

Jong in de 21^{ste} eeuw

UITGAVE TER GELEGENHEID VAN 20 JAAR
HBSC-ONDERZOEK 2001-2021



**20 JAAR HBSC-ONDERZOEK
IN VOGELVLUCHT**

**EEN SAMENVATTING VAN DE
BELANGRIJKSTE RESULTATEN**



JONGEREN AAN HET WOORD

HERKENNEN ZIJ ZICH IN DE RESULTATEN?



VERSLAG VAN DE DAG

HET SYMPOSIUM OP 14 SEPTEMBER 2022

**Jong in
de 21^{ste}
eeuw**

**20 JAAR HBSC-
ONDERZOEK
NAAR
GEZONDHEID
EN WELZIJN
VAN JONGEREN
IN NEDERLAND**



**Universiteit
Utrecht**

**Trimbos
instituut**
Netherlands Institute of
Mental Health and Addiction



Sociaal en Cultureel Planbureau





"Het beeld van de jeugd is echt gekanteld."

"Je sport, hebt hobby's of doet vrijwilligerswerk omdat... het goed op je CV staat?!"

INHOUD

Voorwoord	3
"Goudmijn aan data voor jeugdonderzoekers"	5
Twintig jaar HBSC-onderzoek in Nederland in vogelvlucht: een samenvatting van de belangrijkste resultaten	6
Beluister de podcast Jong Geleerd over het HBSC-onderzoek	16
Jongeren aan het woord	17
Terugblik op 20 jaar HBSC-onderzoek. Interview met drie hoofdrolspelers van het Nederlandse HBSC-onderzoek	20
Verslag van de dag	24

VOORWOORD

Jongeren van nu zijn de volwassenen van morgen. Daarom is het essentieel om te weten hoe het met hen gaat. Hoe ervaren zij hun sociale relaties, voelen zij zich gelukkig en hebben ze een gezonde leefstijl? Waar in het begin van deze eeuw de aandacht uitging naar *breezer parties* en het hoge alcoholgebruik van jongeren, is er anno 2022 toenemende zorg over de mentale gezondheid van onze jeugd. Nationaal representatief en terugkerend onderzoek naar de gezondheid en het welzijn van jongeren is essentieel om te achterhalen welke zorgen (on)terecht zijn en voor welke groepen dat dan geldt.

De HBSC-meting in 2021 markeert het twintigjarig bestaan van het onderzoek in Nederland en maakt de ontwikkelingen in de gezondheid en het welzijn van Nederlandse schoolgaande jongeren in de 21^{ste} eeuw zichtbaar. Wat de resultaten van het HBSC-onderzoek extra bijzonder maakt, is dat het onderzoek in 2021 plaatsvond tijdens de coronapandemie. De resultaten geven dus ook inzicht in veranderingen in de gezondheid en het welzijn van jongeren in de context van de coronapandemie.

Dit jubileummagazine biedt een overzicht van de belangrijkste resultaten uit twintig jaar HBSC-onderzoek in Nederland (alle resultaten zijn te vinden in het [onderzoeksrapport](#)). Verder reageert een groep jongeren op de meest recente bevindingen en wordt in een interview teruggekeken op twintig jaar HBSC-onderzoek in Nederland. Ten slotte geeft dit magazine een terugblik op het symposium 'Jong in de 21^e eeuw' dat op 14 september 2022 plaatsvond in het Academiegebouw in Utrecht. Tijdens het symposium



WAT IS HET HBSC-ONDERZOEK?

Het Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) onderzoek is een internationaal vergelijkend onderzoek dat sinds 1983 elke vier jaar wordt gedaan onder grote, representatieve groepen leerlingen uit diverse landen. Het onderzoek is inmiddels in meer dan 50 Europese en Noord-Amerikaanse landen uitgevoerd. Sinds 2001 vindt het onderzoek ook in Nederland plaats. Doel van het onderzoek is het monitoren van de gezondheid en het welzijn van schoolgaande jongeren.

Het HBSC-onderzoek wordt uitgevoerd door middel van vragenlijsten die leerlingen zelf invullen. De vragen gaan over hun sociale relaties, schoolbeleving, mentale gezondheid, lichaamsbeweging, eetgedrag, middelengebruik (zoals tabak en alcohol), seksuele gedrag, socialemediagebruik en gamen. Daarnaast wordt in het onderzoek gevraagd naar achtergrondkenmerken van leerlingen, namelijk: leeftijd, geslacht, schoolniveau, migratieachtergrond, gezinswelvaart en gezinsstructuur.

Voor het Nederlandse HBSC-onderzoek worden sinds 2001 elke vier jaar (grotendeels dezelfde) vragenlijsten ingevuld door leerlingen uit groep 8 en middelbare scholieren tot en met 16 jaar. De kenmerken van de jongeren uit het onderzoek zijn gelijk aan de kenmerken van hun schoolgaande leeftijdsgenoten in heel Nederland. Hiermee geeft het onderzoek een betrouwbaar beeld van de ontwikkelingen in de gezondheid en het welzijn van Nederlandse schoolgaande jongeren. Ook brengt het onderzoek in kaart of er groepsverschillen zijn, bijvoorbeeld tussen meisjes en jongens of tussen vmbo- en vwo-leerlingen. Door het internationale karakter van het HBSC-onderzoek geven de resultaten bovendien een uniek beeld van hoe het met Nederlandse jongeren gaat ten opzichte van hun leeftijdsgenoten in andere landen.

Het Nederlandse HBSC-onderzoek wordt gefinancierd door het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport en uitgevoerd door medewerkers van de Universiteit Utrecht (Interdisciplinaire Sociale Wetenschap), het Trimbos-instituut en het Sociaal en Cultureel Planbureau.

werd het onderzoeksrapport overhandigd aan Hare Majesteit Koningin Máxima en hebben jongeren, praktijkprofessionals, beleidsmakers en onderzoekers samen stilgestaan bij de resultaten van het onderzoek.

Meten is weten: wetenschappelijk onderbouwde cijfers, zoals die van het HBSC-onderzoek, brengen maatschappelijke ontwikkelingen in kaart. De HBSC-cijfers vormen hiermee een belangrijke basis voor beleid en dragen bij aan de verbetering van de gezondheid en het welzijn van jongeren in Nederland. Ook in de toekomst zullen wij ons, als onderzoeksteam van HBSC-Nederland, blijven inzetten voor de verzameling van betrouwbare informatie over de gezondheid en het welzijn van de Nederlandse jeugd. Bij het bepalen van de onderzoeksthema's

en de interpretatie van de resultaten zullen we de samenwerking opzoeken met u: jongeren, ouders, praktijkprofessionals en beleidsmakers. Met als gezamenlijk doel om de ontwikkeling van onze jeugd positief te beïnvloeden.

Het HBSC-Nederland onderzoeksteam



WAAR WORDEN HBSC-CIJFERS VOOR GEBRUIKT?

Het HBSC-onderzoek levert (onder andere) een bijdrage aan:

- De Leefstijlmonitor (www.rivm.nl/leefstijlmonitor). De HBSC-kerncijfers op het gebied van middelengebruik en seksualiteit maken deel uit van deze monitor. Deze cijfers worden onder andere gebruikt om de voortgang in het behalen van de doelen rondom alcoholgebruik en roken te evalueren zoals gesteld in het Nationaal Preventieakkoord 2018.
- De Staat van Volksgezondheid en Zorg (www.staatvenz.nl). HBSC-cijfers rondom bijvoorbeeld middelengebruik, seksuele gezondheid, pesten, levenstevredenheid en socialemediagebruik worden hier gerapporteerd.

Daarnaast vormt het HBSC-onderzoek een belangrijke bron voor:

- Preventieprogramma's zoals NIX18. Door het roken en alcoholgebruik van jongeren in kaart te brengen, kan worden gekeken of de maatregelen voldoende zijn om de gewenste afname in roken en alcoholgebruik te realiseren. Ook wordt duidelijk of specifieke groepen jongeren meer aandacht behoeven.

- Regionale onderzoeken uitgevoerd door gemeenten, GGD's en andere lokale partijen. Deze partijen gebruiken vragen uit het HBSC-onderzoek om zo de gezondheid en het welzijn van jongeren in de regio te kunnen vergelijken met landelijke gemiddelden zoals gerapporteerd in HBSC.
- Instituten zoals het Nederlands Jeugdinstituut en het Trimbos-instituut. Beide informeren gemeenten, jeugdzorg- en onderwijsinstellingen over de gezondheid en het welzijn van de Nederlandse jeugd op basis van onder andere HBSC-cijfers.

Bovendien worden de HBSC-data veel gebruikt voor het schrijven van verdiepende wetenschappelijke artikelen, zowel op nationaal als op internationaal niveau. Hierin wordt samengewerkt tussen onderzoekers van het HBSC-Nederland team en externe onderzoekers (bijvoorbeeld binnen het strategische thema Dynamics of Youth van de Universiteit Utrecht).

“GOUDMIJN AAN DATA VOOR JEUGDONDERZOEKERS”



Catrin Finkenauer

door: Saskia van Reenen

Het Health Behaviour in school-Aged Children (HBSC) -onderzoek geeft al twintig jaar inzicht in de gezondheid en het welzijn van jongeren. Niet alleen HBSC-onderzoekers maken gebruik van de data van dit onderzoek, ook andere wetenschappers doen dat. HBSC biedt volgens het UU-strategisch thema Dynamics of Youth een goudmijn aan beschikbare data. Als startpunt voor nieuw onderzoek of als benchmark om eigen verzamelde data mee te vergelijken.

SCHAKEL IN HET UNIVERSITEITSBREDE JEUGDONDERZOEK

“HBSC vormt een belangrijke schakel binnen de inter-disciplinaire infrastructuur van Dynamics of Youth - het universiteitsbrede onderzoeksthema van de Universiteit Utrecht dat gaat over kind- en jeugdontwikkeling”, vertelt wetenschappelijk directeur Catrin Finkenauer. “Het onderzoek biedt consistente en representatieve gegevens over de Nederlandse jeugd. Door op vaste meetmomenten dezelfde vragen te stellen kan de ontwikkeling van jongeren in de leeftijd 11-16 jaar over een langere periode goed worden gemonitord. Daar kunnen andere wetenschappers op voortborduren. Denk aan data scientists, historici, stadsgeografen die naar wijkontwikkeling kijken, economen, sportwetenschappers of medische onderzoekers”, aldus Finkenauer.

