



INLEIDEND

Op 9 november lanceerde de Hasseltse jeugddienst communicatiecampagne “Çava? Çava!”. Aanleiding waren onrustwekkende signalen vanuit jongeren dat ze zich slecht in hun vel voelen. Het droeve nieuws van het overlijden van Youtube-vlogger en Hasselaar Kastiop was een wake up call om ook als jeugddienst in actie te schieten. Aan de hand van een website, sociale media campagne en bevraging deed de jeugddienst haar best om jongeren een hart onder de riem te steken.

Deel van de communicatiecampagne is een online bevraging van jongeren. Via een anonieme enquête wordt gepolst naar de omstandigheden waarbinnen de jongeren deze lockdown doorbrengen, en in wat voor situaties ze zich bevinden. Belangrijker nog zijn de vragen rond de gevoelens die zij ervaren en wat ze nodig hebben om de lockdown door te komen.

In dit rapport lijsten we de belangrijkste resultaten uit onze enquête op, en trachten we – met de nodige korrels zout – enkele conclusies uit deze data te puren.

INHOUDSOPGAVE

Inleidend	1
Inhoudsopgave.....	1
De bevraging.....	2
De omstandigheden waarin jongeren zich bevinden.....	3
Ergens terecht kunnen.....	3
Ontmoeting als grootste gemis.....	3
De nood aan ruimte om te ontspannen	4
Regels volgen, ondanks bedenkingen.....	5
Vooral vlucht naar online activiteiten	5
Voorzichtige conclusies rond omstandigheden	6
Hoe voelen jongeren zich tijdens de tweede lockdown?	7
Vermoeid en gedemotiveerd, moeite met stress	7
Verdeeld over het nut van bezigheden, zelden trots op wat ze doen	7
Vaak verdrietig en eenzaam	7
Negatief toekomstbeeld	7
Oppassen voor depressies	9
Voorzichtige conclusies rond hoe jongeren zich voelen.....	9
Wat hebben jongeren nodig van ons?	10





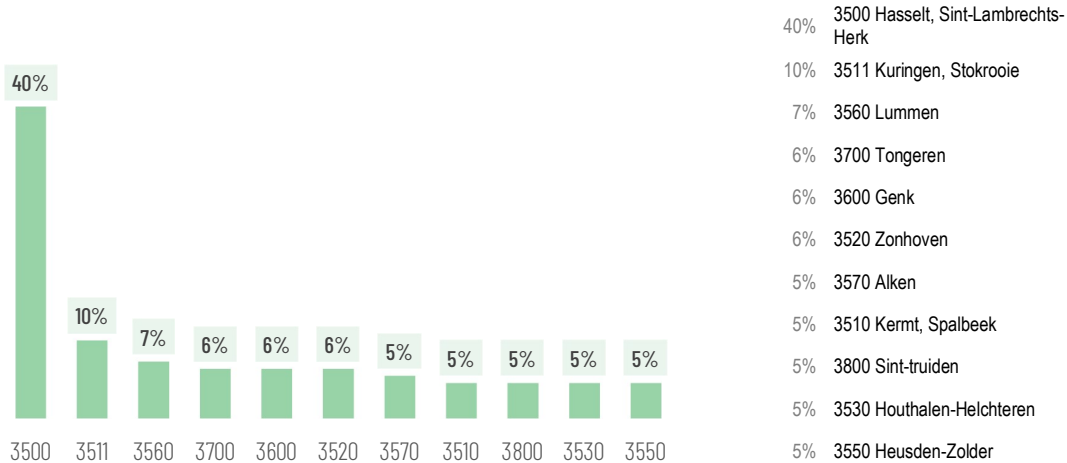
DE BEVRAGING

Er werd gekozen om via een anonieme online enquête te werken, om zo een algemeen beeld te kunnen ontwikkelen over de situatie waarin Hasseltse jongeren zich bevinden. We gebruikten veelal gesloten vragen met beperkte antwoordopties. Enkele open vragen werden opgenomen wanneer een vraag mogelijkjs duiding nodig had.

