte of overlijden van een naaste, kunnen grote impact hebben. **71%** van de jongeren in de regio IJsselland heeft zo'n gebeurtenis meegemaakt. **19%** van de jongeren in de regio IJsselland geeft aan nog steeds last te hebben van gebeurtenissen die ze hebben meegemaakt in de coronaperiode.

De gebeurtenissen die tijdens de coronaperiode de meeste impact hadden, waren het overlijden van een naaste en eigen ziekenhuisopname.

6% van de jongeren heeft een verhoogde kans op het ontwikkelen van ernstige psycho-sociale klachten (posttraumatische stress klachten). Jongeren met een verhoogde kans op het ontwikkelen van deze klachten voelen zich vaker minder gelukkig, ervaren vaker psychische klachten, stress en eenzaamheid en hadden vaker steun of hulp nodig tijdens de coronaperiode dan jongeren die geen verhoogde kans hebben op het ontwikkelen van ernstige psycho-sociale klachten.

Wat hebben de jongeren in de regio IJsselland meegemaakt tijdens de coronaperiode?



Vergelijking met landelijke cijfers

In regio IJsselland hebben minder jongeren corona gerelateerde gebeurtenissen meegemaakt dan gemiddeld in Nederland.

Tijdens de lockdown:

79%



Kon thuis een plek voor zichzelf vinden als dat nodig was

55%



Vond het gemakkelijk om buiten op 1,5 meter afstand vrienden of familie te ontmoeten

Zorg en hulp

De meeste jongeren (**87%**) in de regio IJsselland geven aan dat zij **bij iemand terecht kunnen** als ze met een probleem zitten.

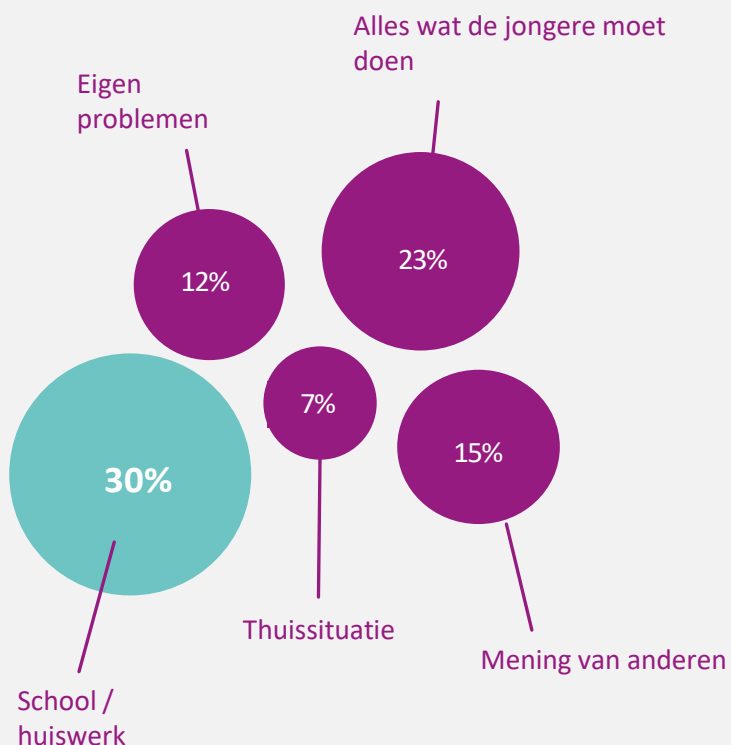
Wanneer jongeren behoefte hadden aan extra hulp/steun ging het met name om:

- Hulp bij schoolwerk (**20%**)
- Hulp omdat ze niet lekker in hun vel zaten (**18%**)
- Hulp bij ruzie of problemen met hun ouders (**5%**)
- Hulp bij lichamelijke klachten of pijn (**5%**)

