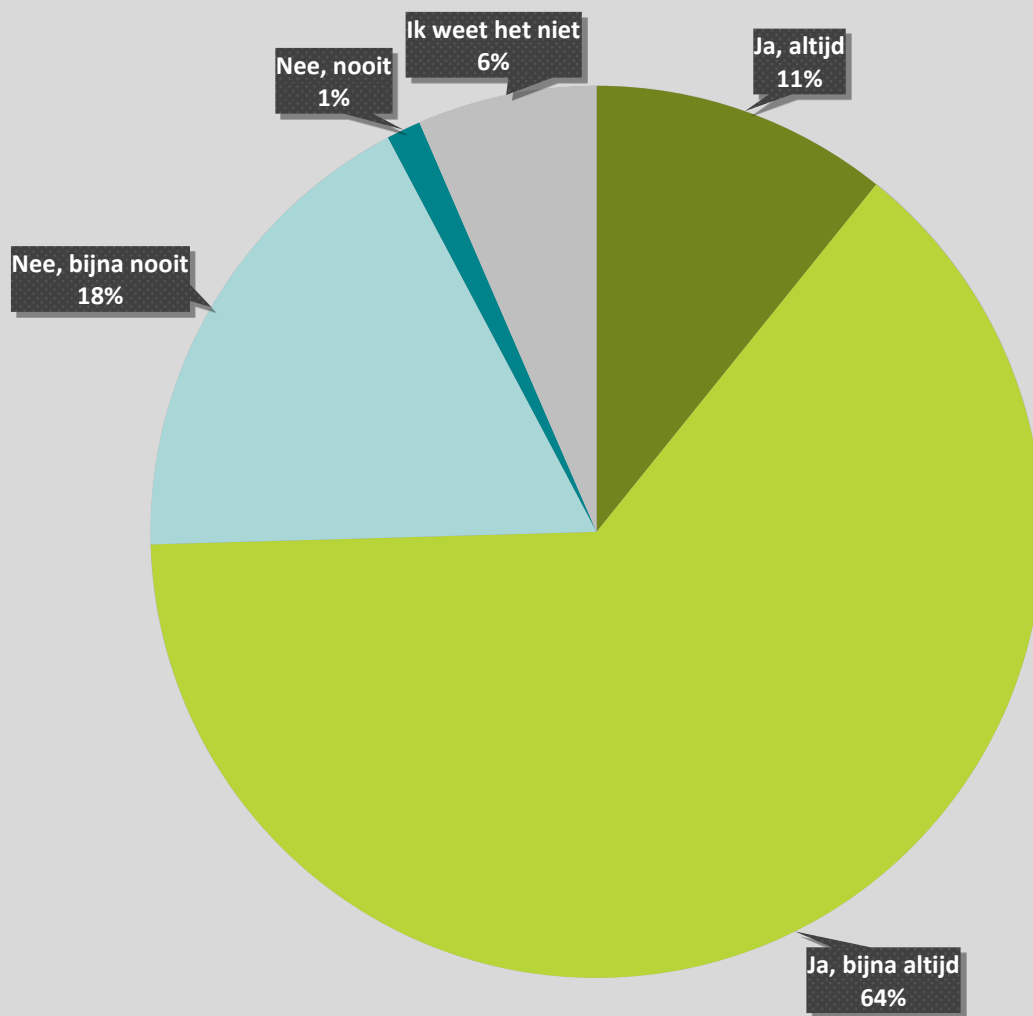


December 2021 | Waddist

Heb jij het gevoel dat je momenteel kan zijn wie je bent?
(n=723)



Figuur 1

Kunnen zijn wie je bent!

De Warmste Week 2021

Kunnen de Waddisters zichzelf zijn?

Wat zeggen de Waddist-cijfers gebaseerd op een set van 40 vragen?

De overgrote meerderheid van de Waddisters geeft aan zichzelf te kunnen zijn. Bijna 1 op 5 van de Waddisters kan dit echter niet en heeft het gevoel niet aanvaard te worden door anderen. Het gevoel niet aanvaard te worden lijkt meer voor te komen bij meisjes dan bij jongens. Wat de Waddisters vooral nodig hebben om zichzelf te kunnen zijn, is te weten komen hoe ze voor hun mentaal welzijn kunnen zorgen, waar hun talenten liggen en welke doelen ze willen bereiken.

Wat betreft deze doelen vinden ze hun inspiratie vooral tijdens vrije tijd en hobby's. Slechts 1/3^{de} van de Waddisters vindt deze inspiratie op school. De voornaamste drempels die Waddisters ervaren in het bereiken van deze doelen zijn 'te weinig geloof in zichzelf', 'te weinig energie' en 'te weinig zelfdiscipline'. Opmerkelijk geeft iets minder dan de helft van de Waddisters aan na een faalervaring vaak te beginnen piekeren en aan zichzelf te twijfelen. Minder dan 1 op 5 van hen gaat op zoek naar een oplossing en slechts 1 op 20 zal erover praten met anderen.

Hoewel ze zelf aangeven hoe belangrijk het is om zicht te hebben op hun talenten, kan 1/3^{de} van hen geen talent opnoemen van zichzelf. Dit effect wordt kleiner naarmate de leeftijd toeneemt, toch zijn ook 20% van de jongvolwassenen daar niet toe in staat. Ook de meisjes blijken daar minder goed toe in staat te zijn dan de jongens.

In lijn met het belang dat ze hechten aan 'weten hoe zorg te dragen voor je mentaal welzijn', geeft de helft van deze groep aan dat er op school een vak zou mogen zijn over psychisch welzijn. Naast een tamelijk grote groep twijfelaars, is slechts 6% van de Waddisters hier niet mee akkoord.

Iets meer dan de helft van de Waddisters denkt verslaafd te zijn aan sociale media. We zien geen verschil wat betreft leeftijd. Ongeveer 3/4^{de} van de Waddisters zegt zichzelf te vergelijken met anderen op sociale media. De meisjes onder hen blijken dat meer te doen dan de jongens. Een grote meerderheid geeft aan dat een melding, wanneer een foto bewerkt is, mogelijks helpend zou kunnen zijn. We zien dat bijna evenveel jongens als meisjes kiezen voor deze oplossing.

De Waddisters hebben het gevoel te moeten presteren, meer dan 3/4^{de} van de Waddisters geeft aan deze druk eerder wel tot vaak te ervaren. Tegelijk zien we dat meer dan 3/4^{de} van de Waddisters eigenlijk niet weet hoe om te gaan met hoge prestatiedruk. Het blijkt ook niet iets te zijn dat ze leren met ouder worden, want evenveel jongvolwassenen als jongeren geven dit antwoord.

Een kleine helft van de Waddisters heeft het gevoel minder kansen te krijgen door wie ze zijn. Binnen deze groep heeft dat vooral te maken met gender, economische omstandigheden en seksuele voorkeur. Een grote meerderheid (65%) van de Waddisters vindt dan ook dat er meer aandacht mag zijn op school voor LGTB+ -rechten, Black Lives Matter en andere maatschappelijke onderwerpen.

Je goed voelen met wie je bent heeft ook te maken met jezelf op een positieve manier gerepresenteerd zien in je omgeving. Opvallend genoeg herkent meer dan de helft van de Waddisters zich niet in de personages van de Vlaamse televisie en ook niet in schoolboeken.

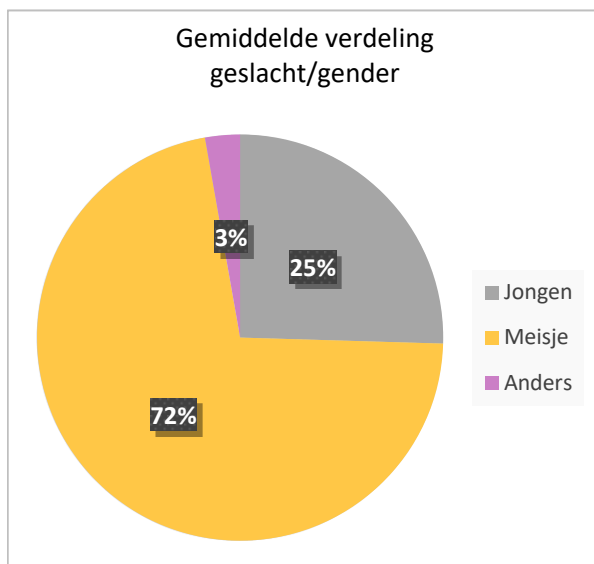
Wanneer de Waddisters zich niet goed in hen vel voelen vragen de meesten hulp aan een goeie vriend of familie. Een aanzienlijke groep van 40% zegt echter geen hulp te vragen aan anderen als ze zich niet goed voelen. Wanneer ze professionele hulp zouden nodig hebben, denkt de meerderheid te weten bij welke organisatie aan te kunnen kloppen. Een kwart van de Waddisters weet dit eerder niet.

We kunnen besluiten dat de meesten onder de Waddisters zichzelf kunnen zijn. De handvaten waar zij het meest nood aan lijken te hebben is informatie over psychisch welzijn, ondersteuning in de zoektocht naar hun talenten, advies en ondersteuning in het omgaan met prestatiedruk en faalervaringen en meer aandacht voor minderheidsgroepen.

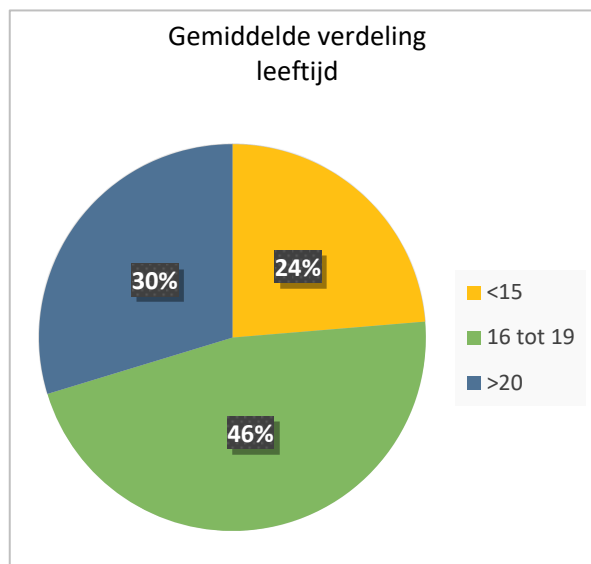
Demografische variabelen

In de periode november, december 2021 zijn op basis van acht op voorhand bepaalde clusters een veertigtal vragen gesteld om het thema 'Jezelf kunnen zijn' in beeld te brengen. De acht clusters zijn: 'zelfbeschikking', 'zelfkennis en zelftrots', 'mentaal en fysiek welzijn', 'sociale media', 'een prestatiegerichte maatschappij', 'een wereld van ongelijkheid', 'representatie', 'hulp vinden & waar voel je je goed'. Een aanzienlijk deel van deze vragen zijn samen opgesteld met de jongerenambassadeurs van de Warmste Week, waar Waddist officiële partner van is.

In deze periode zijn er **gemiddeld 663** Waddisters die de vragen beantwoorden en dit met **een spreiding van 52** -- de mate waarin het aantal deelnemers verschilt van vraag tot vraag. De meisjes zijn in de meerderheid: gemiddeld antwoorden 165 jongens tegenover gemiddeld 457 meisjes. Er zijn 17 tot 18 Waddisters die kiezen voor de categorie 'anders' en dus niet voor de categorie 'jongen' of 'meisje'. Daarnaast zien we dat ongeveer de helft van de Waddisters zich in de leeftijdscategorie 16 tot 19 jaar bevindt. Iets minder dan 1/3^{de} is ouder dan 20 en ongeveer 1/4^{de} is jonger dan 15 jaar.

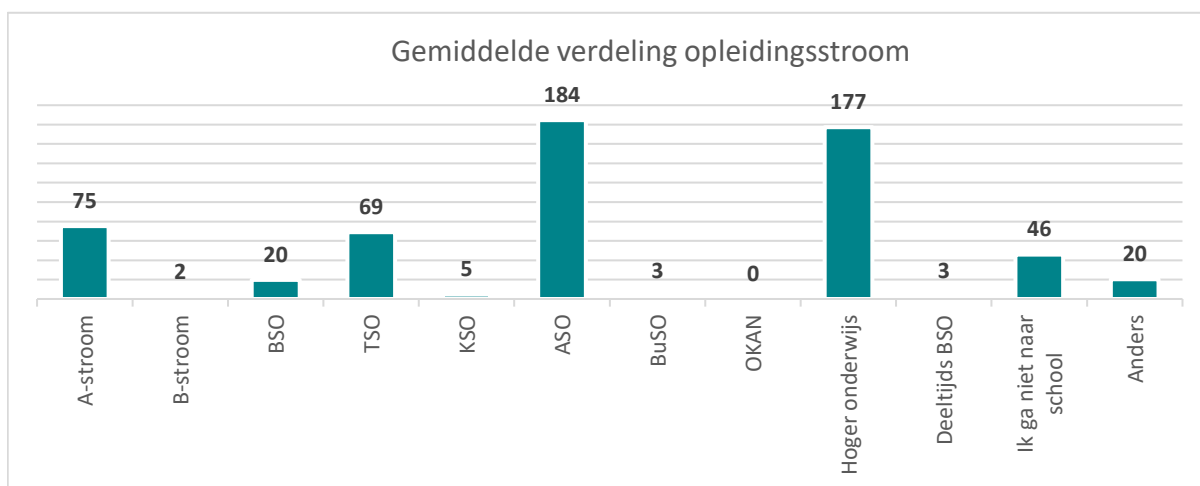


Figuur 2



Figuur 3

De meeste van de Waddisters volgen ASO of hoger onderwijs. De vertegenwoordiging vanuit BSO of Buso is zeer laag.



Figuur 4

Kunnen de Waddisters zichzelf zijn?

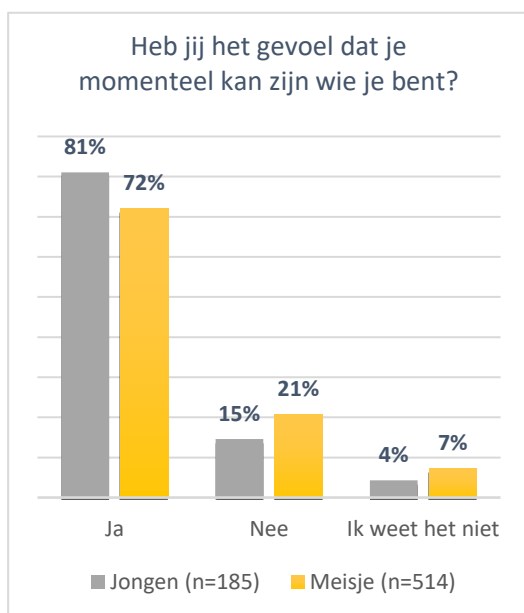
Kunnen de Waddisters zichzelf zijn en wat zou hen ondersteunen om dichterbij zichzelf te kunnen blijven?

Wij vroegen de Waddisters ...

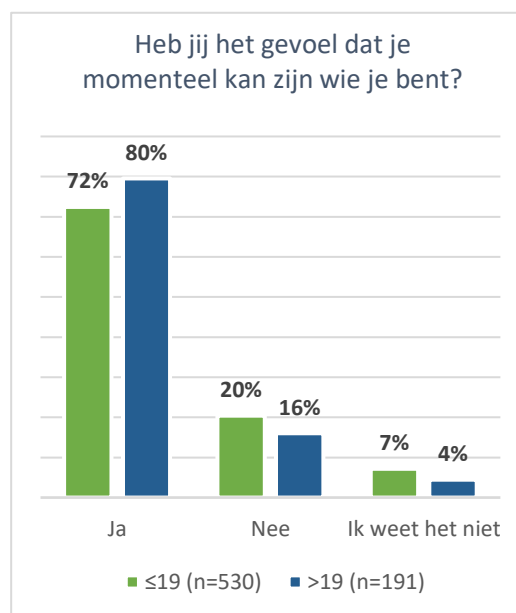
Heb jij het gevoel dat je kan zijn wie je bent? (n=723)

De meeste Waddisters hebben het gevoel te kunnen zijn wie ze zijn: 60% geeft aan bijna altijd te kunnen zijn wie ze zijn en 10% kan dit zelfs altijd. Er blijkt toch wel nog een grote groep die dit helemaal niet zo ervaren: 20% geeft aan bijna nooit zichzelf te kunnen zijn. (Figuur 1)

Er zijn betekenisvolle verschillen op basis van leeftijd en geslacht. Jongvolwassenen geven meer aan zichzelf te kunnen zijn dan jongeren. En ook de jongens in deze groep blijken meer zichzelf te kunnen zijn, dan de meisjes.



