

# Factsheet Peilstationsonderzoek Scholieren 2015 - Basisonderwijs

## Middelengebruik, internetgebruik en welbevinden van scholieren

### Kernpunten

- In 2015 heeft drie procent van de leerlingen van groep 7 en 8 uit het basisonderwijs ooit gerookt en heeft 0,5% in de maand voorafgaand aan het onderzoek nog gerookt. Verder heeft een tiende van de leerlingen wel eens een elektronische sigaret gebruikt.
- Tussen 2003 en 2015 is het percentage leerlingen dat ooit gerookt heeft, sterk afgenomen van elf procent naar drie procent. Het percentage leerlingen dat dit de afgelopen maand nog heeft gedaan, nam af van 1,1% naar 0,5%. Ook denken steeds minder kinderen in de toekomst te gaan roken.
- In 2015 heeft dertien procent van de leerlingen ooit alcohol gedronken, en twee procent heeft dit in de afgelopen maand nog gedaan.
- Tussen 2003 en 2015 is het percentage leerlingen dat ooit alcohol gedronken heeft, sterk afgenomen van de helft naar dertien procent. Ook nam in deze periode het percentage leerlingen dat dit de afgelopen maand nog heeft gedaan af, van negentien naar twee procent.
- In 2015 stellen bijna alle ouders strenge regels aan hun kinderen wat betreft roken (99,3%) en alcoholgebruik (96,2%). Deze percentages waren in 2011 ook al hoog (respectievelijk 99,1% en 95,6%).
- In 2003 had 0,6% van de leerlingen wel eens cannabis (hasj of wiet) gebruikt. Anno 2015 komt het gebruik van cannabis nagenoeg niet meer voor in het basisonderwijs.
- In 2015 heeft veertien procent van de leerlingen energiedrankjes gedronken in de afgelopen maand. Dit percentage is bijna gehalveerd ten opzichte van 2011 (27%).
- In 2015 maakt meer dan driekwart van de scholieren (77%) gebruik van sociale media en speelt 87 procent van de leerlingen computerspellen (games).
- Bij de meerderheid van de scholieren is er sprake van gematigd gebruik van sociale media en het spelen van games. Er is een kleine groep gebruikers (5%) die aangeeft meer dan vier uur per dag te besteden aan sociale media én meer dan vier uur per dag te gamen.
- Gevraagd naar het geven van een rapportcijfer voor de tevredenheid met hun leven gaven de leerlingen in 2015 gemiddeld een 8,6. Dit cijfer is iets gestegen ten opzichte van 2011 (8,4).

Het volledige rapport van het Peilstationsonderzoek Scholieren 2015 is als gratis download beschikbaar via [www.trimbos.nl/webwinkel](http://www.trimbos.nl/webwinkel) met artikelnummer AF1465.

## De studie

De cijfers in deze factsheet zijn afkomstig van het Peilstationsonderzoek Scholieren 2015. Dit onderzoek wordt sinds 1984 vierjaarlijks uitgevoerd onder scholieren van het basisonderwijs (groep 7 en 8) en het voortgezet onderwijs. De bevindingen ten aanzien van de hele onderzoekspopulatie worden gepubliceerd in het rapport *Jeugd en riskant gedrag 2015* [1]. Deze factsheet levert actuele cijfers over het basisonderwijs en, waar mogelijk, veranderingen sinds 2003.

De studie vond plaats in oktober/november 2015 onder een representatieve steekproef van leerlingen van groep 7 en 8. Op 50 basisscholen, verspreid over het hele land, werden schriftelijke vragenlijsten klassikaal afgenomen bij 2090 leerlingen van groep 7 en 8.

Omdat eerder onderzoek [2] mogelijke risicogroepen aangewezen heeft, worden de leerlingen op basis van sekse, etnische afkomst en gezinsvorm met elkaar vergeleken. Bij etnische afkomst worden Nederlandse leerlingen vergeleken met leerlingen van niet-westerse afkomst (leerlingen van overig westerse afkomst worden hierbij buiten beschouwing gelaten omdat dit een zeer heterogene groep is). Bij gezinsvorm worden leerlingen die bij hun beide ouders wonen, vergeleken met leerlingen voor wie dit niet geldt.



