

Methode positieve gezondheid in het Voortgezet Onderwijs lijkt jongeren in beweging te zetten



De Jeugdgezondheidszorg (JGZ) van GGD Hart voor Brabant (GGD HvB) heeft bij hun contactmoment in de 4^e klas van het Voortgezet Onderwijs (VO) de methode Positieve Gezondheid ingevoerd. Daarmee beogen zij om jongeren inzicht te geven in hun eigen (sociaal-emotionele) gezondheid en ze aan te zetten tot zelfreflectie en gedragsverandering.

Werkwijze Positieve Gezondheid in de JGZ

Na een toelichting door de JGZ (met introductie-filmpje) vullen jongeren online een vragenlijst (47 vragen) in gericht op de volgende 6 domeinen: mijn lichaam, gedachten en gevoelens, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen en dagelijks leven. Hun antwoorden staan weergegeven in een spinnenweb. Het doel hiervan is om jongeren inzicht te geven in hun eigen gezondheid en aan te zetten tot zelfreflectie en gedragsverandering.

In het najaar van 2022 bij GGD HvB onderzochten we met behulp van een pilot:

- Wat de ervaringen van jongeren zijn met deze werkwijze;
- In hoeverre de methode aanzet tot actie bij jongeren, zoals bijvoorbeeld vaker gaan sporten.

Methode pilotevaluatie

Positieve Gezondheidsvragenlijst

In de periode 31 oktober t/m 22 november 2022 namen 1.402 leerlingen deel aan het JGZ-contactmoment van GGD HvB. Zij vulden de Positieve Gezondheidsvragenlijst in en een gedeelte van de jongeren ook de CDI-II (Children Depression Inventory, voor screening op depressieve symptomen). Hun antwoorden op beide vragenlijsten zijn geanalyseerd voor deze factsheet.

Pilot naar ervaringen

Voor de pilot werden leerlingen gevraagd een vragenlijst in te vullen over hun ervaringen met de Positieve Gezondheid methode. Deze vragenlijst werd afgenomen direct na het invullen van de Positieve Gezondheid vragenlijst. Zodoende werden ervaringen van ruim 200 jongeren in kaart gebracht. Twee weken na deelname zijn de jongeren nogmaals benaderd om na te gaan of ze iets gedaan hebben met de output van het spinnenweb, zoals nadenken over zijn/haar gezondheid; in gesprek gaan met anderen of daadwerkelijk iets ondernemen (bijv. sporten). Hieraan deden 80 leerlingen mee.

Resultaten

Positieve Gezondheidsvragenlijst

Gemiddeld scoren de jongeren hoog (positief) op de 6 domeinen van Positieve Gezondheid. Op een schaal van 1 t/m 10 is de gemiddelde score tussen de 7,5 en 8,3 (zie Figuur 1). De CDI-II geeft aan dat 12% van de jongeren (9% jongens en 15% meisjes) depressieve symptomen heeft.

Gemiddelde positieve gezondheid



Figuur 1. Uitkomsten Positieve Gezondheidsvragenlijst

Pilot naar ervaringen

Tabel 1 toont het geslacht en schoolniveau van de jongeren die hun ervaringen binnen de pilot deelden.

Tabel 1. Achtergrondkenmerken jongeren

	Voormeting N=205	Nameting N=80
Geslacht		
Jongen	77 (38%)	26 (33%)
Meisje	124 (62%)	52 (67%)
Schoolniveau		
VMBO	154 (77%)	55 (71%)
HAVO	12 (6%)	5 (6%)
VWO	35 (17%)	17 (22%)

Het merendeel van de jongeren vond het introductiefilmpje van de methode Positieve Gezondheid, de uitleg, de vragen en de weergave van de antwoorden (spinnenweb) duidelijk (>79-90%) en aansprekend (>51-69%) (zie Tabel 2). 60% vond het meedoen aan de werkwijze Positieve Gezondheid prettig.

Tabel 2. Ervaringen met de werkwijze positieve gezondheid (N=205)

	Duidelijk	Aansprekend
Introductiefilmpje	164 (85%)	100 (51%)
Uitleg GGD Medewerker	171 (90%)	130 (69%)
Vragen in de vragenlijst	169 (89%)	116 (61%)
Weergave van antwoorden in spinnenweb	150 (79%)	122 (68%)

Twee weken na deelname geeft het merendeel van de jongeren aan naar aanleiding van de uitkomsten in het spinnenweb nagedacht te hebben over de eigen gezondheid (56%), en inzicht te hebben gekregen in de eigen gezondheid (74%). 56% voelt zich in staat om zijn/haar eigen gezondheid te verbeteren.

Tabel 3 laat zien dat 31% van de jongeren met iemand heeft gesproken (bijv. familielid of vriend(in)) naar aanleiding van de uitkomsten in het Spinnenweb. 46% van de jongeren heeft ook daadwerkelijk iets ondernomen om zijn/haar gezondheid te verbeteren, zoals sporten en gezonder eten.

Tabel 3. Behoefte, plan en acties ondernomen naar aanleiding van uitkomsten in het Positieve Gezondheid-spinnenweb (N=80)

	nee	ja
Gesproken met iemand	55 (69%)	25 (31%)
Met wie gesproken (meerdere antwoorden mogelijk)		
Familielid		17 (21%)
Vriend(in)		13 (16%)
Behoefte om iets te veranderen	58 (73%)	22 (28%)
Van plan om iets te veranderen	49 (61%)	31 (39%)
Daadwerkelijk iets veranderd (meerdere antwoorden mogelijk)	43 (54%)	37 (46%)
Sporten		18 (23%)
Gezonder eten		18 (23%)
Nieuwe hobby		8 (10%)

Conclusie en aanbevelingen

De jongeren ervaren een hoge Positieve Gezondheid op alle 6 domeinen. Daarentegen geeft 12% van de jongeren aan depressieve symptomen te hebben. Het merendeel van de jongeren vindt de methode Positieve Gezondheid prettig om mee te werken en de materialen/uitleg vinden zij duidelijk en aansprekend. Een derde van de jongeren spreekt met een familielid of vriend(in) naar aanleiding van de uitkomsten in het Spinnenweb en bijna de helft onderneemt daadwerkelijk actie om zijn/haar gezondheid te verbeteren.

Deze resultaten geven een eerste indicatie dat de jongeren de werkwijze als positief ervaren en dat een groot deel van deze jongeren ook daadwerkelijk iets onderneemt om zijn/haar gezondheid te verbeteren. De resultaten dienen met voorzichtigheid te worden geïnterpreteerd, omdat er mogelijk sprake is van een selectieve respons.

Vervolgonderzoek is nodig om deze resultaten te repliceren, en om na te gaan wat de opbrengsten van de methode Positieve Gezondheid zijn op langere termijn.

De referentie naar waar verwezen kan worden is: Theunissen MHC, Oprins-van Liempd F, Blanson Henkemans OA, Empelen van P, Klein Velderman MK. Methode positieve gezondheid in het Voortgezet Onderwijs lijkt jongeren in beweging te zetten. Leiden: TNO; 2023.

Contact

Meinou Theunissen

✉ meinou.theunissen@tno.nl

☎ + 31 (0)6 4696 6095