



Gewenst gedrag van jongeren bevorderen en bevestigen

Jongeren zijn in onze huidige samenleving meer in beeld dan ooit. Ze praten vaker mee in de (lokale) politiek en zijn steeds actiever betrokken bij de vormgeving van onderwijs en vrijetijdsbesteding. Individuele jongeren én jongerenorganisaties laten ook hun mening horen over de coronamaatregelen. Tegelijkertijd krijgen we dagelijks berichten over afgebroken feestjes, toenemende besmettingen onder jongeren en afkeer van coronamaatregelen. Hoe kunnen we onder jongeren gewenst gedrag bevorderen, maar zeker ook bevestigen wat al goed gaat?

Wat zeggen de cijfers?

[Uit de cijfers van het RIVM](#) blijkt dat sinds de zomer steeds meer jongeren besmet raken met het coronavirus. In de periode van 29 september tot en met 6 oktober waren jongeren in de leeftijdscategorie van 15 tot en met 29 jaar verantwoordelijk voor 34,3 procent van alle nieuw gemelde besmettingen. Daarnaast blijkt dat jongeren relatief vaker positief testen vergeleken met andere leeftijdscategorieën en relatief vaak [bronpatiënt](#) zijn. Het lijkt erop dat vooral jongeren op dit moment het coronavirus verspreiden in Nederland. Daarom wordt aangenomen dat jongeren zich minder goed aan de coronamaatregelen (kunnen) houden, maar klopt dat ook?

In hoeverre houden jongeren zich aan de maatregelen?

Over de daadwerkelijke naleving van de maatregelen door jongeren vergeleken met andere leeftijdsgroepen is weinig bekend. [Het RIVM](#) meldt dat jongeren zelf aangeven dat zij de maatregelen in de meeste situaties naleven. Het lastigst vinden ze de anderhalvemetermaatregel. De maatregel 'vermijd drukte' vinden veel jongeren onduidelijk. De [Universiteit van Amsterdam](#) meldt dat jongeren tussen 18 en 24 jaar zich minder vaak aan de richtlijnen houden en deze ook minder steunen. Onderzoeksbureau [Motivaction](#) bevestigt dit en stelt dat mensen tussen 18 en 35 jaar zich minder aan de maatregelen houden. Ook hebben zij een nonchalantere houding tegenover de pandemie dan 35-plussers. Tegelijkertijd blijkt uit onderzoek van [Kenniswerkplaats Leefbare Wijken](#) dat onder jongeren het vertrouwen in de landelijke en lokale overheid en het RIVM relatief groot is.

Uit het ene onderzoek komt dus naar voren dat jongeren hun best doen om de maatregelen na te leven, terwijl uit het andere onderzoek blijkt dat jongeren moeite hebben met de maatregelen. Relatief vaak geven jongeren aan dat het niet mogelijk is om je volledig aan de maatregelen te houden. Met name afstand houden lijkt moeilijk voor de jongeren boven de 18 jaar. (Onder de 18 jaar hoeft dat niet.) Wel lijken de meeste ondervraagde jongeren achter de maatregelen te staan. Een belangrijke kanttekening bij deze uitkomsten is dat de eerdergenoemde onderzoeken vóór de versoepeling van 1 juli plaatsvonden. Inmiddels zijn de coronamaatregelen versoepeld en weer aangescherpt. Daardoor kan de informatie verouderd zijn. Het is belangrijk dit gegeven mee te nemen in de interpretatie van de resultaten. Om te bepalen of jongeren zich op dit moment beter of minder goed aan de maatregelen houden is vervolgonderzoek nodig.

Welke invloed heeft de (hersens)ontwikkeling van jongeren?

