

Impact maken op een kinderleven

Onderzoek naar ingrijpende jeugdervaringen

Oktober 2023

Daphne Bollen
Maron Lenten
Wolter Kloosterboer



**MARKET
RESPONSE**

Inhoudsopgave

- [Inleiding](#)
- [Over dit onderzoek](#)
- [Conclusies](#)
- Resultaten
 - [1. Kennis](#)
 - [2. Eigen ervaring met ingrijpende jeugdervaringen](#)
 - [3. Ouderschap](#)
 - [4. Veerkracht](#)
 - [5. Het bieden en ontvangen van steun](#)
 - [6. Agendasetting](#)
- [Onderzoeksverantwoording](#)

Colofon

In opdracht van:

SGF Samenwerkende
GezondheidsFondsen

Daphne Bollen
Research Consultant
daphne.bollen@marketresponse.nl

Maron Lenten
Research Consultant
maron.lenten@marketresponse.nl

Wolter Kloosterboer
Principal Consultant
wolter.kloosterboer@marketresponse.nl



Navigeren door het rapport: klik op de pijl om terug te keren naar deze pagina





Inleiding

De mate van stress die een kind ervaart en de manier waarop het daarmee om kan gaan, heeft een enorme impact op de ontwikkeling van het kind en de leefstijl en gezondheid op latere leeftijd. Vanuit die wetenschap is het programma '*voorkomen van gezondheidsschade door ingrijpende jeugdervaringen (ACEs)*' gestart als onderdeel van het programma Gezonde Generatie. Dit is een samenwerking tussen samenwerkende gezondheidsfondsen en een collectief van 11 vermogensfondsen en kinderfondsen die zich verenigd hebben rond deze gezamenlijke doelstelling. De ambitie is: de gezondste jeugd ter wereld in 2040, op mentaal, fysiek en sociaal vlak.

Het programma '*voorkomen van gezondheidsschade door ingrijpende jeugdervaringen*' richt zich op het stimuleren van positieve ervaringen, veerkracht en sociale steun voor zowel (aanstaande) ouders als voor kinderen en jongeren. Dit wordt gedaan door:

- het creëren van meer openheid over ingrijpende jeugdervaringen en de effecten ervan;
- het delen van kennis over stress, tegenslag en veerkracht;
- het versterken van het welbevinden van (aanstaande) ouders;
- het inspireren van de sociale omgeving om meer aandacht te hebben voor ouders, kinderen en jongeren in stressvolle omstandigheden.





Over dit onderzoek

Voor de samenwerkende gezondheidsfondsen is het onderwerp ingrijpende jeugdervaringen een van de belangrijke onderwerpen waarvoor ze de komende jaren aandacht wil vragen. Wat nog ontbrak was een 0-meting waarmee in kaart werd gebracht wat de huidige kennis, houding/attitude, gevoelens, behoeften en huidig gedrag van volwassenen in het algemeen, ouders, jongvolwassenen en jongeren is ten aanzien van dit onderwerp. Dit deelrapport bevat de conclusies en aanbevelingen van dit onderzoek.

Samen met de samenwerkende gezondheidsfondsen en Augeo Foundation is er een vragenlijst ontwikkeld die de genoemde onderwerpen behandelt. Van de vragenlijst zijn twee versies gemaakt: één voor volwassenen en één voor jongeren. De vragenlijst voor volwassenen vormde het uitgangspunt, de vragenlijst voor jongeren is hiervan afgeleid.

De onderzochte populatie is een representatieve afspiegeling van Nederland. Hierbinnen maken we in dit onderzoek uitsplitsingen naar de volgende (deels overlappende) representatieve groepen:

- Volwassenen: 18 jaar en ouder (n=800)
- Ouders: (aanstaande) ouders van kinderen van -9 maanden tot en met 17 jaar (n=305)
- Jongvolwassenen: 18 tot en met 25 jaar (n=440)
- Jongeren: 12 t/m 17 jaar (n = 808)

In het beschrijven van de resultaten vormt de doelgroep volwassenen (Nederland representatief 18 jaar en ouder) meestal het uitgangspunt; waar de resultaten significant afwijken worden ook andere groepen benoemd. Binnen de resultaten is er gekeken naar verschillen op kenmerken zoals geslacht, leeftijd, opleiding en eigen ervaring met ingrijpende jeugdervaringen (geen, één of meer dan één keer meegemaakt). Daar waar significant ($p < 0,05$) zijn deze verschillen benoemd.

Een uitgebreidere [onderzoeksverantwoording](#) is als bijlage opgenomen in dit rapport.





Conclusies

Conclusies (1/11)

Kennis

De term ‘ingrijpende jeugdervaringen’ is al redelijk goed bekend.

→ pag. 21 - 23

Ongeveer de helft (47%) weet wat het inhoudt en 41% heeft er wel eens van gehoord. Slechts voor 12% is het een nieuw begrip. Hoe jonger men is, hoe minder bekend met de term.

Bij een spontane uitvraag naar wat de term ‘ingrijpende jeugdervaringen’ inhoudt noemt men een hele verscheidenheid aan thema’s die hieronder kunnen vallen. Vormen van misbruik (zowel seksueel als emotioneel), mishandeling en verwaarlozing worden veelvuldig genoemd. Daarnaast denkt men ook aan onderwerpen als scheiding, ziekte en overlijden, pesten, armoede en verslaving.

Jongeren geven vergelijkbare thema’s aan als volwassenen. Onder jongeren wordt specifiek de inperking van vrijheden door corona als ingrijpende ervaring genoemd. Een situatie die veel indruk op hen heeft gemaakt en een grote impact had op het leven dat ze daarvoor hadden.

De mate waarin ‘ingrijpende jeugdervaringen’ in Nederland voorkomen wordt niet onderschat.

→ pag. 25

Men realiseert zich dat er ook in Nederland een behoorlijk aantal mensen is dat met ingrijpende jeugdervaringen te maken krijgt, heeft of heeft gehad. Volwassenen schatten in dat ongeveer twee derde (63%) te maken heeft (gehad) met minimaal één ingrijpende jeugdervaring (waarvan 31% één, en 32% minstens twee; op basis van een lijst met de 12 meest voorkomende ingrijpende jeugdervaringen). Jongeren schatten het voorkomen iets lager in, zij denken dat het bij iets meer dan de helft voorkomt (53%, waarvan 29% één ervaring en 24% minstens twee). Slechts 9% van de volwassenen denkt dat ingrijpende jeugdervaringen maar weinig voorkomen in ons land.

Als men zelf meerdere ingrijpende jeugdervaringen heeft meegemaakt, is dit van invloed op het perspectief dat men heeft op het voorkomen ervan in Nederland. Zij schatten het voorkomen van één of meerdere ingrijpende jeugdervaringen hoger in dan gemiddeld (39% vs. 30% rest).



Conclusies (2/11)

Kennis

Er is ruimte voor meer kennis over de mogelijke gevolgen en impact ervan: men denkt vooral aan psychische klachten en veel minder aan fysieke klachten.

→ pag. 30 - 33

Een 'ingrijpende jeugdervaring' wordt per definitie gezien als een ervaring waar je lang last van houdt, daar is een grote meerderheid van overtuigd (86%). Slechts 2% geeft aan dat het effect op latere leeftijd niet zo groot is. Dit houdt waarschijnlijk verband met de term 'ingrijpend'.

Qua kennis over de gevolgen van ingrijpende jeugdervaringen is er nog wat te winnen. De gevolgen worden vooral gelinkt aan de psychische gezondheid, de invloed die het kan hebben op lichamelijke groei en ontwikkeling en lichamelijke gezondheid van het kind zijn veel minder bekend. Ook gelooft men dat de impact van de ervaring groter is als je zelf het slachtoffer bent dan wanneer je er getuige van bent, terwijl uit literatuur bekend is dat ook voor getuigen de impact vaak groot is. Voor velen is het bovendien onduidelijk welk effect de leeftijd op het moment van meemaken heeft op de mate van impact (33% geeft aan dit niet te weten). Men voelt wel goed aan dat het stapelen van ingrijpende ervaringen een groter risico op gezondheidsproblemen oplevert.

Betreft de gevolgen op de langere termijn (volwassen leeftijd) denkt men ook vooral aan effecten op de psychische gezondheid, verslavingsgevoeligheid en invloed op de manier waarop we zelf kinderen (gaan) opvoeden. De link met een effect op bijvoorbeeld opleidingsniveau, de kans op obesitas of mate van afhankelijkheid van de overheid wordt in mindere mate gelegd.

Er is een duidelijk verschil in kennis over het onderwerp tussen mensen die zelf één of meerdere ingrijpende jeugdervaringen hebben meegemaakt en zij die dat niet hebben.

→ pag. 34

Mensen die geen ingrijpende jeugdervaringen meemaakten:

- hebben minder kennis van het onderwerp;
- schatten de frequentie waarin deze ervaringen voorkomen duidelijk lager in (en zien het minder in hun eigen omgeving);
- schatten het effect van deze jeugdervaringen op de gezonde ontwikkeling van een kind minder groot in.

In zijn algemeenheid geldt dat mensen die zelf met dergelijke ervaringen te maken hebben gehad, meer weten van het onderwerp (zijn beter inhoudelijk bekend) en een juistere inschatting weten te maken van de effecten ervan.



Conclusies (3/11)

Eigen ervaring met ingrijpende jeugdervaringen

Bijna de helft van de volwassenen heeft ervaring met ingrijpende jeugdervaringen. Jongvolwassenen rapporteren vaker een ingrijpende jeugdervaring te hebben meegemaakt.

→ pag. 43

Ongeveer de helft (49%) van de Nederlandse volwassenen geeft aan geen van de 12 meest voorkomende ingrijpende jeugdervaringen te hebben meegemaakt, 19% heeft er één meegemaakt en 25% twee of meer (overige 7% wil het niet zeggen, weet het niet meer of heeft andere ervaringen meegemaakt). Opvallend is dat dit percentage flink hoger ligt onder jongvolwassenen (41% twee of meer).

Emotionele veiligheid tijdens de jeugd wordt minder goed beoordeeld dan lichamelijke veiligheid.

→ pag. 44, 52

Gemiddeld beoordelen volwassenen de zorg voor hun emotionele veiligheid tijdens hun jeugd met een 7,0 en lichamelijke veiligheid met een 8,0. Bijna een kwart (23%) van de volwassenen geeft de emotionele veiligheid thuis tijdens hun jeugd een onvoldoende. Het wel of niet hebben meegemaakt van een ingrijpende jeugdervaring heeft een groot effect op hoe emotionele en lichamelijke veiligheid wordt ervaren. Mensen die géén ingrijpende jeugdervaringen hebben meegemaakt geven resp. een 8,1 en 8,9. Bij één ervaring is het resp. een 7,0 en 8,2. Mensen met twee of meer ervaringen geven resp. een 4,8 en 6,0.

Onder de huidige jongeren zijn de cijfers gunstiger. Zij zijn over zowel emotionele als lichamelijke veiligheid erg positief (resp. 8,6 en 9,2). Mogelijk deels te verklaren doordat er gezien de jongere leeftijd, minder tijd is verstreken waarin er een ingrijpende jeugdervaring heeft kunnen plaatsvinden, of omdat ze nog geen goed beeld hebben bij wat emotionele en/of lichamelijke veiligheid betekent en hoe dit er in de praktijk uit ziet. Ook is het mogelijk dat er nog geen reflectie is geweest: dat ze ervaren problemen nog niet in verband hebben kunnen brengen met eventuele ingrijpende jeugdervaringen die ze meemaken of hebben meegemaakt. De scores van jongeren die zelf een ingrijpende jeugdervaring hebben meegemaakt zijn, net als bij volwassenen, ook wat lager (emotioneel: 9,0 bij geen ervaring, 8,4 bij één ervaring en een 8,0 bij twee of meer ervaringen; lichamenlijk: 9,5 bij geen ervaring, 9,0 bij één ervaring en 8,8 bij twee of meer).



Conclusies (4/11)

Eigen ervaring met ingrijpende jeugdervaringen

De meerderheid heeft over ingrijpende jeugdervaringen gesproken, of heeft hier behoefte aan.

→ pag. 45, 46

Van de volwassenen die aangaven zelf één of meerdere ingrijpende jeugdervaringen te hebben meegemaakt, heeft 67% dit al eens besproken. Een kleine groep (4%) heeft de behoefte dit alsnog te gaan doen. Van de volwassenen die hun ervaringen bespraken, deed bijna twee derde (64%) dit (ook) met een zorgprofessional. Onder ouders en jongvolwassenen ligt dit aandeel duidelijk lager (46%), wat impliceert dat mensen pas op latere leeftijd in aanraking komen met hulp van een zorgprofessional. Jongeren en jongvolwassenen zochten vaker steun in eigen kring; bij ouders en vrienden. Dit geldt overigens niet voor jongeren die twee of meer ervaringen hebben meegemaakt, bij hen is er veel vaker al wel professionele hulp ingeschakeld (59% van hen heeft met een zorgprofessional gesproken vs. 36% van de jongeren die één ervaring heeft meegemaakt).

Als men over de eigen ingrijpende jeugdervaringen heeft gesproken, heeft de meerderheid dit als positief ervaren. Tegelijkertijd is het ook moeilijk om (weer) te doen, vooral voor jongeren met meerdere ingrijpende ervaringen.

→ pag. 49 - 51

Drie kwart (76%) van alle volwassenen heeft praten als positief ervaren. Ze geven aan dat ze zich gehoord en gesteund voelen en de gesprekken helpen om de ervaring een plek te geven. Maar praten over ingrijpende jeugdervaringen gaat niet vanzelf, 45% geeft aan liever niet (weer) te praten over deze ervaringen (onder jongvolwassenen zelfs 52%). Redenen die worden gegeven zijn: men wil liever niet in het verleden blijven hangen (40%) of is bang om anderen tot last te zijn (39%, en zelfs 53% bij jongvolwassenen). Ook is 29% bang niet geloofd te worden (onder jongvolwassenen het hoogst, met 38%). Mensen die aangeven een neutrale tot negatieve ervaring te hebben met het praten over ingrijpende jeugdervaringen geven in een toelichting hierop aan dat het praten lastig is: het rakelt oude pijn en verdriet op, het kan wel even opluchten maar het lost de situatie niet op. Dit geldt nog sterker voor jongeren die twee of meer ervaringen hebben meegemaakt; 68% praat er liever niet over (vs. 56% bij jongeren die één ervaring hebben meegemaakt).

Mannen zeggen vaker geen behoefte te hebben aan het praten over ingrijpende jeugdervaringen.

→ pag. 52

Bovendien is er een groot verschil tussen de houding van mannen en vrouwen ten aanzien van het praten erover. Waar vrouwen zeer positief zijn en dit ook met meerdere mensen in hun omgeving doen, ligt dit voor mannen anders. Een derde (35%) heeft geen behoefte om te praten (t.o.v. 21% van de vrouwen). Ook gelooft een kwart (26%) niet dat praten helpt bij de verwerking (vs. 16% van de vrouwen). Echter, mannen die wél over hun ingrijpende jeugdervaringen praten, zijn hierover vaak nog positiever dan vrouwen (82% vs. 71%).



Conclusies (5/11)

Ouderschap

Ouders zijn zich veelal bewust van de invloed die ze hebben op het welzijn van hun kind.

→ pag. 59 - 61

De meeste ouders staan met regelmaat stil bij het effect dat ze (kunnen) hebben op het leven van hun kinderen (74% staat hier (heel) vaak bij stil, 22% soms). Ze denken dan vooral aan de voorbeeldrol die ze hebben, de manier waarop ze liefde en veiligheid kunnen geven, hoe ze het kind kunnen helpen 'de wereld aan te kunnen'. Maar er zijn ook twijfels of ze het wel goed doen in de opvoeding en omgang met het kind, hoe je de grenzen kunt aangeven en bewaken zonder het kind het gevoel te geven dat er niet van hem/haar gehouden wordt. Ouders kennen deze gedachten vervolgens vooral toe aan de volgende gevoelens: het gevoel te willen helpen, onzekerheid of je schuldig voelen.

Ouders willen ingrijpende jeugdervaringen bij hun kinderen voorkomen en zijn daar naar eigen zeggen ook bewust mee bezig. → pag. 62, 63

De meeste ouders (ongeveer 85%) zijn tevreden met de wijze waarop ze het ouderschap invullen. Ze geven aan dat er goed en regelmatig contact is met de kinderen, ze genoeg tijd voor hen hebben en zijn bewust bezig met de sfeer in huis.

Bijna de helft van de ouders is vanuit het ouderschap bewust bezig met het voorkomen van ingrijpende jeugdervaringen bij hun kinderen. Het zijn vooral mensen die zelf dergelijke ervaringen hebben meegemaakt, vaker vrouwen dan mannen. Als ze er mee bezig zijn is dat vooral door een liefdevolle en veilige basis te creëren, met het kind te praten, bewust te zijn van eigen gedrag, de kinderen te beschermen, bepaalde vaardigheden/waarden mee te geven en goed op te letten of de kinderen goed in hun vel zitten. Een deel doet het ook door aan zichzelf te werken.



Conclusies (6/11)

Ouderschap

Ouders die zelf met ingrijpende jeugdervaringen te maken hebben gehad, vinden het ouderschap over het algemeen zwaarder en zijn minder tevreden over de eigen invulling ervan. Het zelf meemaken van een ingrijpende jeugdervaring heeft dus een aanzienlijke invloed op het ouderschap.

→ pag. 66

Dit uit zich onder andere op de volgende manieren:

1. De mate waarin men zich competent voelt als ouder.

Ondanks dat de ruime meerderheid van de ouders positief is over de mate waarin ze zich competent voelen als ouder, ligt het aandeel ouders dat zich een goede ouder voelt substantieel lager als ze zelf een ingrijpende ervaring hebben meegemaakt (85% vs. 95%). Het tast het eigen vertrouwen een goede ouder te zijn dus enigszins aan.

2. Bewustzijn van het effect dat ouders hebben op (het welzijn van) de kinderen en de mate waarin zij het goed/beter willen doen.

Drie kwart van de ouders is zich regelmatig bewust van het (positieve of negatieve) effect dat zij kunnen hebben op het welzijn van de kinderen. Dit aandeel is niet hoger onder ouders die zelf een ingrijpende jeugdervaring hebben meegemaakt, maar lijkt inherent aan ouderschap. Het verschil uit zich in de mate waarin ouders bewust bezig zijn ingrijpende ervaringen te voorkomen of het effect ervan te verkleinen. Dit bewustzijn is veel hoger bij ouders die zelf een ingrijpende jeugdervaring hebben meegemaakt (60% vs. 43%).

3. Hoe het ouderschap wordt ervaren.

Ouders die zelf een ingrijpende jeugdervaring hebben meegemaakt ervaren het ouderschap vaker als zwaar en hebben vaker het gevoel er alleen voor te staan. Ook verschillen ze vaker met hun partner van mening over de opvoeding, en hebben ze vaker ruzie met hun partner. Daarbij geven ze vaker aan anders op de kinderen te reageren dan ze eigenlijk hadden gewild. Bovendien ervaren ze weinig tijd voor zichzelf.



Conclusies (7/11)

Ouderschap

4. Hoe de opvoeding wordt ingevuld als men zelf een minder goed voorbeeld heeft gehad.

Een derde van de ouders die zelf een ingrijpende jeugdervaring heeft meegemaakt geeft aan hun kinderen niet zo te willen opvoeden zoals zij zelf zijn opgevoed (37% vs. 15%). Dit is nog sterker bij mensen die 2 ervaringen hebben meegemaakt (52%). Ook specifieker geven ze duidelijk aan bij zowel de moeder als de vader geen goed voorbeeld te hebben gehad voor hun eigen rol als ouder (moeder resp. 28% vs. 8% en vader 31% vs. 13%). Daarbij hebben deze ouders vaker dingen (onbewust) uit hun eigen opvoeding meegenomen waar ze niet blij mee zijn (44% vs. 26%).

5. Behoeftte aan informatie om het ouderschap nog beter in te vullen.

Onder ouders die zelf een ingrijpende jeugdervaring hebben meegemaakt is er een grotere behoefte aan informatie over goed ouderschap. Om nog beter invulling aan het ouderschap te geven, zoekt meer dan de helft (61% vs. 42%) (af en toe) bewust naar informatie.



Conclusies (8/11)

Veerkracht en het bieden en ontvangen van steun

Veerkracht is een bekend begrip en neemt toe met de jaren.

→ pag. 69

Het begrip 'veerkracht' is bij de meeste mensen wel bekend, de meerderheid (59%) van de volwassenen kent het en een derde (33%) geeft aan er weleens van gehoord te hebben. Slechts 9% heeft er nog niet van gehoord. Onder jongvolwassenen en jongeren is de term nog minder bekend (17% resp. 23% heeft er nog nooit van gehoord).

Alle volwassenen beoordelen hun veerkracht op dit moment hoger dan hun veerkracht tijdens de jeugd.

→ pag. 70 - 72

Het wel of niet ervaren van veerkracht heeft volgens hen te maken met 'coping': goed met tegenslagen om kunnen gaan. De tegenhanger hiervan is dat men juist blijft hangen in negativiteit. Ouder/volwassener worden maakt dat je dingen beter kan relativieren, zegt men. Een goede jeugd draagt daar volgens hen ook positief aan bij. Volwassenen die niet positief zijn over hun veerkracht geven aan juist geen goede copingstrategie te hebben gevonden, onzeker te zijn en/of mentale problemen te hebben die het lastig maken om met tegenslagen om te gaan.

De meeste jongeren die hun veerkracht als positief beoordelen, geven aan maar weinig met tegenslagen in aanraking te zijn geweest, een fijn thuis en mensen om mee te praten te hebben. Een deel heeft zijn eigen copingstrategieën ontwikkeld (zoals sporten). Het is nog niet alle jongeren gelukt dergelijke strategieën te ontwikkelen. Dit is de meest genoemde reden voor lage beoordelingen. Ook gepest worden, onzekerheid en autisme worden regelmatig genoemd.

Veerkracht kan op veel manieren ingevuld worden.

→ pag. 73

Er zijn veel dingen die kunnen bijdragen aan veerkracht. De top vijf bestaat uit 'goed slapen' (48%), 'relaties met betrouwbare/liefdevolle mensen' (46%), 'ritme houden' (41%), 'emoties herkennen en benoemen' (41%), en 'voldoende beweging' (38%)/'gevoelens uiten' (37%). Bij volwassenen die zelf meerdere ingrijpende jeugdervaringen meemaakten wordt 'hulp vragen' vaker als veerkrachtversterker gezien (34% vs. 26%).



Conclusies (9/11)

Veerkracht en het bieden en ontvangen van steun

Voor jongeren zijn bepaalde aspecten (nog) belangrijker bij 'veerkracht' dan voor volwassenen. Zo zien zij een grotere bijdrage in 'relaties met betrouwbare/liefdevolle mensen' (53% vs. 46%). Ook 'hulp of steun vragen' is belangrijker voor ze (49% vs. 28%). Daarnaast wordt onderdeel zijn van een groep door jongeren vaker als helpend gezien (19% vs. 8%). Aspecten die relateren aan het inrichten van het leven, zoals ritme houden (structuur in het dagelijks leven) en plannen maken en dingen ondernemen, worden door jongeren juist minder met veerkracht geassocieerd dan door volwassenen (ritme: 27% vs. 41%; en plannen maken: 20% vs. 31%).

Volwassenen realiseren zich dat ze (een positieve) invloed kunnen hebben op het welzijn van een kind. Men ziet vooral mogelijkheden om steun te geven aan kinderen die dichtbij staan, maar voelen zich minder in de positie om het ook daadwerkelijk te doen als de afstand groter wordt.

→ pag. 81

De meeste invloed op het welzijn van het kind wordt logischerwijs ervaren bij de eigen kinderen: 90% van alle volwassenen ziet mogelijkheden om de eigen kinderen of die van de partner te steunen. Vriendjes van eigen kinderen, of kinderen van familie volgen daarna (48% resp. 51% hebben het gevoel dat ze in de positie zijn om te ondersteunen).

Gaat het om kinderen die iets verder van je af staan (uit de buurt of die je via het werk tegenkomt), dan is de ervaren impact op het welzijn minder groot (ongeveer een kwart tot een derde) en ziet men ook minder mogelijkheden om voor hen iets te kunnen betekenen (ongeveer een kwart ervaart dit). Dit patroon geldt voor mannen veel sterker dan voor vrouwen. Daar komt bij dat als mannen aangeven wél steun te willen geven, ze vaker niet zo goed weten hoe ze het kunnen aanpakken: waar ze aan informatie zouden kunnen komen of bij wie ze terecht kunnen (in hun eigen omgeving, dan wel bij een professional).

Daadwerkelijk steun geven blijft toch lastig.

→ pag. 82 - 84

Ondanks dat zeker de helft zich wel in de positie voelt om steun te bieden aan kinderen die dichtbij hen staan, geven acht op de tien volwassenen aan dit maar soms (39%) of zelfs nooit (41%) te doen. Ook bij mensen die wel (enige) invloed ervaren is er bereidheid, maar niet genoeg kennis, of vertrouwen om steun te kunnen bieden (38%). Genoemde redenen hiervoor zijn: drempel ervaren om zich met andermans kinderen te bemoeien, er ontbreekt de nodige vertrouwensband om een kind ook daadwerkelijk steun te kunnen geven, te weinig kennis van de situatie en zich niet geschikt voelen om te kunnen helpen. Onder ouders én jongvolwassenen ligt het aandeel dat regelmatig steun geeft hoger dan bij volwassenen (resp. 32% en 46% doet dit (heel) vaak t.o.v. 19% van de volwassenen).



Conclusies (10/11)

Veerkracht en het bieden en ontvangen van steun

Er wordt bij het bieden van steun zowel aan praten als het ondernemen van activiteiten gedacht.

→ pag. 80

Bieden van steun aan een kind dat een ingrijpende jeugdervaring meemaakt kan op verschillende manieren. Grofweg denkt men enerzijds aan het geven van aandacht door interesse te tonen en te vragen hoe het gaat (50%) of ervoor te zorgen dat het kind het verhaal kwijt kan bij een goede vriend(in) (45%). Daarnaast ziet men mogelijkheden in de vorm van activiteiten zoals samen leuke dingen doen (48%). Ook het netwerk inschakelen om zo verdere hulp te organiseren wordt als mogelijkheid gezien (41%). In mindere mate denkt men aan praktische hulp (19% financiële hulp, maaltijd of spullen; 8% hulp bij transport).



Conclusies (11/11)

Agendasetting

Er is draagvlak voor méér openheid over en begrip voor ingrijpende jeugdervaringen in de samenleving.

