



Sociaal en Cultureel Planbureau

# Meer meedoen is niet per se goed voor jongeren



# Meer meedoen is niet per se goed voor jongeren

Simone de Roos en Alice de Boer

**50** jaar spiegel  
van de  
samenleving

Sociaal en Cultureel Planbureau

Den Haag, december 2023

Het Sociaal en Cultureel Planbureau is een interdepartementaal, wetenschappelijk instituut, dat – gevraagd en ongevraagd – sociaal-wetenschappelijk onderzoek verricht. Het SCP rapporteert aan de regering, de Eerste en Tweede Kamer, de ministeries en maatschappelijke en overheidsorganisaties. Het SCP valt formeel onder de verantwoordelijkheid van de minister van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. Het SCP is opgericht bij Koninklijk Besluit op 30 maart 1973. Het Koninklijk Besluit is per 1 april 2012 vervangen door de 'Regeling van de minister-president, Minister van Algemene Zaken, houdende de vaststelling van de Aanwijzingen voor de Planbureaus'.

© Sociaal en Cultureel Planbureau, Den Haag 2023

SCP-publicatie 2023-20

Opmaak binnenwerk: Xerox, Den Haag

Eindredactie en productiebegeleiding: Future Communication, Utrecht

Omslagontwerp: Xerox, Den Haag

Foto omslag: Hollandse Hoogte | Sabine Joosten

### **Copyright**

U mag citeren uit SCP-rapporten, mits u de bron vermeldt.

U mag SCP-bestanden op een server plaatsen mits:

- 1 het digitale bestand (rapport) intact blijft;
- 2 u de bron vermeldt;
- 3 u de meest actuele versie van het bestand beschikbaar stelt, bijvoorbeeld na verwerking van een erratum.

### **Data**

SCP-databestanden, gebruikt in onze rapporten, zijn in principe beschikbaar voor gebruik door derden via DANS: [www.dans.knaw.nl](http://www.dans.knaw.nl).

### **Contact**

Sociaal en Cultureel Planbureau

Postbus 16164

2500 BD Den Haag

[www.scp.nl](http://www.scp.nl)

[info@scp.nl](mailto:info@scp.nl)

Via onze website kunt u zich kosteloos abonneren op een elektronische attendering bij het verschijnen van nieuwe uitgaven.

# Inhoud

<b>Voorwoord</b>	<b>5</b>
<b>Samenvatting en conclusies</b>	<b>6</b>
<b>1 Brede en gebalanceerde participatie in de adolescentie en vroege volwassenheid</b>	<b>10</b>
1.1 Maatschappelijke opgave	10
1.2 Beleid over participatie van jongeren	10
1.3 Onderzoeksliteratuur over participatie, welbevinden en steun voor mantelzorgers	12
1.4 Onderzoeksvragen en data	14
<b>2 Driekwart van de jongeren doet mee aan minstens twee activiteiten</b>	<b>15</b>
<b>3 Wie participeert er veel en wie weinig?</b>	<b>17</b>
3.1 Wie participeert meer divers?	17
3.2 Wie doet vrijwilligerswerk?	19
3.3 Wie geeft mantelzorg?	21
<b>4 Participatie en welbevinden</b>	<b>23</b>
<b>5 Mantelzorgers nader bekeken: steun en relatie met welbevinden</b>	<b>25</b>
5.1 Vrije tijd en behoefte aan meer waardering voor zorgtaak	25
5.2 De stand van ondersteuning van jonge mantelzorgers in Nederland	26
5.3 Voldoende vaardigheden, vrije tijd en openheid op werk gerelateerd aan welbevinden	26
<b>Literatuur</b>	<b>29</b>
<b>Bijlage A Enquêteonderzoek Informele Zorg 2019 (IZG'19)</b>	<b>34</b>

## Voorwoord

De druk om breed mee te doen in de samenleving neemt ook bij jongeren toe. Dit heeft te maken met technologische, demografische en economische ontwikkelingen, maar ook met factoren als een dynamische arbeidsmarkt en de veranderende verzorgingsstaat.

Het participatiebeleid dat is gericht op jongeren legt de focus vooral op onderwijsdeelname en de aansluiting van onderwijs op de arbeidsmarkt. Toch zien we dat beleid impliciet ook steeds meer verwacht dat jongeren zorgen voor een zieke naaste (mantelzorg geven) en vrijwilligerswerk doen. De onderliggende aanname daarbij lijkt dat meer meedoen beter is. Tegelijkertijd worden vanuit de maatschappij, maar ook vanuit de wetenschap, zorgen geuit over een toenemende druk bij jongeren om op verschillende terreinen te presteren en te participeren. Ondanks het feit dat die druk door beleidsmakers onderkend wordt, worden de activiteiten die jongeren ontplooiën vaak niet in hun onderlinge samenhang geanalyseerd en gewogen. Een mogelijk gevolg is dat de druk niet afneemt.

Het Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP) onderzoekt in deze publicatie via een bestaande survey onder 16-24-jarigen hoe verschillende activiteiten samenkomen in het leven van jongeren. In hoeverre participeren jongeren in verschillende rollen, zoals leren, werken, vrijwilligerswerk en mantelzorg? En wat betekent dit voor hun welbevinden? Daarmee beogen we bij te dragen aan de maatschappelijke opgave om te zorgen dat iedereen – en dus ook jongeren – zinvol mee kan doen aan de samenleving. Zinvol vanuit het perspectief van jongeren zelf, in termen van hun welbevinden, maar ook voor de samenleving.

Uit ons onderzoek komt naar voren dat meer meedoen niet per definitie beter of slechter is. Onder jongeren gaat op meerdere terreinen participeren gepaard met meer tijdsdruk, maar ook met het gevoel een steentje bij te dragen. Dat laatste geldt wel tot een bepaalde grens. Jongeren die intensief mantelzorg geven en dit meestal combineren met school en/of een (bij)baan ervaren bijvoorbeeld een relatief laag welbevinden.

Het onderzoek onderstreept het belang om integraal te kijken in beleid dat is gericht op participatie en welbevinden van jongeren. Alle domeinen waarop zij actief zijn, moeten daarbij worden betrokken. In een samenleving waar de vraag naar mantelzorgers snel stijgt, lijkt een maatschappelijke discussie van belang tot op welk niveau deze taak bij jongeren thuishoort. In ieder geval is het belangrijk om grenzen te bewaken aan mantelzorg door jongeren en ervoor te zorgen dat zij adequaat ondersteund worden.

Wij danken Aart Liefbroer (Nederlands Interdisciplinair Demografisch Instituut, Rijksuniversiteit Groningen, Vrije Universiteit Amsterdam) als extern lid van de leescommissie voor zijn constructieve commentaar bij eerdere versies van deze publicatie.

Prof. dr. Karen van Oudenhoven (algemeen directeur)

## Samenvatting en conclusies

De lat ligt hoog bij jongeren. Ze worden vooral geacht zich maximaal te ontwikkelen in het onderwijs, maar ook een directe bijdrage te leveren aan de maatschappij. Bijvoorbeeld via betaald werk, vrijwilligerswerk of door hulp aan een zieke naaste: mantelzorg. De veronderstelling van beleid lijkt daarbij vooral dat meer meedoen goed is voor jongeren. Maar klopt dit wel? De belangrijkste constatering van dit rapport is dat meer meedoen niet per se alleen maar goed is voor jongeren. Dat hangt namelijk af van de aard, intensiteit en diversiteit van hun participatie. Zo zeggen jongeren die verschillende activiteiten doen relatief vaak het gevoel te hebben een steentje bij te dragen aan de samenleving, maar ervaren ze ook relatief veel tijdsdruk. Intensieve mantelzorg lijkt vooral negatieve kanten te hebben. Jongeren combineren dit meestal met school en/of een (bij)baan en rapporteren veel tijdsdruk en een relatief laag welbevinden. De onderzoeksresultaten laten zien dat het belangrijk is om integraal te kijken naar alle domeinen waarop jongeren actief zijn in beleid dat is gericht op participatie en welbevinden van jongeren. Er moet bovendien oog zijn voor de schaduwkanten van participatie. Daarbij is het van belang adequate ondersteuning te bieden aan jonge mantelzorgers en de grenzen van hun inzet te bewaken. In deze samenvatting gaan we dieper in op de belangrijkste bevindingen uit ons onderzoek.

### **Beleid is vooral gericht op onderwijsdeelname**

De beleidsambities rondom de participatie van jongeren zijn vooral gericht op onderwijsdeelname en een goede aansluiting van onderwijs op de arbeidsmarkt (VVD et al. 2021). De overheid veronderstelt ook (vaak impliciet, d.w.z. als niet-expliciet benoemd onderdeel van generiek beleid) dat jongeren naast het volgen van onderwijs en het halen van een startkwalificatie deelnemen aan activiteiten die direct aan anderen ten goede komen, zoals mantelzorg en vrijwilligerswerk (TK 2022/2023a). De urgentie van die laatstgenoemde activiteiten neemt toe, omdat de beroepsbevolking krimpt, de arbeidsmarkt krap is en de houdbaarheid van de langdurige zorg ter discussie staat (Van Campen en Olsthoorn 2022). Het huidige beleid tracht jongeren dus op verschillende terreinen te activeren. Daarbij is de aanname, behalve bij intensieve mantelzorg en prestatiedruk in het onderwijs, dat meer meedoen goed is voor hun welbevinden. Hierbij lijkt maar weinig rekening te worden gehouden met hoe alle activiteiten samenkomen in het leven van jongeren (Rijksoverheid 2022; TK 2021/2022a; TK 2022/2023b).

### **Weinig zicht in onderzoeksliteratuur op meedoen op meerdere fronten**

In de wetenschappelijke literatuur is weinig bekend over in hoeverre jongeren naast onderwijs en eventueel een (bij)baan, ook aan vrijwilligerswerk doen of mantelzorg bieden. Ook is er weinig bekend over de vraag of deze activiteiten op gespannen voet met elkaar staan of meerwaarde opleveren (De Boer en De Roos 2022; Schmeets en Arends 2020; Van der Werf et al. 2022). Wel weten we dat de ervaren school- en prestatiedruk de afgelopen jaren is toegenomen. Dit hangt samen met toenemende stress en emotionele problemen van jongeren, en mogelijk ook met groeiend jeugdzorggebruik (Boer et al. 2022; De Looze et al. 2020; Dopmeijer et al. 2023; Van Yperen et al. 2023). Daarnaast is er weinig zicht op sociale ongelijkheden in participatie (De Boer en De Roos 2022; Schmeets en Arends 2020; Van der Werf et al. 2022).

### **Onderzoeksvragen en meerwaarde**

De centrale vraag van dit onderzoek is of meer meedoen goed is voor jongeren. Om deze vraag te beantwoorden, gaan we eerst na hoe vaak jongeren participeren in verschillende activiteiten en welke groepen jongeren meer of minder meedoen. Daarna kijken we in hoeverre meedoen samenhangt met het welbevinden van jongeren. Tot slot onderzoeken we de rol van formele ondersteuning bij het welbevinden van jongeren die mantelzorg geven. We onderzoeken dit op basis van een survey (IZG'19, zie bijlage A) onder ruim 1400 jongeren in de adolescentie en vroege volwassenheid (16-24 jaar), een leeftijdsfase waarin steeds meer eisen aan jongeren gesteld worden en waarin zij steeds meer zelfstandig activiteiten ontplooiën. Er zijn momenteel bijna 2 miljoen 16-24-jarigen in Nederland.

Deze publicatie past binnen eerder SCP-onderzoek naar mantelzorg en andere participatievormen in de jeugdfase (De Boer en De Roos 2022; De Roos et al. 2020; Verbeek-Oudijk et al. 2023). Het heeft raakvlakken met de aankomende jongerenstudie van Maslowski en Turkenburg (nog te verschijnen) door naar een vergelijkbare leeftijdsgroep en ook naar welbevinden te kijken. In die studie staan toekomstverwachtingen en wensbeelden over met name samenleven centraal. Deze publicatie gaat uitgebreider dan *Kerncijfers jonge mantelzorgers in Nederland* (De Boer en De Roos 2022) in op het welbevinden van taakcombinerende jongeren en de rol van formele ondersteuning daarbij.

Als vervolg op deze publicatie onderzoekt het SCP de rol van veerkracht bij participatie en welbevinden onder 12-18-jarigen. De resultaten van dit lopende onderzoek verschijnen waarschijnlijk begin 2024.

### **Brede participatie kan voor jongeren zowel een lust als een last zijn**

Bijna alle Nederlandse 16-24-jarigen zijn actief in een of meer vormen van participatie (werk, scholing, vrijwilligerswerk, mantelzorg). Driekwart van de jongeren combineert meerdere vormen van participatie, vaak scholing en werk. Degenen die meedoen in meerdere vormen zijn vooral jongeren met meer sociaal-economische hulpbronnen: jongeren die havo, vwo, mbo-2-4, hbo of universiteit hebben afgerond. Ook zijn in de actievare groep 16-20-jarigen en jongeren zonder migratieachtergrond oververtegenwoordigd (vgl. Vrooman et al. 2023).

De surveyresultaten laten zien dat een combinatie van meerdere participatievormen niet per se goed is, want de actievare jongeren ervaren een hogere tijdsdruk dan de minder actieve jongeren. Het welbevinden van jongeren die meer divers participeren is vergelijkbaar met dat van degenen die minder divers participeren. Wel hebben actievare jongeren vaker dan minder actieve jongeren het gevoel een positieve bijdrage te leveren aan de samenleving. Of dit betekent dat zij de activiteiten ook zinvol vinden voor zichzelf, is op basis van onze data niet te achterhalen.

De gedachte dat meer meedoen goed is, dient dan ook genuanceerd te worden. Als we willen begrijpen wat participatie op meerdere domeinen voor jongeren betekent, is het niet alleen van belang rekening te houden met haar positieve, maar ook met haar negatieve kanten.

### **Jongeren die niet meedoen ervaren een relatief laag welbevinden**

Een kleine groep jongeren (3%) doet aan geen van de onderscheiden participatievormen mee. Het betreft ongeveer 50.000 16-24-jarigen in Nederland. Zij hebben de beschikking over relatief weinig hulpbronnen<sup>1</sup> en zijn vaak wat ouder (21-24 jaar). Zij ondervinden een lager welbevinden, zoals minder levens tevredenheid, geluk en meer eenzaamheid, vergeleken met de groep die aan minstens één participatievorm meedoet. Hierbij moet opgemerkt worden dat op basis van onze crosssectionele data niet duidelijk is of niet meedoen negatieve effecten op welbevinden heeft, dat een laag welbevinden juist tot niet meedoen leidt, of dat een andere factor van belang is. Een slechte gezondheid of armoede kan bijvoorbeeld met minder participatie én een laag welbevinden samenhangen (vgl. Franke en Mateman 2019). Op basis van ons onderzoek hebben we ook maar beperkt zicht op de vaardigheden, competenties, gezondheid, psychische problemen, prestatiedruk en sociale steun die deze groep ervaart. Het is dan ook de vraag of degenen die – volgens onze omschrijving – niet meedoen wel de benodigde persoonlijke en sociale hulpbronnen hebben om te doen wat ze willen doen. Voor een klein deel blijken deze jongeren een kind te hebben waarvoor ze zorgen. Voor een ander deel zijn ze mogelijk actief in vormen van participatie die we niet bestudeerden, zoals politiek, sport, reizen en vrienden ontmoeten. Verder onderzoek zou meer zicht kunnen bieden op de achterliggende mechanismen waarom jongeren niet meedoen. Daarmee kunnen aanknopingspunten voor beleid worden geformuleerd die niet alleen hun kans op meedoen, maar ook hun welbevinden kunnen vergroten.

