

MORE DRAMA, MORE HAPPINESS?

EEN KWALITATIEF ONDERZOEK NAAR HET VERBAND TUSSEN DRAMALESSSEN EN HET MENTAAL WELBEVINDEN VAN 2^E-GRAADS DOORSTROOM-STUDENTEN

Aantal woorden: 11.562

Matthew Wright

Stamnummer: 01510639

Promotor: Prof. Dr. Alain Van Hiel

Begeleider: Barbara Valcke

Onderwijsonderzoeksproject: Verkorte Educatieve Masterproef (9SP) voorgelegd tot het behalen van de graad van de Educatieve Master in de “Economie”

Academiejaar: 2023-2024, Educatieve masteropleiding



UNIVERSITEIT
GENT

Vertrouwelijkheidsclausule

TOESTEMMING:

Ik verklaar dat de inhoud van deze masterproef mag worden geraadpleegd en/of vermenigvuldigd, mits bronvermelding.

Naam student: Matthew Wright

Handtekening: Matthew Wright

Voorwoord

Dit onderwerp ligt mij na aan het hart omdat ik zelf ooit met theater ben begonnen en dit veel voor mij heeft betekend in mijn persoonlijke leven.

Kunst biedt een manier om te zeggen wat iemand moet zeggen. Zoals James Baldwin zei: "Kunst moet een soort biecht zijn". Soms is het moeilijk om te verwoorden wat iemand wil zeggen, of soms kunnen er zelfs geen woorden aan worden gegeven. Dit is waar kunst te hulp schiet. Het stelt iemand in staat om gedachten en gevoelens op een vrijere en soms duidelijkere manier te uiten dan wanneer men zich moet houden aan de rigide wereld van woorden en taal. Het creëert een uitlaatklep voor mensen om interne ervaringen die voor anderen onzichtbaar zijn, te delen met die anderen. Bovendien biedt kunst de mogelijkheid om iemands identiteit uit te drukken. Naar mijn mening kunnen mensen gemakkelijker communiceren wie ze zijn en vormen wie ze zijn door middel van kunst dan via enige andere vorm van expressie.

Voor mij is kunst een uitlaatklep. Wanneer ik bepaalde gebeurtenissen of emoties in mijn leven moet verwerken, vind ik redding in kunst. Ik kan emoties verwerken door ze in theater te plaatsen; of erover schrijven en tekenen. Ik vind troost in het zien van kunst van anderen die gerelateerd is aan mijn eigen ervaring. James Baldwin verwijst hier ook naar. Hij zegt: "Je leest iets waarvan je dacht dat het alleen jou overkwam, en je ontdekt dat het 100 jaar geleden gebeurde met Dostojevski. Dit is een grote bevrijding voor de lijdende, worstelende persoon, die altijd denkt dat hij alleen is."

Theater is een kunstvorm die specifiek van betekenis is geweest voor mij, omdat het mij zelfvertrouwen heeft gegeven. Het kan ook een effect van ouder worden zijn geweest, maar voordat ik begon met het beoefenen van theater, was ik een veel bezorgder persoon. Ik piekerde vaak over mijn eigen gedrag na ontmoetingen met mensen. Ik had gedachten als "verdorie, waarom zei je dit niet..." of "waarom reageerde je niet zoals normale mensen zouden doen". Ik was ook in het algemeen onzeker. Ik bagatelliseerde mijn eigen vaardigheden en prestaties omdat ik altijd

iemand kon vinden die op een bepaalde manier beter was dan ik. Op een podium staan voor mensen die je kent en niet kent, veranderde dat voor mij. Mezelf verliezen in spel en in een imaginaire wereld maakte dat ik niet nadacht over wat ik deed, maar er gewoon van genoot. Er is iets met jezelf blootgeven voor mensen – in een kwetsbare positie zijn – dat je gedachten doet veranderen. Mijn zelfvertrouwen is enorm gegroeid sinds ik begon te acteren. Ik bestudeer en beoordeel mijn daden uit het verleden niet meer en ik vergelijk mijn eigen prestaties veel minder met anderen of hecht minder belang aan het verschil.

Wat theater ten slotte voor mij doet, is mij vreugde en speelsheid geven, die ik ook in mijn echte leven meedraag. Het leven kan soms serieus worden en het is voor mij belangrijk om er voldoende speelsheid en humor in te houden. Theater herinnert me eraan om dingen luchtiger en minder serieus te nemen.

Kortom, theater heeft mijn leven veranderd en doet dat nog steeds.

Dankwoord

Deze masterproef zou niet tot stand zijn gekomen zonder de waardevolle hulp van enkele mensen die ik graag wil bedanken.

Ik wil vooreerst mijn 16 drama-studenten bedanken om zich zo over te geven aan mijn lessen doorheen het jaar. Het was een groot plezier om te zien hoe jullie zich elke les opnieuw voor de volle 200% gaven en het was inspirerend om jullie creativiteit aan het werk te zien. Van harte bedankt daarvoor.

In het bijzonder wil ik de zes drama-studenten bedanken die zich vrijwillig opgaven om aan dit onderzoek deel te nemen. Zonder jullie was dit onderzoek niet mogelijk geweest. Jullie waren enorm moedig om zich bloot te geven aan de vragen die ik jullie stelde. Het waren minder evidente thema's om over te praten, maar ik heb het gevoel dat ik heel eerlijke en authentieke antwoorden ontving. Bedankt voor jullie ontwapenende houding en al jullie medewerking. Het betekent erg veel voor mij.

Ik wil graag mijn begeleider en promotor bedanken, Barbara Valcke en prof. dr. Alain Van Hiel, voor de geleverde inzichten, kritische discussies en feedback tijdens het onderzoek. Zonder jullie hulp was deze thesis lang niet zo kwalitatief geweest.

Verder zou ik graag de kritische en adviserende lezers willen bedanken om mij te helpen gedurende het schrijfproces. Bedankt Ariadne Warmoes, Amelie Vanhove en Margot De Smaele voor jullie waardevolle feedback.

Hiernaast wil ik graag ook mijn ouders bedanken voor de onvoorwaardelijke steun en om mij de kansen te geven om na te gaan wat ik wil. Bedankt om in mij te geloven, mama en papa.

Ik wil graag mijn zus Charlotte en mijn vrienden bedanken voor de nodige afleiding en het vertier doorheen mijn lerarenopleiding. Ik weet dat ik niet meer even vaak de

tijd heb als vroeger om af te spreken, maar ik geniet des te meer van de momenten dat we dat wel kunnen doen.

En ten slotte wil ik graag mijn vriendin Lore bedanken voor haar eindeloze steun, luisterend oor, advies, humor, warmte en liefde. Jouw aanwezigheid maakt het vele werk dragelijker en aangenamer en mijn leven kleurijker en zonniger. Bedankt om bij mij te zijn.

Ik wens u veel leesplezier.

Matthew Wright

Gent – Oost-Vlaanderen – België, 19 augustus 2024

Abstract

Deze studie werd uitgevoerd om te bepalen hoe 2^e-graads doorstroomstudenten het verband tussen dramalessen en hun mentaal welbevinden ervaren. Het zes dimensionaal mentaal welbevinden model, ontwikkeld door Ryff (1989), toont deels overlap met de in de literatuur gevonden effecten van drama en werd daarom als theoretische basis gebruikt in dit onderzoek. De onderzoeksgroep bestaat uit 6 jongeren die een 2^e-graads doorstroomrichting volgen en die gedurende 40 weken 24 keer één uur per week dramalessen kregen als keuzevak. De studie werd uitgevoerd aan de hand van semigestructureerde diepte-interviews die aan het einde van het schooljaar bij de leerlingen werden afgenomen. Om de gegevens te verwerken en analyseren werd een thematische analyse volgens Braun & Clarke (2006) toegepast. Als resultaat van het onderzoek werd er een duidelijke, positieve invloed vastgesteld op de persoonlijke groei, positieve relaties met anderen en zelfacceptatie dimensies. De invloed op de autonomie is matig en op de omgevingsbeheersing is de invloed gering. Er ontbreken gegevens om een besluit te maken over de doelgerichtheid dimensie, maar de verwachting is dat deze laag is. Het algemeen mentaal welbevinden van de participanten lijkt te zijn toegenomen na het volgen van dramalessen. Uit het onderzoek blijkt dat de invloed groter is bij jongeren wiens mentaal welbevinden laag is dan bij jongeren met een matig tot hoog mentaal welbevinden, al dient verder onderzoek dit verder te staven. De belangrijkste, niet eerder gevonden resultaten zijn dat participanten aangeven zich minder aan te trekken van de mening van anderen, makkelijker hun mening te kunnen uiten, meer te durven, meer open te staan voor nieuwe ervaringen en meer onbekenden durven aan te spreken. Vele andere resultaten bevestigen wat eerdere literatuur al bewees. Het onderzoek sluit af met een pleidooi om educatief drama een standaardonderdeel te maken van het curriculum van de middelbare school of het ten minste als potentieel keuzevak aan te bieden.

Inhoudsopgave

Titelpagina	
Vertrouwelijkheidsclausule	I
Voorwoord	II
Dankwoord	 IV
Abstract	 VI
Inhoudsopgave.....	 VII
Lijst van gebruikte afkortingen	X
Lijst van tabellen	X
Lijst van figuren.....	X
Hoofdstuk 1: Inleiding.....	 1
Hoofdstuk 2: Literatuurstudie	 1
1. Welbevinden bij jongeren	 1
1.1 Uitdagingen	 1
1.2 Definiëring.....	 3
1.3 Mentaal welbevinden volgens Ryff	 3
1.3.1 Soorten welbevinden.....	 4
1.3.2 Dimensies van mentaal welbevinden volgens Ryff	 4
2. Effecten van dramales	 9
2.1 Emotionele expressie en regulatie.....	 9
2.2 Creativiteit en probleemoplossend vermogen	 10
2.3 Cognitieve ontwikkeling.....	 10
2.4 Sociale vaardigheden	 10
2.5 Stressvermindering en ontspanning	 11
2.6 Zelfvertrouwen en zelfbeeld.....	 11
Hoofdstuk 3: Methodologie	 12
1. Selectie van participanten.....	 12
2. Curriculum van de dramalessen	 13
3. Data verzameling.....	 16
3.1 Ondervragingstechniek: diepte-interviews	 16
3.2 Semigestructureerde diepte-interviews	 17
3.3 Opbouw interview	 19
4. Dataverwerking.....	 20
4.1 Thematische analyse.....	 20

4.1.1 Transcriptieproces	21
4.1.2 Data-analyse	22
Hoofdstuk 4: Resultaten en analyse	24
1. Huidige mentaal welbevinden.....	24
2. Verband tussen dramalessen en mentaal welbevinden.....	28
2.1 Autonomie	31
2.2 Omgevingsbeheersing.....	32
2.3 Persoonlijke groei	32
2.4 Positieve relaties met anderen	33
2.5 Doelgerichtheid.....	34
2.6 Zelfacceptatie.....	35
2.7 Algemeen welbevinden	36
Hoofdstuk 5: Discussie	38
1. Bespreking resultaten.....	38
1.1 Impact van dramalessen op de dimensies van mentaal welbevinden	38
1.2 Algemene verbanden	42
2. Beperkingen van het onderzoek.....	43
3. Contributies	44
4. Verder Onderzoek	45
Hoofdstuk 6: Besluit	47
Literatuurlijst	48
Bijlagen.....	A
A. Informed consent voor ouders	A
B. Informed consent voor participant.....	B
C. Vragenlijst demografische gegevens.....	C
D. Vragenlijst interview	D
E. Perceptie en ervaring van de dramalessen	E
F. Huidige mentaal welbevinden.....	F
1. Romy	F
2. Naomi	F
3. Norah.....	F
4. Francis.....	J
5. Cleo.....	J
6. Hester	J

<i>G. Interview transcripts.....</i>	<i>1</i>
1. Romy	1
2. Naomi	25
3. Norah.....	55
4. Francis.....	82
5. Cleo.....	114
6. Hester	153

Lijst van gebruikte afkortingen

CCMO	Centrale Commissie Mensgebonden Onderzoek
HBSC	Health Behaviour in School-aged Children
NJi	Nederlands Jeugdinstituut

Lijst van tabellen

Tabel 1: Dimensies van mentaal welbevinden en bijhorende maatstaven. Vertaald uit (Ryff, 1989, pp. 1071–1072)	8
Tabel 2: Effecten van dramalessen	9
Tabel 3: profielen van participanten	13
Tabel 4: Jaarprogramma van het keuzevak FLEX Drama	14
Tabel 5: Onderzoeksdimensies van ondervragingstechnieken (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2014)	17
Tabel 6: Kleurcodes	23
Tabel 7: Huidig mentaal welbevinden van de participanten volgens de zes dimensies van mentaal welbevinden van Ryff (1989)	27
Tabel 8: Verband tussen dramalessen en de zes dimensies van mentaal welbevinden volgens Ryff (1989)	30
Tabel 9: Verband tussen dramalessen en algemeen welbevinden	36
Tabel 10: Perceptie en ervaring van de dramalessen	7

Lijst van figuren

Figuur 1: evolutie levenstevredenheid bij jongeren (procentueel) (HBSC Vlaanderen, 2022).....	1
Figuur 2: evolutie levenstevredenheid bij jongeren naar leeftijd (procentueel) (HBSC Vlaanderen, 2022)	2
Figuur 3: Structuur van de thematische analyse	22

Hoofdstuk 1: Inleiding

Het leven van een tiener zit vol unieke uitdagingen. Naast verhoogde academische en sociale druk, ondergaan kinderen in de leeftijd van 13-18 hormonale veranderingen die hen in gevaar brengen voor problemen met het lichaamsbeeld, pesten en geestelijke gezondheidsproblemen (Slot & van Aken, 2019). Het hebben van een veilige, ondersteunende uitlaatklep kan de stress van de adolescentie verlichten en tieners helpen gedijen tijdens hun meest cruciale ontwikkelingsfase (Slot & van Aken, 2019). Een uitlaatklep kan voor elke tiener iets anders betekenen. Sommigen willen hun energie kwijt via sport, anderen willen hun emoties uiten via schrijven, schilderen, dansen, acteren of muziek. Het beoefenen van drama combineert veel van deze aspecten en kan ruimte bieden voor zowel fysieke, emotionele en artistieke expressie (Barton & Baguley, 2017). Eerder onderzoek heeft uitgewezen dat drama veel bewezen voordelen heeft voor het bevorderen van de sociaal-emotionele en academische vaardigheden van een tiener (Eriksson et al., 2014; Spicer, 2023). Ook het onderzoek van Orkibi et al. (2023) toont aan dat psychodrama en drama therapie bewezen positieve invloed heeft op het mentaal welbevinden van personen. Deze bevindingen zijn echter toegespitst op een therapie context.

Hoewel de voordelen al eerder zijn aangetoond, is dramales nog in geen geval onderdeel van het standaard curriculum van een school. Jongeren die zich willen uitleven met theater moeten hiervoor op zoek gaan naar academies en organisaties die dit aanbieden buiten de schooluren of moeten hun middelbaar specifiek in het kunstsecundair onderwijs volgen.

In dit onderzoek willen we het verband tussen dramalessen en het mentaal welbevinden van jongeren verder uitdiepen om zo het belang te duiden van het krijgen van dramalessen in het onderwijs. Dit onderzoek betreft dus een beslissing op macroniveau van het onderwijs, al wordt het onderzoek zelf op microniveau opgezet. Concreet willen we de volgende onderzoeksvraag beantwoorden:

Hoe ervaren 2^e-graads doorstroomstudenten het verband tussen dramalessen en hun mentaal welbevinden?

Belangrijk om te benadrukken is dat we in dit onderzoek niet nagaan of er een verband is tussen dramalessen en mentaal welbevinden, we gaan immers ervan uit dat dit verband er al is, maar we gaan echter deze relatie verder uitdiepen.

De manier waarop we dit doen is aan de hand van semigestructureerde interviews bij jongeren die een 2^e-graads doorstroomrichting volgen en die gedurende 40 weken 24 keer één uur per week dramales kregen als keuzevak.

We kiezen om ons onderzoek te richten op de tweede graad van het doorstroomonderwijs om drie redenen. De voornaamste reden is dat de onderzoeker de kans had om dramales te geven net bij deze onderzoeksgroep, leerlingen van de 2^e graad in de doorstroom finaliteit. Daarbij komt dat leerlingen in de tweede graad normaliter de piek van hun puberteit ervaren en dus in een moeilijk moment zitten van hun ontwikkeling, waarbij hun welbevinden vaak onder vuur ligt (Slot & van Aken, 2019). Ten slotte zijn er in de tweede graad enkele uren vrij in te vullen volgens de onderwijsmatrix (*Omzendbrief SO 64 van 25/06/1999*, 2022), wat toelaat om dramalessen in te richten. De resultaten van dit onderzoek zouden waarschijnlijk te veralgemenen zijn naar de dubbele finaliteit en arbeidsmarkt finaliteit, al dient verder onderzoek dit uit te wijzen.

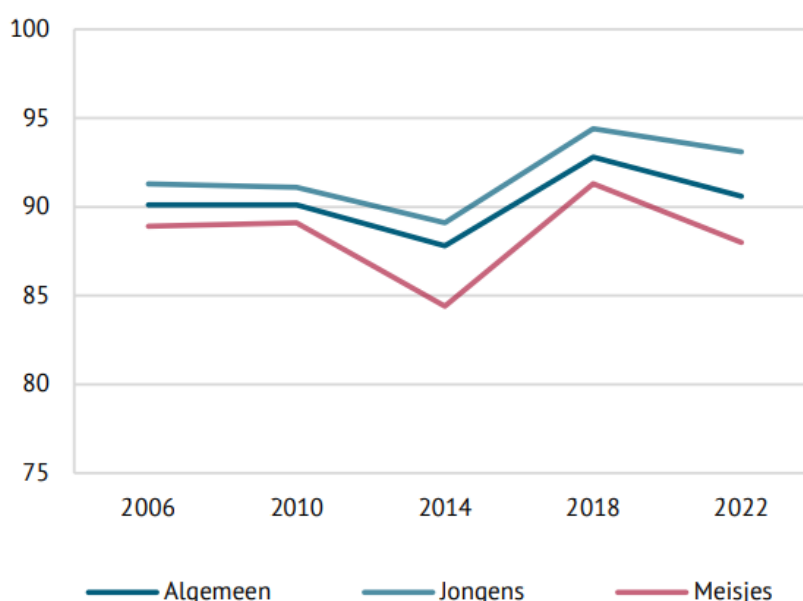
In Hoofdstuk 2: Literatuurstudie wordt een verdere uiteenzetting gegeven over het mentaal welbevinden van jongeren en de effecten die dramales daarop uitoefenen. Daarna kaderen we in Hoofdstuk 3: Methodologie hoe we de onderzoeksvraag zullen investigeren. In Hoofdstuk 4: Resultaten & analyse worden de resultaten van de interviews samengevat en in Hoofdstuk 5: Discussie worden deze besproken en vergeleken met de bestaande literatuur. De conclusie van het onderzoek wordt weergegeven in Hoofdstuk 6: Besluit.

Hoofdstuk 2: Literatuurstudie

1. Welbevinden bij jongeren

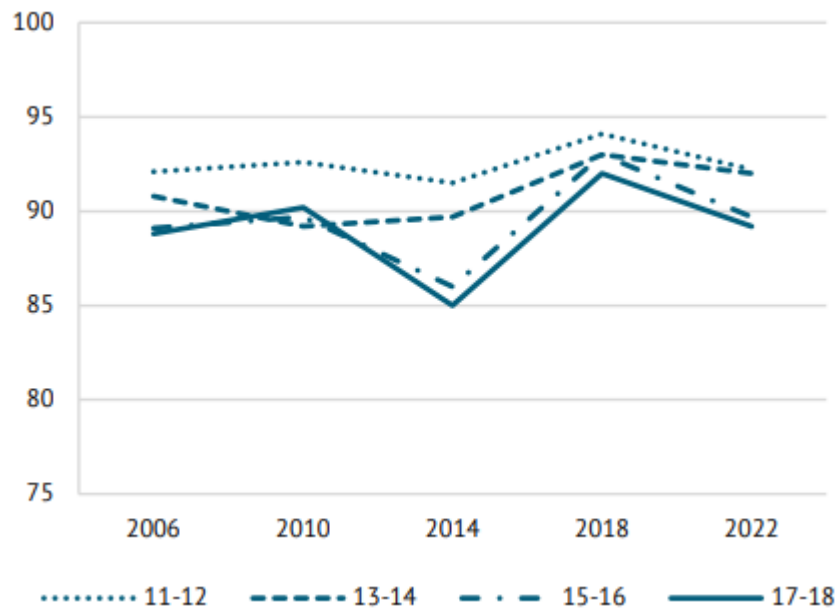
1.1 Uitdagingen

De HBSC (Health Behaviour in School-aged Children) Vlaanderen studie heeft als doel om de gezondheid, gezondheidsgedragingen en de sociale context van jongeren te bestuderen. De studie wordt opgezet door de Vlaamse overheid en Universiteit Gent. Om de vier jaar bevragen ze 20.000 Vlaamse jongeren tussen 11 en 18 jaar naar hun mentale, fysieke en sociale welbevinden. De laatste resultaten dateren van 2022. In Figuur 1 staat de algemene levenstevredenheid (= welbevinden, cf. infra) van deze doelgroep procentueel uitgedrukt. Het percentage jongeren met een hoge levenstevredenheid bedroeg 90,6%. Ten opzichte van de vorige bevraging in 2018 is dit een kleine afname (toen 92,8%). Als we dit resultaat opsplitsen volgens genderidentiteit, zien we dat jongens (93,1%) een hogere levenstevredenheid hebben dan meisjes (88,0%).



Figuur 1: evolutie levenstevredenheid bij jongeren (procentueel) (HBSC Vlaanderen, 2022)

Als we de levenstevredenheid bij jongeren bekijken volgens hun leeftijd, zie Figuur 2, dan zien we dat sinds 2014 algemeen geldt dat hoe ouder ze worden, hoe meer de levenstevredenheid daalt. De daling begint vanaf 13 jaar, wanneer voor velen de puberteit begint.



Figuur 2: evolutie levenstevredenheid bij jongeren naar leeftijd (procentueel) (HBSC Vlaanderen, 2022)

Oorzaken van de daling van het welbevinden bij jongeren overheen de tijd zijn voornamelijk te verklaren door de toenemende **stress**, **eenzaamheid** en **angst** die ze ervaren (Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu, 2024). In de evoluerende wereld ervaren jongeren veel **prestatiedruk op school**. Ook **peer pressure** en **sociale verwachtingen** leiden tot een gevoel van **stress** (Unicef België, 2022).

