

Veerkracht en gezondheid van jongeren tijdens COVID-19



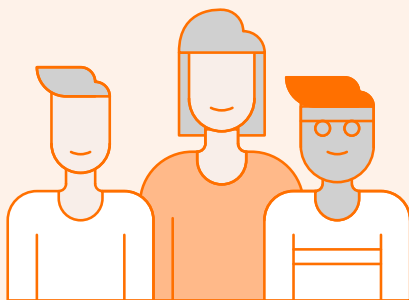
Healthy'R

Centrum voor gedrags-
onderzoek en ontwikkeling

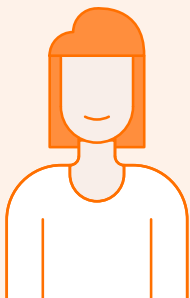
De COVID-19 pandemie was voor jongeren een ingrijpende periode. Om te weten te komen hoe de gezondheid van jongeren te beschermen in tijden van crisis, is hun veerkracht onderzocht. Hun ervaringen zijn met interviews en vragenlijsten verzameld. Hoe veerkrachtig waren jongeren tijdens COVID-19? Hoe hing veerkracht samen met gezondheid?

Jongeren zijn gevraagd over veerkracht door middel van een vragenlijstonderzoek:

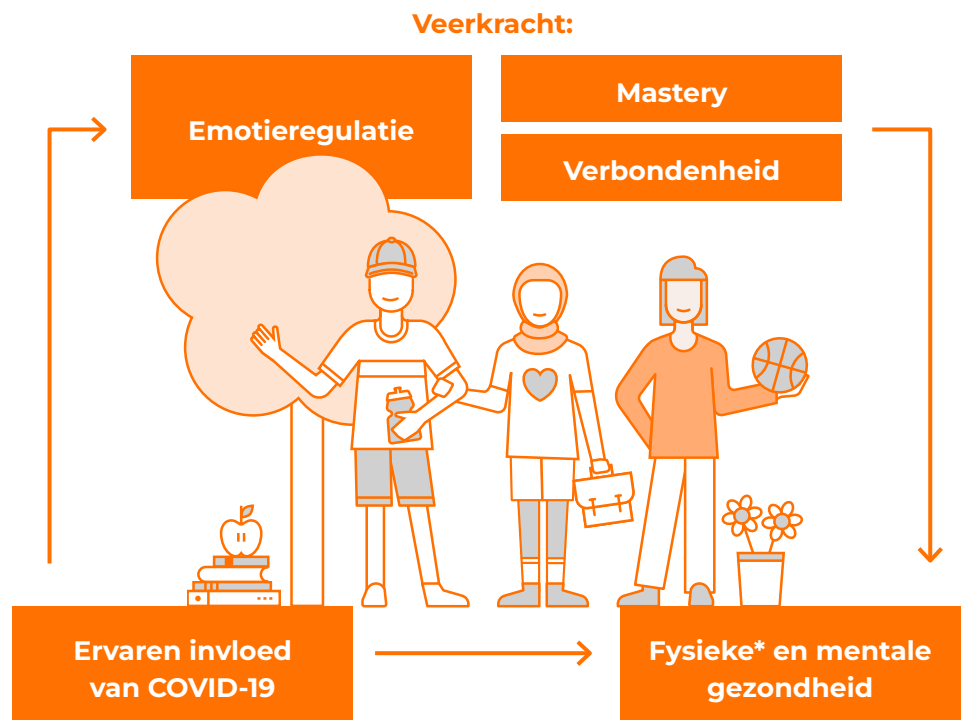
gegevens van de Gezondheids-
monitor Corona Jeugd 2021
(N=16.365 12-18 jaar) van
GGD Rotterdam-Rijnmond,
GGD Haaglanden en VGGM
Gelderland-Midden



Bij **jongeren van 14 jaar of jonger** was de relatie van veerkracht met **alleen fysieke gezondheid** sterker



Bij **meisjes** was de relatie van veerkracht met **fysieke en mentale gezondheid** sterker.



Welke andere factoren*** zijn het belangrijkste voor de gezondheid van jongeren tijdens COVID-19?

Positief voor gezondheid



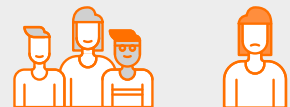
Geluk



Vertrouwen in toekomst

Dagelijks leven: **Ervaren minder invloed van COVID-19 op levensgebieden.**

Negatief voor gezondheid



Eenzaamheid



Stress



Roken**

Dagelijks leven: **Extra hulp nodig tijdens COVID-19.**

* Fysieke gezondheid betreft de afwezigheid van niet-specifieke symptomen, zoals maagklachten, of hoofdpijn

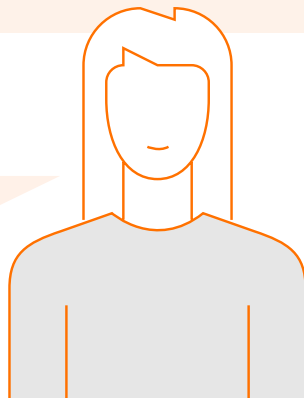
** Geldt alleen voor fysieke gezondheid

*** Afgeleid van zes dimensies van positieve gezondheid (Huber, 2013)

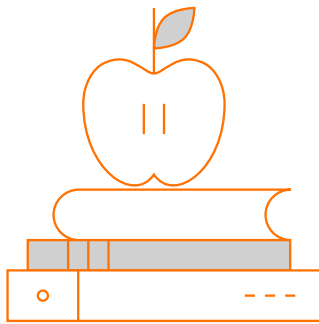
Jongeren zijn gevraagd over veerkracht door middel van interviews met vmbo-leerlingen (N=8, 12-18 jaar) en universiteitsstudenten (N=10, 12-18 jaar) tijdens COVID-19.



"Ik doe mijn best omdat ik weet dat het invloed heeft op mijn toekomst"
VMBO-leerling



"De onzekerheid houdt me bezig, zoals een baan vinden of afstuderen"
Student universiteit



Conclusie



Jongeren **ondersteunen** tijdens een crisis zoals COVID-19 is belangrijk.

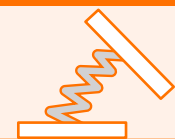


Het **vergroten van hun veerkracht**, met focus op emotieregulatie, sociale steun en mastery, kan helpen om hun gezondheid te beschermen.

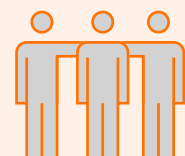


Veerkracht is **contextafhankelijk**. Factoren die bijdragen aan veerkracht kunnen verschillen, afhankelijk van iemands situatie.

Aanbevelingen



Zet in op **interventies** die veerkracht van jongeren verbeteren vooraf aan en tijdens een crisis.



Creëer een **beschermende sociale omgeving**, onder meer in het onderwijs, waarin jongeren extra steun of hulp kunnen verkrijgen in tijden van crisis.

Meest belangrijke als positief ervaren factoren voor veerkracht

Studenten Universiteit

Familie en vrienden
Gezonde leefstijl
Kritisch denken



VMBO-leerlingen

Steun van school
Familie en vrienden
Zelfbewustzijn



Meest belangrijke als negatief ervaren factoren voor veerkracht

Studenten Universiteit

COVID-19
Familie en vrienden missen
Minder motivatie



VMBO-leerlingen

Minder steun van school
Minder concentratie/motivatie
Gepest worden

