

# Corona Gezondheidsmonitor Jeugd 2021

## Regio Gelderland-Midden



Gelderland-Midden



# Corona Gezondheidsmonitor Jeugd 2021

## 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.

Vanwege de coronacrisis is er in het najaar van 2021 een extra editie van dit onderzoek ingelast: de Corona Gezondheidsmonitor Jeugd 2021 (cGMJ 2021). De coronacrisis heeft impact op ieders leven, direct en/of indirect. De resultaten van de cGMJ geven inzicht in de impact van corona op de gezondheid, het welzijn en de leefstijl van jongeren.

Het doel van de monitor is om beleidsmakers op lokaal, regionaal en nationaal niveau te ondersteunen bij beleidsvorming. Op basis van de resultaten kan een passend zorg- en ondersteuningsaanbod worden opgezet met als doel de negatieve gezondheidseffecten van de crisis te beperken.

Met de resultaten in deze rapportage kunnen lokale en regionale beleidsmakers hun beleidsvorming ondersteunen.

Zo geven we samen de gezondheid van jongeren een boost 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.



# Werkwijze

De corona Gezondheidsmonitor Jeugd is in het najaar van 2021 afgenomen onder jongeren in leerjaar 2 en 4 van het reguliere VO. De vragenlijst is klassikaal en digitaal afgenomen op scholen. Aan de Corona Gezondheidsmonitor Jeugd namen 13 schoollocaties in Gelderland-Midden deel. Daarnaast zijn leerlingen, woonachtig in Gelderland-Midden die buiten de regio naar school gaan meegenomen in het onderzoek.

Bij dit profiel hoort een uitgebreid tabellenboek waarin alle resultaten vermeld worden. Hierin staan alle uitkomsten uitgesplitst naar geslacht, leerjaar en onderwijssoort. Daarnaast worden de totaalcijfers weergegeven voor regio Gelderland-Midden 2021, Nederland 2021 en regio Gelderland-Midden 2019.

## Deelnemers aan cGMJ 2021

	Aantal deelnemende jongeren Regio Gelderland-Midden	Aantal deelnemende jongeren Nederland
Vmbo klas 2	865	41.462
Havo/vwo klas 2	918	44.991
Vmbo klas 4	745	35.707
Havo/vwo klas 4	881	44.092
<b>Totaal</b>	<b>3.409</b>	<b>166.252</b>

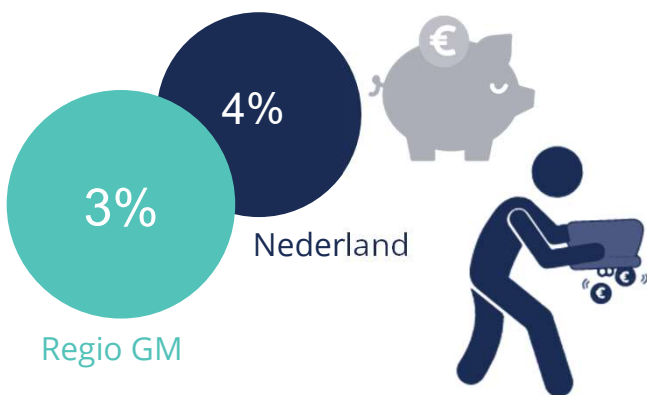




# Gezinssituatie

## Gezinssituatie van jongeren heeft invloed op welzijn

Van gezinnen die moeite hebben met rondkomen en eenoudergezinnen wordt veel veerkracht en improvisatie gevraagd. Lidmaatschap van (sport)clubs en het kopen van gezonde voeding zijn dan niet altijd vanzelfsprekend. 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.



