Kansen en uitdagingen in de levensfase 16-27 jaar

Deze opdracht sluit aan bij **bijlagen 3 en 4 van de theorie**, die je hier kunt downloaden.

De levensfase 16-27 staat in het teken van kansen en creatie. Jongeren gaan meer ondernemen, zijn idealistisch en exploratief. Voor de ontwikkeling naar volwassenheid is deze fase erg belangrijk. In deze levensfase zijn er zowel positieve als negatieve aspecten. De vele ingrijpende veranderingen in het leven van jongvolwassenen verhogen het risico op het ontwikkelen van problemen op een of meerdere leefgebieden. Welke rol spelen maatschappelijke ontwikkelingen? En hoezeer lopen de kansen en uitdagingen waarmee verschillende groepen jongeren te maken krijgen uiteen?

Oefeningen

1. De overgang naar volwassenheid is een periode van kansen, maar ook een periode van uitdagingen. Wat maakt deze fase uitdagend? Noem een aantal individuele, sociale en maatschappelijke factoren. Maak voor je antwoord gebruik van de theorie uit bijlage 3.

2. Bekijk deze video waarin ervaringsdeskundige jongeren met andere jongeren praten over het belang van een stabiel en vertrouwd netwerk waar je op kunt terugvallen. Reflecteer met een medestudent hoe dit voor jou is of was. Heb of had jij iemand om op terug te vallen? Welke invloed heeft of had dit op de manier waarop jij de overgang naar volwassenheid ervaart of ervaarde?

3. Jongeren en jongvolwassenen ervaren tegenwoordig steeds vaker stressklachten. Hoe ontstaat stress en waarom lopen jongeren met een migratieachtergrond meer risico op stressklachten?

4. Bekijk de documentaire ‘Stress to impress’, waarin millennials Sanne, Tom en Alain op zoek gaan naar de oorzaken van prestatiedruk onder leeftijdsgenoten. Leg uit wat prestatiedruk is en wat de gevolgen hiervan zijn voor jongeren.

   Ga vervolgens met een medestudent in gesprek over de volgende vragen:
   - Heb jij wel eens last (gehad) van prestatiedruk? Zo ja, welke factoren liggen hier volgens jou aan ten grondslag? Zo nee, waarom denk je dat je hier geen last van hebt?
   - Hoe zou jij een jongere ondersteunen die last heeft van prestatiedruk?