



## 1. Referentie

|                |                                                                                                                                                                            |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Referentie     | van Dorsselaer, S., E. Zeijl, S. van den Eeckhout, ter Bogt, T. & W. Vollebergh (2005). HBSC. Gezondheid en welzijn van jongeren in Nederland. Trimbos-instituut, Utrecht. |
| Taal           | Nederlands                                                                                                                                                                 |
| ISBN – ISSN    | 978-905253-5753                                                                                                                                                            |
| Publicatievorm | Rapport                                                                                                                                                                    |

## 2. Abstract

HBSC-Nederland gaat over de gezondheid en leefstijl van scholieren in Nederland. Er komen veel onderwerpen aan bod zoals: bewegen, voeding, drugs en school. Met HBSC wordt veel relevante kennis verzameld. De eerste soort is Kennis voor preventie. Het onderzoek biedt inzichten in de gezondheid en leefstijl van jongeren in Nederland en vergroot de mogelijkheid om preventieprogramma's voor scholen meer op maat te maken.

Een andere soort kennis die verzameld wordt is Kennis voor jeugdbeleid. De landelijke scholierenonderzoeken van het Trimbos-instituut worden vaak door GGD'en gebruikt om hun regionale cijfers mee te vergelijken. Ook vormt het onderzoek de basis voor beleidsmaatregelen en rapporten die een beeld schetsen van de gezondheidstoestand van de Nederlandse jeugd (de 'Landelijke Jeugdmonitor van het CBS en het preventierapport 'Spelen met Gezondheid van het RIVM).

Er worden op grote schaal identieke gegevens verzameld over jongeren in bijna alle Europese landen. In Nederland doen 7500 scholieren mee aan het onderzoek. De gegevens maken het mogelijk om Nederlandse scholieren te vergelijken met scholieren in andere landen en te kijken of we kunnen leren van de burens. Bijvoorbeeld: het resultaat dat jongeren in Nederland tot de gelukkigste van Europa behoren, komt uit de HBSC-studie.

Het onderzoek gaat verder dan het meten van gedrag, maar zoekt naar factoren die dit gedrag kunnen beïnvloeden. Zo is het niet alleen interessant hoeveel jongeren roken of stress hebben, maar ook of dit bijvoorbeeld samenhangt met schoolkenmerken en de situatie thuis.

## 3. Trefwoorden

|               |                                     |
|---------------|-------------------------------------|
| Thema('s)     | Welzijn en gezondheid               |
| Trefwoord(en) | Algemene cijfers, Alcohol, Beweging |

## 4. Onderzoeker

|                |                                                                                                                                                                                              |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Opdrachtgever  | Ministerie van Volksgezondheid Welzijn en Sport (VWS), Ministerie van Jeugd en Gezin, Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP) en Nederlandse Organisatie voor Wetenschappelijk Onderzoek (NWO) |
| Onderzoeker(s) | Saskia van Dorsselaer<br>Wetenschappelijk medewerker A<br>+31 (0)30 - 2971(110)<br>sdorsselaer@trimbos.nl                                                                                    |

## 5. Onderzoeksvraag

|                 |                                                 |
|-----------------|-------------------------------------------------|
| Onderzoeksvraag | Onderzoek gezondheidstoestand Nederlandse jeugd |
| Hypothesen      | /                                               |

## 6. Methode

|                        |                                                                            |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| Onderzoeks-<br>methode | representatieve steekproef, scholenonderzoek met schriftelijke vragenlijst |
| Onderzochte<br>groep   | 11- tot en met 16-jarige Nederlandse scholieren                            |
| Bereik                 | Nederland                                                                  |