heeft thuis (enige of grote) moeite met rondkomen

Regio GM 2019: 4%

## Gezinssamenstelling



**77%**  
woont bij beide ouders samen

**5%**  
woont bij vader of moeder en zijn/haar partner



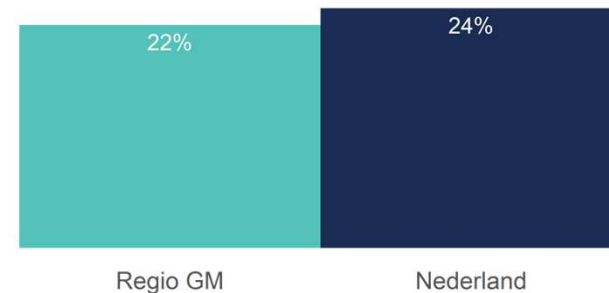
**8%**  
woont afwisselend bij beide ouders (co-ouderschap)

**8%**  
woont in een eenoudergezin

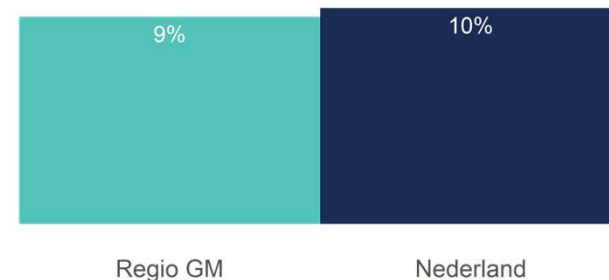


## Ingrijpende gebeurtenissen

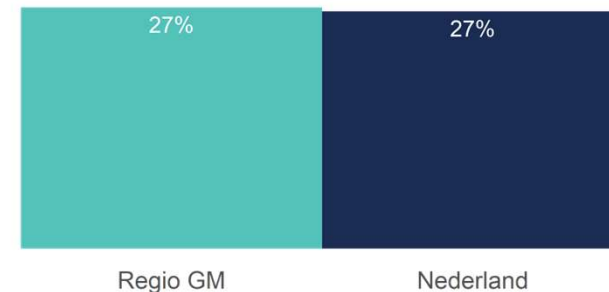
### Scheiding ouders



### Lichamelijke ziekte (jongere zelf)



### Ziek gezinslid



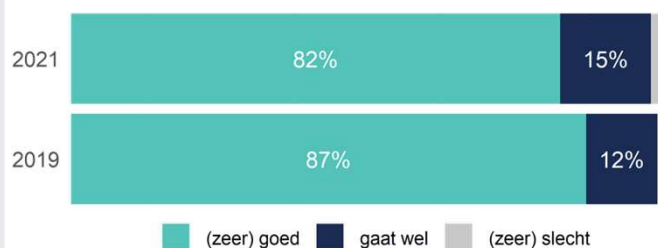




# Gezondheid en geluk

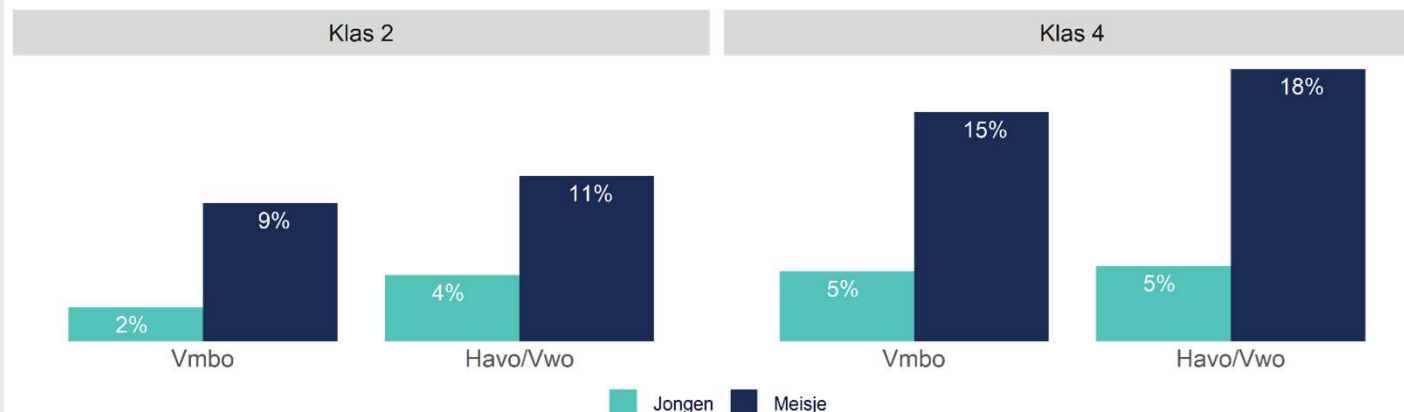
## Ervaren gezondheid

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.



