



“Met vierkante ogen kun je niet vooruit kijken.”

Eerste uitkomsten verkenningdialogen met jongeren: analyse

5.1.2e



Wie hebben we gesproken:

- 15 jongeren in de leeftijd 17-29 jaar die we hebben gesproken in de verkenningdialogen (7 in aparte jongerendialoog – jd -, de andere 8 in gemengde dialogen).
- De meeste van hen (12) volgen onderwijs, op MBO, HBO of WO.
- Drie van hen vullen hun tijd anders in, met werk, een schakelprogramma of een tussenjaar.



Wat kwam in de knel?

De meeste knelverhalen betreffen voorbeelden van negatieve impact op:

1. **Mentaal welbevinden:**
 - Sobere en soms depressieve gevoelens
 - Stress
 - Rusteloosheid en soms ook slapeloosheid
2. **Kwaliteit van het dagelijks leven:**
 - Sleur, gemis van toekomstperspectief
 - Eenzaamheid en gemis van sociale contacten (uitlaatklep)
3. **Presteren en motivatie:**
 - Schoolwerk dat in de knel komt (bv studievertraging, leerachterstand, demotivatie)

Deze zaken hangen natuurlijk met elkaar samen en versterken elkaar. Jongeren benoemen niet alleen hoe ze het nu ervaren maar ook dat ze er last van hebben dat ze dit juist in deze fase van hun leven meemaken. Een fase die ze zich anders hadden voorgesteld, waar ze eigenlijk heel graag nieuwe mensen leren kennen, zichzelf en de wereld willen ontdekken. En die misschien wel niet meer terugkomt. Dat besef lijkt de negatieve beleving scherper te maken.

5.1.2e



5.1.2e

Enkele illustratieve quotes waarin vaak meerdere van bovenstaande punten terugkeren (in spreektaal):

Mentaal welbevinden

'Ik ervaar rusteloosheid. Ik zie het ook bij anderen. Niemand staat aan of uit. ... Alles wat je nu doet: werken, studeren, eten of slapen: het is allemaal binnen dezelfde vierkante meters. Ik kan ook niet echt meer slapen. Ik werd vannacht om half 4 gewoon klaarwakker. Ik wil niet zelig zijn, maar voor mij is dat waar ik op uit kom.' (student, dj)

Kwaliteit van dagelijks leven: sleur en gemis van sociale relaties

'Studenten komen met hun sociale relaties in de knel. Normaal gesproken sprak je bijna iedere avond af met vrienden en ga je door tot in de late uurtjes, afhankelijk van hoe leuk het is. Nu is daar een harde stop op gezet ... Ik kan mijn vrienden niet zien op de manier zoals ik ze zou willen zien want je ritme wordt bepaald door studie en huisgenoten ... Het is deprimerend, die sleur omdat je in je studententijd zit waar je alles uit wilt halen. Je vrije moment. Je bent jong en hebt nog niet zoveel zorgen en dat wordt nu van je afgepakt.' (student, d8)

Kwaliteit van dagelijks leven: sleur, gemis van toekomstperspectief en mentaal welbevinden

'Mijn krantenkop zou zijn: "met vierkante ogen kan je niet vooruit kijken". Voornamelijk omdat je op een leeftijd zit, waarin je wie je bent, je identiteit, haalt uit de ervaringen die je met anderen hebt, de avonturen die je meemaakt, de vrienden met wie je op school zit. Dat is zo anders dan via een scherm. Hoe kan je er nog achter komen wie je bent, als je elkaar alleen nog maar via een scherm ziet? Ik word er zelf ook heel moe van. Ik merk dat als ik opsta, dat ik moe ben, en midden op de dag ben ik moe en 's avonds ben ik moe. Dat had ik hiervoor echt niet, dan had ik energie. Het is een grote sleur. Die maar doorgaat. En steeds verlengd wordt. Er is helemaal geen stip aan de horizon. Het is niet zo van, als je nog zes weekjes goed je best doet, dan komt het goed. Nee het is, als je goed best doet, dan weten we niet hoe het over zes weken is. Dan moeten we dan weer zien. En dat is gewoon heel kut.' (jongere in tussenjaar, dj)