## Roken

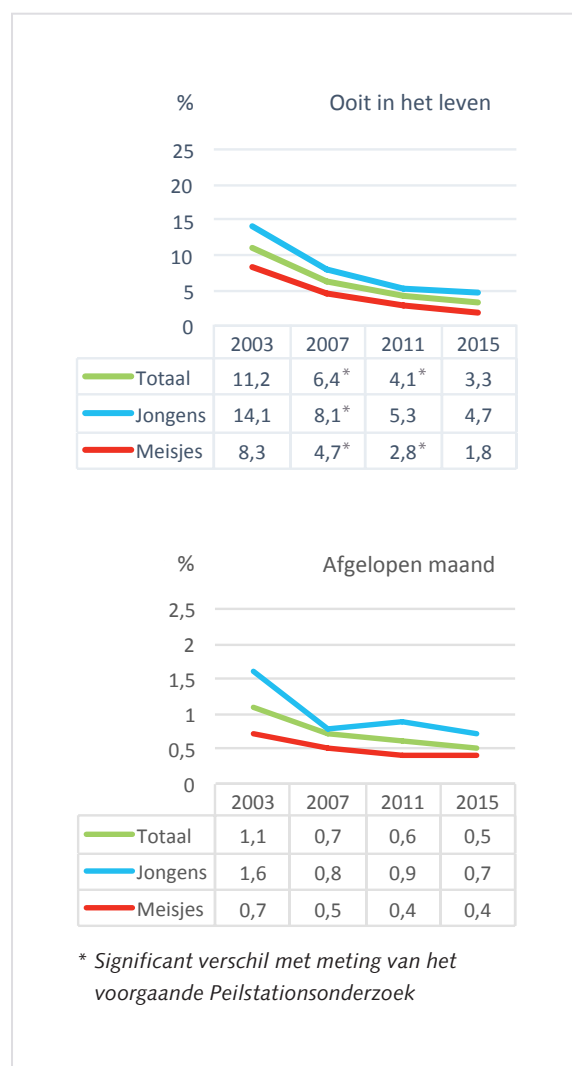
### Hoe vaak komt het voor?

In 2015 heeft drie procent van de leerlingen van groep 7 en 8 ooit sigaretten of shag gerookt, waarvan de meerderheid (91%) enkel een paar trekjes. Het percentage jongens dat ooit gerookt heeft (5%), is hoger dan het percentage meisjes (2%). Er is geen verschil in de *lifetime*-prevalentie van roken op basis van etnische afkomst, maar het komt wel meer voor onder leerlingen uit onvolledige gezinnen (7%) dan onder leerlingen die bij hun beide ouders wonen (2%). Een klein percentage van de leerlingen (0,5%) heeft in de maand voorafgaand aan het onderzoek nog gerookt. Er bestaan geen significante verschillen in de maandprevalentie van roken tussen leerlingen op basis van sekse, etnische afkomst en gezinsvorm (zie tabel 1). Van de scholieren die nooit gerookt hebben, denkt twee procent zeker of misschien te gaan roken.

De leerlingen is ook gevraagd naar het gebruik van elektronische sigaretten. Onder een elektronische sigaret verstaan we producten als de e-sigaret, de shisha-pen en e-smoker. Elektronische sigaretten kunnen wel of geen nicotine bevatten. Omdat ze worden aangeboden in verschillende smaken en aantrekkelijke kleurtjes worden met name jeugdigen hierdoor aangetrokken [3]. Bovendien zijn ze vrijwel overal verkrijgbaar en was er anno 2015 nog geen wettelijk vastgestelde leeftijdsgrens voor de verkoop van elektronische sigaretten [4].

In het basisonderwijs blijkt tien procent van de leerlingen wel eens een elektronische sigaret te hebben gebruikt, waarvan een derde (34%) dit vaker dan één keer heeft gedaan. Jongens hebben bijna twee keer zo vaak (13%) ooit een elektronische sigaret gebruikt als meisjes (7%). Er is geen verschil

Figuur 1. Trends in roken, naar onderzoeksjaar en geslacht (%)



Tabel 1. Prevalentie van roken: naar geslacht, etnische afkomst en gezinsvorm (%). Peiljaar 2015.

	Geslacht		Etnische afkomst		Gezinsvorm		Totaal
	jongen	meisje	autochtoon	allochtoon	volledig	onvolledig	
<b>Sigaretten/shag</b>							
<i>Ooit in het leven</i>	4,7	1,8*	3,2	3,6	2,2	7,2*	3,3
<i>Afgelopen maand</i>	0,7	0,4	0,4	0,3	0,2	1,6	0,5
<b>Elektronische sigaret</b>							
<i>Ooit in het leven</i>	13,3	6,8*	10,2	12,4	8,6	16,0*	10,1

\* Significant verschil tussen groepen

tussen autochtone en allochtone leerlingen, maar het gebruik van elektronische sigaretten komt wel bijna tweemaal zoveel voor onder leerlingen uit onvolledige gezinnen (16%) als onder leerlingen die bij beide ouders wonen (9%) (zie tabel 1).