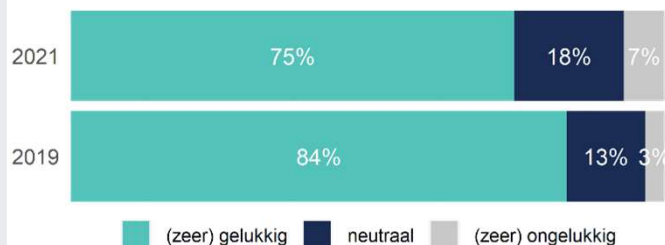
## Psychische klachten

Psychische klachten worden gemeten met de 'Mental Health Inventory 5' (MHI-5). Het geeft een indicatie van de psychische gezondheid, waaronder bijvoorbeeld depressieve klachten.



## Geluk

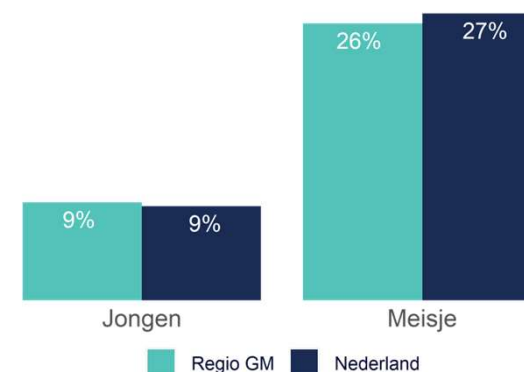
In de monitor van najaar 2019 en najaar 2021 is onderzocht hoe gelukkig de jongeren zich voelen. De jongeren in de regio voelen zich in 2021 minder gelukkig dan in 2019.



## Gezondheidsklachten

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 de monitor van 2021 is daarom onderzocht hoe vaak jongeren last hadden van dergelijke klachten.

Ervaart (zeer) vaak 5 of meer gezondheidsklachten





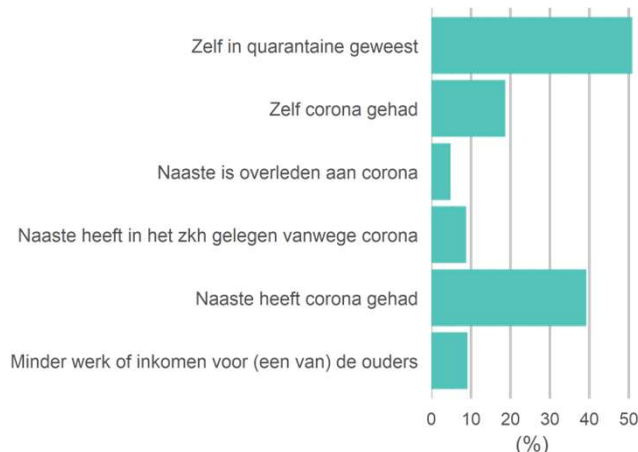


# Jongeren en corona

## Impact van 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. Bijna driekwart van de jongeren heeft zo'n gebeurtenis meegemaakt. **20%** van de jongeren in de regio geeft aan nog steeds last te hebben van gebeurtenissen die ze hebben meegemaakt in de coronaperiode.