Kwaliteit van dagelijks leven en mentaal welbevinden

'Iedere dag ziet er hetzelfde uit. Ik kom van school. Ja ik kom niet van school. Ik kom van Teams. Dan ben ik klaaren dan ga ik werken. En dan kom ik van werk, en dan is het al 21.00u en zit ik al opgesloten thuis. En dan zie ik mijn vrienden niet. Je kan helemaal niets doen. En ik moet ook extra opletten want mijn moeder is in de risico-groep. Ik kan gewoon helemaal niks. Ik merk dat ik zelf dat ik er ook slapeloze nachten van krijg. En dat maakt me mentaal wel kapot. Vooral de avondklok, dat maakt het nog erger. Ik voel me zo opgesloten.' (student, dj)

'Ik word verdrietig van al die verhalen. Best wel verdrietig. Ik denk dat mijn krantenkop zou zijn "gezondheid omvat meer dan fysieke gezondheid". We hebben het nu steeds over een kwetsbare groep, die nu wordt ingevuld als mensen van bejaarde leeftijd. Maar in mijn optiek is er ook een kwetsbare groep die in het midden van hun leven staan, waar niet naar wordt omgekeken. Waar eigenlijk van uit wordt gegaan, dat ze veerkrachtig zijn. Terwijl ze juist een ervaring uit het leven wordt ontnomen. We denken zo in vanzelfsprekendheden: jongeren hebben een bepaalde leeftijd, dus... Ik las vandaag in een artikel dat een student van 17 vertelde dat er steeds wordt gesproken over een leerachterstand. Zij vroeg zich af, maar is dat erg? Dat is wel echt een heel duidelijk knelpunt voor mij. We hebben het de hele tijd over prestaties, maar niet hoe je je voelt. Ik denk dat we op een gegeven moment een generatie hebben die op prestaties super goed scoren, maar op mentaal niveau minder.' (student, dj)

Studievertraging, demotivatie en prestatiedruk

'Studievertraging door Corona. Ik zit in de knel met mijn studie. Het is fijner om les te hebben op school, nu is het alleen online ik vind het lastig mezelf te motiveren als ik alleen maar thuis zit te werken. Ik heb liever een combinatie van school en thuis. Mijn motivatie vind ik lastiger op te brengen nu. Wat straks herstel vraagt is gewoon weer naar school kunnen, studenten en docenten ontmoeten en over stof te kunnen praten. De fysieke kant van het onderwijs, ik dacht dat ik dat niet zo belangrijk vond maar daar kom ik nu van terug.' (student, d7)

5.1.2e



5.1.2e

'Door die online lessen enzo, is het voor mij heel moeilijk om dan weer terug te komen in een flow van leren. Ik raak een beetje gedemotiveerd. Ik mis de fysieke les. Met klasgenoten zijn. Als je weet dat je half 9 les hebt, dan zet je je wekker om 10 voor half 9. En dan lig je misschien met 1 oog dicht en 1 oog open je les te volgen. Dat is anders dan als je op school bent, met je klasgenoten en je docent die je goed kent.' (student, dj)



Wat is ontkiemd?

Opvallend is dat een heel aantal jongeren benoemt dat de crisis voor hen persoonlijk niet iets positiefs heeft gebracht. Dat verschilt met andere doelgroepen, die sneller een thema of voorbeeld paraat hadden van positieve gevolgen. Een thema als 'bewust leven door de rust en stilstand die corona brengt' dat we wel terugvonden als rode draad in de verhalen van 30+ers kwam hier nauwelijks terug.

Als ze dan, omdat we het vragen, toch kiemen benoemen die jongeren persoonlijk aangaan, dan gaat dat om het ontdekken van nieuwe hobby's of nieuwe manieren van plannen of studeren. Een enkeling noemt ook de onverwachtse voordelen van deels online onderwijs: het scheelt bijvoorbeeld reistijd en het is op afstand te volgen. Daar staat tegenover dat verschillende jongeren benoemen het collegegeld te hoog te vinden voor wat ze krijgen, en ook de fysieke lessen en het contact met studiegenoten missen.

Een aantal jongeren benoemt ook kiemen die hen niet direct persoonlijk aangaan, maar die zij wel als positief ervaren in de samenleving, zoals:

- een herwaardering van de natuur en vermindering van CO₂ uitstoot door het afgenomen aantal reizen en files
- de ervaren saamhorigheid in de samenleving.