CHRONISCH ZIEKE JONGEREN VERSUS GEZONDE LEEFTIJDGENOTEN

Het toegankelijk maken van HBSC-data voor andere wetenschappers sluit nauw aan bij het belang dat de Universiteit Utrecht hecht aan open science. Een voorbeeld van deze toegankelijkheid is de uitwisseling van HBSC-data met het PRO-active cohort. Dit onderzoek naar de weerbaarheid van chronisch zieke kinderen vindt plaats in het UMC-Wilhelmina Kinderziekenhuis. Bij analyses gebruiken de onderzoekers HBSC-data om de mentale ontwikkeling van gezonde kinderen te vergelijken met die van chronisch zieke leeftijdgenoten. Om dit goed te kunnen doen, hebben de PRO-active-onderzoekers vragen opgenomen die ook in het HBSC-onderzoek gesteld worden. Catrin Finkenauer: “De samenwerking tussen HBSC en PRO-active onderzoekers leidt ook tot nieuwe onderzoeksvragen. Is er bijvoorbeeld een verschil in mentaal welzijn tussen jongeren die zelf kampen met een chronische ziekte en jongeren die mantelzorger zijn voor een ziek familielid?”

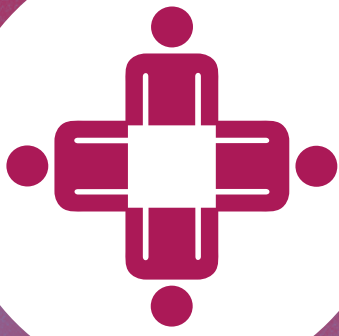
PROMOTIEONDERZOEKEN

Daarnaast bieden de HBSC-data een schat aan informatie die de start is geweest van tal van promotieonderzoeken. Onderzoeken die nieuw licht werpen op bijvoorbeeld het welzijn van kinderen met een lage sociaal-economische status in een klas met leerlingen met een hoge sociaal-economische status. Of onderzoek naar socialemediagebruik. Andere promotietrajecten gebaseerd op HBSC-data richtten zich op het vraagstuk of en waarom bepaalde subgroepen jongeren meer risico lopen op het ontstaan van mentale problemen, zoals lhbt-jongeren of jongeren met een migratieachtergrond.



Volg het jeugdonderzoek van de Universiteit Utrecht op [LinkedIn](#)

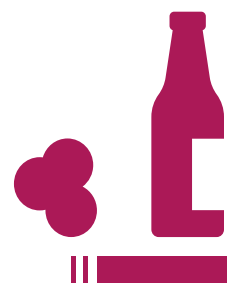
Meer informatie over UU- Dynamics of Youth www.uu.nl/jeugd



TWINTIG JAAR HBSC-ONDERZOEK IN NEDERLAND IN VOGELVLUCHT:

EEN SAMENVATTING VAN DE BELANGRIJKSTE RESULTATEN

door: Maartje Boer en Gonneke Stevens





GOEDE SOCIALE RELATIES

Nederlandse jongeren vielen na de eerste meting in 2001 op door hun zeer positieve oordeel over sociale relaties met hun ouders, klasgenoten en vrienden. Die sociale relaties bleven, op kleine fluctuaties na, in alle jaren positief. In 2021 is dit over het algemeen nog steeds zo. Zo is het percentage jongeren dat aangeeft heel *gemakkelijk met hun vader, moeder of beste vriend(in) te kunnen praten* in 2021 even hoog als in 2017. Alleen meisjes op de basisschool geven in 2021 wat minder vaak aan dat zij gemakkelijk met hun vader over zorgen kunnen praten dan in 2017 (78% in 2021 versus 87% in 2017) en iets minder jongeren in het voortgezet onderwijs rapporteren in 2021 dat zij veel *steun van het gezin* krijgen (68% in 2021 versus 76% in 2017). Ook het percentage meisjes in het voortgezet onderwijs dat veel *steun van vrienden* ervaart is wat gedaald in de laatste vier jaar (van 75 naar 64%). Daarnaast zijn in 2021 jongeren die met beide ouders in één huis wonen positiever over de relatie met het gezin dan jongeren die niet met beide ouders in één huis wonen.



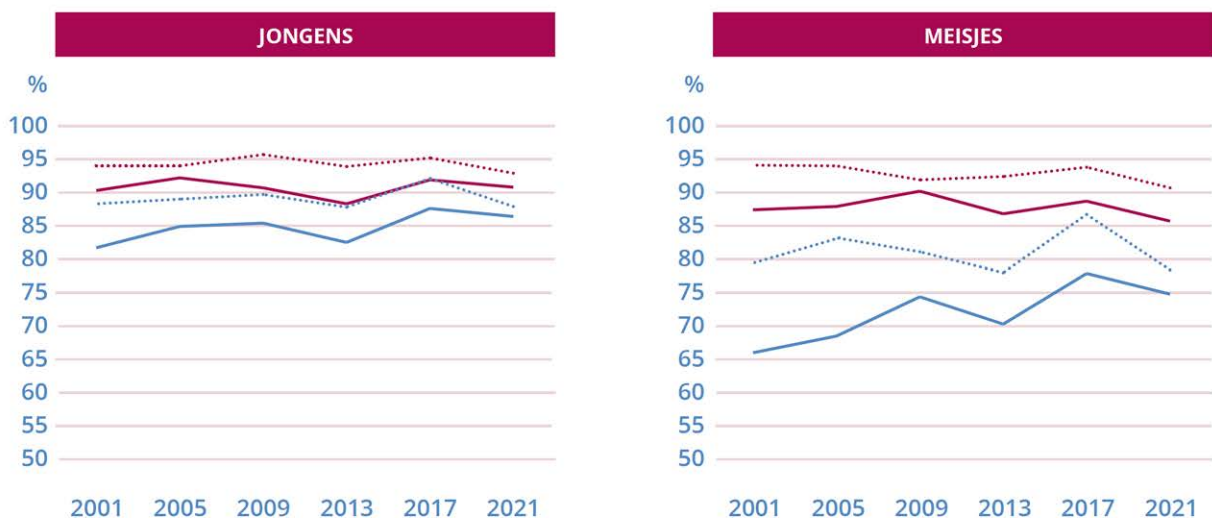
Van de leerlingen in het voortgezet onderwijs die niet met beide ouders in één huis wonen, geeft 67 procent aan gemakkelijk met hun vader te kunnen praten over zorgen; voor jongeren die wel met beide ouders in één huis wonen is dit percentage 84.



In 2021 geeft 88 procent van de leerlingen in het voortgezet onderwijs aan (heel) gemakkelijk met moeder te kunnen praten, tegenover 92 procent van de leerlingen op de basisschool. Het percentage jongeren dat (heel) gemakkelijk met vader kan praten is 81 procent in het voortgezet onderwijs en 83 procent onder leerlingen uit groep 8.



Trends in praten met vader en moeder voor jongens en meisjes in het basisonderwijs (BO) en voortgezet onderwijs (VO)



..... BO kan (heel) makkelijk met vader praten — VO kan (heel) makkelijk met vader praten
 BO kan (heel) makkelijk met moeder praten — VO kan (heel) makkelijk met moeder praten





Het percentage jongeren dat aangeeft *te pesten of gepest te worden* is in de afgelopen twintig jaar sterk afgenomen en is in 2021 uitzonderlijk laag, net als in 2017. Online pesten is daarentegen toegenomen in de afgelopen vier jaar, alhoewel dit nog steeds relatief weinig voorkomt. Voor meisjes op de basisschool is het percentage dat aangeeft vaak online gepest te worden tussen 2017 en 2021 bijvoorbeeld gestegen van 1 naar 6 procent. Verder zijn er duidelijke opleidingsverschillen in (online) pesten, waarbij pesten vaker voorkomt op het vmbo dan op het vwo.



Leerlingen beoordelen de sfeer tussen klasgenoten en de relatie met leraren minder positief naarmate zij ouder worden. Zo ervaart bijna driekwart van de 12-jarigen een (heel) goede relatie met leraren (73%), terwijl dit geldt voor ruim de helft van de 16-jarigen (55%).

percentage meisjes dat een (heel) goede sfeer ervaart tussen klasgenoten gedaald van 83 procent in 2017 naar 77 procent in 2021. Daarnaast zijn er duidelijke leeftijdsverschillen in de ervaren sfeer tussen klasgenoten.



Van de vmbo-basis/kader-leerlingen geeft 4 procent aan vaak gepest te hebben, tegenover 0.5 procent van de vwo-leerlingen. Ook geven vmbo-basis/kader-leerlingen vaker aan dat zij slachtoffer zijn van pesten dan vwo-leerlingen (9 versus 2%).

Daarnaast ervaren de meeste leerlingen de *sfeer tussen klasgenoten* en de *relatie met leraren* als (heel) goed en dit is nauwelijks veranderd in de afgelopen jaren. Alleen meisjes in het voortgezet onderwijs zijn hierover in 2021 wel wat minder positief geworden. Zo is bijvoorbeeld het



TOENAME IN ERVAREN DRUK DOOR SCHOOLWERK

Tussen 2001 en 2021 is het percentage jongeren dat *druk door schoolwerk* ervaart ongeveer verdrievoudigd. Onder leerlingen in het voortgezet onderwijs is er sprake van een stijging van 16 naar 45 procent. Deze stijging vond met name vanaf 2009 plaats en is ook in de laatste vier jaar omvangrijk. Bovendien is de stijging sterker onder meisjes dan jongens. Tegelijkertijd is het percentage middelbare scholieren dat school *een beetje of heel leuk vindt* de afgelopen jaren gedaald (van 81% in 2001 naar 72% in 2021). Wat verder opvalt zijn de verschillen naar schoolniveau in de ervaren druk door schoolwerk, waarbij vwo-leerlingen het minst gunstig scoren.