Jongeren geven aan dat ze wel begrip voor de coronamaatregelen hebben, maar het ook soms lastig vinden zich eraan te houden. Om dat te kunnen verklaren is het belangrijk te kijken naar het verloop van hun ontwikkeling. Het 'beloningscentrum' in de hersenen is in de tienerjaren (tot ongeveer 25

jaar) gevoeliger dan dat van kinderen of volwassenen^{1,5}. Daardoor vertonen jongeren vaker risicogedrag en maken ze vaker impulsieve keuzes die voordelen op de korte termijn opleveren. De consequenties van die keuzes op de lange termijn kunnen ze minder goed inschatten. Daarnaast hechten jongeren veel waarde aan de meningen en oordelen van leeftijdsgenoten^{2,4,5}. Dat komt doordat zij op zoek zijn naar nieuwe en uitdagende prikkels en er graag bij willen horen. De focus van jongeren verplaatst zich van ouders/opvoeders naar vrienden. Het gevoel van 'erbij horen' stelt hen in staat om binnen de veilige omgeving van een groep hun eigen identiteit te ontdekken en ontwikkelen³. Dat verklaart ook waarom jongeren zo gehecht zijn aan hun smartphone. Social media bieden jongeren volop gelegenheid om met elkaar in contact te zijn en te blijven en om zichzelf te presenteren⁴. Een keerzijde is dat via social media makkelijk allerlei *fake* berichten worden verspreid en het soms moeilijk is om echt en onecht van elkaar te onderscheiden.

Het vaker maken van impulsieve keuzes en de toenemende interesse in leeftijdsgenoten zouden oorzaken kunnen zijn van het stijgende aantal besmettingen onder jongeren. In een recent interview probeert hoogleraar risicogedrag Roy Otten ([Radboud Universiteit](#)) dit onderwerp wetenschappelijk te duiden. Hij stelt dat *social distancing* voor jongeren waarschijnlijk nog lastiger is dan voor andere leeftijdscategorieën. Hij koppelt dat aan het feit dat jongeren bovengemiddeld geraakt worden in hun identiteitsontwikkeling. Op oudere leeftijd hebben mensen al vriendschappen gevormd en worden hun sociale contacten minder geraakt als ze thuis moeten blijven. Het is daarom niet vreemd dat jongeren (en specifiek studenten) sterk de neiging hebben om elkaar te blijven opzoeken. Online contacten zijn voor jongeren niet voldoende, ze willen elkaar juist ook in het echt blijven ontmoeten. Jongeren zijn in deze fase vooral gericht op hun eigen ontwikkeling, terwijl het zich houden aan de maatregelen vooral een beroep doet op solidariteit met anderen. Daarnaast geven jongeren zelf aan de maatregelen onduidelijk te vinden: wat mag wel en wat mag niet?⁵ Die onduidelijkheid zou een reden kunnen zijn waarom jongeren de maatregelen minder opvolgen.

Wat werkt bij gedragsbeïnvloeding van jongeren?

De vraag is nu hoe we ervoor kunnen zorgen dat jongeren de coronamaatregelen naleven. Eerdergenoemde hoogleraar [Otten](#) ziet een oplossing in het belonen van jongeren voor positief gedrag. Dit wordt ondersteund door literatuur waaruit blijkt dat het puberbrein gevoelig is voor beloning. Het positief brengen van informatie en het stimuleren van gedrag heeft meer effect dan afkeuring tonen^{1,6,7}. Daarnaast blijkt uit een statement van [Save the Children](#) en andere organisaties dat jongeren het belangrijk vinden om betrokken te worden bij de beslissingen over coronamaatregelen. Aan ouders/opvoeders, professionals, instituties en de samenleving dus de taak om jongeren te steunen, goed naar hen te luisteren, voorwaarden te creëren voor positief gedrag, hen uit te dagen, routes te suggereren en te instrueren^{1,5,8}. Met andere woorden: hun sociale omgeving moet jongeren actief mogelijkheden bieden om onder de huidige omstandigheden hun eigen weg te vinden. Het is voor jongeren bijvoorbeeld lastig te begrijpen waarom zij wel op school in een grote groep naast en bij elkaar in één lokaal mogen zitten, maar vervolgens niet met

¹ <https://www.hersenstichting.nl/dit-doen-wij/voorlichting/werking-van-de-hersenen/puberhersen/>

² Helsen, M., Vollebergh, W., & Meeus, W. (2000). Social support from parents and peers and emotional problems in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 29(3), 19-335. doi: 10.1023/A:1005147708827

³ Erikson, E. H. (1968). *Identity, youth and crisis*. New York: Norton Company.

