

DE KUNST VAN HET VERBINDEN



Sarah van Kuilenburg, Afstudeeronderwijs, Stanske Lomans & Karin van Pijpen, 4 januari 2020

Inhoud

Samenvatting	2
Inleiding.....	3
Aanleiding	3
Context.....	4
Relevantie	4
Doel en vraagstelling.....	4
Methoden.....	6
Onderzoeksopzet	6
Ethische overwegingen	7
Resultaten	8
Verbondenheid	8
Vrijheid.....	8
Gelijkgestemden	9
Contact.....	9
Discussie	10
Conclusie	11
Het Advies	12
Literatuurlijst.....	13
Bijlagen.....	14
Bijlage 1 : Codeboom	14
Bijlage 2 Informed consent	19
Bijlage 3 Informatieformulier	20
Bijlage 4 zoekstrategie	21
Bijlage 5 Reflectieverslag	23
Eigen handelen in de samenwerking met betrokkenen	23
Gemaakte keuzes en beslissingen.....	24
leerrendement en het werken aan persoonlijke danwel beroepsmatige leerdoelen	24
Bijlage 6 Foto's themaweken	25
Bijlage 7 Checklist zorgvuldigheid persoonsgebonden data	26

Samenvatting

Dit adviesverslag is geschreven voor wijkkunsthuis het Wilde Westen en gaat over eenzaamheid onder jongeren en hoe kunst hier een positieve bijdrage in kan leveren. Eenzaamheid onder jongeren is een veelvoorkomend probleem in Nederland en dit is meer geworden in verband met de maatregelen rondom Covid-19.

Uit verschillende recente onderzoeken komt naar voren dat kunst kan bijdragen aan een gezond mentaal welzijn. Tevens kan kunst ingezet worden om taboes zoals eenzaamheid bespreekbaar te maken zonder persé woorden te hoeven gebruiken. Om te onderzoeken of kunst daadwerkelijk bij kan dragen om eenzaamheid onder jongeren tegen te gaan is er een exemplarisch handelingsonderzoek uitgevoerd. Dit is gedaan door verschillende interviews en observaties uit te voeren. Uit de resultaten blijkt dat kunst kan bijdragen aan meer zelfvertrouwen, sociale contacten en geluksgevoel.

Aanbevolen wordt om jongeren laagdrempelig te benaderen, veel vrijheid te geven en een prettige sfeer te creëren binnen de organisatie.

Inleiding

Aanleiding

Dit adviesverslag is een aanbeveling voor wijkkunsthuis het Wilde Westen over hoe samenwerkingen tussen buurtinitiatieven en professionals uit verschillende domeinen kunnen bijdragen aan positieve gezondheid. Hierbij wordt er gekeken naar waar bewoners van de wijk Utrecht-West behoefte aan hebben op het gebied van kunstactiviteiten en gezondheidsbevordering. Buurthuizen en wijkinitiatieven zoals het Wilde Westen dragen bij aan het vroegtijdig signaleren van gezondheidsproblemen op lichamelijk, sociaal en emotioneel vlak. Op deze manier creëren bewoners samen met kunst- en zorgprofessionals een plek waar mensen gezien worden en problemen zoals eenzaamheid kunnen worden gesignaleerd of voorkomen (Schelleman-Offermans, et al., 2015).

Omdat eenzaamheid een veel voorkomend probleem is in Nederland wordt er in dit adviesverslag toegespitst op dit onderwerp (Movisie, 2018). Bij het begrip *eenzaamheid* wordt er vaak gedacht aan ouderen die veel mensen zijn verloren en moeilijk nieuwe sociale contacten kunnen leggen. Echter blijkt eenzaamheid ook een veel voorkomend probleem te zijn onder jongeren (van der Ploeg, 2017).

Eenzaamheid is het gemis van een hechte, emotionele band met anderen en kan een leeg, verdrietig en zinloos gevoel bij mensen geven (volksgezondheid en zorg, 2020). Uit onderzoek blijkt dat 40 tot 70 procent van de 12- tot 25- jarigen zich soms eenzaam voelt. 3- tot 10 procent van de jongeren voelt zich voor langdurige periode eenzaam (Movisie, 2018). Vanaf dat in februari 2020 Covid-19 in Nederland uitbrak en iedereen in gedeeltelijke of volledige isolatie moest leven is deze eenzaamheid toegenomen (Banerjee & Rai, 2020). 69 procent van de jongeren geeft aan zich eenzamer te voelen dan voor de coronacrisis (Nederlands Jeugdinstituut, 2020). Eenzaamheid kan leiden tot somberheid en depressie waardoor jongeren zich meer gaan isoleren en er een vicieuze cirkel ontstaat (Matthews et al., 2016).

Vanuit de zes domeinen van positieve gezondheid wordt er niet alleen gekeken naar lichamelijke gezondheid maar ook naar het mentaal welbevinden, waar eenzaamheid betrekking op heeft. De zes domeinen van Positieve Gezondheid zijn volgens Huber als volgt: lichaamsfuncties, mentaal welbevinden, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen en dagelijks functioneren (Meyboom-de Jong, 2019). Het concept positieve gezondheid richt zich dus niet alleen op lichamelijke gezondheid maar ook op het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale levensuitdagingen om te gaan en zoveel mogelijk eigen regie te voeren. Daarnaast wordt het adaptievermogen van mensen vanuit de gedachtegang van *positieve gezondheid* gestimuleerd wat tevens bevorderend werkt op de gezondheid (Tijdschrift voor verpleegkundigen, 2017).

Een manier om eenzaamheid tegen te gaan in het kader van positieve gezondheid is het inzetten van kunst als interventie. Er wordt steeds meer bekend over hoe kunst effect kan hebben op emoties, gedachtes en het mentaal welbevinden. Culturele interventies met betrekking tot kunst worden daarom steeds vaker ingezet om bijvoorbeeld eenzaamheid tegen te gaan (Handbook of Art Therapy, 2012). Creatieve vormen als dans, theater, beeldhouwen, muziek en schilderen kunnen als

tool gebruikt worden om eenzaamheid bespreekbaar te maken. Het taboe wat rust op eenzaamheid kan hiermee doorbroken worden. Daarnaast kan kunst mensen helpen hun eigen gevoelens te verkennen en hier vervolgens expressie aan te geven zonder per definitie woorden te hoeven gebruiken (Minke, 2019).