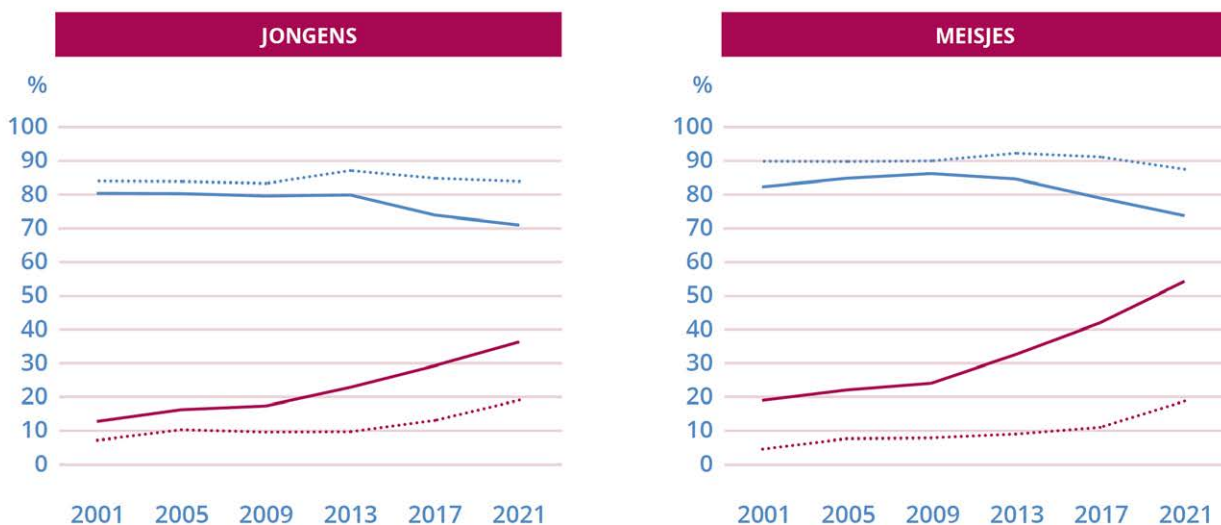
Tussen 2017 en 2021 steeg het percentage jongeren in het voortgezet onderwijs dat (nogal veel) druk door schoolwerk ervaart bij meisjes van 42 naar 54 procent en bij jongens van 29 naar 36 procent.



Ruim de helft van de vwo-leerlingen ervaart (nogal) veel druk door schoolwerk (56%). Dit geldt voor ongeveer een derde van de vmbo-basis/kader-leerlingen (34%).



Trends in schoolwaardering en ervaren druk door schoolwerk voor jongens en meisjes in het basisonderwijs (BO) en voortgezet onderwijs (VO)



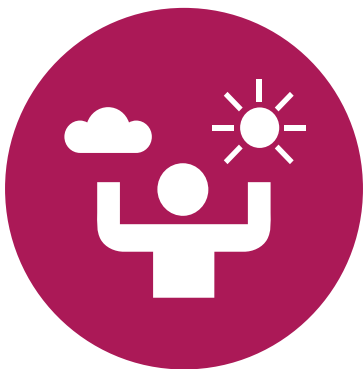
..... BO school is (een beetje/heel) leuk

— VO school is (een beetje/heel) leuk

..... BO (nogal) veel druk door schoolwerk

— VO (nogal) veel druk door schoolwerk





DALING IN MENTALE GEZONDHEID MET NAME ONDER MEISJES

De cijfers voor welbevinden en mentale gezondheid laten in de afgelopen twintig jaar een ontwikkeling zien in de richting van meer problemen. Deze trend is bij meisjes veel sterker dan bij jongens. Bij meisjes in het voortgezet onderwijs zagen we met name een stijging in *emotionele problemen* en *psychosomatische klachten* tussen 2009 en 2013 en tussen 2017 en 2021, waarbij de omvang van de laatste stijging zonder meer zorgwekkend te noemen is. In het voortgezet onderwijs nam het percentage meisjes met veel emotionele problemen tussen 2017 en

2021 bijvoorbeeld toe van 28 naar 43 procent. Ook is er in 2021 bij dezelfde groep sprake van een toename in *hyperactiviteit/aandachtsproblemen* en *gedragsproblemen* ten opzichte van vier jaar eerder. Hierdoor rapporteren meisjes in 2021 voor het eerst meer hyperactiviteit/aandachtsproblemen dan jongens en even vaak gedragsproblemen als jongens. Het niveau van welbevinden is historisch laag: in 2021 geven meisjes in het voortgezet onderwijs hun leven gemiddeld een 6,7, terwijl dit in eerdere jaren tussen de 7.3 en 7.8 lag.

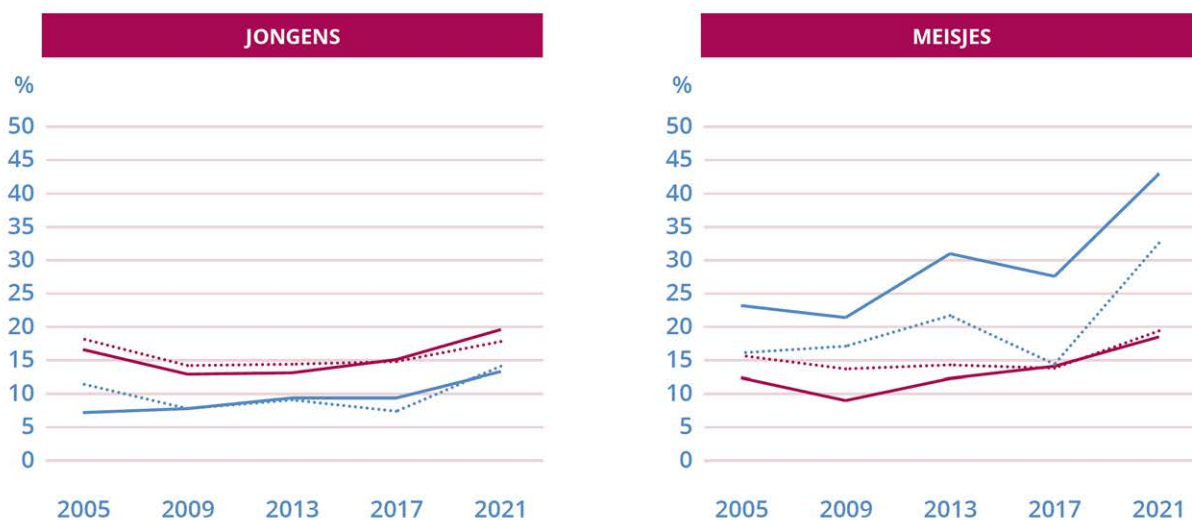


In 2021 rapporteert een ruime meerderheid (70%) van de meisjes in het voortgezet onderwijs vaker dan één keer per week psychosomatische klachten (zoals buikpijn of slaapproblemen), terwijl dit in 2017 voor iets meer dan de helft gold (56%).

Ook onder meisjes op de basisschool zijn mentale problemen toegenomen tussen 2017 en 2021. Vooral de stijging in emotionele problemen was sterk in deze groep (van 14% in 2017 naar 33% in 2021), maar het percentage meisjes met psychosomatische klachten, hyperactiviteit/aandachtsproblemen en gedragsproblemen steeg ook in deze periode.



Trends in emotionele problemen en problemen met leeftijdgenoten voor jongens en meisjes in het basisonderwijs (BO) en voortgezet onderwijs (VO)



..... BO emotionele problemen

— VO emotionele problemen

..... BO problemen met leeftijdgenoten

— VO problemen met leeftijdgenoten



In het voortgezet onderwijs geven jongeren met een hoge gezinswelvaart hun leven gemiddeld een 7.2. Bij jongeren met een lage gezinswelvaart ligt dit cijfer een stuk lager: zij geven hun leven gemiddeld een 6.6.

Zowel in het basisonderwijs als het voortgezet onderwijs was er tussen 2017 en 2021 eveneens sprake van een daling in mentale gezondheid onder jongens, maar de omvang hiervan staat niet in verhouding tot de daling onder meisjes. Naast verschillen tussen jongens en meisjes zijn er in het voortgezet onderwijs ook duidelijke verschillen in mentale gezondheid op basis van gezinswelvaart, waarbij jongeren met een lage gezinswelvaart vaak ongunstiger scores.



Trends in gedragsproblemen en hyperactiviteit/aandachtsproblemen voor jongens en meisjes in het basisonderwijs (BO) en voortgezet onderwijs (VO)



..... BO gedragsproblemen

— VO gedragsproblemen

..... BO hyperactiviteit/aandachtsproblemen

— VO hyperactiviteit/aandachtsproblemen





DALING IN ALCOHOLGEBRUIK EN ROKEN STAGNEERT

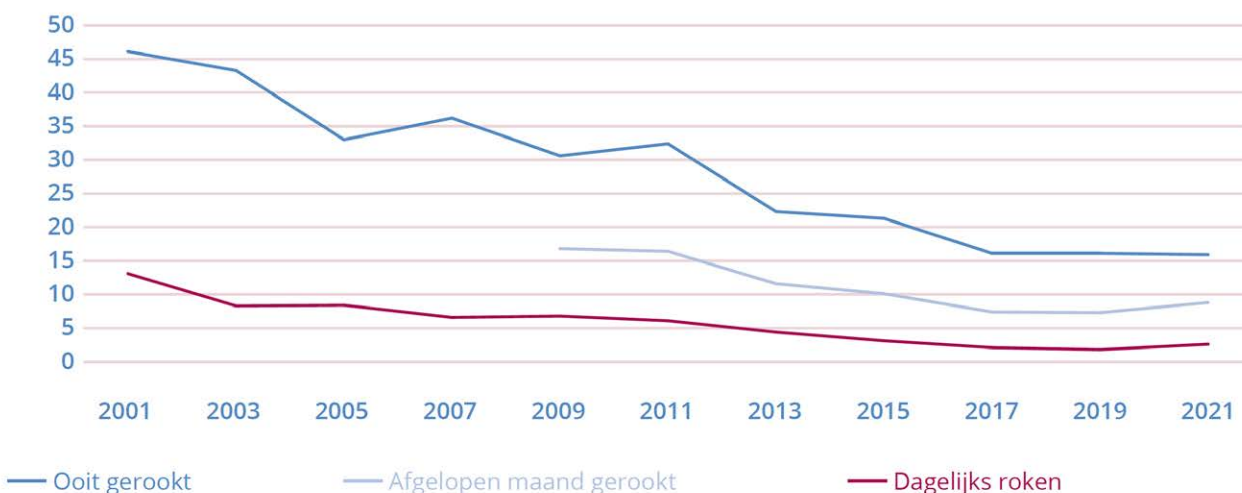
Het *alcoholgebruik* van jongeren in het voortgezet onderwijs is sterk gedaald tussen 2003 en 2013. Zo is het percentage jongeren dat ooit alcohol heeft gedronken in die periode bijna gehalveerd. Na 2013 is dit echter nauwelijks meer veranderd. In 2021 heeft nog steeds bijna de helft van de jongeren ooit alcohol gedronken (48%) en ruim een kwart in de laatste maand (28%). Voor de 15- en 16-jarigen is het percentage dat ooit gedronken heeft in 2021 zelfs 61 en 76 procent. Onder de jongeren die in de afgelopen maand hebben gedronken, is het percentage *binge*-drinkers (oftewel jongeren die vijf glazen of meer op één gelegenheid hebben gedronken) net als in eerdere jaren erg hoog (75% in 2021). Er zijn grote opleidingsverschillen in het percentage jongeren dat (veelvuldig) drinkt.



