

CORONA GEZONDHEIDS MONITOR JEUGD 2021

Gemeenteprofiel

Weststellingwerf/Opsterland

April 2022

CORONA GEZONDHEIDS MONITOR 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 (RVO).

Vanwege de coronacrisis is er in het najaar van 2021 een extra editie van dit onderzoek ingelast: de Corona Gezondheidsmonitor Jeugd 2021. Met de Gezondheidsmonitor Jeugd krijgen we een goed beeld van de impact van corona op de fysieke en mentale gezondheid van jongeren. Met dit gemeentelijk gezondheidsprofiel kunt u richting geven aan het gezondheidsbeleid van uw gemeente. 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.

GGD GHOR

GGD FRYSLÂN

Leeswijzer

De corona Gezondheidsmonitor Jeugd is in het najaar van 2021 afgenomen onder jongeren in leerjaar 2 en 4 van het RVO. Op de volgende pagina's zijn de belangrijkste resultaten van uw gemeente (in paars) afgezet tegen het regionale gemiddelde [1] (in blauw). De resultaten zijn gewogen naar geslacht, leeftijd en onderwijsniveau.

Vanwege de betrouwbaarheid van de resultaten en de privacy van de respondenten hanteren wij bij de rapportage een minimum van 50 respondenten die de vraag ingevuld hebben en een minimum van 5 respondenten per specifiek antwoord. Indien de aantallen lager liggen, worden de cijfers weergegeven als 0%. In dat geval kunt u voor uw gemeente uitgaan van het Friese gemiddelde.

[1]*In uw gemeenteprofiel gaat het om* ***het regionale gemiddelde*** *van alle RVO respondenten die hebben deelgenomen in Fryslân.*

Respons in uw gemeente

	Totaal	Jongens	Meisjes	Klas2	Klas 4	Vmbo	Havo /Vwo
Weststellingwerf/ Opsterland	**187**	**85**	**102**	**122**	**65**	**83**	**104**
Fryslân	**4487**	**2152**	**2248**	**2222**	**2286**	**1964**	**2506**

Inhoudsopgave



Gezinssituatie

Gezondheid & geluk

Jongeren & corona

Mentaal welbevinden

Mediawijsheid

Bewegen & sporten

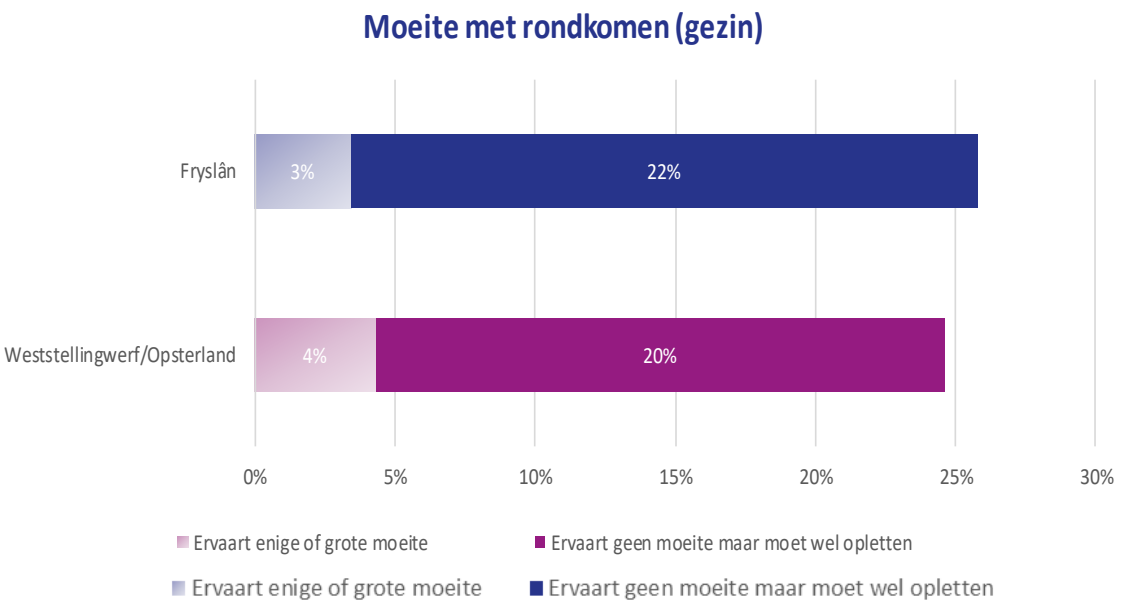
Alcohol, roken & drugs

Weerbaarheid, veerkracht & vertrouwen

Kernboodschappen

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.



