



CORONA GEZONDHEIDS MONITOR JEUGD 2021

Regioprofiel Gooi en Vechtstreek

Mei 2022



GGD
Gooi en Vechtstreek

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 (onder tweede- en vierdeklassers van 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. Door de gegevens van deze extra meting te vergelijken met voorgaande metingen van de Gezondheidsmonitor Jeugd krijgen we een goed beeld van de impact van corona op de fysieke en mentale gezondheid van jongeren.

Op de volgende pagina's zijn de belangrijkste resultaten van de regio Gooi en Vechtstreek (in paars) afgezet tegen het landelijk gemiddelde (in blauw, referentie). 16 scholen (van de 19) deden mee. Voor sommige onderwerpen wordt ook een vergelijking gemaakt met de resultaten van 2019. Dit kan uiteraard alleen bij de onderwerpen die op precies dezelfde manier zijn gemeten.

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 van de coronacrisis onder de Nederlandse bevolking inzichtelijk te maken. ZonMw is namens het ministerie van VWS opdrachtgever van de monitor.

Deelname

	Gooi en Vechtstreek	Nederland
Totaal aantal	3.374	166.769
Jongens	52%	50%
Meisjes	48%	50%
Klas 2	48%	48%
Klas 4	52%	52%
Vmbo	30%	48%
Havo	35%	31%
Vwo	36%	21%

Inhoudsopgave

Achtergrond:
gezinssituatie

Impact van
corona

Gezondheid &
geluk

Welbevinden

Alcohol,
roken & drugs

Bewegen
& sport

Mediawijsheid

Weerbaarheid,
veerkracht &
vertrouwen

Schoolklimaat

Kernboodschappen

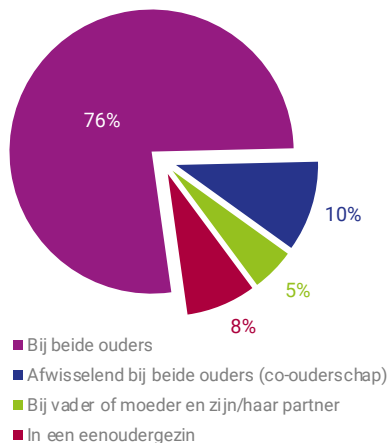
Contact

Achtergrond: gezinssituatie

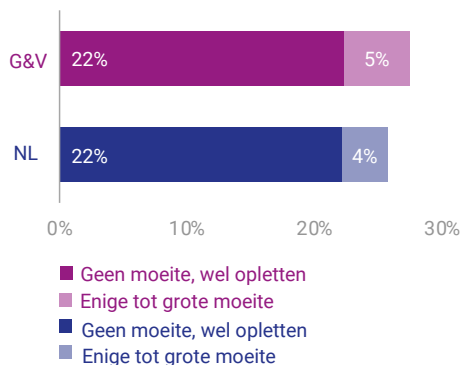
Gezinssituatie van jongeren heeft invloed op welzijn

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. Jongeren die opgroeien in een eenoudergezin ontwikkelen vaker emotionele en gedragsproblemen dan hun leeftijdsgenoten in tweeoudergezinnen.

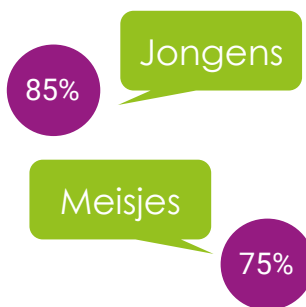
Gezinssamenstelling



Thuis moeite met rondkomen



Kan thuis over zijn/haar problemen praten



Ingrijpende levensgebeurtenissen

waarmee jongeren in Gooi en Vechtstreek te maken hebben (gehad):



23% Scheiding ouders



10% Lichamelijke ziekte (jongere zelf)



10% Psychische ziekte (jongere zelf)



13% Ziek gezinslid (jonge mantelzorgers)

Ziek gezinslid (jonge mantelzorgers)

Jonge mantelzorgers zijn jongeren die opgroeien met een gezinslid dat chronisch ziek of gehandicapt is of een psychische aandoening of verslaving heeft. Deze situatie kan een grote impact hebben op hun leven. Op mantelzorg.nl kunnen jonge mantelzorgers terecht voor meer informatie.