Op 5 januari beschikten we over 229 volledig ingevulde enquêtes. 9 records werden uit de resultaten geweerd omdat respondenten de leeftijd van 30 jaar ruim overschreden, en dus niet tot de leeftijdscategorie 'jeugd' gerekend konden worden. Eindbalans tot nu toe: **220 jongeren vulden onze vragenlijst volledig in.**

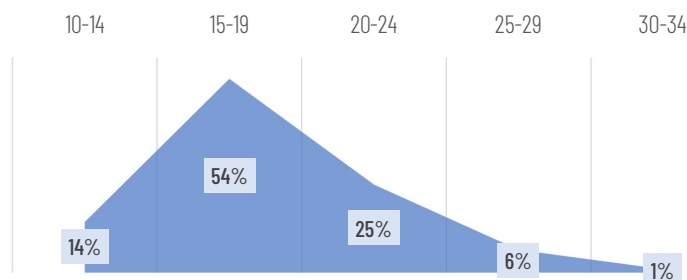
Het overgrote merendeel (81%) van de respondenten geeft aan vrouw te zijn. 17% van de respondenten voelt zich man en 2% identificeert zich als non-binair.

Postcode deelnemers



Het **overgrote deel van de respondenten komt uit Hasselt of deelgemeentes**. Een groot deel komt uit andere Limburgse gemeentes. Wellicht is de verklaring hiervan dat zij als student verbonden zijn aan onze stad (de vragenlijst werd immers ook via De Blokbar en onderwijsinstellingen verspreid).

Leeftijd



Met de bevraging bereikten we zowel de echte tieners, als de wat oudere adolescenten. Wat opvalt, is de **grote vertegenwoordiging van 15 tot 19 jarigen** in de respondentengroep.

Wellicht is de verklaring hiervoor te zoeken in het gebruik van de communicatiekanalen van We R Young: via het instagramkanaal van dit succesvol tienerfestival werd opgeroepen om de enquête in te vullen. Deze oproep werd massaal beantwoord.





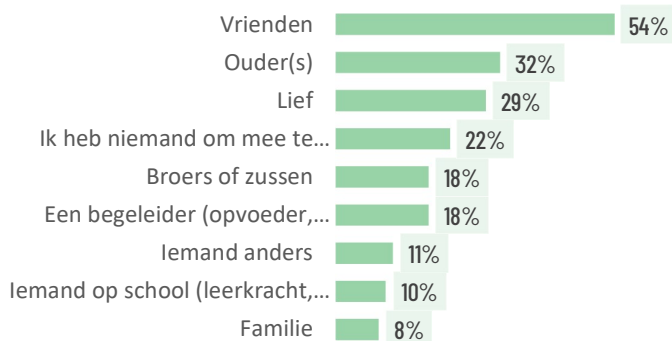
DE OMSTANDIGHEDEN WAARIN JONGEREN ZICH BEVINDEN

We polsten aan de start van onze bevraging naar de levensomstandigheden van jongeren. Bedoeling hiervan was om een beeld te krijgen van de situatie waarin ze zich bevinden; *zijn ze vaak thuis? Wat doen ze ter ontspanning? Zien ze hun vrienden nog vaak?*

ERGENS TERECHT KUNNEN

Wanneer je je minder goed voelt, is het erg belangrijk om het gevoel te hebben dat je ergens terecht kan om je gevoelens te uiten. Wanneer je het gevoel kan uitspreken, voelt het vaak al een pak lichter.

Met wie praat je over hoe je je voelt? (meerdere antwoorden mogelijk)



Het hoeft niet te verwonderen dat je **leeftijdsgenoten** erg belangrijk zijn om zorgen mee te delen: meer dan de helft (54%) praat dan ook met vrienden of hun lief (29%) over hoe ze zich voelen.

Het **gezin** is voor velen ook een plek om hun zorgen te delen: de ouders (32%) en broers of zussen (18%) of algemener, de familie (8%) zijn voor velen het aanspreekpunt om gevoelens mee te delen.

Ook het **derde opvoedingsmilieu**, van school of vrije tijd worden benut: jongeren praten ook met begeleiders (18%) of mensen op school (10%) over hun gevoelens.

11% praat met iemand anders.

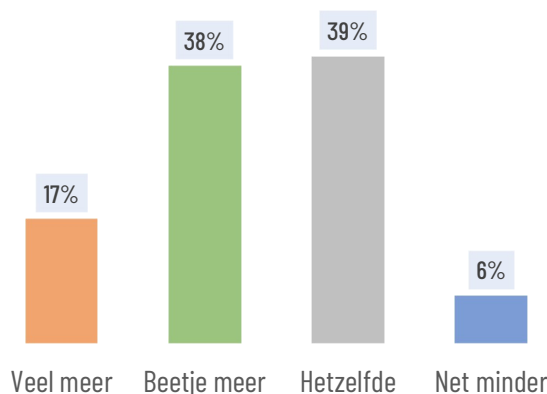
Wat zorgen baart, is dat **meer dan een vijfde (22%) van de respondenten aangeeft dat ze niemand hebben om mee te praten** over hun gevoelens.