Ingrijpende levensgebeurtenissen

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

31% **Scheiding ouders**

10% **Lichamelijke ziekte (jongere zelf)**

8% **Psychische ziekte (jongere zelf)**

17% **Ziek gezinslid (jonge mantelzorgers)**

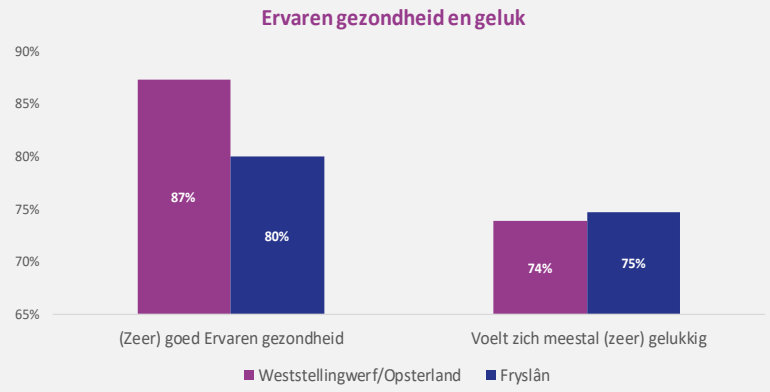
Jonge mantelzorgers

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.

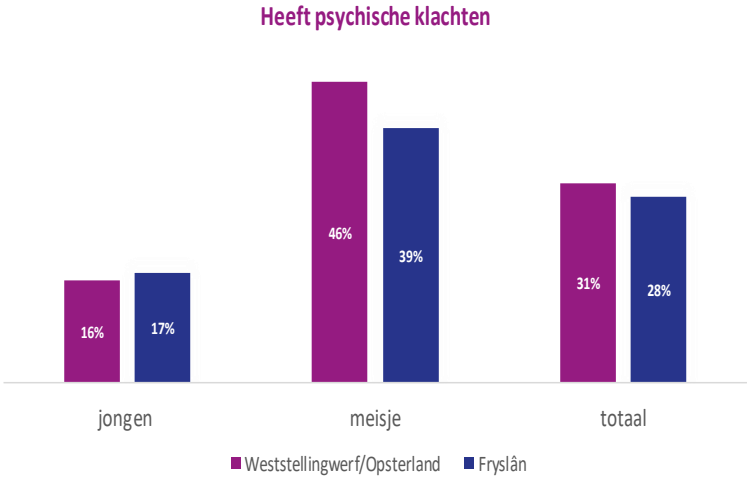
Jongeren voelen zich even gezond maar minder gelukkig dan voor corona

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 meerderheid van de jongeren in uw gemeente de eigen gezondheid als (zeer) goed ervaart.

Een andere belangrijke indicator voor het welzijn van jongeren is hoe **gelukkig** zij zich voelen.



Meisjes ervaren meer gezondheidsklachten dan jongens



'sychische klachten worden gemeten met de Mental Health Inventory 5' (MHI-5). Het geeft een indicatie van de psychische gezondheid, waaronder bijvoorbeeld depressieve klachten. ongens hebben over het algemeen een gunstigere score op de MHI-5 dan meisjes. Daarnaast geldt dat jongeren op het vmbo 'aker psychische klachten ervaren dan ongeren op het havo/vwo.

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 (regionaal)

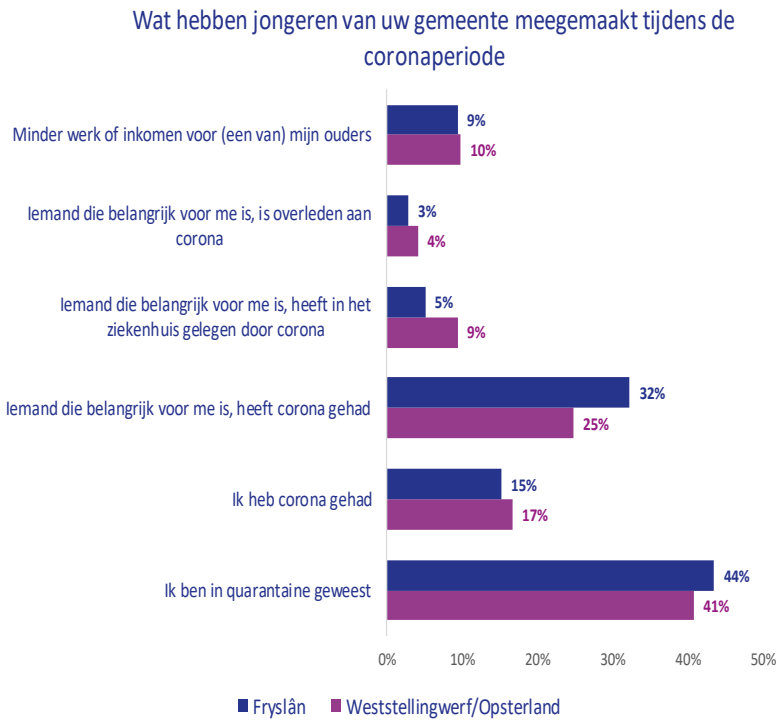
- Vermoeidheid
- Hoofdpijn

Ervaart (zeer) vaak 5 of meer gezondheidsklachten

	Weststellingwerf/Opsterland	Fryslân
Jongens	30%	9%
Meisjes	36%	31%

Impact corona niet alleen negatief

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 twee derde van de jongeren heeft zo'n gebeurtenis meegemaakt. 17% van de jongeren geeft aan nog steeds last te hebben van gebeurtenissen die ze hebben meegemaakt in de coronaperiode. Met deze jongeren gaat het over het algemeen minder goed.



