



# CORONA GEZONDHEIDS MONITOR JEUGD 2021

## Resultaten Zwolle

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.

Met deze lokale gegevens kunt u richting geven aan het gezondheidsbeleid van uw gemeente. Zo werken we samen aan de gezondheid van jongeren richting de toekomst!

### **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 gemeente Zwolle (in paars) afgezet tegen het regionale 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 gemeente Zwolle

Vmbo 2	189
Havo/vwo 2	184
Vmbo 4	155
Havo/vwo 4	198
<hr/>	
Leerjaar 2	373
Leerjaar 4	353
<b>TOTAAL</b>	<b>726</b>

**Gezinssituatie**

**Gezondheid  
& geluk**

**Jongeren  
& corona**

**Mentaal  
welbevinden**

**Mediawijsheid**

**Bewegen  
& sporten**

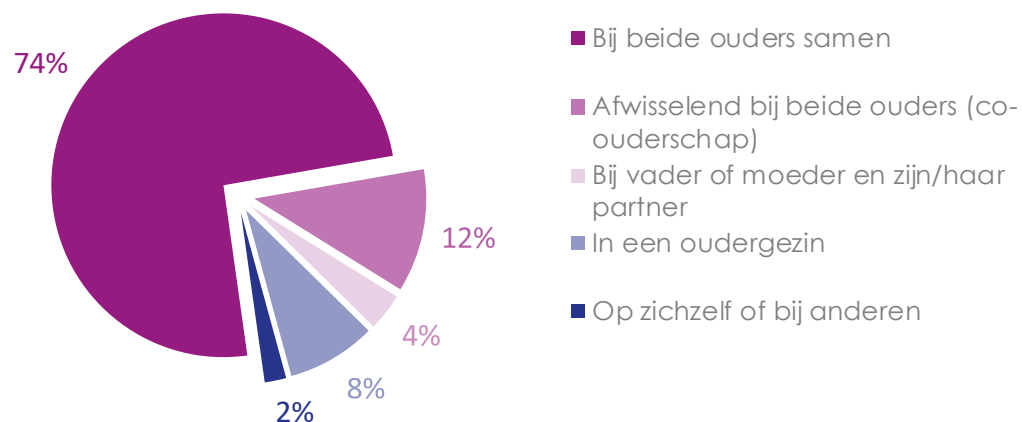
**Alcohol,  
roken & drugs**

**Weerbaarheid,  
veerkracht &  
vertrouwen**

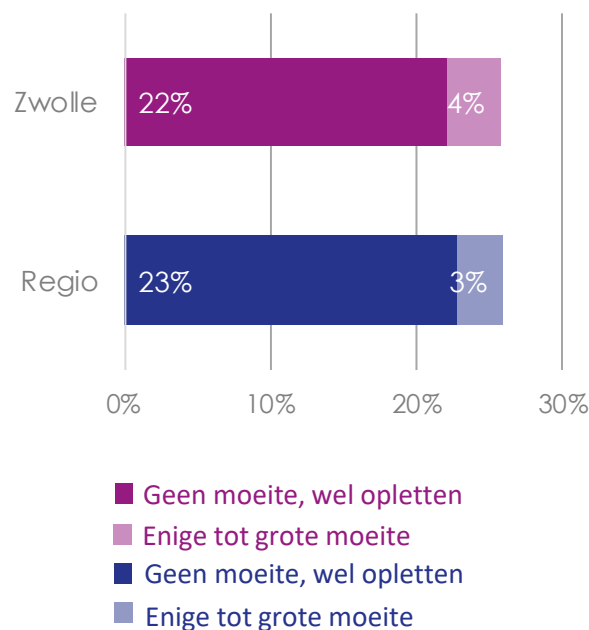
## Gezinssituatie van jongeren heeft invloed op welzijn

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 de gemeente



## Moeite met rondkomen (gezin)



## Ingrijpende levensgebeurtenissen

waarmee jongeren in de gemeente te maken hebben (gehad):



