

# Kerncijfers gezondheidsmonitor Jeugd 2019 Gouda

versie 24-8-2020



Er hebben 826 leerlingen die in gemeente Gouda wonen, deelgenomen.  
De waarden die in de tabellen worden weergegeven, zijn percentages.

Indicator	(n=826) <i>Achtergrond</i>	Totaal gemeente	Geslacht		Klas		Totaal HM	Totaal NL
			jongen	meisje	2	4		
Vorm onderwijs	Vmbo	46	46	46	48	44	44	49
	Havo	27	25	29	21	32	30	30
	Vwo	27	29	26	31	24	26	21
Bevolkingsgroep	Voelt zich alleen NL	72	73	71	69	75	81	
	Voelt zich NL en Westers	3,6	4,5	2,8	4,8	2,4	4,9	
	Voelt zich NL en Niet-Westers	14	12	16	13	15	8	
	Voelt zich niet NL	10	11	10	13	8	6	
Gezinssamenstelling	Bij beide ouders	80	81	78	83	76	78	75
	Co-ouders	7	8	6	5	9	8	8
	Vader of moeder en partner	4,3	3,4	5	4,8	3,8	4,8	6
	Eenoudergezin	8	7	9	6	9	8	10
	Bij anderen of op zichzelf	1,3	1,0	1,5	1,0	1,5	1,0	1,1
Ervaart moeite met rondkomen		4,9	3,3	6	3,7	6	4,1	4,3
Welvaartsscore	Laag	8	6	10	7	9	9	
	Gemiddeld	41	39	44	39	43	40	
	Hoog	51	55	46	54	47	52	
<i>Positieve gezondheid</i>								
Ervaart gezondheid als (zeer) goed		83	87	78	86	79	85	85
Voelt zich meestal (zeer) gelukkig		85	87	82	86	83	85	84
Is zeer tevreden met zijn/haar leven (≥7)		89	93	84	92	86	88	
Heeft veel vertrouwen in de toekomst (≥7)		86	89	83	90	82	86	
<i>Gezondheid</i>								
Risico op emotionele problemen		18	9	27	16	20	18	20
Risico op gedragsproblemen		12	13	11	13	11	11	12
Matig risico op psychosociale problemen		11	9	12	10	11	12	12
Verhoogd risico op psychosociale problemen		10	8	12	9	11	11	12
Onvoldoende weerbaar		11	9	13	9	13	10	10
(Zeer) vaak gestrest door ≥1 factoren		42	29	54	37	47	43	44
Scheiding ouders meegemaakt		20	19	21	17	23	21	24
Jonge mantelzorger		3,6	2,9	4,2	2,8	4,4	3,9	
Ernstige lichamelijke/psychische ziekte, beperking		5	4,9	6	3,9	7	4,9	6
Belemmerd door ziekte		4,0	4,4	3,6	3,3	4,6	3,4	
Vind zichzelf te zwaar		18	12	24	18	18	18	
Serius gelijnd		35	25	44	35	35	35	
Somberheid		22	13	31	19	26	21	
Last van gehoor na luisteren muziek		21	20	21	18	23	23	
Gebruikt oordoppen ter bescherming gehoor		25	28	21	24	25	24	
Slaapt niet goed		18	16	20	18	18	20	
Regelmatig moe overdag		49	42	55	45	52	54	
Regelmatig suicidegedachten		7	6	8	7	7	6	
Vaak suicidegedachten en/of een poging		3,4	2,5	4,3	3,7	3,0	3,1	
<i>Leefstijl; bewegen en voeding</i>								
Sport wekelijks bij club, vereniging, sportschool		71	76	66	74	67	76	75
Beweegt ≥5 dagen minimaal 1 uur		39	40	38	43	35	48	47
Ontbijt <5 dagen per week		21	18	25	18	25	19	
Drinkt dagelijks drankjes met suiker		38	40	36	34	42	32	33
Drinkt ≥2 energiedrankjes per dag		5	7	3,6	4,3	6	5,0	6
Drinkt (bijna) nooit water		5	5	5	4,6	6	5,0	5