→ pag. 97 - 99

De helft van de mensen vindt dat er niet voldoende openheid is in de samenleving over ingrijpende jeugdervaringen (52%). Jongvolwassenen en jongeren ervaren juist wel meer openheid, respectievelijk ruim een derde (39%) en bijna twee derde (61%) van hen geeft aan dat dit nu al voldoende is (vs. 19% bij volwassenen).

Er mag meer aandacht komen voor het thema 'ingrijpende jeugdervaringen', waarbij geen onderscheid wordt gemaakt in het voorkomen ervan of het beperken van de gevolgen. Beide worden even belangrijk gevonden om aan te werken.

Ouders en familie hebben volgens volwassenen de grootste verantwoordelijkheid om (het effect van) ingrijpende jeugdervaringen terug te dringen, daarna volgen instellingen als gezondheidszorg en onderwijs. Jongeren leggen juist de verantwoordelijkheid vaker bij zichzelf en hun vrienden.

→ pag. 100

De grootste invloed ligt volgens volwassenen in eerste instantie bij ouders (70%), gevolgd door familie (49%). Daarna wordt er een beroep gedaan op instellingen en systemen zoals de gezondheidszorg (46%) en onderwijs (40%). Slechts een kwart (24%) verwacht dat de overheid verantwoordelijkheid zou moeten nemen om (het effect van) ingrijpende jeugdervaringen terug te dringen.

Jongvolwassenen en jongeren kijken hier soms iets van af. Een kleinere groep jongvolwassenen kent verantwoordelijkheid toe aan ouders (56%) en familie (36%), zij verwachten vaker dan volwassenen verantwoordelijkheid van de media (18% vs. 8%). Jongeren leggen daarentegen juist vaker de verantwoordelijkheid bij zichzelf (23% vs. 13%) en bij vrienden (26% vs. 16%). Ook verwachten ze van alle groepen het meeste van het onderwijs (43%).





Resultaten

1. Kennis



Inzichten (1/3)

Kennis

De helft van de volwassenen is bekend met de term ‘ingrijpende jeugdervaringen’ en wat dat betekent, jongeren zijn er minder bekend mee.

- Onder volwassenen is de term ‘ingrijpende jeugdervaringen’ bij 47% goed bekend, zij geven aan dat ze ook weten wat het inhoudt. Slechts 12% heeft er nog nooit van gehoord. De overige 41% heeft er wel van gehoord, maar weet niet precies wat het inhoudt.
- Onder jongeren ligt de bekendheid lager: bij jongvolwassenen is 38% er bekend mee en onder jongeren zakt dit tot een derde (34%).

Volwassenen schatten in dat bijna twee derde (63%) minimaal één ingrijpende jeugdervaring meemaakt.

- Men is zich ervan bewust dat ingrijpende jeugdervaringen ook regelmatig in ons land voorkomen, slechts 9% van de volwassenen denkt dat het redelijk weinig voorkomt in Nederland.
- Als er specifiek gevraagd wordt naar hoe vaak ingrijpende jeugdervaringen voorkomen (iemand maakt er géén mee, één of meer dan één), dan wordt ingeschat dat bijna twee derde (63%) minimaal één gebeurtenis heeft meegemaakt.
 - Hierbij denkt men dat ongeveer een derde (32%) in hun jeugd meer dan één ervaring meemaakt.
 - Jongeren zijn iets optimistischer, zij schatten in dat ‘slechts’ een kwart (24%) meer dan één ervaring meemaakt en bijna de helft er géén ervaart (48% vs. 35% rest).
- Mensen die zelf geen ervaring hebben met dergelijke ervaringen, denken vaker dat het in Nederland niet zo vaak voorkomt, ze schatten het aandeel jongeren dat er ervaring mee heeft minder hoog in.



Inzichten (2/3)

Kennis

Kennis over de gevolgen van ingrijpende jeugdervaringen: een ‘ingrijpende jeugdervaring’ wordt gezien als een ervaring waar je lang last van houdt (86%) en een grote impact heeft op je leven en je gezondheid:

Men denkt dat de gevolgen van ingrijpende jeugdervaringen:

- Met name psychisch zijn, niet zozeer lichamelijk (56% denkt dat dit klopt);
- Groter zijn als je zelf het slachtoffer bent (56% denkt dat dit klopt);
- Een grotere impact hebben als je meerdere ervaringen meemaakt (69% denkt dat dit klopt);
- Afhankelijk zijn van het eigen karakter (57% denkt dat dit klopt).

Men vindt het onduidelijk:

- Hoeveel het onder kinderen in de eigen omgeving voorkomt (36% weet het niet).
- Welke rol de leeftijd op het moment van meemaken speelt en hoe dit zich verhoudt tot de impact (33% weet het niet).

Er enige onwetendheid over ingrijpende jeugdervaringen en de gevolgen ervan:

- Op de meeste voorgelegde ‘waar’ / ‘niet waar’ stellingen geeft ongeveer één op de vijf aan het antwoord niet te weten, dit patroon komt bij alle groepen terug.



Inzichten (3/3)

Kennis

Het effect van ingrijpende jeugdervaringen op de ontwikkeling en gezondheid van het kind.

- Zowel volwassenen als jongeren denken dat ingrijpende jeugdervaringen bij kinderen vooral impact hebben op de psychische gezondheid (83% volwassenen, 80% jongeren), de persoonlijke ontwikkeling (64% volwassenen; niet bij jongeren uitgevraagd) en het gedrag (63% volwassenen en 79% jongeren).
- De link met lichamelijke gezondheid wordt in veel mindere mate gelegd: lichamelijke gezondheid algemeen (25% volwassenen, 35% jongeren), en specifiek gericht op hersenontwikkeling (12% volwassenen en 27% jongeren) en groei van het lichaam (10% volwassenen en 24% jongeren). Ook wordt minder gedacht aan 'leefstijl' (24% volwassenen en 34% jongeren).

Deze percentages zijn indicatief van aard. Dit komt doordat de percentages tussen volwassenen en jongeren onderling minder goed te vergelijken zijn. Jongeren kregen namelijk minder opties voorgelegd dan volwassenen.

Kennis over het effect van ingrijpende jeugdervaringen op de ontwikkeling en gezondheid op latere leeftijd.

- Effecten op latere leeftijd uiten zich volgens zowel volwassenen als jongeren vooral in stemmingsklachten (72% volwassenen, 66% jongeren), kans op het ontwikkelen van een verslaving aan alcohol en/of drugs (51% volwassenen, 48% jongeren) en hoe men later zelf kinderen opvoedt (46% volwassenen, 52% jongeren).
- Jongvolwassenen laten een grotere verdeeldheid zien in de gebieden waarop ingrijpende jeugdervaringen impact hebben. Zo denken zij vaker dan volwassenen dat het van invloed is op:
 - Hoe afhankelijk iemand is van overheidssteun (20% vs. 9%).
 - Het behaalde opleidingsniveau (19% vs. 14%).



Ingrijpende jeugdervaringen zijn volgens **volwassenen** onder andere: misbruik, mishandeling, verwaarlozing, ziekte, scheiding, pesten, ongeluk, armoede en verslaving.

(Seksueel) misbruik (zowel geestelijk als lichamelijk)

“Misbruik, pesten, overlijden ouder.”
“Seksueel geweld, echtscheiding, alcoholisme ouders.”
“Verkrachting, mishandeling.”
“Geweld, verkrachting, psychologische schade.”

Ziekte (van familie of jezelf) of overlijden van naasten

“Overlijden ouders.”
“Ernstige ziekte, geweld.”
“Zaken zoals overlijden van dierbaren.”
“Ernstige ziekte. Overlijden dierbaren.”

Ongeluk meemaken

“Incest, ongeluk, ziekte, dood.”
“Kan ongeval zijn of ziekte of dood van familieleden.”
“Ernstige ziekte, overlijden familielid of bekende, ernstig ongeval, armoede, scheiding ouders, misbruik.”

Mishandeling

“Trauma's, mishandeling, verwaarlozing.”
“Mishandeling fysiek of verbaal, of juist verwaarlozing.”
“Als je mishandeling hebt meegemaakt. Fysiek en/of mentaal.”

Scheiding of ruzie van ouders

“Overlijden of scheiding van je ouders.”
“Echtscheiding, vroege dood van ouder.”
“Echtscheiding, ziekte, overlijden, geestelijke en lichamelijke mishandeling.”

Armoede

“Armoede thuis.”
“Opgroeien in een gezin met weinig geld.”
“Niet kunnen deelnemen aan sociaal leven i.v.m. armoede.”

Verwaarlozing

“Emotionele verwaarlozing.”
“Lichamelijke of geestelijke verwaarlozing.”
“Teveel: verslavingen, mishandelingen, verwaarlozing.”

Pesten of gekleineerd worden

“Pesten, armoede, scheiding.”
“Gepest worden op school.”
“Pesten, misbruik, overlijden, verhuizing.”

Verslaving (van ouders/familie of jezelf)

“Alcohol misbruik ouders.”
“Drankgebruik van een van de ouders.”
“Ouders met drugs en drank problemen.”

Vraag: Wat zijn volgens jou ‘ingrijpende jeugdervaringen’? Aan wat voor soort ervaringen of gebeurtenissen denk je dan?

Basis: volwassenen n = 800



Ingrijpende jeugdervaringen zijn volgens jongeren onder andere: misbruik, mishandeling, scheiding, gepest worden, ongelukken, ziekte en de Corona tijd.

(Seksueel) misbruik (zowel geestelijk als lichamelijk)

“Verkrachting misbruik scheiding.”

“Als je was mishandeld of geslagen of verkracht of uitgescholden.”

Mishandeling

“Mishandeling, ouders gescheiden, pesten.”

“Als er ergens dingen zijn gebeurt bijvoorbeeld mishandeling.”

“Huishoudelijk geweld.”

Scheiding of ruzie van ouders

“Als je ouders gescheiden zijn.”

“Scheiding ouders, ruzie/geweld thuis.”

“Vroeger hadden we vaak heftige ruzies en ik heb vroeger veel therapie gehad.”

Pesten

“Pesten, misbruik”

“Problemen thuis of op school, bijvoorbeeld pesten.”

“Gepest worden op school, omdat je anders bent volgens andere mensen. Of als je slimmer bent dan anderen. Als je al weet wat je wilt in je toekomst en daarvoor gaat en de ander begrijpt je niet.”

Corona tijd

“Corona en de lockdowns zijn voor mij erg ingrijpend geweest en nog steeds.”

“De Corona tijd. Thuis onderwijs, kon me moeilijk concentreren. Mocht niet naar buiten.”

Ongeluk

“Iemand dood, een ongeluk.”

“Familie slecht nieuws. Ongelukken.”

“Dat er iemand uit het gezin overlijdt of een ernstig ongeluk krijgt.”

“Vervelende gebeurtenissen zoals dood, of ongeluk.”

Ziekte (van familie of jezelf) of overlijden van naasten

“Overlijden van een ouder.”

“Als je ouders gaan scheiden of dat als zeg maar je opa of oma dood gaat.”

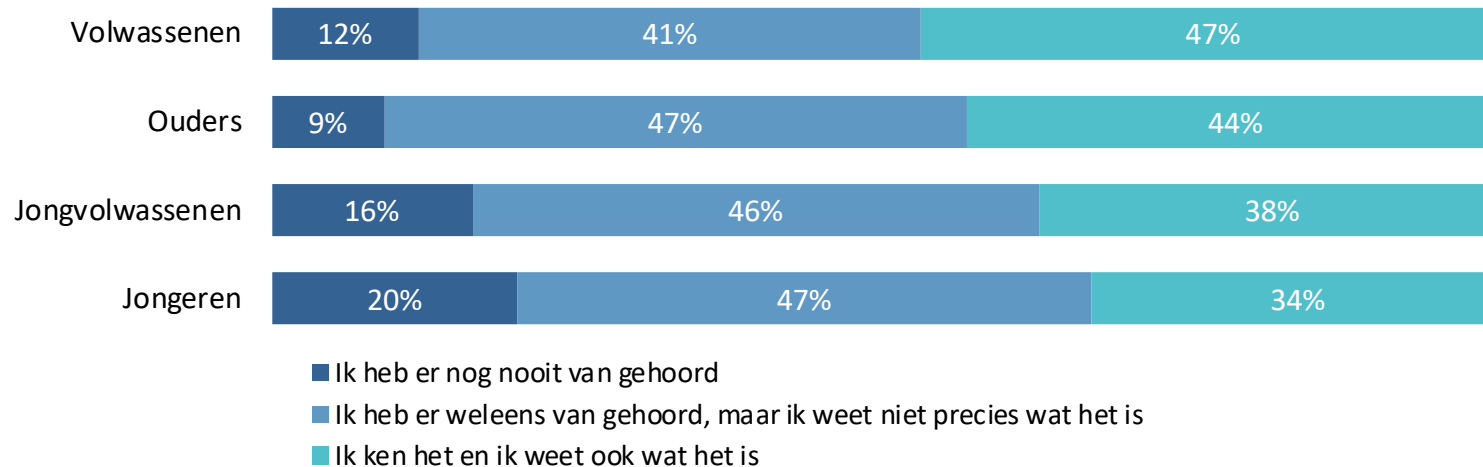
“Als je iets ergs meemaakt, zoals dat een van je ouders of broers of zussen ernstig ziek wordt of doodgaat.”

Vraag: Wat zijn volgens jou ‘ingrijpende jeugdervaringen’? Aan wat voor soort ervaringen of gebeurtenissen denk je dan?

Basis: jongeren n = 808



Bijna de helft van de volwassenen is goed bekend met de term ‘ingrijpende jeugdervaringen’, hoe jonger hoe minder bekend met de term.



Vraag: In hoeverre ben je bekend met het begrip: ‘ingrijpende jeugdervaringen’?

Basis: volwassenen n = 800, ouders n = 305, jongvolwassenen n = 440, jongeren n = 808



Gedeelde definitie en ervaringen

De vragen op de voorgaande pagina's zijn door de respondenten beantwoord zonder dat we een definitie hebben gegeven van het begrip 'ingrijpende jeugdervaring'. Om respondenten die minder bekend zijn met het begrip op weg te helpen en ten behoeve van een eenduidige interpretatie voor de rest van de vragenlijst is de onderstaande definitie gedeeld met alle respondenten:

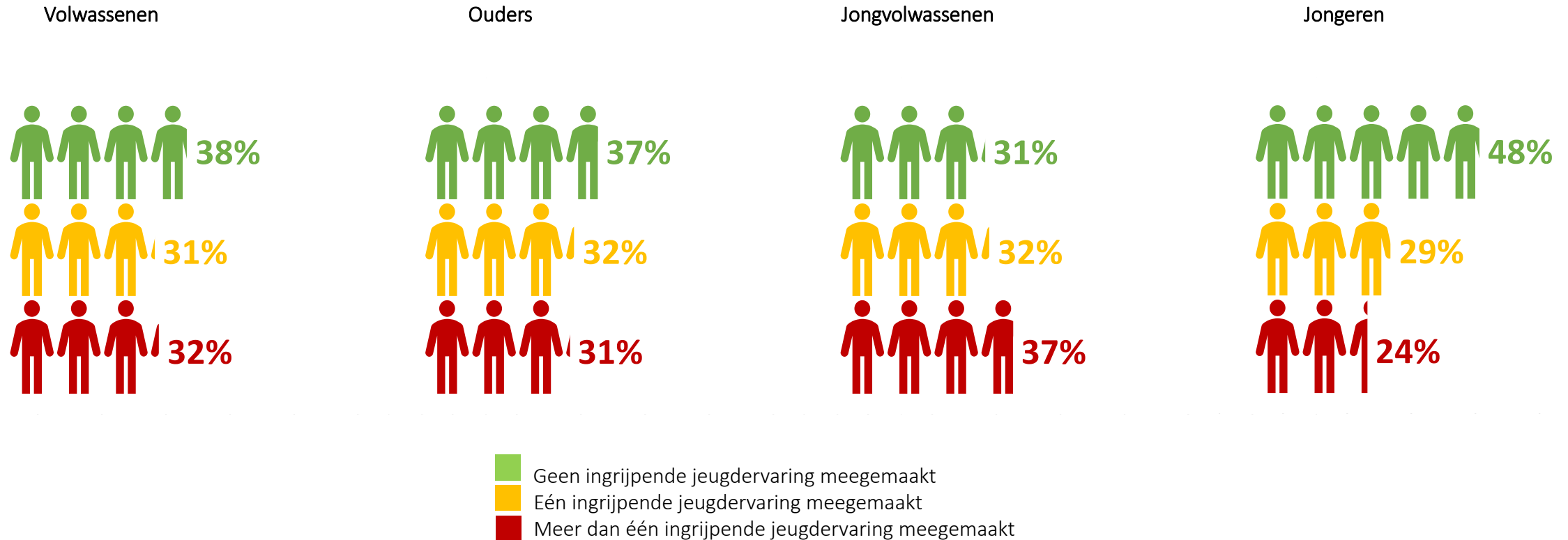
Ingrijpende jeugdervaringen zijn ervaringen tijdens de jeugd (0 - 18 jaar) die voor een kind erg stressvol en ingrijpend zijn. Deze ervaringen kunnen een negatieve invloed hebben op de gezondheid en het welzijn van een mens.

Onder ingrijpende jeugdervaringen verstaan we onder andere het volgende:

- 1. Lichamelijk geweld (zoals slaan en schoppen)*
- 2. Lichamelijke verwaarlozing (zoals onvoldoende voeding en kleding)*
- 3. Seksueel misbruik*
- 4. Emotioneel geweld (zoals schelden en vernederen)*
- 5. Emotionele verwaarlozing (zoals onvoldoende liefde en aandacht)*
- 6. Opgroeien in een gezin met een (of beide) ouder(s) met psychiatrische problematiek*
- 7. Opgroeien in een gezin met een (of beide) ouder(s) met een alcohol- en/of drugsverslaving*
- 8. Getuige zijn van huiselijk geweld (tussen bijvoorbeeld ouders of stiefouders)*
- 9. Meemaken van een vechtscheiding*
- 10. Opgroeien in een gezin waarbij een gezinslid een periode in de gevangenis zit*
- 11. Structurele stress als gevolg van armoede, schuldenproblematiek of gebrek aan onderdak*
- 12. Structureel gepest worden op school of in de buurt*



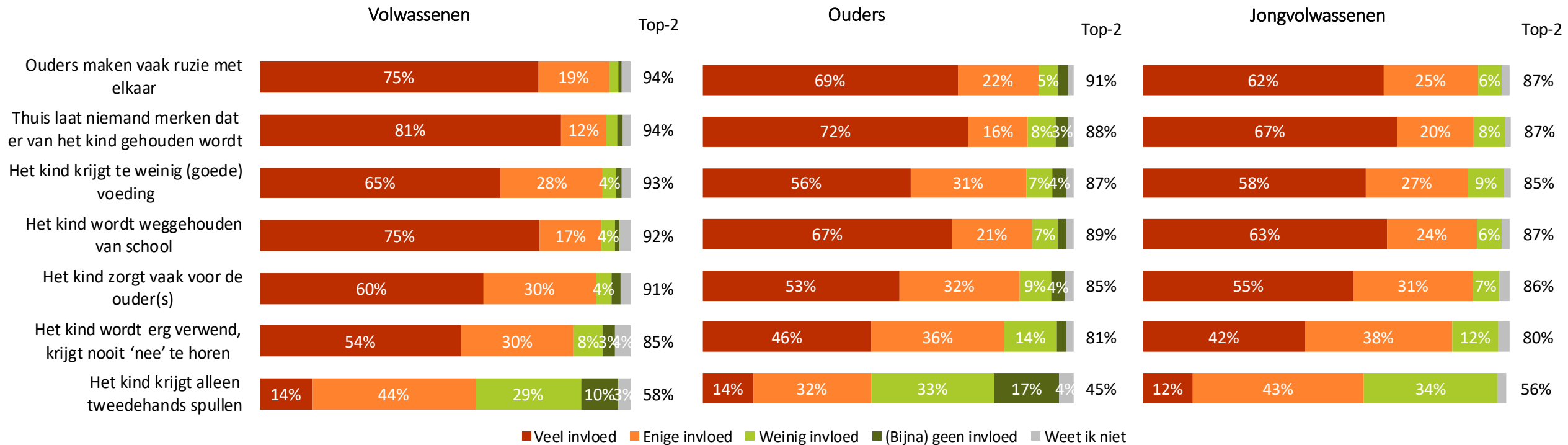
Het voorkomen van ingrijpende jeugdervaringen in Nederland wordt niet onderschat. Jongeren denken dat ingrijpende jeugdervaringen minder vaak voorkomen dan volwassenen.



Vraag: Hoe vaak denk je dat ingrijpende jeugdervaringen voorkomen in Nederland? Verdeel een percentage van 100% over de volgende drie categorieën.
 (NB: voor deze vraag zijn de 12 ervaringen getoond zoals genoemd op de vorige pagina).
 Basis: volwassenen n = 800, ouders n = 305, jongvolwassenen n = 440, jongeren n = 808



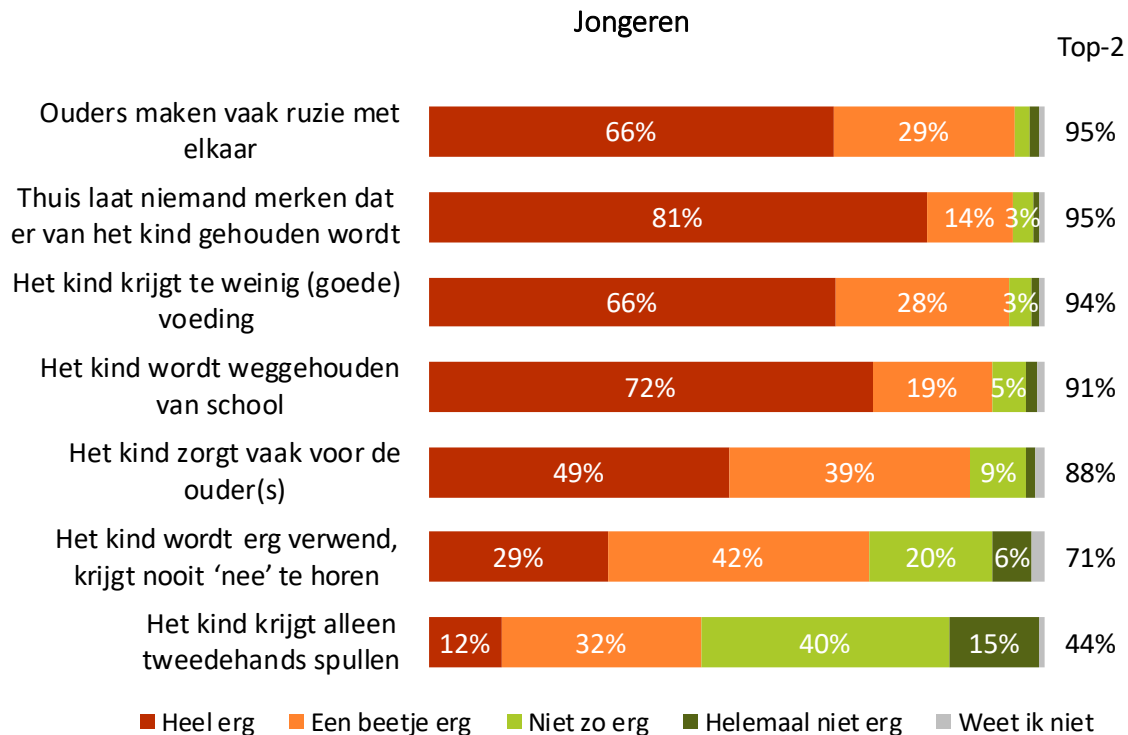
Naast de twaalf meest voorkomende ingrijpende jeugdervaringen hebben ook onderstaande ervaringen veel tot enige invloed op de ontwikkeling volgens de ruime meerderheid (1/2).



Vraag: Er zijn ook andere jeugdervaringen die invloed kunnen hebben. De invloed op de ontwikkeling en/of gezondheid van een kind kan verschillend zijn. Hoe kijk jij naar de volgende situaties?
 Basis: volwassenen n = 800, ouders n = 305, jongvolwassenen n = 440



Met name bij ‘nooit nee te horen krijgen’ wijken jongeren af van het beeld dat volwassenen hebben. Zij zien hier minder nadelig effect van (2/2).



Vraag: Er zijn ook andere jeugdervaringen die invloed kunnen hebben. De invloed op de ontwikkeling en/of gezondheid van een kind kan verschillend zijn. Hoe kijk jij naar de volgende situaties?

Basis: jongeren n = 808

Vrijwel alle voorgelegde ervaringen (naast de eerder genoemde twaalf) worden ingeschat als van (grote) invloed op het kind. Vooral het niet laten merken dat er van het kind gehouden wordt door alle groepen gezien als heel bepalend. Bij de overige stellingen neemt de gepercipieerde impact langzaam wat af.

‘Nooit ‘nee’ te horen krijgen’ wordt als minder impactvol gezien dan de meeste andere stellingen. Een kleine minderheid (46%) van de ouders schat in dat dit veel invloed heeft. Ongeveer één op de 6 ouders (14%) denkt dat het geen invloed heeft. De meeste jongeren zelf vinden ‘nooit ‘nee’ krijgen’ niet zo heel erg.

De impact van alleen tweedehands spullen wordt maar door een kleine groep (14%) volwassenen als van veel invloed geschat. Ongeveer 40% schat in dat de invloed gering is. Onder jongeren is dit zelfs 55%.

Er zijn geen grote verschillen in perceptie voor mensen die geen of wel zelf een ingrijpende jeugdervaring hebben meegemaakt.



Volwassenen zien breed scala aan gevolgen ingrijpende jeugdervaringen.

Angst

“Angst of piekeren.”
 “Angst, geen vertrouwen in mensen, moeite met gezag.”
 “Angstig, onzeker zijn. Maar ook niet leren hoe om te gaan met emoties en de samenleving.”

Depressief

“Sociale isolatie, trauma’s, depressie.”
 “Stress, depressies, PTSS.”
 “Trauma’s, gedragsstoornissen, eetstoornis, depressie, schoolverlaten, schulden.”

Mentale / psychische problemen

“Mentale gezondheid, je mist hechting.”
 “Mentale problematiek, toename agressiviteit, oplossing zoeken in drugs, alcohol of anorexia.”
 “Moeilijk gedrag, verslaving, psychiatrische stoornissen.”

Onzekerheid / negatief zelfbeeld

“Bindingsangst, paniekaanvallen en angststoornissen, onzekerheid.”
 “Gevoelens uiten later. Negatief zelfbeeld.”
 “Laag zelfbeeld, onzeker, angstig.”

Moeilijk mee kunnen komen

“Moeilijk mee komen op school, afwijkend gedrag vertonen.”
 “Achterstand in de ontwikkeling wegens verwerking van de ervaring.”