Impact van de coronamaatregelen bij jongeren op:

Leven in het algemeen

	Weststellingwerf/Opsterland	Fryslân
Negatief	26%	22%

Relatie met familie

	Weststellingwerf/Opsterland	Fryslân
Negatief	14%	9%

Schoolprestaties

	Weststellingwerf/Opsterland	Fryslân
Negatief	21%	24%

Relatie met vrienden

	Weststellingwerf/Opsterland	Fryslân
Negatief	11%	10%

Tijdens de lockdown:

76% Kon thuis een plek voor zichzelf vinden als dat nodig was

61% 1,5 m Vond het gemakkelijk om buiten op 1,5 meter afstand vrienden of familie te ontmoeten

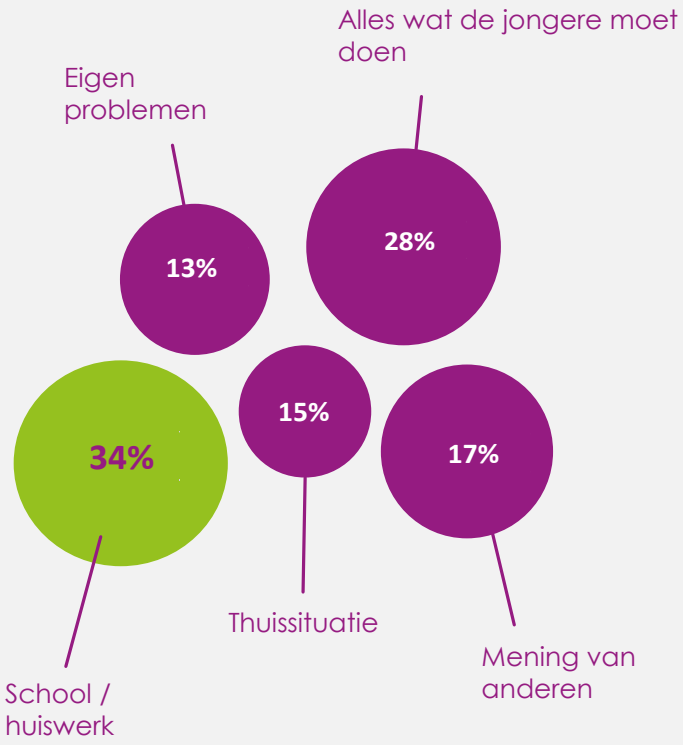
Zorg en hulp

De meeste jongeren van uw gemeente **87%** geven aan dat zij **bij iemand terecht kunnen** als ze met een probleem zitten.
Wanneer jongeren behoefte hadden aan extra hulp/steun ging het onder andere om:

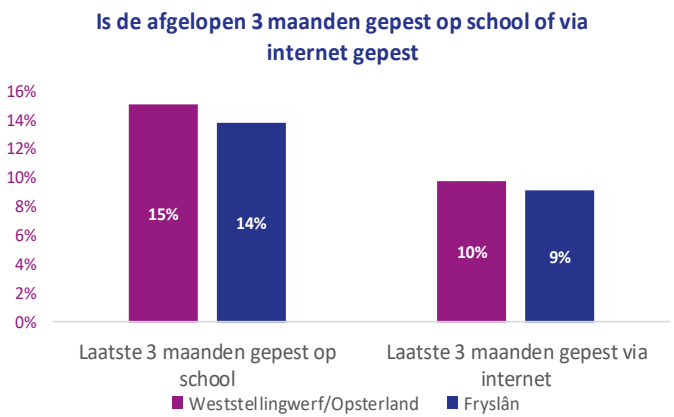
- Hulp bij schoolwerk **18%**
- Hulp omdat ze niet lekker in hun vel zaten **17%**
- Hulp bij ruzie of problemen met hun ouders **5%**
- Hulp bij lichamelijke klachten of pijn **2%**

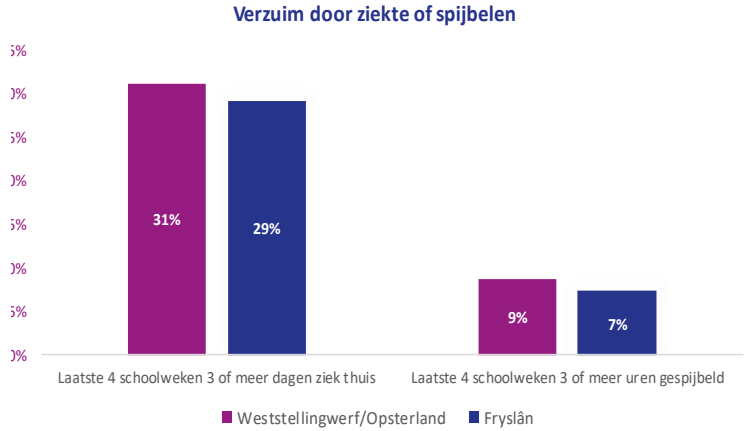
Meeste stress door school of huiswerk

In 2021 geeft **53%** van de jongeren van uw gemeente aan zich (zeer) vaak gestrest te voelen door één of meer factoren. 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; de combinatie van alles wat een jongere moet doen.