Sinds Corona heb ik vaker ruzie met wie ik samenwoon

Ook opvallend, is dat jongeren aangeven dat ze, sinds de coronacrisis, vaker ruzie hebben met hun huisgenoten.

Hoewel het bij de meerderheid wat op hetzelfde niveau is gebleven, geeft 38% aan dat ze een beetje meer ruzie maken. Bijna een vijfde maakt veel meer ruzie met hun huisgenoten. Slechts 6% maakt net minder ruzie.

Het lijkt dus dat de crisis in vele huishoudens ook voor toegenomen spanningen zorgt.



ONTMOETING ALS GROOTSTE GEMIS

Wanneer we de jongeren vragen wat ze het hardst missen tijdens deze tweede lockdown, dan zijn het voornamelijk de momenten waarop ze anderen ontmoeten, die de bovenhand nemen. Vrienden (74%) en uitgaan (54%) worden het hardst gemist. Daarnaast zijn 'naar school gaan zoals vroeger' (39%), familie zien (35%) sport- (33%) en verenigingsleven (19%) grote gemissen. Ook bij de open antwoorden, komen ontmoetingen het vaakst voor.

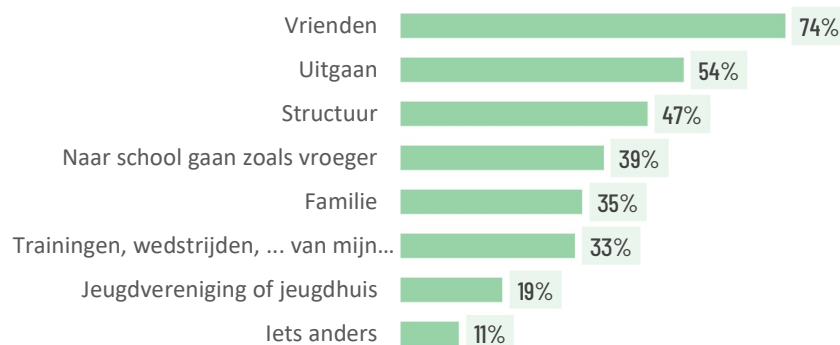
Opvallend is dat 47% aangeeft structuur te missen.

De antwoorden lijken te doen uitschijnen dat jongeren **hun 'gewone' leven van weleer missen, met frequente contactmomenten en enkele ankerpunten zoals het schoolleven en hun vrijetijdsactiviteiten** hebben om anderen te ontmoeten. Het wegvallen van deze structuren, maakt het moeilijker voor vele van hen.





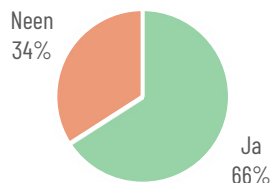
Wat ik op dit moment echt heel erg mis is (meerdere antwoorden mogelijk)



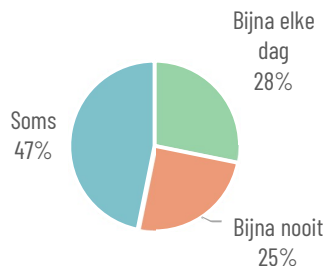
DE NOOD AAN RUIMTE OM TE ONTSPANNEN

Drie kwart van de ondervraagde jongeren (76%) woont thuis bij hun ouders, 13% woont thuis en zit door de week op kot. Een minderheid woont alleen (2%), leeft samen met een partner (4%) of met vrienden (1%).

Heb je op je woonplaats een plek om tot rust te komen?

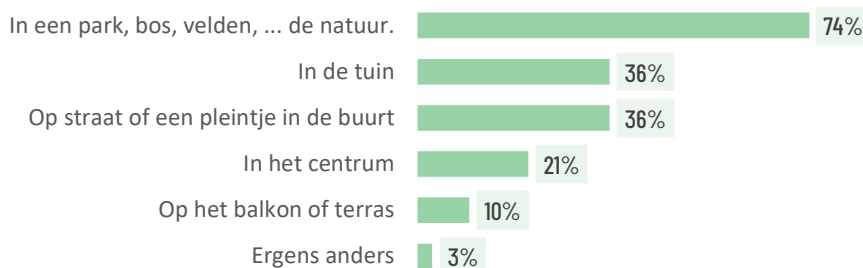


Ga je naar buiten om te ontspannen?