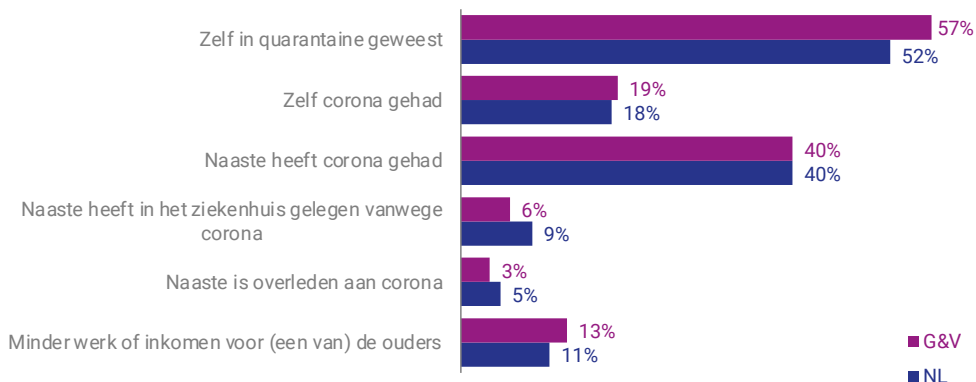
Impact van corona

Coronamaatregelen zoals lockdowns, sluiting van scholen, digitale lessen en 1,5 meter afstand houden, hebben grote invloed 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 (al dan niet aan corona), kunnen grote impact hebben.

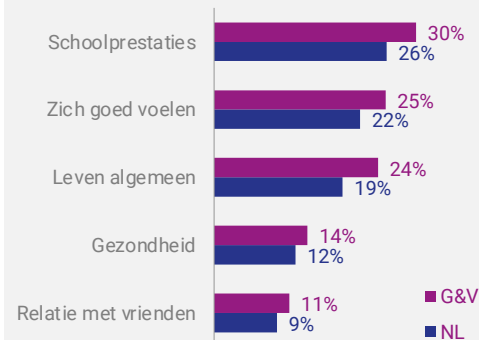
Driekwart van de jongeren in Gooi en Vechtstreek heeft één of meer van deze gebeurtenis(sen) meegemaakt.



Wat hebben jongeren meegemaakt tijdens de coronaperiode?



Jongeren gaven aan een negatieve impact van de coronamaatregelen te ervaren op:



Zorg en hulp

De meeste jongeren in Gooi en Vechtstreek (88%) gaven aan dat zij bij iemand terecht kunnen als ze met een probleem zitten. Tijdens de coronaperiode had 43% van de jongeren behoefte aan extra hulp/steun. Het ging hierbij met name om:

- Hulp bij schoolwerk: 23%
- Hulp omdat ze niet lekker in hun vel zaten: 18%
- Hulp bij lichamelijke klachten of pijn: 6%
- Hulp bij ruzie of problemen met hun ouders: 5%

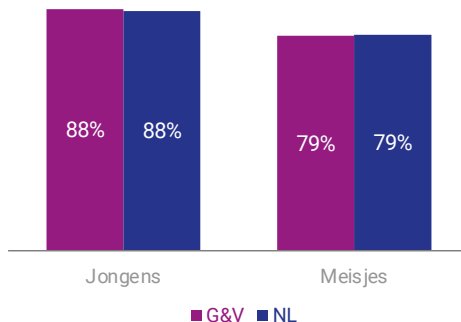
Hoe gezond en gelukkig voelden jongeren zich in coronatijd?

