

welzijn
en
onderwijs

..raad
wijs
onder

inhoud

Woord vooraf	3
In het kort	4
Aanleiding	8
Onderwijs geconfronteerd met afgenomen welzijn jongeren	
1.1 Welzijn jongeren afgenomen	9
1.2 Toename in gebruik en uitgaven geestelijke gezondheidszorg en jeugdzorg	12
1.3 Verkenningsvraag: wat heeft onderwijs te bieden voor welzijn jongeren?	13
Analyse	16
Onderwijs wordt door huidige benadering van welzijnsproblemen overvraagd en onderbenut	
2.1 Afnemend welzijn vooral individueel-diagnostisch geduid	17
2.2 Nadruk op monitoring, preventie en interventie in beleid	19
2.3 Welzijn in onderwijs wordt voornamelijk individueel-diagnostisch geduid	22
2.4 Andere duidingen van welzijnsproblematiek	26
2.5 Breder perspectief op welzijnsproblematiek in onderwijs nodig	30
Conclusie	32
Onderwijs heeft veel te bieden voor welzijn	
3.1 Onderwijs heeft zelf iets te betekenen voor welzijn jongeren	33
3.2 Onderwijs kan ruimte bieden voor zingeving	35
3.3 Scholen kunnen bescherming bieden	36
Geraadpleegd	42
Literatuur	44

woord vooraf

De mentale gezondheid van kinderen en jongeren staat al jaren onder druk. Steeds vaker doen zij een beroep op geestelijke gezondheidszorg en jeugdzorg. Scholen en opleidingen zien zich geconfronteerd met een toename van de mentale problematiek bij hun leerlingen en studenten, zoals depressie, angst, stress, somberheid en onzekerheid.

De omgang met de toenemende zorgvraag stelt het onderwijs voor een complexe opgave. In onderzoek en beleid wordt afnemend welzijn vooral benaderd als een individueel mentaal gezondheidsprobleem, dat individuele zorg vereist. Om aanvullende zorg en begeleiding binnen de schoolcontext te kunnen realiseren, is individuele diagnostiek doorgaans een voorwaarde. Dit vergt dat scholen inzetten op (vroeg)signalering van mentale problemen en een bijpassende zorgstructuur inrichten. Dit doet een stevig beroep op scholen – en op de zorgketen – boven op hun reguliere taken.

De raad verkent wat het onderwijs, naast individuele diagnostiek en zorg, zelf te bieden heeft in de omgang met afnemend welzijn van jongeren. Onderwijs biedt leerlingen en studenten de ruimte zichzelf, elkaar en de wereld om hen heen te leren kennen en begrijpen en zich ertoe te verhouden. Onderwijs biedt mogelijkheden voor zingeving en kan een beschermende rol spelen in de omgang met maatschappelijke druk. Deze bijdragen gaan niet uit van individueel welzijn als voorwaarde voor deelname aan het onderwijs, maar van welzijn als opbrengst van onderwijs als collectief proces.

Onderwijs biedt geen panacee voor alle welzijnsproblematiek. En soms draagt onderwijs ook zelf bij aan verminderd welzijn. Een bredere blik op welzijnsproblematiek – in het onderwijs zelf en in het beleid van de overheid – brengt andere mogelijkheden in beeld waarmee onderwijs van betekenis kan zijn voor het welzijn van jongeren. In deze verkenning zet de Onderwijsraad deze kracht van onderwijs centraal.

Louise Elffers
voorzitter

Mirjam van Leeuwen
secretaris-directeur

in het kort

Scholen en opleidingen ervaren dat steeds meer leerlingen en studenten kampen met mentale problemen als depressie, angst, stress, somberheid en onzekerheid. Verminderd welzijn wordt in onderzoek en beleid vooral benaderd als een individueel mentaal gezondheidsprobleem. Dat zet scholen aan tot een zorggerichte, veelal individuele aanpak, die het onderwijs overvraagt en onderwijs eigen mogelijkheden onderbenut. Door een breder perspectief te hanteren op verminderd welzijn, ontstaat meer ruimte om als onderwijs zelf bij te dragen aan het welzijn van jongeren. Ook door aandacht te geven aan zingeving en jongeren te beschermen tegen maatschappelijke druk.

Aanleiding: onderwijs geconfronteerd met afgenomen welzijn jongeren

Diverse onderzoeken laten zien dat de mentale gezondheid van basisschool-leerlingen, tieners en jongvolwassenen onder druk staat. Zij doen steeds vaker een beroep op geestelijke gezondheidszorg en jeugdzorg. Het gaat dan over mentale problemen zoals emotionele, gedrags- en aandachtsproblemen, problemen in de omgang met leeftijdgenoten, gebrek aan mentaal welbevinden, en psychische klachten, waaronder gevoelens van depressie en angst.

Het onderwijs probeert passend te reageren op de welzijnsproblemen van jongeren. Dat is een grote opgave, omdat de problematiek complex is en er veel verwacht wordt van het onderwijs.

De Onderwijsraad brengt uit eigen beweging een verkenning uit over de vraag wat het onderwijs te bieden heeft voor het welzijn van jongeren. De raad maakt inzichtelijk hoe het onderwijs in beleid wordt aangesproken en hoe dit doorwerkt in de aanpak op scholen en andere onderwijsinstellingen (hierna: scholen). De raad verkent hoe de welzijnsproblematiek breder geduid kan worden en wat dit betekent voor de bijdrage die onderwijs kan bieden aan het welzijn van jongeren. Dit kan beleidsmakers op landelijk niveau en in gemeenten, schoolbestuurders, schoolleiders en lerarenteams handvatten geven om een ander gesprek te voeren.

Analyse: onderwijs wordt door huidige benadering van welzijnsproblemen overvraagd en onderbenut

Afnemend welzijn wordt in onderzoek en beleid vooral benaderd als een individueel mentaal gezondheidsprobleem. Deze *individueel-diagnostische* duiding leidt tot de behoefte aan een diagnose en een passende interventie door een zorgprofessional.

De huidige benadering zet scholen aan tot een zorggerichte, veelal individuele aanpak. Zij gaan zich richten op vroegtijdige onderkenning en preventie en ontwikkelen sterke zorgstructuren om leerlingen en studenten passend te ondersteunen. Dat vraagt veel van leraren en mentoren, die vaak het eerste aanspreekpunt zijn voor leerlingen, studenten en hun ouders. Welzijn wordt in deze benadering vaak gezien als voorwaarde om onderwijs te kunnen volgen.

De Onderwijsraad verkent twee andere manieren om de afname van welzijn te bezien. In de *zingevingsduiding* heeft afnemend welzijn te maken met een fundamentele menselijke kwestie, namelijk de zoektocht naar betekenis en de zin van en in het leven. De *maatschappelijke duiding* plaatst afnemend welzijn in de context van maatschappelijke ontwikkelingen. De oorzaak wordt in deze duiding gezocht bij de geïndividualiseerde prestatiesamenleving, die een grote druk legt op mensen, zonder daarbij kaders of houvast te bieden.

Conclusie: onderwijs heeft veel te bieden voor welzijn

De raad signaleert dat het onderwijs overvraagd wordt vanuit de individueel-diagnostische duiding van afnemend welzijn. De eigen bijdrage van onderwijs aan het welzijn van jongeren wordt zo onvoldoende erkend en benut. Door een breder perspectief te hanteren op afnemend welzijn, ontstaat ruimte om op andere, en meer onderwijs-eigen, manieren bij te dragen aan welzijn.

Onderwijs heeft zelf iets te betekenen voor welzijn jongeren

Het onderwijs kan veel betekenen voor het welzijn van jongeren. Bijvoorbeeld als leerlingen en studenten zich gezien en uitgedaagd voelen, succeservaringen opdoen en structuur en gemeenschappelijkheid ervaren. Onderwijs biedt leerlingen en studenten lucht om de aandacht op zaken buiten zichzelf te richten. Het kan leerlingen en studenten helpen de wereld en de mensen om hen heen beter te begrijpen, te ontdekken wat voor hen zelf belangrijk is en hoe ze zich tot die wereld willen en kunnen verhouden. Het kan leerlingen en studenten toerusten voor hun persoonlijk en maatschappelijk leven, het kan oriëntatie bieden op wat van waarde is en het kan hen ondersteunen op de weg naar volwassenheid.

Onderwijs kan ruimte bieden voor zingeving

Aandacht voor betekenis en zingeving kan leerlingen en studenten helpen een eigen positie en weg in het leven te vinden. Dit blijkt belangrijk voor hun welbevinden. Onderwijs kan bewust ruimte bieden om zin te vinden, zin te ervaren en om te gaan met existentiële onzekerheden. Aandacht voor zingeving kan verweven zijn in het curriculum, bijvoorbeeld in schoolvakken als godsdienst-levensbeschouwing, kunst en literatuur, maar kan ook buiten de lessen vorm krijgen.

Scholen kunnen bescherming bieden

Scholen kunnen bescherming bieden, een buffer vormen en de samenleving waar nodig op afstand houden. School kan een veilige plek en gemeenschap zijn, om te 'zijn' en samen te zijn. School kan gelegenheid bieden voor verbinding en concentratie en kan een plek zijn om (samen) aan de slag te gaan. Een school die zo'n plek is, kan een belangrijke bijdrage leveren aan de kracht en weerbaarheid van jongeren. De beschermende ruimte van onderwijs kan ook schuilen in een veilige en sociale schoolcultuur.

Welzijn en onderwijs



Analyse

Scholen en andere onderwijsinstellingen worden geconfronteerd met afgenomen welzijn van jongeren



Onderwijs wordt door huidige benadering van welzijnsproblemen overvraagd en onderbenut.

Deze benadering zet scholen aan tot een zorggerichte, individuele aanpak. Maar er zijn ook andere manieren om met afnemend welzijn om te gaan.



Conclusie

Onderwijs heeft veel te bieden voor welzijn

Onderwijs heeft in zichzelf betekenis



Ruimte voor zingeving



Beschermende rol





aan leiding 1

Onderwijs geconfronteerd met afgenomen welzijn jongeren

Onderzoeken laten zien dat het welzijn van jongeren onder druk staat. Daarbij is het beroep op jeugdzorg sterk toegenomen. Dit vraagt ook van het onderwijs een passende reactie. Wat heeft het onderwijs te bieden voor het welzijn van jongeren?

Er zijn aanhoudend signalen dat het niet goed gaat met het welzijn van jongeren. Onderzoeksrapporten laten zien dat jongeren kampen met mentale problemen en psychische klachten. Ook vanuit het onderwijs – van basisschool tot universiteit – klinken zorgen. Deze gaan over een toename van psychische en emotionele problemen zoals depressie, angst, stress, somberheid en onzekerheid bij leerlingen en studenten.

Het onderwijs probeert hierop passend te reageren. De Onderwijsraad verkent uit eigen beweging het vraagstuk: wat heeft het onderwijs te bieden voor het welzijn van jongeren?

1.1 Welzijn jongeren afgenomen

Diverse onderzoeken wijzen uit dat het welzijn van jongeren onder druk staat.¹ Vanaf 2021, maar ook al daarvoor, is te zien dat de mentale gezondheid van basisschoolleerlingen, tieners en jongvolwassenen is verslechterd. Deze trend is bij meisjes veel sterker dan bij jongens. Duidelijk is ook dat de mentale gezondheid van jongeren die opgroeien in gezinnen met een lage welvaart, die een migratieachtergrond hebben en die op het vmbo zitten, gemiddeld lager is dan bij jongeren die opgroeien in gezinnen met een hoge welvaart, die geen migratieachtergrond hebben en die op havo of vwo zitten. Het gaat om aanzienlijke verschillen, die de laatste twintig jaar niet zijn afgenomen.²

In de onderzoeken gaat het over mentale problemen (een optelsom van emotionele, gedrags-, aandachtsproblemen en problemen met leeftijdgenoten), mentaal welbevinden (zoals levenstevredenheid) en psychische klachten (bijvoorbeeld gevoelens van depressie en angst).³

Welzijn leerlingen basisschool en voortgezet onderwijs

Gerapporteerde mentale problemen namen vooral bij meisjes sterk toe tussen 2017 en 2021. In 2017 meldde 15% op de basisschool mentale problemen, in 2021 was dat aandeel verdubbeld. In het voortgezet onderwijs steeg het aandeel meisjes dat mentale problemen noemde, van 24% in 2017 naar 40% in 2021 (tegenover een stijging van 17 naar 22% bij de jongens).⁴

Bij meisjes op de basisschool en bij jongens en meisjes in het voortgezet onderwijs nam de levenstevredenheid in dezelfde periode sterk af. In groep 8 van het basisonderwijs is het beeld iets positiever, maar valt ook een achteruitgang te zien.⁵

Bij tieners (12 t/m 17 jaar) was al in 2019 een toename in psychische klachten zichtbaar, die vooral doorzette vanaf 2021. Lange tijd was het aandeel tieners met psychische klachten lager dan bij de rest van de bevolking, maar de laatste jaren komt het dichterbij dat bij volwassenen.⁶ Onderzoek laat verder zien dat de mentale gezondheid bij tieners in 2022 niet verder verslechterde, maar dat de problemen evenmin afnamen. Er was sprake van stabilisatie van mentale problemen

1 Zie voor een overzicht van onderzoeken naar de mentale gezondheid van jongeren onder meer: Kleinjan e.a., 2020; Boer e.a., 2022; Trimbos-instituut, ECIO, Pharos, Erasmus SYNC Lab & Universiteit Utrecht, 2024; RIVM & Trimbos-instituut, 2023, 2025; Brouwer, Jörg, Hogen-Koster & Hofstra, 2025; Hoffland, Wispels, Wijnholt & Poel, 2024; Verwey-Jonker Instituut, 2024; Stevens, Reijmes, De Roos, Van Dorsselaer & De Looze, 2024; Inspectie der Rijksfinanciën, 2025; RIVM, 2025; zie ook Sociaal en Cultureel Planbureau, 2025a, 2025b.

2 Stevens, 2025.

3 Verwey-Jonker Instituut, 2024. Aan deze overzichtsstudie liggen diverse bronnen ten grondslag. Zie voor een toelichting hoofdstuk 1 van deze studie.

4 Verwey-Jonker Instituut, 2024.

5 Ibid; zie ook Inspectie van het Onderwijs, 2023.

6 Verwey-Jonker Instituut, 2024.

en levenstevredenheid.⁷ In recent onderzoek en monitoring in 2025 is een lichte verbetering zichtbaar in het mentaal welzijn van jongeren ten opzichte van 2024.⁸

Welzijn jongvolwassenen

Ook bij jongvolwassenen (18-24 jaar)⁹ blijkt een dalende trend in gerapporteerde mentale gezondheid. Net als bij de volwassen bevolking tot 65 jaar is vooral een duidelijke toename van psychische klachten te zien vanaf 2021, maar veel sterker dan bij de totale groep volwassenen. De mentale gezondheid van jongvolwassenen blijkt ook veel slechter te zijn dan die van tieners, afgemeten aan psychische klachten. In recente jaren nemen de klachten bij jongvolwassenen en vooral jongvolwassen vrouwen toe.¹⁰

De helft van de jongvolwassenen ervaart een goede mentale gezondheid. Toch kampen veel jongvolwassenen met eenzaamheid, stress en prestatiedruk. Bijna een op de vijf voelt zich in het dagelijks leven vaak tot voortdurend beperkt door psychische klachten. Dit aandeel is wel afgenomen ten opzichte van 2022.¹¹

Uit de meest recente cijfers over de mentale gezondheid van studenten komt naar voren dat een aanzienlijk deel met mentale klachten kampt. Hoewel de cijfers iets gunstiger zijn dan in 2022-2023, blijven de percentages mbo-studenten met mentale klachten hoog. Ruim een kwart voelt zich vaak vermoeid zonder duidelijke reden, een op de vijf ervaart dat alles veel moeite kost, een op de tien voelt zich hopeloos en ongeveer 12% voelt zich meestal of altijd somber of depressief.¹² In het hoger beroeps- en het wetenschappelijk onderwijs blijkt de mentale gezondheid van studenten tussen 2021 en 2025 licht verbeterd (vooral tussen 2021 en 2023, na de coronacrisis). Maar nog steeds gaat het met een groot deel van hen niet goed. Hoe groot deze groep precies is, hangt af van de gekozen maatstaf voor mentale gezondheid. Zo ervaren studenten gevoelens van angst of depressie (83%), van eenzaamheid (60%), emotionele uitputtingsklachten (56%), veel stress (54%) of vaak prestatiedruk (41%).¹³

Veelgebruikte instrumenten om mentale gezondheid te meten

De welzijnsproblematiek wordt zichtbaar in onderzoek op basis van vragenlijsten, waarbij jongeren zelf rapporteren over hun mentale welzijn. Dit gebeurt steekproefsgewijs. Veelgebruikt zijn de Mental Health Inventory 5 (MHI-5) en de Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ). Zo wordt altijd wel een van beide vragenlijsten ingezet bij het vierjaarlijkse onderzoek Health Behaviour in School-aged Children (instrument SDQ), de jaarlijkse CBS Gezondheidsenquête (instrument MHI-5), de vierjaarlijkse Gezondheidsmonitor van het CBS (instrument MHI-5) en de tweejaarlijkse Monitor mentale gezondheid en middelengebruik studenten hoger onderwijs (instrument MHI-5). De uitkomsten worden vervolgens ook in samenvattende studies gebruikt, zoals die van het Verwey-Jonker Instituut (zie het tekstkader hierna).