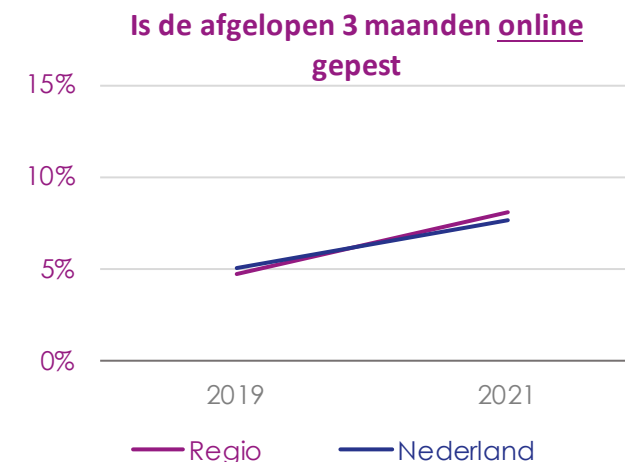
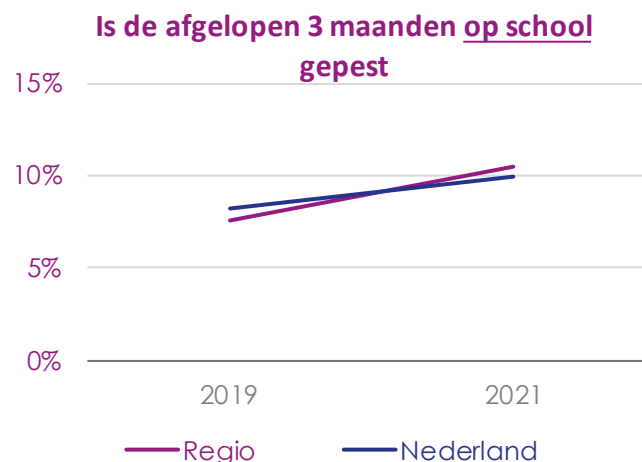
Bijna twee vijfde van de jongeren had tijdens de coronaperiode behoefte aan extra steun of hulp. **6%** van de jongeren kon bij niemand terecht voor extra hulp en steun.

Meeste stress door school of huiswerk

40% van de jongeren voelt zich vaak gestrest door één of meer factoren. Dat percentage ligt lager dan landelijk (44%). Meisjes (55%) ervaren vaker stress door één of meer factoren dan jongens (24%). In 2021 geeft **30%** van de jongeren in de regio IJsselland aan zich (zeer) vaak gestrest te voelen door school of huiswerk, in 2019 was dat 28%. Jongeren op havo of vwo ervaren deze stress vaker dan jongeren op het vmbo.



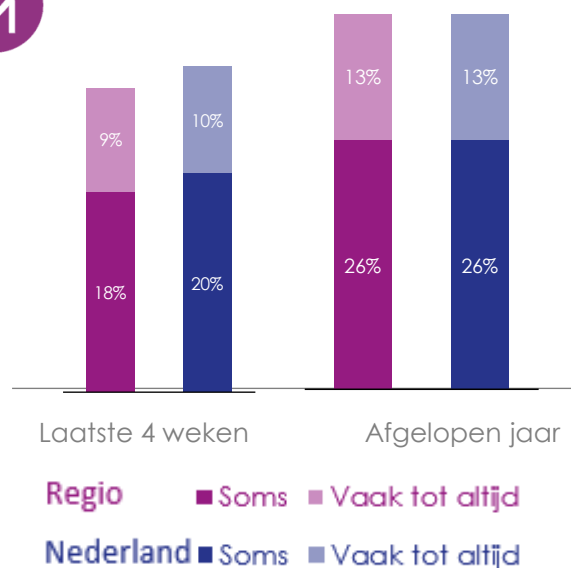
Pesten op school en online pesten



Eenzaamheid



Heeft zich eenzaam gevoeld



Vergelijking met landelijke cijfers

Jongeren in de regio IJsselland (28%) ervaren minder vaak (soms) eenzaamheid in de afgelopen 4 weken dan landelijk (30%).