⁴ Valkenburg, P. & Piotrowski, J. (2017). *Plugged in: How media attract and affect youth*. Yale University Press.

⁵ <https://www.savethechildren.nl/sci-nl/files/17/17ef78c5-5521-41aa-b070-590a27f571b4.pdf>

⁶ De Hersenstichting in samenwerking met Crone, E. & Sommer, I. (2017) "Puberhersen in ontwikkeling", Den Haag. Geraadpleegd van <https://www.loes.nl/uploads/Brochure%20Puberhersen%20in%20ontwikkeling%202017.pdf>

⁷ Jelles Jolles, *Tienerbrein* 2016

⁸ Jelles Jolles, *Tienerbrein* 2016

dezelfde groep bij elkaar thuis mogen komen. Voor ouders en andere opvoeders, professionals en gemeenten ligt hier een belangrijke rol: duidelijk zijn in de communicatie en weten wat de jongeren bezighoudt⁴.

Waarmee moeten we rekening houden in de interactie met jongeren?

Bij het steunen van jongeren in het vinden van hun eigen weg tijdens de coronapandemie geldt een aantal algemene tips voor de interactie met jongeren^{9,10}:

- Toon interesse in, erkenning, waardering en respect voor en betrokkenheid bij de situatie van jongeren.
- Wees betrouwbaar en beschikbaar, luister goed naar jongeren zelf, blijf met hen in contact over hun afwegingen en neem besluiten samen met jongeren.
- Creëer situaties waarin jongeren positieve beslissingen kunnen nemen over het volgen van de coronamaatregelen. Jongeren spreekt het opvolgen van regels minder aan dan het zelf uitproberen van (leuke) alternatieven. Betrek ze daarom bij het bedenken van oplossingen, bijvoorbeeld bij het ontwerpen van mondkapjes of online activiteiten. Focus op wat er wel kan, bijvoorbeeld afspreken in de achtertuin, samen sporten, enzovoorts.
- Zorg voor online omgevingen waarin jongeren hun mening kunnen geven over maatregelen die hen treffen en laat ze daar online over meedenken.
- Complimenteer jongeren wanneer zij zich aan de maatregelen houden. Belonen werkt beter dan straffen.
- Houd je zelf ook aan de maatregel, wees een rolmodel.
- Goed zicht en toezicht houden voorkomt grensoverschrijdend gedrag binnens- en buitenshuis.

Hoe kun je als ouder, professional of gemeente het belang van de coronamaatregelen overbrengen?

Als gemeente, professional of ouder kun je jongeren op verschillende manieren overtuigen van het nut en de noodzaak van de coronamaatregelen en positief gedrag bevorderen.

Wat kun je doen als ouder?

Hoe kun je als ouder goed reageren en jongeren stimuleren om zich te houden aan de coronamaatregelen? Het opvoeden van jongeren blijft lastig voor ouders en is in deze coronatijd helemaal een uitdaging. Ook al is je kind zich bewust van de kans dat een kwetsbaar familielid besmet raakt, toch kan het gebeuren dat je zoon naar buiten gaat om zijn vrienden te ontmoeten, of dat je dochter naar een feestje gaat waar geen anderhalve meter afstand wordt gehouden. Zorg dat je met elkaar in gesprek blijft, mogelijke scenario's bespreekt en blijft praten over de gevolgen en eventueel over schuldgevoel. Zoek met elkaar naar wat kan en laat vooral je kind aanvaardbare oplossingen aandragen. Geef het goede voorbeeld want dat geeft je kind duidelijkheid. Spreek met andere ouders over de grenzen die je stelt. Erken ook dat jongeren graag veel achter een beeldscherm zitten om zich te kunnen vermaken, contacten te onderhouden, schoolwerk te doen en informatie op te zoeken. Vraag wat jongeren online meemaken en help ze om een mening te vormen over de maatregelen. Lees in dit [uitgebreide artikel](#) wat je als ouder kunt doen. Meer inspiratie voor het praten met pubers is te vinden op de website [Tis hier geen Hotel](#).