Van de vmbo-basis/kader-leerlingen die in de afgelopen maand gedronken hebben, dronk 11 procent in de laatste maand ten minste één keer 10 glazen alcohol op een weekenddag. Voor vwo-leerlingen is dit 3 procent.



Trends in roken in het voortgezet onderwijs



Het percentage jongeren dat ooit *gerookt* heeft is sinds 2001 sterk afgenomen; van 46 procent in 2001 naar 17 procent in 2017. In de jaren daarna bleef dit percentage echter nagenoeg hetzelfde. Het percentage jongeren dat in de laatste maand gerookt heeft is sinds 2013 niet meer veranderd. In 2021 rapporteert 10 procent de afgelopen maand gerookt te hebben en 3 procent rookt dagelijks. Ook voor roken zijn sterke opleidingseffecten zichtbaar: vwo-leerlingen roken veel minder vaak dan leerlingen van andere schoolniveaus.



5.5 procent van de vmbo-basis/kader-leerlingen en 0.4 procent van de vwo-leerlingen rookt dagelijks.

CANNABIS AL JAREN STABIEL, LACHGAS GEDAALD

Sinds 2009 is het percentage jongeren dat ooit *cannabis* heeft gebruikt min of meer stabiel gebleven. Alleen vergeleken met de jaren voor 2009 rapporteren jongeren in 2021 minder vaak dat zij ooit cannabis hebben gebruikt. In 2021 heeft 10 procent ooit cannabis gebruikt. Het gebruik van lachgas is in 2021 een stuk lager dan in de periode 2015-2019. Zo daalde het percentage jongeren dat ooit *lachgas* heeft gebruikt tussen 2019 en 2021 van 10 naar 5 procent.



In 2021 zijn er geen seksverschillen in roken, alcoholgebruik en ander middelengebruik, terwijl in alle eerdere jaren dit vaker werd gerapporteerd door jongens dan door meisjes.



EETGEDRAG EN BEWEGING NAUWELIJKS VERANDERD

Op het gebied van eetgedrag en beweging hebben zich over het algemeen weinig veranderingen voorgedaan in de afgelopen twintig jaar. De grootste verandering is dat jongeren fors minder *frisdrank* zijn gaan drinken. Ook snoepen jongeren in 2021 wat minder vaak dan twintig jaar geleden. Voor de gehele periode geldt dat jongeren aanzienlijk minder vaak *bewegen* dan aanbevolen en dat zij niet voldoende *groente en fruit* eten. Hierin zijn verschillen naar bijvoorbeeld migratieachtergrond. Zo bewegen jongeren met een migratieachtergrond minder vaak dan jongeren zonder een migratieachtergrond. Wat verder opvalt is dat jongeren in het voortgezet onderwijs in 2021 minder vaak *ontbijten* dan in andere jaren. In 2017 ontbeet bijvoorbeeld 77 procent van de jongeren in het voortgezet onderwijs doordeweeks elke dag, terwijl dit percentage in 2021 gedaald is naar 68 procent.



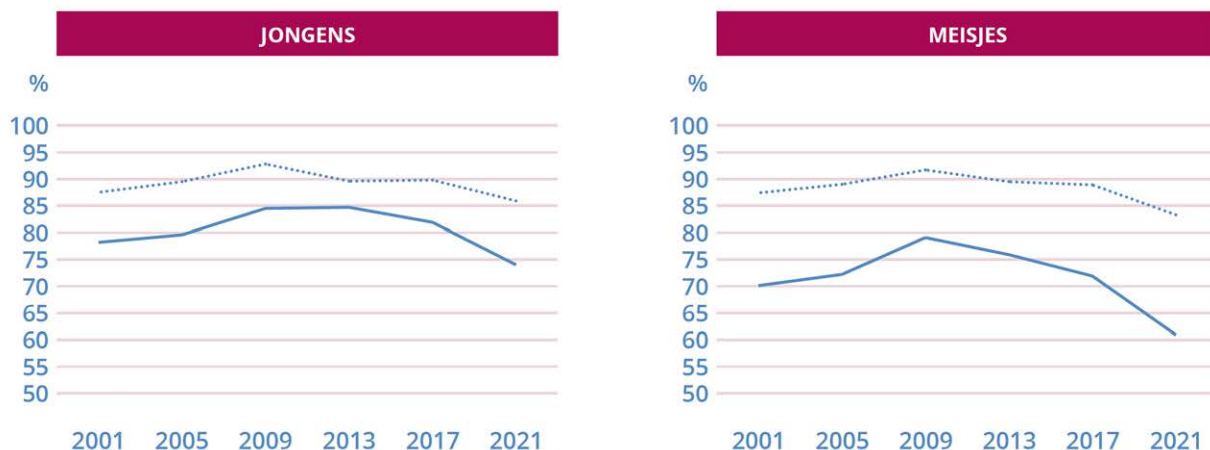
38 procent van de leerlingen op de basisschool rapporteerde in 2001 ten minste iedere dag frisdrank te drinken, in 2021 is dit percentage 13 procent.



Van de leerlingen in het voortgezet onderwijs met een migratieachtergrond sport 75 procent ten minste twee keer per week, voor leerlingen zonder een migratieachtergrond is dit percentage 83.



Trends in ontbijten voor jongens en meisjes in het basisonderwijs (BO) en voortgezet onderwijs (VO)



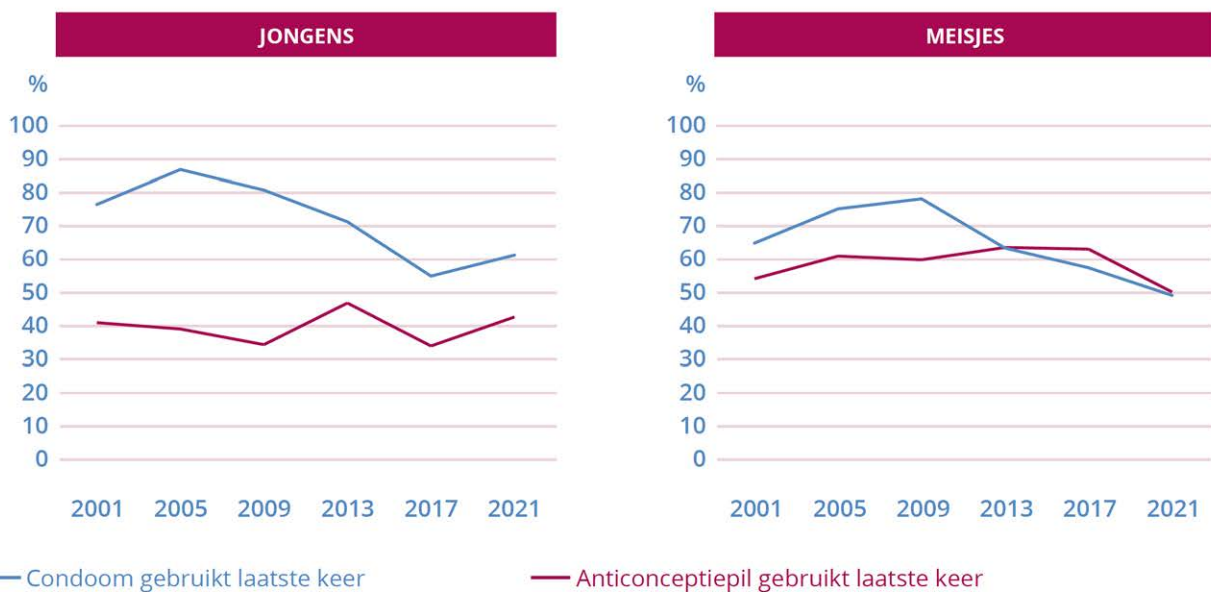


VERANDERINGEN IN SEKSUEEL GEDRAG

Tussen 2001 en 2021 is er sprake van een dalende trend in het percentage scholieren dat ooit *seksuele gemeenschap* heeft gehad. Vooral in 2001 en 2005 lagen deze percentages hoger dan in 2021. Ook het condoomgebruik is in de laatste twintig jaar afgenomen. In het begin van de 21e eeuw was *condoomgebruik* bij de laatste keer seks onder jongeren relatief hoog. In 2005 lag dit zelfs boven de 80 procent. Na 2009 is dit percentage gedaald tot 56 procent in zowel 2017 als 2021.



Trends in condoom- en pilgebruik in het voortgezet onderwijs



STEEDS MEER JONGEREN GAMEN

Het percentage jongeren dat intensief *gamel* (hier: minstens 24 uur per week) is tussen 2017 en 2021 aanzienlijk toegenomen. Vooral bij meisjes op de basisschool is dit percentage sterk gestegen: in 2017 gamede ruim 2 procent van deze groep intensief en in 2021 bijna 10 procent. Bij jongens op de basisschool steeg dit percentage in dezelfde periode van 12 naar 19 procent en nam het percentage jongens dat problematisch gamen rapporteert toe van 3 naar ruim 5 procent. Van problematisch gamen is sprake wanneer er bijvoorbeeld controleverlies is over het gamen. In het voortgezet onderwijs nam het percentage meisjes en jongens dat intensief gamet in 2021 ook toe ten opzichte van 2017 en 2019. Er zijn leeftijdsverschillen in gamen, waarbij intensief gamen vaker voorkomt bij jongere leerlingen dan bij oudere.



Intensief gamen komt bij 12 procent van de 12-jarigen voor, tegenover 7 procent van de 16-jarigen.



Naast gamen zijn er ook veranderingen in *socialemediagebruik* in de laatste vier jaar, al zijn deze minder uitgesproken dan de ontwikkelingen in gamen. Intensief socialemediagebruik (hier: gedurende de hele dag contact met anderen via sociale media) nam alleen in het voortgezet onderwijs enigszins toe van 31 naar 36 procent. Problematisch socialemediagebruik is echter wel toegenomen, behalve bij jongens op de basisschool. Verder valt op dat in het basisonderwijs intensief en problematisch socialemediagebruik veel vaker voorkomt bij jongeren met een migratieachtergrond dan bij jongeren zonder migratieachtergrond.



In het basisonderwijs komt intensief socialemediagebruik voor bij 30 procent van de leerlingen met een migratieachtergrond. Bij leerlingen zonder een migratieachtergrond is dit 14 procent. Ook problematisch socialemediagebruik komt op de basisschool vaker voor bij leerlingen met een migratieachtergrond (8 versus 2%).



Onder meisjes op de basisschool steeg het percentage problematisch socialemediagebruikers tussen 2017 en 2021 van 2 naar 5 procent.