## 7. Resultaten

|                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| De ontwikkeling met de leeftijd: hoe ouder, hoe meer problemen      | <p>Het is een systematisch patroon dat wij in bij alle thema's aantreffen: in vergelijking met kinderen aan het eind van het basisonderwijs vertonen jongeren in de vierde klas van het voortgezet onderwijs systematisch meer problemen en een aanzienlijk ongezonder leefstijl. In de loop van deze leeftijdsfase zien wij, dat jongeren minder steun van hun ouders gaan ervaren, minder vaak zeggen dat zij het op school leuk of heel leuk vinden, minder vaak hun eigen prestaties als goed betitelen, en vaker zeggen dat zij veel druk ervaren door hun schoolwerk. Hun gedrag wordt over de jaren aanzienlijk minder gezond, want zij gaan veel minder vaak met een gevulde maag naar school (geen ontbijt), gaan minder fruit eten, vaker snacken en gaan (veel) minder bewegen en sporten. Ook psychosociale klachten nemen toe. Jongeren gaan zich in de loop van de adolescentie minder gezond en minder gelukkig voelen. Vooral emotionele problemen nemen toe, en wel vooral bij de meisjes. In de door ons onderzochte levensfase leren jongeren genotsmiddelen gebruiken. Ze roken met het jaar vaker, gaan drinken en beginnen drugs te gebruiken. Alleen pesten lijkt een beetje minder te worden. De politiecontacten nemen daarentegen met de leeftijd weer toe. En tot slot seksueel risicogedrag: in het voortgezet onderwijs stijgen de percentages jongeren, die onbeschermd seks hebben snel met de leeftijd.</p> <p>Deze gegevens laten zien, dat de vroege adolescentie de levensfase is waarin verschillende risicovolle patronen zich aan het vormen zijn op een aantal relevante 93 domeinen in het leven. Wij zien dit het duidelijkst bij het middelengebruik en bij seksualiteit, de twee domeinen waar de verschillen tussen de verschillende leeftijdscategorieën het grootst zijn en ook het best te begrijpen. Jongeren vertonen in de huidige samenleving op jonge leeftijd gedrag dat vroeger was voorbehouden aan de wat oudere groep adolescenten. Tegenwoordig heeft de meerderheid van de jongeren al in de eerste klas van het voortgezet onderwijs met alcohol kennisgemaakt. Op zestienjarige leeftijd heeft al ruim een derde van de jongeren de eerste ervaring met seksualiteit gehad. Ook in het voorafgaande onderzoek in 2001 zagen we dit patroon duidelijk optreden.</p> |
| Sekseverschillen: meisjes hebben meer problemen en leven ongezonder | <p>De aan leeftijd gekoppelde ontwikkelingen, die wij hierboven hebben laten zien, vertonen vaak een seksspecifiek verloop. En waar dit optreedt zijn het vooral de meisjes die last hebben van negatieve ontwikkelingen zoals een afname in welbevinden of een toename in risicogedrag. Vooral meisjes geven aan dat zij in de loop van de adolescentie steun van hun ouders gaan ontberen, met name die van hun vader. Vooral meisjes voelen zich in toenemende mate onder druk staan door hun schoolwerk. Vooral de meisjes gaan minder bewegen en minder vaak sporten. Vooral meisjes worden minder tevreden over hun lichaam. Zelfs als daar geen reden voor is, gaan steeds meer meisjes zichzelf te dik voelen (dat geldt voor maar liefst de helft van de zestienjarige meisjes). Meisjes rapporteren bovendien naarmate zij ouder worden (veel) vaker psychosomatische klachten, en gebruiken hiervoor vaker medicijnen. Vooral de toename van emotionele problemen bij meisjes trekt daarbij de aandacht. De stijging van roken en alcoholgebruik met de leeftijd is ook al lang niet meer typerend voor jongens, want de meisjes hebben op dit punt hun achterstand al enige jaren geleden ingelopen. Jongens komen nog wel iets eerder dan meisjes met sigaretten en alcohol in aanraking. Verder blijven vooral vechten en pesten een jongenszaak, terwijl seksualiteit op jonge leeftijd bij meisjes en jongens zich in ongeveer hetzelfde patroon ontwikkelt.</p> <p>Deze gegevens zijn voor wat betreft de psychosomatische en psychosociale problemen al langer bekend en blijken zodoende een stabiel patroon te vormen. Meisjes krijgen in de</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