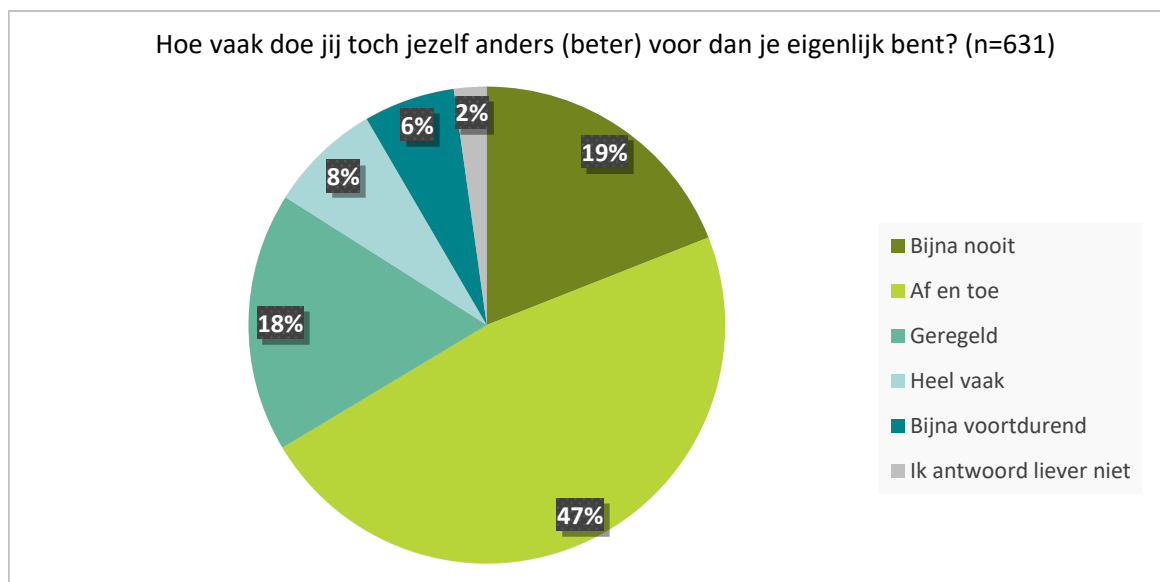
Figuur 5



Figuur 6

Hoe vaak doe jij toch jezelf anders (beter) voor dan je eigenlijk bent? (n=631)

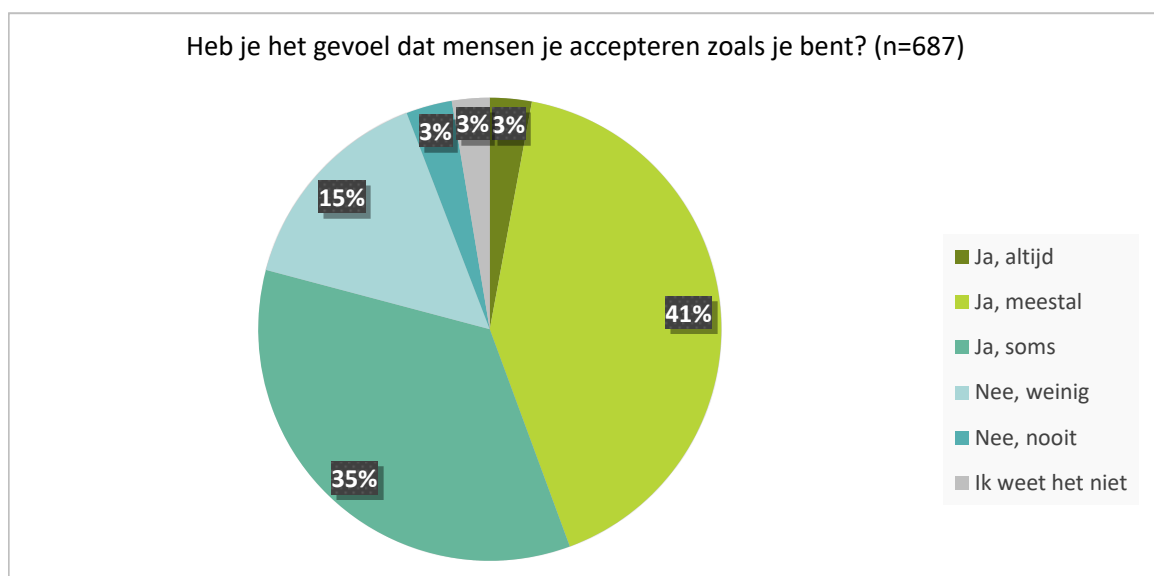
De meeste Waddisters geven aan zich af en toe anders voor te doen dan ze eigenlijk zijn. Er blijft een groep van 14% onder de Waddisters die zich heel vaak tot bijna voortdurend anders voordoet dan ze eigenlijk zijn. Er is geen betekenisvol verschil gevonden voor jongens en meisjes, ook niet voor leeftijd.



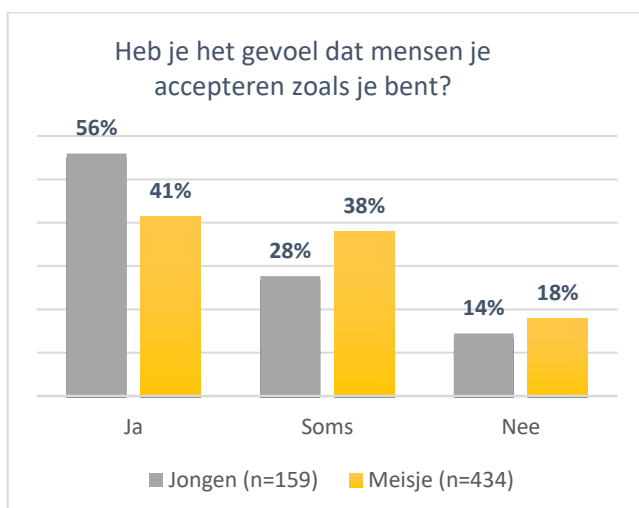
Figuur 7

Heb je het gevoel dat mensen je accepteren zoals je bent? (n=687)

Iets minder dan de helft van de Waddisters heeft het gevoel dat mensen hen accepteren zoals ze zijn. Daarnaast ervaart 1/3^{de} van de groep soms dat ze geaccepteerd worden zoals ze zijn. Er is evenwel een aanzienlijke groep van 18% die dit weinig tot nooit ervaart.



Figuur 8

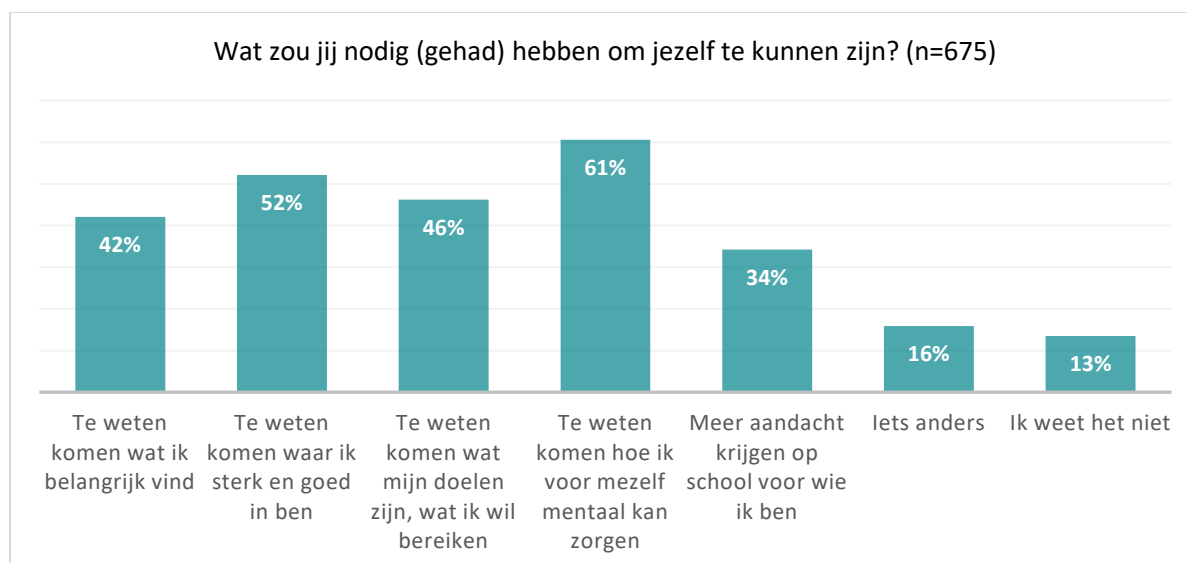


Figuur 9

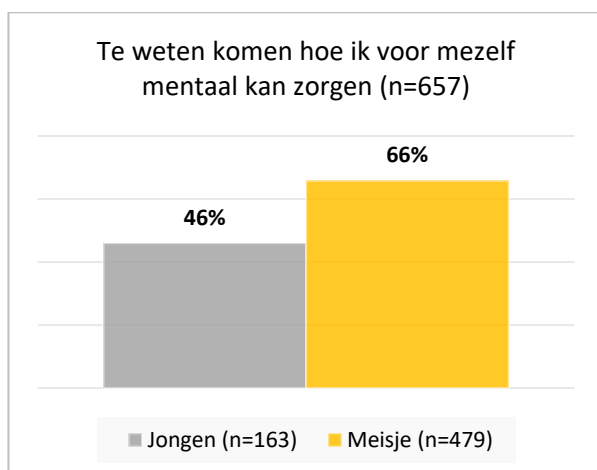
Er is een betekenisvol verschil tussen jongens en meisjes wat betreft het gevoel 'geaccepteerd te worden zoals je bent'. Jongens geven vaker aan het gevoel te hebben dat anderen hen accepteren, meisjes rapporteren iets vaker dat ze soms tot nooit ervaren geaccepteerd te worden door anderen.

Wat zou jij nodig (gehad) hebben om jezelf te kunnen zijn? (meerdere antwoorden mogelijk) (n=675)

Op de vraag "Wat zou jij nodig (gehad) hebben om jezelf te kunnen zijn?", antwoorden meer dan de helft van de Waddisters: 'Te weten komen hoe ik voor mezelf mentaal kan zorgen.' en 'Te weten komen waar ik goed en sterk in ben.'. Ook de andere antwoorden 'Te weten komen wat ik belangrijk vind.' en 'Te weten komen wat mijn doelen zijn' wordt door meer dan 40% van de Waddisters aangeduid. Ook een aanzienlijke groep van 30% duidt aan 'Meer aandacht krijgen op school voor wie ik ben'.



Figuur 10



Figuur 11

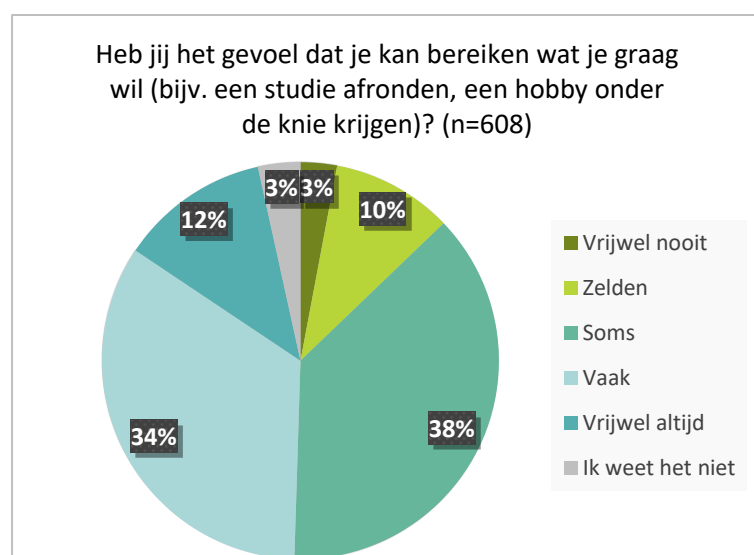
Als we de Waddisters vragen wat ze nodig hebben om zichzelf te kunnen zijn, zien we geen noemenswaardige verschillen opduiken tussen de verschillende leeftijdscategorieën. Ook jongens en meisjes antwoorden heel gelijkaardig, behalve dat meisjes meer dan jongens aanduiden nood te hebben aan kennis over hoe voor zichzelf te zorgen. Opvallend zijn de hogere scores voor bijna alle variabelen van de groep die kiest voor de categorie 'anders' en dus niet voor jongen/meisje. Het gaat echter maar over een groep van 16 jongeren, waardoor we hier geen echte besluiten kunnen trekken.

Zelfbeschikking

Om jezelf te kunnen zijn is het belangrijk om te weten wat je doelen zijn en wat je motiveert. Daarnaast is het ook belangrijk dat je voldoende controle hebt over je gedrag om je doelen ook te bereiken. Hoe schatten jongeren hun zelfcontrole in? Hebben ze het gevoel dat ze zichzelf goede doelen kunnen stellen? Hebben ze het gevoel dat ze zichzelf kunnen sturen om deze doelen te bereiken? Wie helpt hen daar dan vooral bij? Ervaren ze drempels om hun dromen waar te maken, of zijn er dingen die hen daarbij al geholpen hebben.

Wij vroegen de Waddisters ...

Heb jij het gevoel dat je kan bereiken wat je graag wil (bijv. een studie afronden, een hobby onder de knie krijgen)? (n= 608)

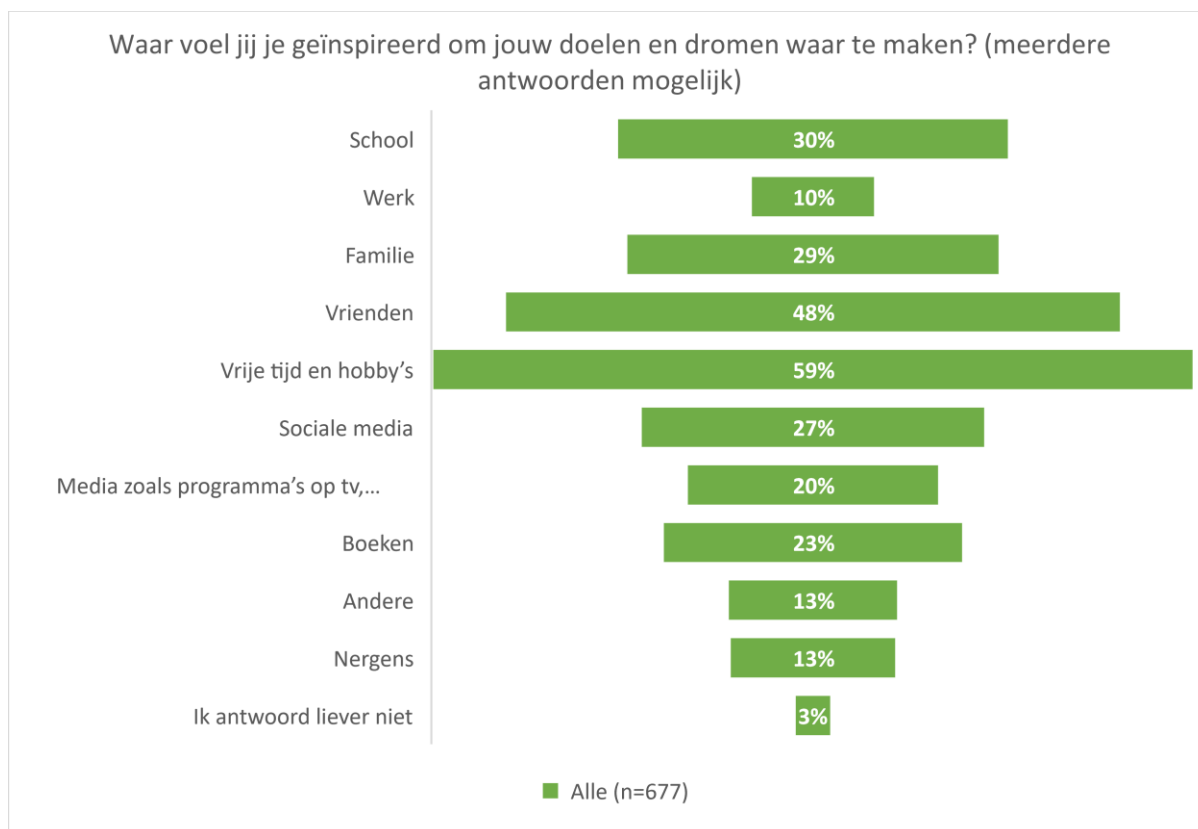


Figuur 12

Bijna de helft van de Waddisters antwoordt vaak, tot vrijwel altijd hun doelen te kunnen bereiken. Een grote groep van 38% geeft aan zijn/haar/hun doelen soms te bereiken. Iets meer dan 1 op 10 van de Waddisters geeft aan de doelen zelden of vrijwel nooit te bereiken. We zien geen betekenisvol verschil voor meisjes of jongens en ook niet leeftijd.

Waar voel jij je geïnspireerd om jouw doelen en dromen waar te maken? (meerdere antwoorden mogelijk) (n=677)

Voor de Waddisters zijn vrije tijd en hobby's de grootste bron van inspiratie, gevolgd door vrienden. Slechts 1/3^{de} van de jongeren vindt inspiratie op school. We zien geen betekenisvol verschillen voor jongens of meisjes of leeftijdscategorie. Het enige opvallende is dat meisjes meer dan jongens inspiratie vinden in boeken.



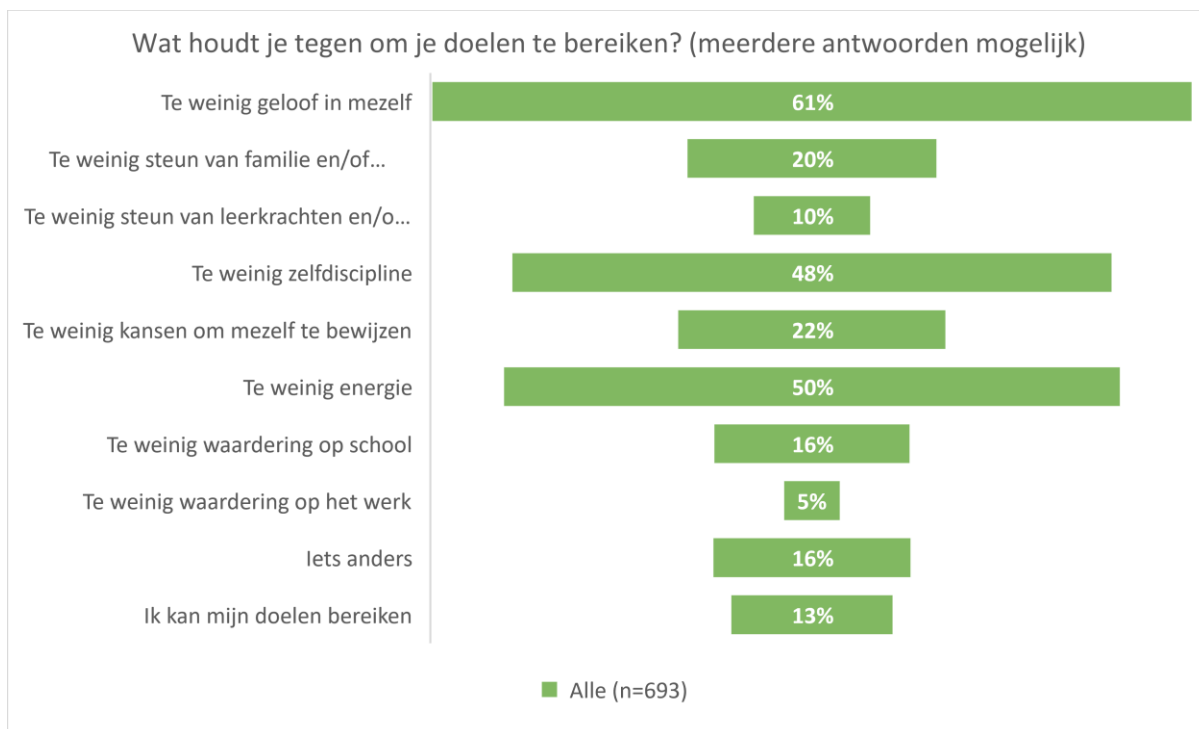
Figuur 13

Wat houdt je tegen om je doelen te bereiken? (meerdere antwoorden mogelijk) (n=693)

