

Hoe help jij jongeren aan de best mogelijke toekomst na de coronapandemie?



Wie wij zijn



Lysanne te Brinke

Postdoctoraal onderzoeker

Interventies om jongeren
socialer te maken en een
stem te geven



**Renske van der
Cruisen**

Postdoctoraal onderzoeker

Zelfbeeld- en
hersenuitwikkeling bij
jongeren



**Suzanne van de
Groep**

Postdoctoraal onderzoeker

De ontwikkeling van
generositeit en de hersenen

Het doel van deze deelsessie

In deze workshop ga jij aan de slag om wetenschappelijke kennis en ervaringen in het onderwijs om te zetten in een actieplan waarbij je jongeren helpt aan een betere toekomst na de coronapandemie



Programma & verwachtingen

1. Plenaire opening en pitches
2. Uit elkaar in groepen: actieve werkvormen en het formuleren van een actieplan
3. Plenaire terugkoppeling en actieplan

Aan het einde van de workshop heb jij een persoonlijk actieplan en heb je mogelijk nuttige contacten gelegd



Thema's

1. Motivatie
2. Mentale gezondheid en zelfbeeld
3. Sociale relaties en je inzetten voor anderen

1. Motivatie (op school)

Wat leert de wetenschap ons?



Self-Determination Theory

Autonomie

Aanwezig in onderwijs wanneer studenten kunnen mee beslissen, weinig druk ervaren, en wanneer leraren en ouders denken vanuit het perspectief van leerlingen

Competentie

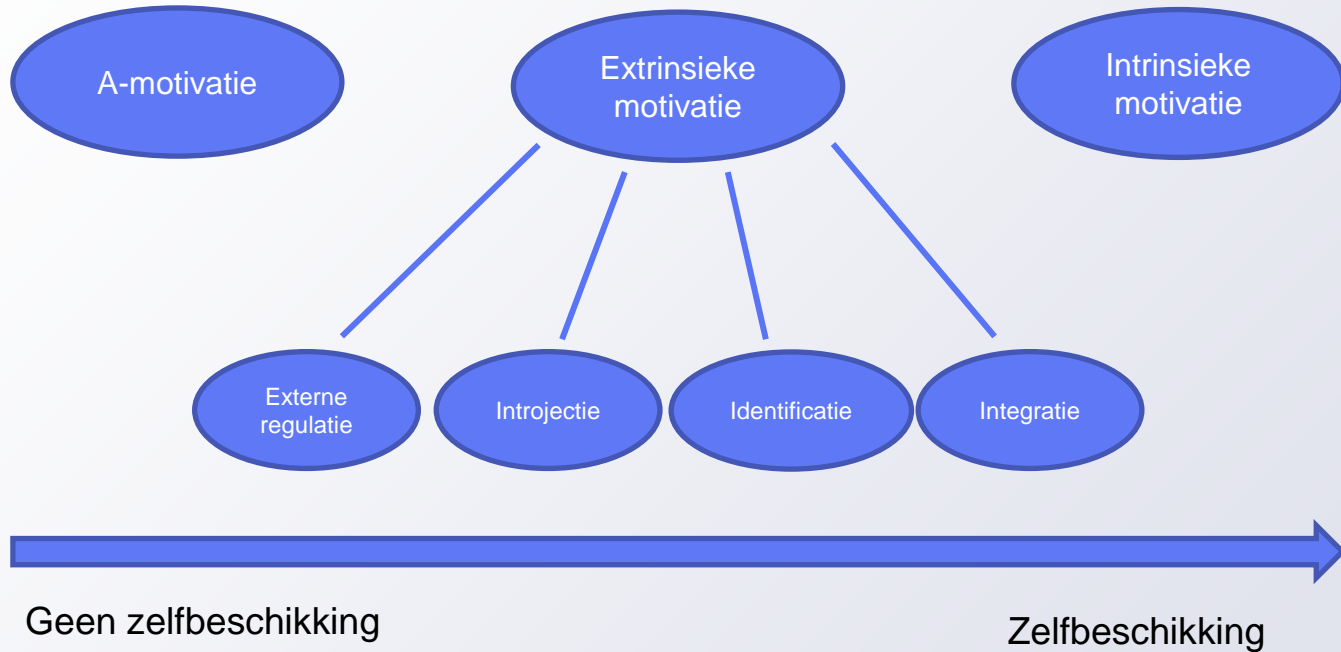
Aanwezig in onderwijs wanneer leerlingen het gevoel hebben dat ze controle hebben over de uitkomst van de activiteit, het gevoel hebben dat ze iets onder de knie hebben en effectief bezig zijn, en hun vaardigheden kunnen uiten