Meer dan een derde van de respondenten (34%) geeft aan dat ze **geen plek hebben om tot rust te komen in hun woonplaats**. Meer dan een kwart van de respondenten gaat bijna elke dag naar buiten om te ontspannen. De helft geeft aan dit soms te doen. Een vierde van de jonge respondenten geeft aan dat ze bijna nooit naar buiten gaan om te ontspannen. Of dit te wijten is aan de lockdown, of dat ze er geen behoefte aan hebben, kunnen we uit dit antwoord onmogelijk afleiden.

Waar ontspan je je als je naar buiten gaat? (meerdere antwoorden mogelijk)



Als ze naar buiten gaan om te ontspannen, is de natuur *de* plek om te vertoeven: parken, bossen, velden, ... het zijn de plaatsen waar jong en oud naar toe trekken om tijdens de lockdown rust te vinden. Dit resultaat hoeft niet te verbazen. De onmiddellijke omgevingen als tuin, balkon of terras zijn ook een weggever op dat vlak.





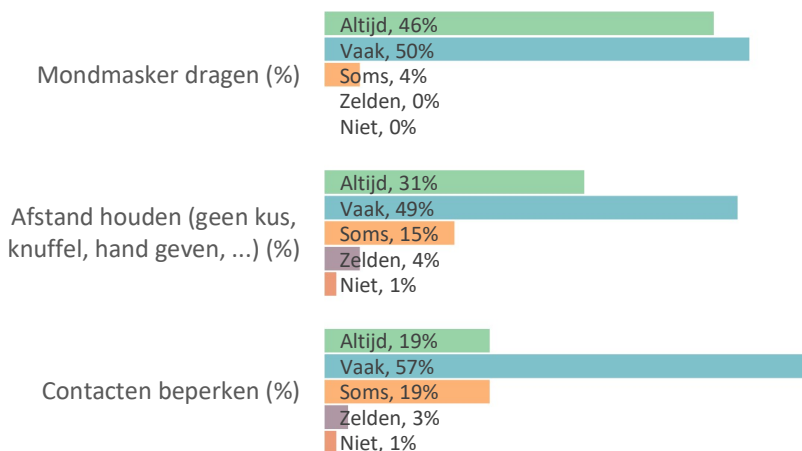
Valt op dat jongeren ook de publieke ruimte benutten als een ontspanningsplek: 36% maakt gebruik van straten of pleintjes in de buurt om rond te hangen, 21% trekt hiervoor naar het centrum van de stad. Bij de plekken die jongeren aangeven als 'ergens anders', komen vooral vrienden en openbare plaatsen zoals het skatepark, het kanaal, wandel- en hangplekken voor. **De publieke ruimte is dus een belangrijke plaats voor jongeren om te ontspannen tijdens de coronacrisis.**

REGELS VOLGEN, ONDANKS BEDENKINGEN

De meerderheid van de bevroegde jongeren (83%) begrijpt de geldende regels goed. Minder dan een vijfde van de respondenten geeft aan dat ze de regels niet zo goed begrijpen. Wanneer we door de open antwoorden rond de coronaregels gaan, zien we vooral terugkomen dat **er begrip is, maar dat de situatie heel hard aanvoelt**:

- Velen geven aan dat ze gebrek hebben aan een uitlaatklep, ze veel druk voelen droef worden van de regels.
- Veel jongeren vinden het jammer dat het opnieuw zo ver is moeten komen.
- Daarnaast klagen ze het gebrek aan logica van sommige regels aan (waarom mag je bijvoorbeeld wel samenkomen op de speelplaats maar niet in het openbaar? Waarom wel winkelen maar niet op café? ...?)

