

GEZONDHEIDSMONITOR JONGEREN

2^e en 4^e klas voortgezet onderwijs 2015

WEST-BRABANT



**HOE STAAT HET MET DE GEZONDHEID
VAN JONGEREN IN WEST-BRABANT?**



JONGEREN

HOE GEZOND ZIJN ZE?

Met de gezondheid van de Nederlandse jeugd is het over het algemeen goed gesteld. De adolescentie is een belangrijke fase in het leven waarin het gedrag van jongeren wordt gevormd dat bepalend is voor de huidige en toekomstige gezondheid [1]. De Nederlandse jeugd staat in de top 3 van landen met de beste (ervaren) gezondheid [2]. Er zijn echter wel verschillen tussen jongens en meisjes en er is veel sociale ongelijkheid.

Hoe gaat het met de gezondheid van jongeren in West-Brabant? Dat onderzochten we in 2015 aan de hand van de gezondheidsmonitor jongeren en het contactmoment 2^e klas voortgezet onderwijs (VO). De vragenlijsten van beide onderzoeken bevatten vragen over gezondheid, welzijn, leefstijl, vrije tijd en school. De resultaten hiervan worden in dit magazine weergegeven op drie niveaus:

- **Landelijk:** gecombineerde resultaten van de gezondheidsmonitor jongeren van 25 GGD'en
- **Regionaal:** resultaten van de gezondheidsmonitor jongeren in West-Brabant (n=16.705)
- **Gemeentelijk:** resultaten van het contactmoment 2^e-klas voortgezet onderwijs (n=7.514)

Wat vindt u in dit magazine?

In dit magazine vindt u infographics, informatie en adviezen over vijf belangrijke en actuele thema's. Deze ziet u in de inhoudsopgave hiernaast.

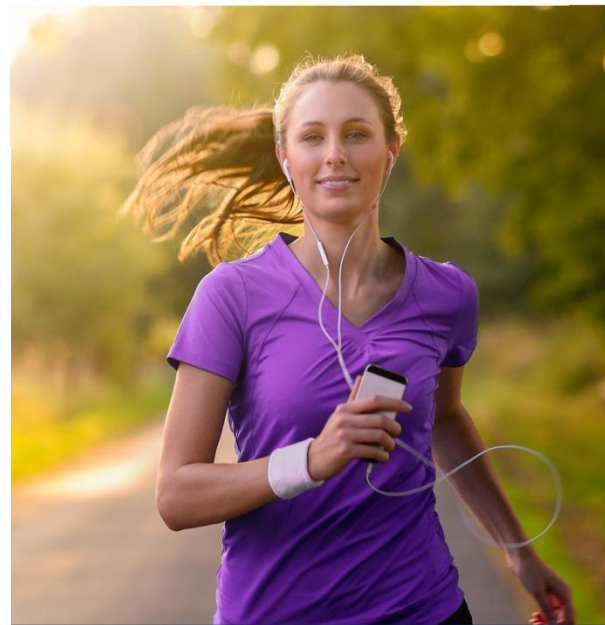
Percentages in de tekst hebben betrekking op de hele regio en gaan over alle 2^e- en 4^e-klassers samen, tenzij anders vermeld. In de infographics zijn zowel gemeentelijke als regionale cijfers opgenomen:

 = regionale cijfers contactmoment 2^e klas VO

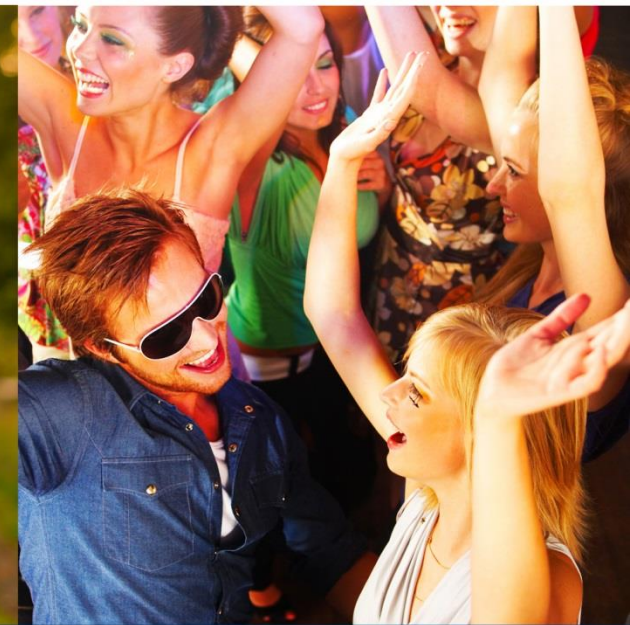
 = regionale cijfers gezondheidsmonitor 2^e- en 4^e-klas

Meer informatie of advies?

Bent u benieuwd naar overige resultaten van de gezondheidsmonitor, heeft u vragen of wilt u advies? Neemt u dan contact op met [uw lokaal beleidsadviseur](#).



