

DRUK IN HET VOORTGEZET ONDERWIJS

ONDERZOEK NAAR OORZAKEN VAN SCHOOLDRUK IN HET VOORTGEZET ONDERWIJS

RAPPORT

seo • economisch onderzoek

 **Trimbos**
instituut

AUTEURS

WOUTER VERMEULEN, TIM SCHWARTZ, STEVEN HOEKSTRA EN MARLOES KLEINJAN

IN OPDRACHT VAN

MINISTERIE VAN ONDERWIJS, CULTUUR EN WETENSCHAPPEN

AMSTERDAM, JUNI 2021

Samenvatting

Bijna de helft van ondervraagde scholieren voelt best veel tot veel druk door het schoolwerk dat ze moeten doen. Dit komt volgens hen vooral door toetsen, cijfers en huiswerk. Scholen en ouders zien de druk vanuit de samenleving om te presteren als belangrijkste oorzaak.

Het percentage scholieren in het voortgezet onderwijs dat nogal veel of veel druk ervaart van schoolwerk is sinds 2001 verdubbeld. Meerdere partijen hebben hiervoor aandacht gevraagd, waaronder de Raad van Volksgezondheid en Samenleving, het RIVM en UNICEF. Daarom doen SEO Economisch Onderzoek en het Trimbos-instituut in opdracht van het ministerie van OCW onderzoek naar oorzaken van de toegenomen schooldruk en wat hieraan gedaan kan worden. Hiertoe is een enquête onder 20 duizend vo-scholieren uitgezet die door 5 duizend scholieren is ingevuld. Daarnaast zijn gegevens uit een eerdere enquête van het Trimbos-instituut opnieuw geanalyseerd en is gesproken met scholen en experts.

Bijna de helft van de ondervraagde scholieren voelt best veel tot veel druk door het schoolwerk dat ze moeten doen. Bijna driekwart van de ondervraagde havo- en vwo-scholieren ervaart best veel tot veel druk om goede resultaten te halen op school. Deze percentages lijken in de coronacrisis toegenomen en scholieren geven zelf ook aan druk te ervaren door de veranderingen als gevolg van corona. Scholieren die druk ervaren hebben vaker last van stressgerelateerde symptomen, zoals vermoeidheid, een slecht humeur en slecht slapen. Een kanttekening bij deze cijfers is dat scholieren die veel last hebben van druk misschien eerder geneigd zijn om de enquête in te vullen, wat tot een overschatting van de schooldruk leidt.

Scholieren ervaren druk door toetsen, cijfers en huiswerk

Scholieren voelen veel druk door toetsen, huiswerk en het behalen van goede cijfers. Dit blijkt uit Figuur S.1 waarin de onderwerpen die in de enquête aan bod zijn gekomen in volgorde staan van de mate waarin scholieren aangeven hierdoor druk te ervaren. Deze factoren hangen ook sterk samen met de mate waarin scholieren schooldruk in het algemeen ervaren. Voor schooldruk in het algemeen is de hoeveelheid huiswerk de belangrijkste verklarende factor.

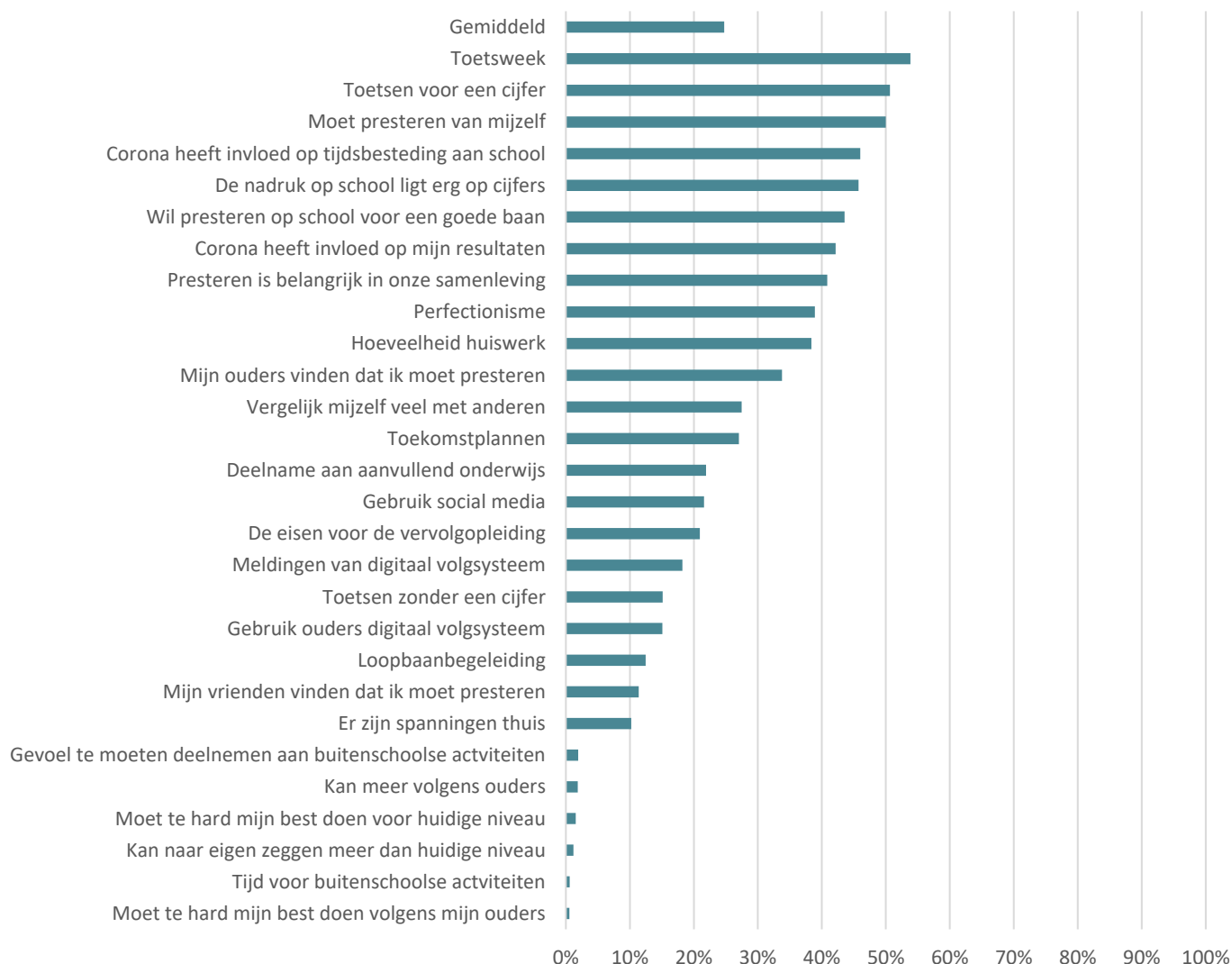
De samenleving legt druk op om te presteren

Ruim veertig procent van de ondervraagde scholieren ervaart best veel tot veel druk door het belang van presteren in onze samenleving. In gesprekken met leraren, leidinggevenden op scholen, vertrouwenspersonen en ouders komt dit als belangrijkste factor naar voren. Er wordt volgens hen steeds meer van scholieren verwacht – niet alleen wat betreft schoolprestaties, maar ook op andere vlakken zoals sport, een druk sociaal leven en later een goede baan.

Selectie naar schooltype veroorzaakt druk

Van scholieren in de onderbouw van de havo ervaart de helft best veel tot veel schooldruk, terwijl dit aandeel voor scholieren met een havo-advies in een brede brugklas onder de veertig procent ligt. Scholieren die niet op het schooltype zitten dat aansluit bij hun schooladvies of de resultaten van de eindtoets op de basisschool, ervaren meer schooldruk. Ook scholieren die volgens henzelf of hun ouders niet op het juiste schooltype zitten, ervaren hierdoor druk – al is de omvang van de groep voor wie dit speelt in onze enquête beperkt. De instroom in havo- en vwo-scholen nam de afgelopen tien jaar toe ten opzichte van het vmbo en in gesprekken op scholen wordt de ‘opwaartse druk’ om kinderen zoveel mogelijk op een havo- of vwo-school te krijgen als verklaring voor schooldruk breed herkend.

Figuur S.1 Verklaringen gerelateerd aan toetsen, presteren en cijfers grootste oorzaken van schooldruk



Bron: Enquête SEO (2021)

Toelichting: Deze figuur toont per mogelijke oorzaak welk aandeel van de scholieren heeft geantwoord hier best veel of veel druk door te ervaren.

Verschillen tussen scholieren zijn groot

Een aanzienlijk deel van alle scholieren ervaart weinig school- en prestatiedruk. In een uitsplitsing naar verschillende groepen, op basis van de manier waarop ze druk ervaren, gaat het om 53 procent van alle scholieren. Een tweede groep (14 procent) ervaart veel schooldruk en stress, maar weinig prestatiedruk. Een derde groep (33 procent) ervaart gematigde schooldruk, maar juist veel stress en prestatiedruk. Deze groep scoort ook het laagst op verschillende aspecten van mentaal welbevinden. Meisjes, scholieren uit hogere leerjaren en het schooltype havo en vwo zijn erin oververtegenwoordigd, terwijl de omvang van groep die vooral schooldruk ervaart voor elk leerjaar en schooltype ongeveer gelijk is.

Toetsen concreet aangrijpingspunt om schooldruk te verminderen

Scholen kunnen de druk verminderen door minder te toetsen. Vooral het geven van cijfers komt sterk naar voren als oorzaak van schooldruk. Scholen kunnen de nadruk op cijfers beperken door meer gebruik te maken van formatieve evaluatie waarbij de nadruk ligt op inzicht in de voortgang van de individuele scholier en wat er nodig is om zijn of haar doelstelling te realiseren. Daarnaast kunnen scholen de druk

verminderen door de hoeveelheid huiswerk te beperken, iets te doen aan het 24/7-karakter van digitale schoolsystemen, meer te investeren in loopbaanoriëntatie en begeleiding en meer aandacht in te ruimen voor stress en welbevinden op school.

Minder scherpe grenzen tussen schooltypen in ons onderwijssysteem kunnen helpen om de schooldruk te beperken, bijvoorbeeld door brede brugklassen in te voeren of door meer ruimte te creëren voor differentiatie in het niveau waarop vakken worden aangeboden. Een andere optie op het niveau van het onderwijssysteem is het meer systematisch rapporteren over de schooldruk op scholen. Dit maakt de uitruil tussen goede prestaties en excellentie enerzijds en de druk die dit op sommige scholieren legt anderzijds inzichtelijk, zodat ouders en hun kinderen hierin een bewuste keuze kunnen maken. Verder zal de discussie over de verwachtingen die beleid, scholen en ouders van kinderen hebben en de keerzijde van de druk die jongeren ervaren om te presteren de komende jaren ook in de samenleving gevoerd moeten worden.

Inhoudsopgave

1	Inleiding	1
1.1	Aanleiding	1
1.2	Vraagstelling	2
1.3	Aanpak	3
1.4	Opbouw van de rapportage	3
2	Hoe hoog is de schooldruk?	4
2.1	Ervaren schooldruk, prestatiedruk en tijdsdruk	4
2.2	Impact coronapandemie op de ervaren schooldruk	7
2.3	Verschillen tussen scholieren in ervaren van druk	8
3	Oorzaken van schooldruk	15
3.1	Overzicht van hypothesen	15
3.2	Algemene beeld	18
3.3	Maatschappij	22
3.4	Schoolsysteem	23
3.5	School	26
3.6	Directe omgeving	28
3.7	Scholier	30
4	Beleidsopties	34
4.1	Scholen	34
4.2	Onderwijssysteem	36
4.3	Bredere samenleving	37
4.4	Conclusie	37
Bijlage A	Latenteklassenanalyse	43
Bijlage B	Conceptueel kader	44
Bijlage C	Lijst gesproken personen	49
Bijlage D	Vragenlijst enquête	50
Bijlage E	Beschrijving steekproef	61
Bijlage F	Partiële correlaties	63
Bijlage G	Overzicht scholen	66

1 Inleiding

Het percentage scholieren dat nogal veel of veel druk ervaart van schoolwerk is sinds 2001 verdubbeld. Het ministerie van OCW wil graag weten waarom zoveel jongeren schooldruk ervaren en wat hieraan gedaan kan worden.

Steeds meer scholieren ervaren druk door schoolwerk. In het voortgezet onderwijs is het aandeel scholieren dat (nogal) veel druk ervaart tussen 2001 en 2017 verdubbeld. Het recente UNICEF-rapport 'Geluk onder druk?' concludeert dat een op de vier jongeren stress ervaart van school of huiswerk. Dit percentage ligt hoger dan bij enige andere onderzochte stressfactor, zoals social media of de thuissituatie. Om beleid te kunnen voeren om stress door schooldruk onder jongeren te verminderen heeft het ministerie van OCW inzicht nodig in de oorzaken van de schooldruk en waarom deze de laatste jaren is toegenomen.

SEO Economisch Onderzoek en het Trimbos-instituut hebben hier in opdracht van het ministerie van OCW onderzoek naar gedaan. Deze inleiding beschrijft de aanleiding voor dit onderzoek, de manier waarop we het onderzoek hebben aangepakt en de opbouw van de rapportage.

1.1 Aanleiding

De maatschappelijke aandacht voor mentaal welzijn en mentale druk onder kinderen en jongeren is groter dan ooit. De grondslag voor deze toegenomen aandacht wordt gevormd door verschillende rapporten die de afgelopen drie jaar zijn uitgebracht. Daarin werd gewaarschuwd voor de toegenomen maatschappelijke verwachtingen en mentale druk onder jongeren. Rond de zomer van 2018 kwam het RIVM met haar Volksgezondheid Toekomstverkenning (VTV) waarin gesignaleerd werd dat de mentale druk onder jongeren toenam (RIVM, 2018). "Veel jongeren en jongvolwassenen ervaren druk om te presteren en dit lijkt toe te nemen," aldus de themaverkenning. Deze ontwikkeling kon volgens het RIVM ook consequenties hebben voor de psychische gezondheid van jongeren en jongvolwassenen en mogelijk leiden tot meer burn-out of burn-outachtige klachten. Het was echter op dat moment nog moeilijk om dat met cijfers inzichtelijk te maken, ook omdat er veel verwarring was over begrippen en definities.

Diezelfde zomer kwam er ook een rapport uit van de Raad van Volksgezondheid en Samenleving (RVS) waarin gewaarschuwd werd voor de hoge verwachtingen die de maatschappij aan jongeren en jongvolwassenen stelt en hoe zich dat kan vertalen naar een hoge mentale druk (RVS, 2018). Aan het einde van de zomer in 2018 verscheen het rapport Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) waarin geconstateerd werd dat sinds 2001 het percentage scholieren dat nogal veel of veel druk ervaart van schoolwerk verdubbeld was (Stevens, Van Dorselaer, Boer e.a., 2018). Deze drie rapporten leidden destijds tot een serie alarmerende berichten in de media die elkaar gedurende de zomerperiode van 2018 in korte tijd opvolgden.

Om de alarmerende signalen beter te kunnen duiden zijn na september 2018 een aantal vervolgonderzoeken uitgezet en uitgevoerd om meer zicht op het mogelijke probleem van mentale druk en stress onder jongeren en jongvolwassenen te verkrijgen. Een van deze onderzoeken is het rapport van het RIVM, Trimbos-instituut en Amsterdam UMC over de beschikbare cijfers omtrent de mentale gezondheid en ervaren stress van jongeren en jongvolwassenen in de leeftijd van 12-25 jaar (Schoemaker, Kleinjan, Van der Borg e.a., 2019). In dit onderzoek werd onder andere geconcludeerd dat er geen landelijke cijfers beschikbaar zijn over stress en prestatiedruk.

Het ontbreken van een goed landelijk beeld met betrekking tot de mentale gezondheid en de ervaren stress en (prestatie)druk was mede aanleiding voor UNICEF om het Trimbos-instituut, de Universiteit Utrecht en Stichting Alexander te vragen een groot landelijk onderzoek uit te voeren naar het mentale welbevinden, de stress, prestatiedruk en psychosociale problemen onder jongeren in Nederland (10-18 jaar). Dit onderzoek, 'Geluk onder Druk?' (Kleinjan, Pieper, Stevens e.a., 2020), laat zien dat ondanks de onderbuikgevoelens het mentale welbevinden van jongeren relatief stabiel lijkt door de jaren heen. Ook het percentage jongeren dat verhoogd scoorde op emotionele problemen bleef redelijk gelijk door de tijd, al nam het licht af onder meisjes. Wel zijn er verschillen tussen groepen jongeren: de ene groep weet beter met stress en moeilijke gebeurtenissen om te gaan of weet beter te 'floreren' dan andere groepen.

Uit dit onderzoek bleek ook dat de ervaren druk door schoolwerk de afgelopen tien jaar behoorlijk is gestegen en ook tussen 2017 en 2019 hoog blijft. Stress werd door jongeren voornamelijk ervaren vanuit school en huiswerk; met 27 procent lag dit percentage significant hoger dan bij enige andere onderzochte stressfactor, zoals social media (2 procent), de mening van anderen (9 procent) of de thuissituatie (7 procent). Voor jongeren op de havo, het vwo of met een westerse migratieachtergrond geldt dit effect nog sterker. Ook neemt de ervaren stress toe met de leeftijd, op 16-jarige leeftijd ervaart de helft van de jongeren stress vanuit school of huiswerk.

Het ervaren van meer schooldruk hing daarnaast samen met het ervaren van minder levenstevredenheid, meer psychosomatische klachten en meer emotionele problemen (Kleinjan e.a., 2020; Stevens e.a., 2018). Ook bleek dat de afname in emotioneel welbevinden in de periode 2009 en 2013 voor een groot deel verklaard wordt door een toename van schooldruk in dezelfde periode (De Looze e.a., 2020). Dit geeft aan dat schooldruk ten koste lijkt te gaan van het mentale welbevinden van jongeren.

Hoewel de invloed van schooldruk op stress en het mentale welbevinden onder jongeren dus bewezen lijkt, blijven de onderliggende oorzaken hiervan nog onduidelijk. Dit maakt het lastig voor het ministerie van OCW om concrete aanknopingspunten voor de aanpak van dit probleem te vinden. Het huidige onderzoek heeft als doel om hier meer inzicht in te geven. Hierop is ook aangedrongen vanuit meerdere maatschappelijke organisaties na de toenemende berichtgeving over stress onder jongeren. Bovendien is in 2018 en 2020 vanuit de Tweede Kamer in twee moties aangedrongen op nieuw onderzoek over het effect van aanvullend onderwijs op de prestatiedruk onder jongeren en het effect van deze druk op hun maatschappelijke betrokkenheid.

1.2 Vraagstelling

Het doel van het onderzoek is om meer zicht te krijgen op de oorzaken die liggen achter die toenemende ervaren druk ten aanzien van school die scholieren in het vo ervaren. Het ministerie van OCW stelt de volgende vragen:

1. Wat veroorzaakt schooldruk (het kan hier gaan om zowel toets- als prestatiedruk)?
2. Waardoor is die druk de afgelopen jaren toegenomen?
3. Wat zijn aangrijpingspunten om die druk te verminderen?

Bij de beantwoording van deze onderzoeksvragen vraagt het ministerie aandacht voor:

- De mogelijke rol (zowel qua verhoging als verlaging van de druk) van de volgende factoren op schoolstress: toetscultuur, formatief toetsen, LOB, doorstroom en selectie (richting vervolgonderwijs), executieve functies en digitale systemen als Magister;
- De verschillen tussen schoolsoorten, zowel als het gaat om het in kaart brengen van de problematiek als het doen van aanbevelingen;
- De extra schooldruk die het gevolg is van corona. Het onderzoek moet een beeld geven van de 'gewone' schooldruk.

1.3 Aanpak

Dit onderzoek volgt een hypothesegestuurde aanpak waarin we vooraf opgestelde en gaandeweg het onderzoek verder aangescherpte hypothesen toetsen. Om de verschillende bronnen te benutten, de diverse actoren aan het woord te laten en om zowel algemene informatie als informatie bij een representatieve groep vo-scholieren op te halen maken we gebruik van een 'mixed methods'-benadering: zowel verscheidende kwalitatieve als kwantitatieve onderzoeksmethoden.

Het onderzoek is gestart met een verkenning van wat er al bekend is in de literatuur over de mogelijke oorzaken van tijdsdruk. Daarnaast hebben we stakeholders en wetenschappelijke experts gesproken. Op basis van de hieruit verkregen informatie is een conceptueel kader uitgewerkt en hebben we een aantal hypothesen geformuleerd. Deze hypothesen hebben we voorgelegd in gesprekken met een aantal scholen waarbij we zowel scholieren, leraren, ouders en de schoolleiding als de zorgcoördinator en een vertrouwenspersoon hebben geïnterviewd.

Het zwaartepunt van het onderzoek is een enquête onder 20 duizend vo-scholieren waarin we hun de bijgestelde hypothesen hebben voorgelegd.¹ Ongeveer 5 duizend scholieren hebben de enquête ingevuld, zodat we een rijke bron van informatie hebben over welke factoren voor scholieren bijdragen aan of juist beschermen tegen schooldruk.

Daarnaast zijn de data van het in 2019 gehouden landelijk representatieve Peilstationsonderzoek Scholieren (onderdeel van de grotere studie 'Geluk onder druk?') opnieuw onderzocht. Deze enquête is vlak voor de coronapandemie is gehouden, dus hierin zitten geen versturende coroneffecten. Zo hebben we de invloed van corona op de resultaten van de voor dit onderzoek gehouden enquête nader kunnen bekijken. Verder zijn de data uit 2019 gebruikt om verschillen tussen jongeren in de mate en manier waarop ze druk ervaren in kaart te brengen.

Resultaten zijn tijdens een (online) bijeenkomst teruggekoppeld aan geïnterviewde experts en stakeholders, inclusief gesprekspartners bij de vo-scholen.

1.4 Opbouw van de rapportage

Hoofdstuk 2 geeft een overzicht van hoeveel jongeren op het voortgezet onderwijs schooldruk ervaren. We brengen verschillende vormen van druk in kaart en splitsen deze uit naar verschillende kenmerken van scholieren. Daarnaast verkennen we in hoeverre er op basis van verschillende kenmerken groepen scholieren zijn te onderscheiden. De latenteklassenanalyse waarop dit onderdeel gebaseerd is staat verder beschreven in Bijlage A.

Hoofdstuk 3 gaat in op verklaringen van schooldruk en de toename hierin. Het conceptueel kader dat we hierbij hanteren is uitgewerkt in Bijlage B. Een lijst van personen die we hebben gesproken voor het opstellen van dit kader – zowel (wetenschappelijke) experts als scholieren, ouders en vertegenwoordigers van scholen – staat in Bijlage C. De enquête onder scholieren is voor dit hoofdstuk onze belangrijkste bron van informatie. Bijlage D bevat de vragenlijst en Bijlage E geeft meer informatie over de respons van deze enquête en van de enquête voor 'Geluk onder druk?'. Nadere resultaten uit de enquête en de interviews op scholen zijn terug te vinden in Bijlage F en Bijlage G.

Het laatste hoofdstuk van dit rapport bespreekt enkele beleidsopties op de korte en langere termijn.

¹ Een deel van de interviews op scholen vond plaats nadat de enquête onder scholieren was uitgezet.

2 Hoe hoog is de schooldruk?

Bijna de helft van de ondervraagde scholieren voelt best veel tot veel druk door het schoolwerk dat zij moeten doen. Vooral de druk om te presteren is hoog. Er bestaan wel grote verschillen tussen scholieren.

Dit hoofdstuk brengt schooldruk op middelbare scholen in kaart. Naast schooldruk beschrijven we ook prestatiedruk en tijdsdruk als aspecten van schooldruk. Bijlage B bevat een overzicht van de in de literatuur gehanteerde begrippen en een conceptueel kader.

Er is in mei 2021 een enquête uitgezet onder 20.000 scholieren in het voortgezet onderwijs, met een respons van ongeveer 25 procent (5.000 scholieren). De gegevens uit deze enquête zijn vervolgens gekoppeld aan gegevens van Dienst Uitvoering Onderwijs (DUO). Het gaat hier om achtergrondgegevens van de scholieren, zoals het geslacht, de leeftijd, het schooladvies en het schooltype. Dit maakt het mogelijk om met de enquêtegegevens diepgaandere analyses uit te voeren.

De steekproef van de enquête is gelijk verdeeld over de schooltypen en de onderbouw en bovenbouw. Hiertoe zijn er onder vmbo-scholieren meer uitnodigingen verspreid, want deze groep is doorgaans minder geneigd om een enquête in te vullen dan havo- en vwo-scholieren. Het voordeel van deze aanpak is dat we voor elke combinatie van schooltype en bovenbouw/onderbouw genoeg respondenten hebben om over deze groep uitspraken te kunnen doen. Een nadeel is dat de steekproef niet representatief is voor de daadwerkelijke populatie scholieren in het voortgezet onderwijs. Door de keuze voor een gelijk verdeelde steekproef zijn vooral vmbo-scholieren ondervertegenwoordigd. Ook bleken meisjes oververtegenwoordigd. Om hiervoor te corrigeren zijn alle uitkomsten gewogen naar schooltype, onderbouw/bovenbouw en geslacht.² De respons op de enquête is terug te vinden in Bijlage E.

Na een algemeen overzicht van schooldruk op basis van deze gegevens gaat dit hoofdstuk in op verschillen tussen de ervaren schooldruk voorafgaand aan de coronapandemie en tijdens de pandemie. Het onderzoek moet een beeld geven van de 'gewone' schooldruk, maar aangezien het is uitgevoerd tijdens de pandemie is het belangrijk om het effect hiervan zo goed mogelijk in kaart brengen. Dit is gedaan door de enquêteresultaten te vergelijken met de ervaren druk uit eerder onderzoek van het Trimbos-instituut (het Peilstationsonderzoek scholieren).

Ten slotte gaat dit hoofdstuk in op verschillen in de ervaren druk tussen scholieren. Subgroepen kunnen schooldruk immers anders ervaren. Resultaten van de enquête worden eerst uitgesplitst naar verschillende kenmerken, zoals het geslacht en de mate van stedelijkheid. Daarna bespreken we de resultaten van een latenteklassenanalyse. Deze analyse clustert scholieren op basis van de verschillende vormen van druk die zij ervaren en laat zo zien hoe de ervaren druk verschilt tussen verschillende groepen scholieren.

2.1 Ervaren schooldruk, prestatiedruk en tijdsdruk

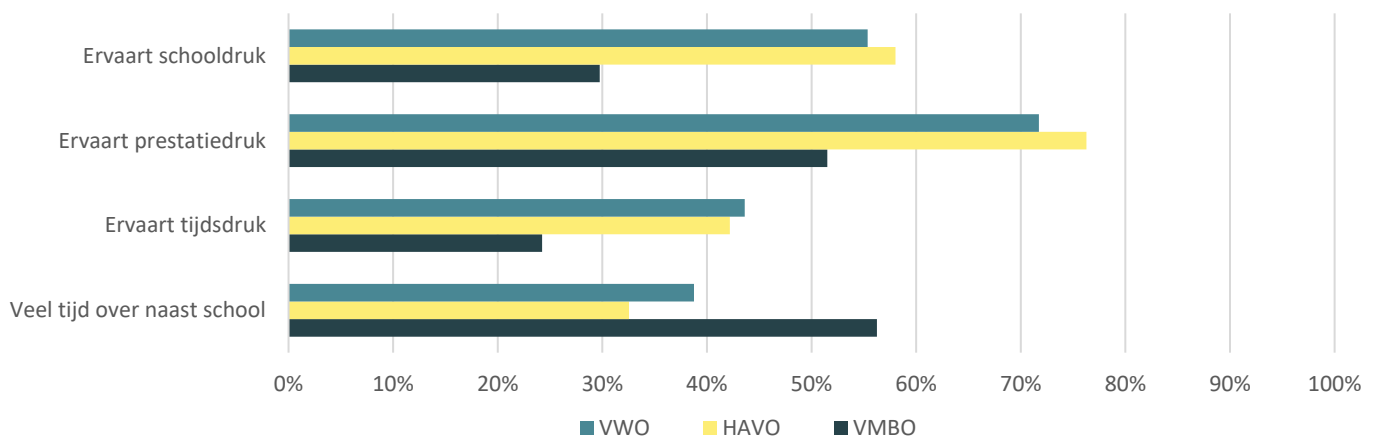
Bijna de helft van de ondervraagde scholieren voelt best veel tot veel schooldruk, zo blijkt uit Figuur 2.1. Er is scholieren gevraagd of ze zich onder druk voelen staan door het schoolwerk dat ze moeten doen – zie Bijlage D voor onze vragenlijst. Scholieren konden kiezen tussen de antwoorden 'Helemaal niet', 'Een beetje', 'Best veel' en 'Veel'. Voor havo- en vwo-scholieren is het percentage dat best veel tot veel

² Dit geldt niet voor uitkomsten die zijn uitgesplitst naar schooltype. Deze uitkomsten zijn niet gewogen. De verschillen door schooltype zijn in deze figuren direct zichtbaar.

schooldruk ervaart rond de 55 procent. Er is nauwelijks verschil tussen deze twee groepen. Scholieren op het vmbo ervaren beduidend minder schooldruk, ongeveer 35 procent geeft aan best veel tot veel schooldruk te ervaren.