|                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                  | <p>loop van de adolescentie veel meer problemen, bij jongens is deze ontwikkeling minder sterk. De gegevens laten zien dat ook voor wat betreft hun lichamelijke gezondheid (eten, bewegen, sporten) de ongunstige ontwikkeling met leeftijd bij meisjes sterker is dan bij jongens. Bij meisjes is het groeiende patroon van ongezonde leefgewoonten pregnanter. Meisjes vinden zichzelf bijna twee keer zo vaak als de jongens te dik en het aantal meisjes dat aangeeft een dieet 94 te volgen is veel groter. Ook deze trend wordt sterker met de leeftijd. Zo zien wij bij de meisjes een wonderlijke combinatie van enerzijds ongezonde leefgewoonten (minder ontbijten, minder bewegen en sporten) gepaard aan meer kopzorgen over de mogelijke effecten daarvan (meer lijnen, meer ontevredenheid over hun eigen lichaam). Dit betekent, dat voor mogelijke preventie van de ontwikkeling van ongezonde leefstijl de aanpak afgestemd zal moeten zijn op deze seksspecifieke ontwikkelingspatronen. Dat lijkt ons een belangrijke prioriteit in vervolgonderzoek en voor de ontwikkeling van activiteiten in het verlengde van dit onderzoek.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Jongeren op lagere opleidingsniveau's hebben veel meer problemen | <p>De verschillen tussen jongeren afkomstig uit de verschillende opleidingsniveaus zijn opzienbarend, structureel, en doen zich voor bij een groot aantal van de door ons onderzochte gedragingen. Het opleidingseffect geldt niet zozeer voor hun sociale context en hun sociale relaties, want VMBO-leerlingen zijn ongeveer even tevreden over de relatie met hun ouders en vrienden als leerlingen in de hogere opleidingsniveaus, en hoewel zij de school iets minder leuk vinden, ervaren zij ook minder druk door hun schoolwerk. Bij gezondheidsgedragingen zijn de verschillen echter groot. VMBO-leerlingen ontbijten aanzienlijk minder vaak, drinken meer frisdrank (al snoepen zij iets minder), snacken veel meer, bewegen minder, zijn minder vaak lid van een sportvereniging en kijken meer tv. Ook ervaren zij hun gezondheid als minder goed, gebruiken vaker medicijnen, rapporteren meer psychosomatische klachten als hoofdpijn en buikpijn, en vertonen niet alleen meer emotionele problemen, maar vooral veel vaker gedragsproblemen (ruim zes keer zo vaak als VWO-leerlingen) of problemen met leeftijdgenoten (ruim vier keer zo vaak als VWO-leerlingen). VMBO-leerlingen vertonen veel riskantere patronen van middelengebruik. Het dagelijkse roken is bij hen veel hoger (ruim acht keer zo hoog als onder VWO-leerlingen), zij drinken vaker en vaker veel, en zij gebruiken vaker cannabis. De kans dat leerlingen in het VMBO gepest worden of zelf pesten is ruim twee keer zo hoog als in het VWO. Kortom: binnen de laagste opleidingsniveaus treffen wij een groep leerlingen aan, die in vrijwel alle door ons onderzochte domeinen een veel riskanter leefpatroon laat zien dan in de hogere opleidingsniveaus. Dit lijkt weerspiegeld te worden in een veel lager niveau van welbevinden en een veel hoger niveau van problemen. De verschillen zijn steeds het grootste tussen de beroepsgerichte VMBO-leerlingen en de leerlingen op het VWO. VMBO-leerlingen van de theoretische leerweg zitten er vaak tussen in. Daarmee kunnen wij de leerlingen van het VMBO – en dan met name de leerlingen van VMBO-beroepsgericht leerweg voor de door ons onderzochte problemen als een hoogrisicogroep karakteriseren.</p> <p>Voor een deel laten deze verschillen zich verklaren vanuit de sociaaleconomische achtergrond van leerlingen in het VMBO. Over het algemeen betreft het hier minder welvarende gezinnen, waarbinnen minder geld te besteden zal zijn voor bijvoorbeeld het lidmaatschap van sportverenigingen. Niet alle verschillen laten zich echter uit materiële welstand verklaren. Zo is het roken van sigaretten of het drinken van alcohol duur, en daarmee strikt genomen minder bereikbaar voor jongeren uit gezinnen met minder geld. Maar het geld, dat jongeren besteden hoeft geen directe afgeleide te zijn van het welvaartsniveau van hun ouders. Als zij over hun eigen geld beschikken – en dat is voor veel jongeren in het voortgezet onderwijs in toenemende mate het geval – dan kunnen zij op eigen gezag hun geld aan sigaretten en drank besteden. De vraag, waarom wij deze grote verschillen tussen de opleidingsniveaus aantreffen, en vervolgens de vraag of hieraan iets te veranderen valt, lijkt ons van fundamenteel belang en zal een van de prioriteiten in ons vervolgonderzoek vormen.</p> |
| Allochtone jongeren doen het redelijk goed                       | <p>Binnen dit geheel aan bevindingen blijkt het belang van etnische achtergrond (hier vooralsnog geanalyseerd als het verschil tussen autochtone en allochtone leerlingen) veel minder pregnant naar voren te komen dan het verschil tussen de seksen of tussen de verschillende opleidingsniveaus. Het patroon is bovendien wisselend. In sommige</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