Suicide

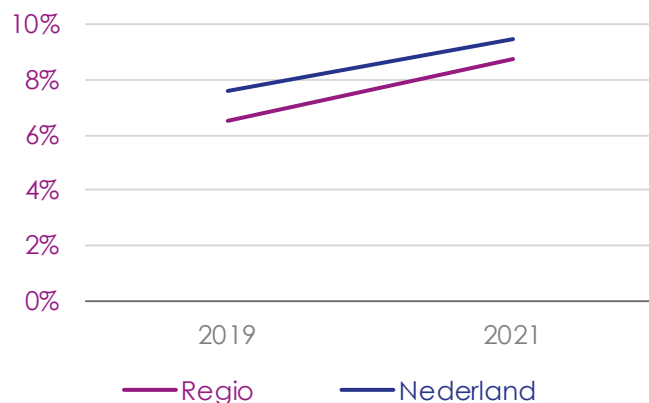
Van de jongeren in de regio IJsselland heeft **(5%)** in de laatste 12 maanden er (heel) vaak serieus over gedacht een eind te maken aan zijn/haar leven. Daarnaast heeft **16%** van de jongeren in de afgelopen 12 maanden af en toe of een enkele keer deze gedachten gehad.

De digitale generatie, problematisch of niet?

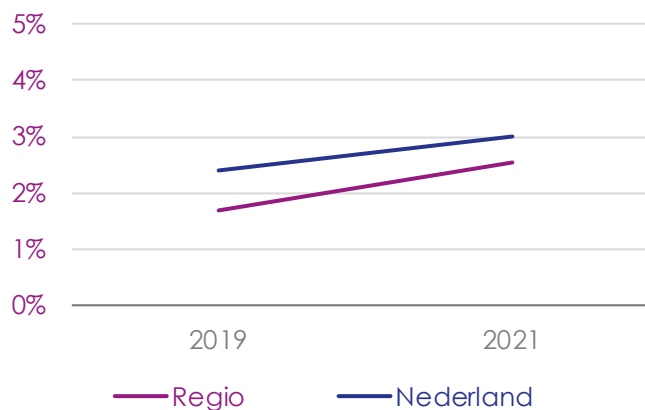
Jongeren groeien op in een digitale wereld en staan voortdurend met elkaar in contact via social media. Als de jongere het gebruik hiervan niet meer onder controle heeft, kunnen er problemen ontstaan in het dagelijks functioneren. Er is dan sprake van problematisch gebruik. Jongeren komen bijvoorbeeld slaap tekort, raffelen hun huiswerk af of voelen zich onrustig wanneer zij geen gebruik kunnen maken van social media.

Ook langdurig gamen en hier niet mee kunnen stoppen, kan problematisch worden. [Een rapport van het Trimbos-instituut](#) laat zien dat problematisch gamen vaak samenhangt met problemen als sociaal isolement, eenzaamheid, verlaagde schoolprestaties, psychosomatische klachten (bijvoorbeeld slaapgebrek) en een verminderde tevredenheid over het eigen leven. De resultaten van de Corona Gezondheidsmonitor Jeugd laten zien dat **9%** van de jongeren een hoog risico heeft op problematisch gebruik van social media. Dit percentage ligt hoger dan in 2019 (7%). **3%** heeft een hoog risico op problematisch gamen.

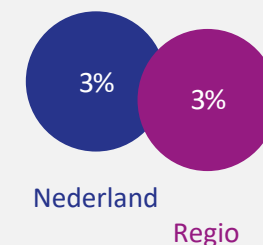
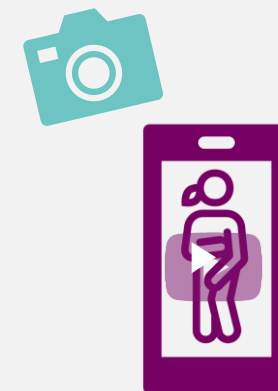
Problematisch social media gebruik



Problematisch gamen



Sexting



Heeft in de afgelopen 6 maanden een naaktfoto of seksfilmpje van zichzelf aan iemand anders gestuurd

Sexting kan nare gevolgen hebben die jongeren niet altijd kunnen overzien. Op [sense.info](#) kunnen jongeren terecht voor hulp en ondersteuning rondom dit onderwerp.