Een meerderheid van alle scholieren geeft aan dat ze prestatiedruk ervaren. Er is scholieren gevraagd of ze druk voelen om goede resultaten te halen op school. Prestatiedruk heeft hier dus specifiek betrekking op school, terwijl het in de literatuur ook kan gaan om andere aspecten zoals sport of werk. Driekwart van de havo- en vwo-scholieren ervaart prestatiedruk. Ook veel vmbo-scholieren ervaren prestatiedruk, namelijk 55 procent.

Figuur 2.1 Bijna de helft van de scholieren ervaart schooldruk



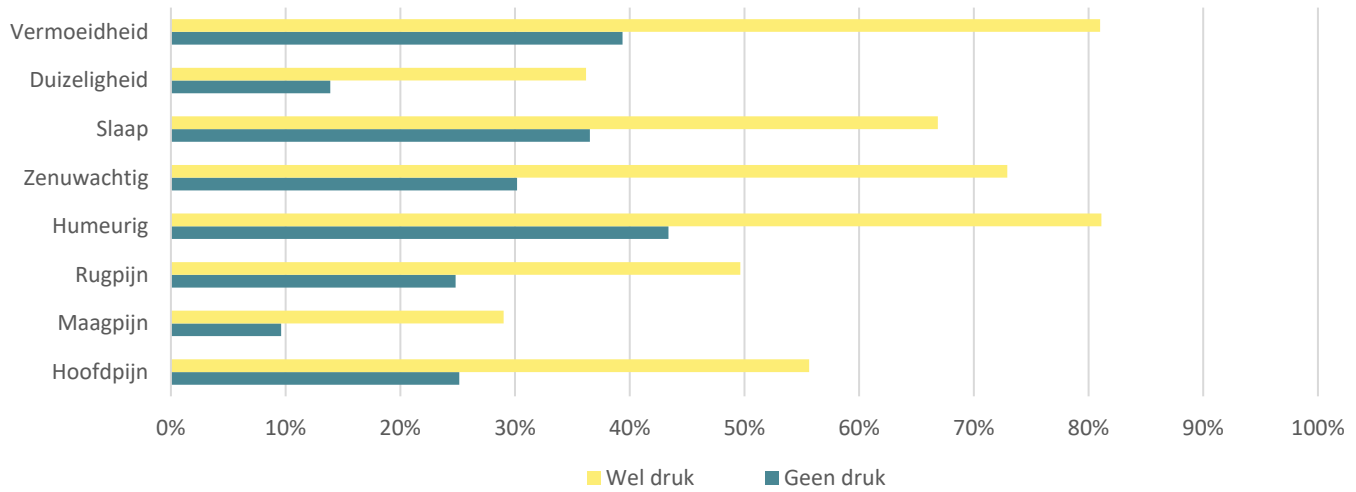
Bron: Enquête SEO (2021)
 Toelichting: Deze figuur geeft aan welk aandeel van de scholieren ‘best veel’ of ‘veel’ heeft geantwoord op de vragen over ervaren druk. Aantal observaties is 4809. De uitkomsten zijn gewogen naar geslacht, schooltype en bovenbouw/onderbouw.

Een aanzienlijk deel van de scholieren ervaart tijdsdruk, ongeveer 40 procent. Er is hun gevraagd of ze druk voelen door de hoeveelheid tijd die ze aan school besteden. Ook hier is te zien dat havo- en vwo-scholieren relatief veel tijdsdruk ervaren. Het percentage dat tijdsdruk ervaart ligt het hoogst voor vwo-scholieren. Dit in tegenstelling tot prestatiedruk en schooldruk waarvoor het percentage het hoogst ligt voor havo-scholieren. Deze verschillen zijn echter klein. Verder geeft ongeveer 40 procent van de scholieren aan best veel of veel tijd over te hebben naast school. Dit percentage ligt het laagst voor havo-scholieren.

Schooldruk hangt samen met een verhoogde kans op stressgerelateerde symptomen

In hoeverre is schooldruk een probleem? Een zekere mate van ‘gezonde druk’ kan positieve effecten hebben. Uit Figuur 2.2 blijkt echter dat scholieren die best veel of veel schooldruk ervaren aanzienlijk vaker last hebben van stressgerelateerde symptomen. Zo heeft een scholier die best veel of veel schooldruk ervaart twee keer zo vaak last van vermoeidheid, slaapproblemen, een slecht humeur of andere fysieke klachten zoals hoofdpijn en rugpijn. Hoewel schooldruk hiervan niet de oorzaak hoeft te zijn, geeft dit aan dat schooldruk wel vaak gepaard gaat met stressgerelateerde symptomen die ten koste kunnen gaan van het gezond functioneren.

Figuur 2.2 Scholieren die schooldruk ervaren hebben vaker wekelijks last van stressgerelateerde symptomen

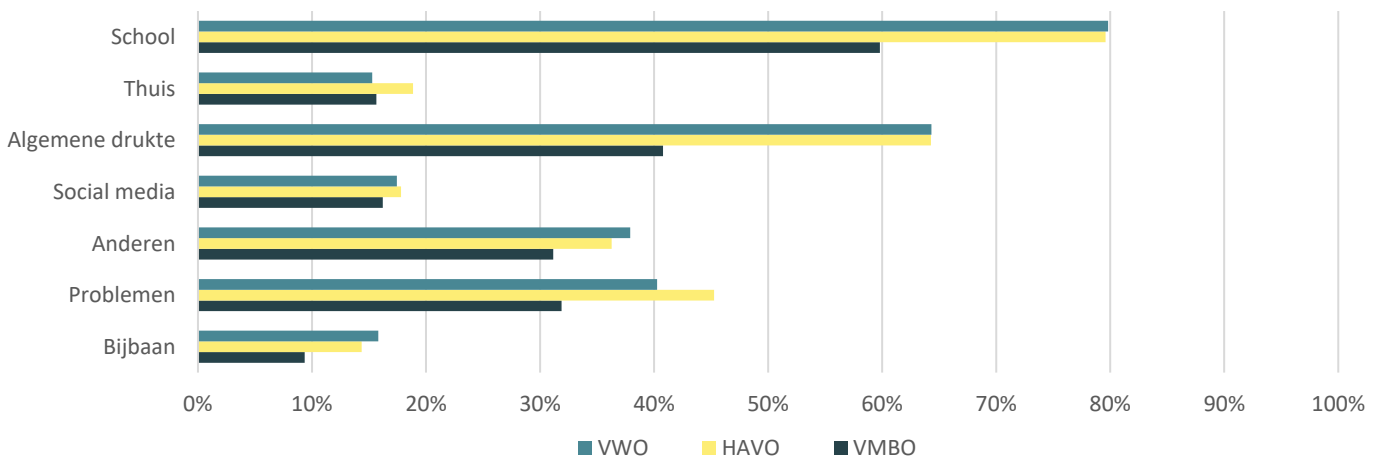


Bron: Enquête SEO (2021)
 Toelichting: Deze figuur geeft aan welk aandeel van de scholieren heeft aangegeven minimaal wekelijks last te hebben van de voorgelegde symptomen. Aantal observaties is 4809. De uitkomsten zijn gewogen naar geslacht, schooltype en bovenbouw/onderbouw.

School is de grootste stressbron voor scholieren

Een vergelijking van schooldruk met andere mogelijke bronnen van stress laat zien dat de meeste scholieren school als de grootste stressbron bestempelen. Daarna geven de meeste scholieren aan dat ze stress ervaren, omdat ze in zijn algemeenheid druk zijn met van alles. Scholieren op het vwo en havo geven vaker aan stress te ervaren door deze bronnen dan vmbo-scholieren. Verder geeft 40 procent van de havo- en vwo-scholieren aan gestrest te zijn door problemen met de eigen gezondheid of relaties, of door ruzies of schulden.

Figuur 2.3 Scholieren bestempelen school als de grootste bron van stress

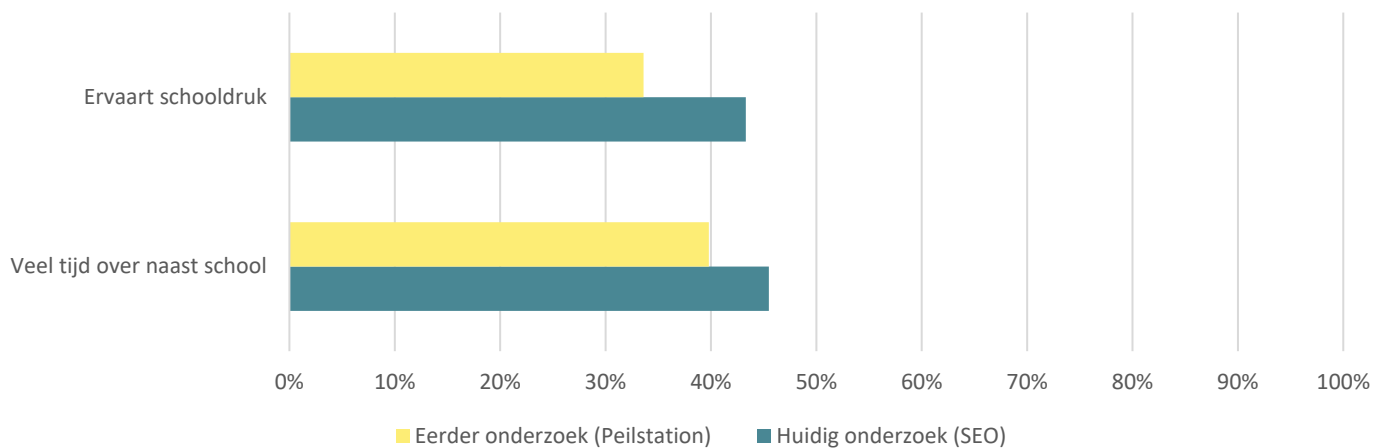


Bron: Enquête SEO (2021)
 Toelichting: Deze figuur geeft aan welk aandeel van de scholieren stress ervaart vanuit de voorgelegde stressbronnen. Aantal observaties is 4809. De uitkomsten zijn gewogen naar geslacht, schooltype en bovenbouw/onderbouw.

2.2 Impact coronapandemie op de ervaren schooldruk

Dit onderzoek moet een beeld geven van de ‘gewone’ schooldruk en niet van de invloed van de coronapandemie. Het is echter uitgevoerd in het voorjaar van 2021, tijdens de pandemie. De enquête is uitgezet in mei 2021. Het is daarom niet mogelijk om de resultaten los te zien van de pandemie, omdat die op verschillende manieren impact heeft gehad op de levens van scholieren. Om de gevolgen van de coronapandemie in kaart te brengen zijn de resultaten van de enquête ten aanzien van de ervaren schooldruk vergeleken met resultaten van eerder onderzoek uitgevoerd door het Trimbos-instituut (het Peilstationsonderzoek Scholieren, ofwel Peilstation).

Figuur 2.4 Scholieren ervaren meer schooldruk tijdens de coronapandemie



Bron: Enquête SEO (2021) en Peilstationsonderzoek Trimbos-instituut (2019)
 Toelichting: Deze figuur geeft aan welk aandeel van de scholieren druk ervaart vanuit de voorgelegde stressbronnen. Het betreft een vergelijking tussen twee verschillende enquêtes. Om deze reden zijn beide enquêtes gewogen naar de populatieverdeling voor de kenmerken geslacht, schooltype en onderbouw/bovenbouw.

Figuur 2.4 laat zien dat scholieren meer druk ervaren tijdens de pandemie dan in de periode ervoor waarbij rekening is gehouden met verschillen in achtergrondkenmerken door uitkomsten van beide enquêtes te wegen naar geslacht, schooltype en onderbouw/bovenbouw. Het gaat om een verschil van tien procentpunten. Scholieren hebben tijdens de coronapandemie ook iets meer tijd over na school dan ervoor, maar kennelijk heeft die extra tijd een toename van de druk niet kunnen verhinderen. Deze resultaten sluiten aan bij onderzoek waaruit blijkt dat scholieren gedurende de coronapandemie meer schooldruk ervaren dan in de periode ervoor (Stevens et al., 2021).

Het verschil tussen de twee onderzoeken is echter beperkt en kan mogelijk ook worden verklaard door het peilmoment. De scholieren uit dit onderzoek zijn ondervraagd in de maand mei. Dit is een drukke maand voor veel scholieren, vanwege de examens en toetsweken die vaak in deze periode plaatsvinden. Scholieren hebben in mei vaak minder uren, maar hebben meer toetsmomenten. Dit kan ook deels verklaren dat ze meer tijd over hebben, maar wel meer schooldruk ervaren. Het Peilstationsonderzoek vond plaats in de maanden oktober en november 2019. Dat zijn voor veel scholieren rustigere maanden. Daarnaast zijn de vragenlijsten in het Peilstationsonderzoek klassikaal afgenomen onder begeleiding van een getrainde onderzoeksassistent van het Trimbos-instituut. Binnen de klassen is een responspercentage van meer dan 90 procent. Bij de enquête bestaat vanwege de respons van 25 procent het risico dat deze vooral is ingevuld door scholieren die druk ervaren. Hier is zo goed mogelijk rekening mee gehouden door de resultaten te wegen, maar het kan nog steeds een deel van de verschillen verklaren.

2.3 Verschillen tussen scholieren in ervaren van druk

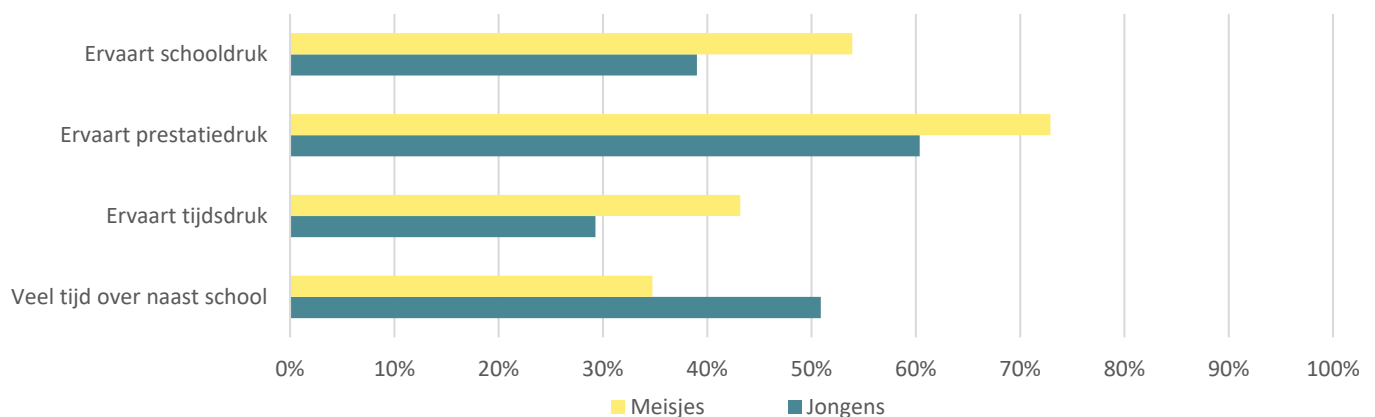
Scholieren ervaren niet allemaal dezelfde druk. Er zijn verschillende groepen scholieren die druk anders ervaren en hier op een andere manier mee omgaan. Het gegeven dat ongeveer 45 procent van de scholieren schooldruk ervaart, betekent ook dat meer dan de helft geen of weinig schooldruk ervaart. Daarnaast zijn er verschillen tussen geslacht, regio en andere kenmerken.

Deze paragraaf gaat in op deze heterogeniteit. Op basis van de enquête brengen we verschillen in ervaren van druk tussen verschillende groepen in kaart. Daarnaast beschrijft deze paragraaf een latenteklassenanalyse waarbij scholieren worden geclusterd aan de hand van verschillende kenmerken. Hiervoor gebruiken we het Peilstationsonderzoek Scholieren, zodat de resultaten niet worden vertekend door de coronapandemie. De volledige uitleg van deze latenteklassenanalyse staat in Bijlage A.

2.3.1 Verschillen op basis van de enquêteresultaten

Meisjes in het voorgezet onderwijs ervaren meer schooldruk dan jongens. Figuur 2.5 laat zien dat het gaat om een verschil van 16 procentpunt. Meisjes ervaren ook meer prestatiedruk en meer tijdsdruk. Het relatieve verschil in prestatiedruk is minder groot dan voor andere vormen van druk. Eerdere studies vonden ook dat meisjes meer schooldruk ervaren dan jongens, zie bijvoorbeeld Kleinjan et al. (2020) en Stevens et al. (2018).

Figuur 2.5 Meisjes ervaren meer schooldruk dan jongens



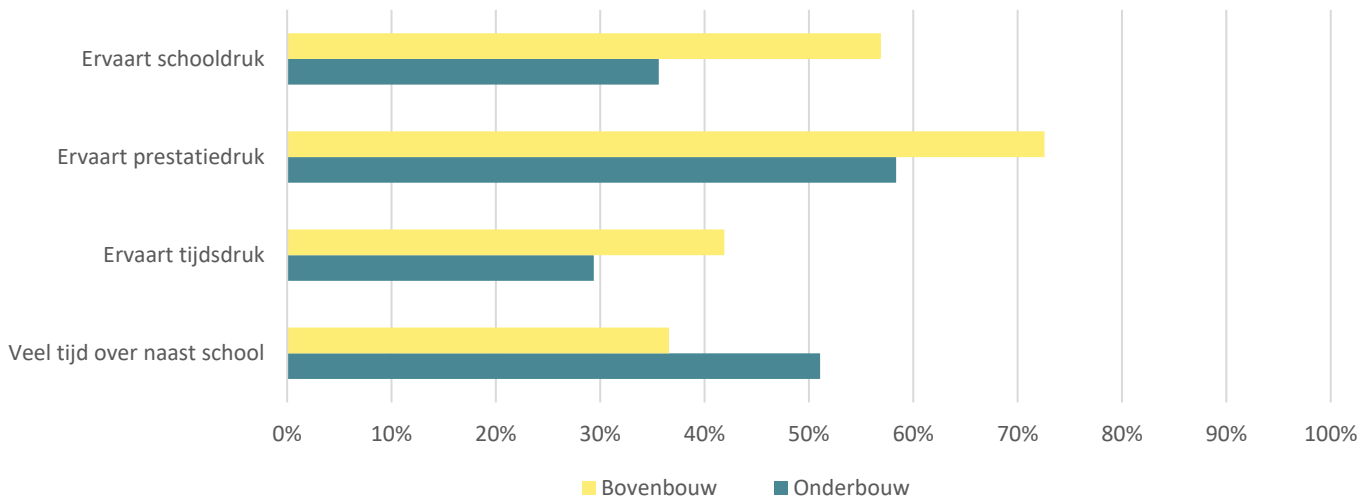
Bron: Enquête SEO (2021)

Toelichting: Deze figuur geeft aan welk aandeel van de scholieren 'best veel' of 'veel' heeft geantwoord op de vragen over ervaren druk. De uitkomsten zijn gewogen naar geslacht, schooltype en bovenbouw/onderbouw.

Scholieren in de bovenbouw ervaren relatief veel schooldruk

Scholieren in de bovenbouw ervaren meer schooldruk dan scholieren in de onderbouw. Ook deze bevinding is in lijn met eerdere studies. Scholieren in de bovenbouw hebben in tegenstelling tot scholieren uit de onderbouw bijvoorbeeld te maken met examens. In de brugklas krijgen scholieren nog ruimte om te wennen aan de overstap naar de middelbare school, terwijl in de bovenbouw meer van hen wordt verwacht. Dit is ook te zien in Figuur 2.6 waar het grootste verschil zit in de ervaren druk door het schoolwerk dat scholieren moeten doen (meer dan 15 procentpunt).

Figuur 2.6 Schooldruk is hoger in de bovenbouw dan in de onderbouw



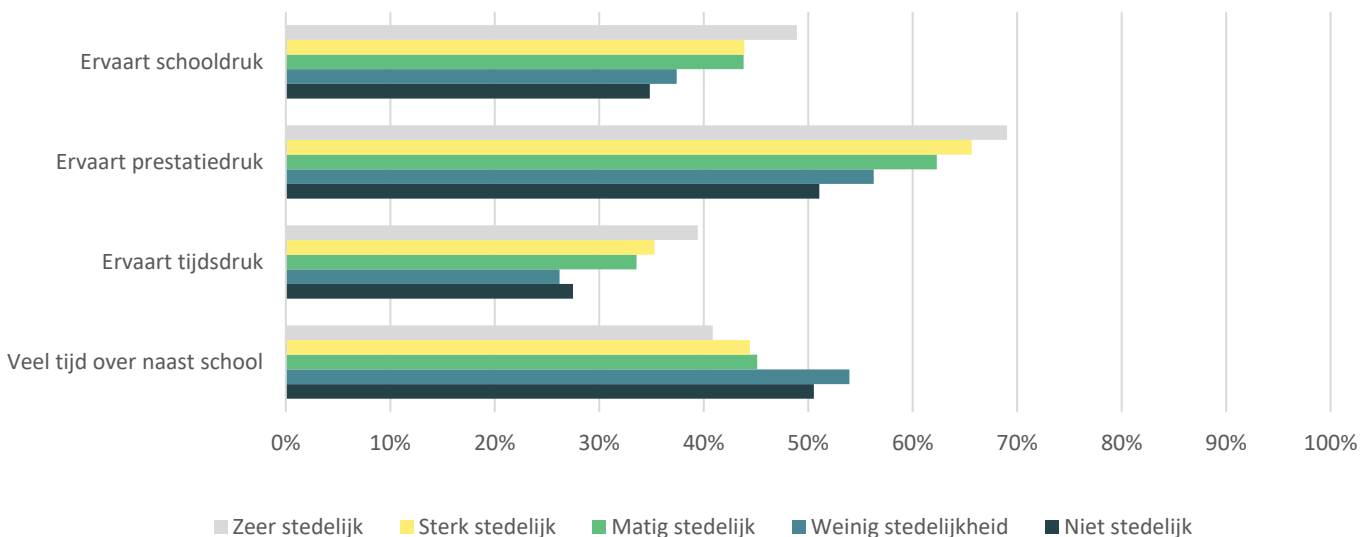
Bron: Enquête SEO (2021)

Toelichting: Deze figuur geeft aan welk aandeel van de scholieren ‘best veel’ of ‘veel’ heeft geantwoord op de vragen over ervaren van druk. De uitkomsten zijn gewogen naar geslacht, schooltype en bovenbouw/onderbouw.

Meer schooldruk in stedelijke gebieden

Scholieren in stedelijke gebieden geven vaker aan schooldruk te ervaren dan scholieren in de regio en niet-stedelijke gebieden. Figuur 2.7 laat zien dat de schooldruk stijgt naarmate de stedelijkheid toeneemt. Tussen een niet-stedelijk gebied en een zeer stedelijk gebied verschilt het aandeel scholieren dat schooldruk ervaart ongeveer 15 procentpunt, dit geldt ook voor het aandeel scholieren dat prestatiedruk ervaart. Het aandeel scholieren in de Randstad dat schooldruk ervaart is ook 4 procentpunt hoger dan in de regio (resultaten niet gepresenteerd).³

Figuur 2.7 De schooldruk stijgt naarmate de stedelijkheid toeneemt



Bron: Enquête SEO (2021)

³ De Randstad is hier gedefinieerd als de provincies Zuid-Holland, Noord-Holland en Utrecht. De mate van stedelijkheid is bepaald aan de hand van de definitie van het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS).

Toelichting: Deze figuur geeft aan welk aandeel van de scholieren ‘best veel’ of ‘veel’ heeft geantwoord op de vragen over ervaren van druk. De uitkomsten zijn gewogen naar geslacht, schooltype en bovenbouw/onderbouw.

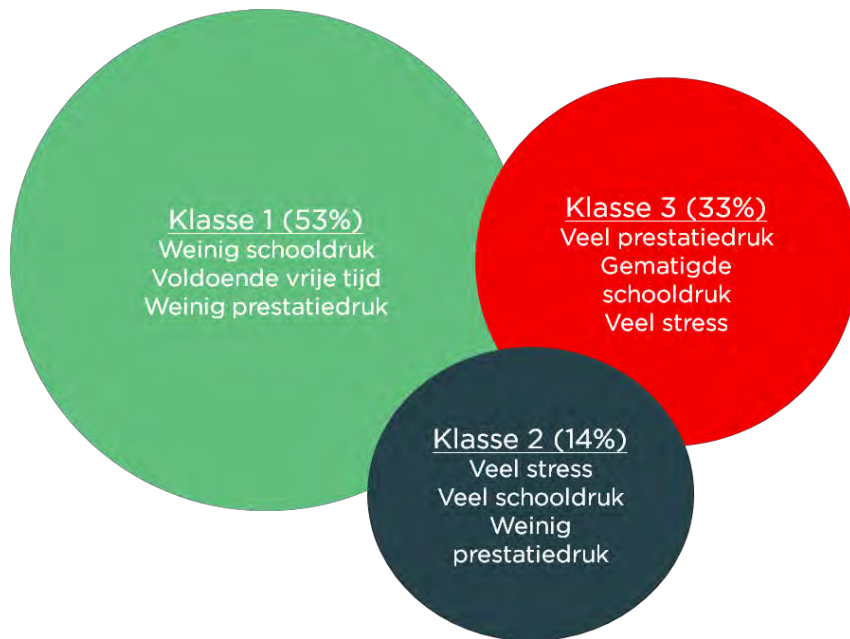
2.3.1 Verschillen op basis van latenteklassenanalyse

De latenteklassenanalyse verdeelt scholieren over verschillende clusters op basis van de manier waarop ze druk ervaren. De analyse bekijkt aan de hand van verschillende kenmerken welke scholieren op elkaar lijken of bij elkaar passen in termen van ervaren druk. De kenmerken waarop de clusters zijn gebaseerd, zijn ervaren schooldruk, ervaren prestatiedruk, ervaren prestatiedruk vanuit de omgeving, ervaren tijdsdruk, sociale vergelijking en het stressniveau.

De latenteklassenanalyse is uitgevoerd op data uit eerder onderzoek van het Peilstationsonderzoek, zodat de resultaten niet vertekend zijn door de coronapandemie. Het Peilstationsonderzoek heeft echter alleen gegevens over ervaren schooldruk en andere stressfactoren. Hierdoor is het niet mogelijk de latenteklassenanalyse te combineren met oorzaken van schooldruk. Deze sectie richt zich dan ook alleen op de beschrijving van de ervaren schooldruk. Een korte beschrijving van de latenteklassenanalyse is terug te vinden in Bijlage A.

Figuur 2.8 laat drie klassen zien die zijn geclusterd op de verschillende kenmerken van druk. De bollen geven de relatieve grootte van de klassen weer. Klasse 1 is de groep die weinig tot geen schooldruk ervaart – zie Figuur 2.9 voor de verdeling van de kenmerken van druk over deze groepen. Deze groep ervaart daarnaast relatief weinig prestatiedruk en relatief veel vrije tijd, hoewel er wel sprake is van enige stress en sociale vergelijking. Het gaat om ongeveer de helft van de gehele steekproef.

Figuur 2.8 Het grootste deel van de scholieren ervaart weinig schooldruk en weinig prestatiedruk

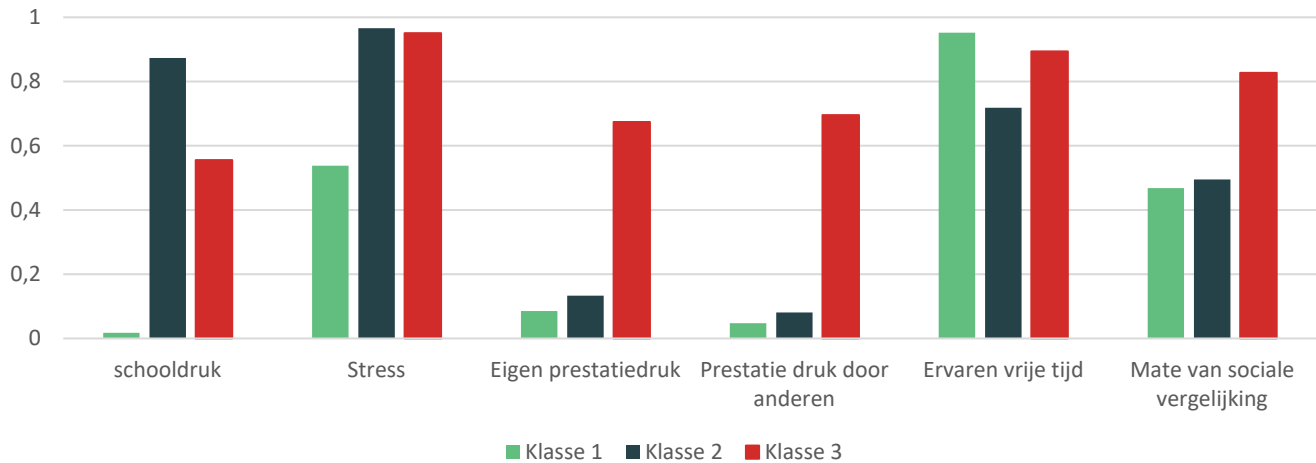


Bron: Peilstationsonderzoek Trimbos-instituut (2019)
 Toelichting: Deze figuur laat drie verschillende klassen zien die zijn geclusterd op basis van verschillende kenmerken. Elke bol is een klasse en de grootte van de bol weerspiegelt het aandeel van de klasse in de populatie. De clustering is gebaseerd op een latenteklassenanalyse waarvan de uitleg staat in Bijlage A.