HET HBSC-RAPPORT

Voor alle HBSC-cijfers (inclusief verschillen naar sekse, leeftijd, opleidingsniveau, migratieachtergrond, gezinswelvaart en gezinsstructuur) en een duiding van de resultaten, zie [HBSC 2021 rapport](#).

BELUISTER DE PODCAST JONGGELEERD OVER HET HBSC-ONDERZOEK



Universiteit
Utrecht

PODCAST

JongGeleerd



Beluister
HIER
de podcast

AFLEVERING: FORSE STIJGING MENTALE PRO- BLEMEN SCHOLIEREN

Nederlandse jongeren tussen 11 en 16 jaar ervaren fors meer mentale problemen en druk door schoolwerk dan hun leeftijdsgenoten in de afgelopen twintig jaar. Dit blijkt uit het Nederlandse Health Behaviour in School-aged Children (HBSC)-onderzoek dat om de vier jaar plaatsvindt onder een representatieve groep scholieren. Bovendien is de levensvrede van jongeren nog nooit zo laag geweest. Glenn van den Burg gaat hierover in gesprek met Gonneke Stevens, projectleider van het HBSC-onderzoek en jeugdonderzoeker bij de Universiteit Utrecht en Henk Hagoort, voorzitter van de VO-raad. Centraal in deze podcast staan de

achtergronden van deze stijging in mentale problemen en druk door schoolwerk en wat schoolbestuurders en leraren kunnen doen om scholieren te ondersteunen.

Kijk voor aanvullende informatie of andere afleveringen van JongGeleerd naar:

www.uu.nl/jeugdpcast

JONGGELEERD

De podcastserie JongGeleerd is een initiatief van UU-Dynamics of Youth en wordt geproduceerd door de Radiofabriek in Hilversum. In deze podcast delen wetenschappers en professionals kennis uit de wetenschap en de praktijk over actuele thema's binnen ons jeugdonderzoek. Kennis die professionals kan helpen in hun werk of inspireren.

BENIEUWD WAT JONGEREN ZEGGEN OVER DE RESULTATEN UIT HET HBSC ONDERZOEK?

LUISTER DAN NAAR DE VOLGENDE FRAGMENTEN:



Jongeren over
druk door
schoolwerk



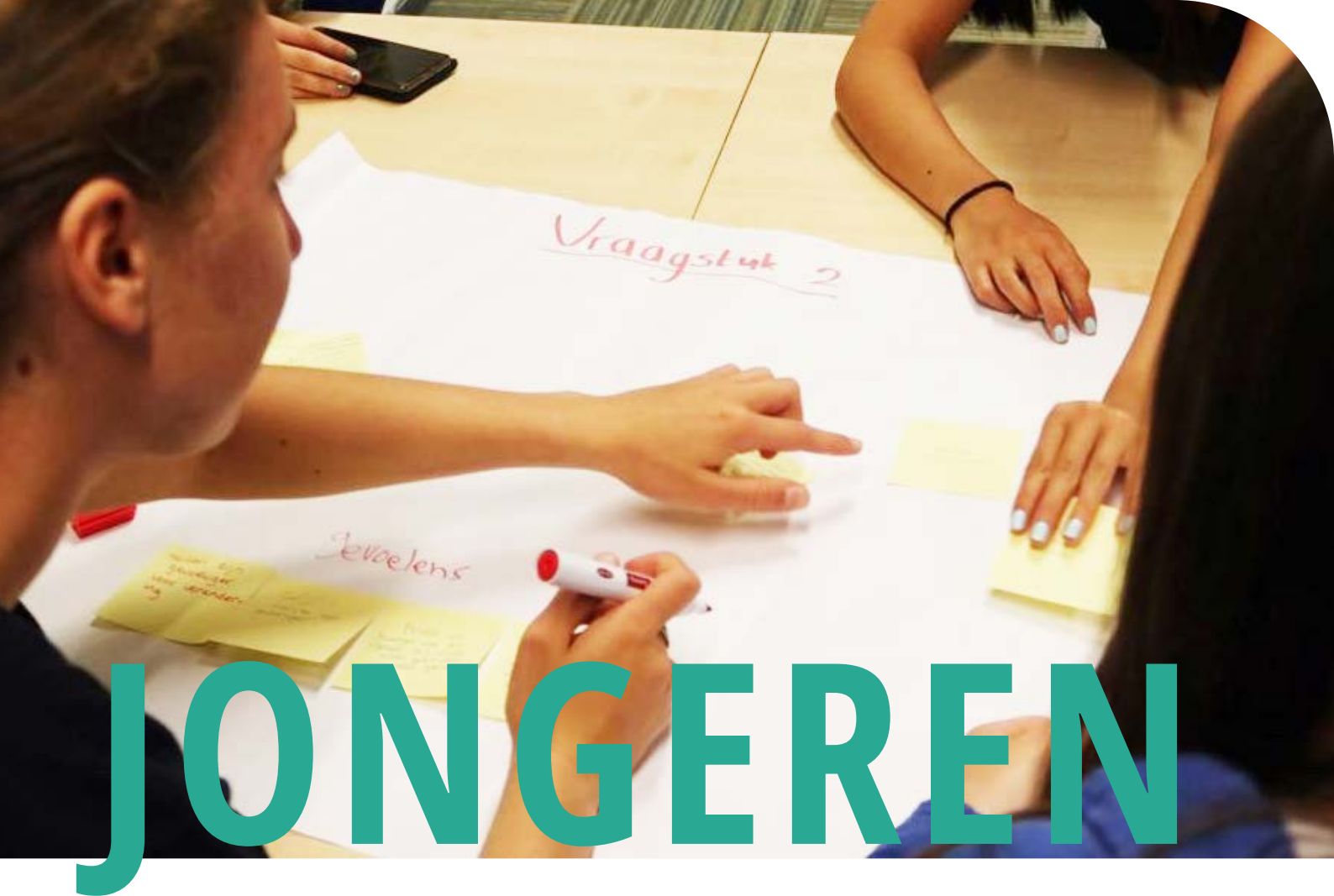
Jongeren over
uitstellen
schooladvies



Jongeren en
hun zorgen over
de toekomst



Jongeren over
hulp vragen in
de school



JONGEREN

AAN HET WOORD

Door: Margreet de Looze en Gonneke Stevens

Herkennen jongeren zich in de nieuwste resultaten van het HBSC-onderzoek? Hadden zij bijvoorbeeld verwacht dat de mentale gezondheid van (vooral) meisjes in vier jaar tijd zo sterk achteruit is gegaan? Wat zijn volgens hen oorzaken van de steeds maar hoger wordende schooldruk? En vooral: Wat moet er nu gebeuren om de gezondheid en het welzijn van jongeren te verbeteren? Deze, en andere, vragen hebben we voorgelegd aan een diverse groep leerlingen van het UniC in Utrecht en het Christelijk Lyceum Zeist.

MINDER GELUKKIG

Hoewel de meeste scholieren wel een daling in mentale gezondheid verwacht hadden, schrokken sommigen van de omvang ervan. De coronacrisis werd genoemd als belangrijke oorzaak: jongeren misten hun vrienden tijdens de lockdowns, hadden vaak een chaotische thuissituatie met spanningen en ruzies, en werden geconfronteerd met de dood en rouwen. Veel jongeren veeleerden zich, wat soms leidde tot middelengebruik en meer online activiteiten:

"Je kan niet meer naar buiten met mensen. Je kan niet meer met vrienden naast elkaar zitten. Je gaat veel meer op sociale media en je beweegt daardoor minder. Je bent sneller moe doordat je constant achter een scherm zit."





Maar ook andere factoren hebben volgens de jongeren een rol gespeeld bij de daling van de mentale gezondheid van de jeugd in de laatste jaren: zorgen over de toekomst (klimaatcrisis, woningnood, polarisatie), zorgen over het welzijn van anderen in de wereld (oorlog in Oekraïne), de hoge schooldruk en de verhoogde kwetsbaarheid van jongeren op sociale media (onrealistische schoonheidsidealen, cyberpesten).

DE DRUK OM TE PRESTEREN

Vrijwel alle jongeren herkennen het beeld dat druk door schoolwerk in de laatste jaren sterk toegenomen is. Het gevoel te moeten presteren ervaren veel jongeren al op de basisschool. Een leerlinge gaf aan zich 'van alle kanten gepusht' te voelen om het vwo te halen. Hoewel veel ouders en leraren zeggen dat het niveau niet uitmaakt, lezen veel jongeren tussen de regels door dat het toch echt wel de bedoeling is dat zij naar de universiteit gaan:

"Nu is de universiteit echt een begrip waar je naartoe moet werken, het lijkt een fantastisch eindpunt, maar veel mensen worden helemaal niet blij daar en halen het ook niet."

Sommige jongeren geven aan dat deze druk voor een deel veroorzaakt wordt doordat ze *vroeg moeten kiezen* (bijvoorbeeld voor een schoolniveau en een profiel). Hierdoor worden zij op jonge leeftijd gedwongen na te denken over wat ze de rest van hun leven willen gaan doen, terwijl veel jongeren dit helemaal nog niet weten. Dit demotiveert en geeft stress.

De coronacrisis en lockdowns hebben de druk door schoolwerk mogelijk verder versterkt:

"Je hebt een achterstand op school en als gevolg krijg je ruzie thuis wat zorgt voor stress. Dit wordt uiteindelijk een vicieuze cirkel, omdat je dan ook niet meer goed kan leren om die achterstand in te halen."

EEN ONZEKERE TOEKOMST: HET GEVOEL "DAT ALLES OP ONZE SCHOULDERS RUST"

In discussies over de daling in mentale gezondheid en de verhoogde druk door schoolwerk komt duidelijk naar voren dat jongeren een steeds groter *verantwoordelijkheidsgevoel* ervaren en *niet zorgeloos* zijn. Ze hebben het gevoel dat ze het 'juiste' leven moeten leiden en geen fouten mogen maken. Bovendien hebben zij het gevoel dat grote maatschappelijke problemen, zoals de klimaatcrisis, op de schouders van hun generatie rusten:

"Ik heb echt het gevoel dat wij die veranderende generatie zijn; alles is uitgesteld tot ons en nu moeten wij maar aan de slag. Op alle vlakken: klimaat, gender, huizenmarkt... Er is steeds minder tijd om heel veel te veranderen en hoe langer we wachten, hoe meer we in één keer moeten veranderen. En dat is bijna onmogelijk. Wij voelen dit allemaal het meest."

