



## HOOFDSTUK 1

# Inleiding



### Schrijf mee aan ons verhaal

*Voor het eerste verhaal in dit boek rekenen we helemaal op jou! Wat verwacht je van dit vak? Wat verwacht je van dit jaar? Wat denk of hoop je te leren? Waaraan denk je bij het zien van de bovenstaande foto? Waaraan denk je bij het horen van de termen 'psychologie' en 'sociologie'?*

**1. Beantwoord de vragen en motiveer je antwoord.**

Vragen	Antwoorden
Op wie lijk jij het meest: jouw moeder of jouw vader?	
Wiens mening is voor jou het belangrijkste: die van je ouders of die van je beste vriend of vriendin?	
Neem je graag de leiding of ben je eerder volgzaam?	
Vanaf welke leeftijd begint een kind te praten?	
Worden er in onze samenleving vandaag meer of minder kinderen geboren in vergelijking met vijftig jaar geleden?	

De onderwerpen die in de vragen aan bod komen, maken allemaal deel uit van twee belangrijke humane wetenschappen, namelijk psychologie en sociologie.

# 1 Psychologie

## 1.1 Definitie

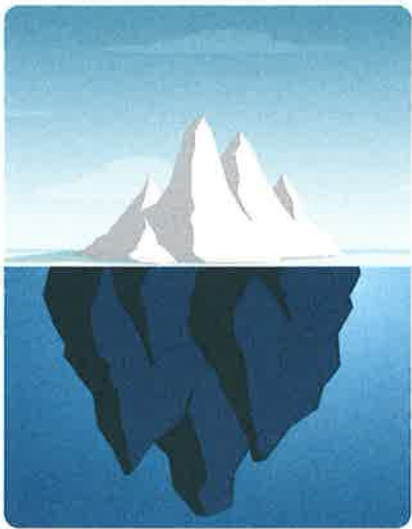
Psychologie is de wetenschap van het menselijke gedrag. Het object (= wat onderzocht wordt) van psychologie is dus het **gedrag van de mens**.

Onder gedrag verstaan de meeste mensen het **uiterlijk waarneembare gedrag**. Het kan daarbij gaan om de bewegingen van een persoon, wat hij of zij zegt ...

Dat is echter maar een klein deel. Het grootste gedeelte van het gedrag speelt zich af binnen in de mens. Dat **innerlijke gedrag** bestaat uit een heleboel activiteiten die niet zichtbaar zijn. Het kan opgesplitst worden in fysiologisch en in mentaal gedrag.

- Onder **fysiologisch gedrag** verstaan we alle biochemische en elektrische activiteiten die zich binnen in de mens afspelen. Ons gedrag wordt bestuurd vanuit ons brein, de hersenen. Dankzij de technologische vooruitgang zijn wetenschappers steeds beter in staat ons brein te bestuderen. Ze kunnen aan de hand van bepaalde technieken, zoals hersenscans, waarnemen of bepaalde delen van de hersenen aan het werk zijn en in welke mate ze actief zijn.
- Het **mentaal gedrag** bestaat uit de processen die zich situeren in de geest van de mens. Het gaat dan bijvoorbeeld om gedachten, gevoelens, dromen en motivatie. Precies weten wat iemand denkt, voelt of droomt, kunnen we nog lang niet.

2. Vul het schema in op basis van de informatie die je zonet gelezen hebt.



A

B



Alle gedrag, innerlijk én uiterlijk, vormt samen één geheel. Lichaam en geest beïnvloeden elkaar voortdurend.

3. Geef bij de bovenstaande zin twee voorbeelden uit de klascontext.

.....

.....

.....

.....

## 1.2 Onderzoeksgebieden

De meeste psychologen zijn gespecialiseerd in een bepaald onderzoeksgebied. De belangrijkste gebieden zijn:

### Functioneleer

Centraal in de functioneleer staan de functies, de basiselementen van het menselijke gedrag. Vergelijk het met de functies van een radio: je kunt een radio aan- en uitzetten, het volume bepalen, de zender kiezen ... Ook onze hersenen hebben heel wat functies, zoals het geheugen, de waarneming, het denkvermogen, het leervermogen, de persoonlijkheid en de emoties. In de functioneleer wordt bestudeerd hoe die functies werken.

### Ontwikkelingspsychologie

De ontwikkelingspsychologie bestudeert welk gedrag typisch is voor een bepaalde leeftijdsfase (baby, peuter, kleuter enzovoort) en hoe mensen zich ontwikkelen tijdens hun leven. Veel aandacht gaat naar de kindertijd, waarin mensen snel en ingrijpend veranderen. Maar ook de volwassen leeftijd en het ouder worden zijn interessant om te bestuderen.

### Persoonlijkheidspsychologie

De persoonlijkheidspsychologie is het onderdeel van de psychologie dat zich bezighoudt met de studie van de persoonlijkheid. Zowel de manieren waarop mensen psychologisch gezien van elkaar verschillen als de gevolgen ervan voor hoe ze zich voelen, hoe ze denken en hoe ze zich gedragen, worden hier bestudeerd.

### Klinische psychologie

De klinische psychologie bestudeert waarom mensen psychische problemen krijgen en hoe ze geholpen kunnen worden. Klinisch psychologen behandelen via gesprekstherapie mensen met stress, angststoornissen, depressies, relatieproblemen ... Dit onderzoeksgebied verbinden de meeste mensen met het woord 'psychologie'. Heel wat psychologen werken dan ook als klinisch psycholoog.

### Sociale psychologie

De sociale psychologie bestudeert hoe mensen met elkaar omgaan en hoe we elkaars gedrag beïnvloeden. Mensen zijn sociale wezens: we hebben elkaar nodig. Soms helpen we elkaar of worden we vrienden. In andere situaties ontstaat er ruzie of staan we elkaar zelfs naar het leven.

### Arbeids- en organisatiepsychologie

De arbeids- en organisatiepsychologie bestudeert het gedrag van mensen op het werk. Bedrijven huren vaak psychologen in om nieuwe werknemers te selecteren of om het groepsgevoel te vergroten. Hoe een werknemer zich voelt op het werk, heeft immers gevolgen voor zijn of haar prestaties. Arbeids- en organisatiepsychologen bestuderen ook hoe je het best reclame maakt om een product te verkopen, hoe je je winkel het best inricht ...

#### 4. Welk onderzoeksgebied komt in de volgende voorbeelden aan bod?

1

Hebben ook wij nood aan een wettelijke bescherming tegen een baas die ons vraagt altijd bereikbaar te zijn? 'Dat is een onzinnig en paternalistisch idee', zegt professor Frederik Anseel (UGent). 'Vandaag zitten we in een soort overgangsfase. Meer en meer nemen we afstand van het industriële model, waarbij iedereen op hetzelfde moment werkt, en bepalen mensen zelf, in overleg, wanneer en waar ze werken. Dat soort initiatieven gaat helemaal tegen die tendens in.' Volgens Anseel leggen veel werknemers vooral zichzelf de druk op om ook na de uren mee te draaien in de organisatie. 'Expliciet legt geen enkel bedrijf dat op. En als er impliciete druk is, komt dat vaak voort uit een bepaalde teamcultuur.'

*De Cort, C. (2017, 3 januari). Moeten ook wij verplicht offline? De Standaard, 2*

2

Dat jongeren meer aandacht hebben voor het genot en de spanning van nu dan voor de problemen van morgen, zie je in de hersenen weerspiegeld, zegt de Nederlandse hoogleraar Eveline Crone. 'In de psychologie is lang gedacht dat we jongeren meer bewust moeten maken van de gevaren van hun gedrag, zoals roken en drinken. Maar die gevaren kennen ze wel. Ze weten dat ze risico's nemen. De vraag werd dus waaróm ze dat, ondanks die wetenschap, toch doen.'



Engels, J. & Schoonen, W. (2017, 17 juni). Deze wetenschappers kregen de Spinozapremie voor hun onderzoek. [www.trouw.nl](http://www.trouw.nl)

3

'Ook volgende week dinsdag kan iedereen met corona-angst tussen 17 en 19 uur volledig gratis psychologische ondersteuning krijgen via de chat. Stuur een berichtje via deze Facebookpagina en ik help jullie graag gratis verder.' Zo stond het op de Facebookpagina van 'Psycholoog Tongeren'. De persoon daarachter is de Tongerse psychologe Mindy Philippeth. 'Ik stel in mijn praktijk vast dat 60 procent van mijn cliënten meer angst heeft dan anders, en dat door corona. De psychische gevolgen zijn groot. Vandaar mijn initiatief om laagdrempelig eerstelijnszorg te geven en door te verwijzen indien nodig. Voor alle duidelijkheid, daarbij verwijs ik niemand door naar mijn eigen praktijk.'

Bex, J. (2020, 12 november). Omgaan met corona-angst. [www.standaard.be](http://www.standaard.be)

4

Onderzoekers Carin Perilloux (Southwestern University, Texas) en Jaimi Cloud (Western Oregon University) wilden erachter komen waarom we bepaalde mensen aantrekkelijk vinden en wat het juist is dat hen aantrekkelijk maakt in onze ogen. Om dat te ontdekken vroegen ze aan 250 proefpersonen, zowel mannen als vrouwen, om zich in te beelden dat ze single waren en op zoek gingen naar hun ideale partner.

De onderzoekers kwamen tot de conclusie dat mannen die op zoek waren naar een partner voor het leven meer belang hechtten aan de gelaatstreken van de vrouw in kwestie dan aan haar lichaam. Wanneer ze echter op zoek waren naar een korte scharrel, gaven ze aan lichaamsbouw belangrijker te vinden. De vrouwen in de studie gaven vooral de voorkeur aan gelaatstreken, ongeacht of ze op zoek waren naar een partner voor lange of korte termijn.

Wauters, V. (2019, 7 april). Wat is belangrijker voor fysieke aantrekkingskracht: je gezicht of je lichaam? [www.hln.be](http://www.hln.be)



5

Wie op verschillende schermpjes tegelijk bezig is, onthoudt minder goed waar hij mee bezig is. Dat is logisch. Maar – verrassender – ook op momenten dat je je wel degelijk probeert te concentreren op één handeling, zou dat je minder goed afgaan als gevolg van het gelijktijdige gechat, gebel en geswip dat je gewoontegetrouw doet. Multitasken met media gaat mogelijk ten koste van je werkgeheugen. Tot die voorzichtige conclusie komen psychologen en neurologen van de Stanford University in de VS, nadat ze een reeks experimenten hebben uitgevoerd met tachtig studenten.

*van Dijk, T. (2020, 6 november). Multitasken is mogelijk slecht voor je geheugen. [www.standaard.be](http://www.standaard.be)*



6

De Amerikaanse psycholoog Toni Falbo zette vijftien karaktertrekken op een rij. Er bleken weinig verschillen te zijn tussen enig kinderen en andere kinderen. De eenlingen waren iets gemotiveerder om hun doelen te bereiken. Ze hadden ook een net iets groter gevoel voor eigenwaarde. Verder bleken ze even dominant, even volwassen, even coöperatief, even flexibel en even extravert als andere kinderen.

En zelfs met die ambitie en dat zelfvertrouwen blijkt het in latere studies nogal mee te vallen. De Nederlandse enig kinderen die Veenhoven ondervroeg, onderscheidden zich alleen doordat ze naar eigen zeggen minder goed waren in sport dan anderen. In sociaal opzicht leek hen dat niet te hinderen, want de enig kinderen waren even populair onder leeftijdsgenoten.

*Bakker, M. (2021, 20 februari). Enig kind zijn: zielig of zalig? De Morgen, 14*

## 2 Sociologie

### 2.1 Definitie

Sociologie is de wetenschap van het **samenleven**. Het object van sociologie is dus het gedrag van **groepen mensen**.

### 2.2 Onderzoeksgebieden

Binnen de sociologie kan het gaan om de studie van **kleine groepen** zoals een klas of een familie, **grotere groepen** zoals een volledige school of een jeugdbeweging, maar evengoed om de studie van de **samenleving** of de maatschappij.

Daarnaast bestuderen sociologen ook de **waarden en normen** van die groepen.

#### 5. Lees het tekstfragment en beantwoord de bijbehorende vragen.

#### Een kruis over het kruisje

Jürgen Mettepenningen (42), theoloog en medewerker van aartsbisschop Jozef De Kesel, geeft zijn jonge kinderen nog een kruisje voor het slapengaan. Maar onlangs wilde zijn dochter Gloria er geen meer. 'Ze gaf aan dat het genoeg was geweest, dat ze de volgende dag tien jaar zou worden en dat het dus niet meer nodig was.' Mettepenningen ziet het ritueel met spijt verdwijnen. 'Vroeger gaf iedereen zijn kind een kruisteken op het voorhoofd. Het hoorde bij de opvoeding. Omdat ons leven doordrongen was van het katholicisme, tot het slapengaan toe.'

'In diepchristelijke tijden, toen er minder gekust en geknuffeld werd, drukte je met een zachte duim op het voorhoofd inderdaad affectie voor je kind uit', zegt professor kerkelijk recht Rik Torfs (KU Leuven). 'Maar de nacht was, in het verleden waarin dit soort rituelen ontstond, echt nog een onzekere tijd. Elke nacht kon de laatste zijn, dus gaf je je kind over aan de goede zorgen van God.' 'Wanneer een samenleving ontkerkelijkt en de mensen uitsterven die groot zijn geworden met dat soort tradities, dan verdwijnen ook de rituelen.'

*Een kruis over het kruisje. (2018, 20 maart), De Standaard, 13*

- Welke norm komt in de tekst aan bod?

.....

- Welke waarde hangt daarmee samen?

.....

- Welke evolutie in onze samenleving stelt een socioloog vast?

.....

.....

### 3 Verband tussen psychologie en sociologie

Zowel psychologie als sociologie bestuderen het **gedrag van de mens**, maar beide wetenschappen doen dat vanuit een ander standpunt.

Terwijl sociologen het **groepsgedrag** bestuderen (sociale wetenschappen), bestuderen psychologen het **individuele gedrag** (gedragwetenschappen).

Terwijl psychologen oorzaken van een bepaald gedrag zoeken in het **psychische** van een persoon (gedachten, gevoelens en motivaties), zoeken sociologen de oorzaken veeleer in de **groep** of in de maatschappij waartoe de persoon behoort.

6. Schematiseer de bovenstaande info over de verschillen tussen psychologie en sociologie.

Psychologie	Sociologie

Dat hetzelfde gedrag door de beide wetenschappen vanuit een ander standpunt wordt behandeld, wordt duidelijk met een concreet voorbeeld.

7. Lees de onderstaande artikels en beantwoord de bijbehorende vragen.

1

In de provincie Antwerpen is iedereen verplicht een mondmasker te dragen in de publieke ruimte. Op andere plekken in België geldt die verplichting vaak op openbare plekken waar anderhalve meter afstand houden niet mogelijk is, zoals drukke winkelgebieden. Is die verplichting wel verstandig? En wat zijn de psychologische effecten van het langdurig dragen van een mondkapje? 'Iedereen zal anders op de mondkapjesplicht reageren', legt Arie Dijkstra, hoogleraar sociale psychologie van gezondheid en ziekte (Rijksuniversiteit Groningen), uit.

Er zitten wel degelijk psychologische voordelen aan de verplichting. 'Als je bijvoorbeeld bang bent om besmet te raken, kan het dragen van een mondkapje die dreiging verminderen. En als je zelf geen angst voelt, kan het dragen van een mondmasker ook voor een verantwoordelijkheidsgevoel zorgen. Dat werkt eveneens belonend', meent Dijkstra.

Bercht, A. (2020, 30 juli). Even wennen, maar mondmaskers worden heel normaal. [www.eoswetenschap.eu](http://www.eoswetenschap.eu)



2

Sociologen schrijven al decennia dat mondkapjes in de hoofden van mensen meer bieden dan zomaar bescherming. In Azië ging men ze begin vorige eeuw massaal dragen om aan te geven: kijk eens hoe medisch modern we zijn. En als amulet: Chinese dragers lieten hun mondkapjes bedrukken met beschermende tempelspreuken.



Tijdens de SARS-uitbraak van 2002 werden mondkapjes in Azië een 'sociaal ritueel', constateerde socioloog Peter Baehr enkele jaren geleden in een essay over 'maskercultuur'. Wie er geen droeg, was een paria, een asociaal die kennelijk lak had aan anderen. 'Het mondkapje symboliseerde een gedragsregel', aldus Baehr. 'Namelijk, een verplichting om de gemeenschap te beschermen.'

*Keulemans, M. (2020, 30 april). Waarom mondkapjes zo aantrekkelijk zijn, terwijl dagelijks gebruik weinig zin heeft. [www.volkskrant.nl](http://www.volkskrant.nl)*

- Welk gedrag wordt in beide tekstfragmenten behandeld?

.....

.....

- Welke oorzaak wordt vanuit de psychologie gegeven voor dat gedrag?

.....

.....

- Welke oorzaak wordt vanuit de sociologie gegeven voor dat gedrag?

.....

.....

## 4 Wetenschap en mensenkennis

### 8. Zijn de onderstaande stellingen waar of niet waar volgens jou? Duid aan.

Je onthoudt meer als je drie keer 20 minuten studeert verspreid over een week, dan als je één keer 60 minuten studeert.	waar / niet waar
Bij de meeste koppels zijn beide partners ongeveer even mooi.	waar / niet waar
Als het mooi weer is, zijn mensen vrijgevinger.	waar / niet waar
Aanduiden met een markeerstift is een goede manier om te studeren.	waar / niet waar
Meisjes kunnen beter multitasken dan jongens.	waar / niet waar

Ben je verrast door de resultaten? Van sommige uitspraken was je misschien overtuigd dat ze waar waren. Je hebt 'het ergens gehoord of gelezen', of 'de mensen zeggen dat ...'. Je hebt gebruikgemaakt van je mensenkennis: datgene wat jij weet (of denkt te weten) over hoe mensen in elkaar zitten. Maar voor een wetenschapper is dat niet voldoende. Iets is pas wetenschappelijk waar als het onderzocht en bewezen is.

**Mensenkennis** is de persoonlijke kennis die iedereen heeft over mensen, verzameld door dagelijkse ervaringen. Door onze dagelijkse omgang met mensen verwerven we heel wat kennis over hoe mensen zijn. We voelen ons allemaal een beetje psycholoog. Elke dag observeren we mensen, verklaren we waarom ze op een bepaalde manier reageren en voorspellen we hun reactie op een gebeurtenis. Sommige mensen kunnen dat goed: ze voelen aan hoe ze een agressieve persoon moeten aanpakken of welke straf goed zal werken bij een ongehoorzaam kind. Maar vaak hebben we het verkeerd voor en schatten we andere mensen compleet fout in.



Waarin verschillen alledaagse mensenkennis en wetenschappelijke kennis?

- Terwijl mensenkennis subjectief is, is wetenschap objectief. Mensen zijn emotionele wezens. Als we in contact komen met andere mensen, ontwikkelen we al gauw gevoelens van sympathie of antipathie. Als we dan iemands gedrag beoordelen, wordt dat oordeel vertekend door onze gevoelens voor die persoon. Ook vooroordelen beïnvloeden de manier waarop we naar anderen kijken. Wetenschappers moeten echter objectief blijven. Hun eigen mening en gevoelens mogen geen rol spelen als ze het gedrag van mensen observeren en beoordelen. Alleen de feiten zijn belangrijk.
- Als we onze mensenkennis gebruiken, zijn we weinig kritisch. Wetenschappers zijn net wel kritisch. In ons dagelijks leven stellen we ons nauwelijks vragen over onze overtuigingen. We zien bepaald gedrag en vormen er heel snel een mening over. We staan er vaak zelfs niet bij stil dat het slechts om een mening gaat en niet om een feit. We maken met andere woorden te weinig een onderscheid tussen de feiten die we observeren en de interpretatie die we er onmiddellijk aan geven. Wanneer een leerkracht een leerling uitgebreid ziet geeuwen tijdens de les, kan die leerkracht ervan overtuigd zijn dat de leerling lui en ongeïnteresseerd is. Wetenschappers zullen zo'n uitspraak niet zomaar voor waar aannemen. Zij willen eerst bewijs zien.
- Menschenkennis is gebaseerd op toevallige, persoonlijke ervaringen. We zijn geneigd om die toevallige ervaringen te veralgemenen. Wetenschap is evenwel gebaseerd op onderzoek. Wanneer je bijvoorbeeld hebt gemerkt dat de dochter van de buren zwaar heeft geleden onder de echtscheiding van haar ouders, zou je kunnen denken dat elke echtscheiding ernstige gevolgen heeft voor de kinderen. Iemand anders kent dan weer een kind dat nauwelijks hinder heeft ondervonden en denkt bijgevolg dat een scheiding voor de kinderen best wel meevalt. Wetenschappers nemen geen genoegen met toevallige voorbeelden. Als ze de waarheid willen weten, voeren ze een grondig onderzoek. Ze gaan dan bijvoorbeeld bij honderden kinderen na wat de gevolgen zijn van de echtscheiding van hun ouders. Om toeval tegen te gaan, zorgen ze ervoor dat de groep onderzochte kinderen lijkt op de totale bevolking: door voldoende jongens en meisjes te onderzoeken, door kinderen van verschillende leeftijden te selecteren, gezinnen met één kind en gezinnen met meerdere kinderen enzovoort.

**Samengevat:** wetenschap is systematisch verkregen en geordende, objectieve menselijke kennis.

**9. Schematiseer de tekst op p. 16.****Schrijf in de tabel de verschillen tussen mensenkennis en wetenschappelijke kennis.**

Mensenkennis	Wetenschappelijke kennis

## 5 Wetenschappelijk onderzoek

Om tot betrouwbare kennis te komen over om het even welk onderwerp, moeten we systematisch en op een verantwoorde manier te werk gaan. Daarvoor doen we een beroep op wetenschappelijk onderzoek. Dat is zo bij **exacte wetenschappen** zoals fysica en chemie, maar evengoed zo bij **humane wetenschappen** zoals psychologie en sociologie.



### 5.1 Vijf stappen in wetenschappelijk onderzoek

Elk wetenschappelijk onderzoek volgt vijf stappen.

#### Stap 1: onderzoeksvraag

De onderzoeksvraag is vaak gebaseerd op een al gekende theorie, maar kan evengoed voortkomen uit iets wat je is opgevallen of iets wat je nieuwsgierigheid opwekt. Meestal wordt er gezocht naar een verband tussen verschillende factoren.

Bijvoorbeeld: heeft slaapttekort een invloed op de leerprestaties van een tiener?

#### Stap 2: onderzoeksmethode

In functie van het onderzoeksobject wordt de meest geschikte onderzoeksmethode gekozen om de onderzoeksvraag te beantwoorden (zie 5.2). Er wordt bijvoorbeeld een observatie of een experiment opgezet.

Bijvoorbeeld: er wordt gekozen voor een experiment waarbij een groep tieners in twee (gelijkwaardige) groepen wordt verdeeld.

#### Stap 3: dataverzameling

Tijdens het onderzoek (experiment, observatie, literatuurstudie, enquête, interview) worden alle gegevens verzameld en gecategoriseerd.

Bijvoorbeeld: de ene groep, de controlegroep, heeft 's nachts een normaal slaappatroon en voert daarna een aantal leeropdrachten uit. De tweede groep, de experimentele groep, wordt verplicht om veel minder te slapen en voert daarna dezelfde leeropdrachten uit.

### Stap 4: data-analyse

De verzamelde gegevens worden ontleed en er worden objectieve verklaringen gezocht voor de gevonden resultaten.

Bijvoorbeeld: uit de resultaten van de leeropdrachten blijkt dat de leden van de controlegroep opvallend beter scoren dan de leden van de experimentele groep.

### Stap 5: data-rapportage

In de laatste fase worden de gevonden gegevens uitgeschreven en wordt er een conclusie opgesteld. Dat besluit is een antwoord op de onderzoeksvraag.

Bijvoorbeeld: er is inderdaad een verband tussen minder slaap en slechtere schoolprestaties.

## 5.2 Wetenschappelijke onderzoeksmethodes

Als we willen onderzoeken en begrijpen hoe de mens functioneert of hoe groepsprocessen werken, moeten we een aantal gegevens of data verzamelen. Dat doen we niet zomaar in het wilde weg. Alleen wanneer we de juiste onderzoeksmethodes hebben gebruikt, kunnen we wetenschappelijk verantwoorde conclusies trekken.

Wetenschappers kunnen bij hun onderzoek gebruikmaken van diverse onderzoeksmethodes. Aan de hand van de volgende oefening leer je de meest voorkomende methodes kennen.

### 10. Verbind de onderzoeksmethode uit de linkerkolom met de overeenkomstige omschrijving in de rechterkolom.

Onderzoeksmethode	Omschrijving
Interview <input type="radio"/>	Een vragenlijst met gesloten vragen, vaak in <input type="radio"/> meerkeuzevorm. Wie een vragenlijst invult, kan door antwoorden aan te kruisen vrij snel te werk gaan.
Enquête <input type="radio"/>	In deze onderzoeksmethode maak je gebruik van een vragenlijst of een prikkel waarbij de onderzochte <input type="radio"/> persoon een persoonlijk antwoord moet geven. Daaruit kun je conclusies trekken over de manier waarop die persoon functioneert in vergelijkbare situaties.
Observatie <input type="radio"/>	<input type="radio"/> Een kunstmatig opgezette situatie waarin je probeert te toetsen of een uitspraak geldt.
Literatuuronderzoek <input type="radio"/>	In deze onderzoeksmethode neem je een of <input type="radio"/> meerdere personen waar, met de bedoeling om uit de waarnemingen conclusies te trekken over het gedrag.
Experiment <input type="radio"/>	Een systematische studie op basis van de bestaande <input type="radio"/> wetenschappelijke literatuur om een wetenschappelijke vraagstelling te kunnen beantwoorden.
Psychologische test <input type="radio"/>	<input type="radio"/> Een vraaggesprek met (meestal) open en gevarieerde vragen.

Voor je de juiste onderzoeksmethode kunt kiezen, moet je weten **wanneer** je de verschillende methodes het best gebruikt.