### Wat hebben jongeren in de regio GM meegemaakt tijdens de coronaperiode?




## Impact van coronamaatregelen bij jongeren op:

Regio

Nederland

Leven in het algemeen



Positief

42%


43%

Negatief

19%

19%

Schoolprestaties



Positief

40%


40%

Negatief

25%

26%

Relatie met familie



Positief

64%


64%

Negatief

8%

8%

Relatie met vrienden



Positief

64%

64%

Negatief

9%

9%

## Tijdens de lockdown:



## Zorg en hulp

De meeste jongeren in de regio (**86%**) geven aan dat zij bij iemand terecht kunnen als ze met een probleem zitten. Wanneer jongeren behoefte hadden aan extra hulp/steun tijdens de coronaperiode ging het met name om:

- Hulp bij schoolwerk (**21%**)
- Hulp omdat ze niet lekker in hun vel zaten (**16%**)
- Hulp bij ruzie of problemen met hun ouders (**4%**)
- Hulp bij lichamelijke klachten of pijn (**4%**)



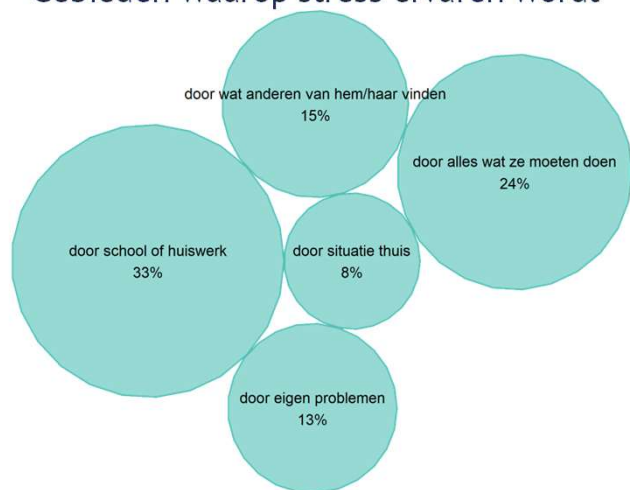


# Mentaal welbevinden

## Stress

In het najaar van 2021 geeft **44%** van de jongeren in de regio GM aan zich (zeer) vaak gestrest te voelen door een of meerdere factoren. Een gebied waarop jongeren veel stress ervaren is door school of huiswerk. Meisjes en jongeren op de havo of het vwo ervaren vaker stress dan jongens en jongeren op het vmbo.

Gebieden waarop stress ervaren wordt

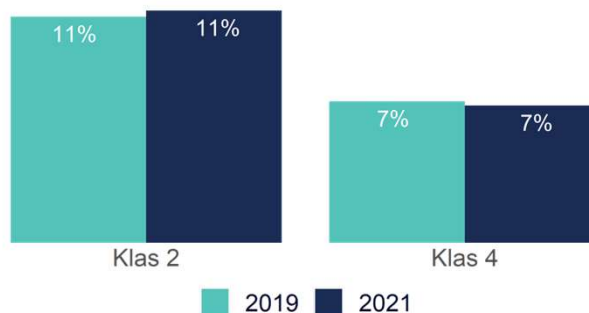


## Suicide

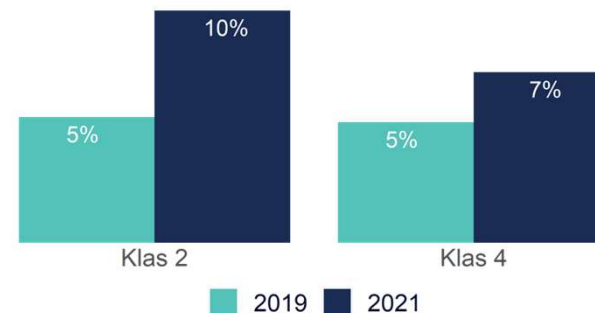
Van de jongeren in de regio Gelderland-Midden heeft **5%** in de laatste 12 maanden er (heel) vaak serieus over gedacht om een eind te maken aan zijn/haar leven.