25%

Scheiding ouders



8%

Lichamelijke ziekte (jongere zelf)



8%

Psychische ziekte (jongere zelf)



9%

Ziek gezinslid (jonge mantelzorgers)

## Jonge mantelzorgers

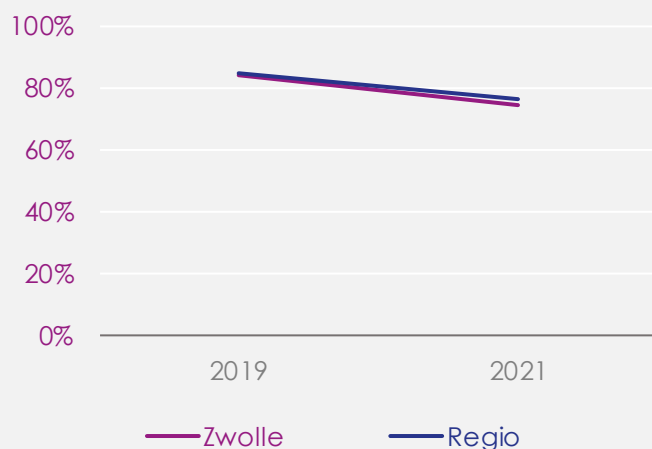
Het percentage (potentiële) jonge mantelzorgers is berekend als het percentage jongeren dat een gezinslid heeft met een lichamelijke of psychische ziekte of verslaving. Jonge mantelzorgers hebben vaak een hechte familieband en vertonen vaker pro-sociaal gedrag. Als de zorgsituatie echter te intensief 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 gemeente hun eigen gezondheid als (zeer) goed ervaren (**83%**).

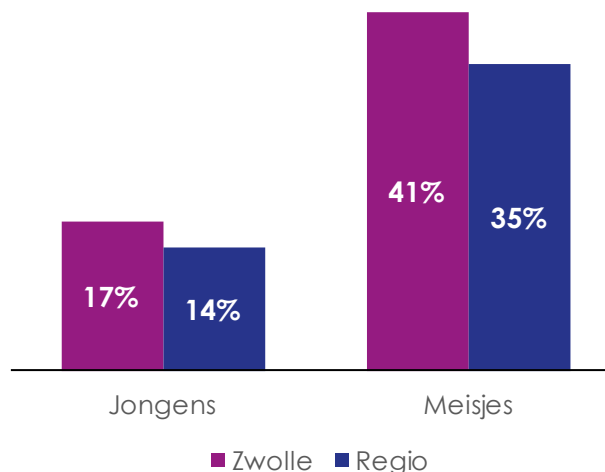
Een andere belangrijke indicator voor het welzijn van jongeren is hoe **gelukkig** zij zich voelen. Uit de resultaten blijkt dat het geluksgevoel van jongeren gedaald is ten opzichte van 2019 (van **84%** naar **74%**).

### 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 de regio

In de gemeente Zwolle (30%) hebben meer jongeren psychische klachten dan in de regio (25%).

**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 (39%)
- Hoofdpijn (28%)
- Prikkelbaar of irritatie (25%)

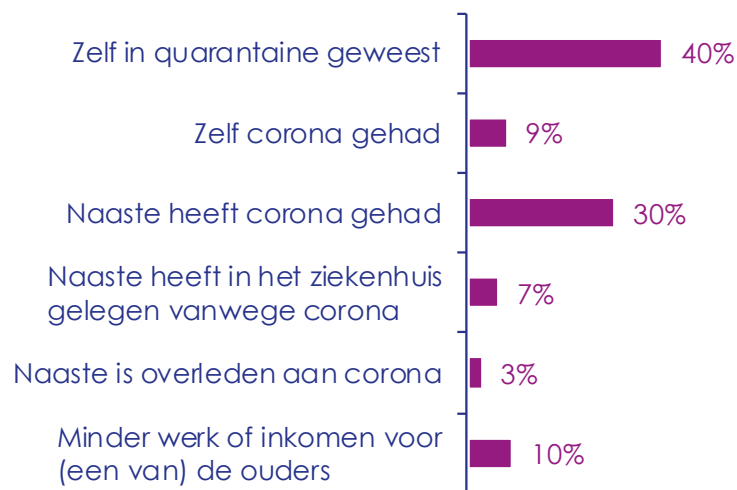
### Ervaart (zeer) vaak 5 of meer gezondheidsklachten