Stress, trauma

“Niet kunnen omgaan met stress, faalangst, gebruik van verdovende middelen.”
 “Angst, onzekerheid, stress.”
 “Depressie, trauma, bindingsangst, onzekerheid.”

Slechte gezondheid, lichamelijke problemen

“Negatief zelfbeeld, geen weerstand, lichamelijke klachten.”
 “Slechte gezondheid, vaak ziek, slechte nachtrust, weinig slapen, veel stress.”

Moeite met relaties, teruggetrokken, problemen op sociaal vlak

“Fysieke en psychische klachten, moeilijk om relaties aan te gaan, faalangst, egoïsme.”
 “Moeilijk in de omgang.”

Problematisch gedrag

“Trauma’s, gedragsstoornissen, eetstoornis, depressie, schoolverlaten, schulden.”
 “Verwaarlozing, drugs of alcohol gebruik.”
 “Neiging tot stelen, drugs en alcohol gebruik. Agressie.”

Vraag: Wat zouden gevolgen kunnen zijn van het meemaken van een ingrijpende jeugdervaring? Hoe heeft dat mogelijk invloed op je welzijn en gezondheid?

Basis: volwassenen n = 800



Jongeren zien grotendeels dezelfde gevolgen.

Angst

“Bang zijn, geen vrienden maken, schaamte.”
“Angst, concentratieproblemen, gebrek aan zelfvertrouwen.”
“Depressief worden, angstaanvallen, onzekerheid.”

Depressief

“Depressie. Verslaafd raken aan drugs. Zelfmoordgedachten.”
“Kan depressief of ongelukkig worden.”
“Laag zelfbeeld, geen zelfvertrouwen, depressie.”

Onzekerheid / negatief zelfbeeld

“Trauma's, laag zelfbeeld, angsten, depressie.”
“Zelfbeeld is niet goed, weinig zelfvertrouwen en heel onzeker.”
“Geen zelfvertrouwen en onzekerheid.”

Stress, trauma

“Trauma, angst, niets durven.”
“Stress, verdriet, zelfmoordneigingen, moeilijk dingen begrijpen, onaangepast gedrag.”
“Paniekaanvallen. Stress. Depressie. Eenzaamheid.”

Mentale / psychische problemen

“Je kunt zelf (psychische) problemen krijgen.”
“Stress en mentale problemen zoals angststoornissen of verslaving.”
“Mentale problemen, trauma's, stoornissen.”

Verdrietig zijn

“Spanning, ziekte, verdriet, stress, angst.”
“Verdriet. Concentratieproblemen. Agressief worden.”
“Stress, verdriet, zelfmoordneigingen, moeilijk dingen begrijpen, onaangepast gedrag.”

Slechte gezondheid, lichamelijke problemen

“Bedplassen, heel veel eten, huilen, stress en altijd boos zijn, gefrustreerd zijn, verdrietig zijn, geen rust vinden.”
“Slecht slapen. Slecht eten.”
“Stress, lichamelijke en geestelijke klachten.”

Problematisch gedrag

“Verdriet. Concentratieproblemen. Agressief worden.”
“Concentratie problemen. Crimineel worden. Drugs gebruiken. Opstandig.”
“Slaan, schoppen en pesten op school.”

Moeilijk mee kunnen komen

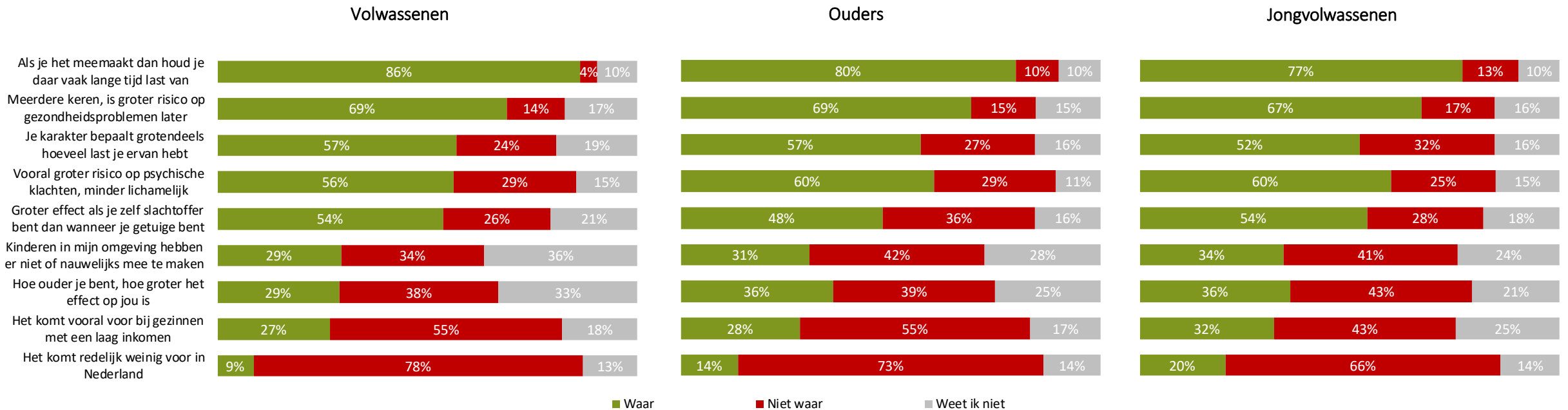
“Dat je je niet goed voelt over jezelf en niet mee kan doen.”
“Niet goed mee kunnen op school en soms geen vriendinnen hebben.”

Vraag: Wat zouden gevolgen kunnen zijn van het meemaken van een ingrijpende jeugdervaring? Waar kan een kind dan misschien last van hebben of krijgen?

Basis: jongeren n = 808



Kennisniveau over het voorkomen is redelijk, kennisniveau over de gevolgen is nog laag (1/2).

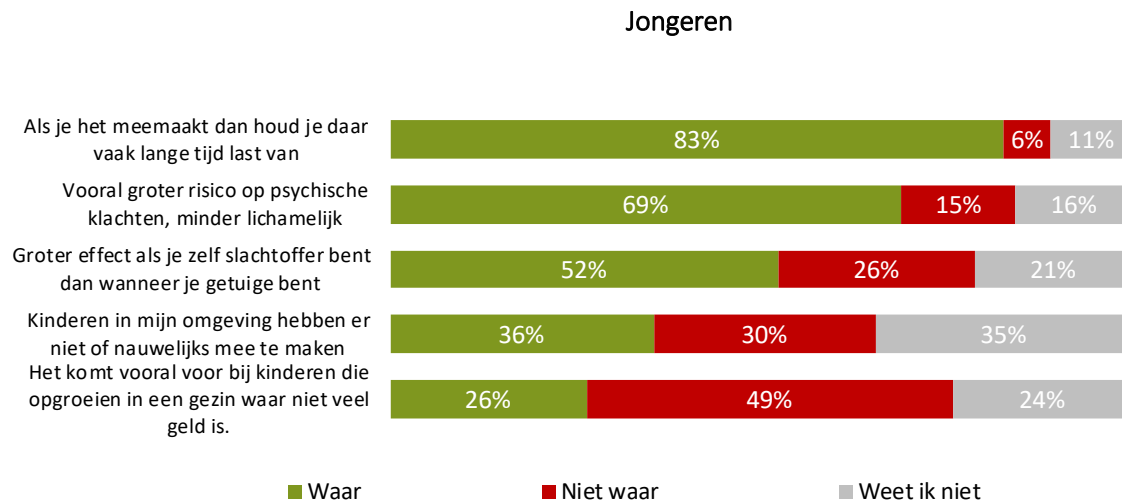


Vraag: Er volgen een aantal stellingen over ingrijpende jeugdervaringen. Kan je aangeven of deze waar of niet waar zijn?
 Basis: volwassenen n = 800, ouders n = 305, jongvolwassenen n = 440

Disclaimer: de voorgelegde stellingen zijn niet in alle gevallen van ingrijpende jeugdervaringen absoluut 'waar' of 'niet waar'. Vaker ligt het genuanceerder en hangt de impact met meerdere factoren samen (type ervaring, timing, frequentie en ernst ervan). De reden om dit op deze manier uit te vragen is om een beeld te vormen van de algemene perceptie.



Ook jongeren schatten het effect op psychische gevolgen sterker in dan lichamenlijk (2/2).



Vraag: Er volgen een aantal stellingen over ingrijpende jeugdervaringen. Kan je aangeven of deze waar of niet waar zijn?

Basis: jongeren n = 808

Volwassenen lijken het voorkomen van ingrijpende jeugdervaringen niet te onderschatten. Slechts 9% is het eens met de stelling dat het in Nederland maar weinig voorkomt. In hun eigen omgeving komt het volgens 29% van de volwassenen echter niet of nauwelijks voor. Hoe jonger, hoe vaker men denkt dat het maar weinig voorkomt.

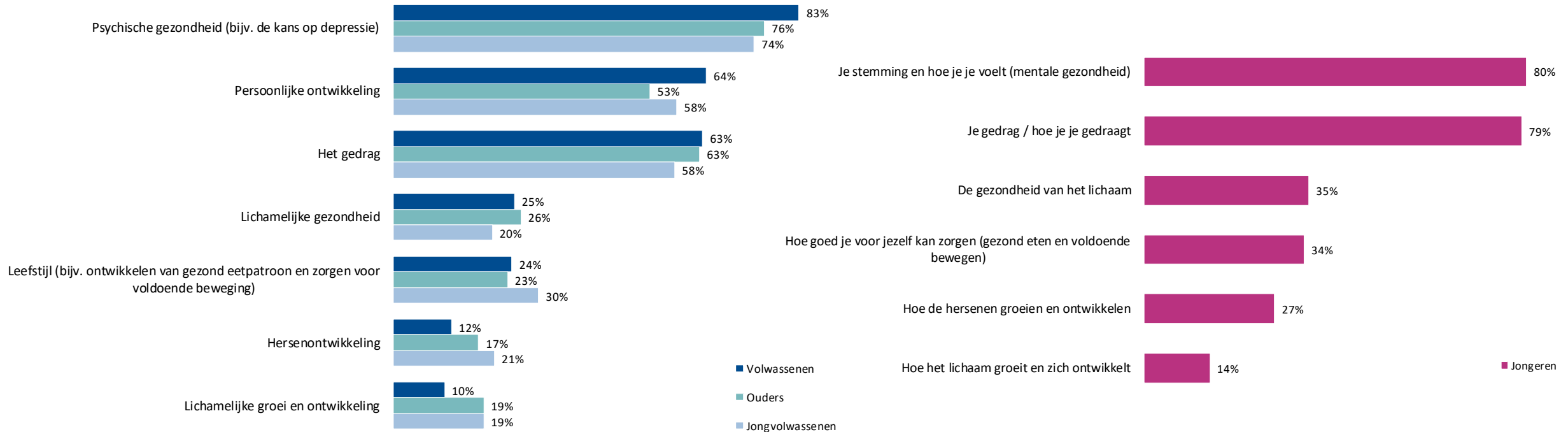
Bij alle vier de groepen denkt het overgrote deel dat je lang last houdt van ingrijpende jeugdervaringen (rond de 80% voor alle groepen) en dat het effect groter is als je meerdere keren zo'n ervaring meemaakt (69% van de volwassenen en 52% van de jongeren).

Zowel volwassenen (56%) als jongeren denken (69%) dat het effect van ingrijpende jeugdervaringen vooral tot psychische klachten leidt en minder tot lichamenlijke.

Als men zelf een ingrijpende jeugdervaring heeft meegemaakt, worden de kennisstellingen anders ingeschat dan door mensen die dit zelf niet meegemaakt hebben. Ga voor de verschillen tussen groepen naar pagina 34.



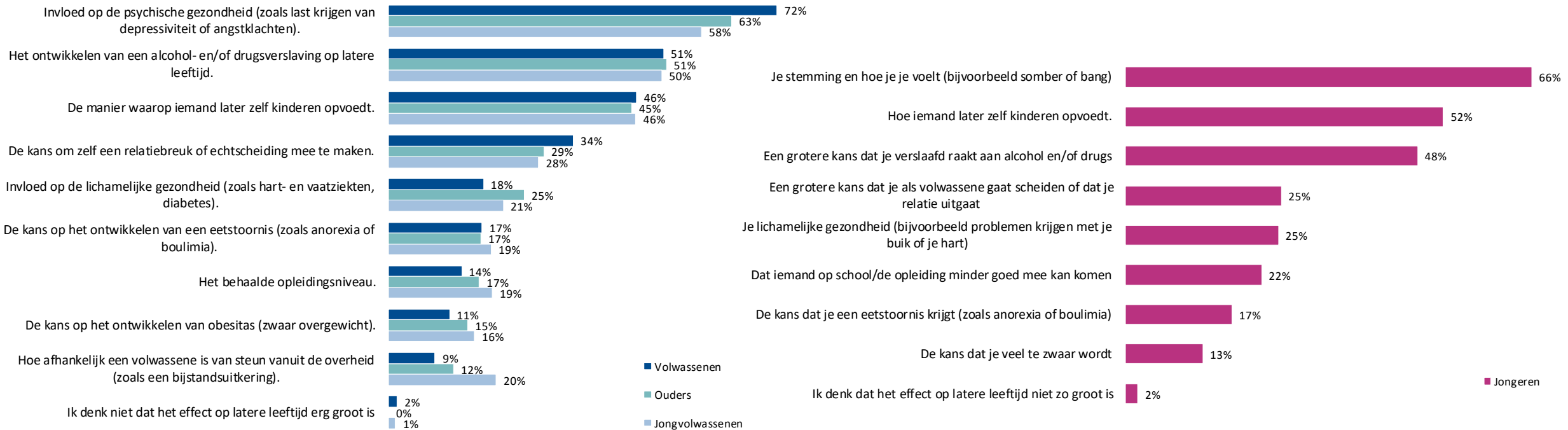
Effect van ingrijpende jeugdervaringen op de ontwikkeling en gezondheid van het kind wordt vooral verwacht op psychisch vlak, niet zozeer lichamelijk.



Vraag: Ingrijpende jeugdervaringen kunnen effect hebben op de ontwikkeling en gezondheid van het kind. Waar hebben deze ervaringen het grootste effect op denk je? Kies er maximaal 3.
 Basis: volwassenen n = 800, ouders n = 305, jongvolwassenen n = 440, jongeren n = 808



Invloed op latere leeftijd wordt ook vooral op psychisch vlak ingeschat, gevolgd door ontwikkeling van verslaving en het effect op de eigen opvoedstijl.



Vraag: Ingrijpende jeugdervaringen kunnen ook op latere leeftijd (als men volwassen is) nog invloed hebben. Hieronder staan een aantal voorbeelden. Op welke van deze voorbeelden is de invloed het grootst denk je? *Kies er maximaal 3*

Basis: volwassenen n = 800, ouders n = 305, jongvolwassenen n = 440, jongeren n = 808





Verschillen tussen groepen (1/4)

Kennis

Verschillen wanneer men zelf wel of geen ingrijpende jeugdervaring heeft meegemaakt

- Als je zelf (vaker) met een ingrijpende jeugdervaring te maken hebt gehad, ben je beter bekend met de term (2 of meer: 66%; 1 ervaring 47%; geen ervaring 39%).
- Als je zelf geen ingrijpende jeugdervaring hebt meegemaakt, schat je de mate van voorkomen ervan lager in. De helft schat in dat mensen daar niet mee te maken krijgen (49% vs. 32% rest).
- Als je zelf één of meerdere ingrijpende jeugdervaringen hebt meegemaakt kleurt dit je perceptie op de inschatting van de mate waarin het voorkomt. De inschatting van het aandeel mensen dat 'meer dan 1' ervaring meemaakt ligt met name hoger (40% vs. 29%).

Mensen die zelf een ingrijpende jeugdervaring hebben meegemaakt schatten de kennisstellingen anders in dan mensen die dit soort ervaringen niet zelf hebben meegemaakt:

- Het komt redelijk weinig voor in Nederland (86% niet waar vs. 74%).
- Vaker voorkomen bij gezinnen met een laag inkomen (61% niet waar vs. 50%).
- Er lange tijd last van houden (90% waar vs. 84%).
- Het meemaken vergroot vooral het risico op psychische klachten, minder op lichamelijke klachten (34% niet waar vs. 26%).
- Het effect is groter als je zelf slachtoffer bent geweest, dan getuige (29% niet waar vs. 23%).
- Als je het hebt meegemaakt heb je een hoger risico op gezondheidsproblemen later (74% waar vs. 65%).
- Ze zien het vaker bij kinderen om zich heen (49% vs. 20%).
- Ze schatten het effect op de ontwikkeling van het kind op zowel de psychische (76% vs. 69%) als de lichamelijke (21% vs. 13%) gezondheid groter in.





Verschillen tussen groepen (2/4)

Kennis

Verschillen tussen mannen en vrouwen

- Vrouwen zijn (inhoudelijk) beter bekend met de term 'ingrijpende jeugdervaringen' dan mannen (54% vs. 41%).
- Mannen hebben het idee dat de groep die géén ingrijpende jeugdervaringen heeft meegemaakt groter is dan vrouwen (46% géén ervaring meemaakt vs. 37% door vrouwen). Vrouwen denken vaker dat men er meerdere meemaakt (meer dan 1; 37% vs. 32%).
- Mannen schatten de invloed van 'het kind zorgt vaak voor de ouder(s)' op de ontwikkeling van het kind lager in dan vrouwen (10% denkt dat het weinig tot geen invloed heeft vs. 4% bij vrouwen).
- Mannen denken vaker dat het vooral voorkomt bij gezinnen met een laag inkomen (31% vs. 22%).
- Vrouwen denken vaker dat hoe jonger een kind is als het een ingrijpende jeugdervaring meemaakt, des te groter de impact vaak is (43% vs. 34%).
- Vrouwen denken vaker dat het effect van een ingrijpende jeugdervaring ook groot kan zijn als je ergens getuige van bent in plaats van zelf het slachtoffer (34% vs. 17%).
- Mannen geven op de kennisstellingen over ingrijpende jeugdervaringen over het algemeen vaker aan dat zij het niet weten ($\approx 15 - 20\%$ vs. $10 - 15\%$).
- Vrouwen schatten het effect op de ontwikkeling van het kind op de psychische gezondheid (86% vs. 80%) én lichamelijke groei en ontwikkeling (14% vs. 7%) groter in dan mannen.
- Het effect op latere leeftijd is volgens vrouwen veel groter op psychisch vlak (80% vs. 64%) en ontwikkelen van een eetstoornis (21% vs. 14%).
- Mannen denken juist vaker dat het effect zich op latere leeftijd uit in het behaalde opleidingsniveau (20% vs. 6%).





Verschillen tussen groepen (3/4)

Kennis

Verschillen in opleidingsniveau

- Hoger en middelbaar opgeleiden zijn beter bekend met de term dan lager opgeleiden (50% vs. 36%).
- Lager opgeleiden schatten het voorkomen van ingrijpende jeugdervaringen bij 'meer dan 1' ervaring hoger in (38% vs. 32% bij hoger opgeleiden).
- Lager opgeleiden schatten de invloed van bepaalde ervaringen die ook als ingrijpend kunnen worden ervaren vaak lager in dan anderen, dit geldt voor:
 - 'Thuis laat niemand merken dat er van het kind gehouden wordt' (10% weinig tot geen invloed vs. 3% rest).
 - 'Het weghouden van school' (9% weinig tot geen invloed heeft vs. 4% rest).
 - 'Het kind krijgt te weinig (goede) voeding' (9% weinig tot geen invloed vs. 4% rest).
- Omgekeerd schatten zij de invloed van 'het kind krijgt alleen tweedehands spullen' juist wel als groot in, terwijl hoger opgeleiden dit juist minder erg vinden (67% denkt dat het enige tot veel invloed heeft vs. 55%).
- Hoger opgeleiden zien het voorkomen van ingrijpende jeugdervaringen vaker om hen heen: maar liefst twee op de vijf antwoord 'Niet waar' op de stelling 'Kinderen in mijn omgeving hebben niet of nauwelijks te maken met ingrijpende jeugdervaringen' (43% vs. 29% rest).
- Hoger opgeleiden zijn er beter op de hoogte dat hoe jonger je bent als je een ingrijpende jeugdervaring meemaakt, hoe groter de impact van deze ervaring vaak is (45% vs. 32% rest).
- Hoger opgeleiden zijn beter op de hoogte dat het effect van een ingrijpende jeugdervaring groter is (/kan zijn) als je ergens getuige van bent (27% vs. 16% lager opgeleiden).
- Lager opgeleiden zien vaker dan hoger opgeleiden in dat deze ervaringen van invloed kunnen zijn op de lichamelijke gezondheid van een kind (31% vs. 18%). Hoger opgeleiden denken juist vaker dat het effect heeft op psychische gezondheid (87% vs. 75%) en de persoonlijke ontwikkeling (67% vs. 58%).





Verschillen tussen groepen (4/4)

Kennis

Verschillen in opleidingsniveau (vervolg)

- Waar hoger opgeleiden ten opzichte van lager opgeleiden vaker denken dat ingrijpende jeugdervaringen op latere leeftijd effect hebben op het ontwikkelen van een alcohol- en/of drugsverslaving (55% vs. 38%) denken lager opgeleiden juist vaker dat het zich op latere leeftijd uit in het behaalde opleidingsniveau (22% vs. 11%), en de kans op het ontwikkelen van een eetstoornis (22% vs. 14%).





Verschillen tussen groepen (1/2)

Kennis

Verschillen wanneer men zelf wel of geen ingrijpende jeugdervaring heeft meegemaakt – Jongeren

- Als je zelf (vaker) met een ingrijpende jeugdervaring te maken hebt gehad, ben je beter bekend met de term (2 of meer: 47%; 1 ervaring 37%; geen ervaring 27%).
- Ook bij jongeren is het zelf wel of niet meemaken van een ingrijpende jeugdervaring van invloed op de perceptie van de mate waarin het voorkomt:
 - Jongeren die het zelf meemaken, schatten de groep die minimaal 1 ingrijpende jeugdervaring meemaakt groter in dan jongeren die het zelf niet meemaken (2 of meer: denkt dat 64% van de jongeren minimaal 1 ervaring meemaakt; bij 1 ervaring; 45%; bij géén ervaring: 45%).

Jongeren die zelf geen ingrijpende jeugdervaringen hebben meegemaakt zijn zich minder bewust van het thema ingrijpende jeugdervaringen: ze zien het minder om zich heen en geven vaker aan niet te weten wat de effecten en gevolgen van deze ervaringen kunnen zijn.

Jongeren die zelf wel een ingrijpende jeugdervaring hebben meegemaakt zijn beter op de hoogte van het effect op de lichamelijke ontwikkeling van het kind:

- 31% denkt dat ingrijpende jeugdervaringen effect hebben op hoe de hersenen groeien en ontwikkelen (vs. 24% bij jongeren die zelf geen ervaringen hebben meegemaakt).
- 19% denkt dat het een effect heeft op lichamelijke groei en ontwikkeling (vs. 10%).





Verschillen tussen groepen (2/2)

Kennis

Verschillen wanneer men zelf wel of geen ingrijpende jeugdervaring heeft meegemaakt – Jongeren (vervolg)

Ook de link met een effect op de lichamelijke gezondheid op volwassen leeftijd wordt door jongeren die zelf een ingrijpende jeugdervaring hebben meegemaakt wat vaker gelegd:

- 29% is zich bewust van de invloed op de lichamelijke gezondheid (vs. 21% bij jongeren die er geen ervaring mee heeft).
- 20% schat de kans dat je een eetstoornis krijgt hoger in (vs. 14%).
- 16% is zich bewust van de kans dat je veel te zwaar wordt (vs. 10%).





2. Eigen ervaring met ingrijpende jeugdervaringen



Inzichten (1/2)

Eigen ervaring met ingrijpende jeugdervaringen

Eigen ervaring met ingrijpende jeugdervaringen.

- Onder de groep volwassenen in Nederland zegt 49% géén van de 12 meest voorkomende ingrijpende jeugdervaringen te hebben meegemaakt tegenover 44% die aangeeft er minimaal één te hebben ervaren.

Ervaren emotionele veiligheid tijdens de jeugd wordt minder goed beoordeeld dan lichamelijke veiligheid.

- Volwassenen geven dit respectievelijk een 7,0 en 8,0 gemiddeld.
- Bijna een kwart van de volwassenen (24%) beoordeeld de emotionele veiligheid onvoldoende, nog eens een kwart (26%) slechts met een 6 of 7.
- Bij lichamelijke veiligheid zijn de verhoudingen iets gunstiger: ruim twee derde (70%) vond het goed (8 of hoger), een klein deel geeft een onvoldoende (13%).
- Jongeren beoordelen zowel hun emotionele als lichamelijke veiligheid uitzonderlijk hoog, respectievelijk 8,6 en 9,2 gemiddeld.

Praten over eigen ingrijpende jeugdervaringen wordt door een meerderheid als prettig ervaren. Zorgprofessionals, partner en vrienden/vriendinnen zijn degenen waar vooral mee wordt gesproken.

- Een ruime meerderheid die een ingrijpende jeugdervaring heeft meegemaakt heeft de behoefte om erover te praten (71%) én heeft dit ook al gedaan (67%). Tegelijkertijd geeft ook een substantieel deel aan er niet over te willen praten (28%). Dat terwijl de ervaringen van degene die er wel over spraken overwegend positief zijn (76%). Slechts 3% geeft aan dat erover praten een slecht gevoel opleverde.
- Onder jongvolwassenen en jongeren is er vaker wel een behoefte om te praten maar is het er nog niet van gekomen (bij beide groepen 14%).



Inzichten (2/2)

Eigen ervaring met ingrijpende jeugdervaringen

Als er de behoefte is om over ingrijpende jeugdervaringen te praten zijn er meerdere partijen waar men terecht kan.

Met name de zorgprofessional (64%), de partner (53%) en vrienden/vriendinnen (43%) worden genoemd.

- Bij ouders is het in eerste instantie de partner waar deze ervaringen mee besproken worden (56%).
- Voor jongvolwassenen zijn, naast bovengenoemde, ook 'ouders' een belangrijke gesprekspartner (45%).
- Jongeren bespreken de nare ervaringen die zij meemaken bij uitstek met hun ouders (75%), of dit ook om de ingrijpende ervaringen gaat waar ouders zelf bij betrokken zijn is hier onduidelijk. Daarna volgen een zorgprofessional (47%) en de mentor/vertrouwenspersoon (34%).

De meeste mensen hebben het praten over de ingrijpende jeugdervaring als positief ervaren, ze gaven het volgende aan:

- Het praten lucht op.
- Zorgt ervoor dat je je gehoord en begrepen voelt.
- Zorgt ervoor dat je het kwijt kan, en helpt zo bij de verwerking.
- Zorgt voor meer inzicht en helderheid in eigen gedrag en patronen.
- Gaf het gevoel er niet alleen voor te hoeven staan.

