

**‘Wij worden vaak neergezet als conservatief, en ‘tegen verandering’ maar dat is niet waar’**



foto Herman Wouters

Er zijn veel meer sectoren die stikstof uitstoten, zoals Schiphol, maar het leek of die buiten schot werden gehouden. We wilden ook laten zien wat er nog meer leeft binnen de boerensector. Wij worstelen al jaren met prijzen die onder druk staan, klimaatverandering, regelgeving en zwabberend overheidsbeleid. Van de ene regering mocht dit wel en van de volgende dat weer niet. De vele wet- en regelgeving maakt ons werk bovendien steeds moeilijker en dwingt ons soms ook om extra investeringen te doen. Dat zijn geen kleine bedragen. Als je dan niet veel later te horen krijgt dat het weer anders moet, dan is dat frustrerend en ook stressvol want je moet de investeringen wel terugbetalen.

Ik heb in mijn omgeving veel (jonge) boeren om me heen noodgedwongen zien stoppen. Ze ervaren te veel stress en vinden de risico's te groot. Het is momenteel echt *survival of the fittest*. Dat is jammer want het hele land verdient aan de agrarische sector. Er kwam ineens ook discussie over waarom we zuivel en vlees naar het buitenland exporteren. Wat is daar mis mee? We produceren volgens de hoogste standaarden wat betreft klimaat, milieu en dierenwelzijn. Dit leidt tot absurde situaties en dat irriteert me wel. Voor de boeren in Nederland gelden dus strikte regels om aan alle eisen te voldoen, en ondertussen impor-

teren we goedkoop vlees uit Argentinië en eieren uit Oekraïne waar weinig tot geen aandacht is voor milieu en dierenwelzijn. Dat is krom. Daarom zou het goed zijn als we dat soort regelgeving Europees gaan vaststellen zodat het speelveld voor iedereen gelijk is.

De opdracht aan progressieve partijen is om goed te luisteren naar wat er echt speelt in de praktijk van (jonge) boeren. Ga na tegen welke problemen ze aan lopen. Wij worden vaak neergezet als conservatief, en ‘tegen verandering’ maar dat is niet waar. Wij – en zeker jonge boeren – realiseren ons heel goed dat er dingen anders moeten. Wij willen altijd vooruit en ook veel bereiken, zeker als het gaat om duurzaamheid, maar daar moeten we ook de tijd voor krijgen. Dat werkt niet als het beleid steeds verandert. De agrarische sector is het beste gebaat bij reële prijzen en langetermijnbeleid. Dat we weten wat er de komende 20 tot 25 jaar gaat gebeuren en wat er van ons verwacht wordt. Dan kunnen we daarop anticiperen. En laat vooral jonge boeren die door willen gaan met boeren, doorgaan en laat degenen zonder opvolger met een goede regeling vrijwillig stoppen.’ ■

door Carina Kralt-Bos

Jongeren zijn niet alleen kwetsbaar, maar vooral ook krachtig. Het is dan ook een gemiste kans om jongeren niet te betrekken bij onderwerpen die hen aangaan. Voor het welzijn van jongeren zelf, maar ook voor de samenleving als geheel is het belangrijk om ze de kans te geven verschil te maken en vernieuwing teweeg te brengen, zoals zij dat als geen ander kunnen.

door  
Kayla Green  
Lydia Krabbendam  
René Veenstra  
Anna van Duijvenvoorde  
Lucrez Nauta-Jansen  
Hilleke Hulshoff Pol  
Eveline Crone

# Generatie NU

## Waarom de kracht van jongeren serieus genomen moet worden

**Hoewel het** met de meeste jongeren goed gaat, ervaren steeds meer jongeren mentale klachten en prestatiedruk. Ongeveer één op de drie jongeren heeft veel last van stress. Ook voelt 44 procent van de jongeren zich eenzaam. De jeugd van tegenwoordig groeit op in een snel veranderende samenleving, wat de nodige druk met zich mee kan brengen. Jongeren gaan hier verschillend mee om. Waar sommige jongeren willen bijdragen aan verandering en in protest komen, voelen andere zich juist verlamd. Adolescenten zijn relatief gevoelig, zowel op maatschappelijk, sociaal als politiek gebied. Dat maakt het tot een unieke fase in het leven met zowel kansen als kwetsbaarheden.