MEISJES HEBBEN HET ZWAARDER

Jongeren herkennen het beeld dat meisjes het op veel vlakken zwaarder hebben dan jongens. Zo worden zij volgens jongeren thuis geconfronteerd met andere verwachtingen dan jongens. Ouders van jongens zouden bijvoorbeeld minder letten op hoe hun kinderen presteren dan ouders van meisjes. Ook op school en in de maatschappij zien de jongeren duidelijk de ongelijkheid tussen jongens en meisjes:

"Docenten zeggen vaak dat meisjes harder werken dan jongens op school. Maar jongens kunnen sneller aan een baan komen dan meisjes, dus die hoeven ook minder te doen. Meiden moeten harder werken op school omdat ze later ook harder moeten werken om een baan te vinden."

Jongeren denken dat de coronacrisis meisjes mogelijk harder heeft geraakt omdat zij gevoeliger zijn en meer behoefte hebben aan sociaal contact. Waar jongens vaak meer gingen gamen en 'een soort buffer online' hadden door contact met anderen via het gamen, zaten meisjes vaker op sociale media. Dat werkt juist *niet* als een buffer, want op sociale media geldt een sterke vergelijkingsdrang en worden juist meisjes meer beoordeeld.

HOE NU VERDER?

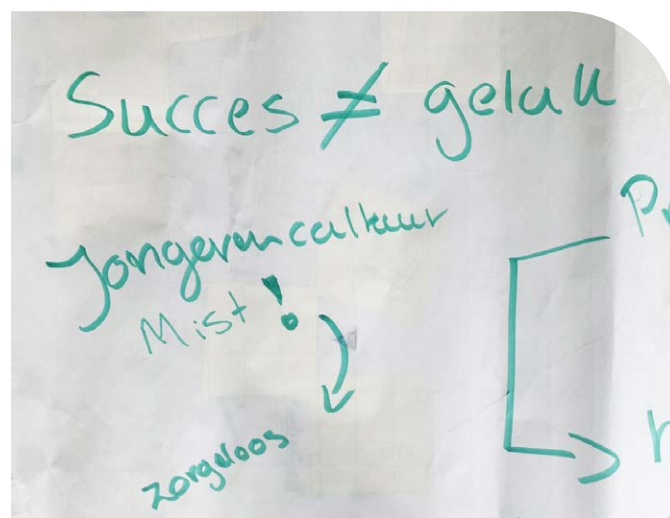
Als aan jongeren gevraagd wordt wat er nu moet gebeuren om de gezondheid en het welzijn van hun generatie te verbeteren, staat het *verminderen van de*

schooldruk met stip op nummer één. Jongeren realiseren zich dat dit lastig is, maar 'het móet'. Bijvoorbeeld door een cultuurverandering op scholen: het belang van toetsen moet kleiner worden, leerlingen moeten niet meer in een te hoog schoolniveau geplaatst worden, belangrijke keuzes (zoals schoolniveau en vakkenpakket) moeten pas later gemaakt worden en jongeren willen lessen over welzijn en een betere loopbaanoriëntatie.

Maar ook *ouders* moeten minder druk uitoefenen. Een groepje leerlingen stelde voor dat niet alleen jongeren, maar ook hun ouders voorlichting moeten krijgen over de mentale gezondheid en emotionele ontwikkeling van jongeren:

"Ik denk dat ouders best wel een vertekend beeld hebben van wat succes is en wat het kind gelukkig maakt, want waarschijnlijk maakt dat succes het kind helemaal niet gelukkig."

Centraal in de antwoorden van jongeren staat verder dat zij willen dat er naar hen *geluisterd* wordt. Bijvoorbeeld op school, als het gaat over de gewenste cultuurverandering rondom prestatiedruk. Maar ook in de maatschappij en in de politiek, als het bijvoorbeeld gaat over de toegang tot mentale zorg en andere grote vraagstukken, zoals de klimaatcrisis.



TERUGBLIK OP

20 JAAR HBSC

INTERVIEW MET DRIE HOOFDROLSPELERS VAN HET NEDERLANDSE HBSC-ONDERZOEK

Door: Ronnie van Veen

Onderzoekresultaten van toen en nu, congressen en het collegiale HBSC-netwerk. Het komt allemaal aan bod wanneer drie huidige en voormalige hoofdrolspelers van het Health Behaviour in school-aged Children (HBSC)-onderzoek terugblikken op 20 jaar HBSC in Nederland. Jeugdonderzoeker aan de Universiteit Utrecht en huidige projectleider Gonneke Stevens, Saskia van Dorsselaer, wetenschappelijk medewerker bij het Trimbos-instituut en Wilma Vollebergh, emeritus hoogleraar Jeugdstudies (UU) en voormalig HBSC-projectleider. Ze zien duidelijke verschuivingen. Deze editie van het HBSC-onderzoek is voor het eerst geen goednieuwsshow. Het beeld van de jeugd is echt gekanteld.

2001

2005

2009

Hoe is Nederland betrokken geraakt bij het HBSC-onderzoek?

Wilma Vollebergh: "Verschillende landen werkten al mee aan HBSC. Vanuit dat internationale netwerk kwam de vraag of wij in Nederland ook mee wilden doen. Ik wist het onderzoek te financieren en ben in 1998 naar Riga gegaan waar het netwerk bijeenkwam. We waren in de tijd een kleine hechte onderzoeksgroep, van 20 personen." Saskia van Dorsselaer: "Tegenwoordig bestaat het HBSC-netwerk uit meer dan 200 mensen. Afkomstig uit verschillende Europese landen. Maar dat alles gaat niet ten koste van het sociale karakter van de groep: we zijn nog altijd een HBSC-familie."

Wat doen jullie zoal tijdens buitenlandse HBSC-congressen?

Gonneke Stevens: "Overdag is het hard werken aan de vragenlijsten die worden afgenomen in alle landen. En bespreken we het internationale rapport of wetenschappelijke publicaties. Er zijn verschillende

focusgroepen die zich toeleggen op een specifiek thema zoals mentale gezondheid, middelengebruik, sociale relaties. Ik ben voorzitter van de groep die zich richt op sociale ongelijkheid. En ik zit bij overleggen van de projectleiders en de coördinatiecommissie van het gehele netwerk. En 's avonds zijn er vaak sociale activiteiten gepland. Die zijn altijd gezellig".

"Nederlandse scholieren zijn de gelukkigsten van Europa"

Volskrant, 5 juni 2004

C-ONDERZOEK



Gonneke Stevens



Saskia van Dorsselaer



Wilma Vollebergh

2013

Hebben jullie met zoveel culturen ook wel eens verschillende inzichten over het onderzoek?

“Door te werken met onderzoekers uit vijftig landen word je opmerkzaam voor culturele verschillen. Je moet rekening houden met wensen uit alle landen. Ik heb bijvoorbeeld wel gemerkt dat er enorme verschillen zijn tussen Oost- en West-Europese landen”, zegt Wilma Vollebergh.

“Volgens mij hadden de Oost-Europese landen, zeker in het begin, het idee dat de West-Europese landen het voor het zeggen hadden”, vult Saskia van Dorsselaer haar aan.

Wilma Vollebergh: “Dat kwam mede doordat West-Europese landen gestart waren met dit onderzoek. Toen de WHO erbij kwam, werd aanbevolen om uit te breiden. Zeker ook naar het Oosten van Europa.”

Gonneke Stevens: “Het betrekken van landen die niet gewend zijn dit type onderzoek te doen, is belangrijk.

2017

Zo wordt er in deze landen meer kennis opgebouwd over onderzoek doen. Daarnaast levert het monitoren van de gezondheid en het welzijn van de jeugd belangrijke informatie op voor beleidsmedewerkers. Tegelijkertijd is het managen van twintig landen makkelijker dan van vijftig landen. Bovendien wordt met zoveel landen de kans groter dat er onenigheid ontstaat over de vragen die je per se wel of juist niet zou moeten stellen aan jongeren. Dit speelt bijvoorbeeld rondom de vragen over gender.”

Wat zijn volgens jullie grote veranderingen onder de jeugd, de afgelopen twintig jaar?

Wilma Vollebergh: “Het drankgebruik onder jongeren. Ik zag de cijfers van het internationale rapport op basis van het HBSC-onderzoek in 2001/2002 en die lieten zien dat Nederlandse jongeren topdrinkers in Europa waren. Ik riep toen uit: ‘Dit is echt krankzinnig! Zoveel!’ Meer dan de helft van de ondervraagde leerlingen uit groep 8 had wel eens alcohol gedronken. Er waren zelfs breezer-parties om te vieren dat ze de basisschool

2021



*“Niet minder gelukkig
maar wel erg druk
met school”*

Trouw, 5 september 2018

verlieten. De Nederlandse jeugd stond internationaal qua alcoholgebruik bovenaan de ranglijst. **Ze werden de zuipschuiten van Europa genoemd.**

We trokken toen bij allerlei instanties aan de bel. Langzaam drong het besef door dat het alcoholgebruik onder jongeren zorgwekkend was. Bij het Trimbos-instituut moesten we de strategie aanpassen. Tot die tijd was de boodschap dat je als ouder je kinderen het beste thuis alcohol kon laten drinken. Onder het mom van: dan heb je toezicht. Maar onderzoek liet zien dat het effectiever is om kinderen alcohol te verbieden. Wat volgde waren lesprogramma's op school en voorlichtingsspotjes van de overheid op tv.

*“Tieners roken,
drinken, blowen en
seksen minder”*

NOS, 15 maart 2016

Alles om het drinkgedrag van jongeren bij te sturen.”
Saskia van Dorsselaer: “Je zag het alcoholgebruik van Nederlandse jongeren toen naar beneden gaan.”

“Die daling is echt spectaculair geweest. Vooral onder de 12- tot 14-jarigen, minder onder de 15- en 16-jarigen. De breezer-parties in groep 8 behoren nu tot het verleden. In het basisonderwijs is alcoholgebruik niet meer gebruikelijk. Dat is duidelijke winst”, licht Wilma Vollebergh toe.

Gonneke Stevens: “Maar wat nog steeds zo is: áls jongeren drinken, dan drinken ze veel.”

*“Nederlandse jongeren
blijven de
zondagskinderen van
Europa”*

UU Nieuws, 19 mei 2020

Wilma Vollebergh: “Wat naast alcoholgebruik ook is veranderd: in de eerste jaren waren Nederlandse jongeren de gelukkigste van Europa. Gemiddeld gaven ze hun leven ruim een 8. Die hoge score is de afgelopen twee decennia, maar vooral in de laatste vier jaar gedaald. In het huidige rapport geven meisjes in het voortgezet onderwijs hun leven een 6.7. Zo laag is het nog nooit geweest.”

