

Schoolsessies Terugkoppeling

Vleuten Versterkt

Waarom Vleuten Versterkt? Het is de laatste tijd regelmatig in het nieuws: jongeren hebben last van stress; burn-out komt op steeds jongere leeftijd voor. Maar wat kun je hier aan doen? Met Vleuten Versterkt ontwikkelen we samen een aanpak.

Amadeus Lyceum

Aanleiding

Om te onderzoeken of jongeren prestatiedruk ervaren hebben we twee "lessen" gegeven aan een havo-2 klas van Het Amadeus Lyceum. Het Amadeus is een cultuurprofiel school voor VMBO-TL, HAVO, atheneum en gymnasium die zich profileert als een school waar je zelfstandig leert werken én leert samenwerken.

Wat hebben we gedaan?

We onderzochten met jongeren of zij prestatiedruk ervaren, waar, door wie en op welke manier. Dit deden we aan de hand van een aantal stellingen die over school, vrije tijd, ouders en leeftijdsgenoten gaan. We gebruikten de ruimte van de klas om inzicht te krijgen in de verschillende opvattingen: links staan als je het oneens bent, rechts eens en in het midden bij twijfel.

“Ik maak liever niet zelf een keuze omdat ik bang ben de verkeerde te maken”

Het gesprek met de groep na iedere stelling over waarom je staat waar je staat leverde mooie dialogen en inzichten op. Zo vertelde de jongeren dat ze liever niet zelf een keuze maken omdat ze bang zijn de verkeerde keuze te maken. Als een ander een verkeerde keuze maakt vinden ze dat helemaal niet erg.

Eén derde van de jongeren gaf aan dat het middelbare schooladvies van de basisschool voor hun niet klopte. Ze waren het er allemaal over eens dat het heel goed zou zijn als zo'n belangrijk advies wel zou kloppen.

Vervolgens mochten de jongeren stemmen op welke stellingen zij het meest belangrijk vonden om op door te gaan in Vleuten Versterkt. De stelling die zij kozen was "De Cito toets moet worden afgeschaft, iedereen kiest zijn eigen school en niveau."



Het inzoomen op waar, wanneer en door wie jongeren prestatiedruk ervaren gaf ons een belangrijk inzicht: deze jongeren praten daar niet graag over in een groep. We vroegen ze om twee brieven te schrijven: een liefdesbrief en een uitmaakbrief aan Prestatiedruk. En ze konden stemmen op een situatie waarin zij prestatiedruk ervaren. Er werd het meest gestemd op "presentatie geven"

Eén wens werd duidelijk: deze leerlingen uit HAVO2 zouden ook graag beoordeeld willen worden, op creativiteit, inzet en sociale vaardigheden.

Wat valt ons op?

In de lessen op de basisschool praatten de kinderen vrijuit over angst, niet kunnen slapen, druk van vriendjes en ouders. De leerlingen in deze HAVO 2 klas, maar enkele jaren verder, hadden dezelfde gevoelens, maar bespraken dit niet in de groep. De vraag is of ze dit wel met hun vrienden en ouders kunnen bespreken. Hun wens om ook beoordeeld te worden op creativiteit, inzet en sociale vaardigheden geeft wellicht aan dat ze zich niet helemaal gezien voelen in wie ze zijn en in wat ze te bieden hebben.



Wat is de BuKoJoU groep?

De BuKoJoU groep is een reeks bijeenkomsten waar jongeren onder begeleiding van een jongerenwerker zelf invulling geven aan wat ze gaan doen en wat er besproken wordt. Jongeren zijn op basis van dezelfde behoeftes en uitdagingen gematcht. In de groepen vinden jongeren die last hebben van stress, angst en sombere gedachten (h)erkenning bij elkaar; ze zien ze dat ze niet de enige zijn, en leren om met deze gevoelens om te gaan.

De BuKoJoU groep is een initiatief van het Buurteam, KOOS en JoU. Met Vleuten Versterkt mochten we aansluiten bij een groep waarvan het traject al was afgerond, maar die graag het samenkomen wilden voortzetten. Als 'fly on the wall' konden we zelf ervaren hoe het is om bij zo'n bijeenkomst te zijn en luisterden we naar de verhalen van jongeren.

Wat zagen we?

“Heb jij dat ook opeens dat je overspoeld wordt door gedachten en dat je dan op eens heel hard moet huilen...”

“Ja, dat heb ik ook wel eens...”

Een typerend voorbeeld van hoe jongeren bij elkaar herkenning vinden binnen zo'n groep en wat het samenkomen met de jongeren doet. En daar hoef je als professional niet een programma voor in elkaar te zetten: dat co-creëer je met de jongeren samen. Juist het feit dat ze zelf mogen beslissen wat ze mogen doen of (juist niet) en dat ze aandacht krijgen van elkaar en van een professional, zorgt voor het succes.

Wat valt ons op?

Tegenwoordig is het niet meer vanzelfsprekend om elkaar te ontmoeten zoals dat vroeger vaker gebeurde bij bijvoorbeeld de kerk, de scouting, of tijdens het buitenspelen in de buurt. Jongeren hebben ons ook laten weten dat ze hun vrienden niet willen belasten met hun sombere gevoelens en angsten. Liever gaan ze naar een professional. De Bukojou-groep leert dat jongeren juist elkaar heel goed kunnen ondersteunen, ze krijgen het niet alleen maar ze bieden zelf ook ondersteuning aan een andere jongere. Wat zou het mooi zijn als dit soort ontmoetingen en vriendschappen weer gewoon in het dagelijks leven plaatsvinden.