### Het brein in ontwikkeling

De adolescentie en de jongvolwassenheid zijn unieke en vormende fases voor de sociaalemotionele ontwikkeling. Deze periode, tussen de 10 en 24 jaar, markeert de overgang van kindertijd naar volwassenheid. In vergelijking met kinderen en volwassenen zijn jongeren gevoeliger voor sociale prikkels zoals beloningen, ervaren ze emoties intenser en vertonen ze vaker stemmingsschommelingen. Deze gedragsveranderingen corresponderen met veranderingen in de hersenen.

Tijdens de adolescentie ondergaan de hersenen een ‘groeisput’, waarbij verbindingen tussen hersengebieden worden versterkt of verzwakt. De snelheid van deze veranderingen varieert per hersengebied. Hersengebieden betrokken bij beloning en motivatie ontwikkelen eerder en vertonen een piek in neurale activiteit bij ongeveer 15 of 16 jaar. Daarentegen blijven hersengebieden die betrokken zijn bij emotieregulatie en cognitieve controle, zoals de prefrontale cortex, tot begin twintig nog volop in ontwikkeling. Deze disbalans in de ontwikkeling van het puberbrein maakt dat jongeren vaker geneigd zijn om impulsief te reageren, vaker risico's nemen, minder goed over consequenties nadenken en vaker worstelen met hun emoties en gevoelens.

### Invloed van de omgeving

Het jongerenbrein is niet alleen maar kwetsbaar. Wetenschappelijke studies laten zien dat de hersenen van jongeren tijdens de groeisput heel flexibel zijn, wat onder meer nodig is voor leren en creativiteit. Uiteindelijk groeien de meeste jongeren op tot volwassenen zonder ernstige mentale gezondheids- of welzijnsproblemen. Veel ‘problemen’ tijdens de adolescentie zijn vaak onderdeel van een normatieve ontwikkeling. Toch maken jongeren en jongvolwassenen de laatste jaren vaker melding van psychische klachten. Zo is prestatiedruk de afgelopen twintig jaar verdrievoudigd onder jongeren, geeft twee op de vijf jongeren aan zich zorgen te maken over geld en maakt 44 procent zich in meer of mindere mate zorgen over de toekomst. Daarnaast stijgt het aantal zelfmoordpogingen onder jongeren.

Mogelijke verklaringen voor deze trends moeten niet alleen in het individu gezocht worden, maar ook in de sociale omgeving en systemen waarin jongeren opgroeien. Jongeren groeien namelijk niet alléén op, maar samen met anderen. Ze staan onder invloed van diverse externe factoren in hun omgeving, bijvoorbeeld vrienden, familie, sociale media. Deze kunnen zowel dichtbij als ver weg zijn. Uit onderzoek van de Erasmus Universiteit Rotterdam bleek dat jongeren evenveel prestatiedruk ervaren van hun ouders als van hun docenten, maar dat de meeste druk voortkomt uit henzelf en de maatschappij. Zo zijn de school, de buurt en een veranderende samenleving systemen waarin jongeren moeten leren navigeren, met zowel kwetsbaarheden als kansen. Het groot-schalige landelijke GUTS-programma (*Growing Up Together in Society*) heeft als doel de invloed van deze verschillende werelden op opgroeiende jongeren te begrijpen [zie kader].

De precieze invloed van de verschillende leefwerelden op jongeren verschilt per individu. Jongeren uit gezinnen met sociaaleconomische uitdagingen (bijvoorbeeld armoede) groeien vaak op in wijken met minder groen, meer luchtvervuiling, minder sociale voorzieningen en hogere criminaliteit. Deze ongelijke startpositie kan hen kwetsbaarder maken voor mentale problemen. Tegelijkertijd kunnen jongeren ook veerkrachtig zijn.

