

Netwerktafel: Impact van corona op de Utrechtse jeugd



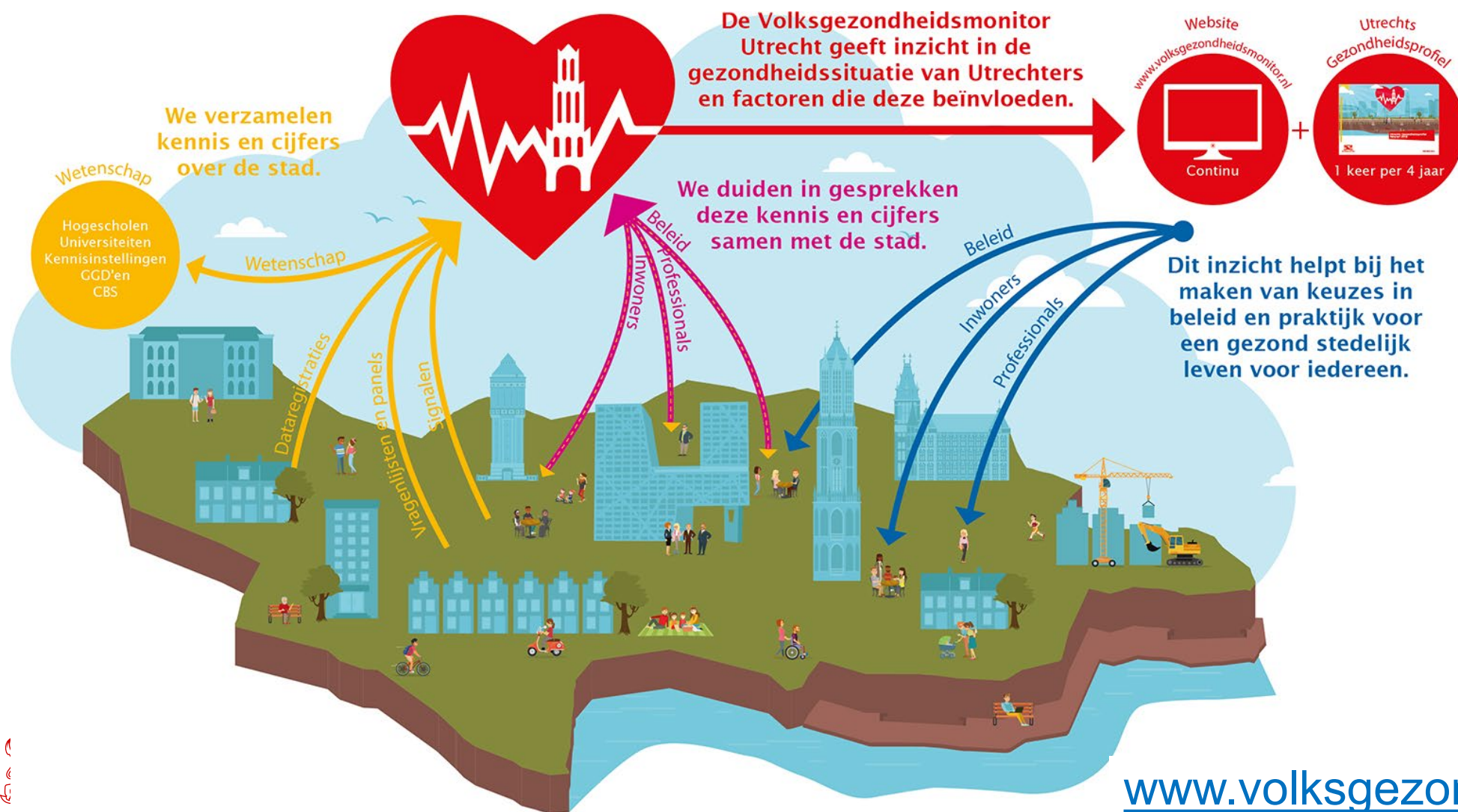
12 oktober 2021

Susan Branje, Marije Kesselring, Anna van Spanje, Manja van Wezep en Marielle Beijersbergen



Gemeente Utrecht

Volksgezondheidsmonitor Utrecht (VMU)



www.volksgezondheidsmonitor.nl

Met de meeste kinderen en jongeren gaat het goed in coronatijd

- In april 2021 ging het goed met de meeste Utrechtse kinderen en jongeren
- Zij ervaren de coronatijd voornamelijk als negatief, maar zijn ook veerkrachtig

"Goed, wel een beetje moe maar voor de rest gaat het goed. Ik heb zin in dat ik morgen weer thuisschool heb en dan een uurtje langer kan uitslapen. Ik heb ook heel veel zin in de meivakantie."