Context

Dit adviesverslag is geschreven als afstudeeropdracht van de opleiding Bachelor Verpleegkundige aan de Hogeschool Utrecht. De opdracht is geschreven voor het wijkkunsthuis *Het Wilde Westen* in Utrecht- West. Het Wilde Westen biedt activiteiten en faciliteiten aan wijkbewoners op het gebied van kunst en cultuur. Dit wordt georganiseerd door wijkbewoners en kunstprofessionals met als doel mensen in aanraking te laten komen met kunst bij wie dit niet als vanzelfsprekend gaat (Het Wilde Westen, z.d.)

Relevantie

Geconstateerd is dat 3 tot 10 procent van de jongeren in Nederland zich voor langdurige tijd eenzaam voelt. Eenzaamheid ontstaat meestal door verminderde toegang tot leeftijdsgenoten, verminderde sociale vaardigheden of een negatief denkbeeld. Sommige jongeren hebben dus hulp van buitenaf nodig om zich weer gelukkig en minder eenzaam te voelen (Eenzame jongeren, 2020). Het is hierbij van belang om te onderzoeken hoe deze jongeren bereikt en geholpen kunnen worden op een effectieve manier.

Kunst kan bijdragen aan het verminderen van eenzaamheid en het gevoel van eigenwaarde bij mensen versterken. Bij het maken van kunst wordt er vaak toegewerkt naar een presentatie. Het ontwikkelen van deze kunstprojecten gebeurt meestal in groepsverband wat zorgt voor meer sociale interactie tussen mensen. Vervolgens laat men zich bij de presentatie zien en krijgt men waardering voor de creativiteit; dit draagt bij aan zelfvertrouwen en eigenwaarde (Movisie, 2018).

Ook voor verpleegkundigen is het relevant om de mogelijke positieve werking van kunst te kennen en toe te passen. Volgens het V&VN zien verpleegkundigen en verzorgenden een duidelijke toename van eenzaamheid onder patiënten in de afgelopen vijf jaar (Venvn, 2018). Wanneer verpleegkundige de kennis hebben over hoe kunst het mentale welbevinden kan bevorderen, kunnen zij dit toepassen in de praktijk. Het initiatief *kunst op recept* kan eraan bijdragen dat zorgverleners en kunstprofessionals met elkaar in contact komen. Mensen met terugkerende psychosociale klachten en tekenen van sociaal isolement kunnen samen met een kunstprofessional kijken naar wat hun op het gebied van kunst kan helpen (Kunst op recept, z.d.).

Doel en vraagstelling

Het doel van dit onderzoek is om een advies te leveren aan kunsthuis *het Wilde Westen* over hoe kunst als interventie ingezet kan worden om eenzaamheid bij jongeren tegen te gaan en het mentaal welbevinden te bevorderen. Uit verschillende onderzoeken is gebleken dat kunst een positief effect

kan hebben op het bespreekbaar maken van mentale problemen en het bevorderen van de sociale cohesie binnen een groep. Echter blijkt het in de praktijk moeilijk te zijn jongeren met kunst in aanraking te laten komen.

De vraagstelling die hierbij hoort luidt als volgt:

“Hoe kan kunst bijdragen aan het verminderen van eenzaamheid onder jongeren in de wijk Utrecht-West en hoe kunnen zij betrokken worden bij kunstactiviteiten in het Wilde Westen”

Methoden

Onderzoeksopzet

Het onderzoeksdesign

Om de vraagstelling te kunnen beantwoorden is er gekozen om een kwalitatief onderzoek uit te voeren. Bij kwalitatief onderzoek wordt er gebruik gemaakt van beschrijvingen en interpretaties van situaties, gebeurtenissen en personen. Door het benoemen van gedragingen, uitspraken en tekstdelen uit verzamelde documenten, wordt het antwoord op de vraagstelling inzichtelijk gemaakt (Reulink & Lindeman, 2002).

Er zijn verschillende vormen van kwalitatief onderzoek en voor het beantwoorden van deze vraagstelling is er gekozen voor exemplarisch handelingsonderzoek. Dit houdt in dat de onderzoekers en onderzochten nauw met elkaar samenwerken en er een democratische verhouding ontstaat. Doormiddel van deze samenwerking krijgen de onderzoekers en onderzochten meer inzicht in de handelingspatronen van de onderzochten en zo kan samen de vraagstelling beantwoord worden. In dit geval wordt er samen met jongeren en kunstprofessionals gekeken naar de mogelijkheden, wensen en uitkomsten van het toepassen van kunst als interventie bij jongeren. Daarnaast is het belangrijk om als onderzoeker te reflecteren op eigen handelen en gedachten tijdens het participeren aan de kunstactiviteiten en het houden van gesprekken en interviews. Naast handelingsonderzoek is er aanvullend gebruik gemaakt van literatuuronderzoek (Michelbrink, 2007).

De setting

Het onderzoek wordt uitgevoerd in de wijk Utrecht-West. De wijk Utrecht-West bestaat uit de buurten Lombok, Nieuw Engeland, Oog in Al, Schepenbuurt en Welgelegen en bestaat momenteel uit ongeveer 29000 inwoners. 11% van de bewoners uit de wijk geeft aan zich (zeer)eenzaam te voelen (Utrecht in cijfers, 2019).

De observaties en interviews zijn uitgevoerd bij initiatieven die met jongeren werken waaronder wijkkunsthuis *het Wilde Westen*.

Onderzoekspopulatie

De doelgroep van het onderzoek zijn jongeren woonachtig in de wijk Utrecht-West met de leeftijd van tussen de 12 en de 20 jaar.

Uit het onderzoek volgt een advies aan wijkkunsthuis het Wilde Westen. Er wordt in het onderzoek meegenomen wat hun behoefte is op het gebied van het bereiken en helpen van jongeren.

Daarnaast zijn er verschillende kunstprofessionals betrokken bij het onderzoek die onderwijsprojecten en activiteiten voor jongeren ontwikkelen.

Wijze van dataverzameling

Doormiddel van interviews en participerende observaties zal de data verzameld worden om de onderzoeksvraag te kunnen beantwoorden.

De interviews zullen worden afgenomen met organisatoren van kunstprojecten en buurinitiatieven die jongeren als doelgroep hebben. De interviews zullen telefonisch of digitaal worden afgenomen.

In deze interviews ligt de focus voornamelijk op de jongerenmedewerkers in contact komen met de jongeren en op wat voor manier zij zien dat kunst effect heeft op het mentale welzijn.

Daarnaast worden er open interviews gehouden met jongeren binnen en buiten de wijk Utrecht-west waarin de focus zal liggen op hoe jongeren het maken van kunst ervaren en wat dit met hun gemoedstoestand doet.

