

Jongvolwassenen met een chronische aandoening over hun toekomstdromen

Een onderzoek in het Nivel Panel
Jong & Sterk

Femke van Schelven, Merel Willard
en Marcia Vervloet



NIVEL

Kennis voor betere zorg

Belangrijkste bevindingen



Jongvolwassenen met een chronische aandoening dromen van **verschillende mijlpalen** op het gebied van **liefde, wonen, reizen, opleiding en werk**. Een deel bereikte deze mijlpalen al, maar de meesten (nog) niet.



Het **vertrouwen in het behalen** van deze mijlpalen **verschilt**. Jongvolwassenen met een chronische aandoening hebben het meeste vertrouwen in dat ze kunnen trouwen of samenwonen. Het minste vertrouwen hebben ze in een baan vinden of een huis kopen.



Ze noemen hun chronische aandoening als **belangrijkste reden** dat zij geen vertrouwen hebben in het behalen van mijlpalen.



Jongvolwassenen met een chronische aandoening maken zich **zorgen** over hun toekomst. Ze zien de toekomst niet altijd **rooskleurig**, en een deel vindt het **lastig om vooruit te kijken**. Wel zegt de helft dat ze zich vooral **op de goede dingen** proberen te richten.

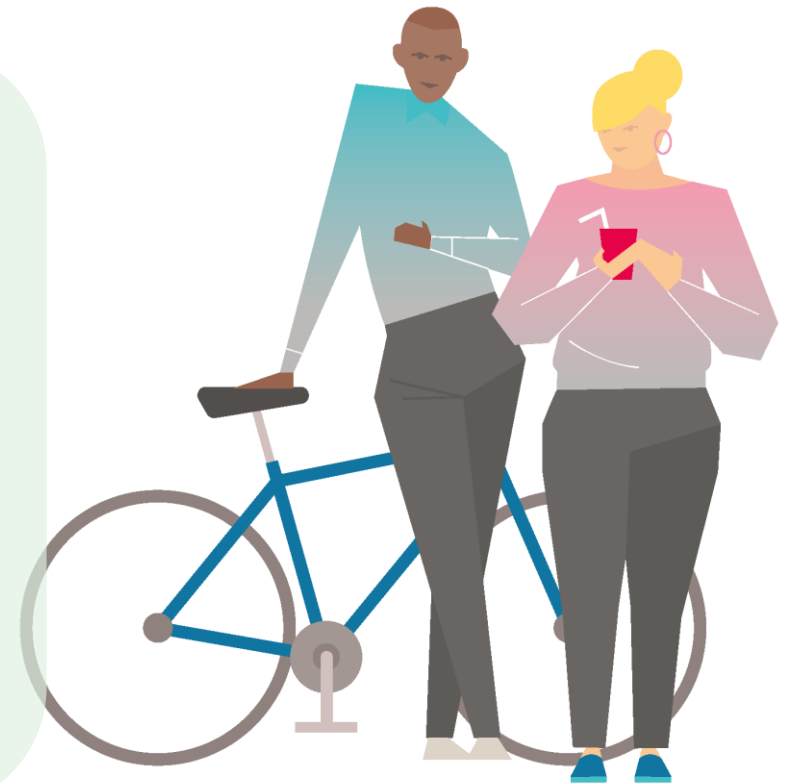
Toekomstdromen van jongvolwassenen met een chronische aandoening

Deze rapportage

De **jongvolwassenheid** is een periode in het leven waarin veel gebeurt, zoals afstuderen, een baan vinden en op jezelf wonen. Met een chronische aandoening zijn deze **mijlpalen** extra uitdagend. Hierover gaat deze rapportage.