⁹ <https://richtlijnenjeugdhulp.nl/wp-content/uploads/2019/12/Richtlijn-Ernstige-Gedragsproblemen-Werkkaarten-2019.pdf> (werkkaart 5)

¹⁰ <https://www.nji.nl/nl/Download-Nji/Publicatie-Nji/Top-tien-positieve-ontwikkeling-jeugd.pdf>



Wat kun je doen als professional?

Door de grote invloed van corona op het leven van jongeren is het essentieel dat jongeren kunnen meedenken over de maatregelen die worden genomen. Ook is het zaak om jongeren ervan bewust te maken waarom ze zich aan de maatregelen moeten houden en hoe ze verdere verspreiding van het virus kunnen voorkomen. Als professional kun je daarin een belangrijke rol spelen. Een paar tips:

- Het toekomstperspectief van jongeren verandert door de coronacrisis. Belangrijk is om hen te blijven motiveren om te ontdekken welke stappen ze kunnen zetten en welke talenten ze willen ontwikkelen. Ondersteun hun flexibiliteit en het aanpassingsvermogen dat ze nodig daarvoor hebben. Luister als professional goed naar wat jongeren zelf willen en kunnen, maar kijk ook samen naar hoe zij verantwoordelijkheid kunnen nemen in het naleven van de maatregelen.
- Blijf als professional met jongeren in gesprek over de stijging van het aantal besmettingen en het naleven van de basisregels. Wees je er als professional van bewust dat de situatie en het volhouden van de maatregelen veel vraagt van kinderen en jongeren. Sommige maatregelen of beperkingen zorgen voor frustraties. Laat merken dat die er mogen zijn. Geef waar nodig extra uitleg over de maatregelen en afspraken. En wijs jongeren op de rol die ze hebben in het voorkomen van verdere verspreiding van het coronavirus. Zie ook [deze pagina](#) voor meer tips voor het praten over corona met kinderen en jongeren.
- Jongeren zijn in deze periode [meer geneigd om iets voor een ander te doen](#). Betrek ze daarom zoveel mogelijk bij activiteiten! [Uit onderzoek](#) blijkt namelijk dat jongeren sneller geneigd zijn om zich aan de coronamaatregelen te houden als zij zich betrokken voelen bij de samenleving. Een mooi voorbeeld is dat [jongeren voedselpakketten hebben uitgedeeld](#) in de wijk Feijenoord in Rotterdam op initiatief van jongerenwerker Yusuf Can. In zijn wijk betreft hij jongeren actief bij initiatieven in de wijk zodat ze zien hoe belangrijk het is om een bijdrage te leveren aan de maatschappij. Door deze positieve aanpak ziet hij jongeren groeien, een netwerk opbouwen en verantwoordelijkheid nemen in deze coronacrisis.
- Veel jongeren lopen zelf met ideeën rond en willen graag iets goed doen voor een ander. Deze jongeren kunnen zelf initiatief nemen om een project op te zetten. Via het [European Solidarity Corps](#) kunnen groepen jongeren (vanaf 18 jaar) subsidie krijgen om iets goed te doen in hun eigen omgeving. Ze kunnen zelf of vanuit een organisatie een aanvraag doen, maar als professional kan je jongeren hier op wijzen en bij helpen.
- Zorg voor heldere communicatie met jongeren die aansluit bij hun belevingswereld. Voorkom ingewikkeld taalgebruik. Wees kort, helder en begrijpelijk. Zet als het kan een interessante influencer in die jongeren via social media kan bereiken.
- Jongeren leren vaak beter van positieve feedback. De sturingsgebieden in hun hersenen reageren sterker op positieve dan op negatieve feedback. Pas als ze volwassen zijn leren mensen beter van negatieve feedback. Daarom is het beter om te focussen op wat jongeren goed doen. Geef grenzen aan en geef het goede voorbeeld.¹¹
- Kijk voor meer informatie op de [speciale coronapagina voor professionals](#).
- Bekijk hier wat [jongerenwerkers](#) kunnen doen om jongeren bewust te maken van het voorkomen van verspreiding coronavirus. Veel jongerenwerkorganisaties hebben creatieve manieren gevonden om tijdens de coronatijd in contact te blijven met jongeren. Voor het delen van deze ervaringen bestaan verschillende platforms, bijvoorbeeld het [Channel Jongerenwerk](#) en het [Coronavirus platform van Sociaal Werk Nederland](#).