### Is het roken veranderd tussen 2003 en 2015?

De afgelopen jaren is er sprake van een verscherping van het nationale anti-rookbeleid en een toenemende negatieve publieke opinie ten aanzien van roken. Deze maatschappelijke ontwikkelingen lijken zich ook te manifesteren in de trendgegevens. Tussen 2003 en 2015 is het percentage leerlingen van groep 7 en 8 van het basisonderwijs dat ooit gerookt heeft, systematisch afgenomen van elf procent naar drie procent. Dit geldt zowel voor jongens als voor meisjes. De afname van dit percentage was in zowel 2007 als 2011 significant ten opzichte van de voorgaande meting. Tussen 2011 en 2015 heeft de daling zich verder doorgezet, maar was de afname niet langer significant. Het percentage leerlingen dat in de afgelopen maand gerookt heeft, is afgenomen van 1,1% in 2003 tot 0,5% in 2015. Hoewel ook de maandprevalentie van roken afneemt sinds 2003, is er geen sprake van significante verschillen met voorgaande metingen (zie figuur 1). Het percentage leerlingen dat nog nooit gerookt heeft maar wel denkt te gaan roken, is afgenomen van vijf procent in 2003 naar twee procent in 2015.



## Alcohol

### Hoe vaak komt het voor?

In 2015 heeft dertien procent van de leerlingen uit groep 7 en 8 van het basisonderwijs ooit alcoholhoudende drank gedronken, waarvan driekwart (78%) enkel een paar slokjes heeft gedronken en een kwart (22%) een heel glas of meer. Een klein percentage leerlingen (2%) heeft in de afgelopen maand nog alcohol gedronken. Eveneens twee procent van de leerlingen is wel eens aangeschoten of dronken geweest. Zowel de *lifetime*-prevalentie als de maandprevalentie van alcoholgebruik ligt bij jongens (respectievelijk 18% en 3%) circa tweemaal zo hoog als bij meisjes (respectievelijk 9% en 1%). De *lifetime*-prevalentie van alcoholgebruik is ook hoger onder autochtone leerlingen (14%) dan onder allochtone leerlingen (8%), maar verschilt niet significant tussen kinderen uit onvolledige en volledige gezinnen. De maandprevalentie van alcoholgebruik ligt wel significant hoger bij kinderen uit onvolledige gezinnen (4%) dan bij kinderen uit een volledig gezin (1%) (zie tabel 2).

### Wat wordt er gedronken en waar wordt er gedronken?

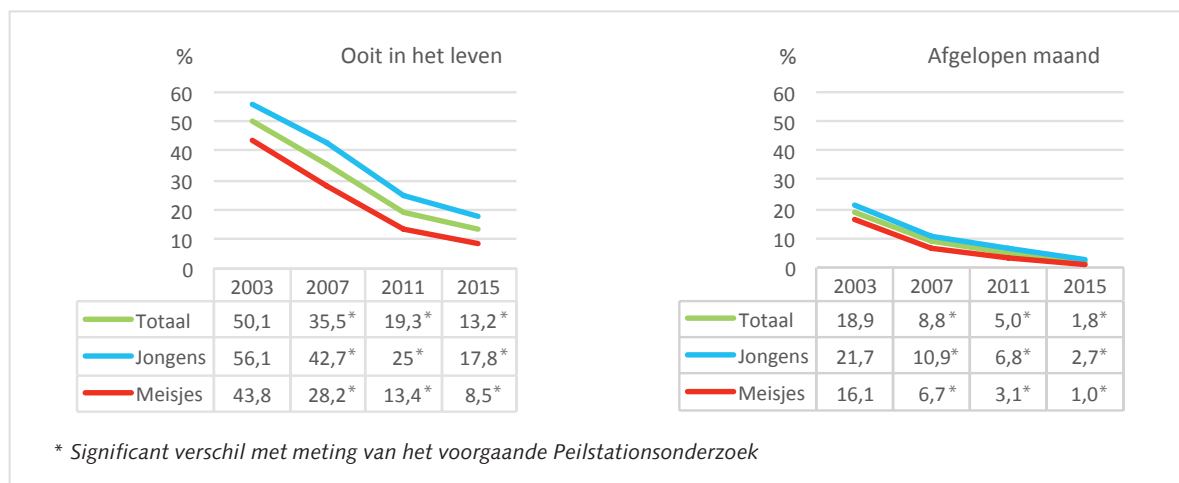
Onder de kleine groep leerlingen die wel eens alcohol drinkt, zijn drankjes met een relatief laag alcoholpercentage (bijvoorbeeld bier, Jilz en breezers)

Tabel 2. Prevalentie van het drinken van alcohol: naar geslacht, etnische afkomst en gezinsvorm (%). Peiljaar 2015.