Tevens wijzen jongeren op de **uitdagingen van de digitale wereld**, die enerzijds ervoor zorgt dat ze makkelijk contact kunnen leggen met anderen, maar anderzijds ook risico's met zich meebrengt, met name gevoelens van isolatie, angst en depressie door cyberpesten, sociale vergelijking en het streven naar online validatie (Unicef België, 2022). Ook fysiek **pesten** is wereldwijd een probleem (Unicef België, 2022). De **maatschappelijke veranderingen** baren veel zorgen voor jongeren. Bezorgdheden over klimaatverandering, politieke instabiliteit en economische onzekerheid kunnen gevoelens van angst versterken (Unicef België, 2022).

Ten slotte geven jongeren aan dat ze in hun omgeving een **gebrek aan steun en bevestiging** ervaren. **Vooroordelen over psychische problemen** houden jongeren tegen om erover te vertellen tegen familie en vrienden of om professionele hulp te zoeken, waardoor ze de problemen veelal voor zichzelf houden (Unicef België, 2022).

1.2 Definiëring

Welbevinden is een veelomvattend concept, waar elk van ons vaak een eigen interpretatie voor heeft. Het is niet tastbaar en dat maakt het moeilijk algemeen te definiëren.

Volgens het NJi (Nederlands Jeugdinstituut) is welbevinden de mate waarin iemand zich tevreden voelt over het leven, of dus levenstevredenheid volgens HBSC Vlaanderen. De eigen lichamelijke en psychosociale gezondheid en de omstandigheden waarin iemand leeft, zijn medebepalend voor de mate van welbevinden (Nji - Nederlands Jeugdinstituut, 2023). Dit sluit ook aan bij de definitie van Gül (2017), hij definieert welbevinden als:

het beste niveau van gezondheid dat het individu fysiek, mentaal en spiritueel integreert terwijl hij volledig leeft in de menselijke en natuurlijke gemeenschap, en de manier van leven die tot welzijn leidt. (Gül, 2017, p. 560)

Welbevinden is volgens het woordenboek synoniem aan welzijn. Echter, volgens het NJi omvat welbevinden ook het concept welzijn. Welzijn is de mate waarin iemand zichzelf goed voelt en lekker in zijn of haar vel zit (Nji - Nederlands Jeugdinstituut, 2023). Welzijn op zichzelf vormt geen garantie voor welbevinden (Nji - Nederlands Jeugdinstituut, 2023).

In deze thesis onderzoeken we het welbevinden van jongeren en wat de relatie met dramalessen daarmee is. De keuze om het welbevinden te onderzoeken, en niet het welzijn, is omdat het eerste begrip ruimer wordt gedefinieerd. Welbevinden wordt vaker gelinkt met kwaliteit van leven en is geen louter emotionele staat, zoals welzijn vaker wordt gezien.

1.3 Mentaal welbevinden volgens Ryff

De **definitie van welbevinden door Ryff (1989)** en het door haar ontwikkelde meervoudig **mentaal welbevinden model** vormen de theoretische basis van het begrip welbevinden in dit onderzoek. Het model van Ryff werd gekozen omdat dit model deels overlap vertoonde met wat in de literatuur werd gevonden over de effecten van drama (cf. infra). Om meer context te schetsen wordt eerst uitleg gegeven over de soorten welbevinden en wordt daarna het model van Ryff in detail besproken.

1.3.1 Soorten welbevinden

Mentaal welbevinden is één van de drie soorten welbevinden die worden onderscheiden door Bohlmeijer et al. (2013). Naast mentaal welbevinden spreken de onderzoekers van sociaal en emotioneel welbevinden.

Sociaal welbevinden gaat over de evaluatie van het optimaal functioneren in de maatschappij (Bohlmeijer et al., 2013; Lee & Keyes, 1998). De literatuur hierover is minder uitgebreid en het aantal meetinstrumenten zijn beperkt (Steeger, 2014). Dit onderzoek gaat daarom ook niet verder in op sociaal welbevinden.

Emotioneel welbevinden is gebaseerd op de hedonische traditie (Lee & Keyes, 1998) en kan ook bestempeld worden met de meer gangbare term 'geluk'. De hedonische traditie beschrijft welbevinden door het ervaren van positieve emoties en plezier (Lamers et al., 2011). Uitgaand van deze traditie, stijgt het welbevinden als negatieve gevoelens verlaagd en positieve gevoelens verhoogd worden (Ryan & Deci, 2001).

Mentaal welbevinden berust op de eudaimonische traditie (Lee & Keyes, 1998). De eudaimonische traditie vond de hedonische definitie van welbevinden te eng geformuleerd. Deze traditie beschrijft dat welbevinden meer is dan het ervaren van plezier. Ze definieert welbevinden als de mate waarin een persoon volledig en optimaal functioneert (Ryan & Deci, 2001).

Ryff (1989) volgt de eudaimonische traditie en benadrukt dat welbevinden niet gezien moet worden als geluk, maar als zelfrealisatie. Omwille van deze ruimere definiëring werd mentaal welbevinden als uitgangspunt voor dit onderzoek gekozen, en niet emotioneel welbevinden.

Ryff (1989) definieerde mentaal welbevinden volgens zes dimensies. Deze dimensies zijn autonomie, omgevingsbeheersing, persoonlijke ontwikkeling, positieve relaties met anderen, doelgerichtheid en zelfacceptatie. De volgende sectie gaat dieper in op elk van deze dimensies.

1.3.2 Dimensies van mentaal welbevinden volgens Ryff

De zes dimensies van het mentaal welbevinden model van Ryff (1989) worden weergegeven in Tabel 1. Naast de algemene toelichting per dimensie, wordt ook getoond welke criteria bepalen of iemand hoog of laag scoort op een bepaalde dimensie.

Samenvattend betekent dit dat volgens het model van Ryff (1989) mensen een **hoge mate aan mentaal welbevinden** bereiken als zij **(1)** hun eigen beslissingen nemen in de samenleving en hun persoonlijke autoriteit gebruiken om hun individualiteit te behouden **(autonomie)**, **(2)** de omgeving vormgeven naar hun wensen en behoeften **(omgevingsbeheersing)**, **(3)** optimaal gebruikmaken van hun vaardigheden en capaciteiten **(persoonlijke groei)**, **(4)** positieve relaties met mensen opbouwen en hen kunnen vertrouwen **(positieve relaties met anderen)**, **(5)** een doel in hun leven zien **(doelgerichtheid)** en **(6)** zich goed voelen over zichzelf door hun eigen grenzen te erkennen **(zelfacceptatie)** (Keyes, 2002; Lee & Keyes, 1998; Ryff & Keyes, 1995).

Ryff et al. (2004) ontwikkelden een vragenlijst om de zes dimensies van mentaal welbevinden te meten. Deze vragenlijst werd als basis gebruikt om de interview-leidraad voor dit onderzoek op te stellen (zie Hoofdstuk 3: Methodologie).

Nr.	Dimensie	Toelichting	Hoge score	Lage score
1	Autonomie	In de eerdere literatuur wordt veel nadruk gelegd op eigenschappen als zelfbeschikking, onafhankelijkheid en gedragsregulatie van binnenuit. Van zelf-realisators wordt bijvoorbeeld beschreven dat ze autonoom functioneren en weerstand bieden tegen enculturatie ¹ . De volledig functionerende persoon wordt ook beschreven als iemand met een interne locus van evaluatie, waarbij men niet naar anderen kijkt voor goedkeuring, maar zichzelf evalueert aan de hand van persoonlijke maatstaven. Individuatie wordt gezien als een bevrijding van conventies, waarbij de persoon zich niet langer vastklampt aan de collectieve angsten, overtuigingen en wetten van de massa. Het proces van naar binnen keren in de latere jaren wordt ook gezien door levenslange ontwikkelingswerkers om de persoon een gevoel van vrijheid te geven van de normen die het dagelijks leven beheersen.	• Is zelfbepalend en onafhankelijk; • In staat sociale druk te weerstaan om op bepaalde manieren te denken en handelen; • Reguleert gedrag van binnenuit; • Beoordeelt zichzelf aan de hand van persoonlijke normen.	• Is bezorgd over de verwachtingen en beoordelingen van anderen; • Vertrouwt op de oordelen van anderen om belangrijke beslissingen te nemen; • Conformeerde zich aan sociale druk om op bepaalde manieren te denken en handelen.
2	Omgevings-beheersing	Het vermogen van het individu om omgevingen te kiezen of te creëren die geschikt zijn voor zijn of haar psychische toestand wordt beschouwd als een kenmerk van mentaal welbevinden. Men ziet dat volwassenheid deelname vereist aan een significant gebied van activiteit buiten het zelf. Levensloopontwikkeling wordt ook wel beschreven als het vereisen van het vermogen om complexe omgevingen te manipuleren en te beheersen. Deze theorieën benadrukken iemands vermogen om vooruit te komen in de wereld en deze creatief te veranderen door middel van fysieke of mentale activiteiten. Succesvol ouder worden benadrukt ook de mate waarin het individu profiteert van kansen in de omgeving. Deze gecombineerde perspectieven suggereren dat actieve deelname aan en beheersing van de omgeving belangrijke ingrediënten zijn van een geïntegreerd raamwerk van positief psychologisch functioneren.	• Heeft een gevoel van beheersing en competentie in het omgaan met de omgeving; • Controleert een complex scala aan externe activiteiten; • Maakt effectief gebruik van omringende kansen; • Kan contexten kiezen of creëren die geschikt zijn voor persoonlijke behoeften en waarden.	• Heeft moeite met het beheren van alledaagse zaken; • Voelt zich niet in staat de omringende context te veranderen of te verbeteren; • Is zich niet bewust van omringende kansen; • Mist een gevoel van controle over de externe wereld.

¹ Enculturatie is het aanleren van cultuurkenmerken in de samenleving of het milieu waar je geboren bent (Encyclo, 2023).

3	Persoonlijke groei	Optimaal psychisch functioneren vereist niet alleen dat men de voorafgaande kenmerken bereikt, maar ook dat men zijn potentieel blijft ontwikkelen, om te groeien en uit te breiden als persoon. De noodzaak om zichzelf te actualiseren en je mogelijkheden te realiseren staat centraal in de klinische perspectieven op persoonlijke groei. Openheid voor ervaringen is bijvoorbeeld een belangrijk kenmerk van de volledig functionerende persoon. Zo'n individu is zich voortdurend aan het ontwikkelen en aan het worden, in plaats van een vaste toestand te bereiken waarin alle problemen zijn opgelost. Levensduurtheorieën leggen ook expliciet de nadruk op voortdurende groei en het aangaan van nieuwe uitdagingen of taken in verschillende levensfasen. Zo is voortdurende persoonlijke groei en zelfrealisatie een prominent thema in de bovengenoemde theorieën. Het kan ook de dimensie van welbevinden zijn die het dichtst in de buurt komt van Aristoteles' notie van eudaimonia zoals eerder beschreven.	• Heeft een gevoel van voortdurende ontwikkeling; • Ziet zichzelf als groeiend en uitbreidend; • Staat open voor nieuwe ervaringen; • Heeft het gevoel zijn of haar potentieel te realiseren; • Ziet verbetering in zichzelf en gedrag door de tijd heen; • Verandert op manieren die meer zelfkennis en effectiviteit weerspiegelen.	• Heeft een gevoel van persoonlijke stagnatie; • Mist het gevoel van verbetering of uitbreiding door de tijd heen; • Voelt zich verveeld en ongeïnteresseerd in het leven; • Voelt zich niet in staat om nieuwe houdingen of gedragingen te ontwikkelen.
4	Positieve relaties met anderen	Veel van de voorgaande theorieën benadrukken het belang van warme, vertrouwende interpersoonlijke relaties. Het vermogen om lief te hebben wordt gezien als een centraal onderdeel van mentaal welbevinden. Van zelf-realisators wordt beschreven dat ze sterke gevoelens van empathie en genegenheid voor alle mensen hebben en in staat zijn tot meer liefde, diepere vriendschap en meer volledige identificatie met anderen. Warme omgang met anderen wordt gesteld als een criterium van volwassenheid. Theorieën over de ontwikkelingsfase van volwassenen benadrukken ook het bereiken van hechte verbintenissen met anderen (intimiteit) en de begeleiding en richting van anderen (generativiteit). Het belang van positieve relaties met anderen wordt dus herhaaldelijk benadrukt in deze opvattingen over mentaal welbevinden.	• Heeft warme, bevredigende, vertrouwensvolle relaties met anderen; • Is bezorgd om het welzijn van anderen; • In staat tot sterke empathie, genegenheid en intimiteit; • Begrijpt het geven en nemen in menselijke relaties.	• Heeft weinig nauwe, vertrouwensvolle relaties met anderen; • Vindt het moeilijk om warm, open en bezorgd te zijn over anderen; • Is geïsoleerd en gefrustreerd in interpersoonlijke relaties; • Is niet bereid compromissen te sluiten om belangrijke banden met anderen te behouden.

5	Doelgerichtheid	Mentaal welbevinden omvat overtuigingen die iemand het gevoel geven dat er een doel en zin in het leven is. De definitie van volwassenheid benadrukt ook een duidelijk begrip van het doel van het leven, een gevoel van gerichtheid en intentionaliteit. De ontwikkelingstheorieën over de levensduur verwijzen naar een verscheidenheid aan veranderende doeleinden of doelen in het leven, zoals productief en creatief zijn of het bereiken van emotionele integratie op latere leeftijd. Iemand die positief functioneert, heeft dus doelen, intenties en een gevoel van richting, die allemaal bijdragen aan het gevoel dat het leven zinvol is.	• Heeft doelen in het leven en een gevoel van richting; • Voelt dat er betekenis is in het heden en verleden; • Koestert overtuigingen die het leven zin geven; • Heeft doelen en doelstellingen voor het leven.²	• Mist een gevoel van betekenis in het leven; • Heeft weinig doelen of doelstellingen, mist richting; • Ziet geen bedoeling in het verleden; • Heeft geen perspectief of overtuigingen die het leven betekenis geven.
6	Zelfacceptatie	Het meest terugkerende criterium van welbevinden dat naar voren komt in de voorgaande perspectieven is het gevoel van zelfacceptatie van het individu. Dit wordt beschouwd als een centraal kenmerk van geestelijke gezondheid, evenals een kenmerk van zelfactualisatie, optimaal functioneren en volwassenheid. Levensduurtheorieën leggen ook de nadruk op acceptatie van zichzelf en van iemands vorige leven. Het vasthouden van een positieve houding ten opzichte van zichzelf komt dus naar voren als een centraal kenmerk van positief psychologisch functioneren.	• Heeft een positieve houding ten opzichte van zichzelf; • Erkent en accepteert meerdere aspecten van zichzelf, inclusief goede en minder goede eigenschappen; • Voelt zich positief over het verleden.	• Voelt zich ontevreden over zichzelf; • Is teleurgesteld over wat er in het verleden is gebeurd; • Maakt zich zorgen over bepaalde persoonlijke eigenschappen; • Wenst anders te zijn dan hij of zij nu is.

Tabel 1: Dimensies van mentaal welbevinden en bijhorende maatstaven. Vertaald uit (Ryff, 1989, pp. 1071–1072)

² Een doel is een bredere, meer algemene verklaring van wat je wilt bereiken, terwijl een doelstelling specifiek en meetbaarder is. Het doel geeft de richting aan, terwijl de doelstelling concrete mijlpalen definieert om dat doel te bereiken (TimeChimp, 2023).

2. Effecten van dramales

Dramalessen kunnen een significante positieve impact hebben op het mentale welbevinden van individuen (Gül, 2017; Spicer, 2023). Spicer (2023) noemt in haar onderzoek 21 waargenomen effecten op de cognitieve, emotionele en sociale ontwikkelgebieden van een persoon. We bundelden deze effecten samen tot de zes meest relevante effecten van dramalessen in Tabel 2.

Nr.	Effect	Toelichting
1	Emotionele expressie en regulatie	• Uitlaatklep voor emoties • Verhoogd zelfbewustzijn
2	Creativiteit en probleemoplossend vermogen	• Stimulering van creativiteit • Verhoogde probleemoplossende vaardigheden
3	Cognitieve ontwikkeling	• Verbeterde concentratie en geheugen • Verhoogde taalvaardigheden
4	Sociale vaardigheden	• Verhoogde samenwerkingsvaardigheden • Empathie ontwikkeling
5	Stressvermindering en ontspanning	• Ontspanningstechnieken • Vermaak en plezier
6	Zelfvertrouwen en zelfbeeld	• Verhoogd zelfvertrouwen • Positief zelfbeeld

Tabel 2: Effecten van dramalessen

Deze positieve effecten kunnen variëren afhankelijk van de leeftijd, de frequentie van de lessen, en de individuele verschillen tussen deelnemers (Wright, 2006).

De effecten van dramalessen tonen een grote overlap met de dimensies van het mentaal welbevinden model van Ryff, wat de relatie tussen dramalessen en mentaal welbevinden impliceert. We bespreken achtereenvolgens de zes effecten uitvoeriger en linken ze waar mogelijk aan de dimensies van Ryff.

2.1 Emotionele expressie en regulatie

Dramalessen bieden een veilige omgeving waarin deelnemers hun emoties kunnen uiten en verkennen (Goldstein et al., 2013; Gül, 2017). Door het spelen van verschillende rollen en het uitdrukken van uiteenlopende emoties, kunnen deelnemers beter inzicht krijgen in hun eigen gevoelens en reacties (Goldstein et al., 2013). Het zelfbewustzijn van de deelnemers verhoogt. Concepten uit de dramatherapie, zoals dramatische

projectie³, dramatische belichaming⁴ en concretisering⁵, zorgen ervoor dat cliënten die worstelen met moeilijke emoties deze een meer tastbare vorm kunnen geven en er daardoor beter mee kunnen omgaan (Orkibi et al., 2023). Het leren uiten en reguleren van emoties kan helpen bij het verminderen van stress en angst (Goldstein et al., 2013). Het van binnenuit reguleren van gedrag sluit aan bij de autonomie dimensie van het mentaal welbevinden model van Ryff.

2.2 Creativiteit en probleemoplossend vermogen

Dramales moedigt creatief denken en verbeelding aan (Gül, 2017; Incebacak et al., 2015; Karakelle, 2009). Door improvisatie en het oplossen van conflictsituaties in scènes, kunnen deelnemers hun probleemoplossende vaardigheden verbeteren (Incebacak et al., 2015). Ook verhoogt de inventiviteit door het volgen van dramales (Eriksson et al., 2014). Dit sluit aan bij de persoonlijke groei dimensie van het mentaal welbevinden model van Ryff.

2.3 Cognitieve ontwikkeling

Het leren van scripts en het volgen van regieaanwijzingen kan helpen bij het verbeteren van cognitieve vaardigheden zoals concentratie en geheugen (Turner et al., 2004). Het oefenen van dialoog en het begrijpen van teksten kan leiden tot verbeterde taal- en communicatievaardigheden (Eriksson et al., 2014; Podlozny, 2000). Ook de woordenschat van kinderen die drama beoefenen wordt aanzienlijk uitgebreid (Wright, 2006). Het verbeteren van cognitieve vaardigheden sluit aan bij de persoonlijke groei dimensie en het verbeteren van communicatievaardigheden sluit aan bij de persoonlijke groei en de positieve relaties met anderen dimensies van het mentaal welbevinden model van Ryff.

2.4 Sociale vaardigheden

Dramales vereist vaak teamwerk en communicatie met anderen, wat kan leiden tot verbeterde sociale vaardigheden, verbeterde samenwerkingsvaardigheden en

³ Dramatische projectie verwijst naar de externalisatie en projectie van innerlijke conflicten op dramatisch materiaal (Orkibi et al., 2023).

⁴ Dramatische belichaming verwijst naar fysieke expressie in dramatische voorstellingen (Orkibi et al., 2023).

⁵ Concretisering is het proces van het vormgeven van abstracte inhoud of ervaringen in een tastbare en zichtbare dramatische vorm, wat het begrip vergroot door het probleem van de cliënt te externaliseren (Orkibi et al., 2023).

sterkere relaties (Eriksson et al., 2014; Incebacak et al., 2015; Joronen et al., 2008; Schellenberg, 2004). Het inleven in verschillende personages kan helpen bij het ontwikkelen van empathie en begrip voor anderen (Goldstein & Winner, 2012). Aan de basis van empathie ontwikkeling ligt het concept 'role taking', wat door Wright (2006) wordt beschreven als 'in de schoenen van iemand anders stappen'. Dit sluit aan bij de positieve relaties met anderen dimensie van het mentaal welbevinden model van Ryff.

2.5 Stressvermindering en ontspanning

Veel dramalessen bevatten ontspanningsoefeningen en -technieken om spanning te verminderen, zoals ademhalingsoefeningen (Eriksson et al., 2014). Zoals de oervader van de acteertheorie, Konstantin Stanislavski, zei is spanning één van de beroepsrisico's van een acteur. Zonder ontspanning kun je nauwelijks denken of voelen (Method Acting UK, 2024). Daarnaast kan dramales simpelweg plezierig en ontspannend zijn, wat bijdraagt aan een vermindering van stress en zorgt ervoor dat jongeren liever naar school gaan (Eriksson et al., 2014).

2.6 Zelfvertrouwen en zelfbeeld

Het optreden voor een publiek, zelfs in een klaslokaal, kan het zelfvertrouwen vergroten (Turner et al., 2004; Wright, 2006). Hoe meer je je kwetsbaar opstelt tegenover andere mensen, hoe meer het besef komt dat daar geen negatieve gevolgen aan verbonden zijn. Het vertrouwen in jezelf begint te groeien en dit effect begint door te sijpelen in het dagelijks leven (Turner et al., 2004; Wright, 2006). Concepten uit de dramatherapie, zoals rolreconstructie en roluitbreiding, wat verwijst naar de mate waarin cliënten verschillende rollen kunnen verkennen als een tastbare representatie van zichzelf, zorgen ervoor dat je jezelf beter leert kennen in een dramales (Orkibi et al., 2023). Door jezelf bloot te geven en dit ook anderen zien doen, ontstaat het idee dat jij als persoon uniek bent. Dit kan bijdragen aan een positiever zelfbeeld (Turner et al., 2004; Wright, 2006). Ook succeservaringen in dramales kunnen bijdragen aan een positiever zelfbeeld (Turner et al., 2004; Wright, 2006). Deze effecten sluiten aan bij de zelfacceptatie dimensie van het mentaal welbevinden model van Ryff.

Hoofdstuk 3: Methodologie

In deze sectie wordt het onderzoeksdesign verder toegelicht. De procedure van het verzamelen, verwerken en analyseren van data wordt uitgelegd en de keuzes die daarbij aan bod kwamen verantwoord.