Leefstijl & overgewicht



Verleidingen



**Welbevinden
& weerbaarheid**



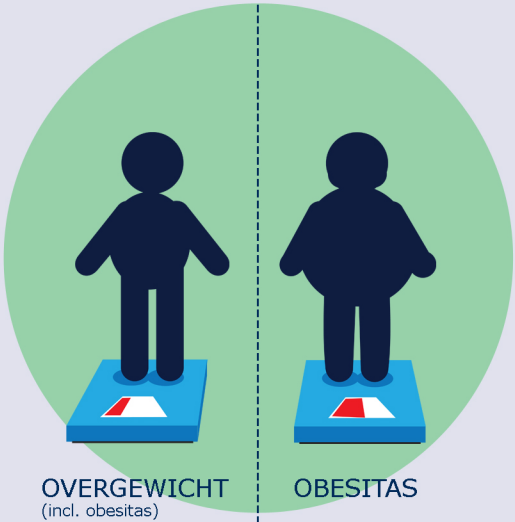
**Pesten
& cyberpesten**



**Sociale media
& gamen**

LEEFSTIJL & OVERGEWICHT

OVERGEWICHT EN OBESITAS



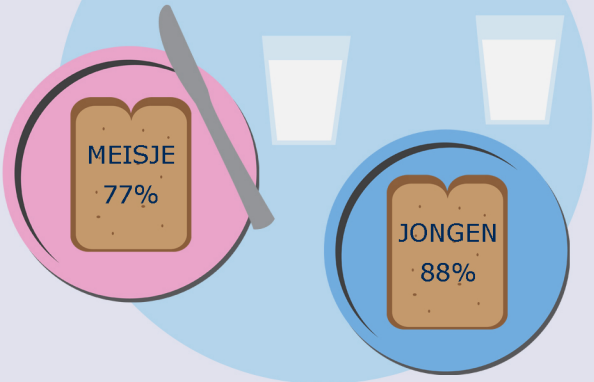
	KLAS 2	KLAS 2
2015-2016	14%	2%
2014-2015	14%	2%
2013-2014	13%	2%

KLAS 2	49% ▼
KLAS 2	50%
KLAS 4	43%

VMBO-bk	37%
VMBO-gt	43%
HAVO	52%
VWO	52%

KLAS 2	89%
KLAS 4	79%

ONTBIJT 5 OF MEER DAGEN PER WEEK



VINDT DAT HIJ/ZIJ GEZOND EET

KLAS 2	87%
--------	-----



EET 5 OF MEER DAGEN PER WEEK FRUIT

KLAS 2	47%
KLAS 4	48%
JONGEN	42%
MEISJE	55%



EET 5 OF MEER DAGEN PER WEEK GROENTE

KLAS 2	67%
KLAS 4	74%

VMBO-bk	60%
VMBO-gt	63%
HAVO	81%
VWO	82%



De basis voor gezondheid op latere leeftijd wordt gelegd in de jonge jaren [3]. Het is daarom belangrijk om al in de jeugd aandacht te hebben voor een gezonde leefstijl. Zowel de gezondheidsmonitor jongeren 2015, als het contactmoment 2^e klas voortgezet onderwijs, geven een beeld van de leefstijl van jongeren.

Overgewicht

Al enkele jaren lijkt het percentage jongeren met overgewicht te stabiliseren [4]. In West-Brabant is het percentage overgewicht onder jongeren in de 2^e klas VO licht gestegen van 13 naar 14% tussen 2013 en 2015. Hoe deze trend zich landelijk en regionaal zal voortzetten is nog onduidelijk [4]. Overgewicht hangt samen met tal van gezondheidsrisico's, zoals diabetes mellitus type 2 en hart- en vaatziekten, maar ook psychosociale problemen (bijvoorbeeld lagere zelfwaardering en eenzaamheid). Overgewicht op jonge leeftijd leidt vaak tot overgewicht en extra gezondheidsrisico's op latere leeftijd [3]. Het blijft daarom belangrijk aandacht te hebben voor een gezonde leefstijl.

Om overgewicht, maar ook andere ziektes en aandoeningen, te voorkomen is het belangrijk om beweging en gezond eten te stimuleren. Hiervoor is het zaak om niet alleen aandacht te hebben voor gedrag van het individu, maar ook te zorgen dat de fysieke en sociale omgeving uitnodigen tot gezond gedrag [5].

Uit het onlangs gepubliceerde Nederlandse Beweegrapport blijkt dat het met het beweeggedrag van de Nederlandse jongeren niet goed gesteld is. Vooral op het gebied van algemene lichamelijke activiteit wordt slecht gescoord [6]. In West-Brabant sport 74% van de jongeren wekelijks bij een club, vereniging of sportschool, maar beweegt slechts 46% vijf of meer dagen per week tenminste één uur. Dat is minder dan het landelijk gemiddelde van 54%.

Voeding

Op het gebied van gezonde voeding blijkt fruitconsumptie een aandachtspunt te zijn. Slechts 48% van de jongeren eet vijf of meer dagen per week fruit, terwijl het advies luidt om iedere dag tenminste twee porties fruit te eten [7]. Met het ontbijtgedrag en de groenteconsumptie is het beter gesteld. 84% van de ondervraagde jongeren ontbijt tenminste vijf dagen per week en 71% eet tenminste vijf dagen in de week groente. Hiermee blijven de West-Brabantse jongeren wel achter op het landelijke gemiddelde van 77%.

Sociaal-demografische verschillen

Wanneer we op landelijk niveau kijken naar verschillen in leefstijl en overgewicht tussen verschillende groepen jongeren, dan zien we dat autochtonen en vwo'ers het gezondst eten en het meest bewegen. Kijken we naar geslacht, dan zien we dat meisjes gezonder eten, terwijl jongens juist meer bewegen.



Jongeren Op Gezond Gewicht

Met de aanpak Jongeren Op Gezond Gewicht (JOGG) streven in onze regio de gemeenten Breda, Roosendaal en Bergen op Zoom naar een samenleving waarin alle kinderen en jongeren wonen, leren, recreëren en werken in een omgeving waarin een gezonde leefstijl de normaalste zaak van de wereld is. Het streven is dat kinderen een gezonde leefstijl hebben, waarbij gezonde voeding en water drinken de gewoonste zaak van de wereld is en bewegen centraal staat. De kracht van deze aanpak is het verbinden van verschillende publieke en private partijen in de stad om gezamenlijk de strijd tegen overgewicht aan te gaan.