	Geslacht		Etnische afkomst		Gezinsvorm		Totaal
	jongen	meisje	autochtoon	allochtoon	volledig	onvolledig	
<b>Alcohol</b>							
<i>Ooit in het leven</i>	17,8	8,5*	14,0	7,6*	12,2	17,1	13,2
<i>Afgelopen maand</i>	2,7	1,0*	2,0	0,6	1,3	4,4*	1,9

\* Significant verschil tussen groepen

**Figuur 2. Trends in het gebruik van alcohol, naar onderzoeksjaar en geslacht (%)**



het meest populair. Circa drie vijfde (63%) van hen heeft dergelijke drankjes wel eens gedronken. Bijna twee vijfde (39%) van hen heeft wel eens drankjes gedronken met een relatief hoog alcoholpercentage (>10% alcohol). Alcohol wordt het meest gedronken in de huiselijke kring (65%). Bijna alle leerlingen die alcohol drinken (97%) geven aan dat hun ouders hiervan op de hoogte zijn. De leerlingen komen ook het vaakst aan alcohol via hun ouders (58%), gevolgd door 'iemand anders' (28%) en een broer of zus (6%).

### Is het alcoholgebruik veranderd tussen 2003 en 2015?

De laatste jaren is er sprake van toenemende maatschappelijke aandacht voor alcoholgebruik onder de jongste groep, en naar het lijkt niet zonder succes. Tussen 2003 en 2015 is het percentage leerlingen dat wel eens alcohol gedronken heeft systematisch afgenomen van 50 procent naar dertien procent (zie figuur 2). Elk peiljaar lag dit totaalpercentage significant lager ten opzichte van de voorgaande meting. Dit geldt ook voor jongens en meisjes afzonderlijk. Wat betreft de maandprevalentie van alcoholgebruik is er sprake van een vergelijkbare ontwikkeling: een afname van negentien procent in 2003 naar twee procent in 2015 (zie figuur 2). Dit percentage was eveneens elk peiljaar significant lager dan de voorgaande meting, hetgeen ook voor jongens en meisjes afzonderlijk geldt. Tot slot is er ook sprake van een flinke daling in het percentage leerlingen dat wel eens aangeschoten of dronken is geweest. Dit percentage is afgenomen van acht procent in 2003 naar twee procent in 2015.

### Hoe streng zijn ouders?

De leerlingen werd gevraagd in hoeverre hun ouders roken en alcoholgebruik toestaan (zie tabel 3).

Drie stellingen over roken en vijf stellingen over alcoholgebruik werden beoordeeld aan de hand van vijf antwoordmogelijkheden. Er wordt onderscheid gemaakt tussen de leerlingen waarvan de ouders roken en alcoholgebruik niet (*zeker niet* of *waarschijnlijk niet*) toestaan, en de leerlingen waarvan de ouders dit wel (*soms*, *waarschijnlijk wel* of *zeker wel*) toestaan. Het percentage strenge ouders wordt hier gerapporteerd.

### Roken

Als het gaat om roken blijken bijna alle ouders zeer streng te zijn naar hun kinderen toe. Gemiddeld genomen staat 99 procent van de ouders het niet toe dat hun kind rookt. Ouders blijken iets strenger te zijn naarmate de frequentie van het gebruik toeneemt. Zo heeft 98 procent van de leerlingen geen toestemming van hun ouders om een trekje van een sigaret te nemen. Verder blijkt dat 99 procent van de ouders het niet toestaat dat hun kind af en toe rookt, en verbieden vrijwel alle ouders (99,7%) regelmatig roken (zie tabel 3). Er zijn geen verschillen in het stellen van ouderlijke regels rondom roken tussen leerlingen op basis van sekse, etnische afkomst en gezinsvorm.

### Alcohol

Hoewel de verschillen klein zijn, blijken ouders strenger te zijn omtrent roken dan wanneer het gaat om het alcoholgebruik van hun kinderen. Gemiddeld genomen staat 96 procent van de ouders het niet toe dat hun kind alcohol drinkt. Vergelijkbaar met roken blijken ouders strenger te zijn wanneer de gebruikershoeveelheid toeneemt. Zo mag driekwart van de leerlingen (76%) thuis geen slokje alcohol proberen, en staan meer ouders (97%) het drinken van één glas alcohol niet toe. Vrijwel alle ouders (99%) staan het drinken van meerdere glazen alcohol in de huiselijke kring niet toe. Daarnaast staat 96 procent van de ouders niet toe dat hun kind op een feestje met vrienden alcohol