### **Intensieve helpers zijn slechter af; ondersteuning gaat samen met meer welbevinden**

Ruim vier op de tien jongeren doen aan vrijwilligerswerk. Degenen die dit regelmatig doen rapporteren relatief veel tijdsdruk, maar ook een relatief sterk gevoel dat ze bijdragen aan de samenleving. Ruim een op de vier jongeren geeft hulp aan een zieke naaste (zie ook De Boer en de Roos 2022) en zowel

<sup>1</sup> Ze hebben relatief vaak geen startkwalificatie: minstens een havo-, vwo- of mbo-2-diploma.

vrijwilligerswerk als mantelzorg worden meestal met andere activiteiten gecombineerd. Jongeren die intensieve mantelzorg bieden (4 uur per week of meer, 10%) lopen een risico op overvraging; zij ervaren relatief veel tijdsdruk en een laag welbevinden. Meer dan de helft van hen rapporteert minder vrije tijd door de zorgtaak.

Eén op de vijf jonge mantelzorgers zegt meer waardering te willen hebben voor de gegeven hulp. Degenen die hiervoor meer waardering willen ontvangen en vrije tijd inleveren voor de zorgtaak scoren relatief laag op welbevinden. Een tekort aan kennis of vaardigheden om hulp te bieden gaat bij jonge mantelzorgers ook gepaard met een lager welbevinden, meer tijdsdruk en een minder sterk gevoel een positieve bijdrage aan de samenleving te leveren.

Openheid over de zorgsituatie op het werk hangt samen met een hogere mate van welbevinden van jonge mantelzorgers. Het gebruik van gemeentelijke mantelzorgondersteuning is bij hen gerelateerd aan een sterker gevoel een steentje bij te dragen.

### **Drie discussiepunten over mantelzorgbeleid**

De uitkomsten van dit onderzoek geven aanleiding tot drie discussiepunten voor beleid en de samenleving. De eerste is fundamenteel van aard. Het gaat om het bepalen van de grens voor het geven van mantelzorg door jongeren, omdat vooral bij intensieve mantelzorg hun eigen ontwikkeling en kwaliteit van leven in het gedrang dreigen te komen. Wat vinden we acceptabel als het aankomt op mantelzorg door jongeren, en wat niet? Vinden we het überhaupt gewenst en normaal dat jongeren intensieve mantelzorg verlenen? Waar ligt de grens met de 'gebruikelijke zorg', de dagelijkse zorg die kinderen en jongeren vanaf een bepaalde leeftijd kunnen bieden aan hun naasten waarmee ze samenwonen, zoals huishoudelijke taken (zie bv. ClZ 2006)? En wie bepaalt die grens?

Als we vinden dat intensieve mantelzorg door jongeren vanzelfsprekend is, is de tweede vraag of er speciaal beleid moet komen voor deze groep. Jonge mantelzorgers worden in recent breed Nederlands jeugdbeleid niet als belangrijke aandachtsgroep onderscheiden (TK 2022/2023b), in eerder beleid wel (TK 2020/2021). De Engelse *Care Act 2014* beziet participatie integraal (Hoefman et al. 2022; Leu et al. 2023).<sup>2</sup> Deze wet zou kunnen dienen als inspiratie voor beleid waardoor jonge mantelzorgers eerder en beter gesignaleerd, ondersteund en beschermd kunnen worden. Bij deze wet wordt rekening gehouden met hun ontwikkelingsdoelen, (participatie)wensen en ervaren moeilijkheden. Er moeten natuurlijk wel voldoende financiële mogelijkheden en voorzieningen zijn om een dergelijke wet ook goed uit te voeren. Dit lijkt in Engeland momenteel niet het geval te zijn (Hoefman et al. 2022).

Het derde vraagstuk betreft sociale ongelijkheid in mantelzorg. De mantelzorgrol wordt vooral opgepakt door jongeren die zelf kwetsbaar zijn en door jonge vrouwen. Resultaten van SCP-onderzoek laten zien dat zorgnormen en schuldgevoelens zwaar drukken op vrouwen (Portegijs 2022; Vlieg et al. 2023). Dit vraagt om meer aandacht voor gender en jongeren met beperkingen in mantelzorgbeleid en om culturele veranderingen in gendernormen en -verwachtingen (zie ook De Boer et al. 2023).

### **Formele steun voor jonge mantelzorgers**

Als we accepteren dat jongeren ook intensieve mantelzorgers kunnen zijn, is het aan te raden om aanpassingen in de formele steunnetwerken om jonge mantelzorgers heen door te voeren. Eerder benadrukte het SCP al het belang om op school en op het werk de zorgtaken van intensieve helpers te bespreken (De Boer en De Roos 2022). Deze publicatie onderstreept deze uitkomst en voegt hieraan toe dat het zich gewaardeerd voelen, voldoende kennis en vaardigheden paraat hebben en tijd voor zichzelf overhouden van belang zijn om het welbevinden van jonge mantelzorgers te verbeteren. Cursussen aanbieden over het omgaan met een zieke naaste, respijtzorg en waardering van mantelzorg, zoals een mantelzorgcompliment, vallen onder de verantwoordelijkheid van gemeenten. Zij zouden de belemmeringen die jongeren op deze punten ervaren dus (deels) kunnen wegnemen.

<sup>2</sup> Te raadplegen via [www.legislation.gov.uk/ukpga/2014/23/section/64/enacted](http://www.legislation.gov.uk/ukpga/2014/23/section/64/enacted).



### **Zorg voor integraal participatiebeleid en houd rekening met het perspectief van jongeren**

Al met al kan geconcludeerd worden dat het huidige overheidsbeleid vrij versnipperd is, en zich vooral richt op onderwijsdeelname van jongeren en een goede aansluiting van onderwijs op de arbeidsmarkt. Daardoor blijft de deelname van jongeren aan andere vormen van participatie grotendeels buiten beeld. Ook blijven daarmee de risico's onder de radar van het wel of niet meedoen van jongeren in verschillende participatievormen. Een risico is bijvoorbeeld het verminderd welbevinden van zowel jongeren die niet meedoen aan de onderscheiden participatievormen, als van jongeren die intensieve mantelzorgtaken op zich nemen en dit vrijwel altijd combineren met een opleiding of een (bij)baan. Als beleid wil sturen op participatiekansen en het welbevinden van jongeren, is het belangrijk om bij het ondersteunen van jongeren, en specifiek jonge mantelzorgers, rekening te houden met hun wensen, ervaren hindernissen en hulpbronnen. Een meer integrale visie op participatie van jongeren past hierbij en ligt ook in lijn met de oproep uit de kamerbrief 'Herstel en Perspectief van de Jeugd' (TK 2020/2021). Hierin staat dat opgaven voor jongeren meer in samenhang met elkaar moeten worden opgepakt. Hoewel deze benadering onder kabinet-Rutte IV lijkt te zijn losgelaten, onderstrepen de uitkomsten van deze publicatie het belang van een dergelijke invalshoek.

# 1 Brede en gebalanceerde participatie in de adolescentie en vroege volwassenheid

## 1.1 Maatschappelijke opgave

In ons land wordt veel belang gehecht aan participatie van jongeren. Een belangrijke maatschappelijke opgave is dat iedereen, ook jongeren, zinvol mee kan doen aan de samenleving (Van Campen en Olsthoorn 2022). Met zinvol bedoelen we wat zinvol is voor jongeren zelf – dat participatie bijdraagt aan hun welbevinden – en wat zinvol is voor de samenleving. De vraag is: hoe kunnen we ervoor zorgen dat jongeren zodanig participeren dat hun welbevinden geborgd blijft, ze niet gebukt gaan onder tijdsdruk en stress en ze het gevoel hebben een steentje bij te dragen aan de samenleving?

De gedachte achter deze vraag is dat de jeugd de generatie van de toekomst vormt en dat investeren in hun brede en gebalanceerde participatie ten goede zal komen aan de kwaliteit van de huidige en toekomstige samenleving. Jongeren kunnen op tal van manieren meedoen en dat heeft vaak zowel persoonlijke als maatschappelijke waarde. Zo is het volgen van een opleiding op zich een vorm van meedoen die jongeren tot het behalen van een startkwalificatie of tot de leeftijd van 18 jaar verplicht zijn en vaak ook leuk vinden, omdat ze zich ontwikkelen en leeftijdgenoten en leraren ontmoeten (Boer et al. 2021). Maar het is ook een belangrijke hulpbron voor het latere leven en een voorwaarde voor deelname aan andere vormen van participatie, vooral betaald werk (Verbeek-Oudijk et al. 2023). Jongeren doen echter vaak veel meer dan leren: ze hebben ook vaak een bijbaantje, zijn soms mantelzorgers of doen vrijwilligerswerk.<sup>3</sup> De veranderende verzorgingsstaat, een dynamische arbeidsmarkt en technologische, demografische en economische ontwikkelingen maken de maatschappelijke opgave van breed meedoen voor jongeren steeds urgenter. Daarbij worden vanuit de wetenschap, politiek en maatschappij veel zorgen geuit over toenemende en vaak impliciete druk bij jongeren om op verschillende manieren te presteren en te participeren (Dopmeijer 2021; Kraak en Kleinjan 2021; Schippers 2019; SER 2022). Het combineren van verschillende participatievormen betekent schakelen en kan daarom lastig zijn en tot druk leiden. Opvallend is echter dat er weinig onderzoek is gedaan naar brede, diverse participatie en welbevinden bij adolescenten en jongvolwassenen (16-24 jaar) en sociale verschillen hierin. Ook is er weinig bekend over vrijwilligerswerk en mantelzorg door jongeren en ondersteuning bij zorgtaken. Daar richt deze publicatie zich op.

## 1.2 Beleid over participatie van jongeren

In participatiebeleid staan de ontwikkeling van jongeren en kansengelijkheid centraal. Deze thema's worden vooral beredeneerd vanuit onderwijsdoelstellingen en de aansluiting op de arbeidsmarkt (TK 2021/2022b; TK 2022/2023b, c; VVD et al. 2021; zie ook SER 2021). Jongeren hebben recht op onderwijs<sup>4</sup> en zijn, zoals hiervoor al genoemd, verplicht onderwijs te volgen tot ze een startkwalificatie hebben (een diploma voor havo, vwo of vanaf mbo-2) of 18 jaar oud zijn (Rijksoverheid z.d.). Jongeren worden in beleid gezien als belangrijk potentieel voor de samenleving dat zich in de toekomst uit gaat betalen. Er is echter geen integraal beleid dat rekening houdt met participeren van jongeren op verschillende domeinen.

<sup>3</sup> Deze participatievormen hebben een ander karakter dan het volgen van onderwijs, dat verplicht is. Het doen van vrijwilligerswerk is een eigen keuze. Betaald werken kan als een verplichting voelen wanneer een jongere (of het gezin) weinig te besteden heeft, maar is vaak ook een vrijwillige keuze. Mantelzorg overkomt jongeren; zij worden geconfronteerd met een zieke naaste en vinden de hulp aan deze persoon vaak vanzelfsprekend (De Roos et al. 2020; Van der Werf et al. 2022).

<sup>4</sup> Zie artikel 14 van het Handvest van de grondrechten van de Europese Unie (PbEU 2007).

De overheid probeert jongeren wel op andere domeinen dan onderwijs en werk mee te laten doen, maar dit beleid is over het algemeen minder gespecificeerd en meer generiek van aard dan het onderwijsbeleid. De overheid heeft bijvoorbeeld de wens om burgers meer vrijwilligerswerk te laten verrichten en dan vooral in zorg en welzijn (Van den Broek et al. 2023). Dit is deels ingegeven vanuit het doel de zorgkosten door vergrijzing behapbaar te houden, maar ook om de sociale cohesie te bevorderen. Om vrijwilligerswerk bij jongeren te stimuleren, zijn er beleidsambities om de Maatschappelijke Diensttijd (MDT) uit te bouwen (VVD et al. 2021).<sup>5</sup>

Het beleidsdiscours bij mantelzorg is in zekere zin te vergelijken met dat van het vrijwilligerswerk. De overheid voert al langere tijd generiek beleid om de inzet van mantelzorgers te vergroten. De vraag vanuit de overheid en hulpbehoevenden om mantelzorg te bieden komt ook bij jongeren terecht. Dit is vaak echter niet bekend bij bijvoorbeeld onderwijsinstellingen, werkgevers en zorginstellingen (Hoefman et al. 2022). Daarbij herkennen jongeren zichzelf ook meestal niet als mantelzorger (De Boer en De Roos 2022). Nogal eens wordt de vraag gesteld of deze jongeren genoeg kind kunnen zijn en voldoende ruimte krijgen om zich te ontwikkelen als ze (te) veel moeten zorgen (Nap et al. 2020). De overheid gaat in de meest recente kamerbrief over mantelzorg specifiek in op deze groep door aan te geven te willen onderzoeken wat er nodig is voor maatschappelijke bewustwording, vroegtijdige signalering en (preventieve) ondersteuning van jonge mantelzorgers (TK 2022/2023a: 3; zie ook VWS 2023).

De overheid realiseert zich ook dat meedoen soms ook te veel kan vragen van jongeren. Zo besteedt het kabinet in de aanpak 'Mentale gezondheid: van ons allemaal' specifiek aandacht aan jongeren (TK 2021/2022a). Het gaat hierbij om een domeinoverstijgende aanpak, die acties benoemt in de maatschappij als geheel, de buurt, het onderwijs, werk en de online wereld. Toch wordt de participatie van jongeren niet over de gehele breedte bekeken en in verband gebracht met welbevinden. De nadruk ligt sterk op prestatiedruk in het onderwijs. Zo wordt er onder andere via de European Mental Health Week in mei<sup>6</sup> een maatschappelijk debat gevoed over de prestatiegerichte samenleving en zijn er plannen om het ondersteuningsprogramma 'Welbevinden op school' op te schalen, onder andere via het programma 'Gezonde School'.<sup>7</sup> Hoewel er in beleid dus aandacht is voor prestatiedruk en mentale gezondheid van jongeren, lijken beleidsambities er over het algemeen van uit te gaan dat meedoen vooral voordelen biedt, in ieder geval bij onderwijs, werk en vrijwilligerswerk (VVD et al. 2021).

<sup>5</sup> Dit zijn trajecten voor jongeren vanaf 12 jaar op het terrein van zorg, welzijn, veiligheid, defensie, sport, natuur en klimaat. De trajecten variëren van 80 uur tot een half jaar. Hierin kunnen jongeren in contact komen met nieuwe leefwerelden en mensen met andere culturen en achtergronden, zich inzetten voor de samenleving, nieuwe vaardigheden en talenten ontwikkelen en ontdekken waar hun passies liggen. Ook beoogt de MDT bij te dragen aan het welbevinden van jongeren (VWS 2021; Rijksoverheid 2022). Voorbeelden van projecten zijn nieuwkomers helpen met de Nederlandse taal, of een maatje zijn van eenzame ouderen (zie ook Hoogenraad en Van Kampen (nog te verschijnen)).

<sup>6</sup> Gevraagd wordt van scholen (van basisschool tot universiteit), sportverenigingen, culturele instellingen, jeugdverenigingen, werkgevers en maatschappelijke organisaties om tijdens deze week aandacht te besteden aan mentale gezondheid. Een manier is om binnen deze instituties het gesprek aan te gaan over stress, prestatiedruk, het belang van de acceptatie van imperfecties en andere factoren van mentale gezondheid.

