

Depressieve klasgenoten helpen beter dan niet-depressieve jongeren

16 oktober 2018

Depressieve klasgenoten lijken betere helpers dan niet-depressieve jongeren. Daarbij komt dat een depressieve leerling die een ander helpt, er zelf ook wat van opvrolijkt. Dat blijkt uit promotieonderzoek van Loes van Rijsewijk (Rijksuniversiteit Groningen). Van Rijsewijk deed haar onderzoek met een onderzoekstalentbeurs van NWO en gebruikte de door NWO-gefinancierde SNARE-gegevenscollectie.



foto: Voyagerix (Shutterstock)

Als jongeren voor het eerst naar de middelbare school gaan, dan krijgen ze te maken met veel sociale, biologische en cognitieve veranderingen. Sociologe Loes van Rijsewijk (Rijksuniversiteit Groningen) vroeg aan ongeveer duizend jongeren in zo'n vijftig klassen wie hen helpt met huiswerk, met het plakken van een fietsband, of als ze het even niet meer zien zitten.

Gevers en ontvangers populair

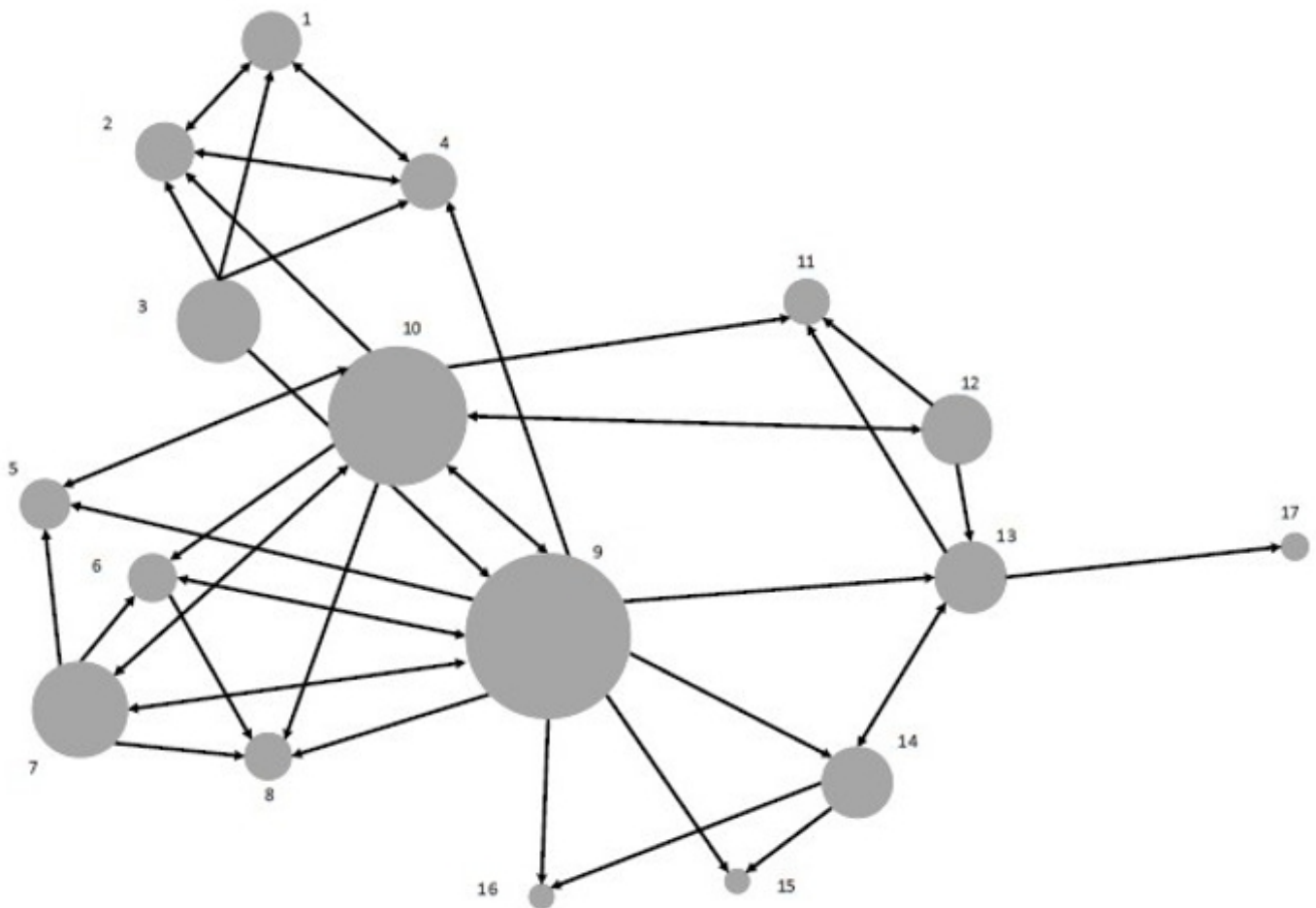
Uit het onderzoek van Van Rijsewijk blijkt dat veel jongeren elkaar helpen. Daarbij valt het op dat zowel gevers als ontvangers populairder zijn in de klas. Van Rijsewijk: "Dus niet alleen jongeren die hulp geven, maar ook jongeren die hulp krijgen, worden sociaal geaccepteerd. Dat gaat tegen de heersende theorieën in."