VERLEIDINGEN

OOIT ALCOHOL
GEDRONKEN



KLAS 2	51%
KLAS 4	70%

ROOKT NU DAGELIJKS

KLAS 2	1%	
KLAS 2	2%	
KLAS 4	6%	

LAATSTE 4 WEKEN
DRUGS GEBRUIKT



KLAS 2	0,9% ▲
KLAS 2	1%
KLAS 4	7%

LAATSTE 4 WEKEN
ALCOHOL GEDRONKEN



KLAS 2	8%
KLAS 2	14%
KLAS 4	54%

ALCOHOL
IN UW
GEMEENTE

LAATSTE 4 WEKEN 5 OF MEER
DRANKJES BIJ 1 GELEGENHEID
(BINGE DRINKEN)



KLAS 2	2%
KLAS 2	11%
KLAS 4	40%

OOIT GESLACHTSGEMEENSCHAP
GEHAD

KLAS 2	3%
KLAS 2	4%
KLAS 4	23%



WEL EENS ONVEILIG
GEVREEEN

KLAS 2	1%
KLAS 2	2%
KLAS 4	13%





De wereld van een puber zit vol verleidingen: alcohol, roken, drugs en seks. Met wetgeving en interventies proberen we pubers te helpen deze verleidingen te weerstaan, maar hoe goed slagen we daarin?

Alcohol

In 2013 maakte de vernieuwde [Drank- en Horecawet](#) gemeenten verantwoordelijk voor handhaving, toezicht en vergunningverlening van alcoholverstrekking in de horeca. Sinds 1 januari 2014 schrijft deze wet voor dat aan jongeren onder de 18 jaar geen alcohol mag worden geschonken [\[8\]](#). Alcohol verstoort namelijk de ontwikkeling van de hersenen, die pas voltooid is rond het 24^e levensjaar. Verstoring van deze ontwikkeling kan het karakter en gedrag beïnvloeden. Bovendien lopen jongeren die regelmatig drinken een groter risico op alcoholverslaving op latere leeftijd.

Direct zichtbare gevolgen van (excessief) alcoholgebruik bij jongeren zijn: minder goede studie- en werkprestaties, meer kans op onveilig vrijen, toename van ongelukken en agressie, kans op alcoholvergiftiging en black-out [\[9\]](#). Daarnaast zien we in de resultaten van de gezondheidsmonitor jongeren terug dat jongeren die alcohol drinken meer psychosociale problemen hebben en hun gezondheid als slechter ervaren.



Een leven vol verleidingen

Theater act "Jouw leven vol verleiding" is een luchtige les act voor 3^e-klassers van het voortgezet onderwijs. De act gaat over verschillende verleidingen die jongeren tegen kunnen komen tijdens de vakantie, feestjes of in het weekend, zoals alcohol, drugs en seks. Vanuit een vrolijk décor en met toepasselijke attributen komen de acteurs in aanraking met 'spannende' verleidingen waar ze uiteraard ook graag de mening van de leerlingen over willen hebben. De mentor ontvangt een lesbrieven om na afloop van de act het onderwerp te bespreken in de klas.

In het percentage West-Brabantse jongeren in de 2^e klas voortgezet onderwijs dat ooit alcohol heeft gedronken zien we een afname van 0,7% tussen 2013 en 2015. Kijken we naar het percentage jongeren 2^e klas voortgezet onderwijs dat in ieder geval één keer per maand tenminste vijf glazen alcohol drinkt, dan zien we een lichte stijging van 0,4% tussen 2013 en 2015.

Roken

Dat roken ongezond is, daar is bijna iedereen het over eens. Deze consensus resulteerde er onder meer in dat er sinds oktober 2014 een rookverbod is voor de hele horeca [\[10\]](#). Gezondheidsrisico's van roken zijn er op de korte, maar vooral op de lange termijn. Roken geeft een verhoogd risico op longklachten, zoals COPD, en verschillende soorten kanker (waaronder longkanker). De leeftijd waarop iemand begint te roken, is van grote invloed op de kans op longkanker. Jongeren die op hun 15^e beginnen met roken lopen 20x zoveel risico om kanker te krijgen dan 20-jarige 'starters' [\[11\]](#).

Hoe is het gesteld met het rookgedrag van de West-Brabantse jongeren? De resultaten van de gezondheidsmonitor jongeren laten zien dat 22% van de jongeren ooit heeft gerookt, en dat 6% wekelijks en 4% dagelijks rookt. De resultaten van de screening 2^e klas voortgezet onderwijs laten zien dat tussen 2013 en 2015 het percentage jongeren dat wekelijks rookt met 1% is afgenomen en het percentage dat dagelijks rookt met 0,8%.



Cool choice

Om verleidingen te weerstaan, is het belangrijk dat jongeren om leren gaan met groepsdruk [\[12\]](#). 'Cool Choice – be a hero, go zero' is een event dat zich richt op weerbaarheid, je eigen keuzes maken en je echte 'ik' laten zien in relatie tot alcohol en roken. De Cool Choice wordt deels plenair en deels in subgroepen uitgevoerd. Leerlingen schrijven een intentieverklaring met afspraken die ze met zichzelf maken en leerlingen kunnen elkaar complimenten geven. De interventie is ontwikkeld voor leerlingen van de 2^e (vmbo en havo) en 3e klas (havo en vwo) middelbare school.

Drugs

Het percentage jongeren in West-Brabant dat ooit drugs heeft gebruikt, is met 9% lager dan het landelijk gemiddelde van 12%. Van de jongeren die aangeven ooit drugs te hebben gebruikt, heeft het merendeel wiet of hasj gebruikt. Ongeveer een derde geeft aan XTC, cocaïne, paddo's, amfetamine, LSD, GHB, heroïne of lachgas te hebben gebruikt. Wanneer wordt gekeken naar het percentage jongeren 2^e klas voortgezet onderwijs dat de laatste vier weken drugs heeft gebruikt, dan zien we dat dit tussen 2013 en 2015 nagenoeg gelijk is gebleven (respectievelijk 0,8% en 0,9%).