Jongeren gaven ook nog aan dat:

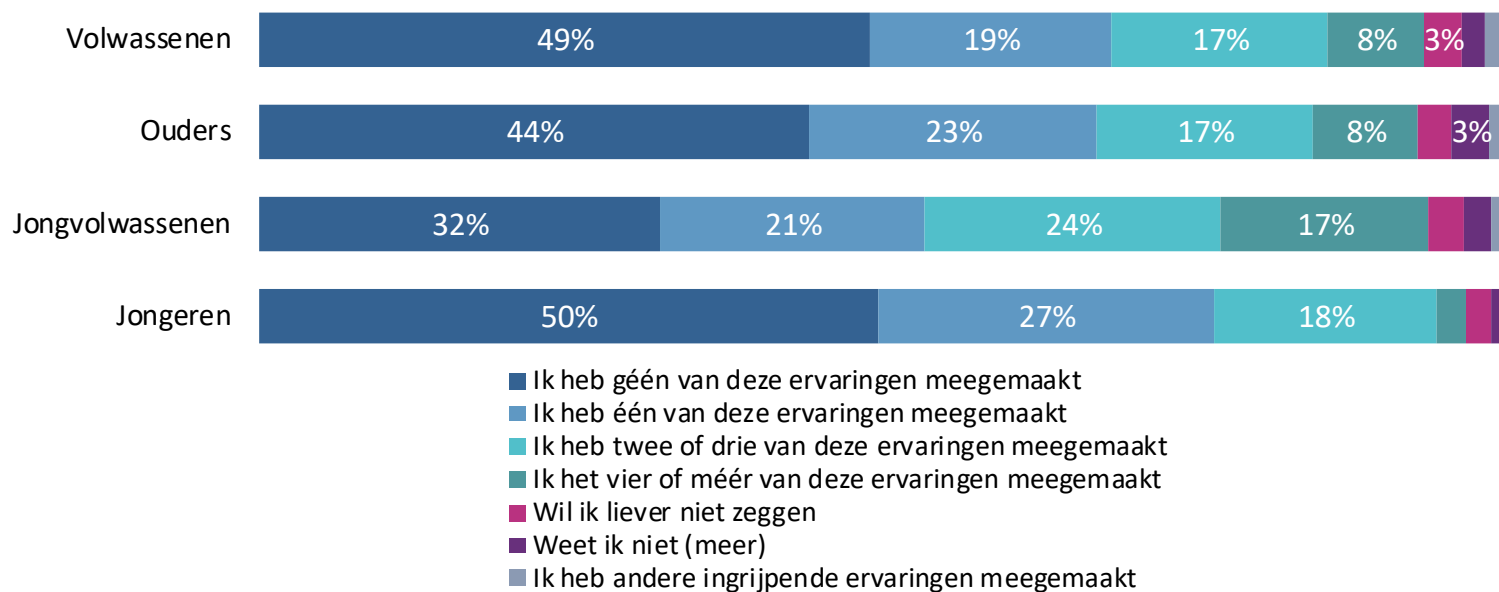
- Er een oplossing voor de situatie werd gezocht en/of de vervelende situatie stopte.
- Zij tips en advies kregen hoe om te gaan met de situatie.

Praten heeft niet voor iedereen het gewenste effect gehad, redenen hiervoor zijn:

- Het rakelt oude pijn en verdriet op.
- Het blijft lastig om te doen, het voelt eng, is moeilijk.
- Het loste de situatie niet op, het hielp niet, je kan het verleden niet veranderen.
- Het is dubbel: enerzijds lucht het op maar tegelijkertijd blijft het ook lastig om het erover te hebben.



Bijna de helft heeft in ieder geval één ingrijpende jeugdervaring meegemaakt, onder jongvolwassenen is dit zelfs bijna twee derde.



Vraag: Hoeveel van bovenstaande ingrijpende jeugdervaringen heb je zelf als kind meegemaakt?
 Basis: volwassenen n = 800, ouders n = 305, jongvolwassenen n = 440, jongeren n = 808

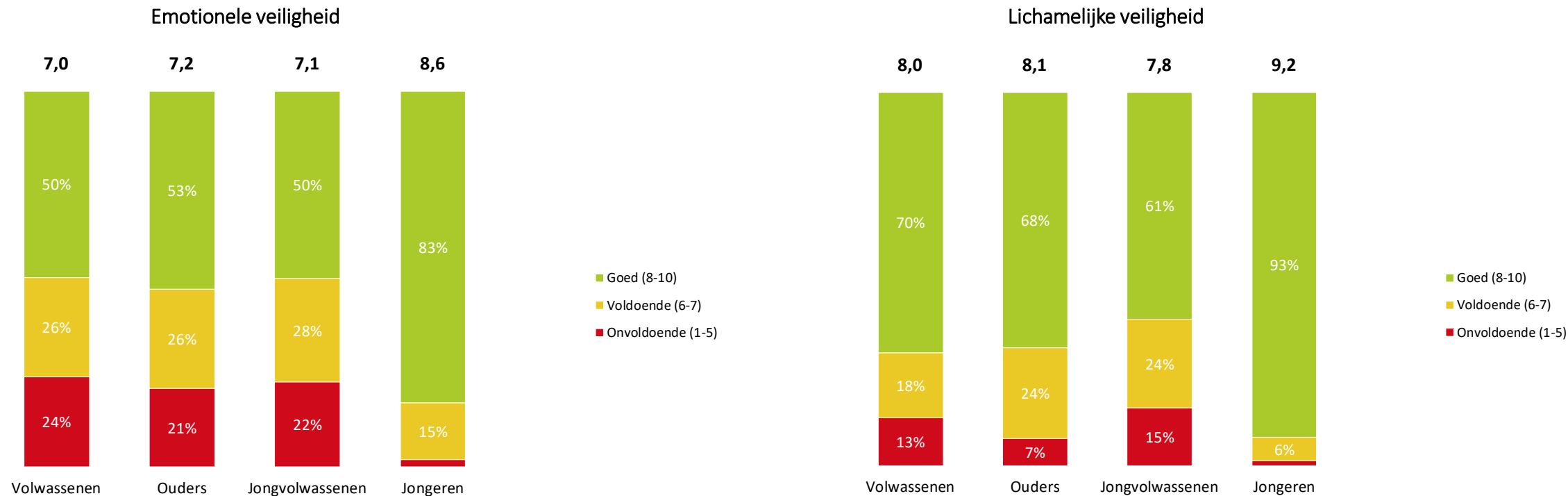
Lijst met voorgelegde ervaringen:

1. Lichamelijk geweld (zoals slaan en schoppen)
2. Lichamelijke verwaarlozing (zoals onvoldoende voeding en kleding)
3. Seksueel misbruik
4. Emotioneel geweld (zoals schelden en vernederen)
5. Emotionele verwaarlozing (zoals onvoldoende liefde en aandacht)
6. Opgroeien in een gezin met een (of beide) ouder(s) met psychiatrische problematiek.
7. Opgroeien in een gezin met een (of beide) ouder(s) met een alcohol- en/of drugsverslaving
8. Getuige zijn van huiselijk geweld (tussen bijvoorbeeld ouders of stiefouders)
9. Meemaken van een vechtscheiding
10. Opgroeien in een gezin, waarbij een gezinslid een periode in de gevangenis zit
11. Structurele stress door gevolg van armoede, schuldenproblematiek of gebrek aan onderdak
12. Structureel gepest worden op school of in de buurt

Let op: Dit zijn de meest voorkomende ingrijpende jeugdervaringen. Dat betekent dat er ook nog andere situaties en gebeurtenissen zijn die ingrijpend kunnen zijn voor kinderen om mee te maken.



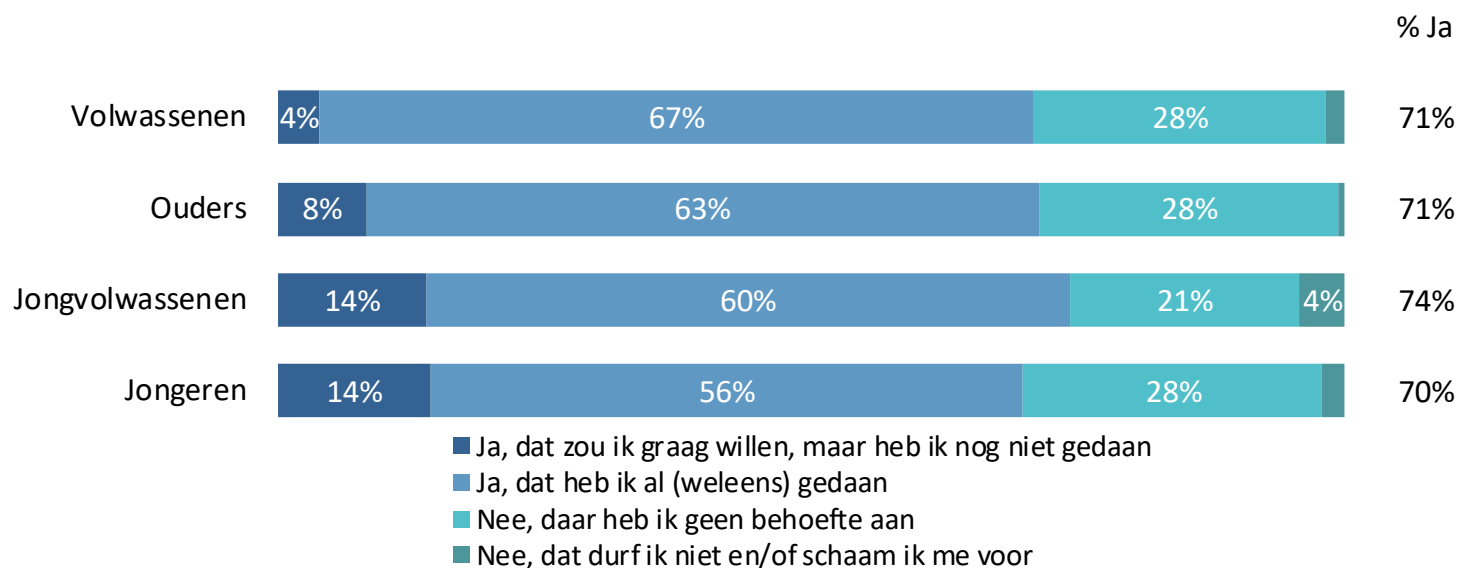
Een op de vijf volwassenen heeft onvoldoende emotionele veiligheid ervaren tijdens hun jeugd. Lichamelijke veiligheid wordt positiever beoordeeld, zeker twee derde heeft dit als 'goed' ervaren.



Vraag: In hoeverre werd er tijdens jouw jeugd in de thuissituatie voor jouw emotionele veiligheid / lichamelijke veiligheid gezorgd? Geef aan op een schaal van 1 (helemaal niet) tot en met 10 (helemaal wel).
Basis: volwassenen n = 800, ouders n = 305, jongvolwassenen n = 440, jongeren n = 808



Het merendeel praat over de ingrijpende jeugdervaringen die zij hebben meegemaakt. Ruim een kwart heeft hier geen behoefte aan.



De meerderheid heeft al weleens over de meegemaakte ingrijpende jeugdervaringen gesproken, dit geldt voor alle groepen (tussen 56% tot 67%). Een klein deel heeft de behoefte wel, maar het nog niet gedaan (4% onder volwassenen). Bij jongere generaties is deze groep groter (14% bij jongvolwassenen en jongeren).

Om en nabij een kwart van de mensen met een ingrijpende jeugdervaring heeft geen behoefte om erover te praten. Dit is vrijwel gelijk voor alle groepen. Bij de jongvolwassenen is er kleine groep (4%) die aangeeft wel te willen maar niet te durven praten of zich ervoor schaamt.

Zodra men twee of meer ervaringen heeft meegemaakt, ligt het aandeel volwassenen dat er al over heeft gepraat hoger (73% vs. 60%).

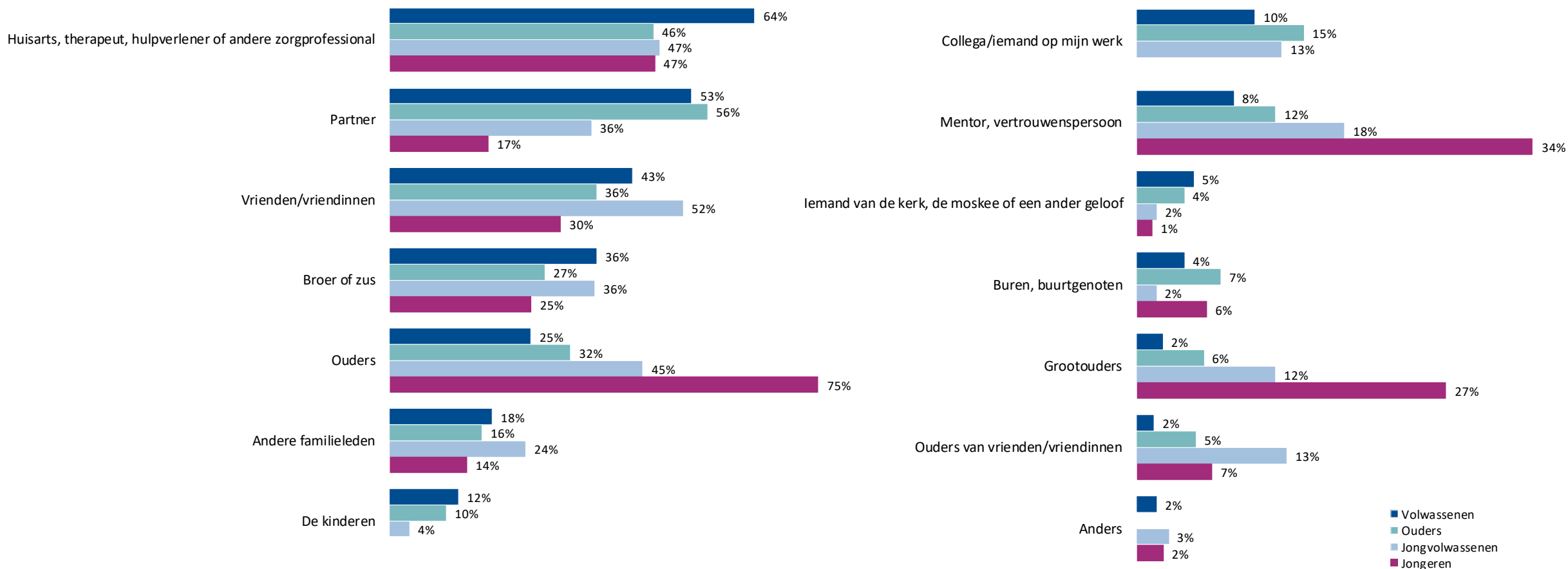
Vraag: Ik zou over mijn ingrijpende jeugdervaring(en) willen praten.

Basis: iedereen die minimaal één ingrijpende jeugdervaring heeft meegemaakt.

volwassenen n = 385, ouders n = 162, jongvolwassenen n = 272, jongeren n = 381



Zorgprofessionals, partner en vrienden/vriendinnen zijn belangrijkste gesprekspartners om het over ingrijpende jeugdervaringen te hebben.

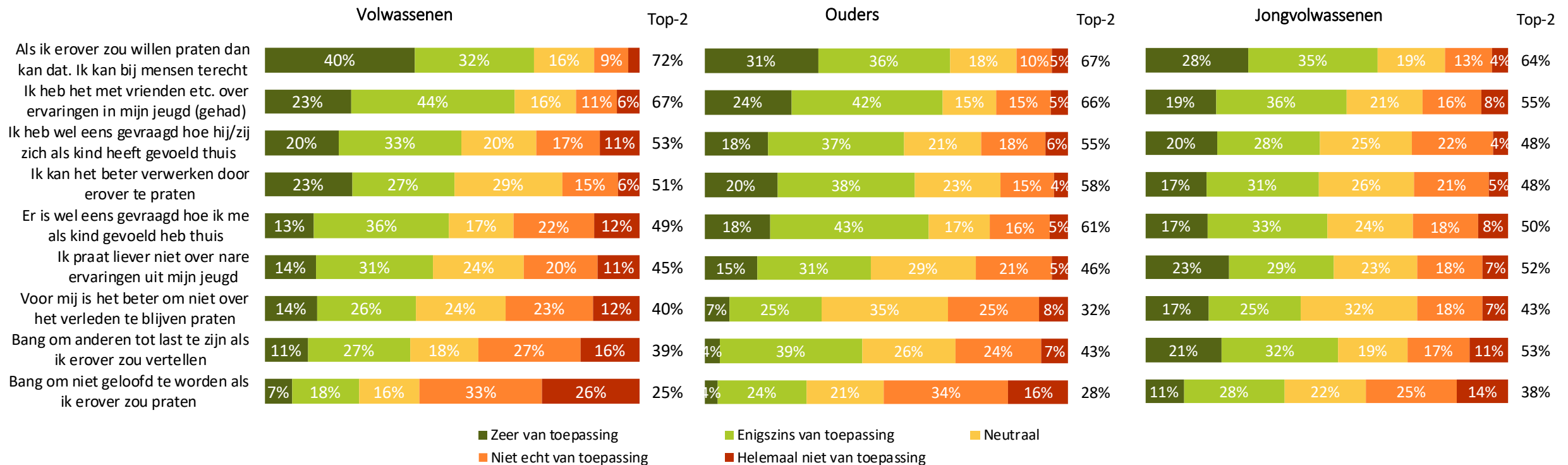


Vraag: Ik heb mijn ingrijpende jeugdervaring(en) besproken met: (meerdere antwoorden mogelijk)

Basis: iedereen die zijn ingrijpende jeugdervaring heeft besproken. volwassenen n = 255, ouders n = 99, jongvolwassenen n = 167, jongeren n = 212



Men heeft wel mensen om mee te praten, maar bijna de helft doet dat liever niet.

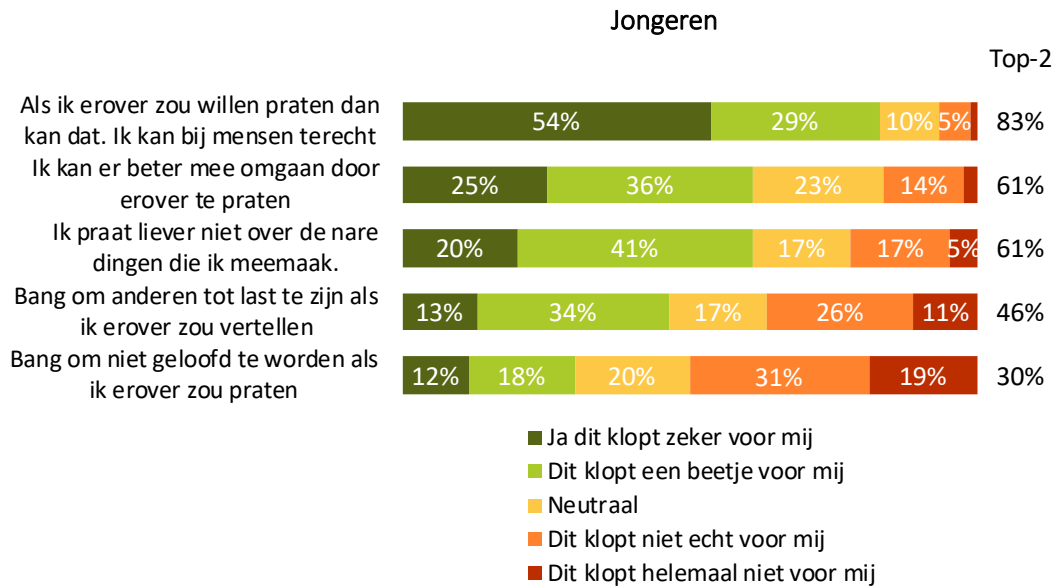


Vraag: In hoeverre zijn de volgende stellingen op jou van toepassing:

Basis: iedereen die minimaal één ingrijpende jeugdervaring heeft meegemaakt, volwassenen n = 385, ouders n = 162, jongvolwassenen n = 272



Jongeren voelen het sterkst dat zij iemand hebben waar ze terecht kunnen om mee te praten, tegelijkertijd is ook bijna de helft bang om anderen tot last te zijn als ze dat zouden doen.



Vraag: Als je deze zinnen leest, kan je aangeven of dit voor jou klopt of niet?

Basis: iedereen die minimaal één ingrijpende jeugdervaring heeft meegemaakt, jongeren n = 381

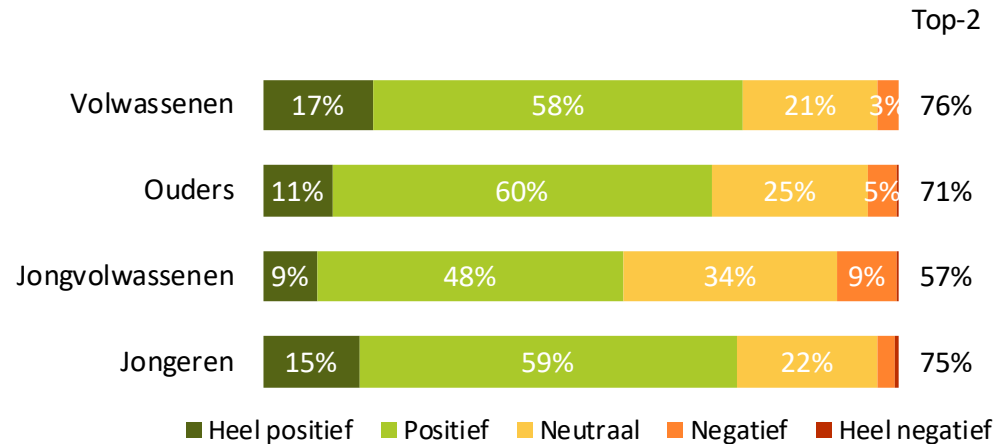
Bijna drie kwart van de volwassenen met een ingrijpende jeugdervaring kan bij iemand terecht als ze over hun ervaringen willen praten. Een groot deel (66%) heeft dat ook al wel eens gedaan. Dit aandeel is duidelijk lager onder jongvolwassenen (55%). Terwijl 67% eerder aangaf (p. 45) er al weleens over gesproken te hebben, geeft tegelijkertijd bijna de helft (45%) aan er liever niet over te praten. Daarbij vindt 40% het ook beter – voor zichzelf - om niet over het verleden te blijven praten. Onder ouders is dit percentage wat lager (32%).

Er worden ook drempels ervaren om met anderen over het verleden te praten. Men wil anderen bijvoorbeeld niet tot last zijn, zegt 43% van de ouders en 53% van de jongvolwassenen met een ingrijpende jeugdervaring. Ook is een aanzienlijk deel bang om niet geloofd te worden (tussen 25% tot 38%).

Er is een verschil in beleving rondom het praten over ingrijpende jeugdervaringen tussen mensen die twee of meer ervaringen hebben meegemaakt t.o.v. mensen die één ervaring hebben gehad. De angst om anderen tot last te zijn of niet geloofd te worden is sterker aanwezig bij twee of meerdere ervaringen ('tot last zijn', 46% vs. 30%; 'niet geloofd worden', 33% vs. 15%).



Drie kwart van de volwassenen heeft praten over ingrijpende jeugdervaringen als positief ervaren, alleen onder jongvolwassenen is de ervaring iets negatiever.



Vraag: Je gaf aan dat je over de nare ervaring in jouw jeugd gepraat hebt. Hoe heb je het ervaren om erover te praten?

Basis: iedereen die zijn ingrijpende jeugdervaring heeft besproken, volwassenen n = 255, ouders n = 99, jongvolwassenen n = 167, jongeren n = 212



Erover praten lucht op, zorgt dat je je gehoord en begrepen voelt, helpt bij verwerking. Maar blijft vaak ook moeilijk en lost het niet altijd op.

Volwassenen

Positieve ervaring

Het lucht op

“Het lucht op en helpt met de verwerking, bovendien merk je dat je niet de enige bent. Minder eenzaam gevoel.”

Gehoord, erkend en/of begrepen voelen

“Ik kreeg erkenning voor wat ik heb meegemaakt. Mensen leefden met mij mee.”

Verwerking, het kwijt kunnen, het een plek kunnen geven

“Heeft geleid tot verwerking van het trauma.”
“De gesprekken hebben ervoor gezorgd dat ik mijn situatie kon accepteren, en dat ik verder kon met leven.”

Je staat er niet alleen voor

“Het was een opluchting. Ik hoefde er niet alleen mee te zitten.”
“Omdat ik hoefde niet die last alleen te dragen. Dat voelde lichter.”

Meer inzicht en helderheid in eigen gedrag en patronen

“Het heeft me inzicht gegeven in redenen waarom ik reageer zoals ik reageer.”
“Heeft inzichten gegeven die me helpen om beter te begrijpen hoe ik ben en hoe dat komt en wat ik nu nodig heb.”

Neutrale ervaring

Ik had het al verwerkt

“Ik merkte dat het voor mij niet echt invloed had. Het zelf al verwerkt had.”
“Ik had het zelf al verwerkt dus er was niet echt meer iets dat eruit kwam dat nieuw was.”

Het gaat niet weg, je kan het verleden niet veranderen

“Ik kan erover praten, maar het gaat niet weg. Het heeft me ook gevormd en ik ben alsnog heel ok als mens.”
“Omdat er niet veel veranderde maar het voelde ook niet heel verkeerd om het van me hart te krijgen.”

Het rakelt oude pijn en verdriet op

“Het haalt teveel verdriet naar boven...en je kunt het niet wegnemen...en mensen kunnen t niet echt begrijpen als je t zelf niet hebt meegemaakt...praten kan de littekens niet wegnemen.”

Lucht enerzijds op, maar blijft ook lastig

“De ene keer hielp het, de andere keer werd het daardoor erger.”
“Het kan opluchten maar het blijft een moeilijk onderwerp waar ik veel problemen door ervaar.”

Negatieve ervaring

Ik werd niet begrepen

“Het werd niet echt begrepen. Mensen keren snel de rug toe als de ander het moeilijk heeft. Het laat zien wie er uiteindelijk echt voor je is.”

Er werd niet goed geluisterd / het is niet goed aangepakt

“Er werd niet op de juiste manier mee omgegaan. Er werden door de hulpverlener alleen maar stempels geplakt in plaats van doorvragen.”
“Hulpverleners luisterden niet, deden niks anders dan rare conclusies trekken en mijn ervaringen bagatelliseren etc. en hebben alles alleen maar erger gemaakt.”

Ik vind het eng, moeilijk of pijnlijk

“Ik vind het nog steeds heel lastig om daar over te praten.”
“Er niet over praten helpt niet, maar er wel over praten rakelt ook allemaal pijn op. En dan loop ik weer een week met pijn rond. Dan misschien toch liever er niet over praten.”

