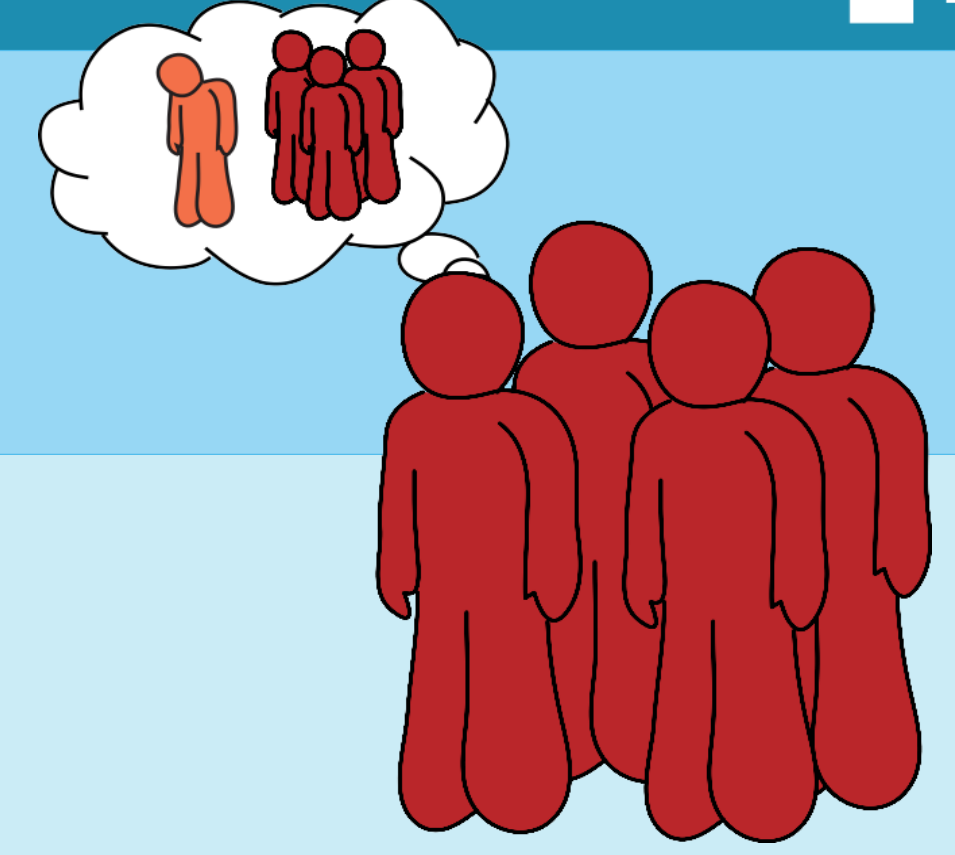
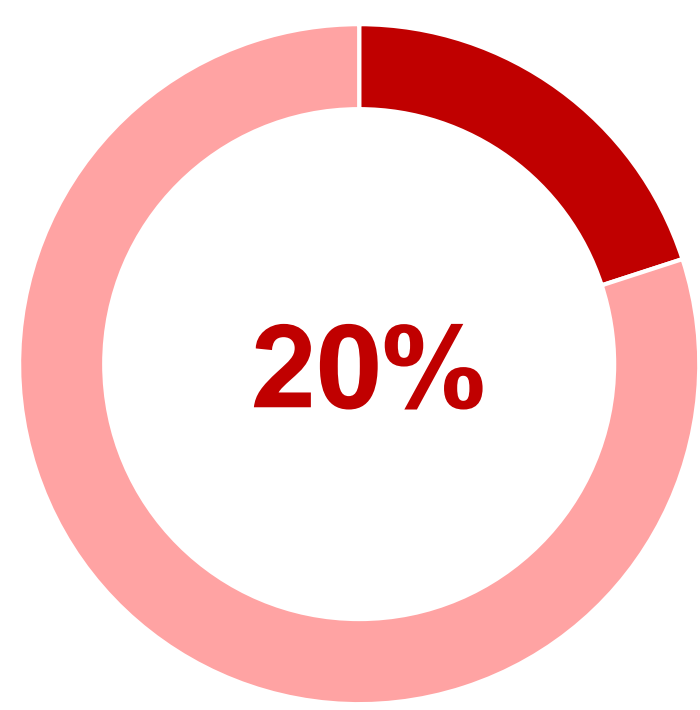


Eenzaamheidsonderzoek bij SCENO



Wat we al weten uit onderzoek

Eenzaamheid is het verschil tussen de ervaren en de gewenste (kwaliteit van) sociale contacten.



