



Feitenkaart mentale gezondheid jeugd

Landelijke afname mentale gezondheid onder jongeren

Tussen 2017 en 2021 zijn mentale problemen onder scholieren van het basis- en voortgezet onderwijs landelijk flink toegenomen. Zowel jongens als meisjes ervaren vaker dan voorheen emotionele problemen, psychosomatische klachten, hyperactiviteit/aandachtsproblemen en gedragsproblemen. De toename in mentale problemen is met name onder meisjes in het voortgezet onderwijs zeer sterk [1]. Het dalende mentale welbevinden hangt vermoedelijk grotendeels samen met de coronacrisis, maar ook factoren zoals economische onzekerheid, sociale verwachtingen en een toenemende prestatiedruk zijn van invloed [2, 3].

Het doel van de Landelijke nota gezondheidsbeleid 2020-2024 [4] is om de mentale gezondheid van jongeren te verbeteren, hun veerkracht te versterken en de mentale druk te verminderen.

Deze feitenkaart geeft inzicht in de mentale gezondheid van tweede- en vierdeklassers in de Rotterdam-Rijnmond regio. De resultaten komen uit de Gezondheidsmonitor Jeugd 2021. In totaal deden 8.916 respondenten mee aan dit onderzoek door middel van het invullen van een vragenlijst.

Meetinstrument

Mentale gezondheid wordt gemeten met de **Mental Health Inventory 5 (MHI-5)**. De MHI-5 bestaat uit 5 vragen die betrekking hebben op hoe men zich de afgelopen 4 weken voelde, zoals "Voelde je je erg zenuwachtig?" en "Zat je zo erg in de put dat niets je kon opvrolijken?". Op basis van de antwoorden wordt een somscore berekend waarmee respondenten ingedeeld worden in de categorie "heeft psychische klachten" of "heeft geen psychische klachten".

In de Gezondheidsmonitor Jeugd van 2015 en 2019 werd de **Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)** gebruikt om mentale gezondheid te meten. Vanwege de instrumentwijziging is het niet mogelijk om de resultaten van de huidige monitor met de voorgaande monitors te vergelijken.

Auteur

Menthe Rijk, Onderzoek en Business Intelligence Gemeente Rotterdam. Met dank aan Sarah Boer. Fotografie: Wokandapix via Pixabay

Datum

10-10-2023

Meer informatie

Deze feitenkaart is te vinden op Gezondheidinkkaart.nl.

Vragen over deze feitenkaart mailt u naar gezondheidsmonitor@rotterdam.nl.



GGD
Rotterdam-
Rijnmond

Hoe gaat het met de jeugd in de regio Rotterdam-Rijnmond?

Tussen 2015 en 2019 zagen we een toename in het aandeel tweede- en vierdeklassers met psychische klachten, zowel in Rotterdam (18% naar 27%) als in de rest van de regio (18% naar 26%). In 2021 gaf ruim één op de drie tweede- en vierdeklassers in Rotterdam aan dat zij psychische klachten hebben. Dit is hoger dan in de regio (zie tabel 1).

Deze resultaten suggereren een verdere toename in het aandeel jongeren met psychische klachten. Echter, omdat in 2021 een ander meetinstrument is gebruikt dan in 2019 en 2015 (MHI-5 vs. SDQ), zijn de resultaten niet vergelijkbaar. We kunnen hierdoor niet met zekerheid vaststellen dat psychische klachten onder jongeren toegenomen zijn.

Van de jongeren in Rotterdam met psychische klachten geeft 16% aan ernstige psychische klachten te ervaren. In de rest van de regio is dit 15%. Zowel in Rotterdam als in de rest van de regio geven tweedeklassers iets vaker aan ernstige psychische klachten te ervaren dan vierdeklassers.

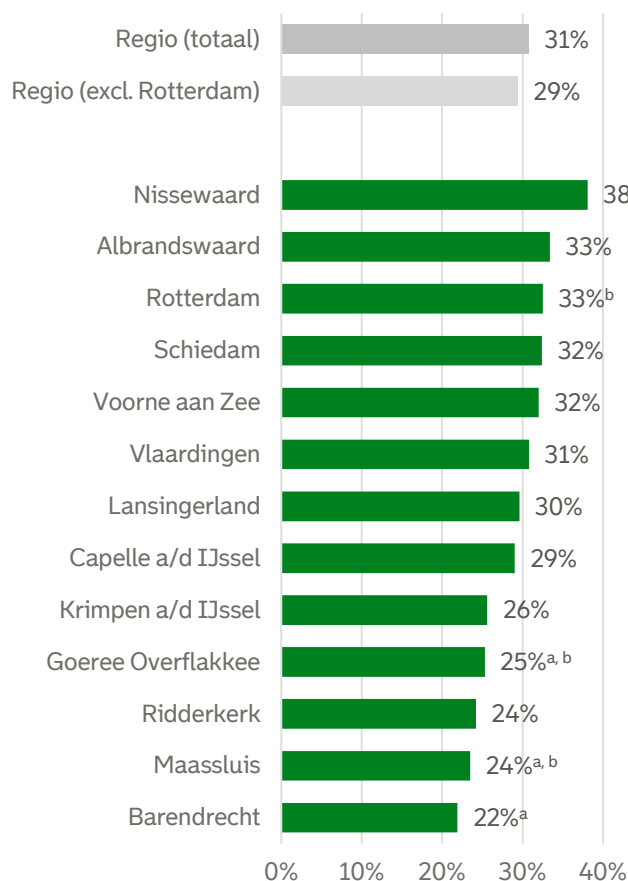
Tabel 1. Aandeel jongeren met psychische klachten in Rotterdam en regio, uitgesplitst naar klas (2021).