In tegenstelling tot klasse 1 ervaren klasse 2 en 3 wel schooldruk. Scholieren in klasse 2 ervaren relatief veel schooldruk en hebben daarnaast ook veel stress. Dit is de groep die duidelijk druk door schoolwerk ervaart. Het gaat om 14 procent van de steekproef en deze groep is daarmee relatief klein. Klasse 3 bevat

scholieren die relatief veel prestatiedruk ervaren en daarnaast ook veel stress rapporteren. Deze scholieren hebben een hoge mate van sociale vergelijking en voelen ook prestatiedruk vanuit anderen. Qua schooldruk zit deze klasse precies tussen klasse 1 en klasse 2 in. Het gaat om ongeveer een derde van de steekproef.

Figuur 2.9 Er is een duidelijk onderscheid tussen een groep die veel prestatiedruk ervaart en een groep die veel schooldruk ervaart



Bron: Peilstations Onderzoek Trimbos-instituut (2019)
 Toelichting: De figuur toont de voorspelde genormaliseerde antwoorden per klasse.

Wat betreft achtergrondkenmerken verschillen de klassen over het algemeen niet sterk van elkaar – zie Tabel 2.1. De klasse die weinig schooldruk ervaart (klasse 1) heeft een groter aandeel scholieren van het vmbo. Deze klasse is daarnaast ook het jongst. Dit is in lijn met eerdere bevindingen dat scholieren op het vmbo en scholieren in de onderbouw relatief weinig schooldruk ervaren. Klasse 3 bestaat voor het grootste deel uit meisjes, terwijl klasse 1 en 2 meer jongens hebben. De gezinssituatie van de scholieren uit de drie klassen is nagenoeg gelijk, net zoals de mate van stedelijkheid en het socialmediagebruik.

Tabel 2.1 De klasse die vooral prestatiedruk ervaart bestaat overwegend uit meisjes

Variabelen	Klasse 1	Klasse 2	Klasse 3
Schooltype			
vmbo- beroepsgericht (kader/basis)	25%	16%	13%
vmbo-theoretisch/gemengd/mavo	31%	33%	27%
havo	24%	28%	29%
vwo	26%	28%	36%
Overige kenmerken			
leeftijd	13,5	14	14,1
meisje	42%	47%	60%
volledig gezin	75%	72%	73%
socialmediagebruik	5,6	5,6	5,7
Stedelijkheid			
grote stad	19%	19%	19%
stad	32%	32%	34%

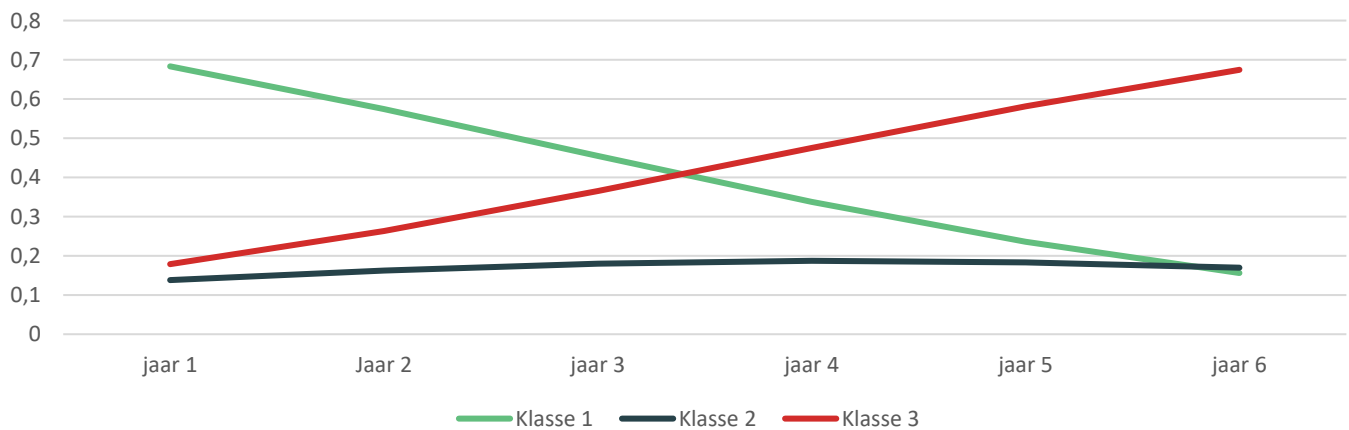
<i>groot dorp/kleine stad</i>	14%	14%	15%
<i>dorp</i>	25%	24%	24%
<i>klein dorp</i>	11%	10%	8%

Bron: Peilstations Onderzoek Trimbos-instituut (2019)

Vooraf prestatiedruk hangt samen met leerjaar en schooltype

Figuur 2.10 laat zien dat de proportie van scholieren in klasse 2 (hoge schooldruk) redelijk stabiel blijft over de leerjaren heen, terwijl de proportie van scholieren in klasse 3 (hoge prestatiedruk) toeneemt in de latere leerjaren en de proportie van scholieren in klasse 1 (lage school- en prestatiedruk) afneemt in de latere leerjaren. Dat klasse 3 toeneemt naarmate de leerjaren vorderen, kan te maken hebben met de hogere verwachtingen in de bovenbouw. Daarnaast bestaat het zesde leerjaar uitsluitend uit scholieren op het vwo waar de prestatiedruk hoger ligt.

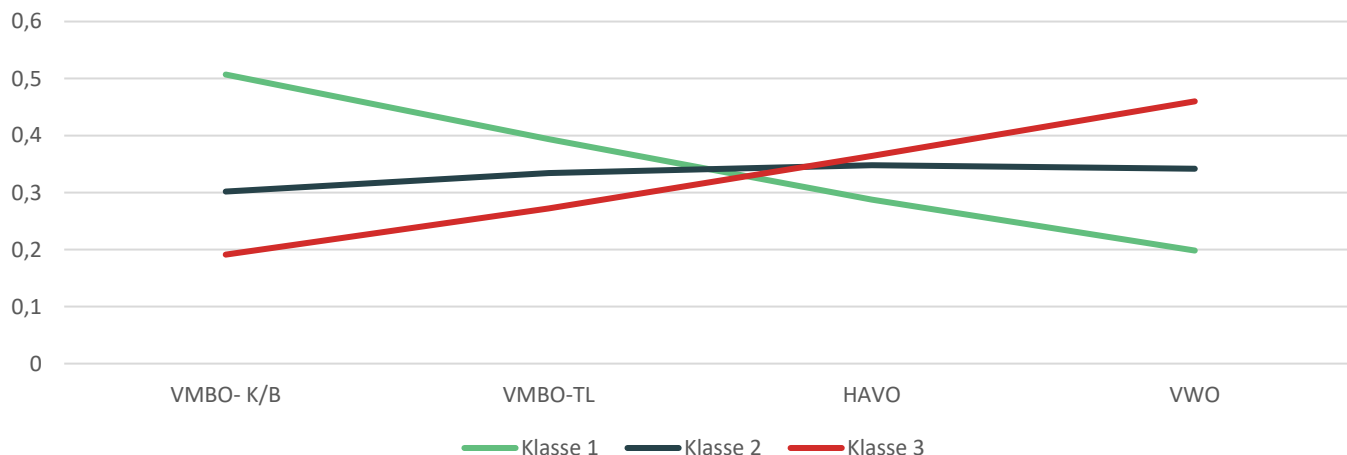
Figuur 2.10 Het aandeel scholieren dat veel prestatiedruk ervaart neemt toe met de leerjaren



Bron: Peilstationsonderzoek Trimbos-instituut (2019)
 Toelichting: De figuur toont de verdeling van de klassen naar leerjaar. Belangrijk hierbij is dat bepaalde leerjaren alleen voorkomen bij bepaalde schooltypen.

Voor de verdeling van de latente klassen naar schooltype geldt dat het aandeel scholieren in klasse 2 relatief gelijk is over de verschillende schooltypen heen – zie Figuur 2.11. Het aandeel neemt iets toe van vmbo naar havo, maar tussen havo en vwo blijft het aandeel ongeveer gelijk. Het aandeel scholieren in klasse 3 neemt duidelijk toe naarmate het schooltype stijgt. Ook deze figuur laat het patroon zien dat schooltype vooral samenhangt met prestatiedruk en niet zozeer met de druk door het schoolwerk dat moet worden gedaan.

Figuur 2.11 Vooral de prestatiedruk neemt toe naarmate het schooltype stijgt

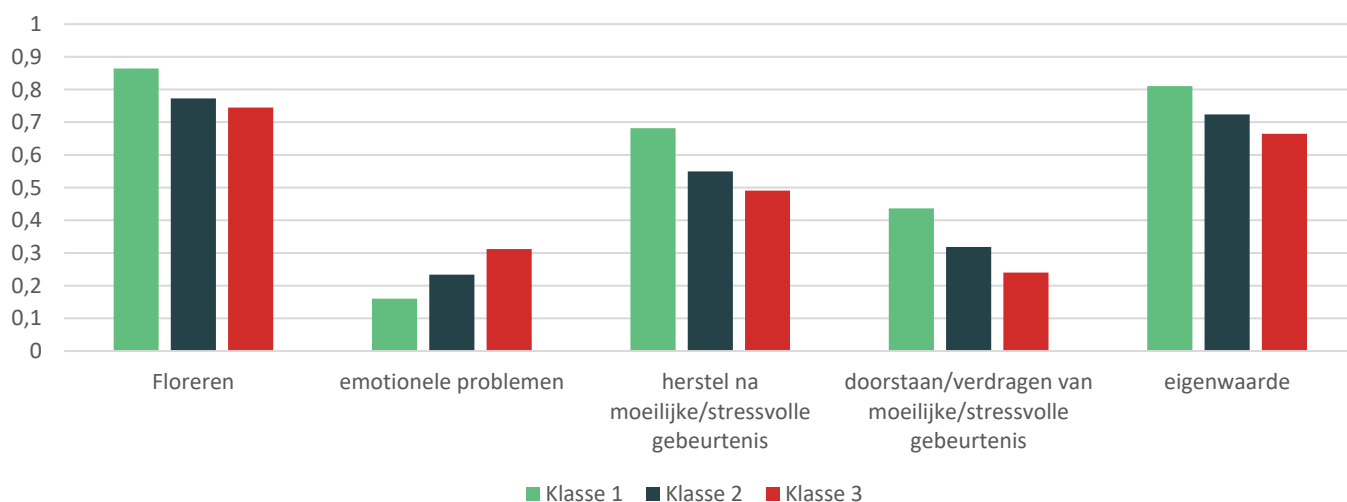


Bron: Peilstations Onderzoek Trimbos-instituut (2019)
 Toelichting: De figuur toont de verdeling van de klassen naar schooltype.

Scholieren uit de klasse met veel prestatiedruk hebben vaker emotionele problemen

Figuur 2.12 laat zien dat de klasse die vooral prestatiedruk ervaart (klasse 3) relatief slecht scoort op andere aspecten van mentaal welbevinden. Zo hebben ongeveer twee keer zoveel scholieren in deze groep last van emotionele problemen dan in de groep die geen schooldruk ervaart (klasse 1). Ook is het aandeel scholieren met emotionele problemen groter in de groep die veel prestatiedruk ervaart dan in de groep die vooral schooldruk ervaart (klasse 2). Verder heeft deze groep de minste scholieren die aangeven een goed gevoel van eigenwaarde te hebben en/of te kunnen floreren en geven scholieren in deze groep aan minder snel te herstellen van een stressvolle gebeurtenis en/of moeilijker stressvolle periodes te doorstaan.

Figuur 2.12 De klassen met veel prestatiedruk en schooldruk hebben vaker last van emotionele problemen



De groep die vooral schooldruk ervaart (klasse 2) heeft ook een relatief groot aandeel personen met emotionele problemen en een relatief klein aandeel dat een goed gevoel van eigenwaarde heeft, floreert of goed om kan gaan met stressvolle situaties. Voor elke factor geldt echter dat het aandeel lager is dan de groep die vooral prestatiedruk ervaart (klasse 3). Dat beide groepen die schooldruk of prestatiedruk ervaren ook meer psychische problemen hebben dan de groep die geen druk ervaart, versterkt het beeld dat schooldruk en prestatiedruk ook daadwerkelijk een probleem vormen voor scholieren.

De latentklassenanalyse laat zien dat schooldruk op verschillende manieren wordt ervaren. De groep die de meeste prestatiedruk ervaart doet het ook minder goed op verschillende aspecten van mentaal welbevinden. Dit is de grootste groep van de twee groepen die druk ervaren en hij bestaat voornamelijk uit scholieren en hogere leerjaren en het schooltype havo en vwo. De omvang van de groep die vooral schooldruk ervaart is voor elk leerjaar en schooltype ongeveer gelijk.

3 Oorzaken van schooldruk

Schooldruk komt volgens scholieren vooral door toetsen, cijfers en huiswerk. Scholen en ouders zien de druk vanuit de samenleving om te presteren als belangrijkste oorzaak. Er wordt steeds meer van scholieren verwacht wat betreft schoolprestaties en op andere vlakken.

Hoe kan het dat zoveel scholieren in het voortgezet onderwijs schooldruk ervaren? Dit hoofdstuk formuleert een aantal hypothesen ten aanzien van de oorzaken van schooldruk op basis van de literatuur en interviews met experts. Deze hypothesen zijn getoetst en aangevuld aan de hand van interviews op scholen. Er is voor dit onderzoek op vijf scholen gesproken met scholieren, docenten, ouders, vertrouwenspersonen en de directie. In Bijlage G staat een overzicht van scholen en gesprekspartners.

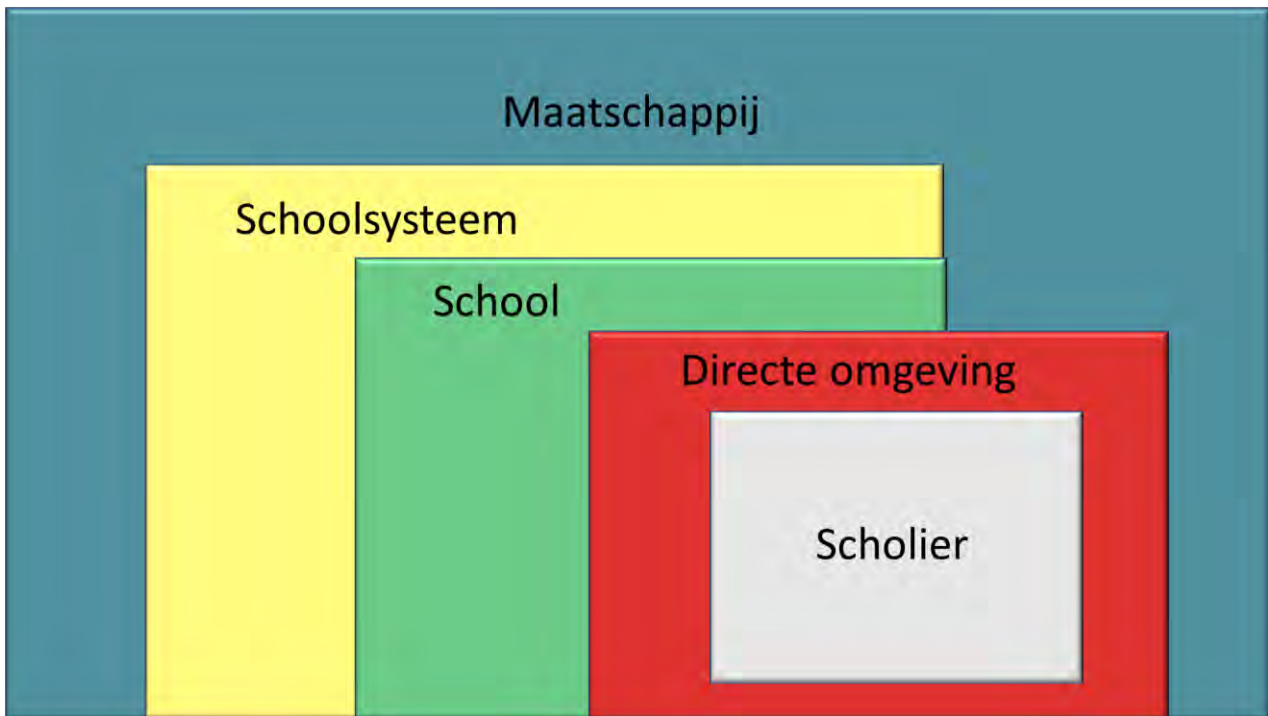
In de enquête zijn deze hypothesen vertaald naar vragen over de mogelijke oorzaken van schooldruk. We hebben scholieren bij elke mogelijke oorzaak gevraagd in hoeverre ze hierdoor druk ervaren. Daarnaast brengen we de mogelijke oorzaak in verband met de ervaren schooldruk in het algemeen, zoals besproken in het vorige hoofdstuk. De vragenlijst is terug te vinden in Bijlage D.

Dit hoofdstuk begint met een overzicht van de verschillende hypothesen, om vervolgens per hypothese af te gaan in hoeverre de resultaten van de enquêtes en de interviews deze hypothese bevestigen. Het hoofdstuk sluit af met een beschrijving van de ontwikkelingen die ervoor hebben gezorgd dat de schooldruk in het voortgezet onderwijs is gestegen.

3.1 Overzicht van hypothesen

Verklaringen voor schooldruk kunnen op verschillende niveaus spelen. Dit onderzoek gebruikt een indeling naar vijf niveaus, uiteenlopend van de bredere samenleving tot de individuele scholier. Figuur 3.1 illustreert deze indeling. Het niveau van de maatschappij betreft verklaringen die vanuit de gehele maatschappij worden voortgebracht. Het gaat hier meer om brede trends en ontwikkelingen. Bij het onderwijssysteem gaat het om verklaringen die te maken hebben met de manier waarop het onderwijs in Nederland is georganiseerd. Bij het schoolniveau gaat het om verklaringen die op afzonderlijke scholen spelen en die dus ook niet op iedere school even belangrijk hoeven te zijn. De directe omgeving staat voor ouders, vrienden en klasgenoten. Tot slot is er het niveau van de scholier. Dit zijn verklaringen die vooral te maken hebben met de persoonlijkheid en karaktereigenschappen van de scholieren zelf.

Figuur 3.1 Kader oorzaken schooldruk



Tabel 3.1 bevat alle op basis van de literatuur en interviews verzamelde hypothesen. Deze hypothesen zijn onderverdeeld naar de verschillende niveaus, hoewel een aantal hypothesen raakvlakken hebben met meerdere niveaus. Per hypothese staat een korte toelichting in de tabel. Bijlage C bevat een uitgebreide beschrijving van het conceptueel kader.

Tabel 3.1 Kader oorzaken van schooldruk

Verklaring	Uitleg
Samenleving	
De samenleving legt druk op om te presteren.	De samenleving ziet mensen als succesvol als ze een goede baan hebben. Dit zorgt voor druk om op een zo hoog mogelijk niveau te presteren op school. Zo is bijvoorbeeld het aantal vmbo'ers afgenomen de afgelopen 10 jaar en is het aantal havo- en vwo-scholieren toegenomen. Het gebruik van aanvullend onderwijs, zoals huiswerkbegeleiding, neemt toe. Dit kan ook tot druk leiden bij kinderen die deze begeleiding niet krijgen.
Het perspectief op een baan is onzeker.	Door toenemende (internationale) competitie en flexibilisering op de arbeidsmarkt is het minder zeker dat scholieren later een vaste baan vinden. Een goede opleiding zorgt voor meer baanzekerheid.
Schoolstelsel	
Selectie voor vervolgonderwijs legt druk op.	Voor sommige studies geldt een numerus fixus (maximumaantal beschikbare plekken). Scholieren moeten extra goed presteren om hiervoor in aanmerking te komen. Soms moeten ze voor de selectie extra toetsen en opdrachten maken.

Scholen willen goede prestaties van hun scholieren kunnen laten zien.

Scholen zijn voor hun inkomsten en hun voortbestaan afhankelijk van het aantal scholieren. Bij de keuze voor een school kijken scholieren en hun ouders naar slagingspercentages en doorstroom. De onderwijsinspectie rapporteert hierover. Scholen willen hier goed op presteren en ze leggen hiermee druk op scholieren om goede resultaten te halen. Daarnaast is er meer aandacht voor extracurriculaire zaken en excellentieprogramma's. Dit maakt scholen aantrekkelijker, maar kan ook extra druk leggen.

De eisen om te slagen zijn strenger geworden.

De exameneisen zijn sinds 2011 meerdere malen aangescherpt. Het gemiddelde centraalexamen cijfer moet nu bijvoorbeeld niet afgerond een 5,5 of hoger zijn en voor Nederlands, Engels en wiskunde mag maximaal één 5 worden gehaald. In 2015/2016 is het predicaat cum laude ingevoerd.

Door vroege selectie komen sommige scholieren op een schooltype terecht dat niet bij hen past.

Scholieren worden al op jonge leeftijd ingedeeld naar onderwijsniveau. Het is lastig om van schoolniveau te veranderen. Scholieren die op een niveau worden ingedeeld dat niet bij hen past kunnen hierdoor druk ervaren.

School

Er wordt vaak getoetst, of de manier van toetsen zorgt voor druk.

Vaak toetsen kan zorgen voor druk, zeker als scholieren het gevoel hebben dat er veel van afhangt.

Scholieren krijgen veel huiswerk.

Scholieren ervaren druk door te veel huiswerk.

Door digitale scholiervolgsystemen is de school altijd aanwezig en kijken ouders direct mee.

Scholieren ervaren schooldruk, omdat het digitale scholiervolgsysteem zorgt voor een continue stroom van meldingen over cijfers, toetsen en huiswerk, ook buiten schooluren. Daarnaast kijken ouders direct over de schouders van hun kinderen mee.

Directe omgeving

Ouders hebben hoge verwachtingen.

Ouders oefenen druk uit om hun kinderen een zo hoog mogelijk opleidingsniveau te laten behalen. Door digitale scholiervolgsystemen zitten ze boven op de resultaten. Als die onvoldoende zijn, zetten ze aanvullend onderwijs in.

Schooldruk is onvoldoende bespreekbaar.

Schooldruk wordt niet op school besproken, of met klasgenoten. Hierdoor krijgen scholieren het gevoel dat ze de enigen zijn die hiermee worstelen.

Scholieren ervaren onvoldoende steun uit hun directe kring.

Scholieren die niet met ouders en broers en zussen kunnen praten over druk ervaren vaker schooldruk. Scholieren die geen steun krijgen van leraren en medescholieren ervaren ook vaker druk.

Scholieren hebben een thuissituatie waardoor ze niet optimaal in schoolwerk kunnen investeren.

Scholieren die een stressvolle thuissituatie hebben, bijvoorbeeld door financiële problemen of vanwege mantelzorg, kunnen minder tijd hebben voor hun schoolwerk of dit zo ervaren.

Scholier

Scholieren zijn perfectionistisch.	Door perfectionisme rekenen scholieren falen zichzelf zwaarder aan. Scholieren werken harder om aan hun eigen perfectionistische beeld te voldoen.
Scholieren vergelijken zichzelf met andere scholieren.	Scholieren die zichzelf vaker vergelijken met anderen ervaren meer schooldruk.
Scholieren zijn onzeker.	Scholieren met meer zelfvertrouwen ervaren minder schooldruk.
Scholieren hebben niet genoeg veerkracht.	Scholieren die niet goed om kunnen gaan met stressmomenten gaan vaker gebukt onder stress.
Scholieren hebben minder tijd voor school.	Scholieren hebben naast school een bijbaan, sport en een druk sociaal leven waardoor ze minder tijd hebben voor school. Een grote factor die hierbij een rol speelt is het gebruik van social media.

Bron: SEO Economisch Onderzoek

3.2 Algemene beeld

In de enquête hebben we scholieren bij elke mogelijke oorzaak gevraagd in hoeverre ze hierdoor druk ervaren. Daarnaast brengen we de mogelijke oorzaak in verband met de ervaren schooldruk in het algemeen, zoals besproken in het vorige hoofdstuk. Deze paragraaf brengt de belangrijkste uitkomsten van deze twee analyses achtereenvolgens in beeld.

3.1.1 Directe verbanden tussen verklaringen en druk

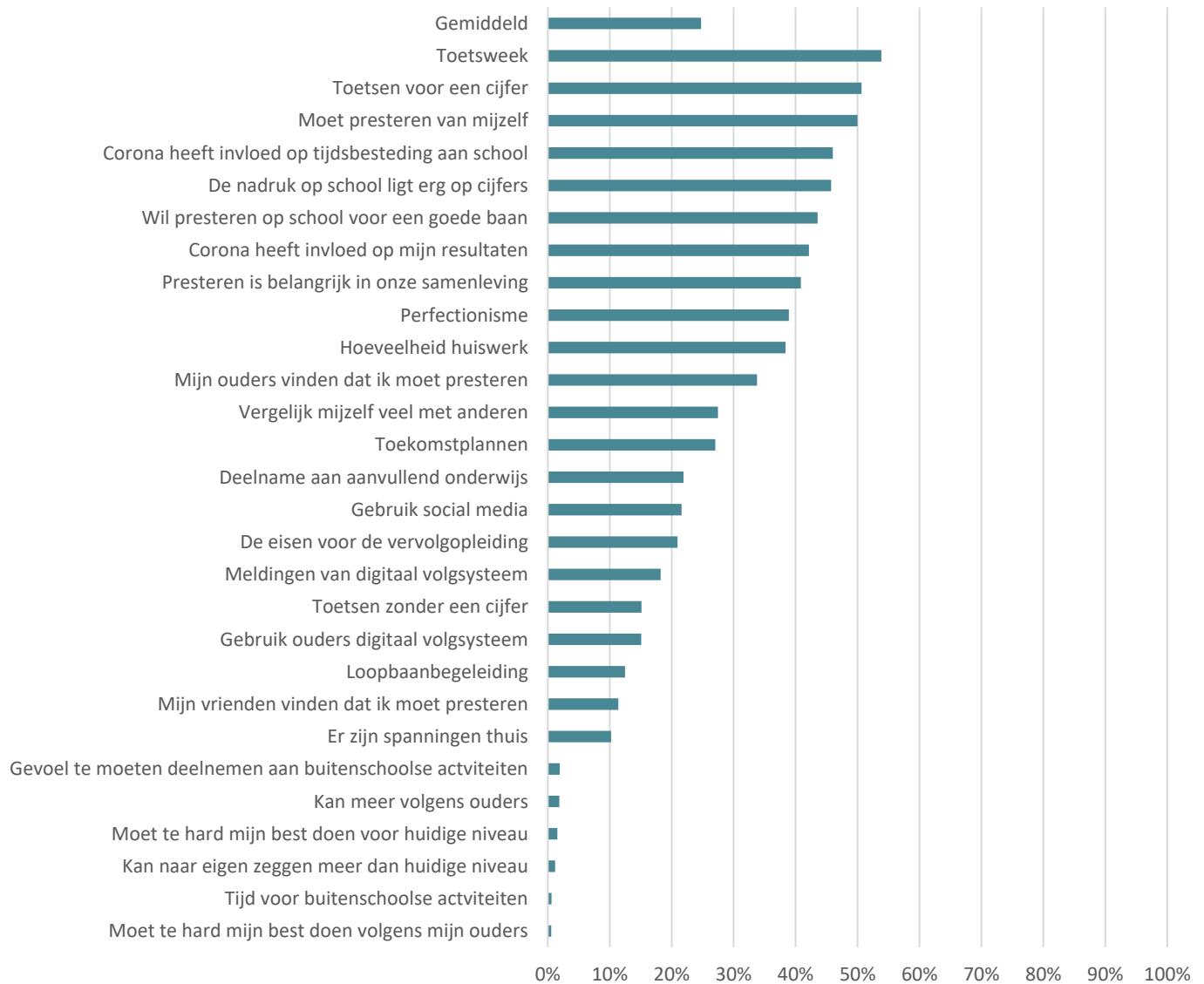
Toetsweek, druk om te presteren en toetsen voor een cijfer

Scholieren geven aan de meeste schooldruk te ervaren van het maken van toetsen, het moeten presteren en het maken van toetsen voor een cijfer, zie Figuur 3.2. Deze figuur laat voor alle mogelijke oorzaken zien welk aandeel van de scholieren aangeeft hierdoor best veel of veel druk te ervaren. De mogelijke oorzaken waar de meeste scholieren druk van ervaren staan bovenaan en de mogelijke oorzaken waar de minste scholieren druk van ervaren staan onderaan. De toetsweek, het maken van toetsen voor een cijfer en het gevoel dat de scholieren van zichzelf moeten presteren leiden volgens scholieren dus het vaakst tot schooldruk. Ongeveer de helft van de scholieren geeft aan best veel druk of veel druk te ervaren.

