

Verantwoording monitor Welzijn

20 januari 2025



Onderwerpen monitor Welzijn

1. Tevredenheid leven
2. Geluk beleving
3. Ervaren eenzaamheid
4. Ervaren regie
5. Ervaren stress
6. Risico op psychische klachten

1. Tevredenheid leven

Bronnen

CBS: [Regionale Monitor Brede Welvaart](#)

Gewijzigd op

Januari 2025

Frequentie

Jaarlijks

Periode

2013 - 2023

Definities

Tevredenheid met het leven:

Inwoners (van 18 jaar of ouder) zijn tevreden met het leven wanneer zij een score van 7 tot en met 10 geven als antwoord op de vraag: 'Kunt u op een schaal van 1 tot 10 aangeven in welke mate u tevreden bent met het leven dat u nu leidt. Een 1 staat voor volledig ontevreden en 10 voor volledig tevreden'.

2. Geluk beleving

Bronnen

Panel Fryslân vragenlijst leefbaarheid, oktober 2024

Gewijzigd op

Januari 2025

Frequentie

Tweejaarlijks

Periode

2020-2024

Definities

Ervaren geluk:

Inwoners (van 18 jaar of ouder) zijn gelukkig wanneer zij een score van 7 tot en met 10 geven als antwoord op de vraag: 'Kunt u op een schaal van 1 tot en met 10 aangeven in welke mate u zichzelf een gelukkig mens vindt? Geef een rapportcijfer tussen 1 (volledig ongelukkig) en 10 (volledig gelukkig)'.

3. Ervaren eenzaamheid**Bronnen**

GGD: [Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen](#)

Gewijzigd op

December 2023

Frequentie

Vierjaarlijks, met extra uitvraag in 2022

Periode

2012-2022

Definities

Eenzaamheid:

Eenzaamheid is het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde sociale relaties. Voor het meten van eenzaamheid maakt GGD Fryslân gebruik van de eenzaamheidsschaal van De Jong Gierveld, die uit elf uitspraken bestaat (1999). Een persoon is matig eenzaam bij minstens drie ongunstige scores op het totaal aan items, ernstig eenzaam bij negen of meer.

4. Ervaren regie**Bronnen**

GGD: [Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen](#)

Gewijzigd op

December 2022

Frequentie

Vierjaarlijks, met extra uitvraag in 2022

Periode

2016 - 2020

Definities

Eigen regie:

Eigen regie wordt gemeten door 7 verschillende stellingen. Bij iedere stelling zijn er vijf antwoordopties die variëren van 1) 'Helemaal mee oneens' tot 5) 'Helemaal eens'. Het betreft de volgende stellingen:

- Ik heb weinig controle over de dingen die me overkomen;
- Sommige van mijn problemen kan ik met geen mogelijkheid oplossen;
- Er is weinig dat ik kan doen om belangrijke dingen in mijn leven te veranderen;
- Ik voel me vaak hopeloos bij het omgaan met de problemen van het leven;
- Soms voel ik dat ik een speelbal van het leven ben;
- Wat er in de toekomst met me gebeurt hangt voor het grootste deel van mezelf af;
- Ik kan ongeveer alles als ik mijn zinnen erop heb gezet.

Bijzonderheden:

De antwoorden worden samengevat in een score tussen de 7-35.

- 7 t/m 19: onvoldoende eigen regie;
- 20 t/m 35: matig of veel regie over eigen leven.

5. Ervaren stress

Bronnen

GGD: [Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen](#)

Gewijzigd op

December 2023

Frequentie

Vierjaarlijks, met extra uitvraag in 2022

Periode

2012 – 2022

Definities

Stress:

Stress wordt gemeten met de vraag “Heeft u de afgelopen 4 weken last gehad van stress?”. Er waren 4 antwoordopties mogelijk: 1) ‘Nee, (bijna) niet’, 2) ‘Ja, een beetje stress’, 3) ‘Ja, veel stress’ en 4) ‘Ja, heel veel stress’.