De participerende observaties zullen worden uitgevoerd bij kunstprojecten waar jongeren aan deelnemen. Hierbij zal worden gekeken naar welke activiteiten de jongeren aanspreken en zal er worden gesproken over wat voor effect het heeft op het mentale welbevinden van de jongeren. Daarnaast wordt er gekeken naar hoe de jongeren zich gedragen tijdens deze activiteiten. Hierbij wordt lichaamstaal geobserveerd en wordt er geluisterd naar de dynamiek binnen een groep.

Data-analyse

De opgenomen interviews zijn voorafgaand aan de data-analyse getranscribeerd. De observaties zijn tevens gedetailleerd beschreven en uitgewerkt. Doormiddel van thematische analyse zijn de uitkomsten vervolgens inzichtelijk gemaakt. Om te beginnen is de tekst gefragmenteerd door het op te delen in herkenbare tekstdelen. Deze fragmenten hebben kenmerkende codes gekregen waar uiteindelijk elf codes uit voort kwamen. Vervolgens zijn deze codes gegroepeerd en hier zijn de vier volgende thema's aan toegekend: verbondenheid, vrijheid, gelijkgestemden en contact. Als laatste stap zijn de thema's met elkaar in verband gebracht om zo de onderzoeksvraag te kunnen beantwoorden (Verhoeven, 2020).

Betrouwbaarheid en validiteit

Om de betrouwbaarheid van het onderzoek te verhogen is er voor gekozen om jongeren en professionals van verschillende organisaties te interviewen. Daarnaast worden de observaties uitgevoerd op verschillende plekken zoals dansscholen, buurthuizen in Utrecht & een jongerenorkest. Op deze manier wordt de onderzoeksvraag vanuit een breed perspectief bekeken en wordt de reproduceerbaarheid en validiteit verhoogd (Bakker & van Buuren, 2014). Daarnaast is het onderzoek nagekeken door medestudenten die tevens hun adviesverslag voor het Wilde Westen schrijven en is er gebruik gemaakt van member checking (Cox et al., 2012).

Ethische overwegingen

In dit onderzoek is er zorgvuldig omgegaan met de persoonsgebonden data van de participanten. Alle data van de onderzochten is geanonimiseerd waardoor er geen informatie te herleiden is. Opgenomen interviews worden niet aan derden vertoond en na het uitschrijven verwijderd.

Daarnaast hebben alle geïnterviewden een informatiebrief gekregen en een *informed consent* ondertekend waarin zij toestemming geven aan het onderzoek mee te willen doen.

Toetsing van MES/METC is niet noodzakelijk omdat er geen inbreuk wordt gemaakt op de integriteit van de proefpersonen (Maastricht UMC, z.d.).

Resultaten

Voortkomend uit de afgenomen interviews en participerende observaties zijn er na de data-analyse verschillende thema's naar voren gekomen. In de thema's: verbondenheid en vrijheid, wordt er ingegaan op hoe kunst kan bijdragen aan het verminderen van eenzaamheid onder jongeren. De thema's: gelijkgestemden en contact gaan in op hoe jongeren betrokken kunnen worden bij kunstactiviteiten in het wilde westen. Hieronder benoem ik vanuit verschillende bronnen wat hierover is gezegd.

Verbondenheid

In alle interviews en observaties kwam het thema *verbondenheid* op verschillende manieren naar voren. In een gesprek met jongeren die dansles volgen bij een dansschool, kwam naar voren hoe belangrijk de sfeer en het groepsgevoel is tijdens de danslessen. Er werd meerdere malen benadrukt dat het dansen als een teamsport voelt ook al worden de pasjes individueel uitgevoerd. Het samen trainen en het neerzetten van een 'performance' bevorderde het gevoel van verbondenheid. Daarnaast kan de verbinding die ontstaat bij het uitvoeren van kunstactiviteiten ertoe leiden dat jongeren makkelijker kunnen praten over hun eventuele problemen.

Anne: "Want samen trainen en samen ergens naar toe werken zorgt ook wel weer voor een hechtere vriendschap."

Bij de repetitie van het een Jeugdorkest vertelde verschillende jongeren hoe samen muziek maken zorgt voor een groepsgevoel en dat er veel vriendschappen ontstaan tijdens de repetities. Het gezamenlijk werken aan een eindstuk en elkaar helpen waar nodig gaf de jongeren een blij en trots gevoel.

Vrijheid

Het thema *vrijheid* kwam in de verschillende gesprekken met jongeren en de observaties regelmatig naar voren. Jongeren van de dansschool vertelde hoe beweging bij het dansen hun het gevoel van vrijheid en ontspanning gaf. Door de vrije en open sfeer die hierdoor ontstond werd er ruimte gecreëerd op moeilijke en persoonlijke kwesties bespreekbaar te maken. De jongeren volgden ook op de middelbare school het vak *kunst*. Zij vertelde hoe kunstlessen op school een gevoel van vrijheid gaven in tegenstelling tot andere lessen. De vrijheid en hiermee het vertrouwen dat de jongeren tijdens het maken van kunst kregen gaf hen een goed gevoel. Lize vertelde hier het volgende over:

Lize: "Want dat was eigenlijk de enige plek waarbij ik in de les precies kon doen wat ik wilde en creatief bezig kon zijn. Als in, ja ik hoefde niet elke les even hard te werken. Je mag kletsen en muziek luisteren. Dat is altijd heel fijn, veel vrijer dan andere lessen."

Ook rondom het benaderen van jongeren kwam het thema *vrijheid* naar voren. In gesprek met Jongerenwerkers van een jeugdcentrum werd verteld dat het belangrijk is om jongeren de ruimte te geven om met hun eigen creativiteit aan de slag te gaan.

"Dus het is echt de bedoeling dat de jongeren aan zet zijn. En de jongeren gaan met de ideeën aan de slag en wij kunnen dat dan faciliteren."

Door laagdrempelig in gesprek te gaan kan worden achterhaald waar de behoeftes liggen van jongeren en hier kan vervolgens in gecoached en gefaciliteerd worden. Het gevoel van trots en zelfvertrouwen kan tevens versterkt worden bij jongeren wanneer het project echt vanuit hun eigen interesse komt.

Gelijkgestemden

Het belang van het vinden van gelijkgestemden kwam in veel gesprekken naar voren. Twee jongeren die meespeelden in het jongerenorkest vertelden hoe zij op de basisschool weinig aansluiting vonden met andere kinderen. Toen zij op muziekles gingen kwamen ze veel in contact met kinderen die dezelfde interesses hadden als zij. Hierdoor vonden ze toch aansluiting met andere kinderen en was muziekles ook echt een sociale bezigheid.