<sup>7</sup> Hiermee kunnen scholen op een laagdrempelige manier, en in verbinding met leefstijlthema's als voeding en bewegen, werken aan een gezond pedagogisch- en leerklimaat (met aandacht voor o.a. prestatiedruk), en aan de mentale vaardigheden van leerlingen.

### 1.3 Onderzoeksliteratuur over participatie, welbevinden en steun voor mantelzorgers

#### **Hoeveel participeren jongeren en in welke vormen?**

Er is veel bekend over deelname aan afzonderlijke participatievormen van jongeren van 16-24 jaar, met name over het volgen van onderwijs (Struijkenkamp en Hartgers 2020). Er is minder informatie beschikbaar over (bij)banen en in hoeverre jongeren vrijwilligerswerk doen (Gielen 2020; Schmeets en Arends 2020). Ook is er vrij weinig bekend over het geven van mantelzorg en brede, diverse participatie bij deze leeftijdsgroep (De Boer en De Roos 2022; Van der Werf et al. 2022).

#### **Wie participeert er veel en wie weinig?**

We weten ook vrij weinig over welke jongeren meer of minder meedoen. Uit de literatuur is af te leiden dat als iemand veel hulpbronnen heeft, dat gepaard gaat met meer participatie. Zo weten we, omgekeerd, dat bepaalde groepen mensen (niet specifiek jongeren) minder meedoen: mensen met minder economische hulpbronnen (meer praktisch opgeleid, lage gezinswelvaart), mensen met minder persoonlijke hulpbronnen (fysiek kapitaal, gezondheidsbelemmeringen) en mensen met een migratieachtergrond (Vrooman et al. 2023).<sup>8</sup> Deze hulpbronnen en een migratieachtergrond kunnen, net als kenmerken als leeftijd en sekse, samenhangen met mechanismen van in- en uitsluiting, discriminatie en structurele verschillen (Verbeek-Oudijk et al. 2023; Knapen et al. 2023). Daarom nemen we deze hulpbronnen en kenmerken ook mee in dit onderzoek. Overigens hangen deze hulpbronnen en kenmerken ook samen met het welbevinden van jongeren. Zo blijken bepaalde groepen jongeren een relatief hoge mate van welbevinden te rapporteren: jongens, jongere jongeren, jongeren zonder gezondheidsbelemmeringen en zonder migratieachtergrond en met meer economische hulpbronnen (Berkelbach van der Sprenkel et al. 2021; Boer et al. 2022).

Het verrichten van vrijwilligerswerk blijkt, ook op basis van eerder onderzoek onder een brede bevolkingsgroep, vaker te worden verricht door mensen met meer economische hulpbronnen en personen zonder migratieachtergrond (Bekkers et al. 2020; Schmeets en Arends 2020). Het onderzoek van Schmeets (2019) laat zien dat mensen die gelovig zijn over het algemeen meer vrijwilligerswerk doen dan degenen die dit niet zijn, hoewel er ook grote verschillen zijn naar geloofsrichting. Het is niet duidelijk of deze verschillen ook bij jongeren optreden (Bekkers et al. 2020; Schmeets en Arends 2020).

Wat mantelzorg betreft zijn er indicaties dat dit relatief vaak wordt geboden door jonge vrouwen en jongeren met een migratieachtergrond (Haugland et al. 2020; vgl. Knopf et al. 2022, Van Tienen et al. 2018). Het beschikbare bewijs komt van onderzoek in het buitenland (Haugland et al. 2020) en Nederlands onderzoek onder een specifieke groep (Amsterdamse studenten, Van Tienen et al. 2018). We weten niet of dit verschil in mantelzorg naar gender en migratieachtergrond ook geldt voor een brede populatie Nederlandse jongeren.

#### **Draagt (brede) participatie bij aan een verhoging of verlaging van welbevinden?**

In het maatschappelijk debat wordt, met uitzondering van prestatiedruk in het onderwijs en intensieve mantelzorg, verondersteld dat meer participatie gepaard gaat met meer welbevinden. De wetenschappelijke literatuur geeft een genuanceerd beeld over de relatie tussen (de combinatie van vormen van) participatie en welbevinden (Moen et al. 1995). Aan de ene kant is er het verrijkingperspectief, dat stelt dat participatie in een of meerdere rollen het welbevinden van personen kan verhogen. Aan de andere kant is er het rolconflictperspectief, dat stelt dat de combinatie van vormen van participatie het welbevinden juist kan verlagen, omdat verschillende rollen een beroep doen op de beschikbare tijd en energie van mensen. We onderzoeken in deze publicatie beide kanten van welbevinden. Bij de negatieve kanten bekijken we tijdsdruk bij jongeren.

<sup>8</sup> Ook culturele en sociale hulpbronnen doen ertoe (Vrooman et al. 2023), maar deze zijn in de IZG-survey niet gemeten. Steun van formele netwerken (vanuit het werk, de school en gemeente) voor (jonge) mantelzorgers is wel in kaart gebracht.

Bij de positieve kanten van participatie wordt vaak gekeken naar de voldoening die gepaard gaat met het oppakken van specifieke rollen. Het vervullen van een of meerdere rollen zou ook betekenis kunnen geven aan het leven (Thoits 1983). Wij focussen ons op hoe zinvol jongeren hun inzet voor de samenleving vinden en in hoeverre de participatie samenhangt met hun algemene welbevinden, zoals levensvreugden en geluk.<sup>9</sup> We veronderstellen dat wanneer jongeren zich goed voelen bij bepaalde activiteiten, zij dit ook zinvol vinden voor zichzelf. Er zijn in de literatuur slechts beperkt gegevens beschikbaar over deze positieve kanten van participatie bij jongeren.

### **Geen eenduidig beeld over samenhang participatie en welbevinden bij jongeren**

Er is uit de literatuur geen eenduidig beeld te destilleren van de relatie tussen deelname aan diverse vormen van participatie en het welbevinden van jongeren. Het onderzoek *Geluk onder druk* (Kleinjan et al. 2020) laat zien dat bijna één op de vijf scholieren (12-16 jaar) vaak stress zegt te hebben door drukte van alles bij elkaar, school, huiswerk, sociale media, bijbaan en/of sporten. Bij oudere jongeren (12-25 jaar) is dit zelfs 40% (Kloosterman et al. 2021). Ook ervaren oudere jongeren meer stress naarmate zij meer werken en meer tijd besteden aan sociale media (Kloosterman et al. 2021; Wielers et al. 2020). Jongeren beschrijven bij werk ook positieve kanten: het levert niet alleen geld op, maar is ook zingevend (Schipper 2019). Ook rondom mantelzorg zijn aanwijzingen gevonden voor positieve kanten. Zo is bekend dat scholieren met een zorgsituatie thuis relatief vaak pro sociaal gedrag vertonen, zich goed in kunnen leven in en rekening houden met anderen (De Roos et al. 2013). Een andere positieve kant die in overzichtsstudies naar oudere jonge mantelzorgers naar voren komt, is dat ze eerder volwassen en onafhankelijk zijn (Chikhradze et al. 2017; Van der Werf et al. 2022). Er zijn echter ook veel aanwijzingen voor negatieve kanten van het bieden van mantelzorg. De beschikbare studies hierover zijn vooral gericht op middelbare scholieren (De Roos et al. 2020; Pakenham en Cox 2012; 2014; Van der Werf et al. 2022; Van Tienen et al. 2020). Jongeren die mantelzorg bieden, en vooral de intensieve helpers onder hen, ervaren relatief vaak psychosomatische klachten, psychische problemen en een lage levensvreugden. Verder blijkt het bieden van mantelzorg, in overeenstemming met het rolconflictperspectief, soms ten koste te gaan van andere participatievormen. Zo spijbelen jonge mantelzorgers meer uren van school dan jongeren die geen zorgsituatie hebben (Van Tienen et al. 2020).

Er wordt verondersteld dat vrijwilligerswerk jongeren kansen biedt vaardigheden te ontwikkelen, andere perspectieven en culturen beter te begrijpen, nieuwe sociale relaties aan te gaan en tijd constructief te gebruiken. Daardoor kan vrijwilligerswerk een bijdrage leveren aan hun zelfvertrouwen en welbevinden (Ince et al. 2018; Nursey-Bray et al. 2022; Sonneveld et al. 2021). Uit empirisch onderzoek blijkt dat vrijwilligers van alle leeftijdsgroepen meer tevreden zijn met hun leven dan mensen die geen vrijwilligerswerk doen (Schmeets en Arends 2020). In een recent Amerikaans onderzoek onder 11-18-jarigen laten Bang en collega's (2020) zien dat als jongeren vrijwilligerswerk doen, dat de kans op depressie kan verkleinen doordat ze zich door het vrijwilligerswerk meer betrokken voelen bij school. Voor zover wij weten is er in Nederland geen specifiek onderzoek gedaan naar vrijwilligerswerk en welbevinden onder jongeren.

### **Ondersteuning en welbevinden van jonge mantelzorgers**

Uit eerder onderzoek is bekend dat ongeveer een kwart van de scholieren met een zorgsituatie thuis behoefte heeft aan (meer) ondersteuning (De Roos et al. 2017). Jonge mantelzorgers willen serieus genomen worden en iemand naast zich die naar hen luistert, als ze dat nodig hebben, zo blijkt uit een recente *scoping review* van kwalitatief onderzoek (Van der Werf et al. 2022). In lijn daarmee laat het onderzoek van De Boer en De Roos (2022) zien dat een aanzienlijk deel van de jonge mantelzorgers zegt dat zij het meest geholpen zouden zijn met begrip en waardering (vgl. Bronselaer et al. 2021). Jonge mantelzorgers hebben verder onder andere behoefte aan meer kennis over de ziekte van hun naaste en de gevolgen daarvan (Van der Werf et al. 2022). Uit de literatuur blijkt ook dat een gebrek aan kennis over de ziekte van de hulpbehoevende en een gebrek aan vaardigheden om te helpen jongeren blootstellen aan risico's. Daardoor kunnen zij bijvoorbeeld zelf gezondheidsklachten ontwikkelen (Leu en Becker 2017).

<sup>9</sup> Algemeen welbevinden is gemeten met een schaal op basis van zes vragen. Die gaan onder andere over ervaren gezondheid, levensvreugden, erbij horen en geluk. De betrouwbaarheid van de schaal algemeen welbevinden is goed, Cronbach's alpha = 0,79. De schaal loopt van 1-10.

Daarnaast is bekend dat een kwart van de jonge mantelzorgers gebruikmaakt van gemeentelijke mantelzorgondersteuning, en dat een kleine minderheid school of werk geïnformeerd heeft over de zorgtaak thuis (De Boer en De Roos 2022). Het is echter niet duidelijk of een gebrek aan waardering, steun, kennis en vaardigheden gepaard gaat met minder welbevinden. Eerder onderzoek onder werkende (oudere) mantelzorgers laat zien dat het bespreken van een zorgtaak op het werk een belangrijke rol speelt bij hun kwaliteit van leven (De Boer et al. 2019), maar het is niet bekend of deze vorm van steun ook bij jongeren gerelateerd is aan hun welbevinden. Ook is er maar weinig kennis over de rol van steun op de opleiding bij deze groep jongeren (Bronselaer et al. 2021). Het lijkt belangrijk dat de opleiding op de hoogte is van de zorgsituatie, zodat zij daarmee rekening kan houden en zo nodig hulp kan bieden (De Roos et al. 2020; Lewis et al. 2023).

## 1.4 Onderzoeksvragen en data

In deze studie staat de vraag centraal of meer meedoen goed is voor jongeren. Om die vraag te beantwoorden, onderscheiden we de volgende deelvragen:

- 1 Hoe vaak participeren jongeren van 16-24 jaar in verschillende (aantallen) rollen – leren, werken, zorgen en het doen van vrijwilligerswerk?
- 2 Welke jongeren zijn actief, of juist minder actief? In hoeverre verschillen zij in sociaal-economische hulpbronnen en gezondheidsbelemmeringen?
- 3 Hoe hangt participatie samen met het welbevinden van jongeren? Wanneer is de optelsom van rollen en het maatschappelijk meedoen – vrijwilligerswerk, mantelzorg – te veel? Wanneer is meedoen gerelateerd aan een lager welbevinden en welke inzet zien jongeren als zinvol voor de samenleving?
- 4 Welke rol speelt formele ondersteuning bij het welbevinden van jonge mantelzorgers?

We laten andere vormen van participatie buiten beschouwing, zoals bewegen en politieke en cultuurparticipatie. Hierin voorzien de beschikbare data namelijk niet. We maken gebruik van data uit de survey Informele Zorg (IZG) 2019, waaruit we jongeren van 16-24 jaar geselecteerd hebben (n = 1432). Daarvan is 76% 18 jaar of ouder en 49% vrouw. Meer informatie over de steekproef is te vinden in bijlage A.

De data zijn dus verzameld in 2019, het jaar voordat de coronapandemie uitbrak. De vraag die hierbij gesteld kan worden is in hoeverre het meedoen van jongeren anno 2023 anders is dan in 2019. We vermoeden dat het meedoen van jongeren in 2023 ongeveer vergelijkbaar zal zijn aan dat in 2019, behalve bij het volgen van onderwijs en het geven van mantelzorg. De coronacrisis belemmerde de kansen om te leren en er was in het schooljaar 2021/22 een forse toename in het aantal jongeren dat zonder startkwalificatie het onderwijs verliet ten opzichte van het schooljaar daarvoor (NJI 2023a). Het kan dus zijn dat er nu relatief minder (oudere) jongeren onderwijs volgen. Voor mantelzorg zijn geen trendgegevens over jongeren beschikbaar. De verwachting is dat de druk op mantelzorg in het algemeen toeneemt (De Boer et al. 2023) en dat daardoor ook het aantal jongeren stijgt dat in hun naaste omgeving te maken heeft met ziekte en zorg (De Roos et al. 2020). Qua arbeidsdeelname is het percentage jongeren na een forse dip in coronatijd (bv. doordat veel jongeren in de horeca werkten en die sector erg geraakt werd door de pandemie) weer ongeveer op hetzelfde niveau als vóór corona (CBS 2023). Het aandeel jongeren dat aan vrijwilligerswerk doet blijkt in deze periode langzaam gedaald maar ook weer gestegen te zijn, en ligt nu op een vergelijkbaar niveau als in 2019 (NJI 2023b).

## 2 Driekwart van de jongeren doet mee aan minstens twee activiteiten

In dit hoofdstuk gaan we in op de eerste onderzoeksvraag: hoe vaak doen jongeren mee aan verschillende (aantallen) activiteiten? Hiervoor is hen gevraagd of zij op het moment van de enquête een opleiding volgen, betaald werk hebben en vrijwilligerswerk doen. Ook is gevraagd of jongeren in het jaar voorafgaand aan de enquête hulp hebben gegeven aan bekenden met gezondheidsproblemen. Alle vragen van de enquête zijn weergegeven in kader 2.1.<sup>10</sup>

---

### Kader 2.1 Vragen uit vragenlijst over participatie

- Volgt u op dit moment een opleiding? Hoeveel uur per week volgt u deze opleiding? Als dit sterk wisselt, probeert u dan een gemiddelde aan te geven.
- Heeft u op dit moment betaald werk? Ook 1 uur per week of een korte periode telt al mee. Evenals werk in eigen bedrijf, familiebedrijf of freelance werk. Hoeveel uren werkt u in totaal gemiddeld per week, overuren en onbetaalde uren niet meegerekend?
- Doet u vrijwilligerswerk? Ook meehelpen bij eenmalige evenementen of incidentele vrijwilligersklussen telt mee. Doet u dit regelmatig, bijvoorbeeld wekelijks of maandelijks, of doet u dit incidenteel?
- De volgende vragen gaan over het geven van hulp aan bekenden met gezondheidsproblemen. Denk aan uw partner, familie, vriend of buur die hulp nodig heeft vanwege lichamelijke, psychische, verstandelijke beperkingen of ouderdom. Voorbeelden zijn het huishouden doen, wassen en aankleden, gezelschap houden, vervoer of klusjes. Hulp in het kader van uw beroep of vrijwilligerswerk telt niet mee. Heeft u in de afgelopen 12 maanden dit soort hulp gegeven? Hoeveel uur per week helpt u gemiddeld? Als u het antwoord niet precies weet, vragen we u een schatting te maken van het aantal uren per week. S.v.p. naar boven afronden op hele uren.