## Pesten

Gepest op school in laatste 3 maanden

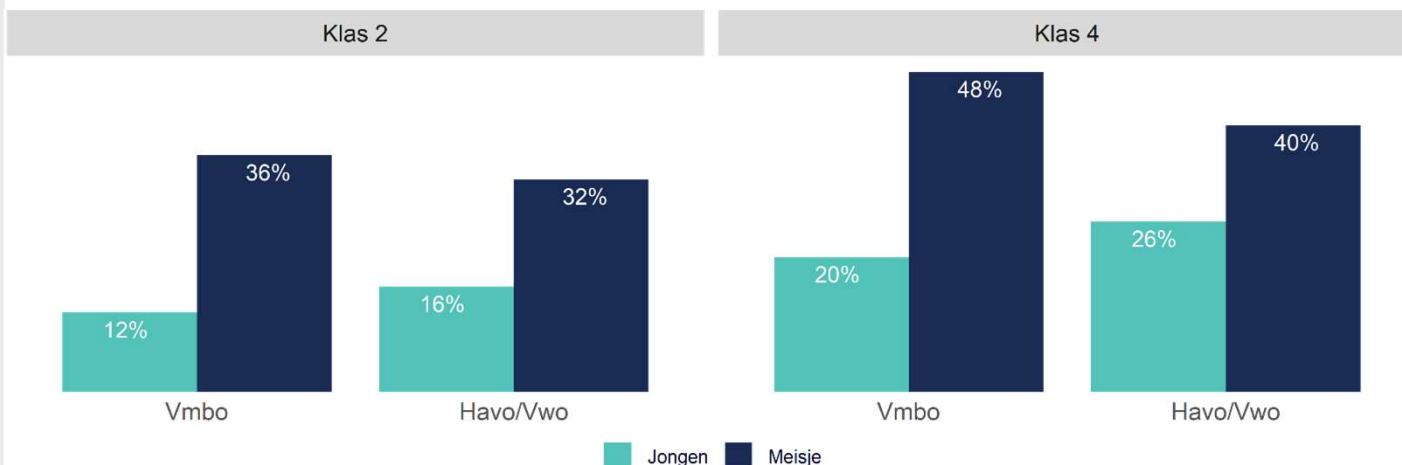


Gepest via internet, social media of mobiele telefoon in laatste 3 maanden



## Eenzaamheid

heeft zich (soms of altijd) eenzaam gevoeld in de 4 weken voorafgaand aan de vragenlijst







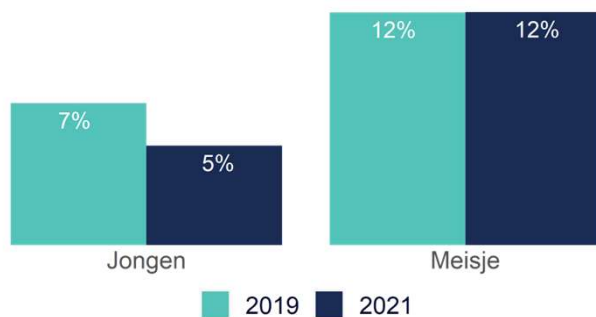
# Mediawijsheid

## Social media en gamen

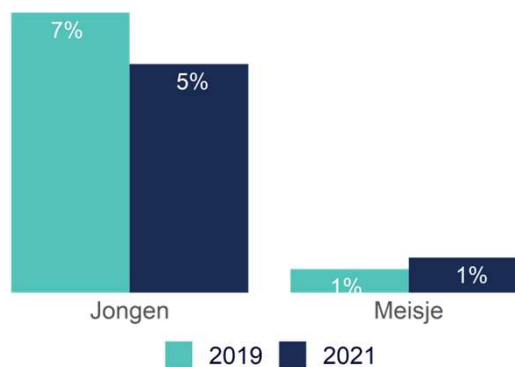
Jongeren groeien op in een digitale wereld en staan voortdurend met elkaar in contact via social media. Als de jongere het gebruik hiervan niet meer onder controle heeft, kunnen er problemen ontstaan in het dagelijks functioneren. Er is dan sprake van problematisch gebruik. Jongeren komen bijvoorbeeld 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 Gezondheidsmonitor Jeugd laten zien dat een klein deel van de jongeren een hoog risico heeft op problematisch gebruik van social media of gamen (gemeten met een vragenlijst van het Instituut voor Verslavingsonderzoek (IVO)). De coronacrisis heeft hier nauwelijks invloed op gehad.