|                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     | <p>opzichten doen allochtone jongeren het minder goed dan de autochtone jongeren, maar in sommige opzichten doen ze het duidelijk beter. De grootste verschillen doen zich voor bij de gezondheidsgedragingen. Allochtone jongeren ontbijten veel minder vaak, sporten en bewegen veel minder vaak en snacken veel vaker – al snoepen ze minder. Allochtone jongeren gebruiken weliswaar minder medicijnen, maar ze ervaren hun gezondheid als minder goed en rapporteren vaker psychosomatische klachten. Allochtone jongeren rapporteren daarnaast minder vaak emotionele problemen en problemen met hyperactiviteit, maar vaker gedragsproblemen en problemen met leeftijdgenoten. Gunstige verschillen zien wij in het middelengebruik: allochtone jongeren geven aanzienlijk minder vaak aan dat zij roken, drinken of cannabis gebruiken. Hoewel allochtone jongeren iets vaker vechten, zien wij wat pesten betreft geen effecten van etnische achtergrond. Deze gegevens laten zien, dat allochtone jongeren niet over de hele linie als risicogroep gezien hoeven te worden. Weliswaar vertonen zij meer problemen, vooral in het psychosomatische en psychosociale domein, maar het riskante patroon van middelengebruik blijkt en blijft toch een patroon dat zich vooral bij de autochtone jongeren voordoet. Allochtone jongeren lopen hierbij aanzienlijk minder risico's. Ook dit lijkt ons een belangrijke prioriteit voor vervolganalyses. De verschillen hebben waarschijnlijk te maken met de religieuze achtergrond van veel allochtone jongeren, die bijvoorbeeld het gebruik van alcohol afwijst, maar daarnaast lijkt ons ook de gezinsachtergrond van allochtone jongeren van belang. We weten uit ander onderzoek dat allochtone ouders over het algemeen wat strenger opvoeden dan autochtone ouders, en het zou kunnen zijn dat zij daardoor ook beter in staat zijn om hun kinderen van het gebruik van genotmiddelen af te houden.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| De trend in de tijd | <p>De door ons beschreven patronen van gezondheidsgedrag, risicogedragingen en welbevinden blijken redelijk stabiel in de tijd. Het algemene plaatje blijft redelijk gunstig. Maar ondanks het feit dat er slechts vier jaar is verlopen sinds het vorige HBSC-onderzoek, zien wij op een aantal punten toch verschillen optreden, die een mogelijk interessante trend laten zien. Deze trend geeft een gevarieerd beeld aan, een combinatie van hoopvol stemmende versus zorgwekkende trends.</p> <p>Hoopvol stemmende cijfers zien we bij de rapportage van gezondheidsgedragingen, die het begin van een wat gezondere trend zouden kunnen inluiden: het dagelijks snoepen of frisdrank drinken is bij jongeren in het voortgezet onderwijs wat afgenomen en er wordt op iets meer dagen per week minstens één uur door jongeren bewogen. Televisie kijken is echter ook wat toegenomen, van 2.7 naar drie uur per dag. De rapportage van psychosomatische klachten blijkt wat afgenomen. Dat is gunstig. Tegelijkertijd is het algemene gevoel van welbevinden bij jongeren in de afgelopen vier jaar echter significant afgenomen (algemeen rapportcijfer voor geluk daalt van 8.6 naar 8.2 in het BO, en van 8,0 naar 7.7 in het VO). Jongeren in Nederland zijn wat minder gelukkig geworden. Kennelijk ervaren jongeren in Nederland het leven als minder rooskleurig dan een aantal jaren geleden. Het dat komt is niet precies te zeggen. Het zou een aanwijzing kunnen zijn voor groeiende maatschappelijke onvrede in Nederland, die zich bij jongeren vaak het eerst manifesteert.</p> <p>Ook bij het gerapporteerde middelengebruik zien wij zowel hoopvol stemmende als zorgwekkende cijfers. Wij kunnen de cijfers van het HBSC-onderzoek hier niet alleen vergelijken met het HBSC-onderzoek vier jaar eerder, maar ook met de Peilstations, het scholierenonderzoek dat door het Trimbos-instituut twee jaar eerder werd uitgevoerd. Het percentage jongeren dat experimenteert met roken is duidelijk afgenomen. Nog steeds geeft één derde van de jongeren aan dat zij ooit een sigaret hebben gerookt, maar er is een duidelijke daling ten opzichte van het vorige onderzoek. Ook het dagelijks roken is duidelijk afgenomen ten opzichte van het vorige HBSC-onderzoek maar deze daling deed zich al iets eerder voor. Onze gegevens bevestigen dus de eerder gevonden trend. Het gebruik van cannabis daalde licht, maar deze daling is niet significant. Bij het alcoholgebruik blijkt grote stabiliteit in de afgelopen twee jaar bij de wat oudere groepen, maar bij de jongste groepen zien wij weer een daling in het experimenteren met alcohol. De daling bij de jongste groepen laat een consistent beeld zien dat wil zeggen in de richting van een daling van alcoholgebruik bij de jongste groepen, maar deze daling is niet bij alle leeftijdsgroepen significant: de daling in het kennismaken met alcohol (ooit alcohol gedronken) is alleen significant bij de jongste meisjes, en de daling in het recent drinken van alcohol (alcohol gedronken in de laatste maand) is alleen significant bij de</p> |