---

Jongeren tussen de 16 en 24 jaar zijn actief op allerlei fronten (tabel 2.1). Bijna driekwart volgt onderwijs op de middelbare school of doet een vervolgstudie. Ruim een kwart doet dit fulltime (minstens 32 uur per week) en 44% in deeltijd. Deze uitkomst sluit aan op de leerplichtwet, waarin staat dat jongeren tussen de 16 en 18 jaar die nog geen startkwalificatie hebben behaald kwalificatieplichtig zijn (en in dat geval vaak nog een opleiding volgen).<sup>11</sup> Jongeren die nog kwalificatieplichtig zijn mogen wel een bijbaantje hebben.

---

<sup>10</sup> Het kan zijn dat jongeren zich niet herkennen in de formuleringen van de vraag naar vrijwilligerswerk en/of mantelzorg. Zo staan er bij vrijwilligerswerk geen voorbeelden genoemd, en bij mantelzorg kan het onduidelijk zijn wat er allemaal onder lichamelijke en psychische beperkingen en het huishouden doen valt. Mogelijk leidt dit tot onderrapportage, maar de cijfers in tabel 2.1 duiden daar niet op.

<sup>11</sup> De kwalificatieplicht geldt niet voor jongeren die de volgende vormen van onderwijs hebben gevolgd: praktijkonderwijs, onderwijs in de uitstroomprofielen arbeidsmarktgericht of dagbesteding op het voortgezet speciaal onderwijs (Rijksoverheid z.d.).

**Tabel 2.1 Aandeel participanten bij 16-24-jarigen, 2019 (n = 1360/1432; in procenten)**

<b>volgen van onderwijs</b>	
niet	28
1-31 uur per week	44
≥ 32 uur per week	28
<b>betaald werk</b>	
geen	25
1-11 uur per week	31
12-31 uur per week	23
≥ 32 uur per week	20
<b>vrijwilligerswerk</b>	
geen	56
incidenteel	27
regelmatig	17
<b>mantelzorg</b>	
geen	73
< 4 uur per week	17
≥ 4 uur per week	10
<b>aantal participatievormen</b>	
0	3
1	21
2	38
3	30
4	8

Bron: SCP/CBS (IZG'19)

Verder blijkt dat driekwart van de 16-24-jarigen een betaalde baan heeft van één uur per week of meer. Ruim de helft van de jongeren werkt in deeltijd en een op de vijf werkt fulltime (minstens 32 uur per week). Vrijwilligerswerk komt iets minder vaak voor: 44% van de jongeren doet dit incidenteel of regelmatig. Dit percentage ligt in de lijn van de resultaten van eerdere studies (Arends 2020; Schmeets en Arends 2020; Schmeets 2018). Het merendeel van de jongeren die vrijwilligerswerk doet, doet dit incidenteel. Dat komt overeen met eerder onderzoek van Smith en collega's (2010) onder studenten in verschillende landen. Ruim een kwart van de jongeren heeft in het jaar voorafgaand aan de enquête gemiddeld minstens 1 uur per week hulp aan zieke naasten gegeven (27%); 10% biedt intensieve hulp van minstens 4 uur per week (zie ook De Boer en de Roos 2022).

De meeste jongeren zijn taakcombineerders: driekwart doet twee of meer activiteiten. De meest voorkomende combinatie bestaat uit scholing en werk (21%, niet weergegeven in tabel 2.1). Verder combineert een aanzienlijk deel van de jongeren het volgen van een opleiding met een betaalde baan en vrijwilligerswerk (17%, niet in tabel). Degenen die mantelzorg geven of vrijwilligerswerk doen, doen dit vrijwel altijd in combinatie met andere activiteiten. Slechts 1% geeft namelijk alleen mantelzorg of doet alleen vrijwilligerswerk (niet in tabel).<sup>12</sup> Van de jongeren heeft een kleine 3% geen van de onderscheiden participatievormen in de vragenlijst aangekruist.

<sup>12</sup> Ongeveer 1% combineert mantelzorg met vrijwilligerswerk.



## 3 Wie participeert er veel en wie weinig?

In dit hoofdstuk gaan we in op de tweede onderzoeksvraag. Achtereenvolgens gaan we na welke jongeren meer of minder divers participeren, vrijwilligerswerk doen en mantelzorg geven.

### 3.1 Wie participeert meer divers?

Om te kijken welke hulpbronnen en kenmerken jongeren hebben die meer of minder divers meedoen, zijn multivariate analyses uitgevoerd. In de modellen controleren we voor andere variabelen waarvan we weten dat zij invloed hebben op meedoen, zoals leeftijd, sekse en religieuze betrokkenheid (De Boer en De Roos 2022; Roeters 2018; Schmeets en Arends 2020; zie ook noot c bij figuur 3.1). In figuur 3.1 worden de verbanden getoond tussen het aantal participatievormen waaraan jongeren deelnemen, en hun hulpbronnen en kenmerken.<sup>13</sup>

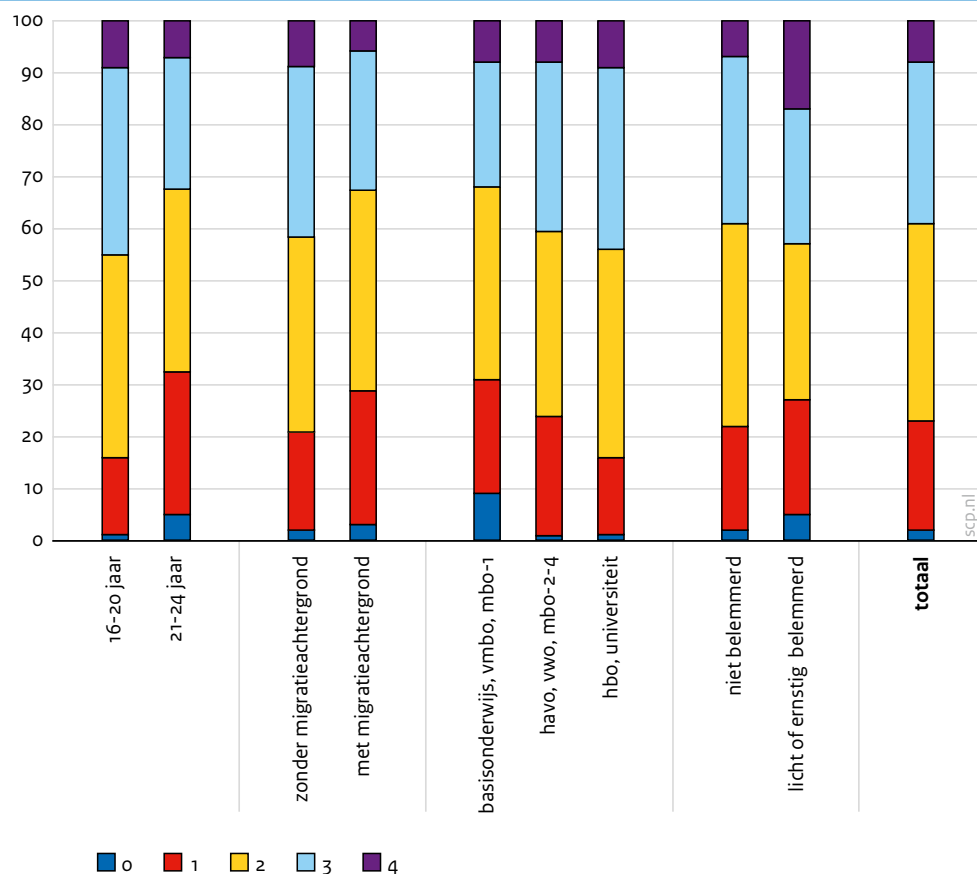
Niet meedoen gaat gepaard met relatief weinig hulpbronnen. Figuur 3.1 laat zien dat jongeren die in geen enkele van de onderscheiden participatievormen actief zijn, relatief vaak alleen basisonderwijs, vmbo of mbo-1 hebben afgerond en tussen de 21 en 24 jaar oud zijn. Dit is goed te verklaren: zij zitten met het stijgen van de leeftijd niet meer in het onderwijs. Bovendien heeft een deel geen baan, vooral personen zonder startkwalificatie, en dat wordt niet vanzelfsprekend 'goedgemaakt' doordat iemand dan bijvoorbeeld vrijwilligerswerk verricht. Een aanvullende analyse laat zien dat een klein aandeel jongeren zorgt voor een kind (1,8%) en dat deze groep is oververtegenwoordigd onder degenen die niet participeren in (vrijwilligers)werk, onderwijs of mantelzorg. Een kwart van de jongeren met een kind doet niet mee aan deze activiteiten, bij de jongeren zonder kind is dit een kleine 3%. Jongeren kunnen een tussenjaar hebben of andere activiteiten ontplooiën die we niet hebben onderzocht, zoals politieke participatie. Maar er kunnen ook allerlei problemen een rol spelen waardoor jongeren niet meedoen. Ze kunnen bijvoorbeeld een verkeerde opleiding hebben gekozen, onvoldoende capaciteiten hebben of te maken hebben met moeilijke omstandigheden thuis (Eimers 2006).

Onder de jongeren die deelnemen aan één type participatie, zijn de 21-24-jarigen en degenen met een migratieachtergrond oververtegenwoordigd. Jongeren die het hbo of de universiteit hebben afgemaakt zijn ondervertegenwoordigd. Deelnemen aan twee vormen van participatie wordt minder vaak gedaan door jongeren die zelf een belemmering ondervinden door een langdurige ziekte, lichamelijke beperking of psychische klacht dan door jongeren die zelf geen belemmering ervaren. Het uitoefenen van drie vormen van participatie wordt minder vaak gedaan door jongeren die alleen basisonderwijs, vmbo of mbo-1 hebben afgerond, door 21-24-jarigen en door jongeren met een migratieachtergrond. Dit past bij het beeld dat Roeters (2018) eerder schetste: dat jongeren met meer economische hulpbronnen, zoals een meer theoretische opleiding, diverser participeren.

Bij de jongeren die actief zijn in vier vormen van participatie zien we tot slot relatief veel jongeren zonder migratieachtergrond en jongeren met een belemmering. Opmerkelijk is dat de jongeren met een beperking 'extremer' lijken te participeren. Zij doen relatief vaak aan geen of één participatievorm, wat ook op basis van eerdere studies verwacht kon worden (zie bv. Grosscurt et al 2021; SER 2022). Aan de andere kant zijn ze ook relatief vaak actief in alle vier participatievormen. Zoals we ook in paragraaf 3.3 zullen zien, geven ze bijvoorbeeld eveneens relatief vaak mantelzorg.

<sup>13</sup> Er zijn multivariate analyses uitgevoerd om te corrigeren voor de onderlinge samenhang tussen variabelen. Er is gecheckt of er sprake was van een te sterke samenhang tussen de verklarende variabelen (hulpbronnen en kenmerken) (zogenoemde 'multicollineariteit'); dat bleek niet het geval te zijn. Vanwege het meetniveau van diversiteit in participatie (aantal vormen, meer dan twee niveaus) is gekozen voor een multinomiale logistische regressie.

**Figuur 3.1** Aandeel jongeren dat deelneemt aan 0, 1, 2, 3 of 4 participatievormen,<sup>a</sup> naar hulpbronnen en andere kenmerken,<sup>b</sup> 16-24-jarigen, 2019 (n = 1295, in procenten<sup>c</sup>)



- a Participatievormen zijn: scholing, betaald werk, vrijwilligerswerk, mantelzorg.  
 b Bij niet of licht/ernstig belemmerd gaat het om zelf belemmeringen in dagelijkse bezigheden ervaren door een langdurige ziekte, fysieke beperking of psychische klachten.  
 c Hierbij worden de voorspelde percentages (marginale effecten) weergegeven. Deze zijn gebaseerd op een multinomiale logistische regressieanalyse (zie ook noot 13). In een eerste analyse zijn alle hulpbronnen en andere kenmerken opgenomen. Om tot een zo zuinig mogelijk model te komen zijn de kenmerken sekse, huishoudinkomen, kerk- of moskeebezoek en huishoudvorm vervolgens uit de analyse weggelaten, omdat ze niet significant (op basis van  $p < 0,05$ ) samenhangen met deelname aan verschillende aantallen participatievormen.

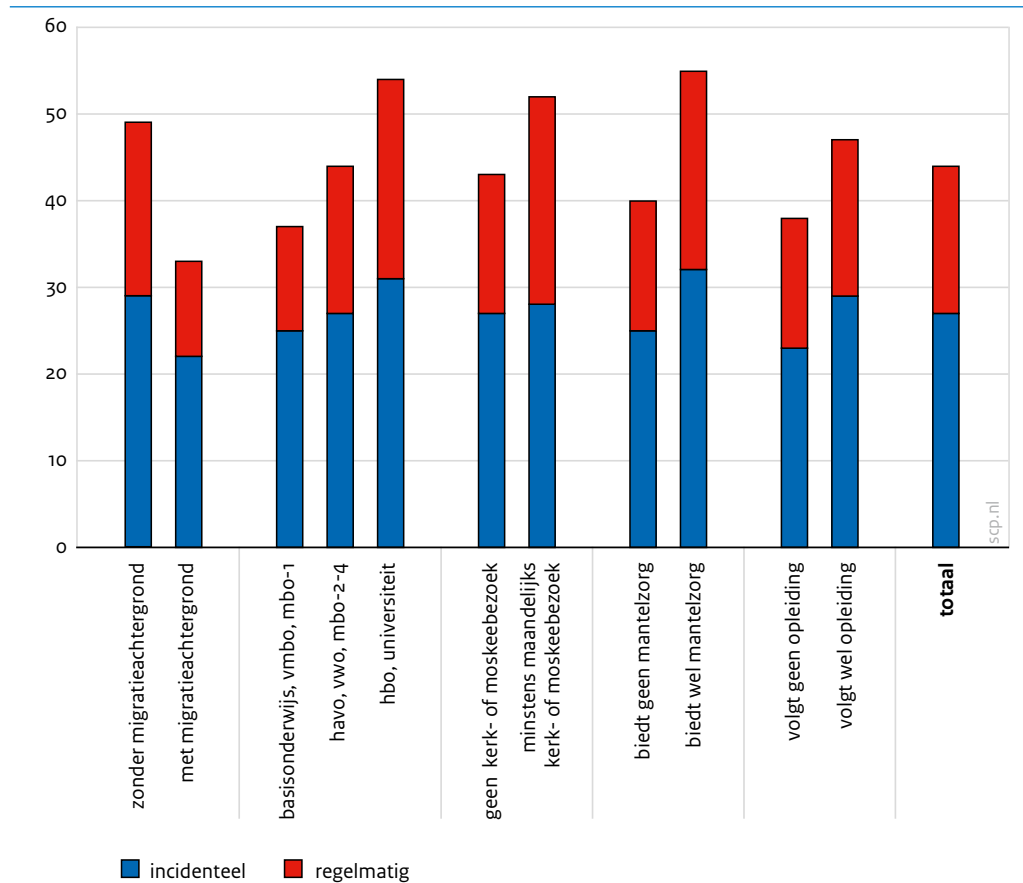
Bron: SCP/CBS (IZG'19)

## 3.2 Wie doet vrijwilligerswerk?

Onze surveyresultaten laten zien welke kenmerken jongeren hebben die vrijwilligerswerk verrichten. Zij zijn vooral te vinden onder degenen zonder een migratieachtergrond, met een meer theoretische opleiding, die betrokken zijn bij een kerk of moskee, mantelzorg bieden en een opleiding volgen. Incidenteel vrijwilligerswerk wordt met name gedaan door jongeren zonder migratieachtergrond, jongeren met een mantelzorgtaak en jongeren die een opleiding volgen. Jongeren met een hbo- of universitair diploma hebben relatief veel hulpbronnen en doen naar verhouding regelmatig vrijwilligerswerk. Ook jongeren zonder migratieachtergrond, degenen die regelmatig een kerk of moskee bezoeken en degenen met een mantelzorgtaak doen naar verhouding regelmatig vrijwilligerswerk (figuur 3.2). De uitkomsten bevestigen het beeld uit de literatuur onder een brede bevolkingsgroep dat vrijwilligerswerk verschilt naar opleidingstype, migratieachtergrond en religieuze betrokkenheid (Schmeets en Arends 2020). Hierbij dient te worden opgemerkt dat er mogelijk ook sprake is van onderrapportage door mensen met een migratieachtergrond die binnen een moskee actief zijn; zij zien dit wellicht niet als vrijwilligerswerk (Engbersen et al. 2015).