Nivel panel Jong & Sterk

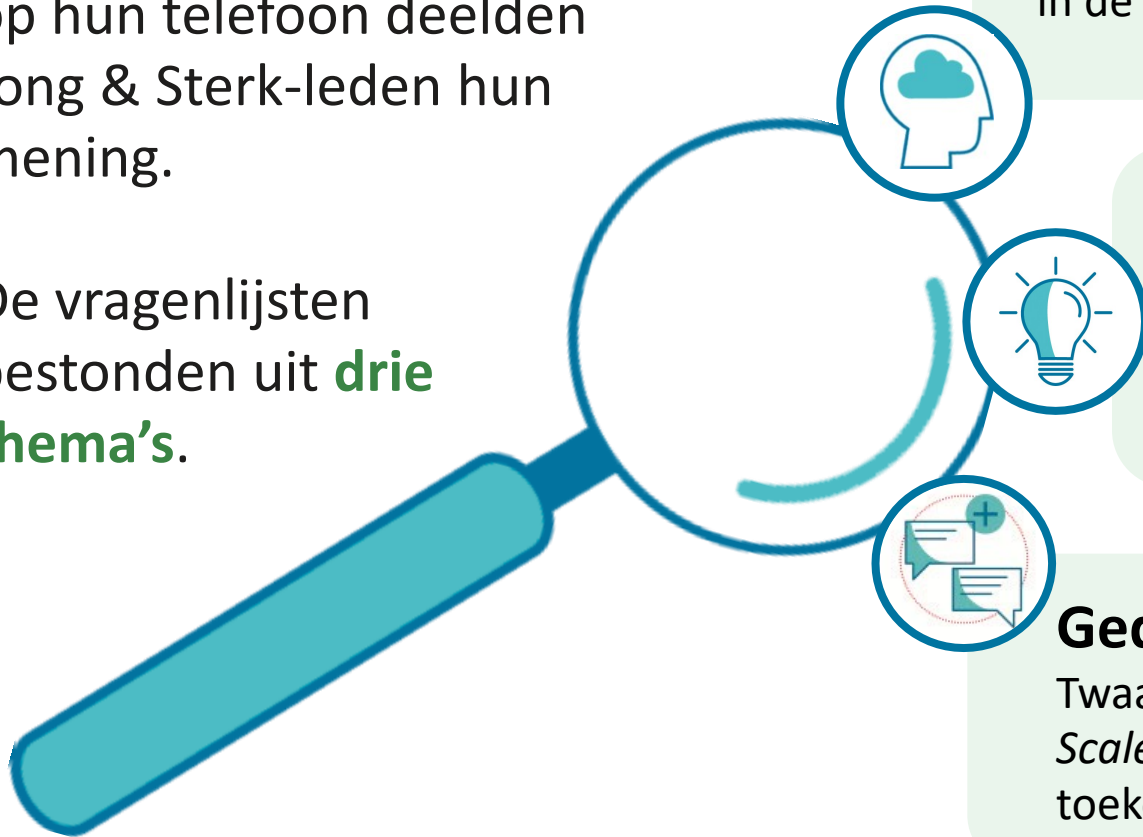
We tonen cijfers uit Jong & Sterk, een panel van het Nivel waaraan **meer dan 300 jongvolwassenen van 18-30 jaar** met een chronische aandoening meedoen. Tussen augustus 2025 en februari 2026 vulden zij vragen in over hun toekomstdromen.



Over het onderzoek

In **twee korte vragenlijsten** op hun telefoon deelden Jong & Sterk-leden hun mening.

De vragenlijsten bestonden uit **drie thema's** .



Toekomstdromen

Welke mijlpalen willen jongvolwassenen graag behalen in de toekomst?

Vertrouwen in de toekomst

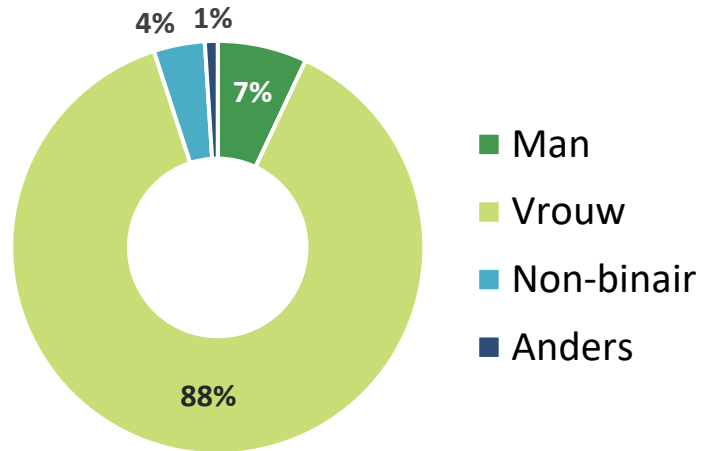
Hebben ze vertrouwen dat ze deze mijlpalen kunnen bereiken?