## Juist jongeren hebben de behoefte om zich in te zetten voor een groter doel

Een essentiële vraag is waarom sommige jongeren kwetsbaarder zijn, terwijl anderen juist sterker worden in uitdagende situaties. Verschillende studies tonen aan dat ouders en verzorgers een beschermende rol kunnen spelen in het welzijn van jongeren tijdens moeilijke tijden. Ook leeftijdsgenoten en vrienden kunnen via sociale banden en ondersteuning positieve effecten hebben op de ontwikkeling van jongeren, maar hun invloed kan ook negatief zijn. Het is belangrijk te onderkennen dat sommige jongeren met meer en grotere uitdagingen te maken krijgen dan anderen.

### Effecten van crises

Elke generatie jongeren wordt geconfronteerd met nieuwe maatschappelijke uitdagingen, die van

invloed kunnen zijn op hoe zij zich door de adolescentie navigeren. Onze huidige samenleving kent grote mondiale problemen zoals klimaatverandering, oorlogen, armoede en de nasleep van de COVID-19 pandemie. Hoewel alle jongeren hier in zekere mate mee te maken hebben, variëren de effecten van grote maatschappelijke crises op hun dagelijks leven. De groeiende onzekerheid over de toekomst als gevolg van deze crises treft niet iedereen op dezelfde manier. Wat voor de één een ver-van-mijn-bed-show is, heeft voor de ander directe gevolgen in het dagelijks leven. De COVID-19 pandemie had meer nadelige gevolgen voor de mentale gezondheid en het welzijn van jongeren die opgroeien in gezinnen met financiële instabiliteit en geldzorgen. Dat gold ook voor jongeren met een ouder met mentale problemen, jongeren die al vóór de pandemie mentale problemen hadden, of jongeren die thuis verwaarloosd of mishandeld werden. Klimaatverandering leidt bij sommige jongeren tot strijdbaarheid en de bereidheid om actie te voeren, waar anderen juist verlamd raken van het negatieve toekomstbeeld over de leefbaarheid van onze planeet.

Een ander kenmerk van de huidige generatie is dat zij de eerste zijn die vanaf geboorte opgroeien in een samenleving waarin internet en sociale media niet meer weg te denken zijn. Er is momenteel veel belangstelling voor de invloed die sociale media spelen op de mentale gezondheid en het welzijn van jongeren. Vooral de negatieve gevolgen worden uitgelicht, zoals online pestgedrag, een laag zelfbeeld en polarisatie. Wetenschappelijk onderzoek laat tot dusver zien dat sociale media niet altijd of voor iedereen slecht zijn. Er zijn ook jongeren die juist positieve ervaringen hebben na het gebruik van sociale media. Denk aan jongeren die online aansluiting vinden bij anderen en zich geaccepteerd voelen, maar offline niet. De effecten verschillen per individu. De meeste onderzoeken naar sociale media en het welzijn van jongeren kijken bovendien enkel naar samenhang, waarbij uitspraken over oorzaak en gevolg niet mogelijk zijn.

Het is onmogelijk om één duidelijke oorzaak aan te wijzen voor de stijging in mentale problemen onder jongeren. Zo heeft de COVID-19 pandemie in bijna alle gevallen onderliggende problemen verergerd, die voorheen wellicht minder zichtbaar waren maar wel degelijk aanwezig waren. Het gaat om een samenspel van individuele (bijvoorbeeld biologisch of emotioneel), interpersoonlijke (bijvoorbeeld sociale relaties met anderen) en sociologische (bijvoorbeeld veranderingen in de maatschappij) processen die alle op eigen wijze invloed hebben op elkaar en daarmee op het ontstaan van mentale problematiek.