Het hielp niet, het loste niets op

“Het heeft niet geholpen en alleen maar geld gekost.”
“Het heeft zaken verhelderd, maar het maakt het niet ongedaan.”

Vraag: Je gaf aan dat je over de nare ervaring in jouw jeugd gepraat hebt. Hoe heb je het ervaren om erover te praten? / Kan je toelichten waarom je dit als [x] hebt ervaren? Waar heeft dat mee te maken?

Basis: iedereen die zijn ingrijpende jeugdervaring heeft besproken, volwassenen n = 255



Ook jongeren herkennen de opluchting, het hielp hen om het een plek te geven of de situatie te veranderen. Toch blijft het moeilijk en rakelt het pijn op.

Jongeren

Positieve ervaring

Het lucht op

“Het heeft meer duidelijk gemaakt en het lucht op.”

“Het luchtte op en ik begreep bepaalde dingen beter. Ook dat het niet mijn schuld was.”

De vervelende situatie stopte (bijv. pesten) / ik kon het een plek geven

“Het heeft geholpen om het pesten op school te laten stoppen.”

“Was fijn om er over te praten en het een plekje te kunnen geven.”

“Ik werd gehoord en samen naar een oplossing gezocht.”

“Er werd naar mij geluisterd en daarna gehandeld om verandering in de situatie te brengen.”

Loslaten, het kwijt kunnen

“Ik kon de druk loslaten en voelde me gelukkiger.”

“Dan ben ik het kwijt, en dan ben ik er niet meer zo mee bezig.”

Luisterend oor, aandacht, begrepen voelen

“Mijn ouders en mijn zus begrepen het, ze luisterden echt naar mij. Ze gaven mij allerlei tips, wel heel verschillend maar dat is oké. Ze vroegen er later nog eens naar.”

“Omdat er mensen naar je luisteren en sommige kinderen hadden hetzelfde als ik.”

“Opluchting en bevestiging dat het niet oké was.”

Advies krijgen

“Omdat het mij meer rust in me hoofd gaf en ik tips kreeg hoe ermee om te gaan.”

“Gewoon dat je je verhaal kwijt kan en het delen ervan en advies vragen hierover.”

Neutrale / negatieve ervaring

Het rakelt oude pijn en verdriet op

“Alles ga ik weer beleven en het lost voor mij niks op.”

“Omdat ik het gevoel heb dat het bespreken hiervan alleen maar een aantal minder goede herinneringen oproept.”

Moelijk, lastig om te praten, moeilijk om juiste woorden te vinden

“Ik wist de woorden niet zo goed.”

“Ik vond het moeilijk om te vertellen en om het goed uit te leggen, ik moest huilen en dat vind ik niet fijn bij anderen.”

Het hielp niet, het loste niets op

“Er kwam niet de oplossing die ik wou.”

“Er is niets opgelost het heeft me niet geholpen verder.”

Lucht enerzijds op, maar blijft ook lastig

“Moeilijk omdat ik er verdrietig van wordt maar fijn dat iemand je kan troosten.”

Voorzichtig met vertellen tegen ‘vreemden’ / geen klik

“Ik wil het niet zomaar tegen iemand zeggen.”

“Omdat ik sommige hulpverleners heel dom vond.”

Vraag: Je gaf aan dat je over de nare ervaring in jouw jeugd gepraat hebt. Hoe heb je het ervaren om erover te praten? / Kan je toelichten waarom je dit als [x] hebt ervaren? Waar heeft dat mee te maken?

Basis: iedereen die zijn ingrijpende jeugdervaring heeft besproken, jongeren n = 212





Verschillen tussen groepen (1/3)

Eigen ervaring met ingrijpende jeugdervaringen

Verschillen wanneer men zelf wel of geen ingrijpende jeugdervaring heeft meegemaakt

- Ervaren emotionele veiligheid tijdens de jeugd daalt van 8,1 (bij geen ervaring), naar 7,0 (bij één ervaring) tot 4,8 (bij twee of meer ingrijpende jeugdervaringen).
- Ook ervaren lichamelijke veiligheid daalt van 8,9 (bij geen ervaring), naar 8,2 (bij één ervaring) tot 6,0 (bij twee of meer ingrijpende jeugdervaringen).

Verschillen tussen mannen en vrouwen

- Mannen beoordelen hun emotionele veiligheid hoger dan vrouwen (7,2 vs. 6,8). Er is geen verschil in ervaren lichamelijke veiligheid tussen mannen en vrouwen.
- Drie kwart van de vrouwen geeft aan over hun ingrijpende jeugdervaringen te (willen) praten (77% vs. 64%).
- Ze geloven dat het hen helpt in de verwerking (55% vs. 45%).
- Vrouwen praten vaker met de mensen in hun directe omgeving (vrienden, familie, kennissen) over hun jeugd (71% vs. 61%; 1 op de 8 vrouwen doet dit niet (12% vs. 23%)).
- Mannen geven vaker aan geen behoefte te hebben te praten over hun ingrijpende jeugdervaringen (35% vs. 21%).
- Ze geloven er niet in dat het helpt om het beter te verwerken (26% vs. 16%).
- Als ze wel met iemand praten, schakelen ze minder vaak professionele hulp in en kunnen ook minder vaak terecht bij hun vrienden. Vaker dan vrouwen komen ze terecht bij een “mentor, vertrouwenspersoon” (14% vs. 5%).
- Ook tonen mannen zelf minder interesse of durven ze minder vaak zelf te vragen naar de ervaringen van een ander (47% vs. 57%).
- Als mannen wél over hun ingrijpende jeugdervaringen praten, zijn ze vaak positiever dan vrouwen (82% vs. 71%).





Verschillen tussen groepen (2/3)

Eigen ervaring met ingrijpende jeugdervaringen

Verschillen in opleiding

- Hoger opgeleiden beoordelen hun lichamelijke veiligheid hoger dan anderen (8,3 vs. 7,7).
- Er zijn geen verschillen in beoordeling van emotionele veiligheid en opleidingsniveau.

- Onder hoger opgeleiden wordt er onderling meer gesproken, 70% zegt iemand anders wel eens gevraagd te hebben hoe hij/zij zich als kind heeft gevoeld thuis/tijdens de jeugd (dit aandeel neemt verder af: 50% onder middelbaar opgeleiden, 31% onder lager opgeleiden).
- Hoger opgeleiden ervaren minder een barrière om te praten, 50% herkent zich niet in de stelling “ik ben bang om anderen tot last te zijn als ik over mijn ingrijpende jeugdervaringen zou verstellen” (vs. 35% onder lager opgeleiden).

- Lager opgeleiden praten minder vaak met de mensen in hun directe omgeving (vrienden, familie, kennissen) over hun jeugd (26% vs. 15%).





Verschillen tussen groepen (3/3)

Eigen ervaring met ingrijpende jeugdervaringen

Verschillen wanneer men zelf wel of geen ingrijpende jeugdervaring heeft meegemaakt – Jongeren

- Het oordeel over de ervaren emotionele veiligheid van jongeren daalt van 9,0 (bij geen ervaring), naar 8,3 (bij één ervaring) tot 8,0 (bij twee of meer ingrijpende jeugdervaringen).
- Ook ervaren lichamelijke veiligheid daalt van 9,4 (bij geen ervaring), naar 9,0 (bij één ervaring) tot 8,6 (bij twee of meer ingrijpende jeugdervaringen).
- Bij jongeren die twee of meer ingrijpende jeugdervaringen meemaken wordt er vaker professionele hulp ingeschakeld, zo heeft 59% van hen met een zorgprofessional gesproken vs. 36% van de jongeren die één ervaring heeft meegemaakt. Tegelijkertijd vinden ze het ook moeilijker om te praten over de dingen die ze meemaken, 68% praat er liever niet over (vs. 56% bij jongeren die één ervaring hebben meegemaakt).





3. Ouderschap



Inzichten (1/3)

Ouderschap

Ouders voelen zich over het algemeen competent als ouder, dingen die volgens hen goed gaan zijn:

- Regelmatig praten over waar de kinderen mee bezig zijn (84%) en hoe ze in hun vel zitten (84%).
- Genoeg tijd voor de kinderen hebben (84%).
- Bewust bezig zijn met de sfeer/stemming in huis (84%).

Minder (overtuigend) positief staan ze tegenover de volgende aspecten:

- Meer dan de helft herkent zich niet in de stelling 'ik ervaar vrijwel geen stress' (57%).
- Ongeveer de helft herkent zich in de stelling 'ik vind het ouderschap zwaar' (52%).
- Een derde (36%) geeft toe dat ze vaak anders op de kinderen reageren dan ze eigenlijk zouden willen.
- Bijna een kwart geeft aan dat zij en hun partner regelmatig ruzie maken (23%).

Ondanks dat, heeft de meerderheid niet het gevoel het alleen te moeten doen (70%):

- Zo zegt 83% dat ze wel iemand hebben om mee te praten.
- Zegt 66% het gesprek te hebben met de partner over het invullen van het ouderschap en zitten de meeste ouders op één lijn qua opvoeden (64%).
- Ervaart meer dan de helft (57%) steun van anderen bij het opvoeden van de kinderen.

Toch is er ook een kwart (27%) die wel behoefte heeft aan meer steun of hulp en zegt bijna een derde (31%) er wel (enigszins) alleen voor te staan.



Inzichten (2/3)

Ouderschap

Drie kwart van de ouders is regelmatig bewust van het positieve of negatieve effect dat zij hebben op het leven van de kinderen.

Dit bewustzijn is niet hoger bij ouders die zelf wel ingrijpende jeugdervaringen meegemaakt hebben. Gedachten die ouders hierbij hebben gaan over:

- Zorgen voor een veilige en liefdevolle omgeving.
- Helpen bij ontwikkelen, bepaalde vaardigheden, normen en waarden meegeven.
- Besef van de voorbeeldfunctie, waardoor ze ook bewust bezig zijn met hun eigen gedrag en hoe dit overkomt op de kinderen.
- Onzekerheid over of ze het wel goed doen.
- Het willen voorkomen 'dezelfde fouten te maken' die zij zelf in hun eigen opvoeding hebben ervaren.
- De balans zoeken tussen enerzijds liefdevol zijn, maar tegelijkertijd ook opvoeden en dus corrigeren, begrenzen.

Helft van de ouders is bewust bezig met het voorkomen van ingrijpende jeugdervaringen bij hun kinderen, of het effect van ingrijpende jeugdervaringen voor hun kinderen te beperken.

Ouders geven in een open toelichting aan hoe ze dit aanpakken:

- Liefde geven en veiligheid bieden.
- Praten, dingen bespreekbaar maken en dat aanmoedigen.
- Aan jezelf werken, bewustzijn van eigen gedrag.
- Beschermen tegen het 'slechte', negativiteit voorkomen.
- Kinderen in opvoeding bepaalde vaardigheden en waarden meegeven.
- Kinderen goed 'monitoren', goed luisteren.



Inzichten (3/3)

Ouderschap

De helft van de ouders is tevreden met hun eigen opvoeding, het voorbeeld dat ze hierin gehad hebben en willen dit voorbeeld graag doorgeven:

- Mijn moeder/vader was een goed voorbeeld voor mijn rol als ouder (64% resp. 54%).
- Ik heb dingen overgenomen van mijn ouders die ik prettig vind (62%).
- Ik wil mijn kinderen opvoeden zoals mijn ouders mij hebben opgevoed (50%).

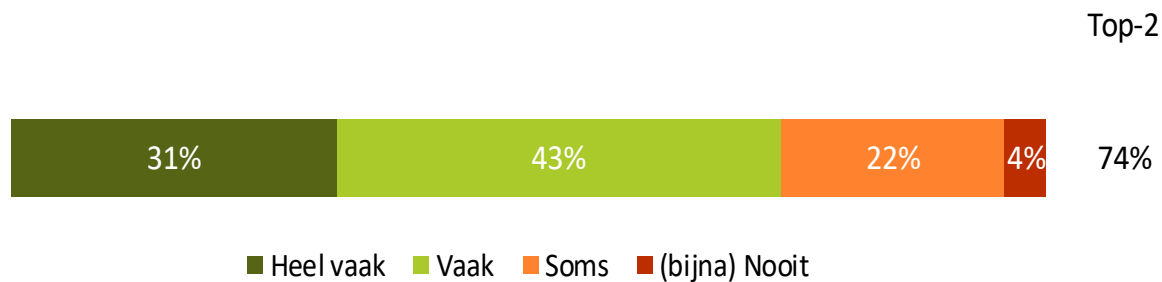
Om nog beter invulling aan het ouderschap te geven, zoekt de helft (52%) (af en toe) bewust naar informatie om het ouderschap nog beter in te vullen. Tegelijkertijd is er ook een substantieel deel die dit niet doet (25%).

Als men zelf als kind een ingrijpende jeugdervaring heeft meegemaakt, heeft dit effect op het eigen ouderschap:

- Het tast het eigen vertrouwen een goede ouder te zijn enigszins aan (85% vs. 95%).
- Het zorgt ervoor dat deze ouders vaker heel bewust bezig zijn met het voorkomen van een ingrijpende ervaring (of de effecten ervan) bij hun kinderen (60% van de ouders die zelf twee of meer ingrijpende jeugdervaringen hebben meegemaakt vs. 43% rest).
- Het maakt dat men het ouderschap vaker als zwaar ervaart (62% vs. 38%) en geven minder vaak aan voldoende tijd voor zichzelf te hebben (55% vs. 74%).



Drie kwart van de ouders is regelmatig bewust van het positieve of negatieve effect dat zij hebben op het leven van de kinderen.



Er zijn geen grote verschillen tussen het wel of niet zelf hebben meegemaakt van een ingrijpende jeugdervaring. Dit heeft geen groot effect op de mate waarin ouders zich bewust zijn van het positieve dan wel negatieve effect dat zij zelf hebben op het welzijn van hun kinderen. Het lijkt in de basis samen te hangen met het ouderschap, dat elke ouder zich hier in meer of mindere mate bewust van is.

De groep ouders die aangeeft hier vrijwel nooit bewust mee bezig te zijn bestaat wel vrijwel alleen uit ouders die zelf géén ingrijpende jeugdervaringen hebben meegemaakt; 7% van hen zegt hier nooit mee bezig te zijn vs. slechts 1% onder ouders die dit wel zelf hebben meegemaakt.

Vraag: Sta je wel eens bewust stil bij het (positieve en negatieve) effect dat jij hebt en/of kunt hebben op het leven van je kinderen?

Basis: ouders n = 305



Effect dat ouders ervaren op het leven van de kinderen kenmerkt zich door het creëren van een veilige, liefdevolle omgeving waarin ze het kind bepaalde vaardigheden en waarden meegeven. Ook is er onzekerheid over de opvoeding en willen ouders graag fouten voorkomen.

Zorgen voor veiligheid en liefde

“Zelf veel liefde en aandacht geven aan je kinderen en zorgen dat ze een veilig thuis hebben
Dat mijn kind wel opgroeit in een veilige omgeving zonder dreiging.”
“Ik probeer elke dag weer om te laten merken dat je er toe doet, dat je je stem mag laten horen, en ik altijd de cheerleader naast je zal zijn.”

Zo goed mogelijk opvoeden, ze laten ontwikkelen, bepaalde vaardigheden/waarden meegeven

“Dat ik mijn kind zo goed mogelijk wil klaar maken voor de wereld waarin we nu leven.”
“Hoe kan ik mijn kind helpen bepaalde zaken te verwerken of begrijpen. Hoe maak ik mijn kinderen weerbaar in het volwassen leven?”
“Ik probeer mijn kinderen waarden en lessen mee te geven. In de hoop dat ze daar iets aan hebben’.”

Doe ik het goed?

“Doe ik het wel goed? Ik wil graag dat mijn kind een gelukkige, zelfstandige volwassene wordt. Is mijn opvoedstijl dan toereikend?”

Voorbeeldfunctie

“Ik heb een voorbeeldfunctie voor mijn kind. Het is mijn taak om mijn kind de basis te bieden voor een mooie toekomst.”
“Hoe ik soms door mijn gedragingen op ze overkom en dat het beter is om achteraf aan hen mijn excuses aan te bieden als ik de fout in ben gegaan en samen te kijken hoe wij dat in ons gezin kunnen bespreken.”

Voorkomen om dezelfde fouten te maken, anders doen dan eigen ouders

“Dat ik bang ben dat ik het net zo fout doe als mijn moeder.”
“Dat ik alles tegenovergesteld doe van wat mijn ouders doe met betrekking tot aandacht, regels, liefde.”

Balans tussen ‘corrigeren’/‘begrenzen’ en liefde geven

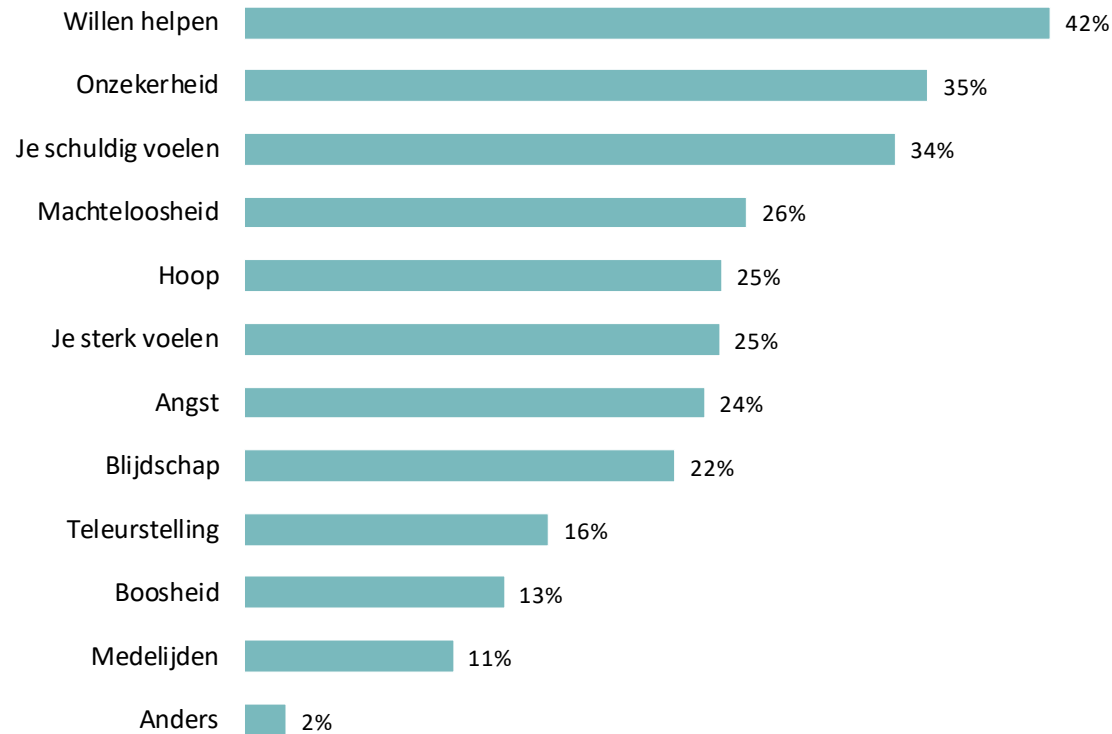
“Ik denk eerder en meer na voordat ik mijn kinderen voor iets bestraf en ben extra voorzichtig met hen.”
“Of ze zich genoeg geliefd voelen en of mijn boosheid of schreeuwen geen onomkeerbare schade doet.”

Vraag: De keren dat je stilstaat bij het effect (positief of negatief) die je hebt/kunt hebben op het leven van je kinderen, waar denk je dan vooral aan? Welke gedachten gaan dan door je hoofd?

Basis: ouders die wel eens stilstaan bij het effect dat ze (kunnen) hebben op het leven van hun kinderen, n = 191



Ouders kenmerken de gedachten die ze hebben bij het effect op het leven van hun kinderen vooral als 'willen helpen', 'onzekerheid' en 'je schuldig voelen'.



Vraag: Welke van de onderstaande gevoelens spelen vooral een rol in/bij de gedachten die je net beschreef?

Basis: ouders die wel eens stilstaan bij het effect dat ze (kunnen) hebben op het leven van hun kinderen, n = 191

Ouders die zelf in hun jeugd een ingrijpende ervaring hebben meegemaakt (1 of meerdere) geven vaker aan 'hoop' te hebben (32% vs. 16%).

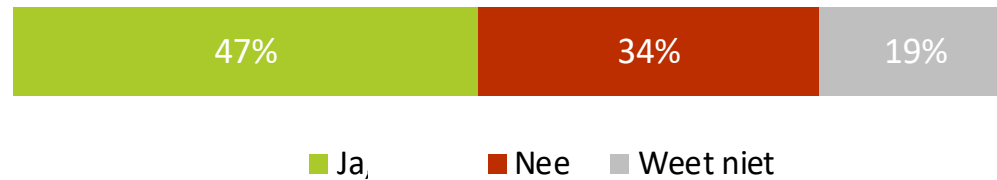
Ouders die zelf in hun jeugd géén ingrijpende jeugdervaring hebben meegemaakt geven juist vaker aan dat 'willen helpen' de gedachten over het effect op het leven van hun kinderen kenmerkt.

Op de termen 'boosheid' en 'medelijden' is verder doorgevraagd op wie men boos is en/of met wie men medelijden heeft, hierbij:

- Zegt 47% boos te zijn op zichzelf, gevolgd door partner (16%) en eigen ouders (16%)
basis n = 26
- Zegt 44% medelijden te hebben met de kinderen, gevolgd door iemand anders (19%) en met de partner (14%)
basis n = 25



De helft van de ouders is bewust bezig ingrijpende jeugdervaringen te voorkomen. Dit zijn vaker ouders die zelf meerdere ingrijpende jeugdervaringen hebben meegemaakt.



Ouders die zelf twee of meer ingrijpende jeugdervaringen hebben meegemaakt zijn vaker bewust bezig met het voorkomen dat hun kinderen met ingrijpende jeugdervaringen te maken krijgen, maar liefst 60% geeft dit aan (vs. 43% onder de rest).

Mannen zijn minder bewust bezig met het voorkomen van ingrijpende jeugdervaringen bij hun kinderen dan vrouwen (41% geeft aan dit niet te doen vs. 28% van de vrouwen).

Vraag: Ben jij bewust bezig om te voorkomen dat jouw kinderen te maken krijgen met ingrijpende jeugdervaringen en/of het effect van deze ervaringen te verkleinen? En zo ja, hoe doe je dat?
Basis: ouders n = 305



Zorgen voor een liefdevolle en veilige basis, veel praten, beschermen en bewustzijn van eigen gedrag richting kinderen zijn manieren die worden ingezet om ingrijpende ervaringen te voorkomen of het effect ervan te verkleinen.

“Ja, door...”

Liefde geven en veiligheid bieden

“Ze heel veel liefde te geven en naar ze te luisteren.”

“Een veilige en liefdevolle thuisbasis bieden.”

“Een omgeving vol liefde en stabiliteit, en situaties bespreken wat je dagelijks om je heen ziet.”

Praten, dingen bespreekbaar maken en dat aanmoedigen

“Veel luisteren en praten met mijn kinderen.”

“Ze altijd te zeggen dat ze met mij kunnen praten over gevoel die ze hebben.”

“Goed over problemen te praten als er iets is gebeurd.”

Aan jezelf werken, bewustzijn van eigen gedrag

“Afrekenen met mijn verleden en actief leren over hoe ik het als ouder anders kan doen.”

“Goed na te denken wat ik zeg in zijn bijzijn.”

“Door hen milder te bestraffen dan waar ik in eerste instantie de neiging toe heb.”

Beschermen tegen het ‘slechte’, negativiteit voorkomen

“Niet negatief over andere te praten in hun bijzijn’.”

“Misschien soms wel té beschermend te zijn of te veel te waarschuwen voor “gevaren”.”

“Geen geweld te gebruiken. Niet te schreeuwen en te kleineren.”

Kinderen in opvoeding bepaalde vaardigheden en waarden meegeven

“Ze te helpen bij het versterken van zelfvertrouwen.”

“Ze te leren hoe ze zelf verantwoordelijk zijn voor hoe ze omgaan met situaties.”

“Te leren wat grenzen zijn en wat te doen als iemand hierover dreigt te gaan.”

Kinderen goed “monitoren”, goed luisteren

“Te luisteren wat mijn kind nodig heeft.”

“Goed op te letten, of ze goed in hun vel zitten.”

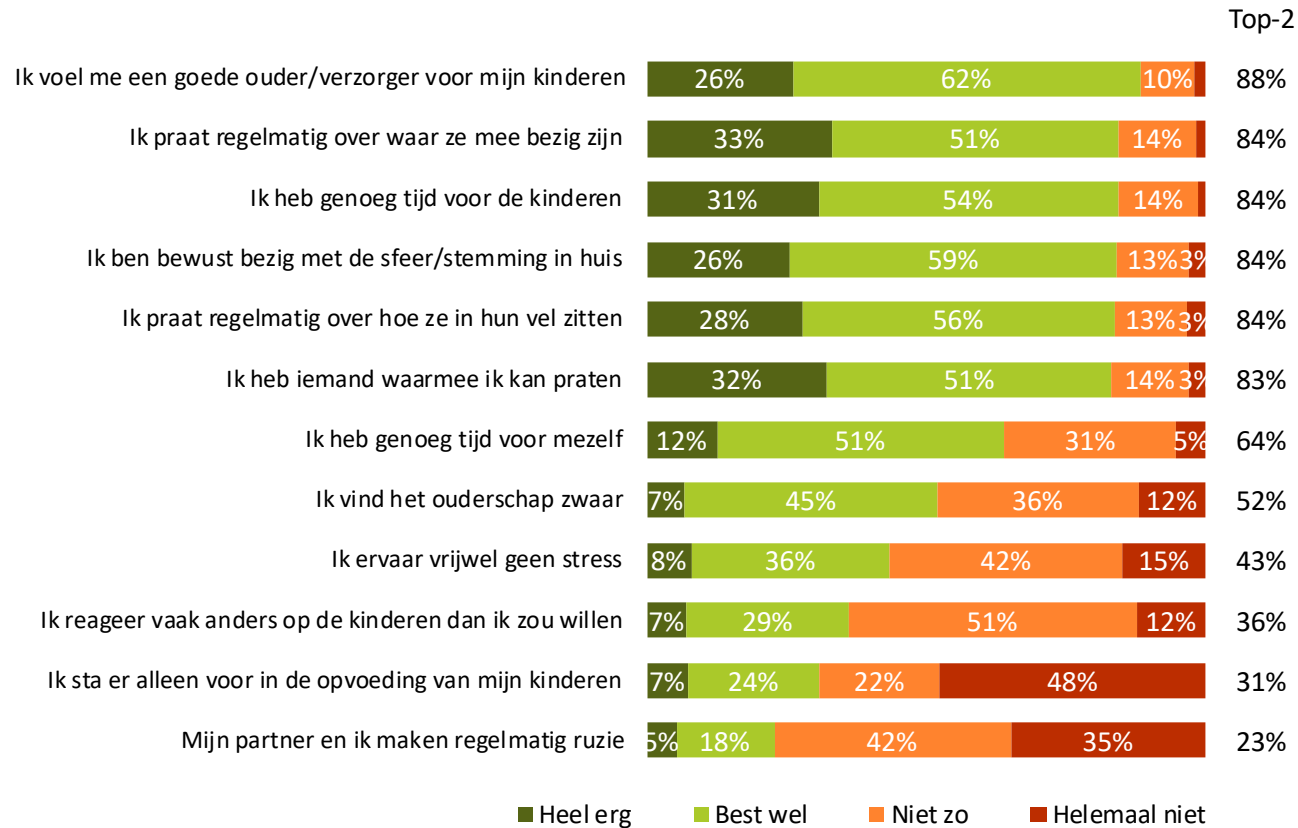
“Op kleine dingen te letten die aanduiden dat er misschien iets speelt.”