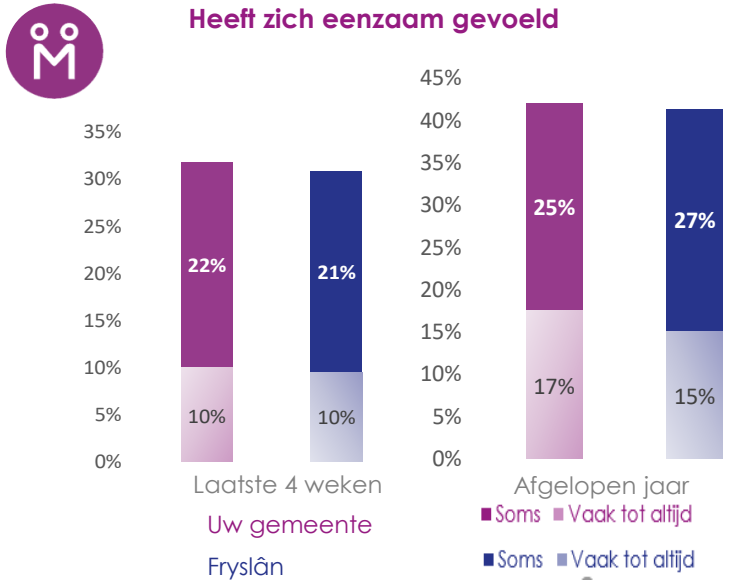


Schoolklimaat en veiligheid





Eén op de vier jongeren voelt zich eenzaam



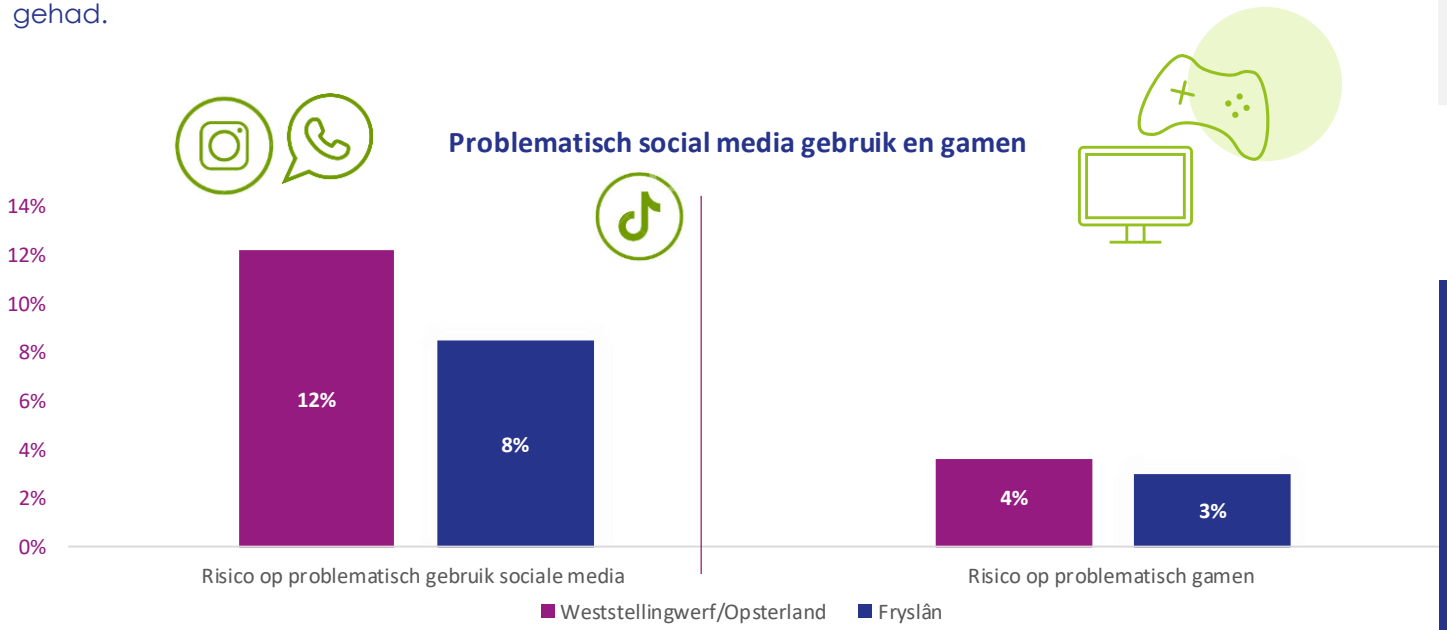
Mentaal welbevinden

Pas al je goed in je vel zit, kun je je talenten ten volle ontwikkelen. Jongeren die zich goed voelen, zijn meer betrokken, hebben meer zelfvertrouwen en zijn weerbaarder. Dit zorgt ervoor dat zij zich beter in een ander kunnen inleven en beter kunnen omgaan met hun eigen emoties en die van anderen. Ook bevordert mentaal welbevinden het leren en presteren op school.