Enkele illustratieve quotes waarin vaak meerdere van bovenstaande punten terugkeren (in spreektaal):

Weinig lichtpuntjes

'Uit deze tijd kan ik eerlijk gezegd niks goeds halen. Ik merk wel bij mezelf dat als er vaker echt helemaal niks te doen is, dat ik dan zeg van: 'ok, dan maar efftjes gaan wandelen, zeg maar. Dat vond ik wel fijn op zich. Dan kom ik toch wel soort van tot rust. Het liefst loop ik dan ook alleen, met m'n oordopjes in. En dan merk ik dat ik dan toch wel dat ik anders in m'n vel zit als ik thuis kom, dan voorheen. Maar voor de rest, heel eerlijk gezegd, kan ik niet echt positieve dingen opnoemen.' (student, dj)

Ontdekken van nieuwe hobby's

'In het begin van Corona was het lastig maar ik ben wel nieuwe hobby's gaan ontdekken. Je moet er toch weer tegenaan. Ik ben gaan mediteren en meer gaan lezen. Ik heb nu meertijd. Ik ben ook cold showers gaan nemen, de Wim Hof methode uitgeprobeerd. Vroeg opstaan zodat ik toch een ritme heb en niet alleen voor de online lessen. Vooral veel nieuwe hobby's leren kennen en meer structuur en plannen: dat neem ik mee als Corona over is.' (student, d5)

Natuur en milieu, bewust leven

'Ik denk dat mensen nu beseffen hoe belangrijk familie en vrienden zijn. De saamhorigheid. En het thuiswerken, dat maakt dat ik meer tijd heb voor vrienden en familie. Ik zou graag combinatie hebben van thuis studeren en naar school gaan. En verminderende Co₂ uitstoot vind ik ook een belangrijk positief effect. Voor mij persoonlijk heeft het niet veel positiefs gebracht.' (student, d7)

5.1.2e



5.1.2e

Online onderwijs

'Voor sommige zaken hoeven we eigenlijk niet naar school te gaan. Bij simulaties bijvoorbeeld die we op school krijgen, die we toch op school op onze computers doen, dat maakt eigenlijk niet zoveel uit of we dat nu thuis doen of daar. Dus ik denk dat dat wel een voordeel is, dat we nu hebben opengebroken, om ook online lessen te volgen thuis. Het is nu ook wel beter dan in het begin. In het begin van deze online lesgedoe ging het niet zo soepel. Ik merk dat docenten zich ook wel hebben verbeterd, ook op technisch gebied. Hoe ze ook wel opdrachten online kunnen geven. En ons eigen leren, hoe we met online opdrachten om moeten gaan. En hoe we het beste ook met elkaar kunnen omgaan online. Dat hadden we nog niet eerder meegemaakt. Soms vind ik het wel handig en soms wordt het me ook wel een beetje te veel, op dat beeldscherm te kijken, de hele dag.' (student, dj)

Saamhorigheid

'Ik heb ervaren dat er meer saamhorigheid in de samenleving is gekomen. Mensen willen samen de crisis doorkomen. Halen boodschappen voor elkaar. We komen tot de ontdekking dat we eigenlijk allemaal familie van elkaar zijn, en elkaar moeten helpen. We denken nu meer aan elkaar, in plaats van dat we alleen aan onszelf denken. We zitten in hetzelfde schuitje.' (student, dz)

'Mensen doen er toch wel van alles aan om elkaar een duwtje in de rug te geven. Niet altijd, maar toch wel. Kijk: iedereen is een beetje dood. Iedereen ligt er een beetje moe bij. Maar ik merk ook zelf dat bij sommige mensen, die het wat beter hebben, ik merk dat ik wel een duwtje van hen in de rug krijg. We helpen elkaar er wel door heen. Je hebt altijd wel iemand dichtbij je staan, die je er wel door heen helpt. Je kunt er voor elkaar zijn. Je komt er wel door heen. Heb vertrouwen! Je moet er voor elkaar zijn in deze donkere dagen. Sowieso.' (jongere in schakelprogramma, dj)



Ideeën voor de toekomst

De ideeën die worden geopperd voor de toekomst zijn divers en omvatten verschillende thema's. Een aantal onderwerpen kwamen meerdere keren terug:

1. Verschillende jongeren vinden het belangrijk om het gevoel van saamhorigheid in de samenleving vast te houden. Een thema dat in de verkenningsdialogen überhaupt veel voorkwam als agendapunt voor de toekomst, daarin zijn jongeren dus geen uitzondering. Zij vragen zich af: hoe kunnen we overeenkomsten tussen mensen benadrukken, in plaats van verschillen? Er wordt geopperd om, bijvoorbeeld tv-spotjes, een beroep op mensen te doen om de saamhorigheid vast te houden.
2. Meerdere jongeren noemen het belang van 'voorbereid zijn op soortgelijke pandemieën in de toekomst'. En/of voor een eventuele volgende golf van corona. Ze hopen dat er dan in die situatie meer rekening met bewegingsvrijheid van iedereen wordt gehouden. Genoemd wordt bijvoorbeeld:
 - a. Kies bij de inzet van maatregelen wie je met de maatregelen belast (bijvoorbeeld bedrijven waar mensen wel thuis kunnen werken, in plaats van de bewegingsvrijheid van jongeren vooral in te perken).
 - b. Vind (ook nu) manieren om, bijvoorbeeld via snel-tests, weer ruimte te bieden aan sociale gelegenheden, zoals sportclubs of festivals. Kijk daarbij vooral ook naar wat nu al kan, in plaats van wat niet kan.
3. Als het gaat om herstel op het gebied van onderwijs, wordt door enkele jongeren benadrukt dat extra aandacht voor gemiste leeractiviteiten die zich moeilijk voor online onderwijs lenen (zoals communicatieve vaardigheden, bepaalde praktijkprocessen of stage) belangrijk is.

5.1.2e



5.1.2e

Daarnaast worden er nog de volgende ideeën benoemd:

- Help de mensen die nieuwe hobby's of gewoonten hebben ontdekt of aangeleerd tijdens corona, om dit vast te houden. Bijvoorbeeld door het subsidiëren van meditatie-apps of coaching.
- Wanneer de pandemie achter ons ligt, een nationaal moment creëren om te vieren dat we weer naar buiten mogen.
- Kantoorgebouwen ombouwen naar woningen voor jongeren.
- Algemeen: de stem van jongeren meer laten meetellen bij de overheid, bijvoorbeeld in de Tweede Kamer.

Enkele illustratieve quotes waarin ideeën van bovenstaande punten terugkeren (in spreektaal):

Saamhorigheid vasthouden

'Ik zou vragen of iedereen een eigen bijdrage kan leveren. Normaal koop je brood bij een supermarkt, we zouden dit vaker bij de bakker kunnen doen. Praten met ouderen die niet per se je familie zijn. Als je tijd hebt, je steentje bijdragen. Dat zou ik via de tv aan de medemens vragen. Iedereen voelt zich meer eenzaam nu en heeft het moeilijk. Straks niet volledig teruggaan naar alles wat je deed voor Corona.' (student, d5)

Benadrukken van overeenkomsten in plaats van verschillen

'Ik denk dat we moeten kijken eigenlijk naar de eerste twee maanden van corona, waar wij broederschap centraal hadden. Nu polariseert corona heel erg: de verschillen tussen mensen en groepen worden nu zo benadrukt. We krijgen van die verhitte debatten. We moeten eigenlijk leren van die eerste maanden, en dat gevoel terugwinnen. Om in die zin een samenleving te creëren waarin we veel meer op onze overeenkomsten focussen en juist niet op onze verschillen. Dan leer je elkaar zien als mens, en niet als strijder of vechter van een andere partij. Maar als mens tegenover die uiteindelijk, over het algemeen dan hè, het beste wil met Nederland. Dat soort dingen, hoe klein of groot ook, dan kan het vanzelf een beetje meer gaan ontstaan.' (student, dj)

Voorbereid zijn op toekomstige pandemieën

'Ik denk dat we als Nederland wel een sterk land zijn. We zijn door veel crisissen heen gekomen. Wanneer corona langzaam uitfaseert, wat dit jaar gaat gebeuren, moeten we langzaam de tijd gaan nemen voor een wederopbouw proces. In welke mate kan je ervan uitgaan dat een pandemie in een decennium voorkomt? We klagen over hadden we het maar anders gedaan. Iedere euro kan je maar 1 keer uitgeven, waar geven we het aan uit? Zorg, defensie, onderwijs.' (student, d8).

5.1.2e