Gedachten over de toekomst

Twaalf stellingen uit de *Adolescent Future Thinking Rating Scale*, over positieve en negatieve gedachten rondom hun toekomst en het plannen daarvan.

Er deden 151 jongvolwassenen mee aan het onderzoek

Ik voel mij...



Gemiddelde leeftijd

25 jaar: de jongste is 16, de oudste 30

Chronische aandoeningen

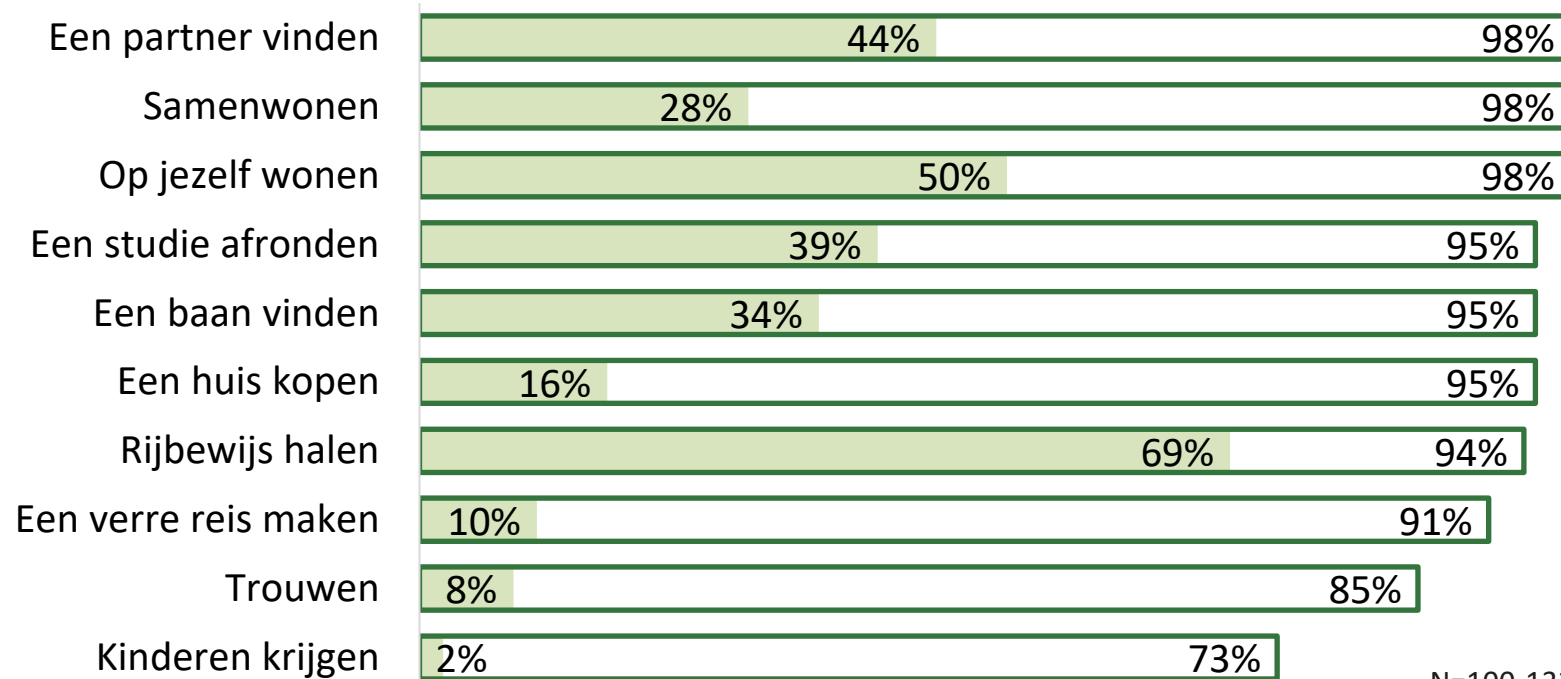
Onder andere: hart- en vaatziekten, hersen- en zenuwziekten, astma, reuma, kanker, diabetes, maag-, darm- en leverziekten, chronische pijn en vermoeidheid, endometriose, en visuele en auditieve beperkingen.