1. Selectie van participanten

Als doelgroep kozen we de leerlingen die het keuzevak woordkunst-drama volgden op een secundaire school in stedelijke context gedurende het schooljaar 2022-2023. De keuze is gemaakt om persoonlijke en praktische redenen: enerzijds omdat de onderzoeker zelf heeft lesgegeven aan deze groep, maar ook omdat deze leerlingen in de unieke positie zaten om dramales te volgen op een school die geen kunstonderwijs maar doorstroomonderwijs aanbiedt.

Deze groep leerlingen kreeg in het begin van het schooljaar een lijst met 16 keuzevakken, waaruit ze één vak dienden te kiezen dat ze één uur per week zouden volgen gedurende het volledige schooljaar. Om aan te duiden dat dit keuzevakken waren, en geen reguliere vakken, besliste de directie om de namen van deze vakken telkens vooraf te laten gaan door het woord 'FLEX'.

De doelgroep bestond initieel uit 18 leerlingen, waarvan 2 leerlingen gedurende het eerste semester de groep verlieten om een ander keuzevak te volgen. Van de uiteindelijke 16 leerlingen zaten 13 leerlingen in het derde middelbaar en 3 leerlingen in het vierde middelbaar. Alle 16 volgden ze een doorstroom-richting op K.A. Voskenslaan.

De specifieke selectie van participanten uit deze groep gebeurde op basis van vrijwilligheid. Leerlingen die vrijwillig aan dit onderzoek deelnemen, zijn namelijk intrinsiek gemotiveerd om zo goed als mogelijk mee te werken, gebaseerd op de zelf-determinatietheorie van Vansteenkiste et al. (2009). Van de 16 leerlingen waren er 6 die aan dit onderzoek wilden deelnemen. De profielen van de leerlingen worden in Tabel 3 schematisch weergegeven.

Index	Naam ⁶	Geslacht (M/V/X)	Geboorteland	Leeftijd	Studiejaar	Studierichting
1	Romy	V	België	15	3ASO	Natuurwetenschappen
2	Naomi	V	België	15	3ASO	Latijn
3	Norah	V	Bulgarije	15	3ASO	Humane wetenschappen
4	Francis	M	België	15	3ASO	Humane wetenschappen
5	Cleo	V	België	15	3ASO	Natuurwetenschappen
6	Hester	V	België	15	3ASO	Natuurwetenschappen

Tabel 3: profielen van participanten

Tabel 3 toont dat alle participanten in het derde middelbaar zitten en een leeftijd van 15 jaar hebben. Romy, Cleo en Hester volgen natuurwetenschappen en zitten in dezelfde klas. Norah en Francis volgen humane wetenschappen en zitten ook in dezelfde klas. Naomi volgt Latijn. Er waren nog enkele klasgenoten van Naomi die ook woordkunst-drama als keuzevak hadden opgenomen. Alle participanten hadden dus klasgenoten die ook dramales genoten. Alle participanten zijn geboren en getogen in België, op Norah na. Francis is de enige mannelijke proefpersoon. De overige deelnemers identificeren zich als vrouw.

2. Curriculum van de dramalessen

De doelgroep kreeg wekelijks 50 minuten dramalessen, telkens op maandagen het laatste lesuur, van 14u30 tot 15u20, 40 weken lang.

Het curriculum van de dramalessen wordt weergegeven in Tabel 4.

⁶ Om de privacy van de participanten te garanderen, worden hier pseudoniemen gebruikt.

Semester	Week	Lesinhoud	Voorbeelden van lesactiviteiten
1	1-3	Introductie en improvisatie	Kennismaking in cirkel, warm-up, improvisatie a.d.h.v. WWWWH-kaartjes, intro buikademhaling, name-game met dancemoves, claps in circle
	4-7	Bewegingstheater	Walk in space, stop & go, viewpoints, buikademhaling, partner volgen, mirroring per twee, mirroring in groep, lichamelijk uitbeelden van woorden, opdracht: voorstelling bewegingstheater van 5 min. maken, presentaties van voorstellingen + nabespreking
	8	Emoties	Meditatiemoment + ademhalingstechniek, zin zeggen en schepje bovenop doen
	10-13	Klassieke monologen	Monoloog kiezen, monoloog analyseren binnen de context van het theaterstuk, aan partner uitleggen waarover het stuk en de monoloog gaat, Uta Hagen 9 essential questions, character worksheet, thought-gesture-word, Christine Adaire text devices, monologen presenteren
2	21-22	Klassieke monologen	Monologen presenteren
	23-24	Film maken	Brainstormen, tijdslijn uitwerken, scenario schrijven, rolverdeling, auditie hoofdrol, productieplanning opmaken, filmen, regisseren, acteren, monteren
	26-29		
	33-34		
	38		
	40	Toonmoment film	Film kijken

Tabel 4: Jaarprogramma van het keuzevak FLEX Drama

Om het overzicht te bewaren werden de weken waarin er geen dramalessen waren omwille van examens, deliberaties, vakanties, feestdagen en andere gelegenheden weggelaten uit de tabel. Gedurende 40 weken waren er 12 lessen drama in het eerste semester en 12 lessen drama in het tweede semester, waarvan finaal 1 lesuur een toonmoment.

In het eerste semester was er een focus op theater en in het tweede semester op film. De lessen werden stapsgewijs opgebouwd volgens moeilijkheidsgraad.

Bij de start van de dramalessen werden de leerlingen eerst uit hun comfortzone⁷ gehaald door, na enkele warm-up oefeningen en een kennismakingsrondje, meteen met improvisatie oefeningen te beginnen. Dit om het gevoel van schaamte,

⁷ De comfortzone is een psychologische toestand waarbij een persoon zich op het gemak voelt, controle heeft en weinig stress en angst ervaart. In de comfortzone is het leven voorspelbaar en is een constant prestatieniveau mogelijk. Om persoonlijke groei te bereiken is het echter van belang om regelmatig buiten deze comfortzone te treden omdat hier leerervaringen worden opgedaan. (Comfortzone - Wikipedia, n.d.)

zelfbewustheid en podiumvrees, waar elke beginnende toneelspeler mee te maken heeft, te doorbreken (Wright, 2006). Improvisatie kan heel bevrijdend werken omdat er geen voorop gelegde tekst of ingestudeerde bewegingen zijn. Werkelijk alles kan gebeuren. De leerlingen worden uitgedaagd in hun durf. Hun durf om zichzelf te tonen. Om te doen en te zeggen wat ze willen ongeacht de mening van anderen.

Nadien werden de leerlingen hun lichamelijke kwaliteiten verder ontwikkeld via bewegingstheater. De leerlingen leerden de sterktes en zwaktes van hun eigen lichaam kennen en werden daarin uitgedaagd. De buikademhaling, die ook vaak in yoga en meditatie wordt gebruikt, vormt een belangrijk deel van de fysieke exploratie. Deze techniek zorgt voor een relaxerend effect (Helan, 2022), wat erg belangrijk is bij het acteren, omdat ontspanning het denken en voelen van de acteur vrijmaakt (Method Acting UK, 2024). Verder waren er oefeningen om zichzelf en anderen in de ruimte beter te leren aanvoelen en werd het Viewpoints raamwerk (Overlie, 2016) aangereikt. Uiteindelijk moesten de leerlingen een kleine performance van maximum vijf minuten creëren op basis van een opgelegd lied. Ze mochten hiervoor enkel hun lichamen gebruiken en er mocht geen gesproken tekst aan bod komen.

Na de basisconcepten van bewegingstheater te hebben behandeld werd het emotieregister van de leerlingen verkend. Door middel van een oefening werden de leerlingen naar verschillende uiteinden van hun emotionele spectrum gebracht en leerden ze ook spelen met de intensiteit van hun emoties.

Het slotstuk van het eerste semester was een klassieke monoloog die elke leerling moest presenteren. Met 'klassieke monoloog' wordt een monoloog uit een repertoirestuk bedoeld. Voorbeelden van repertoirestukken zijn stukken geschreven door Shakespeare, Molière, Tsjechov, Griekse tragedies, etc. De keuze voor een klassieke monoloog, en geen moderne monoloog, ontstond omdat hierin vaak 'de grote emoties' zoals bijvoorbeeld extreme haat, liefde of angst aan bod komen en omdat dit de culturele kennis van de leerlingen uitbreidt. Repertoireteksten zijn nog steeds gebruikelijk in het hedendaags theaterlandschap, maar de leerlingen zijn minder geneigd om ze van zichzelf uit te gaan lezen. Door ze op te leggen in de les komen ze er toch mee in aanraking. De monoloog mocht individueel, per twee of per drie worden opgevoerd.

Na de presentatie van de monologen in het tweede semester, kregen de leerlingen een keuze. Ofwel zouden ze verder gaan met theater en het reeds gemaakte

materiaal nog verder uitbreiden om uiteindelijk alles samen te brengen tot een voorstelling, ofwel zou de module film-acteren starten waarin enkele scènes van gelauwerde films en tv-series worden nagespeeld. De leerlingen zouden dan zowel de theater als de film-versie spelen, zodat ze het verschil in acteren in elk medium leren kennen. Enkele leerlingen hadden echter zelf een voorstel, namelijk zelf een film maken. Een klassikale stemming bepaalde dat het deze laatste optie werd. De leerlingen schreven, regisseerden, acteerden en produceerden onder begeleiding van de leraar een eigen film. De film gaat over pesten en zelfdoding en kreeg de naam 'Renée'. Tijdens de laatste dramalessen werd de film gezamenlijk bekeken door de hele klas.

3. Data verzameling

Nu de participanten en hun activiteiten in de dramalessen doorheen het schooljaar beschreven zijn, wordt er in dit deel dieper ingegaan op de manier waarop informatie gewonnen werd van de deelnemers van het onderzoek om zo tot een antwoord op de onderzoeksvraag te komen.

3.1 Ondervragingstechniek: diepte-interviews

Om een antwoord te bieden op de onderzoeksvraag werd er gekozen om via **literatuuronderzoek** en **exploratieve diepte-interviews** informatie te verzamelen. Gezien de aard van de onderzoeksvraag leek exploratief onderzoek evident. Het is namelijk niet de doelstelling van dit onderzoek om een causaal verband tussen dramalessen en mentaal welbevinden te toetsen. Dit onderzoek gaat ervan uit dat die relatie er daadwerkelijk is en heeft enkel de ambitie om die relatie verder uit te diepen. Diepte-interviews waren een optimale dataverzamelingsmethode voor dit onderzoek, omdat interviews helpen om de mening van mensen over een bepaald onderwerp te begrijpen en zo direct en indirect antwoord te krijgen op de onderzoeksvraag (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2014). Tabel 5 toont de alternatieve ondervragingstechnieken die werden overwogen om data kwalitatief te collecteren.

	GESTRUCTUREERD	ONGESTRUCTUREERD
DIRECT	Conclusief satisfactieonderzoek	Exploratief diepte- interview
INDIRECT	Kwantitatieve attitudemeting	Projectieve technieken

Tabel 5: Onderzoeksdimensies van ondervragingstechnieken (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2014)

Aangezien aspecten van mentaal welbevinden en ervaringen bij drama's niet makkelijk eenduidig te beschrijven zijn, kozen we voor een ongestructureerde aanpak. Op deze manier kon de respondent voldoende nuanceringsruimte in zijn of haar antwoord aanbrengen. Er werd ruimte gelaten voor de onderzoeker om af te wijken van de vragenlijst en bijkomende vragen te stellen, dieper in te gaan op bepaalde antwoorden of extra commentaar te geven, wat soms tot onverwachte inzichten leidde. Toch was een interviewleidraad nodig om het gesprek in de richting van de onderzoeksvraag te blijven sturen, dus werd de middenweg van semigestructureerde diepte-interviews gekozen (cf. infra).

Een diepte-interview is een directe ondervragingstechniek en dus weet de participant wat de onderzoeker wil te weten komen (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2014). Dit leek zinvol, eenduidig en het minst tijdsintensief om het onderzoeksdoel te bereiken. Echter, aangezien mentaal welbevinden vaak een gevoelig onderwerp is, waarvan men weet dat de respondent er niet makkelijk over kan of over wil praten, kan een directe ondervragingstechniek belemmerend werken voor het onderzoek. Bij gevoelige onderwerpen is een indirecte of verborgen vraagstelling meer aangewezen (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2014). Omdat de vragen over mentaal welbevinden werden opgesplitst in Ryff's verschillende dimensies ervan (cf. infra, 3.3 Opbouw interview), werd het welbevinden op een indirecte manier ondervraagd. Bovendien werd de vragenlijst over het interview heen met meer indirecte vragen naar meer directe vragen opgebouwd. Op deze manier lieten de vragen in het begin van het interview ruimte voor meerdere pistes aan antwoorden en waren de vragen later in het interview preciezer afgestemd op het onderzoeksdoel. Ten slotte was een veilige setting, waarbij de privacy gegarandeerd werd, cruciaal om de respondent te laten vertellen over zijn of haar mentaal welbevinden.

3.2 Semigestructureerde diepte-interviews

Om dit exploratieve onderzoek vorm te geven, werd een **semigestructureerd diepte-interview** uitgevoerd per participant. Het interview was een dialoog tussen

onderzoeker en participant, geleid door een flexibel interviewprotocol. Alle interviews hebben in persoon plaatsgevonden, behalve het interview met Francis. Omwille van praktische redenen werd dat via een video-gesprek afgenomen. De interviews werden op het einde van het schooljaar afgenomen, na de reeks dramalessen.

Semigestructureerd betekent dat er een lijst met vragen is opgesteld, maar vrijheid om daarvan af te wijken wordt toegestaan (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2014). Het belangrijkste doel is dat de respondent zo volledig mogelijk antwoordt. Er worden open vragen gesteld omdat deze ruimte laten voor discussie, terwijl gesloten vragen verdere informatietoevoer afweren (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2014). Hoewel de onderzoeker enkele antwoorden had geanticipeerd, was er ruimte voor veel verschillende perspectieven.

De flexibiliteit is een groot voordeel van semigestructureerde interviews (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2014). Nog een voordeel van deze methode is dat het mogelijk is om de vragen aan te passen doorheen de tijd (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2014). Zo kunnen inzichten uit vorige interviews geanalyseerd worden en worden meegenomen in de daaropvolgende interviews (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2014). Volgens Eisenhardt (1989) is het legitiem om in de loop van de tijd van instrumentarium voor gegevensverzameling te veranderen, omdat het specifieke situaties beter weergeeft.

Een nadeel van diepte-interviews is dat ze zeer interviewerafhankelijk zijn (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2014). De bekwaamheid en ervaring van de gespreksleider is een noodzakelijke voorwaarde voor een goede informatiewinning (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2014). Een tweede nadeel van deze methode, dat gedeeltelijk het gevolg is van het eerste, is dat ze in wezen weinig betrouwbaar⁸ is. Door het gebrek aan formele procedures van gegevensverzameling en/of -analyse is het gevaar dat de analist zijn eigen vooroordelen projecteert in het kwalitatieve materiaal dat voor hem ligt (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2014). Om het betrouwbaarheidsprobleem te vermijden is het aangeraden om het materiaal te laten analyseren door meer dan één onderzoeker (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2014). Voor dit onderzoek werden de resultaten besproken met de begeleider van de onderzoeker.

⁸ Betrouwbaarheid is de nauwkeurigheid en precisie van een meetprocedure. Betrouwbaarheid garandeert niet de validiteit van een meting, maar is wel een voorwaarde. (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2014).

Mogelijke validiteitsproblemen⁹ werden aangepakt door de doelen van deze interviews concreet te definiëren en door flexibel op te treden tijdens de interviews. Zo was het van bij de start van het interview duidelijk waar de onderzoeker naartoe wou en kon hij optreden als er te veel van deze koers werd afgeweken.

De aanvullende inzichten werden geleidelijk minder naarmate de verschillende interviews werden gehouden. Dit fenomeen wordt 'theoretical saturation' (NL: theoretische verzadiging) genoemd (Eisenhardt, 1989) en kan worden verklaard door het feit dat dit onderzoek kwalitatief specifiek onderzoekt naar de percepties van individuen die allemaal in dezelfde klas voor woordkunst-drama zitten. Echter, door dit fenomeen werd het klein aantal deelnemers in dit onderzoek gecompenseerd.

Enkele weken voor de interviews plaatsvonden werd gevraagd aan de participanten om het 'informed consent' door hun ouders te laten ondertekenen, aangezien de respondenten jonger waren dan 16 jaar. Het informed consent voor ouders kan teruggevonden worden in Bijlage A. Dit is conform de richtlijnen van het CCMO (Centrale Commissie Mensgebonden Onderzoek, 2024). Op de dag van elk interview zelf werd, voordat elk interview begon, gevraagd aan de participant om ook een informed consent te tekenen en werd een kleine vragenlijst met demografische gegevens schriftelijk afgenomen. Beide documenten kunnen respectievelijk in Bijlage B en Bijlage C worden geraadpleegd. Hierna belichtte de onderzoeker de achtergrond, het onderwerp en de doelen van het onderzoek. Finaal werd er benadrukt dat er geen foute antwoorden waren, dat de participant zoveel mocht vertellen als hij of zij wou en dat zijn of haar antwoorden geanonimiseerd zouden worden door gebruik te maken van pseudoniemen in het onderzoeksverslag.

3.3 Opbouw interview

De vragenlijst voor het semigestructureerde diepte-interview werd opgebouwd uit drie secties of blokken. De volledige vragenlijst kan teruggevonden worden in Bijlage D.

Het **eerste blok** betreft vier vragen die te maken hebben de verwachtingen, het verloop en de invloed van de dramalessen. In dit blok werd er getoetst naar de ervaringen en percepties van de dramalessen van de participant.

⁹ Validiteit is de mate waarin wordt gemeten wat we daadwerkelijk willen meten (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2014).

In het **tweede blok** wordt via één vraag gepolst naar het huidige welbevinden van de participant. Daarna volgen 14 vragen die het huidige mentaal welbevinden van de participant meten volgens de zes dimensies van Ryff (1989).

In het **derde blok** wordt via één vraag gepolst naar het verband tussen de dramalessen en het welbevinden van de participant. Daarna volgen 7 vragen die het verband tussen de dramalessen en de zes dimensies van het mentaal welbevinden volgens Ryff (1989) exploreren. De antwoorden die uit de voorgaande vragen van het derde blok worden bekomen, kunnen beschouwd worden als de langetermijneffecten van dramalessen op het welbevinden, omdat deze vragen betrekking hebben op de hele reeks dramalessen die de participanten genoten. Finaal werd ook een vraag gesteld die het kortetermijneffect van een dramalessen examineerde, namelijk welke verschillen de participant merkte in zijn gemoedstoestand voor en na een dramalessen.

De vragenlijst werd een lichtjes aangepast doorheen het proces van de interviews af te nemen. Initieel werd vraag 22 als bijvraag gesteld, mocht vraag 21 onvoldoende en/of invalide respons uitlokken. Echter, na drie interviews werd gemerkt dat deze vraag soms onverwachte informatie uitlokte, dus werd de vraag vanaf het vierde interview als hoofdvraag opgenomen in de vragenlijst.

De vragenlijst werd opgesteld in samenwerking met de begeleider van de onderzoeker om zo te anticiperen op mogelijke betrouwbaarheids- en validiteitsproblemen (De Pelsmacker & Van Kenhove, 2014). Dit heeft echter niet voorkomen dat, na het afnemen van de interviews, de onderzoeker opmerkte dat er geen vraag werd opgenomen in de vragenlijst die het verband exploreert tussen de dramalessen en de 'doelgerichtheid' dimensie van het mentaal welbevinden model van Ryff.

4. Dataverwerking

4.1 Thematische analyse

De data werden verwerkt aan de hand van thematische analyse. Deze kwalitatieve analysemethode kent een brede toepassing binnen en rond het veld van de psychologie (Braun & Clarke, 2006). Het is een methode voor het identificeren, analyseren en rapporteren van patronen (thema's) in gegevens (Braun & Clarke, 2006). Door haar theoretische vrijheid biedt thematische analyse een flexibel en

bruikbaar onderzoeksinstrument, dat potentieel een rijk en gedetailleerd, maar toch complex verslag van gegevens kan opleveren (Braun & Clarke, 2006). Thematische analyse wordt aangeraden bij onderzoek dat peilt naar ervaringen, betekenissen en perspectieven (McGrath & Smith, 2005). Vandaar dat deze onderzoeksmethodiek het meest geschikt leek, gezien deze studie peilt naar de ervaringen van tieners met dramas en welke betekenis ze die geven in verband met hun mentaal welbevinden. Deze studie gebruikt dus thematische analyse als een essentialistische of realistische methode.

Het proces van een thematische analyse bevat zes fasen, namelijk **(1) het vertrouwd geraken met de data**, **(2) het genereren van initiële codes**, **(3) het zoeken naar thema's**, **(4) het beoordelen van de gegenereerde thema's**, **(5) het definiëren en benoemen van de thema's** die uiteindelijk zullen gepresenteerd worden in het analyseverslag en **(6) het schrijven van het analyserapport** (Braun & Clarke, 2006).

Zoals Braun & Clarke (2006) beschrijven in hun paper zijn de richtlijnen voor deze methodiek geen exacte regels, en ze met flexibiliteit moeten toegepast worden om aan te sluiten bij de onderzoeksvragen en -data. Daarnaast is thematische analyse geen lineair proces waarbij stelselmatig van de ene fase naar de andere wordt overgegaan. In plaats daarvan is het meer een zichzelf herhalend proces, waarbij waar nodig een heen-en-weer beweging wordt gemaakt tussen de verschillende fasen gedurende de hele analyse. Tot slot is het ook een proces dat zich ontwikkelt in de loop van de tijd (Ely et al., 1997), en dat niet gehaast mag worden.

Dit onderzoek begon met fase 1, namelijk het vertrouwd geraken met de data. Dit werd voornamelijk gedaan tijdens het transcriptieproces en door het nadien meermaals doornemen van de interviewtranscripties.

4.1.1 Transcriptieproces

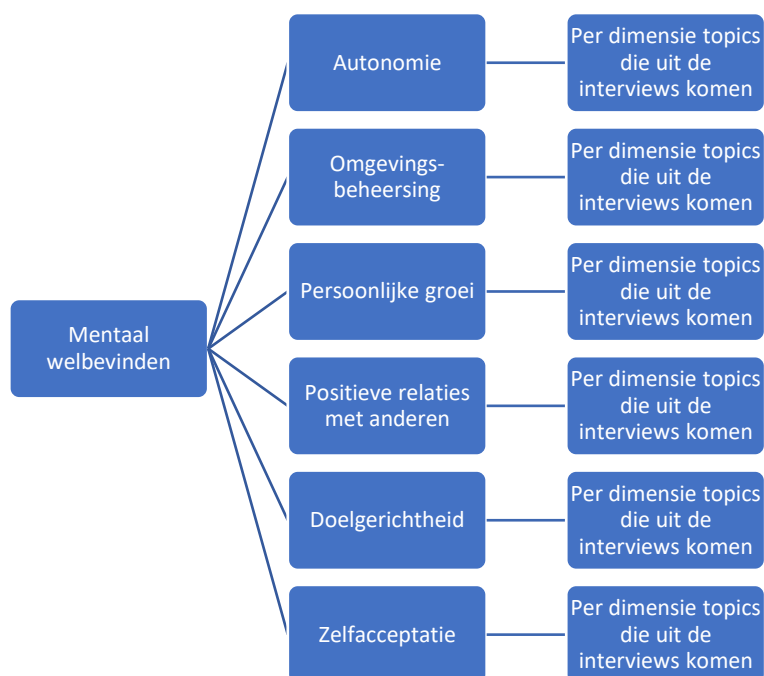
De audio van de interviews werd opgenomen om achteraf te kunnen transcriberen. Dit om het gesprek zo waarheidsgetrouw mogelijk te kunnen reconstrueren. De zes interviews werden van begin tot eind exact en volledig uitgeschreven. Op die manier

creëren we een betrouwbare schriftelijke weergave om naar te verwijzen in de resultaten en de discussie. De transcripties zijn terug te vinden in Bijlage G.

