

Zingeving en het mentaal welzijn van jongeren

De rol van de middelbare school

Steeds meer jongeren kampen met mentale problemen. Dit artikel beschrijft hoe middelbare scholen kunnen bijdragen aan het voorkomen van en omgaan met deze problemen. Allereerst wordt besproken hoe zingeving bij jongeren eruitziet, en waardoor jongeren het lastig vinden om zingeving te ervaren. Vervolgens worden uitdagingen binnen de schoolcontext besproken die het adresseren van zingeving bemoeilijken, zoals de focus op leerprestaties en weinig aandacht voor geestelijke dimensies van het mentaal welzijn. Tot slot worden randvoorwaarden geschetst waaraan een zingevingsprogramma voor middelbare scholen moet voldoen.

Het mentale welzijn van jongeren staat enorm onder druk. Momenteel ervaart ruim één op de drie middelbare scholieren mentale problemen, waarbij het vooral gaat om eenzaamheid, negatieve emoties, psychosomatische klachten en hyperactiviteit (Boer et al., 2022). De toename aan mentale problemen mag verontrustend worden genoemd: in 2017 leed nog 'slechts' krap 20 procent van de jongeren hieronder (Stevens et al., 2018). De verslechtering van mentaal welzijn kan mede worden verklaard door maatschappelijke veranderingen als toenemende individualisering, digitalisering, gevoelens van sociale onveiligheid, de recente Covid-19-pandemie en

toegenomen prestatiedruk (Boer et al., 2022; RIVM, 2023).

Docenten en medewerkers van scholen en opleidingen worden welhaast dagelijks geconfronteerd met de druk die op het mentale welzijn van jongeren staat. Voor hen zijn het geen cijfers of grafieken. Zij hebben te doen met jongeren van vlees en bloed. De druk op het mentale welzijn dient zich voor hen dagelijks aan in gedragsmatige symptomen als geringe motivatie, vermoeidheid, onaangepast gedrag of stress. Hierdoor wordt hun onderwijzen vrijwel dagelijks onderbroken. Het verhaal van hun professioneel handelen dat eerst en vooral gericht is op kennisoverdracht komt tussen

haakjes te staan. Wat staat hen te doen en wat kunnen ze doen?

In dit artikel willen wij verder kijken dan de huidige aanpak van mentale problemen op scholen. We stellen allereerst een aanpak voor die ons inziens meer zoden aan de dijk zal zetten, namelijk het adresseren van zingeving bij jongeren zodat hun mentale welzijn op preventieve wijze ondersteund wordt. We gaan vervolgens na wat scholen voor voortgezet onderwijs op dit moment doen en wat mogelijk hun rol kan zijn als het gaat om het adresseren van zingeving bij hun leerlingen met het oog op hun mentale welzijn. We sluiten af met een inkijk in het praktijkgericht onderzoek dat wij op dit gebied verrichten. Zo tracht dit artikel in kaart te brengen op welke manieren middelbare scholen momenteel zingeving en mentaal welzijn bij hun leerlingen ondersteunen en welke aandachtsgebieden hierbij bestaan.

Mentaal welzijn en de rol van zingeving

De druk op het mentaal welzijn van jongeren is maatschappelijk niet onopgemerkt gebleven. Allerlei instanties als de jeugdzorg hebben er hun handen vol aan, en lijken voortdurend overvraagd te worden gezien de grote discrepantie tussen de vraag naar en het aanbod aan geestelijke gezondheidszorg. Toch zou met het realiseren van een groter aanbod het probleem niet meteen opgelost zijn. Dit wordt duidelijk wanneer we kortstondig stilstaan bij de huidige aanpak van mentale problemen onder jongeren.

De huidige aanpak lijkt zowel in te zetten op het behandelen van de mentale problemen als op het versterken van de mentale gezondheidsvaardigheden van jongeren. Deze insteek is vooral gebaseerd op een psychosociale dui-

ding van mentale problemen, die met pathologische labels worden aangeduid en waarvoor standaard behandelprotocollen worden ingezet (Bertram-Troost, 2023; Schilderman in dit nummer). Door deze eenzijdige focus op psychosociale problematiek worden bepaalde aspecten van mentale problemen zichtbaar, maar blijven andere aspecten onder de radar. Zo wordt bijvoorbeeld weinig aandacht geschonken aan de geestelijke dimensie van mentaal welzijn. Deze dimensie heeft te maken met een levensbeschouwelijke, religieuze en spirituele duiding die individuen aan hun leven geven. Deze duidingen worden vaak omschreven in termen van zin, betekenis, bedoeling en verbinding. Hiermee komen we op het domein van zingeving.