⁷ Verwey-Jonker Instituut, 2024.

⁸ <https://www.rivm.nl/gezondheidsonderzoek-covid-19/kwartaalonderzoek-jongeren/mentale-gezondheid> (jongeren van 12-25 jaar); Hogeschool Rotterdam, 2025 (studenten).

⁹ Soms worden onder deze groep ook 16-, 17- en 25-jarigen verstaan.

¹⁰ Verwey-Jonker Instituut, 2024.

¹¹ GGD's & RIVM, 2025.

¹² Brouwer e.a., 2025.

¹³ RIVM & Trimbos-instituut, 2025.

Mental Health Inventory 5

De Mental Health Inventory 5 (MHI-5) meet psychische gezondheid aan de hand van vijf vragen. Deze hebben betrekking op hoe iemand zich de afgelopen vier weken voelde.

1. Voelde u zich erg zenuwachtig?
2. Zat u zo erg in de put dat niets u kon opvrolijken?
3. Voelde u zich kalm en rustig?
4. Voelde u zich neerslachtig en somber?
5. Voelde u zich gelukkig?

Iedere vraag heeft zes antwoordmogelijkheden: voortdurend-meestal-vaak-soms-zelden-nooit. Bij de positief geformuleerde vragen (3 en 5) worden aan de antwoordmogelijkheden respectievelijk de waarden 5, 4, 3, 2, 1, en 0 toegekend. Bij de negatief geformuleerde vragen (1, 2 en 4) gelden de omgekeerde waarden. Hierna worden per persoon de somscores berekend en vermenigvuldigd met 4. De somscore van een persoon kan dus minimaal 0 (zeer ongezond) zijn en maximaal 100 (perfect gezond). Bij een score van 60 of meer is een respondent gekwalificeerd als psychisch gezond en bij een score van minder dan 60 als psychisch ongezond.

De Gezondheidsmonitor Jeugd 2023 maakte gebruik van de MHI-5. Daarnaast vroegen de onderzoekers naar: het ervaren van stress door een of meer factoren; denken aan het plegen van suïcide (in de laatste twaalf maanden vaak of heel vaak serieus overwogen hebben een einde te maken aan het leven); zich eenzaam voelen; prestatiedruk ervaren vanuit zichzelf en anderen; zich gelukkig voelen.¹⁴

Psychische aandoeningen bij algemene volwassen bevolking nemen toe

Ook ander onderzoek wijst op een afname van welzijn. Het betreft de Netherlands Mental Health Survey and Incidence Study (NEMESIS), een landelijke longitudinale studie naar de prevalentie (aanwezigheid) van psychische aandoeningen bij de algemene volwassen bevolking in Nederland (18-75 jaar). Om veelvoorkomende aandoeningen in kaart te brengen, worden gestructureerde klinische interviews afgenomen door getrainde interviewers zonder klinische achtergrond. Zij volgen vaste vraagroutes; daarna worden symptomen en ervaren last in kaart gebracht en op basis van DSM-criteria¹⁵ wordt dan bepaald of sprake is van een psychische aandoening.¹⁶

Het onderzoek wijst uit dat het aandeel volwassenen met een psychische aandoening de afgelopen twaalf maanden (dus gedurende het jaar voorafgaand aan het onderzoek) is gestegen van 17% (2007-2009) naar 26% (2019-2022).¹⁷ Verder blijkt de toename groter voor 18- tot 34-jarigen dan voor 35-plussers en groter voor studenten dan voor werkenden.¹⁸

¹⁴ GGD Nederland, 2024.

¹⁵ De afkorting DSM verwijst naar de *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. Deze handleiding voor het classificeren van psychische aandoeningen is uitgegeven en opgesteld door de American Psychiatric Association (APA). In Nederland dient het handboek als de standaard in de psychiatrische diagnostiek.
<https://cijfers.trimbos.nl/verklaring/dsm/>

¹⁶ Zie voor meer informatie over het NEMESIS-onderzoek:
<https://cijfers.trimbos.nl/nemesis/nemesis-rapport-home/>

¹⁷ Ten Have e.a., 2023; Inspectie der Rijksfinanciën, 2025;
<https://www.trimbos.nl/kennis/cijfers/psychische-gezondheid-ggz/#veranderingen>

¹⁸ Inspectie der Rijksfinanciën, 2025.

1.2 Toename in gebruik en uitgaven geestelijke gezondheidszorg en jeugdzorg

In Nederland nemen het gebruik van en de uitgaven aan geestelijke gezondheidszorg toe, ook onder jongeren.

Gebruik en uitgaven geestelijke gezondheidszorg toegenomen

In Nederland ultiemen de toegenomen mentale gezondheidsklachten zich ook in het toegenomen gebruik van geestelijke gezondheidszorg (ggz). Het totaal aantal mensen dat zorg krijgt vanwege psychische klachten, is tussen 2017 en 2024 gestegen van 1,39 naar 1,57 miljoen. Afgezet tegen de groei van het aantal inwoners in deze periode is een relatieve daling in het gebruik zichtbaar. Wel is er relatief gezien een stijging bij het aantal mensen dat zorg ontvangt vanuit de praktijkondersteuner huisarts ggz (POH-GGZ).¹⁹ De uitgaven aan geestelijke gezondheidszorg stegen in 2024 met 11,3% naar 5,9 miljard euro. Ze liggen daarmee op het hoogste niveau ooit. De stijgende uitgaven vallen grotendeels te verklaren door prijsindexatie en het toegenomen aantal behandelde patiënten.²⁰

Het gebruik van ggz is beduidend hoger bij 18- tot 49-jarigen dan bij oudere leeftijdscohorten. De groep 18- tot 29-jarigen springt eruit met 50 per duizend personen; bij 30- tot 49-jarigen gaat het om 47 per duizend, bij 50- tot 65-jarigen om 32 per duizend en bij oudere generaties is dat nog minder. Bovendien steeg het ggz-gebruik het hardst bij het jongste leeftijdscohort, de 18- tot 29-jarigen: tussen 2016 en 2021 met 17%. Ter vergelijking: bij 30- tot 49-jarigen steeg het gebruik met 2,5% en bij de leeftijdscohorten daarboven daalde het gebruik. Dat strookt met het beeld dat de mentale gezondheid van jongeren en jongvolwassenen de afgelopen tien jaar is verslechterd.²¹

Voor 2016-2021 is bekeken of de stijging in zorggebruik een leeftijdseffect was (jongeren gebruiken altijd meer ggz dan oudere generaties) dan wel een generatie-effect (de jongste generatie heeft een hoger ggz-gebruik dan de oudere generaties). Een definitieve conclusie was niet mogelijk op basis van de korte periode waarover data beschikbaar waren, maar er leek wel sprake te zijn van een generatie-effect. Ieder jaar gebruikten jonge mensen meer zorg dan het jaar ervoor. Bovendien bleef het hoge zorggebruik de jaren erna stabiel.²²

Ook gebruik en uitgaven jeugdzorg toegenomen

Het gebruik van jeugdhulp is de afgelopen decennia sterk toegenomen.²³ In 2000 ontving ongeveer 1 op de 27 jongeren jeugdhulp.²⁴ In 2023 kreeg 1 op de 9 jongeren tot 23 jaar een of meer vormen van jeugdzorg. Bij jongeren tot 18 jaar was dat 1 op de 7. De toename in 2023 komt vooral doordat meer tienermeisjes jeugdhulp zonder verblijf ontvingen.²⁵ Het ging om 102 duizend meisjes van 12 tot

¹⁹ Inspectie der Rijksfinanciën, 2025. De praktijkondersteuner huisarts ggz (POH-GGZ) biedt vraagverheldering, diagnostiek, kortdurende behandeling of (langer durende) ondersteuning en begeleiding aan personen met psychische klachten of een lichte of stabiele chronische psychische stoornis. <https://www.trimbos.nl/kennis/zorg-en-participatie/poh-ggz/de-poh-ggz/>

²⁰ <https://www.nza.nl/zorgsectoren/geestelijke-gezondheidszorg-ggz-en-forensische-zorg-fz/kerncijfers-geestelijke-gezondheidszorg-ggz>

²¹ Inspectie der Rijksfinanciën, 2025.

²² Ibid.

²³ Van Yperen, Van de Maat & Prakken, 2019; zie ook Inspectie der Rijksfinanciën, 2025.

²⁴ Van Yperen e.a., 2019.

²⁵ Jeugdhulp zonder verblijf: hulp en zorg zoals bedoeld en beschreven in de Jeugdwet en in natura geleverd door de zorgaanbieder (dus buiten het persoonsgebonden budget). Het betreft hulp en zorg aan jongeren en hun ouders bij psychische, psychosociale en of gedragsproblemen, een verstandelijke beperking van de jongere of opvoedingsproblemen van de ouders. De jongere verblijft thuis, in het eigen gezin. Anders gezegd, de jongere slaapt thuis, in ieder geval formeel.

18 jaar (1 op de 6). Dat zijn er tienduizend meer dan twee jaar eerder. Jongens van 8 tot 12 jaar kregen naar verhouding het vaakst jeugdhulp: bijna 1 op de 4. Dat aandeel is de laatste jaren stabiel.²⁶

Uit onderzoek wordt ook een toename zichtbaar in de uitgaven aan jeugdzorg. Deze stijgen fors en ook sterker dan de beschikbare budgetten. Terwijl de kosten voor jeugdzorg van 3,6 miljard euro (2015) opliepen naar zo'n 5,4 tot 5,6 miljard euro (2019), steeg het beschikbare budget veel minder en bedroeg afgerond 4,3 miljard euro in 2019 (waarvan 400 miljoen euro tijdelijke middelen).²⁷ Ook de uitgaven in 2023 en de verwachte uitgaven in 2024 waren volgens onderzoek uit november 2024 hoger dan het budget. De totale uitgaven stegen sterker dan vastgesteld in het Meerjarig Financieel Kader van de Hervormingsagenda Jeugd.²⁸

1.3 Verkenningsvraag: wat heeft onderwijs te bieden voor welzijn jongeren?

Het onderwijs heeft steeds vaker te maken met leerlingen en studenten die kampen met mentale problemen. Vanuit landelijk beleid en schoolbeleid wordt geprobeerd hierop passend te reageren. Dat is een grote opgave voor het onderwijs, omdat de welzijnsproblematiek complex is en er veel verwacht wordt van het onderwijs.²⁹

De Onderwijsraad verkent uit eigen beweging het vraagstuk: wat heeft het onderwijs te bieden voor het welzijn van jongeren?

Met deze verkenning maakt de raad inzichtelijk hoe het onderwijs in beleid wordt aangesproken en hoe dit doorwerkt in de benadering van afnemend welzijn in scholen en andere onderwijsinstellingen. De raad beoogt met deze verkenning niet het afnemend welzijn te verklaren, maar verkent hoe welzijnsproblematiek breder geduid kan worden dan nu gebeurt en wat onderwijs in die breedte te bieden heeft voor het welzijn van jongeren. De verkenning kan beleidsmakers op landelijk en gemeentelijk niveau, schoolbestuurders, schoolleiders en lerarenteams handvatten geven om het gesprek over de omgang met welzijnsproblematiek breder te kunnen voeren. De verkenning biedt geen kant-en-klare oplossingen of een blauwdruk voor toekomstig beleid en de schoolpraktijk.

Afbakening

De raad kijkt onderwijsbreed naar het welzijn van jongeren – in het primair tot en met wetenschappelijk onderwijs. De raad beseft dat welzijnsproblematiek zich in verschillende gedaantes en heftigheid voordoet en dat er leerlingen en studenten zijn met ernstige psychische gezondheidsproblemen. Noodzakelijke zorg voor deze jongeren is onderdeel van het zorgdomein en niet in eerste plaats de verantwoordelijkheid van het onderwijs. De verkenning richt zich dan ook niet op deze groep.

De Onderwijsraad beseft ook dat er een groep leerlingen en studenten is voor wie het bestaande onderwijssysteem niet optimaal werkt en die geen passende plek in het onderwijs vinden. De laatste jaren groeide bijvoorbeeld de groep leerlingen die

²⁶ <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2024/18/meer-jongeren-met-jeugdhulp-vooral-meer-tienermeiden>; zie voor het toenemende beroep op de jeugdzorg ook Bakker, 2024.

²⁷ Hilderink e.a., 2020; zie ook Van Beeck e.a., 2023.

²⁸ Bosman, Van Beeck, Van Kuijzen, Lustermans & Pocorni, 2024.

²⁹ Raad voor Volksgezondheid en Samenleving, 2025; Inspectie der Rijksfinanciën, 2025; Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, 2024; Inspectie van het Onderwijs, 2025a; Bakker, 2024.

vrijgesteld is van leerplicht. Dit gaat om kinderen die psychisch of lichamelijk niet in staat zijn naar school te gaan.³⁰

De verkenning richt zich niet op de specifieke problematiek van deze groepen, maar belicht hoe de brede trend van afnemend welzijn onder jongeren een beroep doet op het onderwijs en wat het onderwijs kan betekenen voor het welzijn van jongeren.

Totstandkoming verkenning

Ter voorbereiding van deze verkenning heeft de Onderwijsraad literatuur geraadpleegd, waaronder wetenschappelijke bronnen en beleidsdocumenten. Verder heeft dr. Nelleke Bakker (Rijksuniversiteit Groningen) in opdracht van de raad een essay geschreven waarin zij ontwikkelingen rondom het welzijn van jongeren in beeld brengt en duidt.³¹ Dit essay is beschikbaar via de website van de Onderwijsraad. Tot slot heeft de raad het veld op het gebied van welzijn van jongeren breed geraadpleegd, in gesprekken met onder meer jongeren, leraren, docenten en andere medewerkers van onderwijsinstellingen en via de rubriek 'Denk mee' op de website en via sociale media. Ook zijn bijeenkomsten zoals conferenties en symposia over het thema bezocht. Een overzicht hiervan is opgenomen in de bijlage.



analyse

Onderwijs wordt door huidige benadering van welzijnsproblemen overvraagd en onderbenut

Afnemend welzijn van jongeren wordt in beleid vooral benaderd als een individueel mentaal gezondheidsprobleem, dat vraagt om een diagnose en zorg. Het onderwijs wordt hierdoor overvraagd én onderbenut. Afnemend welzijn is ook breder te duiden. Dat brengt ook andere mogelijkheden in beeld voor het onderwijs om van betekenis te zijn voor het welzijn van jongeren.

Welzijnsklachten worden in beleid en vervolgens in school hoofdzakelijk benaderd als een individueel mentaal gezondheidsprobleem. Scholen ontwikkelen op basis van deze insteek sterke zorgstructuren om leerlingen en studenten passende ondersteuning te bieden. De raad bepleit een breder perspectief op afnemend welzijn. Zo komen ook andere mogelijkheden in beeld voor het onderwijs om betekenisvol te zijn voor het welzijn van jongeren.

2.1 Afnemend welzijn vooral individueel-diagnostisch geduid

De huidige benadering van welzijnsproblematiek in onderzoek en beleid uit zich vooral in bewoordingen afkomstig uit het discours van mentale gezondheid. Afnemend welzijn wordt daarmee geduid als een individueel mentaal gezondheidsprobleem en dat resulteert in een individuele en diagnostische benadering.

Welzijnsproblemen worden geduid als mentale gezondheidsproblemen

In onderzoeken naar welzijn gaat het voornamelijk om mentaal welzijn. Welzijnsproblemen worden veelal uitgedrukt in termen van ervaren stress, angst, somberheid, druk, psychische klachten, zenuwachtigheid en het ontbreken van tevredenheid en geluk. Deze bewoordingen komen uit het discours van de geestelijke gezondheidszorg. Welzijnsproblemen worden zo geduid als een probleem van het individu en benaderd als een mentaal *gezondheidsvraagstuk*.

Mentale gezondheid wordt in deze onderzoeken ruim gedefinieerd – ook positieve mentale uitkomsten als (mate van) levenstevredenheid en geluk vallen eronder. Mentale gezondheid is vaak een paraplubegrip, waar zowel mentaal welbevinden als psychische klachten onder vallen (zie het tekstkader hierna).³²

Mentale gezondheid

Het Interdepartementale Beleidsonderzoek naar mentale gezondheid en ggz spreekt bij het begrip mentale gezondheid van een continuüm. Mentale gezondheid is de manier waarop iemand zich verhoudt tot zichzelf en tot anderen en hoe iemand omgaat met de uitdagingen in het dagelijks leven. Tegelijkertijd gaat het ook over hoe deze persoon en anderen in de samenleving dit ervaren.

Mentale gezondheid komt tot stand door een wisselwerking tussen mentaal welbevinden enerzijds en psychische aandoeningen anderzijds. Een hoog mentaal welbevinden hoeft niet gepaard te gaan met de afwezigheid van een psychische aandoening en andersom.

Mentale gezondheid gaat in deze benadering over mentaal welbevinden en positief functioneren en de aan- of afwezigheid van psychische klachten. Het ervaren van boosheid, verdriet, angst, schuldgevoel, piekeren en allerlei andere emoties en gedragingen kunnen gezonde mentale reacties zijn in het dagelijks leven en horen ook bij het leven. Ze hebben invloed op hoe iemand zich voelt en reageert op uitdagingen. Mentale gezondheid komt tot stand door een wisselwerking tussen mentaal welbevinden enerzijds en psychische aandoeningen anderzijds.³³

³² Zie Raad voor Volksgezondheid en Samenleving, 2025; Sociaal en Cultureel Planbureau, 2025a.