Het transcriptieproces omvatte ook het maken van aantekeningen om de bevindingen die naar voren kwamen bij te houden. De transcripties en aantekeningen werden gebruikt als basis voor de data-analyse.

4.1.2 Data-analyse

Na fase 1 werd er niet lineair tot fase 2 overgegaan, maar naar fase 5, het definiëren en benoemen van de thema's. Dit omdat de zes dimensies van welbevinden volgens Ryff (1989) heel duidelijk afgebakend en gedefinieerd zijn en zich als geschikte thema's aandienden. Met deze thema's in het achterhoofd werden de data deductief (i.e. vertrekkend van de theorie over het mentaal welbevinden model en de effecten van drama) bestudeerd en topics manueel gecodeerd per thema (fase 2). Er werden patronen tussen de topics onderling ontdekt en zorgvuldig bij elkaar gebracht. Op herhaaldelijke basis werden de thema's geëvalueerd om te verifiëren of ze nog steeds relevant waren (fase 4) en of er geen nieuwe thema's naar voor kwamen in de interviews (fase 3). Ter illustratie toont Figuur 3 de opbouw van de thematische analyse.



Figuur 3: Structuur van de thematische analyse

De analyse werd per interviewblok opgesplitst. Voor het eerste en tweede blok werden profielen van de zes participanten opgesteld. Zo ontstond er een algemeen beeld over hoe elke participant enerzijds de dramalessen ervaarde en percipieerde en anderzijds over het huidige welbevinden per participant.

Voor het tweede en derde blok werden de antwoorden met kleuren gecodeerd. De onderzoeker oordeelde op basis van de antwoorden of een participant LAAG, MATIG of HOOG scoort op een dimensie van mentaal welbevinden. De kleurcodes staan weergegeven in Tabel 6.

Score	Kleur
LAAG	
MATIG	
HOOG	

Tabel 6: Kleurcodes

Voor elk blok werd per vraag een analyse uitgevoerd over de participanten heen en over de dimensies van mentaal welbevinden heen.

Voor de laatste fase, het schrijven van het analyserapport, werd een gedetailleerd verslag gemaakt van de bevindingen uit de interviews om specifiek het verband tussen de dramalessen en de zes dimensies van mentaal welbevinden volgens Ryff (1989) uit te diepen. De meest bruikbare informatie was afkomstig van het derde blok en de eerste twee blokken werden voornamelijk gebruikt om de antwoorden van de participanten beter te kunnen kaderen. Inzichten en citaten uit de interviews zijn in combinatie met het literatuuronderzoek gebruikt om antwoorden te formuleren op de onderzoeksvraag die aan het begin van dit onderzoek is gesteld.

Hoofdstuk 4: Resultaten en analyse

In dit hoofdstuk wordt eerst een overzicht gegeven van het mentaal welbevinden van de participanten volgens de zes dimensies van mentaal welbevinden van Ryff (1989). Daarna wordt een overzicht gegeven van hoe de dramalessen invloed uitoefenen op de zes dimensies. In Bijlage E worden de percepties en ervaringen die de participanten op de dramalessen nahielden samengevat. De transcripties van de interviews kunnen teruggevonden worden in Bijlage G.

1. Huidige mentaal welbevinden

Tabel 7 geeft per participant een beknopte omschrijving van zijn of haar huidig algemeen welbevinden en van hoe deze persoon op de dimensies van mentaal welbevinden volgens Ryff (1989) scoort. De kleurcodes (cf. Hoofdstuk 3: Methodologie) geven aan of een deelnemer LAAG, MATIG of HOOG scoort op een bepaalde dimensie van mentaal welbevinden.

Een meer gedetailleerde beschrijving van het huidige mentaal welbevinden per participant kan worden teruggevonden in Bijlage F.

Participanten	Romy	Naomi	Norah	Francis	Cleo	Hester
Mentaal welbevinden						
Algemeen	• Goed • Door recente gebeurtenis momenteel minder goed	• Goed	• Voelt zich minder goed door meerdere factoren	• Goed • Lichte schoolmoeheid	• Goed	• Matig • School is stresserend • Thuis loopt het niet goed
Autonomie dimensie	• Niet echt beïnvloedbaar • Geïnteresseerd in wat anderen over haar denken	• Beïnvloedbaar door de gevoelens van anderen • Vrienden meer invloed dan ouders • Voor grote zaken weinig beïnvloedbaar	• Vroeger erg beïnvloedbaar, • Nu veel minder beïnvloedbaar	• Weet het niet • Volgt zijn eigen gevoel en mening	• Beïnvloedbaar maar probeert meer eigen gevoel te volgen • Stelt haar mening bij op basis van andere meningen	• Beïnvloedbaar • Mama meer invloed dan vrienden
Omgevings-beheersing dimensie	• Krijgt het vertrouwen om haar leven in handen te nemen	• Mag zelf beslissen als het in lijn ligt met wat ouders willen	• Op sommige vlakken zijn ouders heel streng • Op andere vlakken zijn ouders heel los	• Krijgt het vertrouwen om zijn leven in handen te nemen	• Beslist veel zelf, maar doet dit graag in samenspraak met ouders en vrienden	• Moeder laat haar vrij • Vader laat haar niet vrij • Probeert voor haarzelf op te komen
Persoonlijke groei dimensie	• Interesse ontwikkeling • Zichzelf leren kennen	• Deels wel, deels niet • Nieuwe vrienden • Zelfstandiger • Wereld leren kennen	• Gegroeid in zelfliefde • Zelfvertrouwen blijft een werkpunt • Wilt veel ontdekken, maar botst op eigen grenzen en grenzen van haar ouders	• Intelligentier geworden • Voelt zich comfortabel bij status quo • Wilt nieuwe games proberen	• Bredere kijk gekregen • Beter kunnen nadenken • Doelen gesteld • Kan meer genieten • Socialer geworden • Voelt zich comfortabel bij status quo • Vindt verandering moeilijk	• Intelligentier geworden • Eigen mening meer durven uiten • Achteruitgang in taalvaardigheid door dyslexie • Voelt zich comfortabel bij status quo • Ontdekt graag nieuwe dingen

					• Ontdekt graag nieuwe dingen	
Positieve relaties met anderen dimensie	• Veel sociale contacten, op school en daarbuiten • Belangrijk om contacten te onderhouden maar vindt ook rust in alleen zijn • Niet eenzaam	• Sociale contacten op school • Zus • Bezoek • Belangrijk om contacten te onderhouden • Kan rust vinden in het alleen zijn, maar soms saai • Niet eenzaam	• Niet veel vrienden in het derde middelbaar • Oudere vrienden via oudere zus • Meeste familie in Turkije • Na school vaak alleen • Voelt zich eenzaam • Minder belangrijk om contacten te onderhouden, wilt momenteel focussen op zichzelf	• Sociale contacten op school en daarbuiten • Veel online contact met vrienden • Familie, jongere broer • Vrienden zitten in een andere klas, vindt hij niet fijn • Belangrijk om contacten te onderhouden maar vindt ook rust in alleen zijn	• Veel sociale contacten, op school en daarbuiten • Belangrijk om contacten te onderhouden maar vindt ook rust in alleen zijn • Niet eenzaam	• Veel sociale contacten, op school en daarbuiten • Spreekt niet vaak af met vrienden buiten school, bewuste keuze • Belangrijk om contacten te onderhouden maar vindt ook rust in alleen zijn • Niet eenzaam
Doelgerichtheid dimensie	• Geen doelen, behalve reizen • Niet bezig met toekomst, leeft vooral in het nu	• Geen doelen, behalve reizen • Niet bezig met toekomst, leeft vooral in het nu	• Werken aan zichzelf • Band met familie verbeteren • Niet bezig met toekomst, leeft vooral in het nu	• Niet specifiek • Genoeg geld hebben en leuke dingen doen • Niet bezig met toekomst, leeft vooral in het nu	• Blijven schaatsen • Later: genoeg geld, goede job, partner, vrienden, gelukkig zijn • Praat vaak met vader over de toekomst • Job in het leger	• Niet specifiek • Verder studeren • Beter worden in hobby's • Krijgt stress als ze aan de toekomst denkt
Zelfacceptatie dimensie	• Tevreden met zichzelf	• Accepteert over het algemeen zichzelf, op sommige momenten minder • Kan inzitten met het verleden • Kan twijfelen aan uiterlijk	• Tevreden met sommige eigenschappen van haarzelf • Ontevreden met sommige eigenschappen van haarzelf	• Tevreden met zichzelf • Vergelijkt zich soms op vlak van schoolprestaties, maar zit er niet mee in	• Tevreden met zichzelf • Ziet eigen sterktes en zwakten • Probeert zichzelf niet te veel te vergelijken maar vindt dat moeilijk in deze wereld	• Tevreden met zichzelf • Wil meer gemotiveerd zijn voor school • Vergelijkt zich veel met andere mensen, vooral in positieve zin

		• Onzekerheden beheersen haar leven niet • Vergelijkt mensen op basis van maturiteit, ziet zichzelf als gemiddeld	• Wisselvallige perceptie van haar uiterlijk. • Voelt zich niet geaccepteerd		• Ziet zichzelf als gemiddeld • Vergelijkt zich op basis van schoolprestaties, kledingstijl, activiteiten, sociaal zijn	• Vergelijkt zich niet echt met leeftijdsgenoten, soms wel op het schoolse vlak
--	--	--	---	--	--	---

Tabel 7: Huidig mentaal welbevinden van de participanten volgens de zes dimensies van mentaal welbevinden van Ryff (1989)

2. Verband tussen dramalessen en mentaal welbevinden

De resultaten beschrijven op welke manier dramalessen bijdragen tot mentaal welbevinden, zoals gedefinieerd door Ryff (1989). In Tabel 8 worden de resultaten weergegeven. Daarna worden ze per dimensie besproken. De kleurcodes (cf. Hoofdstuk 3: Methodologie) geven aan of de dramalessen een LAGE, MATIGE of HOGE invloed hebben op een bepaalde dimensie van mentaal welbevinden. Indien er geen effecten werden gerapporteerd door een participant werd de cel leeg gelaten.

Participanten	Romy	Naomi	Norah	Francis	Cleo	Hester
Mentaal welbevinden						
Autonomie dimensie	• Minder aantrekken van de mening van anderen • Bewuster van eigen emoties • Emotie regulatie	• Uitlaatklep voor emoties • Minder aantrekken van de mening van anderen	• Minder aantrekken van de mening van anderen	• Geen verband	• Minder aantrekken van de mening van anderen	• Uitlaatklep voor emoties • Minder aantrekken van de mening van anderen • Bewuster van eigen emoties • Emotie regulatie
Omgevings-beheersing dimensie		• Persoonlijk geen invloed • Invloed door inleving	• Invloed door inleving	• Geen verband	• Geen verband	
Persoonlijke groei dimensie	• Makkelijker mening kunnen uiten • Meerdere oplossingen kunnen zien	• Weinig verband	• Makkelijker durven praten • Leren durven • Nieuwe dingen uitproberen • Betere public speaking skills	• Beter acteren • Nieuwe dingen uitproberen	• Invloed door inleving • Bredere kijk krijgen • Nieuwe dingen uitproberen	• Makkelijker mening kunnen uiten
Positieve relaties met anderen dimensie	• Relaties lichtjes gewijzigd	• Onbekenden durven aanspreken • Minder sociale angst	• Onbekenden durven aanspreken • In nieuwe groep mensen komen • Groepsgevoel creëren • Socialer worden • Empathie ontwikkeling • Culturele verschillen meer accepteren	• Geen verband	• In nieuwe groep mensen komen • Socialer worden • Empathie ontwikkeling	• In nieuwe groep mensen komen • Socialer worden • Relaties versterkt worden • Vriendelijker worden • Anderen minder beoordelen
Doelgerichtheid dimensie						• Toekomstbeeld gecreëerd: actrice worden

Zelfacceptatie dimensie	• Jezelf zijn • Meer zelfkennis	• Meer zelfkennis • Succeservaringen opdoen	• Jezelf zijn • Meer zelfvertrouwen • Meer zelfliefde • Succeservaringen opdoen	• Geen verband	• Meer zelfvertrouwen • Invloed door inleving	• Meer zelfkennis • Meer zelfliefde
------------------------------------	--	--	--	--	--	--

Tabel 8: Verband tussen dramalessen en de zes dimensies van mentaal welbevinden volgens Ryff (1989)

2.1 Autonomie

Vijf van de zes leerlingen geven aan dat ze door de dramalessen meer autonomie ervaren in hun leven. Ze ervaren dit doordat dramales een manier bood om hun emoties te kunnen uiten, doordat ze bewuster zijn geworden van hun eigen emoties en deze beter kunnen reguleren en doordat ze zich minder aantrekken van wat anderen denken. Romy vertelt dat ze rustiger blijft bij negatieve commentaar van anderen:

Maar het belangrijkste dat ik eigenlijk geleerd heb uit de dramalessen is zo te kalmeren en het gewoon... Ademhaling bijvoorbeeld. Dat beïnvloedt... Allee, als anderen mij, bijvoorbeeld, gewoon, iets negatiefs zeggen, dan weet ik wel gewoon van "oké" en ik word daar bijvoorbeeld een beetje boos van en ik begin zo een beetje, allee... Nerveus te worden daarvan, dan weet ik wel "oké, gewoon rustig in- en uitademen en het komt wel goed", (...) Vooral die buikademhaling en die rust en gewoon zo tot uzelf komen. Dat is mij vooral zo het meest nuttige voorgekomen. (Romy)

Naomi vertelt dat door de improvisatie oefening ze haar minder aantrekt van de mening van anderen:

Die drama oefening was dan zo... improvisatie, dus dan moest ik gewoon effe... denken van "u niet aantrekken", en dat heeft mij inderdaad wel geholpen, zal ik maar zeggen. Omdat het nu van, inderdaad van... Gewoon als ik ergens passeer of zo, dan... Of iemand zegt iets of zo, dan trek ik het mij ook niet aan. (Naomi)

Hanne kon uitleggen hoe het 'minder zorgen maken over wat anderen over u denken' voor haar tot stand kwam tijdens de dramalessen. Ze zegt dat je doorheen de tijd beseft dat iedereen door hetzelfde proces moet gaan in de dramales. Dat in het begin iedereen meer bekommernis heeft over wat anderen van hen denken, maar naarmate je de groep leert kennen en door hebt dat iedereen dezelfde bekommernis deelt, dat die zorgen naar de achtergrond verdwijnen. Dit heeft dan ook effect in het *echte* leven, zegt ze.

Hester getuigt dat haar bewustzijn van haar emoties vergroot is:

Euhm... Gelijk, ik ben iemand die niet vaak, zeg maar, de slechte emoties toont. Maar ik bedoel emoties zijn emoties en je hebt geen slechte of goede, maar ik bedoel gelijk zo... Als je zo verdrietig bent of zo, of uhm... Iemand jou pijn gedaan heeft of zo, dan toon ik dat niet gemakkelijk. En dan ga ik eerder zo doen alsof ik blij ben dan dat tonen, zeg maar. (Hester)

Hester weet niet of ze nu anders met haar emoties zal omgaan, maar het bewust worden hiervan is een grote stap voor haar. Volgens haar zou de aanvaarding van deze emoties makkelijker worden door meer drama te beoefenen:

Omdat je dan... Als die character of zo dan zo blij zou zijn en als die verdrietig is, dan kan je ook zo die emoties zo mee uiten of zo die zo opgekropt zitten, zeg maar.
(Hester)

Francis geeft aan niet meer autonomie te ervaren na de dramalessen.

2.2 Omgevingsbeheersing

Vier van de zes leerlingen geven aan hun leefsituatie niet beter te beheersen na de dramalessen of rapporteren hier geen effecten over. Twee leerlingen geven aan dat dit effect kan optreden doordat je tijdens dramales je inleeft in andere personages. Ze stellen dat als een acteur zich inleeft in een personage dat voelt de leiding te hebben over zijn of haar leven, dit gevoel ook kan krijgen. Zo vertelt Norah:

Het is met de dramalessen denk ik zo... Dat je... Dan weet je van kijk, "ik kan die personage spelen of dat personage spelen", van "ik kan veranderen ", dus als ik in een kleine verhaal dingen kan veranderen, van iets te spelen, kan ik dat dan misschien ook in mijn leven doen, want misschien kleine veranderingen kunnen wel... Tot iets groots, Ja, worden. (Norah)

2.3 Persoonlijke groei

Vijf van de zes leerlingen geven aan door de dramalessen persoonlijk te hebben ontwikkeld doordat ze nu makkelijker hun mening kunnen uiten, meer durven, meer openstaan voor nieuwe ervaringen, beter kunnen acteren en spreken voor publiek en een bredere kijk hebben gekregen of meerdere oplossingen kunnen zien voor een probleem.

Norah heeft geleerd om minder te twijfelen en simpelweg dingen te proberen alvorens ze haarzelf laat verlammen door angst over de mogelijke gevolgen en gevaren van de keuzes die ze maakt.

Romy vertelt over het zien van meerdere oplossingen sinds het krijgen van dramalessen:

Ik denk dat drama mij gewoon ook in mijn hoofd heeft doen inzien dat er niet altijd één oplossing is en dat je gewoon uw eigen ding ervan kan maken, (...) Bijvoorbeeld

in drama zijn er meerdere manieren hoe dat je een rol kunt acteren, snap je, je moet er zelf uw ding van maken en... Het is niet hoe dat het op het blaadje geschreven staat dat je het moet doen, snap je, ... (Romy)

Naast de beschreven effecten antwoordt ze dat er eventueel effecten zouden zijn die pas later tot uiting zouden komen:

Misschien dat ik dat later nog ga zien. Dat ik denk van "oh, het is door het dramales".
Ik weet het niet, misschien. (Romy)

Naomi ziet weinig verband tussen de dramalessen en haar persoonlijke groei.

2.4 Positieve relaties met anderen

Vijf van de zes leerlingen geven aan door de dramalessen meer positieve relaties met anderen te hebben kunnen uitbouwen doordat ze in een nieuwe groep mensen terecht zijn gekomen, socialer zijn geworden, meer onbekenden durven aanspreken, meer empathie hebben ontwikkeld, minder oordelen over anderen en culturele verschillen meer accepteren.

Vier van de zes leerlingen rapporteren socialer te zijn geworden of minder sociale angst te ervaren na de dramalessen. Wanneer er werd gevraagd naar de reden hiervoor maakt Hester een vergelijking tussen het keuzevak woordkunst-drama en het keuzevak Spaans. Ze zegt dat je bij Spaans aan één bank zit en er geen beweging is. Als je iemand al kent in die groep, dan kan daar blijven naast zitten en geen nieuwe mensen leren kennen. Naomi legt uit dat je bij FLEX Spaans niet verplicht bent om te interageren met elkaar. Bij dramales is dat wel zo omdat je met personages werkt die tegen elkaar moeten spreken volgens het script.

Norah en Naomi vinden het na de dramalessen makkelijker om tegen onbekenden te praten. Ze kunnen met minder angst eens iets vragen aan een onbekende omdat ze minder schaamte ervaren en zich minder zorgen maken om de mening van anderen. Hester zegt dat ze door dramalessen het inzicht heeft gekregen dat als je mensen niet kent, je daar ook vriendelijk tegen kan doen. Ze zegt doordat ze anderen in de dramales niet beoordeelde om wat ze deden, ze dit nu ook niet meer bij onbekenden zal proberen doen.

Norah geeft aan dat ze het gevoel had dat er tijdens de dramalessen sneller een groepsgevoel ontstond dan bij andere klasgroepen waarin ze heeft gezeten.

Niet alleen het leggen van nieuwe contacten loopt vlotter na dramalessen te hebben gevolgd, ook huidige relaties worden versterkt, zo meldden Romy en Hester.

Norah en Cleo getuigen over de ontwikkeling van hun empathisch vermogen:

Uhm, ja, ik denk dat je wel meer empathie kan hebben door dramalessen. Van... Dat je je wel... Dat je wel beter kan weten van "kijk, misschien als ik zo doe gaat die zich zo voelen", dus ik denk dat je wel echt veel meer empathie kan hebben. (Norah)

Ja, ik denk dat als je dan nieuwe mensen leert kennen of meer personages leert bestuderen en zo dat je dan beter begrijpt hoe dat je met mensen kan omgaan. En hoe dat mensen in elkaar zitten en zo. (Cleo)

Norah kan de culturele verschillen die ze ervaart beter een plaats geven:

De culturele verschillen. Dus ook als veel mensen het bekennen (ontkennen)... Ze zijn er wel... Ook hoeveel je het ook gaat bekennen (ontkennen), het is echt duidelijk dat die er zijn. Maar ik denk wel... Door drama dat je daar misschien... Anders over kan denken, want ik zelf, vroeger... Ik was zo... Ik ging echt zo meer om met alleen buitenlanders. Dan dacht ik van "oh, kijk ze..." Maar door dramalessen heb ik dan ook meer empathie kunnen voelen. Van "oké, dat is misschien normaal voor hun cultuur en gewoon niet die van mij", dus dat is tegen mijn cultuur, maar... Het is hun leven en ze mogen dat wel doen. (Norah)

Francis geeft aan niet meer positieve relaties met anderen te ervaren na de dramalessen.

2.5 Doelgerichtheid

Een directe vraag die polst naar het verband tussen dramalessen en de doelgerichtheid dimensie van mentaal welbevinden volgens Ryff werd niet in de interview-leidraad opgenomen. Hierover kunnen we geen resultaten rapporteren. Er waren wel vragen die hebben geleid tot indirecte resultaten met betrekking tot deze dimensie. Zo heeft Hester een toekomstbeeld gecreëerd, ze zou eventueel graag actrice worden:

Het leuk zou vinden moest ik ook een actrice of zo zou worden omdat ik wel, ja, gewoon een leuke ervaring had bij de dramalessen. (Hester)

2.6 Zelfacceptatie

Vijf van de zes leerlingen geven aan door dramalessen zichzelf meer te accepteren doordat ze het gevoel hadden zichzelf te kunnen zijn, ze zichzelf beter hebben leren kennen, meer zelfvertrouwen kregen, meer zelfliefde voelden en succeservaringen opdeden.