## Interview

In een interview werken we met open vragen. De geïnterviewde krijgt de mogelijkheid om in alle vrijheid te antwoorden op de vragen. Er worden hem of haar dus geen vastgelegde mogelijkheden voorgelegd. De geïnterviewde kan op die manier veel informatie geven. Als een antwoord onduidelijk of te beknopt is, kan de interviewer bijvragen stellen. Het hoeft niet beperkt te blijven tot één geïnterviewde. Bij een focusgroepinterview interviewt de onderzoeker een aantal mensen tegelijk. Hij peilt naar hun ideeën en ervaringen. De geïnterviewden kunnen reageren op elkaars inbreng.



## Enquête

Omdat de vragen bij een enquête meestal gesloten zijn, kunnen de antwoorden gemakkelijk met elkaar worden vergeleken. De methode wordt vaak gebruikt als er veel mensen bevroegd moeten worden. We spreken van een kwantitatief onderzoek, omdat de onderzoeksresultaten in cijfers worden uitgedrukt.

## Literatuuronderzoek

Door een literatuuronderzoek of een bronnenonderzoek krijgen we een overzicht van de bestaande wetenschappelijke publicaties, zoals artikels en boeken over een bepaald onderwerp. Op die manier verwerven we inzicht in het onderwerp en leren we wat experts weten en denken.

## Experiment

We gebruiken een experiment als we uitspraken willen doen over de gevolgen van beïnvloedende factoren op het gedrag. In elk experiment is er een afhankelijke en een onafhankelijke variabele. De onafhankelijke variabele is het kenmerk dat de onderzoeker manipuleert. De afhankelijke variabele is het kenmerk dat als gevolg van die manipulatie verandert.

Zo kun je via een experiment nagaan in hoeverre achtergrondgeluid al dan niet leidt tot een slecht studieresultaat. Het achtergrondgeluid is dan de onafhankelijke variabele, het studieresultaat de afhankelijke variabele.

Om het effect te kunnen toeschrijven aan de manipulatie, werken we met twee onderzoeksgroepen. Enerzijds is er de experimentele groep, bij wie de onafhankelijke variabele wordt gemanipuleerd en het effect wordt geobserveerd. Anderzijds is er de controlegroep, bij wie de onafhankelijke variabele constant blijft. De gegevens uit de experimentele groep worden vergeleken met die uit de controlegroep. De twee groepen moeten op alle punten gelijk zijn, behalve op één, namelijk de onafhankelijke variabele. Die wordt veranderd voor de experimentele groep, maar constant gehouden voor de controlegroep.

## Observatie

Observatie is een veelgebruikte onderzoeksmethode in de sociale wetenschappen. In tegenstelling tot bij een experiment observeer je de persoon in een natuurlijke omgeving, zodat je het echte gedrag te zien krijgt.

## Psychologische test

Een psychologische test is aangewezen als je het gedrag, de persoonlijkheid, persoonlijkheidskenmerken of karaktertrekken van individuen in kaart wilt brengen.



**11. Bepaal voor elk van de volgende onderzoeksvragen welke onderzoeksmethode je kunt gebruiken om tot een betrouwbaar antwoord te komen.**

- Welke vormen van agressief gedrag vertonen kleuters in een kinderdagverblijf?  
.....
- Hebben hooligans een criminele persoonlijkheid?  
.....
- Welke plaats heeft de kerk vandaag in het leven van Vlaamse veertienjarigen?  
.....
- Kunnen mensen meer pijn verdragen als ze mogen roepen wanneer ze pijn ervaren?  
.....
- Hoe is de Vlaamse kinderpsychiater Peter Adriaenssens tot zijn inzichten over goed opvoeden gekomen?  
.....



**12. Bekijk het fragment uit *Het Journaal*. Geef drie redenen waarom het hier gaat om de enquête als onderzoeksmethode.**

.....  
.....  
.....

Verschillende van de bovenstaande onderzoeksmethodes zullen we gebruiken als we zelf een onderzoek uitvoeren (zie vademecum, p. 239).



Doorloop de verschillende stappen van de wetenschappelijke methode en zet een onderzoekje op naar de **vrijtijdsbesteding** van de klasgenoten. Probeer om daar wetenschappelijke uitspraken over te doen via een korte **enquête**.

# Test jezelf

## 1. Waar of niet waar?

Een versnelde ademhaling is een voorbeeld van fysiologisch gedrag.	waar / niet waar
Mentaal gedrag is niet zichtbaar, maar wel meetbaar.	waar / niet waar
Wetenschappelijke kennis is subjectief.	waar / niet waar
In een enquête worden bij voorkeur gesloten vragen gebruikt.	waar / niet waar
Psychische processen worden in de psychologie bestudeerd.	waar / niet waar

## 2. Vul in het schema de vormen van gedrag aan.



## 3. Via welke wetenschappelijke onderzoeksmethode werden de volgende vaststellingen gedaan?

1

Om na te gaan hoe eerlijk we zijn, kregen proefpersonen de opdracht om zich uit te spreken over het aantal stippen op een computerscherm. Men probeerde hen om te kopen voor een oneerlijke uitspraak. De neiging om vals te spelen was groter in de namiddag dan 's morgens.

.....

2

Uit een vraaggesprek over de slaap- en eetgewoonten bij twintig deelnemers aan de ramadan bleek dat hun concentratie beter was tijdens dan voor de ramadan.

.....

## 4. Welk onderzoeksgebied is van toepassing in de volgende voorbeelden?

- 84 procent van de drie- tot vijfjarigen heeft dikwijls een driftbui.

.....

- Vrouwen met een laag zelfbeeld hebben meer kans om koopverslaafd te worden.

.....

- Mannen voelen zich meer aangetrokken door vrouwen die iets roods aan hebben.

.....

## Vaktaal

- **Arbeids- en organisatiepsychologie:** studie van het gedrag van mensen op het werk of in een organisatie
- **Enquête:** bevraging waarbij een vragenlijst wordt voorgelegd aan meerdere personen
- **Experiment:** kunstmatig opgezette situatie waarin je probeert te toetsen of een uitspraak geldt
- **Functioneleer:** onderdeel van de psychologie waarin de functies van de hersenen worden bestudeerd
- **Fysiologisch:** wat de biochemische en elektrische activiteiten binnen in de mens betreft
- **Gedrag:** geheel van bewuste of onbewuste handelingen, die al dan niet waarneembaar zijn
- **Interpretatie:** mogelijke verklaring van bepaald gedrag
- **Interview:** diepgaand vraaggesprek met één of meerdere personen, meestal (ervarings-) deskundigen
- **Klinische psychologie:** studie van de psychische problemen van mensen en de behandeling van die problemen
- **Literatuuronderzoek:** studie van een onderwerp op basis van de bestaande wetenschappelijke kennis
- **Maatschappij:** grote groep mensen die een cultuur delen, samenleving
- **Mensenkennis:** persoonlijke kennis die iedereen heeft over mensen, verzameld door dagelijkse ervaringen
- **Mentaal:** geestelijk
- **Observatie:** gerichte waarneming met de bedoeling daaruit conclusies te trekken i.v.m. het gedrag
- **Ontwikkelingspsychologie:** studie van de ontwikkeling van de mensen tijdens hun leven
- **Persoonlijkheidspsychologie:** studie van de persoonlijkheid
- **Psychisch:** met betrekking tot het geestelijk functioneren (cognitieve, emotionele en morele functies)
- **Psychologie:** studie van het menselijk gedrag
- **Psychologische test:** meetinstrument waarbij men a.d.h.v. een vragenlijst of een prikkel verschillen in psychologische eigenschappen van mensen meet
- **Samenleving:** grote groep mensen die een cultuur delen, maatschappij
- **Sociaal:** met betrekking tot de omgang met andere mensen
- **Sociale psychologie:** onderdeel van de psychologie waarin wordt bestudeerd hoe mensen met elkaar omgaan en hoe ze elkaars gedrag beïnvloeden
- **Sociologie:** studie van de samenleving
- **Stress:** reactie van het lichaam en de geest op een situatie die spanning veroorzaakt
- **Waarnemen:** een betekenis geven aan zintuiglijke informatie
- **Wetenschap:** geheel van kennis gebaseerd op systematisch onderzoek
- **Zelfbeeld:** geheel van zelfwaarnemingen en zelfwaarderingen

### Leertip

#### Bedenk een ezelsbruggetje

Wanneer je een lijst met woorden moet onthouden, kun je gebruikmaken van een geheugensteuntje. Zo kun je het nonsenswoord 'SPOKAF' gebruiken om de zes onderzoeksgebieden te onthouden. Elke letter van dat woord is dan de eerste letter van een onderzoeksgebied.



## HOOFDSTUK 8

# Socialisatie



## Jong geleerd is oud gedaan

*(Uit een interview met een moeder.)*

*'Naast de platendraaier bij ons thuis lagen vooral Franse chansons: Aznavour, Adamo, Brel, Moustaki, Piaf ... Ik heb dat repertoire in die lange dagen van verveling in mijn jeugd grijsgedraaid. Ik kan veel van die teksten zelfs nu nog woord voor woord meezingen. Een paar jaar geleden, toen mijn ouders al dood waren, ben ik uit jeugdsentiment nog naar het Sportpaleis geweest voor het zogezegde laatste optreden van Charles Aznavour. Daar liep ik tot mijn verbazing mijn broer tegen het lijf, die er om dezelfde nostalgische reden was!' [...]*

*'Uit de bibliotheek voerde mijn moeder wel stápels kinder- en jeugdboeken aan. Alles van kwaliteit wat er op de markt was, heb ik gelezen — járen op mijn leeftijd vooruit. Lezen was voor mij vluchten uit de werkelijkheid. Ik speelde die boeken ook na, lééfde ze, nog lang na het uitlezen. Strips waren dan weer taboe, dat was geen "serieuze" lectuur.'*

*'Zelf heb ik geprobeerd om voor mijn kinderen meer te doen en meer samen. Ook aan cultuur: ik heb jaren dagelijks voorgelezen, een kinderliedjesverzameling aangelegd, boeken gekocht, we zijn naar de cinema gegaan, naar musical, jeugdtheater ...' [...]*

*'Wat muziek betreft, gaan mijn tienerzonen hun eigen gang, maar ze kunnen ook oudere dingen pruimen. De jongste heeft bijvoorbeeld veel gevoel voor ritme en zweert bij James Brown, Bob Marley en Dr. John [...]. De oudste vertoont plots belangstelling voor Bob Dylan en — sinds hij verliefd is — ook voor ... Franse chansons! Fraai toch, hoe de kroniek nooit eindigt.'*

*'Mijn moeder voerde uit de bib stapels boeken aan'. (2010, 20 maart), [www.standaard.be](http://www.standaard.be)*



# 1 Waarden en normen

## 1. Geef je mening over de volgende situatie.

De ouders van baby Pia uit Wilrijk (9 maanden) lanceren een nationale sms-actie om hun kind te redden. Het enige geneesmiddel dat haar kan genezen, kost namelijk 1,9 miljoen euro.

Pia Boehnke uit Wilrijk is nu negen maanden. Vier maanden geleden kreeg zij de diagnose SMA (spinale musculaire atrofie), een genetische aandoening waardoor ze haar spieren nauwelijks kan bewegen. Baby's met die ziekte hebben steeds dunnere en zwakkere darmen, waardoor ze moeilijker kunnen slikken, kauwen en ademen. Hun levensverwachting is maximaal twee jaar. Alleen een gentherapie kan de baby redden.



De diagnose van SMA was een drama voor de ouders van Pia. Maar zij vestigden al hun hoop op de Verenigde Staten. Daar bleek het farmaceutisch bedrijf Novartis te werken aan een veelbelovend medicijn, dat toen nog in een testfase zat. De diagnose van Pia kwam net te laat om haar te laten meedoen aan het klinisch onderzoek, zeg maar een gratis behandeling als proefpersoon.

Maar omdat het medicijn Zolgensma onlangs in de VS werd goedgekeurd, kan het ook gewoon worden verkocht. Tegen een serieuus bedrag weliswaar: 2,1 miljoen dollar – omgerekend 1,9 miljoen euro. De familie van Pia hoopt dat bedrag via benefietacties in te zamelen om alsnog naar de VS te trekken. De ouders hebben nu ook een nationale sms-actie gelanceerd. Elke sms brengt 2 euro op. 'Als één Belg op de tien een sms stuurt, dan is het leven van ons dochtertje gered', zegt mama Ellen De Meyer aan VTM.

Ouders van dodelijk zieke Pia lanceren nationale sms-actie. (2019, 16 september). [www.standaard.be](http://www.standaard.be)

---

---

---

Jouw reactie op het verhaal wordt sterk gestuurd door de waarden waarmee je bent opgegroeid. **Waarden** zijn algemene, abstracte richtlijnen die uitdrukken wat in een samenleving als goed en waard om na te streven wordt beschouwd.

## 2. Welke waarde staat centraal in het bovenstaande artikel en bepaalt jouw reactie?

---



Om waarden in een samenleving te kunnen realiseren, worden concrete gedragsregels opgesteld. Die worden **normen** genoemd. Ze geven aan hoe we ons in een bepaalde situatie moeten of niet mogen gedragen.

We kunnen een onderscheid maken tussen formele en informele normen.

- **Formele normen** worden in een samenleving vastgelegd in schriftelijke wetten. Daarnaast zijn ze verbonden met sancties. Wie zulke normen niet naleeft, krijgt er een bepaalde straf voor.
- **Informele normen** zijn niet in wetten vastgelegd, maar de meeste mensen vinden dat ze hoe dan ook nageleefd moeten worden. Wie zulke normen niet naleeft, wordt niet formeel bestraft. Maar het niet naleven ervan kan wel maatschappelijk worden bestraft, bijvoorbeeld met een misprijzende blik.



Waarden en normen zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Uit één waarde kunnen meestal verschillende normen worden afgeleid. Ook omgekeerd kunnen bij één norm meerdere waarden worden geplaatst.

**3. Geef bij de waarden uit het artikel over baby Pia een bijbehorende norm.**

Waarde	Norm

**4. Gaat het bij de bovenstaande normen om formele of informele normen?**

**5. Geef voor elke waarde twee passende normen in de bijbehorende situatie.**

Waarde	Situatie	Normen
Respect	Je bent een leerling in de klas.	
Veiligheid	Je bent een fietser in het verkeer.	

**6. Geef voor elke norm twee passende waarden.**

Norm	Waarden
Je staat op de bus je plaats af aan iemand die slecht te been is.	
Je blijft je vriend/vriendin steunen wanneer die het moeilijk heeft.	

## 2 Instituties

Om waarden in de praktijk te realiseren, worden normen in het leven geroepen. Die worden uitgedragen door **instituties**. Dat zijn maatschappelijke systemen die niet alleen waarden realiseren, maar ze ook doorgeven van de ene generatie op de volgende.

**7. Bestudeer het reglement van je school.**

- Welke waarden zijn belangrijk bij jou op school? Geef er minstens vier.
- Geef telkens ook een bijbehorende norm die gerespecteerd moet worden.

Waarde	Norm

Bij instituties denk je aan grote maatschappelijke organisaties, zoals de school, de media of het gerecht. Maar ook een kleine groep, zoals het gezin, kan fungeren als institutie.

Een institutie heeft de volgende **kenmerken**:

1. Een institutie bepaalt de doelen van die institutie en de manier waarop ze gerealiseerd kunnen worden.
2. Een institutie bepaalt wie wat doet en hoe de onderlinge verhoudingen tussen de leden van de institutie zijn.



Sociologen maken een onderscheid tussen enculturatie en acculturatie.

- **Enculturatie** is de socialisatie van mensen binnen de maatschappij waarin ze geboren zijn.
- Bij **acculturatie** is sprake van cultuuroverdracht op mensen die al in een andere cultuur zijn gevormd. Het kan bijvoorbeeld gaan om migranten of mensen die langdurig in een andere cultuur verblijven.

In zijn tv-programma *Reizen Waes* verkende tv-maker Tom Waes verschillende uitdagende reisbestemmingen. Hij ondervond dat je het best de lokale waarden, normen en gebruiken aanleert om te kunnen meedraaien in die samenleving.



**11. Bekijk het fragment uit het reisprogramma *Reizen Waes* en geef een aantal voorbeelden van normen die een nieuwe burger in Bhutan moet aanleren.**

.....

.....

.....

.....



Socialisatie onder de vorm van enculturatie begint al vanaf de geboorte en duurt levenslang. Ze gebeurt via observatie van en interactie met anderen uit de omgeving. Er zijn drie soorten socialisatie.

### 3.1 Primaire socialisatie

Tijdens de kinderjaren gebeurt de **primaire socialisatie**. Dan worden de algemene gedragingen aangeleerd die eigen zijn aan een bepaalde cultuur.

**12. Welke institutie speelt daarin een belangrijke rol?**

.....

**13. Beantwoord over die institutie de volgende vragen:**

- Welke waarden krijgt het kind er mee?
- Welke vaardigheden leert het kind er aan?

.....

.....

#### 3.1.1 Play- en game-stadium

De primaire socialisatie verloopt volgens de socioloog **George Herbert Mead** (1863-1931) in twee stadia, het play-stadium en het game-stadium, voorafgegaan door een voorbereidende fase.

In die voorbereidende fase leert het kind de eerste handelingen voornamelijk door **imitatie**. Bij die vorm van onbewust leren gaan kinderen het gedrag van anderen uit hun omgeving nabootsen.

## Play-stadium

De bewuste socialisatie begint pas rond de leeftijd van drie jaar. Pas dan gaan kinderen zich **identificeren** met anderen en hun gedragingen overnemen.

De kleuter speelt daarbij vaak de rol van een belangrijke figuur uit zijn omgeving, zoals een van de ouders of de kleuterjuf of -meester. Die figuur wordt de *significant other* (betekenisvolle andere) genoemd. Het kind speelt in zijn spel twee rollen tegelijk. Enerzijds speelt het de rol van de belangrijke figuur, anderzijds speelt het de rol van zichzelf door op het gedrag van de belangrijke figuur te reageren.



### 14. Pas het principe toe op de foto hierboven.

Vaak zal de kleuter in zijn fantasiespel een dialoog gebruiken. Daarin zal het kind zowel de opmerkingen van de *significant other* als die van de pop uitspreken. De reacties van de pop worden wel vaak met een andere stem uitgesproken.

Door de rol van de *significant other* te spelen, leert het kind zichzelf te zien door de ogen van de ander. Vanaf nu start het zelfbewustzijn, door Mead het *self* genoemd. Het kind zal voor het eerst het woordje 'ik' gebruiken.

Het kind vormt vanaf nu ook een zelfbeeld. Dat gebeurt doordat we de reacties van anderen op onszelf proberen te begrijpen. We zien onszelf door de ogen van de ander. Die is dan als het ware een soort spiegel waarin we onszelf zien. In de wetenschappelijke literatuur wordt dat het *looking-glass self*-principe genoemd.

## Game-stadium

Vanaf **vijf jaar** speelt het kind meerdere rollen en speelt het ook met anderen samen. Het kind moet alle rollen in een groter geheel kunnen organiseren en moet zich kunnen inleven in de rol van de medespelers. Denk in dat opzicht aan de doe-alsofspelletjes van de kleuter (zie p. 76).

Vooraleer het spel begint, worden de verschillende rollen besproken en verdeeld. Wie zich tijdens het spel niet aan zijn vooraf bepaalde rol houdt, wordt uitgesloten. Elk spel is immers gebaseerd op de bestaande waarden en normen van de samenleving waarvan het kind deel uitmaakt. Alle rollen met de daarbij horende rechten, plichten en verwachtingen vormen samen de spelregels van het spel.

Tijdens het game-stadium leert het kind zichzelf te zien vanuit het standpunt van de andere spelers, in feite vanuit het standpunt van de groep als geheel. Mead sprak in dat geval van de *generalized other* (veralgemeende andere).

Na het spelen van ontelbaar veel spelletjes in dit game-stadium heeft het kind niet alleen de spelregels leren aanvaarden, maar beschouwt het ze ook niet langer als opgelegd van buitenaf. Ze zijn als het ware vanzelfsprekend geworden. Het kind heeft ze **geïnternaliseerd**. Ze zijn een deel van hem geworden.

Zo worden niet alleen de spelregels, maar bij uitbreiding ook de waarden en normen van de maatschappij een deel van de persoon.

Heel veel regels en normen die we ons tijdens onze kindertijd op de bovenstaande manier eigen hebben gemaakt, zijn ongeschreven afspraken die zo vanzelfsprekend zijn dat we er niet meer bij stilstaan. Om te weten te komen wat die vanzelfsprekende afspraken zijn, worden **breaching experimenten** gebruikt. Die maken ons bewust van die afspraken door ze aan te vallen of te doorbreken.



**15. Welke ongeschreven regels zouden kunnen worden doorbroken of geschonden in de onderstaande situaties?**



**3.1.2 Gezin**

De primaire socialisatie gebeurt vooral in het **gezin**. Een herkenbaar onderdeel voor velen is ongetwijfeld het (dagelijkse) voorleesmoment (zie p. 67).

De invloed van kinderboeken mag niet worden onderschat. Net zoals de vele andere dingen waarmee kinderen in hun eerste levensjaren in contact komen, bepalen de gebeurtenissen en handelingen uit prenten- en kinderboeken hun denken en hun opvattingen over de wereld.

In veel kinderboeken beleven allerlei dieren een hoop avonturen. Omdat de dieren heel wat menselijke trekken hebben, komt de jonge lezer onbewust in aanraking met tal van waarden en normen.

**16. Bekijk een fragment uit *De Fiets van Fien*. Wat kan een kind uit dit fragment leren?**

.....

.....

.....

.....

.....

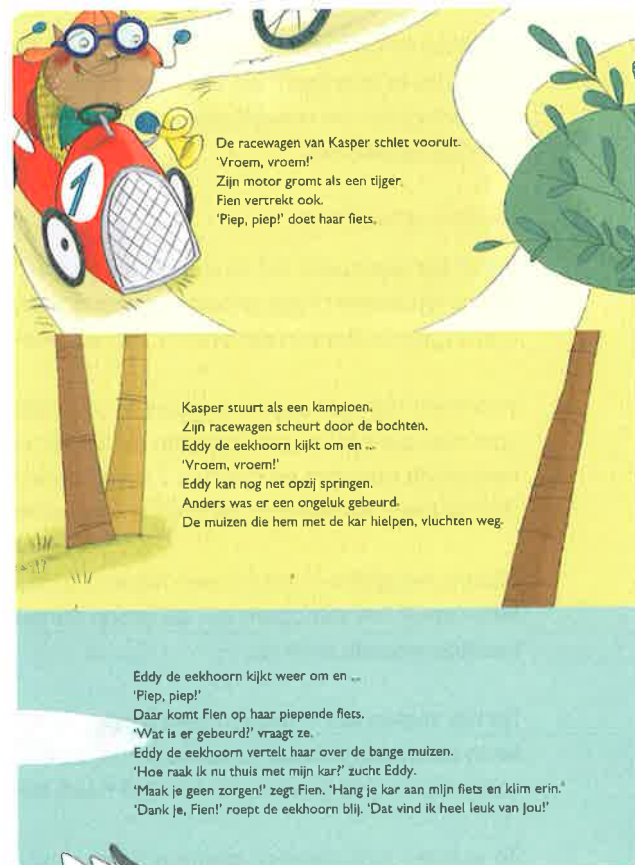
.....

.....

.....

.....

.....



### 3.1.3 Wolfskinderen

Het belang van instituties zoals het gezin blijkt zeker bij gevallen waarin kinderen zijn opgegroeid zonder menselijk contact. In de wetenschappelijke literatuur worden die kinderen **wolfskinderen** genoemd. Hoewel ze geboren worden met bepaalde vaardigheden, zoals het vermogen om klanken voort te brengen en bepaalde karaktertrekken (*nature*), slagen ze er niet in om via socialisatie voorbereid te worden op een normaal leven in de maatschappij (*nurture*).

#### 17. Zoek in het onderstaande tekstfragment drie voorbeelden die aantonen dat John onvoldoende gesocialiseerd is.

Op een dag in 1991 liep een vrouw uit een dorp bij de stad Bombo in centraal Oeganda verder het bos in dan anders, op zoek naar brandhout. Een troep kleine aapjes – groene meerkatten – sprong om haar heen, waarvan er eentje er vreemd uitzag, want hij had geen staart. Na enige tijd werd het de vrouw duidelijk dat het geen aap was, maar een jongetje. Met de hulp van een dorpsgenoot haalde de vrouw het jongetje op. De man joeg de apen weg en droeg het verschrikte kind naar het dorp. De jongen was vijf of zes jaar oud, vervuild, en zat vol wonden en littekens. Hij sprak geen taal, bewoog zich gehurkt voort en was behaard. Omdat hij bang was voor water, moesten er drie volwassenen aan te pas komen om hem te wassen. Al snel bleek dat het John Ssebunya moest zijn, die sinds een paar jaar vermist werd. Het gezin waar John uit voortkwam was gewelddadig, en hij was verjaagd van huis of had er zelf voor gekozen om het bos in te vluchten. [...] In de eerste twee jaar van een mensenleven vormen de hersenen elke seconde 700 tot 1000 nieuwe synapsen (contactplaatsen tussen zenuwcellen). Op je vierde worden de meeste verbindingen verstevigd, maar de netwerken die je zelden gebruikt, worden eruit gegooid. Als de sociale vaardigheden of het taalvermogen bijvoorbeeld niet getraind worden, dan kan het kind op die gebieden de rest van zijn leven achterblijven, doordat de netwerken daarvoor zijn verdwenen. Toen John werd gevonden, kon hij niet goed rechtop lopen, was hij opvliegend en schrokte hij zijn eten naar binnen. Logica en het vermogen te plannen waren ver zoek, vermoedelijk omdat zijn hersenen niet getraind waren in sociale omgang en structuur. Na acht jaar in een pleeggezin ging hij echter om met vrienden, voetbalde hij en zong hij in een koor.



Viuf, B. (2018, 13 april). De echte Mowgli's zijn proefkonijnen, *Wetenschap in Beeld*, 45-46

Een van de bekendste voorbeelden van een wolfskind is **Genie**. Het meisje werd in 1970 nabij Los Angeles op dertienjarige leeftijd gevonden, nadat ze jarenlang was opgesloten in een kamer in het ouderlijke huis. Overdag werd ze vastgebonden aan een stoel, 's nachts werd ze vastgeketend aan een bed. Als gevolg van die extreme verwaarlozing kon ze nooit normaal ontwikkelen.