**Tabel 3. Stellingen betreffende het al dan niet toestaan van roken en alcoholgebruik door ouders (%). Peiljaar 2015.**

Stelling	Niet toegestaan <sup>1</sup>	
	2011	2015
<b>Roken - gemiddeld</b>	<b>99,1</b>	<b>99,3</b>
Ik mag van mijn ouders een trekje van een sigaret nemen	98,0	98,1
Ik mag van mijn ouders af en toe een sigaret roken	98,9	99,2
Ik mag van mijn ouders regelmatig roken	99,4	99,7
<b>Alcohol - gemiddeld</b>	<b>95,6</b>	<b>96,2</b>
Ik mag thuis af en toe een slokje alcohol proberen	65,0	75,6*
Ik mag thuis één glas alcohol drinken als mijn vader of moeder thuis is	95,3	96,6
Ik mag thuis meerdere glazen alcohol drinken als mijn vader of moeder thuis is	98,8	98,9
Ik mag van mijn ouders op een feestje alcohol drinken met mijn vrienden	95,2	96,1
Ik mag van mijn ouders in het weekend alcohol drinken	94,9	94,8

\* Significant verschil met meting van het voorgaande Peilstationsonderzoek

<sup>1</sup> Zeker niet of waarschijnlijk niet toegestaan door ouders

drinkt en mag een vergelijkbaar percentage van de leerlingen (95%) in het weekend geen alcohol drinken (zie tabel 3). Er zijn geen verschillen in het stellen van ouderlijke regels rondom alcoholgebruik tussen leerlingen op basis van sekse en etnische afkomst. Wel blijken ouders van leerlingen uit volledige gezinnen (97%) alcoholgebruik vaker te verbieden dan ouders van kinderen uit onvolledige gezinnen (94%).

### Is het stellen van regels rondom middelengebruik door ouders veranderd tussen 2011 en 2015?

In zowel 2011 als in 2015 stelden ouders strenge regels aan hun kinderen ten aanzien van roken en alcoholgebruik. De marginale verschillen tussen deze metingen kunnen waarschijnlijk worden verklaard doordat reeds zoveel ouders alcoholgebruik en roken verboden in 2011 dat het nauwelijks mogelijk is om dit te overtreffen. Zo is het percentage kinderen waarvan de ouders roken niet toestaan, min of meer stabiel gebleven tussen 2011 (99,1%) en 2015 (99,3%). Ook het percentage kinderen waarvan de ouders alcoholgebruik gemiddeld genomen verbieden, is niet veel veranderd tussen 2011 (95,6%) en 2015 (96,2%). Alleen het percentage ouders dat het proberen van een slokje alcohol aan hun kinderen verbiedt, kent een noemenswaardige stijging van 65% in 2011 naar 76% in 2015. Dit lijkt te bevestigen dat het makkelijker is om een verandering waar te nemen als er bij de eerste meting minder extreem gescoord wordt. Deze ontwikkeling zou daarom toch kunnen wijzen op een ietwat toenemende strenge houding van ouders wat betreft het middelengebruik van hun kinderen.



## Cannabis

### Hoe vaak komt het voor?

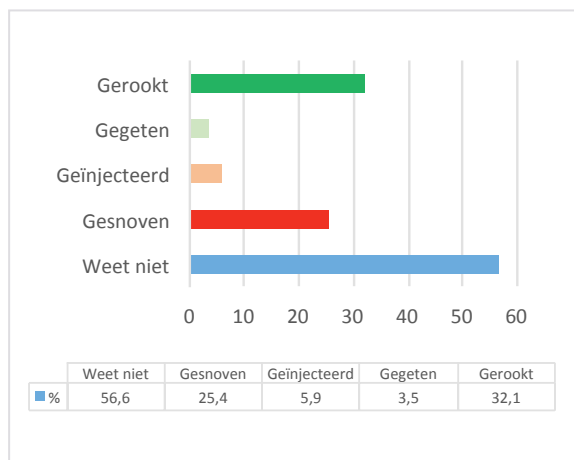
In 2015 blijkt het gebruik van cannabis (hasj of wiet) nagenoeg niet meer voor te komen onder leerlingen van groep 7 en 8 van het basisonderwijs. Bovendien geeft meer dan de helft van de leerlingen (57%) aan niet te weten hoe cannabis wordt gebruikt. Ook blijkt een groot deel van de leerlingen onjuiste ideeën te hebben over de wijze waarop cannabis gebruikt wordt. Zo gelooft een kwart van de leerlingen dat cannabis gesnoeven wordt en denkt zes procent van de leerlingen dat het geïnjecteerd wordt. Slechts een derde van de leerlingen (32%) weet dat cannabis gerookt wordt en vier procent van hen weet dat het ook gegeten kan worden (figuur 3).