Gezondheid is veel meer dan ziek zijn en niet ziek zijn. 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 meerderheid van de jongeren de eigen gezondheid (zeer) goed vond: **83%**.

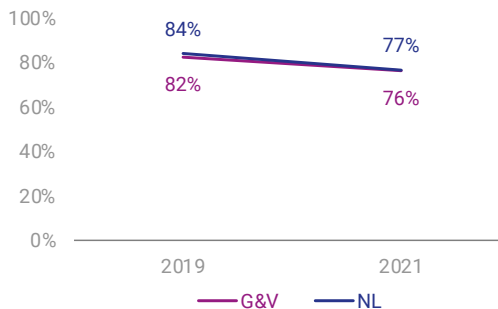
Een andere belangrijke indicator voor het welzijn van jongeren is hoe gelukkig zij zich voelen. Jongeren in Gooi en Vechtstreek zijn over het algemeen gelukkig, maar hun geluksgevoel is tijdens de coronapandemie gedaald.



Ervaart een goede gezondheid

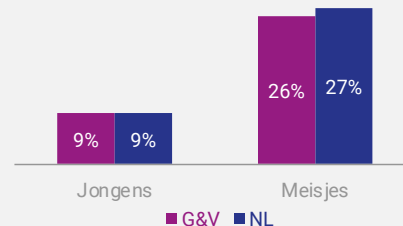


Voelt zich gelukkig



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.

Ervaarde in de afgelopen 4 weken (zeer) vaak 5 of meer gezondheidsklachten



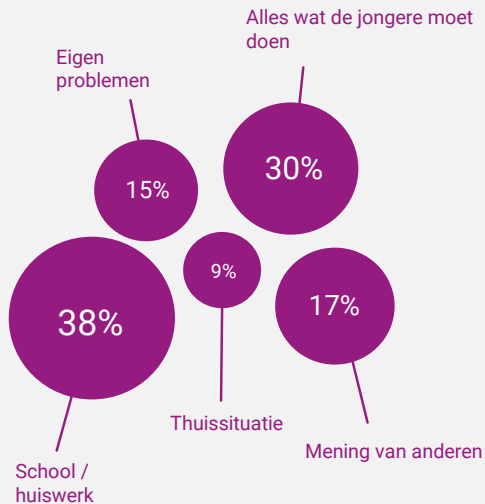
De meest voorkomende klachten onder jongeren in Gooi en Vechtstreek:

- Vermoeidheid (40%)
- Hoofdpijn (29%)
- Geheugen- of concentratieproblemen (23%)
- Prikkelbaarheid (21%)
- Slaapproblemen (20%)

Welbevinden

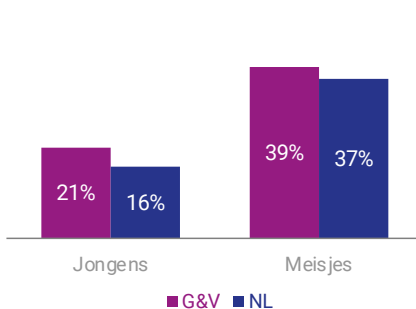
Meeste stress door school of huiswerk

In 2021 gaf **51%** van de jongeren in Gooi en Vechtstreek aan zich (zeer) vaak gestrest te voelen. Dit is gelijk aan 2019. Jongeren op het havo of vwo ervoeren vaker stress dan jongeren op het vmbo. Jongeren ervoeren veel stress door: school/huiswerk, de combinatie van alles wat ze moeten doen en wat anderen van hem of haar vinden.