Last van chronische ziekte en/of beperking in het dagelijks leven



Jongvolwassenen dromen over liefde, wonen, reizen, opleiding en werk

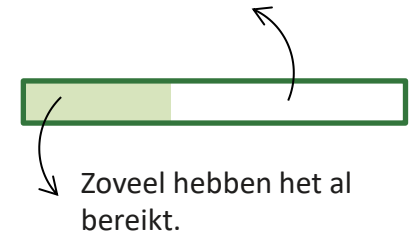
Wat zijn dingen die jij graag zou willen doen in je toekomst?



N=100-133

Hoe lees ik deze figuur?

Zoveel jongvolwassenen hebben deze droom.



Andere dromen

Jongvolwassenen konden in een open vraag ook andere dromen beschrijven. Ze noemen onder andere een **betere gezondheid**, meer **sporten**, een **eigen bedrijf** starten, en **huisdieren** nemen.

Chronische aandoening vaak reden voor twijfel over het bereiken van (nog) onvervulde dromen

Toelichting

Deze percentages gaan over de jongvolwassenen die aangaven een droom te hebben, maar deze nog niet hebben vervuld.

Hoe lees ik deze figuur?

Zoveel jongvolwassenen hebben wel vertrouwen dat ze deze droom zullen bereiken.

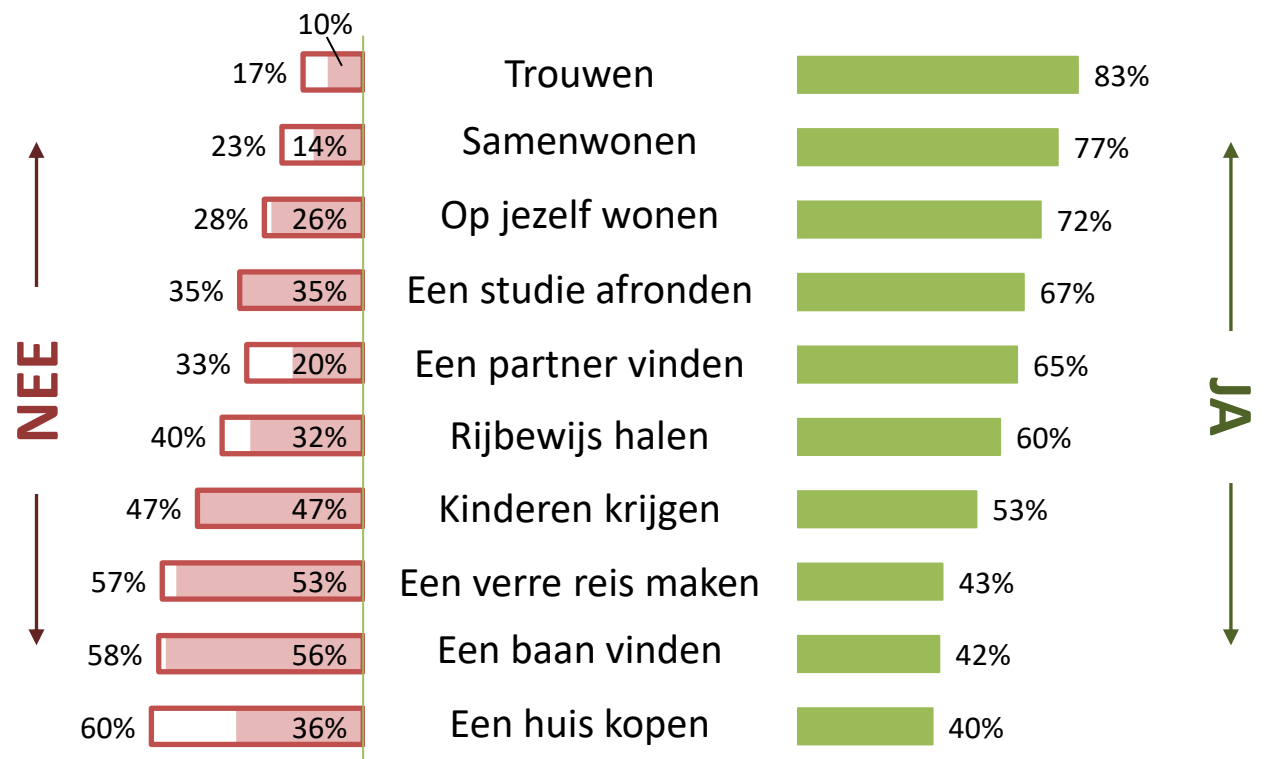


Zoveel hebben daar geen vertrouwen in.



Bij deze jongvolwassenen is dat vanwege hun chronische aandoening

Heb je vertrouwen dat je jouw (nog) onvervulde dromen kunt bereiken?





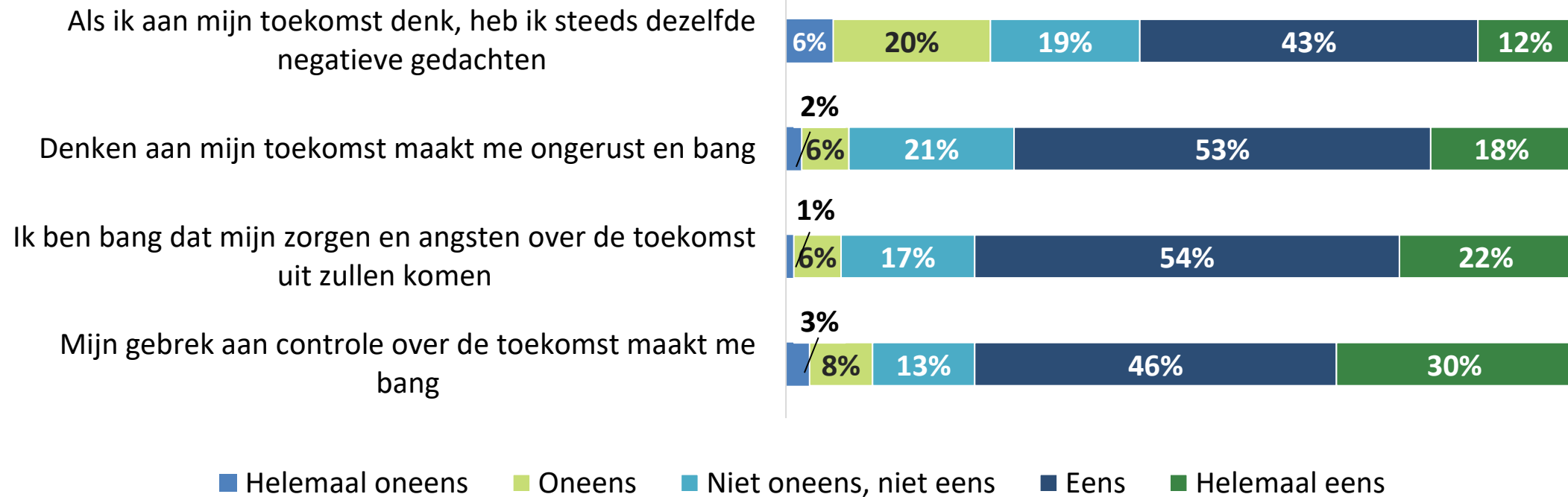
“Door mijn ziekte ben ik zeer beperkt. Daar baal ik erg van. Zeker nu ik 25 ben en veel van mijn vrienden en familie trouwen, een baan vinden, een huis kopen, een kindje krijgen, etc. Ik wil dat ook zo graag, maar helaas.”