Verbondenheid

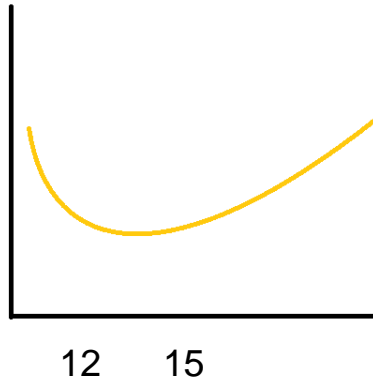
Aanwezig in onderwijs wanneer studenten zich geaccepteerd voelen en verbonden voelen met anderen (leraren en leerlingen), en sterke en stabiele relaties hebben

Het voldoen aan deze behoeften leidt tot een hogere kwaliteit van motivatie

Typen motivatie



Ontwikkeling van intrinsieke motivatie



Behoefte aan autonomie ondersteunen

Ondersteunen	Dwarsbomen
Keuzevrijheid	Controle uitoefenen/dwingen
Relevantie duidelijk maken	Betekenisloze activiteiten opleggen
Respect tonen	Geen respect tonen



Behoefte aan competentie ondersteunen

Ondersteunen	Dwarsbomen
Duidelijkheid	Onduidelijkheid
Begeleiding	Geen begeleiding
Aanmoediging	Ontmoediging
Informationele feedback	Evaluatieve feedback (op persoon)



Behoefte aan verbondenheid ondersteunen

Ondersteunen	Dwarsbomen
Affectie	Gebrek aan affectie
Afstemming	Niet afstemmen
Middelen beschikbaar stellen	Geen middelen beschikbaar stellen
Betrouwbaarheid	Geen betrouwbaarheid



Invloed van pandemie op autonomie, competentie en verbondenheid

- ▶ Moeilijker om keuzevrijheid te geven en respect en relevantie over te brengen
- ▶ Moeilijker om duidelijkheid te geven en om persoonlijke begeleiding te geven
- ▶ Moeilijker om verbinding op te zoeken, affectie over te brengen en betrouwbaar te zijn

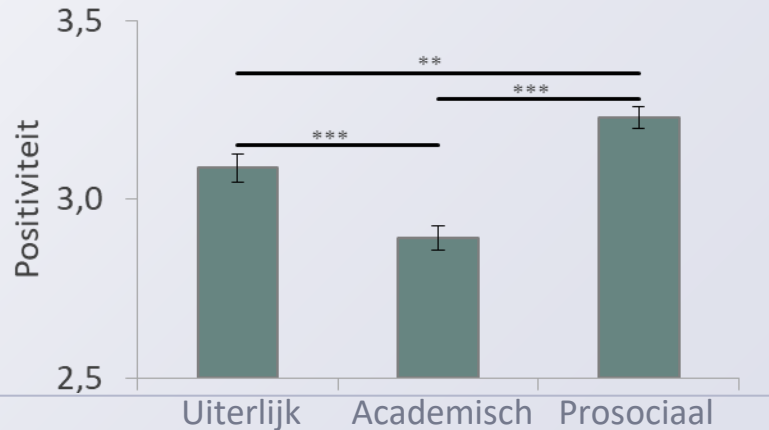
Wat heeft de pandemie ons geleerd over motivatie, en hoe verwerken we dat in een actieplan voor een goede toekomst voor jongeren na de pandemie?

2. Mentale gezondheid en zelfbeeld

Wat leert de wetenschap ons?