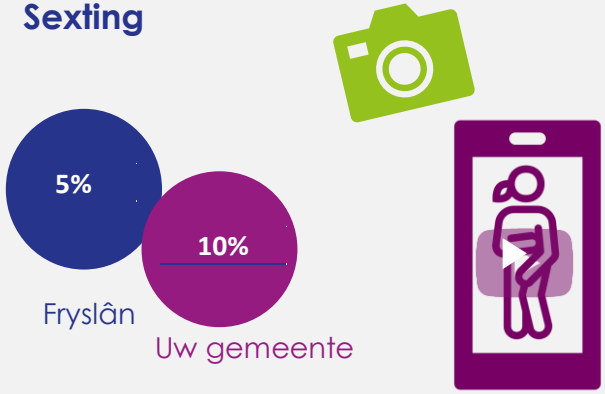
De digitale generatie, problematisch of niet?

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 Gezondheidsmonitor Jeugd laten zien dat een klein deel van de jongeren zelf problemen ervaart als gevolg van het gebruik van social media of gamen. De coronacrisis heeft hier nauwelijks invloed op gehad.



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.

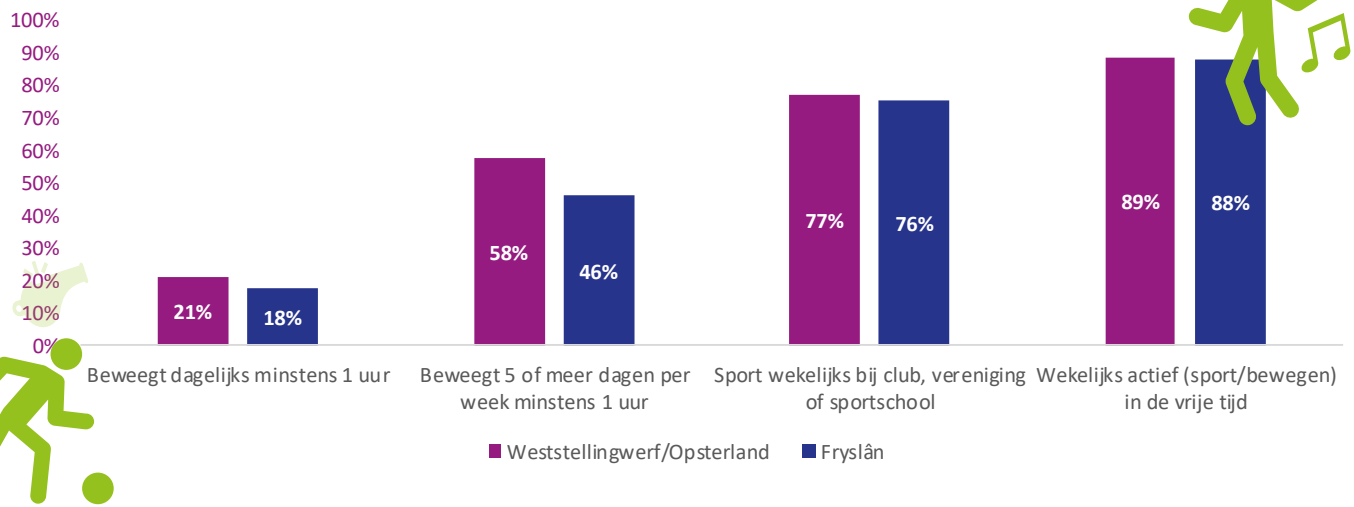
Verschil tussen jongens en meisjes

Meisjes rapporteren vaker dat zij problemen ervaren door het gebruik van social media dan jongens. Jongens komen daarentegen vaker in de problemen door gamen.

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.

Meerderheid jongeren beweegt te weinig

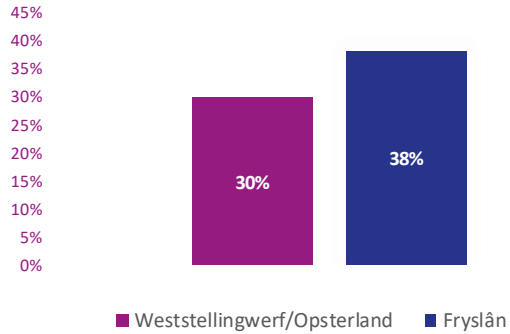


Tijdens de lockdown:

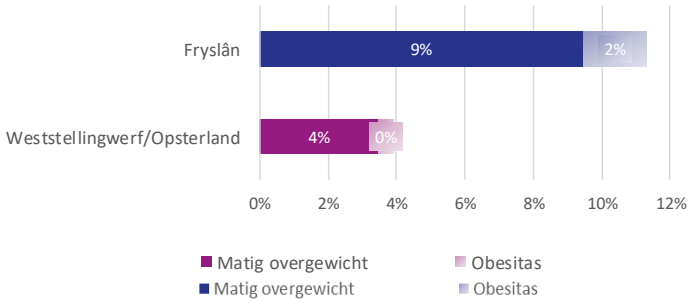


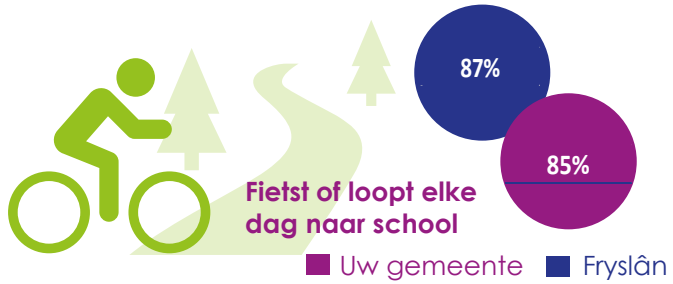
Vond het gemakkelijk om in de buurt te sporten/bewegen. Er is daarbij wel verschil naar onderwijssoort. Door jongeren op havo/vwo wordt meer bewogen dan op het vmbo