³³ Inspectie der Rijksfinanciën, 2025. Zie voor de (totstandkoming van de) definitie van mentale gezondheid ook Van Bon-Martens, Kleinjan, Hipple Walters, Schields-Zeeman & Van den Brink, 2022.

De Onderwijsraad brengt diverse aspecten van de blik op afnemend welzijn als individueel mentaal gezondheidsvraagstuk samen onder de noemer 'individueel-diagnostische duiding' en maakt daarbij gebruik van het werk van diverse auteurs.

Individueel-diagnostische duiding van afnemend welzijn

De welzijnsproblematiek van jongeren wordt in de individueel-diagnostische duiding vooral beschouwd als een individueel mentaal gezondheidsprobleem. Door welzijnsproblematiek op te vatten als een gezondheidsprobleem wordt welzijn gezien als voorwaarde om bijvoorbeeld op school goed te kunnen meedoen of goed te kunnen presteren op je werk.³⁴ Oplossingen voor afnemend welzijn worden vanuit de individueel-diagnostische duiding gezocht in de hoek van de geestelijke gezondheidszorg. De taal en de classificaties van psychische klachten uit de geestelijke gezondheidszorg en de bijbehorende interventies worden daarmee leidend in het discours over welzijn.³⁵

De toenemende aandacht voor welzijn en de ruimte om afnemend welzijn te bespreken, hangen samen met een verminderd taboe op klachten als depressiviteit en angst. Het wordt normaler te praten over en uiting te geven aan mentale klachten. Doordat er ruimte is hierover te spreken, voelen mensen die ermee worstelen, zich gezien en geaccepteerd. Meer bewustwording van mentale gezondheidsproblemen verkleint het stigma en zorgt voor meer kennis en betere signalering van symptomen die voorheen vaak onvoldoende werden herkend.³⁶

Anderzijds kan meer bewustwording ook leiden tot overinterpretatie en *self-fulfilling prophecy*, oftewel het interpreteren (en melden) van mildere vormen van stress als mentale gezondheidsproblemen en daar ook naar gaan leven.³⁷ Taalgebruik in de media en laagdrempelig gebruik van woorden als trauma, depressie, autisme en ADHD door *influencers* op sociale media, dragen hieraan bij. Mensen worden zich bewuster van gevoelens en plakken zichzelf en elkaar gemakkelijker een label op (zie het tekstkader hierna).³⁸

De prevalentie-inflatiehypothese

De prevalentie-inflatiehypothese stelt dat de toenemende bewustwording van mentale problemen kan leiden tot een overinterpretatie, waardoor jongeren vaker mentale problemen rapporteren.³⁹ Ook wordt gewezen op het fenomeen 'co-rumineren', het excessief bespreken van zorgen en problemen en negatieve emoties, in het bijzonder bij meisjes. Co-rumineren kan eraan bijdragen dat mentale klachten van elkaar worden 'overgenomen'.⁴⁰

Medicalisering

De focus op mentaal welzijn en de verlaagde drempel om erover te praten als het niet zo goed gaat, hebben de taal en de blik van de geestelijke gezondheidszorg meer de samenleving ingetrokken. Dit wordt psychologisering genoemd, waarbij het psychologisch discours de woorden, maar vooral ook de blik bepaalt waarmee mensen naar zichzelf, de ander en de wereld kijken. Mensen gebruiken hierdoor

³⁴ Zie Wienen, 2025; Inspectie van het Onderwijs, 2023, 2024. In 2025 stelt de inspectie dat welbevinden het leren bevordert, maar dat omgekeerd ook geldt dat een goede les bijdraagt aan welbevinden, Inspectie van het Onderwijs, 2025a.

³⁵ Wienen, 2023.

³⁶ Kleinjan, 2024.

³⁷ Ibid.

³⁸ Inspectie der Rijksfinanciën, 2025.

³⁹ Ibid; Van Dam, 2024.

⁴⁰ Inspectie der Rijksfinanciën, 2025; Vuijk & Weerheijm, 2022.

vaker de woorden én de logica van de psychologie om problemen te definiëren en oplossingen te vinden.

Die oplossingen vragen vaak de inzet van een professional uit de geestelijke gezondheidszorg.⁴¹ Dit wordt ook wel aangeduid als medicalisering, een sterk medische blik op welzijn (en welzijnsklachten), namelijk: “elk proces dat (normaal) menselijk gedrag definieert in termen van een medische aandoening, waardoor het onderwerp wordt van medische zorg, diagnose, preventie of behandeling”.⁴²

De Raad voor de Volksgezondheid en Samenleving (RVS) wijst in dit verband op de medicalisering van levensfasen: verschijnselen die te maken hebben met een bepaalde levensfase, worden volgens de RVS automatisch geduid als een individueel medisch probleem, waarvoor de oplossing ligt bij een zorgprofessional.⁴³ De kernopdracht van de geestelijke gezondheidszorg lijkt hierdoor de afgelopen decennia te zijn opgerekt van het behandelen van psychische ziektes naar het bevorderen van mentaal welzijn.⁴⁴ Diverse psychiaters menen dat het ‘normale lijden’, zoals verdriet, jaloezie, agressie en verwardheid, niet meer geaccepteerd wordt. Dit is volgens hen een belangrijke reden voor medicalisering. Om lijden te legitimeren en te rechtvaardigen voor jezelf en voor anderen, biedt een medische term uitkomst.⁴⁵ Geestelijke gezondheidszorg wordt zo steeds meer gezien als hét middel om mentaal welzijn te bereiken.⁴⁶

Medicalisering van het kinderleven

De toenemende medicalisering van de samenleving werkt door in het kinderleven. Dit wordt psychopathologisering genoemd: de toenemende invloed van psychiatrische perspectieven op opvoeding en onderwijs. Dit werkt door in de benadering van opvoedingsproblemen en de rol van ouders en de relatie tussen gezin en school. De medische professie krijgt steeds meer een plek in de domeinen van opvoeding en onderwijs.⁴⁷

2.2 Nadruk op monitoring, preventie en interventie in beleid

De beleidsreactie op het afnemend welzijn is voornamelijk gestoeld op de individueel-diagnostische blik en kenmerkt zich door signalering, monitoring, preventie en interventie. De nadruk op preventie en vroegtijdige interventies is bedoeld om te voorkomen dat problemen escaleren, maar ook om de toestroom in de zorg te verminderen, waardoor deze beschikbaar blijft voor wie dat het meest nodig heeft.⁴⁸

Kabinetsbrede aanpak ‘Mentale gezondheid: van ons allemaal’

In de kabinetsbrede aanpak ‘Mentale gezondheid: van ons allemaal’, gelanceerd in juni 2022, werken veel partijen samen om het welzijn van jongeren te verbeteren.⁴⁹ De aanpak beoogt een brede maatschappelijke beweging voor een mentaal gezond

⁴¹ Wienen, 2023.

⁴² Denys, 2020.

⁴³ Raad voor Volksgezondheid en Samenleving, 2017.

⁴⁴ Inspectie der Rijksfinanciën, 2025; Denys, 2020.

⁴⁵ Ibid; De Wachter, 2019.

⁴⁶ Denys, 2020; De Wachter, 2019; zie ook Brinkmann, 2016.

⁴⁷ Bakker, 2024.

⁴⁸ Wienen, 2025; RIVM, 2025. De noodzaak om nadruk te leggen op preventie werd ook beklemtoond tijdens het Landelijk Congres Mentale Gezondheid op 5 juni 2025 vanuit onder andere de Nederlandse ggz.

⁴⁹ Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, 2022; zie ook Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, 2023a, 2023b. De landelijke aanpak ‘Mentale gezondheid: van ons allemaal’ richt zich in de periode 2023-2025 op het versterken van de mentale gezondheid in Nederland, <https://www.loketgezondleven.nl/gezondheidsthema/mentale-gezondheid/landelijk-beleid-mentale-gezondheid>

Nederland, met een speciale focus op jongeren. Vanuit diverse leefgebieden, zoals onderwijs, buurt en online, wordt ingezet op preventie en het bespreekbaar en zichtbaar maken van het belang van mentaal gezond zijn en blijven.⁵⁰ De aanpak loopt langs vijf lijnen: een mentaal gezonde maatschappij, een mentaal gezonde buurt, mentaal gezond onderwijs, mentaal gezond aan het werk en mentaal gezond online.

Beleidsaanpak mentale gezondheid in onderwijs

Mede vanuit de kabinetsbrede aanpak wordt ook het onderwijs aangesproken iets aan de welzijnsproblematiek te doen. School en opleiding worden daarbij deels gezien als plekken waar stress en (prestatie)druk lijken te ontstaan, bijvoorbeeld rondom toetsing⁵¹, maar ook als belangrijke plekken om bij te dragen aan de kracht en weerbaarheid van kinderen en jonge mensen door hen te leren omgaan met negatieve prikkels en ontwikkelingen.⁵²

In het programma Welbevinden op School en met de aanpak Gezonde School werken het primair en voortgezet onderwijs en het middelbaar beroepsonderwijs integraal aan de mentale gezondheid van leerlingen en studenten.⁵³ In het beleid voor primair en voortgezet onderwijs is er daarnaast aandacht voor het sociaal-emotionele welzijn van leerlingen en (het verlagen van) toetsdruk. Het ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap ontwikkelt samen met het veld een handreiking met uitgangspunten om toetsdruk te verminderen.⁵⁴ Ook heeft het ministerie een subsidieregeling geïnitieerd voor de zogeheten brugfunctionaris: deze probeert de verbinding tussen kind, gezin en sociaal domein te versterken en zo het welbevinden van leerlingen te vergroten.⁵⁵

In het mbo wordt bovendien vanuit de Werkagenda mbo (2023-2027) ingezet op verbetering van het studentenwelzijn. Scholen ontwikkelen daarbij samen met studentenraden beleid om het welzijn van studenten te verbeteren en hen met laagdrempelige voorzieningen te ondersteunen. Ook maken gemeenten en mbo-scholen in de regio afspraken over ondersteuning door externe zorgpartijen aan studenten binnen en buiten de school.⁵⁶

Hogescholen, universiteiten en studentenorganisaties hebben zich gecommitteerd aan een soortgelijke aanpak voor het hoger beroeps- en het wetenschappelijk onderwijs. Zij hebben samen het Landelijk Kader Studentenwelzijn opgesteld. Zowel vanuit het Kader Studentenwelzijn als vanuit de Werkagenda mbo wordt ingezet op het vergroten van de binding van studenten met hun medestudenten, de opleiding en de onderwijsinstelling. Daarnaast zetten de afspraken in op meer aandacht voor preventie in het onderwijs, vergroting van de kennis en kunde van onderwijsprofessionals en verbeterde samenwerking tussen onderwijs en zorg in de regio. Onderwijsinstellingen in het mbo, hbo en wo worden bij de uitvoering van deze ambities ondersteund door het programma Studentenwelzijn (STIJN), gecoördineerd

⁵⁰ De sterke gerichtheid op preventie (en interventie) op het gebied van welzijn komt terug in recenter beleid vanuit de ministeries van Volksgezondheid, Welzijn en Sport en Sociale Zaken en Werkgelegenheid, zie Ministeries van Volksgezondheid, Welzijn en Sport en Sociale Zaken en Werkgelegenheid, 2024; Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, 2025.

⁵¹ Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, 2022; Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, 2024. Zie ook Boer e.a., 2022; Inspectie van het Onderwijs, 2023, 2025a; Verwey-Jonker Instituut, 2024.

⁵² Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, 2024; zie ook Inspectie van het Onderwijs, 2025a.

⁵³ Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, 2024. Vanaf 2026 wordt er in het mbo niet meer gewerkt met het programma Welbevinden op School, maar met het programma Studentenwelzijn (STIJN). Het mbo is nog wel aangesloten bij de Gezonde School-aanpak.

⁵⁴ 'Toetsdruk' is een project van de VO-raad en het Landelijk Actie Komitee Scholieren (LAKS), <https://www.vo-raad.nl/projecten/toetsdruk-een-initiatief-van-laks-en-de-vo-raad>

⁵⁵ Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, 2023b.

⁵⁶ Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, 2024; zie ook Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, 2025b.

door het Trimbos-instituut. Hiermee wordt voortgebouwd op de activiteiten die al zijn geïnitieerd met de middelen van het Nationaal Programma Onderwijs.⁵⁷

In het mbo, hbo en wo is naast aandacht voor (meer) preventie ook ingezet op monitoring van en onderzoek⁵⁸ naar het welbevinden van studenten, met onder andere aandacht voor prestatiedruk.⁵⁹ Verder hebben onderwijsinstellingen de begeleiding van studenten (soms fors) geïntensiveerd. Daarvoor trekken ze veelal ook niet-onderwijzend personeel aan, zoals psychologen en trajectbegeleiders. Deze begeleiding wordt steeds meer integraal en waar nodig worden verbindingen met de zorgsector gezocht.⁶⁰

Wettelijke zorgplicht voor sociale veiligheid op scholen

Naast bovenstaande beleidsaanpakken krijgen instellingen voor middelbaar beroepsonderwijs, hogescholen en universiteiten een wettelijke zorgplicht voor sociale veiligheid.⁶¹ Deze zorgplicht bestaat sinds 2015 al voor het primair, voortgezet en speciaal onderwijs. De instelling moet daartoe een veiligheidsbeleid voeren, een coördinator aanstellen en de veiligheidsbeleving van leerlingen jaarlijks monitoren en de uitkomsten doorgeven aan de Inspectie van het Onderwijs.⁶² Bij de monitoring moeten scholen ook zicht hebben op het welbevinden van hun leerlingen.⁶³ Voor deze monitoring gebruiken scholen diverse instrumenten (zie paragraaf 2.3). Ze mogen zelf kiezen welk instrument van welke aanbieder ze gebruiken, zolang dat aan de wettelijke eisen voldoet. De inspectie heeft afspraken gemaakt met aanbieders van monitoringsinstrumenten.⁶⁴

De Onderwijsinspectie rapporteert jaarlijks in de *Staat van het Onderwijs* over het welzijn (ook wel benoemd als welbevinden) van leerlingen en studenten en de sociale veiligheid op scholen. Sinds 2024 wordt daaraan een apart hoofdstuk gewijd. De inspectie geeft aan dat het voor de bevordering van welbevinden van belang is dat scholen zorgen voor een veilige leeromgeving; de inspectie beschouwt welbevinden als essentieel voor een brede ontwikkeling.⁶⁵ Daarnaast benoemt de inspectie het belang van onderwijs voor welbevinden.⁶⁶

Wetsvoorstel vrij en veilig onderwijs

Om de sociale veiligheid in het Nederlandse onderwijs verder te versterken heeft het ministerie van OCW in juni 2025 het Wetsvoorstel vrij en veilig onderwijs bij de Tweede Kamer ingediend. Met het wetsvoorstel zet OCW in op beter zicht op onveiligheid voor scholen en de Onderwijsinspectie, goede ondersteuning voor slachtoffers en een open en regelmatig gesprek over de veiligheid op school.⁶⁷

57 Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, 2024. In november 2025 heeft het ministerie van OCW aangegeven dat er jaarlijks extra geld wordt vrijgemaakt voor het ondersteuningsprogramma STIJN, zie Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, 2025b.

58 Bijvoorbeeld de Monitor mentale gezondheid en middelengebruik studenten hbo en wo en TestJeLeefstijl.

59 Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, 2023a; zie voor de inzet op preventie ook Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, 2025b.

60 Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, 2023b.

61 Regeerprogramma kabinet-Schoof, 2024.

62 Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, 2016.

63 Inspectie van het Onderwijs, 2025a.

64 Zie voor een overzicht van deze instrumenten: <https://www.onderwijsinspectie.nl/onderwerpen/sociale-veiligheid/instrumenten-monitoring-sociale-veiligheid>. Het meest gebruikt in het primair onderwijs zijn *Vensters PO*, *Zien!* en *Kanjertraining*. In het voortgezet onderwijs zijn dat *Vensters VO* en *Kwaliteitscholen*. In het (v)so is de verscheidenheid groter. Het meest gebruikte instrument komt van Beekveld en Terpstra (22%), Inspectie van het Onderwijs, 2024.

65 Inspectie van het Onderwijs, 2024. In de *Staat van het Onderwijs 2023* stelt de inspectie dat het welzijn van leerlingen essentieel is om tot leren te komen, zie Inspectie van het Onderwijs, 2023.

66 De inspectie stelt in de *Staat van het Onderwijs 2025*: "Welbevinden bevordert het leren. Omgekeerd geldt ook dat een goede les bijdraagt aan welbevinden. Onderwijs met een duidelijk en veilig schoolklimaat, doelgericht werken, een heldere lesopzet, een positieve relatie tussen leraar en leerling, hoge verwachtingen, effectieve feedback en aandacht voor de context waarin leerlingen opgroeien, vergroot het geloof in eigen kunnen. En dat leidt weer tot meer motivatie en welbevinden." Inspectie van het Onderwijs, 2025a, 82.

67 Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, 2025a.

