



gezondheid, welzijn  
en leefstijl van jongeren  
in twente 2007

## inleiding

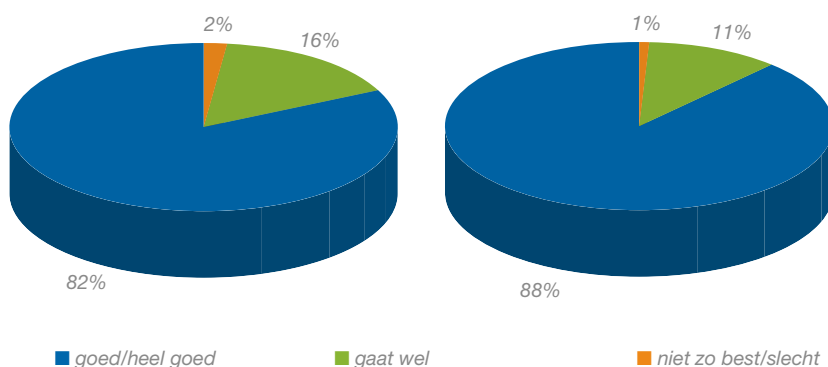
In het najaar van 2007 heeft de GGD Regio Twente, samen met bijna alle andere GGD-en in Gelderland en Overijssel, een grootschalig onderzoek gedaan naar de gezondheidstoestand en leefstijl van jongeren in het voortgezet onderwijs. E-MOVO (Elektronische Monitor en Voorlichting) is een onderzoek dat is gehouden bij leerlingen van de klassen 2 en 4 van het voortgezet onderwijs. De leerlingen hebben tijdens een lesuur, via internet, vragen beantwoord over gezondheid, welzijn en leefwijze. Na het invullen van de vragenlijst ontvingen de jongeren via internet een persoonlijk gezondheidsprofiel en een gezondheidsadvies, gebaseerd op hun eigen gegevens. Omdat het E-MOVO onderzoek ook in 2003 is uitgevoerd zijn nu veranderingen en trends te signaleren. Waar mogelijk wordt gekeken of veranderingen significant zijn. Dat wil zeggen dat er meer aan de hand is dan toeval.

### deelnemende jongeren

In de regio Twente hebben 7854 leerlingen van 37 schoollocaties aan het onderzoek meegewerkt. Iets meer dan de helft van deze leerlingen zit in klas 2 (53%) en de andere helft in klas 4 (47%). Aan het onderzoek hebben bijna evenveel jongens (48%) als meisjes (52%) meegedaan. Iets minder dan de helft van de leerlingen volgt onderwijs op HAVO- of VWO-niveau (47%). De grootste groep jongeren (53%) zit op het VMBO of volgt het LWOO (leerweg ondersteunend onderwijs). Van hen wordt 17% tot de groep allochtonen gerekend, wat betekent dat tenminste één ouder in het buitenland is geboren. Bijna negen op de tien jongeren wonen bij hun eigen vader en moeder. De overige groep woont in een éénoudergezin (9%) of bij beide ouders, het zgn. co-ouderschap (2%) of anders (3%).

## gezondheid

Ruim 8 van de 10 jongeren (84%) beoordeelt de eigen gezondheid als goed tot heel goed. Slechts 2% vindt de eigen gezondheid slecht. Jongeren op het VMBO zijn over het algemeen minder tevreden over hun gezondheid dan jongeren op HAVO/VWO. Ook zijn vierdeklassers minder positief over hun eigen gezondheid dan tweedeklassers.



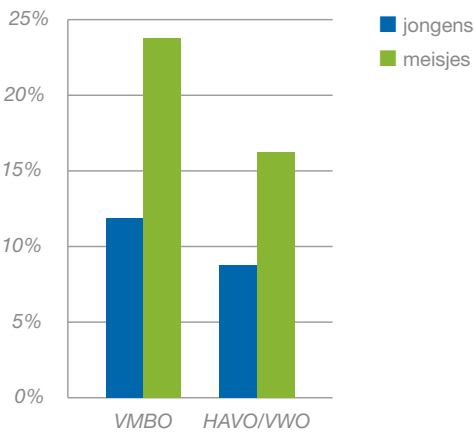
Figuur 1: Beoordeling van de eigen gezondheid door jongeren op het VMBO en HAVO/VWO.