Minder sporten dan gewenst



Heeft (ernstig) overgewicht





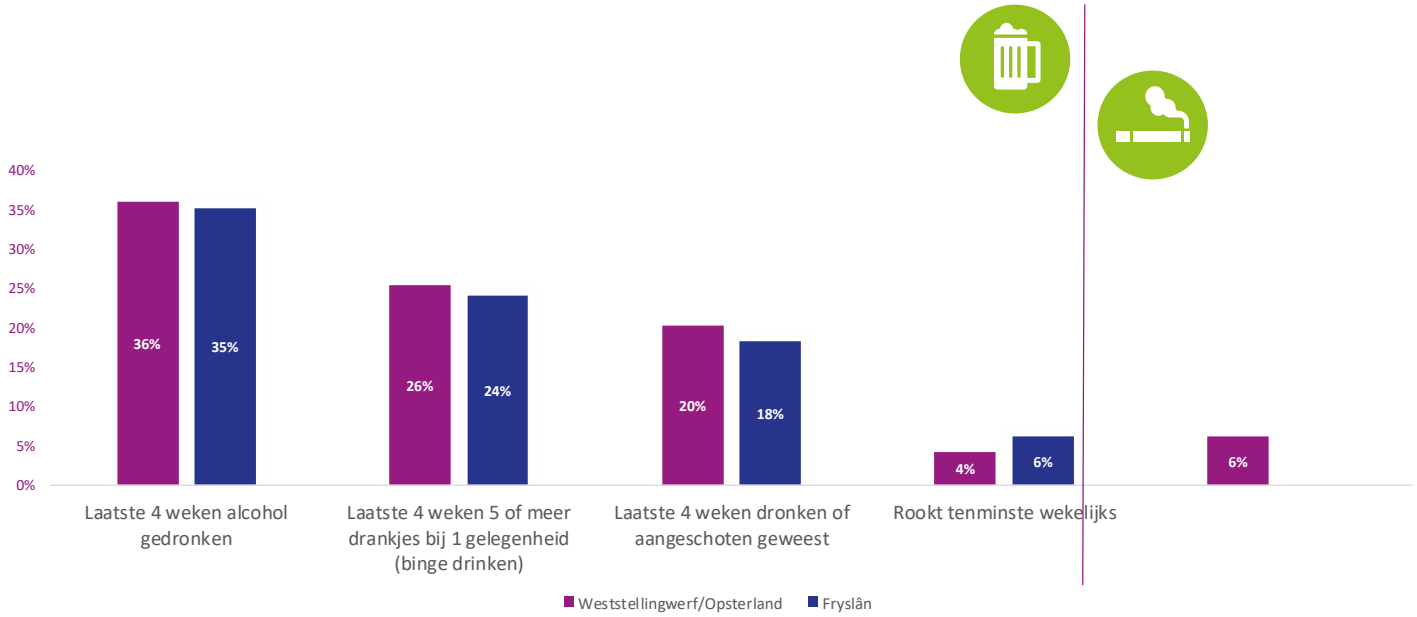
Jongeren op havo/vwo actiever

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

Alcoholgebruik nog steeds hoog

Na een jarenlange daling is het gebruik van tabak, alcohol en cannabis onder scholieren gestabiliseerd. Dit geldt zowel voor het gebruik ooit in het leven als de afgelopen maand.

Alcohol en softdrugs mogen alleen verkocht worden aan volwassenen, dus personen van 18 jaar of ouder. Toch wordt er nog regelmatig alcohol aan minderjarigen verkocht. Uit cijfers van het Trimbos Instituut blijkt dat minder dan 2 op de 5 aankooppogingen door minderjarige jongeren mislukt. Daarnaast blijkt dat meer dan de helft van de minderjarige jongeren (12 t/m 16 jaar) die alcohol drinken, alcohol krijgt van vrienden of ouders.