### Is het gebruik van cannabis veranderd tussen 2003 en 2015?

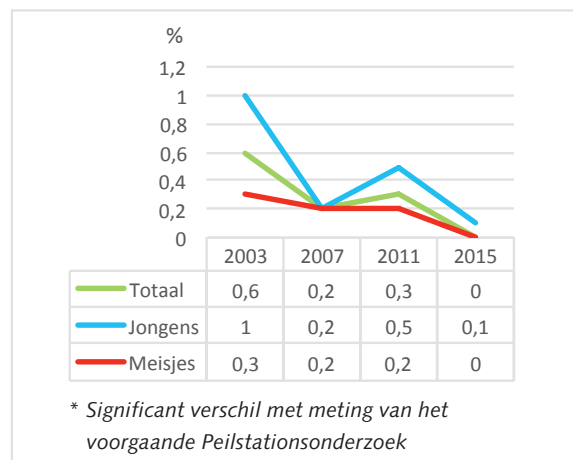
De prevalentie van cannabisgebruik in groep 7 en 8 van het basisonderwijs ligt al jaren zeer laag, en kent bovendien een neerwaartse trend. Dit heeft ertoe geleid dat het percentage leerlingen dat ooit cannabis heeft gebruikt, uiteindelijk is afgenomen van 0,6% in 2003 naar 0% in 2015 (zie figuur 4).

Naast het traditionele gebruik van tabak, alcohol en cannabis zijn er de laatste jaren ook andere vormen van risicovol of potentieel verslavend gedrag in opkomst. Twee voorbeelden daarvan zijn het gebruik van energiedrankjes en het gebruik van internet.

**Figuur 3. Hoe cannabis gebruikt wordt, volgens de leerlingen (%). Peiljaar 2015.**



**Figuur 4. Trends in cannabisgebruik (ooit), naar onderzoeksjaar en geslacht (%).**



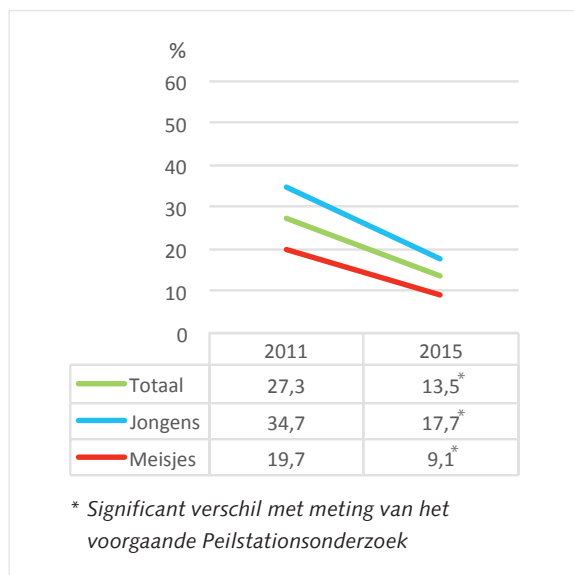
## Energiedrankjes

De leerlingen is gevraagd hoe vaak ze in de maand voorafgaand aan het onderzoek energiedrankjes hebben gedronken. Energiedrankjes zijn frisdranken waaraan onder andere cafeïne en taurine zijn toegevoegd. Daarnaast bevatten ze veel suiker. Overmatige hoeveelheden energiedrank kunnen leiden tot uitdroging op de korte termijn en tot gezondheidsrisico's en verslaving aan cafeïne op de lange termijn [5].

### Hoe vaak komt het voor?

In 2015 heeft veertien procent van de leerlingen van groep 7 en 8 van het basisonderwijs de afgelopen maand energiedrankjes gedronken, meer jongens (18%) dan meisjes (9%). Allochtone leerlingen (20%)

**Figuur 5. Trends in het drinken van energiedrankjes (afgelopen maand), naar onderzoeksjaar en geslacht (%).**



drinken vaker energiedrankjes dan autochtone leerlingen (12%). Ook komt het bijna tweemaal zoveel voor onder leerlingen uit onvolledige gezinnen (21%) als onder leerlingen uit volledige gezinnen (11%) (zie tabel 4). Van het percentage leerlingen dat de afgelopen maand energiedrankjes heeft gedronken, drinkt 8% dagelijks, 42% wekelijks en 50% minder dan één keer per week.

### Is het gebruik van energiedrankjes veranderd tussen 2011 en 2015?

De maandprevalentie van het drinken van energiedrankjes wordt gemeten sinds 2011. Uit vergelijking van de cijfers blijkt dat het percentage leerlingen dat de afgelopen maand energiedrankjes gedronken heeft, is gehalveerd tussen 2011 (27%) en 2015 (14%) (zie figuur 5). Dit geldt ook voor jongens en meisjes afzonderlijk.



## Internetgebruik

Internetgebruik onder jongeren is een onderwerp dat momenteel veel aandacht trekt. De leerlingen van het basisonderwijs is gevraagd hoe vaak zij gebruik maken van sociale media en hoe vaak ze spelen op de (spel)computer. Omdat de huidige vraagstelling afwijkt van voorgaande metingen kan er geen vergelijking worden gemaakt met voorgaande jaren.