Oorzaken gerelateerd aan de coronapandemie komen sterk naar voren

Andere verklaringen die sterk naar voren komen hebben te maken met corona. Een relatief groot aandeel scholieren geeft aan best veel of veel druk te ervaren doordat de coronapandemie invloed heeft op hoeveel tijd ze aan school kunnen besteden en doordat ze minder goede resultaten kunnen halen door de coronapandemie. Ook geven scholieren aan dat ze druk ervaren doordat presteren in de maatschappij als iets belangrijks wordt gezien. Verder geven ook relatief veel scholieren aan dat ze druk ervaren, omdat ze nu hun best moeten doen om later een baan te krijgen.

Figuur 3.2 Verklaringen gerelateerd aan toetsen, presteren en cijfers grootste oorzaken van schooldruk



Bron: Enquête SEO (2021)

Toelichting: Deze figuur toont per mogelijke oorzaak welk aandeel van de scholieren heeft geantwoord hier best veel of veel druk door te ervaren. 'Gemiddeld' geeft het gemiddelde aandeel aan dat op alle mogelijke oorzaken best veel of veel heeft geantwoord. De uitkomsten zijn gewogen naar geslacht, schooltype en bovenbouw/onderbouw.

Druk door extracurriculaire activiteiten en digitale volgsystemen beperkt

Verklaringen die minder sterk naar voren komen gaan over deelname aan extracurriculaire activiteiten, gebruik van het digitale volgsysteem en gebrek aan loopbaanbegeleiding. Weinig scholieren geven aan best veel of veel druk te ervaren om mee te doen aan extracurriculaire activiteiten. Ook het digitale volgsysteem waarbij ouders mee kunnen kijken met de prestaties van de scholieren komt niet sterk naar voren in vergelijking met andere verklaringen.

De verklaringen die helemaal onderaan staan, en waarvoor geldt dat er nauwelijks druk wordt ervaren door de scholieren, gaan over het schooltype waarop de scholier zit. In de enquête is aan scholieren gevraagd in hoeverre zijzelf en hun ouders vinden dat ze op het juiste schooltype (vmbo, havo, vwo) zitten. Vervolgens is gevraagd of zijzelf of hun ouders vinden dat ze voor dit schooltype te hard hun best moeten

doen of dat ze juist meer kunnen dan ze laten zien. Voor de gehele steekproef is er maar een relatief klein deel dat aangeeft op een schooltype te zitten dat niet bij de scholier past.

3.1.2 De relatie met schooldruk in het algemeen

Wanneer we kijken naar partiële correlaties (Figuur 3.3) vormen presteren, cijfers en toetsen nog steeds belangrijke verklaringen. Deze partiële correlaties geven de samenhang weer tussen een bepaalde verklaring en de algemeen gerapporteerde ervaren schooldruk, zoals beschreven in hoofdstuk 2. Hierbij is gecontroleerd voor achtergrondkenmerken zoals geslacht, leeftijd, schooltype en regio. Dit is niet het geval bij de direct uitgevraagde druk per stelling, zoals gerapporteerd in Figuur 3.2.

Neem het voorbeeld van de verklaring *hoeveelheid huiswerk* die bovenaan staat in Figuur 3.3. De figuur laat zien dat er een sterke partiële correlatie bestaat tussen de hoeveelheid huiswerk en de algemeen gerapporteerde schooldruk. Scholieren die aangeven relatief veel huiswerk te hebben rapporteren dus ook vaker een hogere algemeen ervaren schooldruk – waarbij rekening gehouden is met achtergrondkenmerken die ook van invloed zijn op de algemeen ervaren schooldruk.

Sterk verband huiswerk en meldingen met algemeen gerapporteerde schooldruk

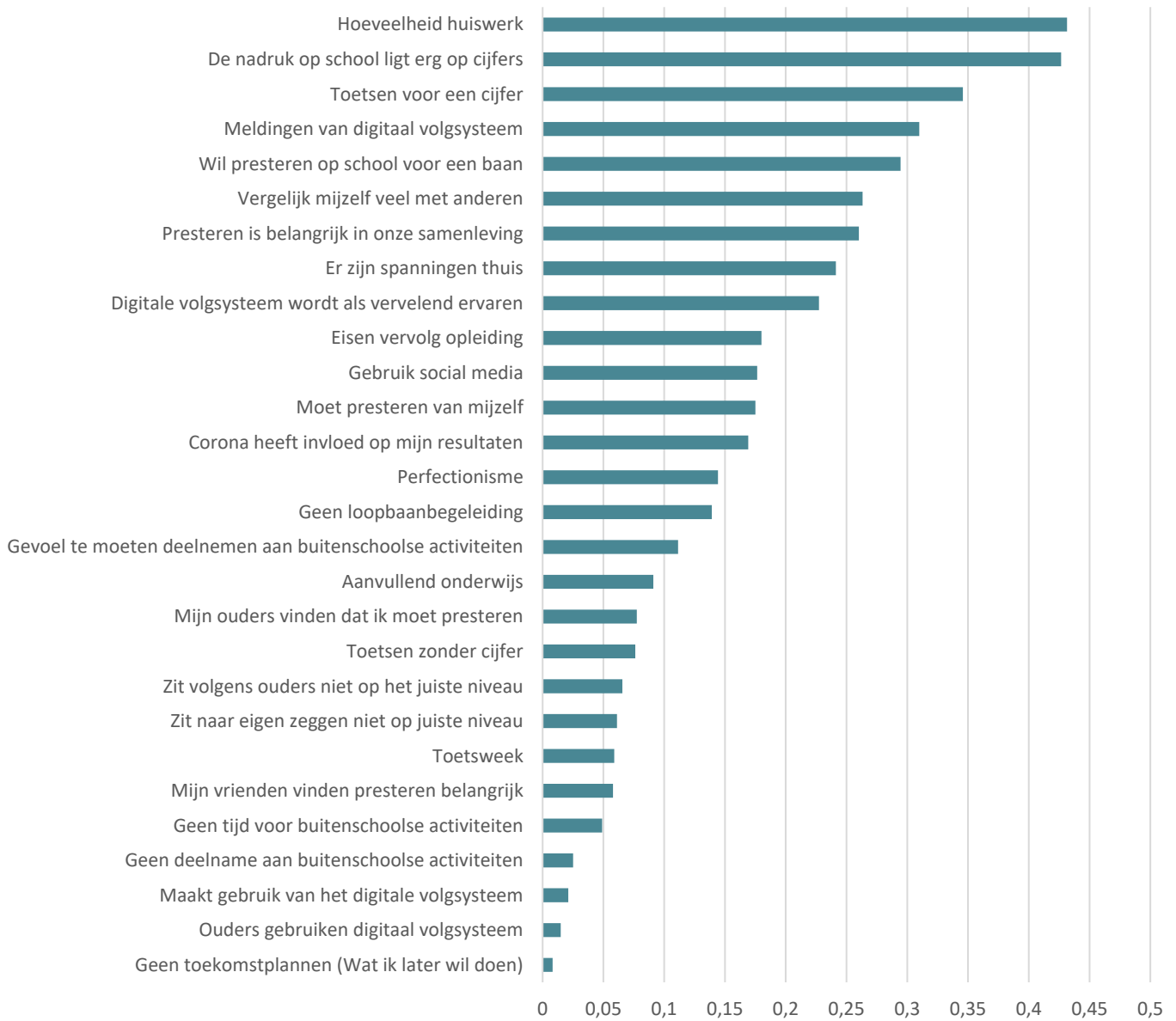
Over het algemeen geven de partiële correlaties een vergelijkbaar beeld als de directe uitvraag naar ervaren druk, zoals weergegeven in Figuur 3.2. Een van de grote verschillen is dat huiswerk boven aan de lijst staat van de partiële correlaties, terwijl dit bij de directe mogelijke oorzaken minder sterk terugkomt. Minder scholieren geven direct aan schooldruk te ervaren door de hoeveelheid huiswerk die ze hebben, terwijl scholieren die veel huiswerk hebben wel vaker een hogere algemeen ervaren schooldruk rapporteren. Hetzelfde geldt voor de meldingen van het digitale volgsysteem. Minder dan 20 procent van de scholieren geeft aan best veel of veel druk te ervaren door de meldingen van het digitale schoolsysteem (Figuur 3.2), terwijl scholieren die aangeven last te hebben van de meldingen van het digitale schoolsysteem een hogere algemeen ervaren schooldruk rapporteren. Een mogelijke verklaring voor dit soort verschillen is dat scholieren zich niet bewust zijn van de mate waarin deze factoren voor hen tot schooldruk leiden.

Toetsweek houdt relatief zwak verband met algemeen gerapporteerde schooldruk

Een ander interessant verschil is de toetsweek die bij de directe stellingen bovenaan staat en bij de partiële correlaties ver naar onder zakt. Scholieren geven dus direct aan druk te ervaren door de toetsweek. Een toetsweek zorgt nou eenmaal voor schooldruk doordat er veel toetsen in dezelfde week zitten. Figuur 3.3 laat echter geen sterke samenhang zien met schooldruk in het algemeen. Mogelijk zorgt de toetsweek op het moment dat hij gehouden wordt wel voor veel schooldruk, maar vertaalt zich dat niet naar een hogere schooldruk in het algemeen, omdat scholieren die geen toetsweek in hun jaarprogramma hebben de toetsdruk op andere momenten ervaren.

In Bijlage F staan de partiële correlaties waarbij de verschillende oorzaken in verband worden gebracht met prestatiedruk, tijdsdruk en de mate waarin een scholier tijd overheeft. Het beeld voor deze vergelijkingen komt overeen met het beeld uit Figuur 3.3. Bij de partiële correlaties tussen de oorzaken en prestatiedruk komen toetsen voor een cijfer en het gegeven dat de nadruk op cijfers ligt als sterkste naar voren. Een factor die ook relatief sterk samenhangt met prestatiedruk is de mate van perfectionisme van de scholier. Bij de partiële correlaties met tijdsdruk en de mate waarin een scholier tijd overheeft naast school is de hoeveelheid huiswerk de grootste indicator, maar ook toetsen voor een cijfer komen sterk naar voren.

Figuur 3.3 Toetsen, cijfers en presteren springen er ook uit wanneer wordt uitgegaan van partiële correlaties



Bron: Enquête SEO (2021)
 Toelichting: Deze figuur geeft de partiële correlaties weer voor alle mogelijke oorzaken van schooldruk. De partiële correlaties geven aan in welke mate een bepaalde oorzaak samenhangt met de algemene gerapporteerde ervaren schooldruk, waarbij is gecontroleerd voor een aantal achtergrondkenmerken. De uitkomsten zijn gewogen naar geslacht, schooltype en bovenbouw/onderbouw.

Het vervolg van dit hoofdstuk gaat per niveau de mogelijke verklaringen voor schooldruk af en bespreekt in hoeverre deze verklaringen worden bevestigd door de resultaten uit de enquête en de interviews. De gepresenteerde beschrijvende statistieken bevatten de directe uitvraag (zoals in Figuur 3.2) waarbij per verklaring direct aan de scholier is gevraagd in hoeverre er druk wordt ervaren. We splitsen de resultaten hierbij consequent uit naar schooltype. Er wordt daarom niet naar schooltype en geslacht gewogen.

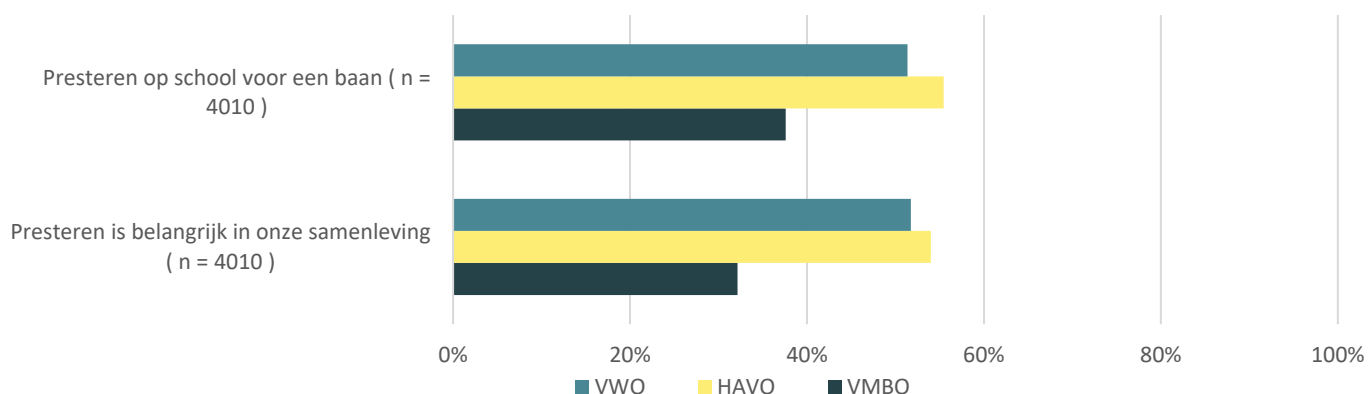
3.3 Maatschappij

Beide verklaringen op maatschappijniveau uit Tabel 3.1 zijn gericht op presteren. De eerste verklaring stelt dat schooldruk wordt veroorzaakt door de prestatimaatschappij waarbij het idee heerst dat iemand er pas toe doet als diegene ook goed presteert. Dit kan presteren zijn op meerdere vlakken, zoals sport of op sociaal vlak, en dus ook op school. De andere verklaring is vooral gericht op het presteren om een goede baan te kunnen krijgen in de toekomst.

Groot deel van de scholieren voelt druk om te presteren voor een baan

Een groot aandeel van de scholieren geeft aan dat het idee dat ze moeten presteren, zodat ze later een baan kunnen krijgen, zorgt voor best veel of veel schooldruk, zie Figuur 3.4. Op havo en vwo gaat het om meer dan veertig procent. Op het vmbo geven minder scholieren aan hierdoor druk te ervaren. Dit is opmerkelijk, omdat de arbeidsmarktperspectieven van de groep die havo of vwo doet en vervolgens een hbo of universitaire opleiding afrondt juist heel goed zijn (Bisschop en Zwetsloot, 2020). Verder staan deze enquêteresultaten op gespannen voet met de interviews waarin zowel experts, docenten als de scholieren zelf aangeven dat scholieren nog niet veel bezig zijn met de toekomst en vaak nog niet voor ogen hebben wat voor baan ze later willen. Kennelijk ervaren scholieren wel druk om later een baan te kunnen krijgen, ook al zijn ze nog niet zo bezig met wat voor werk ze dan willen doen.

Figuur 3.4 Vooral havo- en vwo-scholieren zien de prestatimaatschappij als een belangrijke oorzaak van schooldruk



Bron: Enquête SEO (2021)
 Toelichting: Deze figuur geeft aan welk aandeel van de scholieren best veel of veel druk ervaart door de voorgedde oorzaak.

Scholieren ervaren schooldruk door de prestatimaatschappij

Een groot deel van de scholieren geeft aan dat ze best veel of veel druk ervaren doordat ze het gevoel hebben dat presteren voor de samenleving belangrijk is (Figuur 3.4). Het verschil tussen vmbo- en havo- of vwo-scholieren is hier aanzienlijk. Bijna zestig procent van de havo-scholieren geeft aan druk te ervaren door de prestatimaatschappij, terwijl dit voor vmbo-scholieren voor dertig procent geldt. In gesprekken met leraren, leidinggevenden op scholen, vertrouwenspersonen en ouders komt dit zelfs als belangrijkste factor naar voren. Scholieren zelf zetten deze verklaring in de gesprekken op twee. Ze geven aan dat ze het gevoel hebben te moeten voldoen aan bepaalde standaarden en dat presteren op allerlei gebieden erg belangrijk is. Interviews met docenten en ouders bevestigen dit beeld, zoals onderstaande quote van een docent illustreert:

‘Scholieren moeten van alles tegenwoordig: mooi zijn, leuk zijn, een bijbaan hebben, veel vrienden hebben en goed kunnen sporten, daarnaast gaan ze ook nog naar school.’

De geïnterviewde docenten en ouders geven aan dat de scholieren van alles moeten tegenwoordig en dat een van de grote drijvers van de maatschappij social media zijn. Scholieren spreken dit zelf tegen en zien social media niet als een bron die prestatiedruk bevordert.

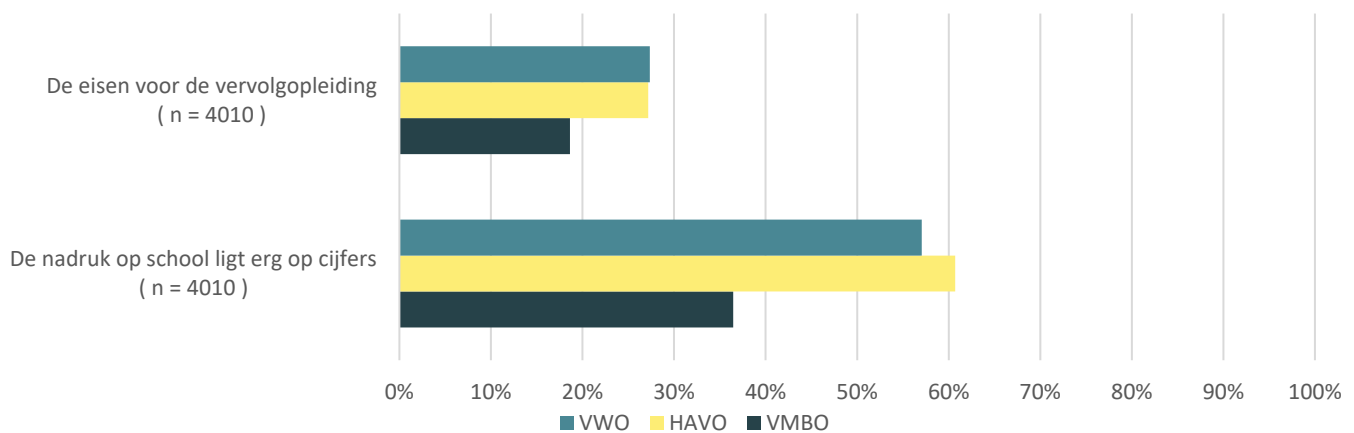
3.4 Schoolstelsel

Bij het niveau van het onderwijssysteem gaat het om verklaringen die te maken hebben met de manier waarop het onderwijs in Nederland is georganiseerd. Denk hierbij aan de wijze waarop scholen verantwoording moeten afleggen, de indicatoren waarop ze worden afgerekend, aan regelgeving of de eisen die worden gesteld aan vervolgoopleidingen.

Relatief weinig scholieren ervaren druk door de eisen van de vervolgoopleiding

Een relatief klein aandeel van de scholieren geeft aan druk te ervaren door de eisen van de vervolgoopleiding. Bij de eisen van de vervolgoopleiding kan worden gedacht aan een numerus fixus waarbij een maximaal aantal scholieren wordt toegelaten bij een vervolgoopleiding. Hierdoor moeten scholieren op basis van de cijfers op het diploma worden ingeloot voor een studie. Uit interviews blijkt dat ook scholieren op het vmbo bezig zijn met de eisen van de vervolgoopleiding, omdat de richting die ze kiezen invloed heeft op de doorstroommogelijkheden naar het mbo. De resultaten van de enquête (zie Figuur 3.5) laten echter zien dat dit meer speelt bij scholieren op de havo en het vwo.

Figuur 3.5 Veel scholieren ervaren druk doordat de nadruk op scholen erg ligt op cijfers



Bron: Enquête SEO (2021)
 Toelichting: Deze figuur geeft aan welk aandeel van de scholieren best veel of veel druk ervaart door de voorgelegde oorzaak.

De nadruk op cijfers zorgt bij veel scholieren voor schooldruk

Het huidige schoolstelsel legt een sterke nadruk op de cijfers die leerlingen halen. Uit de enquêteresultaten blijkt dat veel scholieren hier druk door ervaren (zie Figuur 3.5). In de interviews geven scholieren ook aan dat ze veel bezig zijn met het halen van cijfers en dat dit voor druk zorgt.

Naast scholieren zijn ook scholen gefocust op het halen van goede cijfers, maar dan in de vorm van doorstroom- en slagingspercentages. Deze cijfers vormen input voor het oordeel van de Onderwijsinspectie en ouders en hun kinderen kijken hiernaar bij het maken van een schoolkeuze. De vraag is in hoeverre deze focus op prestaties en cijfers doorsijpelt naar de scholieren. Uit gesprekken met docenten en de directies van scholen komen wisselende antwoorden op deze vraag. Sommige docenten geven aan dat presteren op bepaalde scholen belangrijk is en dat dit ook duidelijk doorwerkt in de verwachtingen van de scholieren. Andere docenten geven aan dat hiervan bij hun school geen sprake is.

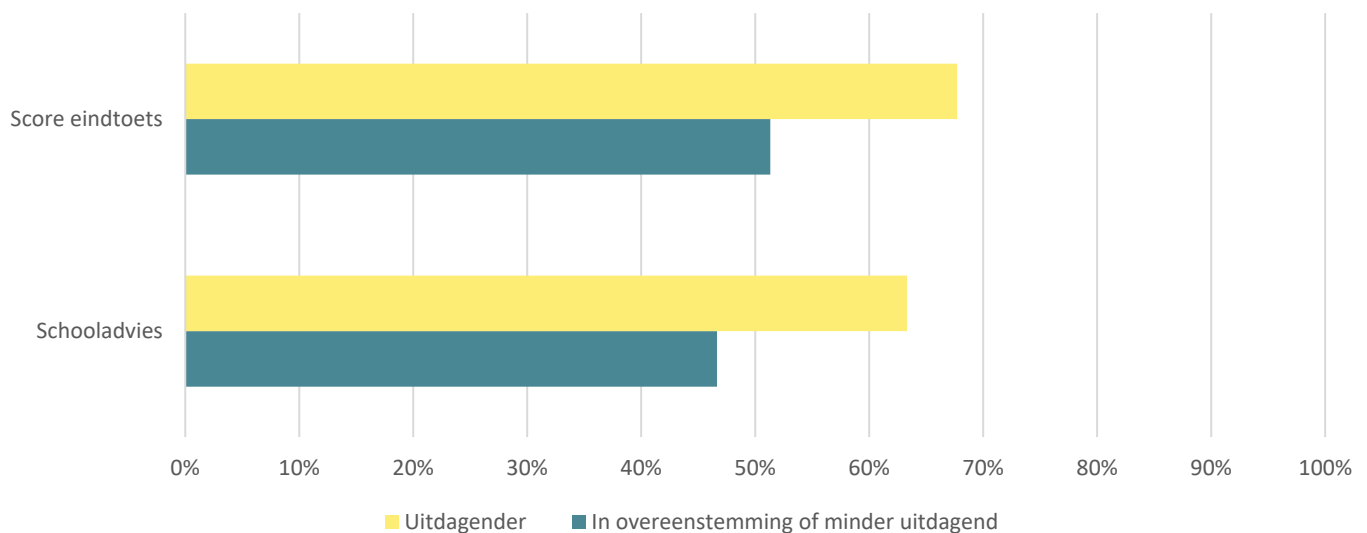
Selectie naar schooltype leidt tot druk

De vroege selectie voor het schooltype is een veelgenoemde verklaring voor schooldruk. Deze vindt plaats aan de hand van het schooladvies van de basisschool. Als het eindtoetsadvies hoger uitvalt dan het schooladvies moet de school het advies heroverwegen en eventueel naar boven bijstellen. De meeste scholieren zijn dan 11 of 12 jaar oud. Verschillende wetenschappelijke experts geven aan dat dit erg vroeg is in de ontwikkeling van een kind.

Het is mogelijk dat scholieren schooldruk ervaren doordat ze door deze vroege selectie niet op het juiste schooltype terecht komen. De vroege selectie kan twee kanten op werken. Enerzijds komen er kinderen op een schooltype terecht waarvoor ze te hard hun best moeten doen. Anderzijds worden er scholieren op een schooltype geplaatst dat hen niet voldoende uitdaging biedt. De doorstroom naar een uitdagender schooltype is lastig, zodat het risico bestaat dat deze scholieren niet hun volle potentie bereiken.

Bijna tien procent van de scholieren op vmbo, havo of vwo zit op een schooltype dat uitdagender is dan het schooladvies. Figuur 3.6 laat zien dat scholieren die op een uitdagender schooltype zitten dan het schooladvies, of het advies dat is verbonden aan de score van de eindtoets in groep acht, meer schooldruk ervaren. We weten niet vanuit welke overwegingen de scholieren naar een hoger schooltype zijn doorgestroomd.

Figuur 3.6 Scholieren die op een uitdagender schooltype zitten dan het schooladvies ervaren meer druk

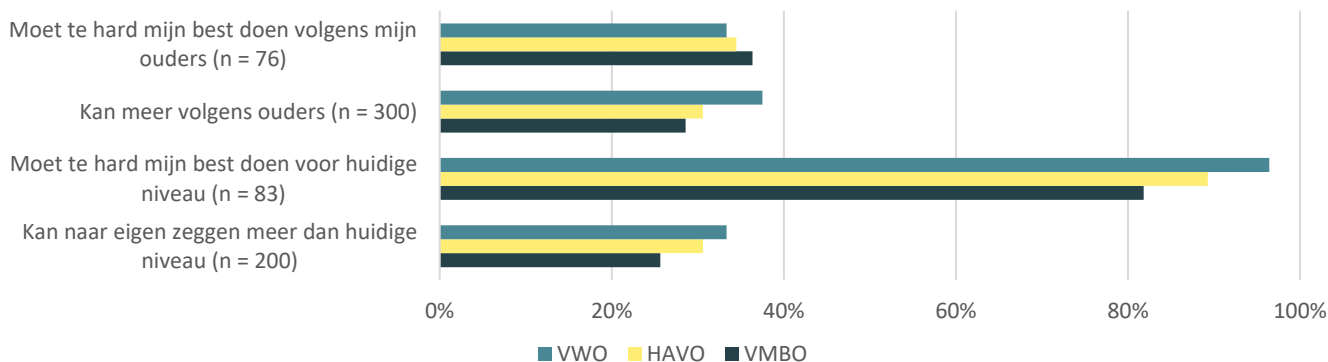


Bron: Enquête SEO (2021)
 Toelichting: Aandeel scholieren dat aangeeft best veel of veel schooldruk te ervaren. Aantal scholieren dat op een uitdagender schooltype zit dan score eindtoets is 192, aantal scholieren dat hoger zit dan schooladvies is 368. Het verschil in de totale gemiddeld ervaren schooldruk komt doordat de groep waarvan de Cito-score bekend is, afwijkt van de groep waarvan het schooladvies bekend is.

Ruim 15 procent van de scholieren op het vmbo, havo en vwo geeft aan dat ze volgens henzelf of hun ouders niet op het juiste schooltype zitten. Het overgrote deel geeft aan dat ze naar eigen zeggen of volgens hun ouders meer kunnen. Bij de groep waar de scholier aangeeft volgens zijn of haar ouders meer te kunnen gaat het hoofdzakelijk om scholieren op het vmbo (n = 161). Antwoorden over de mening van ouders zijn afkomstig van de scholieren zelf. De groep die aangeeft te hard zijn of haar best te moeten doen is beperkt. Figuur 3.7 laat zien dat van scholieren die naar eigen zeggen niet op het juiste schooltype zitten, omdat ze te hard hun best moeten doen, nagenoeg iedereen schooldruk ervaart. Van de scholieren die volgens hun ouders niet op het juiste schooltype zitten, omdat ze te hard hun best moeten doen,

ervaart een kleiner aandeel schooldruk. Van de scholieren die aangeven dat ze meer kunnen ervaren ongeveer 30 procent hierdoor best veel of veel druk.

Figuur 3.7 Scholieren die niet op het juiste schooltype zitten ervaren vaak schooldruk



Bron: Enquête SEO (2021)
Toelichting: Deze figuur geeft aan welk aandeel van de scholieren best veel of veel druk ervaart door de voorgedelde oorzaak. Het gaat per oorzaak telkens om een subgroep van de populatie die aangeeft niet op het juiste schooltype te zitten. Van de scholieren die aangeven niet op het juiste schooltype te zitten is vervolgens gevraagd of dit komt, omdat ze naar eigen zeggen of volgens hun ouders te hard hun best moeten doen of dat ze naar eigen zeggen of volgens hun ouders meer aankunnen. Aan deze subgroepen is vervolgens gevraagd of ze druk voelen door de genoemde oorzaak. Voorbeeld: Bij de derde oorzaak gaat het uiteindelijk nog maar om 83 scholieren die aangeven niet op het juiste schooltype te zitten doordat ze naar eigen zeggen te hard hun best moeten doen. Van die 83 scholieren geeft ongeveer 85 procent aan druk te ervaren.

In interviews met ouders, docenten, vertrouwenspersonen en schooldirecties komt een schooltype dat niet goed past duidelijk naar voren als oorzaak van schooldruk. Volgens de gesproken docenten komt het vaak voor dat scholieren op een schooltype terechtkomen waarop ze te hard hun best moet doen om bij te blijven. Door de opwaartse druk gaan steeds minder scholieren naar het vmbo. Docenten noemen hierbij de rol van ouders die liever niet hebben dat hun kind naar het vmbo gaat. Dit speelt ook bij de scholieren zelf en heeft te maken met het stigma dat aan het vmbo hangt. Ouders denken dat hun kinderen in de toekomst minder kansen hebben als ze naar het vmbo gaan. De keerzijde hiervan is dat meer scholieren op een schooltype zitten dat niet bij hen past, wat tot schooldruk kan leiden.

Het is opvallend dat het volgens docenten vaak voorkomt dat scholieren op een schooltype terechtkomen waar ze te hard hun best moet doen om bij te blijven, terwijl relatief weinig scholieren dit in de enquête zelf aangeven. Kennelijk verschilt het beeld over welk schooltype het beste past tussen scholieren en docenten.

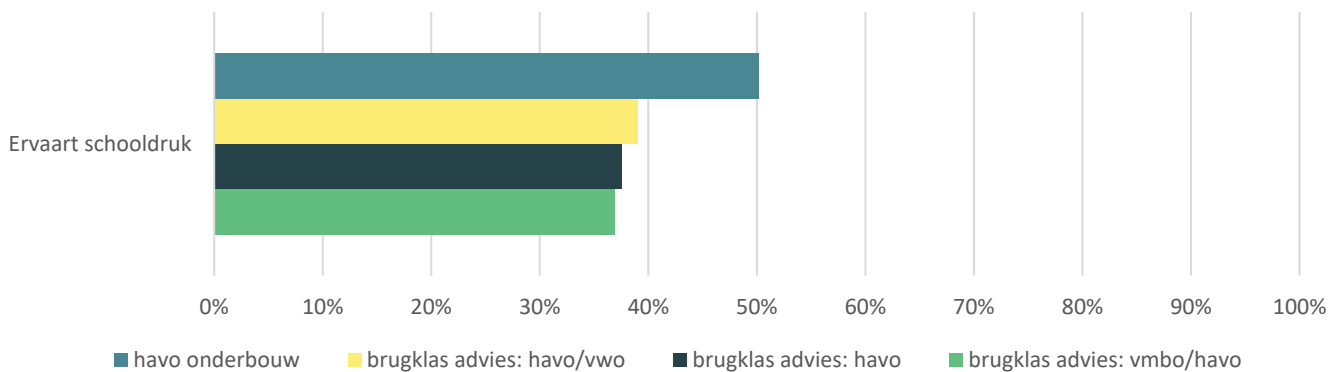
Brede brugklas vooral goed voor de schooldruk onder scholieren met havo-advies

Een van de mogelijke oplossingen voor schooldruk door selectie van schooltype in de onderbouw is de brede brugklas. In de brede brugklas zitten alle scholieren van verschillende schooltypen (vmbo/havo/vwo) bij elkaar. Pas in het derde jaar stromen de scholieren door naar een specifiek schooltype. Hierdoor wordt de keuze voor het schooltype met twee jaar uitgesteld. Binnen de brede brugklas wordt al wel maatwerk geleverd op basis van de resultaten van de scholier. Dit is echter vrijblijvender dan wanneer een scholier instroomt in een specifieke brugklas. Een mogelijk nadeel is dat sommige scholieren langer moeten bewijzen dat ze geschikt zijn voor een bepaald schooltype.

Uit de resultaten van de enquête blijkt dat scholieren met een havo-advies in de brede brugklas minder schooldruk ervaren. Figuur 3.8 laat zien dat de helft van scholieren in de onderbouw van de havo best veel tot veel schooldruk ervaart, terwijl dit aandeel voor scholieren met havo-, vmbo-/havo- of havo-/vwo-

advies die deelnemen aan een brede brugklas duidelijk lager is. Het gaat hier om een vergelijking tussen brede brugklassen (vmbo/havo/vwo) en specifieke brugklassen van één schooltype – scholieren op dakpanbrugklassen (vmbo/havo of havo/vwo) zijn niet uitgenodigd. Een mogelijke verklaring is dat het lesprogramma voor deze groep minder zwaar is of dat eventueel doorstromen naar het vmbo meer geleidelijk voelt. De scholieren hebben immers al klasgenoten die ook naar het vmbo gaan.

Figuur 3.8 Minder schooldruk voor scholieren met havo-advies in een brede brugklas



Bron: Enquête SEO (2021)
 Toelichting: Aandeel scholieren dat aangeeft best veel of veel schooldruk te ervaren. De eerste balk laat het aandeel scholieren zien dat schooldruk ervaart voor scholieren in een specifieke havo-brugklas. De andere drie balken zijn scholieren in een brede brugklas en een schooladvies havo/vwo, havo of vmbo/havo.

Scholieren die een vmbo-advies hebben gekregen en in een brede brugklas zitten, ervaren ongeveer evenveel schooldruk als scholieren die in een specifieke vmbo-brugklas zitten (resultaten niet gepresenteerd). Alleen de scholieren die een vmbo-/havo-advies hebben gekregen en in een brede brugklas zitten, ervaren meer schooldruk. Dit kan komen doordat deze scholieren een iets zwaarder lesprogramma krijgen binnen de brede brugklas of meer de druk voelen om door te stromen naar de havo. Voor scholieren met een schooladvies vwo blijkt dat er geen significante verschillen zijn tussen de specifieke vwo-brugklas en de brede brugklas (resultaten niet gepresenteerd). Brede brugklassen doen dus vooral iets voor scholieren met een havo-advies.

3.5 School

De verklaringen op schoolniveau zijn direct gerelateerd aan de school zelf. Denk hierbij aan het schoolwerk dat de scholieren moeten doen, zoals toetsen en huiswerk, maar ook aan digitale volgsystemen en extra-curriculaire activiteiten. Dit niveau staat dicht bij de scholier dan de niveaus maatschappij en het schoolstelsel.

Toetsen voor een cijfer, veel huiswerk en de toetsweek zorgen voor veel schooldruk

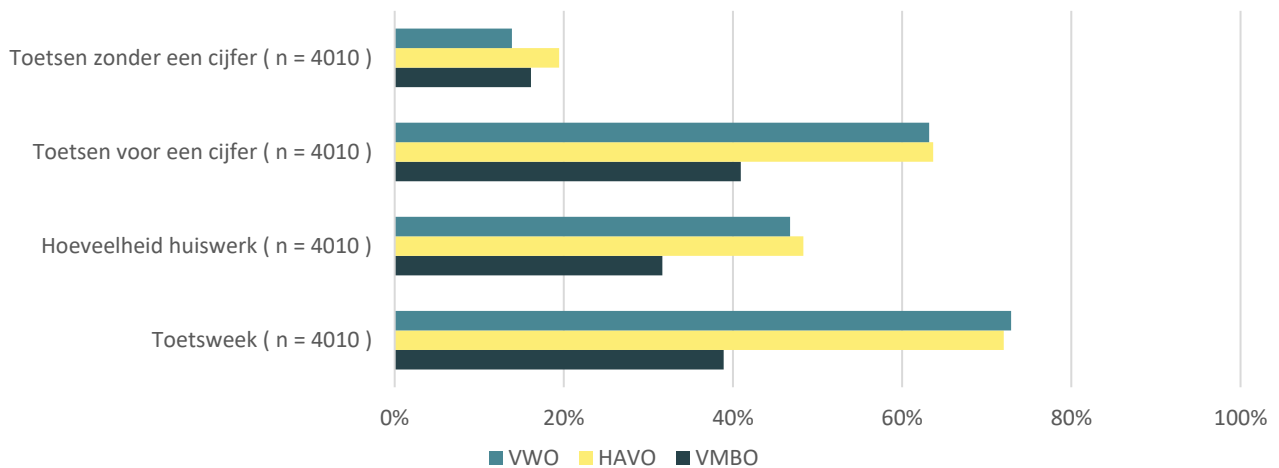
Op het schoolniveau komen vooral verklaringen gerelateerd aan het maken van toetsen voor een cijfer, de hoeveelheid huiswerk en de toetsweek naar voren als oorzaken voor schooldruk. Het aantal scholieren dat schooldruk ervaart vanwege toetsen voor een cijfer is meer dan vijftig procent (zie Figuur 3.10). Ook hier is duidelijk een verschil tussen vmbo-scholieren en scholieren op havo en vwo. Onder havo- en vwo-scholieren ervaart een vergelijkbaar aandeel schooldruk door toetsen voor een cijfer.

Ook uit de interviews met scholieren komt naar voren dat toetsen zorgen voor schooldruk. De mening van de docenten is hierover verdeeld. Een aantal docenten geven aan dat toetsen een bron van schooldruk zijn. Een van de docenten geeft aan dat cijfers nadrukkelijk zorgen voor schooldruk bij scholieren. Aan de

andere kant zorgen cijfers er ook voor dat scholieren meer hun best doen. Een van de geïnterviewde docenten zegt hierover:

‘Scholieren raken alsnog gestrest door toetsen voor een cijfer die niet meetellen, maar toetsen zonder cijfer leveren ze weer niet in.’

Figuur 3.9 Veel scholieren ervaren schooldruk door toetsen voor cijfer, toetsweek en huiswerk



Bron: Enquête SEO (2021)
 Toelichting: Deze figuur geeft aan welk aandeel van de scholieren best veel of veel druk ervaart door de voorgelegde oorzaak.

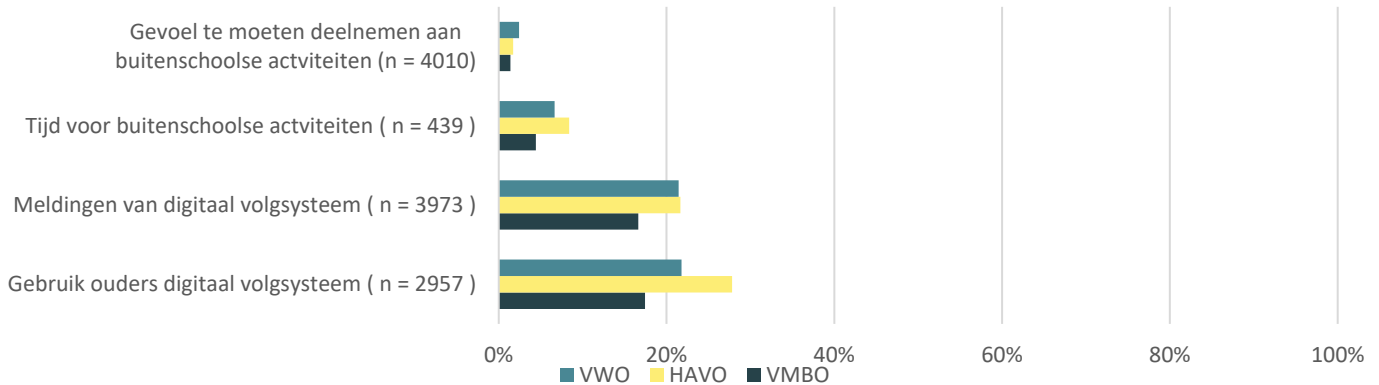
Volgens de meeste scholieren zorgt de toetsweek voor best veel of veel schooldruk. Het gaat hier om 75 procent van de havo- en vwo-scholieren. Tijdens de toetsweek moeten scholieren veel toetsen maken in een korte periode. Het is dan ook niet verrassend dat ze hierdoor druk ervaren. Echter, gedurende de toetsweek hebben de scholieren vaak geen reguliere lessen. Scholieren die geen toetsweek hebben, moeten de toetsen vaak maken gedurende een reguliere lesweek waardoor ze het leren van toetsen, het maken van huiswerk en het volgen van lessen moeten combineren, wat ook voor druk kan zorgen. In Figuur 3.3 is dan ook geen sterke samenhang te zien tussen de toetsweek en schooldruk in het algemeen.

Ongeveer 40 procent van de scholieren geeft aan de druk te ervaren door de hoeveelheid huiswerk die ze moeten maken. Er is echter wel een sterke correlatie tussen de hoeveelheid huiswerk en de algemeen gerapporteerde ervaren schooldruk: in Figuur 3.3 staat de hoeveelheid huiswerk van alle mogelijke oorzaken bovenaan. De hoeveelheid huiswerk heeft dus een sterker verband met de algemeen ervaren schooldruk dan de scholieren direct aangeven.

Het digitale volgsysteem en extracurriculaire activiteiten geen sterke oorzaken van schooldruk

Weinig tot geen scholieren ervaren schooldruk doordat ze deelnemen aan of het gevoel hebben dat ze deel moeten nemen aan extracurriculaire activiteiten. Van alle ondervraagde scholieren neemt ongeveer tien procent deel aan extracurriculaire activiteiten – zie Figuur 3.10. Van deze tien procent geeft minder dan tien procent aan druk te ervaren door de hoeveelheid tijd die ze moeten besteden aan extracurriculaire activiteiten. Rond de twee procent geeft aan dat ze het gevoel hebben te moeten deelnemen aan deze activiteiten.

Figuur 3.10 Weinig scholieren ervaren schooldruk door extracurriculaire activiteiten



Bron: Enquête SEO (2021)
 Toelichting: Deze figuur geeft aan welk aandeel van de scholieren best veel of veel druk ervaart door de voorgedde oorzaak.

Veel experts noemen het gebruik van het digitaal volgsysteem als verklaring voor de toename van schooldruk. Het gaat om een online systeem dat de resultaten van de scholieren registreert. Denk hierbij aan de testresultaten, huiswerkopdrachten en aanwezigheid in de les. Ouders hebben in veel gevallen inkijk in deze gegevens en kunnen hun kinderen op deze manier op de voet volgen. Daarnaast kunnen scholieren zelf ook op elk moment van de dag geconfronteerd worden met schoolgerelateerde zaken, zoals het binnenkrijgen van huiswerkopdrachten waardoor het onderwijs een 24/7-karakter krijgt.

Figuur 3.11 laat zien dat de meeste scholieren geen druk voelen door het digitale volgsysteem. Ongeveer twintig procent geeft aan best veel of veel druk te ervaren doordat ouders het digitale volgsysteem gebruiken. In de interviews constateren vooral docenten dat het digitale volgsysteem tot druk kan leiden voor scholieren. Dit komt volgens hen vooral door de bemoeienis van ouders. Een van de geïnterviewde scholieren zegt hier zelf het volgende over:

‘Het digitale volgsysteem is over het algemeen heel handig, want het helpt mij met het plannen en organiseren van mijn schooltaken. Het is alleen vervelend dat mijn vader soms eerder weet wat voor cijfers ik heb gehaald dan ikzelf. Soms krijg ik ineens een print screen van mijn cijfer te zien via whatsapp.’

Daarnaast geeft ook een relatief klein aandeel scholieren aan druk te ervaren door de meldingen van het digitale volgsysteem. Hier gaat om het 24/7-onderwijs waardoor scholieren op elk moment van de dag een melding van school kunnen ontvangen. Opvallend is dat relatief weinig scholieren aangeven best veel of veel schooldruk te ervaren door de meldingen van het digitale schoolsysteem, maar scholieren die rapporteren dat ze het digitale volgsysteem vervelend vinden, rapporteren wel vaker een hogere algemeen ervaren schooldruk (partiële correlaties). Bij de lijst met de directe mogelijke oorzaken (Figuur 3.2) staat de stelling redelijk onderaan, terwijl deze stelling bij de lijst met partiële correlaties (Figuur 3.3) op de vierde plek staat. Dit kan betekenen dat scholieren zelf niet doorhebben hoeveel druk ze ervaren van de meldingen van het digitale schoolsysteem.

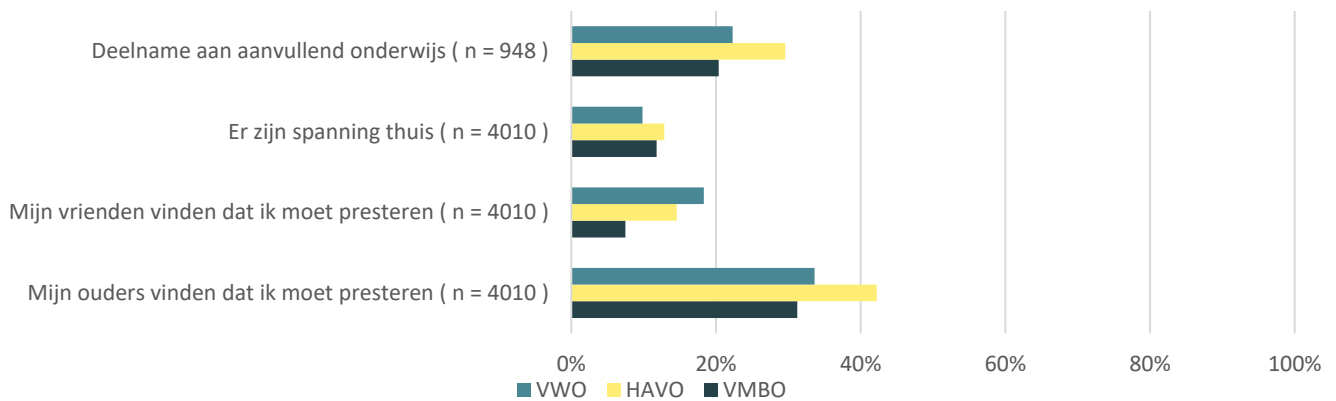
3.6 Directe omgeving

Bij de directe omgeving gaat het vooral om druk vanuit personen in de omgeving, zoals de ouders, vrienden of klasgenoten. Daarnaast kan ook worden gedacht aan spanningen bij de scholier thuis.

Vooral havo-scholieren ervaren druk vanuit hun ouders om te presteren

In hun directe omgeving ervaren scholieren vooral druk doordat de ouders vinden dat ze moeten presteren. Rond de 35 procent van de scholieren geeft aan hierdoor druk te ervaren – zie Figuur 3.11. Voor havo-scholieren is dit zelfs 42 procent. Een van de mogelijke verklaringen hiervoor is de opwaartse druk. Uit interviews met docenten komt naar voren dat ouders liever niet hebben dat hun kinderen naar het vmbo gaan. De ouders die graag willen dat hun kind op de havo blijft, leggen hierdoor mogelijk extra druk op aan hun kinderen. Dit wordt bevestigd door het aantal scholieren dat druk voelt door deelname aan het aanvullend onderwijs, zoals huiswerkbegeleiding en examentraining. Dit is namelijk ook groter onder havo-scholieren. Bovendien is het aandeel dat aangeeft dat het aanvullend onderwijs het idee was van de ouders het hoogst voor havo-scholieren, namelijk 75 procent ten opzichte van 65 procent voor vwo-scholieren en 63 procent van de vmbo-scholieren.

Figuur 3.11 Vooral havo-scholieren ervaren schooldruk doordat de ouders vinden dat de scholier moet presteren



Bron: Enquête SEO (2021)
 Toelichting: Deze figuur geeft aan welk aandeel van de scholieren best veel of veel druk ervaart door de voorgelegde oorzaak.

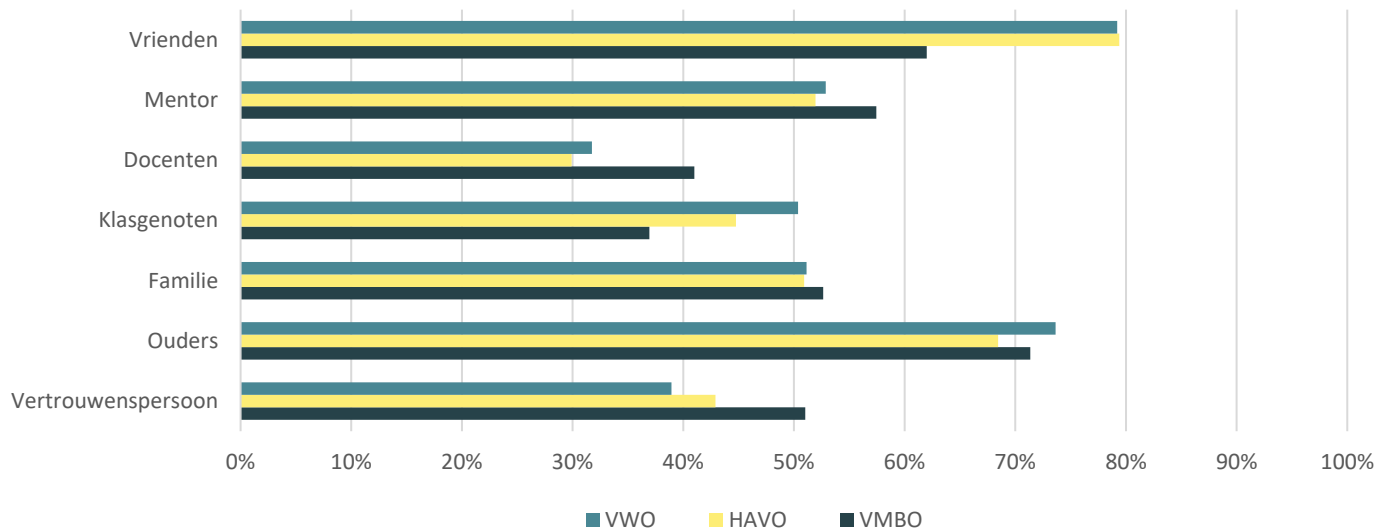
Weinig scholieren ervaren druk doordat vrienden presteren belangrijk vinden

Weinig scholieren geven aan druk te ervaren, omdat vrienden vinden dat ze moeten presteren. Voor vwo-scholieren is het nog net geen twintig procent dat aangeeft hierdoor schooldruk te ervaren, voor vmbo- en havo-scholieren is dat nog minder. Verder geven weinig scholieren aan druk te ervaren door de spanningen thuis. Voor deze oorzaak geldt echter dat hij sterker naar voren komt in de partiële correlaties in Figuur 3.3. Scholieren geven dus niet direct aan druk te ervaren door de spanningen thuis, maar scholieren waar thuis spanningen zijn rapporteren wel meer schooldruk in het algemeen te ervaren.

Scholieren geven aan dat schooldruk goed bespreekbaar is

Scholieren laten zien dat schooldruk goed bespreekbaar is met personen uit de directe omgeving. Schooldruk is vooral bespreekbaar met ouders en vrienden, tussen de 70 en 80 procent van de scholieren geeft dit aan (zie Figuur 3.13). Het aandeel scholieren dat aangeeft schooldruk te kunnen bespreken met hun docenten is echter het kleinst, terwijl de docenten hierin juist een belangrijke rol kunnen spelen. Ze hebben namelijk direct en indirect via huiswerk en toetsen invloed op de schooldruk. Meer vmbo-scholieren geven aan dat ze schooldruk kunnen bespreken met de docenten en de vertrouwenspersoon op school dan scholieren op de havo en het vwo. Havo- en vwo-scholieren geven juist aan vaker schooldruk te bespreken met vrienden en klasgenoten. Scholieren op het vmbo bespreken de schooldruk kennelijk liever met een volwassene persoon buiten hun vriendenkring of thuissituatie.

Figuur 3.12 Vrijwel alle scholieren geven aan schooldruk te kunnen bespreken met de directe omgeving



Bron: Enquête SEO (2021)
 Toelichting: Deze figuur geeft aan welk aandeel van de scholieren best veel of veel druk ervaart door de voorgelegde oorzaak.

In de enquête is ook gevraagd of er in de les of op school aandacht is voor stress, schooldruk of andere zaken die gaan over hoe de scholier zich voelt. Slechts tien procent van de scholieren geeft aan dat hier best veel of veel aandacht voor is, terwijl een aanzienlijk deel aangeeft dat hier geen aandacht voor is (resultaten niet gerapporteerd). Op dit aspect lijkt er dus nog ruimte voor verbetering.

3.7 Scholier

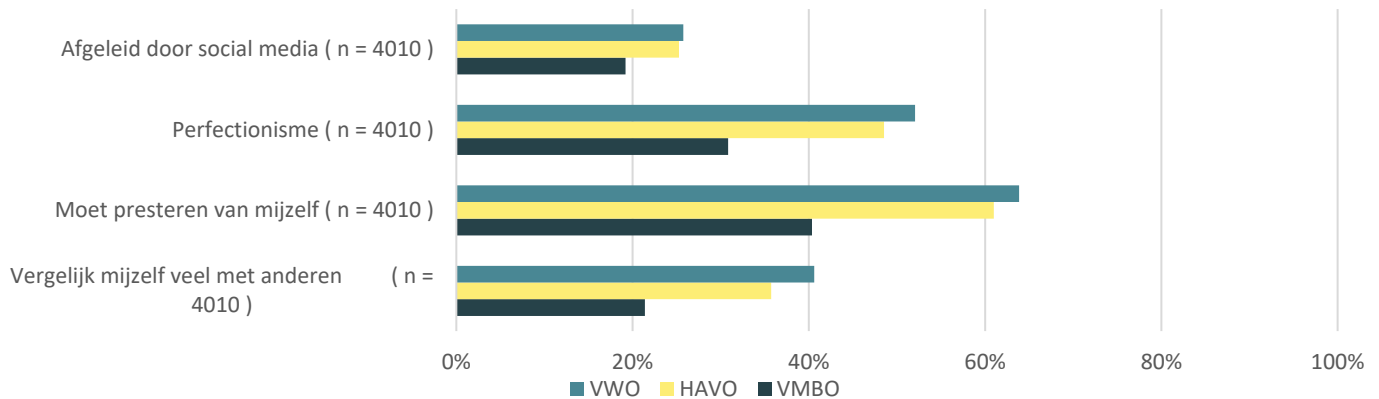
De verklaringen op scholieniveau gaan over karaktereigenschappen van de scholier zelf. Denk hierbij aan perfectionisme of de mate van sociale vergelijking. Ook het gebruik van social media kan een mogelijke verklaring zijn van schooldruk.

Ouders en docenten zien het gebruik van social media als een belangrijke oorzaak van schooldruk, de scholier zelf niet

In de interviews met ouders en docenten werd het gebruik van social media als een van de belangrijkste oorzaken van schooldruk genoemd. Enerzijds zorgen social media en het gebruik van de mobiele telefoon volgens hen voor afleiding, anderzijds versterkt het ook de mate van sociale vergelijking en de drang om te presteren. Uit de enquête blijkt echter dat relatief weinig scholieren aangeven dat ze best veel of veel druk voelen, omdat ze worden afgeleid door het gebruik van social media (ongeveer 20 procent) – zie Figuur 3.13. Uit de partiële correlaties in Figuur 3.3 blijkt wel een sterk verband tussen gebruik van social media en schooldruk in het algemeen.

De discrepantie tussen hoe ouders, docenten en scholieren de rol van social media zien, sluit aan bij eerder onderzoek. Zo geven jongeren in het onderzoek van Kleinjan e.a. (2020) aan dat ze in zeer beperkte mate stress ervaren van social media. Tegelijk worden social media vaak aangeduid als een mogelijke bron van druk en stress voor jongeren (o.a. Schoemaker e.a., 2019) en is in overzichtsstudies in verband gebracht met stress en angstige en depressieve gevoelens (o.a., Keles e.a., 2019). Dat weinig jongeren in het huidige onderzoek aangeven dat ze druk ervaren van social media hoeft niet te betekenen dat ze ook daadwerkelijk geen druk hiervan ervaren. Ze lijken het in ieder geval niet zelf zo te beleven.

Figuur 3.13 Het idee dat scholieren van zichzelf moeten presteren zorgt vooral voor schooldruk



Bron: Enquête SEO (2021)
 Toelichting: Deze figuur geeft aan welk aandeel van de scholieren best veel of veel druk ervaart door de voorgedde oorzaak.

Relatief veel scholieren ervaren druk doordat ze van zichzelf moeten presteren

Een relatief groot aandeel scholieren geeft aan dat ze druk voelen, omdat ze van zichzelf moeten presteren. Voor scholieren op de havo en het vwo gaat het om meer dan zestig procent, voor scholieren op het vmbo gaat het om veertig procent. In interviews geven scholieren ook aan dat ze het gevoel hebben dat ze moeten presteren. Vergelijkbare patronen komen terug bij de vraag over perfectionisme waar een aanzienlijk aandeel aangeeft schooldruk te ervaren doordat ze iets goed moeten doen van zichzelf. Daarnaast is er een redelijk aandeel dat aangeeft druk te ervaren doordat ze zichzelf vergelijken met anderen. In interviews geven scholieren aan dat ze zich vaak vergelijken met anderen als het gaat om het maken en inleveren van opdrachten. Ook geven ze aan onderling cijfers te vergelijken.

3.8 Verklaringen voor de toename in schooldruk

De enquêteresultaten laten zien welke factoren volgens scholieren bijdragen aan hoge schooldruk. Hieruit valt niet direct af te leiden wat er achter de toename in schooldruk zit. De hypothesen in Tabel 3.1 en Bijlage B gaan wel in op mogelijke verklaringen voor de toename in schooldruk, op basis van de literatuur en gesprekken met wetenschappelijke experts. We hebben deze vraag ook voorgelegd in de interviews met scholen. In deze gesprekken bleek het vaak lastig om verklaringen voor schooldruk en verklaringen voor de verandering in schooldruk uit elkaar te halen. Met deze kanttekening komen we in deze paragraaf terug op mogelijke verklaringen voor de toename in schooldruk en wat we hier op basis van de enquête en de interviews over kunnen zeggen.

De samenleving is meer prestatiegericht

De druk vanuit de samenleving om goed te presteren komt zowel in de enquête als in de interviews op scholen als overkoepelende factor nadrukkelijk naar voren. In de interviews geven gesprekspartners aan dat in vergelijking met vroeger steeds meer van scholieren wordt verwacht – niet alleen wat betreft schoolprestaties, maar ook op andere vlakken zoals sport, een druk sociaal leven en later een goede baan. In de enquête scoort drukte in het algemeen na schooldruk inderdaad als meestgenoemde stressfactor.

Ouders verwachten meer van hun kinderen

De toegenomen prestatiedruk in onze samenleving kan via verschillende kanalen doorsijpelen naar scholieren in het voortgezet onderwijs. Ouders lijken hier een belangrijke rol in te spelen. Ongeveer een derde van alle scholieren geeft aan best veel tot veel druk te ervaren door de verwachtingen van hun ouders, en

ook docenten wijzen in de interviews op de hoge verwachtingen die ouders van hun kinderen hebben. Door de opkomst van digitale volgsystemen kunnen ouders de resultaten van hun kinderen tegenwoordig op de voet volgen, en dit leidt ook tot meer druk.

De druk om kinderen naar een havo- of vwo-school te sturen en niet naar het vmbo komt deels van ouders, geven voornamelijk docenten aan. De toegenomen instroom in havo en vwo in de afgelopen tien jaar heeft de schooldruk waarschijnlijk verhoogd voor scholieren die hierdoor op een minder passend schooltype terecht kwamen. Ook het gebruik van aanvullend onderwijs is in de afgelopen twintig jaar sterk toegenomen (CBS, 2020) en het idee om hier gebruik van te maken komt meestal van de ouders.

Barrières tussen schooltypen zijn groter geworden

Scholieren die niet op het juiste schooltype zitten ervaren hierdoor druk. Deze druk is mogelijk versterkt doordat de barrières tussen schooltypen in het afgelopen decennium groter werden (Onderwijsraad, 2019). Het aandeel scholieren dat naar een dakpan- of brede brugklas gaat is sinds 2007 van 70 procent naar 50 procent gedaald, terwijl het aandeel scholieren dat na de lagere school naar een specifieke brugklas gaat, steeg van 30 naar 50 procent. Deze ontwikkeling kan vooral voor scholieren met een havo-advies tot meer schooldruk hebben geleid, omdat deze groep minder druk blijkt te ervaren in een brede brugklas. In het verlengde van deze ontwikkeling is het aandeel enkelvoudige schooladviezen toegenomen.

Barrières tussen schooltypen zijn ook groter geworden doordat het stapelen van diploma's lastiger werd. Zo stroomde afgelopen jaar 15 procent van de scholieren na het behalen van een vmbo-tl-diploma door naar de havo, terwijl dit tien jaar geleden nog ruim twintig procent was.⁴ Ook merkt de Onderwijsraad op dat de verschillende onderwijssoorten vaker worden aangeboden op gescheiden locaties. Voor scholieren vergroot dit de consequenties van het niet halen van de vereiste resultaten, wat kan leiden tot meer druk.

Ook scholen onder druk om te presteren

De prestatiedruk kan ook via scholen bij scholieren terechtkomen. Als ouders en hun kinderen bij de schoolkeuze meer belang hechten aan de cijfers die de school kan voorleggen – zoals de doorstroom en slagingspercentages waarover de onderwijsinspectie rapporteert, dan wordt het voor scholen belangrijker om hier goed op te scoren. Uit de enquête blijkt dat de nadruk die de school op cijfers legt voor scholieren een belangrijke stressfactor is. Ook in interviews wordt de druk op scholen om goed te presteren als oorzaak van schooldruk onderkend. Dit kan zich bijvoorbeeld vertalen in meer toetsen en meer huiswerk.

Strengere eisen voor examens

In het onderwijssysteem zijn een aantal wijzigingen doorgevoerd die goed passen in het beeld van een toegenomen prestatiedruk vanuit de samenleving. De exameneisen zijn aangescherpt, het predicaat cum laude is ingevoerd en steeds meer vervolgoopleidingen stellen eisen. Deze ontwikkelingen hebben mogelijk bijgedragen aan een toegenomen focus op cijfers die voor scholieren een belangrijke oorzaak van schooldruk vormt. Ook de eisen van vervolgoopleidingen leiden voor sommige scholieren tot druk, blijkt uit de enquête.

Meer gebruik van smartphones en social media

De druk vanuit vrienden en klasgenoten om op allerlei vlakken te presteren kan versterkt zijn door het gebruik van social media. Tijdens de interviews met ouders en docenten werd het gebruik van social media als een van de belangrijkste oorzaken van schooldruk genoemd, ook al blijkt dit niet zo sterk uit de enquête en gesprekken met scholieren. Duidelijk is in elk geval wel dat het hier gaat om een factor die in de afgelopen twintig jaar enorm veranderd is. Hetzelfde geldt voor de opkomst van de digitale scholiervolgsystemen waardoor scholieren op elk moment van de dag informatie over hun prestaties kunnen ontvangen.

⁴ Zie: <https://www.onderwijsincijfers.nl/kengetallen/vo/scholieren-vo/stromen-stapelen-in-het-vo>

Ten slotte laat de enquête zien dat perfectionisme een belangrijke oorzaak is van schooldruk. Perfectionisme onder jongeren is toegenomen, blijkt uit de literatuur en gesprekken met wetenschappelijke experts en met jongeren zelf. Ook deze toename kan een weerspiegeling zijn van het toegenomen belang dat in onze samenleving aan presteren wordt gehecht. Perfectionisme kan ertoe leiden dat scholieren meer druk door toetsen ervaren.

4 Beleidsopties

Scholen kunnen de druk verminderen door minder te toetsen voor een cijfer en de hoeveelheid huiswerk te beperken. Minder scherpe grenzen tussen schooltypen in ons onderwijssysteem kunnen de schooldruk ook beperken. Meer aandacht voor schooldruk kan scholieren, ouders en scholen helpen om bewustere keuzes te maken.

De cijfers over schooldruk roepen de vraag op wat er gedaan kan worden om deze te beteugelen. Het percentage scholieren in het voortgezet onderwijs dat best veel of veel druk ervaart van schoolwerk is sinds 2001 verdubbeld. Van de voor dit onderzoek ondervraagde scholieren voelt bijna de helft best veel tot veel druk door het schoolwerk dat ze moeten doen. Bijna driekwart van ondervraagde havo- en vwo-scholieren ervaart best veel tot veel druk om goede resultaten te halen op school. Scholieren die druk ervaren hebben vaker last van stressgerelateerde symptomen, zoals vermoeidheid, een slecht humeur en slecht slapen.

Hierbij is het belangrijk om in gedachten te houden dat niet iedere scholier last heeft van schooldruk. Een aanzienlijk deel van alle scholieren ervaart weinig school- en prestatiedruk. In een uitsplitsing naar verschillende groepen, op basis van de manier waarop ze druk ervaren, gaat het om 53 procent van alle scholieren. Een tweede groep (14 procent) ervaart veel schooldruk en stress, maar weinig prestatiedruk. Een derde groep (33 procent) ervaart gematigde schooldruk, maar juist veel stress en prestatiedruk. Deze groep scoort ook het laagst op verschillende aspecten van mentaal welbevinden. Meisjes, scholieren uit hogere leerjaren en het schooltype havo en vwo zijn erin oververtegenwoordigd, terwijl de omvang van groep die vooral schooldruk ervaart voor elk leerjaar en schooltype ongeveer gelijk is.

Verder was de druk door schoolwerk in Nederland in het verleden laag in vergelijking met andere landen. In het meest recente internationaal vergelijkende onderzoek behoorde ons land nog steeds tot de 50 procent meest gunstig scorende landen (Stevens et al., 2017).

Dit hoofdstuk bespreekt beleidsopties om de druk op scholieren te verminderen. De meest concrete aan-grijpingspunten liggen bij scholen. Hier gaan we als eerst op in. Scholen opereren echter binnen een onderwijssysteem en de bredere samenleving. Opties om druk vanuit deze context te verminderen komen in het vervolg van deze paragraaf aan bod. We baseren deze beleidsdiscussie op de enquêteresultaten en op de gesprekken met scholen (bestuur, docenten, vertrouwenspersonen, ouders en scholieren) en wetenschappelijk experts.

4.1 Scholen

Toetsen en cijfers

Toetsen voor een cijfer en de nadruk die op school ligt op cijfers zijn belangrijke verklaringen voor school-druk. Hier kunnen scholen iets aan doen. Ze kunnen er bijvoorbeeld voor kiezen om minder vaak te toetsen of om minder vaak te toetsen voor een cijfer. Eén school die we hebben gesproken stelt bijvoorbeeld eisen aan docenten voor het geven van een toets waardoor de docent van tevoren na moet gaan of een toets wel echt nodig is.

Tegelijk is de toetsfrequentie geen panacee. Het gaat niet alleen om de frequentie, maar ook om in hoe-verre scholieren de toets als bedreigend ervaren. Een toets die meetelt voor of een scholier overgaat of uiteindelijk slaagt legt meer druk. Als leraren het belang van toetsen voor de toekomst van de scholieren

benadrukken, kan dat contraproductief werken voor zowel de door scholieren ervaren stress als hun prestaties (OESO, 2017, zie ook Kennisrotonde, 2020). Leraren geven wel aan dat scholieren minder hun best doen voor een opdracht of test als er geen cijfer aan verbonden is of het resultaat niet meetelt.

Scholen kunnen de nadruk op cijfers beperken door minder gebruik te maken van summatieve toetsen en meer van formatieve evaluatie. NRO (2019) geeft de volgende omschrijving:

‘Formatief evalueren is een interactief en cyclisch proces waarin de leraar door de inzet van effectieve didactiek tijdig zicht krijgt op waar de scholieren staan en op wat zij nodig hebben om een vervolgstap te nemen. Het belangrijkste doel van formatief evalueren is om scholieren te ondersteunen bij hun leerproces, net zolang totdat ze een bepaald leerdoel hebben behaald en zonder daarbij de motivatie om te leren verliezen. Formatieve evaluatie is dus geen momentopname, maar een proces dat continu doorgaat. Dat kan bijvoorbeeld door steeds tussentijds het begrip bij de scholieren te checken en feedback te geven.’

Deze benadering bant niet alle cijfers uit, maar scholieren krijgen pas een cijfer op het moment dat alle kansen om tot beheersing te komen zijn benut. Cijfers spelen wel een aanzienlijk kleinere rol dan bij de gangbare summatieve manier van toetsen waarbij scholieren telkens na het afronden van een onderdeel van de lesstof op één moment moeten laten zien in hoeverre ze deze beheersen en hier een cijfer voor krijgen. Bovendien maakt deze meer op de individuele scholier gerichte manier van evalueren maatwerk mogelijk. Het belang hiervan komt duidelijk naar voren uit de grote verschillen tussen scholieren in de mate en de manier waarop ze schooldruk ervaren. Formatief evalueren kost wel meer tijd van leraren en vergt een investering in het opbouwen van de hiervoor benodigde vaardigheden (zie ook Sluijsmans, 2020).

De nadruk op cijfers is onderdeel van een bredere focus op prestatie en excelleren waar scholen in de verwachtingen die zij naar scholieren toe uitspreken op verschillende manieren mee om kunnen gaan. Hoeveel aandacht is er op een school voor excelleren? Of benadrukken leraren juist dat iedereen de kans moet krijgen om mee te komen? Uit de internationale literatuur blijkt dat jongeren meer schooldruk ervaren op scholen waar excelleren centraal staat (Luther, Kumar, & Zillmer, 2020). OESO (2017) laat zien dat schooldruk hoger is op scholen die qua prestaties tot de beste tien procent van hun land horen. Die druk is kennelijk een keerzijde van de excellente prestaties. Scholen kunnen wellicht meer bewust gemaakt worden van de negatieve gevolgen van het leggen van de nadruk op het excelleren van scholieren. Hierdoor kunnen scholen een bewustere keuze maken in het uitspreken van de verwachtingen die ze hebben van hun scholieren.

Huiswerk

De hoeveelheid huiswerk is een tweede belangrijke verklaring voor schooldruk waar scholen iets aan kunnen doen. Ook hier kan het een kwestie zijn van het begrenzen van de hoeveelheid. Hiervan is de huiswerkluwe school een voorbeeld: de tijd voor huiswerk is op dit soort scholen afgebakend en scholieren hoeven zich hier als ze naar huis gaan niet meer om te bekommeren. De tijd die scholieren kwijt zijn heeft echter ook te maken met executieve functies, zoals plannen, organiseren, tijdsmanagement en flexibiliteit. Investeren in het (verder) ontwikkelen van deze functies kan ook helpen om schooldruk te verminderen. Een geïnterviewde orthopedagoog tekent hierbij aan dat een aantal lessen plannen en organiseren niet volstaat. Het ontwikkelen van executieve functies is een langdurig cognitief proces waar de gehele middelbare schooltijd aandacht aan besteed moet worden.

Digitale schoolsystemen

Digitale schoolsystemen die 24 uur per dag en zeven dagen per week meldingen, cijfers of huiswerk doorgeven, lijken een belangrijke determinant van schooldruk. Scholieren onderkennen dit niet direct, maar uit de enquête blijkt een sterke samenhang tussen schooldruk en last ervaren van het voortdurend binnenkrijgen van meldingen. Het LAKS geeft ook aan dat ze hier vaak klachten over krijgen. Het beperken van

de tijden waarop meldingen mogen worden doorgegeven – bijvoorbeeld een vast moment per dag of per week – lijkt een eenvoudige manier om deze stressfactor te beperken.

Loopbaanoriëntatie en begeleiding

Voor jongeren blijken zorgen over of ze later een baan krijgen een bron van druk te zijn. Dit speelt vooral onder scholieren op havo en vwo, terwijl de arbeidsmarktperspectieven voor deze groep juist gunstig zijn. Meer voorlichting over perspectieven op de arbeidsmarkt is hiervoor mogelijk een oplossing. Verder is de opleidingsrichting heel belangrijk voor de kans om snel werk te vinden (Bisschop en Zwetsloot, 2020). Dit pleit voor goede loopbaanoriëntatie en begeleiding op scholen.

Aandacht voor stress en welbevinden

Scholen kunnen meer investeren in het welbevinden van scholieren binnen het onderwijs en wat zij nodig hebben om goed in hun vel te zitten en om te kunnen gaan met stressvolle situaties. In de enquête geeft slechts tien procent van de scholieren aan dat hier op school best veel of veel aandacht voor is en het aandeel scholieren dat aangeeft schooldruk te kunnen bespreken met hun docenten is relatief klein. Ook uit het onderzoek 'Geluk onder druk?' kwam duidelijk naar voren dat scholieren behoefte hebben aan ruimte en aandacht voor persoonlijke ontwikkeling binnen het onderwijs (Kleinjan e.a. 2020). Hiermee bedoelen zij dat ze binnen de schoolcontext graag meer aandacht willen voor hoe ze om kunnen gaan met emoties, stress en moeilijkheden met bijvoorbeeld leeftijdsgenoten.

Binnen het Nationaal Programma Onderwijs (NPO) wordt deels gehoor gegeven aan deze oproep. Welbevinden en sociaal-emotionele ontwikkeling zijn onderwerpen waar scholen met gelden vanuit het NPO mee aan de slag kunnen gaan.⁵ Dit geeft scholen de mogelijkheid om interventies in te zetten die bij kunnen dragen aan de ontwikkeling van veerkracht en de reductie van stress. Ook wordt momenteel gewerkt aan de contouren van een Nationaal Preventie Akkoord Mentale Gezondheid. De uitkomsten van het huidige onderzoek kunnen ook hiervoor belangrijke input leveren.

4.2 Onderwijssysteem

De uitruil tussen prestaties van scholen en schooldruk inzichtelijk maken

De druk die scholen leggen op scholieren is deels een weerspiegeling van de eisen en verwachtingen die overheid en samenleving aan scholen stellen. Dit komt onder meer tot uiting in de beoordeling door de Onderwijsinspectie waarin cijfers over doorstroom en slagingspercentages een belangrijke rol spelen. Maar ook ouders en hun kinderen kijken naar deze cijfers bij de keuze voor een school. Voor scholen is dit belangrijk, want ze zijn voor hun inkomsten en hun voortbestaan afhankelijk van het aantal scholieren.

Hoewel de onderwijsinspectie al aandacht heeft voor het welzijn van scholieren kan hierover meer systematisch worden gerapporteerd. Te denken valt bijvoorbeeld aan een monitor die regelmatig de ervaren schooldruk op scholen in beeld brengt. Dit maakt de uitruil tussen goede prestaties en excellentie enerzijds en de druk die dit op sommige scholieren legt anderzijds inzichtelijk, zodat ouders en hun kinderen hierin een bewuste keuze kunnen maken.

Minder scherpe grenzen tussen schooltypen

Het verkleinen van barrières tussen schooltypen kan de schooldruk verlagen. Scholieren die niet op het schooltype zitten dat aansluit bij hun schooladvies of de resultaten van de eindtoets op de basisschool ervaren meer schooldruk. Ook scholieren die volgens henzelf of hun ouders niet op het juiste schooltype zitten, ervaren hierdoor druk – al is de omvang van de groep voor wie dit speelt in onze enquête beperkt. De instroom in havo- en vwo-scholen nam de afgelopen tien jaar toe ten opzichte van het vmbo en in

⁵ Zie: <https://www.nponderwijs.nl/interventies/welbevinden-en-sociaal-emotionele-ontwikkeling>

gesprekken op scholen wordt de ‘opwaartse druk’ om kinderen zoveel mogelijk op een havo- of vwo-school te krijgen als verklaring voor schooldruk breed herkend.

De brede brugklas is een manier om barrières tussen schooltypen in de onderbouw te slechten. Dit lijkt de ervaren schooldruk vooral voor scholieren met een havo-advies te beperken. Van scholieren in de onderbouw van de havo ervaart de helft best veel tot veel schooldruk, terwijl dit aandeel voor scholieren met een havo-advies in een brede brugklas onder de veertig procent ligt. De Onderwijsraad (2021) stelt dat aandringen op het meer aanbieden van brede brugklassen ontoereikend is en bepleit daarom een landelijke structuurwijziging waarbij de selectie voor een specifiek schooltype wordt uitgesteld tot na de eerste drie leerjaren van het voortgezet onderwijs. De overwegingen voor zo’n structuurwijziging zijn aanzienlijk breder dan schooldruk.⁶

In de bovenbouw is meer differentiatie in het niveau waarop vakken worden aangeboden een manier om de grenzen tussen schooltypen minder scherp te maken en zo de schooldruk te beperken. Gesprekspartners op scholen noemen diplomadifferentiatie als mogelijkheid, zodat een scholier bijvoorbeeld wiskunde op havo-eindexamenniveau kan doen en de rest van haar of zijn vakken op vwo-niveau. Dit kan nu al wel met vakken op een hoger niveau, maar andersom nog niet. Een kanttekening hierbij is dat dit wel kan leiden tot strengere toelatingseisen bij vervolgopleidingen waardoor de druk weer toeneemt. Ook het spreiden van het examen over twee jaar – een mogelijkheid die nu al bestaat – kan de schooldruk beperken. Dit sluit aan bij het bredere pleidooi van de Onderwijsraad (2021) om de bovenbouw zo breed en flexibel mogelijk in te richten en om verschillende onderwijsvormen op dezelfde locatie te vestigen.

4.3 Bredere samenleving

Uit ons onderzoek komt naar voren dat de druk op scholieren en scholen in de context moet worden gezien van een samenleving die grote waarde hecht aan presteren. Scholieren leggen zichzelf hoge eisen op en ook de verwachtingen van ouders lijken een grote rol te spelen. De ‘opwaartse druk’ om kinderen zoveel mogelijk op een havo- of vwo-school te krijgen wordt in gesprekken breed herkend en is ook terug te zien in cijfers over de instroom in havo- en vwo-scholen enerzijds en vmbo-scholen anderzijds (CBS, 2021a). De groei in het gebruik van aanvullend onderwijs (CBS, 2020) zegt ook iets over de verwachtingen van ouders over de schoolprestaties van hun kinderen.

Deze maatschappelijke ontwikkelingen laten zich wellicht moeilijk sturen door beleid, maar vanuit beleid kan men hier wel sensitief op zijn en op sommige punten een voortrekkersrol nemen. Wanneer we kijken naar een onderliggende factor van ervaren druk als het stigma op vmbo, dan ligt hier een mogelijke rol voor beleid weggelegd. Bijvoorbeeld door bij te dragen aan een andere maatschappelijke kijk op het vmbo of door bewustwording te creëren over hoe de terminologie rondom onderwijsniveaus (e.g. lagere en hogere onderwijsniveaus) bij kan dragen aan een negatieve beeldvorming.

4.4 Conclusie

De discussie over de verwachtingen die beleid, scholen en ouders van kinderen hebben en de keerzijde van de druk die jongeren ervaren om te presteren is al enige tijd gaande en het maatschappelijk debat hierover zal de komende jaren in de samenleving verder gevoerd moeten worden. Het huidige onderzoek biedt handvatten voor beleid om bij te dragen aan het verminderen van de ervaren druk door jongeren op het voortgezet onderwijs. Deze handvatten lopen uiteen van concreet en inzetbaar op de kortere

⁶ Zo draagt latere selectie waarschijnlijk bij aan de kansengelijkheid in het onderwijs, zie bijvoorbeeld SER (2021). Binnen het onderwijsveld pleiten meerdere partijen voor selectie op een latere leeftijd en voor meer differentiatie binnen richtingen, zie bijvoorbeeld <https://toekomstvanonderwijs.nl/>.

termijn, naar handvatten die op dit moment nog minder concreet zijn en een langere termijn en de inzet van meerdere maatschappelijke perspectieven zullen behelzen.

Referenties

- Aunola, K., Sorkkila, M., Viljaranata, J., Tolvanen, A., & Ryba, T. (2018). The role of parental affection and psychological control in adolescent athletes' symptoms of school and sport burnout during the transition to upper secondary school. *Journal of Adolescence*, 69, 140-149.
- Bisschop, P. en Zwetsloot, J. (2020). *Studie & Werk 2020. De arbeidsmarktpositie van hbo- en wo-alumni*. Amsterdam: SEO Economisch Onderzoek.
- Bucx & Roeters (2018). De kindertijd: de tijdsbesteding van jeugdigen. In: SCP (2018) *Alle ballen in de lucht -Tijdsbesteding in Nederland en de samenhang met kwaliteit van leven*.
- CBS (2016). *Uitgaven van huishoudens aan huiswerkbegeleiding*. Geraadpleegd van <https://www.cbs.nl/nl-nl/maatwerk/2016/45/uitgaven-vanhuishoudens-aan-huiswerkbegeleiding>
- CBS (2018). *Jaarrapport Landelijke Jeugdmonitor*. Den Haag: Centraal Bureau voor Statistiek.
- CBS (2020). *Uitgaven van huishoudens aan onderwijsondersteuning*. Geraadpleegd van [www.cbs.nl: https://www.cbs.nl/nl-nl/maatwerk/2020/04/uitgaven-van-huishoudens-aan-onderwijsondersteuning](https://www.cbs.nl/nl-nl/maatwerk/2020/04/uitgaven-van-huishoudens-aan-onderwijsondersteuning)
- CBS (2021a). *Scholieren, deelnemers en studenten; onderwijssoort*. Geraadpleegd van <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/71450ned/table?dl=55F4A>
- CBS (2021b). *Ontwikkelingen flexwerk*. Geraadpleegd van CBS: <https://www.cbs.nl/nl-nl/dossier/dossier-flexwerk/hoofdcategorieen/ontwikkelingen-flexwerk>
- CBS (2021c). *Werkenden*. Geraadpleegd van: https://www.cbs.nl/?sc_itemid=69d70ce3-91e0-490f-b9a9-0539a9ff3467&sc_lang=nl-nl
- College voor Toetsen en Examens. (2011). *Aangescherpte exameneisen in het voortgezet onderwijs*. Utrecht: CvTE.
- Conner, J., Galloway, M., & Pope, D. (2009). Succes with Less Stress. *Educational Leadership*, 67(4), 54-58.
- Cosma, A., Stevens, G., Martin, G., Duinhof, E. L., Walsh, S. D., Garcia-Moya, I., ... & Inchley, J. (2020). Cross-national time trends in adolescent mental well-being from 2002 to 2018 and the explanatory role of schoolwork pressure. *Journal of Adolescent Health*, 66(6), S50-S58.
- Curran, T., & Hill, A. (2019). Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016. *Psychological Bulletin*, 145(4), 410-429.
- Doornwaard, S., Efat, A., Leijerzapf, M., de Haas, J., Kleinjan, M., & Peeters, M. (2021). *Schoolstress en prestatiedruk bij jongeren*. Kenniswerkplaats "Jeugd en Gezin Centraal".
- Eiffers, L. (2018). *De bijlesgeneratie: Opkomst van de onderwijscompetitie*. Amsterdam: Amsterdam University Press.

- Gungor, A. (2019). Investigating the relationship between social support and school burnout in Turkish middle school students: The mediating role of hope. *School Psychology International*, 40(6), 581-597.
- Finch, W.H., Pierson, E.E., 2011. A mixture IRT analysis of risky youth behavior. *Front. Psychol.* 2.
- Kleinjan, M., Pieper, I., Stevens, G., Van de Klundert, N., Rombouts, M., Boer, M., Lammers, J. (2020). Geluk onder druk? Resultaten van onderzoek naar mentaal welbevinden van jongeren in Nederland. Den-Haag: Unicef.
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). A systematic review: the influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79-93.
- Kennisrotonde. (2020). Welke factoren verklaren de door scholieren ervaren werkdruk in de bovenbouw van het vo? Den Haag: Kennisrotonde.
- Kim, E., & Lee, M. (2013). The reciprocal longitudinal relationship between the parent-adolescent relationship and academic stress in Korea. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 41(9), 1519-1531.
- Kleinjan M, Pieper I, Stevens G, van de Klundert N, Rombouts M, Boer M, & Lammers J (2020). Geluk onder druk? Resultaten van onderzoek naar mentaal welbevinden van jongeren in Nederland. Den Haag: Unicef.
- Kleinjan, M., Wanner, B., Vitaro, F., Van den Eijnden, R. J., Brug, J., & Engels, R. C. (2010). Nicotine dependence subtypes among adolescent smokers: Examining the occurrence, development and validity of distinct symptom profiles. *Psychology of Addictive Behaviors*, 24(1), 61.
- Kreutzer. (2020). Rapport explorerend kwalitatief onderzoek naar prestatie en druk onder scholieren op de middelbare school. LAKS.
- De Looze, M. E., Cosma, A. P., Vollebergh, W. A. M., Duinhof, E. L., de Roos, S. A., van Dorsselaer, S., ... & Stevens, G. W. J. M. (2020). Trends over time in adolescent emotional well-being in the Netherlands, 2005-2017: links with perceived schoolwork pressure, parent-adolescent communication and bullying victimization. *Journal of youth and adolescence*, 49(10), 2124-2135.
- Luther, S., Kumar, N., & Zillmer, N. (2020). High-achieving schools connote risks for adolescents: Problems documented, processes implicated, and directions for interventions. *American Psychologist*, 75(7), 983-995.
- Mackova, K., & Gavlakova, A. (2010). School Stress Coping Strategies Checklist. *Communications - Scientific Letters of the University of Zilina*, 12(3), 24-29.
- Malmberg, M., Kleinjan, M., Vermulst, A. A., Overbeek, G., Monshouwer, K., Lammers, J., & Engels, R. C. (2012). Do substance use risk personality dimensions predict the onset of substance use in early adolescence? A variable- and person-centered approach. *Journal of youth and adolescence*, 41(11), 1512-1525.
- NRO (2019). Formatief evalueren: wat, wanneer en hoe? Geraadpleegd van: <https://www.nro.nl/formatief-evalueren>

- Sluismans, D. (2020). Toetsing als kans voor leren. Een thematisch overzicht naar het waarom, wat, wanneer en hoe van formatief evalueren. Nationaal Regieorgaan Onderwijsonderzoek.
- OECD. (2017). PISA 2015 Results (Volume III): Students' Well-Being. Paris: OECD Publishing.
- Onderwijsraad (2019). Doorgeschoten differentiatie in het onderwijsstelsel. Stand van educatief Nederland 2019. Den Haag: Onderwijsraad.
- Onderwijsraad (2021). Later selecteren, beter differentiëren. Den Haag: Onderwijsraad.
- Robinson, J., Alexander, D., & Gradisar, M. (2009). Preparing for Year 12 examinations: Predictors of psychological distress and sleep. *Australian Journal of Psychology*, 61(2), 59-68.
- RVS. (2018). Overbezorgd. Maatschappelijke Verwachtingen en Mentale Druk onder Jongvolwassenen. Den Haag: Raad voor Volksgezondheid en Samenleving.
- SCP. (2018). Alle ballen in de lucht. Tijdbesteding in Nederland en de samenhang met kwaliteit van leven. Den Haag: Sociaal Cultureel Planbureau.
- Schoemaker, C., Kleinjan, M., Van der Borg, W., Busch, M., Muntinga, M., Nuijen, J., & Dedding, C. (2019). Mentale gezondheid van jongeren: enkele cijfers en ervaringen. Bilthoven: RIVM.
- SER (2021). Gelijke kansen in het onderwijs. Structureel investeren in kansengelijkheid voor iedereen. Den Haag: Sociaal-Economische Raad.
- Stevens, G., Van Dorsselaer, S., Boer, M., De Roos, S., Duinhof, E., Terg Bogt, T., . . . De Looze, M. (2018). HSBC 2017: Gezondheid en welzijn van jongeren in Nederland. Utrecht: Universiteit Utrecht.
- Stevens, G., Weinberg, D., Vissers, K., Jonker, M., Cartrin Finkenauer C. (2021) Het welzijn van mbo-studenten in tijden van corona. Universiteit Utrecht.
- Tong, L., Reynolds, K., Lee, E., & Liu, Y. (2019). School relational climate, social identity, and student well-being: new evidence from China on student depression and stress levels. *School mental health*, 11(3), 509-521.
- RIVM (2018). Themaverkenning 1: Zorgvraag van de toekomst. De mentale druk op jongeren lijkt toe te nemen. In: Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2018. Geraadpleegd via <https://www.vtv2018.nl/druk-op-jongeren>
- Unicef. (2020). Geluk onder Druk. Onderzoek naar het welbevinden van jongeren in Nederland. Den Haag: Unicef Nederland.
- Verheul, R., & De Jong, A. (2016). Als je het ons vraagt: De Kinderombudsman op Kinderrechtentour. Kinderombudsman.
- Walburg, V. (2014). Burnout among high school students: A literature review. *Children and Youth Services Review*, 42, 28-33.
- Wuthrich, V. M., Jagiello, T., & Azzi, V. (2020). Academic stress in the final years of school: a systematic literature review. *Child Psychiatry & Human Development*, 1-30.

Yang, H., & Chen, J. (2016). Learning perfectionism and learning burnout in a primary school student sample: A test of a learning-stress mediation model. *Journal of Child and Family Studies*, 25(1), 345-353.

Bijlage A Latenteklassenanalyse

Als onderdeel van het onderzoek naar schooldruk is een latenteklassenanalyse uitgevoerd op de data van het Peilstationsonderzoek Scholieren van het Trimbos-instituut. Een latenteklassenanalyse kan gebruikt worden om te onderzoeken of er gelijksoortige groepen (ook wel klassen) kunnen worden gevonden op basis van hun kenmerken. ‘Latente klassen’ kunnen worden opgevat als ‘verborgen groepen’. Groepen kunnen bijvoorbeeld verschillen in de mate waarin ze schooldruk, prestatiedruk of sociale steun ervaren, maar ook in de combinatie hiervan. Zo kan er bijvoorbeeld een groep zijn die hoog scoort op schooldruk en prestatiedruk en laag op sociale steun, maar ook een groep die laag scoort op schooldruk en hoog op prestatiedruk en sociale steun. Het identificeren van dit soort verschillende groepen kan behulpzaam zijn om te bepalen of er wellicht verschillende aanpakken of hulpmiddelen nodig zijn per groep. Zo zou er een groep kunnen zijn die veel druk ervaart en weinig sociale steun, wat elkaar zou kunnen versterken. Deze groep zou wellicht baat hebben bij het vergroten of versterken van het sociale netwerk, waar een andere groep wellicht meer zou hebben aan groepslessen over tijdsmanagement.

De latenteklassenanalyse bepaalt per scholier de kans dat hij of zij in een bepaalde klasse zit. De kans om in een bepaalde klasse te zitten is vervolgens gebruikt als weging. Aan de hand van deze weging zijn de kenmerken van elke groep beschreven. De verdeling van de klassen staan in Tabel A.1. Scholieren hebben de meeste kans om in klasse 1 te zitten, klasse 2 is het kleinst en klasse 3 bevat ongeveer een derde van de steekproef.

Tabel A.1 De voorspelde verdeling van de klassen

Klasse	Voorspelde verdeling klassen	Std. Afw.	[95% Vertrouwens	Interval]
1	0.53	0.02	0.49	0.57
2	0.14	0.02	0.11	0.18
3	0.33	0.02	0.30	0.36

Bron: Peilstationsonderzoek Trimbos-instituut (2019)

Bijlage B Conceptueel kader

Definities

In deze sectie worden een aantal begrippen gedefinieerd die in dit onderzoek herhaaldelijk gebruikt worden.

Begrip	Definitie
Stress	Een verschil tussen de eisen die aan iemand gesteld worden door de omgeving (of zichzelf) en de eigen inschatting van de mogelijkheden om aan deze eisen te voldoen. Als balans tussen stress en herstel niet aanwezig is, dan is de stress ongezond. Chronische stress kan uiteindelijk resulteren in een burn-out. Dit geldt voor langdurige, maar ook voor erg hevige stress (Kleinjan et al., 2020).
Schoolstress	Schoolstress wordt in de literatuur vaak aangeduid als stress specifiek gerelateerd aan school die vaak een gevolg is van de academische eisen die aan jongeren worden gesteld (Walburg, 2014).
Schooldruk	Jongeren ervaren druk door schoolwerk en/of toetsen en ervaren een onbalans in enerzijds de eisen die worden gesteld (door school, de omgeving of jongeren zelf) en anderzijds de mate waarin men om kan gaan met deze eisen (Mackova & Gavlakova, 2010).
Prestatiedruk	Prestatiedruk wordt 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 (Kleinjan et al., 2020).
Veerkracht	Veerkracht wordt gedefinieerd als de mogelijkheid om terug te veren bij tegenslag en het goed om kunnen gaan met moeilijkheden, tegenslagen, veranderingen en stress (Kleinjan et al., 2020).

Oorzaken schooldruk

Door middel van literatuuronderzoek en interviews met experts zijn een aantal mogelijke risicofactoren en beschermende factoren voor schooldruk vastgesteld. Deze zijn ingedeeld naar het niveau waar ze spelen, uiteenlopend van de bredere samenleving tot de individuele scholier.

Maatschappelijk niveau

Factoren op maatschappelijk niveau kunnen op verschillende manieren invloed hebben op schooldruk bij kinderen. Deze factoren hebben invloed via bijvoorbeeld de omgeving en sfeer van een scholier. Zo kunnen heersende normen en waarden via verschillende media de scholieren bereiken en hierdoor invloed uitoefenen.

Prestatiemaatschappij

Er heerst het beeld dat je succesvol bent wanneer je een zo goed mogelijke baan hebt. Zo ervaren scholieren het gevoel dat zij moeten presteren op elk vlak: studie, werk, sport en een druk sociaal leven (RVS, 2018). Al deze activiteiten kosten veel tijd en er is niet genoeg tijd om op elk vlak te presteren. Dit zorgt voor druk (Verheul & De Jong, 2016; SCP, 2018). Een totaal van 33 procent van de jongvolwassenen voelt

meer druk dan 30 jaar geleden, zijn kritischer en hebben een hoger streefniveau (Curran & Hill, 2019). Verder heeft de opkomst van social media ervoor gezorgd dat er meer vergeleken wordt en een grotere focus op competitie en prestatie is gekomen onder scholieren (Luther, Kumar, & Zillmer, 2020).

Competitie op de arbeidsmarkt

Door de toegenomen competitie is de kans op een vaste baan kleiner geworden en dit zorgt voor onzekerheid. Verder is het aantal flexcontracten bijna verdubbeld sinds 2003 (CBS, 2021b), terwijl de werkzame beroepsbevolking met slechts 8 procent is toegenomen (CBS, 2021c). Om aan de eisen voor een vast contract te kunnen voldoen kan schooldruk ontstaan, aangezien een betere of hogere opleiding de kans op een baan vergroot (SCP, 2018). Ook is het mogelijk dat studenten van nu een beter cv nodig hebben voor dezelfde baan in vergelijking met studenten van vroeger door de toenemende internationale concurrentie op de arbeidsmarkt.

Schoolsysteem niveau

De wijze waarop ons schoolsysteem is ontworpen heeft invloed op het beleid van scholen, wat op haar beurt weer van invloed is op de omgeving van de scholier en de invulling van zijn/haar dag.

Prestatiegericht systeem

Scholen zijn voor hun inkomsten afhankelijk van het aantal scholieren. Bij de keuze voor een school kijken scholieren en hun ouders onder meer naar slagingspercentages en doorstroom. Scholen willen hier goed op presteren en ze leggen hiermee druk op scholieren om goede resultaten te halen. Daarnaast is er steeds meer aandacht voor extracurriculaire zaken en excellentieprogramma's. Dit maakt scholen aantrekkelijker, maar kan ook extra druk leggen op scholieren (Luther, Kumar, & Zillmer, 2020). Zo is het judicium "cum laude" in 2016 voor middelbare scholieren vastgelegd in de wet (Rijksoverheid, 2021). Ook is het predicaat "excellente school" in het leven geroepen in 2012 (Inspectie van het Onderwijs, 2021). Om dit predicaat te verdienen moet een school excelleren op een of meerdere vlakken. Een school kan zichzelf hiervoor aanmelden en dit predicaat als marketingmiddel gebruiken bij het schoolkeuzeprocess van scholieren. Mogelijk stimuleren scholen scholieren om aan projecten mee te doen opdat de school het predicaat excellent krijgt, wat druk voor de scholieren kan opleveren.

De eisen om te slagen zijn strenger geworden

De exameneisen zijn sinds 2011 meerdere malen aangescherpt. Het gemiddeld centraalexamencijfer moet nu bijvoorbeeld niet afgerond een 5,5 of hoger zijn en voor Nederlands, Engels en wiskunde mag maximaal één 5 worden gehaald (College voor Toetsen en Examens, 2011).

Lage mobiliteit

Scholieren worden al op jonge leeftijd ingedeeld naar onderwijsniveau. Het is lastig om van schoolniveau te veranderen. Scholieren die op een niveau worden ingedeeld dat niet bij hen past kunnen hierdoor druk ervaren (CBS, 2018). Scholieren die boven hun niveau zijn ingedeeld moeten hard hun best doen om niet te blijven zitten. Scholieren die beneden hun niveau zijn ingedeeld kunnen druk ervaren, omdat zij willen opstromen, wat erg lastig is. Verder kan het zijn dat ouders hun kinderen liever op een hoger niveau zien, vanwege deze beperkte mobiliteit. Dit kan mogelijk de relatieve stijging van havo- en vwo-scholieren ten opzichte van vmbo-scholieren (Centraal Bureau voor de Statistiek, 2021) verklaren.

Selectie bij vervolgoopleidingen

Door numerus fixus bij bepaalde studies komt er meer druk op scholieren, aangezien zij voor deze numerus fixus-studies extra toetsen en opdrachten moeten maken. Verder kunnen de extra eisen direct meer druk bij scholieren opleggen, aangezien scholieren mogelijk een zo goed mogelijk cv willen hebben voor deze sollicitatieprocedures. Overigens is het wel weer mogelijk voor studies om loting toe te passen in plaats van numerus fixus (Rijksoverheid, 2021).

Schoolniveau

De keuzes die scholen maken hebben invloed op de tijdsbesteding van scholieren en de manier waarop scholieren zich voorbereiden op toetsen. Zo zijn er onderlinge verschillen tussen scholen op het gebied van prestatie en excelleren, wat kan leiden tot toegenomen schooldruk. Verder bepaalt een school de stroom van informatie aangaande schoolresultaten en wie hier toegang tot heeft door middel van technologische veranderingen.

Toetsing

De focus op toetsing is belangrijker geworden en dit lijkt meer schooldruk op te leveren (OECD, 2017; Kennisrotonde, 2020). Er zijn aanwijzingen dat stress door toetsen niet aan de complexiteit van de toetsen ligt, maar dat er meer getoetst wordt (Conner, Galloway, & Pope, 2009). Eisen om te slagen zijn ook strenger geworden (College voor Toetsen en Examens, 2011). Hierbij is het gewicht van de toets belangrijk voor de ervaren schooldruk, aangezien zwaardere toetsen belangrijker zijn voor het overgaan en het slagen van de scholier (OECD, 2017; Kreutzer, 2020). Ook is er een geluid dat er te veel wordt getoetst (Verheul & De Jong, 2016). Verder kan het zijn dat er meer summatief in plaats van formatief getoetst wordt, wat ook meer druk kan opleggen. Summatief toetsen wordt gebruikt om na te gaan of een scholier een bepaald onderdeel van de lesstof voldoende beheerst, waar formatieve evaluatie gebruikt wordt om te meten waar een scholier zich bevindt in relatie tot het leerdoel en wat er nog nodig is om dat leerdoel te bereiken (Sluijsmans, 2020). Wanneer de focus op het summatief toetsen wordt gelegd, kan het zijn dat er minder aandacht is voor het leren zelf en zodoende de toets centraal en daarmee ook de druk op een toets komt te staan. Op scholen waar meer aandacht is voor prestatie en excelleren wordt meer schooldruk ervaren door jongeren (Luther, Kumar, & Zillmer, 2020).

Prestatiescholen

Zoals eerder werd genoemd, wordt op scholen waar veel aandacht is voor presteren en excelleren meer druk ervaren door scholieren (Luther, Kumar, & Zillmer, 2020).

Huiswerk

Scholieren krijgen veel huiswerk (Verheul & De Jong, 2016). Hierdoor ervaren zij stress en schooldruk (Kreutzer, 2020). Mogelijk is deze stress ontstaan door tijdsdruk vanwege het toegenomen drukke leven van de scholier (SCP, 2018).

Digitale volgsystemen

Scholieren ervaren schooldruk, omdat het digitale scholiervolgsysteem zorgt voor een continue stroom van meldingen over cijfers, toetsen en huiswerk, ook buiten schooluren. Daarnaast kijken ouders tegenwoordig direct over de schouders van hun kinderen mee, wat voor een toename in schooldruk kan zorgen (Luther, Kumar, & Zillmer, 2020; Kreutzer, 2020).

Directe omgeving

De directe omgeving kan druk opleggen op de scholier, zowel op directe als indirecte wijze. De relatie met ouders en andere factoren in de thuissituatie kunnen invloed hebben op de scholier en de ervaren druk. Verder kunnen relaties met leeftijdsgenoten en de leraar ook van invloed zijn.

Ouders hebben hoge verwachtingen

Ouders oefenen steeds meer druk uit op kinderen om hogere opleidingsniveaus te behalen (CBS, 2018). Door digitale scholiervolgsystemen kunnen ouders de resultaten tevens zelf monitoren. Als een kind een niveau niet haalt of dreigt te blijven zitten, dan organiseren ouders aanvullend onderwijs, ook al zou het wellicht beter zijn dat het kind op een ander niveau zou zitten (Elffers, 2018). Dit is terug te zien in de verhoudingen tussen het aantal scholieren per niveau. Zo is het aantal vmbo'ers afgenomen de afgelopen 10 jaar en is het aantal havo- en vwo-scholieren toegenomen (Centraal Bureau voor Statistiek, 2021).

Verder is aangetoond dat een teveel aan ouderlijke affectie kan zorgen voor meer stress in niet-westerse culturen (Kim & Lee, 2013). Dit zou ook mogelijk kunnen zijn voor westerse culturen, maar is nog niet als zodanig onderzocht. Een belangrijke factor is de perceptie van de ervaren betrokkenheid van de ouders. Te veel betrokkenheid kan leiden tot het gevoel dat ouders controlerend zijn bij hun kinderen (Aunola, Sorkkila, Viljaranata, Tolvanen, & Ryba, 2018).

Schooldruk wordt niet besproken

Schooldruk wordt niet op school besproken, of met klasgenoten. Hierdoor krijgen scholieren het gevoel dat ze de enigen zijn die hiermee worstelen (Kreutzer, 2020). Steun vanuit klasgenoten en de leraar kan de mate waarin scholieren schoolstress ervaren remmen (Gungor, 2019; Tong, Reynolds, Lee, & Liu, 2019).

Scholieren ervaren onvoldoende steun uit hun directe kring

Scholieren die niet met ouders en broers en zussen kunnen praten over druk ervaren vaker schooldruk. Scholieren die geen steun krijgen van leraren en medescholieren ervaren ook vaker druk (Kleinjan et al., 2020). In gezinnen waar steun vanuit ouders is, ervaren kinderen minder schoolstress (Robinson, Alexander, & Gradisar, 2009).

Druk vanuit klasgenoten

Door middel van vergelijking of pesten kan ook druk ontstaan vanuit klasgenoten (Doornwaard, et al., 2021). Zo presteren jongeren minder goed op school wanneer ze pesten of gepest worden. Bovendien hebben ze dan een lager welbevinden (Heydenberk & Heydenberk, 2017).

Thuisituatie

Scholieren die een stressvolle thuisituatie hebben, bijvoorbeeld door financiële problemen of vanwege mantelzorg, kunnen minder tijd hebben voor hun schoolwerk (Stevens, et al., 2018).

Individueel niveau

Persoonlijke aspecten van scholieren kunnen ook effect hebben op hoe een scholier schooldruk ervaart. Persoonlijke eigenschappen kunnen een scholier gevoeliger of resistenter tegen stress maken door bijvoorbeeld copingstrategieën en de manier van werken. Daarnaast kan het zelfbeeld van een scholier effect hebben op hoe hij of zij scholdruk ervaart.

Perfectionisme

Door perfectionisme rekenen scholieren zichzelf falen zwaarder aan. Scholieren werken harder om aan hun eigen perfectionistische beeld te voldoen (Kreutzer, 2020; Curran & Hill, 2019; RVS, 2018). Dit kan zowel een risicofactor (Wuthrich, Jagiello, & Azzi, 2020) als een beschermende factor (Yang & Chen, 2016) voor schooldruk vormen. Perfectionisme kan in eerste instantie zorgen voor betere schoolprestaties en zo druk verminderen. Echter, het kan ook een risicofactor zijn voor studieburn-out (Yang & Chen, 2016). Het is mogelijk dat perfectionisme doorslaat tot een risicofactor voor studieburn-out wanneer de perceptie van druk om te presteren te hoog wordt (Doornwaard, et al., 2021).

Scholieren vergelijken zichzelf met andere scholieren

Scholieren die zichzelf vaker vergelijken met anderen ervaren meer schooldruk (Kleinjan et al., 2020).

Scholieren zijn onzeker

Scholieren met meer zelfvertrouwen ervaren minder schooldruk (Kleinjan, 2020).

Scholieren hebben niet genoeg veerkracht

Scholieren die niet goed om kunnen gaan met stressmomenten gaan vaker gebukt onder stress (Kleinjan et al., 2020).

Scholieren hebben minder tijd voor school

Scholieren hebben naast school een bijbaan, sport en een druk sociaal leven waardoor ze minder tijd hebben voor school. Een factor die hierbij een rol speelt, is het gebruik van social media. (SCP, 2018). Deze kan veel tijd in beslag nemen en zo blijft er minder tijd over voor schoolwerk.

Sociaaleconomische achtergrondfactoren

Naast deze factoren waar invloed op geoefend kan worden door middel van beleid zijn er een aantal achtergrondfactoren die ook effect hebben op schooldruk onder scholieren. Zo kan een scholier meer druk ervaren wanneer er lesgegeven wordt in een andere taal dan de moedertaal van de scholier en wanneer de scholier een migratieachtergrond heeft (Doornwaard, et al., 2021).

Bijlage C Lijst gesproken personen

Gesproken expert en stakeholders

Jan van Tartwijk (Universiteit Utrecht)

Eveline Crone (Erasmus Universiteit Rotterdam)

Gonneke Stevens (Universiteit Utrecht)

Boukje van Vlokhoven (VO-raad)

Bette Berends (Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap)

Ankie Bosman (Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap)

Kiki Ritmeijer (Landelijk Actie Komitee Scholieren)

Nena Grob (Landelijk Actie Komitee Scholieren)

Lobke Vlaming (Ouders en Onderwijs)

Marieke Koppenaal (Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport)

Karin Plantinga (Onderwijsinspectie)

Hanneke Marinus (Onderwijsinspectie)

Bijlage D Vragenlijst enquête

De deelnemers hebben de geprogrammeerde versie van deze enquête ontvangen. Hierdoor is de lay-out anders dan hier gepresenteerd. De deelnemers zien niet alle kopjes die hier in de vragenlijst staan.

Korte introductie

Deze vragenlijst gaat over de druk die je ervaart door school en waar die druk door komt. Als we in deze vragenlijst spreken over druk dan bedoelen we dat je je gestrest voelt of het gevoel krijgt dat het allemaal te veel wordt. We willen graag weten welke ervaringen jij hebt met schooldruk en hoe jij je daarbij voelt.

Alvast heel erg bedankt voor het invullen van de vragenlijst.

Blok A: Ervaren druk

De eerste vragen gaan over de hoe erg je druk ervaart door je schoolwerk. Onder het ervaren van druk verstaan wij je gestrest voelen of het gevoel krijgen dat het allemaal te veel wordt.

Hele- Een Best veel Veel
maal beetje
niet

1. Hoe erg voel je je onder druk staan door het schoolwerk dat je moet doen?

2. Voel je druk door de hoeveelheid tijd die je aan school besteedt?

3. Voel je de druk om goede resultaten te halen op school?

4. Vind je dat er naast school voldoende vrije tijd overblijft? Bijvoorbeeld tijd voor jezelf, voor hobby's of voor je vrienden)

5. Hoe vaak heb je in de laatste 6 maanden last gehad van het volgende?

Bijna elke Meer dan 1 Bijna elke Bijna elke Bijna nooit
dag keer per week maand of nooit
week

Hoofdpijn

Maagpijn

Rugpijn

Een slecht humeur hebben of ge-irriteerd zijn

Je zenuwachtig voelen

Moeilijk in slaap komen

Je duizelig voelen

Je snel moe voelen

6. Hoe vaak ben je gestrest in zijn algemeenheid?

- Nooit
- Af en toe
- Best vaak
- Heel vaak

7. Ik voel me gestrest.....

	Nooit	Een enkele keer	Soms	Vaak	Altijd	Niet van toepassing
--	-------	-----------------	------	------	--------	---------------------

door school of huiswerk

door mijn bijbaan

door mijn situatie thuis (zoals zorgen, problemen of ruzies thuis)

door eigen problemen (zoals mijn gezondheid, ruzies met anderen, liefde/relatie, geheimen of schulden)

over wat anderen van me vinden

door sociale media (leuke dingen moeten posten, mijzelf met anderen vergelijken, bang om dingen te missen)

omdat ik het zo druk heb (met bijv. school, huiswerk, sociale media, bijbaantje, sporten, etc.)

Blok B: Oorzaken Schooldruk

De volgende vragen gaan vooral over redenen waarom jij eventuele schooldruk ervaart. We vragen telkens naar je ervaringen op school en hoe jij je hierbij voelt.

Maatschappij

Hele- Niet echt Neutraal Best veel Veel
maal
niet

8. Heb je het gevoel dat goede resultaten halen belangrijk is in onze samenleving?
Denk hierbij aan goede resultaten halen op school, sport, werk of bijvoorbeeld het hebben van veel vrienden

Voel je hierdoor druk?

9. Heb je het gevoel dat je nu je best moet doen op school zodat je later een baan kunt krijgen?

Voel je hierdoor druk?

Onderwijssysteem

10. Heb je het gevoel dat je op het juiste schooltype zit? Met niveau bedoelen we vmbo, havo, vwo etc.
Ik zit op het juiste niveau
Ik zit niet op het juiste niveau
Weet ik niet

Als niet op het juiste niveau

11. Waarom denk je dat je niet op het juiste schoolniveau zit?
Ik zou meer aankunnen
Ik moet te hard mijn best doen om bij te blijven
Weet ik niet

Voel je hierdoor druk?

Helemaal niet
Niet echt
Neutraal
Best veel
Veel

12. Heb je het idee dat je ouders denken dat je op het juiste schooltype zit? Met niveau bedoelen we vmbo, havo, vwo etc.
Mijn ouders vinden dat ik op het juiste niveau zit
Mijn ouders vinden dat ik niet op het juiste niveau zit
Weet ik niet
13. Wat is de reden dat je ouders denken dat je niet op het juiste niveau zit?
Omdat ik meer zou aankunnen
Omdat ik te hard mijn best moet doen om bij te blijven
Weet ik niet

Voel je hierdoor druk?

- Helemaal niet
- Niet echt
- Neutraal
- Best veel
- Veel

Hele- Niet Neutraal Best wel Helemaal
 maal echt niet wel
 niet

14. Heb je het gevoel dat op school de nadruk ligt op het halen van cijfers?

Voel je hierdoor druk?

15. Ben je bezig met de eisen voor je vervolgopleiding? Denk aan de toelatingseisen voor het MBO, HBO of de Universiteit

Voel je hierdoor druk?

16. Heb jij al een idee wat je later als werk wilt gaan doen na het afronden van je opleiding? Het gaat hier ook om werk na het afronden van een hierbij passende studie die je eventueel gaat volgen na het afronden van de middelbare school.

Voel je hierdoor druk?

17. Helpt school jou bij het nadenken over wat je later voor werkt wilt gaan doen na het volgen van je opleiding? Het gaat hier ook om het helpen bij het bedenken wat voor opleiding je na je middelbare school wilt doen.

Voel je hierdoor druk?

Schoolniveau

18. Heb of had jij in dit schooljaar een toetsweek of proefwerkweek? In deze toets- of proefwerkweek heb je van (ongeveer) alle vakken toetsen/proefwerken/verslagen/praktijkopdrachten in dezelfde week.

- Ja
- Nee
- Weet ik niet

Voel je hierdoor druk?

- Helemaal niet
- Niet echt
- Neutraal
- Best veel
- Veel

19. Wat vind je van de hoeveelheid huiswerk die je krijgt vanuit school?

- Te weinig
- Precies genoeg
- Te veel

Voel je hierdoor druk?

- Helemaal niet
- Niet echt
- Neutraal
- Best veel
- Veel

20. Wat vind je van de hoeveelheid toetsen/proefwerken/verslagen/praktijkopdrachten die je vanuit school moet maken en waar je een cijfer voor krijgt?

- Veel te weinig
- Weinig
- Precies genoeg
- Veel
- Veel te veel

Voel je hierdoor druk?

- Helemaal niet
- Niet echt
- Neutraal
- Best veel
- Veel

21. Wat vind je van de hoeveelheid toetsen/proefwerken/verslagen/praktijkopdrachten die je vanuit school moet maken en waar je geen cijfer voor krijgt?

- Veel te weinig
- Weinig
- Precies genoeg
- Veel
- Veel te veel

Voel je hierdoor druk?

- Helemaal niet
- Niet echt
- Neutraal
- Best veel

Veel

Digitale volgsystemen

22. **Maakt jouw school gebruik van een digitaal schoolsysteem waarin je ouders je cijfers kunnen zien?** Denk bij een digitaal schoolsysteem aan Magister, SOM etc.

Ja

Nee → Door naar vraag 25

23. **Gebruiken je ouders dit digitale schoolsysteem om je cijfers te bekijken?**

Ja

Nee

Weet ik niet

Vraag hieronder alleen als ouders het systeem gebruiken

24. **Wat vind je ervan dat jouw ouders het digitale schoolsysteem gebruiken om je cijfers te bekijken?**

Heel vervelend

Vervelend

Neutraal

Niet vervelend

Helemaal niet vervelend

Ervaar je hierdoor druk?