Bij haar bevrijding was ze niet zindelijk en kon ze niet normaal lopen, eten en praten. Een team van experts probeerde haar in een kinderziekenhuis in Los Angeles sociaal te maken en te leren praten. Dat bleek geen succes. In 2001 verscheen *Mockingbird don't sing*, een pakkende verfilming van haar levensverhaal.

## 3.2 Secundaire socialisatie

Naarmate het kind ouder wordt, wordt de invloed van het gezin als socialiserende institutie kleiner. In de plaats komen andere instituties zoals school en de *peergroup*.

De plaats van de ouders als belangrijkste personen in het leven van de jongere wordt overgenomen door vrienden. Samen met andere leeftijdsgenoten vormen zij de *peergroup*. Het Engelse begrip *peer* betekent 'gelijke'. Met de *peergroup* duiden we een groep mensen aan die een aantal kenmerken delen, zoals leeftijd of interesses.



Bij tieners wordt de *peergroup* steeds belangrijker. Contacten met de *peergroup* zijn voor een tiener bijzonder leerrijk. Terwijl hij in een relatie met volwassenen (ouders, leerkrachten ...) altijd als de jongere, minder 'wijze' wordt gezien, staat hij tegenover zijn leeftijdsgenoten op **dezelfde hoogte**. Dat is een essentieel verschil: in plaats van bevelen te krijgen en te gehoorzamen, moet de tiener in de *peergroup* overeenkomen, samen beslissingen nemen en afspraken maken. Bovendien voelen tieners zich thuis bij elkaar: ze maken hetzelfde mee, ze zitten met dezelfde vragen, ze zijn allen op zoek naar zichzelf.

De *peergroup* is de plek bij uitstek om te **experimenteren** met nieuw gedrag. De mensen uit die groep bepalen mee welke kleren je aantrekt, welke films je bekijkt, of je al dan niet rookt ... Tieners leren er normen over hoe je met elkaar omgaat.

### 18. Welke waarden zijn belangrijk in de *peergroup*?

---

---

De normen in de *peergroup* wijken vaak af van de normen van de ouders en de school. Zo komt het voor dat ouders ander gedrag van je verwachten dan je vrienden. Soms leidt dat tot spanningen. Je kunt immers niet voor iedereen goed doen.

### 19. Geef twee situaties waarin je aantoont dat de *peergroup* en volwassenen ander gedrag van je verwachten.

---

---

---

## 3.3 Tertiaire socialisatie

### 3.3.1 Kinderprogramma's

Met tertiaire socialisatie bedoelen we de invloed van de massamedia op onze waarden, normen en vaardigheden. Er kan al vroeg sprake zijn van zo'n invloed.



**20. Lees de onderstaande tekst. Beantwoord de vragen.****Elmo leert uw kind rekenen en lezen**

*Elmo die je kind tot dertig leert tellen en een app die samen met je kind meeleeft en analyseert hoe het dat doet. Sesamstraat en IBM slaan de handen in elkaar om kinderen op een nieuwe manier te leren leren.*



Hoe kun je kinderen, en dan vooral kansarme kinderen, via een televisieprogramma klaarmaken voor school? Toen twee Amerikanen midden de jaren 60 nadachten over hoe je kinderprogramma's kunt maken die daarin slagen, ontwikkelden ze het concept van Sesamstraat. Het programma, dat in de Verenigde Staten in 1969 voor het eerst op het scherm kwam, gebruikte alle mogelijke tv-technieken om kinderen aan het scherm gekluisterd te houden en hen iets te laten opsteken. Ondertussen zijn we een halve eeuw verder en is het belang van televisie de voorbije jaren pijlsnel afgenomen. Ook kinderen van nauwelijks enkele jaren oud weten maar al te goed wat ze met een smartphone en tablet kunnen. Via YouTube kijken ze naar hun favoriete series en er bestaan ondertussen al duizenden apps met simpele spelletjes op kleutermaat. Sesamstraat sprong de voorbije jaren al op de digitale trein en ontwikkelde een resem apps, maar gaat nu voor de grote sprong voorwaarts.

Sesame Workshop, de non-profitorganisatie achter Sesamstraat, en IBM sloten een deal om de volgende drie jaar samen te werken en nieuwe toepassingen te ontwikkelen die werken met Watson. De supercomputer van Watson werkt op basis van kunstmatige intelligentie en is zelflerend. De nieuwe toepassingen zouden elk kind moeten toelaten om te leren op zijn of haar eigen niveau. IBM zorgt daarbij voor de technologie, Sesame Workshop voor de jarenlange expertise over hoe je het best peuters en kleuters kunt helpen opvoeden. [...]

Hoewel er nog steeds discussie is of het wel oké is dat kinderen al op zo'n jonge leeftijd tablets en smartphones gebruiken, en dan vooral over hoelang ze dat kunnen doen, is het volgens Jeff Dunn, de grote baas van Sesame Workshop, noodzakelijk om er al zo vroeg bij te zijn.

*Debackere, J. (2016, 28 april). Elmo leert uw kind rekenen en lezen. De Morgen, 29*

- Pas de term 'tertiaire socialisatie' toe op de inhoud van het artikel.

.....

.....

- Wat was het oorspronkelijke doel van het programma Sesamstraat?

.....

.....

- Wat is het verschil tussen de huidige situatie en die in 1960?

.....

.....

- Welke kritische bedenking kun je maken bij dit initiatief?

.....

.....

### 3.3.2 Digital natives

Jongeren groeien vandaag op in een wereld waarin smartphones, tablets en een internetverbinding amper nog weg te denken zijn. Onderwijsdeskundige Marc Prensky (1946) bedacht voor hen de term *digital natives*. Volgens hem is het internet voor *digital natives* net zo normaal als eten, drinken, slapen en alle andere basisbehoefes.

Een belangrijk verschil met de vroegere media is dat de nieuwe media interactief zijn. Je bent niet meer de passieve ontvanger. Je kunt nu zelf berichten, tweets, video's ... de wereld in sturen. Wij zijn nu zelf de media. Er wordt terecht over 'sociale' media gesproken, waarbij de gebruikers en niet de journalisten voor de inhoud zorgen. Enkele veel gebruikte toepassingen zoals Facebook, Twitter, YouTube, Instagram en TikTok hebben op enkele jaren tijd de (virtuele) wereld veroverd.



**Stel een korte enquête op waarin je polst naar het sociale mediagebruik bij je klasgenoten.**

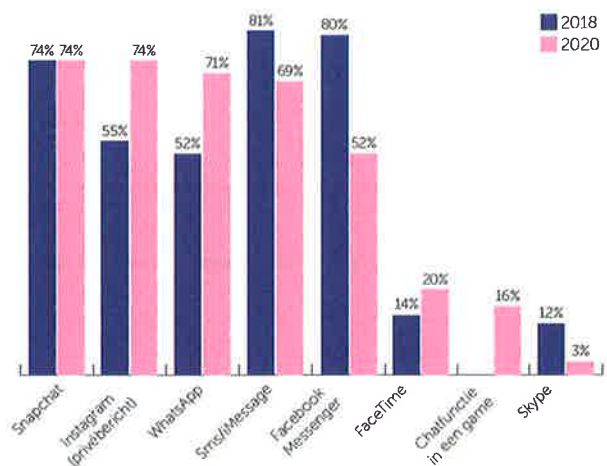
- Vergelijk de resultaten met de resultaten uit het onderzoek van *Apestaartjaren* (2020).
- Trek een aantal conclusies over jullie sociale mediagebruik.

**Tabel: percentage jongeren dat het sociale medium minstens wekelijks gebruikt**

	Eerste graad	Tweede graad	Derde graad
YouTube	87 %	92 %	91 %
Instagram	78 %	92 %	90 %
Facebook	13 %	33 %	66 %
TikTok	41 %	27 %	18 %
Twitter	6 %	12 %	24 %
Skype	17 %	17 %	31 %

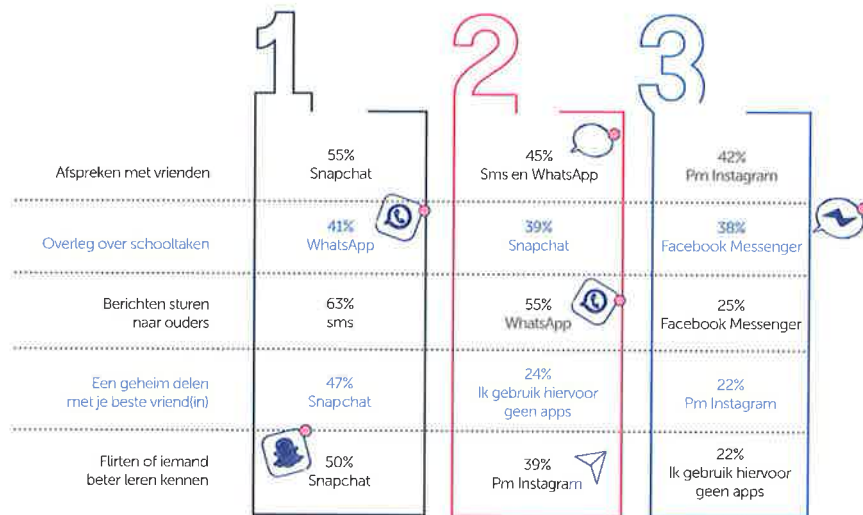
Bron: *Apestaartjaren*, 2020

**Grafiek: op welke manieren heb je de voorbije week met iemand persoonlijk gecommuniceerd?**



Bron: *Apestaartjaren*, 2020



**Tabel: welke van de onderstaande diensten gebruik je het vaakst om ...?**

Bron: Apestaartjaren, 2020

### 3.3.3 Influencers

In het huidige digitale tijdperk maken ook de *influencers* opmars. Via sociale media als Instagram en YouTube bereiken zij een groot publiek. Dat kan oplopen tot miljoenen volgers. Omdat zij een sterke en persoonlijke connectie met hun volgers maken, voelt het bijna alsof het vrienden zijn naar wie je wilt luisteren en van wie je raad aanvaardt. Op die manier kunnen zij ook een rol spelen in het beïnvloeden van ons waarden- en normenpatroon.

De Vlaamse *influencer* Stien Edlund werd naar aanleiding van de coronacrisis ingeschakeld door de Vlaamse overheid.

#### 21. Welke waarden probeert Edlund over te brengen?

De corona-aanpak in Brussel staat of valt met hoe de diverse bevolkingsgroepen bereikt worden, zei viroloog Steven Van Gucht van Sciensano nadat de coronamaatregelen in het Brussels Gewest waren verstrengd.

Om die verschillende doelgroepen te bereiken, wordt steeds vaker een beroep gedaan op influencers. Zo lanceerde de Vlaamse overheid in de zomer nog een campagne om jongeren te sensibiliseren over het contactonderzoek. Bekende namen op Instagram en TikTok riepen hun volgers op zoveel mogelijk informatie te delen als een contactspoorder hen zou opbellen.



Ook Stien Edlund (18), een van Vlaanderens bekendste influencers, ondersteunde de campagne. Edlund heeft ruim 200 000 volgers op Instagram, op TikTok zelfs meer dan 2,5 miljoen. 'Ik heb veel reacties gekregen op mijn post over het contactonderzoek. We werden gevraagd een foto te delen waarop familieleden werden vervaagd. Dat wekte de nieuwsgierigheid van mijn volgers. In de →

beschrijving bij de foto maakte ik dan duidelijk dat het in het kader van contactonderzoek soms belangrijk is om persoonlijke informatie te delen.'

De foto van Edlund kwam online op 24 juli. Het lijkt de laatste keer dat ze iets coronagerelateerds postte. 'Ik probeer regelmatig via mijn Instagram-story's op mijn eigen manier duidelijk te maken dat het crisis is en we de maatregelen zo goed mogelijk moeten volgen. Die verhalen verdwijnen na 24 uur', verduidelijkt ze. 'Ik wil er niet mee overdrijven. Als ik te veel over corona zou praten, zouden mijn volgers dat snel beu worden. Dan werkt het averechts.'

Torbeyns, A. (2020, 29 september). 'De beste influencer is je moeder'. *De Standaard*, 10

### 3.3.4 Nadelen

Aan sociale media zijn ook een aantal belangrijke nadelen verbonden. Zo zijn cyberpesten en sexting vaak voorkomende problemen.

Wat **cyberpesten** betreft, blijkt uit het cijfermateriaal van *Apestaartjaren* uit 2020 dat 17 % van de bevroegde jongeren in het voorbije jaar online lastig was gevallen, slecht behandeld was of in aanraking gekomen was met een online gebeurtenis die hem of haar van streek had gemaakt. Opvallend is dat er een duidelijk verschil is tussen jongens en meisjes, 21 % van de meisjes gaf aan slachtoffer te zijn, in vergelijking met 'slechts' 13 % van de jongens.

**Sexting**, het verspreiden of delen van seksueel getinte berichtjes of beeldmateriaal van zichzelf via sociale media, hoeft op zich geen probleem te zijn. Vandaag is het onderdeel van de natuurlijke seksuele zoektocht en het experimenteergedrag van jongeren. Maar soms kan het problemen veroorzaken. De onderstaande tabel vermeldt in procenten het aantal jongeren dat betrokken was bij sexting per graad. Het ging om een steekproef bij 4255 respondenten uit 20 verschillende Vlaamse scholen.

#### 22. Bekijk de tabel en beantwoord de vragen.

Tabel: aantal verschillende jongeren die betrokken waren bij sexting per graad

Type sexting	Eerste graad	Tweede graad	Derde graad	Gemiddelde
Naaktfoto's maken en verzenden (totale steekproef)	2 %	7 %	17 %	
Door iemand anders onder druk gezet / aangedrongen om een sext te sturen	10 %	24 %	24 %	
Doorgestuurde sextingfoto's te zien gekregen / toegestuurd gekregen	13 %	43 %	52 %	
Een sextingfoto van iemand anders doorgestuurd	2 %	11 %	13 %	

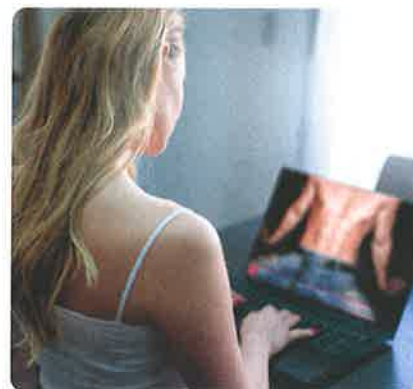
Bron: *Apestaartjaren*, 2020

- Bereken het gemiddelde over de verschillende graden heen voor elke categorie. Schrijf dat percentage in de laatste kolom.

- Welke onderdelen van sexting zijn problematisch?

Het kan af en toe grondig fout lopen met sexting. Dat ervaren de bekende Vlamingen Stan Van Samang, Peter Van de Veire en Sean Dhondt. Zonder hun toestemming werden via sociale media naaktfoto's verspreid. Stan Van Samang besloot daarop om klacht in te dienen tegen onbekenden.

In het tv-programma *De Afspraak* legt Heidi De Pauw van *Childfocus* uit wat de gevaren van sexting kunnen zijn.



### 23. Bekijk het fragment. Beantwoord de vragen.

- Welke gevoelens ervaart het slachtoffer?

- In welke situaties wordt sexting problematisch?

- Wie is de schuldige in dit verhaal en pleegt dus een misdrijf?

- Welke straffen kunnen voor dit misdrijf worden uitgesproken?

- Wat is *sextortion*?

### 24. Speel het stellingenspel over de invloed van sociale media.

- Vrienden op sociale media zijn geen echte vrienden, echte vriendschappen verwateren.
- Het is normaal dat ouders controleren wat hun tienerkind doet via gsm of op het internet.
- Seks op het internet en in video's zorgt ervoor dat jongeren een verkeerd beeld hebben van wat normale seks is.
- Games hebben alleen maar nadelen: ze zijn verslavend en verheerlijken geweld.
- Op een tienerkamer horen geen gsm, laptop of games.
- Sociale media spelen een belangrijke rol in de ontwikkeling van creatieve vaardigheden en het uitbouwen van hobby's.
- Sociale media laten jongeren toe om gemakkelijk sociale netwerken uit te bouwen en 'geconnecteerd' te blijven met vrienden en familie.

### 3.4 Hersocialisatie

Een speciale vorm van socialisatie is **hersocialisatie** of **resocialisatie**. Bij dat proces probeert men iemands oude waarden, normen en overtuigingen te vervangen door nieuwe. Dat gebeurt heel vaak in een **totale institutie**.



Een totale institutie heeft een aantal duidelijke **kenmerken**.

- Personen verblijven er continu. Dat betekent 24 uur per dag, zeven dagen per week.
- De institutie bevindt zich afgesloten van de buitenwereld.
- Wonen, werken en vrije tijd zijn samengebracht op één plaats.
- Mensen zijn altijd en overal onderworpen aan een strenge structuur.
- Er is een bijna voortdurende sociale controle.

#### 25. Geef een aantal voorbeelden van totale instituties.

---

---

Omdat mensen in een totale institutie nauwelijks over privacy beschikken, verliezen ze na verloop van tijd hun identiteit. Dat maakt het mogelijk om nieuwe waarden, normen en overtuigingen aan te leren.

In bepaalde gevallen is het de bedoeling om na het proces van resocialisatie weer een leven op te bouwen in de maatschappij. Dat is bijvoorbeeld het geval wanneer iemand een gevangenisstraf heeft uitgezeten.



**Ga in diverse media op zoek naar een getuigenis van iemand die in een totale institutie heeft geleefd en die het proces van hersocialisatie heeft meegemaakt. Geef aan welke nieuwe waarden, normen en/of overtuigingen werden aangeleerd.**

# Test jezelf

## 1. Waar of niet waar?

Toen Elke (21) naar Londen verhuisde, moest ze leren dat je eerst naar rechts moet kijken vooraleer je de straat oversteekt. Dat is een voorbeeld van acculturatie.	waar / niet waar
De verkeersregels zijn voorbeelden van informele normen.	waar / niet waar
Waarden die via reclamespots worden overgebracht, zijn voorbeelden van secundaire socialisatie.	waar / niet waar
Het leger is een voorbeeld van een institutie.	waar / niet waar
Kinderen tussen drie en vijf jaar oud zitten in het game-stadium.	waar / niet waar

## 2. Vul de tabel aan.

- Geef voor de volgende situaties aan om welk soort socialisatie het gaat: primaire, secundaire of tertiaire socialisatie.
  - Vermeld de waarde en de norm die van toepassing zijn.
- A. In veel soaps gebruikt men een *happy family*. Op die manier krijgt de kijker de boodschap dat genegenheid binnen het gezin zich kan uiten via een knuffel.
- B. Mama leert dochter Emma (5) dat met de mond vol praten onbeleefd is.
- C. Op de Chiro moeten we van de leidsters een fluohesje aantrekken wanneer we op tocht gaan.
- D. Wanneer Jef (4) zijn zusje slaat, moet hij van papa in de hoek gaan staan. Boosheid mag hij niet uiten door te slaan.
- E. Op TikTok zetten vloggers Céline en Michiel aan om de coronamaatregelen goed te volgen.

	Soort	Waarde	Norm
A.			
B.			
C.			
D.			
E.			

## 3. Duid het juiste antwoord aan.

- A. Wat is een voorbeeld van een informele norm?
- Je plaats afstaan aan een bejaarde op de bus.
  - Op tijd komen in de les.
  - Stoppen voor een rood licht.
  - Geen vuurwapens dragen.



- B. Wat is geen voorbeeld van een totale institutie?
- het leger
  - een gevangenis
  - een ziekenhuis
  - een school
- C. Als een nieuwe leerling in een school de regels van het schoolreglement aanleert, is dat een voorbeeld van ...
- primaire socialisatie
  - secundaire socialisatie
  - tertiaire socialisatie
  - hersocialisatie

### Vaktaal

- **Acculturatie:** cultuuroverdracht op mensen die al in een andere cultuur zijn gevormd
- **Digital native:** iemand die is opgegroeid met de informatietechnologie van het digitale tijdperk
- **Enculturatie:** socialisatie van mensen binnen de maatschappij waarin ze geboren zijn
- **Hersocialisatie:** proces waarbij men probeert iemands oude waarden, normen en overtuigingen te vervangen door nieuwe
- **Influencer:** iemand met een grote aanwezigheid op sociale media, met een publiek dat naar hem of haar luistert
- **Institutie:** maatschappelijk systeem dat waarden realiseert en doorgeeft van de ene generatie op de volgende
- **Normen:** concrete gedragsregels die aangeven hoe we ons in een bepaalde situatie moeten of niet mogen gedragen
- **Peergroep:** groep mensen die een aantal kenmerken delen, zoals leeftijd of interesses
- **Respondent:** persoon die de vragen van een enquête beantwoordt
- **Socialisatie:** langdurig proces waarbij een individu de eigen cultuur aangeleerd krijgt om zo te kunnen functioneren in zijn gemeenschap
- **Totale institutie:** institutie waar hersocialisatie plaatsvindt
- **Waarden:** abstracte, algemene richtlijnen die uitdrukken wat in een samenleving als goed en waard om na te streven wordt beschouwd
- **Wolfskind:** kind dat zonder menselijk contact opgroeit

### Leertip

#### Werk met flitskaartjes

In dit hoofdstuk staan heel wat moeilijke termen. Maak kaartjes waarop je aan de voorkant de term schrijft en aan de achterkant de omschrijving. Door de kaartjes regelmatig te bekijken, herhaal je de leerstof. Je kunt die kaartjes ook digitaal maken via apps als Quizlet of AnkiApp.

# Wat moet je kunnen?

## 1 Waarden en normen

- De begrippen waarden en normen definiëren en toepassen.

## 2 Instituties

- Het begrip institutie definiëren.
- Een aantal kenmerken van instituties kennen en toepassen.
- Een aantal voorbeelden geven van socialiserende instituties.

## 3 Socialisatie

- Het verschil uitleggen tussen enculturatie en acculturatie.
- De verschillende soorten socialisatie (primaire, secundaire en tertiaire) definiëren.
- Het play- en game-stadium uit de theorie van Mead uitleggen.
- Uitleggen wat *breaching*-experimenten zijn en er een aantal voorbeelden van geven.
- Uitleggen wat wolfskinderen zijn en het verband tussen wolfskinderen en socialisatie uitleggen.
- Een aantal nadelen van sociale media opnoemen.
- Het begrip hersocialisatie uitleggen, er een aantal kenmerken van geven en het herkennen in voorbeelden.
- Uitleggen wat een totale institutie is.

## ALGEMEEN

- De begrippen uit de woordenlijst van dit hoofdstuk uitleggen en gebruiken.

HOOFDSTUK 9

# Adolescentie



## De Dokter Bea Show

Halfweg oktober 2017 kwam dokter Bea voor het eerst de Vlaamse huiskamers binnengewaaid. In haar show, die op Ketnet uitgezonden wordt voor kinderen van 9 tot 12 jaar, vertelt ze op een geestige én wetenschappelijke manier over relaties, de puberteit en seksualiteit. Elke week beantwoordt ze vrank en vrij – en vooral met veel humor – de vragen van kinderen over onderwerpen als verliefd zijn, vrijen en kussen, kinderen krijgen ...

Aanvankelijk waren veel ouders er niet echt gerust in, maar al gauw veroverde dokter Bea het hart van jong en oud en bleek het programma uiterst populair te zijn. Zo werd de eerste aflevering over kussen door maar liefst 50 000 kinderen en jongeren bekeken.



Kijk naar de getuigenissen van enkele pubers in de Dokter Bea Show.

# 1 Adolescentie en puberteit

## 1.1 De jeugd van tegenwoordig

Wat is dat toch met de jeugd van tegenwoordig? Volwassenen vragen het zich weleens zuchtend af. Het lijkt wel of elke generatie jongeren erger is dan de vorige. De huidige generatie pubers raakt 's ochtends niet uit bed, stelt haar schoolwerk eindeloos uit en zit de hele dag naar een schermje te staren. Als ze zich tenminste niet bewusteloos drinken op een feestje of halfnaakt op de dansvloer staan.



Klopt dat idee wel? Is jullie gedrag zoveel gruwelijker dan dat van jullie ouders of grootouders toen zij 15 waren?

'Onze jeugd heeft tegenwoordig een sterke hang naar luxe, heeft slechte manieren, minachting voor het gezag en geen eerbied voor ouderen. Ze geven de voorkeur aan kletspraatjes in plaats van training ... Jonge mensen staan niet meer op als een oudere de kamer binnenkomt. Zij spreken hun ouders tegen, houden hun mond niet in gezelschap ... en tiranniseren hun leraren.'

Herkenbaar? Het citaat komt niet van je opa of een gefrustreerde leerkracht, maar wordt toegeschreven aan de Griekse filosoof Socrates. En die man leefde in de 5e eeuw v.C. Met andere woorden: pubergedrag is van alle tijden. De manier waarop het zich uit, verandert wel. Tieners in het oude Griekenland hadden nog geen Instagram of smartphone, maar ze rebelleerden evengoed tegen hun ouders, net als de jongeren van vandaag. Het lijkt veeleer zo dat wie ouder wordt zijn eigen tienerjaren vergeet.

De adolescentie is een vreemde periode. Een adolescent is geen kind meer, maar ook nog geen volwassene. Het is een overgangperiode waarin dat onbekommerde, speelse kind transformeert in een volwassene die zelfstandig kan leven en zijn verantwoordelijkheid kan nemen. Die periode gaat gepaard met opvallend en soms zelfs vervelend gedrag. Maar dat gedrag heeft wel een doel: het helpt de jongere om zichzelf te zoeken. Een tiener moet op zoek gaan naar zijn eigen **identiteit**. Dat gebeurt via allerlei omwegen, experimenten en mogelijk rebels gedrag tegen ouders en leerkrachten. Maar gelukkig komen de meeste jongeren die fase goed door.

## 1.2 Termen en leeftijdsgrenzen

Voor deze periode worden verschillende benamingen gebruikt, zoals puberteit en adolescentie. Aan de term **puberteit** kleeft een nare bijklank. Het doet denken aan opstandig en vervelend gedrag, aan plotse woede-uitbarstingen en aan puistjes. Daarom gebruiken we het woord liever niet te veel. Hier gebruiken we de term puberteit enkel om de **lichamelijke veranderingen** in het eerste deel van de tienerperiode aan te duiden: de seksuele volwassenwording, waardoor jongeren geslachtsrijp worden. Met de term **adolescentie** bedoelen we dan de volledige periode, inclusief de cognitieve, sociale en emotionele ontwikkeling.