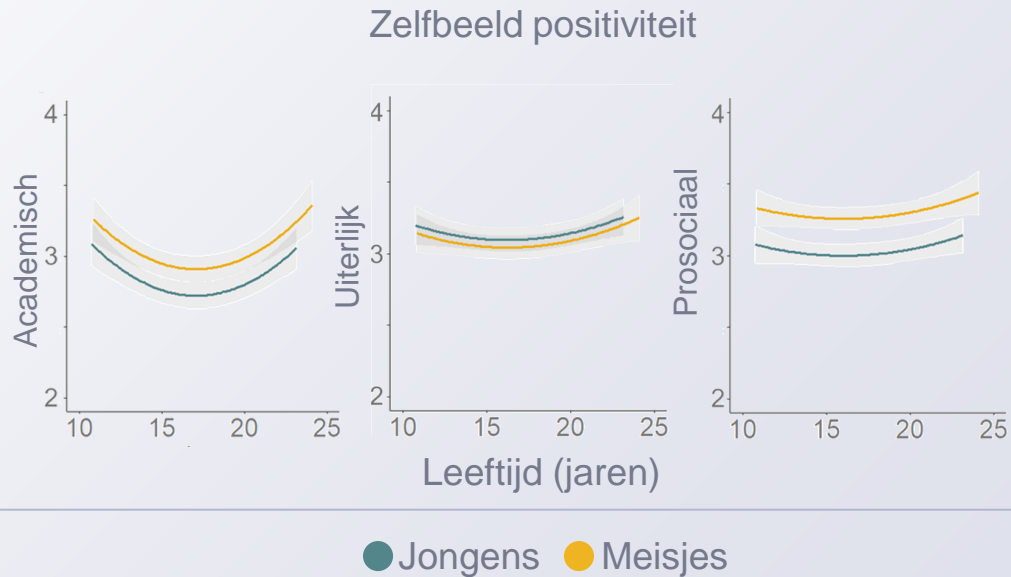
Zelfbeeld

- Over het algemeen positief
- Kan verschillen per domein
- Is belangrijk voor studiekeuze en mentaal welzijn



Zelfbeeld

- Dip in midden adolescentie
 - Zelftwijfel



Mentale gezondheid

- Belangrijk onderwerp voor jongeren – negatieve gevoelens beginnen vaak in de adolescentie

De impact van corona

WEST-FRIESLAND

NL V

Jongeren al jaren de dupe van coronabeleid: "Ze houden het niet meer vol"

25 januari 2022, 15.57 uur · Aangepast 25 januari 2022, 16.59 uur · Door Tom de Vos

NOS NIEUWS · BINNENLAND · 18-10-2020, 13:00

**Ggz: mentale gezondheid in
gevaar door corona, jongeren
kunnen 'door ijs zakken'**

nieuwsuur

NIEUWSUUR · BINNENLAND · WO 22 DECEMBER, 18:57

**Mentale welzijn scholieren verder
onder druk: 'Ze worden
apathisch'**

De impact van corona

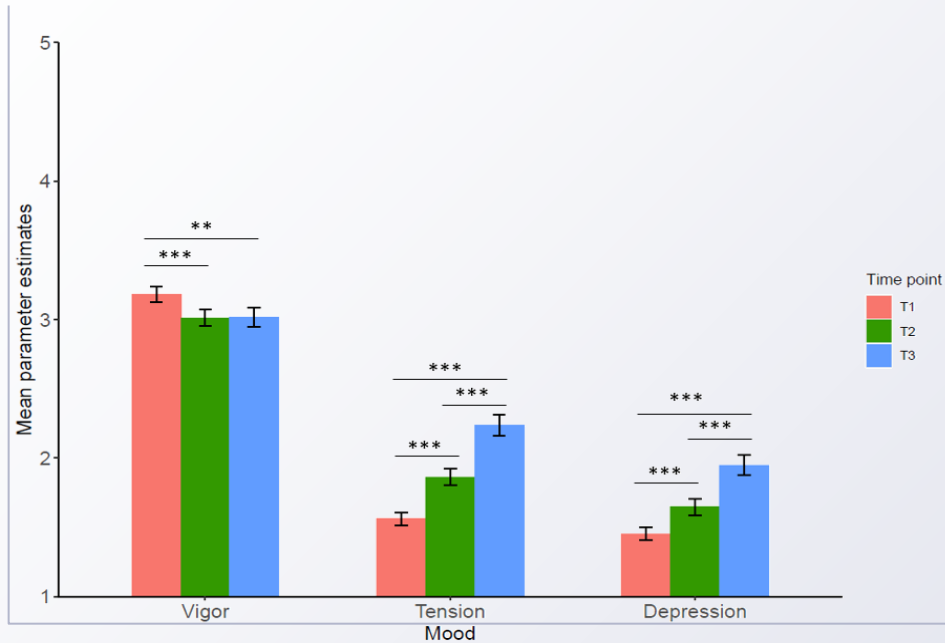


Welke van de volgende punten waren op je van toepassing
(tijdens de afgelopen 2 weken van de pandemie)?