### tandartsbezoek

Bijna iedere jongere (98%) gaat één keer per jaar of vaker naar de tandarts. Hierin is geen verschil tussen de verschillende schooltypen, geslacht en klassen. Eén op de vijf jongeren poetst de tanden maximaal één keer per dag. Jongens (26%) poetsen vaker te weinig (minder dan twee keer per dag) dan meisjes (16%).

## psychosociale gezondheid

Psychosociale problematiek vormt onder de jeugd het grootste gezondheidsprobleem. Het kan leiden tot slecht sociaal functioneren, verminderde schoolprestaties, schooluitval en criminaliteit. Depressie is één van de meest voorkomende psychische aandoeningen bij jongeren. Zestien procent van de Twentse jongeren heeft last van psychische problemen. Dit komt overeen met 2003. Meisjes (20%) hebben twee keer zo vaak psychische problemen als jongens (10%). Ook zien we dat jongeren op het VMBO (18%) vaker psychische problemen hebben dan jongeren op HAVO/VWO (13%).



Figuur 2: Het vóórkomen van psychische problematiek naar geslacht en onderwijstype.

13% van de jongeren heeft te kampen met depressieve gevoelens. Bij 4% gaat het om ernstig depressieve gevoelens. Van alle jongeren zegt 4% geen hulp te zoeken als ze echt ergens mee zitten. De meeste jongeren gaan echter voor hulp naar hun ouders of naar vrienden. Ruim negen van de tien jongeren (94%) geven aan het thuis leuk of heel leuk te vinden. Drie procent van de jongeren geeft aan dat ze niet goed kunnen praten met hun ouders of degenen die hen verzorgen, terwijl 79% zegt goed te kunnen praten thuis.

## pesten

Ruim één op de tien jongeren (11%) geeft aan in de afgelopen drie maanden weleens gepest te zijn op school. Hiervan wordt 50% meerdere keren per maand gepest. Twintig procent geeft aan zelf weleens mee te doen aan het pesten van medescholieren de afgelopen drie maanden. Pesten komt vaker voor op het VMBO (23%) dan op HAVO/VWO (15%).

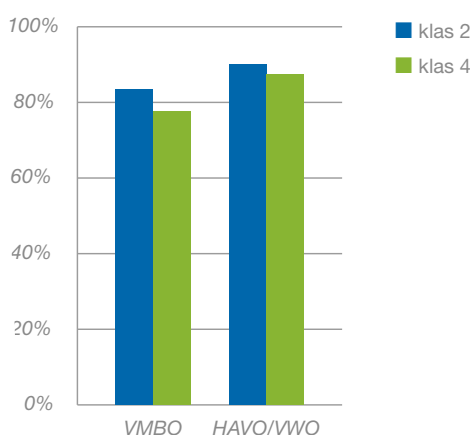
## digitaal pesten

Digitaal pesten is het pesten van deze tijd. Het wordt soms gezien als een modeverschijnsel dat er op het internet 'nu eenmaal bij hoort'. Maar het is echter niets meer en niets minder dan het aloude pesten in een nieuw jasje. Het verschil met 'gewoon pesten' is dat je bij digitaal pesten vaak niet weet wie de pester is. Eén op de drie jongeren is het afgelopen half jaar minstens één keer per maand beledigd en zeven procent geeft aan dat ze gepest zijn. Deze cijfers komen overeen met de landelijke cijfers.