Zingeving wordt over het algemeen gedefinieerd als de ervaring van een zoektocht naar betekenis en doel in het leven, die mensen aanzet tot intrinsiek doelgericht handelen (Hallford et al., 2018; Steger, 2009). Zingeving draagt bij aan de ervaring dat het leven een hoger doel of missie dient. De ervaring van zingeving is afhankelijk van de mate waarin mensen kunnen leven in overeenstemming met hun waarden, levensdoelen en levensvisie, en daarnaast ook van de mate waarin zij zich verbonden voelen met hun omgeving (Schnell, 2020; Steger, 2009). Volgens de psychologen Martela en Steger (2016) bestaat zingeving uit drie dimensies:

- *Betekenis (significance)*: ervan overtuigd zijn dat het leven intrinsiek waardevol is en daarom waard is om geleefd te worden. Jongeren verbinden zich met bepaalde waarden, idealen en een levensbeschouwing en zijn in staat om betekenis te geven aan hun leven.

- Doel (*purpose*): georiënteerd zijn op bepaalde levensdoelen die richting geven aan het leven en die houvast geven bij het maken van belangrijke keuzes. Jongeren met levensdoelen zijn meer gemotiveerd om uitdagingen aan te gaan.
- Samenhang (*coherence*): zien van samenhang in het leven. Jongeren herkennen oorzaak-gevolgrelaties en zien verbanden tussen gebeurtenissen. Dit geeft hun leven meer betekenis en samenhang. Door het zien van samenhang worden ze zich bewust van de invloed die zij op anderen hebben. Dit draagt zowel bij aan hun verantwoordelijkheidsgevoel als aan een besef ertoe te doen.

Zingeving is cruciaal voor de mentale gezondheid (Steger, 2009). Verschillende onderzoeken onder jongeren laten een positief verband zien tussen zingeving en mentaal welzijn. Zo voelen jongeren die zingeving ervaren meer autonomie, controle en levenstevredenheid en minder negatieve emoties (Brouzos et al., 2016; Krok, 2018). Zingeving leidt immers tot meer optimisme en veerkracht, waardoor jongeren beter met stress overweg kunnen. Het voorkomt dat stress omslaat in mentale problemen (Schnell, 2020). Omgekeerd kan een gebrek aan zingeving ook tot mentale problemen leiden. Zo blijkt uit onderzoek van Brassai et al. (2011) dat jongeren tussen de 15 en 19 jaar die weinig zingeving ervaren meer mentale problemen ondervinden, zoals psychosomatische klachten en een lagere levenskwaliteit. Daarnaast vertonen deze jongeren meer risicogedrag zoals het gebruik van verdovende middelen, onveilige seks, ongecontroleerd eten en weinig bewegen. Kortom, zingeving heeft een positieve invloed op het mentale welzijn van jongeren.

Uitdagingen bij het ervaren van zingeving

Zingeving heeft voor jongeren betrekking op het gevoel eerlijk behandeld te worden door anderen en het leven in het algemeen, het gevoel de eigen levensdoelen te kunnen waarmaken, het gevoel verbonden te zijn met medemensen en het gevoel een waardevolle bijdrage te kunnen leveren aan de maatschappij. Jongeren die deze zaken ervaren, geven aan een zinvol leven te leiden en blijken mentaal gezond (Brouzos et al., 2016). Jongeren lopen desondanks tegen een aantal uitdagingen aan die het ervaren van zin kunnen bemoeilijken.