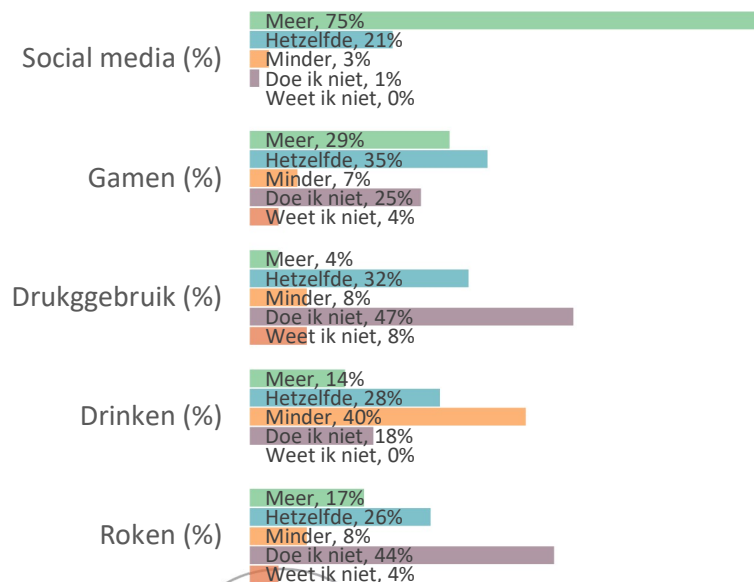
In welke mate volg je de geldende regels op?



Wanneer we expliciet polsen naar het opvolgen van de regels, zien we toch een relatief hoopvolle situatie: jongeren volgen veelal altijd en vaak de regels. **Hoewel ze vaak goed de regels volgen, valt het beperken van hun contacten en het vermijden van fysiek contact de jongeren het zwaarst.**

VOORAL VLUCHT NAAR ONLINE ACTIVITEITEN

Sinds de coronacrisis is het zo gesteld met mijn middelengebruik



We polsten in onze enquête ook naar middelengebruik, om zo na te gaan of de lockdown ook op dit vlak effecten teweeg zou brengen.

Uit de antwoorden kunnen we voorzichtig concluderen dat jongeren vooral meer online gedrag ontwikkelen: sociale mediagebruik nam enorm toe (met 75% die aangeeft meer tijd op sociale media te spenderen), en ook gamen neemt toe (29% geeft aan meer te gamen).

Qua gebruik van middelen, is het vooral roken dat toeneemt: 17% geeft aan meer te roken en slechts 8% rookt minder. Hoopgevend is dan weer dat 44% aangeeft niet te roken.

Druggebruik lijkt wat stabiel te schommelen, met een derde van de respondenten die aangeeft hetzelfde gebruik te vertonen. 8% gebruikt minder en 4% meer drugs. Bijna de helft van de respondenten geeft aan geen drugs te gebruiken.





De lockdown lijkt verschillende effecten te hebben op drinkgedrag: Hoewel 40% aangeeft minder te drinken, is er toch ook een groep die zegt even veel (28%) of meer (14%) te drinken. Het mindere drinken is wellicht te wijten aan het sluiten van de horeca.

Het is moeilijk om duidelijke conclusies rond middelengebruik te formuleren: enerzijds omdat de antwoorden in verschillende richtingen gaan, anderzijds omwille van de reikwijdte van leeftijden: het grootste deel van de respondenten is nog erg jong en zal wellicht nog maar weinig ervaring hebben met middelengebruik.

VOORZICHTIGE CONCLUSIES ROND OMSTANDIGHEDEN

De meerderheid van de jonge respondenten geeft aan dat ze bij hun vrienden, ouders en andere familieleden terecht kunnen om over hun gevoelens te praten. Binnen het eigen huishouden lopen spanningen sinds de lockdown wel hoger op en wordt er vaker ruzie gemaakt onder huisgenoten. De **mogelijkheid van contact met leeftijdsgenoten is cruciaal** in deze moeilijke tijden. Het zijn ook die contacten die door jongeren zelf aangegeven worden als het grootste gemis.

De contacten verlopen in deze tweede lockdown heel vaak online – het sociale media gebruik ontplofte, maar ook gamen is een sociale activiteit voor vele jongeren – maar ook in velden, bossen, pleintjes en straten. **De publieke ruimte krijgt voor jongeren ook een sociale functie.** Wanneer ze elkaar in de openbare ruimte ontmoeten, houden ze zich vaak tot altijd aan de voorgeschreven regels, maar het beperken van contacten en fysiek afstand houden is vaak te moeilijk om altijd te respecteren. De beperkingen die jongeren opgelegd krijgen zijn volgens hen ook niet altijd logisch en voelen heel hard aan.





HOE VOELEN JONGEREN ZICH TIJDENS DE TWEDE LOCKDOWN?

Om na te gaan hoe jongeren zich tijdens deze lockdown voelen, gebruikten we een set vragen die zich richt op hun gemoedstoestand. Je kan de resultaten van dit lijstje vragen integraal vinden op de volgende pagina.