### Hoe vaak komt het voor?

In 2015 maakt meer dan driekwart (77%) van de leerlingen van groep 7 en 8 van het basisonderwijs gebruik van sociale media, meer meisjes (82%) dan jongens (72%). Er is geen verschil tussen autochtone leerlingen en allochtone leerlingen. Wel komt het gebruik van sociale media meer voor onder leerlingen uit onvolledige gezinnen (85%) ten opzichte van leerlingen uit volledige gezinnen (74%).

**Tabel 4. Prevalentie van gebruik van energiedrankjes, totaal: naar geslacht, etnische afkomst en gezinsvorm (%). Peiljaar 2015.**

	Geslacht		Etnische afkomst		Gezinsvorm		Totaal
	jongen	meisje	autochtoon	allochtoon	volledig	onvolledig	
<b>Energiedrankjes</b>							
<i>Afgelopen maand</i>	17,7	9,1*	12,3	20,1*	11,4	21,4*	13,5
<i>waarvan dagelijks</i>	9,1	6,5	8,7	3,0	8,1	8,6	8,1

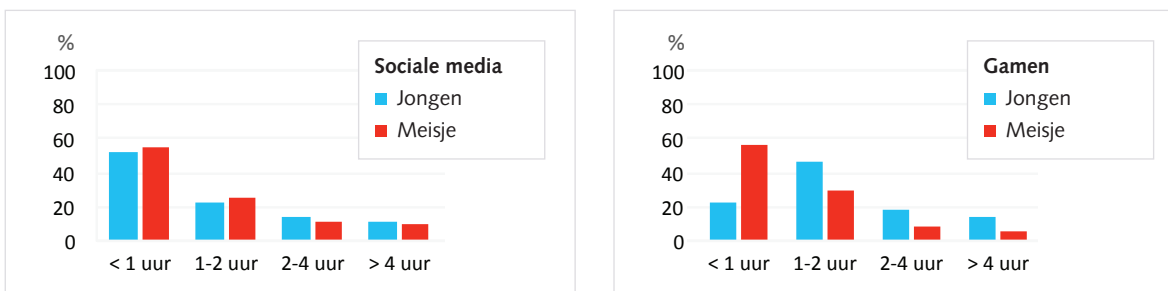
\* Significant verschil tussen groepen

**Tabel 5. Prevalentie van gebruik van sociale media en gamen, totaal: naar geslacht, etnische afkomst en gezinsvorm (%). Peiljaar 2015.**

	Geslacht		Etnische afkomst		Gezinsvorm		Totaal
	jongen	meisje	autochtoon	allochtoon	volledig	onvolledig	
<b>Sociale media</b>	71,7	81,6*	75,5	81,3	74,4	84,5*	76,5
<i>waarvan (bijna) elke dag</i>	51,6	59,2*	55,2	55,4	54,3	59,7	55,6
<b>Gamen</b>	95,2	78,9*	87,6	86,7	87,3	87,0	87,2
<i>waarvan (bijna) elke dag</i>	48,0	26,0*	39,6	32,4	36,9	43,7	38,3

\* Significant verschil tussen groepen

**Figuur 6. Scholieren die sociale media gebruiken en gamen. Aantal uur per dag besteed aan sociale media en gamen, naar geslacht (%). Peiljaar 2015.**



Van de scholieren die gebruik maken van sociale media doet ruim de helft dit (bijna) elke dag, meer meisjes (59%) dan jongens (52%) (zie tabel 5).

Van de leerlingen geeft 87 procent aan te gamen. Het spelen van games komt meer voor onder jongens (95%) dan onder meisjes (79%), maar er zijn geen verschillen tussen leerlingen op basis van etnische afkomst en gezinsvorm. Van de scholieren die gamen, doet ruim een derde (38%) dit (bijna) elke dag, meer jongens (48%) dan meisjes (26%) (zie tabel 5).

### Hoe veel tijd besteden scholieren aan sociale media en gamen?

Aan de scholieren die gebruik maken van sociale media en gamen werd gevraagd hoeveel uur zij hier dagelijks aan besteden. Ruim de helft van hen (54%) besteedt minder dan een uur per dag aan sociale media. Circa een kwart van de leerlingen (24%) besteedt per dag 1 tot 2 uur aan sociale media en dertien procent van hen geeft aan hier

2 tot 4 uur per dag mee bezig te zijn. Tien procent van de leerlingen besteedt meer dan vier uur per dag aan sociale media (zie figuur 6). Er zijn geen significante verschillen tussen jongens en meisjes in de tijd die besteed wordt aan sociale media.