|                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                  | <p>jongste jongens. Als deze trend zou doorzetten, dan zou dat betekenen dat iets van de stijging van alcoholgebruik bij de jongste groepen is gekeerd. Daar staat echter tegenover dat er nog steeds veel gedronken wordt, en de hoeveelheid drank per keer lijkt toe te nemen. Nog steeds geeft bijvoorbeeld de meerderheid van de jongeren van veertien jaar – meisjes en jongens – aan, dat zij in de afgelopen maand gedronken hebben. Dat is op zich al een zorgelijke zaak. De cijfers roepen tot nog meer bezorgdheid, omdat de trendgegevens over het binge-drinken (vijf of meer glazen bij één gelegenheid) onder jongeren, die de afgelopen maand alcohol gedronken hebben, een substantiële stijging laten zien. De overgrote meerderheid van de alcoholdrinkende jongeren onder de zestien lijkt het drinken van vijf of meer glazen op één avond normaal te vinden. De daling van alcoholconsumptie lijkt zich dan ook uitsluitend te hebben voorgedaan bij matig drinkende jongeren. Jongeren die al wél drinken zijn vaker véél gaan drinken bij één bepaalde gelegenheid. Deze trend naar zwaarder drinken beschouwen wij als onrustbarend.</p> <p>Voor het overige zien wij veel stabiliteit in de antwoorden, en blijkt dat de antwoorden van jongeren over de tijd heen redelijk vergelijkbaar zijn. Naast reden voor gerustheid betekent dit echter ook een reden voor zorg. Hoewel wij in deze rapportage slechts eerste indicaties hebben kunnen geven van de trend in de tijd door een vergelijking van gemiddelden over alle groepen heen, dus onafhankelijk van leeftijd, sekse, opleidingsniveau en etniciteit, betekent deze stabiliteit in de tijd waarschijnlijk ook, dat de verdeling van de risico's over de groepen heen in de tijd redelijk stabiel is, en daarmee ook de door ons aangewezen risicogroepen: meisjes, vooral de wat oudere meisjes, en jongeren afkomstig uit de laagste opleidingsniveaus.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>Implicaties:<br/>ongezond<br/>gedrag wordt<br/>aangeleerd</p> | <p>Onze gegevens laten zien, dat in de loop van de door ons onderzochte leeftijd, tussen elf en zestien jaar, een duidelijke ontwikkeling plaatsvindt in de richting van meer ongezond gedrag en meer risicogedragingen. Daarmee is deze levensfase cruciaal voor de mogelijkheden tot preventie van de ontwikkeling van een ongezonde leefstijl. Wij hebben daarbij ook gezien, dat meisjes en vooral jongeren in de laagste opleidingsniveaus de grootste risico's blijken te lopen op de ontwikkeling van ongezonde en riskante gewoonten. De prioriteit zou daarom vooral moeten liggen op de preventie van problemen bij deze groepen.