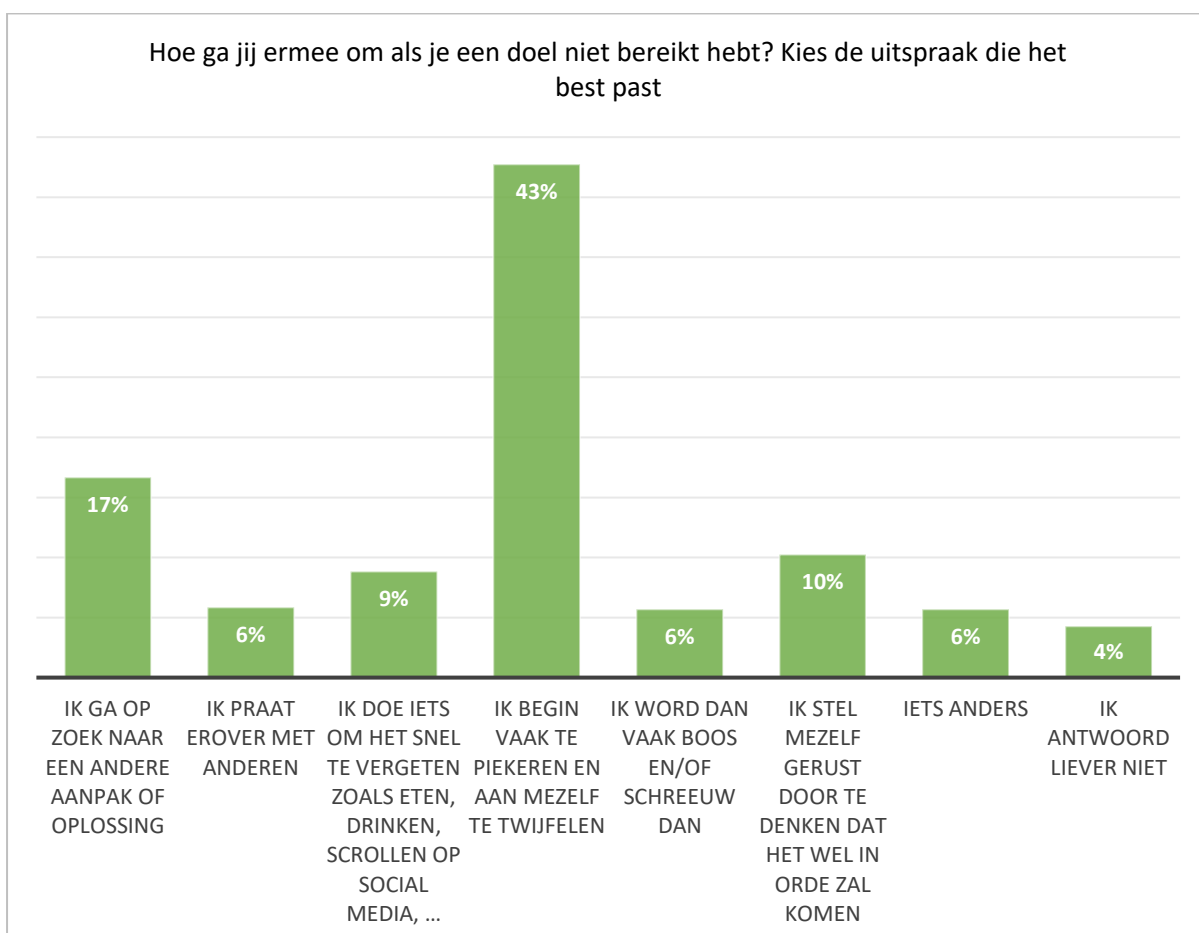
De voornaamste drempel die Waddisters ervaren in het bereiken van hun doelen is 'te weinig geloof in zichzelf', gevolgd door 'te weinig energie' en 'te weinig zelfdiscipline'. In lijn met een vorige vraag waar 12% van de Waddisters aangeeft altijd zijn/haar/hun doel te kunnen bereiken, duidt ook nu 13% van de Waddisters aan zijn doelen te kunnen bereiken. Ongeveer 20% van de Waddisters geeft aan te weinig steun te ervaren van familie en vrienden. Net zo heeft 20% van de Waddisters het gevoel te weinig kansen te krijgen om zichzelf te bewijzen. Er is een beduidend verschil tussen jongens en meisjes. Jongens duiden eerder 'te weinig zelfdiscipline' aan als een drempel, waar meisjes eerder 'te weinig zelfvertrouwen' aanduiden. (Figuur 14)

Hoe ga jij ermee om als je een doel niet bereikt hebt? Kies de uitspraak die het best past. (n=702)

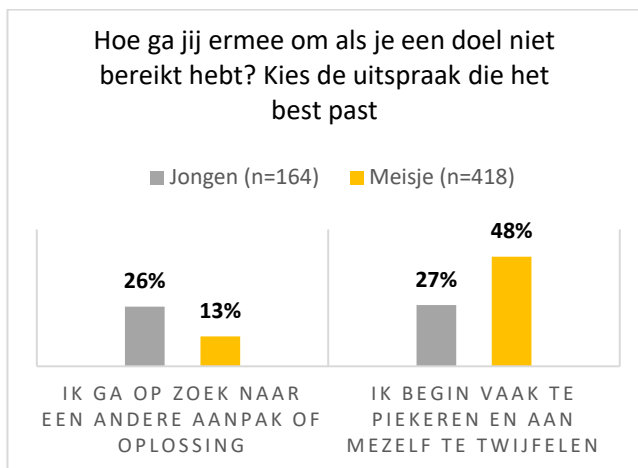
Iets minder dan de helft van de Waddisters geeft aan na een faalervaring vaak te beginnen piekeren en aan zichzelf te twijfelen. Minder dan 1/5^{de} van hen geeft aan op zoek te gaan naar een oplossing. Slechts 6% zal erover praten met anderen. (Figuur 15)



Figuur 14



Figuur 15



Figuur 16

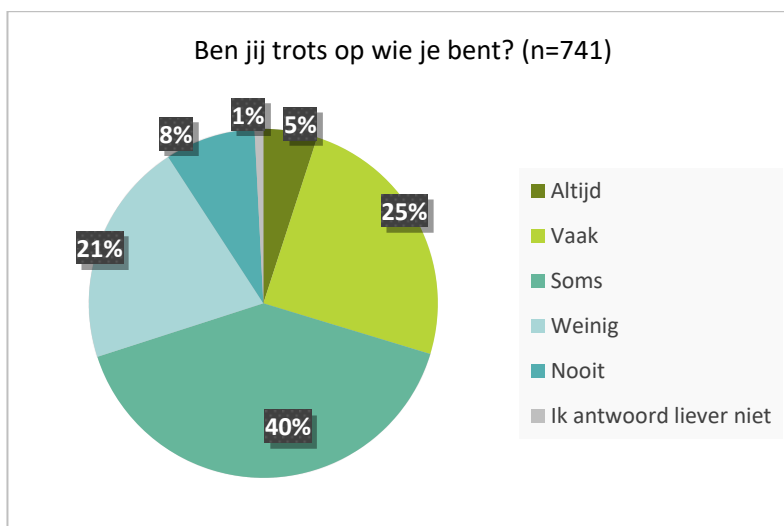
Wanneer gevraagd wordt aan de Waddisters hoe ze omgaan met een faalervaring, dan zien we weinig verschillen tussen de leeftijdscategorieën, behalve dat jongvolwassenen iets hoger scoren op 'Ik ga op zoek naar een andere aanpak of oplossing', dan jongeren. Wanneer we de antwoorden van de jongens en meisjes vergelijken, dan zien we een duidelijk verschil: jongens gaan meer dan meisjes op zoek gaan naar een andere aanpak of oplossing en meisjes beginnen vaker te piekeren en te twijfelen aan zichzelf.

Zelfkennis en trots

Jezelf zijn begint met jezelf kennen! Hebben jongeren het gevoel dat ze voldoende ruimte vinden om te ontdekken wie ze zelf zijn? Waar vinden ze die ruimte? Wie of wat is daarin voor hen een gids? Welke hindernissen ervaren zij in dit proces? Met een positieve blik en het geloof dat je verschil kan maken in je eigen leven en dat van anderen, zal je meer de ruimte kunnen innemen die passend is voor jou en opkomen voor wat nodig en belangrijk is voor jou. Een voorwaarde om dit te doen is dus zelfwaardering, weten waar je goed en sterk in bent. We willen een inschatting maken hoe het gesteld is met de zelfwaardering van jonge mensen. Weten ze waar ze goed in zijn? Krijgen ze voldoende feedback over hun sterktes en talenten? Waar vinden ze die feedback vooral?

Wij vroegen de Waddisters ...

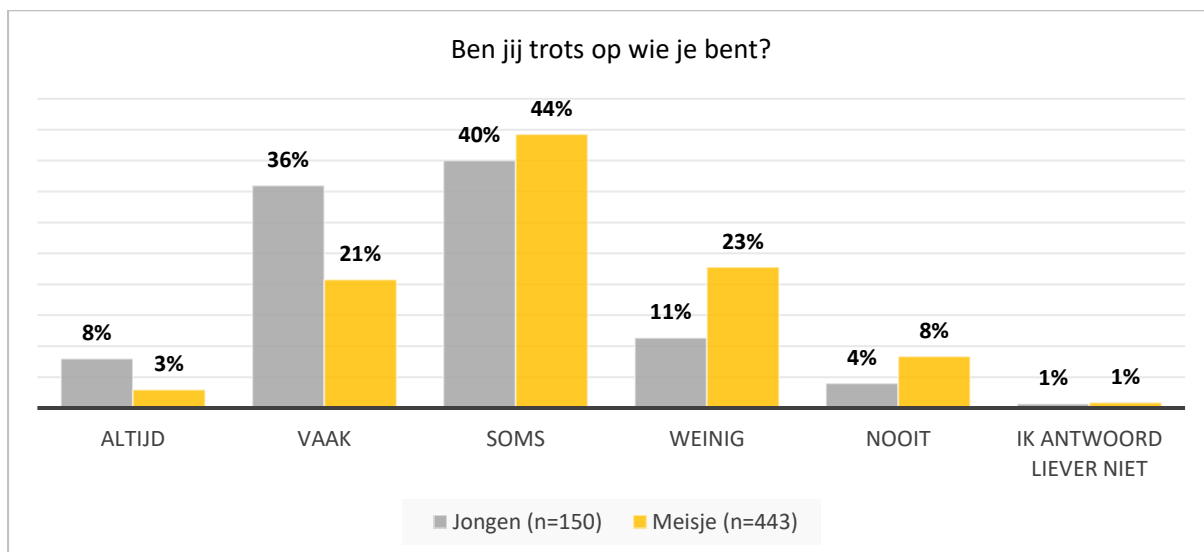
Ben jij trots op wie je bent? (n=741)



Figuur 17

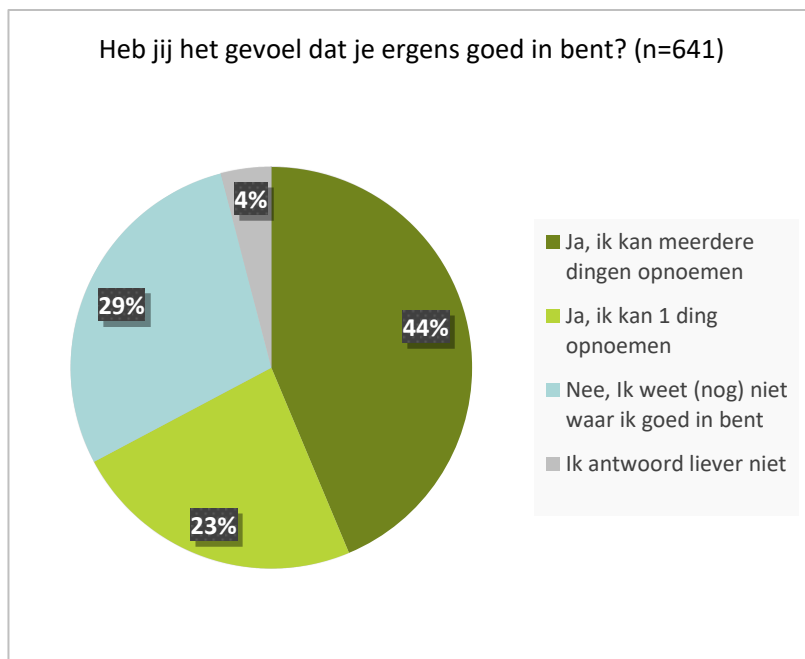
Iets minder dan 1/3^{de} van de Waddisters is vaak tot altijd trots op zichzelf. Iets meer dan 1/3^{de} is soms trots op zichzelf. Dit betekent dat een aanzienlijke aandeel, namelijk 1/3^{de} van de Waddisters weinig tot nooit trots is op zichzelf.

Er is een groot verschil tussen jongens en meisjes. Jongens rapporteren dubbel zo veel dan meisjes altijd tot vaak trots te zijn. Meisjes rapporteren dan weer dubbel zo veel dan jongens weinig tot nooit trots te zijn op zichzelf.



Figuur 18

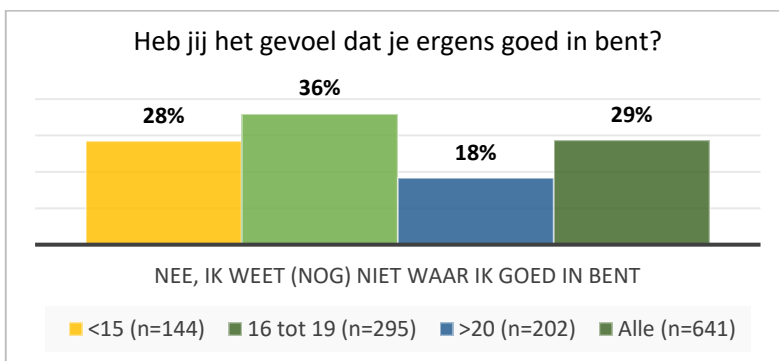
Heb jij het gevoel dat je ergens goed in bent? (n= 641)



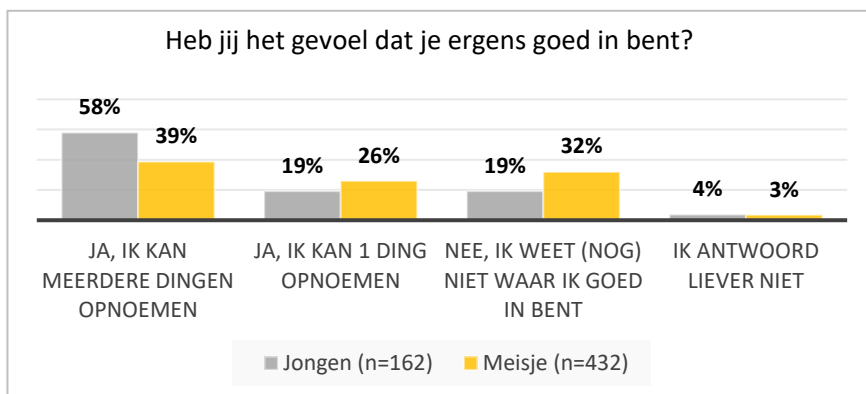
Figuur 19

Bijna 70% van de Waddisters kan minstens 1 ding opnoemen waar ze goed in zijn. Blijft er wel nog een groep van 30% over die dit nog niet kunnen. We zien daarbij wel degelijk een leeftijdseffect. Jongvolwassenen kunnen gemakkelijker dan jongeren benoemen waar ze goed in zijn.

Ondanks dat de meeste jongvolwassenen hun talenten kennen, blijkt er toch ook bij hen een aanzienlijke groep van 20% te zijn die nog niet weten waar ze goed in zijn.



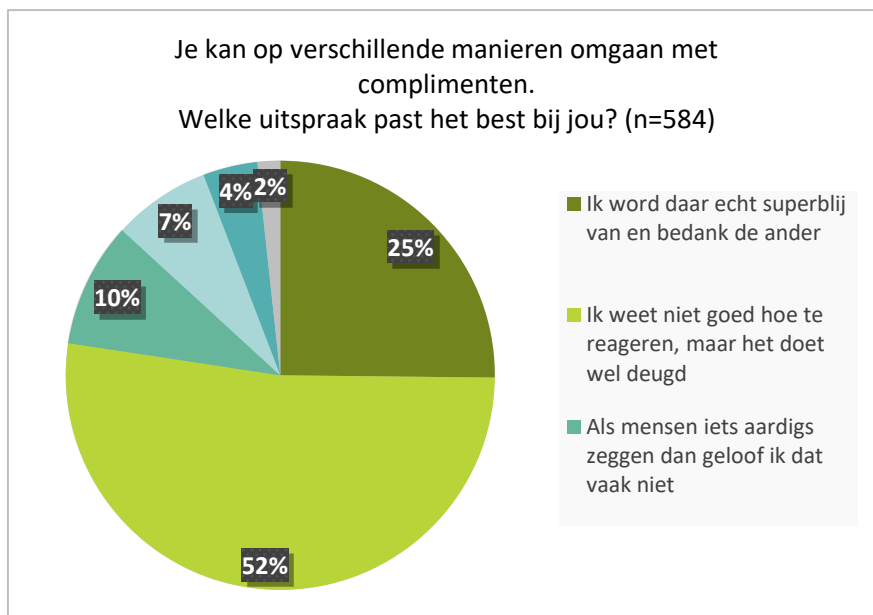
Figuur 20



Figuur 21

Wanneer we de Waddisters vragen naar hun talenten, dan zien we ook een duidelijk verschil tussen jongens en meisjes. Jongens geven meer aan dan meisjes te weten waar ze goed in zijn.

Je kan op verschillende manieren omgaan met complimenten. Welke uitspraak past het best bij jou? (n= 584)



Figuur 22

Meer dan 3/4de van de Waddisters geeft aan blij te worden van feedback. De helft daarvan weet wel niet altijd goed hoe daarop te reageren. Blijft er wel 1/4de van de Waddisters over die aangeeft het moeilijk te hebben om de feedback aan te nemen omwille van diverse redenen. We zien daarbij geen verschillen wat betreft leeftijd of gender.