| | Rotterdam | Regio excl. Rotterdam |
|------------------------|-----------|-----------------------|
| Klas 2 | 30% | 27% |
| <i>Waarvan ernstig</i> | 19% | 16% |
| Klas 4 | 35% | 31% |
| <i>Waarvan ernstig</i> | 14% | 14% |
| Klas 2 en 4 | 33% | 29% |
| <i>Waarvan ernstig</i> | 16% | 15% |

Er zijn flink wat verschillen tussen de gemeenten in het aandeel jongeren met psychische klachten. Jongeren in Nissewaard geven het vaakst aan psychische klachten te hebben en jongeren in Barendrecht het minst vaak (zie figuur 1). Nissewaard en Rotterdam scoren significant hoger dan het

regiogemiddelde (excl. Rotterdam). Goeree-Overflakkee en Maassluis, daarentegen, hebben ten opzichte van de regio (excl. Rotterdam) een significant kleiner aandeel jongeren met psychische klachten.

Figuur 1. Aandeel jongeren met psychische klachten per gemeente (2021).



^a Significant verschil t.o.v. regio (totaal)

^b Significant verschil t.o.v. regio (excl. Rotterdam)

Welke jongeren hebben vaker last van psychische klachten?

Uit de gezondheidsmonitor jeugd 2021 blijkt dat meisjes, vierdeklassers, havo- en vwo-leerlingen en jongeren uit een gezin dat moeite heeft met rondkomen vaker last hebben van psychische klachten (zie tabel 2). Deze groepen worden ook op landelijk niveau als risicogroepen beschouwd (met uitzondering van de havo- en vwo-leerlingen) [5, 6].

Tabel 2. Aandeel jongeren in de regio met psychische klachten, uitgesplitst naar geslacht, leerjaar, onderwijssoort en financiële situatie gezin (2021).

| Geslacht | |
|---------------------------|------|
| Jongen | 19% |
| Meisje | 40%* |
| Leerjaar | |
| Klas 2 | 28% |
| Klas 4 | 33%* |
| Onderwijssoort | |
| Vmbo | 29%* |
| Havo | 33% |
| Vwo (ref) | 34% |
| Financiële situatie gezin | |
| Geen moeite met rondkomen | 29% |
| Moeite met rondkomen | 67%* |

* Significant verschil ($p < 0,05$) t.o.v. referentiegroep. Bij meer dan twee groepen, wordt de referentiegroep aangeduid met 'ref'.

Samenhang met andere factoren

Psychische gezondheid kan door verschillende factoren beïnvloed worden [5, 6]. Zo worden stress en ingrijpende levensgebeurtenissen vaak als risicofactoren beschouwd en sociale steun en veerkracht als beschermende factoren. De samenhangende factoren uit de Gezondheidsmonitor Jeugd kunnen ook opgesplitst worden in beschermende- en risicofactoren (zie tabel 3).

Tabel 3. Relatieve kans op psychische klachten onder jongeren in de regio, uitgesplitst naar beschermende- en risicofactoren (2021).

| Beschermende factoren ^a | Kans ^b |
|---|-------------------|
| Voelt zich (zeer) gelukkig | 0,2 |
| (Zeer) goede gezondheid | 0,3 |
| Is veerkrachtig ¹ | 0,3 |
| Heeft veel vertrouwen in toekomst | 0,3 |
| Voldoende weerbaar | 0,4 |
| Positieve gezinsomgeving | 0,5 |
| Voldoet aan beweegrichtlijn ² | 0,7 |
| Risicofactoren ^a | |
| (Zeer) vaak gestrest door ≥ 1 factor | 7,1 |
| Vaak tot altijd eenzaam laatste 4 weken | 3,7 |

| | |
|---|-----|
| Slechte relatie met ouders | 3,5 |
| Laatste 3 maanden online gepest | 2,2 |
| Problematisch sociale media gebruik | 2,2 |
| Laatste 3 maanden gepest op school | 2,1 |
| Problematisch gamegedrag | 1,6 |
| Ooit wiet of hasj gebruikt | 1,6 |
| Ooit harddrugs gebruikt | 1,5 |
| Ooit gerookt (≥ 1 sigaret) | 1,5 |
| Ooit alcohol gedronken (≥ 1 glas) | 1,4 |

^a Voor alle factoren geldt dat de relatieve kans op psychische klachten significant verschilt van de referentiegroep. De referentiegroep is de groep jongeren die de betreffende factor niet ervaart.