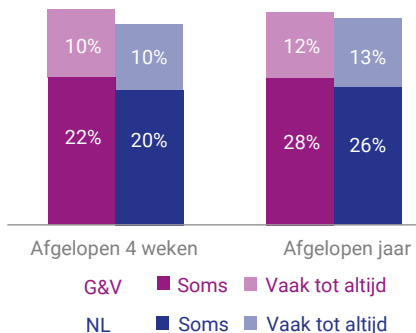


Psychische klachten en eenzaamheid

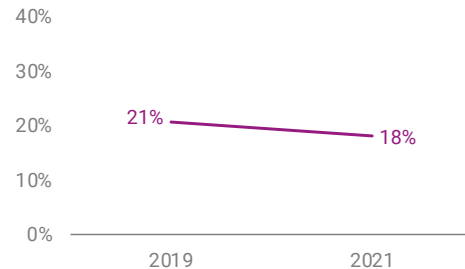
Had de laatste 4 weken psychische klachten



Heeft zich eenzaam gevoeld



Afgelopen jaar behandeld voor psychische klachten*



* Bijvoorbeeld door huisarts, psycholoog of psychiater

Suïcide

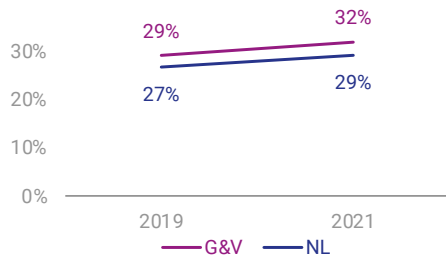
Van de deelnemende jongeren uit Gooi en Vechtstreek had **15%** er wel eens serieus over gedacht een eind te maken aan zijn/haar leven in de afgelopen 12 maanden; **5%** dacht hier (heel) vaak aan. Meisjes hadden vaker suïcidegedachten dan jongens.

Alcohol, roken & drugs

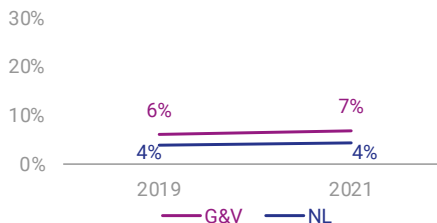
Alcoholgebruik onder jongeren in Gooi en Vechtstreek iets hoger



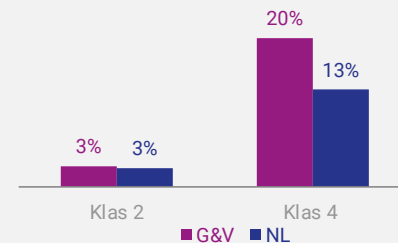
Heeft de afgelopen 4 weken alcohol gedronken



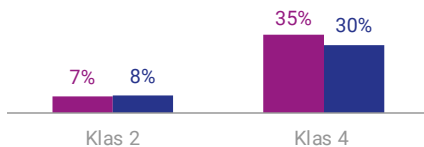
Rookt (tenminste wekelijks)



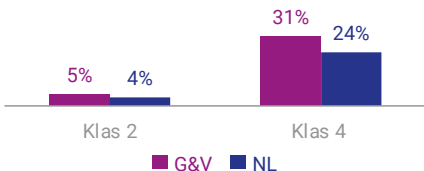
Ooit hasj of wiet gebruikt



Binge drinken (afgelopen 4 weken)



Aangeschoten geweest (afgelopen 4 weken)



Ten opzichte van metingen van vóór de coronacrisis is het percentage jongeren in Gooi en Vechtstreek dat recent alcohol heeft gedronken, dat binge heeft gedronken en dat dronken of aangeschoten is geweest iets hoger. Er is geen duidelijk effect van corona zichtbaar op roken. Het gebruik van softdrugs is lager dan in 2019.

Er is wel een duidelijk verschil tussen tweede- en vierdeklassers: het middelengebruik neemt toe naarmate jongeren ouder worden.

Op weg naar NIX18 en Rookvrije Generatie

Hoe kunnen we samen voorkomen dat jongeren onder de 18 roken en drinken? Op www.nix18.nl en www.rookvrijegeneratie.nl staan tips & trics voor jongeren, hun ouders en de school.