Zingeving is niet vanzelfsprekend voorhanden. Voor jongeren in de westerse samenleving zijn hiervoor verschillende oorzaken aan te wijzen. Op de eerste plaats beschikken jongeren door hun jonge leeftijd nog niet over een goed gearticuleerde levensvisie met waarden en doelen waar zij naar willen leven. Zij weten vaak nog niet expliciet wat hun opvattingen zijn en wat belangrijk voor hen is. Hierdoor kunnen zij moeite hebben om betekenis te geven aan gebeurtenissen die ze meemaken, waardoor ze risico lopen om weinig zin te ervaren. Jongeren geven zelf dan ook aan dat zij het belangrijk vinden om meer duidelijkheid te verkrijgen omtrent hun waarden, levensdoelen en levensbeschouwing zodat zij hiernaar kunnen leven (Van den Berg & Scherer-Rath, 2023).

Verder maken jongeren ingrijpende ervaringen mee op school of in de familiekring. Jongeren worden bijvoorbeeld geconfronteerd met pestgedrag, prestatiedruk op school, scheiding van ouders, ziekte, rouw rondom overlijden van dierbaren, liefdesverdriet, eenzaamheid, zelfmoord en moeilijke emoties zoals schuld, schaamte, verdriet, woede en angst. Vaak zijn jongeren niet goed in staat om hiermee

om te gaan, en proberen ze deze thema's te vermijden en bijbehorende gevoelens te onderdrukken. Vermijding voorkomt echter niet dat jongeren geconfronteerd worden met hun eigen kwetsbaarheid en gebrek aan controle, wat vervolgens kan leiden tot een gebrek aan zingeving (Van den Berg & Scherer-Rath, 2023).

Daarnaast wordt zingeving vaak aan religie gekoppeld. Dit is niet verbazend, aangezien religies alomvattende betekeniskaders bieden die kunnen worden gebruikt om gebeurtenissen te interpreteren. Het is aangetoond dat de betekenis die individuen aan hun religie ontleen bijdraagt aan zingeving (Cotton et al., 2006). Dit geldt ook voor jongeren: religieuze jongeren ervaren over het algemeen meer zingeving dan hun seculiere leeftijdgenoten (Wilchek-Aviad & Ne'eman-Haviv, 2016) en zijn mentaal gezonder (Mulders, 2011). Religie kan dus een bron van zingeving vormen en zo het mentaal welzijn positief beïnvloeden (Steger & Frazier, 2005).

Echter leven jongeren vandaag de dag in een geseculariseerde en geïndividualiseerde samenleving. De meeste jongeren in de westerse wereld zijn niet religieus en hebben geen overkoepelende levensvisie waarbinnen zij handelen en ervaringen interpreteren (Vermeer, 2013). Bovendien wordt zingeving in de huidige seculiere en individualistische context gezien als iets dat eerst en vooral op schouders van het individu rust en waar niet in het publieke domein over gesproken wordt. Hierdoor worden jongeren bij hun zoektocht naar zingeving in de huidige seculiere maatschappij door het gebrek aan vanzelfsprekende (religieuze) betekeniskaders vooral aan zichzelf overgelaten bij hun zoektocht naar zin (Roeben, 2013). In een geseculariseerde en geï-

ndividualiseerde samenleving is het namelijk niet eenvoudig om vertrouwd te worden met religieuze en ook niet-religieuze tradities en bronnen om zingeving te ervaren.

Samengevat zijn er verschillende factoren te onderscheiden die het ervaren van zin voor jongeren kunnen bemoeilijken. Aangezien zingeving in positief verband staat met mentaal welzijn, ligt het voor de hand om hierop in te zetten zodat het voor jongeren makkelijker wordt om zingeving te ervaren en de druk op hun mentaal welzijn wordt verlicht. Toch gebeurt dat in de huidige aanpak van mentale problemen niet of nauwelijks. Ligt hier een taak voor het instituut waar jongeren allemaal mee van doen hebben: de school en opleiding?

Scholen en het mentaal welzijn van jongeren

Scholen hebben de primaire taak om goed onderwijs te realiseren voor hun leerlingen. Goed onderwijs is meer dan het bieden van ondersteuning bij het behalen van een diploma, en heeft ook betrekking op brede vorming. Daarnaast hebben scholen een zorgtaak en de functie om mentale problemen te signaleren en daarop te handelen (NJI, 2024). Hieronder verkennen we wat scholen voor voortgezet onderwijs in de huidige praktijk doen om het mentaal welzijn van hun leerlingen te ondersteunen. Vervolgens gaan we na waar hierbij nieuwe mogelijkheden liggen.