	Zwolle	Regio
Jongens	9%	9%
Meisjes	27%	27%

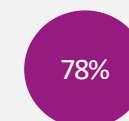
## Impact corona

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. **61%** van de jongeren in de gemeente heeft zo'n gebeurtenis meegemaakt, dat is minder dan in de regio (71%). **17%** van de jongeren in uw gemeente geeft aan nog steeds last te hebben van gebeurtenissen die ze hebben meegemaakt in de coronaperiode.

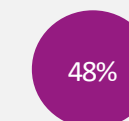
### Wat hebben de jongeren in de gemeente meegemaakt tijdens de coronaperiode?



### Tijdens de lockdown:



Kon thuis een plek voor zichzelf vinden als dat nodig was



Vond het gemakkelijk om buiten op 1,5 meter afstand vrienden of familie te ontmoeten. Dit percentage ligt lager dan in de regio (55%).

### Zorg en hulp

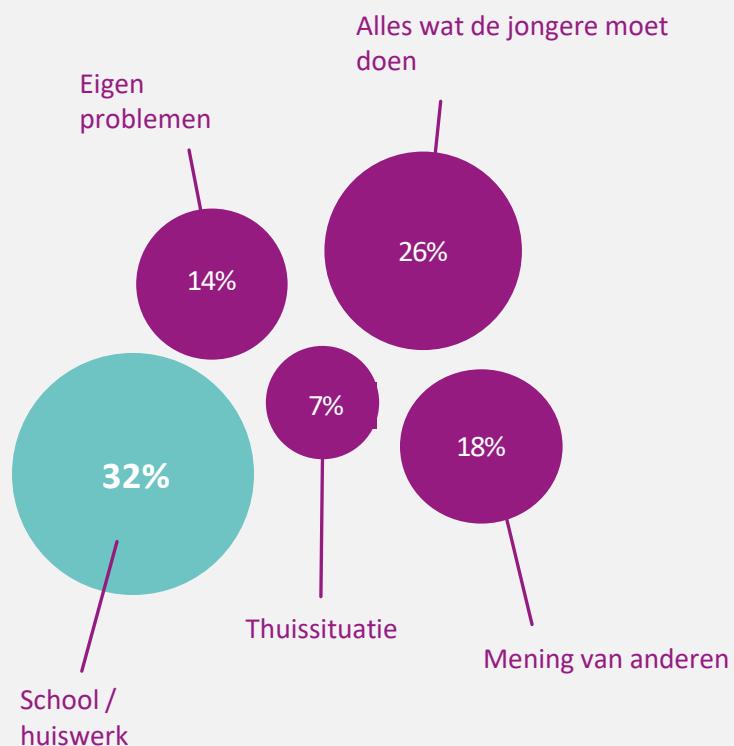
De meeste jongeren (**87%**) in de gemeente geven aan dat zij **bij iemand terecht kunnen** als ze met een probleem zitten.