Ook het thema **Roken, Alcohol- en Drugspreventie** van de Gezonde School helpt scholen om een aanpak te realiseren en beleid te ontwikkelen op deze onderwerpen.

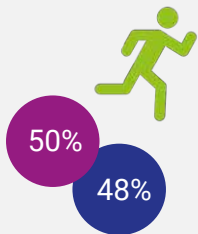
Bewegen & sport

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.

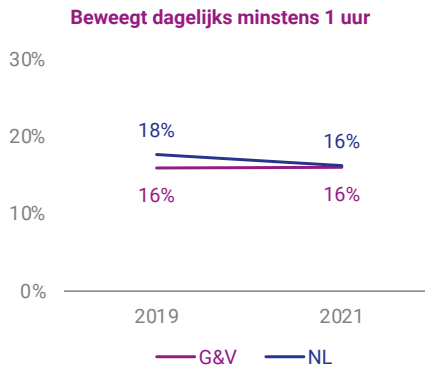
Tijdens de lockdowns:



Vond het gemakkelijk om in de buurt te sporten/bewegen.

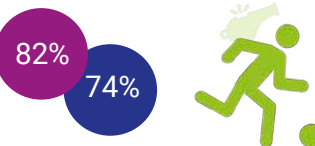
■ G&V ■ NL

Meerderheid jongeren nog steeds inactief



Fietst of loopt elke dag naar school

■ G&V ■ NL



Sport wekelijks bij een club, vereniging of sportschool



Wekelijks actief in de vrije tijd

Uit de vergelijking van de cijfers van 2019 en 2021 blijkt dat de coronacrisis het beweeggedrag van jongeren in Gooi en Vechtstreek niet structureel heeft veranderd. Een actieve leefstijl stimuleren kan met het [thema Bewegen en sport](#) van de Gezonde School.

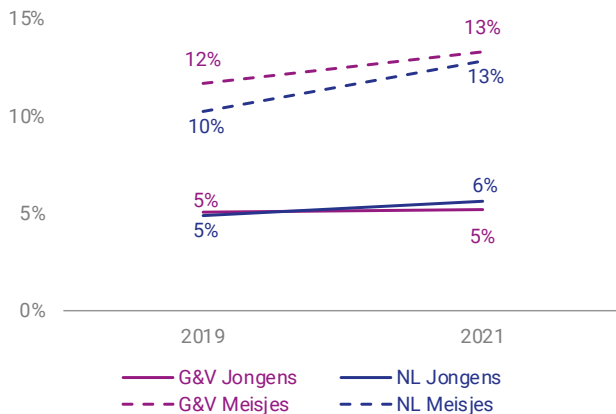
Mediawijsheid

De digitale generatie, problematisch of niet?

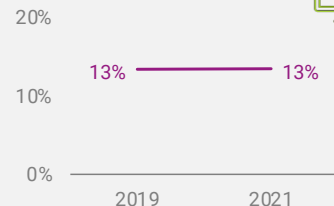
Jongeren groeien op in een digitale wereld en staan voortdurend met elkaar in contact via social media. Jongeren kunnen de gevolgen hiervan niet altijd overzien. Sexting of het delen van een foto of filmpje kan nare gevolgen hebben. Als een foto of filmpje eenmaal online staat, kan verspreiding razendsnel gaan. Soms komt de jongere er zelf pas laat achter en is de (naakt)foto of het (vervelende) filmpje al meerdere keren gedeeld.

Als gebruik van social media leidt tot problemen in het dagelijks functioneren is er sprake van problematisch gebruik. Jongeren hebben dan bijvoorbeeld moeite met stoppen met social media, komen slaap tekort en besteden minder tijd aan huiswerk, vrienden en familie. Meisjes lopen een groter risico op problematisch gebruik van sociale media dan jongens.

