



Jeugd in Drenthe

Basisrapport van de Gezondheidsmonitor Jeugd 2019

Over de gezondheid en leefgewoonten van de Drentse jongeren in klas 2 en 4

Jeugd in Drenthe

Basisrapport van de Gezondheidsmonitor Jeugd 2019

Over de gezondheid en leefgewoonten van de Drentse jongeren in klas 2 en 4

Juli 2020

Versie 1.1

Colofon:

Uitgave:

GGD Drenthe

Epidemiologie@ggddrenthe.nl

Auteurs:

Marjan Kuilman

Willem Jan van der Veen

Esther Huisman

Overname van gegevens is alleen toegestaan, mits voorzien van de volgende bronvermelding: GGD Drenthe. *Jeugd in Drenthe, Basisrapport van de Gezondheidsmonitor Jeugd 2019, Over de gezondheid en leefgewoonten van de Drentse jongeren in klas 2 en 4*. Assen, Versie 1.1, Juli 2020.

Inhoudsopgave

Inhoudsopgave	1
Samenvatting.....	3
1 Inleiding	5
1.1. Leeswijzer	5
2 Gezondheid en leefgewoonten van jongeren in Drenthe	6
2.1. Dit onderzoek	6
2.2. De vragenlijst.....	6
2.3. Analyse van de resultaten	6
2.4. Patronen en relaties	7
2.5. Vergelijkingen en trends.....	7
3 Kenmerken van de onderzoeksgroep.....	8
3.1. Belangrijkste uitkomsten.....	8
3.2. Meting van kenmerken van de onderzoeksgroep.....	8
3.3. Resultaten in detail.....	9
4 Schoolsituatie	10
4.1. Beleving op school.....	10
4.2. Ziekteverzuim	11
4.3. Spijbelen	12
5 Gezondheid	14
5.1. Ervaren gezondheid.....	14
5.2. Aandoeningen	15
5.3. Psychosociaal welbevinden	16
5.4. Psychische gezondheid.....	18
5.5. Ervaren van geluk	19
5.6. Ervaren van stress	20
6 Mantelzorg	22
7 Voeding.....	24
8 Lichaamsbeweging	29
9 Middelengebruik	32
9.1. Roken.....	32
9.2. Alcohol.....	37
9.3. Drugsgebruik	42
10 Seksualiteit	45
11 Gebruik sociale media en gamen	47
11.1. Gebruik sociale media	47
11.2. Gamen	48
12 Sociale omgeving.....	51
12.1. Ingrijpende gebeurtenissen.....	51
13 Pesten	52
13.1. Gepest worden op school en online.....	52
13.2. Zelf pesten op school en online.....	54

13.3. Sexting	55
14 Weerbaarheid.....	57
15 Gehoorschade	59
16 Welke veranderingen zijn er de afgelopen jaren geweest?	61
16.1. Inleiding	61
16.2. Werkwijze	61
16.3. Veranderingen in gezondheid en leefstijl.....	62
16.4. Veranderingen en de rol van geslacht en leeftijd	63
16.5. Veranderingen en de rol van opleidingsniveau.....	64
16.6. Conclusies	65
17 Geraadpleegde bronnen	67
17.1. Digitale databases	67
17.2. Overige bronnen.....	67
Bijlage De vragenlijst.....	68

Samenvatting

GGD Drenthe heeft van september tot en met december 2019 een grootschalig onderzoek gehouden in Drenthe onder ruim 5300 jongeren uit klas 2 en 4 van het voortgezet onderwijs. Met dit onderzoek wordt een actueel beeld gegeven van de gezondheid en leefgewoonten van jongeren in klas 2 en 4. Dit rapport biedt gemeenten, scholen en lokale partners daarmee waardevolle informatie om hun preventief gezondheidsbeleid vorm te geven. Dit onderzoek is mogelijk gemaakt door de medewerking van 21 scholen van het voortgezet onderwijs in Drenthe.

De gezondheid en leefgewoonten van jongeren worden beïnvloed door een veelheid van factoren die te maken hebben met het opgroeien van brugklasser tot jong-volwassene en de context waarbinnen dat gebeurt. De context waarbinnen jongeren opgroeien wordt gevormd door het gezin waarin zij opgroeien, de school waar zij zich ontwikkelen en omgang hebben met andere jongeren, de regio waar zij hun leven doorbrengen en de samenleving waar zij deel van uitmaken. Gezien de vele factoren die van invloed zijn op de gezondheid en leefgewoonten van jongeren, kijken we naar de rol van geslacht, leeftijd en opleidingsniveau en naar veranderingen in welbevinden en leefstijl.

Jongeren van 12-14 jaar ervaren hun gezondheid positiever dan jongeren van 15-18 jaar

De resultaten van het onderzoek verschillen sterk per leeftijdsgroep. Jongeren van 12 t/m 14 jaar, die nog maar net begonnen zijn op het voortgezet onderwijs, hebben andere leefgewoonten en ervaren hun gezondheid anders dan jongeren van 15 t/m 18 jaar. Zij beleven hun tijd op school positiever, melden zich minder vaak ziek en spijbelen minder vaak. Wel geven ze vaker dan 15 t/m 18 jarigen aan gepest te worden op school. Leerlingen in de onderbouw voelen zich vaker gezond en geven vaker aan zich meestal (zeer) gelukkig te voelen. Ook hebben ze minder vaak stress dan jongeren in de oudste leeftijdscategorie. De leefstijl wordt ongezonder naarmate leerlingen ouder worden. Jongeren in de onderbouw ontbijten frequenter, drinken minder suikerhoudende dranken of energiedrankjes. Ook vertonen ze minder risicovol gedrag, ze roken en drinken minder en gebruiken minder vaak hasj of wiet. Het risico op problematisch gebruik van sociale media is minder groot in de onderbouw maar deze leerlingen gamen wel frequenter.

Meisjes hebben een gezondere leefstijl dan jongens maar ervaren de gezondheid minder positief

De resultaten laten ook verschillen tussen jongens en meisjes zien. Meisjes hebben over het algemeen een gezondere leefstijl. Ze drinken minder vaak suikerhoudende dranken en energiedrankjes in vergelijking met jongens. Wel slaan ze vaker een ontbijt over. In vergelijking met jongens roken ze minder vaak elke dag, gebruiken ze minder vaak een e-sigaret en drinken ze minder vaak alcohol. Ook is de hoeveelheid alcohol die ze drinken minder, ze doen minder aan binge-drinken en zijn minder vaak dronken geweest. Het hasj- en wietgebruik is lager bij meisjes. Meisjes ervaren de gezondheid vaak minder positief en rapporteren vaker psychosociale problemen dan jongens. Ook voelen ze zich, in vergelijking met jongens, minder vaak gelukkig en ervaren meer stress. Hoewel meisjes de tijd op school positiever beleven zijn ze vaker ziek thuis gebleven en geven ze vaker aan gepest te zijn op school. Meisjes zijn minder weerbaar dan jongens. Het internetgebruik tussen jongens en meisjes verschilt. Meisjes hebben een hoger risico op problematisch gebruik van sociale media terwijl jongens meer gamen.

Leerlingen op het VWO en HAVO voelen zich gezonder maar geven wel vaker aan stress te ervaren door bijvoorbeeld school of de situatie thuis.

Goede gezondheid is nog steeds niet gelijk verdeeld in de Drentse bevolking. Een belangrijk aangrijpingspunt voor gezondheidsbeleid en preventie is dat verschillen in gezondheid en leefstijl groot zijn tussen de opleidingsniveaus. Vergeleken met jongeren met een VMBO (TL of overige) opleiding hebben leeftijdsgenoten met een HAVO of VWO opleiding vaker een goede gezondheid en houden ze er een gezondere leefstijl op na. HAVO- en VWO-leerlingen hebben vaker een positief

oordeel over school en melden zich minder vaak ziek. Ook worden ze minder gepest op school. VMBO-t- en HAVO-leerlingen spijbelen minder.

Leerlingen op het VWO en HAVO zijn positiever over de eigen gezondheid en hebben minder vaak psychosociale klachten. Wel geven ze vaker aan stress te ervaren door bijvoorbeeld school of de situatie thuis.

VWO- en HAVO-leerlingen hebben een gezonder voedingspatroon, sporten frequenter, roken minder, drinken minder alcohol en gebruiken ook minder vaak hasj of wiet. Ze lopen minder risico op problematisch gebruik van sociale media maar gamen wel meer in vergelijking met VMBO-leerlingen.

Jongeren roken en drinken minder maar de mentale druk neemt toe

Vergeleken met de laatste meting van de Gezondheidsmonitor in 2013 zien we een gemengd beeld van ongunstige én gunstige ontwikkelingen. Ongunstig, of op z'n best neutraal, zijn de trends in gezondheid en welbevinden. De toename van chronische vermoeidheid en migraine is indicatief voor de toegenomen ervaren druk en het afnemend welbevinden. Ook zien we een verslechtering in de psychosociale gezondheid. Uitgesproken gunstig zijn de trends als het gaat om leefstijl en vooral middelengebruik. Een gunstige ontwikkeling is dat jongeren minder zijn gaan roken en drinken in vergelijking met een aantal jaren geleden. De trends voor VMBO-leerlingen zijn soms gunstiger, soms ongunstiger dan voor leerlingen op het HAVO en VWO. Ook als we kijken naar de trends voor jongens en meisjes is het beeld niet eenduidig: sommige resultaten wijzen op een gunstiger trend voor jongens (chronische vermoeidheid, eczeem, schoolbeleving), andere resultaten op een gunstiger trend voor meisjes (ziek thuis, roken). Vergeleken met leerlingen in de bovenbouw zijn de trends in gezondheid en welbevinden, maar ook in leefstijl en middelengebruik, voor jongere leerlingen duidelijk gunstiger.

Een focus op veranderingen rond gezondheid en leefstijl bij jongeren gedurende hun middelbare schooltijd is gewenst. Preventief gezondheidsbeleid kan bevorderen dat jongeren deze schooltijd in goede gezondheid en met een gezonde leefstijl blijven doorlopen, tot in de volwassenheid.

1 Inleiding

Hoeveel jongeren uit Drenthe voelen zich fysiek of psychisch gezond? Welk percentage van hen rookt en drinkt alcohol? Hebben Drentse jongeren wel eens last van oorsuizen of een piep in het oor als gevolg van hard geluid? Dit zijn vragen die GGD Drenthe in dit rapport 'Jeugd in Drenthe' beantwoordt.

De Wet Publieke Gezondheid (WPG) schrijft gemeenten voor, elke vier jaar hun voornemens met het lokaal preventief gezondheidsbeleid vast te leggen in de Nota Lokaal Gezondheidsbeleid. Om die nota vorm te geven, is inzicht nodig in de gezondheidstoestand van de bevolking en de factoren die daarop van invloed zijn. De GGD doet daarom iedere vier jaar een grootschalig onderzoek, niet alleen onder Drentse jeugdigen, maar ook onder volwassenen en ouderen in de provincie. Deze gezondheidsonderzoeken bieden de gemeenten informatie waarmee zij hun eigen gezondheidsbeleid vorm kunnen geven.

Om een actueel beeld te krijgen van de gezondheid en leefgewoonten van jongeren, heeft GGD Drenthe van september tot en met december 2019 een grootschalig onderzoek gehouden onder ruim 5300 jongeren uit klas twee en klas vier op het voortgezet onderwijs. Dankzij de medewerking van 21 scholen voor voortgezet onderwijs was dit onderzoek mogelijk. In dit onderzoek werd samengewerkt met andere GGD'en, GGD GHOR Nederland, Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) en het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS). Omdat de Gezondheidsmonitor door alle GGD'en in Nederland gelijktijdig is uitgevoerd levert dit onderzoek ook informatie op over de gezondheid van jeugdigen in heel Nederland¹.

1.1. Leeswijzer

Na het tweede hoofdstuk over de wijze waarop het onderzoek is uitgevoerd en met een beschrijving van de steekproef, wordt in de volgende hoofdstukken elke keer één gezondheidsthema gepresenteerd. Deze hoofdstukken kennen een gelijke opbouw: eerst zijn de belangrijkste uitkomsten samengevat, vervolgens zijn de specifieke onderdelen (vraagstellingen) van het thema besproken. De gedetailleerde resultaten zijn terug te vinden in de verschillende tabellen. Daaruit worden ook patronen en relaties afgeleid voor de determinanten leeftijd, geslacht en opleidingsniveau. Vanaf 2015 is een landelijk harmonisatietraject voor de Gezondheidsmonitor Jeugd gestart. In dat jaar heeft een beperkt aantal scholen in Drenthe deelgenomen. Waar mogelijk zijn de resultaten daarom vergeleken met de resultaten uit het onderzoek van 2013 en met landelijke cijfers. In hoofdstuk 16 wordt systematisch onderzocht welke veranderingen zich in de periode 2013-2019 hebben voorgedaan. Gemeentelijke cijfers presenteren we niet in dit rapport, want deze hebben we samengebracht in tabellenboeken per gemeente. Alle rapporten en cijfers zijn ook te vinden op www.gezondheidsgegevensdrenthe.nl. Hier is ook het interactieve document 'Gezondheid van de Drentse jeugd in beeld' te lezen.

¹ Gezondheidsmonitor Jeugd 2019, GGD'en, CBS en RIVM.

2 Gezondheid en leefgewoonten van jongeren in Drenthe

2.1. Dit onderzoek

Om een actueel beeld te krijgen van de gezondheid en leefgewoonten van jongeren op het voortgezet onderwijs, heeft GGD Drenthe in het najaar van 2019 een grootschalig onderzoek gehouden onder jongeren uit klas twee en vier van het voortgezet onderwijs.

Ruim 5300 Drentse leerlingen hebben de vragen via internet ingevuld. 21 scholen in het voortgezet onderwijs werkten aan dit onderzoek mee. Het speciaal- en praktijkonderwijs zijn niet meegenomen in het onderzoek, omdat de vraagstellingen voor deze groep leerlingen waarschijnlijk te complex zijn en de vragenlijst te lang.

De huidige Gezondheidsmonitor Jeugd brengt de lichamelijke en psychosociale gezondheid van jongeren in kaart, beschrijft leefstijl en gedrag en geeft informatie over de sociale omgeving, het geven van mantelzorg en het hebben van gehoorschade. Voor dit onderzoek is gebruik gemaakt van een digitale vragenlijst die in de klas via internet is ingevuld. Elke leerling kreeg hiervoor een kaartje met een persoonlijke inlogcode. Aan de deelnemende scholen is gevraagd of ze een lesuur voor het onderzoek beschikbaar wilden stellen.

Vanwege het grote aantal deelnemers is een passieve toestemmingsprocedure gehanteerd. Dit houdt in dat ieder kind deelneemt aan het onderzoek, tenzij er bezwaar is gemaakt door één van beide ouders of verzorgers.

2.2. De vragenlijst

In samenwerking met andere GGD'en, GGD GHOR Nederland en het RIVM is een landelijke basislijst afgesproken die afgenomen is door alle 25 GGD'en in Nederland. Daarnaast hebben Drentse gemeenten lokale onderwerpen aangedragen. Onderwerpen die in de landelijke vragenlijst aan bod kwamen waren: lichamelijke en psychosociale gezondheid, roken, alcoholgebruik, bewegen, gebruik van sociale media en gamen. Lokaal zijn daar nog de onderwerpen beleving op school, aandoeningen, mantelzorg geven, ontbijtgedrag, aanvullende vragen over alcohol en roken, gebruik van lachgas en andere middelen en gehoorschade aan toegevoegd.

Niet alle lokale vragen zijn gesteld in de aangrenzende provincies. Hierdoor is er geen informatie van de provinciegrens-overschrijdende leerlingen voor de onderwerpen chronische aandoeningen, mantelzorg verlenen, locatie waar alcohol gedronken wordt, de mening van ouders over het alcoholgebruik, gebruik van waterpijp en gehoorschade.

In de bijlage staat de volledige vragenlijst.

2.3. Analyse van de resultaten

In deze provinciale rapportage zijn alleen de jongeren meegenomen die in Drenthe wonen. Omdat het onderzoek tegelijkertijd ook door andere GGD'en is afgenomen zijn ook de leerlingen meegenomen die in Drenthe wonen en in een andere provincie naar school gaan. De verdeling naar geslacht en leeftijd van de onderzoekspopulatie blijkt niet overeen te komen met de werkelijke verdeling in de bevolking (zie ook tabel 3.1 in paragraaf 3.3). In de analyses is daar rekening mee gehouden door gebruik te maken van weging. De percentages in dit rapport zijn daardoor representatief voor de werkelijke bevolking.

Hoe scoort de totale groep jongeren? Dat is de eerste vraag die we beantwoorden bij elk onderwerp. Vervolgens worden de percentages voor verschillende groepen jongeren, bijvoorbeeld voor jongens

en meisjes of jongeren van verschillende typen onderwijs uitgerekend en statistisch geanalyseerd. Als deze analyse uitwijst dat het verschil tussen groepen statistisch niet op toeval berust dan noemen we dat een significant verschil en wordt dit verschil in de tekst benoemd door een * achter het betreffende onderwerp. Soms lijken percentages tussen groepen van elkaar af te wijken, maar wordt daar in de tekst geen aandacht aan besteed. In dat geval zijn deze verschillen op statistische gronden aan toeval toe te schrijven.

In de vragenlijst komt het bij enkele onderwerpen voor dat niet iedereen alle vragen over dat onderwerp hoeft in te vullen. Jongeren die bijvoorbeeld geen alcohol drinken, kunnen de vervolgvragen over alcohol overslaan. In de analyse van de vervolgvragen worden dan de jongeren die geen alcohol drinken niet meer meegenomen. De percentages hebben dan niet langer betrekking op de totale groep jongeren, maar op de beperkte groep drinkers. In de tekst en de tabellen zal duidelijk worden aangegeven wanneer de percentages op een subgroep betrekking hebben.

2.4. Patronen en relaties

Risicogedrag, een minder goede gezondheid en ongezonde leefgewoonten komen bij de ene groep jongeren méér voor dan bij andere groepen. Dit onderzoek biedt de mogelijkheid om doelgroepen, patronen en onderlinge relaties te onderzoeken en te beschrijven. In dit rapport worden de resultaten systematisch naar geslacht, leeftijd (12 tot en met 14 jaar, 15 tot en met 18 jaar) en opleiding (VMBO-overig, VMBO-theoretisch, HAVO, VWO) gepresenteerd.

2.5. Vergelijkingen en trends

De Gezondheidsmonitor Jeugd is tegelijkertijd door alle GGD'en in Nederland afgenomen, en hiermee is het mogelijk de Drentse cijfers te vergelijken met landelijke cijfers. Dit geldt alleen voor de onderwerpen uit de landelijke basislijst. De verschillen tussen Drentse en landelijke cijfers zijn niet getoetst op significante verschillen. Ook presenteren we een vergelijking in de tijd voor de periode 2013-2019. Als het onderwerp landelijk of in 2013 niet is nagevraagd is er geen vergelijking of beschrijving van de trend mogelijk. In hoofdstuk 16 lichten we de methode en de resultaten van de trendanalyse toe en in elk hoofdstuk besteden we waar mogelijk kort aandacht aan de trends.

3 Kenmerken van de onderzoeksgroep

Van alle scholen hebben 21 locaties voor voortgezet onderwijs meegedaan aan de Gezondheidsmonitor Jeugd. In totaal hebben 5347 leerlingen uit klas 2 en klas 4 de vragenlijst volledig ingevuld.

3.1. Belangrijkste uitkomsten

Iets meer meisjes (51%) dan jongens (49%) deden mee aan dit onderzoek. Het aandeel van 12 tot en met 14 jarigen was met 49% nagenoeg gelijk aan dat van 15 tot en met 18 jarigen (51%). De groep leerlingen die een VMBO-t- of HAVO-opleiding volgt, was het grootst, gevolgd door VWO- en VMBO-overig-leerlingen. De meeste leerlingen wonen thuis met hun vader en moeder (76%) en één op de elf leerlingen (8%) woont in een éénoudergezin.

3.2. Meting van kenmerken van de onderzoeksgroep

Eerst is naar de leeftijd en het leerjaar en onderwijsniveau van de jongere gevraagd. Vervolgens is gevraagd naar het geslacht en de viercijferige postcode. Op basis hiervan kon de gemeente worden bepaald waar de jongere woont. Daarna is gevraagd wie er bij de jongere in huis wonen, zodat een indeling gemaakt kon worden naar gezinssamenstelling. Onder een éénoudergezin wordt verstaan dat de jongere of bij de vader of bij de moeder in huis woont, zonder eventuele partners. Tot slot is gevraagd of jongeren thuis moeite hebben om rond te komen met geld.