Opmerkelijk is de bevinding dat degenen die mantelzorg bieden relatief vaak zowel incidenteel als regelmatig vrijwilligerswerk doen. Voor Nederlandse 16-plussers was eerder getoond dat mantelzorg nogal eens samen gaat met vrijwilligerswerk in de zorg en ondersteuning (De Klerk et al. 2017). Het was echter nog niet bekend dat Nederlandse jongeren die incidenteel of regelmatig (allerlei vormen van) vrijwilligerswerk doen ook relatief vaak hulp aan zieke naasten bieden. Dit suggereert dat dit jongeren zijn die een heel prosociale houding hebben.

**Figuur 3.2** Aandeel jongeren dat incidenteel of regelmatig<sup>a</sup> vrijwilligerswerk doet, naar hulpbronnen en andere kenmerken, 16-24-jarigen, 2019 (n = 1334, in procenten<sup>b</sup>)



a Regelmatig is minstens maandelijks.

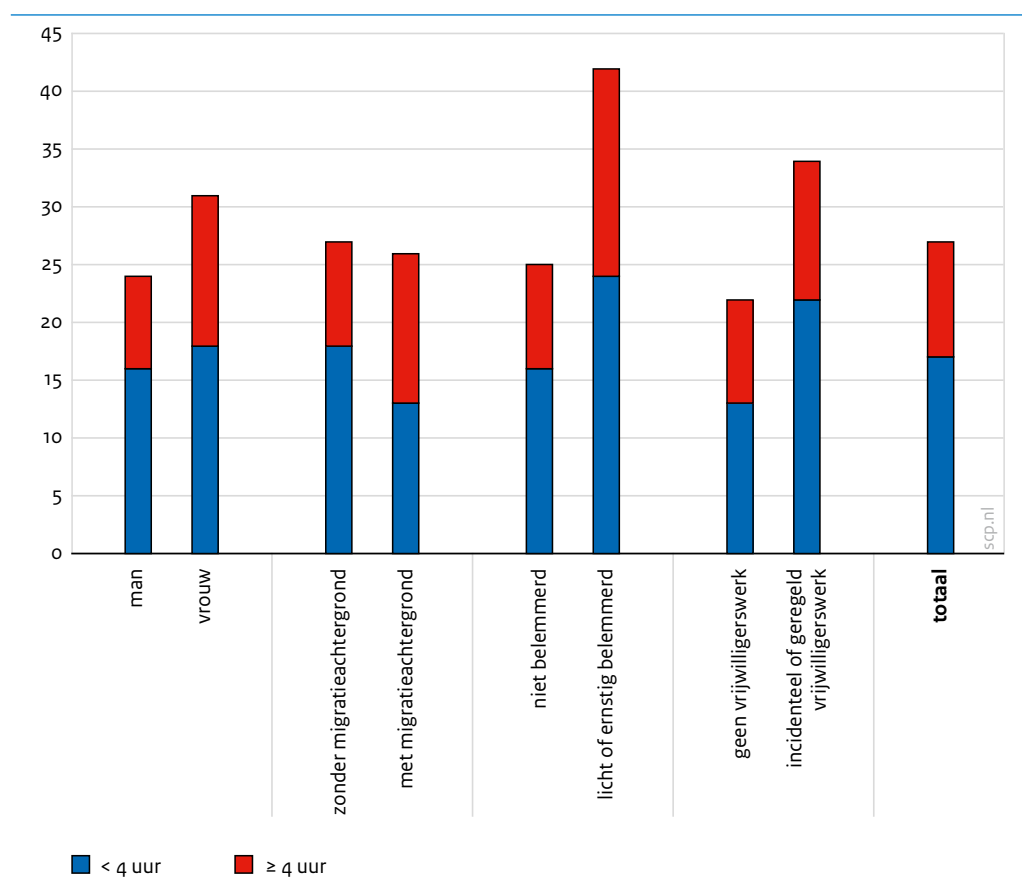
b Hierbij worden de voorspelde percentages (marginale effecten) weergegeven. Deze zijn gebaseerd op een multinomiale logistische regressieanalyse (op geen, incidenteel en regelmatig vrijwilligerswerk, in de figuur is 'geen vrijwilligerswerk' niet expliciet opgenomen, zie ook noot 13). De variabelen geslacht, leeftijd, huishoudvorm, inkomen, belemmeringen, en betaald werk zijn uit de analyse weggelaten. Deze kenmerken hingen namelijk niet significant (op basis van  $p < 0,05$ ) samen met geen, incidenteel of regelmatig vrijwilligerswerk doen.

Bron: SCP/CBS (IZG'19)

### 3.3 Wie geeft mantelzorg?

Als jongeren hulp geven aan een zieke naaste, dan doen ze dat gemiddeld ongeveer 5 uur per week. Veel van deze jonge mantelzorgers geven aan dat ze emotionele steun bieden en iemand gezelschap houden (86%). Verder verlenen jongeren relatief vaak huishoudelijke hulp (47%). Persoonlijke verzorging en verpleegkundige hulp wordt minder vaak gegeven dan de andere hulpvormen (zie ook De Boer et al. 2020). Onze steekproef laat zien dat onder de jonge mantelzorgers vaak vrouwen, jongeren die zelf kwetsbaar zijn en jongeren die vrijwilligerswerk doen voorkomen (figuur 3.3).

**Figuur 3.3** Aandeel jongeren dat niet-intensieve (< 4 uur per week) of intensieve (≥ 4 uur per week) mantelzorg geeft, naar hulpbronnen en andere kenmerken,<sup>a</sup> 16-24-jarigen, 2019 (n = 1386, in procenten<sup>b</sup>)



- a Bij niet of licht/ernstig belemmerd gaat het om zelf belemmeringen in dagelijkse bezigheden ervaren door een langdurige ziekte, fysieke beperking of psychische klachten.
- b Hierbij worden de voorspelde percentages (marginale effecten) weergegeven. Deze zijn gebaseerd op een multinomiale logistische regressieanalyse (op geen, niet intensieve en intensieve mantelzorg, in de figuur is 'geen mantelzorg' niet expliciet opgenomen). De marginale effecten zijn niet gecontroleerd voor leeftijd, huishoudvorm, opleidingstype, huishoudinkomen, kerk- of moskeebezoek, het volgen van een opleiding en betaald werk. Deze kenmerken hingen namelijk niet significant (op basis van  $p < 0,05$ ) samen met wel of niet (intensief) mantelzorg geven.

Bron: SCP/CBS (IZG'19)

Onder de intensieve helpers zijn jonge vrouwen en jongeren met gezondheidsproblemen oververtegenwoordigd. Hoewel jongeren met een migratieachtergrond niet vaker mantelzorg geven dan jongeren zonder migratieachtergrond, zorgen ze wel vaker intensief. Dat jongeren die (intensief) hulp bieden vaak vrouw zijn, sluit aan bij eerder onderzoek (De Klerk et al. 2017). Verklaringen hiervoor zijn dat vrouwen over het algemeen sensitiever zijn in het signaleren van zorgbehoeften dan mannen, en dat van hen ook meer verwacht wordt dat ze zorgen (De Klerk et al. 2017; De Roos et al. 2020; Lewis et al. 2023). De oververtegenwoordiging van jongeren met een migratieachtergrond bij de groep die intensief zorgt past bij eerder onderzoek onder volwassenen, waaruit bleek dat hulp aan ouders door mensen met een migratieachtergrond vaak intensief is (De Boer et al. 2021). De auteurs verklaarden dit door de bevinding dat deze mantelzorgers vaak onder één dak wonen met de hulpontvangers (De Boer et al. 2021). Jongeren die intensief helpen hebben relatief vaak zelf ook belemmeringen. Dat kan erop duiden dat deze jongeren vaker mensen kennen die zelf ziek zijn, waaronder familie met een erfelijke ziekte of beperking. Dit ligt in de lijn van onderzoek van De Klerk en collega's (2017); zij lieten voor 16-plussers zien dat personen met gezondheidsbelemmeringen relatief vaak aangeven een hulpbehoevende te kennen. Het kan er ook op duiden dat jongeren door de intensieve mantelzorg belemmeringen hebben gekregen en dat er een tekort aan ondersteuning is.

Samenvattend hebben jongeren die meer divers participeren en jongeren die vrijwilligerswerk doen relatief veel economische hulpbronnen. Vrijwilligerswerk wordt relatief vaak gedaan door jongeren die vaak een kerk of moskee bezoeken en mantelzorg bieden. Jonge vrouwen en jongeren die zelf kwetsbaar zijn bieden relatief vaak (intensieve) mantelzorg. Daarnaast geven jongeren met een migratieachtergrond naar verhouding vaak intensieve mantelzorg.

## 4 Participatie en welbevinden

In dit hoofdstuk gaan we in op de derde onderzoeksvraag, die nauw aansluit bij onze centrale vraag of meer participatie goed is voor jongeren. Voor het beantwoorden van de derde vraag is met regressieanalyses nagegaan of er een relatie bestaat tussen participatie en het welbevinden van jongeren. Daarbij houden we rekening met hulpbronnen en andere kenmerken van jongeren waarvan bekend is dat ze samenhangen met welbevinden (Berkelbach van der Sprenkel 2021; Boer et al. 2022). Bij participatie is via het aantal activiteiten gekeken naar de diversiteit van participatie. Daarnaast is gekeken naar de intensiteit van mantelzorg en vrijwilligerswerk. De uitkomstmaten zijn verschillende indicatoren voor welbevinden: ervaren tijdsdruk, het gevoel een steentje bij te dragen aan de samenleving en algemeen welbevinden. Dit is weergegeven in tabel 4.1. Hierbij en bij andere verbanden dient te worden opgemerkt dat we gebruik maken van crosssectionele gegevens, en dus geen uitspraak kunnen doen over wat oorzaak is en wat gevolg.

Jongeren die aan twee of drie vormen van participatie meedoen, ervaren meer tijdsdruk dan jongeren die aan één vorm meedoen. Dat sluit aan bij het rolconflictperspectief. Naarmate jongeren deelnemen aan meerdere activiteiten ervaren zij echter ook een sterker gevoel een steentje bij te dragen aan de samenleving, wat bij het verrijkingperspectief past. De groep die helemaal niet participeert rapporteert een lager welbevinden dan jongeren die wel in één of meerdere vormen van participatie actief zijn. Dat is eveneens in overeenstemming met het verrijkingperspectief en bovendien met eerder onderzoek onder een bredere leeftijdsgroep (De Klerk et al. 2020; Van Campen et al. 2013).

Jongeren die regelmatig vrijwilligerswerk doen, ervaren meer tijdsdruk dan jongeren die geen of incidenteel vrijwilligerswerk doen. Zoals op basis van de literatuur te verwachten is, hebben degenen die regelmatig vrijwilligerswerk verrichten vaker het gevoel dat ze een positieve bijdrage leveren aan de samenleving dan hun leeftijdgenoten die geen of incidenteel vrijwilligerswerk doen (Ince et al. 2018; Nursey-Bray et al. 2022; Sonneveld et al. 2021). Jongeren die betrokken zijn bij incidenteel vrijwilligerswerk rapporteren dit gevoel weer vaker dan degenen die niet participeren in vrijwilligerswerk. In tegenstelling tot eerdere studies onder een bredere leeftijdsgroep (Schmeets en Arends 2020), komt uit ons onderzoek echter geen relatie tussen vrijwilligerswerk en algemeen welbevinden naar voren.

Intensieve mantelzorg (minstens 4 uur per week) levert naar verhouding veel tijdsdruk op en een vrij laag welbevinden. Dit is ook in eerdere studies onder mantelzorgers genoemd (zie voor een overzicht Van der Werf et al. 2022). In eerder, breed tijdbestedingsonderzoek bleken jongeren die veel tijd aan het huishouden en zorg voor anderen besteden ook relatief veel tijdsdruk te ervaren (Roeters 2018). Het lagere welbevinden van jongeren die intensief mantelzorg bieden kan naast het vele zorgen voor (*caring effect*) ook te maken hebben met het zich zorgen maken om de zieke naaste (het zogenaamde *family effect*, Bobinac et al. 2011; zie ook De Roos et al. 2020). Jongeren die intensief zorgen doen dit relatief vaak voor een hulpbehoevende met een ernstige ziekte of beperking, over wie zij mogelijk meer kunnen inzitten dan over een naaste met een minder ernstige beperking en die minder intensieve mantelzorg nodig heeft. De zorgen om en het piekeren over de gezondheid van de hulpbehoevende kunnen tot een lager welbevinden leiden (De Roos et al. 2020; Van der Werf et al. 2022). Verder zien we in ons onderzoek, net als in eerdere studies, ook positieve kanten aan mantelzorg (Chikhradze et al. 2017; Van der Werf et al. 2022). Deze positieve kanten gelden echter alleen voor de mantelzorgers die geen intensieve zorg bieden. Een lichte zorgtaak gaat namelijk relatief vaak samen met het gevoel een positieve bijdrage te leveren aan de samenleving.

Concluderend is meedoen op zich goed, maar meer meedoen is niet per definitie beter. Zo gaat het met jongeren die niet meedoen en jongeren die intensief zorgen relatief minder goed. Bij brede participatie en vrijwilligerswerk zien we zowel positieve als negatieve kanten. Per saldo lijken ze niet negatief uit te pakken voor het welbevinden van jongeren.