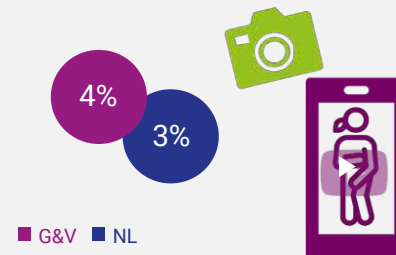
Loopt risico op problematisch social media gebruik



Ooit zijn tegen de zin vervelende filmpjes/foto's verspreid



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

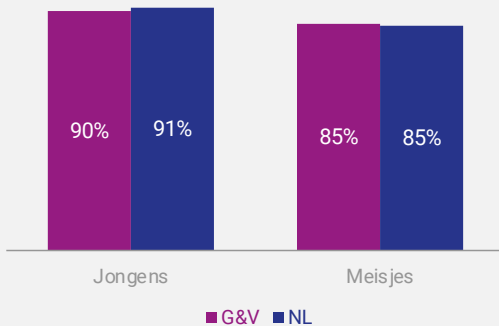


In het thema **Relaties en Seksualiteit** van de Gezonde School komen onderwerpen als sexting, grooming en andere sociale media termen aan bod.

Weerbaarheid, veerkracht & vertrouwen

Weerbare jongeren maken gezonde keuzes

Is voldoende weerbaar



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. Structureel aandacht besteden aan weerbaarheid en veerkracht kan door het thema Welbevinden van de Gezonde School in te zetten.

Vergroten veerkracht belangrijk om impact coronacrisis te beperken



67%

65%

Herstelt snel na een moeilijke periode

■ G&V ■ NL

41%

42%

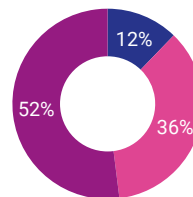


Vindt het makkelijk om stressvolle gebeurtenissen te doorstaan

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.

Jongeren hebben over het algemeen veel vertrouwen in de toekomst

Vertrouwen in de toekomst



■ Weinig (cijfer 5 of lager)

■ Matig / redelijk (cijfer 6 of 7)

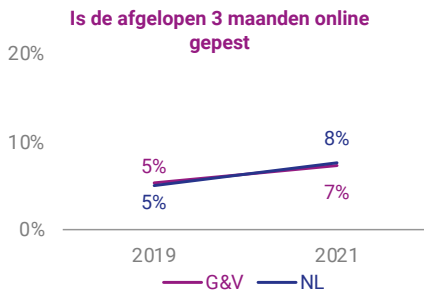
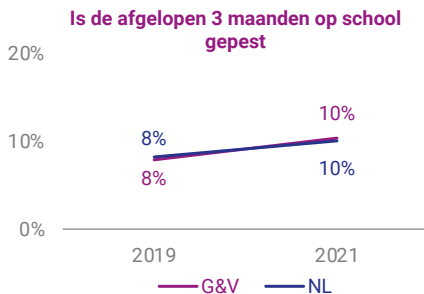
■ Veel (cijfer 8 of hoger)

Ondanks de coronacrisis hebben veel jongeren vertrouwen in hun toekomst. Meisjes hebben minder vertrouwen in de toekomst dan jongens en vierdeklassers minder dan tweedeklassers.

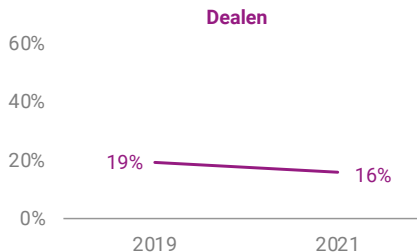
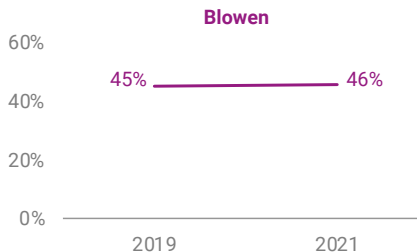
Schoolklimaat

Pesten

Pesten kan negatieve gevolgen hebben voor de lichamelijke en sociaal-emotionele gezondheid. Pesten kan leiden tot minder motivatie om naar school te gaan en slechte schoolprestaties.