VERMOEID EN GEDEMOTIVEERD, MOEITE MET STRESS

Wat erg opvalt is hoe jongeren aangeven dat ze moeite hebben om hun energieniveau op peil te houden: 14% heeft altijd moeite om hun energieniveau te herstellen, 43% geeft aan dat ze hier vaak last mee hebben. 49% van de respondenten voelt zich vaak mentaal uitgeput en 18% zelf altijd. Meer dan de helft geeft aan zelden of nooit goed om te kunnen met stress.

Deze hoge cijfers geven aan dat **jongeren echt moeite hebben om vol te houden in deze moeilijke tijden**. Vele jongeren hebben moeite om te gaan met stress, nu ook veel van hun energiegevendende factoren zijn weggevallen: hobby's kunnen niet doorgaan, school volgen gebeurt vaak vanop afstand, en als ze al naar school mogen, dan is het vaak met streng gereglementeerde speeltijden en zonder al te veel 'funfactor'.

"Ik voel gewoon dat ik minder motivatie en belang hecht aan mijn studies dan dat ik het normaal zou doen.. ik voel me stilaan maar zeker meer en meer gedemotiveerder ook al ben ik op schema."

VERDEELD OVER HET NUT VAN BEZIGHEDEN, ZELDEN TROTS OP WAT ZE DOEN

Meer dan de helft van de respondenten geeft aan dat ze soms (46%) of vaak (7%) plezier beleven in de dingen die ze op een dag doen. Omgekeerd geeft bijna de helft aan dat ze zelden (40%) of nooit (7%) plezier beleeft in dagdagelijkse activiteiten. Ze zien er vaak (18%) of soms (39%) wel het nu van in. Toch geeft 43% aan zelden (28%) of nooit (15%) het nut in te zien van de dingen die ze doen. Qua trots stijgen die cijfers zelfs tot 49% die zelden een gevoel van trots uit hun dagdagelijkse bezigheden / leven halen en 21% die aangeven nooit trots te zijn om de dingen die ze doen.

De zaken waar jongeren mee bezig zijn, lijken hen even vaak zinvol en plezierig als onnuttig en weinig plezant. De meningen zijn hier duidelijk verdeeld rond. Wat wel duidelijk is, is dat **jongeren weinig trots halen uit wat ze doen**.

"...Ik kan helpen in het huishouden en wat taken doen, dan ben ik misschien wel nuttig, maar niet zinvol. Want als ik opeens zou wegvallen zou dat eigenlijk niets uitmaken. Ik maak geen deel uit van iets of ben geen deel van een groep of dergelijke. Elke dag denk ik meermaals dat ik er helemaal niet toe doe en het is gewoon vermoeiend om uzelf daar elke keer weer van te overtuigen dat dit niet zo is..."

VAAK VERDRIETIG EN EENZAAM

Gevoelens van verdriet zijn eerder regelmaat dan uitzondering (52% vaak en altijd vs. 14% zelden of nooit). Vaak hangt dat samen met het gevoel eenzaam te zijn: 14% voelt zich altijd eenzaam, 42% vaak, slechts 16% voelt zich zelden (10%) of nooit (6%) eenzaam.

"Ik voel me vaak alleen en heb het moeilijk om hiermee om te gaan. Buiten komen lukt heel moeizaam"

NEGATIEF TOEKOMSTBEELD

Iedereen heeft wel eens moeite om de toekomst rooskleurig in te zien, jongeren zijn daarin niet anders: 46% geeft aan dat ze zich soms hopeloos voelen over de toekomst. Toch blijkt uit de bevraging dat veel jongeren een eerder negatief toekomstbeeld ervaren: 25% geeft aan dat ze vaak hopeloos zijn over de toekomst, 14% voelt zich zelfs altijd hopeloos. Slechts 15% ervaart deze gevoelens zelden of nooit.

Een deel van de jongeren laat die gevoelens doorslaan in een aanwezig gevoel van naderend onheil. 29% geeft aan vaak het gevoel te hebben angstig te zijn, of dat er iets ergs staat te gebeuren. 6% geeft zelfs te kennen dat ze dit gevoel altijd hebben. Anderzijds, en positiever, is dat 24% zelden angstig is en zelfs 13% nooit deze gevoelens ervaart.