Wat kun je doen als professional in het voortgezet onderwijs?

¹¹ Nederlandse hoogleraar neurocognitieve ontwikkelingspsychologie Eveline Crone 'het puberende brein'



Jongeren komen dagelijks op school. Daar zijn al veel coronamaatregelen getroffen zoals anderhalve meter afstand houden van volwassenen, looproutes, open deuren en ramen voor frisse lucht en gebruik van mondkapjes op de gang of in de aula. Hoewel de omgangsregels in verband met corona niet direct vanzelfsprekend zijn, houden jongeren zich er over het algemeen goed aan. Op scholen wordt regelmatig met jongeren gesproken over de noodzaak van de maatregelen, de zorg voor de ander, de risico's die zij lopen, de mogelijkheid dat zij anderen besmetten en de zorgen die corona met zich meebrengt voor de jongere zelf en zijn omgeving. Het is belangrijk dat scholen deze gesprekken met jongeren (blijven) voeren omdat ze daarmee een belangrijke bijdrage leveren aan de acceptatie van de maatregelen binnen en buiten de school. Om jongeren te overtuigen van nut en noodzaak van de coronamaatregelen en om positief gedrag te bevorderen kunnen scholen het volgende doen:

- duidelijke uitleg geven aan leerlingen, ouders en leerkrachten over de regels, waarom die er zijn en wat jongeren er zelf aan hebben
- ervoor zorgen dat volwassenen die regels voorleven
- leerlingen aanspreken wanneer zij de regels niet naleven
- aandacht besteden (in de mentorles) aan het hoe en waarom van de regels, en de betekenis voor de samenleving
- leerlingen(raden) betrekken bij het opstellen van de regels
- persoonlijke aandacht besteden aan leerlingen die het als gevolg van maatregelen persoonlijk of in de omgeving lastig hebben
- samen met jongeren nadenken over een 'uitlaatklep' als sport, spel, en andere activiteiten
- ouders, samenwerkingspartners als de jeugdarts, leerplichtambtenaar, jeugdhulpmedewerker, jongerenwerker en sportbuurtwerker erbij betrekken
- social media inzetten, bijvoorbeeld jongeren een online schoolkrant/nieuwbrief laten maken
- lessen organiseren waarin jongeren zelf betrouwbare informatie over covid en de maatregelen moeten vinden en die aan anderen moeten doorgeven en waarin ook aandacht wordt besteed aan *fake news*.

Wat kun je doen als professional in het mbo/hbo/wo?

Op mbo's, hogescholen en universiteiten wordt voor een deel online onderwijs gegeven. Voor veel jongeren is dat lastig. Juist daarom is het belangrijk om als professional in het mbo, het hbo of op een universiteit goed in contact te blijven met de studenten en voldoende aandacht te hebben voor hoe het met studenten gaat. Wat hebben ze nodig? Zorg dat studenten mee kunnen praten over de maatregelen, hun eigen ideeën kwijt kunnen en op die manier met elkaar in contact blijven. Bekijk op [de website van Fontys](#) tips en tools voor docenten voor online begeleiding.

Wat kun je doen als gemeente?