Vraag: Ben jij bewust bezig om te voorkomen dat jouw kinderen te maken krijgen met ingrijpende jeugdervaringen en/of het effect van deze ervaringen te verkleinen? En zo ja, hoe doe je dat?

Basis: ouders n = 305



Ouders voelen zich competent, zijn positief over mate waarin ze met hun kinderen praten en bewust bezig zijn met sfeer in huis. Tegelijkertijd vindt de helft het ouderschap zwaar en ervaren ze stress.



Het zelf meegemaakt hebben van een ingrijpende jeugdervaring drukt een negatieve stempel op het ouderschap. Het ouderschap is op meerdere manieren zwaarder voor hen (ze herkennen zich vaker in een aantal van de voorgelegde stellingen).

Ga voor verdere details naar pagina 66.

Vraag: In hoeverre herken je jezelf in de volgende uitspraken?
 Basis: ouders n = 305



Helpt van de ouders is tevreden met eigen opvoeding en wil dit zo op eigen kinderen overbrengen. Zeker één op de vijf is ontevreden en heeft meer steun nodig.



Er is een duidelijk verschil in het wel of niet zelf meegemaakt hebben van een ingrijpende jeugdervaring kijkend naar het voorbeeld dat de ouders zelf hebben gehad.

Ouders die zelf een ingrijpende jeugdervaring hebben meegemaakt hebben vaker de behoefte om het anders te doen dan het voorbeeld dat zij zelf gekregen hebben. Als men zelf geen ingrijpende ervaringen heeft meegemaakt is men meer tevreden met het voorbeeld dat ze van de eigen ouders kregen.

Ga voor verdere details naar pagina 66.

Vraag: In hoeverre zijn de volgende stellingen over manieren van opvoeden op jou van toepassing:

Basis: ouders n = 305





Verschillen tussen groepen

Ouderschap

Verschillen wanneer men zelf wel of geen ingrijpende jeugdervaring heeft meegemaakt

Ouders die zelf een ingrijpende jeugdervaring hebben meegemaakt beleven het ouderschap anders, ze:

- Zijn iets minder overtuigd van het gevoel een goede ouder te zijn voor de kinderen (85% vs. 95%).
- Vinden het ouderschap veel vaker zwaar (62% vs. 38%).
- Ervaren vaker te weinig tijd voor zichzelf (45% vs. 26%).
- Reageren vaker anders op hun kinderen dan ze zouden willen (44% vs. 26%).
- Hebben vaker ruzie met hun partner (30% vs. 14%).

Ouders die zelf een ingrijpende jeugdervaring hebben meegemaakt zijn minder tevreden over het voorbeeld dat ze zelf hebben gehad, zo:

- Willen ze het vaker anders doen dan hun eigen opvoeding (37% vs. 15%).
- Ervaren ze hun moeder/vader vaker niet als goed voorbeeld in hun rol als ouder (resp. 28% vs. 8% en 31% vs. 13%).
 - Onder ouders die 2 of meer ingrijpende jeugdervaringen hebben meegemaakt is dit nog veel sterker terug te zien: voor zowel moeder als vader geeft 44% aan geen goed voorbeeld te hebben gehad.
- Geven ze aan weinig dingen uit hun eigen opvoeding te hebben meegenomen die ze prettig vinden (26% vs. 11%).
- Zoeken ze bij gebrek aan een goed voorbeeld actiever naar informatie over ouderschap (61% vs. 42%).

Ouders die zelf geen ingrijpende ervaringen hebben gehad zijn over het algemeen meer tevreden met het voorbeeld dat ze hebben gehad, zo geeft 50% aan dat er geen dingen zijn die ze (onbewust) hebben overgenomen die ze niet prettig vinden (vs. 33%).





4. Veerkracht



Inzichten

Veerkracht

Het begrip ‘veerkracht’ is bij de meerderheid van volwassenen bekend. Hoe jonger, hoe minder groot de groep is dat aangeeft het te kennen en te weten wat het is af.

Dit aandeel is bij volwassenen (59%) ruim twee keer zo groot als bij jongeren (28%). Het percentage dat aangeeft er nog nooit van te hebben gehoord is bij volwassenen slechts 9% en loopt vervolgens op: 14% van de ouders, 17% van de jongvolwassenen tot 23% van de jongeren.

Men beoordeeld veerkracht op dit moment beter dan in jeugd.

- De grootste stijging is hier te zien voor jongvolwassenen, in hun jeugd vond 31% hun veerkracht heel goed/uitstekend, op dit moment is dat 60%.
- De beoordeelde veerkracht op dit moment is, met 48% die aangeeft deze heel goed/uitstekend te vinden, het laagst onder jongeren.

De manier waarop men omgaat met tegenslagen heeft veel invloed op de beoordeelde veerkracht.

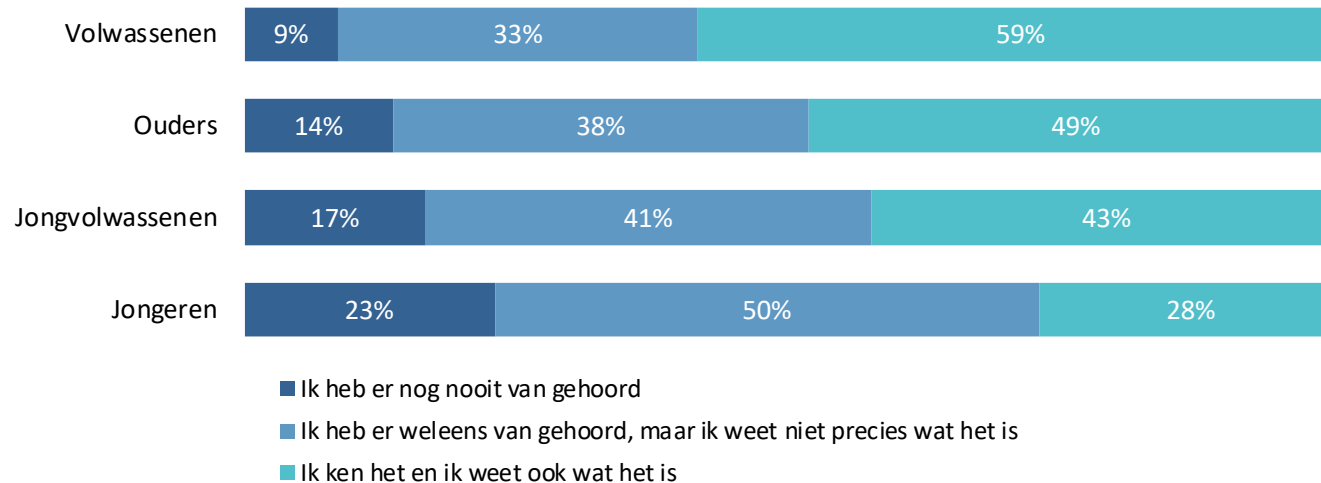
- Coping wordt in de open toelichting bij zowel een heel goede/uitstekende, als een matige/slechte veerkracht genoemd als verklaring voor de mate van veerkracht.
- Volwassenen die hun coping als heel goed/uitstekend beoordelen, benoemen daarnaast bijvoorbeeld het hebben van een goede jeugd, ouder worden en het zoeken van hulp. Jongeren benoemen hier vooral dat ze niks ergs hebben meegemaakt, een fijne thuissituatie hebben en erover te kunnen praten.
- In het geval van een matige/slechte veerkracht, benoemen zowel volwassenen als jongeren onzekerheid en mentale problemen. Jongeren geven hiernaast ook gepest worden als reden.

Volgens volwassenen en ouders draagt goed slapen het meest bij aan veerkracht.

Bij jongvolwassen staat het uiten van gevoelens juist op één, voor jongeren is dit relaties aangaan met betrouwbare en liefdevolle mensen.



Meerderheid van volwassenen is inhoudelijk bekend met de term 'Veerkracht', hoe jonger hoe lager de bekendheid.

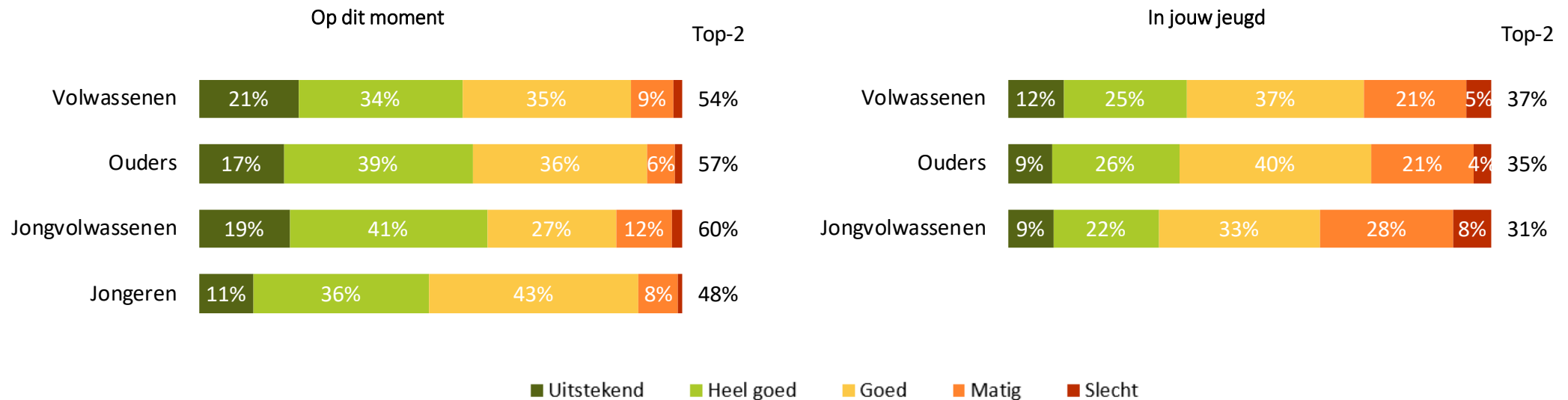


Vraag: In hoeverre ben je bekend met het begrip: 'Veerkracht'?

Basis: volwassenen n = 800, ouders n = 305, jongvolwassenen n = 440, jongeren n = 808



Alle groepen beoordelen hun veerkracht op dit moment beter dan in hun jeugd, grootste stijging te zien bij jongvolwassenen.



Vraag: Hoe beoordeel jij je eigen veerkracht?

Basis: volwassenen n = 800, ouders n = 305, jongvolwassenen n = 440, jongeren n = 808



Volwassenen geven de manier waarop zij omgaan met tegenslagen (coping) vaak als reden voor hun veerkracht, zowel in positieve als negatieve zin.

Coping

Positief oordeel eigen veerkracht

“Ik kan vrij goed met tegenslagen omgaan en dit omzetten in kracht om iets aan te vechten of iets nieuws te starten”

“Ik verwerkt tegenslag en negatieve ervaringen goed en was flexibel genoeg om me aan te passen en om te verwerken.”

“Ik kan goed relativeren. Valt het binnen mijn cirkel van invloed? Welk aandeel heb ik er zelf in gehad? Is de situatie écht zo of denk ik dat alleen maar? En denken: Ook dit gaat voorbij!”

Goede jeugd gehad

“Heb zelf een hele goeie jeugd gehad”

“Ik heb een hele fijne jeugd gehad”

“Heb een fijne jeugd gehad. Geen problemen thuis en kon werkelijk alles met mijn ouders bespreken.”

“Ik heb een goede jeugd gehad met lieve ouders”

Ouder geworden

“Ouder geworden en beter kunnen nadenken”

“Hou ouder ik word hoe beter ik dingen kan relativeren”

“Ik ben een sterker persoon geworden. Heeft ook met het ouder worden te maken.”

“Ik ben volwassen geworden”

Hulp gezocht

“Ik heb de ervaringen uit mijn jeugd verwerkt door middel van hulp te zoeken. Het ligt nu een lange tijd achter me en heb er helemaal geen last meer van”

“Na 10 jaar aan therapie zaken verwerkt en nieuwe patronen aangeleerd waardoor ik makkelijker met situaties om kan gaan”

“Omdat ik dit heb geleerd afgelopen paar jaar in therapie”

Coping

Negatief oordeel eigen veerkracht

“Kan heel moeilijk omgaan met veranderingen”

“Ik blijf hangen in het verdriet, de teleurstelling, de boosheid”

“omdat ik als volwassen nog weinig veerkracht hebt, van de kleinste dingen raak ik van slag. Ik wil alles onder controle houden. Ook van dingen waarvan dat niet kan”

“Ik kan enorm blijven hangen in tegenslagen en deze uitvergrooten”

“Ik kan lang in negativiteit blijven hangen”

“Ik kan niet omgaan met stress, daarom vermijd ik dat.”

Mentale problemen

“Ik zit in een dal nadat ik ziek werd nu heb ik schizofrenie en ik kan er niet mee omgaan.”

“Door mijn autisme kan ik dingen slecht verwerken”

“Omdat ik er zelf niet mee om heb kunnen gaan en nu nog steeds niet, dit is geëindigd in meerdere suïcide pogingen, verslaving, eetstoornis, vele opnames in klinieken”

“Omdat ik momenteel te veel psychische klachten ervaar om goed te kunnen functioneren. Het belemmert mijn leven enorm.”

Onzekerheid

“Veel klachten, voel me snel gekwetst en aangevallen. Erg onzeker”

“Het voelt alsof ik niet sterk in me schoenen sta.”

Vraag: Kun je je antwoord toelichten? Waarom beoordeel je je eigen veerkracht op dit moment als [x]?

Basis: volwassenen n = 800, ouders n = 305, jongvolwassenen n = 440



Ook jongeren zien de rol van coping, verder worden een fijne thuissituatie en erover praten, of juist gepest worden en onzekerheid, vaak genoemd.

Coping

Positief oordeel eigen veerkracht

“Ik doe veel aan sport waar ik me ei kwijt kan.”

“Ik ben goed in staat om te relativeren.”

“Ik kan goed omgaan met tegenslagen. Bijvoorbeeld een slecht cijfer voor Engels haal ik snel weer op door beter te leren.”

“Elke keer dat ik iets ergs tegenkwam, liet ik me gaan door te zingen of te sporten om me uiteindelijk in een betere conditie te brengen.”

Niks ergs meegemaakt/het gaat goed

“Ik maak niet zo heel veel nare dingen mee, eigenlijk niets bijzonders dus als het een dagje tegen zit is het de dag er na wel weer goed.”

“Zit lekker in mijn vel.”

“Het gaat gewoon goed op dit moment.”

Fijne thuissituatie

“Ik denk dat het gezin en de omgeving waarin ik ben opgegroeid, waarin ik opgroei, een belangrijke rol speelt in hoe ik me nu voel, en me de energie en zekerheid geeft die nodig zijn om verder te kunnen, zelfs na een probleem.”

“Ik leef in een veilig gezin en voel me goed.”

“Omdat ik gelukkig ben bij papa thuis en ook bij mama thuis.”

“Ik kan op mijn ouders terug vallen als het even niet goed gaat.”

Erover praten

“Ik kan makkelijk met verschillende dingen omgaan omdat ik er met veel mensen over kan praten.”

“Het gaat goed met mij en als ik ergens over wil praten kan dat.”

“omdat ik er heel goed mee om kan gaan doordat ik er thuis over kan praten.”

Coping

Negatief oordeel eigen veerkracht

“Soms moeite om me aan te passen aan een onverwachte situatie.”

“Ik moet nog dingen verwerken en daar ben ik mee bezig, soms is het erg moeilijk dan lukt het niet zo goed.”

“Trek me dingen erg aan en kan het moeilijk verwerken.”

“Ik vind het moeilijk om dingen af te sluiten, herinneringen komen steeds weer en dan ben ik weer bang of boos.”

“Ik kan dingen niet achter me laten en blijf last hebben.”

“Ik kan niet zo veel hebben, snel boos door dat ik te weinig veerkracht heb.”

“Omdat mijn emoties snel omslaan als er iets vervelends om me heen gebeurd of als ik moe ben.”

Gepest

“Veel gepest.”

“Omdat nare ervaring, pesten, wel eens terugkomt.”

“Last nog van pesten.”

Onzekerheid

“Ik ben erg onzeker en vind veel spannend.”

“Te weinig zelfvertrouwen.”

“Ben heel onzeker.”

Autisme

“Ik heb autisme en dat is heel vervelend. Ik heb nu een maatje om mij dingen te leren.”

“Door mijn autisme is dat wat moeilijker.”

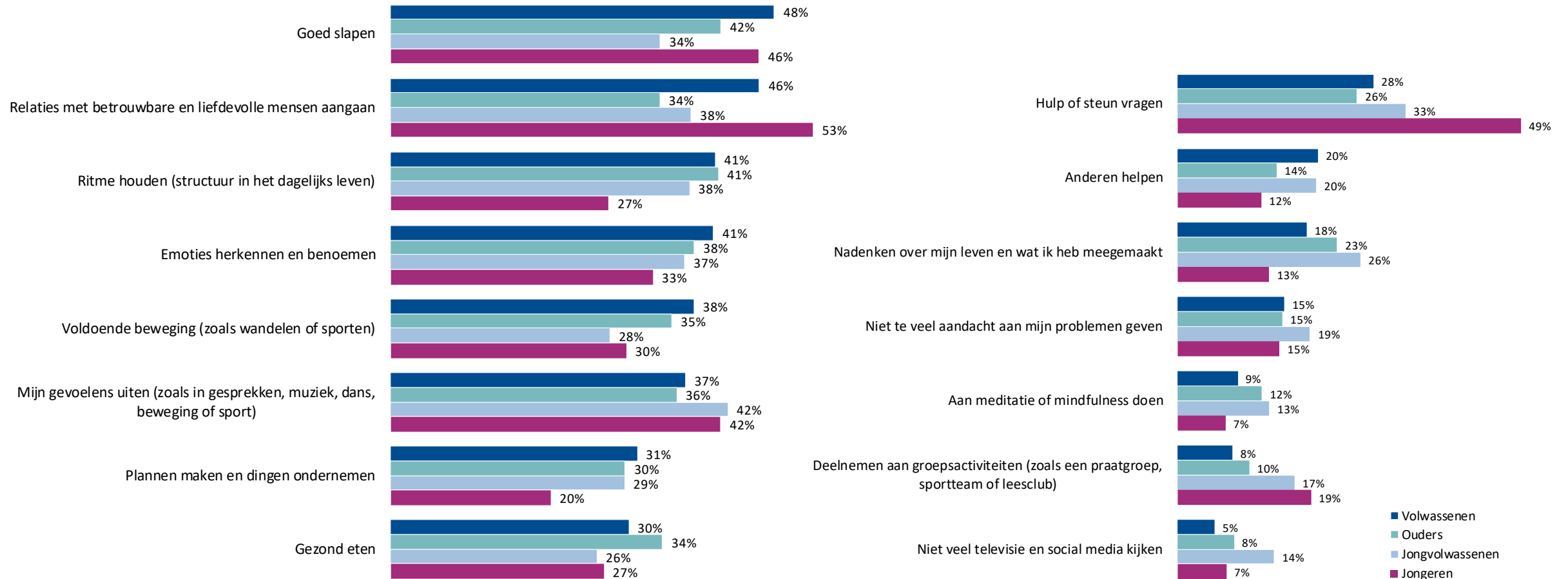
“Mijn autisme zit dat in de weg.”

Vraag: Kun je je antwoord toelichten? Waarom beoordeel je je eigen veerkracht op dit moment als [x]?

Basis: jongeren n = 808



Veerkracht haalt men vooral uit praktische zaken zoals slapen, relaties, ritme houden en sporten, minder uit mindfulness of praatgroepen.



Vraag: Welke dingen dragen volgens jou het meest bij aan veerkracht? Kies er maximaal 5
 Basis: volwassenen n = 800, ouders n = 305, jongvolwassenen n = 440, jongeren n = 808





Verschillen tussen groepen (1/3)

Veerkracht

Verschillen wanneer men zelf wel of geen ingrijpende jeugdervaring heeft meegemaakt

- Degene die zelf ingrijpende jeugdervaring(en) hebben meegemaakt zijn inhoudelijk beter bekend met de term veerkracht, 63% kent het en weet ook wat het is (vs. 56%), terwijl mensen die het niet hebben meegemaakt vaker aangeven er weleens van gehoord te hebben maar niet precies weten wat het is (37% vs. 28%).
- Mensen die wel ingrijpende jeugdervaringen hebben meegemaakt beoordelen hun eigen veerkracht op dit moment vaker slecht (17% vs. 4%). Als ze de veerkracht in hun jeugd beoordelen geeft dit een nog veel extremer beeld, maar liefst de helft (48%) beoordeeld het als slecht (vs. 6%). Bij mensen die 2 of meer ingrijpende ervaringen hebben meegemaakt is het aandeel nog groter (60% vs. 33% bij 1 ervaring).
- Als men een ingrijpende jeugdervaring heeft meegemaakt gelooft men vaker dat “emoties herkennen en benoemen” (45% vs. 39%) bijdraagt aan veerkracht, ook mindfulness wordt vaker als helpend voor veerkracht gezien (12% vs. 6%).
- Het “plannen maken en dingen ondernemen” lijkt voor mensen die zelf meerdere ingrijpende jeugdervaringen te hebben meegemaakt minder te passen bij (of toegankelijk te zijn voor) veerkracht (22% vs. 36%).
- Als men meerdere ervaringen heeft gehad, linken ze juist iets vaker “hulp of steun vragen” aan veerkracht (34% vs. 26%).

Verschillen tussen mannen en vrouwen

- Vrouwen beoordelen hun eigen veerkracht op dit moment vaker slecht (15% vs. 7%), als ze terugkijken op hun jeugd was dit nog erger (33% vs. 20%).
- Vrouwen geloven vaker dat “emoties herkennen en benoemen” (46% vs. 36%) en “gevoelens uiten” (zoals in gesprekken, muziek, dans, beweging of sport) (43% vs. 32%) bijdraagt aan veerkracht.
- Mannen denken vaker dat “plannen maken en dingen ondernemen” hieraan bijdraagt (35% vs. 27%).





Verschillen tussen groepen (2/3)

Veerkracht

Verschillen in opleidingsniveau

- Lager opgeleiden beoordelen hun eigen veerkracht op dit moment vaker slecht (15% vs. 8%). Er zijn geen grote verschillen in opleidingsniveau als men terugkijkt naar de jeugd.
- Lager opgeleiden geloven minder vaak dat “emoties herkennen en benoemen” (31% vs. 44%) en “gevoelens uiten” (zoals in gesprekken, muziek, dans, beweging of sport) (31% vs. 39%) bijdraagt aan veerkracht.
- Lager opgeleiden geloven vaker dat “niet te veel aandacht aan mijn problemen geven” juist helpt en bijdraagt aan veerkracht (24% vs. 13%).
- Hoger opgeleiden geloven juist in de kracht van relaties, zij geloven vaker dat “relaties met betrouwbare en liefdevolle mensen aangaan” (51% vs. 44%) positief bijdraagt.
- Ook vinden ze vaker dan lager opgeleiden dat “plannen maken en dingen ondernemen” bijdraagt aan veerkracht (34% vs. 26%).





Verschillen tussen groepen (3/3)

Veerkracht

Verschillen wanneer men zelf wel of geen ingrijpende jeugdervaring heeft meegemaakt – Jongeren

- Jongeren die zelf een ingrijpende jeugdervaring hebben meegemaakt vinden hun eigen veerkracht vaker matig tot slecht, dit oordeel is nog negatiever bij jongeren die twee ervaringen hebben meegemaakt (5% bij geen ervaring, 9% bij één ervaring en 19% bij twee of meer).
- Jongeren die zelf een ingrijpende jeugdervaring hebben meegemaakt denken bij veerkracht iets vaker aan juist 'niet teveel aandacht aan je problemen geven' (20% vs. 10%) en meditatie of mindfulness (11% bij jongeren met 2 of meer ervaringen vs. 5%).
- Jongeren die zelf geen ingrijpende jeugdervaringen hebben meegemaakt zien veerkracht juist vaker als 'vrienden maken/leuke dingen met vrienden doen' (58% vs. 49%) en gezond eten (31% vs. 23%).





5. Het bieden en ontvangen van steun



Inzichten (1/2)

Steun bieden en ontvangen

Bij het bieden van steun denkt men vooral aan het aandacht geven middels het praten (over de situatie) door:

- Vragen hoe het gaat (50%).
- Zorgen dat het kind het verhaal bij een vriend/vriendin kwijt kan (45%).
- Dat het kind met een volwassene over de situatie of ervaring kan praten (37%).

Daarnaast ziet men mogelijkheden bij het bieden van steun in de vorm van activiteiten, afleiding, samen dingen doen:

- Tijd doorbrengen met het kind, leuke dingen doen samen (48%).
- Kijken of het kind vriendschappen heeft waar het leuke dingen mee doet (29%).
- Kijken of het kind onderdeel kan zijn van een groep (hobby/sportvereniging) (26%).

Of kijkt men wie er in het netwerk van het kind ingeschakeld kan worden om het kind van hulp te voorzien:

- In de omgeving van een kind kijken wie je op de hoogte kan brengen, hulp inschakelen (41%).

In (veel) mindere mate denkt men aan praktische hulp, zoals het ondersteunen financieel of met een maaltijd/spullen (19%) of helpen met transport (8%).