"Ik wil gewoon even dood en dan binnen een paar maanden terug tot leven komen"

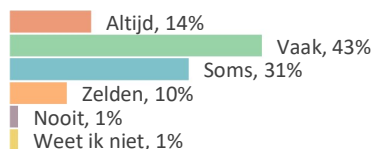
"Ik begrijp waarom we het moeten doen. Als we nu even volhouden word het volgend jaar misschien een super top jaar"



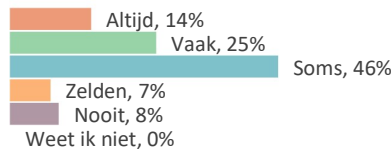


De afgelopen week ...

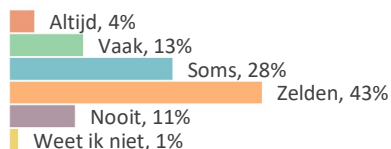
Heb ik moeite om mijn energieniveau te herstellen (%)



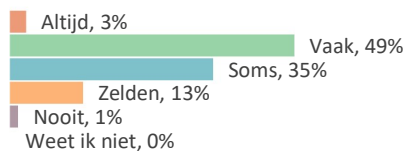
Voel ik me hopeloos over de toekomst (%)



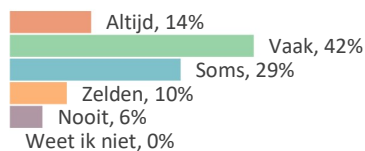
Kan ik goed omgaan met mijn stressniveau (%)



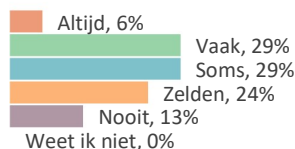
Voel ik me verdrietig (%)



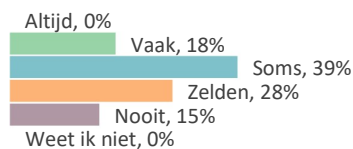
Voel ik me eenzaam (%)



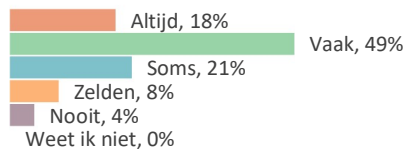
Voel ik me angstig of heb ik het gevoel dat er iets ergs staat te gebeuren (%)



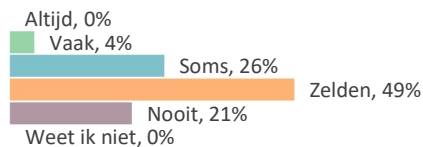
Vind ik de dingen die ik doe zinvol en zie ik er het nut van in. (%)



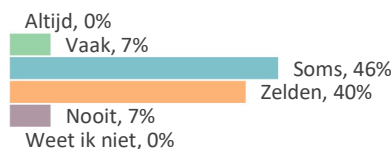
Voel ik me mentaal uitgeput (%)



Haal ik een gevoel van trots uit mijn dagdagelijkse bezigheden / leven (%)



Vind ik de dingen die ik op een dag doe leuk (%)



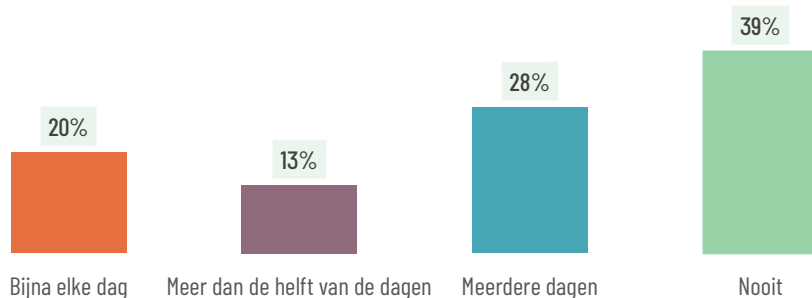


OPPASSEN VOOR DEPRESSIES

Één van de vragen in dit gedeelte van de enquête polst naar donkere gedachtes en depressieve emoties door te vragen naar de frequentie waarmee jongeren gedachtes koesteren dat ze er beter niet zouden zijn, of zichzelf op een of andere manier pijn zouden willen doen.

De antwoorden op deze vraag zijn negatiever als we initieel hadden verwacht. Slechts 39% geeft aan dat ze de afgelopen tijd nooit met deze gevoelens kampten. De overige 61% schippert tussen, meerdere dagen, meer dan de helft van de week en bijna elke dag.

Hoe vaak had je de afgelopen tijd gedachten dat je er beter niet meer zou zijn, of dat je jezelf op een of andere manier pijn zou doen?