Maar...
Lockdownstress raakt
kwetsbare pubers en ouders
harder

De impact van corona



Tussen Mei en November 2020 zijn gevoelens van kracht afgenomen, terwijl gevoelens van spanning en depressie juist toenamen tussen Mei 2020 en Mei 2021

Mentale gezondheid

- Stemming / depressieve of angstige gevoelens
- **Betekenis** (doel, motivatie, plezier, voldoening)
- **Familierelaties** (veilig, serieus genomen, warm)
- **Zelfverzekerdheid** (jezelf accepteert, mening geven)
- **Gewaardeerd, gerespecteerd en geliefd voelen** (gehoord, gesteund, betrepen worden door anderen)
- Afwezigheid van (te veel) stress



3. Sociale relaties en je inzetten voor anderen

Wat leert de wetenschap ons?

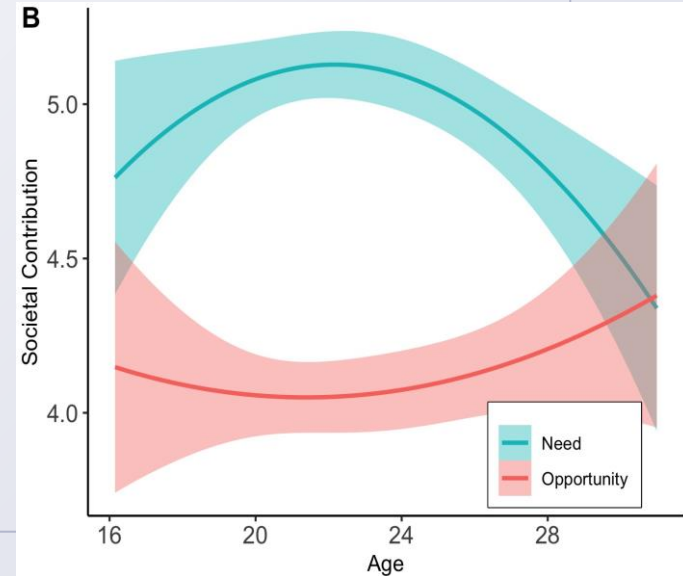
Sociale relaties

- In de adolescenten worden vrienden steeds belangrijker (ten opzicht van bijvoorbeeld relaties met ouders)