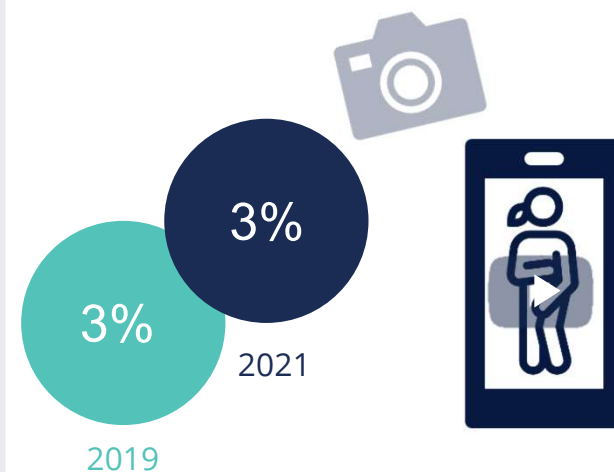
### Problematisch social media gebruik



### 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](https://sense.info) kunnen jongeren terecht voor hulp en ondersteuning rondom dit onderwerp.



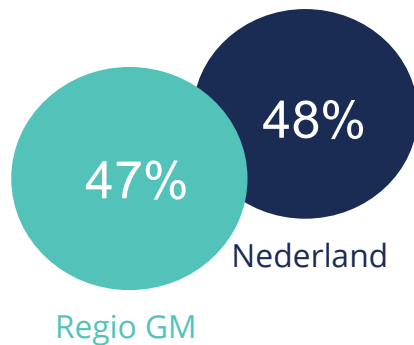


# Bewegen en sporten

## Bewegen

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.



# 16%

beweegt dagelijks minstens 1 uur

Nederland: 16%  
Regio GM 2019: 20%



# 87%

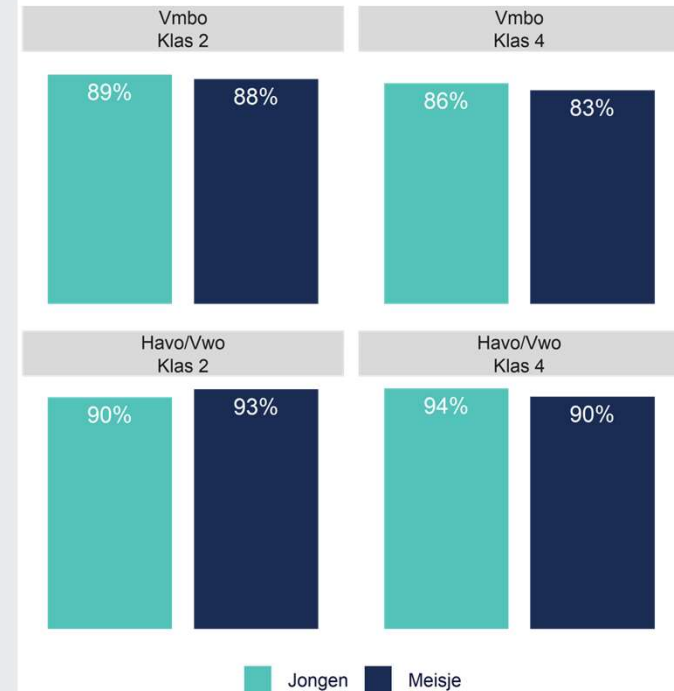
is wekelijks actief in de vrije tijd

Nederland: 88%  
Regio GM 2019: 86%

## Sport wekelijks bij club, vereniging of sportschool



## Fietst of loopt elke dag naar school







# Alcohol, roken en drugs



## Alcohol

2019 2021

### Heeft afgelopen 4 weken alcohol gedronken

vmbo klas 2	14%	14%
vmbo klas 4	43%	44%
havo/vwo klas 2	8%	9%
havo/vwo klas 4	35%	38%