Bij het uitkiezen van een organisatie waar kunstactiviteiten worden georganiseerd word er veel gekeken naar wat voor type mensen er zijn en hoe de sfeer onderling is. Een meisje die dansles volgt gaf aan dat zij van dansschool is gewisseld omdat de sfeer op de andere dansschool voor haar te competitief was.

Contact

Over het in contact komen met jongeren zijn er verschillende gesprekken gevoerd met kunstproffesionels die met jongeren werken. Om jongeren kennis te kunnen laten maken met kunst werd verteld dat het van belang is om laagdrempelig contact te zoeken. Er werd bijvoorbeeld benoemd om op straat langs te gaan bij zogenoemde “hangjongeren” en om contacten te leggen met middelbare scholen om zo via deze weg jongeren te bereiken en verbinding te maken.

Daarnaast is het bij het organiseren van activiteiten van belang dat jongeren zelf input hebben in de wat ze gaan ondernemen. Deze activiteiten kunen een opening zijn voor nieuwe ideeën en eventueel gesprekken over waar jongeren tegen aan lopen.

Tom: “De activiteiten doen we vooral om contact te krijgen met jongeren en te horen wat er nog meer speelt in hun leven... En vanuit het contact en de gesprekken die we hebben omdat ze gewoon komen chillen bij ons, krijg je heel veel input vanuit de jongeren zelf en daarmee kun je aan de slag.”

Verder is een open houding cruciaal om in contact te kunnen komen met jongeren. Zowel de jongeren als de jongerenwerkers vertelde dat een open houding er voor zorgt dat mensen zich welkom en gewilt voelen. Hierdoor werd het plezier in het samen maken van een kunstvorm versterkt.

In de gesprekken met de jongeren van de dansschool en het jeugdorkest kwam naar voren dat ze vaak op jonge leeftijd in aanraking waren gekomen met kunst. Dit was in de meeste gevallen via de ouders, via vrienden of via school.

Discussie

De resultaten die in het vorige hoofdstuk staan beschreven zijn op zorgvuldige wijze verkregen. Echter zijn er een aantal discussiepunten binnen het onderzoek. Vanwege de beperkende maatregelen rondom Covid-19 was het niet mogelijk om data te verzamelen vanuit een grote steekproef. De observaties en interviews zijn gehouden onder één of twee jongeren en jongerenmedewerkers vanuit verschillende kunstachtergronden. Dit waren in de meeste gevallen proefpersonen die binnen een groep naar voren stapte om deel te nemen aan het onderzoek. Hierdoor zijn de proefpersonen niet aselekt uitgekozen (Bakker & van Buuren, 2014). Daar tegenover staat dat er is geobserveerd bij een aantal kunstactiviteiten in grotere groepen waar veel data uit voortkwam en een goede afspiegeling vormde van de populatie.

De geïnterviewde jongeren waren allemaal actief bezig met een bepaalde kunstvorm. Er zijn voor dit onderzoek geen jongeren gesproken die niet bij voorbaat al een connectie met kunst hadden. Hierdoor is het onderzoek minder representatief voor alle jongeren (Bakker & van Buuren, 2014). Ondanks dat de gesproken jongeren uit verschillende achtergronden kwamen (dans, muziek, theater), kwamen er veel gelijkenissen voort uit de vraag wat de kunstvorm met hen deed. Dit verhoogd de generaliseerbaarheid van het onderzoek.

De betrouwbaarheid van het onderzoek is gestegen door het schrijven van reflecties. Daarnaast is het adviesverslag gelezen en beoordeeld door medestudenten die tevens hun adviesverslag bij het Wilde Westen hebben geschreven (Bakker & van Buuren, 2014).

Conclusie

De vraag die in dit onderzoek centraal stond, was: Hoe kunst kan bijdragen aan het verminderen van eenzaamheid onder de jongeren in de wijk Utrecht-West en hoe kunnen zij betrokken worden bij kunstactiviteiten in het Wilde Westen”

Vanuit de resultaten van het onderzoek valt ten eerste te concluderen dat kunst een positieve bijdrage heeft aan het gevoel van saamhorigheid, sociale interactie en het vergroten van het zelfvertrouwen bij jongeren. Het vinden van gelijkgestemden en het werken naar een eindproduct bleken hierin belangrijke factoren. Daarnaast bleek kunst een manier te zijn om je te kunnen uiten zonder persé woorden te hoeven gebruiken. Op deze manier kunnen onderwerpen waar een taboe op kan liggen, zoals eenzaamheid, makkelijker bespreekbaar gemaakt worden. Deze elementen dragen bij aan het verminderen van eenzaamheid onder jongeren.

Ten tweede is uit de resultaten gebleken hoe jongeren betrokken kunnen worden bij kunstactiviteiten. Jongeren vertelde dat zij voornamelijk op jonge leeftijd via verhalen van vrienden of ouders in contact zijn gekomen met een bepaalde kunstvorm. Jongeren kunnen het best op een laagdrempelige manier aangesproken worden, waarbij er ruimte moet zijn voor eigen ideeën van de jongeren zelf. Een prettige sfeer en de vrijheid om zelf aan de slag te gaan met creativiteit bleek een belangrijke factor te zijn in het kiezen voor een bepaalde kunstvorm op een bepaalde plek.

Het Advies

Naar aanleiding van het onderzoek is er een advies opgesteld voor het Wilde Westen met betrekking tot het aanbieden van kunst aan jongeren om eenzaamheid tegen te gaan. Momenteel wordt er binnen het Wilde Westen hip hop les, theater les en sportles gegeven aan jongeren. Uit de gesprekken met jongeren van andere kunstorganisaties is gebleken dat er behoefte is aan keuzevrijheid tussen verschillende dansstijlen/ kunstvormen. Daarnaast is gebleken dat het belangrijk is om jongeren laagdrempelig te benaderen. Mijn advies zou dan ook zijn om jongeren uit de wijk uit te nodigen om rond te kijken, wat te drinken en te kletsen met elkaar. Op deze manier voelen jongeren zich welkom binnen het Wilde Westen en zal vanzelf naar boven komen waar de jongeren binnen de wijk Utrecht- West behoefte aan hebben.

Daarnaast zou mijn advies zijn om binnen de lessen die al gegeven worden ruimte te laten voor de creatieve vrijheid van de jongeren. Uit verschillende gesprekken blijkt dat jongeren het leuk vinden zelf ideeën uit te werken en hier begeleiding bij te krijgen.