Verskil tussen jongens en meisjes

Meisjes hebben vaker een hoog risico op problematisch gebruik van social media dan jongens. Jongens ervaren daarentegen vaker problemen door gamen. **37%** van de jongens in de regio IJsselland geeft aan elke dag te gamen, tegenover **12%** van de meisjes.

Voldoende bewegen tijdens de lockdowns uitdaging voor jongeren?

[Het advies](#) voor jongeren is om elke dag minimaal een uur te bewegen. Niet alleen sporten bij een club, maar ook bewegen buiten clubverband, zoals skaten, kranten bezorgen of naar school fietsen, telt mee. Door de coronacrisis werden veel sportclubs tijdelijk gesloten en vonden veel activiteiten, waaronder het volgen van onderwijs, digitaal plaats. Het werd daardoor belangrijker om op eigen initiatief en in de eigen buurt mogelijkheden te vinden om te bewegen.

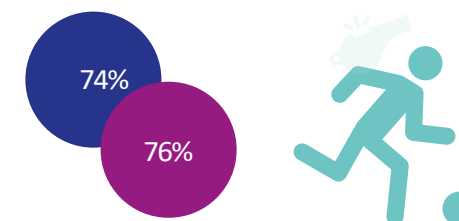
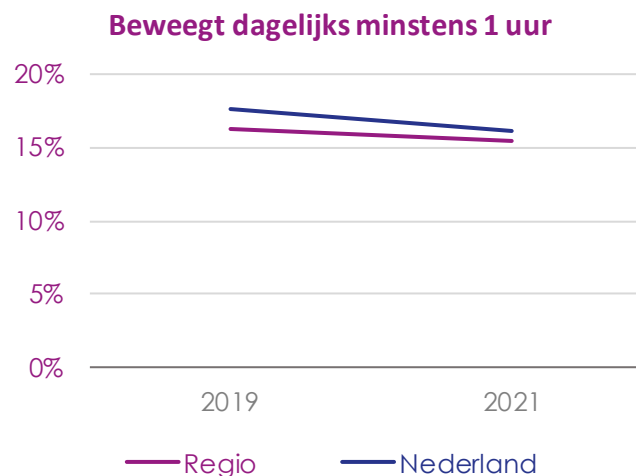
Tijdens de lockdown:



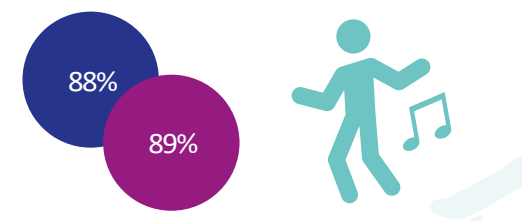
Vond het gemakkelijk om in de buurt te sporten/bewegen. Er is daarbij wel verschil naar onderwijssoort:

	Regio	Nederland
Vmbo	46%	44%
Havo/vwo	53%	51%

Meerderheid jongeren sport en beweegt



Sport wekelijks bij een club, vereniging of sportschool



Wekelijks actief in de vrije tijd

■ Regio ■ Nederland



Fietst of loopt elke dag naar school

■ Regio ■ Nederland

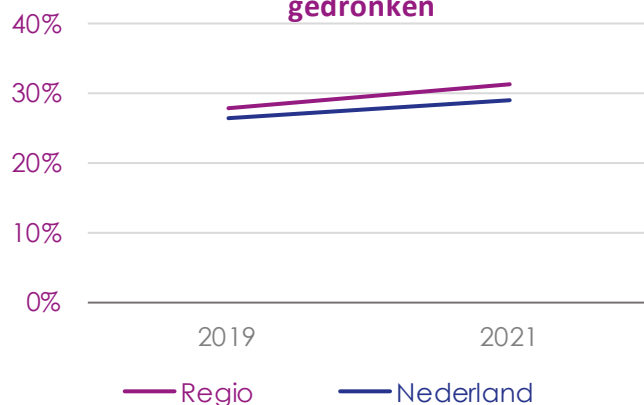
Jongeren op havo/vwo actiever

Jongeren op havo/vwo zijn actiever dan jongeren op het vmbo. Op havo/vwo bewegen meer jongeren wekelijks in de vrije tijd. Ook sporten ze vaker wekelijks bij een club of sportschool (**83%**) dan jongeren op het vmbo (**71%**).

