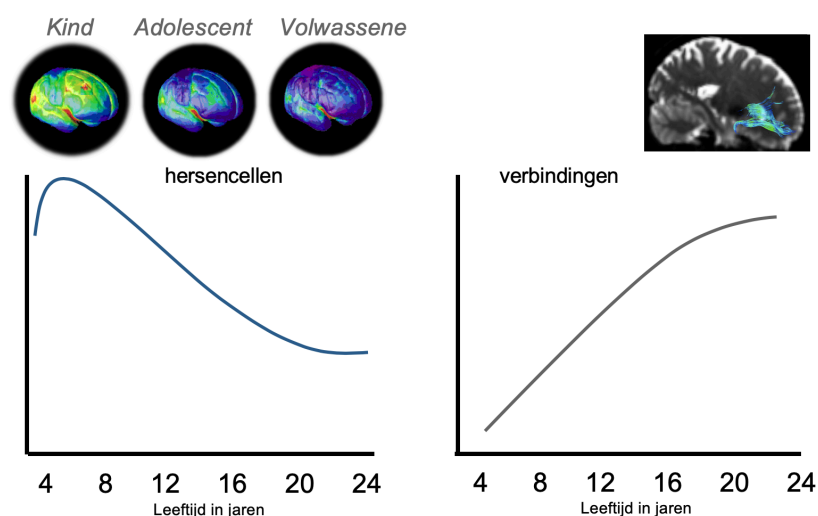


Het SER rapport Kansen en belemmeringen van jongeren in 2019 beschrijft een belangrijk onderwerp in een tijdgeest van grote maatschappelijke veranderingen en internationale onzekerheid. Door de eeuwen heen hebben jongeren een grote veerkracht getoond in hoe zij omgaan met maatschappelijke uitdagingen en veranderingen. Tegelijkertijd is het een taak van de maatschappij om jongeren optimaal kansen te bieden zodat zij de mogelijkheden krijgen om de maatschappij te vernieuwen en zich individueel en als generatie te kunnen ontplooiën. Dit onderwerp staat ook centraal in de EU-agenda met de nieuwe portefeuille van Commissioner Mariya Gabriel: “Research, Culture, Education and Youth”.

De belangrijkste stappen in de transitie naar volwassenheid worden gevormd in de adolescentie. Hoewel het SER rapport zich vooral richt op de jong volwassenheid, is het raadzaam om ook de periode naar de jong volwassenheid toe optimaal in te richten. Dit is de periode waarin jongeren voor het eerst stappen zetten naar zelfstandigheid en is een periode van risico's en kansen. De ontwikkeling tijdens de adolescentie blijkt voorspellend voor het succes van jongeren later in hun leven.

De adolescentie kan het best omschreven worden als de overgangperiode van de kindertijd naar de volwassenheid. Het woord adolescentie stamt af van het Latijnse werkwoord *adolescere*, dat opgroeien betekent. De leeftijden die worden gehanteerd voor het beschrijven van de adolescentie zijn verschillend per cultuur, maar over het algemeen beslaat de adolescentie de leeftijdsperiode van tien tot tweeëntwintig jaar. In deze periode maken de hersenen een belangrijke groeispurt door. Er vinden met name grote veranderingen plaats in de organisatie van de hersenen.

Tot voor kort was de adolescentie een van de slechtst begrepen periodes in de ontwikkeling van de mens over de levensloop, maar hier is sinds enkele jaren snel verandering in gekomen: de afgelopen tien jaar zijn we met sprongen vooruitgegaan naar een beter begrip van deze bijzondere leeftijdsfase. Door gebruik te maken van geavanceerde meetmethoden kunnen we inmiddels de hersenen in actie bestuderen en dit heeft geleid tot spectaculaire inzichten.



Een van de belangrijkste ontdekkingen is dat de hersenen doorgroeien tot de leeftijd van 20-25 jaar. Op jonge leeftijd zijn de hersenen nog heel flexibel. Dit betekent dat als het ene hersengebied niet beschikbaar is, het nog mogelijk is dat een ander hersengebied de functies overneemt. Tijdens de ontwikkeling wordt deze flexibiliteit beperkter, omdat de gebieden veel specifiekere functies krijgen. Hierdoor kunnen ze een bepaalde functie veel beter uitvoeren, maar kunnen de gebieden niet zo makkelijk meer voor een andere functie gebruikt worden. Dit betekent ook dat de periode van grote veranderingen in de hersenen een optimale periode is voor stimulatie en het creëren van kansen, zoals goed onderwijs, zelfontplooiing en sociale competenties ontwikkelen die bijdragen aan het welzijn van anderen.

Niet alle hersengebieden ontwikkelen zich echter met dezelfde snelheid. De snelheid van de veranderingen is bepalend voor de vaardigheden die adolescenten onder de knie krijgen tijdens verschillende fasen in de ontwikkeling. De snelle rijping van sommige hersengebieden, in combinatie met een langzamere rijping van andere, verklaart ook veel van de typische gedragingen van adolescenten. Als het gebied dat belangrijk is voor 'emotionele kicks' bijvoorbeeld in gang wordt gezet, maar het gebied dat belangrijk is voor het temmen van emoties nog aan het rijpen is, dan bevindt de adolescent zich tijdelijk in een 'risicofase'. In deze fase zullen zij eerder geneigd zijn om gevaarlijke acties ondernemen, maar nog niet goed in staat zijn om controle uit te oefenen over deze acties.

Deze nieuwe bevindingen uit hersenonderzoek hebben geleid tot drie belangrijke inzichten die van toepassing zijn op de vragen die worden gesteld in het SER rapport Kansen en belemmeringen van jongeren in 2019.

- (1) Jongeren in de adolescentie namen meer risico's in vergelijking met jongeren in de kindertijd en volwassenheid. De piek in risicogedrag vindt plaats tussen 16-20 jaar. Vaak wordt gedacht dat dit alleen maar leidt tot 'slecht' gedrag, maar dat is een misverstand. Risicogedrag is noodzakelijk om je omgeving te verkennen en nieuwe dingen uit te proberen. Vernieuwing komt vaak voort uit risicogedrag.
- (2) Iedereen in onze maatschappij heeft de behoefte om erbij te horen. Dit is een fundamentele behoefte van ieder individu. In de adolescentie is deze behoefte uitvergroet. Dit is ook de periode waarin de eerste intieme vriendschappen worden gevormd. Buitengesloten worden is extra pijnlijk in deze periode en laat langdurige littekens na in de hersenen.
- (3) Een van de grote drijfveren voor jongeren aan het einde van de adolescentie en begin van de twintiger jaren is een grotere behoefte aan impact, autonomie en respect. Recente voorbeelden hiervan zijn jongeren die gezamenlijk in de VS strijden tegen de wapenwet, of jongeren die demonstreren voor een klimaatbeleid gericht op toekomstige generaties. Interventies hebben in deze periode het meeste succes als die jongeren kansen geeft om impact te hebben.

Interessant is om hierbij te vermelden dat hoewel de adolescentie al door de eeuwen heen is beschreven met kenmerken die over tijdsperiodes en culturen vergelijkbaar zijn, dat de huidige generatie jongeren de eerste generatie is die opgroeit in een wereld waarbij zij vanaf hun geboorte toegang hebben tot internet. Jongeren hebben hiermee te kans om een groter netwerk te vormen en in verbinding te staan met jongeren over de hele wereld, ongeacht tijd en plaats.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Bron: [www.brainanddevelopment.nl](http://www.brainanddevelopment.nl); Het Puberende Brein (2018). Uitgeverij Prometheus