

Mentale weerbaarheid bij jeugd in Zuid-Holland Zuid



Kernboodschap

- Het optimaliseren van de mentale weerbaarheid bij jongeren is een investering in hun toekomst.
- Weerbare kinderen en jongeren zullen naar verwachting ook op de volwassen leeftijd beter weerstand kunnen bieden tegen ongezonde verleidingen.
- Extra aandacht is nodig voor de meest kwetsbare groepen, waaronder jonge meisjes met een laag opleidingsniveau en jonge statushouders.

Wat is mentale weerbaarheid?

Mentale weerbaarheid bij jeugd kun je omschrijven als:

- Fitheid van geest
- Lekker in je vel zitten
- Voor jezelf op kunnen komen

Hoe meet je weerbaarheid?

Mentale weerbaarheid kan worden gemeten met behulp van vragenlijsten die betrekking hebben op de volgende onderwerpen:

- Nee zeggen
- Jezelf (durven) zijn
- Niet makkelijk over te halen zijn
- Hulp vragen en
- Voor jezelf opkomen"

Deze vragen zijn gesteld op het voorgezet onderwijs.

Daarnaast is aan de ouders van jonge kinderen gevraagd of zij hun eigen kind zelf weerbaar vinden.

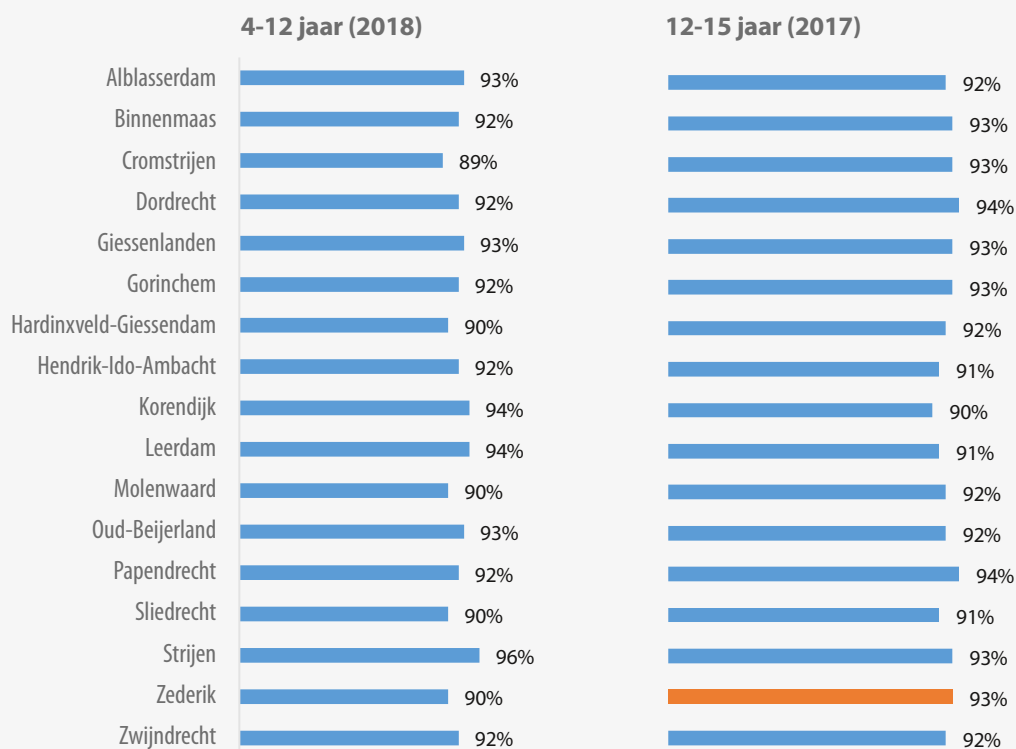
Het Verwij-Jonker Instituut heeft een interventiepyramide ontwikkeld waarin verschillende typen jeugdbeleid en bijbehorende zorg staan beschreven. Hoe hoger in de pyramide, hoe zwaarder de problematiek en dus hoe kleiner het aantal kinderen of jongeren dat daarmee te maken heeft.