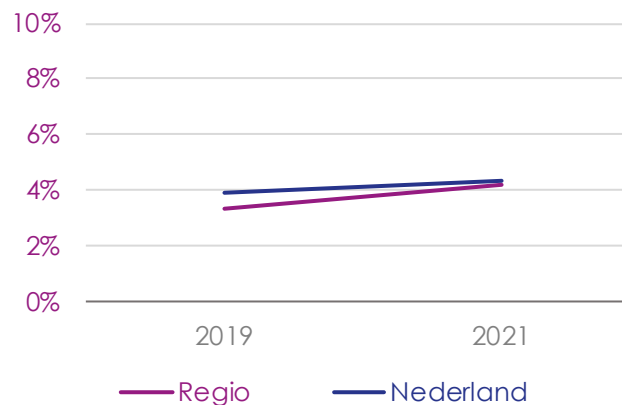
Alcoholgebruik en roken



Heeft afgelopen 4 weken alcohol gedronken



Rookt (tenminste wekelijks)



Binge drinken (afgelopen 4 weken)

	Regio	Nederland
Klas 2	9%	8%
Klas 4	33%	30%

Vergelijking met landelijke cijfers

In de regio IJsselland hebben meer jongeren in de afgelopen 4 weken gedronken (31%) dan landelijk (29%) en hebben meer jongeren aan binge drinken gedaan (22% vs. 20%).

Dronken / aangeschoten (afgelopen 4 weken)

	Regio	Nederland
Klas 2	4%	4%
Klas 4	24%	24%

Vergelijking met 2019

Ten opzicht van 2019 hebben meer jongeren in afgelopen 4 weken gedronken (31% vs. 28%), zijn meer jongeren aangeschoten/dronken geweest in afgelopen 4 weken (14% vs. 12%) en hebben meer jongeren aan binge drinken gedaan (22% vs. 20%).

Softdrugs



Ooit wiet of hasj gebruikt

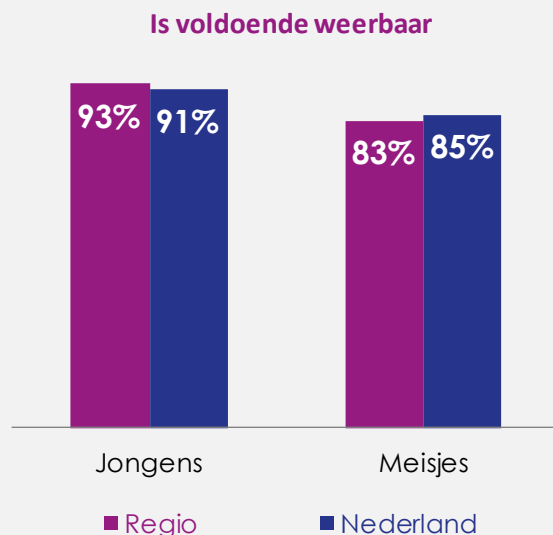
	Regio	Nederland
Klas 2	1%	3%
Klas 4	10%	13%

Op weg naar NIX18 en Rookvrije Generatie

Hoe kunnen we samen voorkomen dat jongeren onder de 18 roken en drinken?

Op www.nix18 en www.rookvrijegeneratie.nl vindt u tips & trics voor jongeren en hun ouders. Naast de laatste onderzoeken en weetjes, vindt u hier ook inspirerende voorbeelden, vlogs en acties. Hoe zorg je bijvoorbeeld voor het naleven van het rookvrije schoolterrein? Of hoe kunnen ouders elkaar inspireren bij het maken én volhouden van de NIX-afpraak? En hoe organiseer je een leuk FRIS (school)feest? Door gezamenlijke inspanning kunnen we de dalende trend in roken en drinken onder jongeren vasthouden en verder doorzetten!