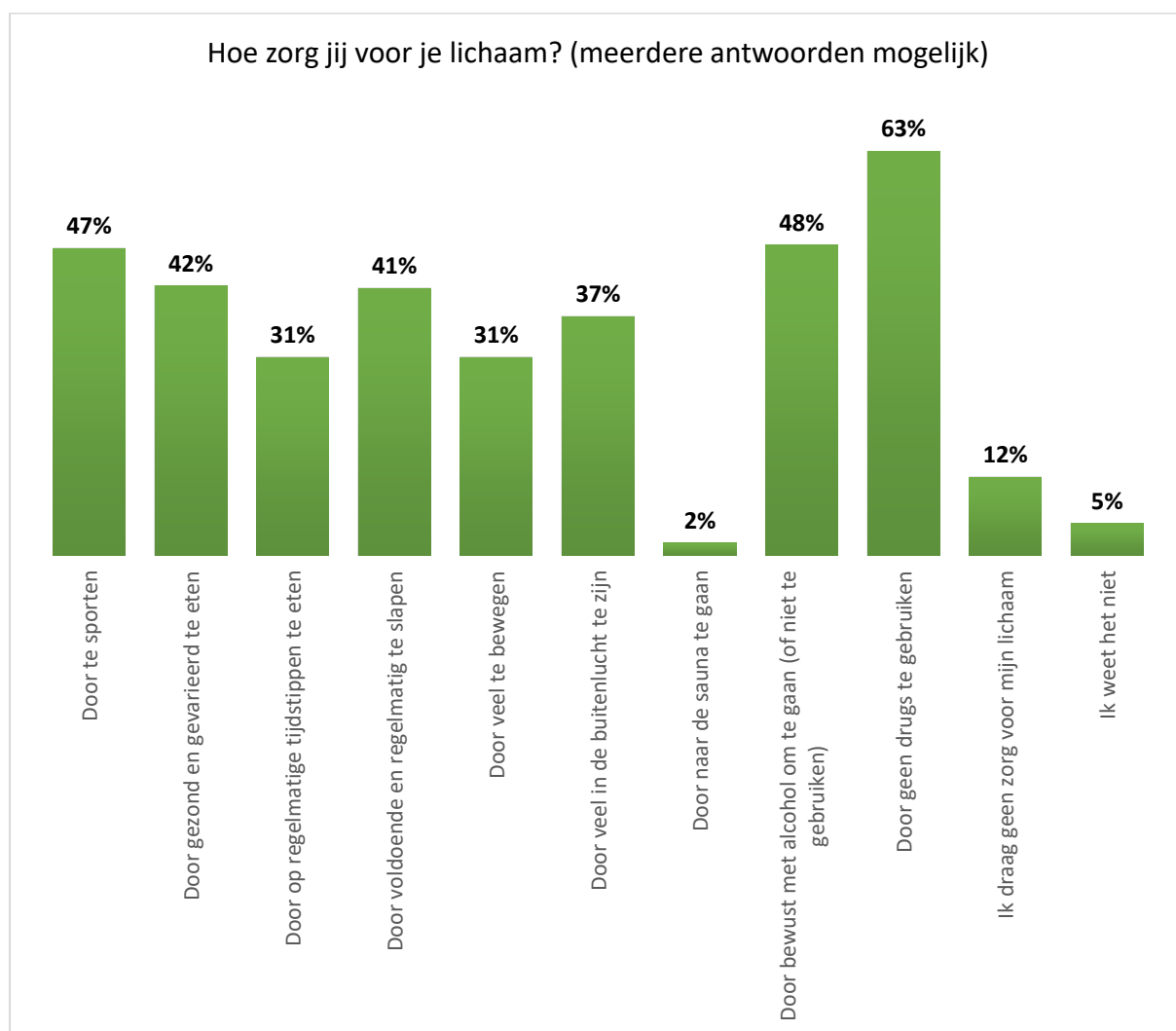
Zorgdragen voor je mentaal en fysiek welzijn

Jezelf kunnen zijn heeft ook te maken met je mentaal en fysiek welzijn. Wanneer je je goed voelt in je vel, is het gemakkelijker om gewoon jezelf te zijn. We willen een inschatting maken hoe goed jongeren zorgdragen voor zichzelf en welke nood ze nog voelen op dit vlak.

Wij vroegen de Waddisters ...

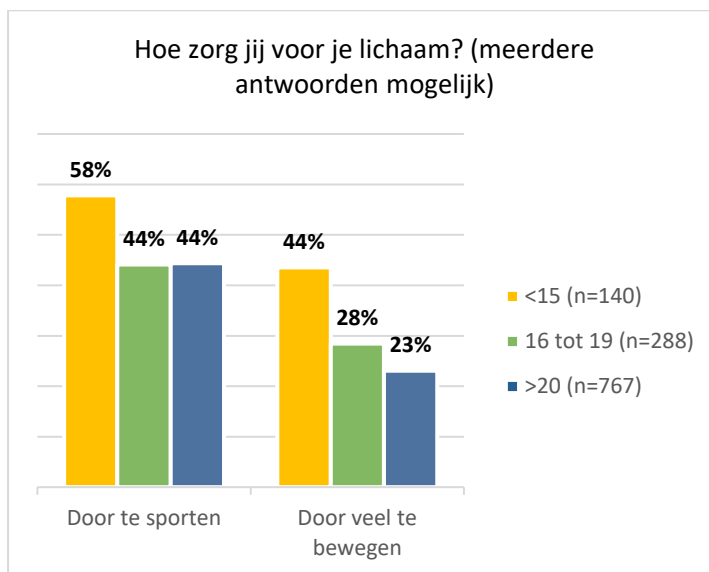
Hoe zorg jij voor je lichaam? (meerdere antwoorden mogelijk) (n=598)

Een goede 60% van de Waddisters geeft aan voor zijn/haar lichaam te zorgen door geen drugs te gebruiken. Iets minder dan 50% zegt voor zichzelf te zorgen door bewust om te gaan met alcohol en door te sporten. Ander gezondheidsgedrag zoals sporten, gevarieerd eten ed. wordt door 30 a 40% van de Waddisters aangeduid. 1/10 van de Waddisters zegt echter geen zorg voor zijn/haar lichaam te dragen.



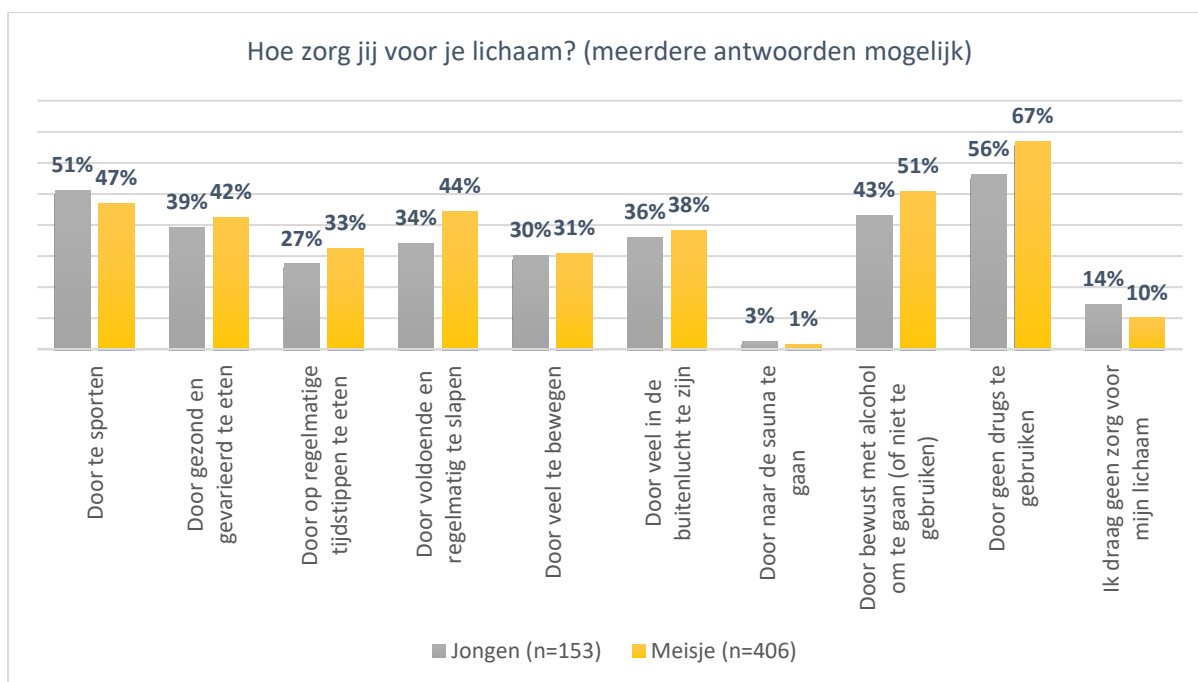
Figuur 23

Behalve dat Waddisters onder de 15 jaar meer dan de anderen aangeven te bewegen en te sporten, zien we bijna geen verschillende antwoorden voor de leeftijds-categorie.



Figuur 24

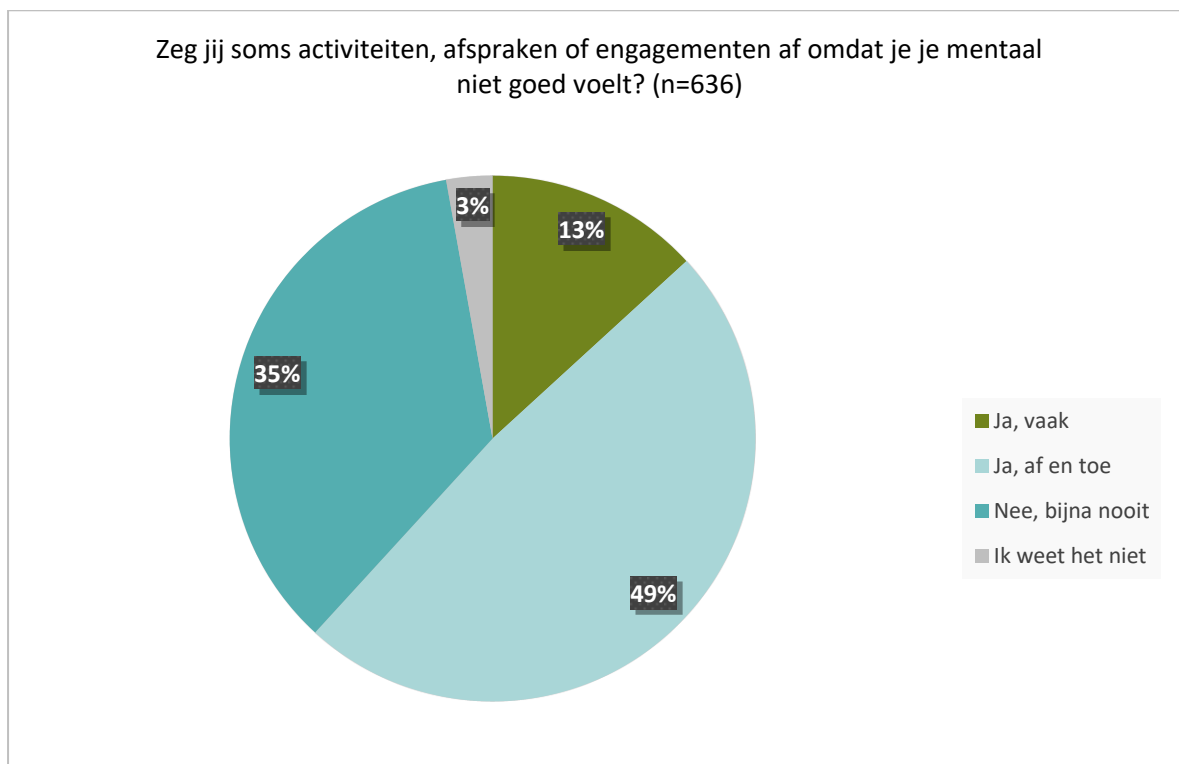
Meisjes scoren meestal beetje hoger dan jongens voor de categorieën 'zorg dragen voor je lichaam', zeker als het gaat over alcohol en druggebruik, behalve voor sporten.



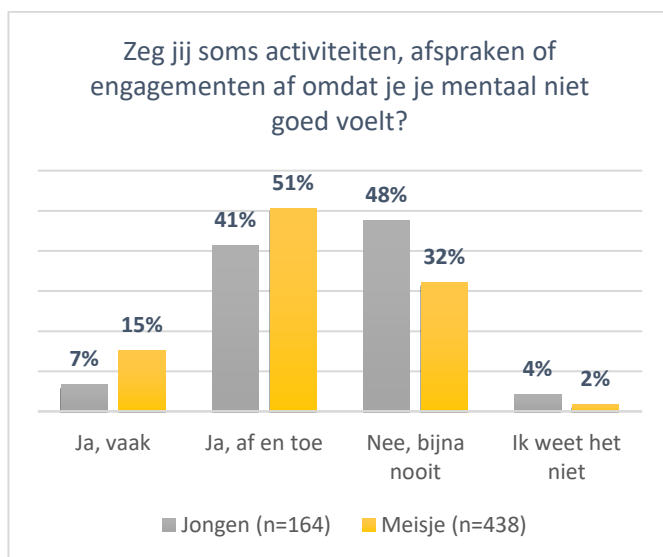
Figuur 25

Zeg jij soms activiteiten, afspraken of engagements af omdat je je mentaal niet goed voelt? (n=636)

Ongeveer de helft van de Waddisters geeft aan af en toe engagements af te zeggen omdat hij/zij zich niet goed voelt en iets meer dan 1/10^{de} van de Waddisters doet dat zelfs vaak. (Figuur 26)



Figuur 26

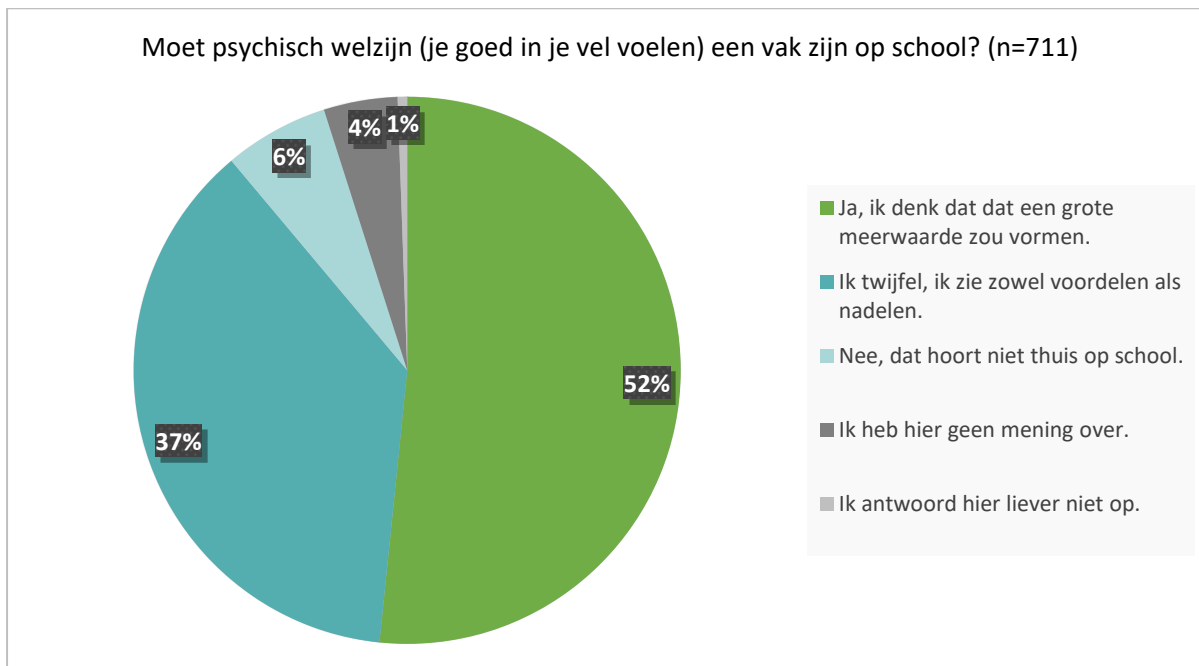


Figuur 27

Wat betreft het afzeggen van afspraken als men zich mentaal niet goed voelt, zien we dat de antwoorden van de verschillende leeftijdscategorieën heel dicht bij elkaar liggen. We zien wel een betekenisvol verschil tussen de jongens en de meisjes. Meisjes zullen eerder dan jongens afspraken afzeggen.

Moet psychisch welzijn (je goed in je vel voelen) een vak zijn op school? (n= 711)

Ongeveer de helft van de Waddisters vindt dat psychisch welzijn een vak zou moeten zijn op school. Daarnaast zien we nog een grote groep van bijna 40% die daarover twijfelt. Slechts 6% van de Waddisters geeft aan dat dit niet thuis hoort op school. We zien geen grote verschillen voor leeftijd. Meer meisjes dan jongens zijn overtuigd dat het een meerwaarde zou zijn. Maar de hoeveelheid jongens die vindt dat dit niet thuis hoort op school is niet zoveel groter dan de meisjes. (Figuur 28)



Figuur 28

Sociale media: Het effect van ideaalbeelden en profilering

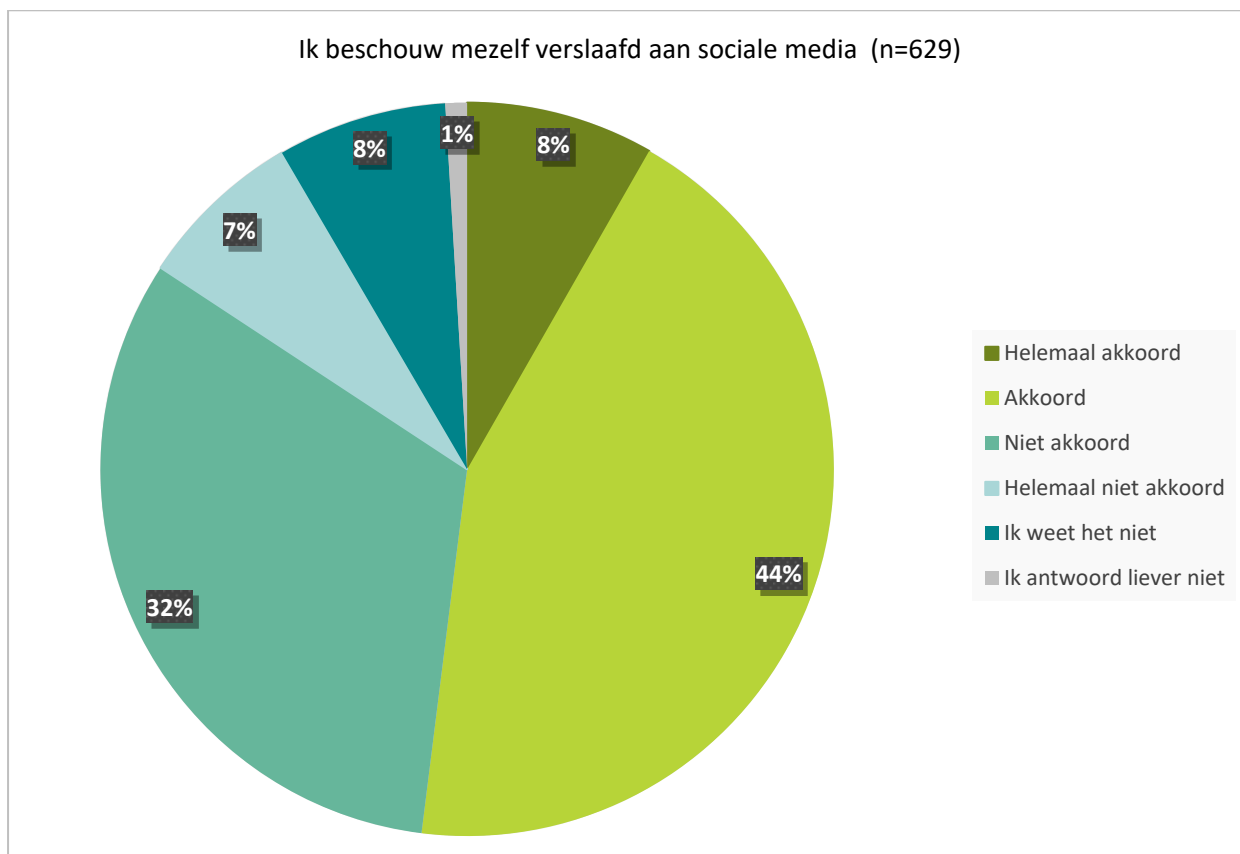
Het effect van sociale media op jongeren en psychisch welzijn van jongeren is groot. Hoe schatten jongeren dit zelf in? Wat denken zij nodig te hebben om een mogelijks negatieve impact te reduceren. Een belangrijk onderdeel is het effect van ideaalbeelden over schoonheid en vrijetijdsbesteding (vakantiekiejes en uitstappen met vrienden) op de manier waarop jongeren denken over zichzelf en hun leven en vooral ook welke verwachtingen dit induceert.