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 (**20%**)
- Hulp bij ruzie of problemen met hun ouders (**5%**)
- Hulp bij lichamelijke klachten of pijn (**6%**)

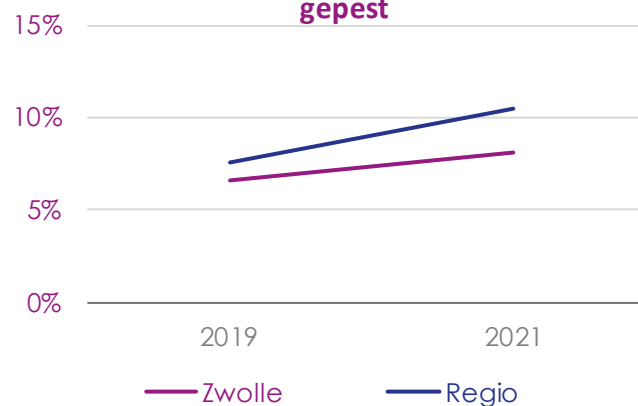
## Meeste stress door school of huiswerk

In 2021 geeft **32%** van de jongeren in de gemeente aan zich (zeer) vaak gestrest te voelen door school of huiswerk, in 2019 was dat **30%**. Jongeren op het havo of vwo ervaren deze stress vaker dan jongeren op het vmbo. Andere gebieden waarop jongeren veel stress ervaren zijn: wat anderen van hem of haar vinden en de combinatie van alles wat een jongere moet doen.

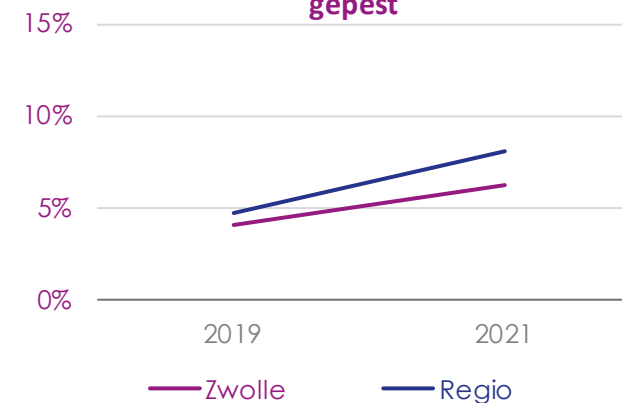


## Pesten op school en online pesten

Is de afgelopen 3 maanden op school gepest



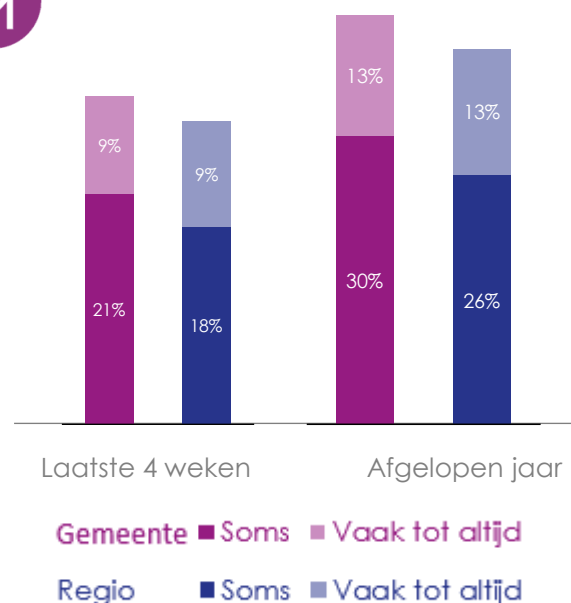
Is de afgelopen 3 maanden online gepest



## Eenzaamheid



Heeft zich eenzaam gevoeld



## Suicide

Van de jongeren in de gemeente heeft **(5%)** in de laatste 12 maanden er (heel) vaak serieus over gedacht een eind te maken aan zijn/haar leven.