Vergeleken met sociale media besteden scholieren meer tijd aan gamen. Van de scholieren die games spelen, besteedt ruim een derde (37%) hier minder dan een uur per dag aan. Een vergelijkbaar percentage (39%) speelt 1 tot 2 uur games, en veertien procent van hen is hier 3 tot 4 uur mee bezig. Tien procent van de scholieren is meer dan 4 uur per dag bezig met het spelen van games (zie figuur 6). Jongens besteden meer tijd aan gamen dan meisjes. Verder geeft ruim de helft van de scholieren die minimaal 4 uur per dag bezig zijn met sociale media (51%), aan ook meer dan 4 uur per dag te besteden aan gamen.



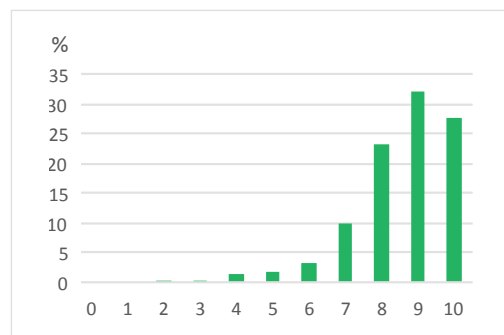
## Welbevinden

### Hoe gelukkig zijn de scholieren?

Naast vragen over middelengebruik en ander risicovol gedrag, is de leerlingen van groep 7 en 8 gevraagd naar een beoordeling van het eigen leven. Deze beoordeling werd gegeven middels een cijfer op een schaal van 0 ('Slechtste leven dat ik me kan voorstellen') tot 10 ('Beste leven dat ik me kan voorstellen'). In 2015 waren de leerlingen erg positief over hun eigen leven, hetgeen door hen beoordeeld werd met een 8,6 gemiddeld. Slechts vier procent van de leerlingen gaf het eigen leven een onvoldoende (een 5 of lager) en bijna twee derde van de leerlingen (60%) beoordeelde het eigen leven met een 9 of 10 (zie figuur 6).

Wanneer gekeken wordt naar de gemiddelde beoordeling van het eigen leven blijken er geen verschillen te zijn tussen jongens (8,6) en meisjes (8,5). Wel beoordelen allochtone leerlingen (8,8) hun leven gemiddeld iets hoger dan autochtonen (8,6), en bestaan er ook significante verschillen tussen leerlingen uit

**Figuur 6. Beoordeling van het eigen leven, met een cijfer (%). Peiljaar 2015.**



een volledig gezin (8,7) en leerlingen uit een onvolledig gezin (8,0).

### Zijn scholieren gelukkiger geworden?

Uit vergelijking van de cijfers van 2015 met voorgaande jaren blijkt dat het eigen leven niet eerder zo hoog beoordeeld werd door de leerlingen. Terwijl de gemiddelde beoordeling tussen 2003 en 2011 stabiel bleef (8,4), blijkt deze in 2015 (8,6) wel significant hoger te liggen dan de voorgaande jaren.

### Referenties

- [1] Van Dorsselaer, S., Tuithof, M., Verdurmen, J., Spit, M., Van Laar, M., & Monshouwer, K. (2016). *Jeugd en riskant gedrag 2015*. Kerngegevens uit het peilstationsonderzoek scholieren. Utrecht: Trimbos-instituut.
- [2] De Looze, M., Van Dorsselaer, S., De Roos, S., Verdurmen, J., Stevens, G., Gommans, R., Van Bon-Martens, M., Ter Bogt, T., & Vollebergh, W. (2013). *HBSC 2013. Gezondheid, welzijn en opvoeding van jongeren in Nederland*. Utrecht: Trimbos-instituut.
- [3] Rijksoverheid (2015). *Regels voor de e-sigaret*.
- [4] RIVM (2014). *E-sigaretten Factsheet*, maart 2014.
- [5] Seifert, S.M., Schaechter, J.L., Hershoin, E.R., & Lipshultz, S.E. (2011). Health effects of energy drinks on children, adolescents, and young adults. *Pediatrics*, 127(3), 511-528.

### Colofon

Trimbos-instituut  
Postbus 725  
3500 AS Utrecht  
T: 030 – 297 11 00

**Auteurs**  
Merel Spit, Saskia van Dorsselaer,  
Marlous Tuithof, Karin Monshouwer

**Vormgeving en productie**  
Canon Nederland N.V.

**Beeld**  
www.istockphoto.com

**Bestelinformatie**  
Deze uitgave is als gratis download  
beschikbaar via [www.trimbos.nl/  
webwinkel](http://www.trimbos.nl/webwinkel) met artikelnummer AF1470

© 2016, Trimbos-instituut, Utrecht

**Copyrights Trimbos-instituut**  
Alle rechten voorbehouden. Niets uit  
deze uitgave mag worden veeleevuldigd  
en/of openbaar gemaakt, in enige vorm  
of op enige wijze, zonder voorafgaande  
toestemming van het Trimbos-instituut.