Leeftijdsgrenzen aanduiden is niet eenvoudig, omdat iedere persoon zich in een ander tempo ontwikkelt. De adolescentie begint met de eerste lichamelijke tekenen van de puberteit, ongeveer tussen 10 en 13 jaar. Al snel volgen veranderingen in het gedrag ten opzichte van ouders en leeftijdsgenoten. De fase eindigt met het opnemen van volwassen verantwoordelijkheden, zoals zelfstandig worden, werken, zelfstandig wonen, een gezin stichten ... Meestal gebeurt dat tussen je 18e en 25e.



We merken wel dat de adolescentie in onze samenleving langer duurt dan vroeger of dan in andere maatschappijen. De adolescentie begint vroeger én ze eindigt later.

Die vroege start hangt samen met de welvaart en de leefgewoonten in onze westerse samenleving. Beter voeding zorgt ervoor dat ons lichaam sneller rijpt. Bij zwaardere kinderen begint de puberteit eerder. Bovendien voeden we kinderen anders op. Ze krijgen op jongere leeftijd inspraak en verantwoordelijkheden, en ontwikkelen zich zo sneller tot zelfstandig denkende wezens.

De adolescentie eindigt later omdat jongeren door de leerplicht langer naar school gaan, later beginnen te werken en later een gezin stichten dan hun voorgangers. Daardoor worden veel volwassen verantwoordelijkheden langer uitgesteld.

De adolescentie zoals wij ze kennen, is een westers verschijnsel. Typische kenmerken zoals veel vrije tijd en het belang van een eigen ruimte, een eigen kamer, met eigen muziek en posters van idolen, vinden we niet in andere culturen.

In traditionele culturen is de adolescentie van korte duur of zelfs onbestaande. Vaak gebeurt de overgang van kind naar volwassene door een **initiatieritueel**, waarbij de jongere in de geheimen van het volwassen leven wordt ingewijd. Bij de Hamar in Ethiopië bijvoorbeeld worden de meisjes door de mannen geselsd en moeten de jongens hun lichamelijke kracht bewijzen door over stieren te springen.

### Is dit de ergste pijn ter wereld?

*Van één ding kunnen we zeker zijn: de mannen in het Amazonewoud zijn geen watjes. De lokale stammen houden er namelijk een vreemd overgangsritueel op na. Om 'man' te worden, moeten 'jongens' hun handen in handschoenen stoppen die gevuld zijn met kogelmieren. De beet van de kogelmier is de pijnlijkste ter wereld.*



De mannen van de Satere-Mawe-stam in het Braziliaanse Amazonewoud hebben er heel wat voor over om een echte man te worden. Om als 'man' bestempeld te kunnen worden, moeten zij maar liefst 20 keer in 10 minuten een handschoen aandoen waarin honderden bijtgrage kogelmieren zitten. Het diertje heeft trouwens zijn naam niet gestolen: een beet zou voelen alsof je door een kogel geraakt wordt.

YouTube-duo Hamish en Andy waren op bezoek bij een stam uit het Amazonegebied. Hamish besloot zich aan het ritueel te wagen. Een moment dat hij niet snel zou vergeten, zo blijkt achteraf. De pijn was niet te harden. Toen de stamleden hem voorstelden om 'de pijn weg te dansen' werd het er allerminst beter op. Na een bezoek aan het ziekenhuis ging het gelukkig beter met de man.

*Is dit de ergste pijn ter wereld? (2014, 8 november). [www.standaard.be](http://www.standaard.be)*

Het typische pubergedrag komt in die culturen nauwelijks voor. Jongeren worden zo snel mogelijk ingeschakeld in het productieproces: ze moeten werken en een gezin stichten. Ze doen direct mee met de volwassenen. Er is geen tijd om te experimenteren.

In onze complexe samenleving hebben we echter meer tijd nodig voor we klaar zijn om als volwassenen te functioneren. Dat de adolescentie een aparte fase is, merken we aan de **jongerencultuur** die in onze samenleving bestaat. Jongeren vormen een subcultuur met eigen muzikale voorkeuren, kleding en vrijetijdsbestedingen, die afwijken van de voorkeuren van volwassenen.



**1. Lees het artikel en beantwoord de vragen.**

- Welk onderdeel van de jongerencultuur wordt in het artikel aangehaald?

.....

- Welke gevaren schuilen daarin volgens jou?

.....

.....

.....

.....

- Wat zegt de wet met betrekking tot het drinken van alcohol?

.....

.....

**Indrinken is wijdverspreid onder jongeren**

Indrinken is een wijdverspreid fenomeen bij jongeren dat deel uitmaakt van de jongerencultuur. Indrinken heeft voor een deel van de Vlaamse jongeren een belangrijke sociale betekenis, maar houdt ook leeftijdsgebonden risico's in. Dat blijkt uit onderzoek van acht Oost-Vlaamse Drugpunten in samenwerking met het Vlaams expertisecentrum voor Alcohol en illegale Drugs (VAD), waarvoor 6733 jongeren tussen 12 en 26 jaar een online vragenlijst invulden. Jongeren drinken alcohol nog voor ze uitgaan, ook met de bedoeling om nadien bij het uitgaan het drinken voort te zetten. Negen op de tien van de bevroegde jongeren hebben ooit al alcohol gedronken. Bijna de helft van de 12- tot 13-jarigen heeft al alcohol gedronken.



Tachtig procent van wie ooit alcohol dronk, heeft ook al ingedronken. Bij de 12- tot 15-jarigen is dat 30 %, bij de 16- tot 17-jarigen 70 % en bij de 18- tot 26-jarigen stijgt dat tot 90 %.

De initiatiefnemers stippen wel aan dat jongeren die (nog) geen alcohol drinken minder geneigd zullen zijn om aan een onlinebevraging over (in)drinken deel te nemen.

Het indrinken gebeurt zo goed als altijd in een private, zelden gesuperviseerde setting, zoals thuis of bij vrienden. De aangehaalde redenen zijn: voor de gezelligheid, omdat het goedkoper is en om in de stemming te komen. Meest populair bij het indrinken zijn pils of andere lichte bieren en sterke drank. Een kwart van wie indrinkt, doet dat met sterke drank, zonder verschil in geslacht.

Supermarkten en nachtwinkels zijn de plaatsen bij uitstek om aan alcohol te geraken. In de supermarkt worden alle categorieën alcoholische drank gekocht, in de nachtwinkel koopt men relatief vaker sterke drank en breezers/alcopops.

Een opvallend gegeven is dat de nachtwinkel de favoriete aanschafplek is op een leeftijd waarop men alcoholische dranken niet mag kopen, zo blijkt. Volgens de drugpunten en de VAD dringt een leeftijdsspecifieke aanpak zich op. 'Een geïntegreerde aanpak is noodzakelijk, waarbij jongeren, ouders, horeca, eventorganisatoren én detailhandel mee betrokken worden. Het lokale niveau, dicht bij de jongeren en jongvolwassenen, is daarbij het meest aangewezen.'

*Indrinken is wijdverspreid onder jongeren (2018, 7 mei). [www.knack.be](http://www.knack.be)*

## 2 Ontwikkelingstaken

Volgens Havighurst zijn er zes belangrijke ontwikkelingstaken die een adolescent dient te vervullen:

- het veranderde lichaam aanvaarden;
- zich aanpassen aan nieuwe intellectuele mogelijkheden;
- een eigen identiteit ontwikkelen;
- emotionele onafhankelijkheid van de ouders verwerven;
- stabiele relaties met leeftijdsgenoten ontwikkelen;
- zich waarden eigen maken.

Die taken gebruiken we als leidraad om de ontwikkeling tijdens de adolescentie te bespreken.

## 3 Fysieke ontwikkeling

Tot voor kort had Senne geen moeite om nieuwe vrienden te maken. Hij was altijd een vrolijke jongen. Maar de laatste tijd voelt hij zich onzeker. Er groeien van die vervelende puistjes op zijn wangen en voorhoofd. Soms slaat zijn stem over. En hij raakt in de war door giechelende meisjes. Vroeger kon het hem niet schelen wat meisjes dachten, maar nu wel. Hij begrijpt zelf niet waarom hij er verlegen van wordt.

Wat is er aan de hand met Senne? Hij is plots de speelbal geworden van hormonen. Die zorgen ervoor dat hij evolueert van een kind tot een seksueel en biologisch volwassen persoon.

### 3.1 Puberteit

Vanaf een jaar of 10 begint de puberteit bij meisjes. Eén of twee jaar later beginnen jongens eraan. Het lichaam is dan groot en rijp genoeg om **geslachtshormonen** te produceren en door het bloed te sturen. Hormonen zijn stoffen die in ons lichaam aangemaakt worden. Ze hebben de rol van 'boodschapper'. Als ze in ons bloed terechtkomen, beïnvloeden ze de werking van bepaalde delen van je lichaam. Het hormoon adrenaline geeft je bijvoorbeeld een energiestoot.

De **hypothalamus**, een klein onderdeelje van de hersenen, regelt de aanwezigheid van hormonen in het bloed. Hij geeft aan de klieren die de hormonen produceren de opdracht om meer of minder hormonen aan te maken.

De geslachtshormonen die in de puberteit worden uitgestuurd, zorgen voor ingrijpende lichamelijke veranderingen.

Bij jongens gebeurt dat vooral door **testosteron**, het belangrijkste mannelijke geslachtshormoon. Dat wordt onder andere door de teelballen geproduceerd. Bij meisjes is het **oestrogeen**, geproduceerd door onder andere de eierstokken, dat voor de veranderingen zorgt. Hormonen hebben niet enkel invloed op het lichaam, maar ook op het gedrag en de emoties. Ze zorgen er bijvoorbeeld voor dat tieners geïnteresseerd raken in seksualiteit.

**Primaire geslachtskenmerken** zijn de lichamelijke kenmerken die van bij de geboorte aanwezig zijn. Ze zijn direct betrokken bij de voortplanting. Het gaat om de penis en de balzak bij jongens, en de vagina, de baarmoeder en de eierstokken bij meisjes. In de puberteit groeien de penis en de balzak, en begint de productie van **zaadcellen**. Bij meisjes komen de eerste eisprong en **menstruatie** voor.



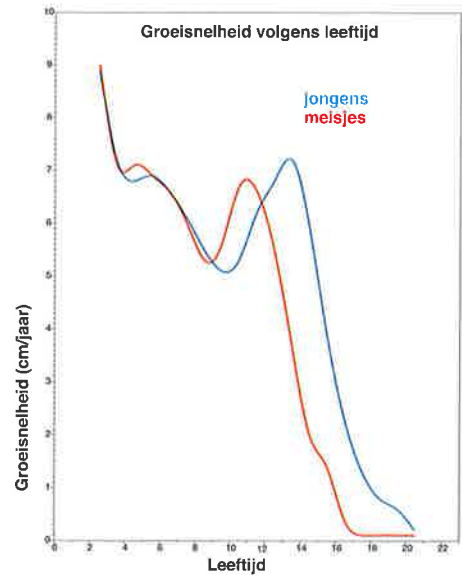
**Secundaire geslachtskenmerken** zijn de lichamelijke kenmerken die zich tijdens de puberteit ontwikkelen en die niet rechtstreeks met de voortplanting te maken hebben. Ze maken de lichamelijke verschillen tussen mannen en vrouwen duidelijker.

Bij een **vrouw** gaat het om:

- beharing van de schaamstreek, oksels en benen;
- groei van de borsten;
- verbreding van het bekken.

Bij een **man** zien we:

- beharing van de schaamstreek, oksels, benen en borst;
- groei van baard en snor;
- verhoogde spierontwikkeling;
- verdieping van de stem.



Bron: Belendo.be, 2015

Een andere opvallende verandering is de toename in lengte. Onder invloed van het groeihormoon maken tieners een **groeispuurt** door. Net als bij de seksuele veranderingen gebeurt dat bij meisjes eerder dan bij jongens. Bij meisjes bereikt de groeispuurt gemiddeld een piek rond 12 jaar, bij jongens rond 14 jaar. Meisjes groeien in de puberteit zowat 23 cm, jongens zelfs 28 cm.

## 3.2 Invloed van lichamelijke veranderingen op het zelfbeeld

### 2. Wat kun je uit de drie artikels afleiden?

.....

.....

.....

.....

1

#### Helpt van de meisjes onder de 15 jaar willen minstens één aspect van hun uiterlijk veranderen

Dat sociale media een vertekend beeld van de realiteit weerspiegelen, is niet nieuw. En dat Instagram en co voor onzekerheid zorgen, is dat ook niet. Al zijn jongeren, en dan met name meisjes, wel een extra kwetsbare groep. Dat blijkt nogmaals uit het onderzoek van Dove, waarvoor ze 500 Belgische jongeren tussen de 8 en 15 jaar gesproken hebben.



Om aan het ideaalbeeld op sociale media te voldoen gebruikt 30 % van de jongeren filters of effecten om er →

beter uit te zien op foto's. 56 % post alleen foto's wanneer ze vinden dat ze er écht mooi opstaan, 36 % maakt zich speciaal op voor de foto en 23 % stelt zijn leven leuker voor dan het in werkelijkheid is. Meisjes hechten daarnaast heel veel belang aan de likes en reacties die ze krijgen op foto's of filmpjes die ze posten. Eén op de vijf verwijderen een foto als die niet genoeg likes krijgt. En van die meisjes voelt 18 % zich in zulke gevallen eenzaam. De druk die sociale media met zich meebrengen, is immers enorm groot. Een groot deel van de meisjes wordt weleens gepest of geeft aan dat ze de druk voelt van volgers om regelmatig berichten te posten. Een positieve reactie daarentegen zorgt volgens meer dan de helft van de respondenten voor meer zelfvertrouwen.

77 % van de meisjes geeft aan zich weleens onzeker te voelen over haar uiterlijk. Dat percentage ligt beduidend lager bij jongens (67 %) en bij meisjes van wie de ouder zich nooit onzeker voelt (37 %). Ook willen vier op de tien meisjes niet naar school gaan op momenten dat ze zich onzeker voelen over hun uiterlijk. 49 % van de meisjes zou dan ook minstens één aspect van haar uiterlijk willen veranderen en 70 % vindt het belangrijk om er altijd goed uit te zien. Met het Self-Esteem Project wil de cosmeticagigant moeders, maar ook jeugdleiders en onderwijzers helpen om vanuit hun positie invloed uit te oefenen op het zelfvertrouwen van die jonge meisjes.

*Helft van de meisjes onder de 15 jaar willen minstens één aspect aan hun uiterlijk veranderen (2019, 4 maart). [www.hln.be](http://www.hln.be)*

2

## Céline Dept (20 jaar) en Michiel Callebaut (24 jaar) beter bekend als Cemi

*BOTSing, het magazine van de Gezinsbond voor ouders van tieners, sprak met Céline Dept (20) en Michiel Callebaut (24), oftewel Cemi. Enorm bekend bij het jonge volk want razend populair op Instagram (560 000 volgers), YouTube (filmpjes met een miljoen views en meer) en TikTok (bijna negen miljoen volgers). [...]*



### Hoe hard waren jullie in je tienerjaren bezig met je uiterlijk?

*Céline:* 'In de lagere school besteedde ik daar totaal geen aandacht aan, maar in het middelbaar begon kleding toch wel een rol te spelen. Ik werd me meer bewust van mijn uiterlijk en voelde me er vaak onzeker over. Uitgelachen worden, dat was mijn grootste angst. Dus bij alles wat ik 's morgens aantrok, vroeg ik eerst bevestiging aan mijn ouders. Die onzekerheid heb ik eigenlijk nog altijd. Ik check elke keer bij Michiel: 'Is dit oké?' En ook al zegt hij ja, dan nog loop ik vaak naar boven om toch iets anders aan te trekken! (lacht)'

*Michiel:* 'Ik was echt geobsedeerd door voetbal en droeg bijna altijd voetbaltenues. Op heel wat schoolfoto's van de lagere school zie je mij in een trainingspak staan. Als kind trek je je daar niets van aan, hè. Bij het begin van het eerste jaar secundair droeg ik die kleren nog steeds, maar toen ik merkte dat ik de enige was die er zo bijliep, ben ik gewone kleren beginnen te dragen. Ik wilde me aanpassen aan de omgeving, want opvallen was het laatste wat ik wilde. Nu ja, toen ik eenmaal in het vierde zat, viel ik sowieso op: ik mat toen al een meter negentig. Opgaan in de massa zat er niet echt meer in, iedereen keek naar mij. Pas op, ik neem niemand iets kwalijk, hoor. Als ik op straat iemand zie die wat uitzonderlijk is, in welk opzicht dan ook, zal ik ook wat langer naar die persoon kijken dan naar een doorsnee mens. Nu heb ik geen last meer van mijn uitzonderlijke lengte, maar als tiener vond ik dat echt niet tof. [...]

*Van Gysegem, S. (2020, 3 september). 'We zijn ons heel erg bewust van onze voorbeeldfunctie'. De Gezinsbond, [www.goedgezind.be](http://www.goedgezind.be)*



3

## Tieners over hun lijf

### [...] Kreeg je al eens te maken met bodyshaming?

*Albena:* 'Ja, door mijn mama! Ze zegt soms dat ik moet afvallen, omdat geen enkele man mij anders zal willen! Erg hé! Maar ja, waarschijnlijk doet ze dat omdat ze vindt dat ik wat gezonder moet eten ...'

*Helen:* 'Ik had het gevoel dat de druk om slank te zijn een beetje passé was. Maar als je in coronatijden je sociale media opendoet, zie je dat iedereen opeens volop aan het sporten is! Dat zorgt toch weer voor extra druk, vind ik.'

*Theresa:* 'Sociale media hebben ook goede kanten. Denk maar aan influencers: vroeger keken jonge meisjes vooral op naar modellen, die allemaal supermager zijn. Sommigen kregen anorexia, omdat ze er ook zo wilden uitzien! De influencers van vandaag zijn veel authentieker. Het zijn echte mensen, met een echt lichaam. De ene wat dunner en de andere wat dikker. Zo heeft iedereen iemand om zich aan te spiegelen. [...]'

*Rybouchkina, K. (2020, 12 augustus). Tieners over hun stijl en hun lijf: 'Je kledij zegt veel over je karakter', De Gezinsbond, [www.goedgezind.be](http://www.goedgezind.be)*

In deze leeftijdsfase wordt het uiterlijk heel belangrijk, omdat jongeren aantrekkelijk willen zijn voor leeftijdsgenoten. Net dan krijgt het lichaam echter kuren: te groot, te klein, te kleine borsten, te veel puistjes, te weinig spieren ...

Het is dus niet verrassend dat het lichaam en al die veranderingen een grote invloed hebben op het **zelfbeeld**, op hoe de tiener naar zichzelf kijkt. Zowel een heel vroege als een heel late start van de puberteit en de groeispurt kunnen ervoor zorgen dat de jongere zich niet goed in zijn vel voelt. Vooral bij meisjes met een vroege puberteit zijn er negatieve gevolgen. Ze voelen zich vaker neerslachtig, hebben een lager zelfbeeld en vertonen vaker probleemgedrag zoals alcohol- en druggebruik en kleine criminaliteit.

De meeste jongeren verzoenen zich na verloop van tijd met hun lichaam, maar bij sommigen kan een laag zelfbeeld leiden tot ernstige problemen.

### 3. Geef enkele voorbeelden waaruit blijkt dat een laag zelfbeeld tot ernstige problemen kan leiden.

---



---

## 4 Cognitieve ontwikkeling

### 4.1 Veranderingen in het denken

Het valt minder op dan de lichamelijke veranderingen, maar ook in je hersenen speelt zich een evolutie af. Verschillende delen van ons brein en de verbindingen ertussen komen tot ontwikkeling. Dat breidt onze mogelijkheden gevoelig uit. Niet alle hersengebieden rijpen echter even snel. Terwijl sommige delen al op hun maximum draaien, zijn andere gebieden nog volop in ontwikkeling. Dat onevenwicht verklaart veel van het typische tienergedrag.



### 4.1.1 Formeel-operationeel denken

Tieners bereiken het vierde en laatste stadium van de cognitieve ontwikkeling volgens de theorie van Jean Piaget: het formeel-operationeel denken. De tiener leert **abstract denken**. Hij begrijpt bijvoorbeeld begrippen die je je niet concreet kunt voorstellen, zoals 'rechtvaardigheid', 'economie' of 'symptoom'. Tieners kunnen nadenken over **hypothetische zaken**, situaties die niet echt zijn, zoals: 'Stel dat ik 1 miljoen euro had, dan ...'

Lees de volgende stellingen. Stel dat ze waar zijn, welke conclusie kun je dan trekken?

1. Als je met een veer tegen een glas slaat, breekt het glas.
2. Lander slaat met een veer tegen een glas. Wat zal er nu gebeuren?

Een schoolkind zal versteld staan na de eerste stelling. Met een veer kun je onmogelijk een glas breken, dus hij kan de stelling niet aanvaarden. Zijn conclusie is dan ook dat er niets gebeurt als Lander tegen het glas slaat met een veer. Een adolescent snapt dat het om een hypothetische stelling gaat, denkt er logisch over na en concludeert dat het glas zal breken.

Dat abstract en hypothetisch denken gebruiken we vaak in het secundair onderwijs, zeker in vakken als wiskunde en wetenschappen. Het helpt ons bij het **systematisch oplossen van problemen**.

Het volgende voorbeeld illustreert dat denken.

Je hebt twee batterijen nodig om een zaklamp te laten werken. Je hebt vijf batterijen: drie lege en twee volle. Je weet alleen niet welke leeg zijn en welke vol. Hoe ga je te werk om de twee volle te vinden?  
Een schoolkind zal waarschijnlijk in het wilde weg willekeurige combinaties in de zaklamp stoppen. Met wat geluk vindt hij de juiste combinatie, vaak na lang proberen. Een adolescent gaat systematisch te werk: hij kiest één batterij en probeert die uit door één voor één de andere batterijen erbij te plaatsen. Werkt de lamp niet, dan is die eerste batterij leeg en kan ze opzij gelegd worden. Dan herhaalt hij dat met een tweede enzovoort.



Tieners gebruiken hun nieuwe vaardigheden in eindeloze **discussies** met hun ouders of leerkrachten. Daarbij zullen ze hun mening staven met goede redenen. Met andere woorden: ze leren argumenteren.

### 4.1.2 Moeite met plannen en langetermijndenken

De hersengebieden die verantwoordelijk zijn voor plannen, zijn nog niet volgroeid. Een tiener heeft het moeilijk met denken op lange termijn. Als je hem voor de keuze stelt om eerst huiswerk te maken of eerst nog wat te gamen, ligt de keuze voor de hand: spelen is veel leuker dan leren. Tieners hebben het moeilijk zichzelf tegen te houden om dingen te doen waar ze zin in hebben. Hun keuzes zijn daarom vaak gebaseerd op wat op korte termijn het meeste voordeel oplevert. Voor een tiener is het dan ook moeilijk om zijn schoolwerk zelfstandig te plannen en dat te combineren met andere, leukere activiteiten. Gevolg: heel wat tieners stellen hun schoolwerk uit tot het laatste moment.

#### 4. Geef voorbeelden waaruit blijkt dat tieners het soms moeilijk hebben met plannen en vooruitdenken.

---



---



---

#### 4.1.3 Egocentrisme en een onrealistisch zelfbeeld

Tieners merken dat ze aan het veranderen zijn. Omdat ze goed willen overkomen bij de anderen, zijn ze erg gefocust op hun eigen functioneren. Een gevolg daarvan is egocentrisme: tieners stellen zichzelf centraal in hun denken. Ze hebben vaak het gevoel dat ze **uniek** zijn. 'Niemand weet hoe ik mij voel', denkt een meisje dat net door haar vriendje gedumpt werd. Tieners hebben het gevoel dat hun niets kan overkomen. Ze hebben moeite om gevaar in te schatten. Hun soms roekeloze gedrag in het verkeer toont dat duidelijk aan.

Het beeld dat ze over zichzelf hebben, kan soms onrealistisch zijn. Ze gaan soms zozeer op in hun eigen veronderstellingen en gedachten dat ze die als reëel gaan zien. Bij sommigen leidt dat tot **narcisme** (zichzelf geweldig vinden).

Adolescenten denken dat ze in de schijnwerpers staan, het zogenaamde **spotlight-effect**. Volgens hen merkt iedereen hen, en dan vooral hun vermeende negatieve kanten, constant op, terwijl dat niet het geval is: de puist op je gezicht die volgens jou iedereen gezien heeft, een tiener die zichzelf als te dik beschouwt, hoewel dat eigenlijk niet het geval is ...

Dat egocentrisme roept het gevoel van het **imaginaire publiek** op: soms hebben adolescenten het gevoel dat anderen meer met hen bezig zijn en over hen nadenken dan in werkelijkheid het geval is.

Het volgende voorbeeld illustreert dat denken.



Als Joachim voorbij een groepje giechelende meisjes wandelt, is hij er zeker van dat ze hem aan het uitlachen zijn. Aaron denkt daarentegen dat ze hem bewonderen. In werkelijkheid hebben de meisjes beide jongens helemaal niet opgemerkt.

#### 5. Geef voorbeelden waaruit blijkt dat tieners egocentrisch denken.

---



---



---

#### 4.1.4 Kritische ingesteldheid

Het hypothetisch denken zet adolescenten ertoe aan om niet meer zomaar alles voor waar aan te nemen. Ze kunnen alles wat de volwassen wereld voorstelt in vraag stellen: waarden van de ouders, school, geloof, samenleving. Ze worden heel kritisch en stellen vragen als: 'Is wetenschappen wel de juiste studierichting voor mij, zoals mijn ouders en leerkrachten zeggen? Is het geen stomme regel dat je niet mag roken op school? Is het echt nodig dat mijn ouders mij een tijdstip geven waarop ik thuis moet zijn?' Hoewel ouders er soms gek van worden, is die ingesteldheid op zich positief: de adolescent leert eigen, bewuste keuzes te maken.