Evenals roken en alcoholconsumptie, brengt drugsgebruik risico's met zich mee. Afhankelijk van de drug en manier van toediening kan drugsgebruik bijvoorbeeld leiden tot longschade, hepatitis, hersenbeschadiging of schade aan hart- en bloedvaten. Het combineren van drugs en alcohol werkt extra belastend op lever, hart en bloedvaten [\[13\]](#).

Combineren van middelen

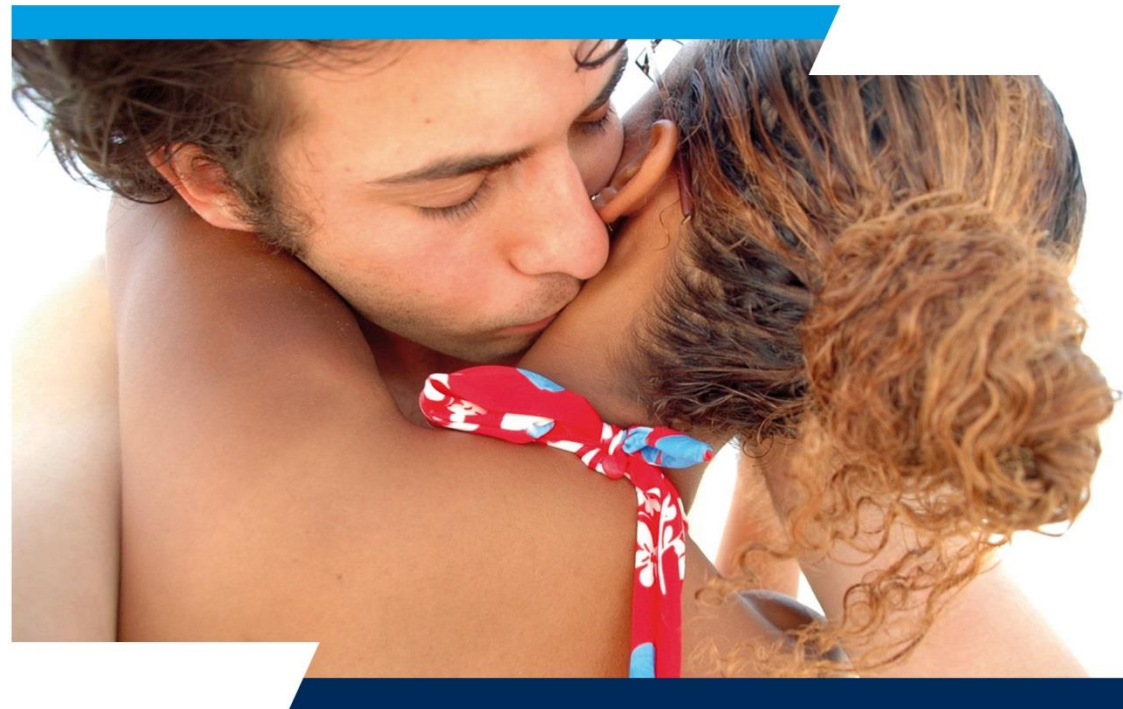
Juist dit combineren van verschillende middelen gebeurt op grote schaal. Van jongeren die in de laatste vier weken alcohol dronken, gaf 17% aan in de afgelopen vier weken ook drugs te hebben gebruikt. Voor de jongeren die geen alcohol dronken, was dit maar 1%. Een zelfde relatie zien we tussen alcoholgebruik en dagelijks roken (16% versus 0,7%). De relatie tussen roken en drugs is nog opvallender. Van de jongeren die dagelijks roken, gebruikte 48% in de afgelopen vier weken drugs. Van de jongeren die niet dagelijks roken, was dit 'slechts' 4%.

Sociaal-demografische verschillen

Op basis van sociaal-demografische kenmerken (o.a. leeftijd en opleiding) zien we landelijk duidelijke verschillen in middelengebruik onder jongeren. Vwo-scholieren, niet-westerse allochtonen en kinderen die opgroeien bij beide ouders, zijn de groepen die het minst alcohol drinken, roken en drugs gebruiken. De mate van stedelijkheid van een gebied hangt eveneens samen met middelengebruik. Jongeren in sterk stedelijke gebieden drinken minder, maar roken meer en gebruiken vaker drugs.

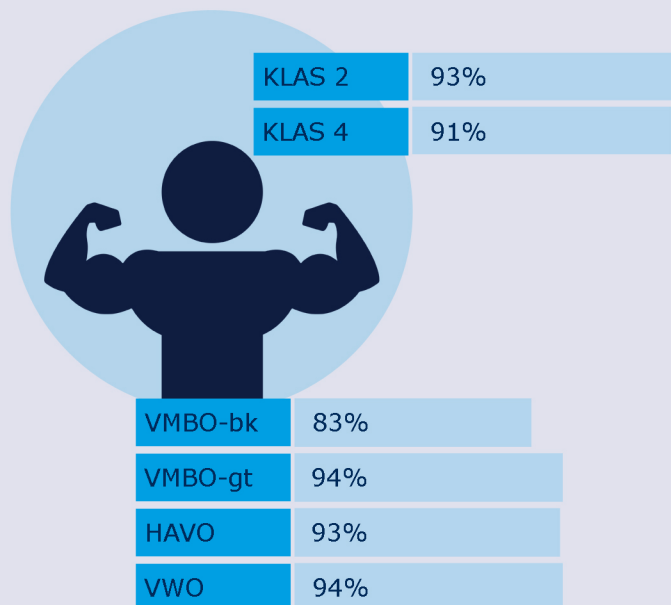
Seksuele gezondheid

Bijna één op de vier jongeren in de vierde klas voortgezet onderwijs in West-Brabant heeft ooit geslachtsgemeenschap gehad. Voor jongeren in de tweede klas is dit ongeveer één op de twintig. Van deze jongeren heeft meer dan de helft wel eens onveilig gevreeën. Alhoewel we bij jongeren in de 2^e klas een licht dalende trend zien tussen 2013 en 2015 in het percentage jongeren dat ooit geslachtsgemeenschap heeft gehad (afname van 0,5%), bleef het percentage jongeren dat wel eens onveilig heeft gevreeën gelijk.