Naomi uitte dat ze zelfinzicht had gewonnen sinds de dramalessen. In haar antwoorden vergelijkt ze haar met een mede-dramastudent en plaatst haar eigen sterktes en zwaktes ten opzichte van deze student. Daarnaast spreekt Naomi over succeservaringen in de dramalessen die de tevredenheid met haarzelf positief hebben beïnvloed:

Maar... Ik weet niet, want bijvoorbeeld als je... tijdens de dramalessen gewoon iets goed hebt gedaan ofzo, dan ben je daar natuurlijk ook wel blij mee dat je weer zoiets nieuws hebt kunnen doen dat goed gegaan is, dus dan is dat... Dan ben ik wel tevreden natuurlijk. (Naomi)

Ook Norah treedt dit bij. Norah vult aan dat de dramalessen ook zorgen voor een verhoogd zelfvertrouwen en verhoogde zelfliefde:

In het begin, dacht ik van... Oké, misschien gaan mensen zo een beetje raar aankijken van "wat doe je hier?" Maar... Tijd na tijd merk je van "je kan gewoon jezelf zijn" en gewoon doen wat je moet doen of kan doen. Van... Je doet je best. Het is gewoon toch maar acteren, dus dat geeft je wel echt zelfvertrouwen en laat je wel echt beter voelen. (Norah)

Ik vind dat je... Als je zo meer les doet, dat je echt wel, echt, zekerder bent. En dan kun je zijn van "oh, kijk, ik zie er goed uit" of... Ook als ik iets helemaal absurds heb gedaan. (...) Dus ik denk dat dat wel een verband heeft om van jezelf een beetje meer te houden, soort van, als ik het zo mag zeggen. (Norah)

Hester vertelt over jezelf zijn tijdens de dramalessen:

Euhm... Ik denk dat veel mensen tegenwoordig zo... Iemand proberen te zijn die ze niet zijn. En bij de dramalessen kan je dan jezelf zijn en dan heb je misschien meer motivatie van "ik wil toch gelijk liever mezelf zijn en niet die andere persoon", zeg maar. (Hester)

Ze legt uit dat om te acteren je jezelf nodig hebt en je eerst moet weten wie je zelf bent om zo de raakvlakken en de verschillen met jezelf en een personage te kunnen identificeren.

Cleo zegt dat de invloed op haar zelfacceptatie eerder beperkt is, maar wijt dit aan haar al positieve zelfbeeld:

Ik denk dat ik sowieso al... Redelijk tevreden was over mezelf, en... Voor mij persoonlijk heeft drama dat niet echt beïnvloed (Cleo).

Francis geeft aan zichzelf niet meer te accepteren na de dramalessen.

2.7 Algemeen welbevinden

Er werden nog enkele effecten gerapporteerd die niet in één van de zes dimensies van mentaal welbevinden volgens Ryff (1989) gecategoriseerd konden worden. Ze worden weergegeven in Tabel 9.

Participant	Algemeen welbevinden
Romy	• Positieve invloed • Goed gevoel • Plezier maken • Ook serieus kunnen zijn • Leukste uur van de dag • Nuttig
Naomi	• Niet veel invloed, maar moest hoeveelheid toenemen zou ook de invloed toenemen • Stress op voorhand • Blijdschap achteraf
Norah	• Goed gevoel
Francis	• Leuke afsluiter van de dag • Het maakt de dag beter • Meer opgeladen • Blij
Cleo	• Meer ontspannen • Meer speels, minder serieus • Goed gevoel
Hester	• Stress voor opvoeringen • 50 zeer leuke minuten • Goed gevoel • Blij • Trots

Tabel 9: Verband tussen dramalessen en algemeen welbevinden

Alle leerlingen geven aan dat de dramalessen een positieve invloed had op hun algemeen welbevinden doordat ze er een goed gevoel aan over hielden, plezier maakten, het leuk vonden en er blij, trots, meer ontspannen en meer speels van werden.

Naomi en Hester geven aan dat ze af en toe stress ervoeren als er opvoeringen gepland stonden. Beiden gaven ze aan achteraf opgelucht en blij te zijn als de

opvoeringen voorbij waren en dat de stress niet nodig was achteraf gezien. Na de dramales keek Hester alweer uit naar de dramales van volgende week. Ze beschrijft haar beleving als volgt:

Ja, ik keek daar wel altijd naar uit zo... Op de maandagochtend zo "oh jeej, we hebben weer drama vandemiddag!" Dus dat was... Ja, dat is wel tof. (Hester)

Norah vertelt dat de effecten van de dramales ook de volgende dag bleven nazinderen, maar tegen het einde van de week was het minder. Maar dan was het maandag weer dramales dus zo bleven de effecten bestendig.

Naomi vindt dat de invloed op haar welbevinden beperkt is, maar wijt dit vooral aan de hoeveelheid tijd dat de dramales werd beoefend. Ze zegt dat als dramales meer dan één uur per week zou zijn, deze invloed significanter zou kunnen zijn.

Hoofdstuk 5: Discussie

Dit onderzoek had als doel om het verband tussen dramalessen en mentaal welbevinden uit te diepen via semigestructureerde diepte-interviews bij 6 leerlingen. De onderzoeksvraag luidt: **Hoe ervaren 2^e-graads doorstroomstudenten het verband tussen dramalessen en hun mentaal welbevinden?** Over het algemeen kan geconcludeerd worden dat er een overwegend positieve invloed is op het mentaal welbevinden. Dramalessen hebben bij de participanten het meest invloed gehad op hun persoonlijke groei, positieve relaties met anderen en zelfacceptatie. De dimensie autonomie werd voor de helft van de participanten sterk beïnvloed en voor de andere helft matig tot laag beïnvloed. De dimensies omgevingsbeheersing en doelgerichtheid werden nauwelijks beïnvloed.

1. Bespreking resultaten

1.1 Impact van dramalessen op de dimensies van mentaal welbevinden

Uit het onderzoek blijkt dat dramalessen ervoor zorgen dat de leerlingen hun emoties kunnen uiten, er meer bewust van worden en ze beter kunnen reguleren. Op deze manier werken dramalessen **autonomie** bevorderend. Dit ligt in lijn met het onderzoek van Goldstein et al. (2013) en Gül (2017), die beschrijven dat dramalessen een veilige omgeving biedt om emoties te uiten en te verkennen. Romy geeft aan dat ademhalingsoefeningen haar tot rust brengen, wat in lijn ligt met wat Eriksson et al. (2014) beschrijven over ademhaling en het omgaan met stress. Vijf van de zes participanten geven aan zich minder aan te trekken van de mening van anderen na het volgen van dramalessen, wat belangrijk is voor een mens om zijn of haar eigen weg te vinden in het leven en dus ook hun autonomie stimuleerde. Dit is een onverwachte bevinding aangezien de gevonden literatuur hier niet over spreekt.

De impact op de **omgevingsbeheersingsdimensie** van de leerlingen blijkt gering, of de participanten lijken er zich niet bewust van te zijn. Dit resultaat hoeft ook niet te verbazen, gezien het feit dat de participanten 15 jaar oud zijn en bijgevolg leerplichtig zijn en bovendien ouders hebben die veel van hun keuzes bepalen, zoals ze zelf ook aangeven. Het meten van de omgevingsbeheersing is meer toepasselijk

bij oudere mensen die op hun eigen benen staan. De gevonden literatuur over de effecten van drama spreekt niet over een betere omgevingsbeheersing, en dus is het verband vermoedelijk weinig tot niet aanwezig. Twee participanten zeggen dat het inleven in personages die hun omgeving beheersen dit effect wel teweeg zou kunnen brengen, maar hebben dit niet persoonlijk ervaren. In zijn onderzoek spreekt Wright (2006) over 'role play', de opvolger van 'role taking' (cf. Hoofdstuk 2), en stelt dat wanneer van mensen wordt verlangd dat ze handelen 'alsof' ze een bepaalde overtuiging aanhangen, hun houding waarschijnlijk in de richting van die overtuiging zal veranderen. De assumptie van de twee participanten wordt aldus door voorgaand onderzoek bevestigd.

In het onderzoek geven leerlingen aan dat ze een **persoonlijke groei** doormaakten doordat ze een bredere kijk hebben gekregen of meerdere oplossingen voor een probleem kunnen zien. Dit sluit aan bij het onderzoek van Incebacak et al. (2015), die beschrijven dat dramalessen de probleemoplossende vaardigheden van universiteitsstudenten verbeteren. Uit ons onderzoek blijkt dat leerlingen ook persoonlijke groei ervaren doordat ze nu makkelijker hun mening kunnen uiten, meer durven en meer openstaan voor nieuwe ervaringen. Dit zijn onverwachte bevindingen aangezien eerdere literatuur hier niet over spreekt. Echter, de verklaring voor deze fenomenen schuilt vermoedelijk in Norah haar antwoord. Ze geeft aan haarzelf minder te laten verlammen door angst na de dramalessen. Ook volgens Eriksson et al. (2014) heeft dramales dit gewenste effect. Francis geeft aan persoonlijk te zijn gegroeid doordat hij beter kan acteren na het volgen van dramalessen, wat een evident resultaat lijkt. Norah zou beter kunnen spreken voor publiek, wat aansluit met wat Eriksson et al. (2014) en Podlozny (2000) beschrijven over het verbeteren van verbale vaardigheden.

De participanten ervaren een grote impact op hun **positieve relaties met anderen**. Vier leerlingen geven aan dat ze socialer zijn geworden of minder sociale angst ervaren. Een reden hiervoor zou kunnen schuilen in het feit dat dramales een keuzevak is en dat er gemengde klasgroepen zijn. De leerlingen worden dus deels verplicht om met onbekenden in contact te treden. Echter, wanneer er wordt doorgevraagd op de verklaring voor deze sociale vooruitgang, blijkt uit de antwoorden van Hester en Naomi dat de inherent dynamische aard van de dramales

een grote factor is. Bij een dramalessen kom je automatisch met meerdere mensen in contact doordat de verschillende oefeningen dit vereisen. Dit sluit ook aan bij de onderzoeken van Eriksson et al., (2014), Joronen et al. (2008) en Schellenberg (2004) die er allemaal op wijzen dat dramalessen het sociale gedrag van kinderen verhoogt.

Norah en Naomi hebben minder angst om onbekenden aan te spreken, wat een niet eerder gevonden resultaat is. Eriksson et al. (2014) spreken enkel over een algemene angstreductie na het volgen van dramalessen. Romy en Hester geven aan dat hun huidige relaties versterkt zijn. Romy zegt dat dit een gevolg is van makkelijker haar mening te kunnen uiten, waar eerdere literatuur niet over spreekt. Hester heeft een sterke relatie kunnen uitbouwen met een mede drama student omwille van het vele plezier en gelach dat ze tijdens de dramalessen ervaren. De factor plezier komt sterk naar voren in het onderzoek van Eriksson et al. (2014), die vaststellen dat door dramalessen in te richten op school jongeren liever naar school gaan en ook meer van andere schoolactiviteiten genieten. Hester zegt dat ze door dramalessen het inzicht heeft gekregen dat als je mensen niet kent, je daar ook vriendelijk tegen kan doen. Ze zegt doordat ze anderen in de dramalessen niet beoordeelde om wat ze deden, ze dit nu ook niet meer bij onbekenden zal proberen doen.

Norah en Cleo geven aan meer empathisch vermogen te hebben ontwikkeld door het volgen van dramalessen, een resultaat waar Goldstein & Winner (2012) een hele studie over hebben opgezet om dit verband aan te tonen. Ook Wright (2006) vindt een significant verschil in het vermogen om rollen in te nemen (role taking) tussen een groep jongeren die geen dramalessen volgen en een groep die wel dramalessen volgt. Wright merkt op dat het aantal dramalessen dat de groep krijgt een belangrijke factor is om het 'role taking' vermogen te doen groeien.

Hester zal proberen minder bevooroordeeld te zijn tegenover vreemden, omdat ze in de dramalessen anderen ook niet veroordeelde voor wat ze deden. Norah zegt dat dramalessen ervoor zorgt dat je culturele verschillen makkelijker accepteert. Deze twee laatste resultaten sluiten aan bij wat Eriksson et al. (2014) vaststellen: leerlingen die dramalessen volgen zijn toleranter tegenover minderheden en buitenlanders.

De impact op de **doelgerichtheid** van de leerlingen is onduidelijk omdat er geen directe vraag over deze dimensie in de interview leidraad werd opgenomen. Enkel

uit Hester haar antwoorden kon een resultaat gedestilleerd worden, namelijk dat ze een toekomstbeeld creëerde: ze zou eventueel graag actrice worden. De verwachting is dat de impact op de doelgerichtheid dimensie gering zou zijn, aangezien het merendeel van de participanten aangaf weinig met de toekomst bezig te zijn. De gevonden over de literatuur over de effecten van drama spreekt ook nauwelijks over het verband tussen dramales en doelgerichtheid in het leven. Alleen Incebacak et al. (2015) beschrijven dat het beoefenen van drama het artistieke bewustzijn van studenten kan verhogen, waardoor studenten zich bewust worden van wat ze willen in hun leven.

Uit het onderzoek geven vijf van de zes leerlingen aan **zichzelf meer te accepteren** na dramalessen doordat ze het gevoel hadden zichzelf te kunnen zijn, ze zichzelf beter hebben leren kennen, meer zelfvertrouwen kregen, meer zelfliefde voelden en succeservaringen opdeden. Zo getuigen Romy, Naomi en Hester meer te weten wat er binnen hen leeft, welke gedachten en gevoelens ze ervaren en dat ze daar meer rust in hebben gevonden. Het verkrijgen van zelfkennis door dramatherapie is al aangetoond door meerdere studies (Orkibi et al., 2023). Turner et al. (2004) en Wright (2006) bewezen dat dramales leidt tot verhoogd zelfvertrouwen en een verhoogd zelfbeeld bij jongeren. Beide studies rapporteren ook dat het opdoen van succeservaringen tijdens dramales bijdraagt aan een positiever zelfbeeld, wat overeenkomt met de resultaten uit dit onderzoek.

Alle leerlingen gaven aan dat de dramalessen een positieve invloed hadden op hun **algemeen welbevinden** doordat ze er een goed gevoel aan over hielden, plezier maakten, het leuk vonden en er blij, trots, meer ontspannen en meer speels van werden, zoals Eriksson et al. (2014) dat ook in hun onderzoek beschreven. Dit zou ook een antwoord kunnen bieden op de huidige uitdagingen van het mentaal welbevinden van jongeren (Unicef België, 2022).

Echter, een belangrijk resultaat kwam van de antwoorden van Naomi en Hester, die aangaven dat ze stress en podiumvrees konden ervaren voor de opvoeringen die gepland stonden tijdens de dramales. De stress werd achteraf wel gecompenseerd door een gevoel van blijheid en trotsheid over hun opvoering. Toch is het belangrijk te vermelden dat de lesgever aandacht heeft voor positieve feedback, het benadrukken van het procesmatige karakter van de opvoeringen en dat falen is

toegestaan om op de podiumstress van de leerlingen te anticiperen en deze in te perken.

1.2 Algemene verbanden

Belangrijk om te vermelden is dat de zes dimensies geen aparte entiteiten zijn, maar dat deze onderling met elkaar verbonden zijn. Zo zal een verhoogd zelfvertrouwen niet alleen effect hebben op de zelfacceptatie, maar ook bijvoorbeeld invloed hebben op de autonomie, omgevingsbeheersing en persoonlijke groei van een persoon.

Zoals Romy zelf aangaf tijdens het interview wanneer ze het had over haar persoonlijke groei, kan het zijn dat er pas later in het leven effecten tot uiting komen bij de leerlingen. Het zou kunnen dat er in de dramalessen een bodem werd gelegd voor effecten die niet nu meteen zichtbaar zijn, maar later wel opduiken.

Opvallend is dat Francis, de enige mannelijke deelnemer aan het onderzoek, weinig verbanden waarnam tussen de dramalessen en de dimensies van welbevinden. Ook over zijn eigen welbevinden had hij een minder uitgebreide analyse in vergelijking met de andere vrouwelijke deelnemers. Hij gaf de indruk minder meta-cognitie te bezitten dan de vrouwelijke geïnterviewden. Dit kan een pure persoonlijke toevalligheid zijn, maar kan ook verwijzen naar het trager rijpen van de hersenen van jongens in vergelijking met meisjes, zoals in de ontwikkelingspsychologie al lang bekend is (Slot & van Aken, 2019).

Wanneer de participanten hun percepties over de dramalessen werden bevraagd, valt het op dat slechts één deelnemer, Cleo, op voorhand had voorgenomen om zichzelf beter te leren kennen door dramalessen te volgen. Uiteindelijk geven drie van de zes deelnemers aan meer zelfkennis te bezitten na de dramalessen, zonder dit van tevoren als doelstelling te hebben gehad.

Enkel Norah rapporteert een invloed van de dramalessen op haar mentaal welbevinden door indirecte bevraging. Bij de andere participanten levert een indirecte bevraging geen resultaten van de onderzoeksvraag op. Met een directe

vraagstelling komen bij alle participanten antwoorden naar boven die duiden op het effect van dramalessen op hun mentaal welbevinden.

Naomi antwoordde dat de dramalessen een beperkte invloed hadden op haar welbevinden, omdat ze het maar één uur in de week kreeg. In haar antwoord schuilt dat deze invloed groter kan zijn mochten de dramalessen meer in aantal waren geweest of de frequentie hoger was geweest.

Wanneer het huidige welbevinden van de participanten wordt bekeken, valt het op dat Norah een beduidend lager mentaal welbevinden heeft in vergelijking met de andere participanten. Ook Hester heeft een matig algemeen welbevinden en scoort matig op vier van de zes dimensies van mentaal welbevinden. Het zijn echter deze twee deelnemers die het meest invloed ervaren op de dimensies van mentaal welbevinden door de dramalessen. De vier andere deelnemers hebben een hoger mentaal welbevinden en rapporteren minder invloed te ervaren van de dramalessen op hun mentaal welbevinden. Een mogelijk besluit is dat leerlingen met een laag mentaal welbevinden meer effect van de dramalessen op hun mentaal welbevinden ervaren dan leerlingen met een hoog mentaal welbevinden.

2. Beperkingen van het onderzoek

Een eerste beperking van dit onderzoek zijn het aantal deelnemers aan het interview. Zes deelnemers is te weinig om deze resultaten te veralgemenen. De groep is ook weinig heterogeen aangezien vijf van de zes deelnemers zich vrouwelijk identificeren en alle participanten in hetzelfde studiejaar zitten en een doorstroom studierichting volgen. Geen vierdejaars uit de doelgroep wouden deelnemen aan het onderzoek, waardoor een vergelijkende studie tussen derdejaars en vierdejaars niet mogelijk was.

De vragenlijst werd opgesteld in samenwerking met de begeleider van de onderzoeker om zo te anticiperen op mogelijke betrouwbaarheids- en validiteitsproblemen. Dit heeft echter niet voorkomen dat, na het afnemen van de interviews, de onderzoeker opmerkte dat er geen vraag werd opgenomen in de vragenlijst die het verband exploreert tussen de dramalessen en de 'doelgerichtheid' dimensie van het mentaal welbevinden model van Ryff.

Ten derde werd er geen pre test afgenomen van het mentale welbevinden van de participanten en werden resultaten ook niet vergeleken met een controlegroep die geen dramalessen volgt, zoals dit gebruikelijk wel gebeurt in conclusief onderzoek. Kwantitatief onderzoek zal tot een nog beter gefundeerde conclusie over het effect van dramalessen bij tieners in doorstroom onderwijs kunnen komen dan dit onderzoek deed.

Verder zijn er een aantal factoren die een bias van validiteit zouden kunnen veroorzaken. Aangezien welbevinden een gevoelig thema is om over te spreken, zal het gevoel van veiligheid van de participant tijdens het interview een grote rol hebben gespeeld in het vergaren van de resultaten. De onderzoeker heeft voor de interviews plaats vonden telkens benadrukt dat de participanten vrij waren te delen wat ze wouden delen, hun anonimiteit gegarandeerd en geprobeerd een zo comfortabel mogelijke sfeer te creëren, maar dat zal niet hebben weggenomen dat participanten zich soms ongemakkelijk gevoeld zullen hebben om bepaalde zaken te delen. Bovendien had de onderzoeker een dubbele rol tijdens het interview, namelijk naast de rol van interviewer ook die van lesgever. De lesgever is ook degene die de participanten quoteert voor het keuzevak drama, waarin het gevaar schuilt dat de deelnemers hun antwoorden sociaal wenselijk stuurden.

Een laatste beperking is dat deze studie het eerste kwalitatieve onderzoek is dat de onderzoeker heeft opgezet, wat hem onvermijdelijk een lagere interviewerbekwaamheid geeft dan meer ervaren kwalitatief onderzoekers.

3. Contributies

Dit onderzoek draagt bij aan het eerdere onderzoek dat al werd geleverd naar de voordelen van drama educatie. Eerder grootschalig onderzoek werd gedaan door Eriksson et al. (2014) met hun Europees DICE project (Drama Improves Lisbon Key Competences in Education¹⁰) dat aantoonde dat drama educatie *werkt*. Ze beschreven dat drama educatie niet alleen artistiek en creatief werkzaam is in scholen, maar ook effect heeft als communicatievak (verhoogde competentie in de

¹⁰ Sleutelcompetenties voor levenslang leren zijn een combinatie van kennis, vaardigheden en attitudes. Ze zijn met name noodzakelijk voor persoonlijke vervulling en ontwikkeling, sociale inclusie, actief burgerschap en werkgelegenheid. Voor een korte beschrijving van de acht competenties, zie: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=LEGISSUM:c11090>

moedertaal), *Bildung*¹¹-vak (verhoogde competentie in het leren leren), socialisatievak (verhoogde sociale, interculturele en burgercompetentie) en innovatievak (verhoogde ondernemerscompetentie). In het DICE project werden 12 Europese landen opgenomen, maar België was geen daarvan. Noch werden in DICE de voordelen op vlak van het mentaal welbevinden onderzocht, waar deze studie zich op toespitst.

Dit onderzoek draagt ook bij aan het veld van dramatherapie. De positieve invloed die drama kan hebben op iemands mentale welzijn is extensief onderzocht in therapie context (Orkibi et al., 2023), maar deze studie paste die bevinding toe op een middelbare schoolcontext.