Wanneer docenten geconfronteerd worden met jongeren die gedragsmatige symptomen als geringe motivatie, vermoeidheid, onaangepast gedrag of stress vertonen, zullen zij vanuit hun betrokkenheid allereerst proberen om hen te motiveren tot een passende inzet voor de les en de leerstof. Ze laten merken dat het

gedrag van jongeren niet onopgemerkt blijft, vragen belangstellend of het hen goed gaat, en sporen hen dan aan om zich voor het schoolwerk in te zetten. Wanneer er meer nodig blijkt dan een bemoedigend praatje, dan komt de mentor in beeld. Een mentor is een docent die het welzijn en de leerprestaties van een bepaalde groep leerlingen in de gaten houdt (Onderwijskennis.nl, 2022). Soms leiden de gesprekken met de mentor tot een ondersteunend traject door een leerlingbegeleider van de school. In diverse gevallen heeft de school de benodigde expertise niet in huis, en verwijst ze door naar externe specialisten zoals die van de jeugdzorg (NJI, 2024). De docent, bij wie de jongere het eerst aanklopte, raakt hierdoor steeds verder uit beeld.

Middelbare scholen helpen jongeren met mentale problemen dus vooral in indirecte zin door hen te verwijzen naar professionals buiten de onderwijssetting zoals jeugdzorg (NJI, 2021). De aanpak die hierbij gehanteerd wordt, is curatief en oplossingsgericht: het probleem van de jongere moet in zoverre worden opgelost dat deze weer 'normaal' kan functioneren en kan waarmaken wat vanuit de school wordt verwacht, namelijk leren, ontwikkelen en een diploma halen. Het gaat erom het systeem 'onderwijs' zoveel mogelijk in de huidige vorm in stand te houden: schooluitval moet zoveel mogelijk worden voorkomen. Hierdoor bestaat er een sterke focus op het oplossen van specifieke problemen, waarbij er doelgericht gewerkt wordt vanuit een bepaalde diagnose en waar vervolgens een bijbehorende sterk geprotocolleerde standaardinterventie aan wordt gekoppeld (NJI, 2021). Inzetten op preventie, al dan niet door middel van zingeving, gebeurt nog niet systematisch.

Deze systemische aanpak om zaken zoals het gebrek aan motivatie en de stress op te lossen wanneer die zich aandienen, loopt tegen haar grenzen aan. De grenzen hebben niet alleen te maken met de soms haperende samenwerking tussen de jeugdzorg en scholen (NJI, 2020), maar ook met de sterke focus op leerprestaties en oplossingsgerichtheid (Bertram-Troost, 2023). Daardoor is er minder aandacht voor problemen die niet (direct) oplosbaar zijn of problemen die weinig invloed hebben op de leerprestaties.

De school komt hierdoor klem te zitten. Er wordt enerzijds van de school verwacht dat zij een belangrijke bijdrage levert aan het mentale welzijn van leerlingen die verder reikt dan symptoombestrijding, en anderzijds ervaart ze dat haar handelingsrepertoire niet toereikend is. Ze staat voor een serieus handelingsvraagstuk: 'Wat staat ons te doen om een zinvolle bijdrage te leveren aan het mentale welzijn van jonge mensen met het oog op het realiseren van goed onderwijs?'

Dit vraagstuk is niet enkel in onderwijs-pedagogische zin van belang, maar ook in religiewetenschappelijke zin. Immers, wanneer zingeving cruciaal is om het mentale welzijn van jongeren te verbeteren, is dat wat scholen doen ook in religieus, levensbeschouwelijk of spiritueel opzicht relevant. Wanneer namelijk gekeken wordt naar de mate waarin onderwijsactiviteiten zingeving adresseren, dan zijn deze activiteiten niet enkel te beschouwen als onderwijs-pedagogische praktijken, maar ook als religieuze praktijken. De vraag is echter op welke manier scholen zingeving relevant ter sprake kunnen brengen. Om onderwijsprofessionals in staat te stellen om zelf een passend antwoord op dit handelingsvraagstuk te

vinden, worden hieronder de mogelijkheden verkend om aandacht te besteden aan zingeving in de school.

Aandacht voor zingeving in de school: de huidige praktijk

Het stimuleren van zingeving op school is vandaag de dag niet vanzelfsprekend, ook niet op scholen die verbonden zijn met een religieuze of levensbeschouwelijke traditie zoals protestants-christelijke, katholieke of islamitische scholen. Dit heeft te maken met het eerdergenoemde feit dat zingeving eerst en vooral wordt beschouwd als een individuele verantwoordelijkheid, als een proces van interne reflectie dat achter gesloten deuren thuishoort (De Muynck et al., 2014). Als gevolg van deze privatisering komt zingeving nauwelijks expliciet aan bod in de (semi)publieke context van het onderwijs (Overdiep, 2010).

Wanneer scholen trachten om zingeving op een systematische en structurele wijze te adresseren, dan gebeurt dit vooral in het vak Godsdienst-Levensbeschouwing. Op protestantse en katholieke scholen ligt de focus van dit vak volgens docenten vooral op religieuze socialisatie en kennisoverdracht en niet zozeer op persoonlijke zingeving (Bertram-Troost & Visser, 2017). Op openbare scholen wordt het vak Godsdienst-Levensbeschouwing beperkt aangeboden. Daarnaast is er nog maar weinig zicht op de mate waarin dit vak feitelijk bijdraagt aan de vertrouwdheid die jongeren opbouwen met tradities en bronnen van zingeving. De school lijkt zich als instituut slecht te verstaan met activiteiten die jongeren vertrouwd maken met zingeving. Dat heeft niet alleen te maken met de geseculariseerde en geïndividualiseerde maatschappelijke con-

text, maar ook met de focus van de school op leerprestaties, doelmatigheid en doelgerichtheid en een verzakelijke professionaliteit. Een dergelijke institutionele context lijkt niet vanzelfsprekend verenigbaar met aandacht voor zingeving.

Het is om minimaal twee redenen van belang en wenselijk voor de school om zingeving te adresseren. Op de eerste plaats omdat mentale problemen bij leerlingen het realiseren van goed onderwijs belemmert of soms zelfs verhindert. Inzetten op zingeving als positieve bijdrage aan het mentaal welzijn is dan een middel om de doelstelling van goed onderwijs te bereiken. Op de tweede plaats is het adresseren van zingeving van belang omdat zingeving gezien kan worden als een onderdeel van de doelstelling van de school om leerlingen breed te vormen. Zingeving is daarom niet louter een middel, maar ook onderdeel van dat wat de school nastreeft.

Aandacht voor zingeving in de school: de mogelijkheden

Dat het momenteel lastig blijkt voor scholen om zingeving te adresseren, hoeft het zoeken naar andere, nog onbekende mogelijkheden niet in de weg te staan. Wij onderzoeken deze mogelijkheden momenteel op een methodisch-systematische wijze, namelijk op de wijze van het ontwerpgericht onderzoek (McKenney & Reeves, 2019). Het doel van dit onderzoek is om een programma (interventie) te ontwikkelen die scholen in het voortgezet onderwijs kunnen gebruiken om zingeving bij leerlingen te adresseren.

Op basis van de hierboven beschreven diagnostische beschouwingen omtrent zingeving en mentaal welzijn bij middelbare scholieren

kunnen we in alle voorlopigheid hier een aantal ontwerpeisen formuleren voor dit programma. Met ontwerpeisen wordt bedoeld op de randvoorwaarden waar het programma aan moet voldoen. Op de eerste plaats kan gedacht worden aan randvoorwaarden van maatschappelijke aard, zoals het feit dat het programma zich zal moeten verhouden tot de gesecculariseerde en geïndividualiseerde maatschappelijke context en de privatisering van zingeving, religie en levensbeschouwing. Het programma zal met deze zaken rekening moeten houden door behoedzaam de thematiek van zingeving te adresseren die als privé wordt beschouwd, maar die ook sociaal-maatschappelijke implicaties heeft, bijvoorbeeld als het gaat om sociale verbinding aangaan en verantwoordelijkheid nemen.

Naast het feit dat het te ontwerpen programma rekening moet houden met de maatschappelijke context, moet het ook afgestemd worden op de (semi)publieke context van de middelbare school. Scholieren ontmoeten elkaar namelijk met diverse achtergronden, opvattingen en verwachtingen. De wijze waarop het programma zingeving adresseert moet dus afgestemd zijn op de multiculturele context van de school. Daarnaast moet er ook rekening gehouden worden met de pedagogische context van de school. Het programma heeft er rekschap van te geven dat jongeren zich in een fase bevinden waarin veel nog in ontwikkeling is, en dat volwassenen als docenten, mentoren en andere medewerkers in een pedagogische relatie tot hen staan. Verder dient er afgestemd te worden dat de school de maatschappelijke opdracht heeft om leerlingen toe te leiden naar het behalen van een diploma, het verkrijgen van toegang tot een vervolgopleiding en het vinden van werk.

Naast deze maatschappelijke randvoorwaarden waar het programma rekening mee dient te houden, zijn er op de tweede plaats ook functionele eisen die aangeven wat het programma moet bewerkstelligen. Het programma zal zingeving bijvoorbeeld op zo'n manier moeten adresseren dat het bijdraagt aan de brede ontwikkeling van jongeren en gericht is op hun mentale welzijn. Idealiter komen daarbij alle drie de aspecten van zingeving aan bod die eerder omschreven zijn. Om de mogelijkheden te illustreren volgen hier enkele voorbeelden.

- Leerlingen die zich verdiepen in de multiculturele samenleving, bijvoorbeeld in het kader van hun maatschappelijke stage, kunnen zich de vraag stellen naar hun eigen waarden en overtuigingen. Wat is voor mij van waarde en betekenis?
- Leerlingen kunnen in het kader van hun beroepsoriëntatie nadenken over hun levensdoelen en de bijdrage die zij willen leveren aan de maatschappij en de rol die zij daarbij willen aannemen. Hoe wil ik met mijn werk bijdragen aan een betere wereld?
- Leerlingen kunnen door hun mentor gevraagd worden naar hun aandeel in het goede klimaat en omgang in de eigen klas (bijvoorbeeld 'Als ik niet wil dat er tegen mij geschreeuwd wordt, moet ik dat zelf ook niet doen'). De mentor kan leerlingen vervolgens uitnodigen om dit te verbinden met waarden en normen en het eigen levensverhaal. Zo krijgen leerlingen inzicht in de wijze waarop zij zichzelf verstaan. Waar wil ik bij horen en wat vraagt dat van mij?

Tot slot bestaan er op de derde plaats operationele eisen die gelden voor het gebruik van

het programma en de implementatie daarvan in de school. Bij deze eisen is te denken aan de aanknopingspunten in het curriculum van de school en de wijze waarop de school is georganiseerd. Het gaat dan om eisen die antwoord geven op vragen als: Bij welke curriculum-onderdelen haakt de aandacht voor zingeving het beste aan? Gaat het om aanhaken bij bestaande vakken of eerder bij afzonderlijke activiteiten als projectweken? En ook om vragen als: Wordt de individuele begeleiding bij zingeving het beste verbonden met het mentoraat, de leerlingbegeleiding of andere begeleidingsactiviteiten voor leerlingen? Welke financiële ruimte en bronnen kunnen hiervoor het beste worden aangeboord? Welke partners moeten betrokken worden bij het realiseren van aandacht voor zingeving? Al met al dient het ontwerpen van een programma dat scholen in staat stelt om aandacht te geven aan zingeving dus met veel zaken rekening te houden.

Conclusie en discussie

Terwijl de noodzaak om bij te dragen aan het mentale welzijn van jongeren groot is, gebeurt dat in en rondom de school beperkt en voornamelijk op curatieve wijze. De belangrijkste bevinding in het kader van dit artikel is dat hoewel zingeving een positieve rol vervult in het bevorderen van het mentale welzijn, ze de grote afwezigheid is in de huidige aanpak. Zingeving krijgt niet op een systematische en structurele wijze de aandacht die nodig is om bij te dragen aan het mentale welzijn en het realiseren van goed onderwijs. Uit deze eerste en voorlopige analyse gebaseerd op literatuuronderzoek blijkt dat de aandacht voor zingeving op school weliswaar problematisch is, maar niet onmogelijk. Onderzoek naar concrete

mogelijkheden die passen bij de school en haar maatschappelijke opdracht en context is daarom dringend gewenst.

Het onderzoek dat wij momenteel uitvoeren naar zingeving op scholen in het kader van het mentale welzijn van jongeren en het realiseren van goed onderwijs is allereerst diagnostisch van aard. Het gaat erom empirisch na te gaan wat meer precies het handelingsvraagstuk van scholen is, wat de oorzaken daarvan zijn, en wat mogelijke aanknopingspunten zijn om nieuwe, onbekende mogelijkheden te ontdekken en te benutten om zingeving te adresseren. Vervolgens zal het onderzoek ontwerpgericht van aard zijn, waarbij een programma wordt vormgegeven dat zingeving daadwerkelijk adresseert en dat aansluit bij de context van de school. Tot slot zal moeten worden vastgesteld wat de daadwerkelijke opbrengsten zijn van het onderzoek in de dagelijkse onderwijspraktijk. Hiermee gaan we de komende jaren aan de slag in co-creatie met scholen voor voortgezet onderwijs.

Literatuur

- Berg, M.C. van den, Scherer-Rath, M. (2023). Zingeving en contingentie in het levensverhaal van adolescenten: Een kwalitatief pilotonderzoek naar betekenisgeving bij adolescenten in het voortgezet onderwijs. *Religie & Samenleving*, 18(2), 104-132. <https://doi.org/10.54195/RS.14875>.
- Bertram-Troost, G. (2023). Meer aandacht in het onderwijs voor zingevingsvragen: voorbij pedagogische en levensbeschouwelijke verwaarlozing. *Tijdschrift voor orthopedagogiek*, 5(62), 36-43. https://www.tijdschriftvoororthopedagogiek.nl/110-2932_h1-Meer-aandacht-in-onderwijs-voor-zingevingsvragen-h1.
- Bertram-Troost, G.D., Visser, T. (2017). 'Godsdienst/levensbeschouwing, wat is dat voor vak?' Docenten godsdienst/levensbeschouwing over zichzelf en hun vak, nu en in de toekomst. In opdracht van VERUS, Vrije Universiteit van Amsterdam en VDLG. <https://verus.nl/publicaties/godsdienst-levensbeschouwing-wat-is-dat-voor-vak>.
- Boer, M., Dorselaer, S. van, Looze, M. de, Roos, S.A. de, Brons, H., Eijnden, R. van den, Monshouwer, K., Huijink, W., Bogt, T. ter, Vollebergh, W., Stevens, G. (2022). *HBSC 2021: Gezondheid en welzijn van jongeren in Nederland*. <https://www.trimbos.nl/aanbod/webwinkel/af2022-hbsc-2021/>.