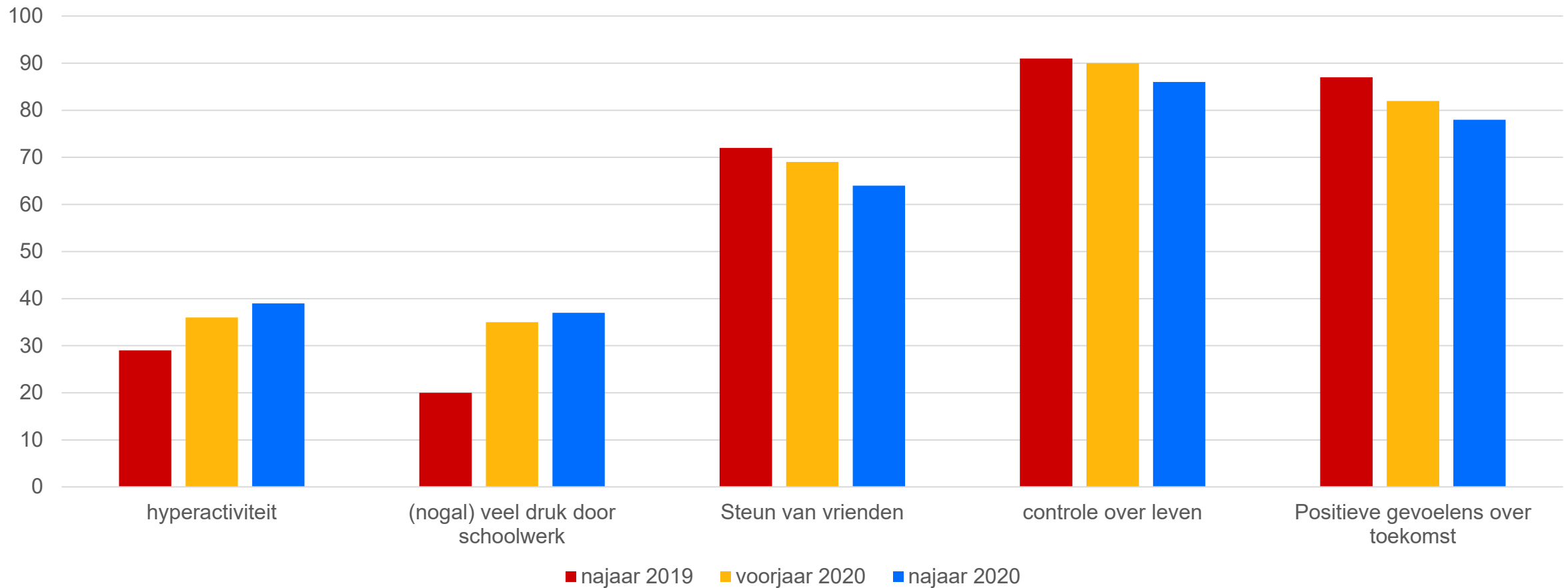
"Het gaat goed met me, maar corona is stom en ik wou gewoon dat het verdwenen was."

"Ik breng veel meer tijd binnen en digitaal door dan daarvoor. Als ik dan terugkijk op mijn dag, dan word ik daar helemaal niet blij van, of op het moment zelf word ik er ook al niet blij van. Maar nu wordt het warmer dus hoop ik veel meer tijd buiten door te brengen."

- Volgens jongeren is meer aandacht nodig voor psychische gezondheid onder leeftijdsgenoten

"Ja, ik denk dat ze hier [psychische gezondheid] meer aandacht aan kunnen besteden. Vaak is het zo dat gezegd wordt dat de ouders en leraren het zo goed doen. Over de jongeren hoor je niet zoveel en als jongeren hulp nodig hebben zijn er lange wachttijden."

Tijdens corona ongunstige veranderingen in welzijn MBO-studenten



Op de meeste terreinen gaat het met een ruime meerderheid van de MBO-studenten goed



Gezondheid van jongvolwassenen onder druk tijdens coronatijd

- Cijfers volgen eind oktober voor Utrecht stad.
- Cijfers regio Utrecht zijn bekend:
 - *51% heeft twee of meer gezondheidsklachten of problemen*
 - *26% heeft matige tot ernstige psychische klachten*
 - *Twee derde van de jongvolwassenen ervaart hun gezondheid als (zeer) goed*





Utrecht University



De impact van de COVID-19 pandemie op emotioneel, sociaal en academisch functioneren van jeugd

—

Een samenvatting van wetenschappelijk onderzoek

Susan Branje

KJUS, 12 oktober 2021

De impact van de pandemie op jeugd



- Wisselende effecten op mentale gezondheid:
 - Toename in negatieve emoties, depressie
 - Geen verandering of juist afname (bijv in angst, of juist in klinische groepen)
 - Ook positieve effecten: minder stress, meer slaap, meer tijd voorontspanning, familie en vrienden
- Toename in eenzaamheid
 - Impact van pandemie op interacties met leeftijdgenoten
 - Sterker voor jongeren met minder goede relaties met leeftijdgenoten
 - Sociale media = buffer (maar: digital divide)
- Problemen met digitaal onderwijs:
 - Motivatie lager tijdens online onderwijs
 - ±15% sterkere afname dan normaal in in schoolbetrokkenheid, motivatie en academisch welbevinden

Grote individuele verschillen

Vooral jongeren uit meer benadeelde en lagere inkomensmilieus meer negatieve impact van de pandemie