### Binge drinken in afgelopen 4 weken

vmbo klas 2	9%	9%
vmbo klas 4	31%	35%
havo/vwo klas 2	3%	3%
havo/vwo klas 4	24%	24%

### Dronken/aangeschoten in afgelopen 4 weken

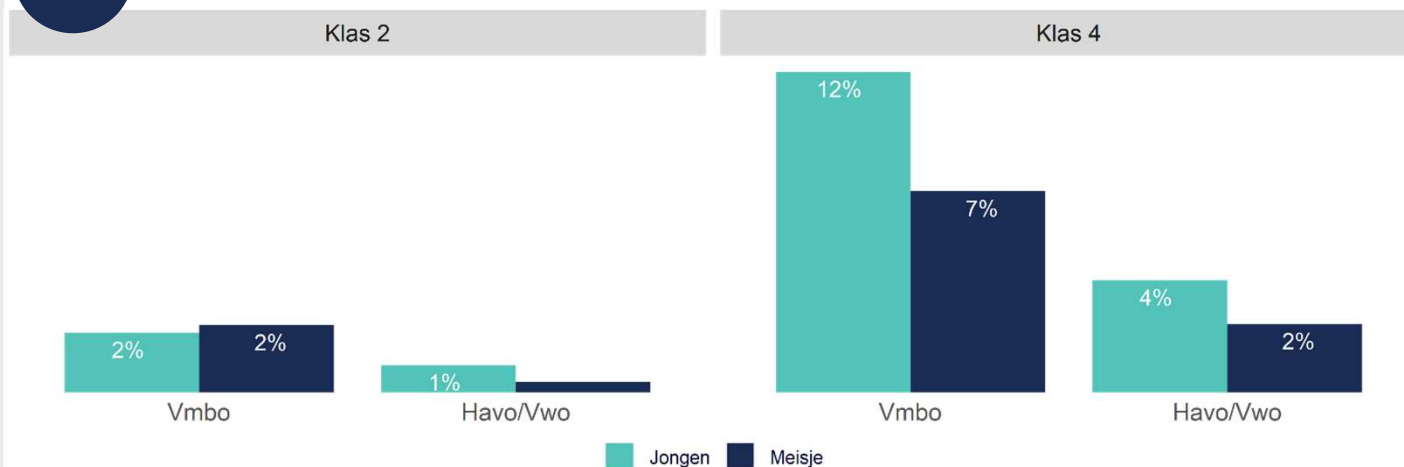
vmbo klas 2	3%	4%
vmbo klas 4	18%	25%
havo/vwo klas 2	1%	2%
havo/vwo klas 4	20%	20%



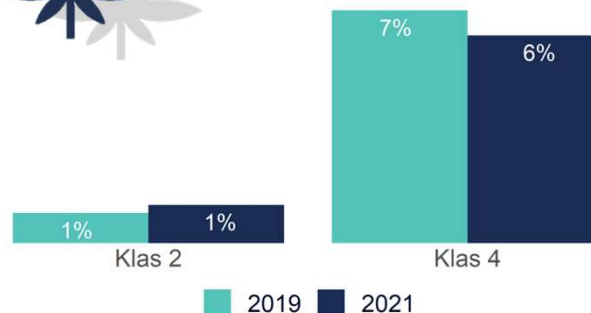
## Roken

Tenminste wekelijks roken

regio GM 2019 (6%) ; regio GM 2021: (4%)



## Laatste 4 weken wiet of hasj gebruikt



## Op weg naar Nix en Rookvrije Generatie

Op [www.nix18](http://www.nix18) en [www.rookvrijegeneratie.nl](http://www.rookvrijegeneratie.nl) vindt u tips voor jongeren, ouders en school. Naast onderzoeken en weetjes, vindt u ook inspirerende voorbeelden, vlogs en acties. Hoe zorgt u bijvoorbeeld voor het naleven van het rookvrije schoolterrein? En hoe organiseert u een leuk FRIS (school)feest? Door gezamenlijke inspanning kunnen we de dalende trend in roken en drinken onder jongeren vasthouden en verder doorzetten!