3.3. Resultaten in detail

Tabel 3-1 Kenmerken van de onderzoeksgroep

		Respons aantal	Respons %	Bevolking aantal*	Bevolking %
Totaal		5347	100,0	42682	100,0
Geslacht	Jongen	2640	49,4	21882	51,3
	Meisje	2707	50,6	20800	48,7
Leeftijd	12-14 jaar	2620	49,1	17424	40,8
	15-18 jaar	2721	50,9	25258	59,2
Klas	2	2394	44,8		
	4	2953	55,2		
Opleiding	VMBO-overig	944	17,7		
	VMBO-t	1336	25,0		
	HAVO	1809	33,8		
	VWO	1257	23,5		
Moeite met rondkomen	Ervaart geen enkele moeite	3751	70,5		
	Ervaart geen moeite maar wel opletten	1352	25,4		
	Ervaart enige of grote moeite	221	4,2		
Gezinssamenstelling	Bij beide ouders	4060	76,0		
	Co-ouders	454	8,5		
	Vader of moeder en partner	325	6,1		
	Eenoudergezin	441	8,3		
	Bij anderen of op zichzelf	61	1,1		
Gemeente	Aa en Hunze	323	6,0	2145	5,0
	Assen	709	13,3	6302	14,8
	Borger-Odoorn	268	5,0	2015	4,7
	Coevorden	283	5,3	3094	7,2
	Emmen	1393	26,1	8946	21,0
	Hoogeveen	371	6,9	4786	11,2
	Meppel	486	9,1	3078	7,2
	Midden-Drenthe	423	7,9	2961	6,9
	Noordenveld	314	5,9	2635	6,2
	Tynaarlo	351	6,6	2950	6,9
	Westerveld	181	3,4	1583	3,7
	De Wolden	245	4,6	2187	5,1
GGD-regio waarin de leerling naar school gaat	GGD Groningen	762	14,3		
	GGD Fryslân	10	0,2		
	GGD Drenthe	4518	84,5		
	GGD IJsselland	57	1,1		

*Het bevolkingsaantal betreft hier het aantal jongeren in de leeftijd van 12 tot en met 18 jaar en niet het aantal leerlingen in klas 2 en 4.

4 Schoolsituatie

4.1. Beleving op school

Jongeren brengen een groot deel van hun tijd op school door. Om spijbelgedrag en vroegtijdig schoolverlaten te voorkomen en optimaal te kunnen leren is het belangrijk dat jongeren de school positief ervaren en met een veilig en vertrouwd gevoel naar school gaan.

4.1.1. Belangrijkste uitkomsten

44% van de leerlingen vindt het leuk of hartstikke leuk op school. Bijna de helft van de leerlingen geeft als antwoord 'Gaaf wel' op de vraag hoe ze het vinden op school. Circa één op de 10 leerlingen vindt het niet leuk of zelfs vreselijk op school. Meisjes, leerlingen van 12 tot en met 14 jaar en VWO-leerlingen geven vaker aan het leuk te vinden op school. Leerlingen beleven school minder gunstig in vergelijking met 2013.

4.1.2. Meting van beleving op school

Aan de jongeren is gevraagd "Hoe vind je het op school?".

4.1.3. Resultaten in detail

Tabel 4-1 Beleving school

		Beleving school				
		Hartstikke leuk	Leuk	Gaat wel	Niet leuk	Vreselijk
		%	%	%	%	%
Totaal		6	38	44	7	5
Geslacht*	Jongen	6	36	44	7	6
	Meisje	6	40	45	6	4
Leeftijd*	12-14 jaar	8	43	40	5	4
	15-18 jaar	5	34	48	8	6
Opleiding*	VMBO-overig	6	36	42	8	8
	VMBO-t	5	36	47	7	6
	HAVO	5	39	47	6	3
	VWO	10	44	39	5	2

*significant verschil

4.1.4. Patronen en relaties

Meisjes geven vaker aan het leuk te vinden op school. Leerlingen van 12 tot en met 14 jaar vinden het vaker hartstikke leuk of leuk op school. VWO-leerlingen beoordelen school vaker als positief vergeleken met leerlingen van andere opleidingsniveau's.

4.1.5. Trends

Leerlingen evalueren school minder gunstig dan in 2013. Deze ongunstige trend zien we vooral bij leerlingen in de bovenbouw.

4.2. Ziekteverzuim

Ziekte of een bezoek aan de huisarts leiden tot geoorloofd verzuim van school. Ziekteverzuim kan verschillende oorzaken hebben. Niet altijd is een duidelijke lichamelijke oorzaak aan te wijzen. Ook klachten zoals hoofdpijn of vermoeidheid of klachten van psychosociale aard kunnen leiden tot schoolverzuim. Als een leerling wegens ziekte veel lessen moet missen van school, is er kans dat hij/zij achterop raakt.

4.2.1. Belangrijkste uitkomsten

Een kwart van de leerlingen (26%) heeft zich in de vier weken voorafgaand aan het onderzoek ziek gemeld op school, voor ten hoogste 2 dagen. 15% van de leerlingen was 3 dagen of langer ziek. Het ziekteverzuim is hoger onder meisjes, 15-18 jarigen en leerlingen met een VMBO-opleiding. In vergelijking met het onderzoek van 2013 melden zich meer leerlingen voor 1 of meer dagen ziek.

4.2.2. Meting van ziekteverzuim

Gevraagd is naar het aantal dagen dat de jongere in de vier weken voorafgaand aan het onderzoek is thuis gebleven vanwege ziekte.

4.2.3. Resultaten in detail

Tabel 4-2 Aantal dagen thuis vanwege ziekte, in de laatste vier weken

		Aantal dagen ziek thuis			
		Niet ziek geweest	1 dag	2 dagen	3 of meer dagen
		%	%	%	%
Totaal		59	15	11	15
Geslacht*	Jongen	62	15	11	13
	Meisje	55	16	11	17
Leeftijd*	12-14 jaar	61	15	11	13
	15-18 jaar	56	16	11	17
Opleiding*	VMBO-overig	56	16	11	18
	VMBO-t	55	14	12	18
	HAVO	59	17	11	13
	VWO	68	15	8	9

*significant verschil

4.2.4. Patronen en relaties

Meisjes zijn in de vier weken voorafgaand aan het onderzoek vaker ziek thuis gebleven en bleven ook vaker op 3 of meer dagen ziek thuis. Leerlingen van 15 tot en met 18 jaar hebben zich vaker 3 of meer dagen ziek gemeld. Het ziekteverzuim is hoger onder leerlingen met een VMBO-t- of VMBO-overige-opleiding.

4.2.5. Trends

Vergeleken met 2013 melden leerlingen zich vaker 1 of meerdere dagen ziek. Deze ongunstige trend zien we vooral bij jongens en bij leerlingen in de bovenbouw en het VMBO.

4.3. Spijbelen

Als een leerling wegblijft van school zonder geldige reden, dan is er sprake van spijbelen.

4.3.1. Belangrijkste uitkomsten

Eén op de 8 (12%) van de leerlingen spijbelde in de vier weken voor het onderzoek, 7% spijbelde één tot twee uur en 5% spijbelde in deze periode drie uren of meer. Spijbelen komt vaker voor bij jongens, leerlingen van 15-18 jaar en leerlingen met een VMBO opleiding. De belangrijkste redenen om te spijbelen zijn 'geen zin in school' of 'omdat ik veel tussenuren heb'. In vergelijking met 2013 zijn meer leerlingen gaan spijbelen.

4.3.2. Meting van spijbelgedrag

In dit onderzoek is het spijbelgedrag vastgesteld door te vragen naar het aantal uren dat een jongere heeft gespijbeld in de weken voor het invullen van de vragenlijst. Daarnaast is aan de leerlingen die spijbelden gevraagd naar de belangrijkste reden om te spijbelen.

4.3.3. Resultaten in detail

Tabel 4-3 Aantal uur gespijbeld, in de laatste vier weken

		Aantal uur gespijbeld			
		Niet gespijbeld	1 uur	2 uren	3 of meer uren
		%	%	%	%
Totaal		88	4	3	5
Geslacht*	Jongen	87	5	3	5
	Meisje	89	4	3	4
Leeftijd*	12-14 jaar	93	3	2	3
	15-18 jaar	84	6	4	7
Opleiding*	VMBO-overig	85	4	3	8
	VMBO-t	86	6	3	4
	HAVO	89	4	3	4
	VWO	93	3	2	2

*significant verschil

**Tabel 4-4 Belangrijke redenen om te spijbelen
(bij jongeren die aangeven gespijbeld te hebben, N=477)**

		%
Reden om te spijbelen	Als ik mijn huiswerk niet af heb	2
	Als ik een proefwerk heb	4
	Als ik geen zin heb in school	39
	Als ik (veel) tussenuren heb	31
	Als ik problemen heb	11
	Anders	14

4.3.4. Patronen en relaties

Jongens spijbelden vaker dan meisjes. Leerlingen van 15 tot en met 18 jaar spijbelden vaker en spijbelden ook vaker 3 uren of meer. VWO-leerlingen gaven het vaakst aan niet te spijbelen. Leerlingen van VMBO-opleidingen spijbelden het meest.

4.3.5. Trends

Ten opzichte van 2013 zijn leerlingen meer gaan spijbelen. Deze ongunstige trend is alleen in het VWO minder duidelijk te zien.

5 Gezondheid

5.1. Ervaren gezondheid

Ervaren gezondheid wordt ook wel subjectieve gezondheid of gezondheidsbeleving genoemd. Het oordeel dat jongeren zelf geven over hun gezondheid zegt veel over verschillende aspecten van gezondheid.

5.1.1. Belangrijkste uitkomsten

De meeste jongeren beoordelen de eigen gezondheid als goed of zeer goed (85%). Meisjes zijn iets minder positief over de eigen gezondheid. De gezondheid wordt als minder goed ervaren in de oudste leeftijdsgroep. VWO-leerlingen zijn het meest positief over de eigen gezondheid. Leerlingen zijn hun gezondheid niet anders gaan beoordelen in vergelijking met 2013. Drentse leerlingen wijken niet af van leerlingen in de rest van Nederland.

5.1.2. Meting van ervaren gezondheid

De ervaren gezondheid wordt gemeten door jongeren de vraag te stellen hoe zij over het algemeen hun eigen gezondheid beoordelen: zeer goed tot goed, gaat wel of slecht tot zeer slecht.

5.1.3. Resultaten in detail

Tabel 5-1 Ervaren gezondheid

		Ervaren gezondheid		
		(Zeer) goed	Gaat wel	(Zeer) slecht
		%	%	%
Totaal		85	14	1
Geslacht*	Jongen	88	11	1
	Meisje	82	17	2
Leeftijd*	12-14 jaar	87	12	1
	15-18 jaar	82	16	2
Opleiding*	VMBO-overig	84	14	2
	VMBO-t	83	15	1
	HAVO	85	14	1
	VWO	88	11	1

*significant verschil

5.1.4. Patronen en relaties

Meisjes zijn minder positief over de eigen gezondheid, 19% beoordeelt de gezondheid als 'gaat wel' of '(zeer) slecht' ten opzichte van 12% van de jongens. Oudere leerlingen beoordelen hun gezondheid minder gunstig dan jongere leerlingen. VWO-leerlingen zijn het meest positief over de eigen gezondheid.

5.1.5. Vergelijking

De Drentse uitkomsten zijn vergelijkbaar met landelijke cijfers. 85% van de Nederlandse leerlingen ervaart de gezondheid als (zeer) goed, 13% als gaat wel en 2% ervaart de gezondheid als (zeer) slecht.

5.1.6. Trends

Leerlingen beoordelen hun gezondheid niet anders dan in 2013. Wel valt op dat leerlingen in de bovenbouw vergeleken met leerlingen in de onderbouw hun gezondheid minder positief zijn gaan beoordelen.

5.2. Aandoeningen

Het is belangrijk dat alle jongeren mee kunnen doen op school of met sport. Een chronische aandoening kan veel impact hebben op het dagelijks leven en de lichamelijke en geestelijke gezondheid van jongeren.

5.2.1. Belangrijkste uitkomsten

De meest voorkomende aandoening onder jongeren is allergie (14%). 7% heeft last van astma of bronchitis en 6% van de jongeren zegt eczeem te hebben. Van de jongeren die een aandoening hebben zegt 11% sterk belemmerd te zijn.

5.2.2. Meting van aandoeningen

Wil je bij de volgende ziekten en aandoeningen aankruisen of je die hebt of in de afgelopen 12 maanden hebt gehad? Die vraag is de jongeren gesteld, waarbij ze bovendien moesten aangeven of de aandoening wel of niet was vastgesteld door een arts. Tot slot is gevraagd in welke mate de aandoening hen belemmert in hun dagelijks leven.

5.2.3. Resultaten in detail

Tabel 5-2 Ziekten en aandoeningen in de afgelopen 12 maanden

	Ja, wel door arts vastgesteld	Ja, niet door arts vastgesteld	Nee
	%	%	%
Astma of bronchitis	7	2	91
Chronische vermoeidheid	2	7	92
Diabetes mellitus	1	0	99
Eczeem	6	5	90
Buikklachten	3	3	94
Migraine	4	14	82
ADHD	6	3	91
Anorexia of boulimia	0	1	99
Allergie	14	11	75

Tabel 5-3 Belemmering bij dagelijkse bezigheden vanwege ziekte of aandoening (bij jongeren met een ziekte of aandoening, N=1834)

		Aandoening belemmert dagelijkse bezigheden		
		Sterke mate	Lichte mate	Niet belemmerd
		%	%	%
Totaal		11	53	36
Geslacht*	Jongen	9	47	43
	Meisje	13	56	31
Leeftijd	12-14 jaar	11	52	37
	15-18 jaar	12	53	35
Opleiding*	VMBO-overig	15	56	28
	VMBO-t	10	52	38
	HAVO	11	52	37
	VWO	9	49	42

*significant verschil

5.2.4. Patronen en relaties

De meest voorkomende aandoeningen bij jongeren zijn allergieën, astma of bronchitis, eczeem, migraine en ADHD. Van de jongeren die een ziekte of aandoening hebben, voelt 11% zich in sterke mate belemmerd bij de dagelijkse bezigheden. Iets meer dan de helft (53%) is licht belemmerd. Meisjes en VMBO-overig-leerlingen geven vaker aan in sterke mate belemmerd te zijn bij dagelijkse bezigheden vanwege de ziekte of aandoening.

5.2.5. Trends

In de rapportage van 2013 werd gesignaleerd dat meer leerlingen aangaven een allergie te hebben dan in 2008. We zien nu opnieuw dat allergieën vaker worden gerapporteerd, vooral bij HAVO- en VWO-leerlingen. Ook bij chronische vermoeidheid, migraine en ADHD zien we een ongunstige trend. Astma of bronchitis worden minder vaak gerapporteerd dan in 2013. In totaal geven meer leerlingen aan zich belemmerd te voelen door een aandoening.

5.3. Psychosociaal welbevinden

Psychosociale problemen hebben, zeker bij jongeren, een grote impact op de kwaliteit van leven. Ze hangen direct samen met hun eigen gevoel van welbevinden, maar vaak ook met hun lichamelijke gezondheid en het algehele functioneren. Psychosociale problematiek belemmert een gezonde ontwikkeling en maakt het moeilijk om deel te nemen aan de samenleving. Jongeren die al vroeg te maken krijgen met deze problematiek, hebben een grotere kans om ook op latere leeftijd psychosociale problemen te krijgen.

5.3.1. Belangrijkste uitkomsten

Van alle jongeren heeft 13% een risico op matige tot ernstige psychosociale problematiek en 12% heeft een risico op milde problematiek. Meer meisjes dan jongens hebben kans op psychosociale problematiek. Jongeren die een VWO-opleiding volgen hebben het minst vaak psychosociale problemen. In vergelijking met 2013 zien we dat meer leerlingen een verhoogd risico op psychosociale problematiek hebben.

5.3.2. Meting van psychosociaal welbevinden

Voor het meten van de psychosociale gezondheid is de SDQ (*Strengths and Difficulties Questionnaire*) -vragenlijst gebruikt. De vragenlijst bevat 25 vragen, zoals 'ik probeer aardig te zijn tegen anderen' en 'ik ben nogal op mezelf en ben liever alleen dan met anderen' en meet de mogelijke aanwezigheid van psychosociale problemen. Uit de antwoorden op deze vragen wordt een score berekend. Op grond van deze score kunnen jongeren ingedeeld worden in drie groepen: de groep die geen risico op problemen heeft (score 0-13), de groep met een risico op milde psychosociale problematiek (score 14-16) of de groep met een risico op matige tot ernstige psychosociale problematiek (score 17 en hoger). Deze afkapwaarden verschillen van die van 2013.

5.3.3. Resultaten in detail

Tabel 5-4 Risico op psychosociale problematiek (SDQ)

		Risico op psychosociale problematiek		
		Geen (≤13)	Mild (14-16)	Matig/ernstig (≥17)
		%	%	%
Totaal		75	12	13
Geslacht*	Jongen	80	10	9
	Meisje	70	14	16
Leeftijd*	12-14 jaar	75	11	13
	15-18 jaar	75	13	12
Opleiding*	VMBO-overig	71	14	15
	VMBO-t	72	13	15
	HAVO	78	11	10
	VWO	81	10	9

*significant verschil

5.3.4. Patronen en relaties

Meer meisjes dan jongens hebben een risico op psychosociale problematiek. Van alle meisjes heeft 14% een risico op milde problematiek en 16% matig tot ernstige problematiek. Het risico op psychosociale problematiek is het hoogst bij VMBO-overig leerlingen. VWO-leerlingen hebben het minste risico op psychosociale problematiek.

5.3.5. Vergelijking

De Drentse uitkomsten komen overeen met de landelijke uitkomsten. Drie kwart van de Nederlandse leerlingen heeft geen risico op psychosociale problematiek, 12% een risico op milde problematiek en nog eens 12% een risico op matige-ernstige psychosociale problemen.

5.3.6. Trends

Meer leerlingen hebben een risico op milde tot ernstige psychosociale problematiek dan in 2013. Bij VMBO-overig-leerlingen is deze trend minder sterk aanwezig.

5.4. Psychische gezondheid

Psychische gezondheid hangt samen met een cognitief, emotioneel en sociaal welzijn. Jongeren die psychisch gezond zijn voelen zich tevredener met de sociale contacten, zijn meer in staat te genieten en positief te denken en kunnen beter omgaan met tegenslagen.

5.4.1. Belangrijkste uitkomsten

De meeste leerlingen zijn psychisch gezond (79%). Eén op de zeven leerlingen is psychisch licht ongezond, één op de 20 is matig ongezond en 2% van de leerlingen is ernstig ongezond. Jongens en 12-14 jarigen zijn het vaakst psychisch gezond.

5.4.2. Meting van psychische gezondheid

Voor het meten van psychische gezondheid is de MHI5 (*Mental Health Inventory 5*) -vragenlijst gebruikt. De vragenlijst bestaat uit 5 vragen zoals 'Hoe vaak was je erg zenuwachtig in de afgelopen 4 weken?' en 'Hoe vaak voelde je je somber en neerslachtig in de afgelopen 4 weken?'. Antwoorden bestaan uit 'altijd', 'meestal', 'vaak', 'soms', 'zelden' of 'nooit'. Leerlingen kunnen op basis van de antwoorden ingedeeld worden in 'psychisch gezond', 'psychisch licht ongezond', 'psychisch matig ongezond', 'psychisch ernstig ongezond'.

5.4.3. Resultaten in detail

Tabel 5-5 Psychische gezondheid (MHI5)

		Psychische gezondheid (MHI5)			
		Psychisch gezond	Psychisch licht ongezond	Psychisch matig ongezond	Psychisch ernstig ongezond
		%	%	%	%
Totaal		79	14	5	2
Geslacht*	Jongen	87	9	3	1
	Meisje	70	19	7	4
Leeftijd*	12-14 jaar	80	13	5	2
	15-18 jaar	77	15	6	3
Opleiding*	VMBO-overig	80	13	5	2
	VMBO-t	76	16	6	2
	HAVO	79	14	4	3
	VWO	80	13	5	2

*significant verschil

5.4.4. Patronen en relaties

Jongens zijn vaker psychisch gezond dan meisjes. Van alle meisjes is 19% psychisch licht ongezond en 11% matig tot ernstig ongezond. Jongeren uit de jongste leeftijdsgroep zijn vaker psychisch gezond.