VOORZICHTIGE CONCLUSIES ROND HOE JONGEREN ZICH VOELEN

De vermoedens die we bij de start van onze campagne hadden, blijken door de resultaten van deze enquête bevestigd te worden: voor veel jongeren is deze lockdown echt een moeilijke periode. Vele kampen met gevoelens van stress, eenzaamheid, verdriet en een negatief toekomstbeeld. De jongeren die hier het meest last van hebben, lijken ook het vaakst te kampen met angst en halen weinig trots en plezier uit hun dagdagelijkse bezigheden. Moeite met het op peil houden van hun energieniveau en zich eenzaam voelen, lijken voor de meerderheid van jongeren echt een probleem.

Binnen onze groep respondenten blijken er ook jongeren te zijn die het *echt heel zwaar* hebben: er zijn te veel antwoorden die wijzen op donkere gedachtes en nakende depressies¹.

¹ *bedenking: de mogelijkheid bestaat dat onze manier van bevragen een soort 'zelfselectie' in de hand heeft gewerkt. Je zou kunnen stellen dat enkel die jongeren die moeite hebben met deze periode, de vragenlijst ook grondig hebben ingevuld, en dat diegenen die zich gewoonweg goed voelen, die behoefte niet voelden. Indien je die assumptie voor waar aanneemt, zijn de resultaten van deze bevraging moeilijk of niet te veralgemenen naar een bredere populatie van jongeren (de mate waarin je dat met 220 respondenten kan, moet sowieso al met een korrel zout genomen worden). Ondanks deze bedenking kunnen we toch stellen dat deze cijfers, zelfs in een groep van 220 jongeren, te hoog zijn om gezond te zijn.*



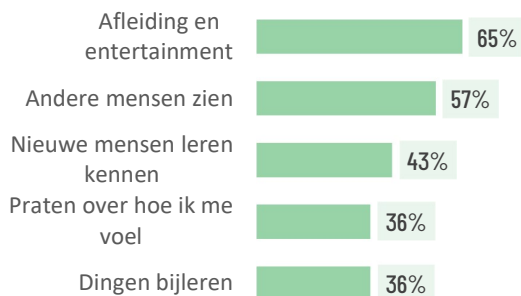


WAT HEBBEN JONGEREN NODIG VAN ONS?

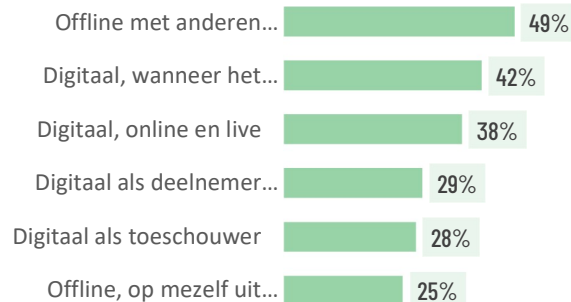
Aan het eind van de enquête vroegen we respondenten wat ze nodig hebben van een lockdownprogramma. Offline elkaar kunnen ontmoeten draagt logischerwijs de voorkeur van de meerderheid weg. Jongeren willen anderen kunnen zien, en nieuwe mensen kunnen ontmoeten.

Praten over hoe je je voelt en dingen bijleren zijn van secundair belang. De bevroegde jongeren zoeken vooral afleiding en entertainment. Ze doen dat liefst offline met anderen, maar als het moet digitaal wanneer het hen goed uitkomt.

Als we een lockdownprogramma voorzien, geef je dan de voorkeur aan... (meerdere antwoorden mogelijk)



Als we een lockdownprogramma voorzien, geef je dan de voorkeur aan... (meerdere antwoorden mogelijk)



Als suggesties geven jongeren vooral aan dat er meer aandacht moet zijn voor het mentale welzijn van jongeren: ze voelen zich door ouderen niet altijd goed begrepen. Zo geven verschillende respondenten aan dat docenten en leerkrachten weinig begrip hebben voor de moeilijkheden die zij hebben om lessen te volgen of mee te kunnen op school. Ze durven niet altijd hun problemen te uiten. De veel gehoorde publieke opinie van ouderen *'dat jonge mensen niet zo flauw moeten doen'* helpt natuurlijk niet voor zij die het echt moeilijk hebben.

Jongeren zijn dus vaak zelf goed bewust van de problemen waar ze mee kampen. Maar even vaak weten ze niet hoe ze er mee aan de slag moeten of bij wie ze terecht kunnen met hun problemen.