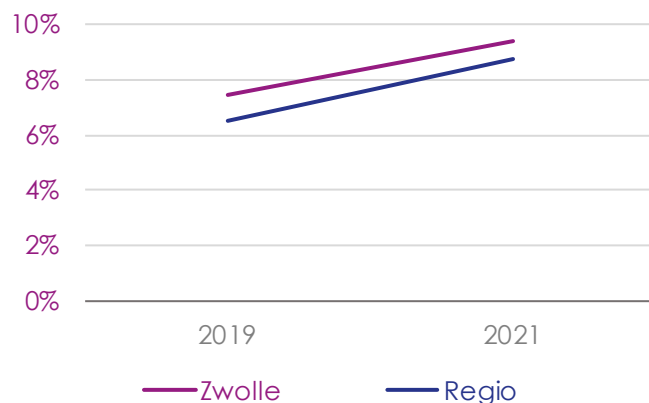


## De digitale generatie, problematisch of niet?

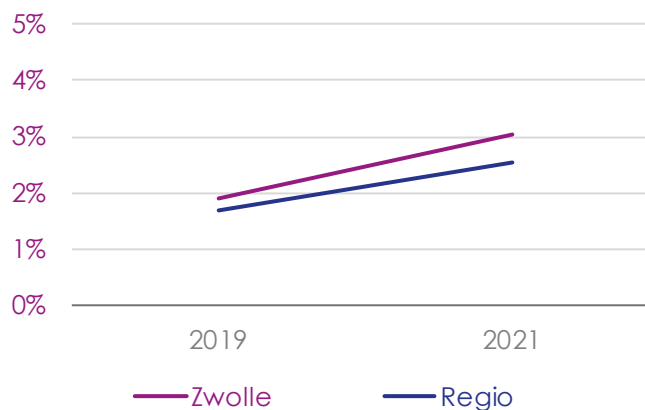
Jongeren groeien op in een digitale wereld en staan voortdurend met elkaar in contact via social media. Als de jongere het gebruik hiervan niet meer onder controle heeft, kunnen er problemen ontstaan in het dagelijks functioneren. Er is dan sprake van problematisch gebruik. Jongeren komen bijvoorbeeld 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 en **3%** op problematisch gamen.

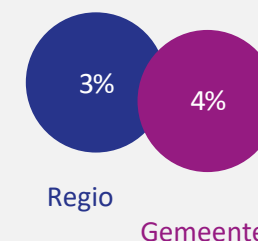
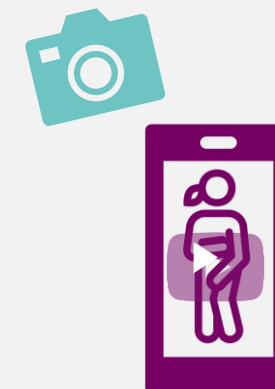
### Problematisch social media gebruik



### 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. **42%** van de jongens in de gemeente geeft aan elke dag te gamen, tegenover **11%** 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.

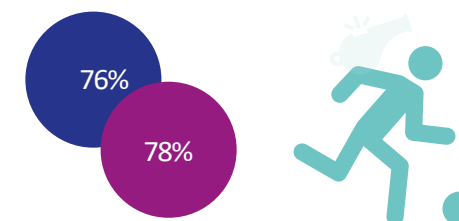
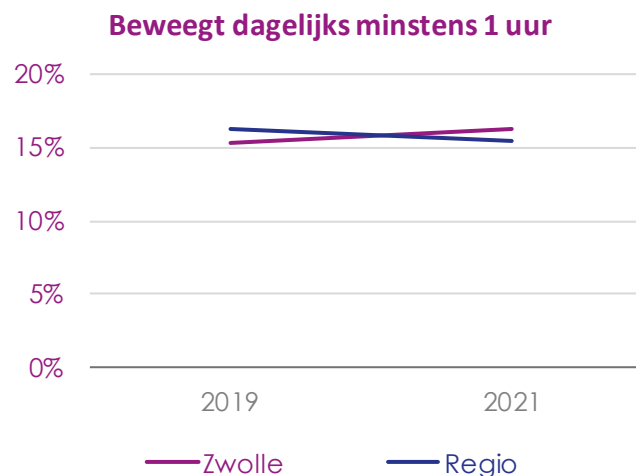
### Tijdens de lockdown:



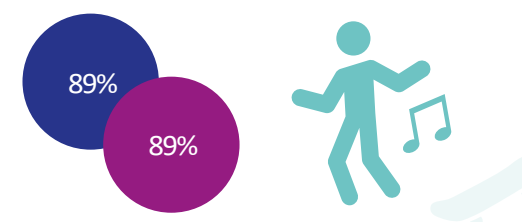
Vond het gemakkelijk om in de buurt te sporten/bewegen. Er is daarbij wel verschil naar onderwijssoort:

	Zwolle	Regio
Vmbo	45%	46%
Havo/vwo	51%	53%

## Meerderheid jongeren sport en beweegt



### Sport wekelijks bij een club, vereniging of sportschool

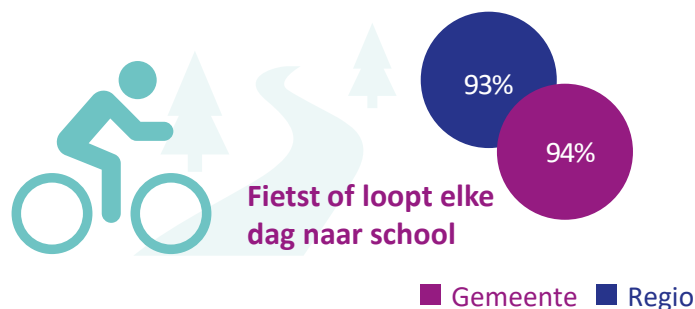


### Wekelijks actief in de vrije tijd

■ Gemeente ■ Regio

### Jongeren op havo/vwo actiever

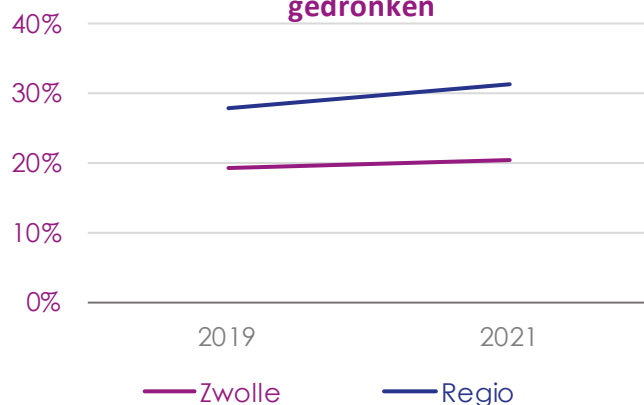
Jongeren op havo/vwo zijn actiever dan jongeren op het vmbo. Op havo/vwo gaan jongeren vaker lopend of fietsend naar school. Ook sporten ze vaker wekelijks bij een club of sportschool (**82%**) dan jongeren op het vmbo (**73%**).



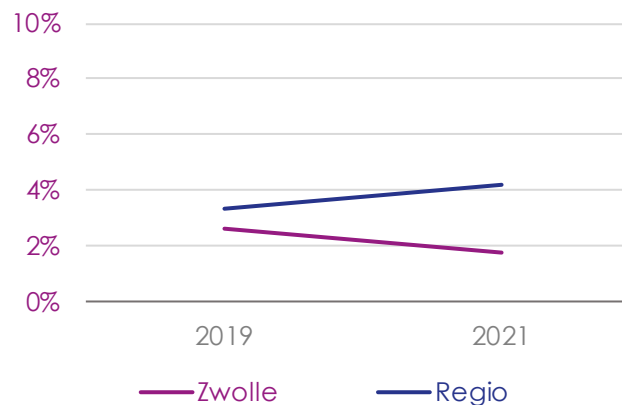
## Alcoholgebruik en roken



### Heeft afgelopen 4 weken alcohol gedronken



### Rookt (tenminste wekelijks)



### Binge drinken (afgelopen 4 weken)

	Gemeente	Regio
Klas 2	5%	9%
Klas 4	17%	33%

### Dronken / aangeschoten (afgelopen 4 weken)

	Gemeente	Regio
Klas 2	2%	4%
Klas 4	13%	24%

### Vergelijking met de regio

In de gemeente Zwolle (20%) hebben minder jongeren de afgelopen 4 weken alcohol gedronken dan in de regio (31%). Ook hebben minder jongeren (11%) aan binge drinken gedaan dan in de regio (22%).