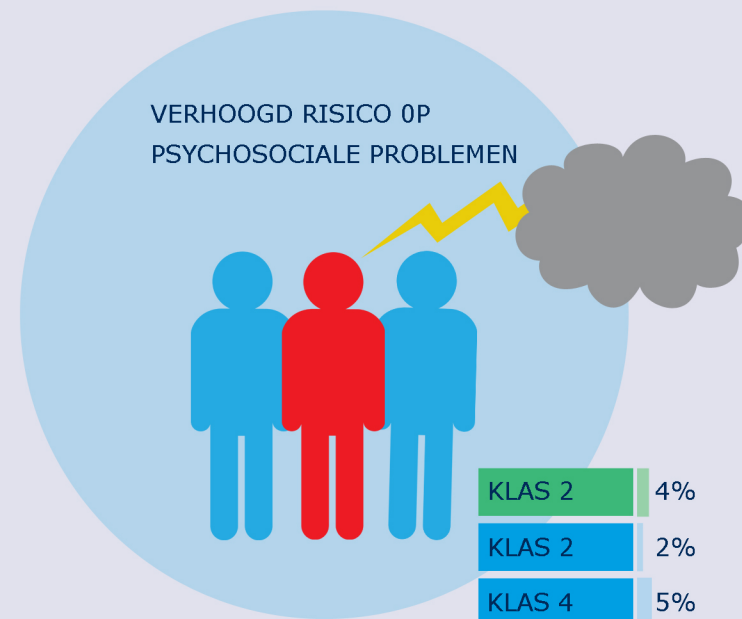


WELBEVINDEN & WEERBAARHEID

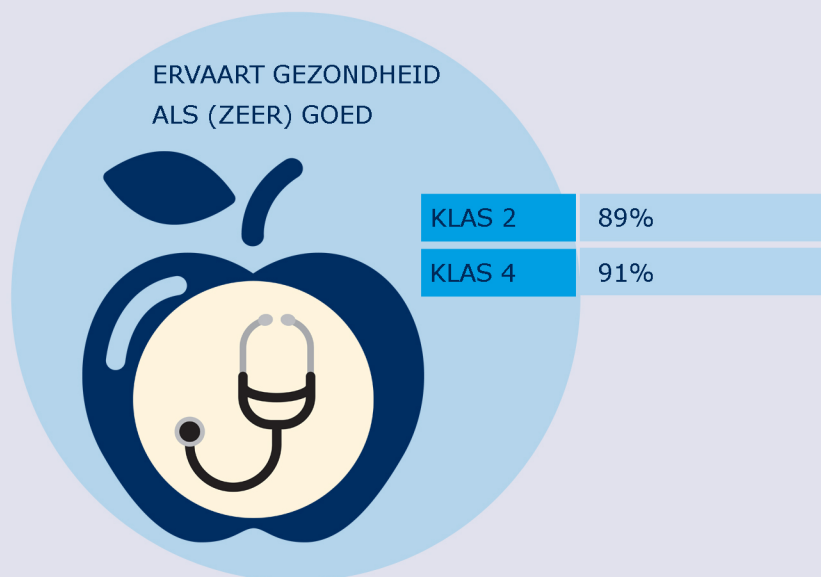
IS VOLDOENDE WEERBAAR



VERHOOGD RISICO OP
PSYCHOSOCIALE PROBLEMEN



ERVAART GEZONDHEID
ALS (ZEER) GOED



Wanneer jongeren zich psychisch gezond voelen, leidt dit onder meer tot minder criminaliteit, verslaving, en depressie [14]. We onderzochten daarom hoe het staat met de psychosociale en ervaren gezondheid van de West-Brabantse jongeren. En hoe weerbaar zijn ze eigenlijk?

Psychosociale gezondheid

In 2015 had 4% van de jongeren in West-Brabant een indicatie voor psychosociale problematiek. Dit is de overkoepelende term voor emotionele problemen, gedragsproblemen, hyperactiviteit en problemen met leeftijdsgenoten. Van deze problemen komt hyperactiviteit het vaakst voor: 16% van de West-Brabantse jongeren had in 2015 een verhoogd risico op hyperactiviteit. Landelijk zien we dat psychosociale problemen vaker voorkomen onder vmbo-basis/kader scholieren, Westerse allochtonen en jongeren wonend in een stiefgezin, bij anderen dan (stief)ouders of op zichzelf.

Psychosociale problemen ontstaan meestal door een combinatie van elkaar beïnvloedende factoren [15]. Deze factoren zijn op hoofdlijnen te onderscheiden in individuele kenmerken, gezinskenmerken en omgevingsfactoren. Hoe meer van deze risicofactoren aanwezig zijn, hoe groter de kans op problemen [16].

Weerbaarheid

Resultaten van de gezondheidsmonitor laten zien dat minder weerbare jongeren, meer psychosociale problemen ervaren. Om psychosociale (en andere) problemen te voorkomen is het dus belangrijk dat jongeren goed voor zichzelf kunnen opkomen. Met de weerbaarheid van de West-Brabantse jongeren is het gelukkig goed gesteld: 92% is voldoende weerbaar. Onder vmbo-basis/kader scholieren ligt dit wat lager, namelijk op 83%. Of een jongere weerbaar is, wordt bepaald aan de hand van enkele stellingen over opkomen voor jezelf en het maken van keuzes.