Jongvolwassene met een chronische aandoening (25, vrouw)

Jongvolwassenen met een chronische aandoening maken zich zorgen over hun toekomst

Stellingen: negatieve gedachten over de toekomst

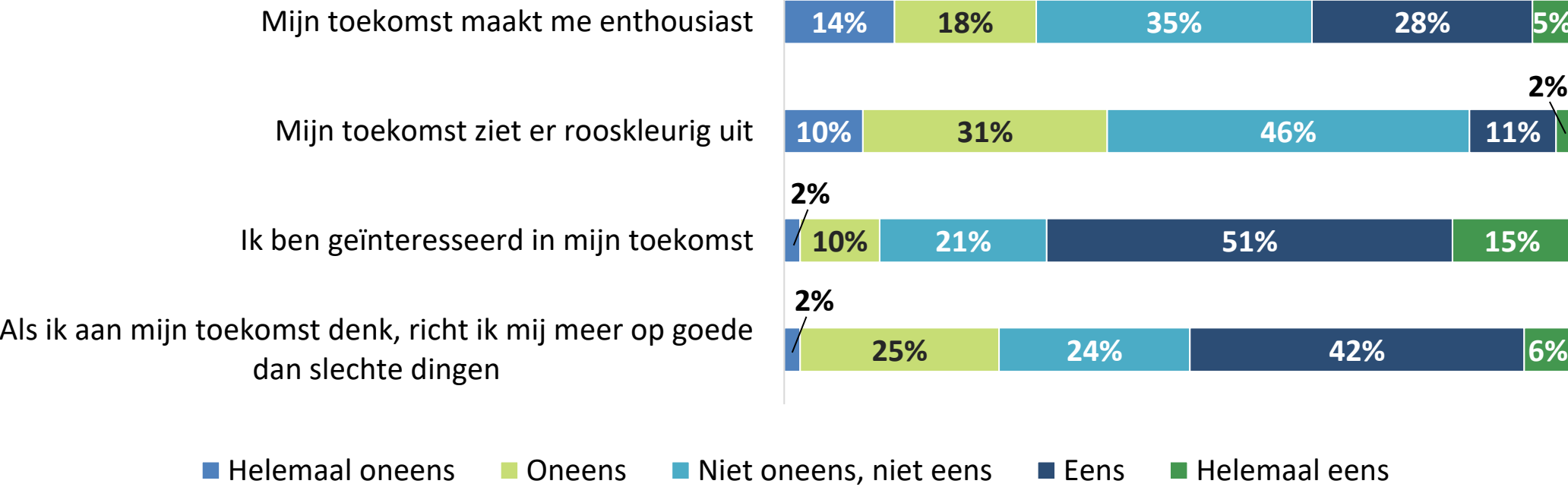
N=125-126



Ze hebben interesse in hun toekomst, maar zien deze niet altijd rooskleurig

Stellingen: positieve gedachten over de toekomst

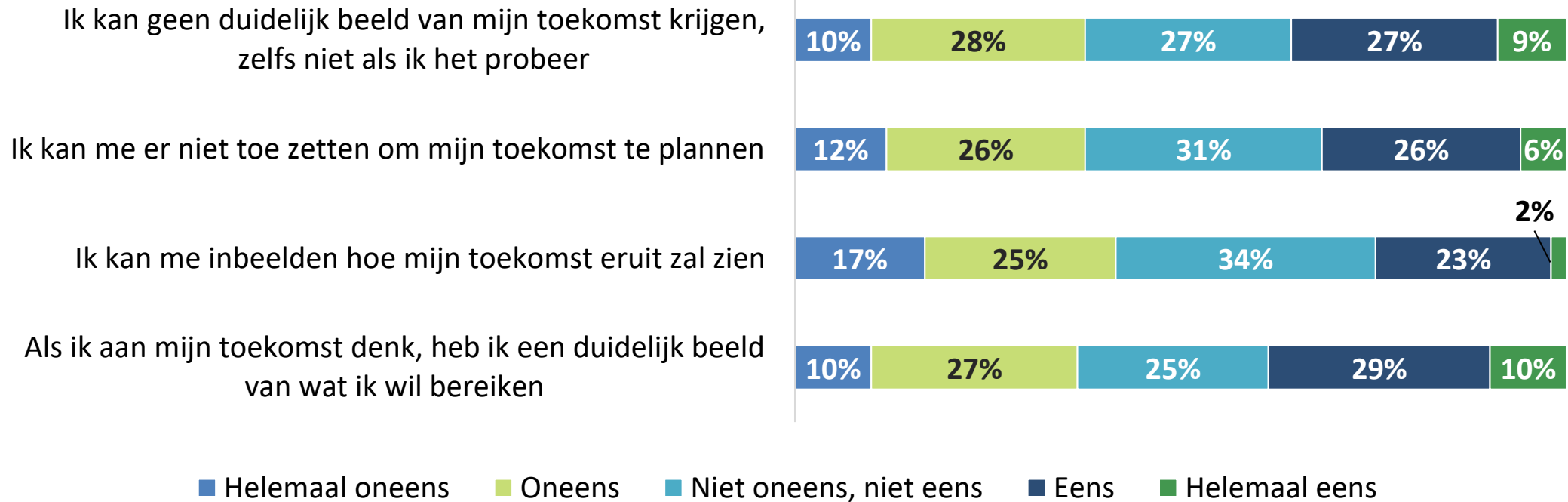
N=125-126



En ze verschillen in hoeverre het lukt om vooruit te denken en plannen

Stellingen: vooruit denken en plannen

N=124-126



“Ik weet niet hoe het lichamelijk gaat in de toekomst, omdat het de laatste jaren steeds verder verslechterd. Ik ben me hiervan bewust, maar ik heb vooral zin in de toekomst door mijn opleiding en werk. Ik kijk dus wel positief naar de toekomst.”

Jongvolwassene met een chronische aandoening (20, man)



Reflectie

Dit onderzoek

Het Nivel Panel Jong & Sterk is recent opgezet en wordt nog uitgebreid. Er zitten nu relatief veel **vrouwen** in het panel, en relatief weinig mensen met een **migratieachtergrond**. De cijfers uit deze rapportage geven daarom een **eerste indicatie**.

Vervolgonderzoek

Verdiepend onderzoek kan inzicht geven in **welke groepen** jongvolwassenen meer of minder vertrouwen hebben in de toekomst, en **wat kan helpen** om het vertrouwen te vergroten. Ook is het interessant om dezelfde jongvolwassenen **voor langere tijd te volgen** om te zien welke mijlpalen zij uiteindelijk daadwerkelijk behalen.