Lamme helpt blinde

Daarnaast lijken depressieve jongeren betere helpers dan niet-depressieve jongeren. Van Rijsewijk: "Als depressieve leerlingen anderen helpen, dan is deze hulprelatie duurzamer. De relatie wordt langer aangehouden. Dit komt misschien doordat depressieve jongeren zich beter kunnen inleven in de problemen van anderen en daardoor betere hulp geven."

Volgens Van Rijsewijk vermindert het geven van hulp bovendien de eigen depressieve symptomen. "Misschien leren de hulpgevers van hun eigen adviezen. Of misschien voelen ze zich gesterkt wanneer ze ontdekken dat klasgenoten zich ook slecht kunnen voelen."

Onevenwichtig hulpnetwerk



Onderzoekers stelden aan leerlingen de vraag: "Wie helpt jou met problemen?". In deze klas geeft leerling 9 aan dat zij van vier medeleerlingen hulp krijgt. Leerling 17 krijgt alleen hulp van leerling 13 en geeft aan niemand hulp.

Soort zoekt soort

Jongeren zijn selectief als het gaat om wie ze om hulp vragen of aan wie ze hulp geven. De meeste jongeren hebben twee of drie gelijkgestemde helpers. Meisjes vragen bijvoorbeeld vaker hulp van andere meisjes en depressieve jongeren zoeken lotgenoten op.

Les voor docent

Van Rijsewijk adviseert docenten om per klas het sociale netwerk met leerlingen te bespreken. Zo kunnen docenten en leerlingen bijvoorbeeld zien dat leerling 9 van vier medeleerlingen hulp krijgt en dat leerling 17 geïsoleerd is. Volgens Rijsewijk zou de docent vervolgens bewust leerlingen kunnen koppelen: "De docent kan aan leerling 9 vragen om leerling 17 te helpen. Zo wordt leerling 17 via leerling 9 meer betrokken bij het netwerk, en daarmee bij de uitwisseling van hulp."

Meer informatie

Loes van Rijsewijk (1990) deed haar promotieonderzoek met een [onderzoekstalentbeurs van NWO](#). Van Rijsewijk schreef het voorstel voor de beurs in beginsel als een oefening voor een vak tijdens haar onderzoeksmaster. Uiteindelijk nam het voorstel serieuze proporties aan, diende ze het in bij NWO en kreeg ze financiering. Van Rijsewijk gebruikte en vulde onder andere de SNARE-gegevenscollectie aan die gefinancierd wordt door NWO. Ze hoopt op 18 oktober te promoveren aan de Rijksuniversiteit Groningen. Het proefschrift van Van Rijsewijk is getiteld '[Antecedents and consequences of helping among adolescents](#)'. Haar promotor is [René Veenstra](#). Copromotors zijn [Jan Kornelis Dijkstra](#) en [Christian Steglich](#). Loes van Rijsewijk werkt nu als onderzoeker bij de afdeling Onderzoek, Informatie en Statistiek van de gemeente Groningen.

Kenmerken

Wetenschapsterrein

Sociale en Geesteswetenschappen

Programma

Onderzoekstalent

Speerpunt

Vrij onderzoek en talent (2015-2018).