# voeding en beweging

## voeding

Voor een gezond gewicht zijn zowel goede voeding als voldoende beweging belangrijk. Minder dan de helft van alle leerlingen eet elke dag groente (44%) en een kwart van de leerlingen haalt de fruitnorm (2 stuks fruit per dag). Zestien procent van de leerlingen slaat minstens twee keer per week het ontbijt over. Het overslaan van het ontbijt kan leiden tot overmatig snoepen en snacken, wat het risico op overgewicht vergroot. VMBO-leerlingen (79%) ontbijten minder vaak dan HAVO/VWO-leerlingen (90%). Verder blijkt dat tweedeklasser vaker ontbijten dan vierdeklassers. Ten opzichte van 2003 is het ontbijten en fruit eten significant verbeterd.



Figuur 3: Tenminste 5 dagen in de week ontbijten naar klas en onderwijstipe.

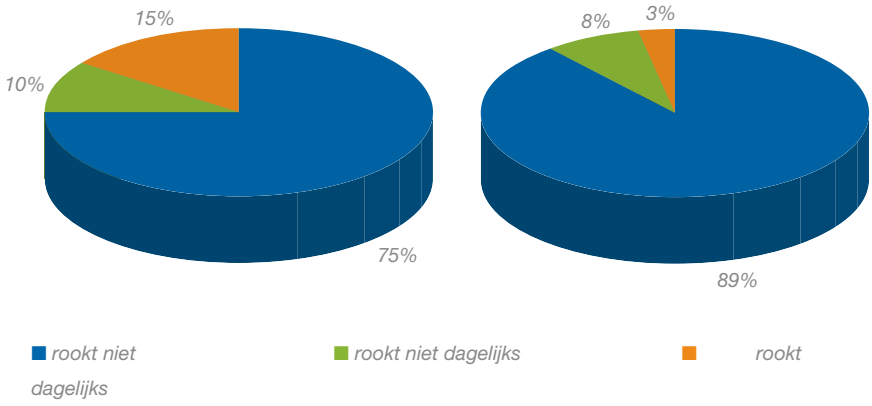
## beweging

Ruim 80% van de leerlingen voldoet aan de norm van iedere dag een uur matig intensief bewegen. Dit is een significante verbetering ten opzichte van 2003. Jongens voldoen vaker aan de norm en zijn ook vaker lid (75%) van een sportvereniging dan meisjes (70%). In totaal is 72% van de leerlingen lid van een sportvereniging of sportclub.

# roken, alcohol en drugsgebruik

## roken

Roken is de belangrijkste oorzaak van ziekte en sterfte in Nederland. Ongeveer één op de vijf Twentse jongeren (19%) geeft aan te roken, waarvan bijna de helft dit dagelijks doet. Ten opzichte van 2003 is het aantal rokers dat dagelijks rookt significant afgenomen. Van de Twentse VMBO-ers rookt 15% en van de HAVO/VWO-ers rookt 3% dagelijks sigaretten. Vier keer zoveel vierdeklassers (16%) dan tweedeklassers (4%) geven aan dagelijks te roken en jongens en meisjes roken evenveel (9%). De jongeren die roken geven aan dat ze dit in de discotheek (12%), op school (11%) of op straat (11%) doen. Relatief weinig jongeren roken thuis. Volgens een aanzienlijke groep jongeren weten hun ouders niet dat ze roken (38%) of keuren ze het rookgedrag af (28%).

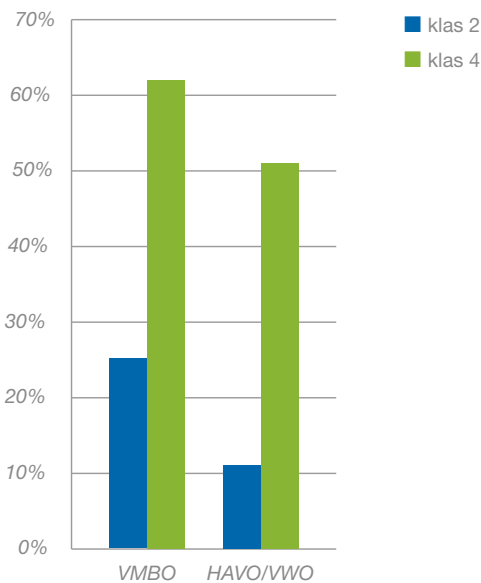


Figuur 4: Rookgedrag naar schooltype.