Als laatste komt naar voren dat veel jongeren die in hun pubertijd een kunstvorm uitoefenen, hiermee zijn begonnen op jonge leeftijd. Door kinderen op jonge leeftijd kennis te laten maken met kunst, leren ze wat voor positief effect dit op hen kan hebben en kunnen ze hier op latere leeftijd gebruik van maken. Mijn advies zou dan ook zijn om op basisscholen kinderen met veel verschillende kunstvormen in aanraking te laten komen, waardoor alle kinderen even veel mogelijkheden krijgen om hier wat mee te gaan doen.

Literatuurlijst

- Bakker & van Buuren. (2014). *Onderzoek in de gezondheidszorg*. Groningen/ Houten: Noordhoff.
- Banerjee, D., Rai, M. (2020, 29 april). *Social isolation in Covid-19: The impact of loneliness*. Geraadpleegd op 20 december 2020, van <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7405628/>
- Cox, K., De Louw, D., Verhoef, J., & Kuiper, C. (2012). *Evidence-based practice voor verpleegkundigen*. Den Haag: Boom Lemma uitgevers.
- Het Wilde Westen. (z.d.). *Over Het Wilde Westen*. Geraadpleegd op 19 september 2020, van <https://www.hetwildewesten.nl/hww/over-het-wilde-westen>
- Malchiode, C. A. (2012). *Handbook of Art Therapy*. New York: The Guilford Press
- Michelbrink. F. (2007). *Actieonderzoek voor professionals in zorg en welzijn*. Amsterdam: S.W.P. B.V.
- Minke, F. (2019, 8 oktober). *Kunst en cultuur zijn een krachtig middel tegen eenzaamheid*. Geraadpleegd op 1 oktober 2020, van <https://www.lkca.nl/artikel/kunst-en-cultuur-zijn-een-krachtig-middel-tegen-eezaamheid/>
- Movisie. (2018, 3 april). *Kunst kan eenzaamheid doorbreken*. Geraadpleegd op 22 september 2020, van <https://www.movisie.nl/artikel/kunst-kan-eezaamheid-doorbreken>
- Nederlands Jeugdinstituut. (2020, 25 november). *Veel jongeren voelen zich eenzaam door coronavirus*. Geraadpleegd op 1 december 2020, van <https://www.nji.nl/nl/Actueel/Nieuws-uit-het-jeugdveld/2020/Veel-jongeren-voelen-zich-eezaam-door-coronacrisis>
- Reulink, N. Lindeman, R. (2002, 23 november). *Kwalitatief onderzoek*. Geraadpleegd op 1 oktober 2020, van [http://www.cs.ru.nl/~tomh/onderwijs/om2%20\(2005\)/om2_files/syllabus/kwalitatief.pdf](http://www.cs.ru.nl/~tomh/onderwijs/om2%20(2005)/om2_files/syllabus/kwalitatief.pdf)
- Schelleman-Offermans, K., Tietschert, M., Derickx, M., Ruwaard, D., & Jansen, M. (2015). *Wijkgericht werken en integrale zorg: De kijk van eerstelijnszorgprofessionals, gemeenten, zorgverzekeraars en patiënten op het integreren van gemeentelijke basiszorg en eerstelijnszorg*. Maastricht University. http://www.academischewerkplaatslimburg.nl/wp-content/uploads/Wijkgericht-werken-en-integrale-zorg_Eindrapport.pdf
- Tijdschrift voor verpleegkundigen. (2017). *Positieve gezondheid*. Geraadpleegd op 7 september 2020, van <https://link-springer-com.hu.idm.oclc.org/content/pdf/10.1007/s41184-017-0092-0.pdf>
- Utrecht in cijfers. (2019). *Sociale infrastructuur en participatie*. Geraadpleegd op 26 september 2020, van [https://utrecht.incijfers.nl/dashboard/wijkwijzer/-h3-sociale-infrastructuur-en-participatie--h3-/](https://utrecht.incijfers.nl/dashboard/wijkwijzer/-h3-sociale-infrastructuur-en-participatie--h3/)
- Verhoeven, N. (2020). *Thematische analyse : patronen vinden bij kwalitatief onderzoek*. Amsterdam: Nel Verhoeven & Boom uitgevers.
- Volksgezondheid en zorg. (2020). *Eenzaamheid*. Geraadpleegd op 21 september 2020, van <https://www.volksgezondheidenzorg.info/onderwerp/eezaamheid/>

Bijlagen

Bijlage 1 : Codeboom

De thema's zijn in de fragmenten doormiddel van kleurverschil weergegeven:

Verbondenheid, vrijheid,

Gelijkgestemden, Contact.

Codeboom interviews	
Code	Fragment
Ontmoeting	'Iedereen doet eigenlijk zijn eigen ding en iedereen ontmoet elkaar daar ook.' 'Verder hebben we wel activiteiten om elkaar beter te leren kennen. In de eind-act doen we één discipline dus dan doen we met elkaar een dans of een lied.' 'De activiteiten doen we vooral om contact te krijgen met jongeren en te horen wat er nog meer speelt in hun leven.' 'jongeren komen ook bij ons terecht omdat ze graag een keer willen kijken in het jongerencentrum wat ze daar kunnen doen. Nou en daarnaast komen jullie terecht bij ons die door zorgteams op school worden verwezen.' 'We gaan veel langs de hanggroepen en uhm we hebben contacten met alle scholen.' 'En op de middelbare scholen doen we pauze bezoeken. Dus dan kunnen de jongeren ook met vragen bij ons komen en dan lopen we gewoon mee in de aula of op het plein.'
Samenzijn	'En vaak doen we dan een eind-act met zijn allen.' 'Ja een soort verbinding. Er is altijd wel één scene waarin verschillende disciplines samenkomen.' 'En vanuit het contact en de gesprekken die we hebben