Vooral jongeren in leerjaar 4 proberen softdrugs

Ooit wiet of hasj gebruikt

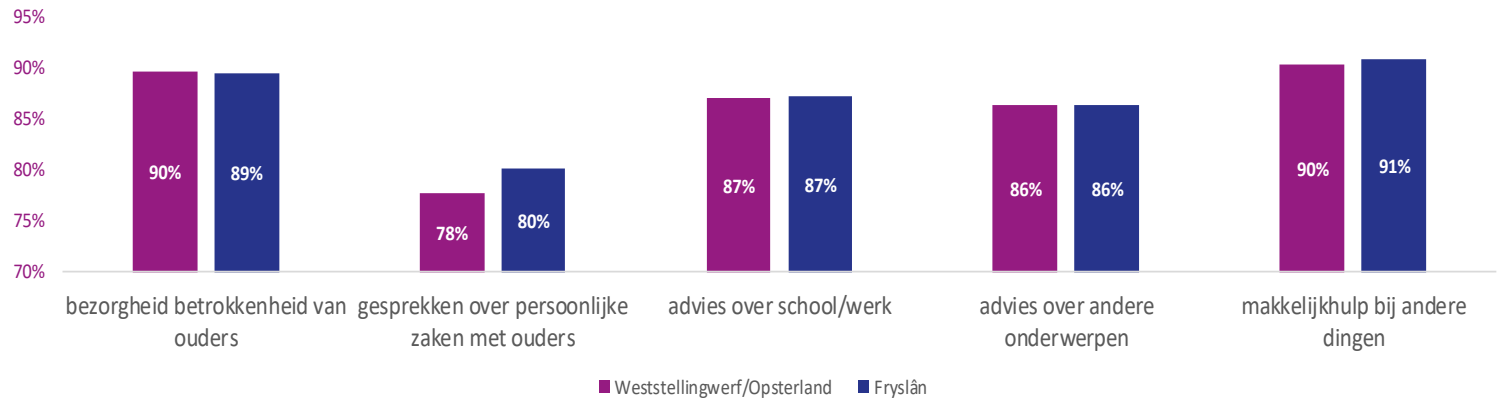
	Uw gemeente	Fryslân
klas 2	2%	3%
klas 4	10%	16%

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, hun ouders en uw gemeente. 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-afspraak? 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!

Positieve Leefomgeving

Krijgt van ouders (heel) gemakkelijk:

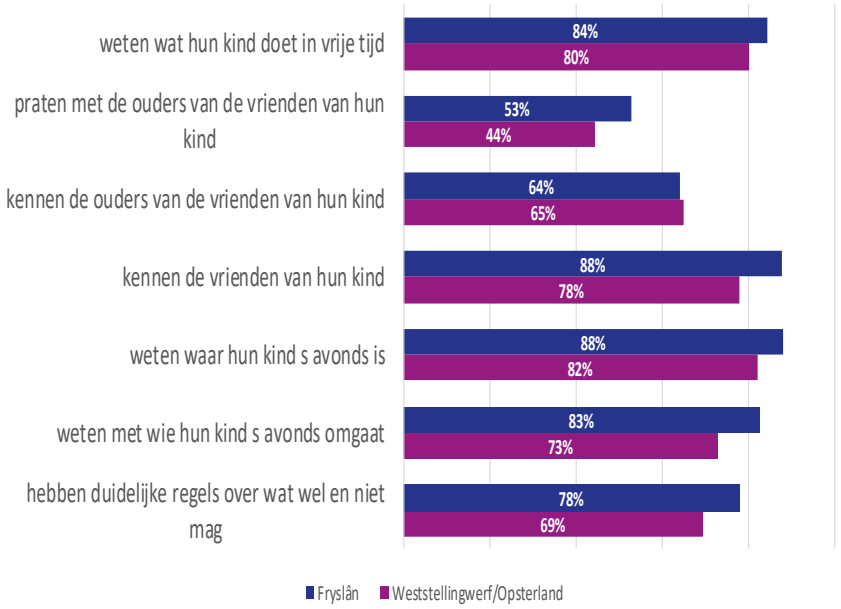


Positieve Leefomgeving

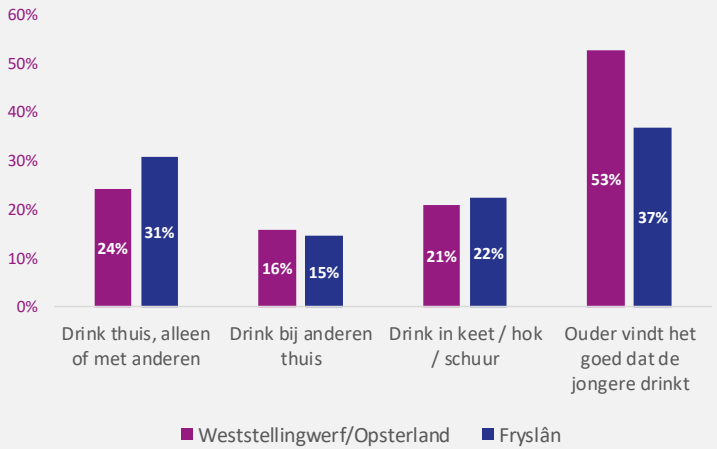
De laatste jaren is er steeds meer aandacht voor een primaire preventie-aanpak gericht op het creëren van een positieve leefomgeving, waarin jongeren gezond, veilig en kansrijk kunnen opgroeien, zonder middelengebruik. Deze preventie richt zich op beschermende en bevorderende omgevingsfactoren die het risico op middelengebruik verkleinen (beschermende factoren) en het risico vergroten (risicofactoren). Deze factoren zijn grofweg op te delen in vier domeinen of omgevingen: Gezin, peergroep, school en vrijetijd (op basis van de IJslandse aanpak). Ouderbetrokkenheid, het stellen van regels en toezicht zijn hierbij enkele belangrijke onderwerpen. Ook een zinvolle vrijetijdsbesteding is een belangrijke beschermende factor.