### alcohol

Jongeren zijn volop in de groei en de hersenen, maar ook andere organen, zijn extra vatbaar voor de schadelijke invloed van alcohol. Regelmatig alcoholgebruik kan letterlijk de groei vertragen. Ook kan gebruik van teveel alcohol resulteren in verkeersongevallen, agressie en ongeplande of onbeschermd seks.

Tweederde van de jongeren (65%) heeft ooit alcohol gedronken en 52% heeft de afgelopen vier weken alcohol gedronken. In de tweede klas ligt dit lager (30%) dan in de vierde klas (76%). Het alcoholgebruik is significant gedaald ten opzichte van 2003. Ook het achter elkaar nuttigen van vijf of meer drankjes bij één gelegenheid ('binge drinken') is significant afgenomen ten opzichte van 2003. Op het VMBO (45%) komt dit vaker voor dan op HAVO/VWO (28%). Steeds vaker 'drinken' jongeren 'in' voordat ze uitgaan. Vierentwintig procent van de Twentse jongeren drinkt weleens alcohol voor het uitgaan. Dit indrinken gebeurt meestal bij vrienden of thuis. Volgens de meeste leerlingen vinden hun ouders het goed dat ze alcohol drinken (48%). Opvallend is dat in tegenstelling tot 2003 meer ouders drinken afraden (10% in 2003, nu 20%).



Figuur 5: Vijf of meer glazen alcohol bij één gelegenheid ('binge drinken') naar klas en onderwijstype.

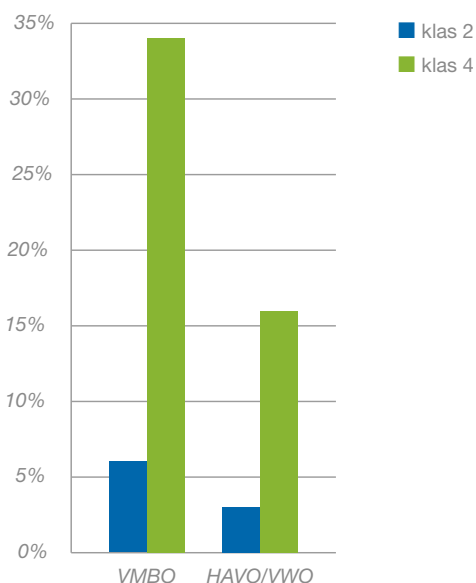
## drugs

Regelmatig gebruik van softdrugs kan geheugenproblemen en problemen met reactie- of concentratievermogen veroorzaken. Jongeren die beginnen met het gebruik van softdrugs hebben een grotere kans later harddrugs te gaan gebruiken. Zes procent van de leerlingen heeft de afgelopen vier weken hasj of wiet gebruikt. In VMBO-klassen is het gebruik twee keer zo hoog als in HAVO/VWO-klassen. Eén op de vijf jongeren heeft weleens hasj of wiet aangeboden gekregen. De straat en uitgaansgelegenheden zijn de voornaamste plaatsen waar softdrugs worden aangeboden. Een veel kleinere groep komt in aanraking met harddrugs. Twee procent van de jongeren heeft de afgelopen maand harddrugs gebruikt. Het aanbieden van harddrugs vindt vooral plaats op straat of in een uitgaansgelegenheden.

## seksueel gedrag

### seks

In de puberteit doen veel jongeren hun eerste seksuele ervaring op. In Twente blijkt dat 16% van de jongeren wel eens met iemand naar bed is geweest. Van de VMBO-leerlingen heeft 21% wel eens geslachtsgemeenschap gehad, van de HAVO/VWO-leerlingen 8%. Dit komt overeen met 2003. Van deze jongeren gaf bijna de helft (47%) aan dat ze met verschillende personen seksueel contact hebben gehad.