4. Verder Onderzoek

Op basis van dit exploratief onderzoek kan er verder conclusief onderzoek gebeuren. Ryff (1989) ontwikkelde een vragenlijst waarmee haar ontworpen dimensies van mentaal welbevinden kwantitatief bevraagd en vervolgens statistisch geanalyseerd kunnen worden. Gül (2017) werkte al eerder met deze vragenlijst om te bepalen of dramalessen effect hebben op het mentaal welbevinden van de studenten van de afdeling Lichamelijke Opvoeding en Sportonderwijs van de Faculteit Sportwetenschappen van de Selçuk Universiteit in Turkije. Hij stelde vast dat er een verschil was ten gunste van de posttestscores tussen de pretest- en posttestgemiddelden op alle dimensies van het mentaal welbevinden model van de kandidaat-leraren, maar dit verschil was niet significant op het niveau van 0,05.

Het causale verband tussen psychodrama en drama therapie en mentaal welbevinden werd al wetenschappelijk bewezen (Orkibi et al., 2023), maar dit werd nog niet kwantitatief getoetst in een secundaire schoolcontext. Hier ligt een opening voor verder onderzoek.

Wright (2006) vond in zijn onderzoek naar het verband tussen drama educatie en zelfontwikkeling dat er pas een significant verschil ($p < 0.0001$) in het vermogen om rollen in te nemen (role taking) optrad in de onderzoeksgroep die het meest

¹¹ Bildung kan worden opgevat als 'vorming', 'groei', 'vormgeving', 'cultivatie', 'beschaving' of 'verfijning'. Bildung wordt niet beperkt door een specifieke doeloriëntatie, noch is het passief. Bildung is doorlopend, onbeperkt in omvang en, het allerbelangrijkste, omvat de hele persoon. Niemand leidt je ergens heen. Bildung is de opleiding die je jezelf geeft. Zie: <https://www.enotes.com/topics/bildungsroman/questions/definition-bildung-apart-from-bildungsroman-386432>

dramalessen kreeg. Bij de andere onderzoeksgroepen die minder dramalessen kregen was dit verschil niet significant. Dit suggereert dat er een minimumaantal dramalessen nodig zijn opdat er een betekenisvolle impact zichtbaar is voor bepaalde variabelen. Dit inzicht is ook toepasbaar voor de dimensies van mentaal welbevinden. Verder onderzoek dient uit te wijzen wat welk minimumaantal dramalessen nodig zijn en met welke frequentie de dramalessen georganiseerd moeten worden opdat er merkbare verschillen optreden in de dimensies van mentaal welbevinden.

Dit onderzoek bevatte participanten uit studierichtingen met doorstroom finaliteit. Verder onderzoek dient te gebeuren om de resultaten te veralgemenen naar leerlingen uit dubbele finaliteit of arbeidsmarkt finaliteit studierichtingen.

Zoals in Hoofdstuk 2 beschreven is mentaal welbevinden maar één van de drie soorten welbevinden die worden omschreven in de literatuur. Verder onderzoek kan uitwijzen wat de invloed van dramalessen op het sociaal of psychosociaal¹² welbevinden van een persoon kan betekenen, zodat ook de sociale dimensie van welbevinden in kaart wordt gebracht. Steeger (2014) werkte in zijn onderzoek een vragenlijst uit om sociaal welbevinden te meten en kan als uitgangspunt dienen om zo een studie op te zetten.

¹² De term psychosociaal welbevinden heeft betrekking op de nauwe samenhang tussen het mentaal welbevinden en de sociale ervaringen van een individu (Kumar, 2020).

Hoofdstuk 6: Besluit

In dit onderzoek werd nagegaan of dramalessen invloed hebben op de zes dimensies van mentaal welbevinden volgens Ryff (1989). Er werd een duidelijke, positieve invloed vastgesteld op de persoonlijke groei, positieve relaties met anderen en zelfacceptatie dimensies. De invloed op de autonomie is matig en op de omgevingsbeheersing is de invloed gering. Er ontbreken gegevens om een besluit te maken over de doelgerichtheid dimensie, maar de verwachting is dat deze laag is. Het algemeen mentaal welbevinden van de participanten lijkt te zijn toegenomen na het volgen van dramalessen. Uit het onderzoek blijkt dat de invloed groter is bij jongeren wiens mentaal welbevinden laag is dan bij jongeren met een matig tot hoog mentaal welbevinden, al dient verder onderzoek dit verder te staven. De belangrijkste, niet eerder gevonden resultaten zijn dat participanten aangeven zich minder aan te trekken van de mening van anderen, makkelijker hun mening te kunnen uiten, meer te durven, meer open te staan voor nieuwe ervaringen en meer onbekenden durven aan te spreken. Vele andere resultaten bevestigen wat eerdere literatuur al bewees.

Gezien de positieve bevindingen die drama lessen hebben op het welbevinden van jongeren is deze thesis ook een pleidooi voor het meer integreren van dramalessen in het algemene curriculum van doorstroom-richtingen of het als keuzevak aan te bieden. In die zin sluit dit onderzoek aan bij de concluderende opmerkingen van Eriksson et al. (2014), die het DICE project tot stand brachten:

Het opvoeden van burgers met educatief theater en drama in het curriculum kan helpen het aantal vroegtijdige schoolverlaters te verminderen, de algehele kwaliteit van onderwijs en opleiding te verbeteren, een sterkere synergie tussen cultuur en onderwijs te creëren en actievere burgers aan te moedigen - burgers die meer sympathie hebben voor culturele diversiteit - en meer innovatieve en creatieve burgers (Eriksson et al., 2014, p. 407)

In deze tijden van oorlog in de wereld, kan bij haar burgers de ontwikkeling van empathie alleen maar worden aangemoedigd. Zoals Meryl Streep het verwoord: *The great gift of human beings is that we have the power of empathy.*

Literatuurlijst

- Barton, G., & Baguley, M. (2017). The Palgrave Handbook of Global Arts Education. In *Palgrave Macmillan*. https://doi.org/10.1057/978-1-137-55585-4_17
- Bohlmeijer, E., Westerhof, G., Bolier, L., Steeneveld, M., Geurts, M., & Walburg, J. (2013). Welbevinden : van bijzaak naar hoofdzaak? *De Psycholoog*.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101.
<https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Centrale Commissie Mensgebonden Onderzoek. (2024). *Centrale Commissie Mensgebonden Onderzoek*. <https://www.ccmo.nl/>
- Comfortzone - Wikipedia. (n.d.). Retrieved August 14, 2023, from <https://nl.wikipedia.org/wiki/Comfortzone>
- De Pelsmacker, P., & Van Kenhove, P. (2014). *Marktonderzoek: methoden en toepassingen* (Derde druk). Pearson Benelux.
- Eisenhardt, K. M. (1989). Building Theories from Case Study Research Published by : Academy of Management Stable. *The Academy of Management Review*, 14(4), 532–550.
- Ely, M., Vinz, R., Anzul, M., & Downing, M. (1997). On Writing Qualitative Research. In *On Writing Qualitative Research: Living by Words*. Falmer Press.
- Encyclo. (2023). *ENCULTURATIE DEFINITIE*.
<https://www.encyclo.nl/begrip/enculturatie>
- Eriksson, S. A., Heggstad, K. M., Heggstad, K., & Cziboly, Á. (2014). 'Rolling the DICE'. Introduction to the international research project Drama Improves Lisbon Key Competences in Education. *Research in Drama Education*, 19(4), 403–408. <https://doi.org/10.1080/13569783.2014.954814>
- Goldstein, T. R., Tamir, M., & Winner, E. (2013). Expressive suppression and acting classes. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 7(2), 191–196.
<https://doi.org/10.1037/a0030209>
- Goldstein, T. R., & Winner, E. (2012). Enhancing Empathy and Theory of Mind. *Journal of Cognition and Development*, 13(1), 19–37.
<https://doi.org/10.1080/15248372.2011.573514>

- Gül, Ö. H. S. (2017). Effects Of The Drama Course On Psychological Well-Being Of Physical Education Teacher Candidates. *International Journal of Environmental and Science Education*, 12(3), 559–569.
<https://doi.org/10.12973/ijese.2017.1247p>
- HBSC Vlaanderen. (2022). *HBSC Vlaanderen (Jongeren en Gezondheid) | Cross-nationale studie in samenwerking met de Wereldgezondheidsorganisatie*.
<https://www.jongeren-en-gezondheid.ugent.be/>
- Helan. (2022). *Buikademhaling*. Helan Magazine.
<https://www.helan.be/nl/magazine/mijn-gezondheid/fit-in-je-hoofd/buikademhaling/>
- Incebacak, B. B., Esen, E., & Incebacak, E. (2015). The Effect of Creative Problem Solving on Creative Thinking. *Proceedings of International Academic Conference on Teaching, Learning and E-Learning, November*, 30–35.
- Joronen, K. K., Rankin, S. H., & Åstedt-Kurki, P. (2008). School-based drama interventions in health promotion for children and adolescents: systematic review. *Journal of Advanced Nursing*, 63(2), 116–131.
<https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2008.04634.x>
- Karakelle, S. (2009). Enhancing fluent and flexible thinking through the creative drama process. *Thinking Skills and Creativity*, 4(2), 124–129.
<https://doi.org/10.1016/j.tsc.2009.05.002>
- Keyes, C. L. M. (2002). Selecting Outcomes for the Sociology of Mental Health: Issues of Measurement and Dimensionality. *Source: Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207–222.
- Kumar, C. (2020). Psychosocial Well-Being of Individuals. In W. Leal Filho, A. M. Azul, L. Brandli, P. G. Özuyar, & T. Wall (Eds.), *Quality Education* (pp. 676–686). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-95870-5_45
- Lamers, S. M. A., Westerhof, G. J., Bohlmeijer, E. T., Ten Klooster, P. M., & Keyes, C. L. M. (2011). Evaluating the psychometric properties of the mental health Continuum-Short Form (MHC-SF). *Journal of Clinical Psychology*, 67(1), 99–110. <https://doi.org/10.1002/JCLP.20741>
- Lee, C., & Keyes, M. (1998). Social Well-Being. *Quarterly*, 61(2), 121–140.
- McGrath, J., & Smith, J. (2005). Qualitative Psychology: A Practical Guide to

- Research Methods. *Experimental Psychology - EXP PSYCHOL*, 52, 80–81.
<https://doi.org/10.1027/1618-3169.52.1.80>
- Method Acting UK. (2024). *Basic Relaxation - Method Acting*. Method Acting UK.
<https://www.methodacting.co.uk/basic-relaxation/>
- NJi - Nederlands Jeugdinstituut. (2023). *Cijfers over welbevinden en mentale gezondheid*. <https://www.nji.nl/cijfers/welbevinden>
- Omzendbrief SO 64 van 25/06/1999, (2022) (testimony of Onderwijs Vlaanderen).
<https://data-onderwijs.vlaanderen.be/edulex/document.aspx?docid=9418>
- Orkibi, H., Keisari, S., Sajnani, N. L., & de Witte, M. (2023). Effectiveness of Drama-Based Therapies on Mental Health Outcomes: A Systematic Review and Meta-Analysis of Controlled Studies. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*. <https://doi.org/10.1037/aca0000582>
- Overlie, M. (2016). *Standing in space: the six viewpoints theory and practice*.
<https://www.sixviewpoints.com/store/standing-in-space>
- Podlozny, A. (2000). Strengthening Verbal Skills through the Use of Classroom Drama: A Clear Link. *Journal of Aesthetic Education*, 34(3/4), 239–275.
<https://doi.org/https://doi.org/10.2307/3333644>
- Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. (2024). *Mentale gezondheid jongeren | RIVM*. <https://www.rivm.nl/gezondheidsonderzoek-covid-19/kwartaalonderzoek-jongeren/mentale-gezondheid>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(May), 141–166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., Almeida, D. M., Ayanian, J. Z., Carr, D. S., Cleary, P. D., Coe, C., Davidson, R. J., Krueger, R. F., Lachman, M. E., Marks, N. F., Mroczek, D. K., Seeman, T. E., Mailick Seltzer, M., Singer, B. H., Sloan, R. P., Ann Tun, P., Weinstein, M., & Williams, D. R. (2004). *Midlife in the United States (MIDUS 2), 2004-2006. Midus 2*.
<https://doi.org/https://doi.org/10.3886/ICPSR04652.v8>

- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Schellenberg, E. G. (2004). Music lessons enhance IQ. *Psychological Science*, 15(8), 511–514. <https://doi.org/10.1111/j.0956-7976.2004.00711.x>
- Slot, W., & van Aken, M. (2019). *Psychologie van de adolescentie - Basisboek* (26e druk). ThiemeMeulenhoff.
- Spicer, N. (2023). *21 Evidence-Based Benefits of Drama and Theater Education*. We The Parents. <https://wetheparents.org/drama-benefits>
- Steege, T. (2014). Hoe is uw sociaal welbevinden? De constructie en validatie van een nieuw ontwikkelde vragenlijst over het sociaal welbevinden [Twente]. In *Universiteit Twente*. <https://eje.bioscientifica.com/view/journals/eje/171/6/727.xml>
- TimeChimp. (2023). *Verschil doel, doelstelling & resultaat - TimeChimp*. <https://www.timechimp.com/blog/verschil-tussen-doel-doelstelling-en-resultaat-in-projecten>
- Turner, H., Mayall, B., Dickinson, R., Clark, A., Hood, S., Wiggins, M., & Samuels, J. (2004). Children engaging with drama: an evaluation of the national theatre's drama work in Primary schools 2002-2004. *Social Science Research Unit Institute of Education University of London*. <https://doi.org/0-9547968-0-2>
- Unicef België. (2022). *UNICEF België | Jongeren wereldwijd bezorgd over hun mentaal welzijn*. Rapport: State of the World's Children. <https://www.unicef.be/nl/internationale-publicaties/state-worlds-children/rapport-2022>
- Vansteenkiste, M., van den Broeck, A., de Witte, H., Lens, W., & Andriessen, M. (2009). De Zelf-Determinatie Theorie: Kwalitatief goed motiveren op de werkvloer. *Gedrag En Organisatie*, 22(4), 316–334. <https://doi.org/10.5117/2009.022.004.002>
- Wright, P. R. (2006). Drama education and development of self: Myth or reality? *Social Psychology of Education*, 9(1), 43–65. <https://doi.org/10.1007/s11218-005-4791-y>

Bijlagen

A. Informed consent voor ouders



VAKGROEP
ONTWIKKELINGS-, PERSOONLIJKHEIDS- EN SOCIALE PSYCHOLOGIE
ONDERZOEK
VERBAND TUSSEN DRAMA-LESSEN EN HET PSYCHOLOGISCH
WELBEVINDEN VAN 2^{de}-GRAADS DOORSTROOM-STUDENTEN

Beste ouder/voogd,

Vanuit de onderzoeksgroep Sociale psychologie van de Universiteit Gent, onderzoeken we het verband tussen drama-lessen en de impact daarvan op de persoon binnen de context van het derde en vierde middelbaar in het doorstroom-onderwijs. Hiervoor hebben we de input nodig van leerlingen uit de tweede graad van het doorstroom-onderwijs die drama-les volgen. Deze leerlingen zullen bevestigd worden aan de hand van een interview.

INFORMED CONSENT

Ik, ondergetekende, ouder/voogd van
....., geef hierbij mijn kind de toestemming om
deel te nemen aan een onderzoek aan de Vakgroep ONTWIKKELINGS-, PERSOONLIJKHEIDS- EN SOCIALE
PSYCHOLOGIE / aan de onderzoeksgroep SOCIALE PSYCHOLOGIE / onder leiding van Prof. Dr. Alain
Van Hiel van de Universiteit Gent. Ik verklaar dat ik

- (1) de uitleg over de aard van de vragen en de taken die tijdens dit onderzoek zullen worden aangeboden, heb gekregen en dat mij de mogelijkheid werd geboden om bijkomende informatie te verkrijgen;
- (2) volledig uit vrije wil mijn kind laat deelnemen aan het wetenschappelijk onderzoek;
- (3) de toestemming geef aan de onderzoekers om de resultaten op anonieme wijze te bewaren, te verwerken en te rapporteren;
- (4) op de hoogte ben van de mogelijkheid om de deelname van mijn kind aan het onderzoek op ieder moment stop te zetten en dit zonder opgave van reden;
- (5) weet dat niet deelnemen of de deelname van mijn kind aan het onderzoek stopzetten op geen enkele manier negatieve gevolgen heeft voor mijn kind.
- (6) weet dat ik op aanvraag een samenvatting van de onderzoeksbevindingen kan krijgen nadat de studie is afgerond en de resultaten bekend zijn;
- (7) geef toestemming dat de data van mijn kind gebruikt worden voor verder analyse door andere onderzoekers na volledige anonimisering;
- (8) weet dat UGent de verantwoordelijke eenheid is m.b.t. persoonsgegevens verzameld tijdens het onderzoek. Ik weet dat de data protection officer me meer informatie kan verschaffen over de bescherming van de persoonlijke informatie van mijn kind. Contact: Hanne Elsen (privacy@ugent.be).

Gelezen en goedgekeurd op (datum),



Handtekening van de ouder/voogd van het kind

Naam van de verantwoordelijke onderzoeker:

Promotor: Prof. Dr. Alain Van Hiel,
Begeleider: Barbara Valcke
Thesisstudent: Matthew Wright



**UNIVERSITEIT
GENT**

B. Informed consent voor participant



VAKGROEP
ONTWIKKELINGS-, PERSOONLIJKHEIDS- EN SOCIALE PSYCHOLOGIE
ONDERZOEK
VERBAND TUSSEN DRAMA-LESSEN EN HET PSYCHOLOGISCH
WELBEVINDEN VAN 2^{de}-GAADE DOORSTROOM-STUDENTEN

INFORMED CONSENT

Ik, ondergetekende, verklaar
hierbij dat ik, als participant aan een onderzoek aan de Vakgroep ontwikkelings-,
persoonlijkheds-, en sociale psychologie aan de onderzoeksgroep sociale psychologie onder
leiding van promotor Prof. Dr. Alain van Hiel en begeleider Dr. Barbara Valcke van de
Universiteit Gent,

- (1) de uitleg over de aard van de vragen en de taken die tijdens dit onderzoek zullen worden
aangeboden, heb gekregen en dat mij de mogelijkheid werd geboden om bijkomende
informatie te verkrijgen;
- (2) totaal uit vrije wil deelneem aan het wetenschappelijk onderzoek;
- (3) de toestemming geef aan de onderzoekers om mijn resultaten op anonieme wijze te
bewaren, te verwerken en te rapporteren;
- (4) op de hoogte ben van de mogelijkheid om mijn deelname aan het onderzoek op ieder
moment stop te zetten en dit zonder opgave van reden;
- (5) weet dat niet deelnemen of mijn deelname aan het onderzoek stopzetten op geen
enkele manier negatieve gevolgen heeft op mij;
- (6) weet dat ik op aanvraag een samenvatting van de onderzoeksbevindingen kan krijgen
nadat de studie is afgerond en de resultaten bekend zijn;
- (7) weet dat UGent de verantwoordelijke eenheid is m.b.t. persoonsgegevens verzameld
tijdens het onderzoek. Ik weet dat de data protection officer me meer informatie kan
verschaffen over de bescherming van mijn persoonlijke informatie. Contact: Hanne Elsen
(privacy@ugent.be).

Gelezen en goedgekeurd op (datum),

Handtekening van de participant

Naam thesisstudent: Matthew Wright (Matthew.Wright@UGent.be)



C. Vragenlijst demografische gegevens

Voornaam:

Naam:

Geboortedatum:

Geslacht: M ☐ V ☐ X ☐

Woonplaats:

Geboorteland:

Studiejaar:

Studierichting:

School:

D. Vragenlijst interview

Blok 1: verwachtingen, verloop en invloed van de dramalessen

1. Wat hoopte je te verkrijgen door dramalessen op te nemen als keuzevak?
2. Op welke manier zijn deze verwachtingen al dan niet ingevuld?
3. Welke effecten van de dramalessen heb je wel ervaren die je eigenlijk niet verwacht had?
4. Hoe is de manier waarop je in het leven staat veranderd sinds het krijgen van dramalessen?

Blok 2: huidige welbevinden van de participant

5. Hoe is jouw welbevinden op dit moment?

De volgende vragen zijn opgedeeld in de zes dimensies van mentaal welbevinden volgens Ryff (1989). De zes dimensies zijn:

- Autonomie dimensie
- Omgevingsbeheersing dimensie
- Persoonlijke groei dimensie
- Positieve relaties met anderen dimensie
- Doelgerichtheid dimensie
- Zelfacceptatie dimensie

6. In welke mate ben je beïnvloedbaar door anderen?

7. Wat zijn de oorzaken dat je al dan niet beïnvloedbaar bent, denk je?

8. In welke mate heb je het gevoel de leiding te hebben over de situatie waarin je leeft?
9. Welke gevoelens geven jou dat?
10. Op welke manier ben je wel of niet gegroeid als persoon de voorbije jaren?
11. Als 0 een gewoontedier is en 10 iemand is die altijd nieuwe dingen uitprobeert, waar zou je jezelf dan op deze schaal plaatsen en waarom?
12. Hoe vaak in de week ga je om met anderen?
13. Voel je je eenzaam (verschil tussen loneliness en solitude¹³) en waaraan kan je dat merken?
14. Hoe belangrijk vind je het om tijd met anderen te spenderen en waarom?
15. Wat is jouw doel in het leven (als je er één hebt)?
16. In welke mate denk je op het juiste pad te zitten om je doel te bereiken?
17. Hoe vaak ben je bezig met de toekomst en welke weg je uit wilt gaan?
18. Hoe voel jij je ten opzichte van jezelf als persoon?
19. Hoe vergelijk je jezelf ten opzichte van je leeftijdsgenoten?

¹³ Loneliness = sadness because one has no friends or company.
Solitude = the state or situation of being alone.

Blok 3: verband tussen dramalessen en welbevinden

20. Wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en jouw welbevinden?
21. Wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en de invloed van anderen op jou?
22. Wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en het zorgen maken over wat anderen over je denken?
23. Wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en het gevoel dat je de leiding hebt over je leefsituatie?
24. Wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en de motivatie om jezelf te verbeteren als persoon?
25. Wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en je relaties met anderen?
26. Wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en tevredenheid over jezelf?
27. Wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en het vergelijken van jezelf met leeftijdsgenoten?
28. Welke verschillen merkte je in je gemoedstoestand voor en na een dramalessen?

E. Perceptie en ervaring van de dramalessen

Tabel 10 geeft per participant een overzicht van de verwachtingen van de dramalessen, hoe aan deze verwachtingen is voldaan, of er sprake was van onverwachte activiteiten en hoe iedere deelnemer denkt dat de dramalessen hem of haar als persoon heeft beïnvloed. Opmerkelijke antwoorden, of antwoorden die een groot verschil tonen met de andere responsen werden in het **geel** aangeduid.