2.3 Welzijn in onderwijs wordt voornamelijk individueel-diagnostisch geduid

De individueel-diagnostische duiding van welzijnsproblemen leidt er in het onderwijs toe dat afnemend welzijn doorgaans benaderd wordt als een mentaal gezondheidsprobleem, waarbij individuele diagnostiek een grote rol speelt. Scholen krijgen steeds meer verantwoordelijkheden rondom het organiseren van zorg, monitoring en interventie. Dit vertaalt zich in een focus op vroegtijdige onderkenning, preventie en sterke ondersteunings- of zorgstructuren⁶⁸ om leerlingen en studenten passend hulp te bieden.⁶⁹

Monitoring door vragenlijsten

Scholen en andere onderwijsinstellingen hebben een zorgplicht.⁷⁰ Op basis van beleid kleuren ze die veelal in door met een individueel-diagnostische blik naar leerlingen en hun welzijn te kijken. Scholen gebruiken hiervoor onder andere zelfrapportage-vragenlijsten, die in taal en blik aansluiten bij een individueel-diagnostische benadering van welzijnsproblematiek (zie het tekstkader hierna). Die blik komt vervolgens terug in gesprekken die leraren, docenten, leerlingen, studenten (en soms ook ouders) onderling en met elkaar in de schoolcontext voeren. Daarmee wordt zowel landelijk onderzoek als de monitoring van welzijn op scholen primair gebaseerd op een individueel-diagnostische duiding van de welzijnsproblematiek.



⁶⁸ De ondersteunings- of zorgstructuur betreft alle voorzieningen die eraan bijdragen dat de leerlingen optimaal profiteren van het ondersteunings- en zorgaanbod binnen de school. Hier hoort ook de procedure bij om zorgleerlingen te signaleren, te diagnosticeren en te behandelen. Deze structuren hebben binnen en buiten het onderwijs de vorm van verwijsketens. Binnen de school vervult de ondersteunings- of zorgcoördinator een spilfunctie.

⁶⁹ Zie onder andere Bakker, 2024; Wienen, 2023.

⁷⁰ Scholen en andere onderwijsinstellingen hebben zowel een zorgplicht voor de sociale veiligheid op hun scholen als een zorgplicht vanuit de Wet passend onderwijs. Dit betekent dat een school alles moet doen dat nodig is om te zorgen dat alle leerlingen zich op school veilig voelen (zorgplicht sociale veiligheid) en dat scholen moeten zorgen dat elk kind een passende plek krijgt, ook als het kind extra begeleiding en ondersteuning nodig heeft (vanuit de zorgplicht passend onderwijs). Deze zorgplichten gelden voor kinderen die al op school zitten en voor kinderen die worden aangemeld. De Inspectie van het Onderwijs ziet toe op beide soorten zorgplicht.

Vragenlijsten over welzijn op school

Scholen in het primair en voortgezet onderwijs kunnen diverse instrumenten gebruiken bij de jaarlijkse monitoring van sociale veiligheid en het welbevinden van leerlingen in het kader van de zorgplicht sociale veiligheid. Deze vragenlijsten zijn vaak onderdeel van het leerlingvolgsysteem voor de sociale en emotionele ontwikkeling van leerlingen.

De vragenlijsten hanteren categorieën als welbevinden, voldoening, betrokkenheid, veiligheidsbeleving, autonomie, inlevingsvermogen, en stellingen als: 'ik vind het fijn dat ik bij mijn juf/meester in de klas zit', 'ik snap wat een ander voelt en kan daarmee omgaan', 'ik voel me ontspannen tijdens een toets', 'ik ben tevreden over mijzelf', 'ik ben zelfverzekerd', 'ik voel me veilig op school'.

Een soortgelijke insteek komt terug in een (leerling- en leerkracht)vragenlijst die scholen gebruiken om het sociaal emotioneel functioneren van leerlingen te volgen. De lijst hanteert categorieën als: veilige leeromgeving, sociaal zelfbeeld, cognitief zelfbeeld, schoolbeleving, en stellingen voor leerlingen als: 'ik ben tevreden over hoe leuk leeftijdgenoten mij vinden', 'ik ben blij met hoe ik het doe op school', 'ik voel me ongelukkig op deze school'. Voorbeelden van stellingen voor leerkrachten over hun leerlingen zijn: 'is snel in tranen', 'maakt zich snel zorgen', 'heeft veel emotionele steun nodig van de leerkracht'.

Ondersteuning individueel en diagnostisch ingestoken

Alle onderwijsinstellingen van primair onderwijs tot universiteit hebben een ondersteunings- of zorgstructuur om leerlingen en studenten met mentale welzijnsklachten te helpen. Het gaat veelal om verwijsketens. Bijna altijd is een leraar of docent het eerste aanspreekpunt, zoals de groepsleerkracht, klassenleraar, mentor of studieloopbaanbegeleider.

Mentale strubbelingen of problemen hebben in de individueel-diagnostische duiding een sterke persoonlijke dimensie: het gaat om het welzijn van een individu. Waar in het voortgezet onderwijs bijvoorbeeld vroeger een klassenmentoraat gangbaar was, is nu de trend ingezet naar een persoonlijke mentor of coach, waardoor er veel meer aandacht is voor de individuele leerling. Goed in je vel zitten wordt benaderd als voorwaarde om op school je talenten te kunnen ontwikkelen.⁷¹

Wanneer de welzijnsklachten ernstiger lijken te zijn, volgt een verwijzing en start een ondersteunings- of zorgketen binnen de school.⁷² De leerling krijgt dan te maken met de zorgcoördinator en met andere professionals die aan de school zijn verbonden. Denk aan de schoolpsycholoog, orthopedagoog of een leraar gespecialiseerd in begeleiding bij faalangst.

Hier lopen mentoren en ondersteuners er tegenaan dat voor hen niet eenvoudig te bepalen is hoe ernstig mentale klachten zijn en of verwijzing voor aanvullende zorg noodzakelijk is. Veel symptomen van psychische aandoeningen zijn immers eigenschappen of gevoelens die iedereen wel eens heeft, zoals somberheid. Er bestaat een continuüm tussen somberheid die iedereen wel eens ervaart en een (zich ontwikkelende) depressie⁷³, wat het lastig kan maken om te bepalen of verwijzing nodig is.

⁷¹ Wienen, 2023.

⁷² Een leerling kan ook zorg krijgen in het zorgaanbod buiten de school. In dat geval is er vaak behoefte aan afstemming met de zorgketen binnen de school.

⁷³ Inspectie der Rijksfinanciën, 2025.

Passend onderwijs verstevigt positie individueel-diagnostische aanpak

De wetgeving rondom Passend onderwijs is gericht op het bieden van individuele extra ondersteuning. Extra ondersteuning suggereert een open categorie, maar verwijst impliciet naar leerlingen met een (tijdelijke of blijvende) beperking (fysiek of mentaal) of hoogbegaafdheid. Dit blijkt bijvoorbeeld uit het feit dat middelen vanuit Passend onderwijs voor extra ondersteuning formeel niet kunnen worden ingezet voor leerlingen met onderwijsachterstanden in het algemeen.⁷⁴ In de praktijk nodigen de omschrijving 'extra ondersteuning' en het decentrale beleid van Passend onderwijs echter uit tot een ruimere definitie. Zo gaan leerlingen met onderwijsachterstanden of psychosociale problemen toch deel uitmaken van de doelgroep.⁷⁵ Extra begeleiding is daarmee niet voorbehouden aan leerlingen met een beperking of hoogbegaafdheid. Er zijn uiteenlopende redenen waarom leerlingen extra begeleiding kunnen ontvangen. Bijvoorbeeld omdat ze vanwege ongunstige omstandigheden thuis een leerachterstand hebben opgelopen, psychosociale problemen hebben, moeite hebben met een bepaald vak of juist een leervoor sprong hebben doordat ze makkelijk leren of hoogbegaafd zijn.⁷⁶

Met de komst van Passend onderwijs zijn de zorg- en ondersteuningsstructuren van scholen versterkt en uitgebreid. Door de brede opvatting van de doelgroep (niet alleen leerlingen met een 'stoornis of handicap' maar alle leerlingen met een hulpvraag) zijn de insteek van Passend onderwijs en de bijbehorende individuele zorg- en ondersteuningsaanpak voor veel meer leerlingen leidend geworden. Dit resulteerde in een groeiend zorgaanbod en toegenomen zorgvraag.

Ook buiten het onderwijs loopt het gebruik van zorg (jeugdzorg en ggz) op. Dit brengt met zich mee dat bijvoorbeeld mentoren en zorgcoördinatoren vaker contact hebben te onderhouden met de jeugdzorgverleners van de betrokken leerlingen.

Zorg- en ondersteuningsketens leiden weg van reguliere schoolcontext en hebben aanzuigende werking

Ketens van zorg en ondersteuning zijn vaak gericht op individuen en definiëren problemen primair vanuit de individueel-diagnostische duiding. De reguliere context van de school raakt verderop in de keten steeds meer buiten beeld. Oplossingen vragen van het onderwijs veel aandacht voor individuele leerlingen en hun specifieke aanpakken. Dat verhoudt zich niet vanzelfsprekend goed met onderwijs, waar juist een groepsgerichte aanpak leidend is. Die groepsgerichte aanpak wordt bemoeilijkt wanneer bijvoorbeeld leerlingen tijdens de les uit de klas worden gehaald om met iemand uit de ondersteuningsstructuur te praten, of wanneer leerlingen in de klas specifieke individuele aandacht vragen van de leraar. De collectieve benadering van onderwijs, waarin een klas meer is dan een groep individuen met elk een eigen aanpak, kan daardoor in het geding komen.⁷⁷

Zorgketens hebben een aanzuigende werking.⁷⁸ Als er zorgaanbod op school aanwezig is, lokt dat vraag naar zorg uit. Als er een schoolpsycholoog in de school is, verlaagt dat de drempel om een leerling daarheen te sturen. Ook is het vaak lastig de aangeboden zorg en ondersteuning af te bakenen en te bepalen waar de verantwoordelijkheid van de school stopt. Het blijkt ingewikkeld de inzet van een mentor of schoolpsycholoog te begrenzen of te bepalen wanneer de zorg beter binnen of buiten de school kan plaatsvinden.

⁷⁴ Onderwijsraad, 2020.

⁷⁵ Ledoux, Waslander & Eimers, 2020.

⁷⁶ Onderwijsraad, 2020.

⁷⁷ Wienen, 2023.

⁷⁸ Wienen & Doornbos, 2024.

Ondersteunings- en zorgaanbod op school kan schuren met school als onderwijsinstelling

Welzijnsproblemen van leerlingen en studenten zijn regelmatig verbonden met problemen in de thuissituatie. Armoede, echtscheiding van ouders, werkloosheid, ziekte of stress in het gezin zijn belangrijke factoren in het (verminderde) welzijn van jongeren.⁷⁹ De grens tussen wat thuishoort in de privésfeer, in het sociaal domein (bijvoorbeeld bij de gemeente) en in de school, is diffuus. Jongeren brengen veel tijd op school door en kunnen daar goed met elkaar vergeleken worden. Dat maakt school een logische plek om te signaleren en interventies te plegen.⁸⁰

Op school is het bovendien vaak makkelijk contact te maken met jongeren. Er werken professionals die dikwijls al een vertrouwensband hebben met de leerling of student. Daardoor is de school snel in beeld als plek waar ondersteuning en zorg ook deels vorm kunnen krijgen. Veel welzijnsproblemen hebben daarnaast een directe uitwerking op het onderwijs, zoals schoolverzuim⁸¹ en concentratieproblemen, en zijn sterk verweven met zorg- en sociale problematiek (zoals armoede en stress). Dit maakt dat de school een plek biedt om zulke welzijnsproblemen integraal te benaderen.

Dit zet echter ook druk op het onderwijs. Niet alleen doordat ondersteunings- of zorgketens een beroep doen op de tijd van leraren, maar ook doordat hen gevraagd wordt met een individueel-diagnostische blik naar hun leerlingen te kijken. Die blik kan schuren met de pedagogische blik van leraren, die meer gericht is op het functioneren van leerlingen in de context van de klas. Scholen ervaren in toenemende mate dat zij verantwoordelijk worden gehouden voor het individueel welbevinden van hun leerlingen en studenten, wat een grote druk op de school legt. Schoolleiders die overwegen het onderwijs te verlaten⁸², geven aan vaker sterke werkstress te hebben, mede omdat ze verantwoordelijk worden gehouden voor het sociaal en emotioneel welbevinden van hun leerlingen.⁸³

Meer zorg niet altijd oplossing

Momenteel worden zorgen geuit over het groeiend aantal jongeren dat een beroep doet op ggz en jeugdzorg, met als gevolg wachtlijsten en ontoereikende zorg voor wie die hulp het meest nodig heeft.⁸⁴

Het is daarbij de vraag of meer geestelijke gezondheidszorg (zowel in als buiten de school) het afnemend welzijn van jongeren gaat keren. In dit kader wordt gewezen op de 'behandel-prevalentie-paradox': meer behandelingen leiden niet tot minder psychische problemen.⁸⁵ Er wordt gesteld dat we ons moeten afvragen of jongeren altijd behandeling behoeven of dat we hen beter op andere manieren kunnen ondersteunen.⁸⁶ Deze vraag is in een iets andere vorm ook relevant voor het onderwijs. Hoe kunnen scholen leerlingen met een hulpvraag het best ondersteunen? Is dat in een individueel hulptraject of is er (ook) iets anders nodig?

⁷⁹ Zie ook Onderwijsraad, 2025.

⁸⁰ Wienen, 2023.

⁸¹ Uit gesprekken op scholen voor voortgezet onderwijs bleek een grote toename van het geoorloofd verzuim (verzuim met een geldige reden, bijvoorbeeld vanwege ziekte of bijwonen van een begrafenis) rondom toetsen en toetsweken. Ouders melden dan vaak hun kind ziek vanwege stressklachten.

⁸² Een kwart van de Nederlandse schoolleiders in het primair onderwijs en een op de vijf in het voortgezet onderwijs overwegen om in de komende vijf jaar het onderwijs te verlaten.

⁸³ Buisman e.a., 2025.

⁸⁴ Wienen, 2025; Inspectie der Rijksfinanciën, 2025; RIVM, 2025. Ook de Vereniging Nederlandse Gemeenten wijst hierop (<https://vng.nl/nieuws/stand-van-de-jeugdzorg-2024-rapport-vol-aandachtspunten>). Net als Jeugdzorg Nederland (*Het Financieele Dagblad*, 6 mei 2025) en de Nederlandse ggz op het Landelijk Congres Mentale gezondheid op 5 juni 2025.

⁸⁵ Van Dam, 2024.

⁸⁶ <https://www.uva.nl/content/nieuws/persberichten/2024/10/mentale-gezondheid-van-jongeren-gaat-niet-achteruit.html?cb>

Veel scholen stellen zich deze vragen en zetten schoolpsychologen in om bijvoorbeeld de groepsdynamiek in klassen te verbeteren en leraren daarin bij te staan. Ook leveren schoolpsychologen een bijdrage aan het beleid van de school gericht op welzijn. De zorg die ze leveren, is daarmee niet enkel gericht op het individu, maar ook op de groep en de school als geheel.

2.4 Andere duidingen van welzijnsproblematiek

De Onderwijsraad stelt dat er meer benaderingen mogelijk zijn om het afnemend welzijn van jongeren te duiden. Naast de individueel-diagnostische kijk, waarbij afnemend welzijn als individueel mentaal gezondheidsprobleem wordt benaderd, zijn in de literatuur ook andere duidingen te vinden. Deze krijgen in het onderwijs minder aandacht, terwijl ze relevante aangrijpingspunten kunnen bieden voor de omgang met (afnemend) welzijn in het onderwijs.

Individueel-diagnostische duiding volstaat niet

De individueel-diagnostische duiding van het afnemend welzijn van jongeren lijkt min of meer stilzwijgend dominant geworden in het onderwijs. Als uiteenlopende gevoelens van ongemak als mentaal gezondheidsprobleem worden geduid, bestaat de kans dat dit de enige manier wordt om over zulke gevoelens te spreken en ook jongeren hun gevoelens van ongemak enkel op die manier begrijpen en verwoorden. Zo dreigt een vicieuze cirkel, waarin veel vraag naar zorg ontstaat. De raad acht het daarom belangrijk ook ruimte te geven aan andere duidingen van de welzijnsproblematiek, die elk weer andere aangrijpingspunten bieden voor de bijdrage van onderwijs aan het welzijn van jongeren.

In de literatuur wordt welzijnsproblematiek ook gezien in relatie tot de menselijke behoefte aan zingeving en vanuit het idee dat de samenleving ziekmakend is en verandering behoeft. De Onderwijsraad heeft het gedachtegoed van een aantal auteurs hierover samengebracht in twee duidingen die de raad omschrijft als de zingevingsduiding en maatschappelijke duiding.

Zingevingsduiding van afnemend welzijn

In deze duiding wordt welzijnsproblematiek gekoppeld aan de behoefte aan zingeving van mensen. Het ontbreken van welzijn wordt in verband gebracht met een fundamentele menselijke kwestie, namelijk de zoektocht naar betekenis en de zin van en in het leven.

Zoeken naar betekenis of zin is een belangrijke menselijke behoefte. Wanneer mensen geen passend antwoord vinden op hun vragen naar de zin en betekenis van het bestaan, kan dit volgens psychiater Frankl leiden tot lichamelijke, psychische en existentiële problemen.⁸⁷ Hij stelt dat de betekenis van het leven op drie manieren ontdekt kan worden: (1) door een werk te creëren of een daad te verrichten; (2) door iets te ervaren, iemand te ontmoeten of voor iemand te zorgen; en (3) door de houding die mensen aannemen ten opzichte van onvermijdelijk lijden.⁸⁸

⁸⁷ Zie onder andere Frankl, 2000, 2004, 2006, 2014. Zie voor een overzicht: Bushkin, Van Niekerk & Stroud, 2021 en <https://sites.google.com/viktorfrankl.nl/viktorfrankl/home>

⁸⁸ Frankl, 2006.

De laatste twee manieren zijn ook terug te vinden in het werk van psychiater De Wachter.⁸⁹ Streven naar geluk lijkt in zijn optiek momenteel de meest primaire levensbehoefte te zijn, met alle psychische druk, desillusies en stress van dien. Volgens De Wachter is dit een vergissing en draait het in het leven om betekenisvolle relaties. Om relaties met mensen die er ook in moeilijke tijden voor je zijn. Om mensen die betekenis geven aan je leven. Wanneer je kunt vertrouwen op hulp van mensen uit je omgeving, zal je veerkracht groter zijn in moeilijke tijden, aldus De Wachter. En omgekeerd: zorgen voor de ander geeft een tevreden gevoel en verdiept relaties.⁹⁰

Zingeving is nu vooral toegespitst op individu

Ook in het werk van klinisch psycholoog en psychoanalyticus Verhaeghe spelen zingeving en verbinding een rol.⁹¹ Hij stelt dat er tot een paar generaties terug geen gebrek was aan zingeving. De meerderheid groeide op met de Bijbel en kreeg daaruit de traditionele antwoorden op existentiële vragen. In de laatste decennia van de twintigste eeuw namen veel mensen afstand van godsdienst als maatschappelijk instituut. Zij ervoeren dat ze daarmee ook de traditionele zingeving kwijt waren. Zingeving kwam meer in een individueel licht te staan, waar het voorheen was ingebed in collectieve tradities en instituties. De golf van individualisering spoorde vervolgens aan om zelf op zoek te gaan naar zingeving: ga na wat jij verlangt, hoe jij je leven vorm wilt geven. Volgens Verhaeghe wordt daarmee over het hoofd gezien dat zingeving altijd op een collectieve traditie berust. Het idee van maakbaarheid is in zijn optiek verschoven naar verplichte zelfrealisatie, toegespitst op het individu: je kunt, dus moet je het maken; succes is alleen je eigen verdienste, net als mislukking je eigen schuld is.⁹²

Ook filosoof en medisch ethicus De Bree ziet relaties tussen het wegvallen van zekerheden, toenemende individualisering en de zoektocht naar betekenis en maakt daarbij de koppeling naar het verslechterde mentale welzijn van jongeren.⁹³ Hij geeft aan dat het voor de huidige generatie twintigers een complexe tijd is, met meer prikkels, meer keuzes, maar ook minder zekerheden, geen kompas om op te varen en meer vrees je vast te leggen. Het leven moet voor deze generatie 'authentiek', 'echt' zijn. Wat dat in de praktijk inhoudt, is uiteindelijk aan diegene zelf. Complicerend hierbij noemt De Bree dat de huidige generatie jongeren geen externe autoriteit kent, zij zijn zelf verantwoordelijk voor het maken van hun keuzes. Die verantwoordelijkheid brengt met zich mee dat jongeren 'alles' aan zichzelf te danken hebben. Zowel succes als falen komt op het eigen conto. Dat veroorzaakt veel druk en maakt dat mentale problemen (zoals een burn-out) existentiële problemen worden: falen in je studie of op je werk betekent ook falen als mens.⁹⁴

Zingeving vraagt om lege tijd

De Raad voor Volksgezondheid en Samenleving (RVS) constateert dat er in de huidige samenleving een eenzijdige focus ligt op zogeheten productieve tijd in een zelfsturende prestatiesamenleving. Dit zet de mentale volksgezondheid onder druk. De RVS pleit daarom voor meer lege tijd ('lummeltijd') en stelt dat tijd voor vertraging, verveling en reflectie ons veel kan brengen. Deze hoeft niet ingevuld te worden met productieve tijd. Het gaat om het nietsdoen. Tijd waarin niets hoeft, op het werk, op school en in de vrije tijd. De lege tijd vult zich soms met momenten

⁸⁹ De Wachter, 2019, 2022.

⁹⁰ De Wachter, 2019.

⁹¹ Verhaeghe, 2024.

⁹² Ibid; zie ook Kuiper, 2025.

⁹³ De Bree, 2024; *De Ongelooflijke Podcast* over de relevantie van het geloof in een steeds ongeloviger Nederland. Aflevering 212. De impact van 'de dood van God' op onze samenleving en met name jongeren (met Menno de Bree en Stefan Paas); zie ook: Polak, 2025; Bertram-Troost & Van Putten, 2025.

⁹⁴ De Bree, 2024.

van creativiteit, inspiratie of zingeving, maar dat is niet het doel. Ook jongeren moet volgens de RVS meer lege tijd gegund worden: tijd om zich eens goed te vervelen. Want uit lege tijd kunnen mooie dingen ontstaan, zoals creativiteit en vervulde tijd. Het geeft ruimte voor onder meer bezinning en contact.⁹⁵

Maatschappelijke duiding van afnemend welzijn

Deze duiding legt de oorzaak van welzijnsproblemen bij de samenleving. Aan de ene kant door te laten zien hoe maatschappelijke ontwikkelingen mensen ziek kunnen maken. Aan de andere kant door te bepleiten dat er dus (ook) aan de kant van de samenleving iets moet gebeuren en niet alleen in de ondersteuning van individuen.⁹⁶ Hier speelt de steeds meer geïndividualiseerde (prestatie)samenleving mee, die een grote druk legt op individuen, zonder gemeenschappelijke kaders te bieden. In dat opzicht is de maatschappelijke duiding verbonden met aspecten van de zingevingsduiding.

Volgens filosoof en cultuurtheoreticus Han gaat het in de huidige maatschappij niet langer om 'wat zou moeten', maar om 'wat kan'. Die ongelimiteerde vrijheid biedt geen enkele beperking en is daarmee oneindig veel meer onderwerpend en verplichtend. Mentale problemen zoals depressie en burn-out zijn in de ogen van Han uitingen van deze crisis in de vrijheid.⁹⁷ Psycholoog en onderwijswetenschapper Wienen stelt dat in plaats van 'je moet!' nu 'je kunt!' het adagium geworden is. In deze samenleving ben je als jongere zelf verantwoordelijk voor het kunnen. Je kunt alles worden wat je wilt, als je maar gemotiveerd bent om alles uit het leven te halen wat erin zit. Hier ligt volgens Wienen een belangrijke bron van prestatiedruk. 'Kunnen' wordt zo alsnog 'moeten'. Hij typeert dit als 'het kind als knecht van zichzelf'.⁹⁸

Jongeren in de knel in een prestatiegerichte maatschappij

De huidige situatie van grote keuzevrijheid, weggefallen normatieve kaders en een norm van individuele autonomie, zelfredzaamheid en eigen verantwoordelijkheid voor prestaties en geluk ('verdiend levensgeluk') speelt zich af in een prestatiegerichte maatschappij (zie ook het tekstkader hierna). Dit doet een flinke schep boven op de onzekerheden die horen bij de levensfase van jongeren.⁹⁹ Daarbij ervaren jongeren allerlei obstakels in het onderwijs en de maatschappij. Een belangrijk obstakel is het gevoel van onbehagen bij maatschappelijke ontwikkelingen zoals klimaatverandering, beschikbare en betaalbare woningen, hoge financiële lasten en toenemende polarisatie en oorlogen. Gecombineerd met de ervaring van overbelasting (veel jongeren voelen zich overspoeld door hoge eisen, verwachtingen en verantwoordelijkheden) heeft dat een weerslag op de persoonlijke zekerheid en het welbevinden van jongeren.¹⁰⁰

⁹⁵ Raad voor Volksgezondheid en Samenleving, 2025.

⁹⁶ Fisher, 2014; zie ook Raad voor Volksgezondheid en Samenleving, 2025; Sociaal en Cultureel Planbureau, 2025a.

⁹⁷ Han, 2017.

⁹⁸ Wienen, 2023.

⁹⁹ Dopmeijer, Scheeren, Van Baar & Bremer, 2023; Buck, Kamphuis & Floris, 2025; Bertram-Troost & Van Putten, 2025; Kuiper, 2025; zie ook Raad voor Volksgezondheid en Samenleving, 2025; Sociaal en Cultureel Planbureau, 2025a, 2025b.

¹⁰⁰ Dopmeijer e.a., 2023; Bertram-Troost & Van Putten, 2025; Hogeschool Rotterdam, 2025. In deze publicaties gaat het om studenten uit het hoger onderwijs, maar dezelfde constatering komen terug bij jongeren in het mbo en in het voortgezet en basisonderwijs. Zie hiervoor onder andere: Inspectie van het Onderwijs, 2023; Trimbos-instituut e.a., 2024; Kleinjan, 2024; Stevens e.a., 2023. Zie ook Sociaal en Cultureel Planbureau, 2025b.

Hypernerveuze samenleving zet welzijn onder druk

In het advies *Op de rem! Voorbij de hypernerveuze samenleving* constateert de Raad voor Volksgezondheid en Samenleving (RVS) dat in Nederland de mentale gezondheid onder druk staat. De RVS stelt dat de oorzaken van deze druk vaak buiten individuen liggen en dat daarmee ook de oplossingen deels buiten de mensen zelf liggen. De RVS pleit er dan ook voor om de mentale volksgezondheid te verbeteren en adviseert een sociaal-culturele verandering, waarbij de hypernerveuze samenleving tot rust wordt gebracht en een meer ontspannen samenleving ontstaat.

De RVS identificeert in het advies drie maatschappelijke ontwikkelingen die bijdragen aan de hypernerveuze samenleving en daarmee aan de druk op de mentale volksgezondheid.

Geïnstitutioniseerd individualisme: dit betekent dat instituties zich richten op het individu en dat individuele waarden centraal staan bij beleid en uitvoering. Zo'n sterke, enkelvoudige nadruk legt veel druk op individuen, zeker in combinatie met prestatiedruk.

De zelfsturende prestatiesamenleving: hier is alles gericht op het behalen van (onhaalbare) prestaties en hebben mensen zich de drang eigen gemaakt om het uiterste uit zichzelf te halen.

Belemmerende versnelling: dit staat voor het verschijnsel dat het tempo in de samenleving alsmaar toeneemt, wat niet leidt tot vooruitgang, maar die juist belemmert.¹⁰¹

Maatschappelijke problematiek wordt bij individu neergelegd

Het groeiende zorgaanbod en preventief, zorggericht onderwijs, zoals lessen in *life skills* (zie het tekstkader hieronder), getuigen volgens psycholoog Madsen van een ideologie waarin jongeren individueel verantwoordelijk worden gehouden voor hun mentale gezondheid en uitkomsten in het leven.¹⁰² Waar maatschappelijke problematiek in de context van het individu zou moeten worden opgelost door de politiek, wordt de verantwoordelijkheid voor de omgang met de gevolgen van deze maatschappelijke problematiek nu neergelegd bij jongeren, ook in het onderwijs, aldus Madsen.¹⁰³ Dit versterkt de huidige duiding van welzijn als individueel gezondheidsprobleem in plaats van een duiding als maatschappelijk probleem.

Onderwijs op therapeutische leest

Scholen bieden steeds meer lessen specifiek gericht op de omgang met mentale uitdagingen. Denk aan een les over hoe je met elkaar kunt praten over gevoelens of emoties; een les over hoe je met tegenslagen kunt omgaan; een lessenreeks mentale gymnastiek; aandacht voor *mindfulness* of een coachingsgroep waarin levensvaardigheden centraal staan.

Madsen bekritiseert deze trend. Hij signaleert dat veel scholen *life skills* aanleren, zodat jongeren geen angst, depressie en dergelijke zullen ontwikkelen. Over de hele wereld overwegen overheden dergelijk onderwijs in te zetten tegen het afnemende mentaal welzijn. Madsen vraagt zich echter af of het de rol van publieke instituten zoals scholen is om *how to handle life* te onderwijzen.¹⁰⁴

¹⁰¹ Raad voor Volksgezondheid en Samenleving, 2025.

¹⁰² Zie ook Buck e.a., 2025.

¹⁰³ Madsen, 2023; zie ook Van Putten & Van der Zee, 2025; Sociaal en Cultureel Planbureau, 2025a.

¹⁰⁴ Madsen, 2023.

2.5 Breder perspectief op welzijnsproblematiek in onderwijs nodig

De raad constateert dat het onderwijs vooral vanuit één benadering wordt bevraagd in de omgang met de welzijnsproblemen van jongeren. Wanneer de welzijnsproblematiek ook op een andere manier begrepen kan worden, komen naast de huidige aanpak andere mogelijkheden in beeld waarin het onderwijs betekenisvol kan zijn.

Breder perspectief brengt andere mogelijkheden in beeld van onderwijs voor welzijn

Er wordt veel van scholen gevraagd in termen van monitoring, preventie en zorg- of ondersteuningsaanbod waarin het individueel-diagnostische perspectief voorop staat. Onderwijs heeft uiteraard een rol te spelen in de zorg voor leerlingen, maar de expertise van het onderwijs is een andere dan de expertise van de zorg. Als het onderwijs primair wordt aangesproken in termen van zorg voor individuele leerlingen, raakt uit beeld wat onderwijs daarnaast kan bieden voor het welzijn van jongeren. Daarbij valt op dat in de huidige aanpak welzijn steeds meer als *voorwaarde* wordt gezien om deel te kunnen nemen aan onderwijs. Welzijn van leerlingen en studenten kan echter ook een *gevolg* zijn van het volgen van onderwijs.

Door de nadruk op individuele diagnostiek en zorg raken andere invalshoeken op de achtergrond. Vragen naar zingeving en het maatschappelijke perspectief komen weinig in beeld. Het onderwijs zou de welzijnsproblemen van een leerling of een student niet uitsluitend in individueel-diagnostische termen moeten kunnen begrijpen, maar ook als vragen naar zin, zingeving en zinfinding of als gevolgen van maatschappelijke ontwikkelingen zoals individualisering en toenemende prestatiedruk. Dit verbreedt het perspectief op de bijdrage die onderwijs kan bieden aan het welzijn van jongeren.

Het volgen van onderwijs kan in zichzelf al iets bieden voor het welzijn van leerlingen en studenten. Zij kunnen zich goed voelen door te leren en iets te kunnen, door samen te werken met klasgenoten, door relaties met leraren en klasgenoten en door betekenisvolle ervaringen in een veilige schoolcultuur. Welzijn wordt gevoed in de dagelijkse praktijk van leren, samenleven en betekenisgeving in de school. Dat vraagt om gesprekken waarin welzijn niet alleen aan de orde komt bij zorgen of signalen, maar juist ook in relatie tot de ervaringen die leerlingen opdoen, hun ontwikkeling en de betekenis die zij daaraan geven. En het vraagt om erkenning van onderwijs als een domein dat zelf kan bijdragen aan kracht en betekenis en zo een positieve en beschermende rol kan vervullen in het welzijn van leerlingen. In hoofdstuk 3 werkt de raad dit op hoofdlijnen uit.



conclusie

Onderwijs heeft veel te bieden voor welzijn

Door een breder perspectief te hanteren op afnemend welzijn, ontstaat meer ruimte voor het onderwijs om bij te dragen aan welzijn.

Onderwijs kan in zichzelf een betekenisvolle bijdrage leveren aan het welzijn van jongeren.

Het biedt ook ruimte voor zingeving en voor bescherming tegen maatschappelijke druk.

Onderwijs heeft in zichzelf mogelijkheden om het welzijn van jongeren te ondersteunen en te bevorderen. Het is de plek waar ze dagelijks andere jongeren en leraren ontmoeten, samen nieuwe dingen leren, buiten de huiselijke invloedssfeer de samenleving en wereld beter leren kennen en kennis en vaardigheden opdoen voor hun werkende leven. Onderwijs biedt ook ruimte voor zingeving en biedt bescherming tegen maatschappelijke druk. Deze brede benadering van welzijn past het onderwijs goed.

3.1 **Onderwijs heeft zelf iets te betekenen voor welzijn jongeren**

Onderwijs kan op allerlei manieren bijdragen aan het welzijn van jongeren. Niet alleen door vroegtijdige herkenning en preventie, maar ook door aandacht te hebben voor de mogelijkheden die onderwijs inherent biedt om leerlingen en studenten te helpen de wereld en de mensen om hen heen beter te begrijpen, te ontdekken wat voor hen zelf belangrijk is en hoe ze zich tot die wereld willen en kunnen verhouden.

Welzijn kan een belangrijke opbrengst zijn van onderwijs

Onderwijs biedt leerlingen en studenten volop gelegenheid de aandacht op zaken buiten zichzelf te richten, in plaats van dat die aandacht voortdurend naar binnen gaat. Ze kunnen op school aan de slag, geboeid raken door een vak of onderwerp of activiteit en daarin ook succes ervaren. Voorwaarde is wel dat er op school een onderwijscultuur heerst die dit mogelijk maakt. Die niet enkel hamert op opbrengsten en prestaties, maar ruimte geeft om zinvol bezig te zijn. In essentie gaat het om onderwijs waarbij leerlingen en studenten zich in goede zin kunnen verliezen of even hun zorgen en gevoelens kunnen vergeten, omdat ze met iets bezig zijn.

Goed onderwijs kan leerlingen en studenten helpen de wereld en de mensen om hen heen beter te begrijpen, te ontdekken wat voor hen zelf belangrijk is en hoe ze zich tot die wereld willen en kunnen verhouden. Het kan leerlingen en studenten toerusten voor hun persoonlijk en maatschappelijk leven, het kan oriëntatie bieden op wat van waarde is, leerlingen en studenten ondersteunen op hun weg naar volwassenheid en hen toerusten om een zeker bestaan op te bouwen. Dit vergt een curriculum met voldoende ruimte om te werken aan deze toerusting.

Zo kan een les over het Nederlandse koloniale verleden bij het vak geschiedenis, of een les over inkomensverschillen bij het vak economie, leerlingen inzicht geven in het verleden en hoe dat doorwerkt in de huidige samenleving, in inkomensverschillen en hoe dat uitpakt tussen verschillende groepen in de samenleving. Het daagt hen ook uit te bepalen hoe zij zich daartoe (willen) verhouden en wat het voor hen betekent. Onderwijs kan leerlingen en studenten zo een ander perspectief bieden op de wereld en hen in aanraking brengen met zaken die ze niet eerder zijn tegengekomen. Ook andere leergebieden bieden zulke mogelijkheden, net als stages, excursies, museumbezoek enzovoorts.

Onderwijs kan een weg naar buiten bieden

Onderwijs draait niet alleen om presteren. Het kan leerlingen en studenten de mogelijkheden en structuur bieden om zich ergens in te verdiepen, aan de slag te gaan met een taak of project, mee te doen aan een activiteit, ergens door geboeid te raken en daarin zin te ontdekken en ervaren. Onderwijs kan daarmee een 'weg naar buiten' bieden¹⁰⁵, waar de individueel-diagnostische aanpak veelal

een 'weg naar binnen' bewandelt. Een zekere mate van rust en regelmaat kunnen daarbij helpen. Een rooster of heldere opzet van de lespraktijk op school geeft die structuur en stabiliteit concreet vorm.

Onderwijs als collectief proces

Wanneer groepen leerlingen of studenten samen leren, werken, spelen, sporten, spreken, vieren, creatief bezig zijn, kunnen ze collectiviteit en 'sociaal zijn' ervaren en beleven. Dit vraagt een benadering van onderwijs als ontmoetingsplek en als gids voor het overdragen van een breder samenlevingsidee, meer dan dat sociaal gedrag enkel gedoceerd wordt als norm, bijvoorbeeld in reactie op de neiging andere leerlingen en studenten als (mogelijke) bedreiging te zien.¹⁰⁶

Onderwijs legt een basis voor welzijn

De neiging bestaat eerst te willen zorgen dat leerlingen of studenten beter in hun vel zitten, voor ze aan het onderwijs kunnen deelnemen. Maar onderwijs kan ook aan de basis staan van welzijn. Denk aan onderwijs waarin leerlingen en studenten gezien, uitgedaagd en bevestigd worden en succeservaringen opdoen en waarin structuur, ontmoetingen en collectiviteit sterke punten zijn.¹⁰⁷ Welzijn is dan niet zozeer een voorwaarde voor, maar een opbrengst van het volgen van onderwijs.

Het idee dat het volgen van onderwijs goed moet voelen of leuk moet zijn, beperkt deze bijdrage van onderwijs aan welzijn. Als leerlingen en studenten geconfronteerd worden met nieuwe dingen die ze niet meteen onder de knie hebben of de wereld in een ander licht zetten dan ze voorheen zagen, kan dat ongemakkelijk zijn, twijfel en zelfs verwarring oproepen. Het schuurt en botst met wat ze al wisten en dat voelt niet per definitie fijn of leuk. Dat hoeft ook niet altijd. Wrijving biedt ook kansen voor het ontstaan van nieuwe verbindingen, nieuw begrip, nieuwe inzichten en overtuigingen. Leerlingen en studenten leren zo om vol te houden als het niet zo leuk of gemakkelijk is, het kan ze voorbij eigen ideeën en kennis doen kijken en ze krijgen de ruimte ongemak te voelen en ervaren en die ook weer los te laten. Onderwijs heeft hierin een belangrijke vormende waarde en kan leerlingen en studenten leren om door moeilijke momenten heen te komen.¹⁰⁸ Leraren en docenten kunnen leerlingen en studenten helpen door ze door ongemak heen te loodsen en steun te bieden, op weg naar meer vertrouwen en groei. Op die manier kan onderwijs een belangrijke basis leggen voor (de ontwikkeling van) het welzijn van jonge mensen.

School is een onderwijsplek

Onderwijs kan veel bieden voor het welzijn van leerlingen en studenten en adequate zorg heeft daarin zeker een plek. Maar door welzijnsproblemen van jongeren enkel als individueel mentaal gezondheidsprobleem te benaderen, krijgen onderwijs-eigen bijdragen op basis van pedagogische en onderwijskundige inzichten te weinig ruimte. Juist hier ligt de expertise van leraren. Zij zijn niet opgeleid in het bieden van individueel-diagnostische zorg, maar in pedagogische, didactische en onderwijskundige logica en handelingswijzen. De school heeft daarmee de expertise in huis om in klassen en groepen het welzijn van leerlingen een stevige basis te bieden. Voor die expertise, aanpak én het belang ervan is nu te weinig oog. De school is de plek waar jongeren gewoon leerling of student kunnen zijn. Het is belangrijk dat er voldoende ruimte is voor de pedagogische, didactische, onderwijskundige inzichten en aanpakken vanuit het onderwijs zelf, en dat de betekenis daarvan voor het welzijn van leerlingen en studenten wordt erkend en benut.

¹⁰⁶ Zie Kuiper, 2025.

¹⁰⁷ Wienen, 2023; zie ook Sociaal en Cultureel Planbureau, 2025a.

¹⁰⁸ Meirieu, 2016.

3.2 Onderwijs kan ruimte bieden voor zingeving

Aandacht voor betekenis en zingeving in het onderwijs kan jongeren helpen een eigen positie en weg in het leven te vinden en blijkt belangrijk voor hun welbevinden. Onderzoek toont een positief verband tussen zingeving en mentaal welzijn¹⁰⁹ en laat ook zien dat zingeving belangrijk is voor jongeren. Op veel scholen in het voortgezet onderwijs worstelt een grote groep leerlingen met zingevingsvragen.¹¹⁰

Onderwijs kan bewust helpen bij zoektocht naar betekenis en identiteit

Onderwijs kan jongeren helpen de wereld om zich heen beter te begrijpen en duiden en kan hen bewust ruimte bieden zin te vinden, zin te ervaren en om te gaan met existentiële onzekerheden en zingevingsvragen. Wanneer onderwijs er mede om draait jonge mensen een plek te geven om als mens in de wereld te komen en te ontdekken hoe ze zich tot die wereld willen verhouden, is bewuste aandacht voor existentiële vragen en levensbeschouwelijke tradities een belangrijk hulpmiddel.

Levensbeschouwing (al dan niet religieus) en pedagogische en didactische richtingen bevatten een visie op leven, wereld en mens die mede antwoord geeft op existentiële vragen. Zo'n visie biedt oriëntatie en richting en geeft samenhang en houvast. Om met existentiële onzekerheden te leren omgaan, hebben leerlingen en studenten in hun omgeving ook mensen nodig die hen kunnen inspireren en die voorleven hoe je je tot onzekerheden kunt verhouden. Leraren kunnen hierin een rol vervullen door bijvoorbeeld levensverhalen te delen en daarover in gesprek te gaan.¹¹¹ Ook aandacht geven is belangrijk. Dit kan zich uiten in kleine dingen als een goed inhoudelijk gesprek, ritme tussen rust en (ruimte voor) onrust, fysiek samenwerken (samen klussen) en gedeelde humor. Zoiets laat zich niet vastleggen in protocollen.¹¹²

Onderwijs rond existentiële vragen en zingeving kan op tal van manieren een plek krijgen. Het kan in het hele curriculum, bijvoorbeeld in vakken als godsdienst-levensbeschouwing en levensbeschouwelijke vorming. Zingeving kan ook geïntegreerd worden in andere vakken of leseenheden zoals werkweken en projecten.¹¹³ Zo kan onderwijs in kunst, literatuur en fictie (ook in films) leerlingen toegang geven tot een andere 'taal' en beelden om over gevoelens en de binnenwereld te spreken en denken.¹¹⁴ Het onderwijs is er dan niet primair op gericht dat jongeren empathische vaardigheden ontwikkelen, maar kan hen vormende mogelijkheden en manieren bieden om zich te uiten. Denk ook aan samen inzicht krijgen in de wortels van discriminatie en ongelijkheid, bijvoorbeeld bij geschiedenis of maatschappijleer. Dit kan maken dat leerlingen zich anders gaan opstellen tegenover medeleerlingen en andere mensen.

Aandacht voor zingeving in de context van onderwijs kan ook buiten de lessen in de vorm van geestelijke verzorging. Als schoolpastoraat heeft deze een kerkelijke achtergrond, maar geestelijke verzorging kan ook draaien om reflectie, zingeving en verantwoordelijkheid en kan zingeving-, ontwikkelings- en levensthema's aan de orde stellen.¹¹⁵

¹⁰⁹ Verus, 2025; zie ook De Moor & Van der Zee, 2025. Uit een eerdere reviewstudie bleek een positief verband tussen spiritualiteit en religiositeit bij adolescenten (12-17 jaar) en jongvolwassenen (18-25 jaar) en hun (gerapporteerde) welbevinden, zoals levenstevredenheid, geluk, zelfrespect en een positieve stemming, zie Yonker, Schnabelrauch & De Haan, 2012.

¹¹⁰ Verus, 2025; zie ook De Moor & Kregting, 2025; Van Beek, Steenhuis & Huisman, 2024.

¹¹¹ Bertram-Troost & Van Putten, 2025.

¹¹² Bastiaansen, 2021.

¹¹³ Bertram-Troost & Van Putten, 2025; zie ook De Moor, Kregting & Schilderman, 2025.

¹¹⁴ Onderzoek laat zien dat literatuuronderwijs een geschikte context kan bieden om te werken aan persoonlijke groei, zie De Kleijn, 2025.

¹¹⁵ De Moor e.a., 2025; zie ook Schilderman, 2025.

Geestelijk verzorgers (schoolpastors) op het Alfa-college

Het Alfa-college (mbo) heeft sinds 2009 geestelijk verzorgers aangesteld op alle locaties. Zij worden ook wel schoolpastors genoemd. Er is expliciet voor geestelijk verzorgers gekozen om ruimte te maken voor zingeving, mentale gezondheid en identiteitsvorming op de opleiding. *Life-events* worden zo genormaliseerd op school met aandacht en advies, waarbij vaak geen doorverwijzing naar jeugdzorg meer nodig is. Ook docenten kunnen terecht voor advies en de geestelijk verzorgers adviseren tevens in bestuur en beleid. Het Alfa-college ziet de ondersteuning van studenten in hun existentiële zoektocht naar betekenis, doel en samenhang in hun leven als een meerwaarde in het onderwijs, omdat die ondersteuning de studenten krachtiger en weerbaarder maakt.

Aan de basis van het schoolpastoraat op het Alfa-college ligt het besef dat jonge mensen in hun ontwikkeling baat kunnen hebben bij een veilige plek waar ze in een vertrouwelijke setting hun verhaal kwijt kunnen; een luisterend oor dat niet oordeelt. Een studieloopbaanbegeleider (mentor) kan dit eveneens bieden, maar niet alle studenten wil hun verhaal delen met een docent van wie ze later weer les krijgen. En niet iedere studieloopbaanbegeleider is even goed in het bieden van een luisterend oor en het aangaan van het gesprek met de juiste (door)vragen.

De schoolpastor staat studenten bij in het omgaan met tegenslag, rouw of identiteitsvraagstukken. Daarbij gaat het vaak ook om zingeving en weerbaarheid. Het helpt om even op adem te komen en je verhaal kwijt te kunnen. Soms volgen er meer gesprekken – soms met enige regelmaat gedurende de hele studietijd, soms blijft het bij één keer. De schoolpastor heeft contact met zorgprofessionals en met docenten op de school. De meeste studenten vinden de weg naar de schoolpastor via hun studieloopbaanbegeleider. Sommigen komen op eigen initiatief. De term ‘pastor’ verwijst naar de zorg voor alle studenten en medewerkers ongeacht hun achtergrond. “Als schoolpastor zijn we er voor iedereen” en “We gunnen iedere onderwijsinstelling een schoolpastor”, aldus een van de schoolpastors op het Alfa-college.

3.3 Scholen kunnen bescherming bieden

Scholen kunnen een belangrijke beschermende rol vervullen in een veeleisende samenleving. In de fysieke omgeving van de school, maar ook in de beschermende ruimte die onderwijs kan bieden. Scholen kunnen een buffer zijn tussen jongeren en de samenleving. Leraren en docenten kunnen samen met leerlingen, studenten en hun ouders de ontwikkelingen in de samenleving duiden, filteren en ‘terugduwen’ bij schadelijke maatschappelijke verwachtingen en ontwikkelingen, om jongeren te beschermen voor onnodige druk van buitenaf.

Prestatiedruk en maatschappelijke verwachtingen drukken vanuit de samenleving, vanuit ouders én vanuit scholen op leerlingen en studenten. In het laatste geval kunnen scholen zelf iets doen, maar daarvoor hebben ze ook andere partijen nodig. De school moet zich inspannen een veilige plek te bieden en – samen met ouders – leerlingen en studenten afschermen van te veel druk vanuit de samenleving. Dat vergt ook dat politiek en ouders de school daarin steunen en in hun beleid (politiek) en houding (ouders) niet te scherp op opbrengsten sturen of de school enkel als onderwijsconsument benaderen (ouders).

De school als veilige plek en gemeenschap

De school is een concrete plek. Een plek waar je kunt zijn als individu en als groep. Dat vraagt om goede huisvesting van scholen. Met voldoende goed ingerichte

ruimtes in en om het schoolgebouw. Denk aan binnenruimtes voor ontmoeting en gezamenlijke ontspanning en een groene omgeving met bijvoorbeeld een moestuin, planten, bomen, speel- of sportruimte en zitjes.

De school kan een veilige plek zijn, een ruimte om te 'zijn', samen te zijn en er voor elkaar te zijn, een ruimte om een band met elkaar ontwikkelen, een ruimte voor concentratie en om onderwijs vorm te geven en (samen) aan de slag te gaan. Een school die zo'n plek is, kan een belangrijke bijdrage leveren aan de kracht en weerbaarheid van jongeren. Weerbaarheid is geen individuele eigenschap, maar een relationele aangelegenheid. De beste voorspellers van een lang, gezond en gelukkig leven is het hebben van betekenisvolle relaties.¹¹⁶ Deze relaties kunnen worden gezien als de draadjes van een trampoline: door het netwerk van relaties kun je met meer kracht reageren op tegenslag.¹¹⁷ De school kan een plek zijn waar veel van die draadjes geweven worden, tussen leerlingen en leraren, tussen leerlingen onderling en tussen leraren en ouders.¹¹⁸

OBS De Springplank zet sterk in op sociale relaties

Op de openbare (jenaplan)basisschool De Springplank is er veel aandacht voor de vormende kracht van sociale relaties en configuraties. Dat krijgt vorm in gesprek, werk, spel en viering.

In het jenaplanonderwijs volgen leerlingen onderwijs in een stamgroep met de leerkracht als stamgroepleider. Zo'n stamgroep is een heterogene lesgroep, die uit meerdere niveaus bestaat, bijvoorbeeld met leerlingen uit groep 3, 4 en 5, die gezamenlijk onderwijs volgen. Bij de start van het schooljaar is er veel aandacht voor groepsvorming. In deze 'eerste gouden weken' zijn er veel groepsgesprekken en spelletjes om elkaar goed te leren kennen.

Leerlingen zijn in zo'n stamgroep aanvankelijk de jongsten en groeien langzaam door naar de middelsten en oudsten. Daardoor hebben ze zich steeds vanuit een nieuw perspectief te verhouden tot de andere leerlingen in de groep en kunnen ze nieuwe rollen en posities ten opzichte van anderen ervaren en oefenen. Eerst moeten ze bijvoorbeeld zelf wat meer geholpen worden bij het werk, later kunnen ze anderen meer helpen. Wereldoriëntatie is een belangrijke pijler in het jenaplanonderwijs en zo ook op De Springplank. Daaraan werken leerlingen als stamgroep samen en zo leren ze de wereld om zich heen beter begrijpen. Het is een groepsproces waarbij de wereld naar binnen wordt gehaald en leerlingen leren omgaan met de wereld.

De leerlingen op De Springplank werken ieder met een eigen weekplan. Daarop staan voor elke dag van de week de taken die ze die dag moeten doen. De leerlingen mogen zelf de volgorde bepalen. De leerkracht stemt als stamgroepleider het weekplan af op wat elk kind nodig heeft. Zo kan de leerkracht het weekplan richten op het behalen van succeservaringen. Dat draagt bij aan het welzijn van de leerlingen. Het is een manier om een kind te zien en te erkennen in zijn eigenheid. Ouders zijn hierbij ook belangrijk. De pedagogische driehoek ouder – kind – school is belangrijk om het onderwijs goed vorm te geven. Zowel ouders als leerkracht zijn belangrijke personen in het leven van het kind. Daarom stemmen ze veel met elkaar af.

¹¹⁶ Van Dam, 2024.

¹¹⁷ Ibid.

¹¹⁸ Dray e.a., 2017; zie ook Sociaal en Cultureel Planbureau, 2025a, 2025b.

Scholen en ouders hebben invloed op druk die jongeren ervaren

De druk die jongeren ervaren in hun leven, komt voort uit maatschappelijke verwachtingen en kan ook gevoed worden vanuit school en ouders, bijvoorbeeld door te hameren op het belang van hoge schoolcijfers of een glansrijke carrière in de toekomst.¹¹⁹

Die verwachtingen kunnen zwaar drukken op jongeren en hun school- of studiekeuzes bemoeilijken. Ook maken jongeren zich zorgen over hun toekomst, bijvoorbeeld over een baan of huis. School en ouders kunnen hen bijstaan in de omgang met die druk en zorgen. Het is hierbij zaak samen op te trekken.¹²⁰

Scholen kunnen maatschappelijke verwachtingen waar nodig terugduwen en jongeren meer afschermen. De pedagoog Meirieu noemt het zelfs de plicht van scholen weerstand te bieden aan wat er in de samenleving speelt.¹²¹ Dat betekent bijvoorbeeld dat de prestatiedruk die veel jongeren voelen vanuit de samenleving, op school niet versterkt of aangewakkerd mag worden tot iets wat aanhoudend stress veroorzaakt, tot ziekmakende niveaus aan toe. Het onderwijs kan juist (samen met ouders) terugduwen en relativeren. Door samen met leerlingen en studenten kritisch te kijken naar wat de verwachtingen behelzen, wat er gaande is in de samenleving en hoe daarmee om te gaan. Dit gaat ook over aspecten als goede prestaties op school leveren, het hoogst mogelijke diploma behalen, een goed betaalde baan bemachtigen en veel geld kunnen uitgeven. Wat is waardevol in het leven en wat betekent dat dan voor bijvoorbeeld de keuzes die voorliggen? Er ligt ook een verantwoordelijkheid bij overheid en samenleving om ervoor te zorgen dat de school zo'n beschermende ruimte kan zijn.¹²² Maar ook scholen zelf moeten voldoende oog hebben voor wat leerlingen en studenten nodig hebben om zich daar veilig en gezien te voelen.

Prestatiedruk in onderwijs

Iets nieuws leren of ontdekken, iets willen bereiken (bijvoorbeeld een diploma behalen) of iets willen presteren genereert doorgaans prestatiedruk. Dat is op zich niet erg; druk kan zorgen voor motivatie, kan kracht en weerbaarheid oproepen en zo leerlingen en studenten leren omgaan met stress. Prestatiedruk mag echter niet leiden tot aanhoudende stress en dat vraagt om goede onderwijskundige beslissingen rondom bijvoorbeeld toetsing.

Het is belangrijk dat leraren, docenten en schoolleiders alert zijn op prestatie- en toetsdruk op school. Wat spreekt er uit hun visie op onderwijs en toetsing en de organisatie daarvan? Hoe communiceren ze over het belang van toetsen en de verwachtingen die ze hebben van leerlingen of studenten? Goede relaties en communicatie tussen school, leerling en ouders – de pedagogische driehoek – zijn daarbij cruciaal.

¹¹⁹ Zie Stevens, 2025; Sociaal en Cultureel Planbureau, 2025a.

¹²⁰ Zie Sociaal en Cultureel Planbureau, 2025a.

¹²¹ Meirieu, 2016; zie Verwoerd & Deen, 2025.

¹²² Biesta, 2019.

Hoog ervaren prestatiedruk

Uit onderzoek en gesprekken met jongeren blijkt dat zij een hoge prestatiedruk ervaren. Hierbij spelen school en opleiding en vooral toetsen een grote rol.

Prestatiedruk wordt in een overzichtsstudie van het Verwey-Jonker Instituut over de mentale gezondheid van jongeren gedefinieerd als “de ervaren druk om te voldoen aan vooraf bepaalde verwachtingen en eisen op het gebied van onderwijs, sport of werk, opgelegd door de omgeving”.¹²³ Prestatiedruk wordt gezien als een vorm van stress. Net als andere vormen van stress is (langdurig) prestatiedruk voelen niet goed voor het welzijn. Jongeren ervaren prestatiedruk vanuit zichzelf, de maatschappij, docenten, ouders, sociale media en vrienden.¹²⁴

In 2001 meldden Nederlandse jongeren weinig zorgen over hun schoolse functioneren. Destijds gaf 16% in het voortgezet onderwijs aan (nogal) veel druk door hun schoolwerk te ervaren. In 2021 was dit aandeel bijna drie keer zo hoog: 45%. Meisjes blijken veel meer druk te ervaren dan jongens. In 2021 gaf meer dan de helft van de meisjes (54%) aan last te hebben van druk door schoolwerk, terwijl dit bij jongens voor ruim een derde (36%) gold.¹²⁵ Leerlingen noemen als redenen het schooladvies, moeilijk of te veel schoolwerk, te weinig vrije tijd, te hoge verwachtingen van leraren of ouders en zorgen over de toekomst.¹²⁶ In gesprekken zeggen vooral leerlingen uit het voortgezet onderwijs veel druk te ervaren door toetsen; vanwege de hoeveelheid, spreiding en eenzijdigheid van toetsen en het gebrek aan herkansingsmogelijkheden.¹²⁷

Ook in het middelbaar beroeps- en hoger onderwijs melden studenten veel prestatiedruk. Zo laat onderzoek zien dat minimaal een vijfde van de mbo-studenten een hoge mate van stress en of prestatiedruk ervaart. De studenten geven aan dat prestatiedruk vooral samenhangt met de opleiding en alles wat daarbij komt kijken, zoals huiswerk, *deadlines* en examens.¹²⁸ Ook ervaren mbo-studenten prestatiedruk vanuit de omgeving en de maatschappij. Ze voelen zich soms gedwongen door te stromen naar het hoger onderwijs, omdat het mbo als opleiding ondergewaardeerd wordt.¹²⁹ In het hoger onderwijs ervaart 41% van de studenten vaak prestatiedruk. Zij geven aan het gevoel te hebben onder druk te staan om te voldoen aan de eigen verwachtingen en die van anderen.¹³⁰ Bij associate degree-opleidingen ervaart 25% een (veel) te hoge studiedruk, onder hbo-bachelorstudenten is dat 32% en onder wo-bachelorstudenten gemiddeld 36%. Wo-masterstudenten ervaren de meeste studiedruk (39%).¹³¹

¹²³ Verwey-Jonker Instituut, 2024.

¹²⁴ Crone & Van der Cruisen, 2024.

¹²⁵ Boer e.a., 2022; zie ook Inspectie van het Onderwijs, 2025a.

¹²⁶ Inspectie van het Onderwijs, 2023.

¹²⁷ Zie ook State of Youth NL, 2025.

¹²⁸ Trimbos-instituut e.a., 2024.

¹²⁹ Inspectie van het Onderwijs, 2025a; zie ook Van der Velden & Glebbeek, 2024.

¹³⁰ RIVM & Trimbos-instituut, 2025. In 2023 was dat 44%, zie RIVM & Trimbos-instituut, 2023.

¹³¹ Inspectie van het Onderwijs, 2025a.

Veilige en sociale schoolcultuur belangrijk voor beschermende rol

De beschermende ruimte van onderwijs voor leerlingen en studenten kan ook schuilen in een veilige en sociale schoolcultuur.¹³² Het begint ermee dat de school helder is in haar identiteit en de regels en afspraken die daarbij horen. Alle medewerkers weten: dit is wat mijn collega doet, wat ik doe, wat wij samen doen en waarom we dat doen. Ze hebben weet van elkaars intenties en handelingsrepertoire. Dat vraagt doordenking in het hele schoolteam en een gedeeld zicht op het grotere geheel. En een continu gesprek over wat een (sociaal) veilige omgeving voor iedereen binnen de organisatie inhoudt.¹³³

Een veilige en sociale schoolcultuur is op elke school cruciaal. Een school is immers ook een sociaal organisme. Samen dingen doen creëert de cultuur waarin mensen kunnen gedijen. Schoolleiders en bestuurders kunnen samen met lerarenteams en andere betrokkenen, zoals ouders en leerlingen en studenten, richting geven en bepalen wat belangrijke ankers voor de eigen schoolcultuur zijn. Dit vraagt om blijvend onderhoud, zodat de veilige en sociale schoolcultuur ook altijd voelbaar en zichtbaar is, met aandacht voor de benodigde didactische en pedagogische kwaliteiten van de leraar en het team. Een veilige en sociale schoolcultuur kan de basis scheppen voor goede onderlinge relaties tussen medewerkers, tussen leerlingen, studenten en medewerkers, en met ouders.

In een samenleving waarin individualisme steeds meer de norm lijkt, is het belangrijker dan ooit te investeren in sociale samenhang.¹³⁴ Scholen kunnen daaraan vorm geven door vanuit een sterke pedagogisch-didactische schoolcultuur een veilige plek te bieden aan jongeren. Met ruimte voor onderwijs, ruimte om te zijn als jong mens in de groei en ruimte om de ander te ontmoeten.

¹³² Zie ook Van de Pol, Lourens & Karssen, 2024; Sociaal en Cultureel Planbureau, 2025a.

¹³³ Inspectie van het Onderwijs, 2025b.

¹³⁴ Verwoerd & Deen, 2025.



geraad pleegd

Als voorbereiding op deze verkenning heeft de Onderwijsraad het veld rondom welzijn en onderwijs breed geraadpleegd via de rubriek 'Denk mee' op de eigen website en in gesprekken met onder meer jongeren, leraren, docenten en andere medewerkers van scholen en andere onderwijsinstellingen. Ook heeft de raad diverse bijeenkomsten zoals conferenties en symposia over het thema bezocht.

Geraadpleegd

Ympkje Albeda	Raad voor Volksgezondheid en Samenleving
Dico Baars	Verus
Lisette Bastiaansen	Universiteit voor Humanistiek
Bette Berends	Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap
Jorrit Berendsen	Interstedelijk Studenten Overleg (2024-2025)
Henk Boer	Kanamori 3.0
Dominique Bronkhorst	JongPIT
Connie van de Bruinhorst	PCPO NWK
Chaja Deen	Nederlands Jeugdinstituut
Nadia Demaret	Stichting Kennisnet
Saskia Diederik	
Ingrid van Doesburg	PCBO Rotterdam
Lotte Dondorp	Stichting Kennisnet
Marijke Doorenbos	Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap
Ellen Dreezens	Tilburg University
Serge Feldmann	Hogeschool Rotterdam
Marlous Friedl	OBS De Springplank / Stichting Onderwijsgroep Markant-LeerSaam
Carina van Genderen	MollerJuvenaat
Maarten Groeneveld	Nissewijs scholengroep
Anna de Haan	Pharos, expertisecentrum gezondheidsverschillen
Janneke Hermans	Gemeente Rotterdam
Henriëtte Huizenga	Alfa-college
Marieke Jepma	
Sandra Kapetijn	MollerJuvenaat
Nora Knaap-Rahmani	MBO Utrecht
Karin Kooreman	
Tessa Leesen	Tilburg University
Diana Lorier-Kooi	PCPO De Vier Windstreken
Laura van der Mars	Stichting Kennisnet
Klaas Mulder	Zelfstandig onderzoeker
Fleur Nollet-Kostwinder	School & Veiligheid
Daniëlle Ooteman	Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap
Teja Ouwehand	Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap
Diana Rijnberg-Mies	MollerJuvenaat
Hans Schilderman	Radboud Universiteit

Zita Schimmelpenninck	JongPIT
Ghislaine Schmidt	Inspectie van het Onderwijs
Frank Schoonbeek	Expertisecentrum Inclusief Onderwijs
Thijmen Sprakel	EduKitchen
Maurits Stevens	Alfa-college
Lenneke van Tol	Trimbos-instituut
Mickey Valkenburg-Waringa	
Hanneke Visser-Van Balen	Expertgroep Schoolpsychologen Mentale Gezondheid, Nederlands Instituut van Psychologen (NIP)
Bert Wienen	Instituut voor Inclusief Onderwijs / Pedagogisch Perspectief

Bijeenkomsten

21 en 22 november 2023	CNESCO-conferentie Well-being
24 januari 2024	Webinar NRO Sterker in studentenwelzijn
17 april 2024	Bijeenkomst JongerenOnderwijsraad
24 april en 12 juni 2024	PO-Raad en VO-raad: gesprekken met leerlingen over de overgang van het primair naar het voortgezet onderwijs en de gevolgen voor hun welbevinden
27 september 2024	Netwerkbijeenkomst Theologische Universiteit, Expertisecentrum Onderwijs & Identiteit, Verus over Angstige generatie of generatie angststoornis
30 september 2024	Symposium Boom Psychiatrie en Psychologie: Navigeren door Generatie Y en Z. Jongvolwassenen en adolescenten beter begrijpen en behandelen in een maakbare wereld
9 oktober 2024	Kennisfestival Nationaal Programma Onderwijs
11 oktober 2024	Symposium Kernkwaliteiten in het onderwijs
14 oktober 2024	Conferentie Wegwijs in Welbevinden
8 november 2024	Oratie Levi van Dam (Universiteit van Amsterdam): Eindeloze identiteiten. Een nieuwe kijk op de mentale gezondheids crisis onder jongeren
20 november 2024	Onderwijsfestival Verus Wegcijferen
28 november 2024	Jubileumconferentie Kinderpostzegels: Samen veerkrachtig de toekomst in!
6 december 2024	Masterclass Onderwijsraad Luc Sluijsmans en Jeffrey Post: Begrenzen en bemoedigen van gedrag in de school dat bijdraagt aan het vergroten van welzijn in de school
11 december 2024	Algemene Onderwijsbond, wetenschapscollege Bert Wienen: Weten we van gekkigheid nog wat normaal is?
13 februari 2025	Bijeenkomst Raad voor Volksgezondheid en Samenleving over mentale volksgezondheid
14 maart 2025	Gesprek met de Kopzorgenraad
15 april 2025	Lunchwebinar Werken aan gelijke kansen op welbevinden
25 april 2025	Landelijk Actie Komitee Scholieren, pizzapanel mentaal welzijn
5 juni 2025	Landelijk Congres Mentale Gezondheid
20 juni 2025	Oratie Gonneke Stevens (Universiteit Utrecht): Pleidooi voor het complexe verhaal

literatuur

Bakker, N. (2024). *De psychopathologisering van de pedagogische cultuur: schets van de zorg voor het kindweldzijn in Nederland vanaf omstreeks 1900*. Groningen: Rijksuniversiteit Groningen.

Bastiaansen, L. (2021). *Aandachtige betrokkenheid als pedagogische grondhouding. Een onderzoek naar de pedagogische betekenis van aandachtige betrokkenheid in onderwijs*. Proefschrift. Antwerpen/Apeldoorn.

Van Beeck, J., Bosman, J., Cnossen, J., Groen, R., Hoogerduijn, T., Lustermaans, G., Niessen, I., Pocorni, A., & Van Velsen, M. (2023). *Budget en kosten voor jeugdzorg. Onderzoek over 2020, 2021 en 2022*. Utrecht: Improven.

Van Beek, M., Steenhuis, P.H., & Huisman, J. (2024). *Waarom vooral jongeren zoeken naar zingeving. 'Mijn generatie heeft behoefte aan stabiliteit'*. *Trouw*, 18 november 2024.

Bertram-Troost, G. & Van Putten, R. (2025). *Zachter, minder, trager, zwakker. Het appel van existentiële onzekerheid op het hoger onderwijs*. In R. van Putten & T. van der Zee (red.), *Onderwijs voorbij de meritocratie: Tegendraadse beschouwingen over prestaties in het onderwijs* (pp. 147-161). Nijmegen: Radboud University Press.

Biesta, G. (2019). What kind of society does the school need? Redefining the democratic work of education in impatient times. *Studies in Philosophy and Education* 38(6), 657-668.

Biesta, G. (2022). *Wereldgericht onderwijs: Een visie voor vandaag*. Culemborg: Phronese.

Boer, M., Van Dorsselaer, S., De Looze, M., De Roos, S., Brons, H., Van den Eijnden, R., Monshouwer, K., Huijnk, W., Ter Bogt, T., Vollebergh, W., & Stevens, G. (2022). *HBSC 2021: Gezondheid en welzijn van jongeren in Nederland*. Utrecht: Universiteit Utrecht.

Van Bon-Martens, M., Kleinjan, M., Hipple Walters, B., Shields-Zeeman, L., & Van den Brink, C. (2022). *Delphistudie 'Definitie Mentale Gezondheid': Resultaten van een consensusprocedure met verschillende perspectieven*. Utrecht: Trimbos-instituut.

Bosman, J., Van Beeck, J., Van Kuijzen, M., Lustermaans, G., & Pocorni, A. (2024). *Uitgavenonderzoek jeugdzorg: Uitgaven van gemeenten in 2023 en prognose voor 2024*. Utrecht: Improven.

De Bree, M. (2024). Het werkethos van generatie Z. *Het Financieele Dagblad*, 5 juni 2024.

Brinkmann, S. (2016). *Diagnostic Cultures: A Cultural Approach to the Pathologization of Modern Life*. Routledge.

Brouwer, S.I., Jörg, F., Hogen-Koster, S., & Hofstra, J. (2025). *Monitor mentale gezondheid, middelengebruik en brede gezondheidsindicatoren studenten middelbaar beroepsonderwijs 2024-2025*. <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/rapporten/2025/11/20/monitor-mentale-gezondheid-middelengebruik-en-brede-gezondheidsindicatoren>

Buck, M., Kamphuis, B., & Floris, M. (2025). Voorwoord. In R. van Putten & T. van der Zee (red.), *Onderwijs voorbij de meritocratie: Tegendraadse beschouwingen over prestaties in het onderwijs* (pp. 8-11). Nijmegen: Radboud University Press.

Buisman, M., Krepel, A., Stronkhorst, E., Mariën, H., Van de Lans, R., Diepstraten, I., & Farzan, K. (2025). *TALIS 2024. De werk- en leeromgeving op school in beeld*. Amsterdam: Kohnstamm Instituut.

Bushkin, H., Van Niekerk, R., & Stroud, L. (2021). Searching for Meaning in Chaos: Viktor Frankl's Story. *Europe's Journal of Psychology*, 17(3), 233-242.

Crone, E., & Van der Cruisen, R. (2024). *Generatie Zelfvertrouwen: de ontwikkeling van een gezond zelfbeeld bij jongeren*. Amsterdam: Maven Publishing.

Van Dam, L. (2024). *Eindeloze identiteiten: Een nieuwe kijk op de mentale gezondheids crisis onder jongeren*. Amsterdam: Universiteit van Amsterdam.

Denys, D. (2020). *Het tekort van het teveel: de paradox van de mentale zorg*. Amsterdam: Nijgh & Van Ditmar.

Dopmeijer, J., Scheeren, L., Van Baar, J. & Bremer, B. (2023). *Harder Better Faster Stronger? Een onderzoek naar risicofactoren en oplossingen voor prestatiedruk en stress van studenten*. Utrecht: Trimbos-instituut, ECIO & RIVM.

Dray, J., Bowman, J., Campbell, E., Freund, M., Wolfenden, L., Hodder, R.K., McElwaine, K., Tremain, D., Bartlem, K., Bailey, J., Small, T., Palazzi, K., Oldmeadow, C., & Wiggers, J. (2017). Systematic review of universal resilience-focused interventions targeting child and adolescent mental health in the school setting. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 56, 813-824.

Fisher, M. (2014). *Capitalist Realism. Is There no Alternative?* Winchester: Zero Books.

Frankl, V.E. (2000). *Viktor Frankl Recollections: An autobiography*. Cambridge (MA): Basic Books.

Frankl, V.E. (2004). *On the Theory and Therapy of Mental Disorders: An Introduction to Logotherapy and Existential Analysis*. New York (NY): Brunner-Routledge.

Frankl, V.E. (2006). *Man's Search for Meaning: The Classic Tribute to Hope from the Holocaust (6th ed.)*. Boston (MA): Beacon Press.

Frankl, V.E. (2014). *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*. New York (NY): Penguin Plume.

GGD Nederland (2024). *Gezondheidsmonitor Jeugd 2023*. Landelijke resultaten. <https://ggdghor.nl/wp-content/uploads/2024/05/Landelijk-rapport-Gezondheidsmonitor-Jeugd-2023.pdf>

GGD's & RIVM (2025). *Landelijke rapportage Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2024*. <https://www.rivm.nl/gezondheidsmonitors/publicaties>

Han, B.C. (2017). *Psychopolitics: Neoliberalism and New Technologies of Power*. New York (NY): Verso Books.

Ten Have, M., Tuithof, M., Van Dorsselaer, S., Schouten, F., Luik, A.I., & De Graaf, R. (2023). Prevalence and trends of common mental disorders from 2007-2009 to 2019-2022: results from the Netherlands Mental Health Survey and Incidence Studies (NEMESIS), including comparison of prevalence rates before vs. during the COVID-19 pandemic. *World Psychiatry*, 22(2), 275-285.

Hilderink, A., Niessen, I., De Nooijer, A., Van Schoubroeck, C., Schoonenberg, D., Lustermaans, G., Van Helmond, C., Groen, L., Hemmelder, V., Van den Broek, T., & Jansen, R. (2020). *Stelsel in groei: Een onderzoek naar financiële tekorten in de jeugdzorg*. Utrecht: Anderson Elffers Felix.

Hoffland, N., Wispels, M., Wijnholt, L., & Poel, H. (2024). *Landelijke Monitor Studiesucces 2024. Inzicht in het mentaal welbevinden en de belangrijkste factoren die studiesucces beïnvloeden bij jongeren in het voortgezet en middelbaar beroepsonderwijs*. Zwolle: DilemmaGroep.

Hogeschool Rotterdam (2025). *Factsheet 2025 Studentenwelzijnsmonitor*. Rotterdam: Hogeschool Rotterdam.

Inspectie der Rijksfinanciën (2025). *Uit balans. IBO mentale gezondheid en ggz. Interdepartementaal beleidsonderzoek*. Den Haag.

Inspectie van het Onderwijs (2023). *Staat van het Onderwijs 2023*. Utrecht: Inspectie van het Onderwijs.

Inspectie van het Onderwijs (2024). *Staat van het Onderwijs 2024*. Utrecht: Inspectie van het Onderwijs.

Inspectie van het Onderwijs (2025a). *Staat van het Onderwijs 2025*. Utrecht: Inspectie van het Onderwijs.

Inspectie van het Onderwijs (2025b). *Themaonderzoek (sociale) veiligheid: Meer (sociale) veiligheid betekent meer in gesprek; óók met de leerling*. Utrecht: Inspectie van het Onderwijs.

Kabinet-Schoof (2024). *Regeerprogramma: Uitwerking van het hoofdlijnenakkoord*. <https://open.overheid.nl/documenten/ronl-f525d4046079b0beabc6f897f79045ccf2246e08/pdf>

De Kleijn, A. (2025). *Leesmotivatie en persoonlijke groei in het literatuuronderwijs*. Groningen: Rijksuniversiteit Groningen.

Kleinjan, M. (2024). *Duurzaam versterken van welbevinden*. Keynote op de conferentie Wegwijs in welbevinden, 14 oktober 2024.

Kleinjan, M., Pieper, I., Stevens, G., Van de Klundert, N., Rombouts, M., Boer, M., & Lammers, J. (2020). *Geluk onder druk? Onderzoek naar het mentaal welbevinden van jongeren in Nederland*. Utrecht: Trimbos-instituut.

Kuiper, R. (2025). De macht van verbeelding. Meritocratische vorming en de beeldende rol van de school. In R. van Putten & T. van der Zee (red.), *Onderwijs voorbij de meritocratie: Tegendraadse beschouwingen over prestaties in het onderwijs* (pp. 167-181). Nijmegen: Radboud University Press.

Ledoux, G., Waslander, S., & Eimers, T. (2020). *Evaluatie passend onderwijs. Eindrapport Mei 2020*. Amsterdam/Tilburg/Nijmegen: Kohnstamm Instituut/TIAS School for Business and Society/KBA Nijmegen.

Madsen, O.J. (2023). *Life skills and adolescent mental health: Can kids be taught to master life?* Abingdon: Taylor & Francis.

Meirieu, P. (2016). *Pedagogiek: De plicht om weerstand te bieden*. Culemborg: Phronese.

Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap (2016). *Zorgplicht sociale veiligheid leerlingen op school*. Brochure. Den Haag: Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap.

Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap (2023a). *Aanpak studentenwelzijn in het middelbaar beroepsonderwijs, hoger beroepsonderwijs en het wetenschappelijk onderwijs*. Kamerbrief 4 juli 2023.

Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap (2023b). *Vijfde voortgangsrapportage Nationaal Programma Onderwijs*. Kamerbrief 28 november 2023.

Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap (2024). *Kabinetsreactie op het onderzoeksrapport en factsheet 'Mentale gezondheid van jongeren en studenten in Nederland'*. Kamerbrief 23 april 2024.

Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap (2025a). *Voortgang maatregelen vrij en veilig onderwijs*. Kamerbrief 3 juli 2025.

Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap (2025b). *Cijfers mentale gezondheid en middelengebruik in het vervolgonderwijs*. Kamerbrief 20 november 2025.

Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (2022). *Aanbieding aanpak 'Mentale gezondheid: van ons allemaal'*. Kamerbrief 10 juni 2022.

Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (2023a). *Aanbieding eerste voortgangsrapportage aanpak 'Mentale Gezondheid: van ons allemaal'*. Kamerbrief 20 december 2023.

Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (2023b). *Voortgangsrapportage aanpak 'Mentale gezondheid: van ons allemaal'*. Bijlage bij Kamerbrief 20 december 2023.

Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (2025). *Actieprogramma mentale gezondheid en ggz*. Kamerbrief 9 april 2025.

Ministeries van Volksgezondheid, Welzijn en Sport en Sociale Zaken en Werkgelegenheid (2024). *Preventief gezondheidsbeleid*. Kamerbrief 13 december 2024.

De Moor, L., & Kregting, J. (2025). *Mentaal welzijn, zingeving en vorming op middelbare school*. Nijmegen: Kaski.

De Moor, L., Kregting, J., & Schilderman, H. (2025). *Geestelijke verzorging op middelbare scholen: Literatuuronderzoek*. Nijmegen: Kaski.

De Moor, L. & Van der Zee, T. (2025). *Zingeving en het mentaal welzijn van jongeren. De rol van de middelbare school*. Handelingen, 1, 32-40.

Onderwijsraad (2020). *Steeds inclusiever*. Den Haag: Onderwijsraad.

Onderwijsraad (2025). *Armoede en onderwijs*. Den Haag: Onderwijsraad.

Van de Pol., J., Lourens, J., & Karssen, M. (2024). *Een sociaal veilig leerklimaat*. Amsterdam: Kohnstamm Instituut.

Polak, N. (2025). De jeugd van tegenwoordig: niet lui, niet losbandig, maar ongelukkig. Met dank aan therapiecultuur. *De Correspondent*, 19 februari 2025.

Van Putten, R., & Van der Zee, T. (2025). Tegendraads denken over prestaties in het onderwijs. Het belang van verbeeldingskracht. In R. van Putten & T. van der Zee (red.), *Onderwijs voorbij de meritocratie: Tegendraadse beschouwingen over prestaties in het onderwijs* (pp. 11-25). Nijmegen: Radboud University Press.

Raad voor Volksgezondheid en Samenleving (2017). *Recept voor maatschappelijke probleem: Medicalisering van levensfasen*. Den Haag: Raad voor Volksgezondheid en Samenleving.

Raad voor Volksgezondheid en Samenleving (2025). *Op de rem! Voorbij de hypernerveuze samenleving*. Den Haag: Raad voor Volksgezondheid en Samenleving.

RIVM (2025). *Monitor mentale gezondheid. Landelijke rapportage 2025*. Utrecht: RIVM.

RIVM & Trimbos-instituut (2023). *Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs*. Utrecht: Trimbos-instituut.

RIVM & Trimbos-instituut (2025). *Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hbo en wo 2025*. Utrecht: Trimbos-instituut.

Schilderman, H. (2025). *Geestelijke verzorging voor jongeren. Een plaatsbepaling*. Handelingen, 1, 8-17.

Sociaal en Cultureel Planbureau (2025a). *Jong en veerkrachtig. De rol van goed omgaan met tegenslag en steun in de thuis- en schoolomgeving bij welbevinden*. Den Haag: SCP.

Sociaal en Cultureel Planbureau (2025b). *Naar een toekomst die jongeren toekomt*. Den Haag: SCP.

State of Youth NL (2025). *Prestatiedruk*. Amsterdam: State of Youth NL.

Stevens, G. (2025). *Pleidooi voor het complexe verhaal*. Utrecht: Universiteit Utrecht.

Stevens, G., Reijmes, G., De Roos, S., Van Dorsselaer, S., & De Looze, M. (2024). *HBSC-trends in welzijn en middelengebruik 2009/10 – 2021/22: Nederlandse jongeren vergeleken met internationale leeftijdgenoten*. Utrecht: Universiteit Utrecht.

Stevens, G., Rombouts, M., Maes, M., Zondervan, A., Van Dorsselaer, S., Schouten, F., & Scheffers-van Schayck, T. (2023). *Jong na corona: Welzijn van jongeren tussen 2017 en 2022 en inzet van NP Onderwijsmiddelen door scholen*. Utrecht: Universiteit Utrecht.

Trimbos-instituut, ECIO, Pharos, Erasmus SYNC Lab & Universiteit Utrecht (2024). *Als je door de bomen het bos niet meer ziet: Een verdiepend onderzoek naar risicofactoren en oplossingen voor prestatiedruk en stress bij mbo-studenten*. Utrecht: Trimbos-instituut.

Van der Velden, R., & Glebbeek, A. (2024). *Het MBO in de onderwijswedloop: Kan de ladder ooit een waaier worden? ROA Research Memoranda Nr. 002*. Maastricht: ROA.

Verhaeghe, P. (2024). *Onbehagen*. Amsterdam: De Bezige Bij.

Verus (2025). *Commissiedebatten Mentale gezondheid van de jongeren en scholieren / Toetsen en examens*. Brief van Verus aan de Tweede Kamer (vaste Kamercommissie Onderwijs, Cultuur en Wetenschap), 8 mei 2025.

Verwey-Jonker Instituut (2024). *Mentale gezondheid van jongeren en studenten in Nederland: Een overzicht van trends en verklarende factoren*. Utrecht: Verwey-Jonker Instituut.

Verwoerdt, A., & Deen, C. (2025). *De school midden in de maatschappij*. Den Haag: Acco Uitgeverij.

Vuijk, P., & Weerheijm, R. (2022). Elkaar goedbedoeld de put in praten: Het risico van co-rumineren voor meisjes. *Kind & Adolescent Praktijk*, 21(2), 16-23.

De Wachter, D. (2019). *De kunst van het ongelukkig zijn*. Leuven: LannooCampus.

De Wachter, D. (2022). *Vertroostingen*. Leuven: LannooCampus.

Wienen, B. (2023). *Van individueel naar inclusief onderwijs*. Dordrecht: Instondo.

Wienen, B. (2025). *Laat/d de pedagogische basis met rust*. Dordrecht: Instondo.

Wienen, B., & Doornbos, W. (2024). *Ketens in onderwijsland*. Instituut voor Inclusief Onderwijs.

Yonker, J.E., Schnabelrauch, C.A., & De Haan, L.G. (2012). The relationship between spirituality and religiosity on psychological outcomes in adolescents and emerging adults: A meta-analytic review. *Journal of Adolescence*, 35(2), 299-314.

Van Yperen, T., Van de Maat, A., & Prakken, J. (2019). *Het groeiend jeugdzorggebruik. Duiding en aanpak*. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut.

colofon

Goed onderwijs voor iedereen: daar draagt de Onderwijsraad aan bij. De raad geeft al meer dan honderd jaar onafhankelijk advies over onderwijsbeleid en -wetgeving aan de regering en de Eerste en Tweede Kamer. Gevraagd én uit eigen beweging. Dit mondt uit in gefundeerde verkenningen en adviezen die focussen op oplossingen voor de langere termijn. Ze gaan over alle vormen van onderwijs: van voorschoolse voorzieningen tot aan postuniversitair onderwijs en een leven lang ontwikkelen.

De raad is onafhankelijk, met oog en oor voor ontwikkelingen en opvattingen in de samenleving en het onderwijs. De adviezen zijn gebaseerd op wetenschappelijke kennis en inzichten. En ze worden gevoed door kennis en ervaring uit de onderwijspraktijk en de praktijk van onderwijswetgeving en -beleid. De JongerenOnderwijsraad, met leerlingen en studenten van diverse leeftijden en schooltypen, voedt de raad met ervaringen en ideeën over het Nederlandse onderwijs en denkt mee over onderwerpen.

Samenstelling raad

prof. dr. L. (Louise) Elffers (voorzitter)
prof. dr. G.J.J. (Gert) Biesta
dr. D.J.M. (Dominique) Majoor
D. (Daisy) Mertens MEd
dr. C.J. (Cor) van Montfort
prof. dr. S.F. (Susan) te Pas
prof. mr. S. (Stefan) Philipsen
prof. dr. T. (Trudie) Schils
drs. L.Y.P. (Luc) Sluijsmans
mr. H. (Harmjan) Vedder
drs. M.P. (Mirjam) van Leeuwen (secretaris)

Ontwerp

thonik

Visualisatie

Things To Make And Do

Fotografie

Edwin Walvisch
© Onderwijsraad, Den Haag

Uitgave van de Onderwijsraad

Den Haag, januari 2026
ISBN 978-94-6121-097-5
Intern documentnummer AD.2500217

Publicaties bestellen

Onderwijsraad
Prins Willem Alexanderhof 20
2595 BE Den Haag
secretariaat@onderwijsraad.nl
(070) 310 00 00