Figuur 6: Percentage jongeren dat geslachtsgemeenschap heeft gehad naar klas en onderwijstype.

### veilig vrijen

Onveilig vrijen kan leiden tot ongewenste zwangerschappen en geslachtsziekten. Sommige geslachtsziekten hebben ernstige gevolgen als ze niet op tijd worden behandeld. Zo kan chlamydia bij vrouwen leiden tot onvruchtbaarheid. Meer dan de helft van de jongeren (56%) die seksueel actief zijn, gebruikt altijd condooms tijdens het vrijen.

## homoseksualiteit

In de pubertijd gaan jongeren op zoek naar hun identiteit en ontdekken ze ook hun seksuele geaardheid. Uit landelijk onderzoek onder jongeren van 12 tot 25 jaar blijkt dat 2% van de jongens en 1,3% van de meisjes aangeeft uitsluitend of vooral te vallen op het eigen geslacht. Onder jongeren blijkt homoseksualiteit nog verre van geaccepteerd te zijn. Eén op de vijf jongeren in Twente vindt het erg raar of verkeerd als twee vrouwen of twee mannen op elkaar verliefd zijn. Meer jongens (25%) dan meisjes (14%) vinden dit.

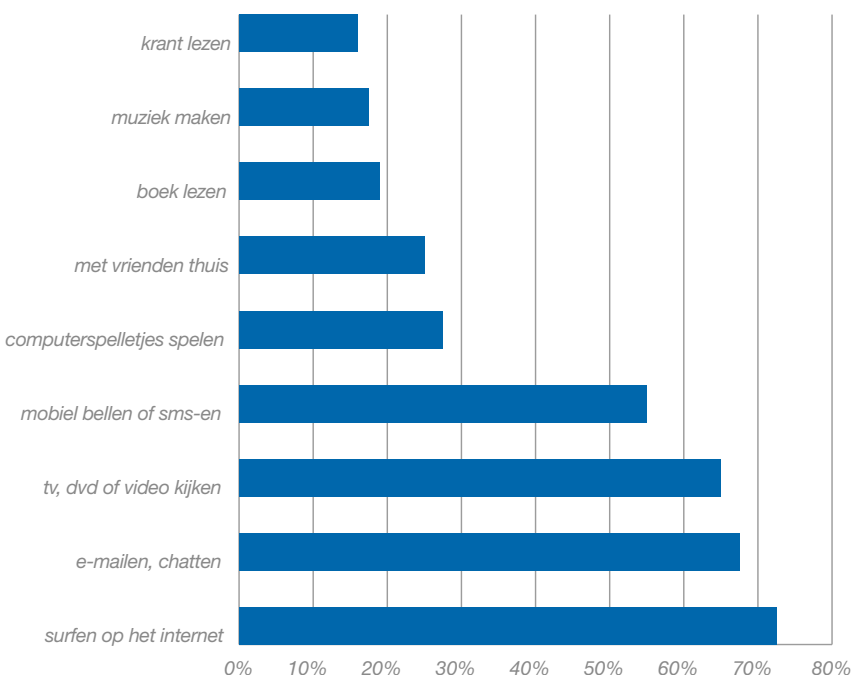
## loverboys

Loverboys zijn jonge mannen/ pooiers die meisjes ronselen en hen via misleiding en gespeelde liefde bewust in de prostitutie lokken. Loverboys palmen vooral jonge meisjes tussen de 12 en 18 jaar in. Over de omvang van het aantal slachtoffers van loverboys zijn geen landelijke gegevens beschikbaar. Negentig procent van de jongeren heeft wel eens iets gehoord over loverboys. Acht procent van deze jongeren kent meisjes die met een loverboy omgaan.