De meeste verwachtingen van de dramalessen van de participanten kwamen overeen met elkaar en strookten ook met de lesinhouden. Zo dacht de meerderheid van de participanten dat ze gingen: toneel spelen, leren acteren, improviseren, monologen opvoeren, scènes opvoeren en acteren in film. Enkel Romy verwachtte naast spelen ook creatieve maakprocessen gedurende de lessen. Cleo haar antwoord week af van de andere deelnemers: zij zei dat ze haarzelf beter wou leren kennen. Francis zijn voornaamste motivatie om woordkunst-drama te kiezen was omdat de andere keuzevakken hem saai leken.

Romy, Naomi en Cleo hun verwachtingen over de dramalessen werden voldaan. Hester haar verwachtingen omtrent het film-acteren werden vervuld, maar ze bleef een beetje op haar honger zitten op het vlak van toneelspelen. Ze begreep echter dat dit te maken had met de beperkte beschikbare lestijd. Ook Francis had verwacht meer te acteren. Hij ervaaarde het bewegingstheater niet als 'echt' acteren. Norah had verwacht om scènes waarin dialoog plaatsvond te acteren. Deze verwachting werd niet voldaan.

Drie van de zes respondenten, Romy, Cleo en Hester, hadden niet verwacht om ademhalingsoefeningen te doen tijdens de dramalessen. Achteraf gezien leek het voor alle drie wel logisch dat dit werd opgenomen in het curriculum. Naomi verwachtte niet dat een film ging worden gecreëerd en dat ze ging moeten bewegen op muziek tijdens de bewegingstheater-lessen. Ook voor Hester kwam het bewegingstheater onverwacht. Norah leerde veel bij omdat de acteerdisciplines 'monoloog opvoeren', 'film-acteren' en 'improviseren' nieuw waren voor haar. Voor

Francis kwam 'walking in space' (rondstappen in de ruimte) als een verrassing. Hij ervaarde dit niet als 'echt' acteren en vond het minder leuk dan de andere lesactiviteiten. Cleo had niet verwacht dat het moeilijk zou zijn om haarzelf serieus te houden in een emotie. Haar verklaring hiervoor was de aanwezigheid van haar vriendinnen in de les. Naarmate ze meer emoties uitdrukte tijdens de lessen werd het makkelijker om de emoties aan te houden.

Ten slotte werd in Blok 1 getoetst welke effecten de dramalessen hadden op de participant, m.a.w. hoe de manier dat hij of zij in het leven staat is gewijzigd of hoe zijn of haar denkwijze is veranderd sinds het krijgen van dramalessen.

Bijna alle participanten geven aan dat de dramalessen geen of bijna geen invloed hebben gehad op hun leven als de vraag indirect wordt gesteld. Enkel Norah rapporteert een sterke invloed. Zij geeft aan dat de dramalessen haar meer zelfvertrouwen hebben gegeven en dat ze daardoor makkelijker durft praten tegen onbekenden. Zo kan ze na een dramalessen makkelijker zelf een afspraak maken of alleen naar de winkel gaan, terwijl ze normaliter vaak hulp van haar moeder of zus moet vragen om dat te doen. Ze gaf ook aan dat ze veel moeilijkheden in het leven had meegemaakt de voorbije tijd en dat de dramalessen haar erbovenop hebben geholpen. De dramalessen deden haar veel beter voelen. Toen haar gevraagd werd waarom, gaf ze volgend antwoord:

Ik denk dat omdat er veel dingen waren... In de dramalessen, niemand kijkt wat er is gebeurd in het verleden of wat er nu is. Het is gewoon echt over die les en dan worden er andere dingen niet bij betrokken. En dat is dan wel... Je kan dan wel echt jezelf zijn, of het personage dat je speelt. (Norah)

Francis merkte op dat hij soms vanuit zijn buik praat in alledaagse contexten sinds het krijgen van dramalessen, en dat acteren moeilijker is dan hij initieel dacht. Alle participanten gaven tijdens het interview aan dat ze de dramalessen leuk vonden en dat er dus een factor van plezier in hun leven bijkwam.

Participanten	Romy	Naomi	Norah	Francis	Cleo	Hester
Variabele						
Verwachtingen van de dramalessen	• Toneel spelen en maken • Film maken	• Improvisatie oefeningen • Toneel opvoeren • Monoloog opvoeren	• Leren acteren • Monoloog opvoeren • Scènes opvoeren	• Leren acteren • Plezier • De andere keuzevakken leken saaier	• Mijzelf leren kennen (persoonlijke ontwikkeling) • Uitproberen • Plezier	• Leren acteren
Verwachtingen (on)voldaan	• Verwachtingen voldaan • De lessen waren gevarieerd maar toch verbonden met elkaar	• Verwachtingen voldaan	• Wel voldaan: film-acteren • Niet voldaan: Een dialoog of scène opvoeren	• Minder geacteerd dan verwacht. • De opvoeringen, improvisatie en het film-acteren werden ervaren als 'echt' acteren, bewegingstheater niet	• Weinig verwachtingen • Beter beeld gekregen over acteren en toneel	• Wel voldaan: film-acteren • Niet voldaan: Hoeveelheid toneelspelen • Monoloog was uitdagend.
Onverwachte activiteiten	• Buikademhaling • Houding bij het spreken	• Film maken • Bewegingstheater	• Monoloog opvoeren • Film-acteren • Improvisatie.	• Walk in space oefening	• Onverwacht leuk • Ademhalingsoefeningen • Moeilijkheid om mijzelf serieus te houden in een emotie.	• Ademhalingsoefeningen • Bewegingstheater
Invloed van de dramalessen op persoon	• Geen invloed	• Bijna geen invloed	• Makkelijker durven praten • Meer zelfvertrouwen • Beter voelen na een zware periode • Jezelf zijn	• Vanuit de buik praten • Acteren is moeilijker dan gedacht	• Geen invloed • "Acteren was een toffe extra, maar ik denk niet het een groter deel van mijn leven gaat worden."	• Bijna geen invloed • Toekomstbeeld gecreëerd: actrice worden

Tabel 10: Perceptie en ervaring van de dramalessen

F. Huidige mentaal welbevinden

1. Romy

Romy voelt haar over het algemeen goed, maar momenteel gaat het iets minder omdat haar vader de dag voordien naar het ziekenhuis moest gaan. Hij heeft een kwetsuur aan zijn knie, die hem voor de rest van zijn leven parten zal spelen.

Ze vindt zichzelf niet echt beïnvloedbaar, zo zegt ze:

Het is niet dat anderen mij gaan moeten vertellen wat ik moet doen of wie ik moet zijn of wat maar... Ik kan wel mijn eigen mannetje staan. (Romy)

Romy is ervan overtuigd dat als ze haar hart volgt en doet wat ze wil, ze ook gelukkiger zal zijn. Ze geeft echter aan nog niet echt in situaties van grote groepsdruk te hebben gezeten. Ze is wel geïnteresseerd in wat anderen over haar denken.

Romy geeft aan een groot gevoel van omgevingsbeheersing te bezitten. Ze krijgt het vertrouwen van haar ouders om de keuzes te maken die zij wil maken.

Romy voelt aan dat ze voorbije jaren is gegroeid als persoon omdat ze meer zichzelf heeft leren kennen en haar interesses begint te ontdekken. Omdat ze nu grotendeels weet waar haar interesses liggen, zegt ze dat ze nu niet meer zoveel nieuwe activiteiten zou proberen. Ze geeft haarzelf een 4 op 10 op de schaal van nieuwe dingen proberen.

Romy heeft veel sociale contacten. Ze heeft contact met een grote groep vrienden op school, vrienden van de volleybalclub en vrienden van vroeger. Ze voelt zich niet eenzaam. Als ze alleen is, is dat een bewuste keuze om op haar gemak te zijn. Romy vindt het belangrijk om sociale contacten te onderhouden voor plezier en voor steun, maar vindt het niet erg om alleen te zijn.

Romy heeft nog niet echt doelen of toekomstplannen in haar leven, behalve de wens om veel te reizen. Ze zet nu al geld opzij voor later om dit doel na te gaan of als buffer voor mocht het nodig zijn. Romy denkt niet veel aan de toekomst en leeft vooral in het nu.

Romy is tevreden met zichzelf als persoon. Ze vergelijkt zichzelf bewust niet veel met leeftijdsgenoten. Dit zou wel onbewust kunnen gebeuren. Ze is weinig beïnvloedbaar door sociale media.

2. Naomi

Naomi voelt haar over het algemeen goed. Er is niets slechts waaraan ze kan denken op het moment van het interview.

Naomi is beïnvloedbaar door de gevoelens van anderen. Als mensen in haar naaste omgeving zich slecht voelen, zal zij zich ook slecht voelen en omgekeerd als zij zich goed voelen, zij ook. Naomi maakt een onderscheid in de personen door wie ze beïnvloedbaar is. Zo hebben haar vrienden meer invloed op haar dan haar ouders. Over de grote zaken in haar leven, zoals bijvoorbeeld haar toekomst, zegt ze geen invloed van anderen te ervaren. Dan maakt ze haar keuzes zelf, ongeacht de mening van anderen. Voor de keuze van het keuzevak woordkunst-drama heeft Naomi zich echter wel laten leiden door haar vriendinnen. Ze wou eigenlijk graag dans doen, maar ze wou niet alleen zijn, dus daarom koos ze toch voor woordkunst-drama.

Naomi heeft het gevoel haar omgeving te beheersen, maar dat is mogelijk een schijnbaar gevoel. Ze volgt namelijk nauw het advies van haar ouders:

Ik beslis...veel wat ik doe, maar ja, soms is het ook mijn ouders die zeggen van "je mag dat niet doen", of "dat mag je wel doen", of "je móét dat doen". (Naomi)

Ze geeft aan dat veel van wat ze beslist in lijn ligt met wat haar ouders willen, maar moest dit niet zo zijn dit voor problemen zou zorgen.

Naomi vindt dat ze deels is gegroeid en deels ook niet de voorbije jaren. Ze heeft veel nieuwe vrienden leren kennen waardoor ze nieuwe activiteiten onderneemt. Ze vindt ook dat ze zelfstandiger is geworden. Ze zegt dat voor de rest veel hetzelfde is gebleven. Naomi geeft haarzelf een 7 of 8 op 10 voor het uitproberen van nieuwe dingen, ze zegt:

Ja, ik wil zoveel mogelijk leren kennen en weten van de wereld, dus dan is dat ook leuk om nieuwe dingen te eten of te doen. (Naomi)

3. Norah

Norah voelt zich op het moment van het interview niet zo goed in haar vel. Er zijn momenteel enkele zaken in haar leven aan het wegen en ook in het verleden zijn er zaken gebeurd die haar welbevinden beïnvloeden. Ze zegt:

Het is gewoon echt... Thuis is het soms ook wel moeilijk, dan op school ook en algemeen is het zo... Doordat sommige dingen zijn gebeurd heb ik daar dan een soort van nog... Ik weet niet echt hoe ik dat moet verwoorden... Trauma's ofzo. Ik moet daar vaak aan denken en dat zorgt er ook voor dat ik dan moeilijker kan concentreren en dan is dat zo een soort van 'circ...' Ik weet niet zo. (Norah)

Verdere uitleg hierover wou ze niet geven. We zijn er niet verder op ingegaan.

Norah was vroeger erg beïnvloedbaar, ze kon toen geen "nee" zeggen. Door naar de psycholoog te gaan en door te leren uit het verleden is haar autonomie toegenomen.

Norah heeft een dubbel gevoel bij de omgevingsbeheersing dimensie. Op sommige vlakken kunnen haar ouders heel streng zijn, bijvoorbeeld op het vlak van het hebben van een lief of kledingstijl. Op andere vlakken zijn haar ouders veel losser geworden, bijvoorbeeld op het vlak van uitgaan. Het uiten van emoties is soms moeilijk thuis.

Norah is gegroeid in de liefde die ze voor haarzelf heeft. Vroeger was ze erg onzeker, maar dat is de laatste tijd beter, zegt ze:

Maar euhm, ik was dus ook echt altijd onzeker, ook over mijn lichaam en al, en algemeen ook andere dingen. Maar nu denk ik van "het is nu eenmaal zo" Als ik iets wil... Ook, van als iemand van mij wilt houden of vriendschap of zo wil maken, gewoon op de manier dat ik ben, want ik ben zo en ik wil het ook niet veranderen hoe dat ik ben dus zo... (Norah)

Het vertrouwen in haarzelf moet dan wel nog veel groeien, vindt ze. Ze vindt het erg moeilijk om onbekenden aan te spreken of te bellen. Dat heeft volgens haar te maken met haar zelfzekerheid. Norah wilt veel in de wereld ontdekken, maar ze botst op haar eigen grenzen en de grenzen die haar ouders haar opleggen.

Norah voelt zich eenzaam, al heeft ze wel de oudere vrienden van haar oudere zus rond haar. Toch voelt ze dat ze haar gevoelens niet kan uiten:

Het is eigenlijk van... Ik ben niet eenzaam op vlak van wie er bij mij is, maar wel vanbinnen voel ik mij dan wel eenzaam en ben ik dan wel eenzaam met al die gevoelens. (Norah)

Op dit moment vindt Norah het ook minder belangrijk om tijd met anderen te spenderen. Ze wilt liever focussen op haarzelf zodat haar mentaal welbevinden beter wordt.

Norah zei eerst dat ze geen noemenswaardige doelen had in haar leven op dit moment, maar na doorvragen merkte ze op dat ze aan zichzelf wilt werken en de band met haar familie wilt verbeteren.

Wanneer Norah wordt gevraagd of ze tevreden is met zichzelf, geeft ze een tweeledig antwoord. Ze heeft enerzijds kanten aan haarzelf die ze echt niet graag heeft en ook niet weet hoe ze die kan temperen. Door deze kanten aan haarzelf kan ze anderen kwetsen, ook al wil ze dit niet. Ze denkt dat ze het uit een beschermingsmechanisme doet en finaal kwetst dit haar ook. Anderzijds ziet ze ook haar kwaliteiten, bijvoorbeeld dat ze goed kan tekenen. Ze heeft een wisselvallige perceptie van haar uiterlijk. Als ze zichzelf vergelijkt met anderen dan doet ze dit voornamelijk op vlak van de cultuurverschillen tussen de Belgische en Turkse cultuur. Norah geeft aan dat ze zich eigenlijk in beide culturen niet geaccepteerd voelt:

Het is eigenlijk soms... Op uiterlijk wel. Van... Het is eigenlijk van uiterlijk... Zo, je kan er gelijk nergens bij horen. Van ene kant van... Ik heb dat wel een beetje minder omdat ik blond ben, maar bijvoorbeeld als ik in Turkije ben... "Ik ben Turks" en dan zijn ze van "nee, je bent buitenlander" en dan is dat wel van... "Ik hoor dat niet". Maar als je hier bent, wie je spreekt, hoe je je gedraagt, dan is dat ook van... "Ah ja, je bent ook een buitenlander". Dan kan je gelijk niet echt ergens horen, omdat iedereen zegt iets anders. (Norah)

4. Francis

Francis voelt hem over het algemeen goed. Hij zegt wel dat hij school saai vindt, dat het te veel tijd in beslag neemt.

Francis weet niet of hij makkelijk beïnvloedbaar is door anderen. Na een beetje doorvragen, lijkt hij zijn keuzes te maken en meningen te vormen zonder zich te laten beïnvloeden door mensen uit zijn omgeving.

Francis geeft aan zijn omgeving goed te beheersen. Hij krijgt het vertrouwen van zijn ouders om zelf zijn keuzes te maken.

Francis heeft het gevoel slimmer geworden te zijn doorheen de tijd, dit leidt hij af uit zijn schoolprestaties die erop vooruit zijn gegaan. Voor de rest is hij tevreden met hoe de zaken zijn als ze zo blijven. Hij zou nieuwe games willen uitproberen.

Francis vergelijkt zichzelf soms met zijn vrienden op het vlak van schoolprestaties, maar vindt het niet erg als hij mindere punten haalt dan zijn vrienden.

5. Cleo

Cleo voelt haar over het algemeen goed. Toen er haar om verdere duiding daarbij werd gevraagd ging ze spontaan in op de dimensies van Ryff. Zo antwoordde ze:

Ik denk dat het belangrijk is om gelukkig te zijn en dat je niet te vaak alleen bent en dat je zo een beetje vrienden hebt om u mee te omringen en... Ik denk dat dat wel helpt om gelukkig te zijn. Maar als je constant met andere mensen bent, denk ik dat dat ook niet zo goed is. Ik denk dat je ook wel af en toe een keer alleen moet kunnen zijn, op jezelf kunnen zijn. Ik denk dat je zo een goede balans daarvoor nodig hebt om echt gelukkig te zijn. (Cleo)

En verder:

Euh, ja, dat je dingen kan doen dat je gelukkig maakt, zo hobby's dat je tof vindt, of een interessante richting volgen op school, of ja, gewoon toffe dingen kunnen doen, vrije tijd hebben.

Cleo ziet haarzelf als een beïnvloedbaar persoon, ze gaat vaak haar mening bijstellen als ze die van anderen hoort. Als reden hiervoor zegt ze:

Euhm... Ik denk omdat... Als ik dan luister naar die mening dat ik dat probeer mij in te beelden. En dan als ik dat begrijp dan gaat dat soort van automatisch ook een beetje mijn mening worden zo... Je zou er zelf niet opkomen, maar achteraf ga je er wel mee akkoord, dus dan stel je dat een beetje bij.

Zonder het te weten beoefent Cleo al veel empathie uit in het dagelijks leven.

Cleo zegt zelf de beslissingen te kunnen maken in haar leven, maar dat ze dit graag doet in samenspraak met haar ouders en met vrienden. Ze stelt veel vertrouwen in haar ouders en hun raad, dus meestal zal ze die volgen.

Opmerkelijk groeipunt van Cleo is dat ze meer kan genieten:

Uhm... Ja, ik denk gewoon dat ik ook meer zo... Meer zo kan genieten van het leven ofzo, en dat ik zo... Meer zo actief kan... Zo, ugh ik kan het niet goed verwoorden, maar zo... Zo beleven. Dat ik zo het leven meer beleef.

Cleo zegt dat ze in de lagere school gepest werd door een meisje die de plaats van haar wou innemen als beste vriendin van Cleo's beste vriendin. Deze ervaring zorgde ervoor dat ze moeilijker sociale contacten kon leggen, het was moeilijk om anderen te vertrouwen. Sinds het middelbaar is dit weer de goede richting uit en kan Cleo terug makkelijker nieuwe mensen benaderen.

Cleo is over het algemeen tevreden over zichzelf. Ze heeft veel zelfkennis en kan haar eigen sterktes en zwaktes benoemen.

Ik ben wel tevreden met mezelf en ik denk wel dat ik een goed persoon ben, maar soms kan ik wel een beetje zo... Koppig zijn *lacht*. Of ga ik niet snel toegeven dat ik fout zat of zo. Zo, sorry zeggen na een ruzie, kan ik ook niet zo goed. Dus dat zijn misschien wel mijn minpuntjes. Maar voor de rest denk ik dat ik wel... Een redelijk goed persoon ben.

Euhm... Ik denk dat ik wel goed kan luisteren naar mensen, en zo... Als mensen iets te vertellen hebben dat ik daar zo daar een beetje in mee kan oppikken en zo, ja, conversaties enzo. En ja, ik denk dat ik wel goed ben in zo vriendelijk zijn tegen de mensen en er zijn voor elkaar. En ja, gewoon goed in vriendschap enzo.

Cleo vindt dat in deze wereld je als vrouw automatisch veel met je uiterlijk bezig bent:

Maar ik denk sowieso als meisje dat je dat wel een beetje aangeleerd krijgt zelf, dat je daarmee moet bezig zijn, maar ik ben daar wel tevreden mee. Ik probeer om daar ook niet zoveel belang aan te hechten, omdat... dat is ook maar zo klein stukje van uw leven. En ja. 'The real beauty is inside'. *lacht*

6. Hester

Hester is zeer naïef. Als ze ergens nog geen vooraf bepaalde mening over heeft, dan gelooft ze heel makkelijk wat haar wordt verteld.

Hester heeft een matig gevoel van omgevingsbeheersing. Van haar moeder mag ze veel zelf beslissen, van haar vader niet. Haar ouders zijn gescheiden. Hester relateert haar eigen situatie door uit te zoomen naar het bredere kader:

Maar ja, ik denk dat ik niet echt moet klagen daarover, want ik denk dat er veel mensen zijn die veel minder vrijheid en zo hebben, dus ja. (Hester)

Hester heeft veel sociale contacten rondom zich, zowel op school als daarbuiten. Ze spreekt echter niet veel af met vrienden buiten school, omdat ze wil dat dit speciaal blijft. Ze heeft de indruk dat het saai zou worden als ze te veel zou afspreken.

Hester geeft aan zichzelf veel te vergelijken met anderen, vooral in de positieve zin. Sommige mensen hebben het veel slechter dan haar zegt ze.

G. Interview transcripts

1. Romy

Datum en tijdstip: 11 mei 2023, 15:20

Tijdsduur: 47 min. 36 sec.

Transcript

Interviewer

Mijn eerste vraag is dan, wat hoopte je te verkrijgen door dramales op te nemen als keuzevak?

ROMY

Maar ik dacht dat dat zo toneel spelen was of... Zo een beetje... Euhm ja, zo in duo's zo een toneel maken ofzo en zo niet acteren, allee jawel wel acteren, maar ik bedoel zo niet musical of zo maar gewoon echt zo ja een toneel in elkaar steken. Of ja, zoals ze nu doen, zo een film maken ofzo, dat dacht ik wel dat we gingen doen zo, zoiets.

Interviewer

Dus zijn uw verwachtingen daarover dan ingevuld?

ROMY

Ja, ja zeker wel nu dat we ook een film aan het maken zijn, is dat wel. Ik vind echt cool dat we dat doen en ja, ja, we doen ook veel verschillende dingen en zo die ook wel allemaal met elkaar te maken hebben. Dus ja.

Interviewer

Oké en zijn er dingen die je eigenlijk niet had verwacht, maar die je dan toch hebt gekregen in de les?

ROMY

Maar ik had niet per se verwacht dat ik zo bijvoorbeeld buikademhaling of zo gingen leren, maar achteraf gezien is dat wel logisch omdat ja, je hebt dat wel nodig als je, ja uw ademhaling is wel belangrijk, dus dat ik zo niet echt zo verwacht of zo of zo uw houding of zo die ook wel belangrijk is bij ja, als je duidelijk wilt spreken en zo. Dus ja.

Interviewer

Is de manier waarop dat je in het leven staat verandert sinds dat je die dramalessen krijgt?

ROMY

Euhm... Niet echt vind ik maar... Het heeft niet mijn leven beïnvloed of zo, maar ik vind het wel gewoon interessant en leuk hoe dat ook, ja, hoe dat dat allemaal in zijn werk gaat, zo een toneel maken dat dat echt nog wel interessant is. Ja.