</p> <p>Hierbij is het belangrijk om te bedenken, dat het niet zozeer gaat om een verandering van al aangeleerd gewoontegedrag, maar om het handhaven van een bepaalde gezonde leefstijl en uitstel - in de hoop dat uitstel tot afstel leidt - van het aanleren van ongezonde leefgewoonten en risicogedrag. Aan het eind van de lagere school vertoont het gros van de jongeren dit ongezonde gedrag immers nog niet, en daarmee zou het doel van preventie handhaving van deze gezondere leefstijl op jongere leeftijd moeten zijn. Uitgangspunt daarbij zou moeten zijn, dat een groot deel van de door ons onderzochte gezondheidsgedragingen en risicogedragingen aangeleerd gedrag is, dat bij jongeren op deze leeftijd nog steeds gesuperviseerd wordt – of zou moeten worden - in het gezin en op school. De context waarbinnen jongeren opgroeien is wellicht te tolerant jegens veel van de risicogedragingen, en wellicht onderschatten opvoeders ook wel hoe beïnvloedbaar jongeren op deze leeftijd nog zijn voor hun supervisie. Een derde van de zestienjarige scholieren verlaat bijvoorbeeld regelmatig 's ochtends het huis zonder te ontbijten. Veel jongeren drinken thuis alcohol. Op veel lagere scholen is snoep nog taboe, en wordt in overleg met de ouders zelfs verboden om snoep te trakteren bij verjaardagen, maar in het VO zijn ongezonde eetwaren opeens makkelijk verkrijgbaar, op school en wellicht ook thuis. Schoolkantines verkopen frisdrank, snoep, snacks en chips voor lage prijzen.</p> <p>Versterking van supervisie op dit punt (opvoeding tot gezondheid) lijkt dan ook een belangrijke prioriteit. Verschillende studies hebben laten zien, dat bijvoorbeeld ouderlijke supervisie op deze leeftijd aanzienlijke invloed op het alcoholgebruik van hun kinderen kan uitoefenen. Ook voor de andere gezondheidsgedragingen zou dit het geval kunnen zijn. Voor alcoholconsumptie staat het belang van opvoeding (ouders, school) inmiddels vast op de agenda. Het lijkt ons een belangrijke prioriteit om de aandacht voor alcohol en opvoeding uit te breiden naar aandacht voor ongezonde leefstijl bij jongeren in het algemeen in relatie tot de opvoeding van jongeren tot zestien jaar. Naast bijvoorbeeld goede voorlichting voor ouders en scholen zou daarbij ook aandacht besteed kunnen worden aan het versterken van de vaardigheden van de jongeren zelf, in het bijzonder het aanleren van strategieën in het omgaan met de overweldigende hoeveelheid verleidingen,</p> |

|  |                                                                                                                                     |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | die hen voortdurend worden aangeboden en die onlosmakelijk deel zijn gaan uitmaken van het opgroeien in een welvarende samenleving. |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**8. Publicaties op basis van hetzelfde onderzoek**

/