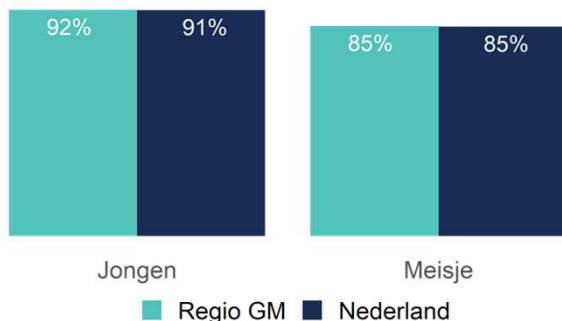




# Veerkracht

## Weerbaarheid

Is voldoende weerbaar



## Weerbaarheid als basis

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. De weerbaarheid is gemeten met een vragenset van 8 vragen over sociale druk, opkomen voor jezelf en weten wat je wel of niet wilt.



# 65%

herstelt snel na een moeilijke periode

Nederland: 65%



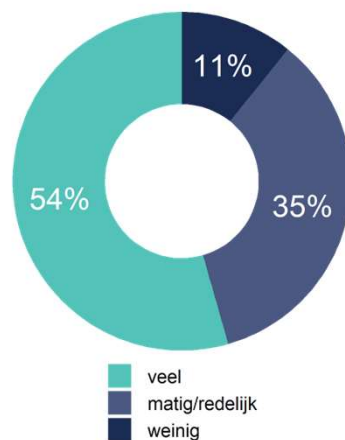
# 44%

vindt het makkelijk om stressvolle gebeurtenissen te doorstaan

Nederland: 42%

## Vertrouwen in de toekomst

Meer dan de helft (54%) van de jongeren geeft voor hun 'vertrouwen in de toekomst' het cijfer 8 of hoger. Een positieve levenshouding is een beschermende factor voor de mentale gezondheid.



## Positieve gezondheid

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.



# Impact van Corona op jongeren

---

De resultaten van deze monitor (cGMJ) geven inzicht in hoe de jongeren de coronacrisis hebben ervaren. Ook als de crisis voorbij is, blijft deze informatie relevant.

Ongeveer driekwart van de jongeren heeft minstens een corona-gerelateerde gebeurtenis (bijv. zelf corona gehad of het overlijden aan corona van iemand die belangrijk voor ze is) meegemaakt en een klein deel van de jongeren heeft daar nog last van. Ongeveer 40% van de jongeren gaf aan extra hulp of ondersteuning nodig te hebben. Een klein percentage daarvan kon niet bij iemand terecht voor extra hulp of ondersteuning. Gelukkig is het merendeel van de jongeren voldoende weerbaar en herstellen ze snel na een moeilijke periode.

De impact is groter voor jongeren die al kwetsbaar waren voor de crisis. Meisjes en vierdeklassers lijken een groter risico te lopen op problemen met de mentale gezondheid, eenzaamheidsgevoelens en stress.

Aandacht en preventie zijn nodig om mentale gezondheidsproblemen te voorkomen en de jeugd veerkrachtig te maken en te houden. Specifieke aandacht voor mentale problemen, maar ook het versterken van een gezonde leefstijl en het creëren van een gezonde leefomgeving hoort daar zeker bij. Ouders/verzorgers, scholen, gemeenten en de maatschappij vervullen hierbij een belangrijke rol.

## Contact

Heeft u nog vragen over het onderzoek ?  
Neem dan contact op met  
**team onderzoek, informatie en advies**  
(OIA) via [onderzoek@vggm.nl](mailto:onderzoek@vggm.nl).



**GGD Gelderland-Midden**  
is onderdeel van de Veiligheids- en Gezondheidsregio Gelderland-Midden



**GGD Gelderland-Midden**

Postbus 5364  
6802 EJ ARNHEM

T 0800 8446 000  
E [ggd@vggm.nl](mailto:ggd@vggm.nl)  
I [www.ggdgm.nl](http://www.ggdgm.nl)



**Gelderland-Midden**