Ouders zijn nog steeds tolerant ten opzichte van alcoholgebruik bij minderjarige jongeren. **37%** van de jongeren geeft aan dat hun ouders het goed vinden dat ze alcohol drinken. Ruim **30%** van de Friese jongeren drinkt thuis alcohol. Een ruime meerderheid van de jongeren zegt (heel) gemakkelijk op verschillende gebieden steun van hun ouders te krijgen.

Ouders / verzorgers:

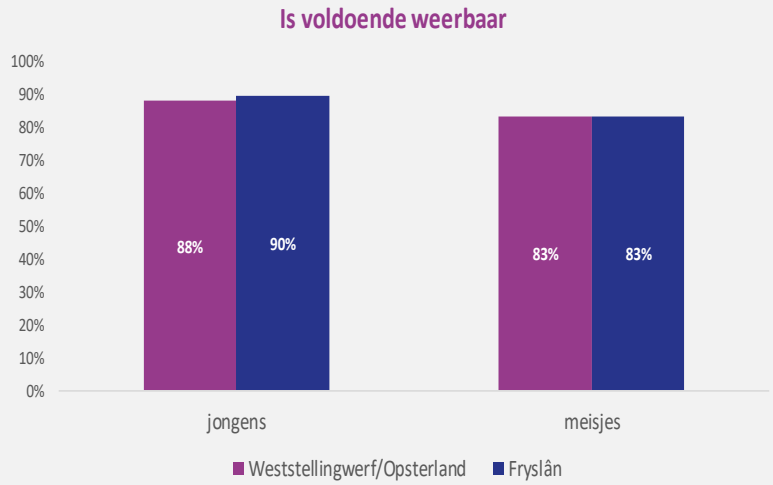


Drinkt thuis, bij anderen en/of in de Keet

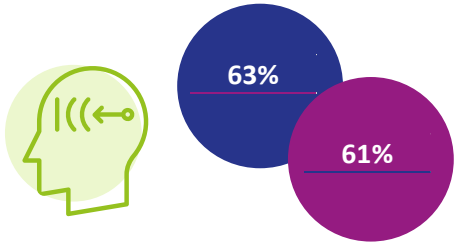


Weerbare jongeren maken gezonde keuzes

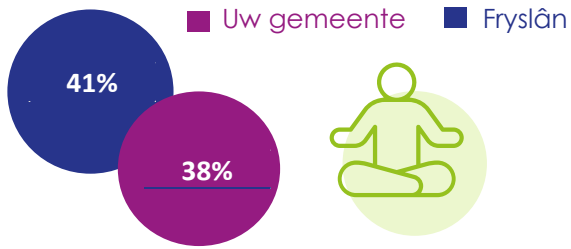
Weerbaarheid is de basis voor een goede psychische gezondheid. Weerbare jongeren hebben zelfvertrouwen en kunnen goed voor zichzelf opkomen, met respect voor anderen. Zij kunnen ook, al dan niet na een periode van experimenteren, gezonde keuzes maken ten aanzien van de eigen leefstijl.



Vergroten veerkracht belangrijk om impact coronacrisis te beperken



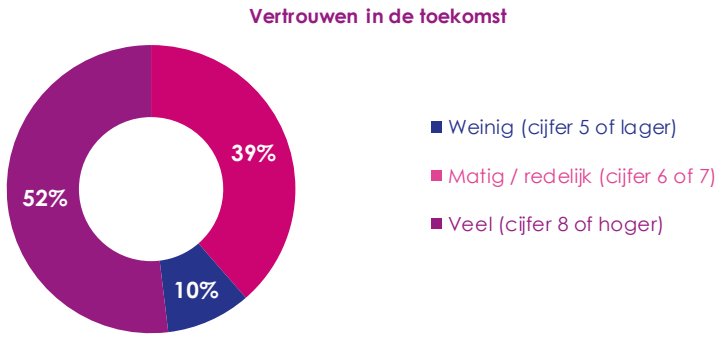
Herstelt snel na een moeilijke periode



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



Ondanks de coronacrisis hebben veel jongeren vertrouwen in hun toekomst. We zien hierbij weinig tot geen verschil naar geslacht, leerjaar en onderwijsniveau.

Kernboodschappen

- Het overgrote deel van de jongeren voelt zich gelukkig en gezond
- Met name onder meisjes komen psychische klachten en gezondheidsklachten zoals vermoeidheid en hoofdpijn veel voor
- Veel jongeren ervaren stress in het dagelijkse leven
- Er is nog steeds veel werk te verzetten om jongeren genoeg te laten bewegen
- Het stimuleren van veerkracht op een manier die aansluit bij de belevingswereld van jongeren is belangrijk om de impact van een moeilijke periode zoals de coronaperiode te beperken



Contact

Heeft u nog vragen over het onderzoek of over het gemeentelijk gezondheidsbeleid? Neem dan contact op met **team onderzoek** via epidemiologie@ggdfryslan.nl of met uw **gemeentelijke beleidsadviseur of gezondheidsbevorderaar.**