



Universiteit
Leiden
The Netherlands

Op naar (nóg) betere schoolinterventies: interview met Esther Mertens

Mertens, E.C.A.

Citation

Mertens, E. C. A. (2023). Op naar (nóg) betere schoolinterventies: interview met Esther Mertens. In *Tijdschrift voor Orthopedagogiek* (pp. 4-11). Retrieved from <https://hdl.handle.net/1887/3718535>

Version: Publisher's Version
License: [Leiden University Non-exclusive license](#)
Downloaded from: <https://hdl.handle.net/1887/3718535>

Note: To cite this publication please use the final published version (if applicable).



Op naar (nóg) betere school- interventies

Interview met
Esther Mertens

Voor sociaal-emotionele ontwikkeling bestaan talrijke schoolinterventies, van uitgebreide antipestprogramma's tot korte trainingen om de weerbaarheid van leerlingen te versterken. Onderzoeker Esther Mertens keek in een metastudie hoe deze interventies onderzocht zijn en welke onderdelen er mogelijk voor zorgen dat ze effectief zijn.

Winnifred Jelier

Het voelt als een tijd geleden dat Esther Mertens promoveerde op haar onderzoek naar schoolinterventies voor sociaal-emotionele ontwikkeling in het middelbaar onderwijs, vertelt ze aan de telefoon. Sinds haar promotie in 2021 heeft de wereld niet bepaald stilgestaan. Maar al snel zit ze er weer middenin als ze begint te vertellen. Haar promotie bestond uit een uitgebreide metastudie en daarnaast een praktijkonderzoek naar het programma Rots & Water (zie kader). In de metastudie analyseerde ze ruim honderd effectstudies van bijna honderd interventieprogramma's. Ze richtte zich met name op 'universele schoolinterventies', programma's waarbij vooraf geen selectie van typen jongeren is gemaakt en die je op school breed kunt inzetten.

Wat hoopte u met uw onderzoek te bereiken?

'Veel scholen maken gebruik van programma's voor sociaal-emotionele ontwikkeling. Veel van die programma's laten positieve resultaten zien. Maar hoe komt het nu dat sommige interventies goed werken en andere minder goed? Welke onderdelen zijn doorslaggevend? Om antwoord te krijgen op die vragen maakte ik een inventarisatie van bestaand onderzoek. Dankzij deze

inventarisatie kreeg ik inzicht in wat er al bekend is over schoolinterventies en waar nog onduidelijkheid over bestaat.

Een van de eerste dingen die opviel, was de grote variatie: de verschillen tussen interventies zijn groot. Ze verschillen zowel in de doelen die ze hebben als hoe deze doelen bereikt moeten worden. Ook nemen sommige programma's weken of maanden in beslag, terwijl andere trainingen in enkele uren zijn afgerond.'

Wat waren de belangrijkste conclusies in de metastudie?

'Het positieve nieuws is dat we goed op weg zijn met universele schoolinterventies: scholen gebruiken over het algemeen programma's die positieve

'Interventies op scholen laten positieve resultaten zien, maar de effecten zijn klein en nemen na verloop van tijd af'



resultaten laten zien en dus bevorderlijk werken voor de sociaal-emotionele ontwikkeling van jongeren. Maar er is ruimte voor verbetering. Zo zijn de effecten van de programma's vaak klein en nemen ze - voor zover dat gemeten is - na verloop van tijd af.

In interventies kun je vaak drie dimensies of "componenten" onderscheiden: een inhoudelijke component, een component die gericht is op het type instructie, dus het "hoe" van de interventie, en een structurele component, waarbij het bijvoorbeeld gaat om wie er allemaal betrokken worden bij het aanleren van nieuwe vaardigheden. Zo verlangen sommige interventies dat niet

alleen de leraar, maar ook de rest van de school en ouders een actieve rol spelen in de ontwikkeling van bepaalde sociaal-emotionele vaardigheden. Voor de meta-analyse ben ik bij elke interventie nagelopen welke specifieke onderdelen aanwezig waren en vervolgens gaan kijken of effectieve interventies misschien bepaalde onderdelen overeenkomstig hadden die het succes konden verklaren.

Opvallend was dat veelgebruikte onderdelen niet per se samenhangen met een grotere effectiviteit. Anders gezegd: ook al is een onderdeel populair onder ontwikkelaars van interventies, dat betekent nog niet dat dit onderdeel ook werkelijk een bijdrage levert aan de effectiviteit van het programma.