5.5. Ervaren van geluk

Geluk is een relatief begrip en het gevoel van geluk is voor iedereen weer anders. Je ongelukkig voelen kan samen gaan met een mindere mentale gezondheid. Onderzoek duidt er op dat geluk voor ongeveer de helft erfelijk bepaald is. De rest wordt veroorzaakt door invloeden uit de omgeving.

5.5.1. Belangrijkste resultaten

De meeste leerlingen voelt zich meestal gelukkig of zeer gelukkig. 4% van de leerlingen voelt zich meestal ongelukkig of zeer ongelukkig. Jongens en 12-14 jarigen geven vaker aan zich meestal (zeer) gelukkig te voelen.

5.5.2. Meting van ervaren van geluk

Leerlingen konden met behulp van vijf verschillende smiley's aangeven hoe gelukkig ze zich meestal voelen.

5.5.3. Resultaten in detail

Tabel 5-6 Ervaren van geluk

		Ervaren van geluk		
		Voelt zich meestal (zeer) ongelukkig	Voelt zich meestal neutraal	Voelt zich meestal (zeer) gelukkig
		%	%	%
Totaal		4	15	82
Geslacht*	Jongen	3	12	85
	Meisje	5	17	79
Leeftijd*	12-14 jaar	3	12	85
	15-18 jaar	5	17	79
Opleiding*	VMBO-overig	3	14	82
	VMBO-t	4	16	80
	HAVO	4	14	82
	VWO	4	12	84

*significant verschil

5.5.4. Patronen en relaties

Jongens geven vaker aan zich meestal (zeer) gelukkig te voelen. Leerlingen van 15 tot 18 jaar kiezen vaker voor de neutrale categorie en 12-14 jarigen geven vaker aan zich meestal (zeer) gelukkig te voelen.

5.5.5. Vergelijking

In Drenthe voelt 79% van de tweede en vierde klassers zich meestal (zeer) gelukkig. Dat is iets lager dan in Nederland (82%). Landelijk voelt 4% zich meestal (zeer) ongelukkig.

5.6. Ervaren van stress

Een hoog ambitieniveau van de jongere zelf of ervaring van druk vanuit de omgeving (bijvoorbeeld van de school, leeftijdsgenoten of ouders) kan stress veroorzaken. Er is landelijk veel aandacht voor de toenemende mentale druk en stress bij jongeren. Meer mentale druk kan gevolgen hebben voor de psychische gezondheid. Dit thema is opgenomen als één van de vier prioriteiten van de landelijke nota gezondheidsbeleid van 2020.

5.6.1. Belangrijkste uitkomsten

Bijna één op de drie leerlingen ervaart stress van school of huiswerk (29%). Eén op de vijf geeft aan stress te ervaren door alles wat ze moeten doen (school, huiswerk, social media, bijbaantje, sporten, etc). 14% van de leerlingen is gestrest over wat anderen van ze vinden en 11% is gestrest door eigen problemen zoals gezondheid, ruzies met andere jongeren of geheimen of schulden. Meisjes, 15-18 jarigen en VWO-leerlingen ervaren de meeste stress. In Drenthe ervaren leerlingen minder stress dan leerlingen in Nederland.

5.6.2. Meting van ervaren van stress

Jongeren werden vijf stellingen voorgelegd over het ervaren van stress. Stellingen varieerden van 'ik voel me gestrest door school of huiswerk' tot 'ik voel me gestrest over wat anderen van me vinden'. Leerlingen konden kiezen tussen 'nooit', 'bijna nooit', 'soms', 'vaak' en 'zeer vaak'.

5.6.3. Resultaten in detail

Tabel 5-7 Ervaren van stress

	Ja, (zeer) vaak	Nee, (bijna) nooit of soms
	%	%
Voelt zich (zeer) vaak gestrest door school of huiswerk	29	71
Voelt zich (zeer) vaak gestrest door situatie thuis	8	92
Voelt zich (zeer) vaak gestrest door eigen problemen	11	89
Voelt zich (zeer) vaak gestrest over wat anderen van hem/haar vinden	14	86
Voelt zich (zeer) vaak gestrest door alles wat ze moeten doen	20	80

Tabel 5-8 Ervaren van stress door 1 of meer factoren

		Voelt zich (zeer) vaak gestrest door één of meer factoren	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		42	58
Geslacht*	Jongen	32	68
	Meisje	52	48
Leeftijd*	12-14 jaar	38	62
	15-18 jaar	47	53
Opleiding*	VMBO-overig	35	65
	VMBO-t	45	55
	HAVO	44	56
	VWO	46	54

*significant verschil

5.6.4. Patronen en relaties

Iets meer dan de helft (52%) van de meisjes geeft aan zich (zeer) vaak gestrest te voelen door één of meer factoren. Jongens ervaren minder stress. Bijna de helft (47%) van de 15-18 jarigen ervaart (zeer) vaak stress, terwijl dit minder vaak het geval is bij de 12-14 jarigen (38%). VWO-leerlingen geven het vaakst aan stress te ervaren door school, de situatie thuis, eigen problemen, wat anderen van hen vinden of door alles wat ze moeten doen.

5.6.5. Vergelijking

In Drenthe is het percentage leerlingen dat zich (zeer) vaak gestrest voelt door één of meer factoren iets lager (42%) dan het landelijke cijfer. In Nederland voelt 44% van de leerlingen zich (zeer) vaak gestrest. 29% van de Drentse leerlingen geeft aan zich (zeer) vaak gestrest te voelen door school of huiswerk. In Nederland is dit iets hoger (33%). 20% voelt zich in Drenthe (zeer) vaak gestrest door alles wat ze moeten doen, in Nederland is dit 23%.

6 Mantelzorg

Opgroeien met een ziek of gehandicapt familielid kan van jongeren veel eisen. Jongeren dragen al jong de zorg voor hun familielid, hebben een grote verantwoordelijkheid en komen soms minder toe aan zichzelf, een bijbaantje of zelfs aan school. Door te veel verantwoordelijkheid en te weinig tijd voor zichzelf, voor vrienden en voor deelname aan culturele activiteiten lopen zij een verhoogd risico op problemen in de ontwikkeling.

6.1.1. Belangrijkste uitkomsten

Eén op de 12 jongeren in Drenthe geeft mantelzorg. Leerlingen die een VWO-opleiding volgen geven minder vaak aan zorg te dragen voor een huisgenoot. 3% van de mantelzorgers voelt zich tamelijk zwaar belast als gevolg van de zorg die ze geven.

6.1.2. Meting van mantelzorg

Om een beeld te krijgen van het aantal jongeren dat mantelzorg geeft is aan alle jongeren gevraagd of ze iemand in huis verzorgen die gehandicapt of langdurig ziek is. Vervolgens is aan de groep jongeren die mantelzorg verleent, nog een vraag over de belastbaarheid gesteld. Aan de jonge mantelzorgers is gevraagd hoe belastend zij de werkzaamheden vinden. Deze laatste resultaten zijn niet meer uitgesplitst naar geslacht, leeftijd en opleidingsniveau, omdat de aantallen daarvoor te klein zijn.

6.1.3. Resultaten in detail

Tabel 6-1 Geven van mantelzorg

		Mantelzorg geven	
		Geeft mantelzorg	Geeft niet
		%	%
Totaal		8	92
Geslacht	Jongen	8	92
	Meisje	8	92
Leeftijd	12-14 jaar	8	92
	15-18 jaar	7	93
Opleiding*	VMBO-overig	13	87
	VMBO-t	7	93
	HAVO	7	93
	VWO	4	96

*significant verschil

Tabel 6-2 Ervaren belasting mantelzorg (bij jongeren die mantelzorg geven, N=290)

		%
Ervaren belasting mantelzorg	Niet of nauwelijks belast	67
	Een beetje belast	30
	Tamelijk zwaar belast	3
	Zeer zwaar belast	0
	Overbelast	0

6.1.4. Patronen en relaties

Jongens en meisjes geven even vaak mantelzorg (8%). Leerlingen die een VMBO-overige-opleiding volgen geven vaker aan zorg te dragen voor een huisgenoot (13%) in vergelijking met leerlingen die een VMBO-t-, HAVO- of VWO-opleiding volgen.

6.1.5. Trends

Leerlingen geven vaker dan in 2013 mantelzorg. Deze trend is vooral zichtbaar bij HAVO-scholieren.

7 Voeding

Pubers groeien hard en hebben hiervoor voedingsstoffen nodig. Daarnaast is het belangrijk de dag te beginnen met een ontbijt. Wie niet ontbijt, gaat dit later op de dag vaak compenseren met calorierijke tussendoortjes. Een ongezond voedingspatroon heeft nadelige gevolgen voor de gezondheid. Het drinken van veel suikerhoudende dranken zoals energiedrankjes, vergroot de kans op overgewicht en diabetes type 2.

7.1.1. Belangrijkste uitkomsten

Een derde van alle jongeren ontbijt niet elke dag. Meisjes, jongeren van 15 - 18 jaar en VMBO-overige-leerlingen slaan vaker een ontbijt over.

70% van de Drentse jeugd drinkt elke dag water, 6% (bijna) nooit. Eén op de 3 leerlingen (36%) drinkt elke dag suikerhoudende dranken, één op de tien op 5-6 dagen en 6% (bijna) nooit. Van de jongeren die suikerhoudende dranken nuttigen, drinkt 64% hiervan 2-4 glazen per dag. 10% drinkt dagelijks meer dan 3 glazen.

16% van alle jongeren drinkt op 1 tot 4 dagen per week energiedrankjes, 2% op 5 tot 6 dagen per week en 1% drinkt deze elke dag. De meeste jongeren die energiedrankjes gebruiken drinken dan 1 blikje per dag. Meer dan een kwart drinkt dan 2 tot 4 blikjes per dag. 70% van de jongeren die energiedrankjes drinkt, voldoet aan de richtlijn van maximaal 1 blikje energiedrank per dag.

7.1.2. Meting van voeding

In dit onderzoek is gevraagd naar het ontbijtgedrag en de consumptie van water, suikerhoudende dranken en energiedrankjes. Dit is gedaan door te vragen hoeveel dagen per week jongeren ontbijten. Voor water, suikerhoudende drank en energiedrankjes is naar het aantal dagen per week dat jongeren deze dranken consumeren en naar het aantal glazen gevraagd.

7.1.3. Resultaten in detail

Tabel 7-1 Aantal dagen per week ontbijten

		Ontbijtgedrag			
		(Bijna) nooit	1-4 dagen	5-6 dagen	Elke dag
		%	%	%	%
Totaal		8	13	12	67
Geslacht*	Jongen	7	11	11	71
	Meisje	9	15	13	63
Leeftijd*	12-14 jaar	6	10	11	73
	15-18 jaar	11	15	13	61
Opleiding*	VMBO-overig	14	16	9	61
	VMBO-t	9	14	13	65
	HAVO	5	11	14	70
	VWO	4	7	13	76

*significant verschil

Tabel 7-2 Aantal dagen per week water drinken

		Water drinken			
		(Bijna) nooit	1-4 dagen	5-6 dagen	Elke dag
		%	%	%	%
Totaal		6	14	10	70
Geslacht*	Jongen	7	13	9	71
	Meisje	6	14	10	70
Leeftijd*	12-14 jaar	6	15	10	70
	15-18 jaar	7	13	10	71
Opleiding*	VMBO-overig	9	22	9	60
	VMBO-t	8	13	10	68
	HAVO	4	9	11	75
	VWO	3	8	7	82

*significant verschil

Tabel 7-3 Aantal dagen per week suikerhoudende dranken drinken

		Drankjes met suiker			
		(Bijna) nooit	1-4 dagen	5-6 dagen	Elke dag
		%	%	%	%
Totaal		10	43	12	36
Geslacht*	Jongen	9	41	11	38
	Meisje	10	45	13	33
Leeftijd*	12-14 jaar	10	45	13	33
	15-18 jaar	10	40	11	38
Opleiding*	VMBO-overig	10	38	13	39
	VMBO-t	7	44	11	38
	HAVO	10	45	13	32
	VWO	13	44	10	32

*significant verschil

**Tabel 7-4 Aantal glazen suikerhoudende dranken, per dag
(bij jongeren die suikerhoudende dranken drinken, N=4717)**

		Drankjes met suiker, hoeveelheid			
		1 glas per dag	2-4 glazen per dag	5-6 glazen per dag	Meer dan 6 glazen per dag
		%	%	%	%
Totaal		31	64	3	2
Geslacht*	Jongen	27	66	4	3
	Meisje	34	62	3	1
Leeftijd*	12-14 jaar	34	61	3	2
	15-18 jaar	27	67	4	2
Opleiding*	VMBO-overig	20	71	5	4
	VMBO-t	30	63	4	2
	HAVO	34	62	2	1
	VWO	42	56	1	0

*significant verschil

**Tabel 7-5 Drinkt elke dag meer dan 3 glazen met suiker
(bij jongeren die suikerhoudende dranken drinken, N=4728)**

		Drinkt elke dag meer dan 3 glazen drankjes met suiker	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		10	90
Geslacht*	Jongen	12	88
	Meisje	8	92
Leeftijd*	12-14 jaar	9	91
	15-18 jaar	11	89
Opleiding*	VMBO-overig	15	85
	VMBO-t	11	89
	HAVO	6	94
	VWO	5	95

*significant verschil

Tabel 7-6 Aantal dagen per week energiedrankjes drinken

		Energiedrankjes			
		(Bijna) nooit	1-4 dagen	5-6 dagen	Elke dag
		%	%	%	%
Totaal		81	16	2	1
Geslacht*	Jongen	78	19	2	1
	Meisje	85	13	1	1
Leeftijd*	12-14 jaar	86	11	1	1
	15-18 jaar	76	20	2	1
Opleiding*	VMBO-overig	72	21	4	3
	VMBO-t	78	20	1	1
	HAVO	86	13	1	0
	VWO	95	5	0	0

*significant verschil

Tabel 7-7 Aantal blikjes energiedrankjes per dag (bij jongeren die energiedrankjes drinken, N=871)

		Energiedrankjes, hoeveelheid			
		1 blikje per dag	2-4 blikjes per dag	5-6 blikjes per dag	Meer dan 6 blikjes per dag
		%	%	%	%
Totaal		70	28	1	1
Geslacht*	Jongen	69	28	1	1
	Meisje	70	29	1	0
Leeftijd*	12-14 jaar	75	24	1	1
	15-18 jaar	67	31	1	1
Opleiding	VMBO-overig	59	38	2	1
	VMBO-t	75	25	0	0
	HAVO	78	20	0	2
	VWO	84	16	0	0

*significant verschil

**Tabel 7-8 Drinkt maximaal 1 blikje energiedrank per dag (richtlijn voor kinderen vanaf 13 jaar)
(bij jongeren die energiedrankjes drinken, N=871)**

		Drinkt maximaal 1 blikje energiedrank per dag	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		70	30
Geslacht*	Jongen	69	31
	Meisje	70	30
Leeftijd*	12-14 jaar	75	25
	15-18 jaar	67	33
Opleiding*	VMBO-overig	59	41
	VMBO-t	75	25
	HAVO	78	22
	VWO	84	16

*significant verschil

7.1.4. Patronen en relaties

Meisjes, jongeren van 15 - 18 jaar en VMBO leerlingen slaan vaker een ontbijt over.

Jongens, leerlingen van 15-18 jaar en leerlingen van het VMBO drinken vaker ongezonde dranken. Ze drinken vaker en meer glazen suikerhoudende drank en energiedrankjes per dag. VWO-leerlingen drinken vaker water in vergelijking met HAVO- en VMBO-leerlingen.

7.1.5. Vergelijking

In Drenthe drinken iets minder (70%) leerlingen elke dag water en iets meer leerlingen elke dag suikerhoudende dranken (36%) in vergelijking met het landelijke cijfer (73% en 33%). De consumptie van energiedrankjes door jongeren in Drenthe verschilt niet van het landelijke beeld.

7.1.6. Trends

Vergelijkbare cijfers zijn alleen beschikbaar over ontbijtgedrag. We zien daarbij een ongunstige trend: vaker dan in 2013 ontbijten leerlingen minder dan 5 dagen per week. Deze ongunstige trend is relatief minder duidelijk te zien bij leerlingen in de onderbouw en bij VMBO-overig-scholieren.

8 Lichaamsbeweging

Regelmatig bewegen heeft een gunstig effect op de gezondheid. Je blijft niet alleen fit, maar beperkt ook de kans op overgewicht of obesitas.

8.1.1. Belangrijkste uitkomsten

Slechts één op de vijf (18%) leerlingen beweegt minstens één uur per dag. HAVO- en VWO-leerlingen bewegen meer dan VMBO-leerlingen. 50% beweegt op minimaal 5 dagen per week minstens een uur.

82% van de jongeren fietst op vijf dagen per week naar school of stageplek, 76% sport wekelijks bij een club, vereniging of sportschool.

8.1.2. Meting van lichaamsbeweging

De Nederlandse norm voor gezond bewegen (NNGB) verschilt per doelgroep. Voor de jongeren beneden de 18 jaar geldt dat ze dagelijks een uur matig intensief moeten bewegen, waarbij de activiteiten minimaal tweemaal per week gericht moeten zijn op handhaving of verbetering van de lichamelijke fitheid.

In de Gezondheidsmonitor Jeugd is gevraagd op hoeveel dagen per week jongeren lopend of fietsend naar school of stageplek gaan. Daarnaast werd gevraagd naar het aantal dagen dat er gesport wordt bij een club, vereniging of sportschool, op hoeveel dagen per week er in de vrije tijd werd bewogen en op hoeveel dagen per week er minstens gedurende 1 uur werd bewogen.

8.1.3. Resultaten in detail

Tabel 8-1 Loopt of fietst 5 dagen per week naar school of stageplek

		Loopt of fietst 5 dagen per week naar school of stageplek	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		82	18
Geslacht	Jongen	82	18
	Meisje	83	17
Leeftijd*	12-14 jaar	83	17
	15-18 jaar	82	18
Opleiding*	VMBO-overig	79	21
	VMBO-t	83	17
	HAVO	84	16
	VWO	82	18

*significant verschil

Tabel 8-2 Sport wekelijks bij club, vereniging of sportschool

		Sport wekelijks bij club, vereniging of sportschool	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		76	24
Geslacht	Jongen	76	24
	Meisje	76	24
Leeftijd*	12-14 jaar	80	20
	15-18 jaar	72	28
Opleiding*	VMBO-overig	69	31
	VMBO-t	75	25
	HAVO	80	20
	VWO	84	16

*significant verschil

Tabel 8-3 Beweegt minstens 1 uur per dag

		Beweegt dagelijks minstens 1 uur	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		18	82
Geslacht	Jongen	18	82
	Meisje	19	81
Leeftijd	12-14 jaar	18	82
	15-18 jaar	18	82
Opleiding*	VMBO-overig	16	84
	VMBO-t	18	82
	HAVO	19	81
	VWO	21	79

*significant verschil

Tabel 8-4 Beweegt 5 of meer dagen per week minstens 1 uur

		Beweegt 5 of meer dagen per week minstens 1 uur	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		50	50
Geslacht*	Jongen	48	52
	Meisje	52	48
Leeftijd	12-14 jaar	50	50
	15-18 jaar	49	51
Opleiding*	VMBO-overig	37	63
	VMBO-t	47	53
	HAVO	57	43
	VWO	63	37

*significant verschil

8.1.4. Patronen en relaties

Er is nauwelijks verschil tussen jongens en meisjes in de mate van lichaamsbeweging. Meisjes bewegen iets vaker 5 of meer dagen per week minstens 1 uur. Jongeren uit de jongste leeftijdsgroep geven vaker aan 5 dagen per week naar school of stageplek te fietsen of te lopen en geven vaker aan wekelijks bij een sportclub, vereniging of sportschool te sporten in vergelijking met jongeren van 15 tot en met 18 jaar.

Er bestaan ook verschillen in de mate van lichaamsbeweging tussen de opleidingsniveaus. HAVO-leerlingen en VWO-leerlingen sporten vaker wekelijks bij een sportvereniging, club of sportschool en bewegen vaker minstens 1 uur per dag in vergelijking met VMBO-leerlingen.