Ervaren gezondheid

Hoe ervaren jongeren hun gezondheid zelf? Een beoordeling van de eigen gezondheid, oftewel de ervaren gezondheid, is een subjectieve gezondheidsmaat die samenvattend is voor alle gezondheidsaspecten die belangrijk zijn voor een persoon. In West-Brabant vindt 90% van de jongeren zijn of haar eigen gezondheid (zeer) goed. Niet weerbaar zijn of het hebben van psychosociale problemen, hangt samen met een slechtere



ervaren gezondheid. Verder zien we landelijk dat niet-Westerse jongeren en jongeren wonend in een stief- of eenoudergezin, op zichzelf of bij anderen dan (stief)ouders, hun gezondheid minder goed ervaren dan gemiddeld.

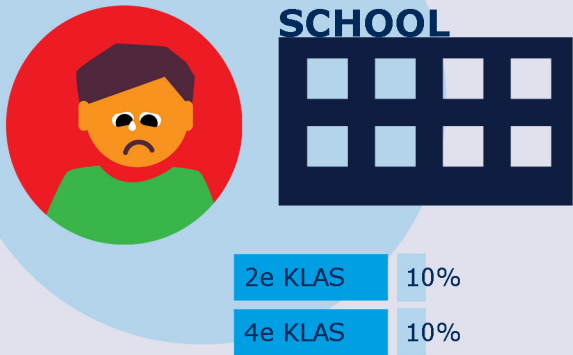


Doe Effe Normaal

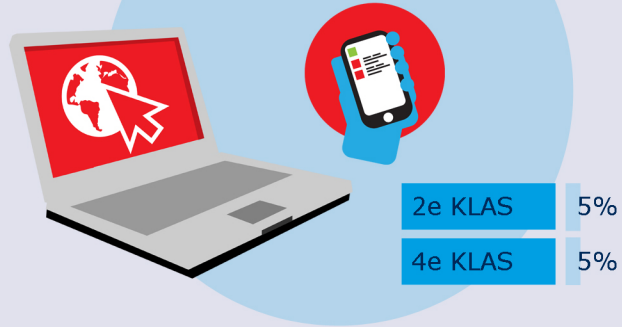
Ieder voorjaar wordt in Moerdijk het project Doe Effe Normaal (DENO) uitgevoerd op basisscholen in groep 8. Doel is om de leerlingen weerbaarder te maken tegen 'verleidingen' die op hun weg komen bij de overgang naar het voortgezet onderwijs en op hun weg naar het volwassen worden. Thema's die aan bod komen zijn (online) pesten, puberteit, gezond eten, omgaan met zakgeld en fysieke weerbaarheid. Door gastlessen en een theateroptreden worden de leerlingen wegwijs gemaakt in deze thema's. Een vergelijkbaar voorbeeld is het BaVo-project (Van Basis- naar Voortgezet onderwijs) in Geertruidenberg.

PESTEN & CYBERPESTEN

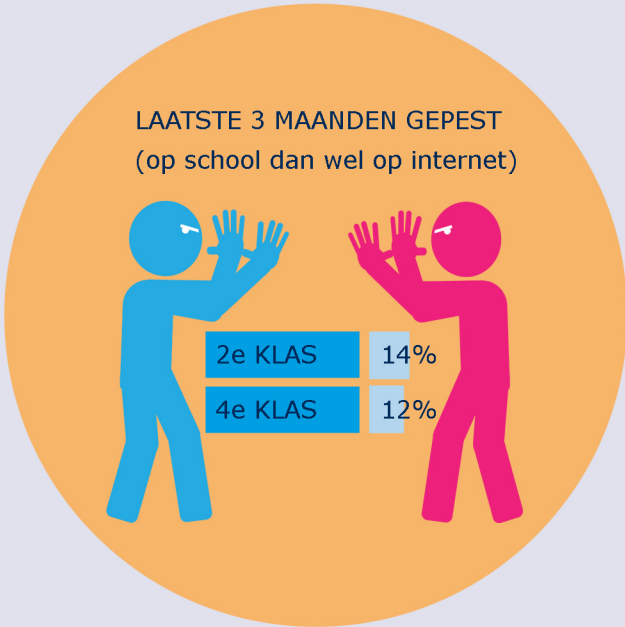
LAATSTE 3 MAANDEN
GEPEST OP SCHOOL



LAATSTE 3 MAANDEN
GEPEST VIA INTERNET



LAATSTE 3 MAANDEN GEPEST
(op school dan wel op internet)



LAATSTE 3 MAANDEN ZELF
ANDER GEPEST OP SCHOOL



LAATSTE 3 MAANDEN ZELF
ANDER GEPEST VIA INTERNET



Pesten is iets van alle tijden. Maar nu we steeds meer online zijn, neemt het pesten ook andere vormen aan. Pesten wordt steeds makkelijker, want de pester hoeft de gepeste niet meer onder ogen te komen: hij of zij hoeft alleen maar de telefoon, tablet, laptop of computer erbij te pakken en het kwaad is geschied. Dit online pesten wordt ook wel cyberpesten of digipesten genoemd. Laster is hiervan de meest voorkomende vorm. Hieronder verstaan we het plaatsen van kwetsende teksten of het verspreiden van foto's en filmpjes. Online pesten kan 24/7 doorgaan en heeft daardoor een grote impact [\[16\]](#).

Hoe staat het ervoor in West-Brabant?

In 2015 gaf 13% van de jongeren in West-Brabant aan in de afgelopen drie maanden te zijn gepest; van hen werd iets meer dan een kwart wekelijks gepest. 10% van alle jongeren werd gepest op school, 5% op internet. Wanneer jongeren op school worden gepest, is de kans groter dat zij ook op internet worden gepest. Bovendien geldt dat jongeren die pesten, vaker ook zelf worden gepest. (Online) pesten is het meest prevalent op het vmbo-basis/kader. Landelijk zien we dat vmbo-scholieren het vaakst slachtoffer zijn van pesten, en dat jongens, niet-Westers allochtonen en vmbo-scholieren het vaakst pesten.