De GGD richt zich vooral op de onderste twee lagen, dus op een groot aantal jonge inwoners.



Interventiepyramide (Bron: Verwij- Jonker Instituut)

Mentale weerbaarheid bij kinderen en jongeren



Oranje staafjes geven aan dat een gemeente significant **afwijkt** van de overige gemeenten.

Deze significantie hangt samen met de grootte van de gemeente. Een grote gemeente levert (a) een grotere bijdrage aan het gemiddelde en (b) wijkt zelf sneller af van de overige gemeenten dan een kleine gemeente.

Welke jongeren zijn weerbaar?

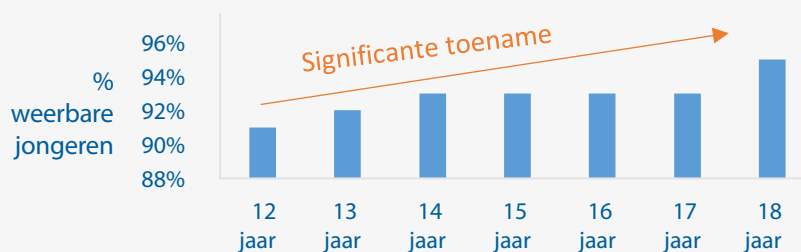
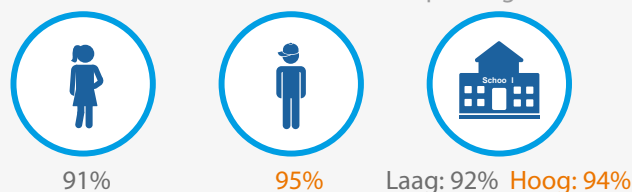
Basisonderwijs

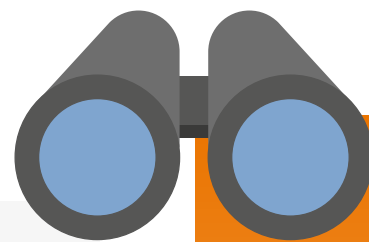
Bij kinderen van 4 tot 12 jaar zijn er (nog) **geen significante verschillen** in weerbaarheid tussen:

- Jongens en meisjes
- Kinderen van verschillende leeftijden
- Kinderen van ouders met een lagere sociaaleconomische status

Voortgezet Onderwijs

Opleidingsniveau





Bij welke kenmerken is extra aandacht gewenst?

- Niet-westerse migratieachtergrond (RIVM)
- Gevoeligheid voor prestatiedruk (RIVM)

Mogelijke gevolgen van verminderde weerbaarheid

Het RIVM voorziet de volgende mogelijke gevolgen.

Bij tegenslagen (korte termijn):

- Ongezonde coping strategie inzetten, bijvoorbeeld middelengebruik

Lange termijn:

- Psychische problematiek
- Burnout-achtige klachten

Wat verwachten we van de Toekomst?

Volgens het RIVM is het lastig om de toekomst van mentale weerbaarheid uit te drukken in cijfers.

Wel wordt verwacht dat het vergroten van de mentale weerbaarheid nog belangrijker wordt vanwege de stijgende maatschappelijke prestatiedruk.

Extra aandacht is nodig voor de **meest kwetsbare groepen, waaronder (jonge) statushouders.**

Bronnen

- JGZ vragenlijsten en Kindmonitor via DG&J
- RIVM, Themaverkenning Mentale Druk, 2018: <https://www.vtv2018.nl/druk-op-jongeren>
- Verweij-Jonker Instituut, Jeugdbeleid in Transformatie: https://www.verweij-jonker.nl/doc/jeugd/5243_Jeugdbeleid-in-transformatie.pdf