20% van de jongeren voelt zich soms tot dikwijls eenzaam



3% van de jongeren is chronisch eenzaam

Mogelijke gevolgen van eenzaamheid zijn:



Slaapproblemen



Verhoogde bloeddruk



Verminderd denkvermogen



Slechte schoolprestaties



Overgewicht



Probleemgedrag



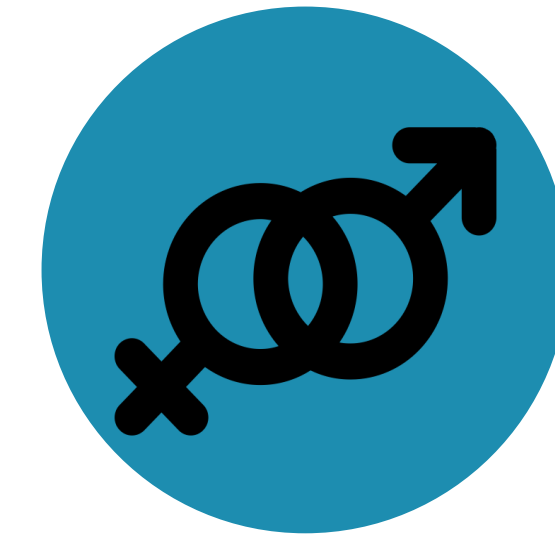
Middelenmisbruik



Zelfmoordgedachten



Verhoogd risico op vroegtijdig overlijden



Er zijn geen geslachtsverschillen



Er is geen eenduidig verband tussen gebruik van sociale media en eenzaamheid



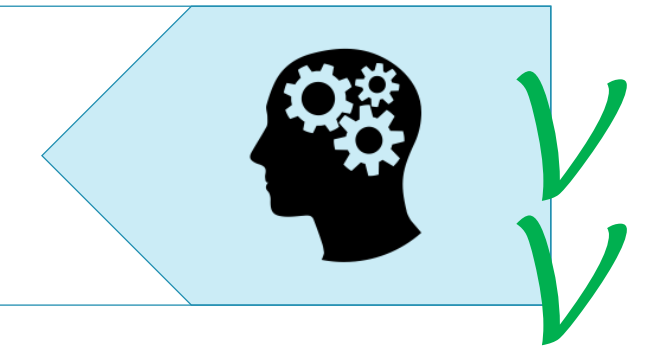
Er is geen toename in eenzaamheid in vergelijking met vroeger



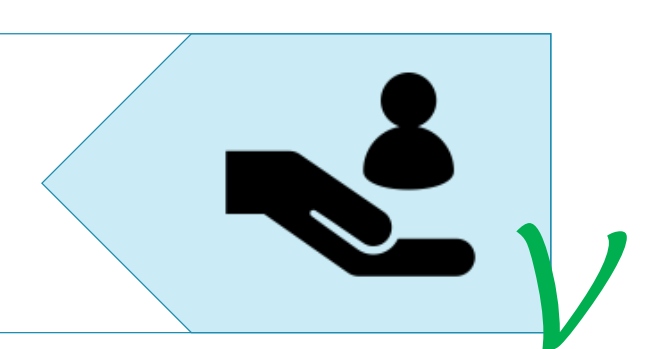
De **Leuvense Eenzaamheidsschaal voor Kinderen en Adolescenten** is een veelgebruikt en gevalideerd instrument om eenzaamheid te meten, zowel in onderzoek als in de klinische praktijk

Wat er tegen eenzaamheid gedaan wordt:

Verander cognities en denkfouten met betrekking tot sociale situaties



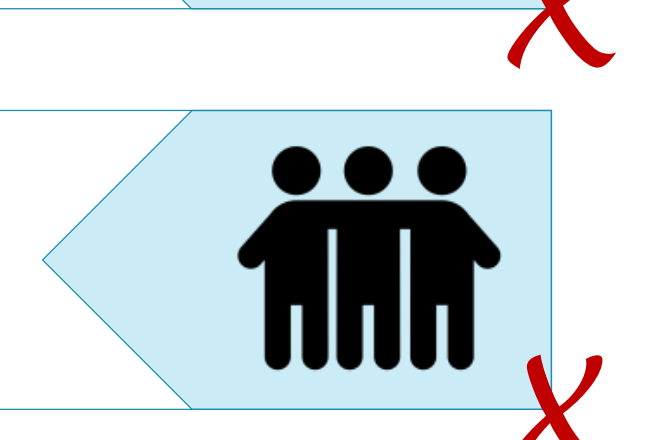
Vergroot de sociale steun



Verbeter sociale vaardigheden



Vergroot de mogelijkheid voor sociale contacten voor diegenen die sociaal geïsoleerd zijn



Wat we nog willen weten



Zijn er epigenetische effecten waardoor jongeren meer kans hebben om eenzaam te zijn?



Stijgen de cortisolniveaus bij eenzame jongeren tijdens een stressvolle situatie meer dan bij niet-eenzame jongeren?



Versnelt de hartslag bij eenzame jongeren tijdens een stressvolle situatie meer dan bij niet-eenzame jongeren?



Welke temperamentskenmerken maken jongeren meer kwetsbaar om eenzaamheid te ervaren?



Zijn jongeren die eenzaam zijn op school ook meer eenzaam op kamp in vergelijking met hun leeftijdsgenoten?



Prof. Dr. Luc Goossens



Dr. Janne Vanhalst



Dr. Marlies Maes



Dr. Annette Spithoven



Sofie Danneel



Flore Geukens