### Creativiteit, impact en vernieuwing

Zowel de wetenschap als de samenleving hebben lange tijd veel aandacht besteed aan de negatieve en ongunstige gedragingen die typerend zijn voor de adolescentie, zoals impulsiviteit en misbruik van alcohol en drugs. Maar de adolescentie is ook een periode van mogelijkheden en positieve veranderingen, zoals in prosociaal gedrag (gedrag dat bedoeld is om een ander te helpen) en creativiteit. Jongeren kunnen vaak makkelijker en beter out-of-the-box denken dan volwassenen, waardoor ze vaker met innovatieve ideeën komen. Jongeren zijn daarmee de motor van vernieuwing in onze samenleving. Dat blijkt niet alleen uit dat muziek- en modetrends vaak bij jongeren beginnen, maar is ook te zien in opkomende bewegingen in de samenleving. Bij demonstraties en protesten staan jongeren vaak voorop om hun stem te laten horen. Er wordt soms onterecht gedacht dat jongeren alleen aan zichzelf denken, want juist jongeren hebben de behoefte om zich in te zetten voor een groter doel. Tijdens de COVID-19 pandemie hadden met name jongvolwassenen een sterk verlangen om bij te dragen aan de maatschappij, maar tegelijkertijd ervoeren ze weinig mogelijkheden om dit ook daadwerkelijk te doen. Ook in gesprekken met jongeren over andere maatschappelijk thema's zoals prestatiedruk, kansenongelijkheid en klimaatverandering kwam steeds naar voren dat zij zich niet gezien of gehoord voelen.

Het is een gemiste kans om jongeren niet te betrekken bij onderwerpen die ze aangaan. Allereerst is het voor het welzijn van jongeren zelf belangrijk dat zij mogelijkheden en kansen krijgen om van waarde te zijn voor de samenleving. In een recent onderzoek gaf een deel van de jongeren aan zich zorgen te maken over de leefbaarheid van onze planeet en dat deze zorgen invloed hebben op hun welzijn. Maar dezelfde jongeren ervoeren ook kracht wanneer ze in staat waren om hun zorgen samen met anderen om te zetten in acties. Het samenwerken met anderen, met elkaar impact maken en vernieuwing najagen is vormend voor de ontwikkeling van jongeren. Jongeren kunnen een waardevolle rol spelen in het verbinden van wetenschap met beleid, met name in het vertalen van wetenschappelijke inzichten naar concrete actiepunten. Het is daarom ook voor wetenschappers en beleidsmakers belangrijk om het perspectief van jongeren mee te nemen in beslissingen en keuzes. Daarnaast zullen de jongeren van nu over tien tot twintig jaar de grootste rol op de arbeidsmarkt spelen, wat het investeren in hun welzijn ook vanuit economisch perspectief belangrijk maakt. In onderzoeken samen met jongeren over de vraag welke concrete oplossingen nodig waren voor de maatschappelijke uitdagingen waarmee

zij te maken hadden, gaven jongeren steeds aan dat een geïntegreerde en collectieve aanpak noodzakelijk is. Er is niet één oorzaak en daarmee ook niet één oplossing. Jongeren, docenten, ouders, jongerenwerkers, wetenschappers, beleidsmakers en andere professionals moeten hierin samen optrekken.

De kern daarbij is om de kracht van jongeren goed te benutten door hun stem serieus te nemen. Laat ze meedoen in onze gezamenlijke zoektocht naar oplossingen, biedt ze kansen om verschil te maken en geef ze de ruimte om vernieuwing teweeg te brengen, zoals zij dat als geen ander kunnen. ■

## GUTS Growing Up Together in Society

**De auteurs** van deze bijdrage zijn aangesloten bij GUTS, een transdisciplinair project met als doel om te onderzoeken hoe jongeren optimaal kunnen opgroeien in een complexe samenleving. Hoe kunnen jongeren de beste versie van zichzelf worden op het gebied van persoonlijke groei, onderwijs, vriendschappen en een betrokken rol hebben in de samenleving? Wat gebeurt er wanneer iemand niet slaagt om zich aan de regels van de samenleving te houden, zoals jongeren die al op jonge leeftijd met justitie in aanraking komen? Onderzoekers van zeven universiteiten in Nederland met uiteenlopende expertises werken hierin samen. GUTS bouwt op de creativiteit en kracht van jongeren en probeert met behulp van zogeheten *Living Labs* de kloof tussen wetenschap en samenleving te overbruggen.