Gevolgen van (online) pesten

Langdurig slachtoffer zijn van (online) pesten kan leiden tot sociale, emotionele en lichamelijke problemen. Zo kan pesten zorgen voor een verminderd zelfvertrouwen, minder vertrouwen in leeftijdsgenoten en angst om naar school te gaan. Op de lange termijn kan pesten leiden tot verminderde schoolprestaties, depressie, eenzaamheid of, in het ergste geval, tot zelfmoord. Lichamelijke gevolgen van pesten zijn onder meer hoofdpijn, buikpijn en slaapproblemen.

M@ZL

Op nagenoeg alle middelbare scholen in West-Brabant wordt M@ZL (Medische Advisering Ziekgemelde Leerling) ingezet. Dit is een effectieve methodiek voor een integrale aanpak van ziekteverzuim bij scholieren. Door vroegtijdig in gesprek te gaan met jongeren en hen in beeld te houden, worden de oorzaken van ziekteverzuim (zoals bijvoorbeeld (online) pesten) aangepakt.



Gevolgen voor pesters zelf zijn er met name op de lange termijn. De problemen bestaan onder andere uit het vaker in aanraking komen met justitie en een grotere kans op betrokkenheid bij vechtpartijen (jongens) en huiselijk geweld (meisjes) [\[17\]](#). In de resultaten van de gezondheidsmonitor zien we verder dat jongeren die gepest worden vaker ziek thuis zitten, hun gezondheid als slechter ervaren en meer psychosociale problemen hebben. Ook pesters ervaren hun gezondheid als slechter en hebben meer psychosociale problemen dan andere jongeren.

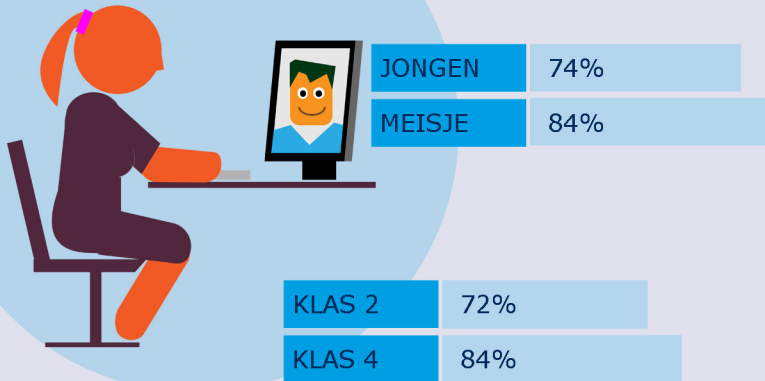
Relatie met weerbaarheid

Weerbaarheid speelt een belangrijke rol bij pesten. Jongeren met een lage weerbaarheid zijn vaker het slachtoffer van pesten dan jongeren die voldoende weerbaar zijn. Van de jongeren die voldoende weerbaar zijn, gaf 12% aan recent te zijn gepest op school. Onder de jongeren die onvoldoende weerbaar zijn, was dit 32%. Niet alleen zijn laag weerbare jongeren vaker het slachtoffer van pesten, ze pesten zelf ook vaker. 15% van hen gaf aan de afgelopen drie maanden te hebben gepest. Onder de jongeren die voldoende weerbaar zijn, was dit 10%.