# vrijtijdsbesteding, internet, uitgaan en veiligheid

## vrijtijdsbesteding

Naast de tijd op school hebben jongeren gemiddeld ruim 40 uur per week vrij te besteden. De meeste jongeren gebruiken deze tijd 'passief'; achter de (spel) computer of tv. Ook wordt vrije tijd vaak doorgebracht in gezelschap van vrienden. Het lezen van krant of boek is een stuk minder populair. De helft van de jongeren (51%) leest nooit een krant en 41% leest nooit een boek. Jongens besteden veel meer tijd aan het spelen van computerspelletjes dan meisjes, terwijl meisjes veel meer tijd besteden aan mailen, chatten, mobiel bellen en een boek lezen. Zeven procent van de jongeren zegt zich heel vaak te vervelen.



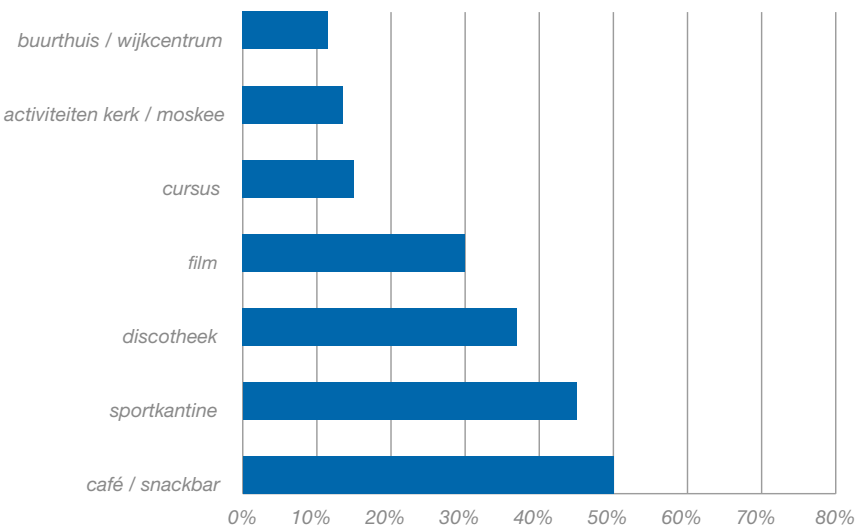
Figuur 7: Belangrijkste vormen van vrijetijdsbesteding van jongeren (5 dagen of meer per week).

## internet

De tijd die jongeren doorbrengen op het internet neemt nog altijd toe. Bijna een derde van de jongeren (32%) gebruikt meer dan 15 uur per week het internet voor privé-doeleinden. Vijf procent geeft aan dat ze verslaafd zijn aan internet en gaan langer door dan ze eigenlijk zouden willen. Hierin bestaat geen verschil tussen jongens en meisjes. Naast digitaal pesten hebben jongeren ook positieve ervaringen met internet. In het afgelopen half jaar kreeg 84% een complimentje, 77% had een open gesprek en 75% werd gesteund. Verder is opvallend dat het aantal jongeren dat zegt minimaal 1 keer per maand via internet een nieuwe vriendschap of een nieuwe verking hebben gekregen erg hoog is, respectievelijk 49% en 26%.

## uitgaan

Qua uitgaansgelegenheden blijkt café/snackbar favoriet bij de jongeren. Vijftig procent bezoekt deze een paar keer per maand. Ook de sportkantine (46%) en discotheek (37%) worden vaak bezocht.



Figuur 8: Uitgaansgelegenheden die een paar keer maand worden bezocht.

## veiligheid

Eén op de vijf jongeren voelt zich soms of vaak onveilig 's avonds of 's nachts. Meisjes (28%) voelen zich vaker onveilig dan jongens (12%). Als onveilig plek wordt vaak de straat buiten de eigen buurt genoemd en het station.



### Regio Twente

Nijverheidstraat 30  
7511 JM Enschede  
tel 053 487 65 43  
info@regiotwente.nl  
www.regiotwente.nl