8.1.5. Vergelijking

Het percentage leerlingen dat dagelijks minstens 1 uur beweegt is met 18% gelijk aan het landelijke cijfer. Het aandeel leerlingen in Drenthe dat wekelijks sport bij een club, vereniging of sportschool is 1% hoger dan in Nederland. Daarentegen gaan er iets minder leerlingen in Drenthe op de fiets of lopend naar school of stage (verschil is 2%).

9 Middelengebruik

9.1. Roken

Roken is slecht voor de gezondheid en is zowel geestelijk als lichamelijk verslavend. Het is korte tijd opwekkend, maar heeft ook trillende handen of een snellere hartslag tot gevolg. Op lange termijn heeft roken nadelige gevolgen voor de gezondheid: het zorgt niet alleen voor een slechte conditie maar vergroot ook de kans op hart- en vaatziekten, bronchitis en kanker.

9.1.1. Belangrijkste uitkomsten

19% van alle jongeren in Drenthe heeft wel eens gerookt. Hierbij wordt ook een trekje meegerekend. Van de jongeren die ooit gerookt hebben, rookt 16% iedere dag. Het percentage jongeren dat ooit gerookt heeft is onder jongens hoger dan onder meisjes. Onder leerlingen op het VMBO is het percentage rokers het hoogst. In vergelijking met 2013 zien we een duidelijke daling: veel minder leerlingen geven aan ooit gerookt te hebben en het percentage leerlingen dat recent heeft gerookt is meer dan gehalveerd.

Eén op de vijf heeft wel eens een e-sigaret gebruikt, 6% van de jongeren geeft aan niet te weten wat dit is. Van de jongeren die vaker dan 1 keer een e-sigaret hebben gebruikt, rookt op dit moment 5% elke dag een e-sigaret. Vooral 16-tot en met 18-jarigen en leerlingen van het VMBO hebben wel eens een e-sigaret gerookt.

15% van de Drentse jongeren heeft wel eens waterpijp gerookt. Van deze jongeren gaf 56% aan in de vier weken voor het onderzoek waterpijp gerookt te hebben, 20% zelfs 1 keer per week of vaker. Jongens, 16- tot en met 18-jarigen en leerlingen van het VMBO hebben vaker aangegeven wel eens waterpijp gerookt te hebben.

9.1.2. Meting van roken

‘Heb je ooit gerookt?’ was de beginvraag, om het percentage jongeren dat ooit heeft gerookt, vast te stellen. Vervolgens is gevraagd hoe vaak jongeren op het moment van het onderzoek roken. Daarna werd de vraag gesteld of ze wel eens een elektronische sigaret hebben gebruikt. Aan jongeren die deze vraag bevestigend beantwoordden is gevraagd hoe vaak ze deze nu gebruiken.

Om zicht te krijgen op het rookgedrag in de omgeving is gevraagd of er mensen roken in de directe omgeving van de jongeren en zo ja, wie er roken. Tot slot is gevraagd of de jongere wel eens waterpijp heeft gerookt en aan de waterpijp rokers, hoe vaak ze waterpijp hebben gerookt in de afgelopen vier weken.

Roken en alcohol- of drugsgebruik hangen vaak samen. Omdat in 2013 is uitgesplitst naar 12 t/m 15 en 16 t/m 18 jaar (aansluitend bij de toen geldende wetgeving voor alcoholgebruik) doen we dat nu weer.

9.1.3. Resultaten in detail

Tabel 9-1 Wel eens gerookt hebben (alleen trekjes of hele sigaret of meer)

		Ooit gerookt	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		19	81
Geslacht*	Jongen	20	80
	Meisje	18	82
Leeftijd*	12-15 jaar	15	85
	16-18 jaar	40	60
Opleiding*	VMBO-overig	29	71
	VMBO-t	21	79
	HAVO	14	86
	VWO	8	92

*significant verschil

Tabel 9-2 Frequentie van roken op dit moment (bij jongeren die ooit gerookt hebben, N=878)

		Hoe vaak rook je nu?			
		Elke dag	Minstens 1 keer per week, maar niet elke dag	Minder dan 1 keer per week	Ik rook niet
		%	%	%	%
Totaal		16	10	13	62
Geslacht*	Jongen	19	8	13	59
	Meisje	11	12	12	65
Leeftijd*	12-15 jaar	11	9	13	67
	16-18 jaar	25	10	13	53
Opleiding*	VMBO-overig	24	10	11	55
	VMBO-t	12	10	14	64
	HAVO	6	9	17	68
	VWO	9	6	7	77

*significant verschil

Tabel 9-3 Wel eens een e-sigaret gebruikt

		Heb je ooit een e-sigaret gebruikt?			
		Ja, vaker dan 1 keer	Ja, 1 keer	Nee, nooit	Ik weet niet wat dat is
		%	%	%	%
Totaal		12	10	71	6
Geslacht*	Jongen	16	11	68	5
	Meisje	9	10	75	7
Leeftijd*	12-15 jaar	10	9	74	7
	16-18 jaar	25	15	56	4
Opleiding*	VMBO-overig	19	16	58	6
	VMBO-t	14	10	72	5
	HAVO	8	8	77	6
	VWO	5	5	81	8

*significant verschil

**Tabel 9-4 Frequentie van roken van een e-sigaret op dit moment
(bij jongeren die vaker dan 1 keer een e-sigaret hebben gerookt, N=594)**

		Hoe vaak gebruik je nu een e-sigaret?			
		Elke dag	Minstens 1 keer per week, maar niet elke dag	Minder dan 1 keer per week	Ik gebruik geen elektronische sigaret
		%	%	%	%
Totaal		5	7	22	65
Geslacht*	Jongen	6	8	20	66
	Meisje	4	5	27	64
Leeftijd	12-15 jaar	5	7	24	64
	16-18 jaar	6	6	20	69
Opleiding*	VMBO-overig	8	11	21	60
	VMBO-t	2	4	27	67
	HAVO	4	5	20	71
	VWO	6	2	16	76

*significant verschil

Tabel 9-5 Aanwezigheid van rokers in de directe omgeving

		Rokers in directe omgeving?	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		56	44
Geslacht*	Jongen	58	42
	Meisje	55	45
Leeftijd*	12-15 jaar	54	46
	16-18 jaar	70	30
Opleiding*	VMBO-overig	69	31
	VMBO-t	64	36
	HAVO	48	52
	VWO	35	65

*significant verschil

Tabel 9-6 Rokers in de directe omgeving
(bij jongeren die rokers in de directe omgeving hebben, N=2716)

	Ja	Nee
	%	%
(Pleeg)ouders/verzorgers	44	56
(Stief)broer/zus	16	84
Vriend(en)	38	62
Klasgenoot	25	75
Teamgenoot	10	90
Iemand anders	31	69

Tabel 9-7 Wel eens waterpijp gerookt hebben

		Waterpijp roken	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		15	85
Geslacht*	Jongen	18	82
	Meisje	12	88
Leeftijd*	12-15 jaar	12	88
	16-18 jaar	33	67
Opleiding*	VMBO-overig	24	76
	VMBO-t	17	83
	HAVO	10	90
	VWO	5	95

*significant verschil

**Tabel 9-8 Frequentie van waterpijp roken in de afgelopen 4 weken
(bij jongeren die al eens waterpijp hebben gerookt, N=616)**

		Hoe vaak waterpijp gerookt in afg. 4 wk			
		Niet gebruikt in afg 4 wk	1 keer	<1 keer p wk	1 keer per week of vaker
		%	%	%	%
Totaal		44	18	17	20
Geslacht	Jongen	44	18	17	22
	Meisje	45	18	18	18
Leeftijd	12-15 jaar	44	19	18	19
	16-18 jaar	44	16	16	23
Opleiding*	VMBO-overig	33	16	21	30
	VMBO-t	48	21	17	14
	HAVO	61	15	12	11
	VWO	52	23	13	12

*significant verschil

9.1.4. Patronen en relaties

Het percentage jongeren dat wel eens gerookt heeft is het hoogst in de oudste leeftijdsgroep en onder leerlingen met een VMBO-opleiding. VWO-leerlingen roken het minst vaak (8%). Onder HAVO- en VMBO-t- en VMBO-overig-leerlingen is dit respectievelijk 14%, 21% en 29%. Van de jongeren die ooit gerookt hebben, rookt 16% elke dag, 10% rookt meer dan één keer per week maar niet iedere dag en 13% rookt minder dan één keer per week. 7% van alle jongeren in Drenthe rookt op dit moment. Jongens, 16- tot en met 18-jarigen en leerlingen met een VMBO-overige-opleiding roken frequenter in verhouding tot de andere groepen.

Eén op de vijf leerlingen heeft al eens een elektronische sigaret gebruikt, 6% van de leerlingen weet niet wat een e-sigaret is. Jongens, 15-18 jarigen en leerlingen met een VMBO-opleiding hebben vaker een e-sigaret gebruikt. Van de jongeren die vaker dan één keer een e-sigaret gebruikt hebben, rookt 5% deze elke dag.

In Drenthe heeft 15% van de jongeren wel eens een waterpijp gerookt, van deze jongeren heeft meer dan de helft waterpijp gerookt in de vier weken voorafgaand aan het onderzoek. Vooral jongens, 16- tot en met 18-jarigen en leerlingen met een VMBO-overige-opleiding hebben wel eens waterpijp gerookt.

Meer dan de helft (56%) van de jongeren geeft aan rokers in de directe omgeving te hebben. Het percentage is het hoogst onder VMBO-leerlingen. De rokers in de directe omgeving zijn voornamelijk (pleeg)ouders of verzorgers, vriend(en) of klasgenoten.

9.1.5. Vergelijking

In Nederland heeft 16% van alle jongeren ooit wel eens gerookt, in Drenthe 19%. Het percentage jongeren dat wel eens een e-sigaret heeft gebruikt is vergelijkbaar met landelijke cijfers.

9.1.6. Trends

Al langere tijd is een gunstige trend waarneembaar dat minder leerlingen gaan roken. Ook in de afgelopen jaren heeft deze trend zich voortgezet. Veel minder leerlingen geven aan ooit gerookt te hebben en het percentage leerlingen dat recent heeft gerookt is meer dan gehalveerd. Dat vooral jongere leerlingen veel minder vaak beginnen met roken doet vermoeden dat deze gunstige trend blijft aanhouden. Ook wordt in mindere mate waterpijp gerookt, maar de trend is minder uitgesproken en voor VMBO-overig-leerlingen zelfs ongunstig.

9.2. Alcohol

De risico's van alcoholgebruik onder jongeren zijn groot. Langdurig zwaar alcoholgebruik, maar ook incidenteel overmatig alcoholgebruik kan de hersenontwikkeling onherstelbaar beschadigen.

Jongeren zijn gevoeliger voor alcohol schade dan volwassenen. Wie op jonge leeftijd begint met het drinken van alcohol, loopt bovendien meer kans op schadelijk drinkgedrag op latere leeftijd. Kortetermijneffecten van een schadelijk alcoholpatroon zijn bijvoorbeeld verwondingen, ongevallen, alcoholvergiftiging en risicovol seksueel gedrag.

9.2.1. Belangrijkste uitkomsten

Van alle jongeren heeft 57% wel eens een slokje of een heel glas of meer alcohol gedronken. Van de jongeren die alcohol hebben gedronken heeft 5% dit tien keer of vaker gedaan in de afgelopen vier weken.

72% van de drinkers geeft in de vier weken voor het onderzoek aan bij één of meer gelegenheden, vijf glazen of meer alcohol te hebben gedronken. 49% van de drinkers is in deze periode dronken of aangeschoten geweest.

Het alcoholgebruik onder Drentse jongeren is iets hoger in vergelijking met Nederland. In vergelijking met 2013 zien we een daling in alcoholgebruik.

Vier op de tien ouders van alcohol-drinkende jongeren vindt het goed dat hun zoon of dochter drinkt, 25% raadt het af en slechts 6% verbiedt het, volgens de jongere.

9.2.2. Meting van alcoholgebruik

In dit onderzoek is op verschillende manieren navraag gedaan naar het alcoholgebruik van jongeren. Er is niet alleen gevraagd of de jongeren ooit wel eens alcohol hebben gedronken, maar ook hoe vaak en hoeveel alcohol ze drinken en hoe vaak ze dronken zijn geweest. Daarbij is gekeken naar de laatste vier weken, maar ook naar de jaren ervoor. Daarnaast zijn vragen gesteld over waar ze alcohol drinken en wat de mening van hun ouders is over het alcoholgebruik.

9.2.3. Resultaten in detail

Tabel 9-9 Alcoholgebruik in hele leven (alleen slokjes of heel glas of meer)

		Ooit alcohol gedronken	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		57	43
Geslacht*	Jongen	59	41
	Meisje	56	44
Leeftijd*	12-15 jaar	53	47
	16-18 jaar	78	22
Opleiding*	VMBO-overig	62	38
	VMBO-t	59	41
	HAVO	57	43
	VWO	46	54

*significant verschil

**Tabel 9-10 Aantal keren alcohol gedronken hebben
(bij jongeren die ooit alcohol gedronken hebben, N=2699)**

		Hoeveel dagen alcohol in hele leven?			
		1 of 2 dagen	3 t/m 5 dagen	6 t/m 9 dagen	10 dagen of meer
		%	%	%	%
Totaal		34	17	10	39
Geslacht*	Jongen	33	17	9	41
	Meisje	35	17	11	36
Leeftijd*	12-15 jaar	39	18	11	32
	16-18 jaar	16	13	8	63
Opleiding*	VMBO-overig	31	14	10	46
	VMBO-t	31	16	11	42
	HAVO	33	19	11	37
	VWO	47	22	10	21

*significant verschil

**Tabel 9-11 Aantal keren alcohol gedronken hebben in afgelopen 4 weken
(bij jongeren die ooit alcohol gedronken hebben, N=2781)**

		Hoeveel dagen alcohol in laatste 4 weken?				
		Nooit	1 of 2 dagen	3 t/m 5 dagen	6 t/m 9 dagen	10 dagen of meer
		%	%	%	%	%
Totaal		43	31	15	6	5
Geslacht*	Jongen	42	28	15	7	8
	Meisje	44	34	15	5	2
Leeftijd*	12-15 jaar	48	31	12	4	4
	16-18 jaar	22	32	25	12	9
Opleiding*	VMBO-overig	35	31	17	8	9
	VMBO-t	39	32	16	8	5
	HAVO	45	32	15	4	3
	VWO	62	27	7	3	1

*significant verschil

**Tabel 9-12 Vijf of meer drankjes met alcohol gedronken hebben bij één gelegenheid, afgelopen 4 weken
(bij jongeren die alcohol gedronken hebben in de afgelopen 4 weken, N=1567)**

		Hoe vaak afgelopen 4 weken 5 of meer drankjes alcohol per gelegenheid			
		Nooit	1-2 keer	3-6 keer	7 of meer
		%	%	%	%
Totaal		28	37	23	12
Geslacht*	Jongen	28	35	22	15
	Meisje	28	40	24	8
Leeftijd*	12-15 jaar	32	40	20	9
	16-18 jaar	20	31	31	18
Opleiding*	VMBO-overig	17	38	28	17
	VMBO-t	27	34	27	12
	HAVO	36	40	15	8
	VWO	48	36	13	4

*significant verschil

**Tabel 9-13 Frequentie van ooit dronken of aangeschoten geweest te zijn door het drinken van alcohol
(bij jongeren die ooit alcohol gedronken hebben, N=2933)**

		Dronken of aangeschoten in hele leven			
		Nooit	1-3 keer	4-10 keer	11 of meer
		%	%	%	%
Totaal		52	28	11	9
Geslacht*	Jongen	51	25	12	12
	Meisje	53	30	11	7
Leeftijd*	12-15 jaar	59	27	9	5
	16-18 jaar	27	29	21	24
Opleiding*	VMBO-overig	40	34	13	13
	VMBO-t	50	30	12	8
	HAVO	56	24	11	9
	VWO	73	17	6	4

*significant verschil

Tabel 9-14 Frequentie van dronken of aangeschoten geweest te zijn door het drinken van alcohol, afgelopen 4 weken (bij jongeren die alcohol gedronken hebben in de afgelopen 4 weken, N=1504)

		Dronken of aangeschoten in afg 4 wk			
		Nooit	1-3 keer	4-10 keer	11 of meer
		%	%	%	%
Totaal		51	41	6	2
Geslacht*	Jongen	50	40	7	3
	Meisje	53	41	4	1
Leeftijd*	12-15 jaar	57	38	4	1
	16-18 jaar	38	48	10	4
Opleiding*	VMBO-overig	45	44	8	3
	VMBO-t	54	39	5	2
	HAVO	53	40	5	2
	VWO	59	38	2	1

*significant verschil

Tabel 9-15 Plek waar alcohol gedronken wordt (bij jongeren die ooit alcohol gedronken hebben, N=2473)

	Geslacht		Leeftijd		Opleiding				Totaal
	Jongen	Meisje	12-15 jaar	16-18 jaar	VMBO-overig	VMBO-t	HAVO	VWO	%
	%	%	%	%	%	%	%	%	
Thuis of bij anderen thuis	85	82	83	83	80	85	84	83	83
Op schoolfeest	2	2	2	2	3	1	1	1	2
Op feest of festival	38	47	40	51	45	43	43	34	43
In discotheek	6	12	7	14	12	8	8	5	9
In café, bar, snackbar, terras	11	9	7	22	13	9	9	9	10
In restaurant	3	3	3	3	2	3	4	5	3
In sportkantine	4	2	2	8	3	3	3	3	3
Op straat	4	3	4	4	3	4	4	4	4
In keet, hok of schuur	27	27	25	34	33	27	25	16	27
Ergens anders	10	9	10	8	9	11	8	7	9

**Tabel 9-16 Mening van ouders over het alcoholgebruik van hun kind
(bij jongeren die ooit alcohol gedronken hebben, N=2463)**

		Mening ouders alcoholgebruik				
		Vinden het goed	Vinden dat ik minder moet drinken	Raden het af	Verbieden het	Weten het niet
		%	%	%	%	Zeggen er niets van %
Totaal		41	3	25	6	12
Geslacht*	Jongen	40	4	27	7	11
	Meisje	43	3	24	5	14
Leeftijd*	12-15 jaar	37	3	28	7	13
	16-18 jaar	60	5	16	3	8
Opleiding*	VMBO-overig	49	5	26	4	8
	VMBO-t	40	3	23	7	16
	HAVO	39	2	27	5	13
	VWO	33	3	26	10	10

*significant verschil

9.2.4. Patronen en relaties

Wie, waar

Meer jongens dan meisjes gaven aan wel eens alcohol te hebben gedronken. In de oudste leeftijdscategorie hebben meer jongeren wel eens alcohol gedronken dan in de jongste leeftijdscategorie. Leerlingen op het VMBO hebben vaker alcohol gedronken in vergelijking met HAVO- of VWO-leerlingen.

In de thuissituatie wordt het meest gedronken. 83% van de jongeren die ooit alcohol dronken geeft aan thuis of bij anderen thuis te drinken. Andere populaire locaties zijn een feest of festival (43%) en in een keet, hok of schuur (27%).

Aantal keer alcohol in de afgelopen vier weken

Van de jongeren die alcohol drinken gaf 39% aan dit op 10 dagen of meer gedaan te hebben. 34% dronk op 1 of 2 dagen. Jongens dronken op meer dagen alcoholische dranken dan meisjes in de 4 weken voor het onderzoek. Jongeren uit de oudste leeftijdsgroep en VMBO-leerlingen dronken op meer dagen dan 12-14 jarigen en HAVO- of VWO-leerlingen.

Van de drinkers gaf 57% aan in de afgelopen vier weken gedronken te hebben (dit is 32% van alle jongeren in Drenthe). 5% zelfs op 10 dagen of meer.

Binge-drinken en aangeschoten zijn

Er is sprake van binge-drinken wanneer er bij één gelegenheid vijf of meer glazen alcohol wordt gedronken. 72% van de jongeren die alcohol drinkt, geeft aan dit in de afgelopen vier weken te hebben gedaan (dit is 22% van alle jongeren in Drenthe). 16- tot en met 18-jarigen en VMBO-overig-leerlingen doen vaker aan binge-drinken. Jongens hebben op meer dagen aan binge-drinken gedaan dan meisjes.