Bijzonderheden

Categorie 3 (‘Ja, veel stress’) en 4 (‘Ja, heel veel stress’) zijn bij elkaar opgeteld tot één categorie. Deze wordt weergegeven in de figuren.

6. Ricco op psychische klachten

Bronnen

GGD: [Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen](#)

Gewijzigd op

Januari 2023

Frequentie

Vierjaarlijks, met extra uitvraag in 2022

Periode

2020 – 2022

Definities

Risico op angst en depressie:

Het risico op angst en depressie is gebaseerd op een veel gebruikte vragenlijst voor screening van angst en depressie (Kessler-10 vragenlijst). De volgende vragen worden gesteld over hoe men zich voelde in de afgelopen vier weken:

- Hoe vaak voelde u zich erg vermoeid zonder duidelijke reden?
- Hoe vaak voelde u zich zenuwachtig?
- Hoe vaak was u zo zenuwachtig dat u niet tot rust kon komen?
- Hoe vaak voelde u zich hopeloos?
- Hoe vaak voelde u zich rusteloos of ongedurig?
- Hoe vaak voelde u zich zo rusteloos dat u niet meer stil kon zitten?
- Hoe vaak voelde u zich somber of depressief?
- Hoe vaak had u het gevoel dat alles veel moeite kostte?
- Hoe vaak voelde u zich zo somber dat niets hielp om u op te vrolijken?
- Hoe vaak vond u zichzelf afkeurenswaardig, minderwaardig of waardeloos?

Bij iedere vraag zijn 5 antwoordopties van 1) ‘altijd’ tot 5) ‘nooit’.

Bijzonderheden

De antwoorden op deze vragenlijst worden samengevat in een score tussen de 10-50. Een score van 10 t/m 15 is geen of laag risico, 16 t/m 29 is matig risico en 30 t/m 50 is hoog risico op een angststoornis of depressie.

7. Overige literatuur

Crisp, Roger (2017). "Well-Being". *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*. Metaphysics Research Lab, Stanford University. Retrieved 5 December 2020.

GGZ. (2022). *Vroege opsporing psychische klachten*.

<https://www.ggzstandaarden.nl/zorgstandaarden/vroege-opsporing-van-psychische-klachten-en-aandoeningen-in-de-volwassen-bevolking/introductie>

Leyden academy (2016). *Waarom is welzijn belangrijker?*. Inforgraphic.

<https://www.leydenacademy.nl/1716-2/>

Ryff, C. D., Singer, B. H., & Dienberg Love, G. (2004). Positive health: connecting well-being with biology. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B: Biological Sciences*, 359(1449), 1383-1394. doi: 10.1098/rstb.2004.1521.

Stephens, A., & Wardle, J. (2001). Locus of control and health behaviour revisited: a multivariate analysis of young adults from 18 countries. *British journal of Psychology*, 92(4), 659-672. doi: 10.1348/000712601162400. PMID: 11762867.

Veenhoven, R. (2012). *Happiness: Also known as 'life-satisfaction' and 'subjective well-being'*. From: *Handbook of social indicators and quality of life research*. Springer. doi:10.1007/978-94-007-2421-1_3

Zelenski, J. M., Murphy, S. A., & Jenkins, D. A. (2008). The happy-productive worker thesis revisited. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 9(4), 521-537. <https://doi.org/10.1007/s10902-008-9087-4>

6. Contact – voor meer informatie of vragen

In deze monitor wordt gebruik gemaakt van cijfers van de Gezondheidsmonitor volwassenen en ouderen van GGD Fryslân. Meer cijfers en informatie over de Gezondheidsmonitor volwassenen en ouderen kunt u vinden op de website van [GGD Fryslân](https://www.ggd.fryslan.nl). Ook kunt u contact

opnemen met het team epidemiologie van GGD Fryslân (epidemiologie@ggdfryslan.nl of 088 22 99 222).

Heeft u vragen of wilt u meer informatie over de monitor? Dan kunt u contact opnemen met:

Jolijn Hutjes
Onderzoeker
Jhutjes@planbureau Fryslan.nl
06 11913503