Wij vroegen de Waddisters ...

Ik beschouw mezelf verslaafd aan sociale media. (n= 629)

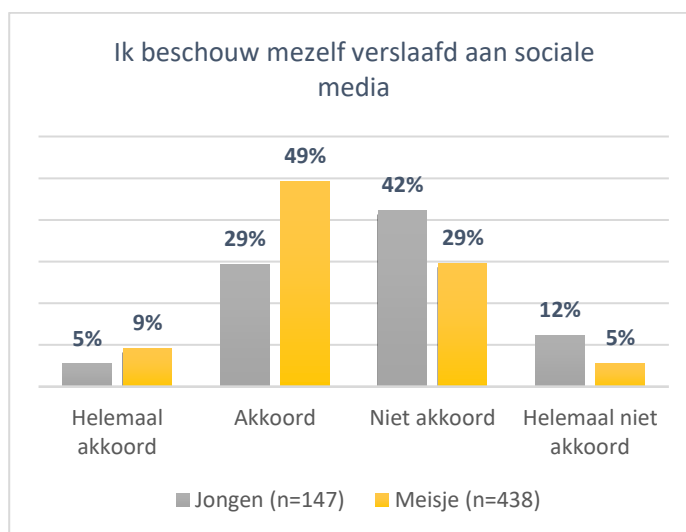
Iets meer dan de helft van de Waddisters denkt verslaafd te zijn aan sociale media. We zien geen verschil wat betreft leeftijd. (Figuur 30)

Figuur 29



Figuur 30

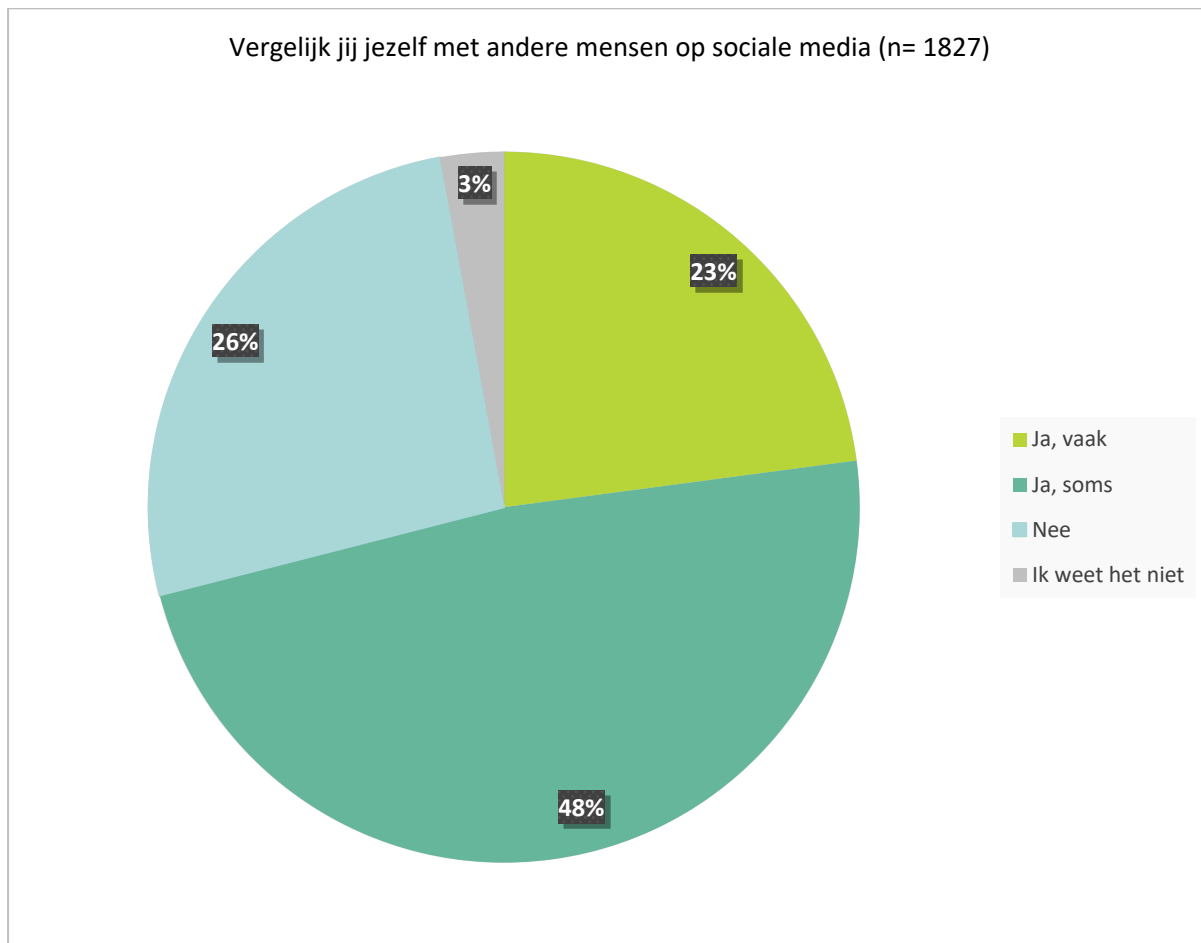
We zien wel dat meisjes veel vaker dan jongens zeggen verslaafd te zijn aan sociale media.



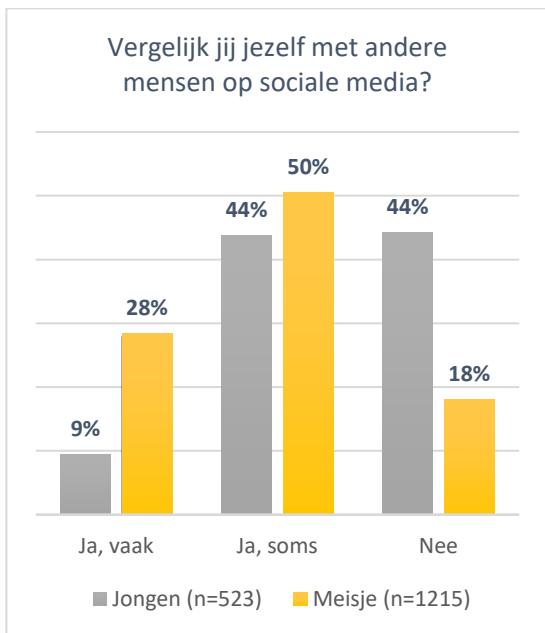
Figuur 31

Vergelijk jij jezelf met andere mensen op sociale media? (n= 1827)

Anders dan de andere vragen werd deze vraag al gesteld in mei 2021. Op dat moment telde de Waddistersgroep meer dan 1800 leden. Ongeveer de helft van de Waddisters vergelijkt zich soms met mensen op sociale media. 1/4^{de} van de Waddisters doet dit vaak. Er is geen betekenisvol verschil voor leeftijd.



Figuur 32

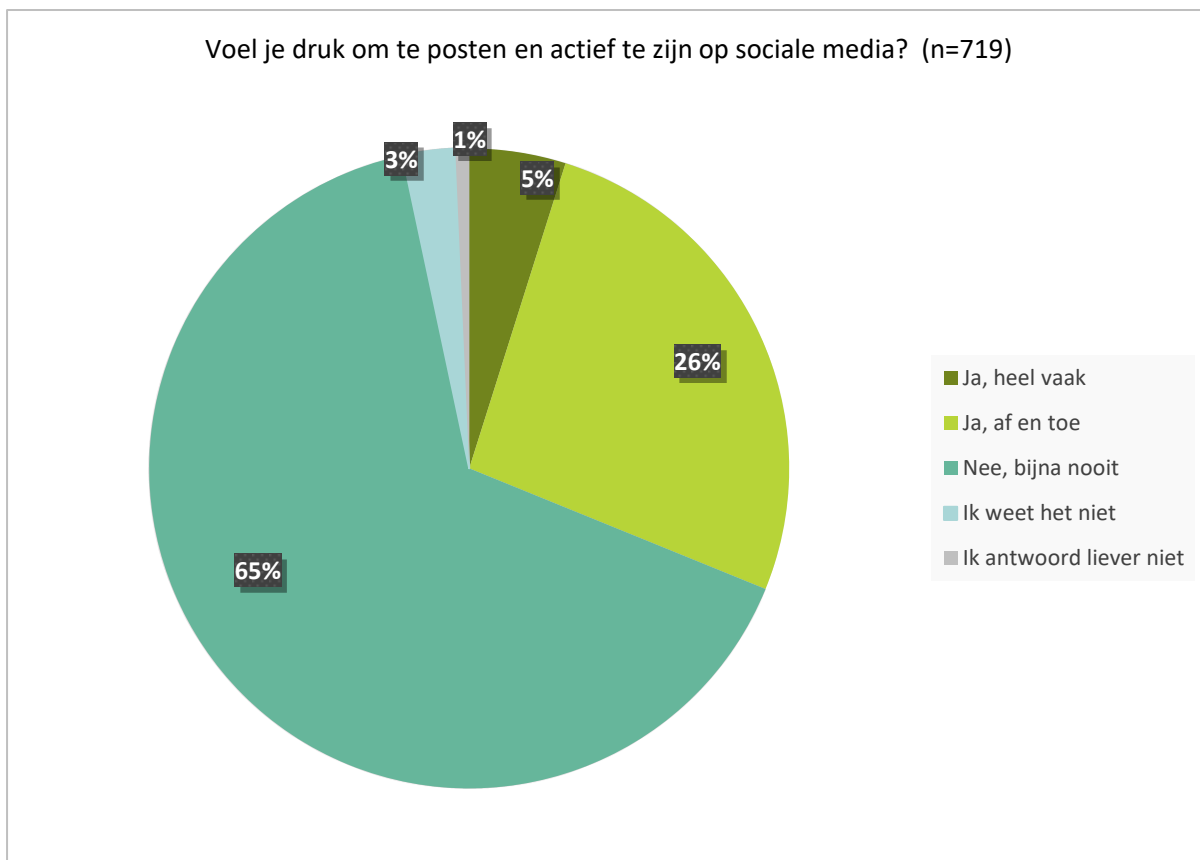


Figuur 33

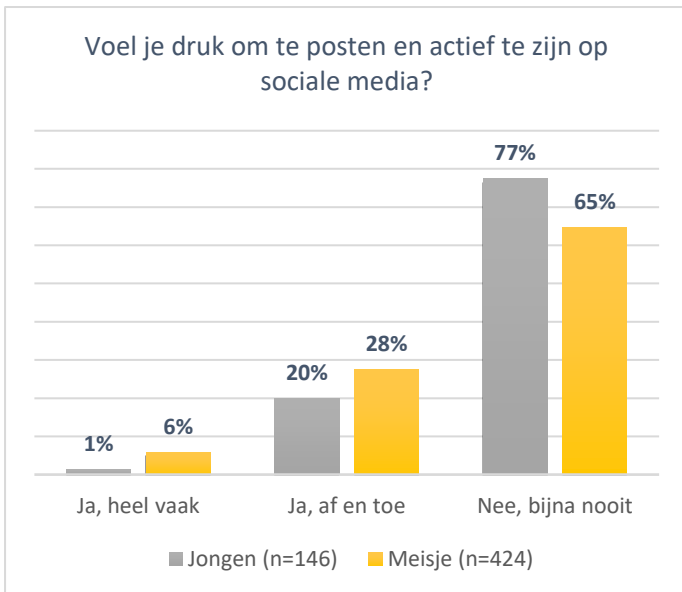
Meisjes vergelijken zich beduidend vaker dan jongens met andere mensen op sociale media.

Voel je druk om te posten en actief te zijn op sociale media? (n= 719)

Meer dan de helft van de Waddisters voelt geen druk om te posten of actief te zijn op sociale media. Iets meer dan een 1/4^{de} van de Waddisters voelt dit af en toe. Slechts 5% voelt heel vaak druk om te posten. Er is geen verschil voor leeftijd.



Figuur 34

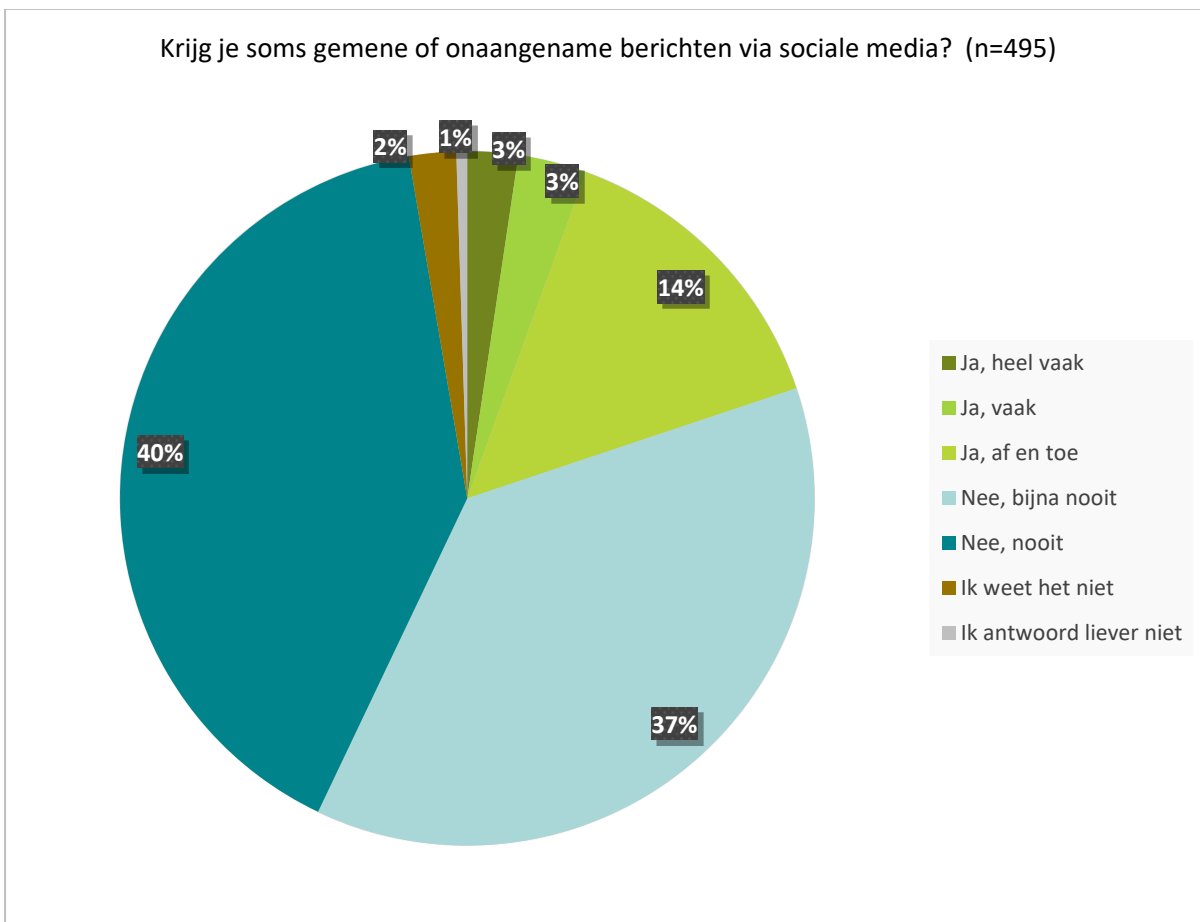


We zien dat meisjes net iets meer druk ervaren dan jongens om te posten en actief te zijn op sociale media.

Figuur 35

Krijg je soms gemene of onaangename berichten via sociale media? (n= 495)

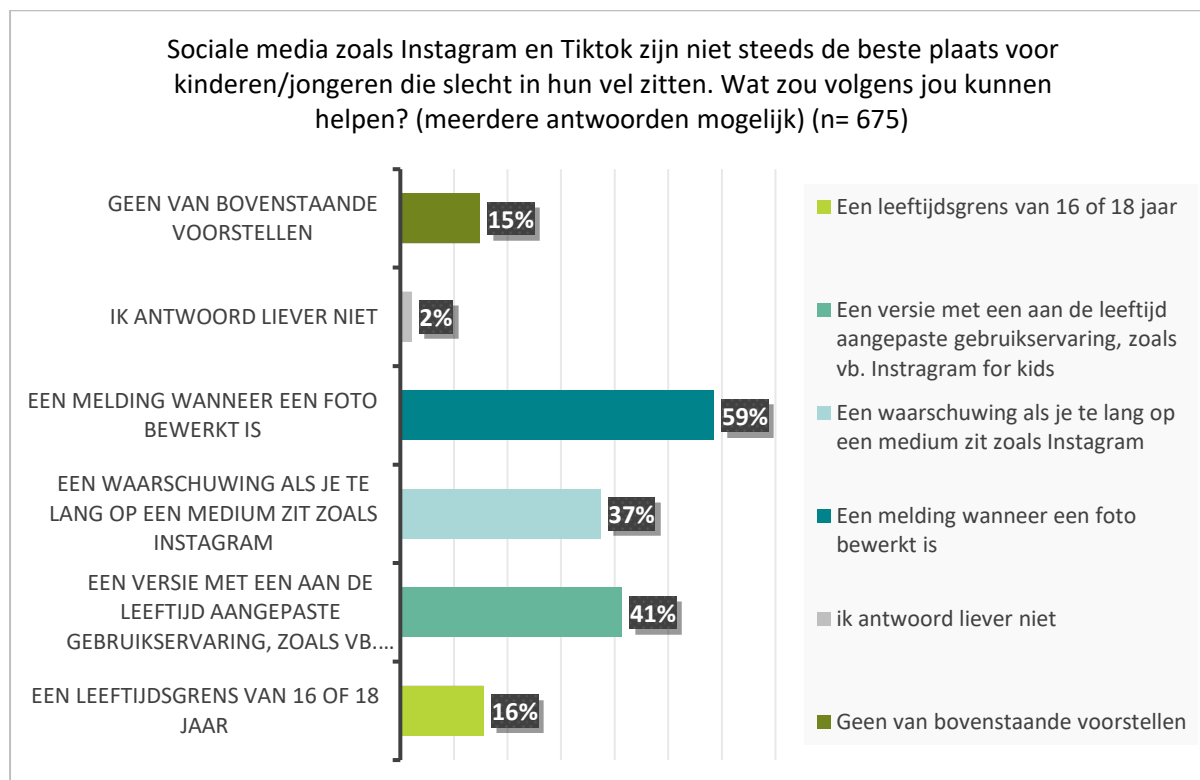
De meeste Waddisters (77%) krijgen bijna tot nooit gemene berichten via social media. De groep die vaak tot heel vaak gemene berichten krijgt, is een kleine groep van 6%.