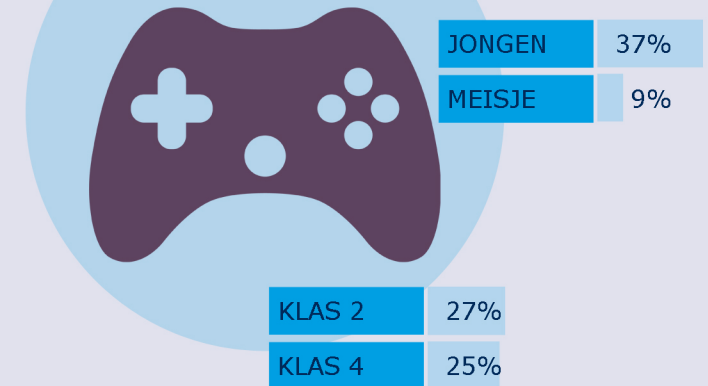


SOCIALE MEDIA & GAMEN

(BIJNA) ELKE DAG ACTIEF
OP SOCIALE MEDIA



(BIJNA) ELKE DAG
ACTIEF MET GAMEN



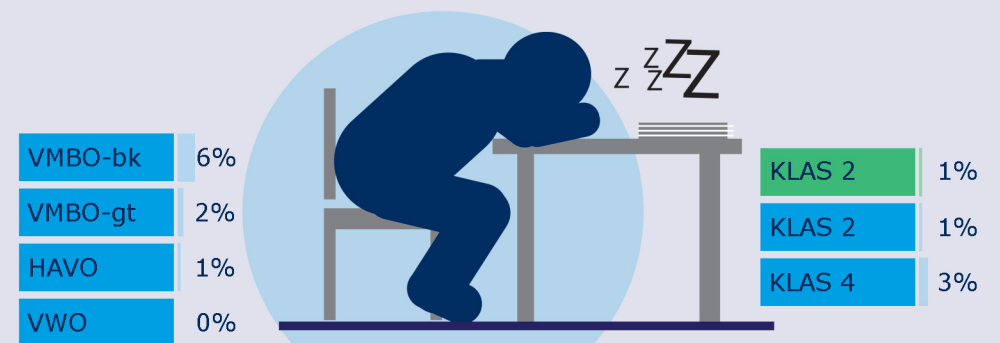
GAMET WELEENS

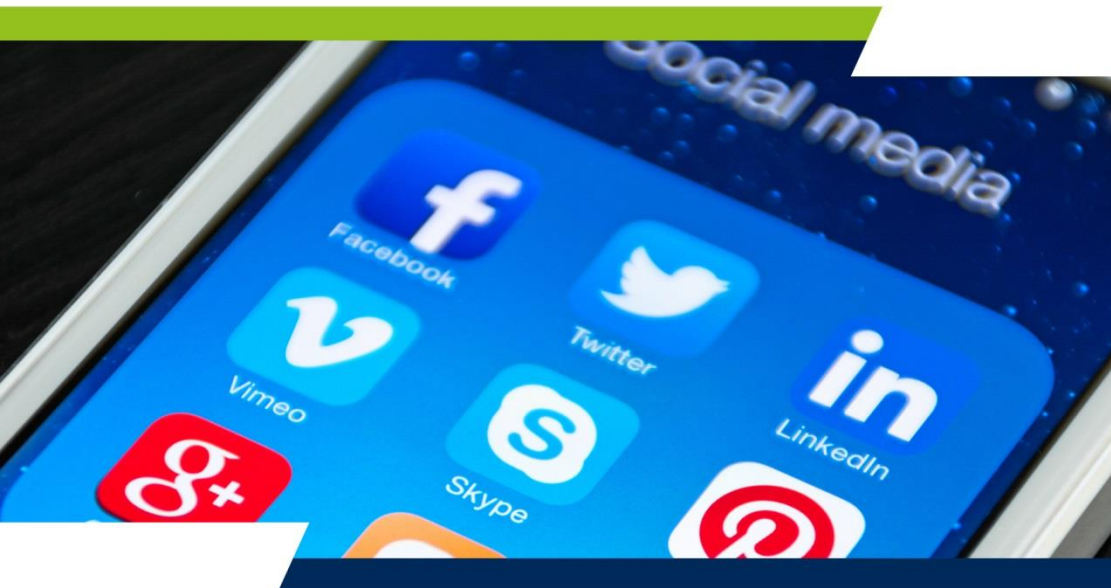


PROBLEMATISCH GEBRUIK
SOCIALE MEDIA



PROBLEMATISCH GAMEN





Whatsappen, facebooken, snapchatten, youtuben en instagrammen: het zijn woorden die niet meer zijn weg te denken uit het dagelijks leven van jongeren. In West-Brabant is 78% van de jongeren (bijna) dagelijks actief op sociale media. Maar wat zijn de gevolgen van dit constant online en bereikbaar zijn? In welke mate is het gebruik schadelijk of verslavend? En hoe is dat voor gamen?

Sociale media

Uit onderzoek van het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) blijkt dat 17% van de jongeren in Nederland aangeeft verslaafd te zijn aan sociale media. Bijna de helft (47%) geeft aan een negatieve invloed te ondervinden op een of meerdere onderdelen van hun leven (concentratievermogen, nachtrust, schoolresultaten of contact met familie en vrienden) [18]. Naast deze effecten zijn er ook andere risico's. Denk aan sexting [19], grooming [20], sextortion [21], maar ook aan online pesten (zie pagina 20). Tevens zien we dat problematische gebruikers meer psychosociale problemen hebben, minder weerbaar zijn en hun gezondheid als slechter ervaren.

Problematisch gebruik wordt hierbij gedefinieerd als het:

- 'moeilijk kunnen stoppen met sociale media',
- 'zich onrustig, gestrest of geïrriteerd voelen wanneer hij/zij geen sociale media kan gebruiken' en
- 'afraffelen van huiswerk om sociale media te gebruiken'.

Slechts 1% van de jongeren in West-Brabant is een problematisch gebruiker van sociale media. Meisjes, vmbo-basis/kader scholieren, Westerse en Niet-Westerse allochtonen en jongeren wonend op zichzelf of bij anderen dan (stief)ouders, zijn het meest vatbaar voor problematisch gebruik.

Gamen

Onder gamen wordt het spelen van spelletjes op de pc, spelcomputer, tablet of smartphone verstaan. Alhoewel gamen minder populair is dan het gebruik van sociale media, gamet toch een kwart van de West-Brabantse jongeren (bijna) dagelijks. Bij meisjes zijn sociale media populair en bij jongens is dat vaker gamen. Om te bekijken of jongeren verslaafd zijn aan gamen, gebruiken we dezelfde criteria als voor sociale media verslaving. Daaruit blijkt dat 2% van de jongeren in West-Brabant problematisch gamer is. Problematisch gamen komt het meest voor bij jongens, vmbo-basis/kader scholieren en jongeren wonend op zichzelf of bij anderen dan (stief)ouders. Net als problematische gebruikers van sociale media, hebben ook problematische gamers meer psychosociale problemen, een lagere weerbaarheid en een slechtere ervaren gezondheid.



MediaMasters

Spelenderwijs over de kansen en gevaren van media leren: dat is wat er met de interactieve game MediaMasters wordt beoogd. Tijdens de Week van de Mediawijsheid wordt deze game op veel scholen één uur per dag gespeeld. Opdrachten zetten kinderen aan tot overleggen, samenwerken, zelf media maken, media interpreteren en het onder de loep nemen van eigen mediagedrag. Om alle kinderen te bereiken, is MediaMasters er ook met ondertiteling en gebarentaal voor doven en slechthorenden.



COLOFON

Heeft u vragen over deze uitgave,
neemt u dan contact op met uw [lokaal beleidsadviseur](#).

Contact

GGD West-Brabant
Postbus 3024, 5003 DA Tilburg
T 076-528 20 00

www.ggdwestbrabant.nl