Ook bleek dat interventies die een brede betrokkenheid verlangen, soms effectiever zijn: hoe meer contexten van het leven van de jongere worden meegenomen in de interventie, hoe beter. Dat inzicht is in lijn met eerder onderzoek. Zo zijn antipestprogramma's vaak effectiever als de hele school meedoet en niet alleen een specifieke klas. Hierop waren wel uitzonderingen, zoals

'In veel onderzoek wordt gekeken of een interventie werkt en in welke mate, maar het blijft onduidelijk waarom'

Rots & Water in het vmbo, maar dit is de algemene tendens.

Lastig is natuurlijk dat in praktijk dit soort brede interventies voor scholen niet altijd geschikt zijn. Het kost immers vaak meer moeite en tijd om met een schoolbrede interventie aan de slag te gaan dan met eentje die je in een enkele klas gebruikt. Maar toch kan het zinvol zijn om een bredere aanpak te overwegen als een interventie hierom vraagt.'

Waren er ook specifieke interventieonderdelen die extra effectief of juist niet effectief bleken?

'Onder interventies die het zelfvertrouwen van leerlingen proberen te vergroten, bleek dat de interventies vaak effectiever waren als ze geen oefeningen voor emotieregulatie bevatten. Emotieregulatie kan bijvoorbeeld aangeleerd worden door emoties te benoemen in lastige situaties of door jongeren zich bewust te maken van hoe hun lichaam reageert op emotionele situaties. Maar kennelijk dragen zulke oefeningen niet per se bij aan een groter zelfvertrouwen, ook al kunnen zulke oefeningen in een andere context wel heel zinvol zijn.

Meer onderzoek is nodig om te begrijpen hoe verschillende onderdelen samenhangen met effectiviteit. Welke onderdelen moeten in een interventie terugkomen om het doel te bereiken waarvoor de interventie is ontwikkeld? En op welke manier? Deze vragen verdienen meer aandacht.'

Is er in onderzoek nu te weinig aandacht voor algemene kenmerken van succesvolle interventies?

'Veel studies richten zich op een enkele interventie. De onderzoeker neemt een specifiek programma als uitgangspunt en ontwerpt hiervoor een evaluatie. Op basis van zo'n evaluatie kun je zeggen of een interventie werkt en in welke mate, maar niet waarom.

Ook neemt zo'n evaluatie vaak veel tijd in beslag, soms wel enkele jaren. Tegen de tijd dat het onderzoek is afgerond, zijn er misschien alweer nieuwe, verbeterde versies van de interventie op de markt die de inzichten uit de effectmeting ondermijnen. Het wordt tijd dat we in het onderzoek naar schoolinterventies een verdiepingsslag maken: we



Wie is Esther Mertens?

Hoe zitten interventies voor sociaal-emotionele ontwikkeling in elkaar? Welke interventies en componenten zijn het meest zinvol? En hoe kan technologie een bijdrage leveren aan interventies? Vragen als deze en vele andere zijn dagelijkse kost voor Esther Mertens, onderzoeker bij de Universiteit Leiden. Mertens promoveerde in 2021 aan de Universiteit Utrecht met onderzoek naar de effecten van schoolinterventies. Hiervoor deed ze een metastudie op basis van ruim honderd onderzoekspublicaties en heeft ze onder vmbo-leerlingen een grootschalige studie uitgevoerd naar de effectiviteit van Rots & Water, een programma voor de ontwikkeling van sociaal-emotionele vaardigheden. Eerder volgde ze aan de Universiteit Utrecht de research master *Development and Socialization in Childhood and Adolescence* en de klinische master Orthopedagogiek.

In 2021 startte Mertens met een onderzoek binnen het project FutureU van hoogleraar Jean-Louis van Gelder, waarbij deelnemers met hulp van een smartphone-app en virtual reality worden aangemoedigd om een band op te bouwen met hun toekomstige zelf. De eerste resultaten worden in de zomer van 2023 verwacht.

moeten niet alleen kijken naar hoe een specifieke interventie werkt, maar ook hoe de verschillende onderdelen van deze interventie werken. En dus ook hoe de werking van het ene onderdeel samenhangt met de werking van andere onderdelen. Zodra we meer inzicht hebben in de werkzame onderdelen, wordt het mogelijk om bestaande interventies inhoudelijker te evalueren en wordt het eenvoudiger om nieuwe, succesvolle interventies in elkaar te zetten.'

Wat ziet u als de grootste uitdagingen voor onderzoek naar interventies?

'Componentenonderzoek zoals ik dat voorstel, is niet eenvoudig. Hoe onderscheid je nu het best de verschillende onderdelen van een interventie? En hoe kun je deze afgezonderd bestuderen? Een

component kan op verschillende manieren uitgevoerd worden en de werking van een component kan beïnvloed worden door interactie met andere componenten. Het helpt dat er inmiddels veel onderzochte interventies op de markt zijn. Het onderzoek dat hieraan ten grondslag ligt, kan het startpunt zijn voor nieuwe metastudies die hopelijk meer inzicht geven in hoe de verschillende componenttypen met elkaar samenhangen.'

Is componentenonderzoek ook zinvol voor interventies voor kinderen met specifieke problemen, zoals programma's voor kinderen met adhd of autisme?

'Componentenonderzoek is mogelijk en zinvol voor alle soorten interventies. Elke interventie is opgebouwd uit verschillende onderdelen waarvan



het goed zou zijn om te weten of en in welke mate deze bijdragen aan de effectiviteit van de interventie. Interessant zou zijn om te achterhalen of componenten die effectief zijn in bepaalde universele schoolinterventies, ook effectief zijn in andere interventies, zoals interventies voor kinderen met adhd of autisme. Mogelijk blijken sommige componenten werkzaam voor allerlei vaardigheden en zijn andere componenten alleen effectief voor een hele specifieke vaardigheid.'

In uw promotieonderzoek keek u ook naar langetermijneffecten van interventies voor sociaal-emotionele ontwikkeling. Zag u iets bijzonders?

'Van ongeveer de helft van de interventies zijn de langetermijneffecten niet onderzocht. Van die interventies weten we dus niet of de verandering in gedrag blijvend was of maar een korte periode duurde. Op basis van de interventies waarbij deze effecten wel zijn gemeten, komt niettemin een positief beeld naar voren. Ze blijven effectief, ook al wordt het effect na verloop van tijd zwakker. Hier zijn verschillende mogelijke verklaringen voor. Zo kan het zijn dat jongeren naarmate de tijd vordert minder actief bezig zijn met bepaalde vaardigheden, waardoor ze af en toe weer oud gedrag vertonen.

Met alle interventies ambiëren we dat leerlingen de nieuwe sociaal-emotionele vaardigheden onderdeel maken van hun dagelijks functioneren. Het gaat er niet om dat ze voortdurend bewust bepaald gedrag laten zien, maar wel dat ze zich automatisch zo gaan gedragen, ook een jaar of twee jaar nadat ze een specifieke vaardigheid hebben aangeleerd. In praktijk zien we dit nog maar beperkt terug. Door meer inzicht te verwerven in hoe de interventies zijn opgebouwd en welke onderdelen samenhangen met effecten op

'Onderzoekers moeten niet alleen kijken naar effectiviteit, maar ook naar hoe verschillende onderdelen werken'

Rots & Water in het vmbo

Voor haar promotieonderzoek deed Esther Mertens niet alleen een metastudie naar interventies voor sociaal-emotionele ontwikkeling, maar testte ze ook het trainingsprogramma Rots & Water onder vmbo-leerlingen. Dit programma, dat op veel basisscholen gebruikt wordt, bleek ook aan te slaan bij vmbo'ers, met name in de brugklas. De vmbo-leerlingen die meededen aan het programma, voelden zich gemiddeld prettiger. Ze lieten kleine verbeteringen zien in psychologisch welzijn, seksuele autonomie, zelfcontrole, emotieregulatie en internaliserend gedrag. Ook waren ze minder agressief dan leerlingen uit de controlegroep. Het succes had weinig te maken met de persoonlijkheidskenmerken van leerlingen, maar bleek vooral af te hangen van de manier waarop Rots & Water op school gegeven wordt. Zo hielp het als een kernteam van leraren - en niet de hele school - verantwoordelijk was voor de verzorging van het programma.

de lange termijn, kunnen we hier mogelijk verandering in brengen.'

Momenteel doet u onderzoek naar een interventie om mensen te helpen om meer toekomstgerichte keuzes te maken. Hoe sluit dit aan op het onderzoek naar onderdelen van interventies?

'In ons onderzoeksproject FutureU, onder leiding van hoogleraar Jean-Louis van Gelder, brengen we met hulp van een smartphone-app en virtual reality mensen in aanraking met hun tien jaar oudere zelf. Deze tien jaar oudere zelf is een constructie die we maken op basis van informatie die we van deelnemers krijgen. We moedigen de deelnemers aan om deze toekomstige zelf beter te leren kennen en er een band mee op te bouwen. Het achterliggende idee is dat mensen zich hierdoor meer bewust worden van hoe hun keuzes doorwerken in de toekomst.

Databank effectieve jeugdinterventies

Het Nederlands Jeugd Instituut heeft de databank *Effectieve jeugdinterventies* ontwikkeld. Hierin vind je uiteenlopende interventies voor steun bij de opvoeding en ontwikkeling van kinderen en jongeren. Van elke interventie staat beschreven wat de inhoud is en hoe de interventie werkt. Alle interventies zijn door een onafhankelijke erkenningscommissie beoordeeld, zodat je snel kunt zien of ze effectief zijn en mogelijk van nut kunnen zijn voor het doel dat je ermee wilt bereiken.