Gonneke Stevens: **“En toch: in 2017 stonden we er nog heel goed voor in vergelijking met andere landen in Europa.** Nederlandse jongeren waren in vergelijking met Europese leeftijdgenoten heel positief over ouders, er werd weinig gepest op school en zij hadden weinig mentale problemen. Af en toe hoorde ik HBSC-onderzoekers uit andere landen zeggen: ‘Als we zouden verhuizen naar een ander land, dan zouden we naar Nederland gaan. De jeugd is daar altijd zo gelukkig en ze zijn zo positief over hun relatie met ouders en vrienden.’ ”

*“Máxima schrikt
van scholenrapport”
Telegraaf, 15 september 2022*

**Is dat de boodschap van het huidige
rapport: het gaat goed, maar wel iets
minder dan voorheen?**

Gonneke Stevens: **“Het is dit jaar eigenlijk voor het eerst dat we geen goednieuwsshow hebben.** Het verhaal is echt anders dan voorheen. Mentale problemen zijn in de laatste vier jaar fors toegenomen onder meisjes en het percentage jongeren dat druk door schoolwerk rapporteert is verdrievoudigd ten opzichte van 2001. Dat is echt zorgwekkend. Corona heeft hier waarschijnlijk een grote rol in gespeeld. Maar het is de vraag, ook als corona min of meer voorbij is, hoe gemakkelijk jongeren hier van herstellen.”

Wilma Vollebergh: “De stijging van druk door schoolwerk vind ik ook opvallend, maar die ervaren druk was in Nederland voorheen heel laag. Er was in 2001 geen ander land waarin jongeren minder druk door schoolwerk ervaarden dan hier. School was vooral erg leuk. Daar scoorden Nederlandse jongeren het hoogste in. Tot voor kort telden prestaties in Nederland veel minder. Als je naar een universiteit wilde, telden cijfers niet mee. Je moest gewoon je diploma halen. Dus waarom zou je meer dan een zes halen? Maar de schoolcultuur in Nederland is de afgelopen twee decennia sterk veranderd. De helft van de Nederlandse jongeren studeert inmiddels in het hoger onderwijs. Dat was in 2001 niet het geval.” Saskia van Dorselaer: “Sommige studies bieden uitgebreide

assessments om te beoordelen of de studie jou past. Je moet je keuze motiveren. En er wordt vaker naar je cijfers gekeken.”

“Hoe dan ook is het percentage jongeren in Nederland dat druk door schoolwerk ervaart nu toch wel echt hoog. En het lijkt erop dat jongeren hier mentale problemen van krijgen. Het belang dat jongeren, hun ouders en de maatschappij in het algemeen hechten aan presteren op school is toegenomen. Onze cijfers wijzen erop dat dat druk geeft bij kinderen. Ik hoop dat ouders gaandeweg beseffen dat andere dingen belangrijker zijn dan schoolprestaties. **Het meest zorgwekkende resultaat van ons onderzoek is de forse verslechtering van de mentale gezondheid van meisjes in de laatste vier jaar.** Wat mij betreft moeten ouders, maar ook de maatschappij als geheel, meer inzetten op verbetering van de mentale gezondheid van jongeren”, aldus Gonneke Stevens.



*“Het beeld van onze
blijve, gelukkige jeugd
heeft een knauw
gekregen”*

NRC, 14 september 2022



VERSLAG VAN DE DAG



Door: Merel van Dorp

“Verminder de lestijd”, “Laat volwassenen weer op een beschaafde manier tot oplossingen komen”, “Stop met denken dat een uurtje in een kantoor van de psycholoog tegen problemen helpt”. Deskundigen en jongeren tijdens het symposium ‘Jong in de 21e eeuw’ discussiëren over de bevindingen van het nieuwe HBS-rapport. Gelukkig ontbreekt er, dankzij de jongeren, naast een muzikale ook geen vrolijke noot.

Hoofdonderzoeker Gonneke Stevens valt direct met de deur in huis. Het HBSC-onderzoek bracht de afgelopen twintig jaar altijd goed nieuws over de mentale gezondheid van jeugd, met her en der een aandachtspunt. Maar nu is er sprake van een trendbreuk. Op diverse vlakken vergaat het Nederlandse jongeren minder goed in vergelijking met de jaren ervoor. Vooral met meisjes gaat het niet goed. Eén lichtpuntje: jongeren ervaren veel sociale steun van hun ouders en vrienden.

Hare Majesteit Koningin Máxima, erevoorzitter van Mind Us (een organisatie die zich met jongeren inzet voor een gezonde ontwikkeling van de jeugd), neemt het nieuwe HBSC-rapport dan ook met een ernstig gezicht aan. Ze schrikt ervan, zegt ze. Van de gedaalde levenstevredenheid, de forse toename van emotionele problemen bij meisjes, de ervaren druk door schoolwerk, het middelengebruik dat niet verder omlaag gaat, waarover Stevens vertelt. En van de verschillen tussen groepen –jongeren met een migratieachtergrond, jongeren die opgroeien in slechtere economische omstandigheden, in eenoudergezinnen of die een opleiding op vmbo-niveau volgen, zijn extra kwetsbaar. Koningin Máxima noemt het belang van preventie en benoemt dat er een taak ligt voor iedereen om deze problemen van jongeren aan te pakken. Stevens heeft dan al enkele suggesties gegeven over wat er nu moet gebeuren: versterk de mentale gezondheid, met name bij meisjes, verlaag de prestatiedruk, besteed aandacht aan het verminderen van alcoholgebruik en roken en houd aandacht voor kwetsbare groepen [*lees meer over het onderzoek op pagina 6-15*].

LOODGIETERS

De vijf jongeren bespreken vervolgens met dagvoorzitter Brecht van Hulten en Kinderombudsvrouw Margrite Kalverboer of ze de conclusies van het onderzoek herkennen, wat mogelijke oorzaken zijn van de veranderingen over tijd en wat er nu zou moeten gebeuren. Ze hebben, met zo'n 100 leeftijdgenoten van twee middelbare scholen in de regio Utrecht, op verzoek van de HBSC-onderzoekers, al eerder hun mening gegeven over de onderzoeksresultaten. Nu vertellen ze in de zaal wat ze ervan vinden. "Je moet je voortdurend bewijzen", vindt Isabel, die in een driejarige brugklas moest laten zien dat ze het vwo heus aankon, en daarna opnieuw druk ervoer van de hoge toelatingseisen voor vervolgonderwijs. Bovendien vindt

"Er zijn te weinig loodgieters, maar toch wil iedereen dat je het vwo doet"

ze de nadruk op een hoog opleidingsniveau nogal krom: "We missen loodgieters, maar iedereen stimuleert je het vwo te doen!" "Als je het hoogst haalbare niet nastreeft, dan val je erbuiten," vult Step aan. Sjors knikt: "Je gaat vergelijken." Step: "En na corona moeten we met drie kwartier extra les per week in een jaartje alle achterstanden inhalen." Kinderombudsvrouw Kalverboer signaleert een vreemde tweedeling. Terwijl het erop lijkt dat bepaalde leerlingen een te hoog schooladvies krijgen en dus constant op hun tenen moeten lopen, krijgen leerlingen met een migratieachtergrond juist vaak een schooladvies dat te laag is.

VOETBALWEDSTRIJD HELPT

Sjors noemt het een chaotische tijd, met schooldruk en social media maar ook corona, de klimaatcrisis, oorlog in Oekraïne, de wooncrisis. Het zorgt voor chaos in zijn hoofd. Dinan geeft hem gelijk: "Alle problemen worden doorgeschoven naar onze generatie." Step: "Maar willen we meepraten, dan zijn we te jong!" Kalverboer signaleert dat volwassenen de problemen anno 2022 niet oplossen en een slecht voorbeeld geven:





KIPPENVEL

Na de sessies, waar jongeren en professionals betrokken bij beleid, onderwijs, zorg en onderzoek met elkaar discussiëren over wat nodig is [lees de ideeën uit de deelsessies op paginam 28-29], zit de aula weer bomvol. Dagvoorzitter Van Hulten vraagt aan Marjolijn Sonnema van het ministerie van VWS (Volksgezondheid, Welzijn en Sport) of het ministerie wel genoeg heeft gedaan voor jongeren. Sonnema erkent dat er zeilen bijgezet moeten worden. "Daar zijn we mee bezig, met de ministeries van SZW (Sociale Zaken en Werkgelegenheid) en OCW (Onderwijs, Cultuur en Wetenschap). De insteek is om dichtbij jongeren te investeren in preventie: op school, online." Op de vraag of dat voldoende is, stelt Sonnema vast dat de hele samenleving een cultuurverandering moet ondergaan.

"In de openbare ruimte maken volwassenen er een puinhoop van. In de Tweede Kamer spreken ze weinig beschaafd met elkaar, zijn zomaar dingen vergeten en als je het ergens niet mee eens bent, sticht je brand."

"Een uur praten? Lekker naar een voetbalwedstrijd hielp me meer"

Al snel wordt duidelijk hoe belangrijk het is dat volwassenen oprechte aandacht besteden aan jongeren. Echt luisteren. "De jongerenwerkers in het buurthuis leggen mij geen druk op", zegt Sjors. "Het gaat ze om hoe het met mij gaat, niet hoe het op school gaat." En wat wil een jongere zelf eigenlijk? Sjors vertelt: "Ik was een beetje druk in mijn hoofd en moest van school met een psycholoog praten. Zit ik daar een uur lang opgesloten met een meneer die ik niet ken. Wat heb ik daaraan? De jongerenwerker nam me gewoon mee naar een voetbalwedstrijd, dat hielp meer!" Conclusie aan het einde van het ochtenddeel is dan ook volgens de jongeren: stop met die prestatiedruk, zorg dat het normaal wordt om over problemen te praten en dat je niet gelijk naar een psycholoog hoeft, los bij de echte hulpverlening de wachtlijsten op en laat jongeren zelf bepalen wat ze willen.

"Ook in de middag luisteren we naar jongeren", verklaart Van Hulten, "maar dan muzikaal." Met haar diepe stem en hoge bereik zingt singer-songwriter Amina Sahli (21) zichzelf begeleidend op gitaar het lied 'Zie je mij?', over jongeren tijdens de coronalockdown. "Kippenvel", constateert Van Hulten na een hard applaus.