- Meer **stress en trauma** tijdens pandemie
- Meer **pre-COVID kwetsbaarheden**
 - Minder sociale en emotieregulatievaardigheden
 - Psychische problemen
 - Discriminatie en marginalisatie
 - Gebrek aan middelen/bronnen

Risicofactoren op niveau van individu, gezin, school, gemeenschap clusteren en versterken elkaar

Impact van COVID-19 op het gezinsleven

Een survey-onderzoek onder
(groot)ouders

12 oktober 2021 – Netwerkbijeenkomst KJUS

Marije Kesselring & Anna van Spanje-Hennes

Lectoraat Jeugd (HU, Kenniscentrum Sociale Innovatie)



Opzet

- Online vragenlijst
- Looptijd 23 april t/m 31 mei 2020 (periode eerste lockdown en daaropvolgende versoepelingen)
- 2092 respondenten (1789 ouders, 303 grootouders)
- Onderzoeksvragen:
 1. Wat is de impact van (de maatregelen tegen) het coronavirus op de combinatie van werk en gezin in gezinnen met thuiswonende kinderen? Welke werk- en gezinskenmerken zorgen voor mogelijke interferentie werk/gezin?
 2. Wat is de impact van (de maatregelen tegen) het coronavirus op het gezinsfunctioneren? Welke copingstrategieën t.a.v. de virusuitbraak en de maatregelen zien we op gezinsniveau?
 3. Wat is de impact van (de maatregelen tegen) het coronavirus op de relatie tussen grootouders en kleinkinderen?

Algemene bevindingen

- Zichtbare en onzichtbare gevolgen, die verder gaan dan de fysieke gezondheid
- Niet iedereen even hard geraakt door het virus en de maatregelen
 - Dezelfde storm, maar niet hetzelfde schuitje
- Steun en perspectief bieden, oog hebben voor verschillende uitdagingen
- Vooral belangrijk voor diegenen in kwetsbare omstandigheden

Meer weten? → <https://www.hu.nl/onderzoek/projecten/de-impact-van-covid-19-op-gezinnen>



“Hoe zou het zijn als zoveel mogelijk Utrechtse jongeren beschikken over inzichten en vaardigheden om hun veerkracht & geluk en daarmee hun gezondheid te bevorderen? Zodat ze meer keuzevrijheid in gedrag ervaren! Dat we elkaar in de wijk, in de buurt, laagdrempelig ontmoeten rondom veerkracht & geluk en we onze inzichten en vaardigheden ontwikkelen op een manier dat $1+1=3$?”

Dat is de basisgedachte van de Utrechtse GeluksCafés

- Laagdrempelige, inspirerende leeromgeving
- Gebaseerd op inzichten uit de positieve psychologie
 - Dankbaarheid
 - Betekenisvolle doelen
 - Koesteren sociale relaties

- Co- creëren met jongeren
- Nieuwe gewoontepatronen ontwikkelen
- Nieuwe sociale netwerken
- Samen met partners, geen nieuwe plek
- 10 bijeenkomsten op 4 locaties (2022)
- 17-24 jaar

Training levensvaardigheden & levenskunst

Zin in Utrecht ism POH-GGz

“In de waan van het leven waarbij jongeren moeten studeren, sociaal zeer actief zijn, vrijwilligerswerk doen, werken, een goed c.v. opbouwen etc zijn zij van mening dat dat de norm is en dat als ze niet voldoen er een (medisch/psychisch) probleem is. Zich hierin kwetsbaar in hun dagelijks leven opstellen en in de reactie van hun sociale omgeving ontdekken dat velen met hen hierin worstelen wordt over het hoofd gezien. Ze denken de enige te zijn die tekort schiet. Door hen in groepen bij elkaar te zetten en te leren dat deze vragen bij levensontwikkeling passen en dus ook bij anderen leven kan ondersteunend, stimulerend en helend werken.

POH GGZ Ondiep

- Aanleiding: Veelal vragen “hoe te leven” ipv psychische klachten in de zorg
- Versterken geestelijke weerbaarheid
- Training levensvaardigheden & Levenskunst als antwoord op existentiële thema’s zoals eenzaamheid, onzekerheid, machteloosheid en onmaakbaarheid
- Jongeren 20-30 jaar
- Ervaringsdeskundige vrijwilligers betrokken



Wasverzachter

- Overbruggingsprogramma voor studenten met psychische kwetsbaarheid, die wachten op de GGz zorg
- Uitgevoerd door bureau LWPC – samenwerkend met Utrechtse netwerkpartijen (studieadviseurs, studentpsychologen, GGz instellingen, huisartsen, buurtteams)
- Werkt met ervaringsdeskundigen
- Doelgroep: niet de lichtste, niet de zwaarste
- Doel: verergering problematiek voorkomen, bij voorkeur oplossen, waardoor GGz zorg minder of niet nodig is.
- Begeleiding: wekelijkse ontmoeting, mentaal en fysiek, elementen positieve gezondheid



**Gezondheidspact
-Lekker in je vel XL-
mentale gezondheid
30 november 2021**



Interesse? Stuur mail naar
m.van.wezep@utrecht.nl