	omdat ze gewoon komen chillen bij ons uhm ja krijg je heel veel input vanuit de jongeren zelf en daarmee kun je aan de slag.'
Herkenning	'Ze hebben allemaal dezelfde normen en waarde en zelfde idealen binnen de dansschool' 'Ze hoeven zichzelf niet te schamen want iedereen in die groep heeft dezelfde klachten.' 'Omdat ik toch wel merkte. Ik vond de mensen die kunst hadden gekozen altijd veel gezelliger en die stonden meer open. Er zit toch wel een bepaald type.' 'Toen ben ik daar naartoe gegaan en toen ik daar was herkende ik een aantal mensen. Toen dat ik: volgens mij heb ik hier een keer een voorstelling van gezien, en dat bleek dus ook zo te zijn.'
Sport	'Dus voor mij is dans een sport, dus een hobby.'
Sfeer	'Maar ik heb het altijd gelinkt door <i>dansschool 1</i> aan een hele fijne sfeer en mij goed voelen. ' 'Nou sowieso de sfeer <i>bij dansschool 1</i> is heel fijn. Je merkt gewoon dat iedereen heel open is.' 'In principe doen we niks tot dat wij vanuit het contact met jongeren die we op verschillende manieren ontmoeten, dat we daar een vraag uithalen.'
Gevoel	'Daarom is dansen nu voor mij. Waar ik ook dans. Mij goed voelen en aan mijzelf kunnen werken.' 'En het is ook gewoon ook het gevoel dat je van de groep krijgt.'
Uitdaging	'Dus het is eigenlijk een beetje mijzelf pushen. Dus dan gebruik ik deze ervaring om wat meer te gaan zoeken binnen het veld.'
Vrijheid	'Want dat was eigenlijk de enige plek waarbij ik in de les precies kon doen wat ik wilde. Als in, ja ik hoefde niet elke les even hard te werken. Je mag kletsen en muziek luisteren. Dat altijd heel fijn, veel vrijer dan andere lessen.' ' En vergeleken met andere lessen. Het was veel vrijer. Je mocht er veel meer. Dus dat vond ik ook wel heel leuk.' ' Dus je was er volledig vrij mee in wat je er mee wilde doen, dat vond ik er fijn.' 'Jij speelt gitaar jij zou graag eens iets met muziek willen doen. Of jij zou graag in een bandje willen spelen, nou dan zetten we een project op met bandjes. Ja voor

	iedereen wat wils.' 'Dus het is echt de bedoeling dat de jongeren aan zet zijn. En de jongeren gaan met de ideeën aan de slag en wij kunnen dat dan faciliteren.'
Hoe in aanraking gekomen met kunst	'Mijn moeder had het online gevonden en die was er wel iets bekender mee.' 'En omdat het dus toch wel bekend was onder de mensen in Houten en ben ik een beetje meegelift.' 'Vriendinnen van mij zaten bij <i>dansschool 1</i> dus ik was daar al wel een paar keer geweest.'
Groepsgevoel	'<i>Dansschool 1</i> heeft ook echt meer een soort van, is echt meer een soort van hechte familie dan <i>dansschool 2</i>' 'En dat versterkt elkaar weer want samen trainen en samen ergens naar toe werken zorgt ook wel weer voor een hechtere vriendschap.' 'Voor mij is het heel erg zowel het bewegen en gewoon bij dansen vind ik het sporten heel leuk maar vooral ook dat je het met een groep doet.' 'Maar uhm op een gegeven moment zit je gewoon in een hechte groep en dan kan je elkaar er echt doorheen slepen.'
Openheid	'Iedereen heeft wel z'n eigen dingetjes. Maar iedereen probeert vooral heel open te zijn naar elkaar waardoor je heel veel kan vertellen aan anderen. ' 'En uhm. Door die open sfeer is het dansen ook wel leuker samen. Omdat je sneller echt een hechte groep wordt.' 'Je merkt dat iedereen heel erg open staat voor elkaar en daar door is er veel meer contact en gezelligheid tussen de groepen.' 'Waar je buiten het dansen niet eens veel mee hoeft te zijn maar als je wel samen bent dan is het gewoon heel hecht en open en dat vind ik heel fijn.' 'Het is vanuit je contact met de jongeren heel belangrijk dat je echt de achterliggende behoefte van de jongeren zeg maar ontdekt.'

Codeboom observaties		
Activiteit	Code	Fragment
Kennismaking met artEZ studenten	Sfeer	- Er werd veel gelachen waardoor de sfeer in de groep meteen prettig aanvoelde. - Bij het reflecteren aan het einde van de ochtend benoemde meerdere studenten het fijn te hebben gevonden om actief met elkaar bezig te zijn.
	Openheid	- De open houding van de artEZ studenten en het bezig zijn met bewegen en samen iets maken, zorgde voor een fijne connectie met elkaar en een gezellige sfeer in de groep.
Theaterstuk tbs-kliniek	gelijkgestemden	- Geen onderscheidt werd gemaakt tussen de tbs'er en de "normale" buurtbewoner. - Elke personage had zijn eigen problemen en valkuilen die hij/ zij op het podium (vaak met humor) besprak.
	Herkenning	- Zo is de voorstelling een uitlaadklep voor de spelers maar ook een herkenningspunt voor de kijker.
Taekwondo les		- Hoe ze onderling met elkaar praatte over elkaars afkomst klonk erg gezellig en geïnteresseerd.
Amersfoort jongerenorkest	Sfeer	- Na een uur was er een pauze ingelast waarbij er kleinere groepjes ontstonden en er veel werd gelachen en gekletst. Er hing een ontspannen sfeer en iedereen leek het goed met elkaar te kunnen vinden. - Zij bevestigde tevens dat de sfeer in het orkest erg goed is, dat ze er veel vrienden aan over heeft gehouden en dat iedereen in zijn waarde gelaten wordt.

	Contact	- Muziek was hierin voor beide een uitlaatklep. Het spelen van muziek zorgde voor ontspanning. - In het orkest speelde meerdere jongeren zoals zij waar ze bevriend mee raakte. - Op jonge leeftijd zijn zij via hun moeder in aanraking gekomen met klassieke muziek
	Groepsgevoel	- Met zo veel mensen werken aan een muziekstuk versterkt het groepsgevoel en geeft een gevoel van verbondenheid.

Bijlage 2 Informed consent

Betreft: Deelname aan onderzoek “Kunst en het mentaal welbevinden onder jongeren”

Ik verklaar hierbij op voor mij duidelijke wijze, mondeling of schriftelijk, te zijn ingelicht over de aard, methode en het doel van het onderzoek. Hierbij heb voldoende gelegenheid gehad om vragen te stellen. Als ik vragen had, heb ik daar passende antwoorden op gekregen.

Ik verklaar dat ik:

O geheel vrijwillig aan dit onderzoek mee doe

O voldoende geïnformeerd ben over dit onderzoek

Datum:

Plaats:

Naam:

Handtekening:

Bijlage 3 Informatieformulier

Vanuit de opleiding Bachelor Verpleegkunde doe ik onderzoek naar hoe jongeren met elkaar in verbinding kunnen komen doormiddel van kunst en hoe hun mentaal welbevinden op deze manier bevorderd kan worden. Hierbij wil ik gaan kijken naar welke culturele/ kunst activiteiten jongeren behoefte hebben en hoe zij hiermee in aanraking kunnen komen.