MINDER TOETSEN

Het daaropvolgende panel gaat op zoek naar oplossingsrichtingen om de mentale gezondheid van de jeugd te bevorderen. De deskundigen uit de zorg, het onderwijs, beleid en onderzoek hebben het al snel over hoe moeilijk dat is vanuit hun eigen sector. Henk Hagoort, voorzitter van de VO-raad, verhaalt bijvoorbeeld over het gebrek aan docenten, die daardoor nog minder tijd hebben voor persoonlijke aandacht. iHub-bestuurder Lieke van Domburgh ziet dat hulpverleners de wereld van sommige groepen jongeren niet kennen en dus niet begrijpen.

"Focus niet op onderwijsresultaten, maar op de ontwikkeling van de jongere"

“Doe het met jongeren, want zij zijn onwaarschijnlijk creatief in het bedenken van oplossingen”

Voorzitter van de Nationale Jeugd Raad Kimberley Sniijders stelt al snel vast dat ‘domeinoverstijgende’ maatregelen nodig zijn. En dan worden er toch concrete suggesties gedaan door de deskundigen. Directeur Frederieke Vriends van MIND Us hoort van voetbalcoaches dat ze precies weten met wie het niet goed gaat, maar twijfelen over hoe ze dat ter sprake brengen. “Laten we hen daarbij ondersteunen, in plaats van dure psychologen in te vliegen”. “Minder toetsen en huiswerk, betekent minder nakijken en meer tijd voor leerlingen”, stelt Sniijders voor. “Verminder de lestijd, ondanks de onderwijsachterstanden”, zegt Hagoort, “Lieke vertelde me in de pauze dat leerlingen niet aan leren toekomen als ze niet lekker in hun vel zitten.” Van Domburgh: “Verschuif de focus van onderwijsresultaten behalen naar ontwikkeling van jeugd.” Henk vraagt: “Hoe erg is het eigenlijk, dat jongeren een lager opleidingsniveau hebben dan hun ouders?” “Hogeropgeleiden leven langer, hebben meer kans op een baan, het maakt wel degelijk uit”,

antwoordt programmaleider Martin Olsthoorn van het Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP).

NIET VOOR, MAAR MET

Vriends vindt dat volwassenen zich niet kunnen inbeelden hoe de wereld er voor jongeren uitziet. “Realiseer je je dat, dan weet je hoe hard je ze nodig hebt om te onderzoeken wat nodig is. Bovendien zijn jongeren onwaarschijnlijk creatief in het bedenken van oplossingen.” Hagoort vult aan dat ook aan beleidstafels beter geluisterd moet worden naar jeugd. “Soms op een andere manier dan je gewend bent”, zegt Olsthoorn. “Een collega van mij is op dit moment aan het boulderen met jongeren om in gesprek te raken.” Hoogleraar en programmahoofd van het Trimbos-instituut Marloes Kleinjan concludeert: “Het wordt steeds normaler om onderzoek en interventies niet vóór, maar mét jongeren te ontwikkelen. Onderzoek krijgt er meer zeggingskracht door en de oplossingen zijn innovatiever.”



**Conclusie van de dag:
zorg voor verandering in
samenpraak met jongeren.
En begin vandaag. Want er
is geen tijd te verliezen als
het om de toekomst van
jongeren gaat.**





OOGST UIT DE DEELSESSIES

Alle opmerkingen zijn welkom, discussies mogen eindigen in onenigheid en out-of-the-box denken is een pré. Tijdens de deelsessies werden de resultaten van het HBSC-onderzoek besproken. Per sector - beleid, onderwijs, zorg, onderzoek en jongeren - kwamen de volgende gedachten en voorstellen naar voren.

DRIE ALGEMENE TIPS

VOOR IEDEREEN BETROKKEN BIJ JEUGD

1. Luister (echt!) naar jongeren en betrek ze bij besluiten die hen aangaan
2. Verlaag de prestatiedruk en waardeer alle opleidingsniveaus gelijk
3. Werk beter samen om het mentaal welbevinden van jongeren te stimuleren

DIT KAN HET ONDERWIJS DOEN:

- Leg minder de nadruk op cognitie
- Ga in gesprek & blijf in gesprek met jongeren
- Verhef het ene opleidingsniveau niet boven het andere
- Laat een kind in zijn waarde en omarm de verschillen
- Toon moed om tegen beleid, bestuur, wetgeving, verwachtingen in te gaan
- Zorg voor betere samenwerking tussen onderwijs en jeugdhulp
- Geef welbevinden een structurele plek binnen het onderwijs

INZICHTEN VANUIT DE ZORG:

- Focus niet op het probleem van de jongere; richt je op talenten en versterk positieve kanten
- Zorg, onderwijs en beleid spreken niet dezelfde taal; formuleer gezamenlijke uitgangspunten en doelen
- Succes \neq geluk
- Laagdrempelige ondersteuning bieden is niet hetzelfde als een jongere verwijzen naar een professional
- Stop sociale vergelijking; laat jongeren zichzelf zijn

FOOD FOR THOUGHT

- 'Vraag niet "Wat doe jij?", maar "Wie ben jij?"'
- Wat maakt een school een goede school?
- Waarom spreken we van hoog- en laagopgeleiden?
- Mag je een leerling ambitieus noemen?
- Wat houdt integraal werken en samenwerken in voor jou of jouw organisatie?

UITSPRAKEN VAN JONGEREN:

“Als ik zoveel moet doen voor school raak ik mijn motivatie kwijt en heb ik ook geen tijd en zin meer in dingen buiten school”

“School is niet ‘mijn leven’”

“Ik ben meer dan mijn cijfers”

“Je sport, hebt hobby's of doet vrijwilligerswerk omdat ... het goed op je CV staat?!”

“Ouders begrijpen niet dat ik tijd nodig heb om te chillen, maar ik heb die rust gewoon nodig. Of zouden ze stiekem zelf ook wel op de bank willen hangen?”

“Waarom moet ik energie steken om een 6 te halen voor wiskunde, terwijl ik van de 8 voor mijn favoriete vak Engels liever een 9 maak?”

“In de media noemde een minister eetstoornissen als voorbeeld van mentale problemen. Nou, dat is echt niet bij de meeste jongeren het grootste probleem als het om mentale gezondheid gaat.”

“Waar is die jongerenwerker in het kabinet of die Jongerenpartij?”

ZO DRAAGT BELEID BIJ AAN MENTALE GEZONDHEID BIJ JEUGD

- Adviseer h^oe het onderwijs aan welbevinden en sociale veiligheid kan werken
- Zorg ook dat het onderwijs ruimte k^án geven aan mentale gezondheid
- Maak beleid samen met jeugd
- Monitor, agendeer wat jongeren nodig hebben en pas beleid zo nodig aan
- Zorg dat in preventie en effectieve interventies wordt geïnvesteerd
- Heb aandacht voor kwetsbare groepen
- Zorg dat lokaal en specifiek beleid mogelijk is
- Zorg dat beleid toegespitst is op de hindernissen anno nu

INTERVIEW MET KENNIS & WETENSCHAP

WAT IS JE REACTIE NA HET HOREN VAN DE BEVINDINGEN UIT HET HBSC- RAPPORT?

“Help, ik heb drie jonge dochters! Als volwassenen moeten we nú onze verantwoordelijkheid nemen om een betere samenleving te creëren voor onze jeugd. Veerkracht hoeft niet alleen uit een kind zelf te komen; we moeten investeren in een veerkrachtige structuur rondom het kind.”

IS MEER ONDERZOEK NODIG OF WETEN WE GENOEG?

“We moeten onze onderzoeksresultaten beter gaan delen, want we weten eigenlijk al heel veel. Ook is meer onderzoek nodig naar de achtergronden van mentale problemen onder jongeren, deze liggen op verschillende niveaus. Het gaat dan bijvoorbeeld om multidisciplinair, longitudinaal onderzoek.”

HOE KUNNEN WETENSCHAPPERS ZORGEN DAT JONGEREN ECHT IETS HEBBEN AAN ONDERZOEK?

“Onderzoek hoe kwetsbare groepen beter ondersteund kunnen worden. Heb verder aandacht voor individuele verschillen naast hoe het met groepen jongeren gaat. En betrek jongeren bij onderzoek.”

NOEM EENS EEN INNOVATIEVE MANIER VAN ONDERZOEK?

“Voer participatief actieonderzoek uit samen met jongeren. Laat jongeren al meedenken over het design van het onderzoek of laat hen zelf onderzoek uitvoeren.”

WAAR MOETEN WE BINNEN DE WETENSCHAP VANAF?

“Stop tijdrovende aanvraagprocedures die concurrentie tussen universiteiten aanwakkert. Stimuleer samenwerking tussen kennisinstututen en universiteiten en koppel onderzoek beter aan beleid en onderwijs. Dan kunnen we echt aan de slag met wat belangrijk is: een kansrijke toekomst realiseren voor de jeugd.”





Bekijk HIER DE
**AFTERMOVIE
HBSC-
SYMPOSIUM**

DE AFTERMOVIE

Bekijk de aftermovie van het HBSC-symposium op 14 september 22, waarin we in vogelvlucht terugblikken. In de video geven jongeren en diverse deskundigen hun reactie op het onderzoeksrapport, dat in ontvangst werd genomen door Hare Majesteit Koningin Máxima. Aan het woord komen: Hare Majesteit Koningin Máxima, Gonneke Stevens van de Universiteit Utrecht, Frederieke Vriends van stichting MIND Us en Marloes Kleinjan van het Trimbos-instituut.

Ook is het mogelijk ook het volledige plenaire ochtend- en middagprogramma terug te kijken:

KIJK HET OCHTENDPROGRAMMA TERUG

- Welkom door dagvoorzitter Brecht van Hulst.
- Presentatie belangrijkste resultaten van 20 jaar HBSC-onderzoek door projectleider Gonneke Stevens.
- Overhandiging rapport aan Hare Majesteit Koningin Máxima.
- In gesprek met Kinderombudsvrouw Margrite Kalverboer en jongeren over de resultaten van het HBSC-onderzoek.

KIJK HET MIDDAGPROGRAMMA TERUG

- Korte reactie op HBSC-rapport door Marjolijn Sonnema directeur-generaal Volksgezondheid bij het ministerie van VWS.
- Muzikaal optreden door Amina Sahli – singer & songwriter.
- Talkshow met deskundigen: Kimberly Sniijders voorzitter van Nationale Jeugdraad, Henk Hagoort voorzitter VO-raad, Frederieke Vriends directeur van MIND Us, Lieke van Domburgh, bestuurder iHUB, Marloes Kleinjan hoogleraar en programmahoofd Jeugd van het Trimbos-instituut & Martin Olsthoorn, programmaleider van het Sociaal Cultureel Planbureau.