Ook is gevraagd of de jongeren wel eens dronken of aangeschoten zijn geweest. Van de jongeren die alcohol dronken is 48% wel eens dronken of aangeschoten geweest, 20% zelfs vier keer of vaker. 49% van de jongeren die alcohol nuttigen, is dronken of aangeschoten geweest in de vier weken voor het onderzoek, 41% was dit 1 tot 3 keer, 8% meer dan 3 keer.

Jongens en jongeren van 16 tot en met 18 jaar en VMBO-leerlingen zijn vaker dronken of aangeschoten geweest.

Mening van ouders en eigen beleving

Vier op de tien jongeren die drinken geven aan dat de ouders het goed vinden dat ze alcohol drinken. 25% zegt dat de ouders het afraden, 12% dat de ouders er niet van zeggen. 12% van de jongeren geeft aan dat de ouders niet op de hoogte zijn van het alcoholgebruik van zijn of haar kind. Slechts 6% van de ouders verbiedt het. Meisjes geven vaker aan dat de ouders het goed vinden dat ze drinken. Leerlingen in de oudste leeftijdscategorie en VMBO-overig-leerlingen geven vaker aan dat ouders het goed vinden dat ze alcohol gebruiken.

9.2.5. Vergelijking

In Drenthe heeft 57% van de leerlingen ooit alcohol gebruikt, landelijk is dit 52%. Ook dronken Drentse jongeren iets vaker in de afgelopen 4 weken alcohol. Het percentage binge-drinkers onder alcoholgebruikers in Drenthe is vergelijkbaar met het landelijke cijfer, wel is het percentage drinkers dat aangeeft 7 keer of meer aan binge-drinken te hebben gedaan iets hoger (12% ten opzichte van 9%).

9.2.6. Trends

Al langere tijd wordt door jongeren minder alcohol gedronken. In de periode 2013-2019 zet deze gunstige trend door. Bovendien neemt het binge-drinken af en zijn minder leerlingen dronken of aangeschoten door het drinken van alcohol.

9.3. Drugsgebruik

Hoewel cannabis niet sterk verslavend is, lopen jongeren die langdurig cannabis gebruiken een groter risico om ervan afhankelijk te worden. Ook is de stap naar harddrugs kleiner. Jonge blowers lopen bovendien een groter risico op een psychiatrische stoornis later in het leven. Cannabisgebruik hangt vaak samen met ander probleemgedrag, zoals agressie, spijbelen en slechte schoolprestaties.

9.3.1. Belangrijkste uitkomsten

Van alle jongeren heeft 8% wel eens hasj of wiet gebruikt. In de leeftijd van 16-18 jaar is dit het hoogst (23%). 4% van de jongeren gebruikte het in de afgelopen vier weken. 9% van de leerlingen geeft aan wel eens lachgas te hebben gebruikt, 2% gebruikte dit in de laatste 4 weken. 1% gebruikte ooit XTC en 1% gebruikte ooit amfetaminen. Geen van de leerlingen heeft ooit paddo's of GHB gebruikt. Drentse jongeren wijken niet af van jongeren in de rest van Nederland als het gaat om gebruik van hasj of wiet.

9.3.2. Meting van drugsgebruik

In dit onderzoek is aan jongeren gevraagd of ze ooit wel eens hasj of wiet hebben gebruikt. Jongeren die hier bevestigend op antwoorden kregen vervolgens de vraag op hoeveel dagen ze hasj of wiet hebben gebruikt in het hele leven of in de afgelopen 4 weken.

9.3.3. Resultaten in detail

Tabel 9-17 Wel eens hasj of wiet gebruikt

		Ooit wiet of hasj gebruikt	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		8	92
Geslacht*	Jongen	11	89
	Meisje	5	95
Leeftijd*	12-15 jaar	5	95
	16-18 jaar	23	77
Opleiding*	VMBO-overig	10	90
	VMBO-t	8	92
	HAVO	8	92
	VWO	4	96

*significant verschil

Tabel 9-18 Gebruik van hasj of wiet in de laatste 4 weken

		Laatste 4 wkn wiet of hasj gebruikt	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		4	96
Geslacht*	Jongen	6	94
	Meisje	2	98
Leeftijd*	12-15 jaar	3	97
	16-18 jaar	11	89
Opleiding*	VMBO-overig	5	95
	VMBO-t	5	95
	HAVO	4	96
	VWO	2	98

*significant verschil

Tabel 9-19 Gebruik van XTC, pado's, amfetaminen, GHB en lachgas

	Gebruik		
	Niet gebruikt	In laatste 4 weken	Langer dan 4 weken geleden
	%	%	%
Hoe vaak XTC gebruikt	98	0	1
Hoe vaak pado's gebruikt	99	0	0
Hoe vaak amfetaminen gebruikt	99	0	1
Hoe vaak GHB gebruikt	99	0	0
Hoe vaak lachgas gebruikt	91	2	7

9.3.4. Patronen en relaties

Van alle jongeren heeft 8% wel eens hasj of wiet gebruikt. 4% van de jongeren gebruikte het in de afgelopen vier weken. Jongens, 16-18 jarigen en VMBO-leerlingen gebruiken vaker hasj of wiet in vergelijking met meisjes, 12-15 jarigen en HAVO- en VWO-leerlingen. 9% van de leerlingen geeft aan wel eens lachgas te hebben gebruikt, 2% gebruikte dit in de laatste 4 weken. 1% gebruikte ooit XTC of amfetaminen. Geen van de leerlingen heeft ooit paddo's of GHB gebruikt.

9.3.5. Vergelijking

Drentse cijfers over het hasj- en wietgebruik komen overeen met de landelijke cijfers. Landelijk geeft 9% van de leerlingen aan ooit hasj of wiet gebruikt te hebben, 4% gebruikte het in de afgelopen 4 weken. Landelijk is niet naar het lachgasgebruik gevraagd.

10 Seksualiteit

Jongeren experimenteren met seks en relaties. Seks is leuk, maar heeft ook minder leuke kanten. Angst, schuldgevoel en schaamte kunnen een rol spelen. En onveilig vrijen vergroot de kans op een seksueel overdraagbare aandoening of een onbedoelde zwangerschap.

10.1.1. Belangrijkste uitkomsten

11% van alle jongeren heeft al eens seksuele gemeenschap gehad. Het percentage is het hoogste in de oudste leeftijdsgroep en bij leerlingen met een VMBO-overige opleiding.

56% van de jongeren vrijt onveilig omdat ze niet altijd een condoom gebruiken. 4% weet het niet meer of ze altijd een condoom hebben gebruikt.

10.1.2. Meting van seksueel gedrag

Aan jongeren werd vooraf gevraagd of ze ervaring hebben met tongzoenen. Aan jongeren met ervaring met tongzoenen werd de vraag gesteld of ze ooit wel eens seksuele gemeenschap hebben gehad. Vervolgens werd de vraag gesteld of ze hierbij altijd condooms hebben gebruikt.

10.1.3. Resultaten in detail

Tabel 10-1 Ooit seksuele gemeenschap gehad

		Ooit seksuele gemeenschap gehad	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		11	89
Geslacht	Jongen	11	89
	Meisje	11	89
Leeftijd*	12-14 jaar	3	97
	15-18 jaar	19	81
Opleiding*	VMBO-overig	18	82
	VMBO-t	10	90
	HAVO	10	90
	VWO	4	96

*significant verschil

**Tabel 10-2 Gebruik van condooms bij geslachtsgemeenschap
(bij jongeren die seksuele gemeenschap hebben gehad, N=546)**

		Altijd condooms gebruikt		
		Ja	Nee	Weet niet meer
		%	%	%
Totaal		39	56	4
Geslacht*	Jongen	40	54	6
	Meisje	39	58	3
Leeftijd*	12-14 jaar	32	49	18
	15-18 jaar	40	57	2
Opleiding	VMBO-overig	45	50	5
	VMBO-t	35	61	4
	HAVO	38	59	3
	VWO	27	65	8

*significant verschil

10.1.4. Patronen en relaties

11% van alle jongeren heeft al eens geslachtsgemeenschap gehad. Van de 12- tot en met 14-jarigen heeft 3% al eens seks gehad, bij 15- tot en met 18-jarigen is dit opgelopen tot 19%. Leerlingen met een VMBO-overige-opleiding hebben vaker geslachtsgemeenschap gehad dan leerlingen van andere opleidingsniveau's.

Van de jongeren die ooit seksuele gemeenschap hebben gehad, heeft 39% altijd condooms gebruikt. 56% gebruikte niet altijd condooms en 4% weet het niet meer. Jongeren van 12 tot en met 14 jaar geven vaker aan het niet meer te weten of ze altijd condooms hebben gebruikt.

10.1.5. Vergelijking

Drentse cijfers zijn vergelijkbaar met landelijke cijfers. In Nederland heeft één op de tien leerlingen uit klas 2 en klas 4 al eens seks gehad. Van de leerlingen die ooit seks hebben gehad gaf 39% aan altijd condooms te hebben gebruikt. In Nederland is dit 45%.

11 Gebruik sociale media en gamen

11.1. Gebruik sociale media

De meeste jongeren gebruiken sociale media om te luisteren naar muziek, filmpjes en series te bekijken en om te appen met vrienden. Aan het gebruik van sociale media zitten veel voordelen en het is een leuk tijdverdrijf. Maar de balans kan zoek raken, waardoor problemen ontstaan zoals mentale druk en slaapttekort.

11.1.1. Belangrijkste uitkomsten

7% van de leerlingen loopt risico op problematisch gebruik van sociale media. Bijna een kwart (23%) van de jongeren geeft aan het vaak moeilijk te vinden met sociale media te stoppen, 30% vindt het soms moeilijk te stoppen. 29% geeft aan soms tot (zeer) vaak liever sociale media te gebruiken dan tijd met anderen door te brengen en 15% van de leerlingen geeft aan zich soms tot zeer vaak onrustig te voelen wanneer ze geen sociale media kunnen gebruiken. Meer dan een kwart (29%) van de leerlingen komt soms tot zeer vaak slaap te kort door sociale media.

11.1.2. Meting van gebruik sociale media

Aan de jongeren werden stellingen over het gebruik van sociale media voorgelegd. Voorbeelden van stellingen zijn: 'Hoe vaak vind je het moeilijk om met sociale media te stoppen', 'Hoe vaak gebruik je sociale media omdat je je rot voelt' en 'Hoe vaak kom je slaap te kort?'. Jongeren konden antwoorden met 'nooit', 'bijna nooit', 'soms', 'vaak' of 'zeer vaak'. Op basis van de antwoorden op de stellingen konden jongeren ingedeeld worden naar de mate van risico op problematisch gebruik van sociale media.

11.1.3. Resultaten in detail

Tabel 11-1 Gebruik van sociale media

	Nooit	Zelden	Soms	Vaak	Zeer vaak
	%	%	%	%	%
Hoe vaak moeilijk om met sociale media te stoppen?	23	24	30	16	7
Hoe vaak zeggen anderen minder tijd aan sociale media?	31	27	24	14	5
Hoe vaak liever sociale media dan tijd met anderen?	36	36	21	6	2
Hoe vaak onrustig etc. wanneer geen sociale media?	56	28	11	3	1
Hoe vaak raffel je je huiswerk af om sociale media?	48	29	16	5	2
Hoe vaak sociale media omdat je je rot voelt?	46	21	18	11	4
Hoe vaak slaap te kort door sociale media?	48	24	16	8	5

Tabel 11-2 Risico op problematisch gebruik van sociale media

		Risico op problematisch gebruik sociale media	
		Geen of weinig risico	Wel risico (vaker dan soms)
		%	%
Totaal		93	7
Geslacht*	Jongen	96	4
	Meisje	90	10
Leeftijd*	12-14 jaar	94	6
	15-18 jaar	92	8
Opleiding*	VMBO-overig	93	7
	VMBO-t	92	8
	HAVO	93	7
	VWO	94	6

*significant verschil

11.1.4. Patronen en relaties

Bijna een kwart (23%) van de jongeren geeft aan het vaak moeilijk te vinden met sociale media te stoppen, 30% vindt het soms moeilijk. 15% van de leerlingen geeft aan zich soms tot zeer vaak onrustig te voelen wanneer ze geen sociale media kunnen gebruiken. 7% raffelt het huiswerk (zeer) vaak af om sociale media te kunnen gebruiken. Meer dan een kwart (29%) van de leerlingen komt soms tot zeer vaak slaap te kort door sociale media. 7% loopt risico op problematisch gebruik van sociale media. Het risico op problematisch gebruik is het hoogst onder meisjes, 15-18 jarigen en VMBO-t-leerlingen.

11.1.5. Vergelijking

Leerlingen in Drenthe beantwoordden de stellingen over het gebruik van sociale media niet anders dan leerlingen in de rest van Nederland. Het risico op problematisch gebruik is vergelijkbaar met het landelijke cijfer. 8% van de Nederlandse leerlingen loopt een risico op problematisch gebruik van sociale media.

11.2. Gamers

Gamen geeft ontspanning en afleiding en kan een positief effect hebben op de ontwikkeling van het ruimtelijk inzicht, het geheugen en de taalvaardigheid van de jongere. Daarnaast halen gamers plezier uit de sociale contacten. Te veel gamen kan een verslaving met zich meebrengen. Gevaren die hierbij kunnen ontstaan zijn te weinig bewegen, een slecht eetpatroon of een verstoord dag- en nachtritme.

11.2.1. Belangrijkste uitkomsten

65% van de leerlingen speelt wel eens games. 29% van de jongeren die games speelt geeft aan het soms tot (zeer) vaak moeilijk te vinden met gamen te stoppen. 23% geeft aan liever te gamen dan met anderen tijd door te brengen. 25% speelt games omdat hij of zij zich rot voelt. 5% van de jongeren die wel eens games speelt, ervaart zelf risico op problematisch gamen. In Drenthe is het percentage leerlingen dat elke dag games speelt hoger (26%) dan in Nederland (23%).

11.2.2. Meting van gamen

Aan de jongeren werden stellingen over gamen voorgelegd. Voorbeelden van stellingen zijn: 'Hoe vaak vind je het moeilijk om met gamen te stoppen', 'Hoe vaak ga je gamen omdat je je rot voelt' en 'Hoe vaak raffel je je huiswerk af omdat je wilt gamen?'. Jongeren konden antwoorden met 'nooit',

‘bijna nooit’, ‘soms’, ‘vaak’ of ‘zeer vaak’. Voorafgaand aan de stellingen over gamen werd aan jongeren de vraag gesteld hoe vaak ze gamen. Jongeren die (bijna) nooit gamen konden de stellingen over gamen overslaan. Op basis van de antwoorden op de stellingen konden jongeren ingedeeld worden naar de mate van risico op problematisch gamen.

11.2.3. Resultaten in detail

Tabel 11-3 Frequentie van gamen

		Hoe vaak speel je games?				
		(Bijna) nooit	1 dag per week of minder	2 of 3 dagen per week	4 of 5 dagen per week	(Bijna) elke dag
		%	%	%	%	%
Totaal		35	12	16	10	26
Geslacht*	Jongen	13	8	20	17	42
	Meisje	58	16	12	4	10
Leeftijd*	12-14 jaar	29	13	17	11	30
	15-18 jaar	41	12	15	10	22
Opleiding*	VMBO-overig	37	11	16	9	26
	VMBO-t	35	11	16	12	26
	HAVO	36	14	17	11	23
	VWO	30	14	15	11	30

*significant verschil

Tabel 11-4 Gamen (bij jongeren die wel eens gamen, N=3367)

	Nooit	Bijna nooit	Soms	Vaak	Zeer vaak
	%	%	%	%	%
Hoe vaak moeilijk om met gamen te stoppen?	42	29	20	6	3
Hoe vaak zeggen anderen minder zou moeten gamen?	48	25	17	7	3
Hoe vaak liever gamen dan tijd met anderen?	53	25	15	5	3
Hoe vaak onrustig etc. wanneer niet gamen?	71	19	7	2	1
Hoe vaak raffel je je huiswerk af omdat je wilt gamen?	60	23	12	3	2
Hoe vaak gamen omdat je je rot voelt?	60	16	14	7	4
Hoe vaak slaap te kort door gamen?	74	14	7	3	3

Tabel 11-5 Risico op problematisch gamen (bij jongeren die wel eens gamen, N=3366)

		Ervaaft zelf risico op problematisch gamen	
		Geen of weinig risico	Wel risico (vaker dan soms)
		%	%
Totaal		95	5
Geslacht*	Jongen	94	6
	Meisje	98	2
Leeftijd	12-14 jaar	96	4
	15-18 jaar	95	5
Opleiding*	VMBO-overig	93	7
	VMBO-t	95	5
	HAVO	97	3
	VWO	97	3

*significant verschil

11.2.4. Patronen en relaties

65% van de leerlingen speelt wel eens games. Jongens, 12-14 jarigen en VWO-leerlingen spelen frequenter games. 29% van de jongeren die games speelt geeft aan het soms tot (zeer) vaak moeilijk te vinden met gamen te stoppen. 23% geeft aan liever te gamen dan met anderen tijd door te brengen. 25% speelt games omdat hij of zij zich rot voelt. 5% van de jongeren die wel eens games speelt, ervaart zelf risico op problematisch gamen. Het risico is het hoogst bij jongens en leerlingen van het VMBO.

11.2.5. Vergelijking

In Drenthe is het percentage leerlingen dat elke dag games speelt hoger (26%) dan in Nederland (23%). Landelijk geeft 38% van de leerlingen aan (bijna) nooit te gamen. Het risico op problematisch gamen wijkt niet opmerkelijk af van het landelijke cijfer (landelijk: 4%).

12 Sociale omgeving

12.1. Ingrijpende gebeurtenissen

Een ingrijpende of stressvolle gebeurtenis kan een flinke impact hebben op het leven van jongeren. Hun psychische gezondheid en ontwikkeling kunnen onder druk komen te staan.

12.1.1. Belangrijkste uitkomsten

Eén op de drie jongeren heeft al eens een overlijden van iemand in het gezin meegemaakt. Eén op de elf jongeren is al eens langdurig ziek geweest of heeft lang in het ziekenhuis gelegen en 31% maakte mee dat iemand binnen het gezin lang in het ziekenhuis lag. 25% van de jongeren geeft aan dat de ouders gescheiden zijn. 14% van de jongeren antwoordt dat zijn of haar ouders geldproblemen hebben en 17% zegt dat de ouders problemen met werk of werkloosheid hebben.

12.1.2. Meting van ingrijpende gebeurtenissen

In dit onderzoek is de leerlingen een lijst van 9 ingrijpende gebeurtenissen voorgelegd. Deze hadden betrekking op bijvoorbeeld overlijden van een gezinslid (er is niet nader gedefinieerd wat we onder 'gezin' verstaan), ziekte en/of ziekenhuisopnamen, financiële problematiek of problemen in de thuissituatie. De jongeren konden van elk van de gebeurtenissen aangeven of ze die nu nog meemaken, dan wel ooit hebben meegemaakt.

12.1.3. Resultaten in detail

Tabel 12-1 Meemaken van ingrijpende gebeurtenissen

	Nooit meegemaakt	Heb ik meegemaakt	Maak ik nu mee
	%	%	%
Overlijden van iemand in je gezin	64	36	0
Ernstige lichamelijke ziekte of beperking van iemand in je gezin	68	22	9
Ernstige lichamelijke ziekte of beperking van jezelf	91	6	3
Psychische ziekte van iemand in je gezin	86	9	6
Psychische ziekte van jezelf	94	3	3
Verslaving aan alcohol, drugs of gokken van iemand in je gezin (niet roken)	93	5	2
Scheiding van je ouders	76	22	3
Problemen geld/inkomen ouder(s)	85	11	3
Problemen werk/werkloosheid ouder(s)	83	14	3

12.1.4. Vergelijking

Leerlingen in Drenthe maken even vaak een ingrijpende gebeurtenis, zoals bijvoorbeeld een overlijden, een psychische ziekte of een scheiding, binnen het gezin mee in vergelijking met leerlingen in Nederland.

13 Pesten

13.1. Gepest worden op school en online

Pesten is het op systematische wijze verrichten van fysieke, verbale of non-verbale handelingen tegenover iemand die zich daartegen niet kan verdedigen. Pesten gebeurt alleen of in groepsverband. Een belangrijk gegeven bij pesten is dat er tussen dader en slachtoffer een ongelijke machtsverhouding bestaat.