#### 6. Geef voorbeelden van normen van volwassenen waar tieners kritisch tegenover kunnen staan.

---

---

---

#### 4.1.5 Creativiteit

Adolescenten hebben een flexibel brein. Ze leren snel en worden minder dan volwassenen geremd door hun gezond verstand bij het bedenken van vernieuwende ideeën. Elke generatie brengt een aantal jongeren voort die tonen dat je op heel jonge leeftijd al geniale ideeën kunt hebben.

Enkele voorbeelden kunnen dat illustreren.

- Mark Zuckerberg was 19 jaar toen hij in 2004 Facebook lanceerde. Hij had toen al jaren ervaring met programmeren. Op zijn 23e was hij miljardair.
- Toen Billie Eilish 17 jaar was, brak ze internationaal door. Ze is bovendien de jongste artiest ooit die de soundtrack van een James Bondfilm inzong.
- Nathan Vandergunst, beter gekend als vlogger Acid, was amper 14 toen hij een eigen YouTube-kanaal startte. Dat heeft ondertussen honderdduizenden abonnees.
- Céline Dept (20) en Michiel Callebaut (24), oftewel Cemi, zijn razend populair: sinds ze in april 2019 een account aanmaakten op TikTok, hebben ze wereldwijd meer dan 1,5 miljoen volgers. Daarmee zijn ze de populairste vloggers in ons land.



#### 7. Geef voorbeelden van creatieve tieners uit je eigen omgeving.

---

---

---

## 4.2 Puberende hersenen

### 8. Lees de tekst en beantwoord de vragen.

#### Een kijkje in het puberbrein

*Neurowetenschapper Sabine Peters doet onderzoek naar het puberbrein: 'De mate waarin pubers redelijk nadenken hangt sterk samen met hun motivatie.'*

Sabine Peters, universitair docent in Educational Neuroscience aan de Universiteit Leiden en onderzoeker binnen het Brain and Development Research Center, wil even iets rechtzetten: het stereotiepe beeld van de puber als malloot die alleen maar onverstandige dingen doet, klopt niet. 'Er zijn genoeg adolescenten die rustig doorgaan met wat ze deden en alleen lichamelijke veranderingen doormaken. Er wordt nogal eens gedacht dat de prefrontale cortex – het rationele deel van de hersenen – bij pubers één groot gat is. Dat is niet zo, alleen is dat hersendeel nog in ontwikkeling. Dat soort bevindingen is ook belangrijk voor bijvoorbeeld het jeugdstrafrecht: moet je een 18-jarige crimineel beschouwen als een volwassene of als iemand die nog volop in ontwikkeling is?'



#### Gevoelig voor beloning

Wat wel klopt, vertelt Peters, is dat de mate waarin adolescenten redelijk nadenken, sterk samenhangt met hun motivatie: een feest organiseren kunnen ze vaak wel, hun huiswerk op tijd af hebben lukt niet. 'En dat hangt weer samen met het feit dat pubers erg gevoelig zijn voor beloning: ze zijn veel gemotiveerder om leuke dingen te doen dan dingen waar ze geen zin in hebben of die op korte termijn weinig opleveren. Op MRI-scans kun je zien dat het striatum, het beloningsgebied in de hersenen, extra activiteit vertoont als je pubers belooft met geld of een compliment. Een beloning geeft de boodschap: je bent op de goede weg. En dat gevoel is belangrijk voor adolescenten, die bezig zijn zich los te maken uit de veilige omgeving van hun ouders en op zoek zijn naar hun eigen, nieuwe omgeving.'

Wat ook bij veel pubers in meer of mindere mate voorkomt, volgens Peters, is recalcitrantie. 'De adolescent wil zijn eigen pad kiezen. En dat botst nogal eens met wat ouders willen. Dat heeft te maken met het feit dat de puber het lange termijneffect vaak minder goed kan overzien, doordat de prefrontale cortex nog niet volledig ontwikkeld is. Ouders zien die langetermijneffecten wel. De puber kiest dus voor een paar uur extra doorbrengen met vrienden, in plaats van voor zijn huiswerk, terwijl de ouders wefen dat goede schoolprestaties belangrijk zijn voor de toekomst.' Veel steun en onvoorwaardelijke liefde blijven geven helpt, ook al wil de puber het niet altijd. 'Help met plannen en toon begrip voor pubergevoeligheden, het gaat over!' is wat Peters aan ouders van pubers wil meegeven.

#### Acht feiten over het puberbrein

1. Er zijn drie belangrijke hersenstructuren betrokken bij het pubergedrag. De amygdala regelt de emoties. Het striatum is behalve bij emoties ook betrokken bij motivatie en beloning. De prefrontale cortex stuurt verschillende cognitieve functies en is onderdeel van de rationele hersengebieden.
2. Omdat deze hersengebieden in de puberteit nog niet optimaal communiceren, vertonen pubers vaak extreem en tegenstrijdig gedrag. Zo voelen ze minder remmingen en zoeken risico's op (zoals veel drinken en sexting). Ook kunnen ze hun emoties minder goed onder controle houden, zijn ze snel afgeleid en hebben ze moeite met plannen. Ze overzien de gevolgen van hun gedrag op de →



lange termijn minder goed.

3. Egocentrisch gedrag vertonen pubers vooral thuis en niet bij vrienden of op school. Dat komt doordat ze zich thuis geborgen en veilig voelen en zichzelf zijn. Een compliment dus eigenlijk!

4. Tijdens de puberteit verschuift het slaap-waakritme. De puber gaat laat naar bed en staat laat op. Door de groeispurt heeft een puber minimaal 9 uur slaap per nacht nodig. Dat is door de week lastig haalbaar, waardoor de puber in het weekend vaak extreem lang uitslaapt. Ook wordt het slaaphormoon melatonine bij pubers op een later tijdstip afgegeven dan bij jongere kinderen. Daardoor krijgen ze pas later op de avond slaap en worden ze ook later wakker.

5. Puberteit en adolescentie zijn twee verschillende dingen. De puberteit is de periode waarin kinderen uiterlijk volwassen worden (baard in de keel, schaamhaar), adolescentie duidt de gehele periode van volwassenwording aan, dus ook de geestelijke veranderingen. De ontwikkeling van de hersenen gaat door tot ten minste het 25e levensjaar.

6. De puberteit heeft ook positieve kanten: pubers leren snel, komen met ideeën, bedenken oplossingen en komen tot nieuwe inzichten. Als ze gemotiveerd zijn, aangemoedigd worden en de ruimte krijgen, dan kunnen hun talenten tot bloei komen.

7. De puberteit begint onder invloed van hormonen en gaat gepaard met lichamelijke veranderingen. Dat gebeurt bij meisjes gemiddeld tussen de 8 en 13 jaar. Jongens komen meestal ongeveer een half jaar tot een jaar later in de puberteit.

8. Pubers zetten zich graag af tegen hun ouders door opstandig gedrag, schreeuwen en schelden: hoe harder ze zich afzetten tegen de ouders, hoe beter ze hun 'ik' ervaren. Dat afzetten heeft dus een belangrijke functie.

*Een kijkje in het puberbrein (2019, 20 september), www.nrc.nl*

- Verklaar de volgende begrippen aan de hand van de tekst.

- striatum: .....

- prefrontale cortex: .....

- amygdala: .....

- melatonine: .....

- Waarom klopt het stereotiepe beeld van de puber die enkel onverstandige dingen doet niet?

.....  
.....  
.....  
.....

- Waarom is dat belangrijk voor het jeugdstrafrecht?

.....  
.....  
.....  
.....

- Wat bedoelt neurowetenschapper Sabine Peters met: 'De mate waarin pubers redelijk nadenken hangt sterk samen met hun motivatie.'

.....  
.....  
.....  
.....



- Waarom zorgt het pubergedrag soms voor een botsing met de ouders?

---

---

---

---

- Wat kan een ouder doen?

---

---

---

---



- Wat zijn de gevolgen voor de puber van de drie hersengebieden die nog niet optimaal communiceren?

---

---

---

---

- Waarom moet een ouder het egocentrisch gedrag van de puber als een compliment zien?

---

---

---

---

- Waarom zou een schooldag beter later beginnen?

---

---

---

---

- Welke positieve kanten van de puberteit haalt Peeters aan?

---

---

---

---

- Hoe zetten pubers zich af tegen hun ouders?

---

---

---

---

- Welke functie heeft het afzetten tegen de ouders?

---

---

- Vergelijk de puberteit met de adolescentie. Vul de onderstaande tabel aan.

	Puberteit	Adolescentie
Ontwikkelingsgebied(en)		
Voorbeeld ontwikkelingsgebied		
Duur periode		
Leeftijd		

## 5 Socio-emotionele ontwikkeling

### 5.1 Theorie van Erikson

#### 9. Lees de situatie. Verklaar Elifs gedrag aan de hand van de cognitieve ontwikkeling.

Elif hangt graag rond met haar vriendinnen. Een van hen, Febe, is een durfal. Samen fantaseren ze erover hoe cool het moet zijn om een piercing te laten zetten. Haar ouders zijn daar radicaal tegen. Elif vindt dat ze er een ouderwets standpunt op nahouden. Wat weten zij er eigenlijk van? Op een dag, als ze samen gaan shoppen, lopen ze langs een piercingzaak. Febe trekt haar mee naar binnen. Elif kan niet aan de verleiding weerstaan. 'Wauw, zo mooi!' roept Febe vol bewondering uit. In plaats van met een nieuwe jas komt Elif die dag met een neuspiercing thuis. Het uitgelaten gevoel dat ze had toen ze met Febe door de stad liep, verdwijnt al snel. Haar ouders zijn erg teleurgesteld, Elif barst in tranen uit en voelt zich compleet onbegrepen.



.....

.....

.....

.....

Al lange tijd worden tieners beschouwd als lastig en rebels. **Stanley Hall** (1844-1924), een van de grondleggers van de psychologie, somde al rond 1900 drie kenmerken van adolescenten op. Elif vertoont ze alle drie:

- conflicten met ouders;
- stemmingswisselingen;
- risicovol gedrag.

Latere wetenschappers vroegen zich echter af of dat beeld wel klopt. Iedereen kent wel een puber die over de schreef gaat, maar waarschijnlijk ken je er meer die rustig en welgezend door hun tienerjaren dartelen. Sommigen noemen de rebelse tiener zelfs een mythe.

Onderzoekers stellen nu dat de bovenstaande gedragingen wel degelijk vaker voorkomen bij tieners dan bij andere leeftijdsgroepen. Toch zijn er maar bij een minderheid problemen. Slechts een op de vijf jongeren zou een moeilijke adolescentie doormaken. Het gaat dan vaak om jongeren die sowieso thuis of met zichzelf al problemen hadden. De meeste tieners hebben het weleens moeilijk of worstelen met hun emoties, maar maken al bij al een gelukkige, onopvallende adolescentie door.

In de theorie van Erikson is de adolescentie het vijfde stadium. Het centrale conflict in deze periode is **identiteit** versus **identiteitsverwarring**. Soms wordt dat de puberteitscrisis genoemd, al weten we nu dat die crisis bij de meeste jongeren wel meevalt. In deze fase weken jongeren zich los van hun ouders. Tot nu toe hebben ze netjes het pad gevolgd dat hun ouders en leerkrachten voor hen hebben uitgestippeld, maar nu willen ze hun eigen weg gaan. Dat is een nodige stap op weg naar volwassenheid en zelfstandig worden.

De zoektocht naar een identiteit bestaat uit twee processen die elkaar afwisselen.

#### — **Exploratie**

Tieners gaan **op zoek** naar persoonlijke interesses, nieuwe vrienden, alternatieve levensstijlen, beginnen na te denken over een mogelijke carrière. Ze hebben de kans om te **experimenteren**, zonder dat dat blijvende gevolgen heeft. Dat wordt het **moratorium** genoemd: een periode waarin tieners van alles kunnen uitproberen en fouten mogen maken. Ze hoeven nu nog geen blijvende beslissingen te nemen.

Bijvoorbeeld: Louise heeft dreadlocks laten zetten. Ze heeft een vriendje Stan. Maar volgend jaar zijn die dreadlocks en Stan misschien al lang vergeten.

#### — **Binding**

Tieners maken op basis van hun ervaringen in die exploratie een keuze waar ze achter staan.

Bijvoorbeeld: Wout heeft vakantiejobs gedaan in een warenhuis en in een fabriek. Deze zomer is hij als leider op kamp geweest met kinderen met een beperking. Dat beviel hem zo, dat hij besloten heeft om later orthopedagogiek te gaan studeren.

Wanneer de adolescent (min of meer) weet wat voor persoon hij is, wat hij met zijn leven wil doen, dan is er sprake van een succesvolle uitkomst van het conflict.

Bij een niet-succesvolle uitkomst heeft de jongere moeite om een identiteit te vinden. Hij heeft het moeilijk om blijvende keuzes te maken en volwassen rollen op te nemen. Deze jongeren vertonen meer probleemgedrag, zoals druggebruik of criminaliteit. Zo hebben sommige jongeren met een migratieachtergrond het moeilijk om een identiteit te vinden. Enerzijds zijn ze in Vlaanderen opgegroeid en voelen ze zich hier thuis, anderzijds worden ze door een deel van de bevolking nog altijd als een 'vreemde' behandeld. Ze hebben het gevoel tussen twee werelden te vallen.

Andere jongeren hebben, vaak door omstandigheden buiten hun wil om, op te vroege leeftijd een volwassen identiteit moeten aannemen. Mogelijke oorzaken zijn bijvoorbeeld te jong huwen of het overlijden van een ouder. Tieners krijgen dan taken die niet bij hun leeftijd passen, zoals de zorg voor jongere kinderen. Of ze hebben autoritaire ouders die hen in een bepaalde richting duwen. In die gevallen krijgen ze niet de kans om voldoende te experimenteren. Erikson noemt die situatie **foreclosure**.

10. Bespreek de volgende situaties vanuit de theorie van Erikson over de adolescentie.

1

Elise wordt op haar 16e ongewenst zwanger. Hoewel haar vriend haar in de steek laat, besluit ze het kindje toch te houden. Ze blijft bij haar ouders wonen, maar wil wel de zorg voor haar kind op zich nemen. Dat vraagt veel tijd en energie. Ze verwaarloost haar schoolwerk en vindt de tijd niet om met haar vriendinnen uit te gaan. Ze gelooft niet dat ze een nieuw vriendje zal vinden. 'Als die te weten komt dat ik een kind heb, haakt hij onmiddellijk af', denkt ze. Op haar 18e wil ze stoppen met studeren om zelf geld te kunnen verdienen.

- Hoe gaat Elise om met het conflict tussen identiteit en identiteitsverwarring?

---

---

---

---

---

---

---

---

2

Elke dag belanden zes tieners stomdronken op spoed. Nog nooit zaten daarbij zoveel 12- tot 13-jarigen als vorig jaar: 116, van wie zestig procent meisjes. [...] Ter vergelijking, de cijfers in België liggen drie keer hoger dan in Nederland.

*Nooit eerder belanden zoveel 12- tot 13-jarigen stomdronken op spoed (2019, 7 december), [www.standaard.be](http://www.standaard.be)*

- Hoe kun je dat gedrag op die jonge leeftijd verklaren?

---

---

---

---

---

---

---

---

## 5.2 Interesse in seks en relaties

Terwijl schoolkinderen het liefst van al kinderen van het andere geslacht uit de weg gaan, verandert dat plots in de puberteit. Nieuwe gevoelens zoals **verliefdheid** en **seksuele opwinding** duiken op. Jongens raken plots geïnteresseerd in meisjes. Meisjes becommentariëren druk de jongens uit hun buurt. En sommige tieners merken dat ze vallen op iemand van hetzelfde geslacht. Op het internet of in tijdschriften gaan jongeren volop op zoek naar info over seks. Rond 14 à 15 jaar geven tieners hun eerste tongzoen. In de daaropvolgende jaren wordt volop geëxperimenteerd met het aan- en uitmaken met liefjes. Gemiddeld rond 17-18 jaar volgt de eerste geslachtsgemeenschap.



Samen met de lichamelijke veranderingen die tieners doormaken, zorgen die nieuwe gevoelens voor heel wat onzekerheid en twijfels. Ben ik wel aantrekkelijk genoeg? Is dit nu het juiste vriendje? Hoe ver wil ik gaan op seksueel gebied?

Jongeren die merken dat ze **holebi** of **transgender** zijn, kunnen daardoor extra verward raken, zeker als hun omgeving lacherig doet over homoseksualiteit of wanneer die seksuele voorkeur niet past binnen hun cultuur of opvoeding. Toch merken LGBTQ+-organisaties dat jongeren zich vroeger outen dan voorheen, gemiddeld tussen hun 16 en 19 jaar.



### 5.3 Stemmingwisselingen

Soms lijkt het emotionele leven van een tiener op een achtbaan, met heel wat plotse ups en downs. Tieners ervaren hun emoties intenser dan volwassenen. Sommigen lijken overgevoelig. Als ze boos zijn, zijn ze enorm woedend. In een uitgelaten bui krijgen ze de slappe lach die maar niet overgaat. En als ze in de put zitten, lijkt hun verdriet eindeloos diep.

Bovendien wisselen de emoties elkaar snel af: het ene moment is dochterlief woedend op papa, en eventjes later hangt ze lachend aan de gsm met haar beste vriendin.

### 5.4 Opstandigheid en zich losmaken van de ouders

Als gevolg van hun kritische ingesteldheid verzetten veel tieners zich tegen de volwassenen. Regels van ouders en school, en regels over uitgaan, piercings of zakgeld vinden jongeren dikwijls ouderwets. Ze leggen vragen en bevelen van ouders graag naast zich neer. Ze willen meer en meer zelf beslissen en zijn het vaker oneens met gezagsdragers. De slaapkamer wordt het eigen territorium van de tiener. Mama en papa mogen er zo weinig mogelijk binnen, en zeker niet zonder kloppen. Tieners brengen er steeds meer tijd door, met hun eigen posters, muziek, computer ... Ook de badkamerdeur gaat op slot. Dat alles duidt erop dat tieners hun persoonlijke domein, de zaken waarover ze zelf mogen beslissen, voortdurend proberen uit te breiden.

Tieners hebben de neiging zichzelf te overschatten (zie p. 125) en willen vaak sneller zelfstandig worden dan ze aankunnen. Ouders daarentegen zijn bang voor de 'gevaaren' van het tienerleven en willen hun kind beschermen tegen zichzelf. Ze denken soms te lang dat hun tienerzoon of -dochter bepaalde verantwoordelijkheden niet aankan. Het gevolg? Frustraties bij de tieners, die niet krijgen wat ze willen. Af en toe leidt dat tot intense ruzies, al ligt het aantal conflicten tussen ouders en tieners lager dan wel eens wordt gedacht.



Tegelijk merken veel deskundigen op dat jongeren bevestiging willen krijgen van hun ouders. Op eigen benen staan, brengt immers onzekerheid met zich mee. Tieners willen van volwassenen horen dat ze goed bezig zijn, dat ze de juiste keuzes maken.

Men noemt dat ook wel de **tweede protestfase**, na de koppigheidsfase die we als peuter doormaken. Dat verzet past in het zoeken naar een eigen identiteit, los van de ouders. De tiener wil zijn eigen leven leiden, en wil daarbij zijn eigen keuzes maken. Dat is een nodige stap naar volwassenheid.

## 5.5 Belang van vriendschap

Terwijl mama en papa iets naar de achtergrond verschuiven, worden vrienden belangrijker. Tieners brengen graag zoveel mogelijk tijd door met hun vrienden. En als live contact niet mogelijk is, hebben ze gelukkig nog de gsm en het internet. Het is geen toeval dat sociale media zo populair zijn bij jongeren. Je hebt je vrienden zo altijd bij je.

Terwijl kinderen vrienden hebben om samen mee te spelen en te sporten, worden vriendschappen in de adolescentie intiemer en meer gericht op vertrouwen.

Toch mag de invloed van ouders niet onderschat worden. Volgens de **terreinhypothese** van de Wit, van der Veer en Slot hebben zowel vrienden als ouders een invloed op de adolescent, maar op een ander vlak of terrein. Zo blijven ouders een belangrijke inspraak hebben op morele waarden en beslissingen die gevolgen voor de toekomst hebben, zoals de studiekeuze en persoonlijke relaties. Vrienden spelen eerder een rol bij keuzes op korte termijn, zoals kleren, make-up, kapsel, vrijetijdsbesteding ...

Wanneer de adolescent echter ervaart dat vrienden en ouders soms tegengestelde verwachtingen hebben, dan zal dat tot spanningen of zelfs conflicten leiden. Het gevolg daarvan is dat de adolescent dingen voor zijn ouders gaat verzwijgen of zelfs afstand van hen gaat nemen. De Wit, van der Veer en Slot spreken in dat geval van de **conflicthypothese**.

Ontwikkelingspsycholoog **Jane Loevinger** (1918-2008) onderscheidt in de adolescentie twee fases in de omgang met leeftijdsgenoten.

— **Conformistisch stadium** (12-16 jaar)

Jongere tieners hechten enorm veel belang aan hoe anderen over hen oordelen. 'Vinden ze me wel oké?' is een essentiële vraag. Jongere tieners zijn bang voor kritiek en afwijzing door hun leeftijdsgenoten. Daarom proberen ze te zijn zoals de anderen. Ze spiegelen zich aan elkaar en kopiëren elkaars gedrag om bij de groep te horen. Tieners in dat stadium hebben vaak een voorkeur voor dezelfde kledingstijl en muziek. Ze dragen rugzakken en schoenen van hetzelfde merk. Wie te veel afwijkt van de groepsnorm is immers 'raar'.

Dat volgen van de groepsnorm wordt **conformisme** genoemd.

— **Zelfbewust stadium** (vanaf 16 jaar)

Hoe ouder de tiener wordt, hoe meer hij zijn **eigen identiteit** heeft gevonden. Beetje bij beetje durft hij te tonen wie hij werkelijk is. Interesses, kledingstijl, kapsel enzovoort worden nu uitingen van de eigen persoonlijkheid. 'Anders zijn' is geen reden meer om afgewezen te worden. Integendeel, oudere tieners bewonderen leeftijdsgenoten die een eigen stijl hebben. Ze staan open voor wie er een andere visie op nahoudt.

### 11. Lees de onderstaande casus en beantwoord de vragen.

Ook al vindt Gus die nieuwe game maar niets, toch speelt hij tot 's avonds laat online tegen zijn vrienden. Zijn ouders moesten eens weten: zij vinden een goede nachtrust heel belangrijk.

- Van welke hypothese is er sprake?

.....

.....

- In welk stadium bevindt Gus zich? Leg kort uit.

.....

.....

# Test jezelf

1. **Waarom wordt het begrip 'adolescentie' verkozen boven het begrip 'puberteit'?**

---

---

2. **Welk kenmerk van het functioneren van de adolescent herken je?  
Leg telkens kort uit.**

A. Als Jarno de klas binnenkomt, ziet hij Amélie en Leyla tegen elkaar fluisteren. Hij denkt dat het over hem gaat.

---

---

B. Charlotte heeft altijd commentaar op haar ouders: 'Ze zijn zo ouderwets. Ze zouden beter eens een cursus over opvoeden volgen.'

---

---

C. Jens zit altijd op zijn kamer. Als zijn moeder hem vraagt waarom hij niet gezellig bij zijn ouders in de woonkamer komt zitten, antwoordt hij: 'Beneden verveel ik mij dood.'

---

---

D. Feline heeft haar poppen de deur uitgewooid en heeft haar kamer helemaal opnieuw ingericht. Ze heeft de muren knalrood geverfd.

---

---

E. Lily start met de studierichting natuurwetenschappen, ondanks de waarschuwingen van haar leerkrachten. Haar punten zijn niet zo goed, maar ze is er zeker van dat ze de richting wel aankan.

---

---

3. **Verklaar het volgende gedrag aan de hand van de theorie van Erikson.**

Simon luisterde vroeger naar hitparademuziek. Toen hij in het 3e middelbaar zat, begon hij samen met zijn vrienden volop naar hiphop te luisteren en droeg hij kledingmerken die zijn favoriete rappers ook droegen. Nu, twee jaar later, is hij veel met metal bezig. 'Nu heb ik echt mijn ding gevonden', zegt hij.

---

---

---

## Vaktaal

- **Amygdala:** deel van de hersenen dat de emoties regelt
- **Conformisme:** aanpassing van het gedrag aan dat van anderen
- **Egocentrisme:** eigenschap waarbij je jezelf centraal stelt in het denken en alles vanuit je eigen standpunt bekijkt
- **Hormoon:** stof die door klieren in het lichaam wordt aangemaakt en via de bloedbaan een verandering teweegbrengt in het lichaam, 'chemische boodschapper'
- **Hypothalamus:** klein onderdeelje van de hersenen dat de aanwezigheid van hormonen in het bloed regelt
- **Identiteit:** persoon die je denkt te zijn, hoe je jezelf ziet
- **Jongerencultuur:** subcultuur van jongeren met eigen muzikale voorkeuren, kleding en vrijetijdsbestedingen, die afwijken van de voorkeuren van volwassenen
- **LGBTQ+:** afkorting van *lesbian* (lesbisch), *gay* (homoseksueel), *bisexual* (biseksueel), *transgender*, *queer* of *questioning* (zoekend) en andere (+); verzamelnaam voor seksuele en genderidentiteiten, die buiten de hetero- en cisgendernormen vallen (cisgender = iemand van wie de genderidentiteit overeenkomt met het geslacht). In het Nederlands spreekt men ook van LHBT+ (H staat dan voor homoseksueel)
- **Narcisme:** zelfobsessie, gevoel beter te zijn dan anderen
- **Oestrogeen:** vrouwelijk geslachtshormoon
- **Prefrontale cortex:** rationeel deel van de hersenen dat verschillende cognitieve functies stuurt
- **Striatum:** beloningsgebied in de hersenen dat betrokken is bij motivatie en emoties
- **Testosteron:** mannelijk geslachtshormoon

## Leertip

### Boomschema

Zoals de naam al doet vermoeden, lijkt een boomschema op een boom. Zo'n schema bestaat uit een stam (hoofdcategorie), wortels (subcategorie) en takken (onderdelen van de subcategorie). Op die manier krijg je onmiddellijk een beknopt overzicht uit welke onderdelen of soorten iets bestaat. Een boomschema wordt van boven naar beneden opgebouwd. Toch vinden sommigen het gemakkelijker om van links naar rechts te werken.

Ook digitaal (bv. in Microsoft Word) kun je op een eenvoudige manier een boomschema maken.