De aanleiding van dit onderzoek is dat er steeds meer bekend wordt over hoe kunst effect kan hebben op emoties, gedachtes en het mentaal welbevinden. Hierom worden interventies met betrekking tot kunst steeds vaker ingezet om bijvoorbeeld eenzaamheid tegen te gaan (Handbook of Art Therapy, 2012). Creatieve vormen als dans, theater, beeldhouwen, muziek en schilderen kunnen jongeren helpen hun gevoelens te verkennen en hier expressie aan te geven zonder per definitie woorden de hoeven gebruiken.

Door in gesprek te gaan met jongeren en kunstprofessionals wil ik in kaart brengen waar er behoefte aan is op het gebied van kunstactiviteiten en hoe dit gerealiseerd kan gaan worden

Bijlage 4 zoekstrategie

Wat?	Er wordt gezocht naar artikelen over het effect van kunst op het mentale gezondheid.
Waar?	PubMed, Cochrane & Hugo
Hoe?	Er wordt gezocht aan de hand van de volgende zoektermen: Art therapy, Art AND mental health, loneliness AND youth

Inclusieve criteria	Exclusieve criteria
Publication date <5 jaar	Publication date > 5 jaar
Age 12-20	12 > Age > 20
Humans	Other animals
Nederlands en Engels	Alle andere talen dan Nederlands en Engels
Free full text	

Datum	Databank	Zoektermen	Auteurs	Naam artikel
24 september 2020	Maastricht University	Integrale zorg & wijkzorg	Schelleman-Offermans, K., Tietschert, M., Derickx, M., Ruwaard, D., & Jansen, M	Wijkgericht werken en integrale zorg: De kijk van eerstelijnszorgprofessionals, gemeenten, zorgverzekeraars en patiënten op het integreren van gemeentelijke basiszorg en eerstelijnszorg
24 september 2020	PubMed	Art Therapy	Cathy A. Malchiodi	Handbook of Art Therapy
1 oktober 2020	PubMed	Depression; Loneliness; Social isolation; Young adulthood.	Matthews, T., Danese, A., Wertz, J., Odgers, C., Ambler, A., Moffitt, T. & Arseneault, L.	Social isolation, loneliness and depression in young adulthood: a behavioural genetic analysis
10 oktober 2020	PubMed	Coronavirus Infections; psychology; Loneliness; Mental Health	Banerjee, D., Rai, M.	Social isolation in Covid-19: The impact of loneliness

Artikel	Kwaliteit	Inleiding	Methode	Resultaten	Discussie	Conclusie	Betrouwbaarheid, Validiteit en gegeneraliseerbaarheid	Totaal
Wijkgericht werken en integrale zorg: De kijk van eerstelijnszorg-professionals, gemeenten, zorgverzekeraars en patiënten op het integreren van gemeentelijke basiszorg en eerstelijnszorg	++	++	+	++	+/-	+	+/-	+
Social isolation, loneliness and depression in young adulthood: a behavioural genetic analysis	++	++	+	+	+	+	+	+
Social isolation in Covid-19: The impact of loneliness	+/-	+	+	+	+/-	++	+	+

Bijlage 5 Reflectieverslag

Eigen handelen in de samenwerking met betrokkenen

Tijdens het schrijven van dit adviesverslag bij kunsthuis het Wilde Westen heb ik met verschillende betrokkenen samengewerkt. Om te beginnen heb ik nauw contact gehad met zeven medestudenten die ook hun scriptie schreven bij het Wilde Westen. Bij de kennismaking kwam ik erachter dat de studenten met verschillende motivaties voor het schrijven van een scriptie bij deze opdrachtgever hadden gekozen. In het begin merkte ik dat ik het soms lastig vond om hoogte van iedereen te krijgen omdat de één duidelijk enthousiaster was over kunst & gezondheid dan de ander. Later was het juist van meerwaarde dat alle studenten hele verschillende interesses en ideeën hadden omdat zo alles vanaf verschillende kanten bekeken en besproken werd. Ik vond het fijn om met medestudenten te kunnen sparren over hoe we bepaalde dingen in het onderzoek het beste konden aanpakken. Ik vond de sfeer in de groep erg prettig en ik heb hier denk ik zelf door een open en geïnteresseerde houding aan bijgedragen.

Naast de verpleegkundestudenten waren er een aantal ArtEz studenten die stage liepen bij het Wilde Westen. Hun enthousiasme en open houding werkte erg aanstekelijk op mij en ik voelde mij gelijk op mijn gemak bij hen. We hebben veel verhalen en ideeën met elkaar uitgewisseld. Door op deze manier vanuit verschillende achtergronden over bepaalde dingen na te denken, kreeg ik weer meer inspiratie voor mijn adviesverslag.

Naast de studenten hebben we elke maandag een bijeenkomst gehad met mijn afstudeerbegeleiders. Ik heb hun begeleiding als heel prettig ervaren. Wanneer iemand vragen had werd dit vaak in groepsverband beantwoord waardoor iedereen er wat aan kon hebben. Terugkijkend hierop had ik nog iets meer gebruik kunnen maken van het stellen van vragen en ontvangen van feedback. Ik weet van mijzelf dat ik eigenlijk pas iets op wil sturen als ik het zelf goed vind, waardoor ik het vragen om feedback steeds uitstelde. Hier had ik achterafgezien meer gebruik van mogen maken.

Daarnaast heb ik met verschillende kunstprofessionals binnen het Wilde Westen regelmatig gesproken. Ik heb mij altijd erg welkom ontvangen gevoeld waardoor ik mij erg op mijn gemak voelde. In het begin vond ik het soms nog een beetje zoeken in wat ik nou precies wilde bereiken met het meedoen/ meekijken van kunstactiviteiten. Hierdoor was ik in het begin soms wat terughoudender maar naarmate ik meer feeling kreeg met het onderzoek, ging ik ook zelfverzekerder naar afspraken toe.

Als laatste heb ik het contact met de opdrachtgever als heel fijn ervaren. In het begin was het voor mij nog een beetje onduidelijk wat precies werd verwacht met de opdracht maar er was altijd ruimte om hier over te praten. Daarnaast heeft de opdrachtgever erg veel meegedacht in het leggen van nieuwe contacten die van meerwaarde konden zijn voor mijn onderzoek.