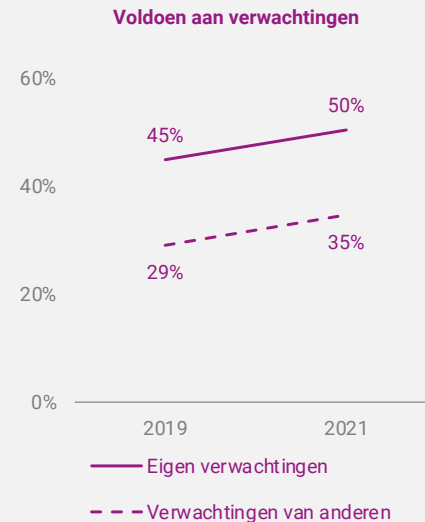
Blowen en dealen in en om school



Bijna de helft van de leerlingen geeft aan dat ze soms tot vaak zien dat er geblowd wordt op het schoolterrein. Ook geeft een klein deel van de leerlingen aan dat er in en om school wordt gedeald. Dit kan een slecht voorbeeld zijn voor andere leerlingen.

Prestatiedruk hoger dan in 2019

Meisjes ervaren meer prestatiedruk dan jongens, zowel van zichzelf als van anderen. Jongeren die het gevoel hebben te moeten voldoen aan verwachtingen van anderen, ervaren met name druk door ouders, leraren op school en vrienden/vriendinnen.



Kernboodschappen

- Van alle jongeren heeft driekwart één of meer corona-gerelateerde gebeurtenis(sen) meegemaakt, een vijfde gaf aan hier nog steeds last van te hebben (meer dan landelijk) en 6% had een verhoogde kans op ernstige psychosociale klachten (gelijk aan landelijk).
- Het merendeel van de jongeren voelde zich gezond en gelukkig. Wel voelden ze zich minder gelukkig dan vóór de coronaperiode. Deze trend is in heel Nederland zichtbaar.
- Vergeleken met landelijk ervaren jongeren in Gooi en Vechtstreek meer stress. De prestatiedruk is hoger dan in 2019. Ook hebben relatief veel jongeren (lichte) psychische klachten.
- Vergeleken met vóór de coronaperiode ligt het gebruik van alcohol iets hoger, is roken gelijk en is het gebruik van softdrugs lager. Gebruik van alcohol, tabak en drugs onder jongeren in Gooi en Vechtstreek is (nog steeds) hoger dan landelijk.
- Relatief veel jongeren sporten wekelijks of gaan lopend of met de fiets naar school, dit is gelijk aan vóór de coronaperiode.
- Het merendeel van de jongeren is voldoende weerbaar, herstelt snel na een moeilijke periode en heeft redelijk tot veel vertrouwen in de toekomst.
- De verwachting is dat de negatieve gevolgen van de coronaperiode voor de meeste jongeren vanzelf overgaan. Jongeren met mentale of lichamelijke problemen zullen hier mogelijk meer tijd en/of hulp bij nodig hebben. Er is aandacht nodig voor preventie om gezondheidsproblemen te voorkomen en voor het veerkrachtig maken en houden van jongeren, met name de kwetsbare groepen.



Contact

Heeft u nog vragen over het onderzoek?

Dan kunt u contact opnemen met **Manita van Acker**, epidemioloog, m.vanacker@ggdgv.nl

Naast de resultaten in dit regioprofiel vindt u op onze website een uitsplitsing van alle indicatoren naar klas, geslacht en onderwijsniveau, trends over tijd en een aantal aanvullende indicatoren.

Daarnaast staan ook de landelijke en gemeentelijke resultaten van deze Corona Gezondheidsmonitor Jeugd op onze website.



www.ggdgv.nl

Meer weten?

www.ggdgv.nl/CGMJ2021



GGD

Gooi en Vechtstreek