Omdat jongeren veel gebruik maken van internet en mobiele telefoon is ook gevraagd naar het online pesten. Deze vorm van pesten kan kwetsender zijn en meer impact hebben omdat de verzender anoniem kan blijven.

13.1.1. Belangrijkste uitkomsten

10% van de leerlingen is op school gepest in de drie maanden voorafgaand aan het onderzoek. Pesten komt vaker voor bij meisjes, 12-14 jarigen en leerlingen op het VMBO. Leerlingen geven minder vaak aan op school gepest te worden in vergelijking met 2013.

6% van alle leerlingen is op de een of andere manier via internet gepest in de afgelopen 3 maanden. 2% is de laatste 3 maanden meerdere keren per maand gepest via internet. Meisjes, 12-14 jarigen en leerlingen op het VMBO zijn vaker slachtoffer van online pesten.

13.1.2. Meting van gepest worden

In de vragenlijst is gevraagd hoe vaak een leerling de afgelopen drie maanden zelf is gepest op school. Vervolgens is de vraag gesteld hoe vaak ze de laatste 3 maanden gepest zijn via internet social media of mobiele telefoon.

13.1.3. Resultaten in detail

Tabel 13-1 Gepest worden op school in de afgelopen 3 maanden

		Laatste 3 mndn gepest op school	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		10	90
Geslacht*	Jongen	9	91
	Meisje	11	89
Leeftijd*	12-14 jaar	12	88
	15-18 jaar	8	92
Opleiding*	VMBO-overig	12	88
	VMBO-t	11	89
	HAVO	8	92
	VWO	7	93

*significant verschil

Tabel 13-2 Gepest worden via internet in de afgelopen 3 maanden

		Laatste 3 mndn gepest via internet	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		6	94
Geslacht*	Jongen	4	96
	Meisje	8	92
Leeftijd*	12-14 jaar	8	92
	15-18 jaar	5	95
Opleiding*	VMBO-overig	8	92
	VMBO-t	6	94
	HAVO	6	94
	VWO	5	95

*significant verschil

Tabel 13-3 Meerdere keren per maand gepest via internet in de afgelopen 3 maanden

		Laatste 3 mndn meerdere keren per mnd gepest via internet	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		2	98
Geslacht	Jongen	2	98
	Meisje	2	98
Leeftijd	12-14 jaar	2	98
	15-18 jaar	2	98
Opleiding	VMBO-overig	2	98
	VMBO-t	2	98
	HAVO	2	98
	VWO	1	99

13.1.4. Patronen en relaties

Meisjes, jongeren van 12 tot en met 14 jaar worden vaker op school gepest dan jongens en leerlingen van 15 tot en met 18 jaar. Het percentage leerlingen met een VMBO-opleiding dat op school wordt gepest is hoger vergeleken met andere opleidingen.

Meer meisjes dan jongens zijn slachtoffer van online pesten. Ook komt het meer voor in de jongste leeftijdsgroep jongeren. Het percentage leerlingen dat in de laatste 3 maanden online is gepest is het laagst onder leerlingen met een VWO opleiding (5%).

13.1.5. Vergelijking

In Drenthe gaf 1 op de 10 leerlingen aan wel eens gepest te zijn in de drie maanden voorafgaand aan het onderzoek. Eén op de 12 leerlingen in Nederland is wel eens gepest in dezelfde periode. Eén op de 20 is in de afgelopen 3 maanden via internet gepest. In Drenthe is dit 6%.

13.1.6. Trends

Leerlingen geven minder vaak dan in 2013 aan op school gepest te worden.

13.2. Zelf pesten op school en online

Pesten is het op systematische wijze uitvoeren van fysieke, verbale of non-verbale handelingen tegenover iemand die zich daartegen niet kan verdedigen. Pesten gebeurt alleen of in groepsverband. Een belangrijk gegeven bij pesten is dat er tussen dader en slachtoffer een ongelijke machtsverhouding bestaat.

13.2.1. Belangrijkste uitkomsten

4% van alle jongeren heeft zelf wel eens meegedaan aan het pesten van een andere leerling op school. 3% van de leerlingen heeft al eens iemand gepest via internet in de laatste 3 maanden. Jongens en leerlingen van het VMBO-overige geven vaker aan iemand op school of online te pesten.

13.2.2. Meting van pestgedrag

In de vragenlijst is gevraagd hoe vaak een leerling de afgelopen 3 maanden een ander heeft gepest op school. Daarnaast is ook gevraagd hoe vaak de leerling iemand gepest heeft via internet, sociale media of mobiele telefoon in dezelfde periode.

13.2.3. Resultaten in detail

Tabel 13-4 Zelf een ander gepest op school in de afgelopen 3 maanden

		Laatste 3 mndn zelf ander gepest op school	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		4	96
Geslacht*	Jongen	5	95
	Meisje	3	97
Leeftijd	12-14 jaar	4	96
	15-18 jaar	4	96
Opleiding*	VMBO-overig	5	95
	VMBO-t	3	97
	HAVO	4	96
	VWO	3	97

*significant verschil

Tabel 13-5 Zelf een ander gepest via internet in de afgelopen 3 maanden

		Laatste 3 mndn zelf ander gepest via internet	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		3	97
Geslacht*	Jongen	4	96
	Meisje	2	98
Leeftijd	12-14 jaar	3	97
	15-18 jaar	3	97
Opleiding*	VMBO-overig	4	96
	VMBO-t	4	96
	HAVO	3	97
	VWO	2	98

*significant verschil

13.2.4. Patronen en relaties

Jongens pesten meer dan meisjes, zowel op school als via internet. Meer leerlingen met een VMBO-overige-opleiding hebben aangegeven anderen te pesten op school of online.

13.2.5. Vergelijking

Landelijke cijfers van de Gezondheidsmonitor wijzen uit dat 4% van de leerlingen uit klas 2 en 4 wel eens een andere leerling heeft gepest op school. Dit is gelijk aan het percentage in Drenthe. 3% van de leerlingen heeft een andere leerling gepest via internet in de afgelopen 3 maanden.

13.2.6. Trends

Het pesten op school neemt opnieuw duidelijk af. In hoeverre deze gunstige trend samenhangt met een toename van andere vormen van pesten (digitaal) is onduidelijk.

13.3. Sexting

Sexting is het verspreiden of delen van seksueel getinte berichten of foto's of video's van de jongere zelf via mobiele telefoon of andere media. De ogenschijnlijk onschuldige handeling kan ernstige gevolgen hebben wanneer de foto of het filmpje verspreid wordt via internet.

13.3.1. Belangrijkste uitkomsten

4% van alle leerlingen heeft in het laatste half jaar al eens een naaktfoto of seksfilmpje van zichzelf verstuurd. 15-18 jarigen en leerlingen met een VMBO-overig-opleiding hebben vaker een foto of filmpje van zichzelf verstuurd.

13.3.2. Meting van sexting

In de vragenlijst is de vraag gesteld hoe vaak de leerling een naaktfoto of seksfilmpje van zichzelf aan iemand heeft verstuurd.

13.3.3. Resultaten in detail

Tabel 13-6 Sexting: naaktfoto of seksfilmpje gestuurd in de afgelopen 6 maanden

		Laatste 6 mndn naaktfoto of seksfilmpje van zichzelf gestuurd	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		4	96
Geslacht	Jongen	4	96
	Meisje	3	97
Leeftijd*	12-14 jaar	2	98
	15-18 jaar	6	94
Opleiding*	VMBO-overig	5	95
	VMBO-t	3	97
	HAVO	4	96
	VWO	3	97

*significant verschil

13.3.4. Patronen en relaties

Jongeren uit de oudste leeftijdsgroep en leerlingen met een VMBO-overig-opleiding geven vaker aan een naaktfoto of seksfilmpje van zichzelf te hebben rond gestuurd. Er is geen verschil tussen jongens en meisjes.

13.3.5. Vergelijking

In Drenthe geeft 4% van de leerlingen aan wel eens een naaktfoto of seksfilmpje van zichzelf te hebben verstuurd in de afgelopen 6 maanden. In Nederland is dit 3%.

14 Weerbaarheid

Jongeren die weerbaar zijn kunnen op een goede manier voor zichzelf opkomen en goed hun eigen grenzen aangeven. Jongeren die minder weerbaar zijn, worden vaker gepest.

14.1.1. Belangrijkste uitkomsten

De meeste leerlingen zijn voldoende weerbaar (91%). 65% geeft aan het te zeggen als iemand iets doet wat hij of zij vervelend vindt. 58% van de leerlingen kan heel goed nee zeggen, 27% kan dit soms wel en soms niet. 9% van de leerlingen zegt iets te doen als vrienden het doen, ook al willen ze dit liever niet, 33% doet dit soms wel en soms niet.

14.1.2. Meting van weerbaarheid

Aan leerlingen werden acht stellingen voorgelegd, variërend van 'ik weet wat ik wel en niet wil' tot 'als mijn vrienden iets doen wat ik eigenlijk niet wil dan doe ik toch maar mee'. Op basis van de antwoorden konden de leerlingen worden ingedeeld in een groep die voldoende weerbaar is of een groep die onvoldoende weerbaar is.

14.1.3. Resultaten in detail

Tabel 14-1 Weerbaarheid

	(Helemaal) mee eens %	Soms wel, soms niet %	(Helemaal) mee oneens %
Ik weet wat ik wel en niet wil	77	20	3
Ik zeg het als iemand iets doet wat ik vervelend vind	65	30	6
Ik laat mij makkelijk overhalen	7	23	70
Ik kan heel goed nee zeggen	58	27	15
Ik vind het moeilijk om hulp te vragen	17	22	61
Ik doe dingen die ik zelf echt wil	54	34	11
Ik kom voor mezelf op	75	18	7
Als vrienden iets doen wat ik niet wil doe ik toch mee	9	33	59

Tabel 14-2 Voldoende weerbaar

		Weerbaarheid	
		Voldoende weerbaar %	Onvoldoende weerbaar %
Totaal		91	9
Geslacht*	Jongen	95	5
	Meisje	88	12
Leeftijd*	12-14 jaar	91	9
	15-18 jaar	92	8
Opleiding*	VMBO-overig	89	11
	VMBO-t	92	8
	HAVO	92	8
	VWO	92	8

*significant verschil

14.1.4. Patronen en relaties

Meisjes, 12-14 jarigen en leerlingen met een VMBO-overig-opleiding zijn minder weerbaar in vergelijking met jongens, 15-18 jarigen en leerlingen met VMBO-t, HAVO of VWO opleiding.

14.1.5. Vergelijking

Leerlingen in Drenthe verschillen nauwelijks in de antwoorden op de stellingen op het gebied van weerbaarheid ten opzichte van landelijke leerlingen. In Drenthe valt 91% van de leerlingen in de categorie 'voldoende weerbaar'. In Nederland ligt dit percentage met 90% iets lager.

15 Gehoorschade

Gehoorschade kan veroorzaakt worden door te vaak en te lang naar hard geluid te luisteren. Deze schade kan tijdelijk of blijvend zijn. Veel jongeren ervaren een piep in de oren na het uitgaan. Wat veel jongeren niet weten is dat deze piep een ernstige waarschuwing is. Die piep betekent namelijk dat een stukje van het gehoor stuk is gegaan. Wanneer dit te vaak gebeurt, kan de piep blijvend worden.

15.1.1. Belangrijkste uitkomsten

43% van alle jongeren geeft aan wel eens last te hebben van oorsuizen of een gepiep of getik in de oren, 7% heeft dat zelfs vaak of altijd. Weinig jongeren dragen gehoorbescherming. In vergelijking met 2013 hebben minder jongeren wel eens last van oorsuizen of een gepiep of getik in de oren.

15.1.2. Meting van gehoorschade

Als eerste werd gevraagd of jongeren wel eens last van oorsuizen of een piep of getik in de oren hebben gehad. Jongeren die aangaven 'soms', 'vaak' of 'altijd' last te hebben, kregen daarna de vraag wanneer ze daar last van hebben. Tot slot is aan de jongeren die soms of vaker last hebben gehad gevraagd of ze bij die gelegenheden gehoorbescherming droegen.

15.1.3. Resultaten in detail

Tabel 15-1 Wel eens last van oorsuizen of een piep of getik in de oren

		Last van oorsuizen, piep of tik in oren			
		Nooit	Soms	Vaak	Altijd
		%	%	%	%
Totaal		57	36	6	1
Geslacht*	Jongen	62	31	6	1
	Meisje	51	42	5	2
Leeftijd*	12-14 jaar	60	33	6	1
	15-18 jaar	53	40	6	2
Opleiding*	VMBO-overig	58	33	7	2
	VMBO-t	55	37	7	1
	HAVO	55	39	4	1
	VWO	59	36	4	1

*significant verschil

Tabel 15-2 Wanneer last van oorsuizen, piep of getik in de oren (bij jongeren die wel eens last hebben gehad van oorsuizen of een piep of getik in de oren, N=1940)

	Ja	Nee
	%	%
Altijd	6	94
Na popfestival, popconcert, festival	39	61
Na discotheekbezoek	20	80
Na school of verenigingsfeest	8	92
Na luisteren met koptelefoon	19	81
Na muziek maken	4	96
Na lawaaierig werk	14	86
Na uitoefenen van hobby, sport	4	96
Na andere gelegenheid	30	70

Tabel 15-3 Dragen van gehoorbescherming (bij jongeren die wel eens last hebben gehad van oorsuizen of een piep of getik in de oren, N=1912)

		Gehoorscherming			
		Nooit	Soms	Vaak	Altijd
		%	%	%	%
Totaal		84	12	3	1
Geslacht*	Jongen	81	13	4	1
	Meisje	86	11	2	1
Leeftijd*	12-14 jaar	82	14	2	1
	15-18 jaar	85	11	3	1
Opleiding*	VMBO-overig	83	13	2	1
	VMBO-t	86	12	2	1
	HAVO	84	11	4	1
	VWO	81	14	3	2

*significant verschil

15.1.4. Patronen en relaties

43% van alle jongeren geeft aan wel eens last te hebben van oorsuizen of een gepiep of getik in de oren, 4% heeft dat zelfs vaak of altijd. Meer meisjes en leerlingen in de oudste leeftijdsgroep geven aan soms wel eens last te hebben van oorsuizen of een piep of getik in de oren te hebben dan jongens. VMBO-leerlingen zeggen vaker 'vaak' last te hebben van oorsuizen of een piep in het oor. Van de jongeren die wel eens last heeft van oorsuizen draagt 16% wel eens gehoorbescherming, slechts 1% doet dat altijd. Jongens maken vaker gebruik van gehoorbescherming dan meisjes.

15.1.5. Trends

Minder vaak dan in 2013 geven jongeren aan last te hebben van oorsuizen of een gepiep of getik in de oren. De meest gunstige trends zijn te vinden bij leerlingen in de onderbouw en in het VMBO.

16 Welke veranderingen zijn er de afgelopen jaren geweest?

16.1. Inleiding

Veranderingen in de volksgezondheid en de leefgewoonten nemen doorgaans veel tijd in beslag. Kunnen we in een korte periode tussen twee onderzoeken dan wel zichtbare veranderingen verwachten? Als we afgaan op de resultaten van het eerdere jeugdonderzoek 2013 kunnen we dat zeker. We zagen toen dat jongeren zich wat ongezonder waren gaan voelen, vaker psychosociale problemen ondervonden en meer problemen tussen hun ouders en in hun familie rapporteerden. Ook zagen we dat jongeren weliswaar minder op school gepest werden, maar beduidend vaker via het internet en de mobiele telefoon onheus bejegend werden. De leefstijl van jongeren verbeterde opmerkelijk genoeg wel, tot uiting komend in een afname van roken en verminderd alcoholgebruik.

Hoe gaat het met de gezondheid en de leefstijl van jongeren in de periode 2013-2019? En zijn de trends in gezondheid en welbevinden nog steeds zo verschillend van de trends in leefstijl en gedrag? Om meer zicht te krijgen op de trends hebben we de onderzoeksresultaten van beide jaren geschikt gemaakt voor een vergelijkende analyse en voor statistische toetsing. Daarbij maken we opnieuw onderscheid tussen indicatoren van gezondheid en welbevinden en indicatoren van leefstijl en gedrag. De analyses van de trends zijn wat uitgebreider dan in de rapportage van 2013, want we kijken nu ook naar de rol van leeftijd, geslacht en opleidingsniveau.

16.2. Werkwijze

Het huidige onderzoek is in klas 2 en klas 4 uitgevoerd en het onderzoek van 2013 in alle klassen. Het is belangrijk om hiermee in de analyse rekening te houden. Om ervoor te zorgen dat beide onderzoeken vergelijkbaar zijn hebben we, door gebruik te maken van weging, de samenstelling van de deelnemende populatie in 2013 gelijk gemaakt aan die van 2019. We hebben de deelnemende jongeren in 2019 ingedeeld in groepen op basis van combinaties van leeftijd, opleidingsniveau en woongemeente. Deze groepsindeling hebben we vervolgens toegepast op de gegevens van 2013. Groepen die in 2013 relatief oververtegenwoordigd waren ten opzichte van 2019 krijgen een lage weegfactor, groepen die ondervertegenwoordigd waren een hogere weegfactor.

We hebben trends berekend voor die onderwerpen die zowel in 2013 als in 2019 identiek zijn nagevraagd. Ook hebben we waar mogelijk de resultaten gebruikt voor Drentse leerlingen die in de provincie Groningen naar school gaan en waarvan de gegevens beschikbaar zijn voor beide onderzoeksjaren. Enkele onderwerpen zouden zowel als indicator van gezondheid als indicator van leefstijl gezien kunnen worden. Gehoorschade als indicator van leefstijl laat natuurlijk ook iets zien van de gezondheid van jongeren. Spijbelgedrag zien we als indicator van gedrag maar we weten ook dat spijbelen te maken kan hebben met 'niet goed in je vel zitten', gepest worden en het niet naar je zin hebben op school. Wanneer leerlingen meer mantelzorg zijn gaan geven spreken we van een 'ongunstige trend': we gaan ervan uit dat er meer situaties zijn ontstaan waarin een beroep op jongeren gedaan wordt om zorg te verlenen. Het zou ook kunnen zijn dat jongeren meer betrokkenheid en verantwoordelijkheid zijn gaan tonen; daarmee zou het geven van mantelzorg eerder een indicator van leefstijl en gedrag zijn dan van gezondheid en welbevinden.

De resultaten van de statistische analyse laten we eerst zien voor alle leerlingen, als globale veranderingen (*overall trends*). Statistisch significante resultaten wijzen op duidelijk gunstige of ongunstige trends die waarschijnlijk niet op toeval berusten. Een gunstige of ongunstige verandering kan ook zo gering zijn dat toeval waarschijnlijker is. In de tabellen tonen we de resultaten als volgt:

	Gunstige trend, statistisch significant
	Gunstige trend, niet statistisch significant
	Ongunstige trend, statistisch significant
	Ongunstige trend, niet statistisch significant

Vervolgens laten we opvallende afwijkingen van deze globale trends zien binnen de subgroepen naar leeftijd, geslacht en opleidingsniveau. Soms is voor een bepaalde subgroep het tegenovergestelde van de *overall* trend zichtbaar en we karakteriseren zo'n situatie als 'gunstige trend' (terwijl de trend voor de totale groep ongunstig is) of 'ongunstige trend' (terwijl de trend voor de totale groep juist gunstig is). Vaker gaat het echter om graduele verschillen, waarbij een bepaalde subgroep een *relatief* gunstiger of ongunstiger beeld laat zien maar qua richting wel de *overall* trend volgt. Wanneer deze relatieve afwijkingen van de trend statistisch significant zijn omschrijven we ze bijvoorbeeld als 'relatief minder (on)gunstig' of 'relatief nog (on)gunstiger'.