Gemaakte keuzes en beslissingen

Tijdens het schrijven van dit adviesverslag heb ik verschillende beslissingen moeten nemen. Het heeft bij mij enige tijd geduurd voordat ik had besloten wat het onderwerp van het adviesverslag zou gaan worden. Achterafgezien ben ik blij dat ik hier de tijd voor heb genomen omdat ik op deze manier echt een onderwerp heb gekozen wat ik interessant vind. Nadat ik een onderwerp had gevonden ben ik vrij snel contact gaan zoeken met jongeren en kunstprofessionals om data te kunnen verzamelen. Echter heb ik het schrijven van het verslag en het uitwerken van de data te lang uitgesteld. Dat uitstelgedrag is een terugkerend en herkenbaar probleem voor mij. Alle beperkende maatregelen rondom Covid-19 hebben dit alleen maar versterkt. Door het uitstellen van data uittypen en verwerken heb ik minder efficiënt gebruik kunnen maken van de feedbackmomenten.

Leerrendement en het werken aan persoonlijke en beroepsmatige leerdoelen

Tijdens het schrijven van mijn adviesverslag bij het Wilde Westen heb ik op zowel persoonlijk als beroepsmatig vlak veel geleerd. Op persoonlijk gebied heb ik geleerd om wat meer uit mijn comfortzone te stappen. Ik vond het soms best spannend om bijvoorbeeld bij een sportles of bij het jongerenorkest mijzelf te presenteren en mensen te vragen om mee te werken aan mijn onderzoek. Ook afstappen op mensen die ik niet ken om een praatje aan te gaan is iets van ik voorheen niet zo snel deed. Juist uit deze gesprekken heb ik veel positieve dingen gehaald. Binnen het Wilde Westen werd je heel erg aangemoedigd om veel contact te leggen met anderen en dat ga ik zeker meenemen in andere situaties.

Op beroepsmatig vlak heb ik geleerd om soms verder te kijken dan wat als normaal wordt beschouwd. Ik ben mij nooit eerder bewust geweest van hoeveel mensen in de “kunstwereld” bezig zijn met gezondheidsbevordering. Hier wil ik straks als verpleegkundige zeker voor open staan.

Bijlage 6 Foto's themaweken

Foto zorgtechnologie

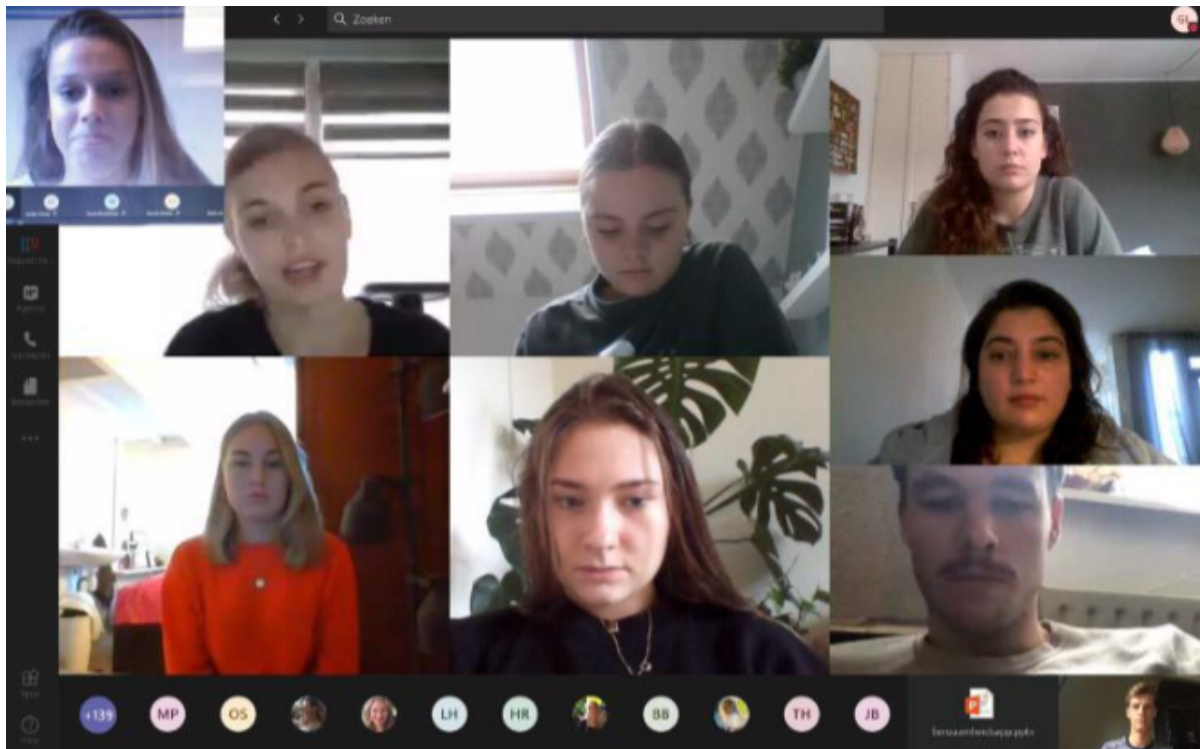


Foto interprofessioneel samenwerken



Bijlage 7 Checklist zorgvuldigheid persoonsgebonden data

startfase		ja	nee	nvt
1	Onderzoeksvoorstel is akkoord bevonden voor uitvoering door adviesbegeleider	X		
2	Participanten hebben een informatiebrief gekregen			X
3	Toestemmingsverklaringen zijn getekend			X
4	Formulieren toestemmingsverklaring zijn gearchiveerd			X
5	Advies van de EC-GD is gevraagd omtrent medisch ethische aspecten en toetsing			X
databeheer				
6	Data bevatten alleen gecodeerde namen, codes en/ of afkortingen die door derden niet zijn te herleiden tot identificatie van respondenten / participanten	X		
7	Alleen de verantwoordelijk onderzoeker kan zo nodig de codes herleiden	X		
8	Digitale en/of niet digitale data worden opgeslagen op een beveiligde locatie welke niet voor derden toegankelijk is	X		
9	Back-up's worden regelmatig gemaakt en opgeslagen	X		
10	Data-invoer is gecontroleerd door de begeleider	X		
eindfase				
11	De data zijn conform de samenwerkingsovereenkomst overgedragen aan de HU of de opdrachtgever van het onderzoek en daarvan is een bevestiging van ontvangst ontvangen			
12	De data zijn verwijderd van de eigen personal computer en of USB stick en/of externe harde schijf en/ of een cloud omgeving zoals Dropbox, Google drive etc.	X		

Handtekening student:



