

1V jongerenpanel

Onderzoek 'Summerproof'

Publicatiedatum: 12-07-2013

Over dit onderzoek

Aan dit online onderzoek, gehouden van 4 t/m 24 juni 2013, deden 2737 jongeren mee (onder wie 1704 meiden en 1031 jongens). De uitslag is gecorrigeerd op leeftijd, geslacht en spreiding over het land. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Eva van Mossevelde: eva.van.mossevelde@eenvandaag.nl.

Over het 1V Jongerenpanel

Het 1V Jongerenpanel, onderdeel van EenVandaag, bestaat uit ruim 8500 jongeren van 12 t/m 24 jaar. Zij beantwoorden vragenlijsten op basis van een online onderzoek. De resultaten zijn na weging representatief voor drie variabelen, namelijk leeftijd, geslacht en spreiding over het land.

Samenvatting

Meerderheid jongeren vindt zichzelf te dik In werkelijkheid heeft ongeveer 15% overgewicht

Ruim de helft van de jeugd (56%) vindt zichzelf te dik, zo blijkt uit onderzoek van EenVandaag onder 2700 jongeren. Dit terwijl in werkelijkheid maar zo'n 15 procent* overgewicht heeft.

De helft van de jongens (47%) vindt dat er wel wat kilootjes af mogen, maar het zijn vaker meiden (65%) die zichzelf te zwaar vinden. Gemiddeld geven jongeren hun lichaam een 6,7. Ruim de helft (56%) van de meiden en een kwart (23%) van de jongens zegt onzeker te worden van het schoonheidsideaal in de media.

Bikinistress én zwembroekstress

Zomerse dagen leveren veel jongeren dan ook stress op: 41 procent van de meiden en 17 procent van de jongens schaamt zich in zwembkleding. En op een naaktstrand zullen we hen niet snel vinden: tweederde (65%) vindt het moeilijk om zich bloot te geven bij onbekenden. Ook bij bekenden doen zij dit niet zonder blikken of blozen. De meerderheid (56%) vindt het lastig om naakt te zijn onder leeftijdsgenoten (bv. onder de douche op de sportclub), en van de meiden vindt zelfs 37 procent het moeilijk om bij hun eigen vriendje uit de kleren te gaan.

Summerproof lichaam: ontharen, sporten, diëten

Jongeren treffen de nodige voorbereidingen om hun lichaam 'summerproof' te krijgen. Zo slaan ze massaal aan het ontharen: niet alleen meiden, ook een kwart van de jongens (22%) verwijdert lichaamshaar. Daarnaast gaat 38 procent van de jongeren meer sporten en volgt 12 procent een dieet. Vooral vrouwelijke ondervraagden zijn bezig met hun voedingspatroon. Bijna de helft van de meiden is zich vaak bewust van het aantal calorieën (44%) en voelt zich schuldig als zij iets ongezonds eten (45%). Eén op de zeven (15%) is zelfs zo veel bezig met eten dat het haar leven beheerst.

** Uit CBS Statline 2011 blijkt dat 10,7% van de jongeren van 12 tot 16 jaar overgewicht heeft, en 15,1% van de jongeren van 16 tot 20 jaar. Uit de Jeugdmonitor 2012 blijkt dat ongeveer 20% van de jongeren van 18 tot 25 jaar overgewicht heeft.*

Onderzoeksuitslag

Wat doe jij om je straks in bikini/zwembroek te kunnen vertonen?

Je kunt meerdere antwoorden geven.

	Meiden	Jongens	Gemiddeld jongeren
Ontharen*	84%	22%	53%
Meer sporten	39%	37%	38%
Dieet volgen	17%	7%	12%
Onder de zonnebank	6%	3%	5%
Zelfbruinende crème	7%	1%	4%
Iets anders	6%	4%	5%
Ik doe niks extra's	11%	50%	31%

* We bedoelen lichaamshaar, niet gezichtshaar.

Levert het vooruitzicht om je straks weer in zwemkleding te tonen jou stress op?

	Meiden	Jongens	Gemiddeld jongeren
Heel erg	11%	2%	7%
Redelijk	28%	13%	20%
Nauwelijks	37%	36%	37%
Helemaal niet	23%	47%	35%
Geen mening	1%	2%	1%

Stelling: 'Ik schaam me voor mezelf in zwemkleding.'

	Meiden	Jongens	Gemiddeld jongeren
Eens	41%	17%	29%
Oneens	54%	80%	67%
Geen mening	5%	3%	4%

Hoe (on)zeker ben jij over je lichaam?

	Meiden	Jongens	Gemiddeld jongeren
Heel zeker	7%	16%	11%
Redelijk zeker	45%	57%	51%
Redelijk onzeker	35%	20%	28%
Heel onzeker	12%	4%	8%
WN/GM	1%	3%	2%

Welk cijfer geef jij jouw lichaam?

Geef een cijfer van 0 (heel ontevreden) tot 10 (heel tevreden).

Je mag één cijfer achter de komma geven.

Meiden: **6.5**

Jongens: **6.9**

Gemiddeld jongeren: **6.7**

Hoe makkelijk of moeilijk vind jij het om je helemaal bloot te geven bij leeftijdsgenoten die je kent? Bijvoorbeeld bij vrienden of onder de douche met teamgenoten. Je kunt deze vraag ook beantwoorden als je nooit in die situatie komt.

	Meiden	Jongens	Gemiddeld jongeren
Heel makkelijk	5%	15%	10%
Redelijk makkelijk	24%	30%	27%
Redelijk moeilijk	33%	32%	33%
Heel moeilijk	33%	15%	23%
WN/GM	5%	8%	7%

Hoe makkelijk of moeilijk vind jij het om je helemaal bloot te geven bij onbekenden? Bijvoorbeeld in de sauna, bij het douchen op de sportschool of op een naaktstrand. Ook als je nooit in die situatie komt kun je deze vraag beantwoorden.

	Meiden	Jongens	Gemiddeld jongeren
Heel makkelijk	4%	8%	6%
Redelijk makkelijk	17%	25%	21%
Redelijk moeilijk	25%	26%	26%
Heel moeilijk	48%	30%	39%
WN/GM	6%	11%	8%

Gevraagd aan 1576 jongeren die een relatie hebben:

Hoe makkelijk of moeilijk vind jij het om je -letterlijk- helemaal bloot te geven bij je vriendje of vriendinnetje?

	Meiden	Jongens	Gemiddeld jongeren
Heel makkelijk	26%	42%	34%
Redelijk makkelijk	34%	36%	35%
Redelijk moeilijk	27%	13%	19%
Heel moeilijk	10%	4%	7%
WN/GM	3%	5%	4%

Vind je jezelf te dik, te dun of precies goed?

	Meiden	Jongens	Gemiddeld jongeren
Veel te dik	13%	5%	9%
Beetje te dik	52%	42%	47%
Precies goed	30%	32%	31%
Beetje te dun	4%	17%	10%
Veel te dun	0%	2%	1%
Geen mening	1%	2%	2%

Heb jij wel eens een dieet gevolgd om af te vallen?

	Meiden	Jongens	Gemiddeld jongeren
Ja, één keer	12%	7%	10%
Ja, meerdere keren	25%	7%	16%
Nee, nooit	61%	85%	73%
Geen mening	2%	1%	1%

Heb jij het afgelopen jaar iets gedaan met als doel om af te vallen?

Je kunt meerdere antwoorden geven.

	Meiden	Jongens	Gemiddeld jongeren
Nee	48%	71%	60%
Ja, dieet gevolgd	22%	7%	14%
Ja, sporten (om af te vallen)	37%	24%	30%
Ja, anders	12%	5%	9%

Weet jij hoeveel calorieën er in het eten zitten dat jij eet? Bijvoorbeeld omdat je op de verpakking kijkt of omdat je het in je hoofd hebt zitten.

	Meiden	Jongens	Gemiddeld jongeren
Ik weet dat heel goed	10%	8%	9%
Ik weet dat redelijk goed	34%	29%	32%
Ik weet dat niet zo goed	29%	25%	27%
Ik weet dat helemaal niet	27%	38%	33%

Stelling: 'Ik ben zo veel bezig met (denken aan/over) eten dat het mijn leven beheerst.'

	Meiden	Jongens	Gemiddeld jongeren
Eens	15%	7%	11%
Oneens	81%	92%	87%
Geen mening	4%	1%	2%

Stelling: 'Ik voel me vaak schuldig als ik iets ongezonds eet.'

	Meiden	Jongens	Gemiddeld jongeren
Eens	45%	20%	32%
Oneens	53%	78%	66%
Geen mening	2%	2%	2%

Stelling: 'Ik word onzeker van het huidige schoonheidsideaal in de media.'

	Meiden	Jongens	Gemiddeld jongeren
Eens	56%	23%	39%
Oneens	39%	72%	56%
WN/GM	45%	5%	5%