**Tabel 4.1** Ervaren tijdsdruk, welbevinden en positieve bijdrage aan de samenleving, naar aantal vormen van participatie en intensiteit vrijwilligerswerk en het geven van mantelzorg, 16-24-jarigen, 2019 (n = 1276/1386, in voorspelde scores, margins)<sup>a</sup>

	tijdsdruk (1-10)	welbevinden (1-10)	positieve bijdrage aan de samenleving (1-6)
geen onderscheiden vorm	<u>6,2</u>	<b>6,9</b>	<u>3,2</u>
1 vorm	<b>5,7</b>	7,5	3,3
2 vormen	6,1	7,4	3,4
3 vormen	6,2	7,4	<b>3,7</b>
4 vormen	<u>6,1</u>	7,6	<b>4,0</b>
geen vrijwilligerswerk	6,0	7,5	<b>3,4</b>
incidenteel vrijwilligerswerk	6,0	7,4	<b>3,6</b>
regelmatig vrijwilligerswerk	<b>6,4</b>	7,4	<b>3,9</b>
geen mantelzorg	<b>6,0</b>	7,5	3,5
< 4 uur mantelzorg	<u>6,1</u>	7,6	<b>3,9</b>
≥ 4 uur mantelzorg	6,5	<b>7,1</b>	<u>3,7</u>

**Vetgedrukt:** Groepen met vetgedrukte waarde verschillen van elkaar en van groepen zonder vetgedrukte en zonder onderstreepte waarde.

Onderstreept: Groepen met onderstreepte waarde verschillen van geen enkele andere groep.

De groepen zonder vetgedrukte en zonder onderstreepte waarde verschillen niet van elkaar.

Leesvoorbeeld: Jongeren die actief zijn in 4 participatievormen hebben sterker het gevoel een steentje bij te dragen aan de samenleving dan jongeren die actief zijn in 3, 2 en 1 vormen. De jongeren die aan 3 vormen meedoen, ervaren dat gevoel weer sterker dan degenen die actief zijn in 1 of 2 vormen. De groep die niet meedoet verschilt van geen enkele andere groep in het gevoel een steentje bij te dragen.

- a De voorspelde scores (marginale effecten) op tijdsdruk, welbevinden en het leveren van een positieve bijdrage zijn gebaseerd op regressieanalyses ( $p < 0,05$ ). Hierbij is gecontroleerd voor hulpbronnen en kenmerken die significant met de uitkomstmaten samenhangen. Bij tijdsdruk is gecontroleerd voor geslacht, migratieachtergrond, opleidingstype, belemmering, kerk- of moskeebezoek. Bij welbevinden is voor dezelfde kenmerken gecontroleerd en ook nog voor huishoudvorm. Bij positieve bijdrage is gecontroleerd voor geslacht, opleidingstype en leeftijd.

Bron: SCP/CBS (IZG'19)



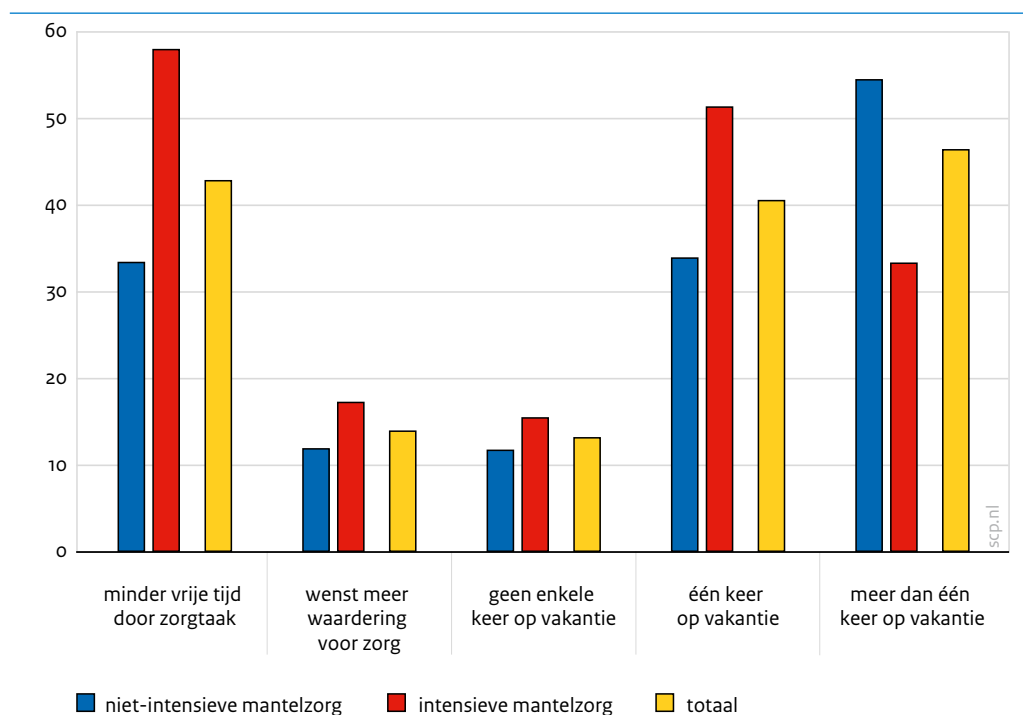
## 5 Mantelzorgers nader bekeken: steun en relatie met welbevinden

In het voorgaande hoofdstuk zagen we dat jongeren die intensief zorgen naar verhouding veel tijdsdruk ervaren en lager scoren op algemeen welbevinden dan jongeren die niet intensief mantelzorgen. Een deel van de jonge mantelzorgers, en dan vooral de intensieve helpers onder hen, kan dan waarschijnlijk ook wel een steuntje in de rug gebruiken om de combinatie van zorg- en andere taken behapbaar te houden en ook nog ruimte te hebben voor ontspanning (Bronselaeer et al. 2021; De Boer en de Roos 2022; Leu et al. 2018). We gaan in dit hoofdstuk in op de vierde onderzoeksvraag van deze publicatie: welke behoefte hebben jonge mantelzorgers aan steun, welke formele ondersteuning ontvangen zij en hoe hangt die samen met hun welbevinden?

### 5.1 Vrije tijd en behoefte aan meer waardering voor zorgtaak

43% van de jonge mantelzorgers geeft aan minder vrije tijd te hebben door de zorgtaak. Onder intensieve mantelzorgers is dit percentage zelfs 58% (zie figuur 5.1). Van alle jongeren die mantelzorg geven, rapporteert 14% dat ze meer waardering zouden willen krijgen voor hun zorgtaak en 13% is afgelopen jaar niet op vakantie geweest. Hierin zijn geen verschillen in de intensiteit van de zorgtaak. Wel zijn de intensieve helpers relatief vaak één keer op vakantie geweest, terwijl de niet-intensieve helpers vaker meerdere keren op vakantie zijn geweest.

**Figuur 5.1** Aandeel jonge mantelzorgers met minder vrije tijd door zorgtaak, een wens voor meer waardering voor zorgtaak en aantal keren op vakantie geweest in afgelopen jaar, naar intensiteit van de mantelzorg, 16-24 jaar, 2019 (n = 382, in procenten)



Bron: SCP/CBS (IZG'19)

Eerder onderzoek op basis van dezelfde survey als in deze publicatie laat zien dat ruim een op de vijf jonge mantelzorgers zegt zorggerelateerde kennis te missen. Daarnaast rapporteert een op acht – en een nog groter aandeel van de intensieve helpers – een tekort aan vaardigheden. Het gaat dan bijvoorbeeld om vaardigheden om persoonlijke verzorging te geven en hoe om te gaan met de hulpbehoevende (De Boer en De Roos 2022).

## 5.2 De stand van ondersteuning van jonge mantelzorgers in Nederland

De mogelijkheden in ons land om jonge mantelzorgers te ondersteunen zijn afgelopen tien jaar verbeterd. Nederland behoorde in 2017 tot de groep landen die als *emerging* werd beschreven. Dat is categorie 5 op schaal die loopt van 1 (*incorporated/sustainable*) naar 7 (*no response*), waarbij een hogere score minder optimaal is (Leu en Becker 2017). Deze hogere score werd veroorzaakt doordat Nederland geen specifieke voorzieningen voor jonge mantelzorgers had en het kennisniveau beperkt was. Recent is ons land opgeschoven naar *preliminary* (categorie 4) (Leu et al. 2023). Dat komt onder andere doordat de kennisbasis is versterkt en er specifieke voorzieningen voor jongeren zijn ontwikkeld. Zo wordt sinds 2018 elk jaar de Week van de jonge mantelzorger gehouden. Er vinden tijdens die week bijeenkomsten en workshops plaats waarin bewustwording voor en door jonge mantelzorgers wordt gestimuleerd. De praktijk laat echter ook zien dat professionals nog lang niet altijd oog hebben voor jonge mantelzorgers en hun behoeften. Bovendien is er sprake van gemeentelijke verschillen; het overheidsbeleid erkent dat (De Boer en De Roos 2022; De Roos et al. 2020; Leu et al. 2020; TK 2022/2023a; zie ook § 1.2). Het Verenigd Koninkrijk heeft de beste score: 2 (*advanced*). In dat land is er bijvoorbeeld specifieke wetgeving voor jonge mantelzorgers<sup>14</sup> (zie ook Hoefman et al. 2022; Leu et al. 2023). Het gaat om een preventieve en familiegerichte aanpak om jonge mantelzorgers te identificeren, hun behoeften in kaart te brengen en hen te ondersteunen.

In eerdere studies naar de rol van steun bij het welbevinden van scholieren en oudere jongeren die te maken hebben met een zorgsituatie thuis, werd vooral aandacht geschonken aan informele sociale steun. Formele vormen van ondersteuning vanuit gemeenten, school of werkgevers kregen niet of nauwelijks aandacht, terwijl zij wel van belang kunnen zijn voor het welbevinden van jonge mantelzorgers (Cassidy et al. 2014; De Roos et al. 2020; Pakenham et al. 2007). Als specifieke behoeften aan en gebruik van bepaalde vormen van ondersteuning samenhangen met een verhoogd dan wel verlaagd welbevinden bij jongeren met een zorgtaak, dan biedt dat aanknopingspunten voor beleid. Gemeenten, professionals, werkgevers, zorginstanties en onderwijsinstellingen kunnen dan gericht op zoek gaan naar jonge mantelzorgers aan wie zij gepaste vormen van ondersteuning kunnen bieden (Leu et al. 2018).

## 5.3 Voldoende vaardigheden, vrije tijd en openheid op werk gerelateerd aan welbevinden

In deze publicatie bespreken we al dat sommige jonge mantelzorgers aangeven kennis, vaardigheden en waardering te missen en minder vrije tijd te hebben. Ervaren zij hierdoor meer tijdsdruk en een lager welbevinden dan jongeren die dit niet aangeven? En hebben degenen die dit aangeven minder vaak het gevoel een bijdrage aan de samenleving te leveren dan degenen die dit niet rapporteren? Hebben jonge mantelzorgers die gemeentelijke mantelzorgondersteuning ontvangen of waarvan school of werk op de hoogte is van hun zorgtaak een hogere mate van welbevinden in vergelijking met jongeren die die steun niet hebben, of waarvan school of werk geen weet hebben van de zorgtaak? Om deze vragen te beantwoorden zijn regressieanalyses uitgevoerd. Daarbij onderzochten we mogelijke samenhangen tussen ontspanning en de behoefte aan en het gebruik van ondersteuning enerzijds en tijdsdruk, algemeen welbevinden en het gevoel een positieve bijdrage te leveren anderzijds (tabel 5.1). We hebben daarbij rekening gehouden met hulpbronnen en andere kenmerken van jongeren waarvan eerder bleek dat die samenhangen met mantelzorg en welbevinden, zoals vrouw zijn en zelf beperkingen hebben (Berkelbach van der Sprenkel et al. 2021; De Boer en De Roos 2022; zie ook § 1.3 en § 3.3 en noot a van tabel 4.1).

<sup>14</sup> Daarbij gaat het om de *Care Act 2014*, *Children Act 1989* en *Children and Families Act 2014*.

**Tabel 5.1** Ervaren tijdsdruk, welbevinden en positieve bijdrage aan de samenleving bij jonge mantelzorgers, naar (behoefte aan) ondersteuning, gecontroleerd voor een reeks kenmerken, mantelzorgers 16-24 jaar die een opleiding volgen en/of werken, 2019 (n = 176/183, in voorspelde scores, margins)<sup>a</sup>

	ervaren tijdsdruk (1-10)	welbevinden (1-10)	positieve bijdrage aan de samenleving (1-6)
mist geen vaardigheden om hulp te geven	<b>6,5</b>	<b>7,4</b>	<b>3,9</b>
mist wel vaardigheden om hulp te geven	7,2	6,5	3,0
weet niet	<u>7,0</u>	6,7	<u>3,4</u>
mist geen kennis om hulp te geven	<b>6,3</b>	7,1	3,8
mist wel kennis om hulp te geven	7,1	7,5	3,7
weet niet	<u>6,9</u>	7,1	3,8
wenst meer waardering voor hulp	6,1	<b>6,7</b>	3,6
wenst niet meer waardering voor hulp	6,7	7,3	3,8
minder tijd aan vrijetijdsactiviteiten vanwege hulp	6,8	<b>6,9</b>	4,0
niet minder tijd aan vrijetijdsactiviteiten vanwege hulp	6,4	7,4	3,6
hoe vaak op vakantie geweest afgelopen 12 maanden			
0 keer	<b>5,8</b>	7,3	4,0
1 keer	6,7	7,1	3,8
> 1 keer	6,7	7,3	3,7
onderwijs is niet op de hoogte	6,6	7,3	3,9
onderwijs is wel op de hoogte	6,6	7,1	3,8
n.v.t./weet niet	6,5	6,9	3,7
leidinggevende is niet op de hoogte	6,7	7,0	3,7
leidinggevende is wel op de hoogte	6,2	<b>7,9</b>	4,1
n.v.t./weet niet	6,8	6,9	3,6
geen gebruik van mantelzorgondersteuning <sup>b</sup>	6,6	7,1	<b>3,6</b>
wel gebruik van mantelzorgondersteuning	6,7	7,3	4,2

**Vetgedrukt:** Groepen met vetgedrukte waarde verschillen van groepen zonder vetgedrukte waarde en zonder onderstreepte waarde.

Onderstreept: Groepen met onderstreepte waarde verschillen van geen enkele andere groep.

De groepen zonder vetgedrukte waarde en zonder onderstreepte waarde verschillen niet van elkaar.

Leesvoorbeeld: Jonge mantelzorgers die geen vaardigheden missen om hulp te geven, ervaren een lagere tijdsdruk dan jongeren die wel vaardigheden missen. Jongeren die niet weten of ze vaardigheden missen, verschillen niet van deze beide groepen.

- a De voorspelde scores (marginale effecten) op ervaren tijdsdruk, welbevinden en het leveren van een positieve bijdrage zijn gebaseerd op regressieanalyses. Hierbij is gecontroleerd voor hulpbronnen en kenmerken die significant samenhangen met de uitkomstmaten: geslacht, belemmering, huishoudvorm en opleidingstype. De groepen die significant van elkaar verschillen zijn in de kolommen genoemd ( $p < 0,05$ ).
- b Bij mantelzorgondersteuning gaat het om informatie of advies, een lotgenotencursus, materiële hulp, financiële hulp, hulp bij aanvragen en respijt.

Bron: SCP/CBS (IZG'19)

De behoefte aan ondersteuning en ontspanning zijn gerelateerd aan het welbevinden van jonge mantelzorgers. Zo zien we dat degenen die vaardigheden of kennis missen om hulp te geven een hogere tijdsdruk ervaren. Ook hebben jonge mantelzorgers die vaardigheden zeggen te missen een relatief laag algemeen welbevinden en minder vaak het gevoel positief bij te dragen aan de samenleving. Dit sluit aan bij de eerdergenoemde studie van Leu en Becker (2017), die stellen dat een gebrek aan kennis en vaardigheden om te helpen een risico vormen voor gezondheidsklachten en een lager welbevinden bij jonge mantelzorgers.

Een onverwachte bevinding is dat jonge mantelzorgers die op vakantie zijn geweest meer tijdsdruk rapporteren dan hun leeftijdgenoten die niet op vakantie zijn geweest. Dit is lastig te verklaren, maar het zou kunnen betekenen dat jonge mantelzorgers pas vakantie nemen als hun belasting en tijdsdruk heel hoog oplopen. Een andere mogelijke verklaring is dat vakantie nemen ervoor zorgt dat er veel tijd ingehaald moet worden, waardoor de tijdsdruk omhoog gaat. Wat wel in de lijn van de verwachting ligt, is dat jongeren die aangeven minder tijd aan vrijetijdsactiviteiten te besteden vanwege hun zorgtaak een lager algemeen welbevinden rapporteren dan jongeren die niet zeggen te beknibbelen op hun vrije tijd. Daarnaast ervaren jonge mantelzorgers die meer waardering willen voor de hulp die zij geven een relatief laag algemeen welbevinden. Openheid over de privésituatie op het werk laat een positieve samenhang met welbevinden zien. Jonge mantelzorgers die hun leidinggevende namelijk op de hoogte hebben gesteld van hun zorgtaak, ondervinden een hoger algemeen welbevinden dan degenen die dit niet gedaan hebben. Dat komt overeen met resultaten van eerder onderzoek onder oudere werkende mantelzorgers (De Boer et al. 2019). Openheid op school over de zorgsituatie hangt, tegen de verwachting in, niet samen met het welbevinden van jonge mantelzorgers.

Personen die rapporteren dat zij of hun hulpbehoevende gebruikmaken van gemeentelijke mantelzorgondersteuning, melden vaker dat zij een positieve bijdrage leveren aan de samenleving dan personen die dergelijke ondersteuning niet ontvangen. Hoewel we hier geen duidelijke verklaring voor kunnen geven, kan het zijn dat de hulpverlenende instantie de jongere een compliment heeft gegeven over hun hulpverlening. Een alternatieve verklaring is dat jongeren door het gebruik van ondersteuning meer met andere hulpbehoevenden geconfronteerd worden, waardoor zij relatief vaak het gevoel hebben dat ze een bijdrage leveren aan de zorg voor ouderen en hulpbehoevenden in het algemeen.

Samenvattend: met jonge mantelzorgers met een behoefte aan bepaalde ondersteuning gaat het minder goed, terwijl het met degenen die formele ondersteuning gebruiken juist relatief goed gaat. De resultaten onderstrepen het belang van voldoende vrije tijd, kennis en vaardigheden om te kunnen zorgen, openheid over de zorgtaak op het werk en gemeentelijke mantelzorgondersteuning voor jongeren met een zorgtaak.

## Literatuur

- Arends, J. (2020). *Vrijwilligerswerk 2019*. Den Haag: Centraal Bureau voor de Statistiek.
- Bang, H., D. Won en S. Park (2020). School engagement, self-esteem, and depression of adolescents: The role of sport participation and volunteering activity and gender differences. In: *Children and Youth Services Review*, jg. 113 ([doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105012](https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105012)).
- Bekkers, R., B. Gouwenberg en T. Schuyt (2020). *Geven in Nederland*. Amsterdam: Vrije Universiteit.
- Berkelbach van der Sprenkel, E.E., S.L. Nijhof, G.W. Dalmeijer, N.C. Onland-Moret, S.A. de Roos, H.M.B. Lesscher, E.M. van de Putte, C.K. van der Ent, C. Finkenauer en G.W.J.M. Stevens (2021). Psychosocial functioning in adolescents growing up with chronic disease: The Dutch HBSC-study. In: *European Journal of Pediatrics*, jg. 181, nr. 2, p. 763-773 ([doi.org/10.1007/s00431-021-04268-9](https://doi.org/10.1007/s00431-021-04268-9)).
- Bobinac, A., N.J.A. van Exel, F.F.H. Rutten en W.B.F. Brouwer (2011). Health effects in significant others: separating family and care-giving effects. In: *Medical Decision Making*, jg. 31, nr. 2, p. 292-298 ([doi.org/10.1177/0272989X10374212](https://doi.org/10.1177/0272989X10374212)).
- Boer, M., S. van Dorsselaer, M. de Looze, S. de Roos, H. Brons, R. van den Eijnden, K. Monshouwer, W. Huijnk, T. ter Bogt, W. Vollebergh en G. Stevens (2022). *HBSC 2021. Gezondheid en welzijn van jongeren in Nederland*. Utrecht: Universiteit Utrecht.
- Boer, A. de en S. de Roos (2022). *Kerncijfers jonge mantelzorgers in Nederland (16-24 jaar)*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Boer, A. de, I. Plaisier en M. de Klerk (2019). *Werk en mantelzorg. Kwaliteit van leven en het gebruik van ondersteuning op het werk*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Boer, A. de, M. de Klerk, D. Verbeek-Oudijk en I. Plaisier (2020). *Blijvende bron van zorg; ontwikkelingen in het geven van informele hulp 2014-2019*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Boer, A. de, M. de Klerk en I. Plaisier (2021). Mantelzorgers van ouders met een niet-westerse migratieachtergrond. In: *Geron*, 15 oktober 2021.
- Boer, A. de, M. de Klerk, E. Josten en S. de Roos (2023). *Meer integrale visie op mantelzorg nodig. Input voor rondetafelgesprek Tweede Kamer over mantelzorg 28 september 2023* (position paper). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Broek, A. van den, W. Huijnk en E. Josten (2023). Meer meedoen aan het maatschappelijk leven. In: D. Verbeek-Oudijk, S. Hardus, A. van den Broek en M. Reijnders (red.), *Notities Sociale en Culturele Ontwikkelingen. Stand van Nederland 2023*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Bronselaer, J., B. Demeyer, V. Vandezande, J. Dockx, K. Denies, M. Dierckens en K. Delaruelle (2021). *Jonge mantelzorgers in de kijker: resultaten en aanbevelingen vanuit drie onderzoeksrapporten*. Brussel: Departement Welzijn, Volksgezondheid & Gezin.
- Campen, C. van en M. Olsthoorn (2022). *Meedoen aan de samenleving: naast kunnen en moeten ook een kwestie van willen en mogen*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Campen, C. van, A.H. de Boer en J. Iedema (2013). Are informal caregivers less happy than noncaregivers? Happiness and the intensity of caregiving in combination with paid and voluntary work. In: *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, jg. 27, nr.1, p. 44-50.
- Cassidy, T., M. Giles en M. McLaughlin (2014). Benefit finding and resilience in child caregivers. In: *British Journal of Health Psychology*, jg. 19, nr. 3, p. 606-618 ([doi.org/10.1111/bjhp.12059](https://doi.org/10.1111/bjhp.12059)).
- CBS (2023). *Werkloosheid naar leeftijd en geslacht*. Geraadpleegd 20 juli 2023 via [www.cbs.nl/nl-nl/visualisaties/dashboard-arbeidsmarkt/werklozen/werkloosheid-naar-leeftijd-en-geslacht](https://www.cbs.nl/nl-nl/visualisaties/dashboard-arbeidsmarkt/werklozen/werkloosheid-naar-leeftijd-en-geslacht).
- Chikhradze, N., C. Knecht en S. Metzging (2017). Young carers: growing up with chronic illness in the family – a systematic review 2007-2017. In: *Journal of Compassionate Health Care*, jg. 4, art. 12 ([doi.org/10.1186/s40639-017-0041-3](https://doi.org/10.1186/s40639-017-0041-3)).
- CIZ (2006). *Wmo-richtlijn Indicatieadviesing voor Hulp bij het Huishouden versie 1.0* (bijlage 4 CIZ-protocol). Geraadpleegd 6 juni 2023 via [repository.officiële-overheidspublicaties.nl/externebijlagen/exb-2016-25531/1/bijlage/exb-2016-25531.pdf](https://repository.officiële-overheidspublicaties.nl/externebijlagen/exb-2016-25531/1/bijlage/exb-2016-25531.pdf).
- Dopmeijer, J.M. (2021). *Running on empty. The impact of challenging student life on wellbeing and academic performance* (proefschrift Universiteit van Amsterdam). Alblasterdam: Ridderprint.

- Dopmeijer, J., L. Scheeren, J. van Baar en B. Bremer (2023). *Harder Better Faster Stronger? Een onderzoek naar risicofactoren en oplossingen voor prestatiedruk en stress van studenten in het hbo en wo*. Utrecht: Trimbos-instituut/ECIO/RIVM.
- Eimers, T. (2006). *Vroeg is nog niet vroegtijdig. Naar een nieuwe beleidstheorie van voortijdig schoolverlaten*. Nijmegen: Kenniscentrum Beroepsonderwijs Arbeidsmarkt.
- Engbersen, G., E. Snel en M. 't Hart (2015). *Mattheüs in de buurt: over burgerparticipatie en ongelijkheid in steden*. Rotterdam: Erasmus Universiteit Rotterdam/Erasmus Centre for Citizenship, Migration and the City (CIMIC).
- Franke, M. en H. Mateman (2019). *Wat werkt bij het succesvol toeleiden van jongeren naar werk?* Utrecht: Instituut Gak/Movisie, kennis en aanpak van sociale vraagstukken.
- Gielen, W. (2020). Werk. In: A. Pleijers, M. Souren, R. de Vries en L. Fernandez Beiro (red.), *Jaarrapport 2020 Landelijke jeugdmonitor*. Den Haag: Centraal Bureau voor de Statistiek.
- Grosscurt, R., J. Knapen en H. Boeije (2021). *Meedoen in de samenleving 2009-2019. Update kerncijfers participatiemonitor*. Utrecht: Nivel.
- Haugland, B.S.M., M. Hysing en B. Sivertsen (2020). The Burden of Care: A National Survey on the Prevalence, Demographic Characteristics and Health Problems Among Young Adult Carers Attending Higher Education in Norway. In: *Frontiers in Psychology*, jg. 10 ([doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02859](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02859)).
- Hoefman, R., Y. de Jong, S. de Roos en A. de Boer (red.) (2022). *Jonge mantelzorgers (special in samenwerking met Vilans)*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau. Geraadpleegd via [magazines.rijksoverheid.nl/scp/scp-specials/2022/06](https://magazines.rijksoverheid.nl/scp/scp-specials/2022/06).
- Hoogenraad, H. en L. van Kampen (nog te verschijnen). *Maatschappelijke diensttijd (werktitel)*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Ince, D., T. van Yperen en M. Valkestijn (2018). *Top 10 beschermende factoren. Voor een positieve ontwikkeling van jeugdigen*. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut.
- Kleinjan, M., I. Pieper, G. Stevens, N. van de Klundert, M. Rombouts, M. Boer en J. Lammers (2020). *Geluk onder druk? Onderzoek naar het mentaal welbevinden van jongeren in Nederland*. Den Haag: Unicef.
- Klerk, M. de, A. de Boer, I. Plaisier en P. Schyns (2017). *Voor elkaar? Stand van de informele hulp in 2016*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Klerk, M. de, I. Plaisier en F. Wagemans (2020). *Welbevinden ten tijde van corona. Eerste bevindingen op basis van een bevolkingsenquête uit juli 2020*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Kloosterman, R., M. Akkermans, M. Tummels-van der Aa, M. Wingen en C. Reep (2021). *Welzijn en stress bij jongeren in coronatijd*. Den Haag: Centraal Bureau voor de Statistiek.
- Knapen, J., E. Bottenheft, E. Zonneveld, C. Aussems en H. Boeije (2023). *Nivel Participatiemonitor 2010-2020; deelname aan de samenleving van mensen met een beperking*. Utrecht: Nivel.
- Knopf L., K. Wazinski, A. Wanka en M. Hess (2022). Caregiving students: a systematic literature review of an under researched group. In: *Journal of Further and Higher Education*, jg. 46, nr. 6, p. 822-835 ([doi.org/10.1080/0309877X.2021.2008332](https://doi.org/10.1080/0309877X.2021.2008332)).
- Kraak, A. en M. Kleinjan (2021). *Naar gezamenlijke veerkracht en kansen voor iedereen. Een nieuw fundament voor mentaal welbevinden van de jeugd*. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut en Trimbos-instituut.
- Leu, A. en S.A. Becker (2017). A cross-national and comparative classification of in-country awareness and policy responses to 'young carers'. In: *Journal of Youth Studies*, jg. 20, nr. 6, p. 750-762 ([doi.org/10.1080/13676261.2016.1260698](https://doi.org/10.1080/13676261.2016.1260698)).
- Leu, A., M. Frech en C. Jung (2018). "You don't look for it" – A study of Swiss Professionals' Awareness of Young Carers and their Support Needs. In: *Health & Social Care in the Community*, jg. 26, nr. 4, p. e560-e570 ([doi.org/10.1111/hsc.12574](https://doi.org/10.1111/hsc.12574)).
- Leu, A., H. Wepf, J. Sempik, M. Nagl-Cupal, S. Becker, C. Jung en M. Frech (2020). Caring in mind? Professionals' awareness of young carers and young adult carers in Switzerland. In: *Health & Social Care in the Community*, jg. 28, nr. 6, p. 2390-2398 ([doi.org/10.1111/hsc.13061](https://doi.org/10.1111/hsc.13061)).
- Leu, A., F. Berger, M. Heino, H.H. Nap, A. Untas, L. Boccaletti, F. Lewis, D. Phelps en S. Becker (2023). The 2021 cross-national and comparative classification of in-country awareness and policy responses to 'young carers'. In: *Journal of Youth Studies*, jg. 26, nr. 5, p. 619-636 ([doi.org/10.1080/13676261.2022.2027899](https://doi.org/10.1080/13676261.2022.2027899)).

- Lewis, F.M., S. Becker, T. Parkhouse, S. Joseph, V. Hlebec, M. Mrzel, R. Brolin, G. Casu, L. Boccaletti, S. Santini, B. D'Amen, M. Socci, R. Hoefman, N. de Jong, A. Leu, D. Phelps, E. Guggiari, L. Magnusson en E. Hanson (2023). The first cross-national study of adolescent young carers aged 15-17 in six European countries. In: *International Journal of Care and Caring*, jg. 7, nr. 1, p. 6-32 ([doi.org/10.1332/239788222X16455943560342](https://doi.org/10.1332/239788222X16455943560342)).
- Looze, M.E. de, A.P. Cosma, W.A.M. Vollebergh, E.L. Duinhof, S.A. de Roos, S. van Dorsselaer, M.J.H. van Bon-Martens, R. Vonk en G.W.J.M. Stevens (2020). Trends over Time in Adolescent Emotional Wellbeing in the Netherlands, 2005-2017: Links with Perceived Schoolwork Pressure, Parent-Adolescent Communication and Bullying Victimization. In: *Journal of Youth and Adolescence*, jg. 49, nr. 10, p. 2124-2135 ([doi.org/10.1007/s10964-020-01280-4](https://doi.org/10.1007/s10964-020-01280-4)).
- Maslowski, R. en M. Turkenburg (nog te verschijnen). *Jongerenstudie 2022* (werktitel). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Moen, P., J. Robison en D. Dempster-McClain (1995). Caregiving and women's well-being: A life course approach. In: *Journal of Health and Social Behavior*, jg. 36, p. 259-273.
- Nap, H.H., R.J. Hoefman, N.B. de Jong, L. Lovink, L. Glimmerveen, F. Lewis, S. Santini, B. D'Amen, M. Socci, L. Boccaletti, G. Casu, A. Manattini, R. Brolin, K. Sirk, V. Hlebec, T. Rakar, T. Hudobivnik, A. Leu, F.M.P. Berger, L. Magnusson en E. Hanson (2020). The awareness, visibility and support for young carers across Europe: a Delphi study. In: *BMC Health Services Research*, jg. 20, art. 921 ([doi.org/10.1186/s12913-020-05780-8](https://doi.org/10.1186/s12913-020-05780-8)).
- NJi (2023a). *Cijfers over voortijdig schoolverlaten*. Geraadpleegd 20 juli 2023 via [www.nji.nl/cijfers/voortijdig-schoolverlaten#aantal-voortijdig-schoolverlaters](http://www.nji.nl/cijfers/voortijdig-schoolverlaten#aantal-voortijdig-schoolverlaters).
- NJi (2023b). *Cijfers over participatie van jongeren*. Geraadpleegd 20 juli 2023 via [www.nji.nl/cijfers/participatie-van-jongeren](http://www.nji.nl/cijfers/participatie-van-jongeren).
- Nursey-Bray, M., M. All-Kamal, M. Di Giacomo en S. Millcock (2022). Building community resilience through youth volunteering: towards a new model. In: *Regional Studies, Regional Science*, jg. 9, nr. 1, p. 242-263 ([doi.org/10.1080/21681376.2022.2067004](https://doi.org/10.1080/21681376.2022.2067004)).
- Pakenham, K.I. en S. Cox (2012). The nature of caregiving in children of a parent with multiple sclerosis from multiple sources and the associations between caregiving activities and youth adjustment overtime. In: *Psychology & Health*, jg. 27, nr. 3, p. 324-346 ([doi.org/10.1080/08870446.2011.563853](https://doi.org/10.1080/08870446.2011.563853)).
- Pakenham, K.I. en S. Cox (2014). The effects of parental illness and other ill family members on the adjustment of children. In: *Annals of Behavioral Medicine*, jg. 48, nr. 3, p. 424-437.
- Pakenham, K.I., J. Chiu, S. Bursnall en T. Cannon (2007). Relations between social support, appraisal and coping and both positive and negative outcomes in young carers. In: *Journal of Health Psychology*, jg. 12, nr. 1, p. 89-102.
- PbEU (2007). Handvest van de grondrechten van de Europese Unie. In: *Publicatieblad van de Europese Unie*, jg. 50, 14 december 2007, 2007/C 303/01.
- Portegijs, W. (2022). *Eens deeltijd, altijd deeltijd. Waarom vrouwen in deeltijd blijven werken als ze 'uit' de kleine kinderen zijn*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Rijksoverheid (2022). *Aanpak mentale gezondheid van ons allemaal*. Den Haag: Rijksoverheid. Geraadpleegd via [www.rijksoverheid.nl/documenten/rapporten/2022/06/10/aanpak-mentale-gezondheid-van-ons-allemaal](http://www.rijksoverheid.nl/documenten/rapporten/2022/06/10/aanpak-mentale-gezondheid-van-ons-allemaal).
- Rijksoverheid (z.d.). *Leerplicht en kwalificatieplicht*. Geraadpleegd 20 juli 2023 via [www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/leerplicht/leerplicht-en-kwalificatieplicht](http://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/leerplicht/leerplicht-en-kwalificatieplicht).
- Roeters, A (red.) (2018). *Alle ballen in de lucht. Tijdsbesteding in Nederland en de samenhang met kwaliteit van leven*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Roos, S.A. de, S.M. Bot en A.H. de Boer (2013). Psychisch welbevinden van jongeren met een langdurig ziek gezinslid. In: *Tijdschrift voor Orthopedagogiek*, jg. 52, p. 212-223.
- Roos, S.A. de, A.H. de Boer en S.M. Bot (2017). Well-being and need for support of adolescents with a chronically ill family member. In: *Journal of Child and Family Studies*, jg. 26, nr. 2, p. 405-415.
- Roos, S. de, I. van Tienen en A. de Boer (2020). *Bezorgd naar school. Kwaliteit van leven van scholieren met een langdurig ziek gezinslid*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Schippers, J. (2019). *Jongeren en de arbeidsmarkt van (over)morgen*. Arnhem: NSvP.
- Schmeets, H. (2018). *Participatie op de kaart. Statistische Trends, september 2018*. Heerlen: Centraal Bureau voor de Statistiek.

- Schmeets, H. (2019). *Religie en sociale cohesie*. Heerlen: Centraal Bureau voor de Statistiek.  
Geraadpleegd via [www.cbs.nl/nl-nl/longread/statistische-trends/2019/religie-en-sociale-cohesie](http://www.cbs.nl/nl-nl/longread/statistische-trends/2019/religie-en-sociale-cohesie).
- Schmeets, H. en J. Arends (2020). *Vrijwilligerswerk en welzijn*. Heerlen: Centraal Bureau voor de Statistiek.
- Schulte, M., M. Budé, J. Roels en M. Wingen (2020). *Informeel Zorg 2019. Onderzoeksdocumentatie*. Den Haag: Centraal Bureau voor de Statistiek.
- SER (2021). *Gelijke kansen in het onderwijs. Structureel investeren in kansengelijkheid voor iedereen*. Den Haag: Sociaal-Economische Raad.
- SER (2022). *Veelbelovend. Kansen en belemmeringen voor jongeren in 2021*. Den Haag: Sociaal-Economische Raad.
- Smith, K.A., K. Holmes, D. Haski-Leventhal, R.A. Cnaan, F. Handy en J.L. Brudney (2010). Motivations and benefits of student volunteering: comparing regular, occasional, and non-volunteers in five countries. In: *Canadian Journal of Nonprofit and Social Economy Research*, jg. 1, nr. 1, p. 65-81 ([doi.org/10.22230/cjnsr.2010v1n1a2](https://doi.org/10.22230/cjnsr.2010v1n1a2)).
- Sonneveld, J., J. Metz, W. Manders, R. Schalk en T. van Regenmortel (2021). The contribution of professional youth work to the personal development and social participation of socially vulnerable youngsters: a Dutch longitudinal cohort study. In: *Child and Adolescent Social Work Journal*, jg. 39, p. 361-373 ([doi.org/10.1007/s10560-021-00765-w](https://doi.org/10.1007/s10560-021-00765-w)).
- Struijkenkamp, B. en M. Hartgers (2020). School. In: A. Pleijers, M. Souren, R. de Vries, L. Fernandez Beiro (red.), *Jaarrapport 2020 Landelijke jeugdmonitor*. Den Haag: Centraal Bureau voor de Statistiek.
- Thoits, P.A. (1983). Multiple Identities and Psychological Well-Being: A Reformulation and Test of the Social Isolation Hypothesis. In: *American Sociological Review*, jg 48, nr. 2, p. 174-187 ([doi.org/10.2307/2095103](https://doi.org/10.2307/2095103)).
- Tienen, I. van, A. de Boer, S. de Roos, C.M. van der Heijde en P. Vonk (2018). *Gezondheid- en studieuitkomsten bij mantelzorgende studenten*. Amsterdam: Vrije Universiteit. Geraadpleegd via [jongemantelzorg.nl/wp-content/uploads/2019/09/Gezondheid-en-studieuitkomsten-bij-mantelzorgende-studenten.pdf](http://jongemantelzorg.nl/wp-content/uploads/2019/09/Gezondheid-en-studieuitkomsten-bij-mantelzorgende-studenten.pdf).
- Tienen, I. van, S. de Roos en A. de Boer (2020). Spijbelen onder scholieren: de rol van een zorgsituatie thuis. In: *TSG – Tijdschrift voor Gezondheidswetenschappen*, jg. 98, p. 9-17 ([doi.org/10.1007/s12508-020-00253-z](https://doi.org/10.1007/s12508-020-00253-z)).
- TK (2020/2021). *Herstel en Perspectief voor de Jeugd*. Brief van de minister en staatssecretaris van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, de minister voor Basis- en Voortgezet Onderwijs en Media, de minister van Sociale Zaken en Werkgelegenheid, de minister van Binnenlandse Zaken en Koninkrijksrelaties, de minister van Justitie en Veiligheid, en de minister voor Rechtsbescherming van 5 juli 2021. Tweede Kamer, vergaderjaar 2020/2021, 35883, nr. 1.
- TK (2021/2022a). *Aanbieding aanpak 'Mentale gezondheid: van ons allemaal'*. Brief van de staatssecretaris van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, de minister voor Langdurige Zorg en Sport, de minister van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, de minister voor Primair en Voortgezet Onderwijs, de staatssecretaris van Cultuur en Media, de minister van Sociale Zaken en Werkgelegenheid en de minister voor Armoedebeleid, Participatie en Pensioenen van 10 juni 2022. Tweede Kamer, vergaderjaar 2021/2022, 32973, nr. 613.
- TK (2021/2022b). *Voortgang nationaal actieplan voor meer diversiteit en inclusie in het hoger onderwijs en onderzoek*. Brief van de minister van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap van 14 juli 2022. Tweede Kamer, vergaderjaar 2021/2022, 29338, nr. 259.
- TK (2022/2023a). *Ondersteuning mantelzorg en informele zorg*. Brief van de staatssecretaris van Volksgezondheid, Welzijn en Sport van 30 september 2022. Tweede Kamer, vergaderjaar 2022/2023, 30169, nr. 73.
- TK (2022/2023b). *Maatregelen ter bevordering positie van jongeren – Aanpak voor herstel en perspectief voor jongeren*. Brief van de staatssecretaris van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, de minister van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, de minister voor Primair en Voortgezet Onderwijs, de minister van Sociale Zaken en Werkgelegenheid en de staatssecretaris van Cultuur en Media van 13 april 2023. Tweede Kamer, vergaderjaar 2022/2023, 35883, nr. 2.
- TK (2022/2023c). *Contouren werkagenda Route naar inclusief onderwijs 2035*. Brief van de minister voor Primair en Voortgezet Onderwijs van 17 maart 2023. Tweede Kamer, vergaderjaar 2022/2023, 31497, nr. 446.
- Verbeek-Oudijk, D., S. Hardus, A. van den Broek en M. Reijnders (red.) (2023). *Sociale en Culturele Ontwikkelingen. Stand van Nederland 2023*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Vliek, M., A. Merens en R. Reichling (2023). *Doe je mee?! Perspectieven op 'zinnvolle' participatie. Deel 1: Ouders en kinderopvang*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.



- Vrooman, C., J. Boelhouwer, J. Iedema en A. van der Torre (2023). *Eigentijdse ongelijkheid. De postindustriële klassenstructuur op basis van vier typen kapitaal. Verschil in Nederland 2023*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- VVD/D66/CDA/ChristenUnie (2021). *Omzien naar elkaar, vooruitkijken naar de toekomst. Coalitieakkoord 2021-2025*. Den Haag: Rijksoverheid.
- VWS (2021). *Wendbaar en waardevol – MDT gaat door. Onderzoek 2021 Maatschappelijke Diensttijd*. Den Haag: Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.
- VWS (2023). *Mantelzorgagenda 2023-2026*. Geraadpleegd 9 november 2023 via [www.rijksoverheid.nl/documenten/rapporten/2023/06/30/mantelzorgagenda-2023-2026](http://www.rijksoverheid.nl/documenten/rapporten/2023/06/30/mantelzorgagenda-2023-2026).
- Werf, H.M. van der, M.L.A. Luttik, A. de Boer, P.F. Roodbol en W. Paans (2022). Growing up with a Chronically Ill Family Member – The Impact on and Support Needs of Young Adult Carers: A Scoping Review. In: *International Journal of Environmental Research and Public Health*, jg. 19, nr. 2, art. 855 ([doi.org/10.3390/ijerph19020855](https://doi.org/10.3390/ijerph19020855)).
- Wielers, R., L. Hummel en W. Hooftman (2020). Jongeren, loopbaanperspectief en burn-outklachten. In: *Tijdschrift voor Arbeidsvraagstukken*, jg. 36, nr. 1, p. 59-76.
- Yperen, T. van, K. Hofstede, R. Hageraats en A. van de Maat (2023). *Andere kijk op groeiend jeugdzorggebruik*. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut.

## Bijlage A Enquêteonderzoek Informele Zorg 2019 (IZG'19)

Ter beantwoording van de onderzoeksvragen maakten we gebruik van de survey Informele Zorg 2019 (IZG'19), afgenomen bij een steekproef van 16-plussers (die niet in een instelling wonen). Daarbij selecteerden we op 16-24-jarigen. Respondenten kregen allereerst de mogelijkheid de enquête via internet in te vullen. Personen die niet meededen aan de internetenquête werden, als hun telefoonnummer bekend was, benaderd voor een telefonisch interview. In 2019 zijn er in totaal 33.765 personen benaderd, van wie er 12.349 daadwerkelijk hebben deelgenomen aan het onderzoek (71% webenquêtes en 29% telefonische enquêtes). De respons was 32% (De Boer et al. 2020). De jongste leeftijdscategorie (16-34 jaar) heeft een lagere respons, 27%. De analyses hebben betrekking op ongeveer 1400 respondenten van 16 tot met 24 jaar (waarvan 214 jonge mantelzorgers). Zie voor kenmerken van de populatie jongeren tabel A.1.

De respondenten (16+) vormden niet helemaal een representatieve afspiegeling van de bevolking als wordt gekeken naar geslacht, leeftijd, burgerlijke staat, inkomen, stedelijkheid en etniciteit (Schulte et al. 2020). Om voor de selectiviteit te corrigeren is een weegfactor gemaakt. In alle analyses is deze weegfactor toegepast. Er is steeds getoetst op 5% of verschillen significant zijn, dat wil zeggen dat er 5% kans is dat de gevonden verschillen op toeval berusten.

**Tabel A.1 Kenmerken van de populatie jongeren uit IZG'19, 2019 (n = 1334/1432, in procenten)**

<b>geslacht</b>	
man	51
vrouw	49
<b>leeftijd</b>	
16-17 jaar	24
18-19 jaar	20
20-21 jaar	24
22-23 jaar	22
24 jaar	10
<b>opleiding (hoogst behaald met diploma)</b>	
basisonderwijs, vmbo, mbo-1	25
havo, vwo, mbo-2-4	49
hbo, universiteit	25
<b>migratieachtergrond</b>	
zonder	72
met	28
<b>huishoudvorm</b>	
alleenwonend	14
samenwonend	86
<b>netto huishoudinkomen per jaar</b>	
< 18.889 euro	34
18.889-24.778 euro	22
24.779-32.052 euro	23
≥ 32.053 euro	21
<b>belemmeringen<sup>a</sup></b>	
niet	87
licht/ernstig	13
<b>kerk- of moskeebezoek</b>	
geen	81
wel <sup>b</sup>	19

a Hier gaat het om zelf belemmeringen in dagelijkse bezigheden ervaren door een langdurige ziekte, fysieke beperking of psychische klachten.

b In deze groep zijn ook mensen opgenomen waarvan onbekend is of ze een kerk of moskee bezoeken.

Bron: SCP/CBS (IZG'19)

Dit is een uitgave van:

Sociaal en Cultureel Planbureau  
Postbus 16164  
2500 BD Den Haag  
[www.scp.nl](http://www.scp.nl)  
[info@scp.nl](mailto:info@scp.nl)

50 jaar spiegel  
van de  
samenleving

The logo consists of the number '50' in a large, white, sans-serif font. The '0' is stylized to contain three white human figures of varying heights, representing a family or a group of people. To the right of the '50' is the text 'jaar spiegel van de samenleving' in a smaller, white, sans-serif font, arranged in three lines.