**Hoofdstuk 6 - Sociaal gedrag** **109**

1	Gedrag	110
2	Sociaal gedrag	113
3	Sociale beïnvloeding	125

**Hoofdstuk 7 - Cultuur in breed perspectief** **138**

1	Cultuur	139
2	Cultuur in de diepte	141
3	Culturen vergelijken	144

**Hoofdstuk 8 - Sociale ongelijkheid en armoede** **156**

1	Sociale ongelijkheid	157
2	Armoede	160
3	Gevolgen	165

**Hoofdstuk 9 - Sociale structuur** **171**

1	Sociale groepen	172
2	Sociale stratificatie	179

**Hoofdstuk 10 - De hedendaagse samenleving** **195**

1	Gelijke kansen?	196
2	Invloed van media	198
3	Samenleven	205

**Hoofdstuk 11 - Onderzoeksvaardigheden** **215**

1	Een onderzoeksvraag opstellen	216
2	De observatie (voor gevorderden)	218
3	Correlatieonderzoek	223
4	Het experiment	226
5	Eindopdracht	230



**HOOFDSTUK 1**

# Het persoonlijk referentiekader

**WhatsApp?**

*Wanneer ouders en grootouders proberen om mee te zijn met de nieuwe communicatiemiddelen, loopt het al eens fout ...*

Laura  
@GilsLaura

Papa heeft echt te veel emoji's ontdekt!

Heb superveel keelpijn en ben mijn stem kwijt, maar voor de rest alles oke! :p

Dan moet ge veel melk mer honing drinken. 🍌🍰  
Morgen ga je die keelpijn niet meer voelen. 😞🩺🩺

imke  
@imkeyyy

mijn opa hè wat een toepasselijke emoji's

Opa ❤️  
Ik kan alle dagen behalve 7 juni, dan heb ik een begrafenis. 😂😂

9:23 p.m. · 19 mei 2016

# 1 Gekleurde bril

## 1. Hoe zou jij reageren in deze situaties? Motiveer telkens je antwoord.

- Je gezin gaat dit jaar tijdens de zomervakantie op reis naar Italië. Je ouders willen graag een tentoonstelling over de renaissancekunst bezoeken. Ze vragen of je meegaat.

---

---

- In een radiospot hoor je een oproep om op een zaterdagmiddag mee te wandelen in een betoging tegen de klimaatopwarming.

---

---

- Je leest op de website van jouw gemeente dat er nood is aan vrijwilligers om in de schoolvakanties een handje toe te steken in het lokale woonzorgcentrum.

---

---

- Een aantal klasgenoten heeft tijdens de zomervakantie een avontuurlijke reis gepland naar Frankrijk. Met de fiets, een tentje en een rugzak willen ze een weekje de heuvelachtige streek van de Dordogne doorkruisen. Ze vragen of je meegaat.

---

---

- Je ziet op het tv-journaal een item over de herbestemming van een aantal Vlaamse kerken. Eén kerk is ondertussen een brouwerij, een andere een planetarium, terwijl een kapel omgevormd werd tot een sportzaal. Na het nieuws vraagt een van je ouders wat je daarvan vindt.

---

---

- Je hoort op de speelplaats enkele leerlingen praten over de gendergelijke truiencollectie van een winkelketen. In de vestigingen van die keten zijn er geen jongens-meisjesverwijzingen meer. De leerlingen vragen jouw mening.

---

---

- Je kijkt met een aantal vrienden naar een sportwedstrijd waarbij de sporters voor de start op één knie gaan zitten. Iemand zegt dat ze dat stom vindt. Er ontstaat een discussie.

---

---

Jouw reactie op de bovenstaande situaties is sterk afhankelijk van de manier waarop je kijkt naar je omgeving en naar de anderen. Die spreekwoordelijke bril is ons **referentiekader**. Dat is het geheel van persoonlijke waarden, normen, opvattingen, overtuigingen, kennis en ervaringen dat we tijdens ons leven opbouwen. Het speelt een belangrijke rol bij de waarneming en beoordeling van onze omgeving. Omdat wij allemaal beschikken over een eigen, persoonlijk referentiekader, kunnen de reacties van jou en je klasgenoten op de bovenstaande situaties verschillen. Ons referentiekader is m.a.w. een 'gekleurde' bril.



## 2 Referentiekader in de praktijk

Ons referentiekader bepaalt in grote mate hoe we onze omgeving beoordelen en welke beslissingen we nemen. Het stuurt daarbij ook ons gedrag. Dat blijkt bijvoorbeeld uit de vaccinatiegraad voor het coronavirus in de loop van 2021. Hoewel onderzoek had aangetoond dat wie gevaccineerd is beter beschermd is tegen het coronavirus, waren er nog steeds mensen die een vaccin weigerden. De redenen daarvoor komen vaak voort uit hun referentiekader.

### 2. Welke redenen halen mensen aan om een vaccin te weigeren?

---

---

---

---

---

---

---

---

De Vlaamse arts en journaliste Marleen Finoulst maakte in het maandblad *Bodytalk* een oplistijng van de meest voorkomende redenen waarom mensen twijfelen.

### 3. Lees het artikel op de volgende pagina.

- Leg de link tussen iemands reden om zich niet te laten vaccineren en zijn referentiekader.
- Verwijs in je antwoord naar elementen uit de definitie van het referentiekader.

---

---

---

---

---

---

---

---



## Het mag niet

Sommigen geloven dat vaccinatie onnatuurlijk is. Ze menen dat het niet hoort het lot/God/de natuur ... te tarten. De bewering dat iets 'niet natuurlijk' is, is een beetje vreemd. In 'natuurlijke' omstandigheden sterft per 100 geboortes minstens 1 moeder in het kraambed. [...]



## Politiek

Vooraf in de derde wereld spelen politieke belangen een rol. Lokale heersers verspreiden vaak onjuiste informatie, omdat dat hun goed uitkomt. De taliban, bijvoorbeeld, verkondigen dat vaccinaties een complot van het Westen zijn om de lokale bevolking onvruchtbaar te maken. Zo houden ze de westerse invloed buiten. Ook bij ons kunnen politieke belangen de wetenschappelijke discussie overschaduwen om het vertrouwen in de heersende partijen te ondergraven.

## Twijfels aan de medische wetenschap

Geneeskunde evolueert, standpunten veranderen [...]. Ook vandaag de dag moeten artsen af en toe toegeven dat een eerder aangeprezen behandeling of ingreep toch minder efficiënt is dan verwacht. Wie de wetenschap wantrouwt, is ook kritischer ten aanzien van vaccins.

## Bon ton

Wantrouwen koesteren lijkt soms bon ton: je roeit tegen de stroom in, bent kritischer dan de mainstream, je doet niet mee aan die kuddementaliteit. Jij weet beter en onderscheidt je van de massa.

## Complotdenken

Sommige mensen hebben het moeilijk met het aanvaarden van brute, betekenisloze pech. Ze geloven niet dat een onzichtbaar organisme als een coronavirus de wereld 'on hold' kan zetten en zoeken een andere verklaring. Zo ontstaan complottheorieën, die vaak knotsgek zijn. Bijvoorbeeld dat een aantal wereldleiders in feite buitenaardse wezens zijn met reptielachtige kenmerken ('reptilians') die via vaccinatie de mensheid als slaven onder de knoet willen houden. [...]

*Finoulst, M. (2021, april). Kritische bril met troebele glazen. Bodytalk.*

De Amish vormen een geloofsgemeenschap van iets meer dan 350 000 leden in de Verenigde Staten en hebben hun eigen referentiekader.

Toen de Vlaamse documentairemaker Tom Waes voor zijn programma *Reizen Waes* een aantal jaren geleden een roadtrip door de Verenigde Staten maakte, hield hij halt in de staat Missouri. Hij maakte er kennis met een Amish-familie. De Amish hebben een specifieke 'bril' waarmee ze naar de wereld kijken.





**5. Lees het artikel.**

- Welke individuele factor bepaalt het referentiekader van Ronaldo?
- Motiveer je antwoord.

### Waarom Cristiano Ronaldo geen enkele tatoeage op zijn lijf heeft

*Noblesse oblige, lijkt het tegenwoordig wel: een beetje internationaal topvoetballer, die pronkt met enkele tatoeages. De uitzondering die de regel bevestigt, is Cristiano Ronaldo. En daar blijkt een ontwapenend mooie reden voor te zijn.*

Of je houdt van Cristiano of je haat hem, maar je kan niet naast het feit dat hij zich geregeld inzet voor goede doelen. De 1,4 miljoen euro die hij kreeg voor zijn Gouden Bal in 2011, schonk hij rechtstreeks aan de heropbouw van scholen in Gaza, 6 miljoen ging naar een fonds speciaal bestemd voor kinderen na de aardbeving in Nepal in 2015 en vorig jaar toonde hij zijn genereuze zelve na de bosbranden in Portugal. Hoort ook vast en zeker thuis in het rijtje van zijn goede daden: het regelmatig doneren van bloed. Dat neemt CR7 zo serieus, dat hij weigert een tattoo te laten zetten om zo op gezette tijdstippen te kunnen schenken. Natuurlijk kan je ook bloed afstaan met een tattoo, maar volgens de richtlijnen moeten donoren vier maanden wachten na het zetten van een tatoeage - in het andere geval is het risico op infecties te groot.



In het verleden gebruikte Ronaldo zijn bekendheid ook al om anderen aan te zetten bloed te doneren. 'Iedereen kan een verschil maken door af en toe wat bloed af te staan. Eén donatie is goed om drie mensen te helpen die het nodig hebben in een spoedgeval of bij een behandeling op lange termijn', zei hij daar in 2015 via Eurosport over. 'Daarom ben ik zelf een levenslange bloeddonor en moedig ik iedereen aan om hetzelfde te doen: je helpt er wereldwijd levens mee.'

*Op de Beeck, H. (2018, 30 maart). Waarom Cristiano Ronaldo geen enkele tatoeage op zijn lijf heeft. [www.hln.be](http://www.hln.be)*

Ook het **geheugen** speelt een grote rol voor ons referentiekader. Onze hersenen slaan vroegere ervaringen op en beïnvloeden in sterke mate ons handelen. Wie ooit een traumatische ervaring heeft opgelopen, zal zich op basis van de herinnering aan die ervaring in gelijkaardige omstandigheden anders gedragen dan de meeste andere mensen. Herinneringen aan slechte ervaringen kunnen ook heel nuttig zijn. Ze zorgen ervoor dat je in een toekomstige gevaarlijke situatie beseft dat iets gevaarlijk kan zijn. Iemand die ooit het slachtoffer werd van verkeersagressie, zal proberen om conflicten in het verkeer te vermijden.

Toch is niet alles wat opgeslagen is in het geheugen juist. Volgens de Belgische neurochirurg Dirk De Ridder worden onze negatieve herinneringen na verloop van tijd minder scherp, omdat we op die manier in staat zijn vlotter sociale contacten te onderhouden. Een vlamme ruzie met een vriendin kan later minder erg lijken, zodat de vriendschap er niet erg onder lijdt. Onze herinneringen worden ook voortdurend herwerkt in functie van wat voor ons het meest nuttig kan zijn.

Daarnaast is ons geheugen manipuleerbaar. Dat blijkt onder meer uit de *crashing memory test*. Proefpersonen moeten een vragenlijst invullen over een vliegtuigongeluk dat daadwerkelijk heeft plaatsgevonden. In de vragen suggereren de onderzoekers dat er televisiebeelden te vinden zijn van het moment van het ongeluk. Veel proefpersonen geven aan dat ze zich de beelden herinneren en komen met gedetailleerde beschrijvingen. Alleen bestaan die televisiebeelden niet.



**6. Hoe beïnvloeden de volgende factoren het referentiekader van Tessa en Joran?**

- Zelfbeeld: Tessa vindt van zichzelf dat ze geen Frans kan. Ze krijgt een toets terug: 6,5/10. Hoe ervaart zij die score?

.....

- Emotie: Joran is van nature een bang persoon. Wat denkt hij over het dragen van een fluohesje en fietshelm?

.....

## 3.2 Maatschappelijke factoren

### 3.2.1 Opvoeding en onderwijs

Vanaf je geboorte krijg je in verschillende instituties heel wat waarden, normen, kennis en vaardigheden mee. Die zijn belangrijk om op een normale manier in de maatschappij te functioneren. Dat gebeurt vooral via je **opvoeding** en het **onderwijs**. Op die manier wordt je referentiekader tijdens je leven opgebouwd.

**7. Hoe heet dat proces?**

.....

**8. Welke drie soorten bestaan er?**

.....

**9. Illustreer met twee voorbeelden hoe dat proces je referentiekader kan beïnvloeden.**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

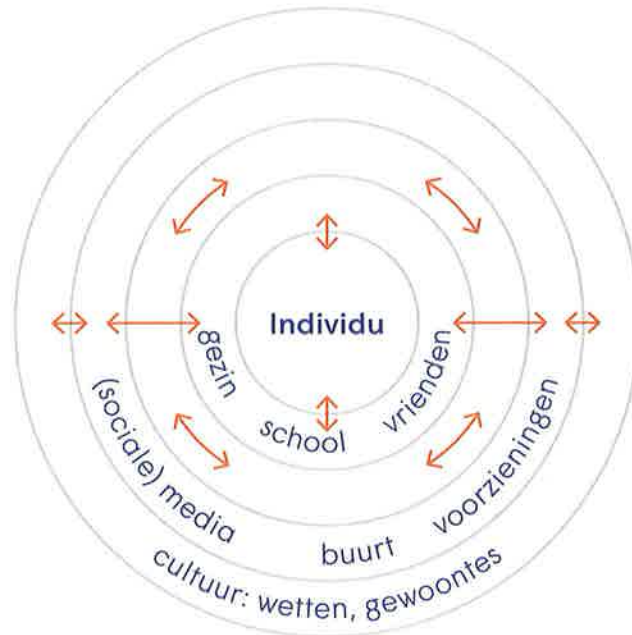


### 3.2.2 Het bio-ecologisch model

Het bio-ecologisch model van de Russisch-Amerikaanse psycholoog **Urie Bronfenbrenner** (1917-2005) brengt de verschillende omgevingsinvloeden in kaart die van invloed zijn op onze ontwikkeling en daarmee ook een rol spelen bij de ontwikkeling van ons referentiekader. Het model wordt voorgesteld als een soort ui die bestaat uit een aantal lagen. Hoe dichter de laag bij het individu staat, hoe directer de invloed op het individu. Die lagen noemde Bronfenbrenner 'systemen'.

#### 10. Plaats de verschillende termen op de juiste plaats in de figuur.

exosysteem – mesosysteem – microsysteem – macrosysteem



#### 11. Welk systeem beïnvloedt het referentiekader van het individu in deze situaties?

- De sterke en warme relatie die Sfea met haar ouders heeft, zorgt ervoor dat ze ervan overtuigd is dat ze zo moet omgaan met anderen en dat genegenheid een belangrijke waarde is.

---

- In sommige Afrikaanse culturen genieten dikke vrouwen veel meer aanzien. Vetkwabben zijn er een statussymbool. Extreme uitingen van die 'big is beautiful'-trend zijn de *fattening farms*. Vrouwen vinden het daar normaal als ze enkele maanden voor hun huwelijk worden opgesloten in een hut om te worden vetgemest.

---

- Als de ouders van Karim goed kunnen opschieten met zijn leerkrachten en elke keer naar het oudercontact gaan, kan dat ervoor zorgen dat Karim de waarde respect tot zijn referentiekader rekent.

---

- Felix woont in een multiculturele wijk in het centrum van Brussel. Daardoor kent hij al veel bevolkingsgroepen in Brussel en heeft hij een open houding tegenover mensen met een andere huidskleur.

---

**12. Zoek nu zelf een concreet voorbeeld van de invloed van elk systeem op jouw referentiekader.**

- Microsysteem

.....

.....

- Mesosysteem

.....

.....

- Exosysteem

.....

.....

- Macrosysteem

.....

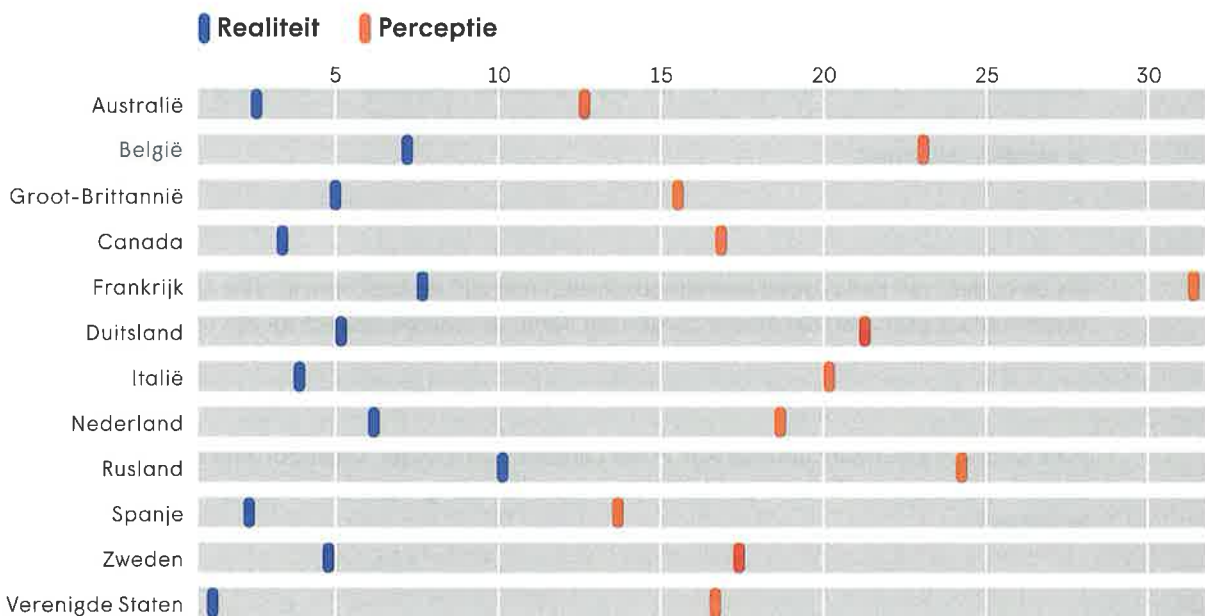
.....

**3.2.3 Media**

Vandaag is de invloed van de **media** niet te onderschatten. Heel wat mensen laten zich in hun beeldvorming leiden door wat de media hen aanleveren. De vaak eenzijdige berichtgeving heeft niet zelden verregaande gevolgen.

Zo toonde een studie van het internationaal marktonderzoeksbureau Ipsos eind 2016 aan dat de publieke opinie op het gebied van maatschappelijke thema's vaak ver afstaat van de werkelijkheid. In de studie peilden de onderzoekers o.a. naar het percentage moslims in verschillende landen. Daarnaast bevroegen ze de mensen naar hun inschatting van het aantal moslims in hun land. De resultaten vind je in de onderstaande grafiek. In het blauw staat het werkelijke percentage, in het oranje het geschatte percentage.

**13. Bekijk de grafiek en beantwoord de vragen.**



*Pew Research/De Standaard/Statistics Canada, 2016*

- Hoeveel procent van de Belgische bevolking is moslim? .....
- Hoeveel procent was dat volgens de ondervraagden? .....

- Welke algemene conclusie kun je trekken uit de resultaten van het onderzoek?  
.....  
.....

- In welk land wordt het aandeel van de moslimbevolking het hoogst ingeschat?  
Staaf je antwoord met cijfergegevens.  
.....  
.....

- Welk land overschat zijn moslimpopulatie in verhouding het meest?  
Kijk daarvoor naar de verhouding tussen het werkelijke percentage en het geschatte percentage.  
.....  
.....

- Waarom zou het aantal moslims worden overschat?  
.....  
.....

Ook wat de vaccinatietwijfel betreft, spelen de media een belangrijke rol. Uit een wereldwijde bevraging eind 2020 bleek dat Frankrijk het land was met het minst aantal mensen dat zich wilde laten vaccineren (54 %). Midden 2021 situeerden de meeste vaccintwijfelaars in België zich in Wallonië en Brussel. Terwijl op dat moment al meer dan zeven op de tien Vlamingen zich had laten vaccineren, ging het in Franstalig België om net geen zes op de tien burgers.

#### 14. Welke conclusie kun je daaruit trekken?

.....  
.....

Veel mensen baseren zich voor hun beeldvorming vandaag niet alleen meer op de traditionele media, maar ook op de sociale media. Het onderzoeksbureau Kantar bevroeg begin 2021 online 1057 respondenten, een representatief staal van de Belgische bevolking. Uit die cijfers kwam naar voren dat de televisie de voornaamste nieuwsbron is voor 44 % van de bevrageerden. Bij de jongeren geeft minder dan 20 % aan dat televisie op de eerste plaats komt. Voor de meerderheid onder hen staan internet en sociale media bovenaan.

Een van de negatieve aspecten van de sociale media is dat het **complotdenken** er vrij circuleert. Uit hetzelfde onderzoek blijkt dat niet minder dan een op de drie Belgen in minstens een complottheorie gelooft. Zo zijn er de complotten rond de stemfraude en gemanipuleerde verkiezingsresultaten bij de Amerikaanse presidentsverkiezingen, rond het coronavirus en het coronavaccin. Van de ondervraagden gelooft bijvoorbeeld 22 % dat het virus eind 2019 met opzet werd verspreid. Een op de vijf is van oordeel dat de Belgische overheid en de farmaceutische sector samenspannen om de schadelijkheid van de coronavaccins te verbergen. 27 % denkt dat verplichte vaccinaties alleen maar dienen om de grote farmabedrijven rijker te maken.

Het reportagemagazine *Pano* wijdde in 2020 een uitzending aan dat complotdenken.



**15. Bekijk het fragment en beantwoord de vragen.**

- Wat is het verband tussen het referentiekader van Kim en Frank en de media?

---

---

- Toon aan dat er bij Kim ook individuele factoren een rol spelen voor haar referentiekader.

---

---

- Waarom is het gevaarlijk om informatie in te winnen op sociale media?

---

---

---

- Hoe kun je merken dat iets op Facebook *fake news* is?

---

---

---

- Wat is de redenering van sociale media-experte Nathalie Van Raemdonck?

---

---

---

---

Waakzaamheid tegenover de media is geboden. Zeker als blijkt dat bepaalde organisaties bewust proberen om via de media te misleiden.

**16. Lees het artikel en beantwoord de vragen.**

**‘Aborteer blanke baby’s’ en andere lastercampagnes tegen BLM**

[...] Wat is ‘Black Lives Matter’? Het antwoord op die vraag is lastig. Want ‘Black Lives Matter’ (BLM) is uiteindelijk een slogan van een politieke en sociale beweging die geen centrale leiding heeft. Het is niet de naam van een formele organisatie. Die ongrijpbaarheid laat speelruimte voor onschuldige misverstanden én voor pogingen tot bewuste misleiding. Vanuit alt-rightkringen (*alternative right* – alternatief rechts) worden al een →





jaar lang vervalsingen verspreid om haat tegen de Black Lives Matter-gedachte aan te wakkeren.

De meest expliciete lastercampagnes tegen BLM ontstonden op extremistische *messageboards* en internetfora als 4chan. Al in juni 2020 probeerden die via *memes* en hashtags extreme haatboodschappen te linken aan BLM-activisme. Op Twitter en andere platformen doken bijvoorbeeld profielen op die zich voordeden als BLM-activisten, en die vervolgens extremistische boodschappen gingen tweeten, waaronder de hashtag #AllWhitesAreNazis. Rond dezelfde tijd werden ook valse BLM-flyers verspreid die blanken 'de vijand' noemden en voorstelden om 'alle blanken naar heropvoedingskampen te sturen'.

Sasha Johnson, een Britse activiste die tot de Black Lives Matter-beweging gerekend wordt, kreeg deze zomer te maken met zo'n vals Twitterprofiel. In haar naam verscheen het bericht dat 'de witte man niet onze gelijke zal zijn, maar onze slaaf'. Onlangs trapte Vlaams Belangkamerlid Dries Van Langenhove nog in die valse tweet. In een filmpje op sociale media sprak hij zijn verontwaardiging uit over de 'blankenhaat' van Johnson. Hoewel hem snel duidelijk werd gemaakt dat het bericht fake was, verwijderde Van Langenhove de video niet.

Op de berichtendienst Telegram is zelfs een vals Black Lives Matter-kanaal opgericht dat 'BLACK LIVES MATTER GLOBAL' heet (@BLMglobal). Bijna dagelijks verspreidt het allerlei gewelddadige, zelfs bloederige memes die oproepen tot geweld tegen blanken. De naam speelt in op verwarring met de Black Lives Matter Global Network Foundation, een actiegroep uit de bredere BLM-beweging. Op het Telegramkanaal worden valse flyers en memes gepost die al eerder circuleerden, maar ook allerlei nieuwe afbeeldingen met choquerende inhoud. 'Aborteer blanke baby's' bijvoorbeeld, 'Maak blanken tot slaaf' of een reeks foto's van witte actrices met de slogan 'Het is geen verkrachting wanneer het slachtoffer geprivilegieerd is'.

Factcheckers en de Anti-Defamation League ontmaskerden het Telegramkanaal @BLMglobal al snel als een alt-right desinformatiecampagne. Toch zijn er heel wat mensen, ook in ons land, die denken dat die choquerende afbeeldingen een weergave zijn van de standpunten van de echte BLM-beweging.

*Emmery, R. (2021, 9 juni). 'Aborteer blanke baby's' en andere lastercampagnes tegen BLM.' Knack.*

- Wat is het gevaar van lastercampagnes voor de ontwikkeling van ons referentiekader?

.....

.....

.....

.....

- Haal een concreet voorbeeld uit de tekst dat aantoont dat misleidende informatie invloed heeft op het persoonlijk referentiekader.

.....

.....

.....

.....



**Ga via een korte literatuurstudie op zoek naar een aantal voorbeelden waarbij de (sociale) media ons referentiekader beïnvloeden.**

### 3.3 Tijdgeest

Ten slotte speelt ook de **tijdgeest** een belangrijke rol. Verschillende normen en overtuigingen die wij vandaag als vanzelfsprekend vinden en die deel uitmaken van ons referentiekader, zijn dat niet altijd geweest. Dat wordt duidelijk met enkele voorbeelden.

#### 17. Bekijk de bronnen. Beantwoord telkens de vragen.

1

[...] Met acht pintjes – of 1,5 promille in je bloed – achter het stuur zitten: het was helemaal niet strafbaar in de jaren 60. Tot de invoering van de ademtest in 1967. Blazen deden we toen in een blaaspijp, waar een soort ballon aan vasthing. ‘De ademtest diende niet als vast bewijs. Wie positief blies, moest nog een bloedtest ondergaan. Het was een omslachtig en ingewikkeld proces. De alcohollimiet lag op 1,5 promille, daarmee loop je twintig keer zoveel kans om een ongeval te veroorzaken dan iemand die niet heeft gedronken’, zegt Benoit Godart van het Belgisch Instituut voor Verkeersveiligheid (BIVV).



De ademtest kwam er na een zwaar ongeval in april 1966. Een dronken bestuurder maaide in Asse vijftien schoolkinderen van de weg, tien overleefden de klap niet. De man had 2,2 promille in het bloed en was in slaap gevallen achter zijn stuur.

In die tijd waren er een miljoen auto's ingeschreven in ons land. Bijna zes keer minder dan nu. Toch lag het aantal verkeersdoden vier keer zo hoog. Met een dieptepunt van 3101 verkeersdoden in 1972. [...]

*Zoveel pintjes mocht je 50 jaar geleden drinken voor je positief blies (2017, 12 augustus), www.hbvl.be*

- Waaruit bestond ons referentiekader vroeger?

.....

.....

- Waaruit bestaat ons referentiekader vandaag?

.....

.....

- Welke waarde kun je daaruit afleiden?

.....

.....

- Toon met een concreet voorbeeld aan dat de politiek die waarde ook belangrijk vindt en tracht om ons referentiekader op dat vlak te beïnvloeden.

---



---

2

[...] Met meer dan 5000 zijn ze, de vrouwelijke atleten die deelnemen aan de Olympische Spelen van 2020. [...]

Dat vrouwen in Japan bijna 49 % van de deelnemers uitmaken, komt neer op een stijging van 4 % tegenover vijf jaar geleden. Tegenover de Spelen van 1900 in Parijs, de eerste waarop sportende vrouwen welkom waren, zijn ze met enkele tientallen reuzenstappen vooruitgegaan. Toen waren ze slechts met 22 (op 997 deelnemers). Ze verschenen aan de start in 'vrouwvriendelijke sporten' als tennis, croquet en golf. 'Het was meer een marathon dan een sprint, maar de vrouwen zijn eindelijk bijna net zo goed vertegenwoordigd als mannen', gaf het Internationaal Olympisch Comité (IOC) zelf in maart dit jaar toe.



Pierre de Coubertin, de grondlegger van de moderne Olympische Spelen, stelde in 1912 het 'onpraktisch, oninteressant, onesthetisch en ongepast' te vinden dat vrouwen deelnamen. In zijn ogen hadden ze slechts de taak om, zoals op de oude toernooien, 'de winnaars met lauwerkransen te huldigen'. De Spelen waren voor hem 'de plechtige en periodieke verheerlijking van de mannelijke atletiek met [...] vrouwelijk applaus als beloning'. [...]

*De Smet, D. (2021, 28 juli). Een sportende vrouw? 'Oninteressant, onesthetisch en ongepast'. De Standaard.*

- Waaruit bestond ons referentiekader vroeger?

---



---

- Waaruit bestaat ons referentiekader vandaag?

---



---

- Welke waarde kun je daaruit afleiden?

---



---

- Toon met een concreet voorbeeld aan dat de politiek die waarde ook belangrijk vindt en tracht om ons referentiekader op dat vlak te beïnvloeden.

---



---

**18. Zoek zelf een voorbeeld van hoe de tijdgeest het referentiekader beïnvloedt.**

---

---

**19. Kijk terug naar oefening 1.**

**Kies één situatie en geef aan welke factor(en) een rol speelde(n) bij jouw reactie.**

---

---

## 4 Impact op interacties

Ons referentiekader bepaalt niet alleen hoe we onze omgeving beoordelen, maar ook hoe we ons gedragen in situaties en hoe we met anderen omgaan. Onze interacties worden m.a.w. gestuurd door ons referentiekader.

**20. Toon dat aan met een voorbeeld uit je leefwereld.**

---

---

---

Soms kan een verschillend referentiekader verstrekende gevolgen hebben. Dat was bijvoorbeeld het geval in de aanloop naar de gemeenteraadsverkiezingen van 2018. De ultraorthodoxe jood Aron Berger werd door CD&V gevraagd om voor die partij op de Antwerpse kieslijst te staan. Berger en CD&V kwamen in een storm van kritiek terecht, toen bleek dat Berger vrouwen geen hand wilde geven. Dat druiste voor velen in tegen de Belgische grondrechten en de fundamentele gelijkheid van mannen en vrouwen. Dat Berger aangaf dat zijn gedrag ingegeven werd door de regels van zijn geloof en dat hij andere vrouwen geen hand wilde geven uit respect voor zijn vrouw, kon op weinig begrip rekenen.





**21. Lees het fragment over de interacties tussen jongeren en de politie in Brussel anno 2021 en beantwoord de vragen.**

[...] 'Hoe vaak ik al geslagen ben?' De jongen – een late tiener of prille twintiger, kap op het hoofd – maakt een wegwerpgebaar als zijn vriend Hamza de vraag stelt. Hij is de tel kwijt, zegt hij met een zekere gelatenheid, alsof het om een fait divers gaat. Nochtans heeft hij het over slagen die hij kreeg van de politie, in het commissariaat in de Demosthenesstraat in Anderlecht, waar ook de korpschef van politiezone Brussel-Zuid kantoor houdt.



'Je mag het aan iedereen hier vragen,' zegt Hamza, 'we hebben allemaal al slaag gekregen van de politie. De politiemensen denken dat ze superhelden zijn. Ze komen naar hier om zich af te reageren. Dat één of twee agenten een keer komen kijken, oké, maar waarom zijn ze hier soms met vijf, tien, twintig? Ze denken dat ze zich alles kunnen permitteren.'

Hamza spuwt zijn gal terwijl er twee agenten naast hem staan. Hoofdinspecteur Michael en inspecteur Xavier behoren tot de 'territoriale ploeg', die dagelijks patrouilleert in Anderlecht. Ik mag een dag met hen op pad. Ze kennen de jongeren van de wijk – tenminste, dat deel dat vaak op straat is – en stellen me aan hen voor. Bij het zien van de politiewagen stouf de bende het park uit, de omliggende straten in, maar op eenvoudig verzoek van Michael keerde Hamza op zijn schreden terug. 'Een journalist? Die wil ik graag vertellen wat ik denk over de politie. Deze hier is een goede (wijst naar Michael, red.), maar zijn collega staart me te veel aan.' Xavier reageert verbaasd: 'Dat is gewoon mijn blik. Ik houd continu alles en iedereen in de gaten, zelfs in mijn privé-tijd.' Dat helpt, Hamza ontspant: 'Goed dat je me dat nu eens uitlegt, zo leren we elkaar te begrijpen. En als ik je begrijp, kan ik je vertrouwen.' De toon schippert tussen amicaal en scherp. Het is een 'respect light', zoals Xavier het omschreef voor we op patrouille vertrokken: 'Het is een beetje fake, de jongeren komen met ons praten als we ergens aankomen, omdat ze willen weten wat we komen doen. Omgekeerd geldt dat ook: wij willen van hen weten wat er aan de gang is – wij zijn geen sociaal werkers, wij strijden tegen de drugscriminaliteit die de hele buurt verziekt.'

De sfeer verhardt als een tweede patrouille langskomt. 'Coucou!', roept Hamza en hij zwaait even. De auto stopt, een agent stapt uit. 'En dit,' zegt Hamza, 'is een slecht voorbeeld van een politiemann. Hij is er alleen maar op uit om ons schrik aan te jagen.' De agent positioneert zich wijdbeens tegenover Hamza: 'Waar is je mondmasker?' Hamza blijft kalm, zegt: 'Thuis, ik zal het gaan halen.' Waarop de agent: 'Wil je ineens je boete meenemen naar huis?' Het gaat er nogal grimmig toe. Na de interventie legt Xavier me uit wat er misliep: 'Het was een provocatie van Hamza. Dat zwaaitje – zo overdreven, en een tikkeltje verwijfd.'

Zo gevoelig ligt het dus. Zo gespannen staan de zenuwen van beide partijen als politie en jongeren tegenover elkaar komen te staan – niet alleen in Anderlecht, maar ook elders in Brussel. Dat is de afgelopen maanden al meermaals gebleken, onder meer op het nepfestival La Boum, waar politie te paard en feestende mensen met elkaar op de vuist gingen. Een ander triest gezicht was de massa-arrestatie op 24 januari, die dan weer volgde op de zware rellen in Schaarbeek op 13 januari, enkele dagen nadat de 23-jarige Ibrahima Barrie in onduidelijke omstandigheden was gestorven in het politiecommissariaat in de Brabantstraat. Corona heeft de relatie er niet bepaald gemakkelijker op gemaakt. 'We zijn de pispaal. Mensen reageren zich op ons, als →

vertegenwoordigers van de overheid, af', zegt Xavier. 'We vinden het ook niet leuk om de hele dag bedreigd te worden. Wij zijn getraind om kalm te blijven, maar we hebben ook gevoelens.' Hij weet niet of hij het opnieuw zou doen, politieagent worden: 'Je moet nadenken over alles wat je doet. Vroeger riskeerde je gewond te raken bij een interventie, nu dreig je voor de rechter te moeten komen. Wij doen ook maar onze job.' [...]

*Berghmans, E. (2021, 29 mei). 'Ze behandelen ons allemaal als uitschot'. De Standaard Weekblad.*

- Welke elementen uit het referentiekader van Hamza spelen een rol om zijn gedrag tegenover de politie te verklaren?

---

---

---

---

- Welke elementen uit het referentiekader van de politieagenten spelen een rol om hun gedrag tegenover de jongeren te verklaren?

---

---

---

---

- Toon met een voorbeeld uit de tekst aan dat communicatie belangrijk is voor het referentiekader.

---

---

---

---

**22. Ga op zoek naar een concreet voorbeeld uit de actualiteit waarbij het referentiekader van mensen de interactie met anderen beïnvloedt. Motiveer je antwoord.**

---

---

---

---

# Test jezelf

1. **Maak een schematische voorstelling van de beïnvloedende factoren van het referentiekader.**



2. **Welke systemen uit het bio-ecologisch model beïnvloeden het referentiekader van Jacob? Motiveer je antwoord.**

De Zuid-Afrikaanse Jacob wil zich laten besnijden. In Zuid-Afrika is ruim de helft van de mannen besneden. De Zuid-Afrikaanse regering heeft de besnijdenispraktijken altijd gedoogd en ziet de besnijdenis als een middel in de strijd tegen aids. Daarnaast wil Jacob niet onderdoen voor zijn vrienden die al besneden zijn.

.....

.....

3. **Toon met een voorbeeld aan dat jouw referentiekader een invloed heeft op de interactie tussen jou en ...**

- je leerkrachten.

.....

.....

- je ouders.

.....

.....

- je beste vriend(in).

.....

.....

4. Geef een concreet voorbeeld van hoe individuele factoren je referentiekader beïnvloeden.

.....  
.....  
.....

5. Geef een concreet voorbeeld van hoe de media je referentiekader beïnvloeden.

.....  
.....  
.....

### Vaktaal

- **Complotdenken:** de overtuiging dat iets het gevolg is van een geheim plan
- **Emotie:** een kortdurende en intense reactie op een prikkel die we belangrijk vinden
- **Geheugen:** het vermogen om je dingen te herinneren
- **Motivatie:** de innerlijke kracht die het individu stimuleert tot bepaald gedrag
- **Referentiekader:** het geheel van persoonlijke waarden, normen, opvattingen, overtuigingen, kennis en ervaringen dat we tijdens ons leven opbouwen en dat een belangrijke rol speelt bij de waarneming en beoordeling van onze omgeving

### Kijktip

#### Reizen Waes

Reportagemaker Tom Waes kwam via zijn programma *Reizen Waes* met heel wat verschillende culturen in contact. Hij leerde veel mensen kennen en ontdekte dat ze allemaal de wereld bekeken vanuit hun eigen referentiekader.

[www.vrt.be](http://www.vrt.be)



## HOOFDSTUK 3

# Motivatie



Soms gaan mensen heel diep om hun doel te bereiken.



**Ewoud Vromant gaat door een muur voor Olympisch zilver**

*De 3 kilometer individuele achtervolging had het hoogtepunt moeten worden voor Ewoud Vromant op de Paralympische Spelen. Maar de wereldrecordhouder werd met de toptijd uit de finale om goud gehouden door de jury, die vond dat Vromant te weinig zijn zadel had gebruikt. Een onbegrijpelijke beslissing, Vromant huilde afgelopen donderdag dikke tranen op de piste van Izu.*

*Dinsdag waren er opnieuw tranen bij Vromant. Dit keer van vreugde. In de tijdrit op de weg (24 km) moest hij enkel de ongenaakbare Australiër Darren Hicks (ook zilver op de piste) laten voorgaan. Toen Vromant stikkapot op zijn rug in het gras langs de kant van de weg te horen kreeg dat de Fransman Alexander Leaute, die donderdag in plaats van onze landgenoot goud veroverde, zijn tanden had stukgebeten op de chrono van Vromant, wist hij met zijn emoties geen blijf. 'Het is een emotionele, frustrerende week geweest', deed de 37-jarige pistier achteraf bij ons zijn verhaal. 'Ik had de voorbije dagen een gevoel van machteloosheid. Je voelt die medaille op de 3 km individuele achtervolging uit je handen glippen. En je kan er niets aan doen. We hebben nog protest ingediend, maar dat veranderde niets meer. Daarna wist ik dat ik de knop moest proberen omdraaien naar de tijdrit van vandaag. Ik heb me daarna goed kunnen focussen, goed kunnen voorbereiden.'*

*[...] 'Ik wist dat de tijdrit niet makkelijk zou worden. Het is een heel zwaar parcours, niet ideaal voor mij met mijn 1 m 92 en 82 kg. Er zaten klimmetjes in die pijn deden. De wereldkampioenen van de voorbije drie jaar stonden bovendien aan de start. Ik wist dus dat het zwaar zou worden. Maar ik heb mij gesmeten, ben door de muur gegaan. Ik keek hier ook enorm naar uit. Ik wilde zo snel mogelijk deze wedstrijd rijden. Ik ben nog nooit met zo'n gretigheid van start gegaan in een tijdrit.' [...]*

Delvaux, M. (2021, 31 augustus). Ewoud Vromant in tranen nadat hij gemist goud op Paralympische Spelen doorspoelt met zilver: 'Door muur gegaan'. [www.nieuwsblad.be](http://www.nieuwsblad.be)

# 1 Innerlijke kracht

**Motivatie** is te definiëren als de innerlijke kracht die het individu stimuleert tot bepaald gedrag.

Waarom doen mensen wat ze doen? Hoe komt het dat sommige mensen trainen tot ze een marathon kunnen lopen en dat anderen het zo moeilijk vinden om een dieet vol te houden? Verschillende theorieën zoeken een antwoord op die vragen.

Er zijn twee soorten motivatietheorieën.

- Sommige theorieën gaan ervan uit dat mensen bepaalde **behoeften** hebben die ze willen bevredigen. De behoefte zorgt ervoor dat je een bepaald tekort ervaart en duwt je gedrag in een bepaalde richting. Als je bijvoorbeeld dorst hebt, los je dat op door te drinken.
- Andere theorieën leggen de nadruk op **doelen** die mensen willen bereiken. Dat doel trekt je in een bepaalde richting. Wie een getraind lichaam wil hebben, is misschien gemotiveerd om wekelijks te fitnessen.

## 2 Theorie van Maslow

### 2.1 Behoeften volgens Maslow

1. **Stel dat je twee weken gaat kamperen op een onbewoond eiland. Wat neem je zeker mee om die twee weken goed door te komen?**

---

---

---

De bekendste motivatietheorie is ontwikkeld door de Amerikaanse psycholoog **Abraham Maslow** (1908-1970). Maslow was een vertegenwoordiger van de **humanistische psychologie**. Hij had een positieve kijk op de mens. Hij ging ervan uit dat mensen ernaar streven om te groeien als persoon.

Hij onderscheidde verschillende **categorieën van behoeften**, die in een **vaste volgorde** staan. Eerst probeert een mens de behoeften op een lager niveau te bevredigen. Pas als dat voldoende gebeurd is, komen de hogere behoeften aan bod.

Maslows model wordt bijna altijd in piramidevorm voorgesteld, hoewel hij het zelf nooit op die manier heeft weergegeven.

#### Fysiologische behoeften

Onderaan staan de behoeften die te maken hebben met overleven: behoefte aan voedsel, slaap, zuurstof ... Maslow plaatste ook de behoefte aan seks in die categorie. Ze kunnen worden beschouwd als lichamelijke behoeften.



**2. Geef enkele voorbeelden van hoe fysiologische behoeften gedrag kunnen bepalen.**


---



---

**Behoefte aan veiligheid en zekerheid**

De tweede categorie bevat de behoefte aan bescherming tegen bedreigingen en de behoefte aan orde en stabiliteit.

**3. Geef enkele voorbeelden van gedrag dat mensen stellen om die behoefte te bevredigen.**


---



---

**4. Geef enkele voorbeelden van maatschappelijke instellingen die de veiligheid en zekerheid garanderen.**


---



---

**Sociale behoeften**

Als aan de vorige behoeften voldoende voldaan is, stijgt het belang van sociale behoeften. Het gaat om de behoeften aan liefde en vertrouwen, en het gevoel bij een groep te horen. Mensen willen zowel anderen liefhebben als zelf graag gezien worden.

**5. Geef enkele voorbeelden van gedrag dat mensen stellen om die behoefte te bevredigen.**


---



---

**Waarderingsbehoeften**

Het vierde niveau bestaat uit twee onderdelen. Enerzijds streven we naar **zelfwaardering**: een positief zelfbeeld, het gevoel iets goed te kunnen, een eigen identiteit. Anderzijds willen we **gewaardeerd worden** door anderen: we streven naar aanzien en erkenning.

**6. Geef enkele voorbeelden van gedrag dat mensen stellen om die behoefte te bevredigen.**


---



---

De eerste vier behoeften worden door Maslow omschreven als **deficiëntiebehoeften**. Ze ontstaan uit een tekort.

Pas als er voldoende aan de eerste vier behoeften voldaan wordt, komt een persoon ertoe om de volgende behoeften te bevredigen, de zogenaamde **zijnsbehoeften**.

### Behoeftte aan zelfactualisatie

Volgens Maslow is de hoogste behoefte die aan zelfactualisatie. Mensen hebben de behoefte om zichzelf ten volle te ontplooien. Dat houdt in dat je alle mogelijkheden die je in je hebt, gebruikt om de beste versie te worden van jezelf.

Daarvoor moet je je talenten en creativiteit volledig kunnen ontwikkelen. De manier waarop iemand zichzelf ontplooit is heel persoonlijk.

#### 7. Geef enkele voorbeelden van hoe mensen naar zelfactualisatie streven.

---

---

Uit de voorbeelden bleek al dat een bepaalde behoefte op meerdere manieren bevredigd kan worden. Daarnaast kan bepaald gedrag meerdere behoeften tegelijk bevredigen.

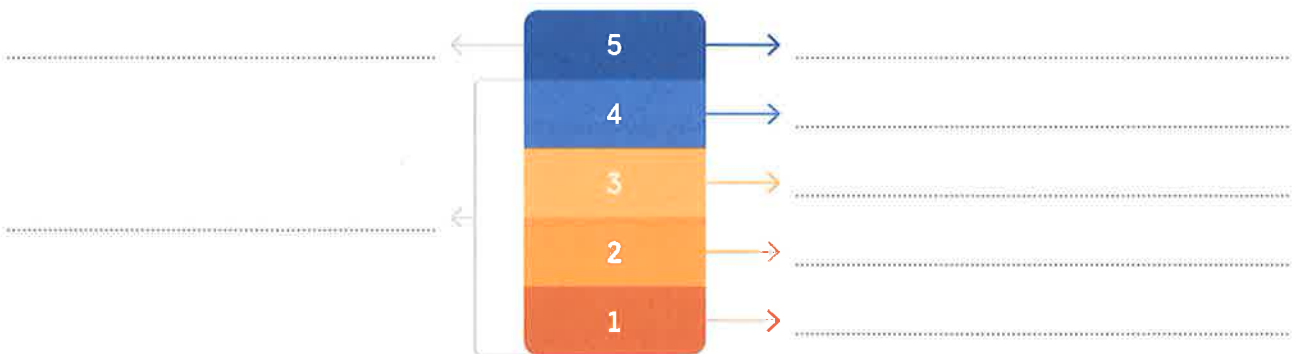
#### 8. Welke behoeften kun je bevredigen als je lid bent van een sportclub?

---

---

---

#### 9. Vul de behoeften in.



### Cognitieve en esthetische behoeften

In de jaren 1960 paste Maslow zijn oorspronkelijke model uit 1943 aan. Net voor het hoogste niveau voegde hij nog twee andere niveaus toe: de cognitieve en de esthetische behoeften. Die zijn onderling inwisselbaar wat volgorde betreft.

**Cognitieve behoeften** zijn de behoeften om kennis op te doen, de nieuwsgierigheid te bevredigen en de omgeving te begrijpen.

#### 10. Geef enkele voorbeelden van gedrag dat mensen stellen om die behoefte te bevredigen.

---

---



Volgens Maslow heeft de mens de behoefte om op zoek te gaan naar schoonheid. Die **esthetische behoeften** komen bijvoorbeeld tot uiting in de waardering van kunst en architectuur.



**11. Geef enkele voorbeelden van gedrag dat mensen stellen om die behoefte te bevredigen.**

---



---



---

**12. Noteer bij elk voorbeeld het bijbehorende niveau uit de behoeftehiërarchie van Maslow. Soms zijn er meerdere mogelijkheden.**

- Leonie gaat vanavond uit en wil er mooi uitzien.

---

- Vince wil niet lang meer thuis wonen. Hij wil wonen in een huis dat hij zelf heeft ingericht.

---

- Tijdens de rust van de voetbalwedstrijd drinken de spelers veel water.

---

- De rockband speelt elk verzoeknummer van het publiek, omdat ze nog meer applaus wil krijgen.

---

- Florian en Joshua doen een fluojasje aan als ze in het donker fietsen.

---

- Marloes gaat naar de bib om een boek over sterrenkunde te ontlenen.

---

**13. Herlees je antwoord op oefening 2.**

**Aan welke behoeften kun je voldoen met je keuze? Aan welke niet?**

---



---



---

**14. Welke behoeften uit de theorie zijn volgens jou eerder aangeboren (nature) en welke aangeleerd (nurture)?**

---



---

## 2.2 Evaluatie van de theorie van Maslow

De theorie van Maslow is heel invloedrijk en bevat enkele **positieve** aspecten.

- De mens wordt positief benaderd. Er is aandacht voor typisch menselijke kenmerken als liefde, waardering en zelfontplooiing.
- De behoeften zijn herkenbaar.
- Uit een wereldwijd onderzoek van Tay en Diener (2011) bleek dat het welbevinden van mensen hoger is, als hun fysiologische behoeften en behoeften aan liefde en waardering bevredigd zijn. Dat bevestigt Maslows theorie.

Er zijn verschillende redenen waarom het model van Maslow in de wetenschappelijke wereld **kritisch** wordt bekeken.

- Maslow had weinig onderzoeksgegevens om zijn theorie te ondersteunen. Hij baseerde zich op de levensverhalen van vooral witte, succesvolle mannen.
- Het begrip 'zelfactualisatie' is vaag en moeilijk te onderzoeken.
- Psychologen die het gedrag van de mens in verschillende culturen met elkaar vergelijken (cross-culturele psychologen), stellen dat de theorie van Maslow enkel van toepassing is op individualistische culturen. Bij collectivistische culturen, waar de groep een belangrijke rol speelt, is bijvoorbeeld de behoefte aan zelfactualisatie van minder belang (zie de theorie van Pinto in hoofdstuk 7).
- De vaste volgorde klopt niet altijd. Zo worden fysiologische behoeften af en toe opzijgezet om andere behoeften te bevredigen. Sommige mensen brengen zelfs hun eigen leven in gevaar voor een hoger ideaal.

## 3 Zelfdeterminatietheorie

### 3.1 Behoeften volgens de ZDT

De Amerikaanse psychologen **Richard Ryan** (1953) en **Edward Deci** (1942) ontwikkelden de zelfdeterminatietheorie (ZDT). Dat is een uitgebreide theorie met een belangrijk luik over motivatie. Net als Maslow bekijken Deci en Ryan de mens positief. Groei en zelfontplooiing staan ook bij hen centraal. In Vlaanderen wordt de ZDT verder uitgewerkt door o.a. **Maarten Vansteenkiste** (1977).

In de ZDT worden drie psychologische basisbehoeften onderscheiden: autonomie, verbondenheid en competentie. Ze bestaan naast de fysiologische behoeften. Ze zijn alle drie even belangrijk en universeel (dus bij iedereen aanwezig).

- **Autonomie:** het gevoel dat je eigen keuzes kunt maken en jezelf kunt zijn. De behoefte aan autonomie wordt bevredigd als mensen hun eigen gedrag kunnen bepalen. Als mensen voortdurend worden gecontroleerd of zich bedreigd voelen door anderen, wordt niet aan die behoefte voldaan.
- **Verbondenheid:** het verlangen naar een warme, hechte band met anderen, naar sterke, stabiele en veilige relaties. Aan die behoefte wordt voldaan, als een mens zich gewaardeerd en geliefd voelt. Bij wie ruzie heeft met anderen of wordt uitgesloten, daalt het gevoel van verbondenheid.
- **Competentie:** je bekwaam voelen in wat je doet, succesvol zijn, het gevoel hebben iets goed te kunnen. Iemand kan zich competentier voelen als hij haalbare taken moet uitvoeren of als hij positieve feedback krijgt. Het gevoel van competentie daalt als de taken te moeilijk zijn of door veel negatieve feedback.

Het **bevredigen** van de behoeften geeft mensen een gevoel van energie en veerkracht. Het zorgt volgens de ZDT voor psychologische **groei** en welbevinden.

**Frustratie** (of tegenwerking) van behoeften zou leiden tot psychische problemen.



**15. Welke behoefte staat centraal in de volgende voorbeelden?**

**Wordt de behoefte bevredigd of gefrustreerd?**

- Wat een rottdag. Op school kreeg ik een taak voor Frans terug: 3/10. Tijdens de volleybaltraining maakte ik de ene fout na de andere. Ik maakte er een zootje van.

---

- Geen schoolwerk vanmiddag en de zon schijnt. Ik heb een lange tocht op mijn rollerblades gemaakt. Ik heb ervan genoten dat ik kon doen waar ik zin in had.

---

- Deze middag na school ben ik met Lander een cola gaan drinken. We hadden een goede babbel. Hij luisterde echt toen ik het over de ruzie met mijn ouders had. Ik heb geluk met zo'n goede vriend.

---

De ZDT wordt door heel wat onderzoek bevestigd.

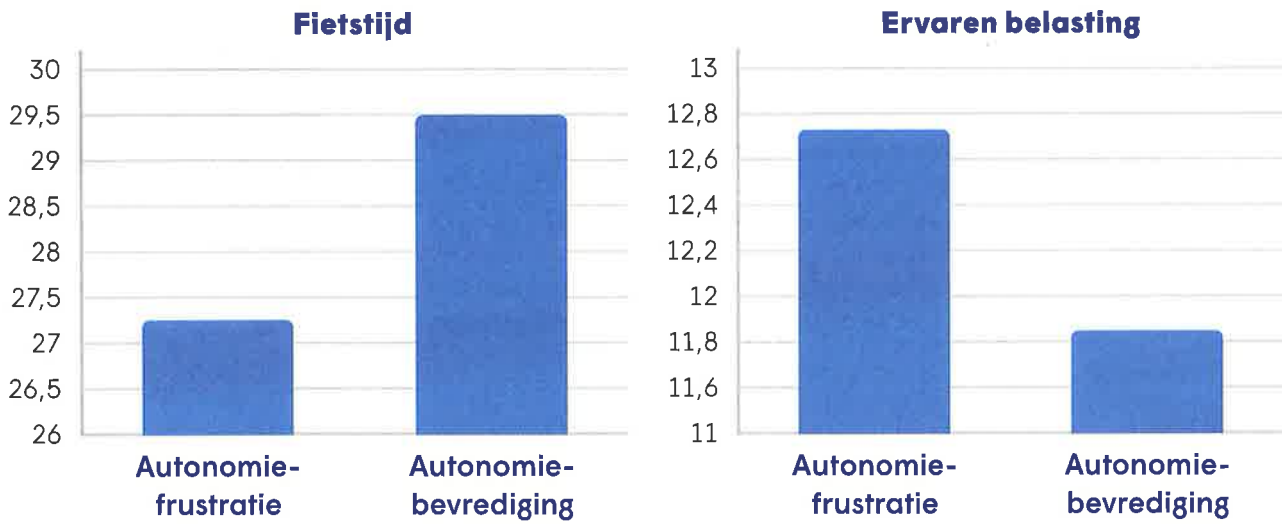
In 2011 lieten de Australische psychologen Banting, Dimmock en Grove deelnemers eerst fouten in een tekst verbeteren. Aan de ene groep werden zinnen voorgelegd waar woorden als 'vrijheid' en 'keuze' in voorkwamen. De andere groep kreeg woorden als 'druk' en 'moeten' te lezen. Zo werden ze onbewust in een toestand van autonomiebevrediging of autonomiefrustratie gebracht (die techniek heet *priming*).

Daarna moesten ze fietsen. Na 20 minuten werd verteld dat ze mochten stoppen als ze wilden, maar dat ze ook verder mochten fietsen. Na 30 minuten werd de proef voor iedereen beëindigd.

In een ander onderzoek (2014) bewezen Przybylski, Deci en Ryan dat frustratie van competentie kan leiden tot agressie.

Twee groepen van deelnemers speelden Tetris. De eerste groep kreeg een gewone versie, de tweede groep een moeilijkere. Die laatste groep werd dus gefrustreerd. Voor het spel moesten alle deelnemers hun hand een tijdje in een kom met onaangenaam koud water stoppen. Er werd hun verteld dat die tijd bepaald was door de vorige deelnemer. In werkelijkheid werd iedereen gevraagd het 25 seconden vol te houden. Na het spel werd naar hun gevoel van agressie gevraagd en mochten ze zeggen hoelang de volgende deelnemer de hand in het koude water zou moeten steken. De eerste groep zei gemiddeld 22,25 seconden, de tweede groep 29,87 sec. Dat was dus langer dan wat ze zelf hadden moeten doen, wat als een teken van agressie kan worden beschouwd.

**16. Bestudeer de resultaten van het fietsexperiment. Wat kun je uit de grafieken afleiden?**



Bron: Vansteenkiste M. en Soenens B. (2015). Vitamines voor groei. Ontwikkeling voeden vanuit de Zelf-Determinatie Theorie. Leuven: Acco.

.....

.....

.....

.....

**17. Een leerkracht sociologie en psychologie wil zijn leerlingen een opdracht laten maken over de theorie van Maslow. Geef enkele tips, gebaseerd op de drie behoeften van de ZDT, die de motivatie van de leerlingen kan verhogen.**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



## 3.2 Evaluatie van de ZDT

### 18. Duid telkens aan of het om een positieve of negatieve kritiek gaat.

Kritiek	+ of -
Een groot voordeel is dat de theorie onderzocht kan worden. Wereldwijd onderzoek bewees dat de drie behoeften van belang zijn voor het psychisch welbevinden.	
De theorie is breed toepasbaar. Je kunt er praktische adviezen uit afleiden om de motivatie te verhogen van bv. studenten, werknemers, sporters ...	
De drie behoeften zijn heel breed, waardoor ze wat vaag worden.	
Crossculturele psychologen vinden autonomie een eerder westerse behoefte. De ZDT spreekt dat tegen. Autonomie gaat niet zozeer over effectief onafhankelijke keuzes maken, maar over de subjectieve ervaring van psychologische vrijheid. (Groepsnormen volgen kan ook als een vrije keuze worden ervaren.)	

### 19. Vergelijk de ZDT met de theorie van Maslow.

.....

.....

.....

.....

.....

## 4 Prestatiemotivatie

### 4.1 Intrinsieke en extrinsieke motivatie

Prestatiemotivatie gaat over de mate waarin iemand gemotiveerd is om goed te presteren, bijvoorbeeld hoge punten te halen op school of een dieet vol te houden.

Daarbij wordt een onderscheid gemaakt tussen intrinsieke en extrinsieke motivatie.

Bij **intrinsieke motivatie** gaat het om gedrag dat je stelt omdat je het graag doet. Je doet iets vanwege de activiteit zelf. Je ervaart een *flow*: het gevoel dat je helemaal in je bezigheid opgaat. Als je dolgraag leest en elke week naar de bibliotheek gaat, ben je intrinsiek gemotiveerd.

### 20. Geef nog een concreet voorbeeld van intrinsieke motivatie.

.....

.....

Bij **extrinsieke motivatie** zijn er bepaalde gevolgen gekoppeld aan je gedrag. Je doet iets om er iets mee te bereiken. Je krijgt er bijvoorbeeld een beloning voor of je vermijdt er een straf mee. Daarnaast kan het positieve gevoelens opleveren, zoals trots en blijdschap. Als je bijvoorbeeld alleen maar hard studeert omdat je van je ouders een brommer krijgt bij een goed rapport, dan ben je extrinsiek gemotiveerd.

Veel van ons gedrag wordt extrinsiek gemotiveerd. We kunnen nu eenmaal niet alles prettig vinden.



**21. Zoek voorbeelden van extrinsieke motivatie op school.**

---

---

**22. Toon met een concrete situatie aan dat intrinsieke en extrinsieke motivatie vaak samengaan.**

---

---

## 4.2 Overrechtvaardiging

Je kunt je afvragen of intrinsieke en extrinsieke motivatie elkaar versterken. Wordt je motivatie groter als je tegelijk intrinsiek én extrinsiek gemotiveerd bent? Of werken die vormen van motivatie elkaar tegen? Als we gedrag belonen, kan dat in bepaalde gevallen negatief zijn voor de intrinsieke motivatie. Met andere woorden: gedrag kan minder plezierig worden als je ervoor beloond wordt.

Bij een experiment werden kinderen ingedeeld in twee groepen. Elk kind moest een tekening maken. De onderzoekers vertelden de kinderen uit de eerste groep dat ze voor hun tekening beloond zouden worden met een diploma. Aan de tweede groep vertelden ze niets. Beide groepen gingen aan de slag. Toen de kinderen na enkele dagen opnieuw de kans kregen om te tekenen, was de eerste groep minder enthousiast dan de tweede. De beloning had ervoor gezorgd dat de intrinsieke motivatie van de eerste groep verzwakt was.

Dat heet **overrechtvaardiging**: je wordt als het ware te veel beloond voor je gedrag.



**23. Lees het fragment en pas het principe van overrechtvaardiging toe.**

Filosoof Michael Sandel, de schrijver van onder meer *Niet alles is te koop*, schreef eens over mensen die bloed gaven voor bloedbanken. Vrijwillig. En hoe, toen men besloot voor bloeddonatie een vergoedinkje te gaan betalen, het aantal donoren afnam. Blijkbaar deden mensen het omdat het ze een prettig gevoel gaf om iets goeds te doen. Toen het een betaalde transactie werd, werd dat aspect, het belangrijkste, ervan afgenomen.

*De Vos, M. (2019, 2 februari). Wie gezien wordt bestaat, De Standaard.*

Volgens de ZDT treedt overrechtvaardiging op afhankelijk van het soort beloning. De vraag is welke invloed de beloning heeft op het bevredigen of frustreren van de behoeften.

Als de beloning bijvoorbeeld de autonomie vermindert, zal de intrinsieke motivatie dalen. Wie voor een taak betaald wordt, heeft minder het gevoel dat hij er zelf voor gekozen heeft.

Als de beloning bijvoorbeeld de competentie verhoogt, blijft de intrinsieke motivatie op peil. Wie voor zijn prestatie een compliment krijgt, heeft het gevoel iets goed te kunnen.

**24. Maak een schema waarin je de invloed van het soort beloning op de intrinsieke motivatie aanduidt.**

Voorbeeld van beloning	Invloed van beloning op behoeften	Invloed op intrinsieke motivatie

**4.3 Gecontroleerde en autonome motivatie**

Intrinsieke motivatie geeft ons een aangenaam gevoel en maakt het gemakkelijker om bij te leren en te presteren. Maar presteren doen we niet zo vaak vanuit intrinsieke motivatie. Hard werken, trainen of studeren doen we niet zomaar omdat we het leuk vinden, maar meestal om er iets mee te bereiken. Daarom vinden Deci en Ryan het onderscheid tussen extrinsieke en intrinsieke motivatie minder belangrijk dan het verschil tussen **gecontroleerde** en **autonome motivatie**. Bij gecontroleerde motivatie hebben we het gevoel dat we iets doen omdat het moet. Vansteenkiste noemt dat 'moetivatie'. Bij autonome motivatie hebben we het gevoel dat we zelf voor het gedrag kiezen, ook al doen we het niet puur voor het plezier. Dan hebben we 'goesting'.

De ZDT onderscheidt vier verschillende redenen waarom iemand gemotiveerd is om bepaald gedrag te stellen.

- **Externe druk:** je streeft een beloning na, wilt een straf ontlopen of voldoet graag aan de verwachtingen van anderen.
- **Interne druk:** je wilt negatieve gevoelens zoals schaamte, angst of schuld vermijden, of je wilt positieve gevoelens, zoals trots, ervaren.
- Je vindt de activiteit **betekenisvol:** je vindt het nuttig of waardevol om te doen.
- Je hebt **interesse** voor de activiteit of je vindt het prettig om te doen.

De eerste twee redenen zorgen voor gecontroleerde motivatie, de laatste twee voor autonome motivatie.

**25. Noteer de nummers van de antwoorden op de vraag waarom leerlingen gemotiveerd zijn om te studeren op de juiste plaats in het schema.**

1. Ik wil later een toffe job uitoefenen, dus wil ik een goed diploma halen.
2. Als ik slechte punten heb, mag ik van mijn ouders niet meer naar de sportclub.
3. Als ik goed studeer, krijg ik een pluim van de leerkracht.
4. Als ik slechte punten heb, voel ik me minderwaardig tegenover mijn klasgenoten.
5. Ik studeer graag.
6. Ik studeer omdat de leerstof nuttig is in het dagelijks leven.
7. Ik voel me goed als ik een goed rapport heb.
8. Ik vind de leerstof boeiend.

Reden van motivatie	Antwoorden
Externe druk	
Interne druk	
De activiteit als betekenisvol ervaren	
Interesse hebben in de activiteit of het graag doen	





**26. Pas de redenen van motivatie toe op de vraag: 'Waarom ga je elke week zwemmen?'**

- Geef aan of het om extrinsieke of intrinsieke motivatie gaat.
- Geef aan of het om gecontroleerde of autonome motivatie gaat.

Reden voor gedrag	Voorbeeld	Intrinsieke of extrinsieke motivatie?	Gecontroleerde of autonome motivatie?
Externe druk			
Interne druk			
De activiteit als betekenisvol ervaren			
De activiteit graag doen			

Gecontroleerde motivatie heeft nadelige invloed op prestaties. Het zorgt voor meer uitstelgedrag en faalangst, minder concentratie en sneller opgeven.

Autonome motivatie geeft energie. Het helpt je om je inspanning langer vol te houden. En je prestaties gaan erop vooruit.

**27. Ga in de tekst op zoek naar wat jongeren motiveert op het vlak van werken.**

[...] Sandra Bonny, zaakvoerder van het centrum voor loopbaanbegeleiding Diaspoor: 'Ik merk een echte verschuiving in werkwaarden. Mijn generatie vijftigers, zestigers is wat doorgeslagen qua carrièrewensen. Jongeren zijn veel meer op zoek naar een goede balans werk-privé, zelfontplooiing en autonomie in een job.' Dat bevestigen ook de onderzoeksresultaten die De Ambrassade begin dit jaar publiceerde. Voor Expeditie Werk ging het Vlaamse expertisecentrum in jeugdbeleid een jaar lang op pad met vijftig 16- tot 30-jarigen om te ontdekken hoe zij hun rol op de arbeidsmarkt zien. Vervolgens kwam er in juni 2020 een kwantitatief onderzoek met de VDAB, waarin 950 werkende en werkzoekende jongeren in Vlaanderen hun stem lieten horen. Wat bleek? Zij kozen hun werkgever (in volgorde van belang) voor de jobinhoud, de locatie, een goed nettoloon, flexibele werktijden en ontwikkelingskansen. [...]→



[...] Arbeidspsycholoog Hans De Witte (KU Leuven): 'Jongeren zijn veeleisender geworden op alle vlakken. Ze willen een goed gezin, een goed sociaal leven én een goede baan. Die job moet aan alle mogelijke verwachtingen voldoen. Terwijl men vroeger ging werken omdat het moest, willen jongeren nu een job waarmee ze geld verdienen én zichzelf kunnen ontplooiën.' [...]

Elise Peeters (24) werkt sinds september als copywriter bij Belfius. Ze vindt het een groot pluspunt dat haar werkgever bezig is met zijn impact op het milieu. 'Ik ben ook vacatures tegengekomen voor copywriters bij marketingbedrijven, hr-afdelingen of meer commerciële firma's. Maar hoewel een job voor mij vooral een middel is om geld te verdienen, vond ik het toch belangrijk om iets te kunnen doen voor het klimaat en de samenleving', benadrukt ze. 'Zo schrijf ik nu over Equal Pay Day, acties van de klimaatcoalitie of beleggen in duurzame bedrijven. Ik wist op voorhand niet dat de bank daarmee bezig was, maar het heeft me wel sneller overtuigd.'

Boris Friebel (20) [...] volgde de opleiding tot chef-kok aan Hotelschool Spermalie, maar koos voor een baan in de brasserie van het lokale zwembad. 'In de horeca werk je normaal heel late shifts. Dat wilde ik niet. Hier sluit de keuken om 20 uur en ik begin ten vroegste om 10.30 uur. Ik voel niet de behoefte om een carrière als topchef uit te bouwen. Met deze job houd ik tijd over om te sporten en nieuwe dingen bij te leren. Zo ben ik me nu aan het verdiepen in beleggen. [...] Mijn werkgever is heel flexibel. Als ik vrijaf wil vragen, is dat geen probleem. Er is altijd iemand die mij kan vervangen.' [...] Bovendien koos Friebel ervoor om parttime te werken. 'Ik vind het belangrijk om een leven buiten mijn job te hebben, maar ik doe mijn werk wel *tegoei*.'

*Toebat M. (2021, 28 oktober). Ze werken liever 9 to 5, maar denk nu niet dat jonge twintigers lui zijn. www.standaard.be*

- Welke behoeften uit de theorie van Maslow komen in het fragment aan bod?

.....

.....

.....

.....

- Welke behoefte uit de ZDT bepaalt volgens de tekst het sterkst de jobkeuze?

.....

.....

- Is Elise autonoom of gecontroleerd gemotiveerd voor haar job?

.....

.....

## 5 Faalangst

### 5.1 Taakmotivatie en egodoelen

Heel wat leerlingen hebben last van faalangst, bijvoorbeeld bij een toets of een spreekoefening. Misschien herken je het wel: een knoop in je maag, een opgejaagd gevoel, de angst dat je alles zult vergeten ... Faalangst is niet alleen vervelend, het kan ook een nadelige invloed hebben op je prestaties.

Faalangst kan zich uiten op verschillende vlakken.

#### 28. Vink aan welke kenmerken je bij jezelf herkent.

##### • Cognitieve kenmerken

- Enkel maar kunnen denken aan de taak of toets
- Vooral denken aan de verwachte mislukking en de gevolgen daarvan
- Negatieve gedachten als 'Ik kan het toch niet' of 'Ik mag geen fouten maken'
- Mislukkingen aan jezelf wijten

##### • Lichamelijke kenmerken

- Hoofd-, maag- en buikpijn
- Last van trillen en zweten
- Versnelde ademhaling

##### • Gedragskenmerken

- Lang werken, zonder ontspanning tussendoor
- Vermijdingsgedrag: met opzet te weinig werken of zorgen dat je de taak niet kunt maken



De psychologen Joan Duda en John Nicholls bekijken faalangst vanuit een **doelgebaseerde motivatietheorie** (zie p 50). Prestatiemotivatie wordt volgens hen bepaald door drie soorten doelen die iemand kan hebben.

- **Taakmotivatie:** de wil om een activiteit goed af te werken.
- **Positieve egodoelen:** een goede indruk willen maken op de anderen, trots kunnen zijn op jezelf.
- **Negatieve egodoelen:** de angst om negatief beoordeeld te worden.

De eerste twee doelen zetten ons ertoe aan om beter te presteren. Mensen bij wie die doelen doorwegen, richten zich op slagen. Zij hebben een voorkeur voor middelmatig moeilijke taken: opdrachten die een uitdaging vormen, maar wel haalbaar zijn.

De negatieve egodoelen daarentegen hangen samen met **faalangst**. Faalangstige mensen verkiezen ofwel gemakkelijke taken (waarvoor ze zeker zullen slagen) of veel te moeilijke taken (zodat ze zich niet hoeven te schamen als ze niet slagen). Dat laatste is een vorm van **self-handicapping**. Dat betekent dat een persoon het zichzelf (onbewust) moeilijker maakt om te slagen, zodat hij de mislukking niet aan zichzelf maar aan de situatie kan wijten. Een ander voorbeeld is (per ongeluk) te laat komen op het examen.

**29. Ga de aanwezigheid van die doelen bij jezelf na en vul deze test in.**

- Geef voor elke uitspraak aan hoe sterk die op jou van toepassing is.
- Gebruik een cijfer van 1 tot 5: 1 = helemaal niet van toepassing, 5 = heel erg van toepassing.

	Cijfer
Tijdens het beantwoorden van vragen maak ik mij vaak zorgen of ik het wel goed doe.	
Voor mij is het belangrijk om niet als dom over te komen.	
Ik maak me zorgen als ik een fout gemaakt heb.	
Ik probeer te vermijden dat anderen zouden denken dat ik de leerstof niet begrijp.	
<b>Negatieve egodoelen</b>	<b>Totaal</b>
Ik houd van een activiteit vanwege de inspanningen die ze vereist.	
Ik wil alles begrijpen wat ik leer.	
Ik houd ervan om nieuwe dingen te leren.	
Ik leer omdat de cursussen me interesseren.	
<b>Taakmotivatie</b>	<b>Totaal</b>
Ik wil bij de betere studenten horen.	
Om te tonen wat ik waard ben, wil ik een goed resultaat hebben.	
Ik voel mij goed als ik iets beter doe dan anderen.	
Voor mij is het niet zo belangrijk om echt te begrijpen wat ik leer, zolang ik maar goede cijfers behaal.	
<b>Positieve egodoelen</b>	<b>Totaal</b>

- Wat valt je op als je je resultaten bekijkt?

.....

.....

**30. Vergelijk de drie soorten doelen met de vier redenen van motivatie volgens de ZDT.**

.....

.....

.....

.....

.....

.....





# Test jezelf

## 1. Noteer bij elk voorbeeld de bijbehorende behoefte uit de theorie van Maslow.

A. Eva is erin geslaagd haar droom waar te maken: ze heeft haar diploma van verpleegkundige gehaald.

.....

B. Na elke werkdag stopt Samira bij haar ouders om even een praatje te slaan.

.....

C. Jules zet elke maand 250 euro van zijn loon op een spaarboekje.

.....

D. Klaas toont een tekening die hij gekleurd heeft aan zijn mama en geniet van haar aandacht.

.....

## 2. Lees de casus. Toon aan dat de drie behoeften uit de ZDT bij Ella worden bevredigd.

Ella (15) geniet van haar leven. Ze heeft zelf beslist om vanaf het vierde jaar Humane Wetenschappen te volgen. Ze heeft met haar ouders kunnen praten over de verschillende studiemogelijkheden. Ze steunen haar in haar keuze. De studiekeuze sluit goed aan bij Ella's talenten en interesses. De hoofdvakken liggen haar. Bovendien zit ze nu met enkele vrienden uit de Chiro in de klas.

.....

.....

.....

## 3. Lees de casus en beantwoord de vragen.

Tijdens een fietstocht met haar vrienden merkte Angela dat haar conditie niet al te best is. Ze had moeite om mee te kunnen. Haar vrienden vonden dat best grappig en noemden haar lachend 'ons schildpadje'. Angela lachte mee, maar eigenlijk schaamde ze zich. Nu wil ze meer sporten, zodat ze bij een volgende gelegenheid niet meer de traagste van de groep is.

- Welk soort motivatie speelt hier een rol?
  - Intrinsieke / Extrinsieke motivatie
  - Gecontroleerde / Autonome motivatie
  - Positieve egodoelen / Negatieve egodoelen / Taakmotivatie

ke invloed kan dat soort motivatie hebben op Angela's sportief gedrag?

oek enkele tips, gebaseerd op de drie behoeften uit de ZDT, die Angela kunnen helpen om het sporten langer vol te houden.

### Vaktaal

- **Autonomie:** zelfstandigheid, zelf kunnen bepalen wat je doet
- **Behoefte:** iets wat je nodig hebt of graag wilt hebben
- **Collectivistische cultuur:** cultuur waarin veel belang wordt gehecht aan de groep
- **Competentie:** het vermogen om een taak goed uit te voeren
- **Crossculturele psychologie:** psychologie waarin gedrag in verschillende culturen wordt vergeleken
- **Extrinsieke motivatie:** motivatie waarvan de bron buiten de persoon ligt
- **Faalangst:** angst om niet te kunnen voldoen aan bepaalde verwachtingen
- **Intrinsieke motivatie:** motivatie waarvan de bron in de persoon ligt
- **Overrechtvaardiging:** situatie waarin beloning de intrinsieke motivatie van een persoon verkleint
- **Self-handicapping:** (onbewust) mechanisme waarbij mensen er zelf voor zorgen dat ze falen
- **Verbondenheid:** een warme, hechte band met anderen
- **Zelfactualisatie:** je eigen mogelijkheden verwezenlijken

### Kijktip

**Waarom leiden bonussen tot slechtere prestaties?**

Gaan we harder lopen als we beloond worden met geld? Dr. Kilian Wawoe, organisatiepsycholoog aan de Vrije Universiteit Amsterdam, laat zien hoe extra beloningen hun doel voorbij kunnen schieten.

[www.universiteitvannederland.nl/college](http://www.universiteitvannederland.nl/college)

# Wat moet je kunnen?

## 1 Innerlijke kracht

- Het begrip 'motivatie' definiëren.

## 2 Theorie van Maslow

- De behoeftetheorie van Maslow toelichten.
- Voorbeelden van de behoeften uit Maslows theorie noemen en herkennen.
- Positieve en negatieve kritieken op de theorie van Maslow toelichten.

## 3 Zelfdeterminatietheorie

- De drie basisbehoeften uit de ZDT toelichten.
- De drie basisbehoeften herkennen in voorbeelden en toepassen in praktische situaties.
- Positieve en negatieve kritieken op de ZDT toelichten.

## 4 Prestatiemotivatie

- Het onderscheid uitleggen tussen intrinsieke en extrinsieke motivatie.
- Aan de hand van het begrip overrechtvaardiging het verband tussen intrinsieke en extrinsieke motivatie uitleggen.
- Het onderscheid uitleggen tussen gecontroleerde en autonome motivatie aan de hand van de vier redenen voor motivatie.

## 5 Faalangst

- Kenmerken van faalangst noemen en bij jezelf herkennen.
- Het verband uitleggen tussen faalangst en taakmotivatie, positieve en negatieve egodoelen.
- Reflecteren over de eigen prestatie-motivatie aan de hand van een test.
- In bronnen geschikte tips tegen faalangst selecteren.

## ALGEMEEN

- Een casus analyseren a.d.h.v. de verschillende theoretische modellen over motivatie.
- De begrippen uit de woordenlijst van dit hoofdstuk uitleggen en gebruiken.
- Grafieken met onderzoeksresultaten interpreteren.