De meeste invloed op het welzijn van het kind wordt (logischerwijs) ervaren bij kinderen die het dichtst bij je staan:

- Indien men zelf kinderen heeft, geldt dat er bij de eigen kinderen een zeer grote invloed wordt ervaren (90%), gevolgd door hun vriendjes en vriendinnetjes (62%) en de kinderen van familie (60%).
- Bij kinderen die meer op afstand staan is de ervaren invloed veel minder groot (buurtkinderen (33%) en via het werk (26%)). Dit geldt voor ouders en jongvolwassenen minder. De ervaren invloed t.o.v. kinderen dichtbij is nog steeds kleiner, maar zij zien bij kinderen in de buurt (43% resp. 41%) en via het werk (35% resp. 48%) veel meer invloed dan volwassenen.



Inzichten (2/2)

Steun bieden en ontvangen

Dezelfde patronen komen terug bij de mogelijkheden die worden gezien om kinderen daadwerkelijk te kunnen helpen:

- Veel mogelijkheden bij kinderen die dichtbij staan, minder bij kinderen die verder van je af staan.
- Ook hier kijken ouders en jongvolwassenen er positiever naar dan volwassenen.

Er is een kloof tussen de ervaren mate van invloed op het welzijn en de ervaren positie om er iets aan te kunnen doen:

- Voor volwassenen is de groep die ervaart in de positie te zijn om daadwerkelijk steun te bieden zo'n 10% kleiner dan de groep die inschat enige of een grote invloed te hebben op het welzijn van de kinderen die dichtbij hen staan.
- Onder ouders is de kloof kleiner (ongeveer 6%). Dit geldt ook voor jongvolwassenen, met uitzondering op de eigen kinderen.
- Waar 80% van de jongvolwassenen beseft hoeveel invloed ze hebben op het welzijn ziet 64% de mogelijkheden om hier ook iets in te doen, een verschil van bijna 15%.

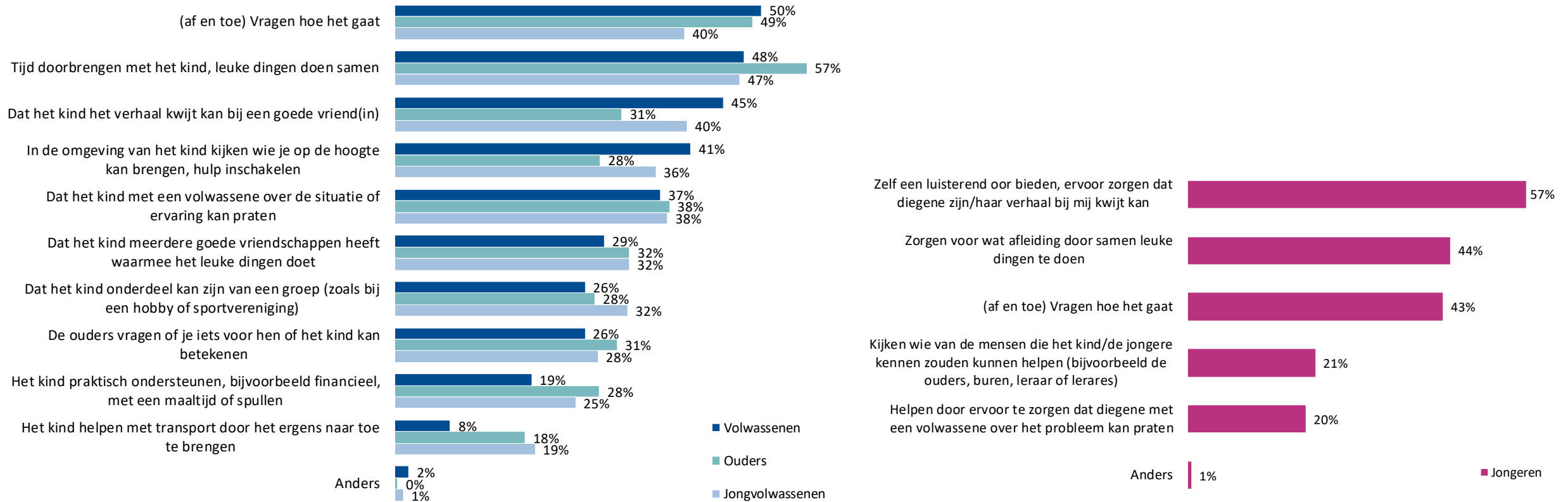
Daadwerkelijk steun geven blijft toch lastig.

- Ondanks de hoge bereidheid van mensen wordt het maar door weinig regelmatig gedaan (19%). Volwassenen zijn hier het meest behouden in (19% vs. 32% bij ouders, 46% bij jongvolwassenen en 29% onder jongeren).
- Twee op de vijf (38%) weet wat zij kunnen doen als iemand in hun omgeving opgroeit met ingrijpende jeugdervaringen.
- Het thema 'ingrijpende jeugdervaringen' is niet iets waar men uit zichzelf vaak actief op zoekt, slechts een kwart zegt dit weleens te hebben gedaan (27%).
- Ook de 'ervaren steun' is vrij laag, één op de zes van de volwassenen geeft aan dit te hebben ervaren (16%). De andere groepen geven aan dit vaker te hebben ervaren (resp. 31% ouders, 40% jongvolwassenen en 67% jongeren). Mogelijk speelt generatieverschil een rol.

Als men interesse heeft in het thema, is er vooral behoefte aan informatie over de mogelijke gevolgen van ingrijpende jeugdervaringen en advies over wat men kan doen als men hiermee te maken krijgt.



Steun bieden vooral geassocieerd met informeren hoe het gaat, afleiding in de vorm van leuke dingen doen en zorgen dat het kind met iemand kan praten.



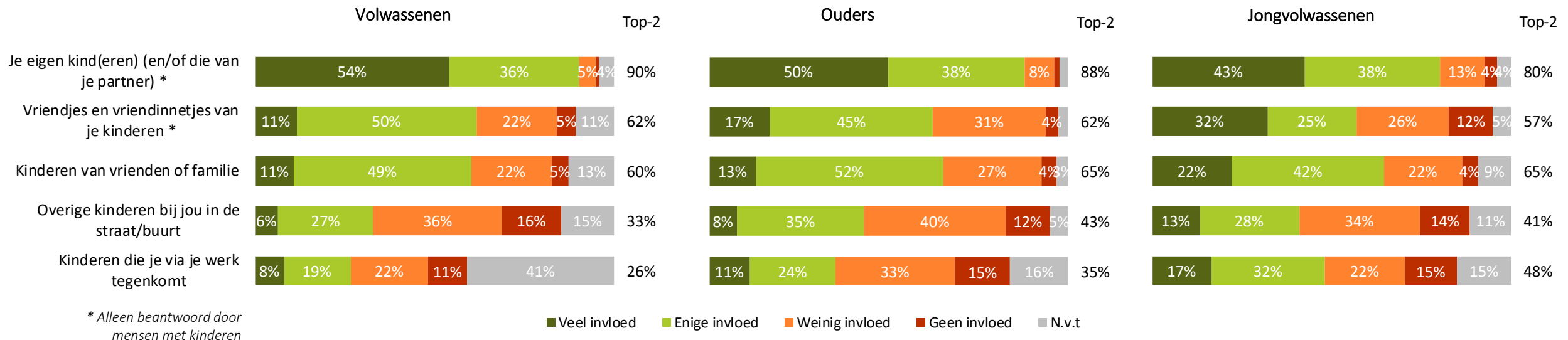
Vraag: Het bieden van steun kan op verschillende manieren. Hieronder staan een aantal voorbeelden. Wat zou jij doen, of waar zou jij voor willen zorgen als je ziet/merkt dat een kind steun nodig heeft?

Volwassenen max. 4, jongeren max. 2 antwoorden.

Basis: volwassenen n = 800, ouders n = 305, jongvolwassenen n = 440, jongeren n = 808



Hoe dichterbij het kind staat, des te meer invloed men ervaart om steun te kunnen bieden. Ondanks dat ziet een derde ook kansen bij kinderen die verder van ze af staan.

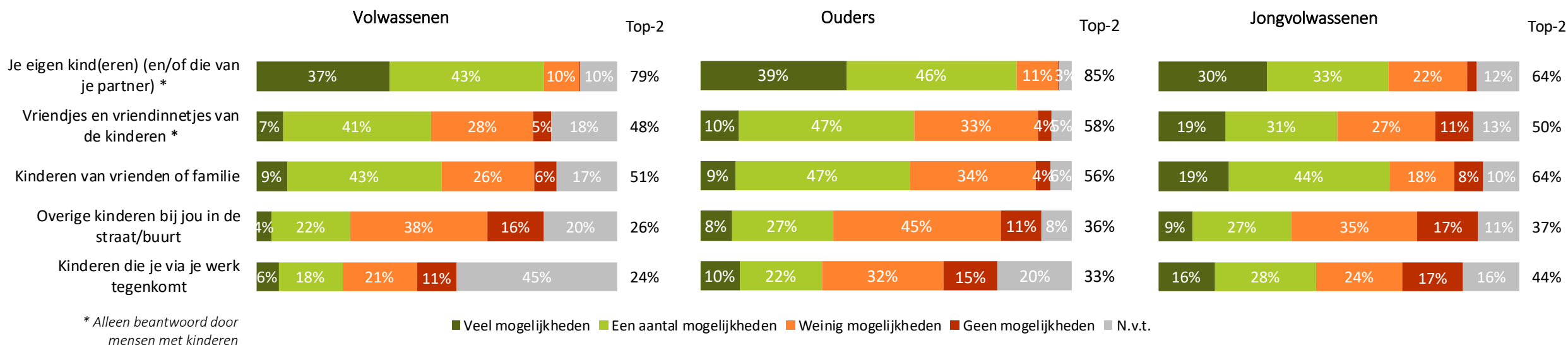


Vraag: In hoeverre heb je het idee dat jij invloed hebt of kunt hebben op het welzijn van een kind door steun te bieden bij ingrijpende ervaringen als het gaat om:

Basis: volwassenen n = 800, ouders n = 305, jongvolwassenen n = 440



Men ervaart veel mogelijkheden om daadwerkelijk steun te bieden aan kinderen die dichtbij staan, dit neemt af zodra kinderen verder af staan. Ondanks dat ziet minimaal een kwart ook bij hen potentie voor steun.

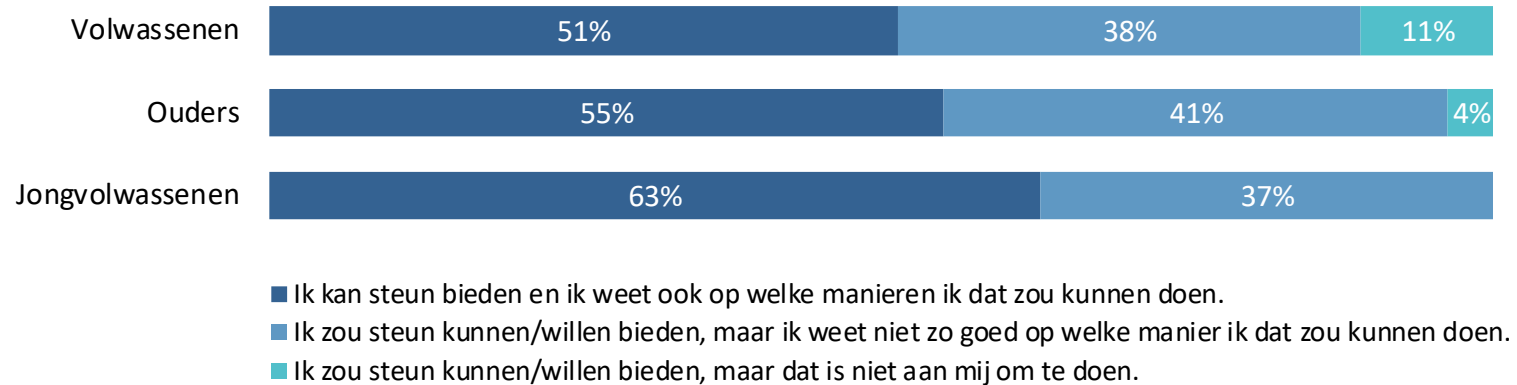


Vraag: In hoeverre heb je het idee dat je ook in de positie bent om bij ingrijpende jeugdervaringen daadwerkelijk steun te bieden aan:

Basis: volwassenen n = 800, ouders n = 305, jongvolwassenen n = 440



Bijna twee op de vijf volwassenen wil wel steun bieden, maar weet niet zo goed hoe. Jongvolwassenen positiever: twee derde voelt zich in de positie om het te doen én weet hoe ze het kunnen aanpakken.



Vraag: Je geeft aan dat je denkt dat je veel of enige invloed zou kunnen hebben als je steun biedt aan het kind. In welke omschrijving herken je je het beste:

Basis: allen die denken veel of enige invloed te hebben bij steun bieden aan een kind, volwassenen n = 374, ouders n = 263, jongvolwassenen n = 54



Weinig contact, geen kennis, drempel om zich met andere kinderen te bemoeien, er te ver vanaf staan zijn redenen dat men weinig steun kan bieden.

Weinig contact met kinderen

"Ik heb geen contact met kinderen van een ander."
"Ik ken nauwelijks kinderen in mijn omgeving, want op mijn leeftijd (85) ontmoet ik niet veel kinderen meer."
"Er wonen nauwelijks kinderen in mijn buurt, daar kan ik weinig steun aan bieden."

Drempel om met andermans kinderen te 'bemoeien', men staat er niet voor open

"Soms willen de ouders geen hulp toestaan en dan kan het erg lastig zijn het kind te helpen."
"Is lastig om je met sommige dingen te bemoeien. Mensen zijn daar niet altijd van gediend."
"Omdat ik bang ben voor wat de ouders daar van vinden."
"De ouders moeten dat ook kunnen accepteren en er voor openstaan."

Ouders / verzorgers zijn in de buurt en hebben grote invloed

"Omdat de verzorgers er altijd bijzijn."
"Ouders willen privacy of geen inmenging."
"Omdat de ouders meestal de grootste rol hebben."
"Directe invloed van ouders en directe omgeving is dusdanig groot en ook die moeten willen meewerken."

Voelt zich niet in de positie om steun te bieden, staat er te ver van af

"Dat is dan niet aan mij of ik heb weinig contact met het kind."
"Is vaak niet aan mij, ook al zou ik het wel graag willen."
"Ik denk dat ik misschien te ver van die kinderen af sta en dat er waarschijnlijk anderen zijn die beter kunnen helpen."
"Vind niet dat ik mij daarmee moet bemoeien, niet mijn plaats."

Er moet een vertrouwensband zijn, als die er niet is ziet men weinig mogelijkheden

"Er moet al een vertrouwensband zijn anders voelt het kind zich niet fijn."
"Kinderen moeten je eerst vertrouwen en met onbekenden gaat dat niet."
"Je moet eerst een vertrouwensband kunnen opbouwen."

Ik heb geen kennis om te helpen, zich niet geschikt voelen

"Ik ben niet zo goed met kinderen."
"Daar ben ik te oud voor. En heb te weinig skills."
"Ik ben geen professional, ik kan alleen mijn intuïtie volgen."
"Heb geen ervaring met kinderen, kan niet goed met ze omgaan en weet dus niet echt wat ze nodig hebben."
"Ben daar niet voor opgeleid, kan hem wel een luisterend oor aanbieden."

Te weinig kennis van de situatie en weet niet hoe steun te bieden

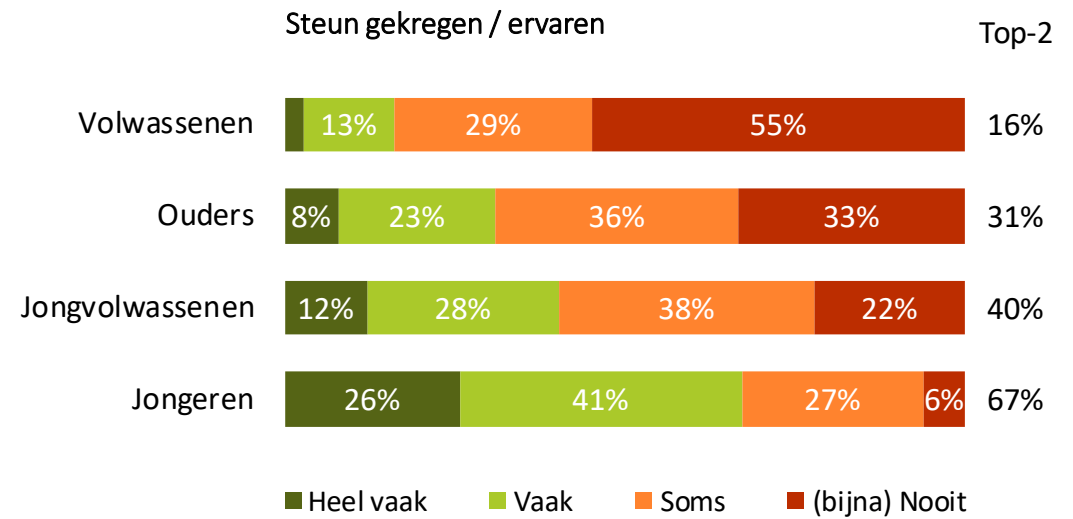
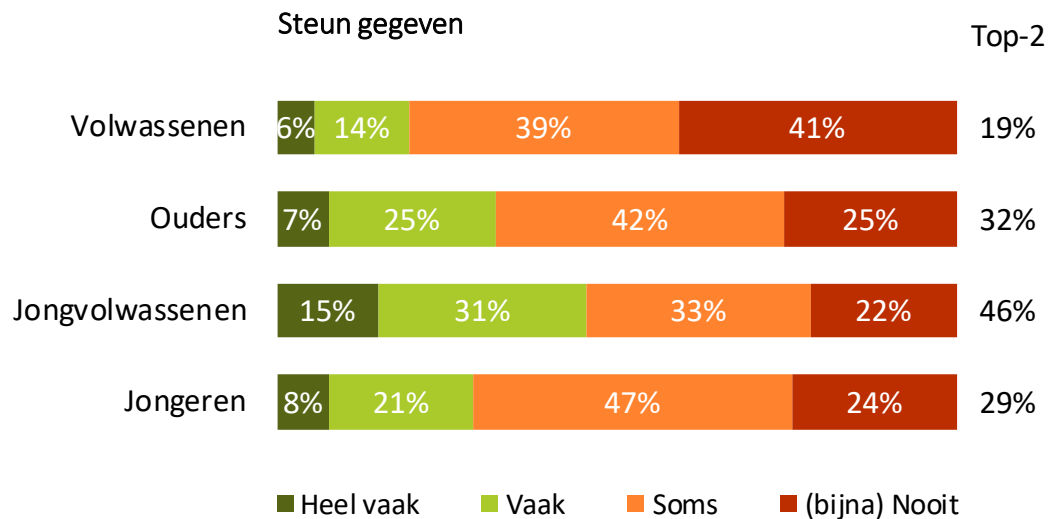
"Weet niet zo goed op welke manier en misschien schat ik de situatie niet goed in."
"Ik weet niks over de thuis situatie van andere dus ik zou niet weten hoe ik moet helpen. Want wat als ik probeer te helpen maar ik maak het alleen maar erger."
"Omdat ik de situatie misschien niet goed inschat of geen belangrijke informatie heb om iets mee te kunnen betekenen."

Vraag: Waarom denk je dat je weinig tot geen invloed hebt als je steun biedt aan de kinderen van een ander?

Basis: allen die hebben aangegeven weinig tot geen invloed te hebben in het kader van steun geven aan kinderen van een ander, n = 525



Een op de vijf volwassenen geeft regelmatig steun, dit aandeel is groter bij de jongere groepen. Ervaren steun tijdens de jeugd is bij volwassenen juist het laagst.



Vraag: In hoeverre heb je zelf weleens steun gegeven als volwassene aan een kind in moeilijke omstandigheden?

Basis: volwassenen n = 800, ouders n = 305, jongvolwassenen n = 440, jongeren n = 808

Vraag: Eerder gaf je aan dat je zelf één of meerdere nare ervaringen in je jeugd hebt meegemaakt. In hoeverre heb je toen zelf steun gekregen/ervaren?

Basis: volwassenen n = 383, ouders n = 161, jongvolwassenen n = 272, jongeren n = 381



Wel of geen steun ervaren gaat over aandacht, een luisterend oor, begrepen worden, erover kunnen praten zowel in eigen netwerk als met professional.

Volwassenen

Wel steun ervaren, wat hen heeft geholpen:

Soms of (bijna) nooit steun ervaren, gemiste behoefte:

Er werd naar me geluisterd

“Een luisterend oor, lieve vrienden en familie, praktische hulp en ondersteuning.”
“Een tante kon goed luisteren en heeft mij geholpen om uit een depressie te komen.”
“Veel mensen hebben geluisterd naar mij en heb ook hulp gekregen met een psycholoog.”

Steun en aandacht van ouders

“Steun van mijn ouders, door er altijd voor mij er zijn.”
“Mentor en ouders die luisterde naar mijn verhaal en vrienden die mij steunden.”
“Mijn ouders die proberen om te helpen. Soms is begrip van je ouders al iets dat een groot verschil kan maken.”

Praten met mensen in netwerk

“Praten met partner.”
“Praten met vrienden.”
“Steun van mijn opa en oma door te praten en te brainstormen.”
“Ik heb gesprekken kunnen voeren met mensen die ik in vertrouwen had genomen, het gaf verlichting om er over te praten.”

Praten met een psycholoog, therapie

“Psycholoog meerdere keren en afleiding.”
“Mijn verhaal kunnen vertellen en EMDR gedaan, dat hielp fantastisch.”
“Therapie destijds wel, kan er goed over praten nu.”

Aandacht, een luisterend oor

“Aan liefde en aandacht van mijn ouders.”
“Een luisterend oor en erkenning van mijn situatie.”
“Aan een luisterend oor, iemand bij wie ik mijn verhaal kwijt kon.”

Begrip en erkenning

“Erkenning, gezien worden, geen slaafje zijn, respect.”
“Begrip en acceptatie van mij als persoon.”
“Begrip en dat mijn gevoelens/angsten serieus zou worden genomen.”

Iemand die voor me op kwam, iemand die hulp had ingeschakeld, me uit de situatie haalde

“Dat iemand naar me geluisterd had en het voor me had opgenomen.”
“Iemand die hulp had ingeschakeld, met me had gepraat, me had beschermd.”
“Iemand die zag wat er gebeurde en mij uit de situatie haalde.”

Iemand om mee te praten, iemand om te vertrouwen

“Een veilige te vertrouwen persoon.”
“Een volwassene om mee te praten.”

Dat ik werd geloofd, dat het serieus werd genomen

“Dat je serieus wordt genomen en dat je wordt geloofd.”
“Iemand die me geloofde en uit de situatie zou halen.”

Vraag: Welke steun kreeg je? Wat heeft jou toen geholpen? / Je geeft aan soms of (bijna) nooit steun te hebben ervaren. Waar had je behoefte aan gehad?

Basis: allen die aangaven wél steun te hebben ervaren, n = 75 (vaak) / n = 387 (soms, nooit)



Volwassenen en jongeren benoemen vergelijkbare aspecten in wel of niet ervaren van steun.

Jongeren

Wel steun ervaren, wat hen heeft geholpen:

Luisterend oor

“Luisterend oor wetend dat het niet mijn schuld is.”

“Luisterende oor en weten dat iemand klaarstaat als het nodig is.”

Erover praten

“Praten met mijn ouders en met mijn opa en mijn oma.”

“Mijn ouders en mijn zus hebben met mij gepraat. Dit heeft heel erg geholpen.”

Steun van ouders, familie

“Van mijn ouders en oma en juf toen ik gepest werd op school.”

“Ouders die me hebben geholpen om erover te praten en er wat aan te doen.”

“Mijn moeder, opa en oma steunen me. Coach op school en mijn therapeut.”

Steun op school

“Hulp van de leraar.”

“Leraren beschermen en troosten altijd als ze verdrietig zijn.”

Professionele hulp

“Ouders en slachtofferhulp.”

“Praten, weerbaarheidstraining.”

“Steun van m’n moeder, vaak, en uiteindelijk therapie.”

“Mijn therapeut. Door veel te praten, opdrachten te doen en zelfreflectie op mijn eigen gedrag/houding.”

Soms of (bijna) nooit steun ervaren, gemiste behoefte:

Afleiding, leuke dingen doen

“Meer afleiding krijgen.”

“Gewoon naar school kunnen gaan en leuke dingen met vrienden kunnen doen.”

“Ik had meer behoefte aan afleiding en leuke dingen doen.”

Aandacht, luisterend oor, begrepen worden

“Dat iemand mij begrijpt en luistert maar dat heb ik nu wel.”

“Ik heb de aandacht van mijn ouders en de zorg van mijn vrienden nodig.”

“Meer begrip van school.”

Erover kunnen praten / er juist niet over kunnen praten

“Ik kreeg weinig steun omdat ik niet praatte.”

“Ik moest praten maar het luchtte niet op.”

“Met iemand praten die mij ook kon helpen met mijn probleem.”

Dat er iemand naar je luistert, dat vrienden vragen hoe het echt gaat

“Gewoon, dat vrienden echt vragen hoe het met je gaat.”

“Ik wil een goede vriend die echt begrijpt dat ik mijn emoties wil delen.”

Vrienden hebben

“Vrienden die mij leuk vonden.”

“Vrienden hebben of tenminste 1 vriend of vriendin.”

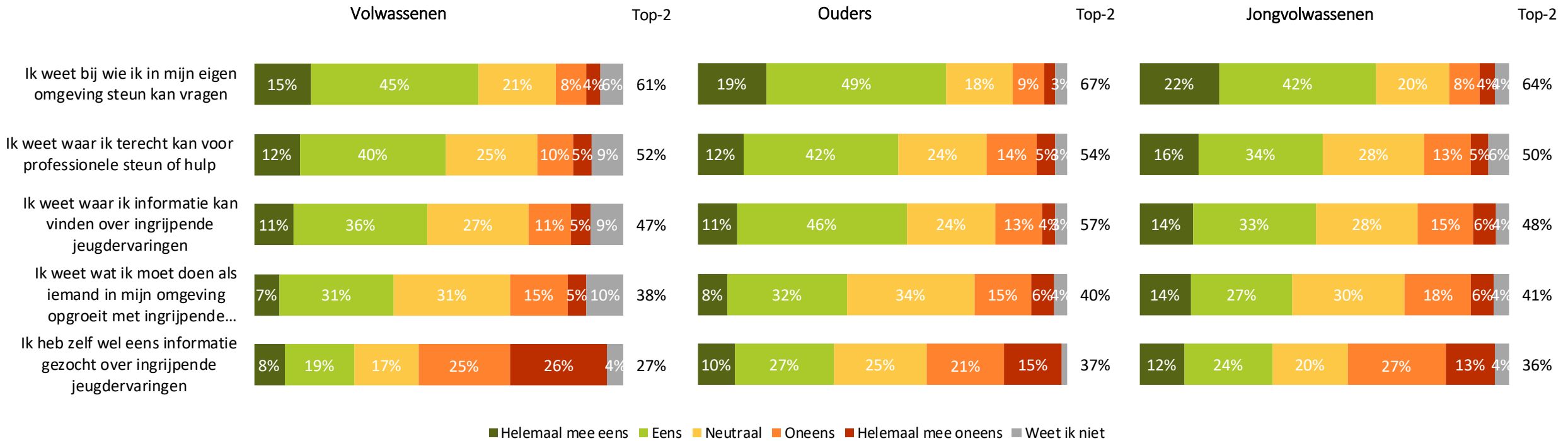
“Vrienden lieten mij vallen en waren er niet voor mij. Terwijl dat ik wel hulp nodig had.”

