



Criteria

Sector

- vmbo
- havo / vwo
- mbo
- ho

Thema

- Visie, beleid en kwaliteit
- LOB-leeromgeving
- LOB-programma
- Studiekeuze/ studiesucces
- Loopbaangesprek
- Doorstromen
- Arbeidsmarktinformatie
- LOB-documenten
- Ouderbetrokkenheid
- Professionalisering
- Samenwerking
- Kansengelijkheid

Jaartal

- > 2020
- 2015 - 2020
- < 2015

Soort publicatie

- Proefschrift
- Inaugurale rede/ lectorale rede
- Onderzoeksrapport
- Samenvatting onderzoeksrapport
- Artikel

ALGEMENE GEGEVENS

Titel	Dear Future Me. Behavioral and neural mechanisms underlying self-concept development in relation to educational decision-making in adolescence
Auteurs	Dr. L. van der Aar (2021)
Hyperlink volledig onderzoek	https://scholarlypublications.universiteitleiden.nl/handle/1887/3185509

SAMENVATTING

Samenvatting van het onderzoek

In het proefschrift *Dear Future Me* van ontwikkelingspsycholoog Laura van der Aar staan van de deelnemende jongeren persoonlijke uitspraken, die vaak gaan over school. Vragen we jongeren niet al veel te vroeg om belangrijke toekomstkeuzes te maken? Dat begint al bij de overgang van de basisschool naar het voortgezet onderwijs, en snel daarna volgen de profiel- en studiekeuze. Veel jongeren vinden dit moeilijk; ze stellen de keuze uit, durven niet te kiezen of kiezen wel maar stoppen weer in het eerste jaar. Dat is een maatschappelijk probleem. Van der Aar heeft daarom het zelfbeeld van jongeren onderzocht in deze fase van hun leven.

Sociale omgeving

Uit het onderzoek blijkt dat zelfbeeld een ingewikkelde constructie is met verschillende facetten die allemaal een rol spelen bij het maken van een studiekeuze. Het zelfbeeld van 16-17 jarigen is sowieso nog sterk in ontwikkeling, waarbij de gevoeligheid voor hun sociale omgeving in hoge mate beïnvloedt hoe ze over zichzelf denken. Van der Aar: 'Dat kan negatief werken, wanneer ze zich gaan vergelijken met anderen. Maar ook positief wanneer jongeren via interventie en training erin slagen om hun zelfbeeld te verbeteren en zo een passende studiekeuze te maken.'

Tussenjaar

Sommige jongeren kiezen na het voortgezet onderwijs voor een gestructureerd tussenjaar (*gap year*) om uit te vinden wie ze zijn, wat hun sterke punten zijn en welke vervolgopleiding daarbij het beste past. Van der Aar heeft deze groep van 40 jongeren tijdens hun tussenjaar gevolgd in hun zelfbeeldontwikkeling. Middels vragenlijsten kreeg ze een globaal beeld over het zelfvertrouwen van

LOB ONDERZOEK



de jongere, met vragen als: vind ik mezelf een waardevol persoon; mag ik er zijn? En over helderheid van het zelfbeeld met vragen als: weet ik wie ik ben, of verschilt dat van dag tot dag?

Positiever zelfbeeld

Voordat het tussenjaar begon heeft Van der Aar deze tussenjaarjongeren vergeleken met jongeren die al wel een studiekeuze hadden gemaakt. Het verschil in zelfbeeld zat niet in de waardering van hun academische vaardigheden, maar juist in het algehele zelfvertrouwen en de helderheid van hun zelfbeeld. Dit waren ook de onderdelen waarin de jongeren tijdens hun tussenjaar het meest op vooruitgingen. Zo hebben ze na dit jaar meer zelfvertrouwen en weten ze beter wie ze zijn. De helderheid van het zelfbeeld had zelfs een voorspellende waarde. Jongeren die hier sterker in vooruit gingen presteerden beter in hun vervolgopleiding en vonden beter aansluiting bij hun leeftijdsgenoten, mogelijk omdat de gekozen studie beter bij henzelf past.

MRI-scanner

Naast dit gedragsniveau heeft Van der Aar het zelfbeeld van de jongeren bestudeerd op neuraal niveau door hun hersenactiviteit te bekijken in de MRI-scanner. Daarin stelde ze vragen in drie domeinen: wat vind je van je academische eigenschappen, je fysieke voorkomen en je sociale vaardigheden. Van der Aar: 'Wanneer een jongere over zichzelf nadenkt, zie je dat net als bij volwassenen terug in gebieden in de middellijn van de hersenen die betrokken zijn bij nadenken over en evalueren van jezelf. Jongeren die zichzelf na hun tussenjaar positiever beoordeelden, lieten meer activiteit in deze delen van het brein zien.'

TRANSFER

Wat kun je uit het onderzoek meenemen naar de LOB-praktijk?

- De positiviteit en helderheid van het zelfbeeld kunnen verbeterd worden door training die plaatsvindt tijdens een tussenjaar (Breekjaar).
- Veranderingen in het sociale zelfbeeld en helderheid van het zelfbeeld hebben een positieve voorspellende waarde voor een succesvolle studiekeuze: Jongeren die hier sterker in vooruit gingen presteerden beter in hun vervolgopleiding en vonden beter aansluiting bij hun leeftijdsgenoten, mogelijk omdat de gekozen studie beter bij henzelf past.
- Het maken van een "verkeerde studiekeuze" moet niet gezien worden als iets slechts. De adolescentie is juist bij uitstek een fase van onzekerheid en exploratie. Het uitproberen van verschillende studieopties die soms verkeerd uitpakken zou onderdeel moeten zijn van normale ontwikkeling en kunnen juist als mogelijkheid fungeren om meer over jezelf te weten te komen.

LOB ONDERZOEK



- Adolescenten dienen meer tijd en tools te krijgen om hun zelfbeeld te ontwikkelen, zodat zij geholpen worden een toekomstkeuze te kunnen maken die bij hen past.