Helemaal niet

Niet echt

Neutraal

Best veel

Veel

25. **Wat vind je ervan dat je 24 uur per dag en zeven dagen per week meldingen kan ontvangen van het digitale schoolsysteem, je cijfers kunt inzien of huiswerkopdrachten binnen kunt krijgen?**

Heel vervelend

Vervelend

Neutraal

Niet vervelend

Helemaal niet vervelend

Ervaar je hierdoor druk?

Helemaal niet

Niet echt

Neutraal

Best veel

Veel

Extra curriculaire activiteiten

26. Doe je mee aan buitenschoolse activiteiten via school? Denk hierbij bijvoorbeeld aan het debatteam, scholierenraad, activiteitencommissie en de medezeggenschapsraad.

- Ja
- Nee

27. Wat vind je van de hoeveel tijd die het kost om mee te doen aan deze buitenschoolse activiteiten?

- Erg weinig
- weinig
- Niet veel / Niet Weinig
- Veel
- Erg veel

Helemaal niet Niet Echt Neutraal Best veel Veel

28. Voel je druk door mee te doen aan deze activiteiten?

29. Heb je het idee dat je moet deelnemen aan buitenschoolse activiteiten?

Voel je hierdoor druk?

Directe omgeving

Helemaal niet Niet echt Neutraal Best wel Heel erg

30. Vinden je ouders het belangrijk dat je goede resultaten haalt op school?

Voel je hierdoor druk?

31. Vinden je vrienden het belangrijk om goede resultaten te halen op school?

Voel je hierdoor druk?

32. Is er een gespannen sfeer bij jou thuis? Bijvoorbeeld door ruzie, ziekte of financiële problemen.

Voel je hierdoor druk?

33. Kan je schooldruk bespreken met je ...

Helemaal niet Niet echt Neutraal Best vaak altijd

Vrienden

Ouders

Andere familieleden, zoals broers, zussen of grootouders

Klasgenoten

Docenten

Mentor

Vertrouwenspersoon

34. Volg je naast je reguliere schoolwerk ook aanvullend onderwijs, zoals bijles, huiswerkbegeleiding of examentrainingen?

- Ja
- Nee

Helemaal niet Niet echt Neutraal Best veel Veel

35. Voel je druk door het volgen van aanvullend onderwijs zoals bijles, huiswerkbegeleiding of examentrainingen?

36. Verlaagd het volgen van aanvullend onderwijs zoals bijles, huiswerkbegeleiding of examentrainingen de druk die je voelt door schoolwerk?

37. Van wie kwam het idee om deel te nemen aan aanvullend onderwijs, zoals bijles, huiswerkbegeleiding of examentrainingen? (meerdere antwoorden mogelijk)

- Mijzelf
- Ouder(s)
- Docent(en)
- Mentor
- Klasgenoten

Scholier niveau

Hele- Niet echt Neutraal Best wel Heel erg
 maal niet

38. Vergelijk jij jezelf met anderen uit je omgeving?

Voel je hierdoor druk?

39. Vind jij van jezelf dat je goede resultaten moet halen?

Voel je hierdoor druk?

40. Wil jij dingen zoals schoolwerk, sport en werk altijd perfect doen?

Voel je hierdoor druk?

41. Heb jij het idee dat de social media je afleidt tijdens je schoolwerk? Denk hierbij aan WhatsApp, Instagram of Facebook.

Voel je hierdoor druk?

Blok C: Beschermende factoren van schooldruk

De volgende vragen gaan over dingen die je schooldruk mogelijk kunnen verminderen.

42. Voel jij je gesteund door je

Hele- Niet Neutraal Best altijd
 maal echt vaak
 niet

Vrienden

Ouders

Andere familieleden, zoals broers, zussen of grootouders

Klasgenoten

Docenten

Mentor

Vertrouwenspersoon

43. Is er bij jou op school of in de les aandacht voor stress, schooldruk of andere zaken die gaan over hoe jij je voelt?

- Helemaal niet
- Niet echt
- Neutraal
- Best veel
- Veel

44. Heb je het idee dat je controle hebt over het schoolwerk dat je moet doen?

- Helemaal niet
- Niet echt
- Neutraal
- Best veel
- Veel

Blok D: Corona en schooldruk

De laatste twee vragen gaan over de druk die je ervaart door de gevolgen van de coronacrisis

45. Sinds de coronacrisis besteed ik...

- Minder tijd aan school
- Ongeveer evenveel tijd aan school
- Meer tijd aan school

Voel je hierdoor druk?

- Helemaal niet
- Niet echt
- Neutraal
- Best veel
- Veel

Hele- Niet echt Neutraal Best veel Veel
maal
niet

46. Heeft thuisonderwijs volgen vanwege de coronacrisis volgens jou invloed op je resultaten?

Voel je hierdoor druk?

BLOK E Achtergrond kenmerken

Achtergrondkenmerken zijn ontvangen via duo en in een latere fase gekoppeld aan de enquêtegegevens. De volgende achtergrondkenmerken zijn toegevoegd:

- Geslacht
- Leeftijd
- Schooltype
- Onderbouw/bovenbouw
- Migratieachtergrond
- Schooladvies
- Cito-score
- Vestiging

Bijlage E Beschrijving steekproef

Deze bijlage laat de verdeling van de steekproef van de enquête zien. De verdeling van de steekproef is afgezet tegen de populatieverdeling afkomstig van CBS Statline en tegen de verdeling van de steekproef van het Peilstationsonderzoek. Er zijn duidelijk verschillen tussen de steekproefverdeling van de enquête en de populatie, aangezien de steekproef gelijk is verdeeld naar bovenbouw/onderbouw en schooltype. In werkelijkheid zijn er veel meer vmbo-scholieren dan in de enquête voorkomen. Daarnaast hebben meisjes vaker gereageerd. Hierdoor wijkt de enquête ook af van de populatie. De steekproef van het Peilstationsonderzoek lijkt sterk op de daadwerkelijke populatie. Hierdoor verschilt deze sterk van de steekproef van de enquête uit dit onderzoek.

Om de enquête representatief te maken zijn alle gerapporteerde uitkomsten gewogen naar geslacht en onderbouw/bovenbouw en schooltype, behalve de uitkomsten die zijn uitgesplitst naar schooltype. Bij de vergelijking tussen de enquête uit dit onderzoek en het Peilstationsonderzoek zijn beide uitkomsten gewogen naar de populatieverdeling, om de vergelijking zo zuiver mogelijk te kunnen maken.

Bijlage E.1 Steekproef van de enquête wijkt af van de populatie

Kenmerk	Enquête	Peilstation	Statline	T-test waarde SEO = Peilstation
<u>Geslacht</u>				
Man	41%	49%	50%	-10.42***
Vrouw	59%	51%	50%	
<u>Leeftijd</u>				
11	3%	2%	1%	-2.53**
12	19%	20%	14%	0.61
13	20%	22%	19%	2.24**
14	21%	23%	20%	2.84**
15	18%	20%	20%	1.47
16	12%	14%	15%	3.13***
17	6%	0%	9%	
18	1%	0%	3%	
19	0%	0%	0%	
20	0%	0%	0%	
<u>Migratieachtergrond</u>				
westers	7%	7%	8%	0.22
niet-westers	13%	18%	18%	6.4***
autochtoon	79%	75%	73%	-5.65***
Totaal	4.809	5.527	934.333	

Bron: Enquête SEO (2021) en Peilstationsonderzoek Trimbos-instituut (2019)

Bijlage E.2 Veel minder vmbo-scholieren in de steekproef dan daadwerkelijk in de populatie voorkomen

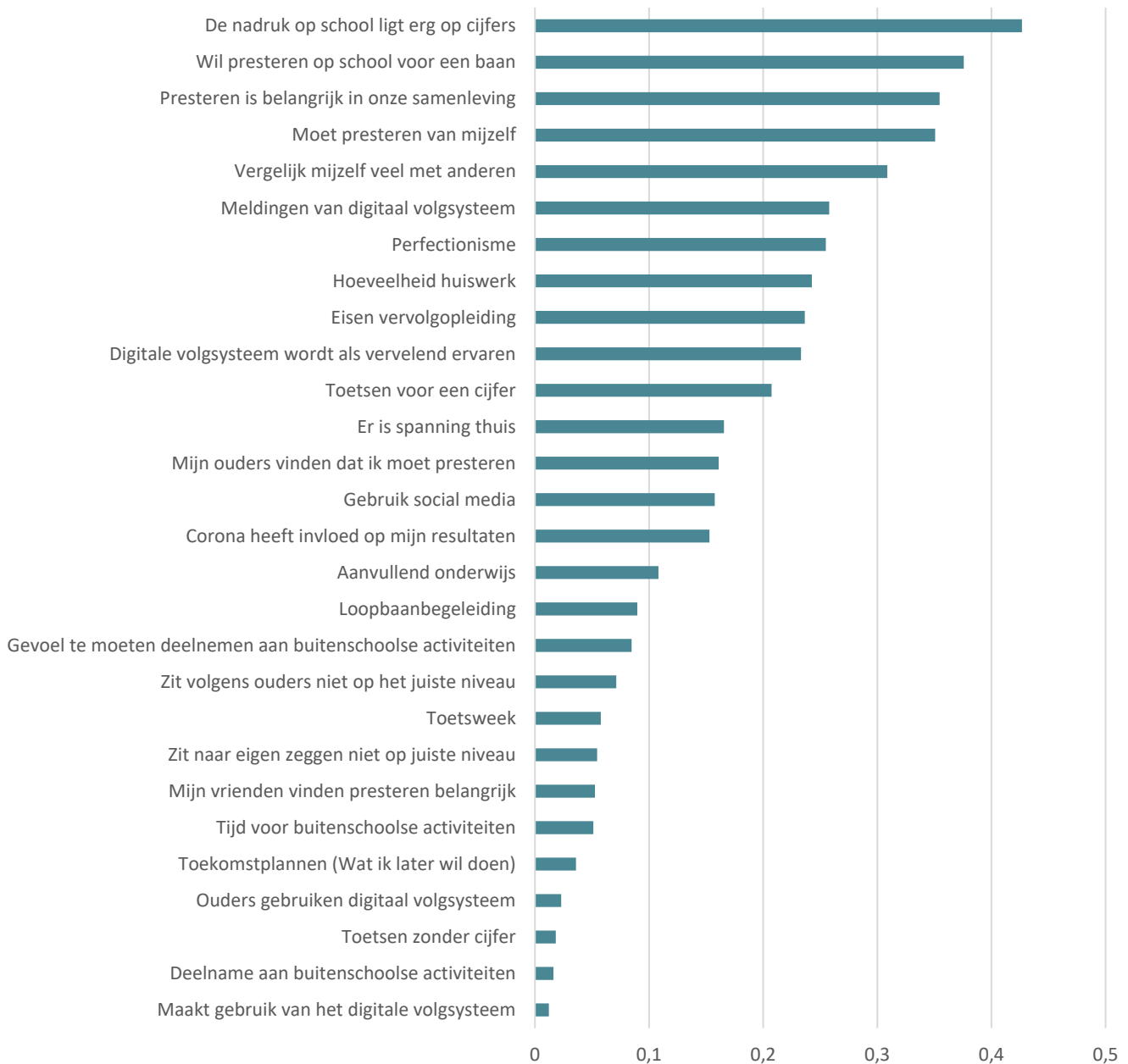
Kenmerk	Enquête	Peilstation	DUO	T-test waarde SEO = Peilstation
Schooltype*Bouw				
brug	16%	0%	12%	28.11***
vmbo onder	12%	40%	17%	-33.68***
vmbo boven	14%	9%	24%	7.43***
havo onder	15%	8%	4%	10.89***
havo boven	15%	14%	17%	1.84*
vwo onder	14%	20%	7%	-8.33***
vwo boven	14%	10%	18%	7.21***
Bouw				
onderbouw	56%	67%	40%	-11.19***
bovenbouw	44%	33%	60%	
Schooltype				
brug	16%	0%	12%	
vmbo	26%	49%	41%	22.46***
havo	30%	22%	22%	-7.66***
vwo	28%	29%	25%	1.59
Totaal	4.809	5.527	934.333	

Bron: Enquête SEO (2021) en Peilstationsonderzoek Trimbos-instituut (2019)

Bijlage F Partiële correlaties

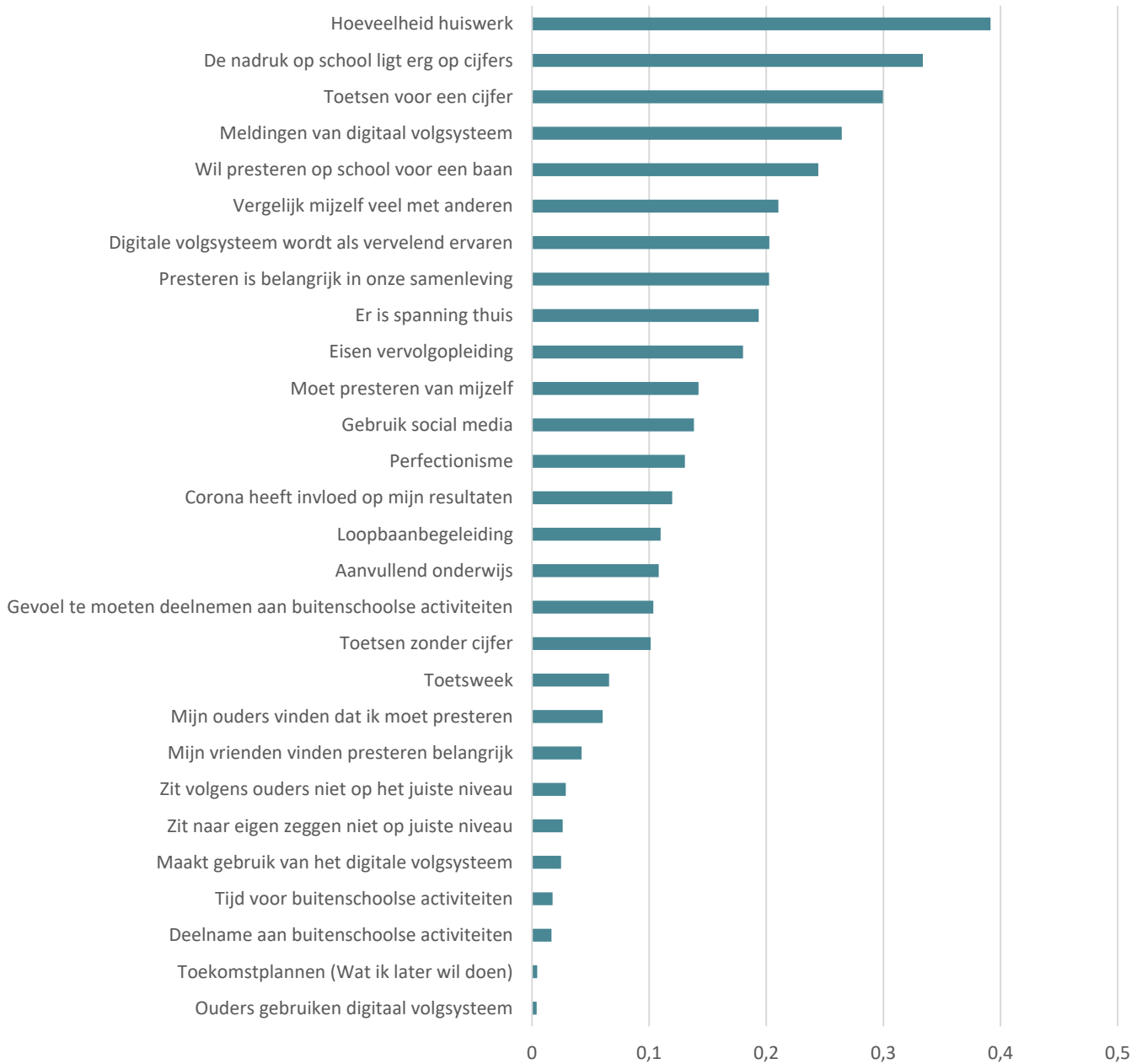
Deze bijlage laat de partiële correlaties zien voor alle mogelijke oorzaken met drie verschillende uitkomstmaten, namelijk prestatiedruk, tijdsdruk en de mate waarin de scholier minder tijd overheeft.

Figuur F.1 Partiële correlaties prestatiedruk



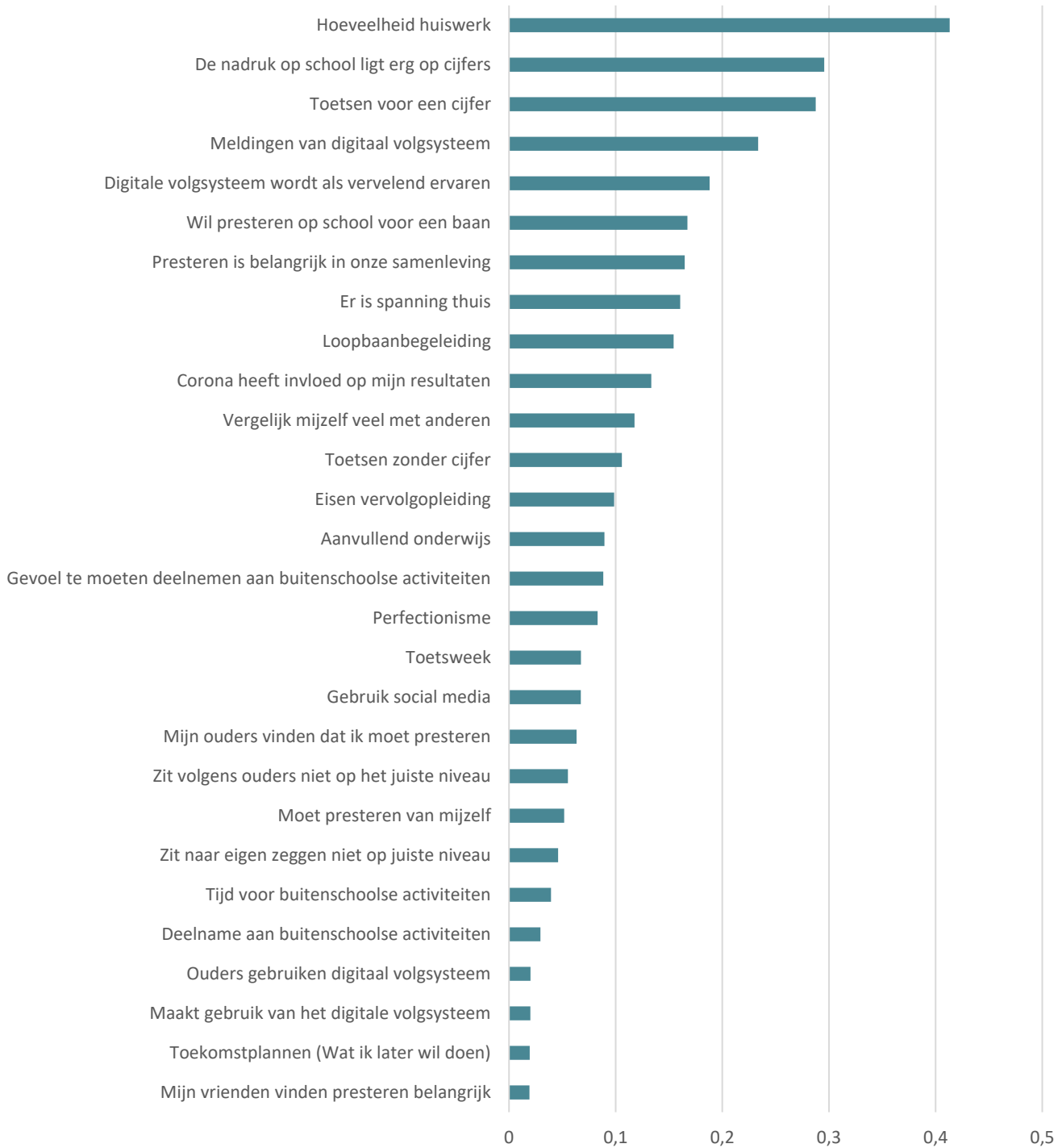
Bron: Enquête SEO (2021)
 Toelichting: Deze figuur geeft de partiële correlaties weer voor alle mogelijke oorzaken van prestatiedruk. De partiële correlaties geven aan in welke mate een bepaalde oorzaak samenhangt met de algemene gerapporteerde ervaren prestatiedruk waarbij is gecontroleerd voor geslacht, migratieachtergrond, combinaties van schooltypen en onder- of bovenbouw, leeftijd en stedelijkheid. De uitkomsten zijn gewogen naar geslacht, schooltype en bovenbouw/onderbouw.

Figuur F.2 Partiële correlaties tijdsdruk



Bron: Enquête SEO (2021)
 Toelichting: Deze figuur geeft de partiële correlaties weer voor alle mogelijke oorzaken van tijdsdruk. De partiële correlaties geven aan in welke mate een bepaalde oorzaak samenhangt met de algemene gerapporteerde ervaren tijdsdruk waarbij is gecontroleerd voor geslacht, migratieachtergrond, combinaties van schooltypen en onder- of bovenbouw, leeftijd en stedelijkheid. De uitkomsten zijn gewogen naar geslacht, schooltype en bovenbouw/onderbouw.

Figuur F. 3 Partielle correlaties minder tijd over



Bron: Enquête SEO (2021)
 Toelichting: Deze figuur geeft de partiële correlaties weer voor alle mogelijke oorzaken van de mate waarin scholieren minder tijd overhebben naast school. We rekenen de uitkomst 'tijd over naast school' hiervoor om naar 'minder tijd over naast school', zodat een positieve samenhang wijst op meer schooldruk. De partiële correlaties geven aan in welke mate een bepaalde oorzaak samenhangt met de algemene gerapporteerde mate waarin scholieren minder tijd overhebben naast school waarbij is gecontroleerd voor geslacht, migratieachtergrond, combinaties van schooltypen en onder- of bovenbouw, leeftijd en stedelijkheid. De uitkomsten zijn gewogen naar geslacht, schooltype en bovenbouw/onderbouw.

Bijlage G Overzicht scholen

Voor het onderzoek zijn interviews gehouden met vijf verschillende scholen. Doel van deze interviews was het toetsen van de hypothesen die zijn opgesteld op basis van interviews met experts en een literatuurstudie. Door direct met professionals op scholen, ouders en scholieren te spreken is in kaart gebracht in hoeverre de opgestelde hypothesen werden bevestigd en of er nog belangrijke hypothesen ontbraken.

Tabel G.1 Overzicht van scholen en gesprekspartners

Scholen	Directie	Docenten	Ouders	Vertrouwens- persoon	Scholieren
1. Vmbo-school uit de Randstad	1	4	1	1	3
2. Havo-/vwo-school uit de regio	1	2	1	1	2
3. School met alle schooltypen uit de regio	1	2	1		4
4. School met alle schooltypen uit de regio	1	4			3
5. Flexcollege uit de regio	1	3		1	3
Totaal	5	13	3	3	15

Bron: SEO Economisch Onderzoek

In het onderzoeksplan is opgenomen dat zes scholen geïnterviewd zouden worden. Hierbij is voorgenomen om een gelijke verdeling te hanteren van verschillende schooltypen en spreiding over Nederland. Door de tussenkomst van de coronapandemie is het erg lastig gebleken om scholen bereidwillig te vinden voor deelname aan het onderzoek. Daarom is het streven naar een gelijke verdeling losgelaten. Hierdoor komen uiteindelijk vier van de vijf scholen uit de regio en is er maar één school met alleen het schooltype vmbo.

Per school is gestreefd naar interviews met:

- a. een vertegenwoordiger van de schoolleiding;
- b. de zorgcoördinator en een vertrouwenspersoon;
- c. twee tot vier docenten;
- d. een vertegenwoordiger van de oudergeleding van de MR;
- e. twee tot vier scholieren.

In totaal is gesproken met vijf directieleden, 13 docenten en 15 scholieren. Uiteindelijk is het niet gelukt om op alle scholen te spreken met iemand van de oudergeleding of een vertrouwenspersoon.

Tabel G.2 laat de zien welke oorzaken van schooldruk volgens de geïnterviewden het belangrijkste zijn. De oorzaken zijn uitgesplitst naar de rol van gesprekspartners binnen de scholen. De meeste gesprekspartners zetten de oorzaak dat de samenleving druk oplegt om te presteren op nummer één. De hoeveelheid toetsen komt bij veel gesprekspartners op nummer twee – ook bij de docenten die we hebben gesproken. De scholieren zetten deze oorzaak duidelijk op de eerste plaats, maar geven ook aan dat de maatschappij druk oplegt om te presteren. Daarnaast is de hoeveelheid huiswerk een duidelijk oorzaak volgens de scholieren.

Docenten geven ook aan dat ouders hoge verwachtingen hebben. Uit nagenoeg alle interviews blijkt dat ouders vaak willen dat hun kinderen een bepaald schooltype halen, ook wanneer dit volgens de docenten niet goed bij de scholier past. Docenten geven aan dat het voor ouders vaak niet bespreekbaar is om over

te stappen naar een ander schooltype. Dit geldt echter niet voor alle scholieren. Veel scholieren krijgen ook veel steun van hun ouders. Deze ouders vinden het vooral belangrijk dat hun kind gelukkig is. Toch geven alle docenten aan dat het regelmatig voorkomt dat ouders erg hoge verwachtingen hebben van hun kind.

Tabel G.2 Overzicht meestgenoemde oorzaken

Ranking	Oorzaak
<u>Docenten</u>	
1	De samenleving legt druk op om te presteren.
2	Er wordt vaak getoetst, of de manier van toetsen zorgt voor druk.
3	Ouders hebben hoge verwachtingen.
<u>Directie</u>	
1	De samenleving legt druk op om te presteren.
2	Er wordt vaak getoetst, of de manier van toetsen zorgt voor druk.
3	Scholieren hebben een thuissituatie waardoor ze niet optimaal in schoolwerk kunnen investeren.
<u>Vertrouwenspersoon</u>	
1	De samenleving legt druk op om te presteren.
2	Scholen worden afgerekend op de prestaties van hun scholieren.
3	Scholieren vergelijken zichzelf met anderen.
<u>Ouders</u>	
1	De samenleving legt druk op om te presteren.
2	Door vroege selectie komen sommige scholieren op een schooltype terecht dat niet bij hen past.
3	Scholieren vergelijken zichzelf met andere scholieren.
<u>Scholieren</u>	
1	Er wordt vaak getoetst, of de manier van toetsen zorgt voor druk.
2	De samenleving legt druk op om te presteren.
3	Scholieren krijgen veel huiswerk.

Bron: SEO Economisch Onderzoek

Vertrouwenspersonen en ouders geven aan dat scholieren zich vaak vergelijken met andere scholieren in hun omgeving. Dit doen ze zowel qua schoolprestaties als op het sociale vlak. Twee van de veelgenoemde oorzaken door ouders zijn het gebruik van social media en het mobielelefoongebruik. Scholieren zien online veel beelden van anderen en proberen hieraan te voldoen.

Al met al ondersteunen de interviews de resultaten van de enquête dat vooral de drang om te presteren en het moeten maken van toetsen belangrijke oorzaken zijn van schooldruk. Scholieren geven aan dat vooral toetsen en huiswerk grote bronnen van schooldruk zijn. Docenten noemen hierbij vooral de ouders als een belangrijke factor. Ook het gegeven dat scholieren zich veel vergelijken met anderen wordt veel genoemd door andere personen dan de scholieren zelf.



“De wetenschap dat het goed is.”

SEO Economisch Onderzoek doet onafhankelijk toegepast onderzoek in opdracht van overheid en bedrijfsleven. Ons onderzoek helpt onze opdrachtgevers bij het nemen van beslissingen. SEO Economisch Onderzoek is gelieerd aan de Universiteit van Amsterdam. Dat geeft ons zicht op de nieuwste wetenschappelijke methoden. We hebben geen winstoogmerk en investeren continu in het intellectueel kapitaal van de medewerkers via promotietrajecten, het uitbrengen van wetenschappelijke publicaties, kennisnetwerken en congresbezoek.

SEO-rapport 2021-56
ISBN 978-90-5220-130-6

Informatie & Disclaimer

SEO Economisch Onderzoek heeft op de verkregen informatie en data geen onderzoek uitgevoerd dat het karakter draagt van een accountantscontrole of due diligence. SEO is niet verantwoordelijk voor fouten of omissies in de verkregen informatie en data.

Copyright © 2021 SEO Amsterdam. Alle rechten voorbehouden. Het is geoorloofd gegevens uit dit rapport te gebruiken in artikelen, onderzoeken en collegesyllabi, mits daarbij de bron duidelijk en nauwkeurig wordt vermeld. Gegevens uit dit rapport mogen niet voor commerciële doeleinden gebruikt worden zonder voorafgaande toestemming van de auteur(s). Toestemming kan worden verkregen via secretariaat@seo.nl.

Roeterstraat 29
1018 WB, Amsterdam

+31 20 525 1630
secretariaat@seo.nl
www.seo.nl