16.3. Veranderingen in gezondheid en leefstijl

Over het algemeen zijn de veranderingen rond gezondheid, aandoeningen en welbevinden ongunstig:

Tabel 16-1 Mate van verandering in 2019 ten opzichte van 2013, gezondheid, aandoeningen en welbevinden

Onderwerp	Uitkomstcategorie	Score 2019 t.o.v. 2013 %	Aanduiding significantie
Beleving school	niet leuk, vreselijk	125,0%	
Aantal dagen ziek thuis	1 dag, 2 dagen, 3 of meer dagen	106,9%	
Ervaren gezondheid	gaat wel/niet zo best, slecht	95,5%	
Astma of bronchitis	ja, wel/niet door arts vastgesteld	79,8%	
Chronische vermoeidheid	ja, wel/niet door arts vastgesteld	138,6%	
Diabetes	ja, wel/niet door arts vastgesteld	114,3%	
Eczeem	ja, wel/niet door arts vastgesteld	107,4%	
Buikklachten	ja, wel/niet door arts vastgesteld	98,2%	
Migraine	ja, wel/niet door arts vastgesteld	131,7%	
ADHD	ja, wel/niet door arts vastgesteld	118,0%	
Anorexia, Boulimia	ja, wel/niet door arts vastgesteld	111,1%	
Allergie	ja, wel/niet door arts vastgesteld	127,6%	
Belemmering door aandoening	lichte mate, sterke mate	107,7%	
Psychosociale problematiek (SDQ)	grensgebied, afwijkend	118,6%	
Mantelzorg geven	geeft mantelzorg	159,5%	
Gepest worden op school	ja	74,6%	

Wanneer het gaat om leefstijl, gedrag en gezondheidsschade is over het algemeen sprake van een gunstige ontwikkeling:

Tabel 16-2 Mate van verandering in 2019 ten opzichte van 2013, leefstijl, gedrag en gezondheidsschade

Onderwerp	Uitkomstcategorie	Score 2019 t.o.v. 2013	Aanduiding significantie
		%	
Gehoorschade	soms, vaak, altijd	89,4%	
Aantal uur gespijbeld	1 uur, 2 uren, 3 uren of meer	156,3%	
Ontbijtgedrag	(bijna) nooit, 1-4 dagen	131,2%	
Ooit gerookt	ja	57,0%	
Gerookt in de afgelopen 4 weken	ja	47,6%	
Ooit waterpijp gerookt	ja	59,4%	
Waterpijp gerookt in afgelopen 4 weken	ja	87,5%	
Alcohol gedronken in afgelopen 4 weken	ja	80,4%	
Binge-drinken in afgelopen 4 weken	ja	77,6%	
Dronken of aangeschoten in afgelopen 4 weken	ja	84,6%	
Zelf gepest op school	ja	32,5%	

16.4. Veranderingen en de rol van geslacht en leeftijd

In de voorgaande hoofdstukken van dit rapport is vaak geconstateerd dat gezondheid en leefstijl samenhangen met leeftijd en geslacht. Over het algemeen leiden jongere leerlingen een gezonder leven dan leerlingen in de bovenbouw. Jongens hebben vaker dan meisjes een ongezonde leefstijl, maar ze rapporteren wel vaker dat het goed met hen gaat, vooral psychosociaal. Hier kijken we niet zozeer naar deze verschillen in gezondheid en leefstijl maar naar de trends in de afgelopen jaren. Zijn de trends voor jongere leerlingen afwijkend van de trends voor oudere leerlingen en zijn er opvallende verschillen tussen jongens en meisjes? De volgende tabellen tonen bij welke subgroepen een gunstige of juist ongunstige ontwikkeling gaande is. Alleen in het geval een trend voor een bepaalde subgroep statistisch significant afwijkt omschrijven we wat opvalt.

Opvallend is dat de trends voor jongere leerlingen vaak gunstiger zijn dan voor oudere leerlingen. Vooral bij de indicatoren van gezondheid en welbevinden zijn duidelijk gunstige ontwikkelingen te zien bij jongere leerlingen terwijl de trend voor oudere leerlingen juist ongunstig is. Jongere leerlingen zijn minder vaak ziek thuis dan voorheen en zijn hun gezondheid positiever gaan waarderen terwijl het tegendeel daarvan voor de oudere leerlingen geldt. De trends voor jongens en meisjes zijn niet heel verschillend van elkaar.

Tabel 16-3 Opvallende trends in gezondheid, aandoeningen en welbevinden naar leeftijd en geslacht

Onderwerp	Wat valt op aan de trend?		
	Overall Trend	Leeftijd	Geslacht
Beleving school		Relatief minder ongunstig voor jongere leerlingen	Relatief minder ongunstig voor jongens
Aantal dagen ziek thuis		Gunstige trend voor jongere leerlingen	Relatief minder ongunstig voor meisjes
Ervaren gezondheid		Ongunstige trend voor oudere leerlingen	
Chronische vermoeidheid			Relatief minder ongunstig voor jongens
Eczeem			Gunstige trend voor jongens
Migraine		Relatief minder ongunstig voor jongere leerlingen	

Tabel 16-4 Opvallende trends in leefstijl, gedrag en gezondheidsschade naar leeftijd en geslacht

Onderwerp	Overall Trend	Wat valt op aan de trend?	
		Leeftijd	Geslacht
Gehoorschade		Relatief minder gunstig voor oudere leerlingen	
Ontbijtgedrag		Relatief minder ongunstig voor jongere leerlingen	
Ooit gerookt		Relatief nog gunstiger voor jongere leerlingen	
Gerookt recent		Relatief nog gunstiger voor jongere leerlingen	Relatief nog gunstiger voor meisjes
Waterpijp gerookt recent		Relatief nog gunstiger voor jongere leerlingen	
Alcohol gedronken recent		Relatief nog gunstiger voor oudere leerlingen	
Binge-drinken		Relatief nog gunstiger voor oudere leerlingen	

16.5. Veranderingen en de rol van opleidingsniveau

Gezondheid en leefstijl hangen ook samen met het opleidingsniveau van leerlingen. In alle rapportages die we hebben uitgebracht over jongeren en hun gezondheid (vanuit de Gezondheidsmonitor Jeugd of vanuit de screening van de Jeugdgezondheidszorg) blijkt telkens weer dat VMBO-jongeren relatief een ongunstiger profiel hebben dan HAVO-jongeren, en dat HAVO-jongeren op hun beurt weer een ongunstiger profiel hebben dan VWO-jongeren. In de onderstaande tabellen worden opvallende trends getoond waarbij opleidingsniveau een (significante) rol speelt. Opvallend zijn enkele gunstige trends voor VMBO-jongeren terwijl de *overall* trend juist ongunstig is. VMBO-t-leerlingen zijn zich bijvoorbeeld minder belemmerd gaan voelen door een aandoening, terwijl bij de andere opleidingsniveaus juist sprake is van een ongunstige ontwikkeling. Een interessant voorbeeld van een *relatief* gunstiger trend is dat VMBO-leerlingen nog minder gehoorschade zijn gaan rapporteren dan HAVO- en VWO-scholieren. Wel komt naar voren dat VMBO-leerlingen bij het afnemende middelengebruik relatief juist achterblijven bij HAVO- en VWO-scholieren.

Tabel 16-5 Opvallende trends in gezondheid, aandoeningen en welbevinden naar opleidingsniveau

Onderwerp	Overall Trend	Wat valt op aan de trend?	
		Opleidingsniveau	
Aantal dagen ziek thuis		Gunstige trend voor VWO, relatief ongunstiger voor VMBO	
Eczeem		Gunstige trend voor VMBO-overig	
ADHD		Gunstige trend voor VWO, relatief ongunstiger voor HAVO	
Allergie		Relatief minder ongunstig voor VMBO	
Belemmering door aandoening		Gunstige trend voor VMBO-t	
Psychosociale problematiek (SDQ)		Relatief minder ongunstig voor VMBO-overig	
Mantelzorg geven		Relatief ongunstiger voor VMBO-overig en HAVO	

Tabel 16-6 Opvallende trends in leefstijl, gedrag en gezondheidsschade naar opleidingsniveau

Onderwerp	Overall Trend	Wat valt op aan de trend?	
		Opleidingsniveau	
Gehoorschade		Relatief nog gunstiger voor VMBO-t en VMBO-overig	
Gespijbeld		Relatief gunstiger voor VWO	
Ontbijtgedrag		Relatief minder ongunstig voor VMBO-overig	
Gerookt recent		Relatief minder gunstig voor VMBO-overig	
Ooit waterpijp gerookt		Relatief meest gunstige trend voor HAVO en VWO	
Waterpijp gerookt recent		Ongunstige trend voor VMBO-overig, relatief minder gunstig voor VMBO-t	
Dronken/aangeschoten		Ongunstige trend voor VMBO-overig	

16.6. Conclusies

Per saldo zien we een gemengd beeld van ongunstige én gunstige ontwikkelingen in de laatste jaren. Ongunstig, of op z'n best neutraal, zijn de trends in gezondheid en welbevinden. De toename van chronische vermoeidheid en migraine is indicatief voor de toegenomen ervaren druk en het afnemend welbevinden. Ook zien we een verslechtering in de psychosociale gezondheid. Uitgesproken gunstig, ook ten opzichte van het landelijke beeld, zijn de trends als het gaat om leefstijl en vooral middelengebruik. Een gunstige ontwikkeling is dat jongeren minder zijn gaan roken en drinken in vergelijking met een aantal jaren geleden. Deze globale schets van wat er in Drenthe gebeurt komt goed overeen met de beschrijvingen van soortgelijke uiteenlopende trends van het Nederlandse Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) onderzoek. Ook werd in de VTV-2018 gesignaleerd dat de mentale druk op jongeren lijkt toe te nemen. De verslechtering van de psychosociale gezondheid voltrekt zich als het ware los van de gunstige ontwikkelingen die er daarnaast ook zijn. De uiteenlopende trends die we in onze rapportage over het jeugdonderzoek 2013 in verband brachten met de financiële en economische crisis gaan onverminderd verder in dezelfde richting.

Onze meer gedetailleerde analyses van de trends zijn van belang om in te kunnen schatten of de verschillen naar leeftijd, geslacht en opleidingsniveau groter zijn geworden. Het beeld van VMBO-leerlingen is niet zoveel gunstiger of ongunstiger geworden vergeleken met dat van HAVO- of VWO-leerlingen. Als het om roken gaat is het relatief ongunstiger geworden voor VMBO-leerlingen, maar dat is juist niet het geval bij onderwerpen als gehoorschade en psychosociale problematiek. Ook als we kijken naar de trends voor jongens en meisjes is het beeld niet eenduidig: sommige resultaten wijzen op een gunstiger trend voor jongens (chronische vermoeidheid, eczeem, schoolbeleving), andere resultaten op een gunstiger trend voor meisjes (ziek thuis, roken). De enige factor die nagenoeg consistent bijdraagt aan een verscherping van verschillen is leeftijd. Bij veel onderwerpen is de trend voor leerlingen in de onderbouw gunstiger dan voor leerlingen in de bovenbouw. Bij trends in gezondheid en welbevinden zijn jongere leerlingen steeds in het voordeel. Terwijl bijvoorbeeld het ziekteverzuim bij oudere leerlingen toeneemt is bij jongere leerlingen juist een gunstige trend te zien. En jongere leerlingen zijn hun gezondheid als positiever gaan ervaren, terwijl het tegendeel geldt voor oudere leerlingen. Ook als het gaat om leefstijl en middelengebruik zijn de trends vooral voor de jongere leerlingen nóg gunstiger dan voor de oudere leerlingen. Uitzondering daarop vormen het alcoholgebruik en het binge-drinken waar oudere leerlingen de gunstigste trends laten zien. Wellicht speelt hier de 'wet van de remmende voorsprong' een rol, waarbij een verdergaande verbetering niet meer zo snel haalbaar is voor jongere leerlingen. Ook kan het verhogen van de wettelijke leeftijdsgrens voor het legaal nuttigen van alcohol van 16 naar 18 jaar hebben bijgedragen aan de gunstigste trends voor oudere leerlingen.

Met enkele laatste opmerkingen over de rol van leeftijd willen we deze rapportage beëindigen. De resultaten die we vooral in de bovenbouw zien rond gezondheid en welbevinden attenderen ons enerzijds op een ongunstige ontwikkeling. Oudere scholieren worden nog meer dan een aantal jaren terug geconfronteerd met issues die hun (psychosociale) gezondheid en welbevinden negatief beïnvloeden. En deze ongunstige trend doet zich voor in de levensfase van de late adolescentie waarin gezondheids- en leefstijlproblematiek zich toch al concentreert: meer stress, minder ervaren van geluk, ongezonder ontbijtgedrag en meer middelengebruik. Een hernieuwde focus op ontwikkelingen in deze levensfase is gewenst om opgroeiende jongeren in de bovenbouw te begeleiden bij gezondheids- en leefstijlproblemen en preventief gezondheidsbeleid voor deze doelgroep te formuleren. Anderzijds kunnen we ook de nadruk leggen op de gunstige trends die nu vooral zichtbaar zijn geworden bij de jongere leerlingen: ze wijzen op een positieve ontwikkeling bij jongeren die in zekere zin nog aan het begin van hun middelbare schoolcarrière staan. Of deze positieve ontwikkeling gaandeweg zichtbaar zal worden voor het gehele voortgezet onderwijs hangt

af van verschillende factoren. In welke mate jongeren hun schoolcarrière in goede gezondheid en met een gezonde leefstijl blijven doorlopen tot en met de bovenbouw is daarvan de belangrijkste.

17 Geraadpleegde bronnen

17.1. Digitale databases

CBS StatLine (Centraal Bureau voor de Statistiek, <https://opendata.cbs.nl/statline>)

17.2. Overige bronnen

Kuilman M., van der Veen, W.J., van Zanden, N. (2015). Jeugd in Drenthe. Basisrapport van het jeugdonderzoek 2013. Over de gezondheid en leefgewoonten van Drentse jongeren. Assen: GGD Drenthe, februari 2015.

RIVM Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2018, <https://www.vtv2018.nl/druk-op-jongeren>

Stevens, G., van Dorsselaer, S., Boer, M., de Roos, S., Duinhof, E., ter Bogt, T., van den Eijnden, R., Kuyper, L., Visser, D., Vollebergh, W., de Looze, M. (2018). HBSC 2017. Gezondheid en welzijn van jongeren in Nederland. Utrecht: Universiteit van Utrecht.

Bijlage De vragenlijst

Beste leerling,

Belangrijke **tips** voordat je de vragenlijst invult:

- Er zijn geen goede of foute antwoorden. Het gaat om jouw mening en jouw ervaringen.
- Het is belangrijk dat je alle vragen beantwoordt, ook al vind je het soms moeilijk om een antwoord te geven.
- Dit onderzoek is vertrouwelijk. Dat betekent dat aan jouw antwoorden geen naam of adres gekoppeld kan worden. Niemand komt dus te weten wat jij hebt ingevuld.

Veel succes!

Vraag 1. Hoe vul je deze vragenlijst in?

Je mag één antwoord geven.

- ☐ Op een pc of laptop
- ☐ Op een tablet
- ☐ Op een smartphone
- ☐ Op papier

Vraag 2. In welke klas/leerjaar zit je?

- ☐ 1
- ☐ 2
- ☐ 3
- ☐ 4
- ☐ 5
- ☐ 6

Vraag 3. Welk soort onderwijs volg je?

Je mag meer dan één antwoord geven.

- ☐ Vmbo-b (basis)
- ☐ Vmbo-k (kader)
- ☐ Vmbo-g (gemengd)
- ☐ Vmbo-t (theoretisch, mavo)
- ☐ Havo
- ☐ Vwo (atheneum, gymnasium)
- ☐ Ander soort onderwijs

Vraag 4. Hoe oud ben je?

- ☐ 12 jaar of jonger
- ☐ 13 jaar
- ☐ 14 jaar
- ☐ 15 jaar
- ☐ 16 jaar
- ☐ 17 jaar
- ☐ 18 jaar of ouder

Vraag 5. Ben je een jongen of een meisje?

- ☐ Jongen
- ☐ Meisje

Vraag 6. Wat zijn de 4 cijfers van je postcode?

We bedoelen het huisadres waar je de meeste tijd woont.

[Doorverwijzing: Als 4 cijfers ingevuld zijn bij vraag 6, dan vraag 7 overslaan.]

Vraag 7. Wat is je woonplaats?

We bedoelen de woonplaats waar je de meeste tijd woont.

_____ [in opklapscherm keuze uit alle woonplaatsen]

Vraag 8. Bij wie woon je de meeste dagen van de week?

Je mag één antwoord geven.

- ☐ Bij mijn ouders samen
- ☐ Ongeveer de helft van de tijd bij mijn ene ouder en de helft van de tijd bij mijn andere ouder (co-ouders)
- ☐ Bij mijn moeder en haar partner
- ☐ Bij mijn vader en zijn partner
- ☐ Alleen bij mijn moeder
- ☐ Alleen bij mijn vader
- ☐ Bij anderen (bijv. pleegouders, andere familie, internaat)
- ☐ Ik woon op mezelf

Vraag 9. Hebben jullie thuis moeite om rond te komen met geld?

Met thuis bedoelen we het gezin waar je de meeste tijd woont.

- ☐ Nee, geen enkele moeite
- ☐ Nee, geen moeite maar we moeten wel opletten
- ☐ Ja, enige moeite
- ☐ Ja, grote moeite

Vraag 10. Hoe is over het algemeen je gezondheid?

- ☐ Zeer goed
- ☐ Goed
- ☐ Gaat wel
- ☐ Slecht
- ☐ Zeer slecht

Vraag 11. Hoe gelukkig voel je je meestal?



Vraag 12. Wil je bij de volgende ziekten en aandoeningen aankruisen of je die hebt of in de afgelopen 12 maanden hebt gehad?

Kruis op iedere regel één vakje aan.

	Nee	Ja, niet door arts vastgesteld	Ja, wel door arts vastgesteld
Astma of bronchitis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Chronische vermoeidheid	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Diabetes mellitus (suikerziekte)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eczeem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Buikklachten langer dan 3 maanden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Migraine of regelmatige ernstige hoofdpijn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ADHD	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Anorexia of boulimia nervosa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Allergie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 13. In welke mate word of werd je hierdoor belemmerd bij het uitvoeren van je dagelijkse bezigheden?

- ☐ Sterke mate
- ☐ Lichte mate
- ☐ Niet belemmerd
- ☐ Niet van toepassing

Vraag 14. Hoeveel dagen ben je de laatste 4 weken dat er school was thuis gebleven, omdat je ziek was? Vakantieweken niet meetellen bij die 4 weken.

schooldagen

Vraag 15. Hoeveel lesuren heb je de laatste 4 weken dat er school was gespijbeld? Vakantieweken niet meetellen bij die 4 weken.

lesuren

Vraag 16. Wat is voor jou de belangrijkste reden om te spijbelen? Je moet alleen de belangrijkste reden aangeven, dus maar één antwoord geven!

- ☐ Ik spijbel als ik mijn huiswerk niet af heb
- ☐ Ik spijbel als ik een proefwerk heb
- ☐ Ik spijbel als ik geen zin heb in school
- ☐ Ik spijbel als ik (veel) tussenuren heb
- ☐ Ik spijbel als ik problemen heb
- ☐ Ik spijbel niet
- ☐ Andere reden

Vraag 17. Hoe vind je het op school?

- ☐ Hartstikke leuk
- ☐ Leuk
- ☐ Gaat wel
- ☐ Niet leuk
- ☐ Vreselijk

Vraag 18. De volgende vragen gaan over jou en je gedrag in de laatste 6 maanden.
Geef aan of de uitspraken voor jou 'niet waar zijn' of 'een beetje waar zijn' of 'zeker waar zijn'.
Kruis op elke regel één vakje aan.

	Niet waar	Een beetje waar	Zeker waar
Ik probeer aardig te zijn tegen anderen. Ik houd rekening met hun gevoelens	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben rusteloos, ik kan niet lang stil zitten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik heb vaak hoofdpijn, buikpijn, of ik ben misselijk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik deel makkelijk met anderen (zoals eten, drinken of pennen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik word erg boos en ben vaak driftig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben nogal op mijzelf. Ik ben liever alleen dan met anderen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik doe meestal wat me wordt opgedragen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik pieker veel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik help iemand die zich heeft bezeerd, van streek is of zich ziek voelt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik zit constant te wiebelen of te friemelen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik heb minstens één goede vriend of vriendin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik vecht vaak. Het lukt mij andere mensen te laten doen wat ik wil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben vaak ongelukkig, in tranen of zit in de put	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andere jongeren van mijn leeftijd vinden mij over het algemeen aardig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben snel afgeleid, ik vind het moeilijk om me te concentreren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben zenuwachtig in nieuwe situaties. Ik verlies makkelijk mijn zelfvertrouwen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben aardig tegen jongere kinderen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik word er vaak van beschuldigd dat ik lieg of bedrieg	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andere kinderen of jongeren pesten of treiteren mij	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik bied anderen vaak aan hen te helpen (ouders, docenten, kinderen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik denk na voor ik iets doe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik neem dingen weg die niet van mij zijn thuis, op school of op andere plaatsen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik kan beter met volwassenen opschieten dan met jongeren van mijn leeftijd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben voor heel veel dingen bang, ik ben snel angstig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik maak af waar ik mee bezig ben. Ik kan mijn aandacht er goed bij houden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

De volgende vragen gaan over hoe je je voelt en hoe het met je ging de afgelopen 4 weken.

