

Meer informatie?
Scan de QR-code
Vragen? Mail
daniella.vanuden@wur.nl



1. LIFTS

Een gezonde leefstijl op jonge leeftijd is belangrijk, maar niet alle jongeren hebben dezelfde kansen om een gezonde leefstijl te ontwikkelen. Jongeren in het praktijkonderwijs ervaren uitdagingen om gezonder te leven.

Met LIFTS ontwikkelen we gezondheidsprogramma's die aansluiten bij de behoeften, wensen en belevingswereld van jongeren in het praktijkonderwijs. LIFTS is een vijfjarig onderzoeksproject samen met:

- drie scholen voor praktijkonderwijs
- leerlingen, docenten en ouders/verzorgers
- kennisinstituten, maatschappelijke partners en bedrijven

Vier onderwerpen staan centraal:



Mentale gezondheid



Sport & bewegen



Eetgedrag



Participatief onderzoek



In LIFTS zien we participatief onderzoek als een voorwaarde om programma's voor een gezonde leefstijl te ontwikkelen.

2. Wat is participatief onderzoek?



Onderzoekers werken nauw samen met de doelgroep in het onderzoeksproces. Het onderzoek wordt gedaan mét betrokkenen in plaats van over.

3. Waarom participatief onderzoek met jongeren?



Programma's sluiten beter aan bij de belevingswereld van jongeren. Zo is het relevanter voor hen.



Vergroot de stem van jongeren en draagt bij aan het verkleinen van gezondheidsongelijkheid.



Meedoen aan onderzoek leidt tot meer kennis en bewustzijn over een gezonde leefstijl.

4. Hoe doe je participatief onderzoek met jongeren in het praktijkonderwijs?

1. Creëer een prettige en veilige omgeving



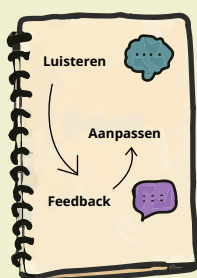
Een prettige en veilige omgeving is belangrijk. Leerlingen waarderen een fijne sfeer, ruimte om elkaar beter te leren kennen en hun stem te laten horen in het onderzoek. Daarnaast vinden ze het prettig als ze gezien en gehoord worden. Leerlingen hechten waarde aan hun privacy, zoals het niet hoeven opschrijven van hun naam.

2. Werk samen met docenten



Docenten - vooral mentoren - kennen de leerlingen goed. Zij zijn daarom een belangrijke 'vertaler' tussen leerlingen en onderzoekers: ze helpen het onderzoek aan te laten sluiten bij het taalniveau en de belevingswereld van leerlingen. Ook ondersteunen ze praktische zaken, dragen bij aan een veilige sfeer en stimuleren betrokkenheid van leerlingen. Houd rekening met de beschikbare tijd van docenten.

3. Zorg voor flexibiliteit



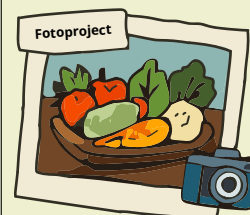
Flexibiliteit is cruciaal om leerlingen écht mee te laten doen. Neem de feedback van leerlingen en docenten mee en stem het onderzoek af op de belevingswereld, het taalniveau, en de behoefte op dat moment.

4. Gebruik passende onderzoeksmethoden



Een afwisseling van praktische, interactieve, creatieve, visuele onderzoeksmethoden met snelle resultaten, weinig instructie en in kleine groepen is belangrijk.

5. Voorbeelden uit LIFTS



Voorbeelden van onderzoeksmethoden uit LIFTS zijn posters en een fotoproject. De posters brachten de vrijetijdsbesteding, sociale omgeving en ervaringen met LIFTS in kaart. Het fotoproject richtte zich op eetgedrag.

LIFTS wordt uitgevoerd door Wageningen University & Research, Universiteit Utrecht en Technische Universiteit Eindhoven en gefinancierd door NWO.
Vormgeving: Emma Wiebing, Technova College