Indicator <i>Leefstijl; alcohol, roken, drugs</i>	Totaal	Geslacht		Klas		Totaal	Totaal
	gemeente	jongen	meisje	2,0	4,0	HM	NL
Ooit alcohol gedronken	<b>36</b>	41	31	26	47	47	<b>52</b>
Recent alcohol gedronken	<b>16</b>	20	12	6	26	25	<b>26</b>
Recent binge drinken	<b>10</b>	14	6	3,2	17	17	<b>18</b>
Neutrale/positieve houding ouders alcoholgebruik*	45	42	48	41	47	46	
Mag volgens afspraak ouders niet drinken	<b>52</b>	46	57	55	48	43	
Ooit sigaretten/shag gerookt	<b>6</b>	6	6	2,8	10	9	<b>10</b>
Rookt wekelijks	3,4	4,5	2,3	1,1	6	3,8	4,0
Ooit e-sigaret gebruikt	<b>15</b>	19	12	11	20	20	<b>23</b>
Gebruikt wekelijks e-sigaret	<b>0,5</b>	0,7	0,3	0,2	0,8	1,4	<b>1,8</b>
Ooit wiet of hasj gebruikt	<b>4,4</b>	7	2,4	0,7	8	8	9
Recent wiet of hasj gebruikt	<b>2,4</b>	4,0	0,8	0,2	4,6	4,1	4,1
Ooit harddrugs gebruikt	0,5	1,0	-	-	1,1	1,3	
Recent harddrugs gebruikt	0,4	0,8	-	-	0,8	0,5	
Ooit lachgas gebruikt	<b>3,8</b>	4,8	2,9	2,4	5	5	
Recent lachgas gebruikt	1,0	1,5	0,4	0,6	1,3	1,3	
<i>School</i>							
Recent ziekteverzuim	<b>35</b>	33	37	37	34	40	
Recent ≥ 3 uur gespijeld	3,5	3,6	3,4	1,6	5	3,5	
Onterecht ziekgemeld (laatste 12 mnd)	<b>31</b>	33	29	31	30	35	
<i>Pesten</i>							
Regelmatig gepest op school	3,7	3,8	3,5	4,1	3,2	3,1	<b>3,7</b>
Pest regelmatig anderen op school	1,2	1,7	0,6	1,0	1,3	1,2	1,4
Regelmatig gepest via internet	2,1	2,3	1,9	1,6	2,6	1,6	<b>1,9</b>
Pest regelmatig ander via internet	1,1	1,8	0,4	0,6	1,6	1,1	1,2
Naaktfoto of seksfilmpje van zichzelf gestuurd	2,6	2,8	2,3	0,6	4,5	2,9	<b>3,5</b>
<i>Social media/gamen</i>							
Risico op problematisch gebruik social media	6	5	6	4,1	7	6	<b>8</b>
Risico op problematisch gamen	1,6	2,9	0,3	0,7	2,4	2,3	<b>2,7</b>
<i>Sociale contacten</i>							
Risico ernstige eenzaamheid	6	7	5	6	6	6	
Ontmoet vrienden op straat of in winkelcentra	49	45	52	52	45	49	
Geen lid van vereniging of organisatie	23	16	30	19	28	21	
<i>Seksualiteit</i>							
Ooit seksuele gemeenschap gehad	<b>7</b>	10	3,9	1,3	13	9	<b>10</b>
Ongewenste seksuele ervaring gehad	2,9	2,5	3,1	1,7	4,1	3,4	
Uitkomen seksualiteit op school							
tegen iedereen	<b>17</b>	15	18	13	21	20	
alleen tegen vrienden	39	34	44	39	39	39	

\* ten opzichte van de leerlingen die wel eens alcohol drinken

Voor de lichtblauw gearceerde velden in de kolom voor Nederland zijn geen landelijke cijfers beschikbaar.

**rood:** totaal van gemeente/Nederland significant ongunstiger dan gemiddeld in Hollands Midden

**groen:** totaal van gemeente/Nederland significant gunstiger dan gemiddeld in Hollands Midden

**blauw:** totaal van gemeente/Nederland significant afwijkend van gemiddeld in Hollands Midden

Voor uitleg van de indicatoren wordt verwezen naar het definitieblad.

# Trendcijfers gezondheidsmonitor Jeugd 2019 Gouda

versie 24-8-2020



De gepresenteerde percentages uit de jaren 2013 en 2008 hebben alleen betrekking op leerlingen in klas 2 en klas 4, waardoor ze te vergelijken zijn met de percentages van 2019.

Indicator		2019 (n=826)	2013 (n=1.093)	2008 (n=1.358)	
<i>Achtergrond</i>					
Gezinssamenstelling	Bij beide ouders	80	78	78	
	Co-ouders	7	5	3,0	★
	Vader of moeder en partner	4,3	6	4,1	
	Eenoudergezin	8	10	11	★
	Bij anderen of op zichzelf	1,3	1,5	4,2	★
<i>Positieve gezondheid</i>					
Ervaart gezondheid als (zeer) goed		83	85	84	
<i>Gezondheid</i>					
Risico op emotionele problemen		18	19	13	★
Risico op gedragsproblemen		12	12	12	
Matig risico op psychosociale problemen		11	10	10	
Verhoogd risico op psychosociale problemen		10	12	9	
Scheiding ouders meegemaakt		20	--	--	
Vind zichzelf te zwaar		18	18	--	
Serieus gelijnd		35	31	--	
Regelmatig suicidegedachten		7	6	--	
Vaak suicidegedachten en/of een poging		3,4	4,3	--	
<i>Leefstijl; bewegen en voeding</i>					
Beweegt ≥5 dagen minimaal 1 uur		39	44	48	★
Ontbijt <5 dagen per week		21	16	13	★
<i>Leefstijl; alcohol, roken, drugs</i>					
Ooit alcohol gedronken		36	38	54	★
Recent alcohol gedronken		16	27	39	★
Recent binge drinken		10	15	26	★
Neutrale/positieve houding ouders alcoholgebruik*		45	58	50	
Ooit sigaretten/shag gerookt		6	22	32	★
Rookt wekelijks		3,4	6	10	★
Ooit wiet of hasj gebruikt		4,4	--	15	★
Recent wiet of hasj gebruikt		2,4	--	7	★
Ooit harddrugs gebruikt**		0,5	0,9	--	
Recent harddrugs gebruikt**		0,4	0,4	--	
<i>School</i>					
Recent ziekteverzuim		35	24	34	
Recent ≥ 3 uur gespijeld		3,5	3,7	7	★
<i>Pesten</i>					
Regelmatig gepest op school		3,7	4,3	6	★
Pest regelmatig anderen op school		1,2	2,6	7	★
<i>Sociale contacten</i>					
Geen lid van vereniging of organisatie		23	--	19	★
<i>Seksualiteit</i>					
Ooit seksuele gemeenschap gehad		7	9	15	★
Ongewenste seksuele ervaring gehad		2,9	5	--	
Uitkomen seksualiteit op school					
	tegen iedereen	17	15	--	
	alleen tegen vrienden	39	38	--	

\* ten opzichte van de leerlingen die wel eens alcohol drinken

\*\* zonder de drug ketamine

-- onderwerp niet nagevraagd of geen vergelijkbare vraagstelling gebruikt

**rood:** percentage significant ongunstiger dan eerder onderzoeksjaar

**groen:** totaal van gemeente significant gunstiger dan eerder onderzoeksjaar

**blauw:** totaal van gemeente significant afwijkend van eerder onderzoeksjaar

★ ★ ★ percentage 2019 significant ongunstiger/gunstiger/afwijkend van 2008

Voor uitleg van de indicatoren wordt verwezen naar het definitieblad.

## Definities

<i>Indicator</i>		<b>Definitie</b>
Vorm onderwijs	Vmbo Havo Vwo	Zit op het onderwijstype vmbo (basis, kader, gemengd, theoretisch of mavo) Zit op het onderwijstype havo Zit op het onderwijstype vwo (atheneum of gymnasium)
Bevolkingsgroep	Voelt zich alleen NL Voelt zich NL en Westers Voelt zich NL en Niet-Westers Voelt zich niet NL	Rekent zich alleen tot de Nederlandse bevolkingsgroep Rekent zich tot de Nederlandse en daarnaast tot een overige westerse bevolkingsgroep Rekent zich tot de Nederlandse en daarnaast tot een overige niet-westerse bevolkingsgroep Rekent zich niet tot de Nederlandse maar tot een overige westerse en/of niet-westerse bevolkingsgroep
Gezinssamenstelling	Bij beide ouders Co-ouders Vader of moeder en partner Eenoudergezin Bij anderen of op zichzelf	Woont bij de ouders samen Woont ongeveer de helft van de tijd bij de ene ouder en de helft van de tijd bij de andere ouder Woont bij één van beide ouders en de partner van vader of moeder Woont bij één van beide ouders Woont bij anderen (bijv. pleegouders, andere familieleden, internaat) of
Ervaart moeite met rondkomen		Ervaart thuis enige of grote moeite om rond te komen met geld
Welvaartsscore	Laag Gemiddeld Hoog	De Family Affluence Scale (FAS) bestaat uit 4 factoren die een indicatie geven van de welvaart in een gezin: autobezit, eigen kamer, aantal vakanties en aantal laptops/computers. Scoort 0 tot en met 4 punten op de FAS Scoort 5 of 6 punten op de FAS Scoort 7 of 8 punten op de FAS
<b>Positieve gezondheid</b>		
Ervaart gezondheid als (zeer) goed		Ervaart de eigen gezondheid over het algemeen als goed of zeer goed
Voelt zich meestal (zeer) gelukkig		Voelt zich meestal gelukkig of zeer gelukkig
Is zeer tevreden met zijn/haar leven ( $\geq 7$ )		Scoort 7 of hoger op een schaal van 1 (heel ontevreden) tot 10 (heel tevreden)
Heeft veel vertrouwen in de toekomst ( $\geq 7$ )		Scoort 7 of hoger op een schaal van 1 (geen vertrouwen) tot 10 (heel veel vertrouwen)
<b>Gezondheid</b>		
Risico op psychosociale problemen		De Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) is een indicator voor psychosociale problemen en problemen op het vlak van emotie of gedrag
Risico op emotionele problemen		Scoort 5 punten of meer op de emotioneel-gerelateerde vragen van de SDQ
Risico op gedragsproblemen		Scoort 4 punten of meer op de gedrags-gerelateerde vragen van de SDQ
Matig risico psychosociale problemen		Scoort 14 tot en met 16 punten op de SDQ
Verhoogd risico psychosociale problemen		Scoort 17 punten of meer op de SDQ
Onvoldoende weerbaar		Scoort een gemiddelde van 1-3 punten op de gestelde vragen over weerbaarheid. 3,1 of hoger betekent voldoende weerbaar.
(Zeer) vaak gestrest door $\geq 1$ factoren		Is vaak of zeer vaak gestrest door tenminste één van de volgende factoren: school of huiswerk, situatie thuis, eigen problemen, wat anderen van hem/haar vinden, alles wat hij/zij moet doen.
Scheiding ouders meegemaakt		Heeft scheiding van de ouders meegemaakt of maakt dit nu mee.
Jonge mantelzorger		Heeft een gezinslid met een ernstige lichamelijke of psychische ziekte, beperking of verslaving, en heeft het gevoel hierdoor vaker thuis mee te moeten helpen dan anderen van dezelfde leeftijd.
Ernstige lichamelijke/psychische ziekte, beperking		Heeft zelf een ernstige lichamelijke of psychische ziekte of beperking
Belemmerd door ziekte		Heeft zelf een ernstige lichamelijke of psychische ziekte of beperking en doet hierdoor dingen niet, die hij/zij wel zou willen doen.

<i>vervolg Gezondheid</i>	
Vind zichzelf te zwaar Serieus gelijnd	Beoordeelt het eigen gewicht als te zwaar. Heeft in de afgelopen 4 weken serieus geprobeerd af te vallen door minder te snoepen, minder te eten, met een speciaal dieet, een kuur, laxeerpillen, vermageringspillen, afslankthee, door expres over te geven of door extra beweging of sporten.
Somberheid	Gemeten met de Mental Health Inventory (MHI5): deze vragenlijst meet psychische gezondheid in de afgelopen 4 weken. 0-60 punten betekent een (mogelijk) ongunstige score.
Last van gehoor na luisteren muziek Gebruikt oordoppen ter bescherming gehoor	Heeft soms, vaak of altijd last van zijn/haar gehoor na het luisteren van muziek Gebruikt soms of altijd oordoppen om zijn/haar gehoor te beschermen als hij/zij op een plek met harde muziek is.
Slaapt niet goed Regelmatig moe overdag	Slaapt over het algemeen niet zo goed of helemaal niet goed Voelt zich een paar keer per week of (bijna) elke dag overdag slaperig of moe
Regelmatig suicidegedachten Vaak suicidegedachten en/of een poging	Heeft in de afgelopen 12 maanden af en toe of (heel) vaak er serieus over gedacht een eind te maken aan het leven Heeft in de afgelopen 12 maanden vaak of heel vaak er serieus over gedacht een eind aan het leven te maken en/of heeft in de afgelopen 12 maanden een poging ondernomen om een eind aan het leven te maken.
<i>Leefstijl; bewegen en voeding</i>	
Sport wekelijks bij club, vereniging, sportschool Beweegt $\geq 5$ dagen minimaal 1 uur	Doet minimaal 1 dag per week aan sport bij een club, vereniging of sportschool Sport of beweegt minimaal 5 dagen per week minstens 1 uur. Alle vormen van sporten of bewegen mochten worden opgeteld, ook reistijd naar en van school of stageplek.
Ontbijt <5 dagen per week Drinkt dagelijks drankjes met suiker Drinkt $\geq 2$ energiedrankjes per dag Drinkt (bijna) nooit water	Ontbijt minder dan 5 dagen per week Drinkt elke dag drankjes met suiker. Hiermee worden bedoeld: frisdrank met suiker, energiedrankjes, sportdrankjes, aanmaaklimonade, vruchtensap, zoete melk- of yoghurt drankjes en koffie of thee met suiker of honing. Drinkt dagelijks 2 of meer blikjes energiedrank. Maximaal 1 blikje per dag is de richtlijn voor kinderen vanaf 13 jaar. Drinkt minder dan 1 dag per week een of meer glazen water
<i>Leefstijl; alcohol, roken, drugs</i>	
Ooit alcohol gedronken Recent alcohol gedronken Recent binge drinken Neutrale/positieve houding ouders alcoholgebruik Mag volgens afspraak ouders niet drinken	Heeft ooit een paar slokjes of meer alcohol gedronken Heeft in de laatste 4 weken 1 of meer dagen alcohol gedronken Heeft in de laatste 4 weken minimaal 1 keer vijf of meer drankjes met alcohol gedronken bij één gelegenheid De ouders/verzorgers vinden het goed of zeggen er niets van dat het kind alcohol drinkt (ten opzichte van de leerlingen die wel eens alcohol drinken) Heeft een afspraak met ouders/verzorgers over alcohol drinken en mag (nog) geen alcohol drinken
Ooit sigaretten/shag gerookt Rookt wekelijks	Heeft ooit een hele sigaret of shag gerookt Rookt minimaal 1 keer per week
Ooit e-sigaret gebruikt Gebruikt wekelijks e-sigaret	Heeft minimaal 1 keer een elektronische sigaret gebruikt (e-sigaret, shisha-pen, e-hookha, e-smoker, flavor vape) Gebruikt minimaal 1 keer per week een elektronische sigaret
Ooit wiet of hasj gebruikt Recent wiet/hasj gebruikt	Heeft ooit wiet of hasj gebruikt Heeft in de laatste 4 weken 1 of meer dagen wiet of hasj gebruikt
Ooit harddrugs gebruikt Recent harddrugs gebruikt	Heeft ooit XTC (ecstasy, MDMA, designerdrugs), cocaïne, paddo's, amfetamine (uppers, pep of speed), LSD, GHB, heroïne en/of ketamine gebruikt Heeft in de laatste 4 weken XTC (ecstasy, MDMA, designerdrugs), cocaïne, paddo's, amfetamine (uppers, pep of speed), LSD, GHB, heroïne en/of ketamine gebruikt
Ooit lachgas gebruikt Recent lachgas gebruikt	Heeft ooit lachgas gebruikt Heeft in de laatste 4 weken lachgas gebruikt

<i>School</i>	
Recent ziekteverzuim	Is in de laatste 4 weken dat er school was minimaal 1 dag thuis gebleven omdat hij/zij ziek was
Recent $\geq$ 3 uur gespijeld	Heeft in de laatste 4 weken dat er school was minimaal 3 uur gespijeld
Onterecht ziekgemeld (laatste 12 mnd)	Heeft zelf of is door ouders/verzorgers in de laatste 12 maanden minimaal één keer ziek gemeld op school, terwijl hij/zij niet écht ziek was
<i>Pesten</i>	
Regelmatig gepest op school	Is in de laatste 3 maanden twee of meer keer per maand gepest op school
Pest regelmatig anderen op school	Heeft in de laatste 3 maanden zelf twee of meer keer per maand een andere leerling op school gepest
Regelmatig gepest via internet	Is in de laatste 3 maanden twee of meer keer per maand gepest via internet, social media of mobiele telefoon
Pest regelmatig ander via internet	Heeft in de laatste 3 maanden zelf twee of meer keer per maand een ander gepest via internet, social media of mobiele telefoon
Naaktfoto of seksfilmpje van zichzelf gestuurd (laatste 6 mndn)	Heeft in de laatste 6 maanden een naaktfoto of seksfilmpje van zichzelf aan iemand anders gestuurd
<i>Social media/gamen</i>	
Risico op problematisch gebruik social media	Scoort op een verkorte vragenlijst naar compulsief gebruik van sociale media (afkomstig van het IVO) minimaal 2 (van de 4) punten
Risico op problematisch gamen	Scoort op een verkorte vragenlijst naar compulsief gamegedrag (afkomstig van het IVO) minimaal 2 (van de 4) punten
<i>Sociale contacten</i>	
Risico ernstige eenzaamheid	Scoort tussen de 24 en 40 punten op een bewerkte versie van de RULS-8 eenzaamheidsschaal, valt in de risicogroep en voelt zich sterk eenzaam
Ontmoet vrienden op straat of in winkelcentra	Ziet of spreekt zijn/haar vrienden op straat (in eigen buurt of ergens anders) en/of in een winkelcentrum
Geen lid van vereniging of organisatie	Is geen lid van een vereniging of organisatie
<i>Seksualiteit</i>	
Ooit seksuele gemeenschap gehad	Is ooit met iemand naar bed geweest
Ongewenste seksuele ervaring gehad	Heeft wel eens een seksuele ervaring gehad met iemand zonder dat hij/zij dat wilde (zoenen, intiem betasten, naar bed gaan)
Uitkomen seksualiteit op school	Tegen iedereen Denkt dat een jongen of meisje die homo, lesbisch of biseksueel is dat tegen iedereen op school eerlijk zou kunnen vertellen
	Alleen tegen vrienden Denkt dat een jongen of meisje die homo, lesbisch of biseksueel is dat alleen tegen zijn of haar vrienden eerlijk zou kunnen vertellen