

# Mentaal welbevinden van de jeugd: lessen uit de coronacrisis

Periode maart 2020 - april 2022

40

onderzoeken

26

monitors en peilingen

3

jongerenpanels

>20

onderzoekinstellingen

**Hoe ging het met het mentaal welbevinden van de Nederlandse jeugd tijdens de coronacrisis?**



De ervaren kwaliteit van leven leek te dalen.



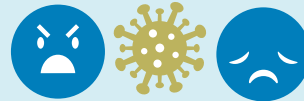
Gedragsproblemen leken niet toe te nemen.



We weten weinig over psychosomatische klachten.



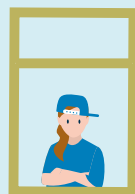
Kinderen en jongeren rapporteerden een hogere mate van depressieve gevoelens.



Emotionele problemen leken te verergeren, maar is de coronacrisis de oorzaak?



Niet alle kinderen, jongeren en jongvolwassenen reageren hetzelfde op deze crisissituatie.



Vooral monitors en peilingen lieten zien dat eenzaamheid erger werd.



Verbinding zoeken met vrienden en familie hielp tegen emotionele problemen.

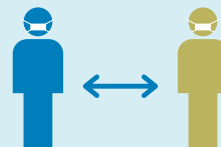


Angstgevoelens leken toe te nemen tijdens de eerste en tweede lockdown.

**Wat gebeurde er in de sociale omgeving van kinderen en jongeren tijdens de coronacrisis?**



Aanvankelijk waren er weinig zorgen over de toekomst, later toch meer.



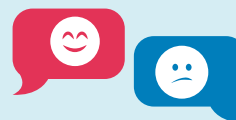
Of jongeren zich aan de maatregelen hielden, was afhankelijk van de situatie.



Sociaal contact met leeftijdsgenoten werd erg gemist.



De vrijetijdsbesteding veranderde tijdens de coronapandemie.



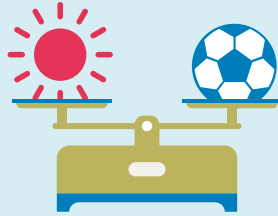
Aanvankelijk waren er positieve, later toch meer negatieve signalen over de sfeer binnen het gezin.



De schoolsluiting deed verbondenheid met leeftijdsgenoten en motivatie voor school geen goed.



## Geleerde lessen voor beleid en praktijk



Laat mentale gezondheid even zwaar wegen als fysieke gezondheid.



Kies altijd voor een aanpak op maat.



Investeer in de pedagogische basis, crisis of niet.



Kies voor een aanpak in samenspraak met kinderen en jongeren.

Lees de geleerde lessen voor onderzoek in het rapport:  
[www.nji.nl/mentaal-welbevinden-van-de-jeugd](http://www.nji.nl/mentaal-welbevinden-van-de-jeugd)



## Jongeren hebben een duidelijke oproep: Heb meer oog voor ons mentaal welbevinden



Tijdens de pandemie kwamen mentale problemen bij kinderen en jongeren meer aan het licht.

- Een groot deel veerde tegen het einde van de pandemie ook weer terug, maar niet iedereen.
- Er is een groep kwetsbare kinderen en jongeren met ernstige en aanhoudende problemen. Dat zijn vooral kinderen en jongeren met psychische problemen, een chronische lichamelijke aandoening of die opgroeien in minder kansrijke gezinnen en omgevingen.
- De meeste van hen hadden voor de coronacrisis al psychische klachten.
- Ook lijken mentale problemen erger bij kinderen en jongeren die opgroeien in minder kansrijke omgevingen.



Het mentaal welbevinden van kinderen en jongeren ging al voor de pandemie achteruit.

- Meerdere maatschappelijke factoren spelen een rol. Zoals prestatie- en geluksdruk, opgroeien in armoede, zorgen door de klimaatcrisis of de wooncrisis.
- De pandemie is inmiddels voorbij, maar deze stressfactoren zijn er nog steeds. Permanente aandacht voor het mentaal welbevinden van de jeugd is van groot belang.



# Samenwerking tussen wetenschappers en jongeren