Vraag: Welke steun kreeg je? Wat heeft jou toen geholpen? / Je geeft aan soms of (bijna) nooit steun te hebben ervaren. Waar had je behoefte aan gehad?

Basis: allen die aangaven wél steun te hebben ervaren, n = 256 (vaak) / n = 125 (soms, nooit)



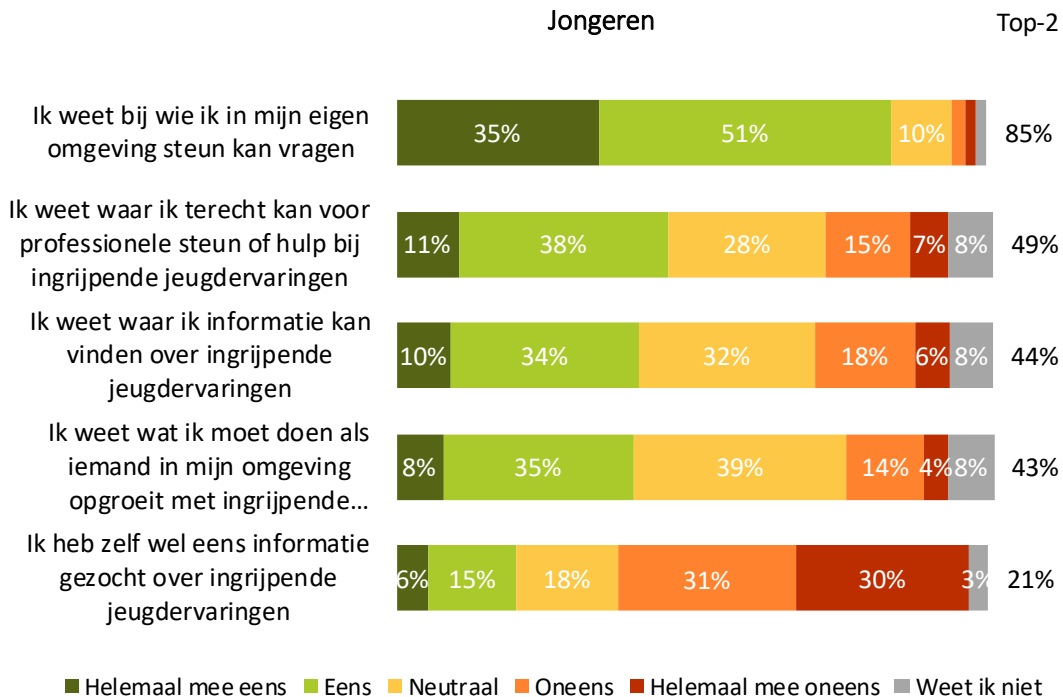
Onder volwassenen weet de helft professionele hulp te vinden of waar informatie te krijgen, slechts twee op de vijf weet echt wat te doen om een kind in de omgeving te helpen.



Vraag: In hoeverre ben je het eens of oneens met de volgende stellingen, als jijzelf - of iemand uit jouw omgeving - te maken heeft met ingrijpende jeugdervaringen?
 Basis: volwassenen n = 800, ouders n = 305, jongvolwassenen n = 440



De meeste jongeren hebben het gevoel te weten wie ze in hun eigen omgeving kunnen vragen om steun.



Wanneer de vier groepen worden bekeken, valt op dat ouders en jongvolwassenen vaker zelf naar informatie zoeken dan volwassenen. Ook weten ouders vaker bij wie ze terecht kunnen voor steun en waar ze informatie over ingrijpende jeugdervaringen kunnen vinden.

Volwassenen die zelf een ingrijpende jeugdervaring hebben meegemaakt weten ook beter hun weg te vinden naar steun of informatie.

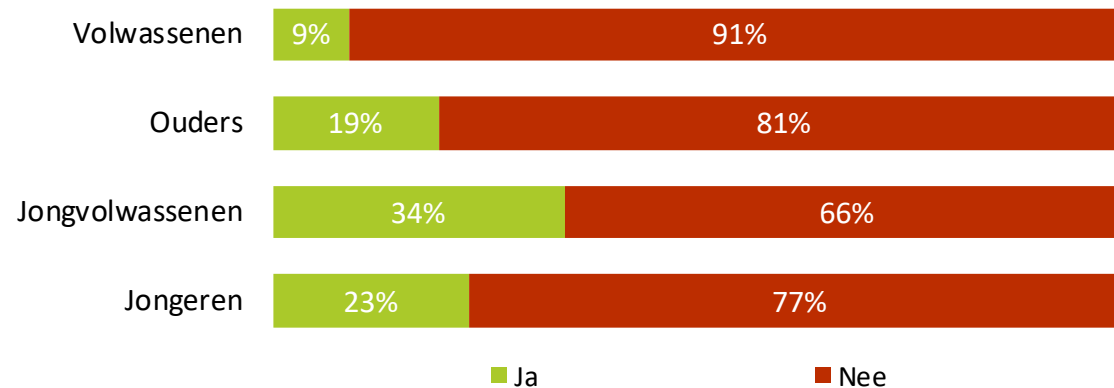
Ga voor verdere details naar pagina 92.

Vraag: In hoeverre ben je het eens of oneens met de volgende stellingen, als jijzelf - of iemand uit jouw omgeving - een ingrijpende jeugdervaring meemaakt?

Basis: jongeren n = 808



Een kwart tot een derde van de jongvolwassenen en jongeren heeft behoefte aan (meer) informatie over ingrijpende jeugdervaringen. Onder volwassenen is er weinig behoefte aan.

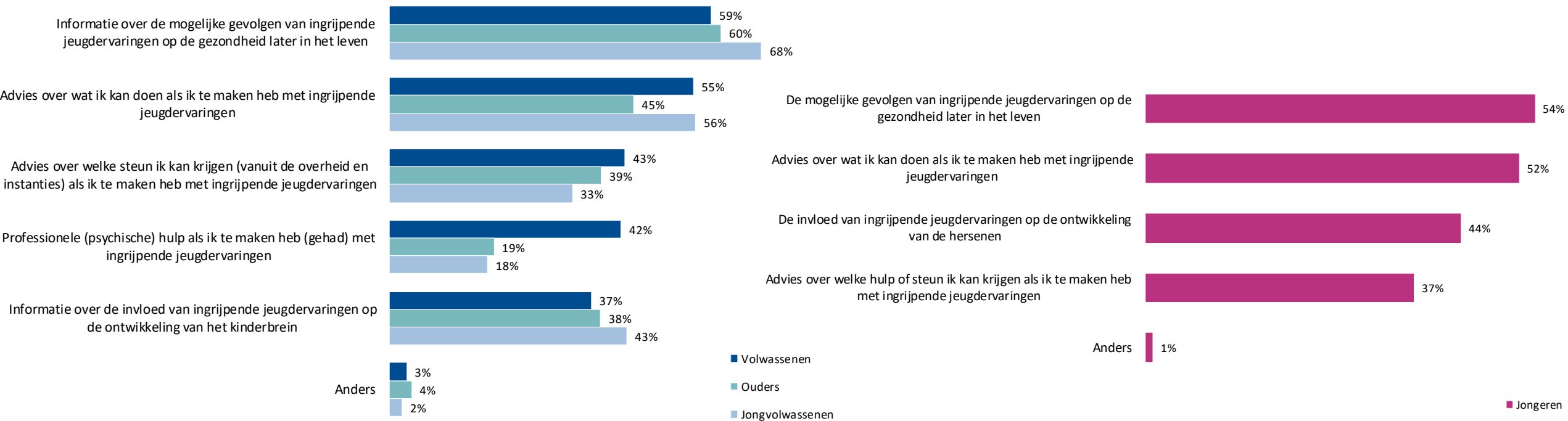


Vraag: Heb je behoefte aan (meer) informatie over ingrijpende jeugdervaringen?

Basis: volwassenen n = 800, ouders n = 305, jongvolwassenen n = 440, jongeren n = 808



Men heeft vooral behoefte aan informatie over mogelijke (latere) gevolgen en advies over wat te doen als ze ermee te maken krijgen. Ruim een derde heeft ook interesse in het effect op de ontwikkeling van het kindbrein.



Vraag: Aan welke van de volgende onderwerpen heb je vooral behoefte?

Basis: allen die aangaven behoefte te hebben aan (meer) informatie over ingrijpende jeugdervaringen, volwassenen n = 84, ouders n = 70, jongvolwassenen n = 143, jongeren n = 185





Verschillen tussen groepen (1/3)

Steun bieden en ontvangen

Verschillen wanneer men zelf wel of geen ingrijpende jeugdervaring heeft meegemaakt

- Volwassenen die een ingrijpende jeugdervaring hebben meegemaakt, geven vaker aan te weten waar ze informatie kunnen vinden, dan zij die dat niet hebben (54% vs. 40%).
- Daarnaast weten ze vaker waar ze terecht kunnen voor professionele steun (64% vs. 42%), wat ze moeten doen als iemand in hun omgeving opgroeit met ingrijpende jeugdervaringen (44% vs. 33%) en hebben ze vaker informatie opgezocht (37% vs. 19%).

Verschillen tussen mannen en vrouwen

- Mannen hebben het gevoel minder invloed te hebben op kinderen die (iets) verder van hun af staan: vriendjes/vriendinnetjes van eigen kinderen (33% gelooft weinig tot geen invloed te hebben vs. 21%) en voor kinderen die je via je werk tegenkomt is dit verschil vergelijkbaar (38% vs. 26%).
- Daarbij hebben mannen bij alle kinderen (behalve hun eigen) veel vaker het gevoel niet in de positie te zijn om ook daadwerkelijk steun te bieden: vriendjes en vriendinnetjes van kinderen (38% niet in de positie om te helpen vs. 28%); kinderen van vrienden of familie: 36% vs. 28%; overige kinderen bij jou in de straat/buurt: 62% vs. 45% of kinderen die je tegenkomt via het werk: 35% vs. 28%.

De bereidheid bij mannen is er wel, maar ze weten vaak niet zo goed hoe, ze:

- Geven vaker aan wel steun te willen bieden, maar niet zo goed te weten hoe (43% vs. 32%).
- Hebben minder vaak een beeld bij wat ze zelf moeten of kunnen doen als iemand in hun omgeving opgroeit met ingrijpende jeugdervaringen (34% vs. 42%).
- Weten minder goed waar ze informatie over ingrijpende jeugdervaringen zouden moeten zoeken (42% vs. 52%). En doen dit dan ook minder vaak dan vrouwen (23% vs. 32%).
- Weten minder goed bij wie ze in hun eigen omgeving steun zouden kunnen vragen (56% vs. 66%), of waar ze terecht kunnen voor professionele steun (46% vs. 59%).





Verschillen tussen groepen (2/3)

Steun bieden en ontvangen

Verschillen in opleidingsniveau

- In het kader van steun bieden, geven hoger opgeleiden vaker aan dat ze ervoor zouden willen zorgen dat het kind onderdeel kan zijn van een groep (zoals bij een hobby of sportvereniging) (30% vs. 22% laag opgeleiden).
- Lager opgeleiden denken iets vaker in praktische hulp, zoals “helpen met transport door het ergens naar toe te brengen” (12% vs. 5% bij hoger opgeleiden).





Verschillen tussen groepen (3/3)

Steun bieden en ontvangen

Verschillen wanneer men zelf wel of geen ingrijpende jeugdervaring heeft meegemaakt – Jongeren

Jongeren die zelf een ingrijpende jeugdervaring hebben meegemaakt:

- Hebben zelf ook vaker steun gegeven aan een kind in de omgeving die het moeilijk had (44% vs. 15%);
- Weten beter waar ze informatie moeten vinden (50% vs. 32%);
- Weten beter waar ze terecht kunnen voor professionele steun (57% vs. 35%);
- Weten beter wat ze zelf kunnen of moeten doen als iemand in de omgeving ermee te maken heeft (49% vs. 31%);
- Hebben zelf al vaker naar informatie gezocht over ingrijpende jeugdervaringen (34% vs. 8%);
- én hebben ook meer behoefte aan informatie hierover (35% vs. 12%).





6. Agendasetting



Inzichten

Agendasetting

Onder volwassenen vindt de helft dat er méér openheid en begrip voor ingrijpende jeugdervaringen in de samenleving zou mogen zijn, voor één op de vijf is dat er nu al voldoende.

- Ook onder de helft van de ouders leeft het idee dat er wel meer openlijk gesproken mag worden over ingrijpende jeugdervaringen in de samenleving. Tegelijkertijd vindt 30% het nu al voldoende.
- Hoe jonger, hoe groter het aandeel dat voldoende openheid en begrip over ingrijpende jeugdervaringen ervaart (39% van de jongvolwassenen en 61% van de jongeren).

Aandacht voor het voorkomen van ingrijpende jeugdervaringen en het beperken van de gevolgen ervan wordt door de overgrote meerderheid van alle groepen (heel) belangrijk gevonden (minimaal 83%).

- Wat betreft het voorkomen van ingrijpende jeugdervaringen geven volwassenen vaker aan dit ‘heel’ belangrijk te vinden ten opzichte van ouders (52% vs. 43%).
- Ook bij het beperken van de gevolgen geven volwassenen vaker aan dit ‘heel’ belangrijk te vinden (53%) vergeleken met ouders (43%) en jongvolwassenen (44%).
- Er is geen groot verschil in oordeel tussen het voorkomen van ingrijpende jeugdervaringen en het beperken van de gevolgen als het toch gebeurt.

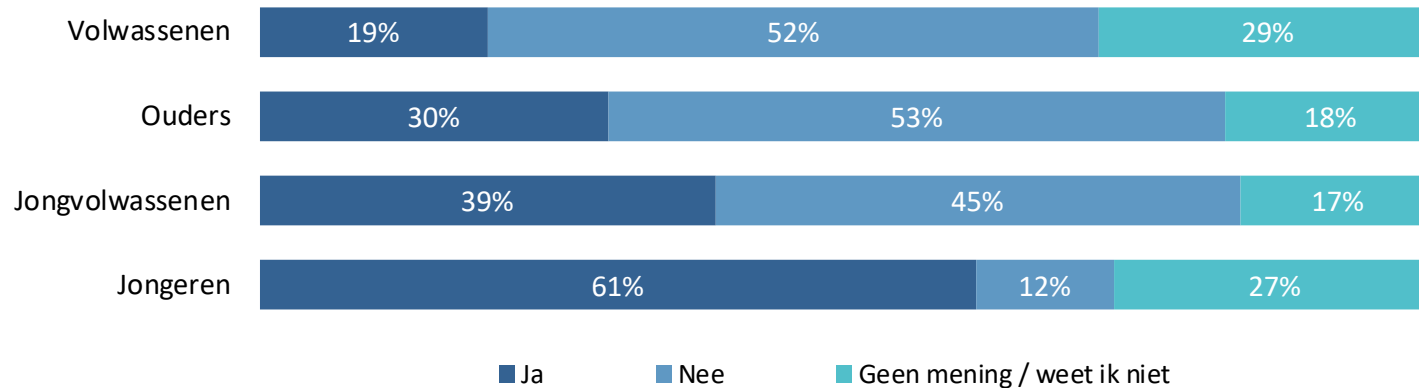
Ouders worden door alle groepen het vaakst genoemd als partij die verantwoordelijkheid zou moeten nemen.

- Volwassenen en ouders noemen daarnaast vaak familie en de (jeugd)gezondheidszorg.
- Jongvolwassenen benoemen ook de (jeugd)gezondheidszorg, maar geven verder vaak aan het onderwijs verantwoordelijk te vinden. Dit zien we ook bij jongeren.
- Daarnaast benoemen jongeren bovendien vaker vrienden en jongeren zelf, in vergelijking met volwassenen, ouders en jongvolwassenen.

Er zijn geen opvallende verschillen tussen mensen die zelf wel of geen ingrijpende jeugdervaring hebben meegemaakt, geslacht of opleiding.



De helft van de volwassenen vindt dat er meer openheid en begrip over ingrijpende jeugdervaringen mag komen, één op de vijf vindt het nu al voldoende. Hoe jonger, hoe groter de groep die nu al voldoende openheid ervaart.

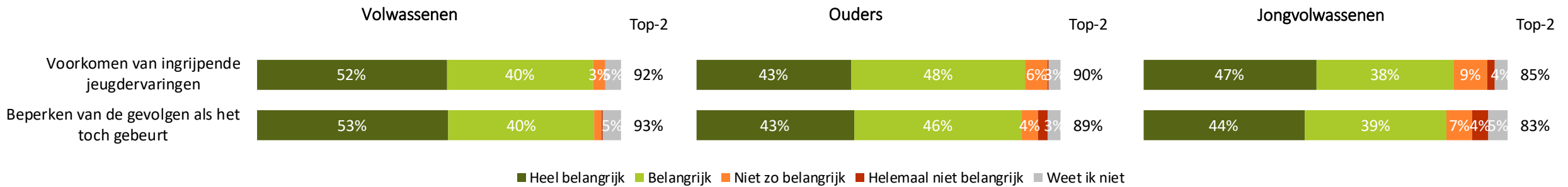


Vraag: Is er volgens jou voldoende openheid en begrip over ingrijpende jeugdervaringen in de samenleving?

Basis: volwassenen n = 800, ouders n = 305, jongvolwassenen n = 440, jongeren n = 808



Aandacht voor ingrijpende jeugdervaringen en het beperken van de gevolgen wordt door 8 à 9 op de 10 volwassenen, ouders en jongvolwassenen (heel) belangrijk gevonden.

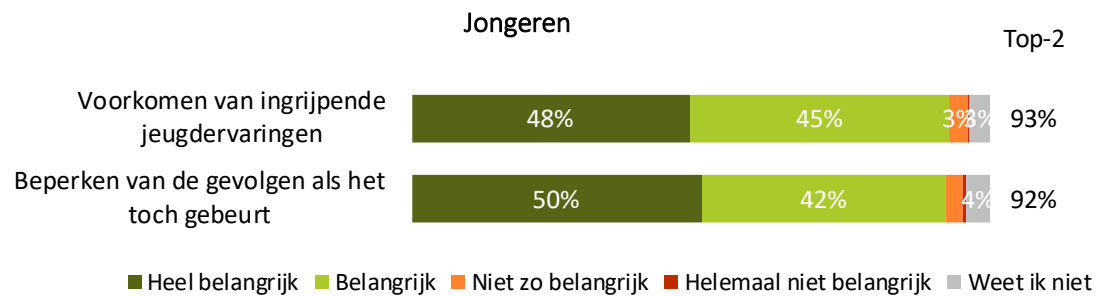


Vraag: Als het gaat om de gezonde ontwikkeling van jongeren, in hoeverre vind je het wel of niet belangrijk dat er blijvend aandacht is/komt voor het voorkómen van ingrijpende jeugdervaringen en het beperken van de gevolgen als dit soort ervaringen toch plaatsvinden?

Basis: volwassenen n = 800, ouders n = 305, jongvolwassenen n = 440



Ook vrijwel alle jongeren vinden aandacht voor ingrijpende jeugdervaringen en het beperken van de gevolgen (heel) belangrijk.



Alle groepen vinden aandacht voor het voorkomen van ingrijpende jeugdervaringen en het beperken van de gevolgen door ingrijpende jeugdervaringen (heel) belangrijk. Hierbij wordt geen onderscheid gemaakt in belang, zowel voorkomen van - als beperken van gevolgen van ingrijpende jeugdervaringen verdienen blijvende aandacht.

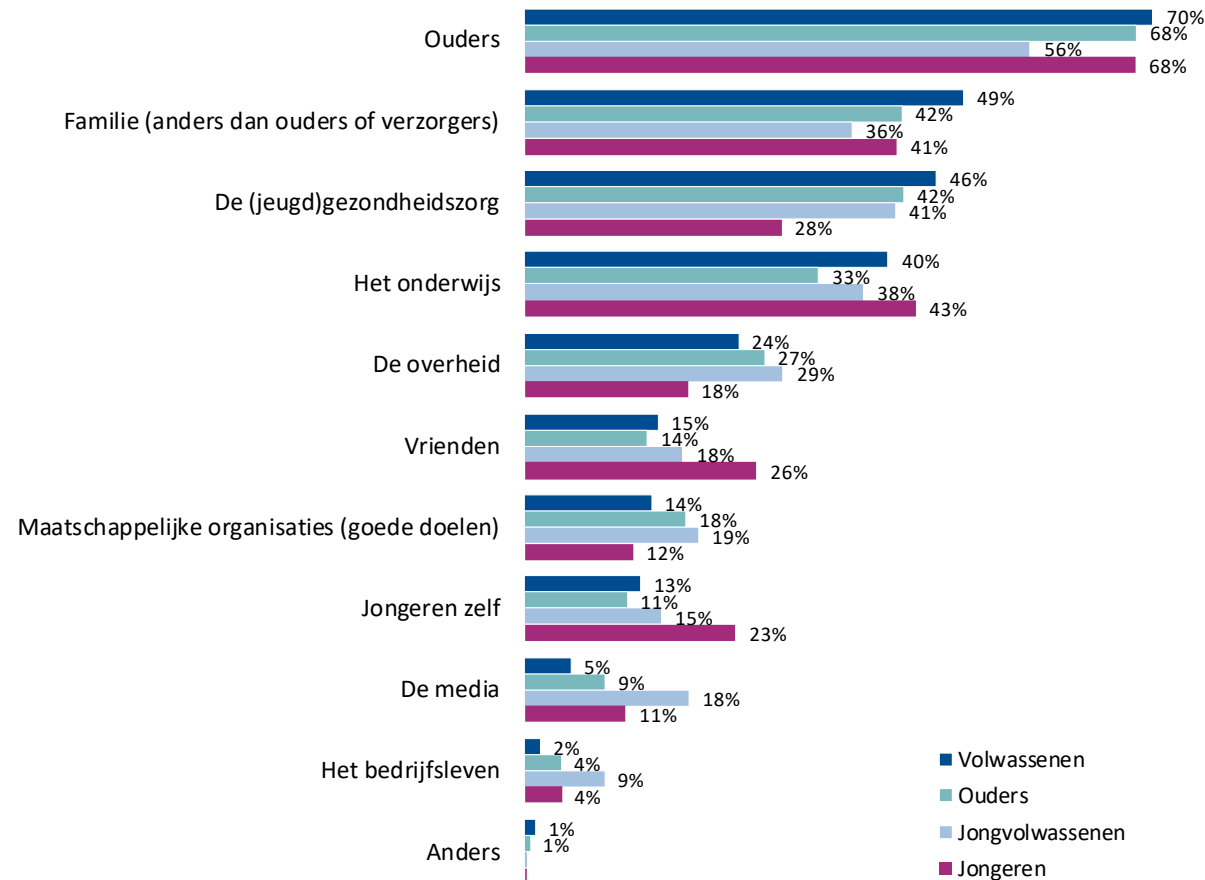
Ook maakt het niet uit of men zelf wel of geen ingrijpende jeugdervaring heeft meegemaakt, dat dit een belangrijk thema is, is voor iedereen wel duidelijk.

Vraag: Als het gaat om de gezonde ontwikkeling van jongeren, in hoeverre vind je het wel of niet belangrijk dat er blijvend aandacht is/komt voor het voorkómen van ingrijpende jeugdervaringen en het beperken van de gevolgen als dit soort ervaringen toch plaatsvinden?

Basis: jongeren n = 808



‘Ouders’ het vaakst genoemd als partij die verantwoordelijkheid zou moeten nemen, jongeren benoemen vaker ‘vrienden’ en ‘jongeren zelf’ in vergelijking met de andere groepen.



Vraag: Wie zou naar jouw mening de verantwoordelijkheid moeten nemen om (het effect van) ingrijpende jeugdervaringen terug te dringen? Kies er maximaal 3.

Basis: allen die aangaven het voorkomen van- of het beperken van de gevolgen van ingrijpende jeugdervaringen (heel) belangrijk te vinden, volwassenen n = 760, ouders n = 288, jongvolwassenen n = 404, jongeren n = 773





Onderzoeksverantwoording

Onderzoeksverantwoording

Doel	Met dit onderzoek (0-meting) verkrijgen we inzicht krijgen in de (basis)kennis, houding/attitude, gevoelens, behoeften en (huidig) gedrag van volwassenen, ouders en jongeren in relatie tot het onderwerp ingrijpende jeugdervaringen.
Methode	Online kwantitatief onderzoek binnen het panel van onze partner Dynata.
Vragenlijst	<p>De vragenlijst is in samenwerking met de samenwerkende gezondheidsfondsen en Augeo door MarketResponse ontwikkeld. De vragenlijst kent een volwassenen- en een jongerenversie. De laatste is een afgeleide van de volwassenenlijst met op een aantal punten een aangepaste vraagstelling (qua complexiteit of situatie).</p> <p>De vragenlijst bestaat uit de volgende modules: 1) Kennis, 2) Eigen jeugdervaringen, 3) Houding en gedrag, 4) Ouderschap: bewustzijn en voorkómen, 5) Veerkracht, 6) Steun krijgen, 7) Handelingsperspectief: steun geven, 8) Agenda setting en 9) Achtergrondvragen. NB: In de jongerenvragenlijst is de module Ouderschap niet opgenomen.</p>
Invultijd	Volwassenen - 18 minuten en Jongeren - 13 minuten
Steekproef volwassenen	Voor het onderzoek is gewerkt met een a-selecte steekproef volwassenen (n=800), aangevuld met boostgroepen voor ouders van kinderen -9 maanden tot en met 17 jaar (totaal: n=305) en jongvolwassenen 18 t/m 25 jaar (totaal: n=440), zodat we voldoende waarnemingen hebben om voor deze subgroepen uitspraken te doen. De steekproef is als geheel gewogen naar geslacht, leeftijd, opleidingsniveau en Nielsen-regio voor een representatieve doelgroep.
Steekproef jongeren	De jongeren steekproef bestaat uit 808 jongeren in de leeftijd 12 tot en met 17 jaar.
Significanties	De verschillen tussen groepen zijn getoetst op een significantieniveau van 95% ($p < 0.05$).





MARKET RESPONSE

marketresponse.nl