Bekijk hier de databank: www.nji.nl/interventies.

Onderdeel van het onderzoek is om te kijken welke technologische toepassing beter werkt. Een voordeel van een app is het gebruikersgemak: de meeste mensen dragen hun smartphone altijd bij zich en kunnen dus eenvoudig met de interventie aan de slag. Ook stelt de app ons als onderzoekers in staat om mensen pushberichten te sturen waarmee we hen kunnen aanmoedigen om met de interventie aan de slag te gaan. Maar ook virtual reality heeft duidelijke voordelen. Zo kunnen mensen zich dankzij virtual reality vaak beter concentreren op wat er van hen verlangd wordt en kunnen zij zich beter inleven in hun toekomstige zelf, doordat ze visueel en auditief worden afgesloten van de buitenwereld.'

Op wie is het onderzoeksproject FutureU gericht?

'Onze doelgroep bestaat uit mensen voor wie het op de een of andere manier lastig is om toekomstgerichte keuzes te maken of die een grote verandering doormaken. Dit kunnen zowel jongeren als volwassenen zijn. We hebben eerst onderzoek gedaan onder delinquenten en kijken nu naar eerstejaars studenten.

Toekomstgerichte keuzes maken verlangt dat je impulsief gedrag onderdrukt. Maar in bepaalde fasen van ons leven is dat moeilijker. Studenten vragen zich bijvoorbeeld af of ze vanavond

zullen gaan stappen met vrienden of dat het misschien beter zou zijn als ze voor een tentamen zouden leren.

Een toepassing als deze is mogelijk ook interessant voor leerlingen in het voortgezet onderwijs. Veel jongeren worstelen bijvoorbeeld met de vraag welke vervolgopleiding ze moeten doen. Misschien helpt het als zij een sterkere band ontwikkelen met hun toekomstige zelf.'

Hoe werkt de interventie?

'Via de app krijgen deelnemers korte opdrachten voorgelegd die hen helpen om zich een concreet beeld te vormen van hun toekomstige zelf en om het perspectief van deze zelf in te nemen. We laten deelnemers een portretfoto uploaden waarvan vervolgens een oudere versie wordt gemaakt. Ook vragen we hun om na te denken over hoe ze zichzelf over tien jaar zien. Hoe ziet hun familie-situatie er dan uit? Wat voor werk hebben ze? Hoe ziet hun vriendenkring eruit?

In de virtual reality-omgeving kunnen deelnemers in de schoenen stappen van hun toekomstige zelf. Hiervoor maken we gebruik van twee avatars: de ene is hun huidige zelf en de andere hun toekomstige zelf. Ook deze avatars zijn gemaakt op basis van een portretfoto. Tijdens oefeningen wisselen de deelnemers van avatar, terwijl ze ingaan op verschillende vragen. Op die manier stimuleren we hen om een duidelijk beeld van hun toekomstige zelf te vormen en ook om keuzes en uitdagingen vanuit het perspectief van hun toekomstige zelf te benaderen.

In beide gevallen zal de interventie hopelijk bijdragen aan de bewustwording dat je gedrag invloed heeft op je toekomst en dat impulsieve keuzes in het hier en nu weliswaar positieve

In de virtual reality-omgeving kunnen deelnemers in de schoenen stappen van hun toekomstige zelf

Een interventie kan in onderzoek als zeer effectief uit de bus komen, maar toch ongeschikt zijn

gevoelens kunnen opleveren, maar op de lange termijn destructief kunnen uitpakken. In beide gevallen verwachten we dat de interventie effectiever is dan alleen maar tegen mensen zeggen dat ze zich verantwoordelijker moet gedragen.'

Het aanbod aan interventies voor sociale-emotionele ontwikkeling is groot. Hoe weet je nu welke interventie geschikt is voor jouw school of klas?

'Dankzij het NJi is er een handig overzicht beschikbaar van effectieve interventies (zie kader). Voor diverse doelen zijn meerdere interventies op de markt. Het hangt af van de context van je school of klas welke het meest geschikt is. Een interventie kan in onderzoek als zeer effectief uit de bus komen, maar toch ongeschikt zijn voor jullie situatie. Ik herinner me bijvoorbeeld een trainingsprogramma waarin een onderdeel over intuïtie zat waarvan sommige religieuze scholen aangaven dat ze dit lastig konden verzoenen met hun geloofsovertuigingen. De rationale van de interventie botst in zo'n geval met de context van de school. Het kan dan beter zijn om een andere interventie te kiezen.'

Winnifred Jelier

journalist

René Schotanus

Fotograaf