Figuur 36

Sociale media zoals Instagram en Tiktok zijn niet steeds de beste plaats voor kinderen/jongeren die slecht in hun vel zitten. Wat zou volgens jou kunnen helpen? (meerdere antwoorden mogelijk) (n=675)

Meer dan de helft van de Waddisters geeft aan dat een melding wanneer een foto bewerkt is, zou kunnen helpen. Ook een waarschuwing als je te lang op een medium zit en een versie aangepast aan de leeftijd zijn oplossingen waarvan meer dan 1/3^{de} denkt dat het zou helpen.



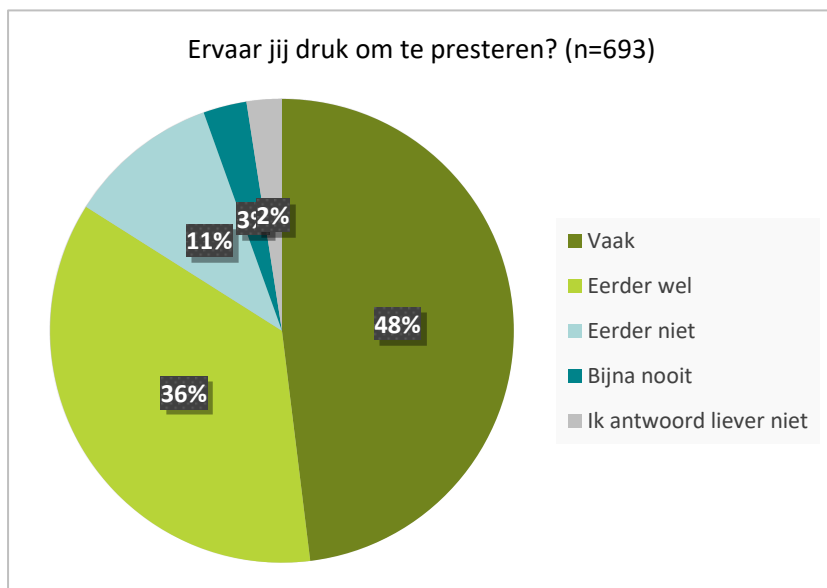
Figuur 37

Jezelf zijn in een prestatiegerichte maatschappij

Hoe dragen jongeren zorg voor zichzelf in een cultuur waar presteren toch wel heel belangrijk is. Welke druk ervaren jongeren? In welke mate beïnvloedt dit hun gevoel van welbevinden en hoe gaan ze ermee om?

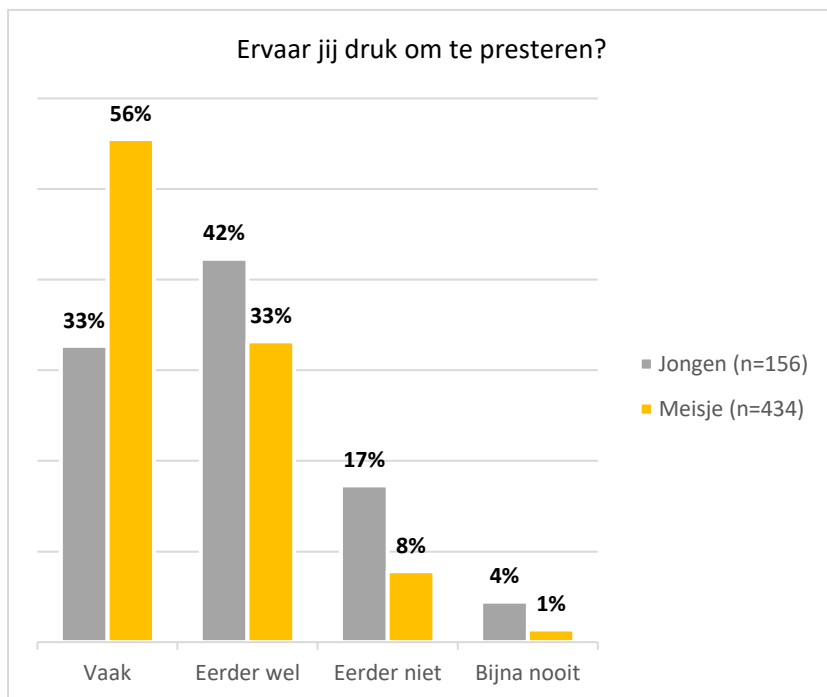
Wij vroegen de Waddisters ...

Ervaar jij druk om te presteren? (n=693)



Ongeveer de helft van de Waddisters ervaart vaak druk om te presteren. Nog 1/3 ervaart dit vaker wel. Dit wil zeggen dat meer dan ¾ van de Waddisters druk ervaart om te presteren. Dit tegenover een kleine 14% die dit eerder niet tot bijna nooit ervaart.

Figuur 38

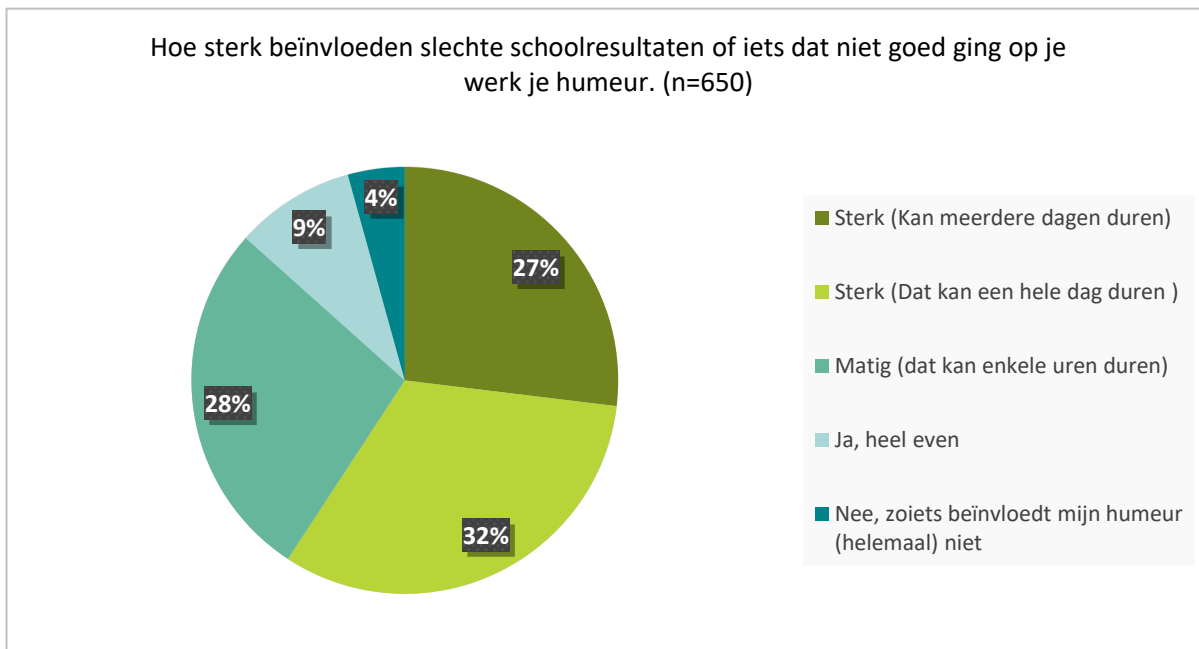


We zien geen betekenisvolle verschillen voor leeftijd wat betreft het ervaren van prestatiedruk. Wel zien we dat meisjes meer druk lijken te ervaren dan jongens.

Figuur 39

Hoe sterk beïnvloeden slechte schoolresultaten of iets dat niet goed ging op je werk je humeur. (n=650)

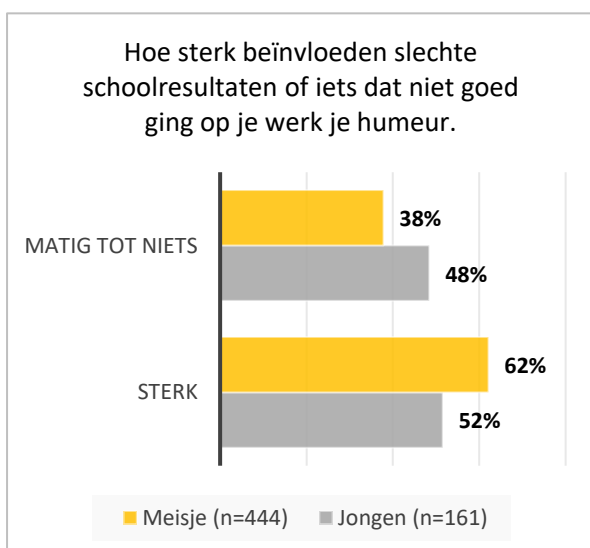
Bij meer dan de helft hebben slechte schoolresultaten een sterk effect op hun humeur, gaande van een hele dag tot meerdere dagen. Bij 1/3^{de} heeft het een matig effect op hun humeur. Bij ongeveer 1 op 10 heeft het maar een klein tot zelfs geen effect op hun humeur.



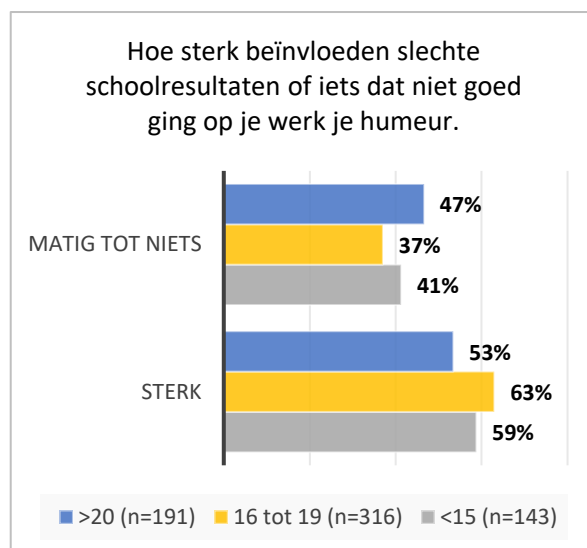
Figuur 40

Wanneer we de categorieën 'sterk (kan enkele dagen duren)' en 'sterk (kan een hele dag duren)' samen nemen, en vervolgens ook de categorieën 'matig (enkele uren)', 'heel even' en 'nee, zo iets beïnvloedt mijn humeur niet' samen nemen, dan zien we een sterk effect optreden voor geslacht/gender. Bij meisjes is het effect van slechte schoolresultaten (of iets dat niet goed ging op het werk) op hun humeur beduidend sterker dan bij jongens

Tegelijk zien we een matig effect optreden voor leeftijd: 16 tot 19-jarigen rapporteren beduidend vaker dan de anderen dat slechte schoolresultaten een sterk effect hebben op hun humeur.



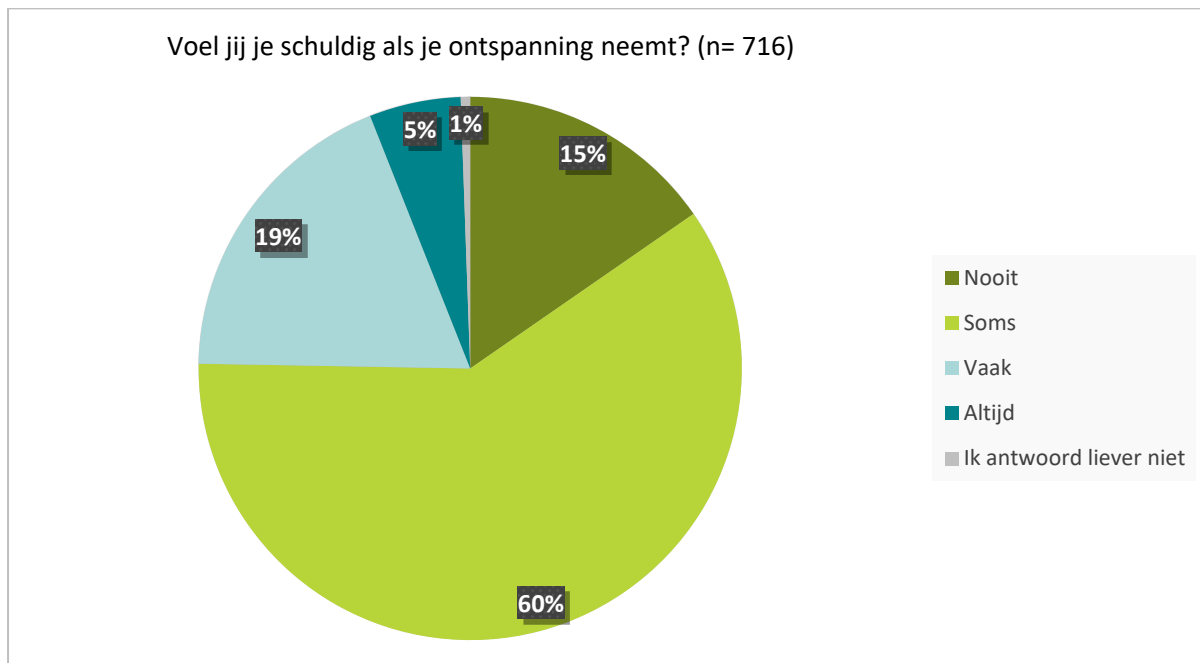
Figuur 42



Figuur 41

Voel jij je schuldig als je ontspanning neemt? (n=716)

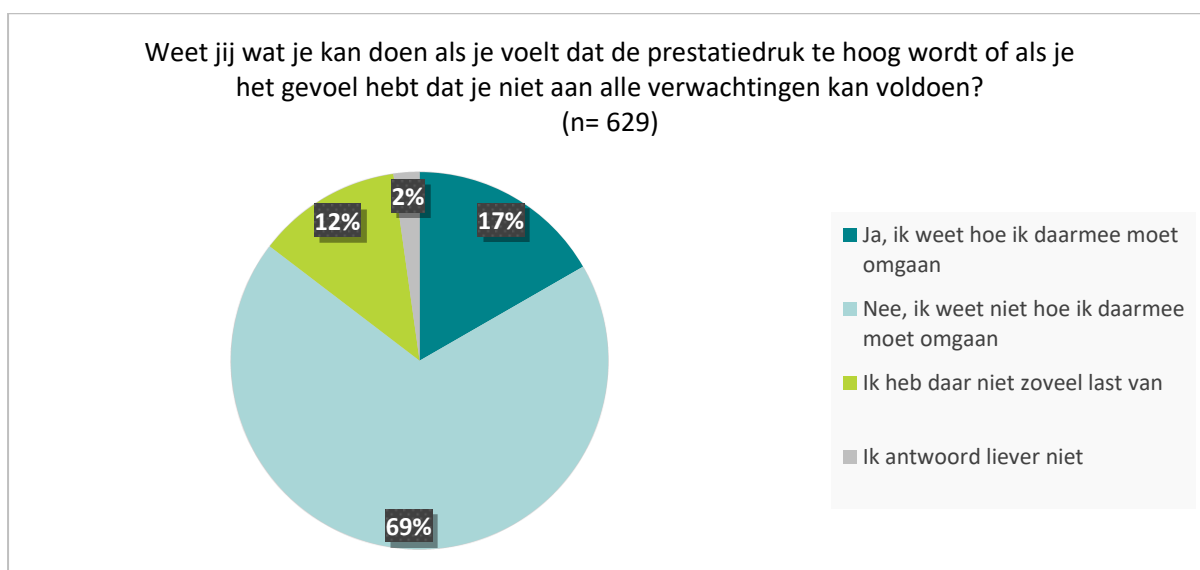
De grote meerderheid van de Waddisters voelt zich soms wel eens schuldig als ze ontspanning nemen. 1/4^{de} van deze jongeren voelt zich echter vaak tot altijd schuldig als ze ontspanning nemen. Opvallend ervaren meer jongens dan meisjes nooit schuldgevoel, voor de andere antwoordopties is er ook telkens een verschil tussen jongens en meisjes, maar te klein om het betekenisvol te noemen.



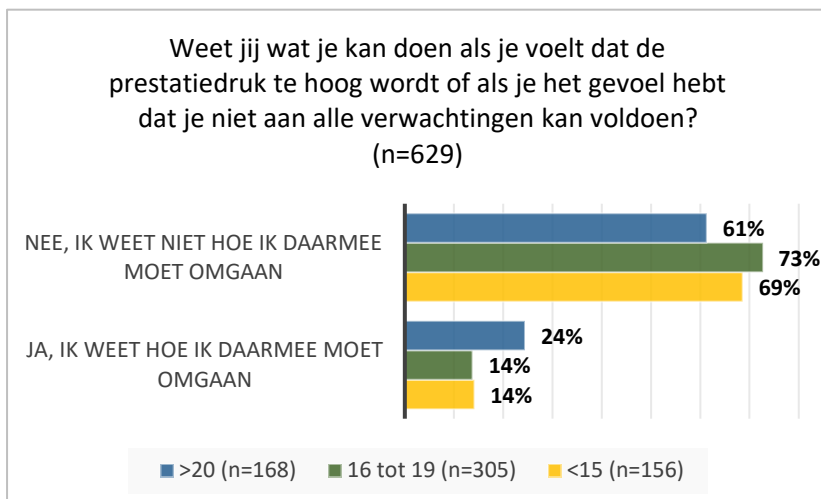
Figuur 43

Weet jij wat je kan doen als je voelt dat de prestatiedruk te hoog wordt of als je het gevoel hebt dat je niet aan alle verwachtingen kan voldoen? (n= 629)

Meer dan 3/4^{de} van de Waddisters weet eigenlijk niet hoe om te gaan met hoge prestatiedruk. Van de overige 1/4^{de} heeft de helft eigenlijk niet zoveel last van prestatiedruk. Dit wil zeggen dat slechts 1/5^{de} weet om te gaan met hoge prestatiedruk.

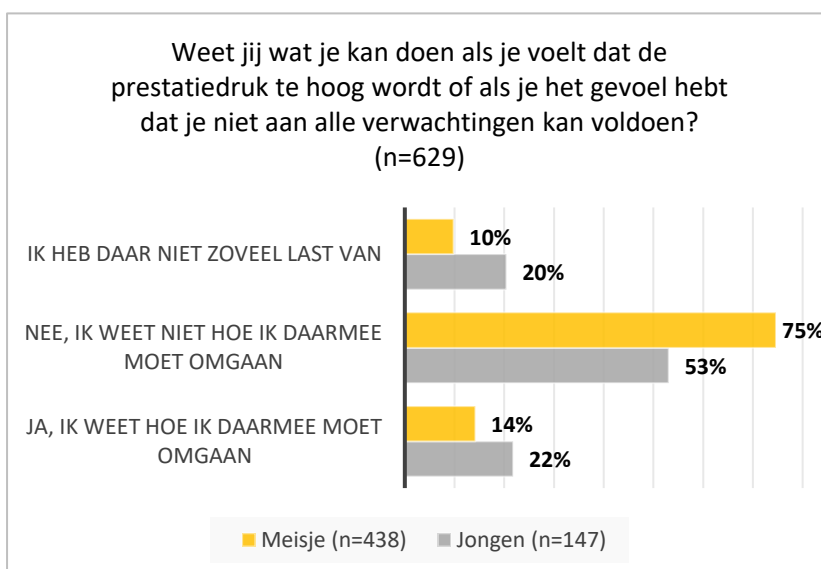


Figuur 44



Figuur 45

Jongvolwassenen kunnen iets beter omgaan met deze prestatiedruk dan jongeren, maar toch geeft ook bij hen meer dan de helft aan daar niet goed met de weten omgaan.



Figuur 46

Meer meisjes dan jongens weten niet hoe om te gaan met die hoge prestatiedruk. In lijn met bovenstaande resultaten geven meer jongens dan meisjes aan niet echt last te hebben van die prestatiedruk. Dus de groep jongens die aangeven te weten hoe om te gaan met prestatiedruk is uiteindelijk niet veel groter dan de groep van meisjes.

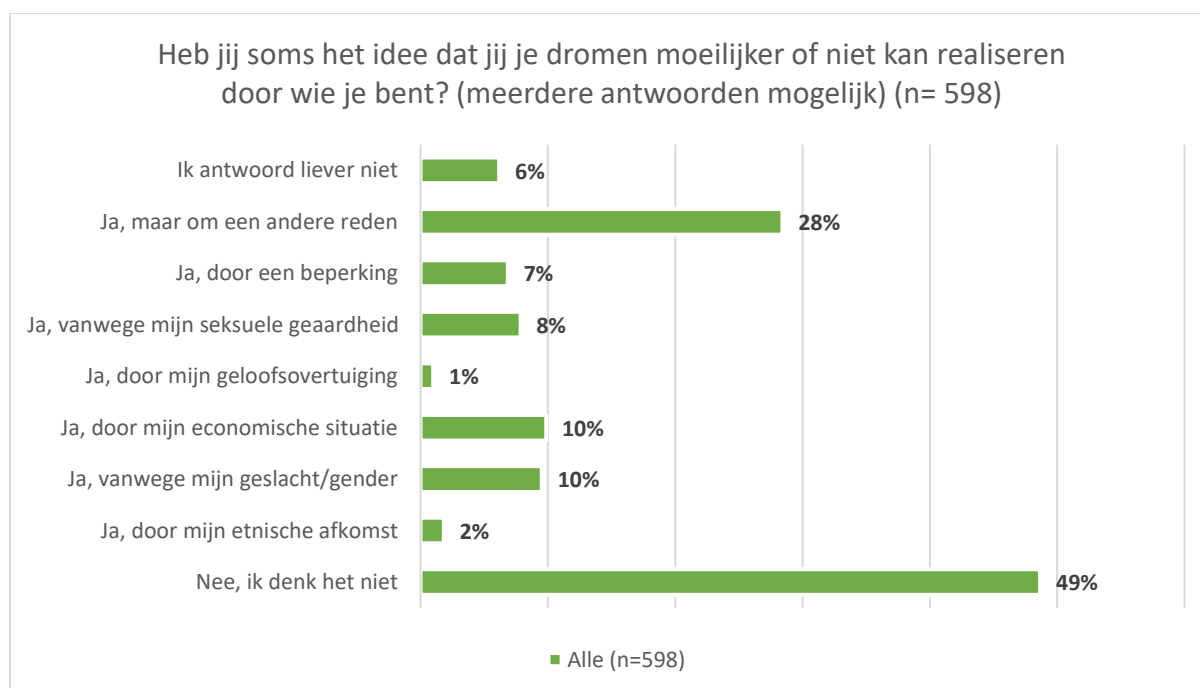
Jezelf zijn in een wereld van ongelijkheid

Jezelf kunnen zijn en jezelf ontplooien heeft zeker ook te maken met kansen die je wel of net niet krijgt. Uit de Touristenbevraging (2020) bleek ongelijkheid voor jongeren een zeer belangrijk thema te zijn. Hoe schatten jongeren deze ongelijkheid in? Ervaren jongeren dat ze soms minder of net meer kansen hebben dan anderen?

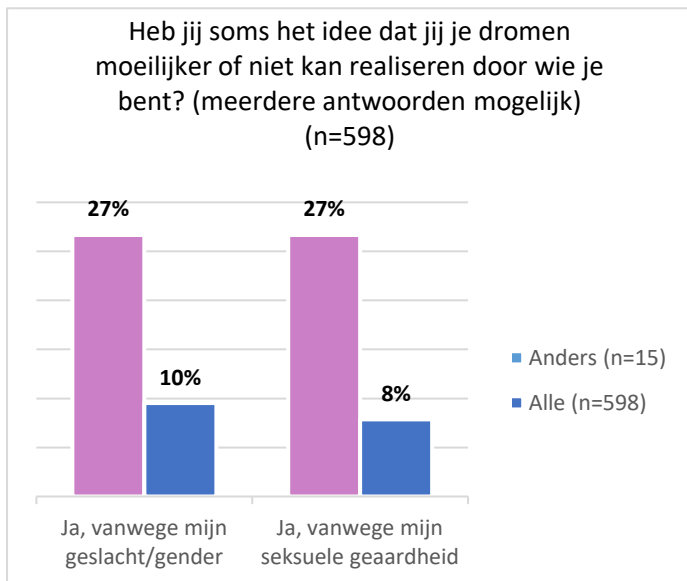
Wij vroegen de Waddisters ...

Heb jij soms het idee dat jij je dromen moeilijker of niet kan realiseren door wie je bent? (meerdere antwoorden mogelijk) (n=598)

De helft van de Waddisters heeft niet het gevoel minder kansen te hebben door wie ze zijn. Dit betekent dat er een kleine helft overblijft die wel het gevoel heeft minder kansen te krijgen door wie ze zijn. Slechts een heel kleine groep geeft aan minder kansen te ervaren als gevolg van zijn/haar geloof of etnische achtergrond. Dit effect kan men echter verklaren door een eerder lage diversiteit onder de Waddisters. Minder kansen krijgen als gevolg van je gender, economische omstandigheden, seksuele geaardheid en een beperking wordt telkens door 1/10 van de Waddisters aangeduid als reden waarom ze minder kansen ervaren. Bijna 30% geeft aan dat er een andere reden is waardoor ze minder kansen hebben om hun dromen te realiseren. We zien geen opmerkelijke verschillen wat betreft leeftijd of geslacht.



Figuur 47

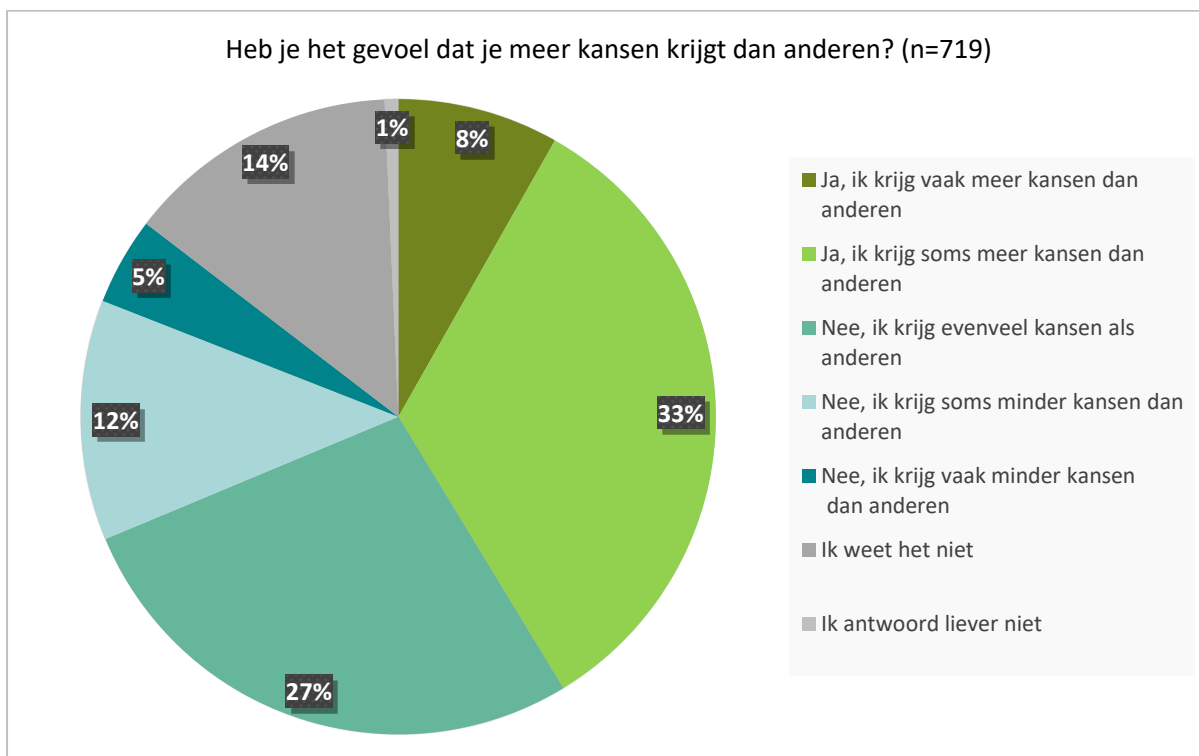


Figuur 48

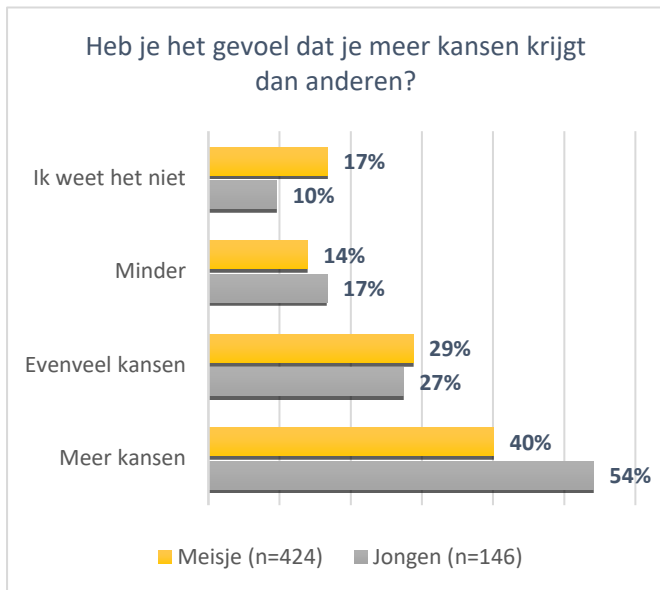
Hoewel slechts 15 jongeren gekozen hebben voor de categorie 'anders' (niet voor jongen of meisje) en we dus geen echte uitspraken kunnen doen op basis van een dergelijke kleine groep, is het verschil wel groot genoeg om even te vermelden. Opvallend ervaart in deze groep wel 1/4^{de} minder kansen te hebben omwille van hun gender en/of seksuele voorkeur.

Heb je het gevoel dat je meer kansen krijgt dan anderen? (n= 719)

Een goede 40% ervaart soms tot vaak meer kansen te krijgen dan anderen. Bijna 20% van de Waddisters ervaart soms tot vaak minder kansen te krijgen dan anderen.



Figuur 49

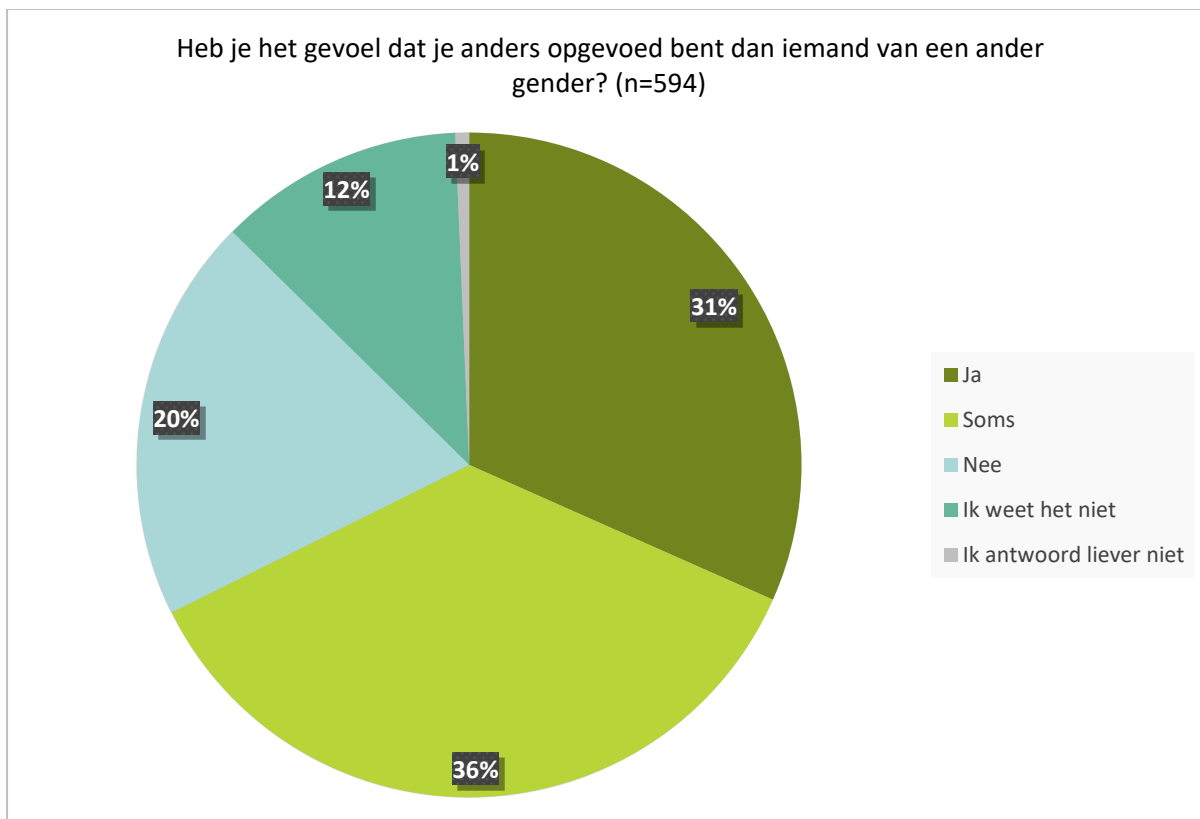


Meer jongens dan meisjes rapporteren meer kansen te hebben dan anderen. Meisjes rapporteren dan weer meer dan jongens het niet te weten.

Figuur 50

Heb je het gevoel dat je anders opgevoed bent dan iemand van een ander gender? (n=594)

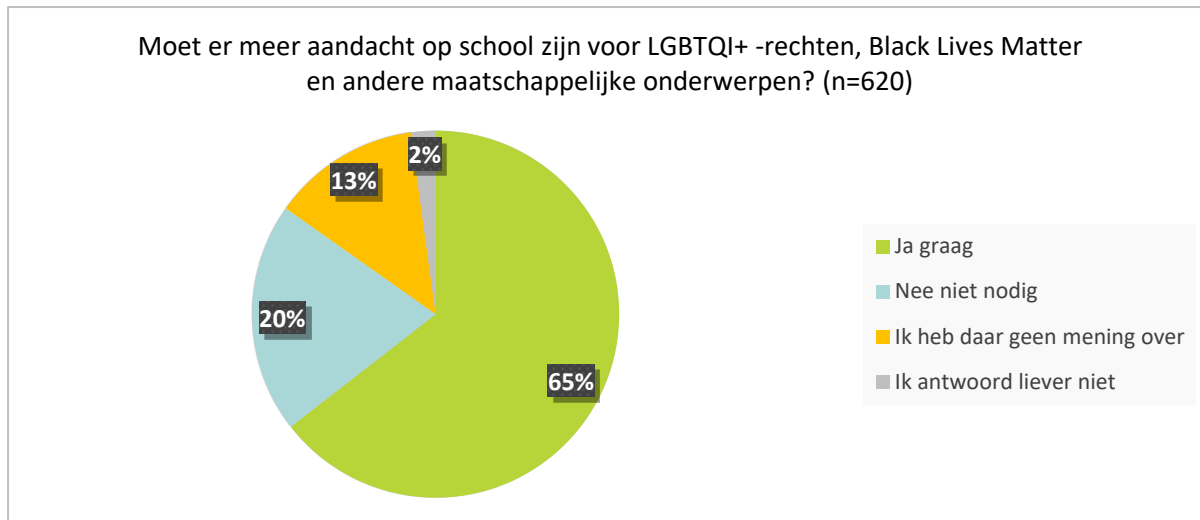
Meer dan de helft van de Waddisters geeft aan minstens soms het gevoel te hebben anders opgevoed te worden dan iemand van een ander gender. Slechts 1/5 geeft aan dit gevoel niet te hebben. Er is echt een betekenisvol verschil voor geslacht of voor leeftijd.



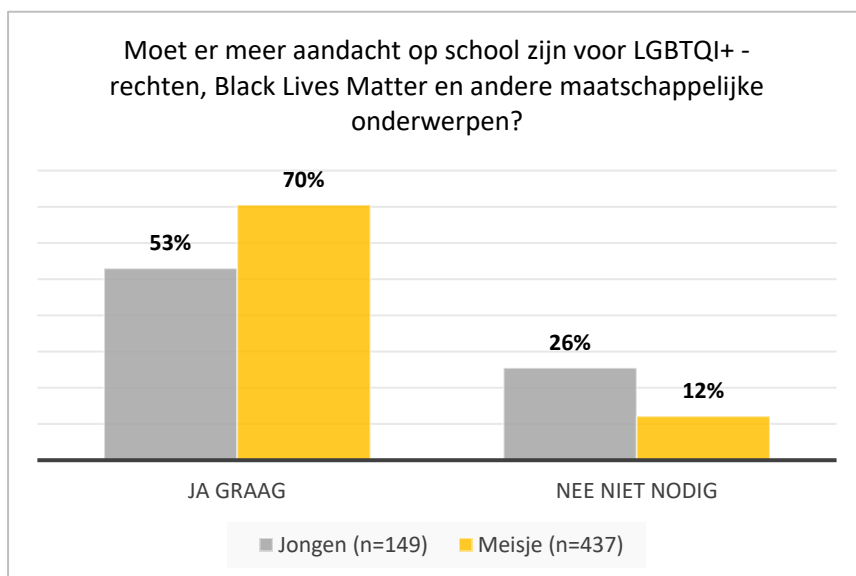
Figuur 51

Moet er meer aandacht op school zijn voor LGBTQI+ -rechten, Black Lives Matter en andere maatschappelijke onderwerpen? (n=620)

65% van de Waddisters vindt dat er meer aandacht mag zijn op school voor LGTB+ -rechten, Black Lives Matter en andere maatschappelijke onderwerpen. 1/10 van de Waddisters vindt dat dat niet nodig is.



Figuur 52



Figuur 53

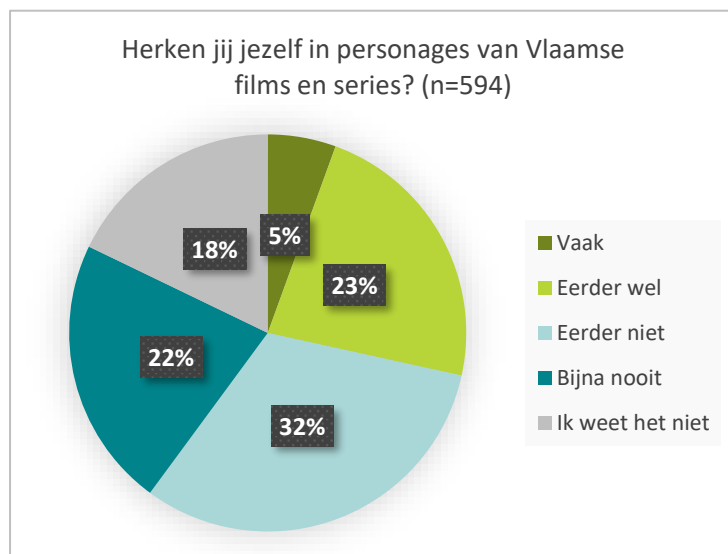
Meer meisjes dan jongens vinden het nodig om meer aandacht te hebben op school voor het welzijn van minderheidsgroepen.

Jezelf gerepresenteerd zien in je omgeving

Jezelf kunnen zijn, je OK voelen en welkom voelen zoals je bent, heeft ook te maken met jezelf herkennen en erkend voelen door de manier waarop mensen afgebeeld worden in boeken, strips, documentaires, folders, schoolboeken, ed. Herkennen jongeren zichzelf in publicaties, schoolboeken en Vlaamse series en televisie?

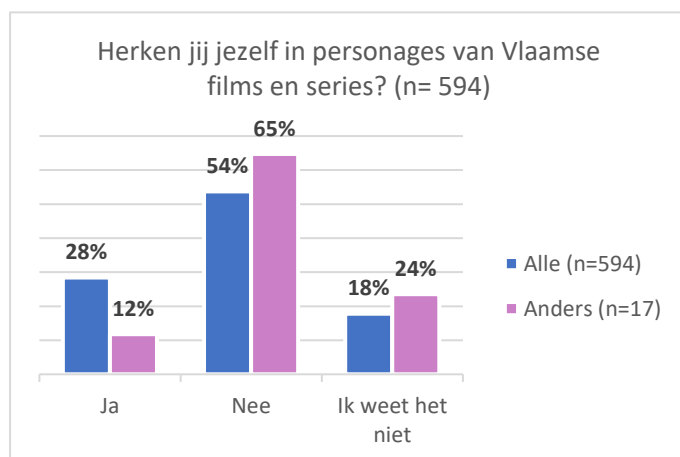
Wij vroegen de Waddisters ...

Herken jij jezelf in personages van Vlaamse films en series? (n=594)



Figuur 54

Slechts 1/4^{de} van de Waddisters herkent zichzelf eerder wel tot vaak in de personages van Vlaamse films en series. Meer dan de helft van hen herkent zich eerder niet tot bijna nooit in Vlaamse films en series.

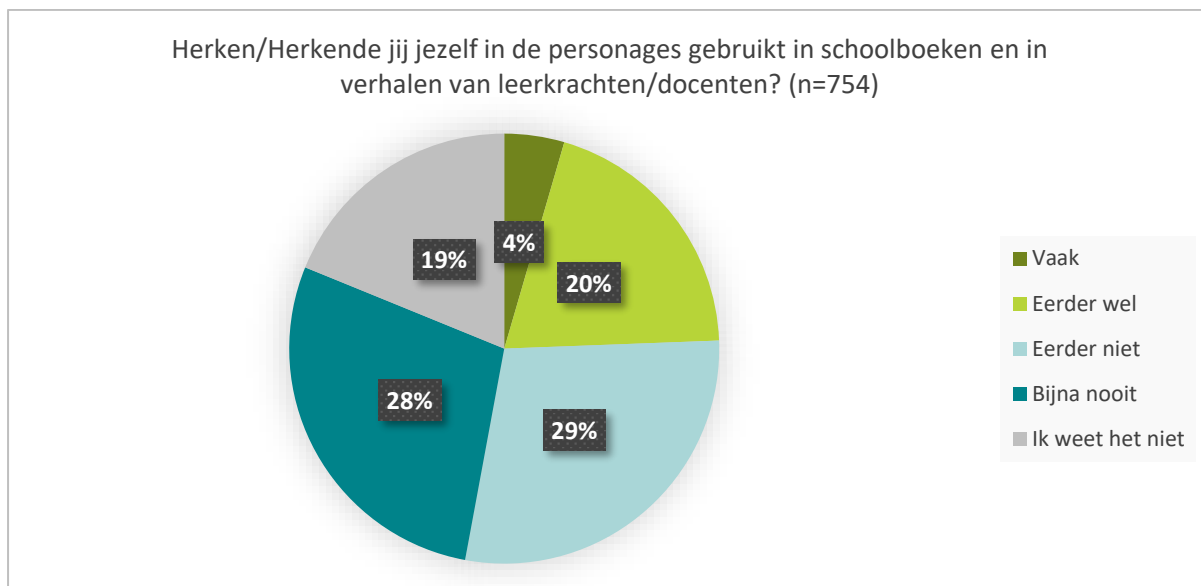


Figuur 55

We zien geen betekenisvolle verschillen voor leeftijd of gender. Opvallend is wel dat de Waddisters die kiezen voor de categorie 'anders' en niet voor 'jongen/meisje', zich minder gerepresenteerd zien in Vlaamse film en series. Het gaat echter om een te kleine groep om er echt uitspraken over te doen.

Herken/Herkende jij jezelf in de personages gebruikt in schoolboeken en in verhalen van leerkrachten/docenten? (n=754)

Opmerkelijk zijn hier de antwoorden heel erg gelijkend op de antwoorden van de vorige vraag. Slechts ¼ de van Waddisters herkent zich eerder wel tot vaak in de personages gebruikt in schoolboeken en in verhalen van leerkrachten/docenten. Ongeveer de helft herkent zich eerder niet tot bijna nooit in de personages gebruikt in schoolboeken en in verhalen van leerkrachten en docenten. En ook hier zien we dat de jongeren die voor 'anders' hebben gekozen en niet voor jongen/meisjes zich nog minder herkennen.



Figuur 56

Waar vind je hulp?

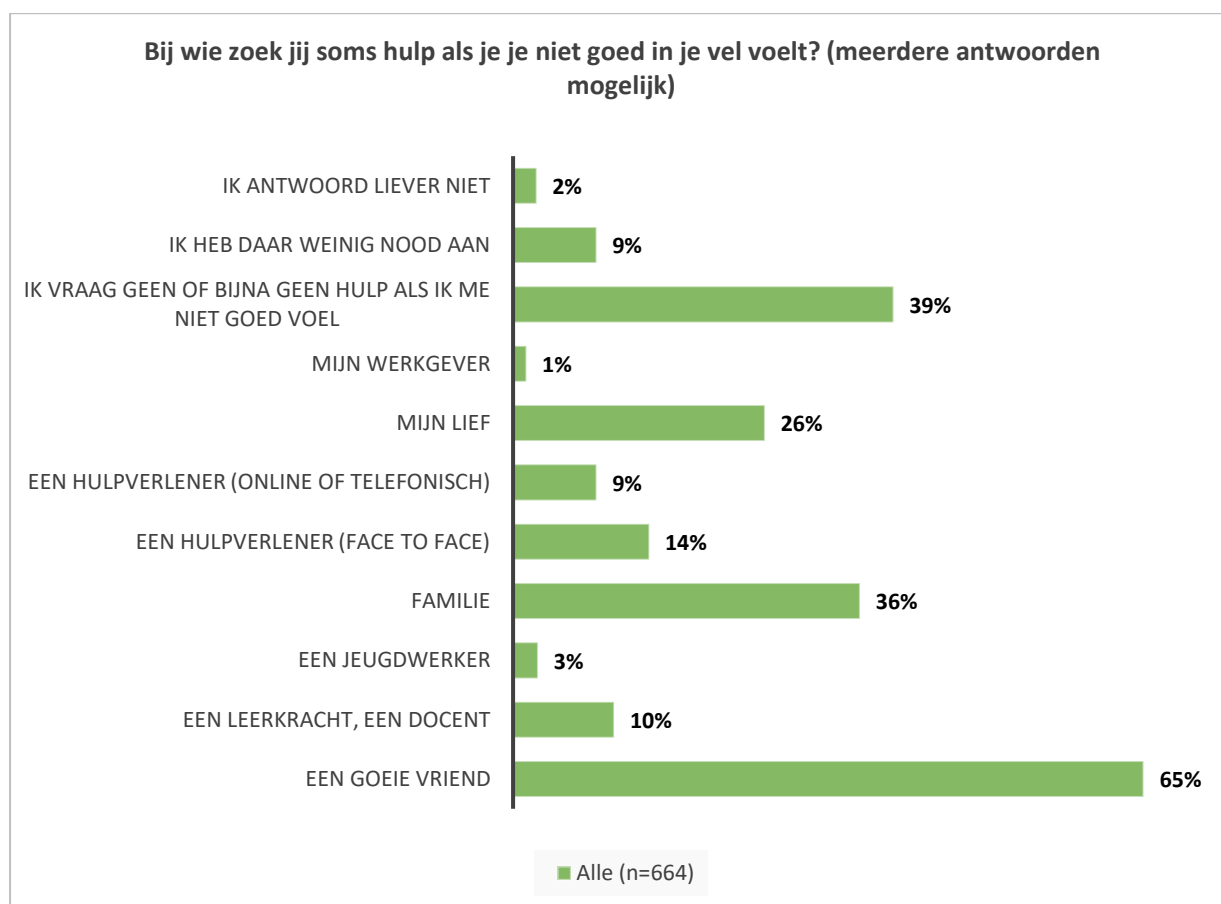
Welke plaatsen zoek je op om jezelf goed te voelen?

Weten jongeren waar ze hulp kunnen vinden? Wie spreken ze dan eerder aan? Welke plekken zoeken ze op om zich goed te voelen? Weten jongeren waar aan te kloppen binnen het professionele hulpverleningslandschap en vinden ze daar hun weg?

Wij vroegen de Waddisters ...

Bij wie zoek jij soms hulp als je je niet goed in je vel voelt? (meerdere antwoorden mogelijk) (n=664)

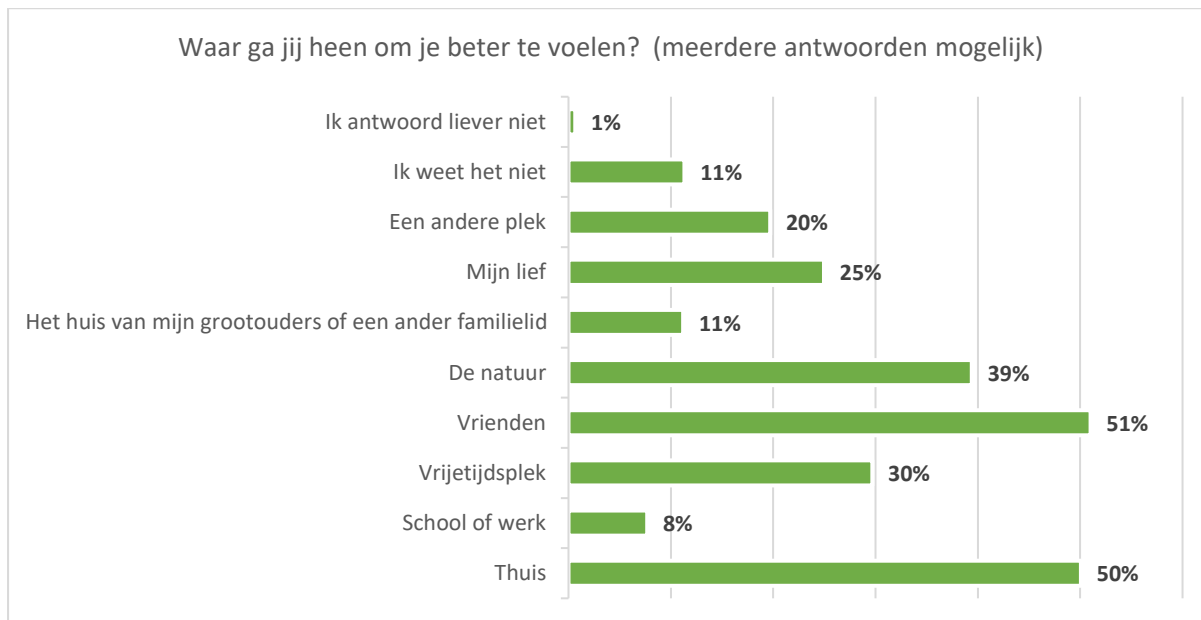
De Waddisters vragen in de eerste plaats hulp aan een goeie vriend en aan familie. 1/4^{de} geeft aan ook aan professionele hulp te zoeken wanneer ze zich niet goed voelen in hun vel. Een grote groep van 40% vraagt geen hulp als ze zich niet goed voelen in hun vel.



Figuur 57

Waar ga jij heen om je beter te voelen? (meerdere antwoorden mogelijk) (n= 741)

De helft van de Waddisters geeft aan naar huis of bij vrienden te gaan om zich beter te voelen. Een opmerkelijke 40% trekt ook de natuur in om zich beter te voelen. We zien dat het wel iets meer de jongvolwassenen zijn die de natuur in trekken. En meer dan 1/4^{de} vindt dit gevoel in vrijetijdsplekken.



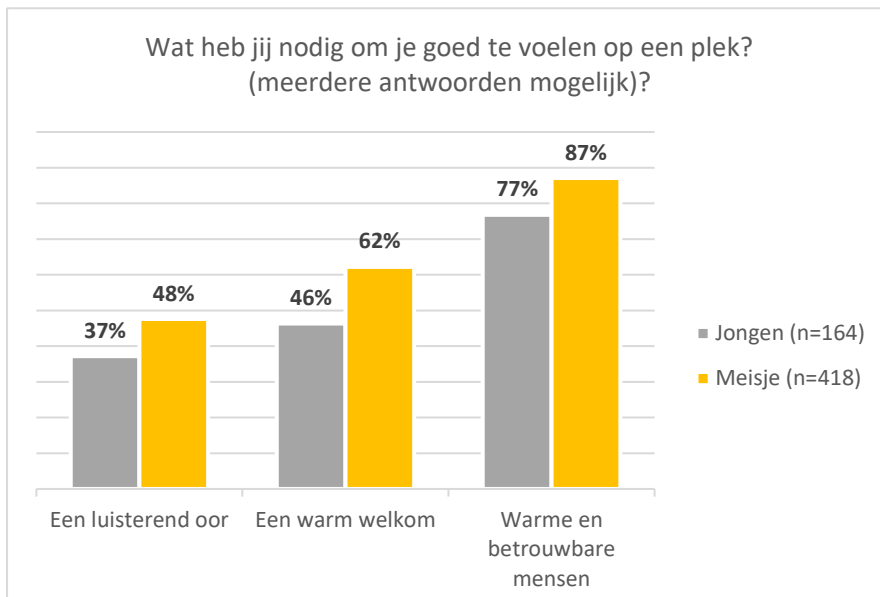
Figuur 58

Wat heb jij nodig om je goed te voelen op een plek? (meerdere antwoorden mogelijk)? (n=702)

Meer dan 3/4^{de} vindt betrouwbare mensen een heel belangrijke eigenschap van een plek waar ze zich goed voelen. Ook een warme welkom behoort tot de topantwoorden, nl. meer dan de helft. Alle leeftijdscategorieën antwoorden opvallend heel gelijkend.



Figuur 59

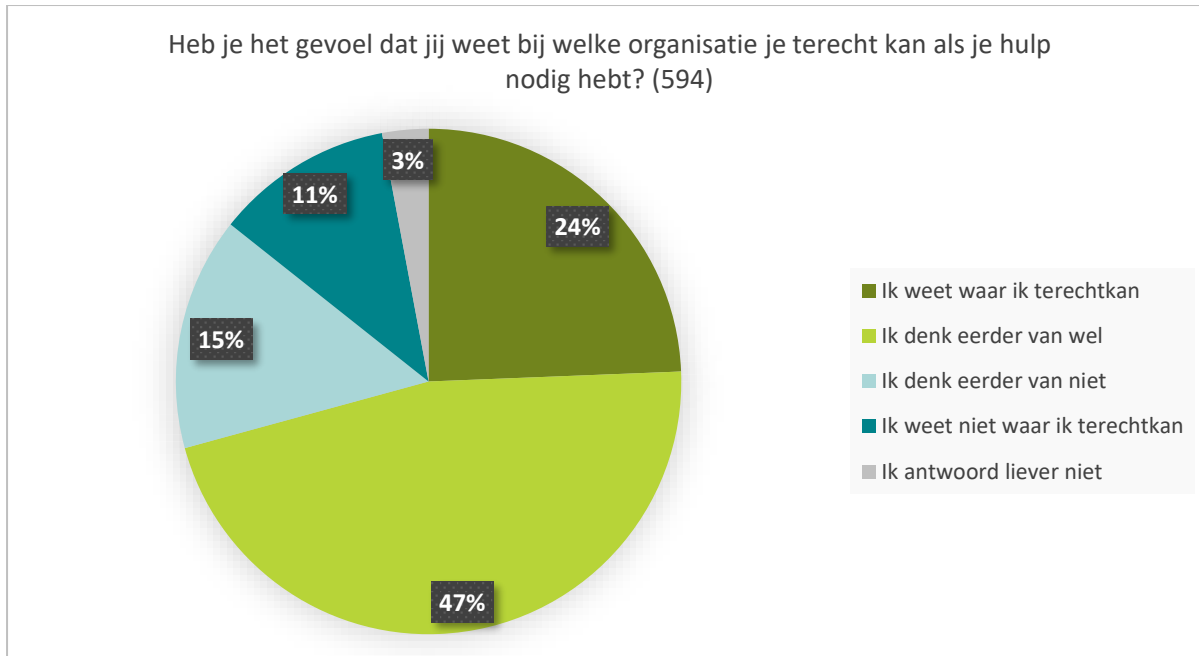


Figuur 60

Meisjes lijken net iets vaker dan jongens nood te hebben aan een luisterend oor, een warme welkom en betrouwbare mensen. Het verschil is niet heel groot, maar zet zich wel door voor die drie categorieën. Er is niet iets waar jongens meer nood aan hebben dan meisjes.

Heb je het gevoel dat jij weet bij welke organisatie je terecht kunt als je hulp zoekt? (n=594)

Drie kwart van de Waddister denkt te weten bij welke organisatie ze terecht kunnen voor hulp. Een kwart onder hen weet dit niet of denkt het eerder niet te weten. En dit is voor alle leeftijdscategorieën hetzelfde, jongvolwassen geven even vaak aan als jongeren niet te weten bij welke organisatie ze terecht kunnen.



Figuur 61