Praktijk

Een chronische aandoening wordt gezien als een belangrijke reden waarom jongvolwassenen hun toekomstdromen niet altijd kunnen bereiken. Om de **kloof** tussen jongvolwassenen met en zonder chronische aandoening te verkleinen, is het belangrijk om aandacht te hebben voor de **extra uitdagingen** die deze jongvolwassenen ervaren. Dit vraagt om een **brede aanpak** in zorg en ondersteuning én om goede **samenwerking** met bijvoorbeeld onderwijs, werk en wonen.



Meer weten?



Kennis voor betere zorg

Het Nivel levert kennis om de gezondheidszorg in Nederland beter te maken. Dat doen we met hoogwaardig, betrouwbaar en onafhankelijk wetenschappelijk onderzoek naar thema's met een groot maatschappelijk belang. 'Kennis voor betere zorg' is onze missie. Alle onderzoeken publiceert het Nivel openbaar. U vindt deze en alle andere Nivel-publicaties op onze website.

Kijk op onze website voor meer informatie over het panel Jong & Sterk.



NIVEL

Kennis voor betere zorg

De gegevens uit deze publicatie mogen met de volgende bronvermelding worden gebruikt: **Jongvolwassenen met een chronische aandoening over hun toekomstdromen**. Een onderzoek in het Nivel panel Jong & Sterk. Femke van Schelven, Merel Willard, Marcia Vervloet. Nivel 2026

030 272 97 00
nivel@nivel.nl
www.nivel.nl
Postbus 1568
3500 BN UTRECHT