## Softdrugs



### Ooit wiet of hasj gebruikt

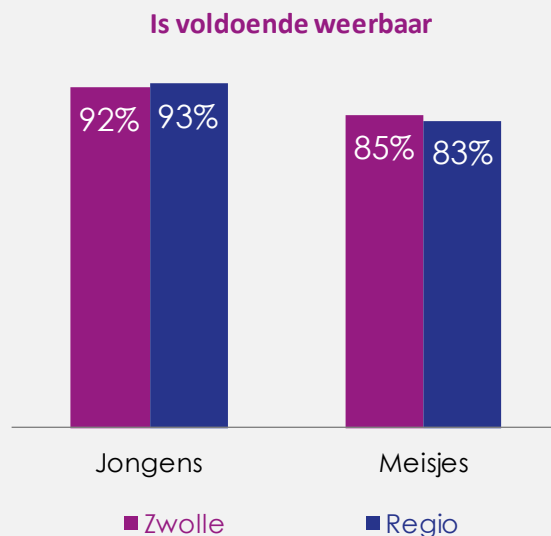
	Zwolle	Regio
Klas 2	1%	1%
Klas 4	11%	10%

### Op weg naar NIX18 en Rookvrije Generatie

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

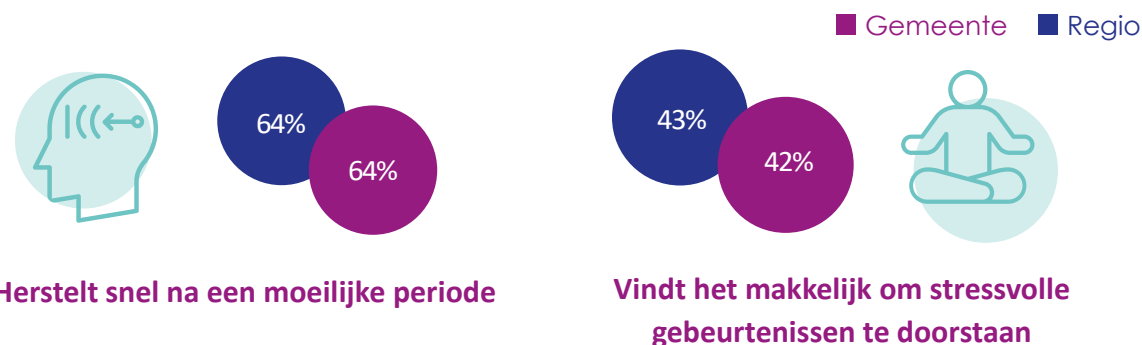
Op [www.nix18](http://www.nix18) en [www.rookvrijegeneratie.nl](http://www.rookvrijegeneratie.nl) vindt u tips & trics voor jongeren en hun ouders. Naast de laatste onderzoeken en weetjes, vindt u hier ook inspirerende voorbeelden, vlogs en acties. Hoe zorg je bijvoorbeeld voor het naleven van het rookvrije 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



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.

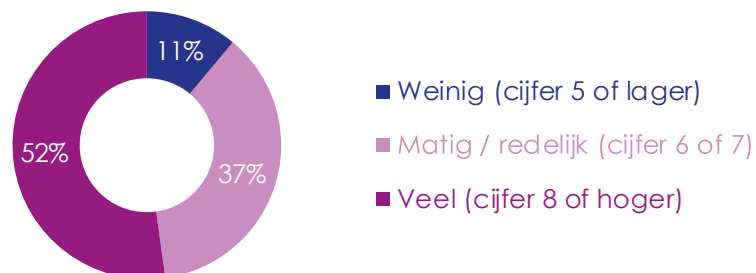
## Vergroten veerkracht belangrijk om impact coronacrisis te beperken



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](http://www.ijssellandscan.nl).

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