Jongens zijn vaker weerbaar dan meisjes

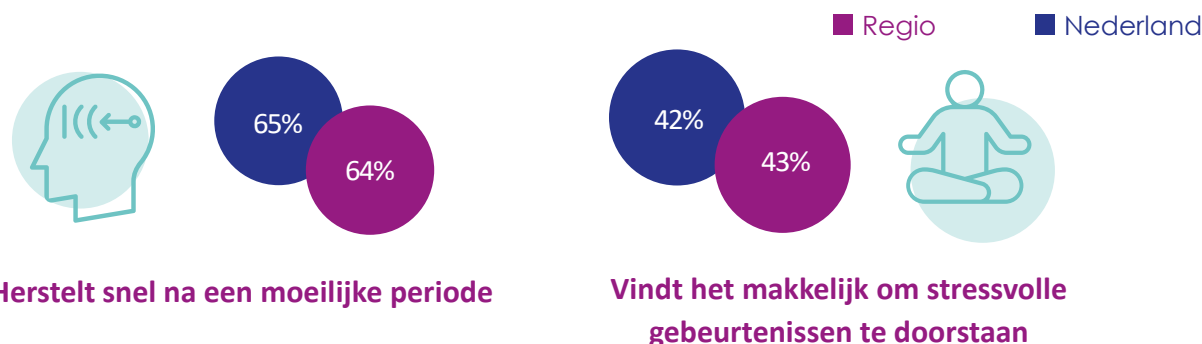


Vergelijking met 2019

In 2021 zijn minder jongeren voldoende weerbaar (**88%**) dan in 2019 (90%).

Weerbaarheid is de basis voor een goede psychische gezondheid. Weerbare jongeren hebben zelfvertrouwen en kunnen goed voor zichzelf opkomen, met respect voor anderen. Zij kunnen ook, al dan niet na een periode van experimenteren, gezonde keuzes maken ten aanzien van de eigen leefstijl.

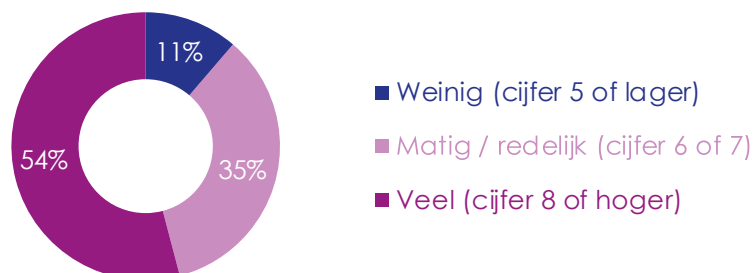
Vergroten veerkracht belangrijk om impact coronacrisis te beperken



Naast de aandacht voor mogelijke (mentale) gezondheidsproblemen die jongeren kunnen ervaren door de coronacrisis, is het belangrijk om samen met hen te kijken naar mogelijke oplossingen. Het concept van [positieve gezondheid](#) biedt daarvoor aanknopingspunten. Door met jongeren hierover in gesprek te gaan, wordt duidelijk waar hun kracht zit en wat hen helpt om sterker uit een stressvolle of moeilijke periode te komen. Het is belangrijk om de **veerkracht** van jongeren te stimuleren, op een manier die aansluit bij hun belevingswereld.

Ondanks de coronacrisis hebben veel jongeren vertrouwen in de toekomst

Vertrouwen in de toekomst



Colofon

Uitgave: GGD IJsselland, 2022.

Onderzoek uitgevoerd door: team Beleidsadvies en Onderzoek
GGD IJsselland

Kijk voor meer informatie over dit onderzoek en ander onderzoek
op: www.ijssellandscan.nl.

Voor vragen over deze monitor kunt u mailen naar het team
Beleidsadvies en Onderzoek van GGD IJsselland:
onderzoek@ggdijselland.nl.