Neem als gemeente het initiatief om het gesprek met jongeren aan te gaan over de maatregelen, en hoe zij denken ze dat het anders kan¹². Laat jongeren actief meedenken over maatregelen en maak ze samen. Leg het accent op wat jongeren kunnen bijdragen in plaats van wat ze niet goed (genoeg) doen. Verschillende gemeenten zijn het gesprek al aangegaan met doelgroepen waarin veel de besmettingen voorkomen, bijvoorbeeld jongeren en studentenverenigingen. Ook zijn er

¹² <https://www.volkskrant.nl/nieuws-achtergrond/experts-over-jongeren-en-corona-laait-de-overheid-de-juiste-kanalen-kiezen-en-campagnes-heel-precies-op-hen-afstellen~b0f3ab7e/>



voorbeelden van gemeenten die jongeren actief betrekken bij het zelf vormgeven van actieplannen of maatregelen. We lichten er twee uit:

- *Utrecht*: in verschillende plaatsen in de [veiligheidsregio Utrecht](#) zijn er gesprekken gevoerd met de groepen waarin de meeste besmettingen plaatsvinden (sport, onderwijs, organisaties van studenten, jongerenwerk enzovoorts). In de stad Utrecht heeft de burgemeester afgesproken dat koepels van sport-, studie- en gezelligheidsverenigingen van studenten zelf met een actieplan komen om de verspreiding terug te dringen.
- *Rotterdam*: burgemeester Aboutaleb heeft de studentenverenigingen opgeroepen om met het beste idee te komen om aantal besmettingen terug te dringen en daar een prijs van 10.000 euro voor uitgelooft.

Als jongeren begrijpen waarom de maatregelen belangrijk zijn, zijn ze eerder gemotiveerd om er aan mee te doen. Gemeenten staan voor de uitdaging om jongeren te informeren en te bereiken, maar hoe kunnen ze bevorderen dat jongeren de maatregelen naleven? Een netwerk van onderzoekers van de Erasmus Universiteit heeft [10 richtlijnen opgesteld](#) voor effectieve communicatie met jongeren. Veel van deze tips kunnen ook worden gebruikt door bijvoorbeeld beleidsmakers, docenten, ouders/opvoeders en social media influencers. Interessante voorbeelden van campagnes om jongeren te bereiken zijn:

- *Utrecht*: de campagne 'Hou vol' in de Veiligheidsregio Utrecht en de campagne 'Thirty030' #KILLDE2EGOLF in de stad Utrecht.
- *Den Haag*: oproep aan jongeren 'Laat je testen op corona' op plekken waar jongeren te vinden zijn: online via social mediakanalen en in de stad. Jongeren roepen hun leeftijdsgenoten op zich aan de maatregelen te houden en te laten testen, bijvoorbeeld 'Een coronatest is gratis, je oma onbetaalbaar'. De posters en de video's zijn mede tot stand gekomen dankzij ideeën en wensen van jongeren, onderwijsinstellingen en studie- en studentenverenigingen.
- *Veiligheidsregio Hollands Midden*: campagne met de slogan 'Slimmer Chillen = Corona Killen' om jongeren en studenten bewust te maken.
- *Rotterdam*: [campagne](#) in samenwerking met meerdere studentenverenigingen onder de slogan 'Niet lullen, maar testen'. Zo'n vijftig studenten wijzen jonge mensen op de regels en het belang van testen bij verschijnselen.
- *Amsterdam*: de campagne 'Hou je oma van de ic' en 'Doe het ook voor je tante'. [In Amsterdam](#) is de campagne gebaseerd op de onderzoeksuitkomst dat jongeren misschien niet voor eigen besmetting vrezen, maar wel degelijk bang zijn om corona over te brengen op iemand anders.

Noot: Voor dit verkennende onderzoek en artikel hebben we dankbaar gebruik gemaakt van de input van verschillende jongeren uit jongerenorganisaties én van JongNL Limburg, You!nG en Scouting Nederland. De komende tijd zullen, in samenwerking met meer jongeren en partijen, aanvullende voorbeelden en handelingsperspectieven gedeeld worden. Corona is nog niet voorbij, daarom is het van belang elkaar te blijven stimuleren en van elkaar te blijven leren.