- Brassai, L., Piko, B.F., Steger, M.F. (2011). Meaning in life: Is it a protective factor for adolescents' psychological health? *International journal of behavioral medicine*, 18, 44-51. <https://doi.org/10.1007/s12529-010-9089-6>.
- Brouzos, A., Vassilopoulos, S.P., Boumpouli, C. (2016). Adolescents' subjective and psychological well-being: The role of meaning in life. *Hellenic Journal of Psychology*, 13(3), 153-169. <https://psycnet.apa.org/record/2017-38127-004>.
- CBS. (2022). Mentale gezondheid jongeren afgenomen. 1 juni. <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2022/22/mentale-gezondheid-jongeren-afgenomen>.
- Cotton, S., Zebracki, K., Rosenthal, S.L., Tsevat, J., Drotar, D. (2006). Religion/spirituality and adolescent health outcomes: A review. *Journal of adolescent health*, 38(4), 472-480. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2005.10.005>.
- Hallford, D.J., Mellor, D., Cummins, R.A., McCabe, M.P. (2018). Meaning in life in earlier and later older-adulthood: confirmatory factor analysis and correlates of the meaning in life questionnaire. *Journal of Applied Gerontology*, 37(10), 1270-1294. <https://doi.org/10.1177/0733464816658750>.
- Krok, D. (2018). When is meaning in life most beneficial to young people? Styles of meaning in life and well-being among late adolescents. *Journal of adult development*, 25, 96-106. <https://doi.org/10.1007/s10804-017-9280-y>.
- Martela, F., Steger, M.F. (2016). The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance. *The Journal of Positive Psychology*, 11(5), 531-545. <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1137623>.
- McKenney, S., Reeves, T. (2018). *Conducting educational design research*. London: Routledge.
- Mulders, L.T.E. (2011). *Meaning in life and its relationship to psychological well-being in Adolescents* [Masterscriptie, Universiteit Utrecht]. <https://studenttheses.uu.nl/handle/20.500.12932/6771>.
- Muynck, A. de, Miedema, S., Avest, I. ter. (2014). Education and Religion in the Netherlands. In: C. Wolhuter, C. de Wet (eds.), *International comparative perspectives on religion and education*. Sun Media Bloemfontein; 107-125.
- NJI. (2020). *Preventiematrix verbinding onderwijs-jeugdhulp*. <https://www.nji.nl/publicaties/preventiematrix-verbinding-onderwijs-jeugdhulp>.
- NJI. (2021). *Kenniskaart 'Kwaliteit verbinding onderwijs en jeugdhulp': Optimale samenwerking van onderwijs en jeugdhulp*. <https://www.nji.nl/sites/default/files/2021-05/kenniskaart-Kwaliteit-Verbinding-Onderwijs-en-Jeugdhulp.pdf>.
- NJI.nl. (2024). *Vormen van samenwerking tussen onderwijs en jeugdhulp*. <https://www.nji.nl/verbinding-onderwijs-en-jeugdhulp/vormen-van-samenwerking-tussen-onderwijs-en-jeugdhulp>.
- Onderwijskennis.nl. (2022). *Mentoring en schoolsucces van middelbare scholieren*. <https://www.onderwijskennis.nl/kennis-bank/mentoring-en-schoolsucces-van-middelbare-scholieren>.
- Overdiep, I. (2010). *Vormen van onderwijs. Inventarisatie activiteiten vorming en persoonsontwikkeling*. OPUS in opdracht van de Onderwijsraad.
- RIVM (2023). *Mentale gezondheid jongeren*. <https://www.rivm.nl/gezondheidsonderzoek-covid-19/kwartaalonderzoek-jongeren/mentale-gezondheid>.
- Roebben, B. (2013). *Seeking sense in the city. European Perspectives on Religious Education*. Berlijn: LIT Verlag.
- Schnell, T. (2020). *The Psychology of Meaning in Life*. London: Routledge.
- Steger, M.F., Frazier, P. (2005). Meaning in Life: One Link in the Chain From Religiousness to Well-Being. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 574-582. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.4.574>.
- Steger, M.F. (2009). Meaning in life. In S.J. Lopez, C.R. Snyder (eds.), *Oxford handbook of positive psychology*. Oxford: Oxford University Press; 679-687.
- Stevens, G.W.J.M., Dorsselaer, S. van, Boer, M., Roos, S. de, Duinhof, E.L., Bogt, T.F.M. ter, Eijnden, R. van den, Kuyper, L., Visser, D., Vollebergh, W., Looze, M. de. (2018). *HBSC 2017. Gezondheid en welzijn van jongeren in Nederland*. Utrecht University. <https://www.trimbos.nl/wp-content/uploads/sites/31/2021/09/af1640-gezondheid-en-welzijn-van-jongeren-in-nederland.pdf>.
- Vermeer, P. (2013). Religious Indifference and Religious Education in the Netherlands: A Tension Unfolds. *Theo-Web: Zeitschrift für Religionspädagogik*, 12, 79-94. <https://www.theo-web.de/zeitschrift/ausgabe-2013-01/07.pdf>.
- Wilchek-Aviad, Y., Ne'eman Haviv, V. (2016). Do Meaning in life, Ideological Commitment, and Level of Religiosity, Related Adolescent Substance Abuse and Attitude? *Child Indicators Research*, 9, 261-276. <https://doi.org/10.1007/s12187-015-9310-x>.