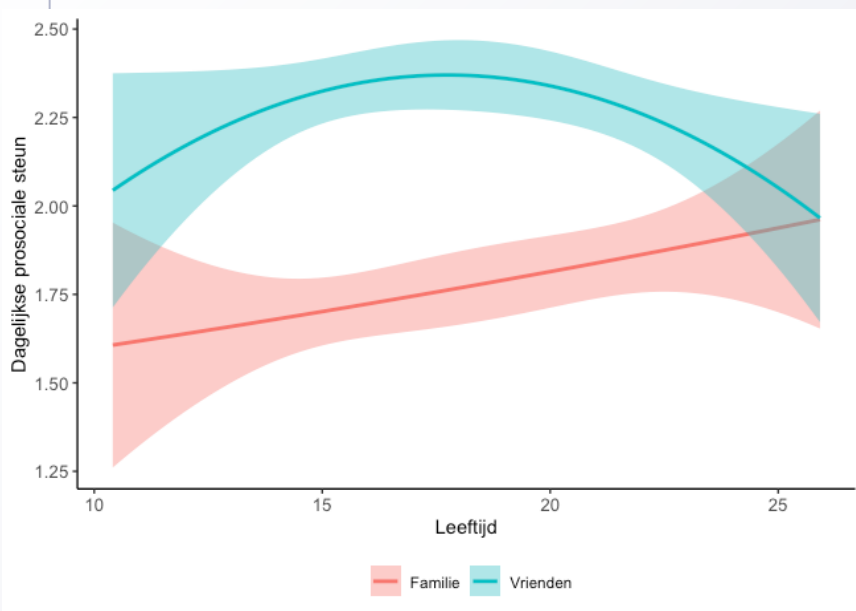


Je inzetten voor anderen

- Verschil tussen behoefte en ervaren kansen



Inzetten voor anderen tijdens Corona

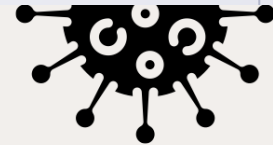


Nov 2020-Mei
2021:

Helpen van
vrienden neemt
TOE

Stem laten horen

Behoeftte om bij te dragen aan de maatschappij



62%

van de jongeren, die de survey hebben ingevuld, heeft het gevoel dat de mening van jongeren tijdens de crisis belangrijk is.

5%

van de jongeren, die de survey hebben ingevuld, **heeft het gevoel dat de mening van jongeren wordt meegenomen in beleidskeuzes.**

Stem laten horen - beleid



Maar hoe doe je dat dan?

Hoe betrek je jongeren bij de actualiteit en stel je ze in de positie om in actie te komen en zich betrokken te voelen?

Jongeren Participatie



NWA JONGERENCHALLENGE



**Stuur jouw vraag op over
de toekomst na corona**

**Doe mee met de challenge
tot woensdag 1 juli!**

JULI 2020: EERSTE BRAINSTORM!



Hoe ze daar naar kijken en hoe we dat eventueel kunnen verbeteren in deze moeilijke tijd.

Wat is de vraag waar jongeren antwoord op willen?
En hoe hebben ze corona beleefd?

TAKE ACTION



Live illustraties

LeSSONS LEARNED

MOBIEL LIVING LAB WERKT GOED!

BETREK SLEUTELFIGUREN!

VERPLAATS JE ALTIJD IN DE LEEFWERELD VAN
JONGEREN!

CONCRETE TIPS

1

Niet te lang

Laat jongerenpanels niet te lang duren (maximaal 1 - 1,5 uur).

2

Kleine groepen

Kies voor maximaal 6-8 jongeren met een niet te grote leeftijdsspreiding.

3

Afwisselende werkvormen

Start bijvoorbeeld met een korte uitleg en laat daarna jongeren aan de slag gaan met concrete vragen (think-pair-share). Daag jongeren uit om hun ideeën uit te werken (op post-its).

4

Beloon de inzet van jongeren

Bijvoorbeeld in de vorm van een financiële compensatie en/of een certificaat. Het is belangrijk voor jongeren om iets te kunnen laten zien op hun cv.

5

Koppel direct naar jongeren terug

Wat doe je met de input van jongeren? Geef uitkomsten weer via social media posts, illustraties (animatie)video's en laagdrempelig en bondig geschreven taal.

Ga naar de teams link van jouw keuze

1. Motivatie
2. Mentale gezondheid en zelfbeeld
3. Sociale relaties en je inzetten voor anderen

Let op: per sessie hebben wij 1 deelnemer nodig die aantekeningen maakt en een plenaire terugkoppeling verzorgt

Indeling subsessies:

5-10 minuten: wat zijn de ervaringen van deelnemers met dit onderwerp vanuit hun eigen werkzaamheden?

25 minuten: Maak binnen je subsessie break-out rooms zodat je in kleinere groepjes gericht kan werken aan een actieplan

5 minuten: Terugkoppeling van actieplan binnen de subsessie groep

Terugkoppeling:

Om 16:40 is iedereen weer terug in deze teams link, waar we iedere subsessie vragen om een korte samenvatting te geven van wat er is besproken / van wat voor actieplannen er zijn bedacht

Terugkoppeling

1. Motivatie
2. Mentale gezondheid en zelfbeeld
3. Sociale relaties en je inzetten voor anderen

Bedankt!



Lysanne te Brinke

tebrinke@essb.eur.nl



**Renske van der
Cruijsen**

vandercruijsen@essb.eur.nl



**Suzanne van de
Groep**

s.vandegroep@essb.eur.nl