^b Met 'kans' wordt de relatieve kans op psychische klachten bedoeld.

Jongeren die een goede fysieke gezondheid ervaren en zich gelukkig, weerbaar en veerkrachtig voelen, hebben een lagere kans om psychische klachten te ervaren. Ook is de kans op psychische klachten significant lager voor jongeren die vertrouwen hebben in de toekomst en die voldoende bewegen volgens de beweegrichtlijn. Een positieve gezinsomgeving is ook een beschermende factor.

Een slechte relatie met ouders, daarentegen, hangt sterk samen met een slechtere psychische gezondheid. Ook jongeren die zich vaak gestrest of eenzaam voelen of in de afgelopen 3 maanden gepest zijn (online of op school), hebben een significant hogere kans om psychische klachten te ervaren. Middelengebruik en problematisch gamen of sociale media gebruik hangen ook negatief samen met psychische gezondheidsklachten.

Er kan niet met zekerheid gezegd worden op welke manier een slechtere mentale gezondheid samenhangt met bepaalde risicofactoren. Zo kan het bijvoorbeeld zijn dat middelengebruik en de bijbehorende (sociale en fysieke) gevolgen de mentale gezondheid verminderen [8]. Tegelijkertijd

¹ Veerkracht wordt gemeten met behulp van de volgende items: "Na een moeilijke periode herstel ik meestal snel" en "Ik vind het moeilijk om me door stressvolle gebeurtenissen heen te slaan". Voor beide items was de kans op psychische klachten hetzelfde.

² Voor kinderen van 4 tot 18 jaar geldt de volgende beweegrichtlijn: minstens elke dag een uur matig intensieve inspanning, zoals fietsen, wandelen of zwemmen [7].

kan het ook zo zijn dat jongeren die last hebben van mentale klachten eerder geneigd zijn om middelen te gebruiken [9]. Hetzelfde geldt voor de samenhang tussen mentale gezondheid en problematisch gebruik van sociale media en problematisch gamegedrag. Het is mogelijk dat problematisch gebruik van sociale media of problematisch gamen de mentale gezondheid van jongeren negatief beïnvloedt, bijvoorbeeld omdat zij op sociale media of tijdens het gamen veel negativiteit kunnen

tegenkomen. Zo kunnen jongeren online geïntimideerd of uitgescholden worden [10] of een te grote hoeveelheid aan negatief nieuws consumeren (i.e. 'doomscrolling' [11]). Het kan echter ook zo zijn dat jongeren met een slechtere mentale gezondheid simpelweg vaker op sociale media zitten of vaker gamen, bijvoorbeeld omdat zij deze platformen als coping mechanisme gebruiken voor hun problemen [12].

Bronnen en verwijzingen

- [1] [HBSC 2021 Gezondheid en welzijn van jongeren in Nederland](#)
- [2] [Een op de zeven jongeren heeft mentale problemen - UNICEF](#)
- [3] [Mentale gezondheid jeugd in cijfers](#)
- [4] [Landelijke nota gezondheidsbeleid 2020-2024](#)
- [5] [Factsheet Mentale gezondheid van jongeren: enkele cijfers en ervaringen](#)
- [6] [Risico- en beschermende factoren mentale gezondheid jeugd](#)
- [7] [Beweegrichtlijnen](#)
- [8] [Gevolgen van middelengebruik voor jongeren – Nederlands Jeugdinstituut](#)
- [9] [Groenman, A. P., Janssen, T. W., & Oosterlaan, J. \(2017\). Childhood psychiatric disorders as risk factor for subsequent substance abuse: a meta-analysis. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 56\(7\), 556-569.](#)
- [10] [Leonhardt, M., & Overå, S. \(2021\). Are there differences in video gaming and use of social media among boys and girls?—A mixed methods approach. *International journal of environmental research and public health*, 18\(11\), 6085.](#)
- [11] [Rodrigues, E. V. \(2022\). Doomscrolling—threat to Mental Health and Well-being: A Review. *International Journal of Nursing Research*, 127-130.](#)
- [12] [Wong, H. Y., Mo, H. Y., Potenza, M. N., Chan, M. N. M., Lau, W. M., Chui, T. K., ... & Lin, C. Y. \(2020\). Relationships between severity of internet gaming disorder, severity of problematic social media use, sleep quality and psychological distress. *International journal of environmental research and public health*, 17\(6\), 1879.](#)

Gezondheidsmonitor Jeugd 2015, GGD'en en RIVM.
Gezondheidsmonitor Jeugd 2019, GGD'en en RIVM.
Gezondheidsmonitor Jeugd 2021, GGD'en en RIVM.

Vragenlijst

De vragenlijst van de Gezondheidsmonitor Jeugd 2021 is te vinden op <https://gezondheidsmonitor.nl/documents>.