Vraag 19 Wil je a.u.b. bij elke vraag het antwoord geven dat het best benadert hoe vaak je je zo voelde? (graag op elke regel een hokje aankruisen).

Hoe vaak gedurende de afgelopen 4 weken:	altijd	meestal	vaak	soms	zelden	nooit
Was je erg zenuwachtig?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zat je zo in de put, dat niets je kon opvrolijken?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Voelde je je kalm en rustig?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Had je veel energie?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Voelde je je somber en neerslachtig?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Was je een gelukkig mens?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

De onderstaande uitspraken gaan over opkomen voor jezelf en het maken van keuzes (zoals over pesten, kleding, uitgaan, roken, alcoholgebruik, seksualiteit).

Vraag 20. Geef aan in hoeverre je het eens bent met onderstaande uitspraken.

Kruis op elke regel één vakje aan.

	Helemaal mee eens	Mee eens	Soms wel, soms niet	Mee oneens	Helemaal mee oneens
Ik weet wat ik wel en niet wil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik zeg het als iemand iets doet wat ik vervelend vind	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik laat mij makkelijk overhalen om dingen te doen die ik niet wil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik kan heel goed nee zeggen tegen mijn vrienden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik vind het moeilijk om hulp te vragen als iemand mij lastig valt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik doe alleen maar dingen die ik zelf echt wil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik kom voor mezelf op als iemand mij uitscheldt, beledigt of bedreigt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Als mijn vrienden iets doen wat ik eigenlijk niet wil dan doe ik toch maar mee	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 21. Hoe vaak voel je je gestrest?*Kruis op elke regel één vakje aan.*

	Nooit	Bijna nooit	Soms	Vaak	Ze vaak
Ik voel me gestrest door <u>school of huiswerk</u>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik voel me gestrest door mijn <u>situatie thuis</u> (zoals zorgen, problemen of ruzies thuis)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik voel me gestrest door <u>eigen problemen</u> (zoals mijn gezondheid, ruzies met andere jongeren, geheimen of schulden)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik voel me gestrest over <u>wat anderen van me vinden</u>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik voel me gestrest door <u>alles wat ik moet doen</u> (school, huiswerk, social media, bijbaantje, sporten etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 22. Wat heb je meegemaakt of maak je nu mee?*Kruis op elke regel één vakje aan.*

	Nooit meegemaakt	Heb ik meegemaakt	Maak ik nu mee
Overlijden van iemand in je gezin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Ernstige lichamelijke ziekte of beperking van iemand in je gezin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ernstige lichamelijke ziekte of beperking van jezelf	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Psychische ziekte van iemand in je gezin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Psychische ziekte van jezelf	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Verslaving aan alcohol, drugs of gokken van iemand in je gezin (niet roken)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Scheiding van je ouders	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Problemen met geld/inkomen van je ouders	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Problemen met werk/werkloosheid van (een van) je ouders	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 23. Verzorg jij iemand die voor langere tijd ziek is of die gehandicapt is en bij jou in huis woont? *Er zijn meerdere antwoorden mogelijk*

- ☐ Ja, mijn ouders/verzorgers
☐ Ja, mijn broer/zus
☐ Ja, een andere huisgenoot
☐ Nee → Ga naar vraag 25

Vraag 24. Sommigen voelen zich erg belast door de verzorging van een ander. Zij vinden de zorg zwaar en moeilijk vol te houden. Voor anderen geldt dat minder of niet. Hoe belast voel jij je op dit moment?

- ☐ Niet of nauwelijks belast
- ☐ Een beetje belast
- ☐ Tamelijk zwaar belast
- ☐ Zeer zwaar belast
- ☐ Overbelast, ik kan de zorg eigenlijk niet meer volhouden

Vraag 25. Op hoeveel dagen per week ga je lopend of fietsend naar school of naar je stageplek?

- ☐ (Bijna) nooit
- ☐ 1 dag per week
- ☐ 2 dagen per week
- ☐ 3 dagen per week
- ☐ 4 dagen per week
- ☐ 5 dagen per week

Vraag 26. Op hoeveel dagen per week doe je aan sport bij een club, vereniging of sportschool? Zoals fitness, zwemmen, voetbal, tennis, dansen.

- ☐ (Bijna) nooit
- ☐ Minder dan 1 dag per week
- ☐ 1 dag per week
- ☐ Meerdere dagen per week
- ☐ Elke dag

Vraag 27. Op hoeveel dagen per week sport of beweeg je in je vrije tijd zonder club, vereniging of sportschool? Lopen en fietsen naar school tellen niet mee.

Zoals voetballen op straat, fietsen, hardlopen, skeeleren, zwemmen, thuis dansen, kranten bezorgen.

- ☐ (Bijna) nooit
- ☐ Minder dan 1 dag per week
- ☐ 1 dag per week
- ☐ Meerdere dagen per week
- ☐ Elke dag

Vraag 28. Op hoeveel dagen per week sport of beweeg je minstens 1 uur?

Tel alle vormen van sporten of bewegen die je op een dag doet bij elkaar op.

Denk ook aan je reistijd naar en van school of je stageplek.

- ☐ (Bijna) nooit
- ☐ 1 dag per week
- ☐ 2 dagen per week
- ☐ 3 dagen per week
- ☐ 4 dagen per week
- ☐ 5 dagen per week
- ☐ 6 dagen per week
- ☐ Elke dag

Vraag 29. Hoeveel dagen per week ontbijt jij meestal?

- ☐ (Bijna) nooit
- ☐ 1 dag per week
- ☐ 2 dagen per week
- ☐ 3 dagen per week
- ☐ 4 dagen per week
- ☐ 5 dagen per week
- ☐ 6 dagen per week
- ☐ Elke dag

Vraag 30. Op hoeveel dagen per week drink je water (minimaal een glas)?

- ☐ (Bijna) nooit
- ☐ 1 dag per week
- ☐ 2 dagen per week
- ☐ 3 dagen per week
- ☐ 4 dagen per week
- ☐ 5 dagen per week
- ☐ 6 dagen per week
- ☐ Elke dag

De volgende vragen gaan over **drankjes met suiker**.

LET OP: Light dranken (zoals cola light, Dubbelfrisss light, Crystal Clear of Optimel) tellen **niet** mee.

We bedoelen wel:

- Frisdrank met suiker (zoals cola, sinas, Icetea (green), Spa & Fruit of Dubbelfrisss)
- Energiedrankjes (energy drinks, zoals Red Bull)
- Sportdrankjes (zoals AA-drink of Extran)
- Aanmaaklimonade (zoals siroop of ranja)
- Vruchtensap (zoals sinaasappelsap, appelsap, multivitaminesap of Dubbeldrank)
- Zoete melk- of yoghurt drankjes (zoals chocolademelk, milkshake, Fristi of Yogidrink)
- Koffie of thee met suiker of honing

Vraag 31. Op hoeveel dagen per week drink je drankjes met suiker?

- ☐ (Bijna) nooit **Ga naar vraag 33**
- ☐ 1 dag per week
- ☐ 2 dagen per week
- ☐ 3 dagen per week
- ☐ 4 dagen per week
- ☐ 5 dagen per week
- ☐ 6 dagen per week
- ☐ Elke dag

Vraag 32. Als je drankjes met suiker drinkt, hoeveel glazen drink je dan?

- ☐ 1 glas per dag, of minder
- ☐ 2 glazen per dag
- ☐ 3 glazen per dag
- ☐ 4 glazen per dag
- ☐ 5 glazen per dag
- ☐ 6 glazen per dag
- ☐ Meer dan 6 glazen per dag

Vraag 33. Op hoeveel dagen per week drink je energiedrankjes (energy drinks)?

Zoals Red Bull, Bullit, Rockstar, Golden Power of Monster.

LET OP: Sportdrankjes in flesjes zoals AA-drink en Extran tellen niet mee.

- ☐ (Bijna) nooit **Ga naar vraag 35**
- ☐ 1 dag per week
- ☐ 2 dagen per week
- ☐ 3 dagen per week
- ☐ 4 dagen per week
- ☐ 5 dagen per week
- ☐ 6 dagen per week
- ☐ Elke dag

Vraag 34. Als je energiedrankjes (energy drinks) drinkt, hoeveel blikjes drink je dan?

- ☐ 1 blikje per dag
- ☐ 2 blikjes per dag
- ☐ 3 blikjes per dag
- ☐ 4 blikjes per dag
- ☐ 5 blikjes per dag
- ☐ 6 blikjes per dag
- ☐ Meer dan 6 blikjes per dag

Vraag 35. Heb je ooit alcohol gedronken? Alcoholvrije dranken (zoals Radler 0,0%) tellen niet mee.

- ☐ Ja, een heel glas of meer
- ☐ Ja, alleen een paar slokjes
- ☐ Nee **Ga naar vraag 41**

Vraag 36. Op hoeveel dagen heb je alcohol gedronken?

Kruis op elke regel één vakje aan.

	Nooit	1 of 2 dagen	3 t/m 5 dagen	6 t/m 9 dagen	10 dagen of meer
In je hele leven		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
In de laatste 4 weken	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 37. Hoe vaak heb je in de laatste 4 weken VIJF OF MEER drankjes met alcohol gedronken bij één gelegenheid (bijvoorbeeld op een feestje of op één avond)?

- ☐ Nooit
- ☐ 1 keer
- ☐ 2 keer
- ☐ 3 of 4 keer
- ☐ 5 of 6 keer
- ☐ 7 of 8 keer
- ☐ 9 keer of vaker

Vraag 38. Hoe vaak ben je dronken of aangeschoten geweest door het drinken van alcohol?

Kruis op elke regel één vakje aan.

	Nooit	1 keer	2 keer	3 keer	4 t/m 10 keer	11 keer of vaker
In je hele leven	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
In de laatste 4 weken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 39. Als je alcohol drinkt, waar is dit dan meestal?

Je mag maximaal drie antwoorden geven; als je op meer plekken alcohol drinkt, geef dan alleen de drie belangrijkste aan.

- ☐ Thuis of bij anderen thuis
- ☐ Op een schoolfeest
- ☐ Op een feest of festival
- ☐ In een disco
- ☐ In een café, bar, snackbar of op een terras
- ☐ In een restaurant
- ☐ In de sportkantine of bij een vereniging
- ☐ Op straat, in een park of ergens anders buiten (en dan niet op een terras)
- ☐ In een keet, hok of schuur
- ☐ Ergens anders

Vraag 40. Wat vinden je ouders/verzorgers ervan dat je alcohol drinkt?

- ☐ Ze vinden het goed
- ☐ Ze vinden dat ik minder alcohol zou moeten drinken
- ☐ Ze raden het af
- ☐ Ze verbieden het
- ☐ Ze weten het niet
- ☐ Ze zeggen er niets van

Vraag 41. Heb je ooit gerookt? *Hiermee bedoelen we sigaretten en shag (sjek), geen elektronische sigaret.*

- ☐ Ja, een hele sigaret of meer
- ☐ Ja, alleen een paar trekjes
- ☐ Nee **Ga naar vraag 43**

Vraag 42. Hoe vaak rook je nu?

- ☐ Elke dag
- ☐ Minstens 1 keer per week, maar niet elke dag
- ☐ Minder dan 1 keer per week
- ☐ Ik rook niet

Vraag 43. Heb je ooit een elektronische sigaret gebruikt (e-sigaret, shisha-pen, e-hookha, e-smoker, flavor vape)?

- ☐ Ja, vaker dan 1 keer
- ☐ Ja, 1 keer **Ga naar vraag 45**
- ☐ Nee, nooit **Ga naar vraag 45**
- ☐ Ik weet niet wat dat is **Ga naar vraag 45**

Vraag 44. Hoe vaak gebruik je nu een elektronische sigaret?

- ☐ Elke dag
- ☐ Minstens 1 keer per week, maar niet elke dag
- ☐ Minder dan 1 keer per week
- ☐ Ik gebruik geen elektronische sigaret

Vraag 45. Roken er mensen in je directe omgeving?

- ☐ Ja
- ☐ Nee **Ga naar vraag 47**

Vraag 46. Wie roken er in je directe omgeving?

- ☐ (Pleeg)ouders/verzorgers
- ☐ Mijn (stief)broer/zus
- ☐ Eén van mijn vrienden
- ☐ Eén van mijn klasgenoten waar ik mee om ga
- ☐ Eén van mijn teamgenoten bij de sportclub
- ☐ Iemand anders

Vraag 47. Heb je wel eens waterpijp gerookt?

- ☐ Ja
- ☐ Nee **→ Ga naar vraag 49**

Vraag 48. Hoe vaak heb je waterpijp gerookt?

Kruis op iedere regel één vakje aan.

	0 keer	1 keer	2 keer	3 keer	4 keer	5 keer	6 keer	7 keer	8 keer	9 keer	10 keer	11-19 keer	20 keer of vaker
In de laatste 4 weken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 49. Heb je ooit wiet of hasj gebruikt?

- ☐ Ja
- ☐ Nee **Ga naar vraag 51**

Vraag 50. Op hoeveel dagen heb je wiet of hasj gebruikt?

Kruis op elke regel één vakje aan.

	Nooit	1 of 2 dagen	3 t/m 5 dagen	6 t/m 9 dagen	10 dagen of meer
In je hele leven		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
In de laatste 4 weken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 51. Welke van de volgende middelen heb je gebruikt?

Kruis op iedere regel één vakje aan.

	Niet gebruikt	In de laatste 4 weken gebruikt	Wel gebruikt, maar langer dan 4 weken geleden
XTC (ecstasy, MDMA)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Paddo's	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Amfetamine (uppers, pep of speed)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
GHB	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lachgas (ballonnetjes)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

De volgende vragen gaan over pesten. Pesten is bijvoorbeeld schelden, roddelen, vervelende berichtjes sturen, iets afpakken, spugen of iemand buitensluiten. Met pesten wordt hier bedoeld dat een persoon door anderen wordt getreiterd op een manier die deze persoon echt niet leuk vindt.

Vraag 52. Hoe vaak ben je de laatste 3 maanden gepest op school?

- ☐ Nooit
- ☐ Minder dan 2 keer per maand
- ☐ 2 of 3 keer per maand
- ☐ Ongeveer 1 keer per week
- ☐ Meerdere keren per week

Vraag 53. Hoe vaak heb je de laatste 3 maanden zelf een andere leerling op school gepest?

- ☐ Nooit
- ☐ Minder dan 2 keer per maand
- ☐ 2 of 3 keer per maand
- ☐ Ongeveer 1 keer per week
- ☐ Meerdere keren per week

De volgende vragen gaan over pesten via internet, social media of mobiele telefoon. Het gaat om pesten op een manier die de ander niet leuk vindt.

Voorbeelden zijn:

- iemand uitschelden op social media
- iemand bedreigen op social media
- gemene roddels over iemand online verspreiden
- vervelende foto's of filmpjes van iemand verspreiden

Vraag 54. Hoe vaak ben je de laatste 3 maanden gepest via internet, social media of mobiele telefoon?

- ☐ Nooit
- ☐ Minder dan 2 keer per maand
- ☐ 2 of 3 keer per maand
- ☐ Ongeveer 1 keer per week
- ☐ Meerdere keren per week

Vraag 55. Hoe vaak heb je de laatste 3 maanden zelf een ander gepest via internet, social media of mobiele telefoon?

- ☐ Nooit
- ☐ Minder dan 2 keer per maand
- ☐ 2 of 3 keer per maand
- ☐ Ongeveer 1 keer per week
- ☐ Meerdere keren per week

Vraag 56. Hoe vaak heb je de laatste 6 maanden een naaktfoto of seksfilmpje van jezelf aan iemand anders gestuurd?

- ☐ Nooit
- ☐ 1 keer
- ☐ 2 keer of vaker

De volgende vraag gaat over jouw ervaring met social media.

Met social media bedoelen we bijvoorbeeld Instagram, WhatsApp, Snapchat, Facebook en YouTube.

Vraag 57. Kun je van de onderstaande ervaringen aangeven hoe vaak je deze hebt?

Kruis op elke regel één vakje aan.

	Nooit	Bijna nooit	Soms	Vaak	Zeer vaak
Hoe vaak vind je het moeilijk om met social media te stoppen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak zeggen anderen (bijvoorbeeld ouders of vrienden) dat je minder tijd zou moeten besteden aan social media?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak gebruik je liever social media dan dat je in het echt tijd met anderen doorbrengt (bijvoorbeeld vrienden of ouders)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak voel je je onrustig, gestrest of geïrriteerd wanneer je geen social media kunt gebruiken?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak raffel je je huiswerk af om social media te gebruiken?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak ga je social media gebruiken omdat je je rot voelt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak kom je slaap te kort door social media?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

De volgende vraag gaat over gamen. Met games bedoelen we alle spellen/spelletjes die je speelt op een smartphone, tablet, laptop, pc, Mac of spelcomputer (zoals Playstation, Xbox, Nintendo).

Vraag 58. Hoe vaak speel je games?

- ☐ (Bijna) nooit **Ga naar vraag 60**
- ☐ Minder dan 1 dag per week
- ☐ 1 dag per week
- ☐ 2 of 3 dagen per week
- ☐ 4 of 5 dagen per week
- ☐ (Bijna) elke dag

De volgende vraag gaat over jouw ervaring met gamen.

Vraag 59. Kun je van de onderstaande ervaringen aangeven hoe vaak je deze hebt?

Kruis op elke regel één vakje aan.

	Nooit	Bijna nooit	Soms	Vaak	Ze er vaak
Hoe vaak vind je het moeilijk om met gamen te stoppen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak zeggen anderen (bijvoorbeeld ouders of vrienden) dat je minder zou moeten gamen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak ga je liever gamen dan dat je in het echt tijd met anderen doorbrengt (bijvoorbeeld vrienden of ouders)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak voel je je onrustig, gestrest of geïrriteerd wanneer je niet kunt gamen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak raffel je je huiswerk af omdat je wilt gamen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak ga je gamen omdat je je rot voelt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak kom je slaap te kort door het gamen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 60. Heb je ooit met iemand gezoend (tongzoenen)?

- ☐ Ja
☐ Nee, nooit **Ga naar vraag 63**

Vraag 61. Heb je ooit seksuele gemeenschap gehad (sommigen noemen het ook “seks hebben”, “het doen” of “met elkaar naar bed gaan”)?

- ☐ Ja
☐ Nee, nooit **Ga naar vraag 63**

Vraag 62. Heb je altijd een condoom gebruikt toen je seks had?

- ☐ Ja, altijd
☐ Nee, niet altijd
☐ Nee, nooit
☐ Ik weet het niet meer

Vraag 63. Heb je wel eens last van oorsuizen of een piep of getik in je oren?

- ☐ Nooit ➔ Ga naar het einde van de vragenlijst
- ☐ Soms
- ☐ Vaak
- ☐ Altijd

Vraag 64. Wanneer heb je daar last van? Er zijn meerdere antwoorden mogelijk

- ☐ Altijd
- ☐ Na een popfestival, popconcert, houseparty of dance event
- ☐ Na een discotheekbezoek
- ☐ Na een school- of verenigingsfeest
- ☐ Na het luisteren met een hoofdtelefoon, smartphone of ipod/mp3/mp4 speler
- ☐ Na het zelf maken van muziek (bespelen instrument, spelen/zingen in band/orkest/koor/draaien als dj)
- ☐ Na het werken in lawaaierige omstandigheden
- ☐ Na het uitoefenen van een hobby/sport die met lawaai gepaard gaat (schieten, motorrijden)
- ☐ Na een andere gelegenheid, nl _____

Vraag 65. Draag je bij die gelegenheden gehoorbescherming?

- ☐ Nooit
- ☐ Soms
- ☐ Vaak
- ☐ Altijd

Dit is het einde van de vragenlijst.

Bedankt voor het invullen van de vragenlijst!