Interviewer

En de heeft het iets gedaan met de manier waarop dat je u voelt, bijvoorbeeld ook?

ROMY

Euhm... Nee dat niet echt, allee... Ik word daar... Ik kijk daar wel altijd naar uit, maar het is niet dat dat mijn denkwijze heeft veranderd ofzo allee.

Interviewer

Oké ja, euhm... ik ga je nu enkele vragen staan in verband met, gewoon, hoe dat je u op dit moment voelt, want het onderzoek kadert dus in het welbevinden van leerlingen. Hoe is uw welbevinden op dit moment?

ROMY

Euhm, ja... Goed maar allee gisteren is wel mijn papa in het ziekenhuis gegaan, dus nu iets minder goed. Maar ja, Dat is nu wel. Maar ja.

Interviewer

Oei... waarom, allee?

ROMY

Maar euhm we waren samen eigenlijk... allee, hij heeft eigenlijk zo door zijn knie gezakt en ik ja, heb dat dan zien gebeuren. En dan ja moest hij zo met de ambulance, maar nu is hij zo echt, Nu is hij geopereerd aan het worden en ja, nu is het wel effe een beetje zorgen of zo, maar ja.

Interviewer

Maar is het puur fysiek of is het met zijn gezondheid en zo?

ROMY

Ja het is fysiek, maar het is wel iets dat hij lang gaat meedragen voor de rest van zijn leven waarschijnlijk. Want het is in zijn knie en het is volledig afgescheurd, zijn

patellapees of zoiets. En ja, dat kunnen ze herstellen, maar dat is echt een lang proces, dus ja. Dat is wel een beetje moeilijk voor ons gezin ook, maar ja.

Interviewer

Oké, ja, het spijt mij om dat te horen.

ROMY

Dat is niet erg.

Interviewer

Dus ja, dat is natuurlijk iets dat u beïnvloedt. Buiten dat incident, hoe in het algemeen denk je dat je u in uw vel voelt?

ROMY

Ik voel mij wel goed enzo en Ik heb ook toffe mensen om mij heen, dus ik heb niks om over te klagen. Ik vind het wel, ja, ik vind het goed hoe dat het nu is.

Interviewer

Oké goed om te horen. Euh... In welke mate ben je beïnvloedbaar door anderen?

ROMY

Bedoel je groepsdruk, of?

Interviewer

Ja, meningen van anderen bijvoorbeeld.

ROMY

Maar sowieso, ja, als iemand iets een compliment geeft dan dat is dat wel leuk, maar als er ook iemand die is iets negatief zegt dan kan dat ook zowel blijven hangen en zo maar, ja... Het is niet dat dat veel voorkomt of zo, Maar ja. Ik ben niet echt beïnvloed door anderen of zo, maar het is wel interessant om te weten wat anderen over mij denken of zo. Of ja, of ja ja.

Interviewer

Ja, je bent er altijd wel benieuwd naar.

ROMY

Ja. En allee, Het is niet dat ik, allee snap je, Ik ben wel mezelf enzo, maar het is altijd wel interessant gewoon om te weten wat anderen bijvoorbeeld van mij denken, of ja.

Interviewer

Zou je bijvoorbeeld wat je doet laten afhangen van wat anderen daarvan denken?

ROMY

Nee dat sowieso niet nee. Ik kan wel goed... Als ik het zelf wil, dan ga ik het ook gewoon doen. Het is niet dat anderen mij gaan moeten vertellen wat ik moet doen of wie ik moet zijn of wat maar... Ik kan wel mijn eigen mannetje staan.

Interviewer

Oké dat is goed ja. En euh dus groepsdruk, daar ben je dan ook niet zo heel gevoelig aan, of?

ROMY

Nee... nee eigenlijk niet. Maar ik heb ook nog... Ik denk eigenlijk niet echt in grote mate te maken gehad met groepsdruk, dus Ik heb ook ja... Het is niet dat ik daar echt al veel, allee, dat ik echt zo heb gedacht van wow, dit is echt groepsdruk en hier moet ik echt mee oppassen dat ik mijn eigen mezelf blijf. Het is niet dat ik dat al heb gehad, dus ja.

Interviewer

Ah oke, euhm, ja heb je misschien een voorbeeld van zo het ergste misschien dat je al hebt meegemaakt qua groepsdruk en hoe dat je daarmee bent omgegaan?

ROMY

Euh... euh... Ja Iedereen die ging bijvoorbeeld gaan fuiven en Ik was dan zo van "eigenlijk wil ik dat voor mezelf wil ik dat gewoon nog niet" omdat ik mezelf gewoon te jong vind daarvoor en dan waren ze zo wel aan het overtuigen van "ja ga mee, ga mee!". Maar ik heb dan wel gewoon aan mezelf gedacht en gewoon dacht van "als ik dat niet wil, dan moet ik dat niet." Dus ja, dat is misschien het ergste dat ik heb meegemaakt, niet zo erg, maar ja.

Interviewer

Oké, oké. Ja, wat is de oorzaak denk je dat je dan niet, allee, in uw geval niet echt beïnvloedbaar bent?

ROMY

Omdat toch, omdat ik weet dat het toch mijn leven is en omdat ik weet dat ik moet doen wat ik... waar ik mezelf goed bij voel, waar ik zelf gelukkig van word en anderen moeten dat niet gaan bepalen. En ik weet ook zelf dat als ik gewoon

mezelf, mijn hart volg, dat dat veel beter gaat uitdraaien uiteindelijk dan dat ik naar anderen luister. Of ja dat ik beter gewoon mezelf kan zijn en doe wat ik wil, omdat, dan ben ik ook gelukkiger. En ja.

Interviewer

Ja oké, ja. In welke mate heb je het gevoel te hebben u, allee, de leiding te hebben over de situatie waarin je leeft?

ROMY

lacht Wat bedoel je daarmee?

Interviewer

Dus in welke mate heb je het gevoel de leiding te hebben over uw eigen leven?

ROMY

Euhm... ja... Ik denk wel dat ik redelijk mijn eigen willetje doe, maar wel sowieso rekening houd met anderen. Maar ja, Ik denk dat ik niet zo afhankelijk ben van anderen of zo, allee, ja. Als er iemand hetzelfde denkt als mij, dat is leuk meegenomen, maar het is niet dat ik ga afwijken naar de andere zijn beslissing of zo.

Interviewer

Ja, ja, dat is terug dat beïnvloedbaar zijn, maar het is eerder nu van in... U, allee, hetgeen wat je wil doen kan je dat doen, of ja, zijn er andere factoren die... ?

ROMY

Ik weet niet, ik kan wel doen wat Ik wil doen, denk ik, allee voor het moment, denk ik.

Interviewer

Oké. Ouders?

ROMY

Nee, niet echt. Die... Die zeggen wat ze denken dat het beste is voor mij, maar ze laat mij wel gewoon doen wat ik wil, omdat ik zelf denk ik mijzelf nog beter ken dan dat mijn ouders mij soms kennen. Dus ze weten ook wel dat ze mij gewoon moeten laten doen. Dat het wel goed komt, dat ik slim genoeg ben om, ja, het goede te doen.

Interviewer

Ja oké, welk gevoel geeft u dat?

ROMY

Goed. Allee, Ik weet ook wel dat mijn ouders mij echt vertrouwen, want mijn broers en zussen die zijn... ja, weet je allee die zijn nog niet zo... Die zijn nogal gevoelig voor groepsdruk, maar ze weten wel bij mij dat dat eigenlijk wel goedkomt. Dat ik, allee, slim genoeg in het leven sta om daar euhm... om nee en ja te zeggen en zo te doen wat ik wil. En ze weten wel dat altijd goed gaat uitdraaien. En dat ik ja, als ik iets wil, dan ga ik er gewoon voor. Dus ze weten ook wel dat dat... Dat ze mij daar allee, gewoon moeten sup... Overtuigen, moet niet echt, maar als ik het zelf wil dan doe ik het wel en ze steunen mij daar denk ik wel in, dus ja.

Interviewer

Goed om te horen. Euhm, op welke manier ben je wel of niet gegroeid als persoon de voorbije jaren?

ROMY

Wat opvalt is dat ik steeds meer zo mijn eigen weg vind, en steeds meer zo dingen vind die ik leuk vind. Bijvoorbeeld vroeger had ik niet echt gedacht dat ik bijvoorbeeld geïnteresseerd zou zijn in wetenschappen. Ik dacht gewoon dat ik altijd, ja... Ik had niet, allee, niet dat ik veel dacht vroeger, maar ik had niet echt zoiets van wow, dat interesseert mij ofzo. En nu dat ik zo bijvoorbeeld ook zo natuurwetenschap doe, merk ik wel zo van wow, dat boeit mij echt en dat is ook echt interessant en ik wil daar wel meer mee doen en ik heb dus zo een beetje meer mijn interesses gevonden en zo. Allee, vroeger had ik zo geen specifieke dingen, maar nu ben ik zo steeds meer zo van "ahja, dat vind ik wel leuk en dat niet en zo".

Interviewer

Uzelf dus beter leren kennen, eigenlijk?

ROMY

Ja.

Interviewer

Oké. Ook iets waarin dat je niet bent gegroeid, bijvoorbeeld?

ROMY

Eeuuhh...

Interviewer

Iets wat nog moeilijk is?

ROMY

Misschien het loslaten van dingen of zo, als ik... Of nee, altijd het probleem zoeken bij mezelf misschien. Als ik ruzie heb en ik weet dat het eigenlijk dat het niet mijn schuld is, dat ik niks heb fout gedaan, dan denk ik altijd wel dat het aan mij ligt, maar daarom weet ik wel dat het niet aan mij ligt, maar ja, beetje moeilijk om uit te leggen, maar... Ik zoek gewoon altijd de fout bij mezelf, terwijl ik weet dat het niet altijd bij mezelf ligt en dat ik eigenlijk wel meestal goed, allee, niks fout heb gedaan, meestal *gniffelt*.

Interviewer

Ja, en dat is nog iets waarin dat je nog wilt groeien dan?

ROMY

Ja. Gewoon meer inzien dat niet alles altijd mijn fout is en dat ook het soms gewoon misschien aan anderen ligt of gewoon dat het zo is uitgedraaid. En ja.

Interviewer

Ja, uw gevoelens kunnen u verraden denk ik op dat moment. Allee, als je u schuldig voelt, allee, is dat niet per se... Oké, als nul een gewoontedier is, dus iemand die gewoon altijd elke dag liefst hetzelfde patroontje heeft van wat hij doet. En 10 iemand is die altijd nieuwe dingen uitprobeert. Waar zou je uzelf dan op die schaal plaatsen en waarom?

ROMY

Ik denk een 4. Ik denk dat ik eigenlijk wel... Ik ben niet zo iemand die superveel nieuwe dingen probeert, maar als ik bijvoorbeeld nu bijvoorbeeld bijvoorbeeld bij, euh, ja wetenschap dan, dan... Ik ga niet opeens, allee... Ik ben niet zo iemand die zo echt alles gaat proberen, want ik weet ook wel wat er mij, allee... Grotendeels weet ik wel waar mijn interesses liggen, dus het is niet echt dat ik zoveel nieuwe dingen ga proberen en nieuwe dingen ga doen ofzo, maar wel gewoon een beetje, maar niet echt. Ik ga geen grote contrasterende dingen doen of zo, allee, voor mijn gevoel nu voorlopig, misschien later niet. Maar ja, Ik denk dat ik altijd wel een beetje in hetzelfde pad ga blijven en niet echt zoveel ga afwijken, maar wel een beetje misschien, maar ja.

Interviewer

Ja, uiteindelijk kunnen we dat nog niet weten, maar als dat nu voorlopig is, oké, ja, is goed. Euhm... Hoe vaak in de week ga je om met anderen?

ROMY

Maar ja, op school bedoel je of?

Interviewer

Ja.

ROMY

Ja, op school elke dag *lacht* en ja...

Interviewer

En daarbuiten in uw vrije tijd?

ROMY

Euh ja. Met mijn sport, ik doe volleybal, dus dat is een teamsport, dus met die mensen ben ik ook wel vaak na school en tijdens de weekends dus...

Interviewer

Hoeveel keer na school in de week?

ROMY

Euh, 3 tot 4 keer, allee nu dat ja, ja.

Interviewer

En dan ook in het weekend?

ROMY

Ja, in het weekend ook.

Interviewer

Oké, dus ja wel veel sociale contacten dan of?

ROMY

Ja redelijk wel.

Interviewer

Oké, en allemaal vrienden?

ROMY

Niet allemaal even goede vrienden, maar... Ik praat wel met iedereen die mij aanstaat en... Ja, het is niet dat ik met iedereen even goed bevriend ben of zo, maar... Ik kan wel met iedereen een normaal gesprek voeren en het leuk hebben, dus ja.

Interviewer

Oké, en buiten die volleybal ook afspreken nog met anderen of?

ROMY

Euh... Als ik niet te veel moet studeren en nog wat tijd heb spreek ik ook wel nog graag af, met bijvoorbeeld mensen. Ik heb vroeger geturnd en met die mensen ga ik dan, ja, dat waren echt lang mijn beste vrienden dus, met die ga ik ook wel nog graag om in de vakanties. Of ja, in de weekends als ik tijd heb, Of ja, maar... Ja, nu zie ik die sowieso wel minder, maar ik probeer wel nog steeds contact te houden met mensen uit mijn turncarrière *lacht*.

Interviewer

Ja ja ja, oké. En dan uw voornaamste vrienden zijn die dan op school of in de volleybal of?

ROMY

Ja, op school.

Interviewer

Ahja op school. En met die spreek je dan nog af buiten school ook of?

ROMY

Ja, maar we zijn met veel op school, allee, we zijn een vriendengroep van ongeveer 10, dus er is altijd wel iets dat we doen, of... Ja, gewoon bij verjaardagen sowieso of in de vakantie als het examen gedaan is zijn we vaak na school of in de vakanties nog wel samen enzo. Dus dat is niet dat dat alleen op school is. Dat is ook wel daarbuiten dat wij goed overeenkomen en zo dus ja.

Interviewer

Oké, ja. Euhm... Voel je je eenzaam en waaraan kan je dat merken?

ROMY

Maar eigenlijk voel ik mij niet eenzaam, want ik ben eigenlijk wel graag alleen, dus het is niet als, allee, het is niet dat je mij een hele dag, allee, een hele week alleen

moet zetten, maar als ik alleen ben, ik ben wel graag op mezelf ook een keer gewoon rustig, dus het is niet dat ik echt een eenzaamheidsgevoel heb of zo.

Interviewer

Ja, ik heb hier als note ook voor mezelf bijgeschreven dat, allee, het alleen zijn kan ook gewoon een... Dat kan iets zijn dat iemand oplaadt ook.

ROMY

Ja... Awel, ik ben, ik weet dat ook wel dat ik echt graag alleen ben. Soms als het een drukke dag op school is geweest dan in de avond, ik heb niks te doen, dan ben ik ook wel gewoon tot rust gekomen, gewoon door alleen te zijn en mijn eigen ding te doen en niet teveel... Gewoon aan mezelf denken. Ik weet ook wel dat dat, allee, ik vind dat echt niet erg, allee, om soms alleen te zijn.

Interviewer

Ja nee nee nee. Oké. Het was gewoon vooral om te polsen of dat je u... Maar ik denk met uw sociale bubbel dat dat denk ik niet echt aan de orde is. En als je dan alleen bent dat je u niet eenzaam voelt maar dat je... dat, allee, prettig vindt.

ROMY

Ja.

Interviewer

Euhm, hoe belangrijk vind je het om tijd met anderen te spenderen en waarom?

ROMY

Euuhmm... *zucht* Ik vind het wel belangrijk om tijd maar anderen te spenderen omdat... Het is gewoon, je haalt daar voldoening uit en plezier uit om gewoon met anderen te zijn en naar anderen te luisteren en misschien te helpen of gewoon plezier te maken en... Ja, maar... ja. Ik haal, soms, meestal haal ik, als ik... even veel plezier uit met vrienden zijn, dan soms gewoon een keer alleen tot rust te komen. Dus het is niet dat ik continu met vrienden moet zijn om mij echt goed te voelen of zo, dus ja.

Interviewer

Oké, ja, uhm, wat is het doel in uw leven als je er één hebt?

ROMY

Euhm... Ik heb nog niet echt toekomstplannen, maar ik heb wel graag... Ik weet één iets wil ik echt graag doen en dat is reizen, uhm, als ik afgestudeerd ben. Maar voor de rest heb ik echt geen doelen, allee, nog niet. Ja, Ik weet niet, nog niet echt.

Interviewer

Oké, ja nee, dat is volledig oké. Euhm, in welke mate denk je dat je op het juiste pad zit om uw doel, in uw geval dan reizen, te bereiken?

ROMY

Ik zit sowieso niet op een slecht pad of zo. Ik zit gewoon op een gemiddeld pad *lacht*, allee, het is niet dat ik ergens... Het is niet dat ik naar het reizen toe werk of zo, allee, dat kan niet echt, maar ja.

Interviewer

Goh, je zou bijvoorbeeld kunnen zeggen "ik ben al geld aan het sparen daarvoor" of?

ROMY

Ja, dat wel, ja, ik spaar wel als ik geld zet... Ik heb wel een aparte rekening voor zo... allee, niet mijn spaarrekening, maar nog een andere spaarrekening voor later als ik student ben en daar zet ik dan... Ik heb mezelf beloofd dat ik daar elke maand een beetje geld op zet, zodat ik daar later, misschien in nood of gewoon uit plezier iets mee kan doen. Dus dat is één iets dat ik doe voor mijn doelen, maar voor de rest niet echt *lacht*.

Interviewer

Ja, hoe vaak ben je bezig met de toekomst en welke weg dat je uit wilt gaan?

ROMY

Euhm... Ben niet echt bezig met de toekomst, allee. Het is niet dat ik ergens naar toe leef of zo, dus... Ik weet het niet zo goed, allee, ik denk misschien als ik ouder word, binnen twee jaar, dat ik misschien wel zoiets ga hebben van "oké, dit wil ik bijvoorbeeld als studie doen, of dit wil ik als job doen, of dit wil ik echt gedaan hebben voor mijn 25e bijvoorbeeld". Misschien dat ik dat later nog zo doelen ga hebben, maar voorlopig ben ik niet echt aan de toekomst aan het denken en gewoon nu aan het doen wat ik leuk vind en zo dus.

Interviewer

Ja, ja, dat is, dat is fijn om te horen. Uhm, Hoe voel jij je ten opzichte van jezelf als persoon?

ROMY

Wat?

Interviewer

Hoe Kijk je naar uzelf als persoon? Is dat iets waarmee dat je tevreden mee bent?

ROMY

Euhm... Ik ben wel tevreden met mezelf, omdat... Qua innerlijk en qua uiterlijk, je moet het ermee doen en je kan er maar beter het beste mee maken. Dus sowieso als innerlijk probeer ik wel vaak de beste versie van mezelf te zijn en gewoon...

Aan mezelf te denken en aan anderen te denken en plezier te maken en gewoon te genieten en... Ja... Het is niet dat ik mezelf haat of zo, allee, ik vind ik vind dat ik goed bezig ben, dus ja.

Interviewer

Oké. Ja goed, uhm, hoe vergelijk je jezelf ten opzichte van je leeftijdsgenoten? Dus mensen in uw eigen jaar bijvoorbeeld, of van de volleybal.

ROMY

Maar sowieso met mijn vrienden op school denk ik wel dat we allemaal op dezelfde lijn zitten, allee, ongeveer. Maar bijvoorbeeld, er zijn wel mensen op school, van mijn leeftijd dan, in het derde middelbaar, die dan wel voorbeeld al dingen doen waarvan ik denk "wow, ben je daar niet te jong voor?" Allee, bijvoorbeeld, ja, ik zeg nu maar iets, die roken dan en dan ben ik zo van "wow, je bent 15, allee, vind je dat niet te jong? Je kan daar nu toch nog niet goed over nadenken". Dus Ik denk dat die, ja... In mijn opzicht lopen die dan een beetje voor, allee... Maar ja, dat is hun keuze natuurlijk, hè. Maar ja, ik denk dat ik wel...

Interviewer

Voel je u dan minder ten opzichte van hen?

ROMY

Nee, ik voel me...

Interviewer

Omdat je zegt "ze lopen voor".

ROMY

Nee, maar "voor" ik bedoel gewoon... Dat ze misschien dingen doen die ik bijvoorbeeld voor mezelf pas, als ik dat wil doen ooit, echt pas 16, 17, 18 of zo zou zijn en zij doen die dingen dan op hun 15e en dan... Ik weet niet, Ik wil ook eigenlijk niet voorlopen, want ik wil gewoon rustig ontwikkelen en goed kunnen nadenken over de keuzes enzo dus ik wil mij echt niet haasten in het leven en gewoon naar mezelf luisteren. En ja.

Interviewer

Is dat iets dat je vaak doet "uzelf vergelijken"?

ROMY

Hmm... bwa... Misschien onbewust, maar het is niet echt dat ik mij ga vergelijken, met... Met social media of zo, want ik weet toch dat dat fake is, maar misschien met mensen van mijn leeftijd, dat ik... Misschien onbewust of zo een beetje ga vergelijken, maar... Niet dat ik daar echt over nadenk, of zo, allee... Het is niet dat ik denk... Dat valt mij niet zo op of zo dat ik mezelf echt ga vergelijken of zo.

Interviewer

Ik vind dat wel interessant om te horen dat je... Ook zeker met social media, want dat is iets wat dat jullie generatie... Ja, jullie zijn daar echt... denk ik in de wereld gekomen en dat was er al.

ROMY

Ja.

Interviewer

Dus ik zou denken dat jullie daar gelijk zo nog harder zo... Door gecapteerd zijn, maar dat is ja... Dat is wel interessant om te horen, dat je dat ook ziet als "dat is niet de volledige realiteit", ja.

ROMY

Allee, Ik ben... Misschien dat ik daar onbewust door beïnvloed word, maar... Misschien ja oké, als er zo'n trends zijn of zo, of ja zulke dingen, dan... Ja, heb ik dat wel, allee, dan valt mij dat op wel via social media, maar... Het is niet dat ik echt denk "oh, zij is echt mooi" of "zij is echt aardig", allee... Ik weet wel dat dat niet... Allee, dat het in het echt misschien anders kan zijn, dus ik ga me niet daarmee vergelijken, omdat ik toch weet dat dat eigenlijk... Het meest van de tijd

fake is dus, allee... Als je een foto plaatst, sorry maar dat is een second van uw leven. Het is niet dat je dan de rest van uw leven heel gelukkig bent of zo, dus ik ga me daar echt niet mee vergelijken en...

Interviewer

Oké euhm, ik heb nu nog het laatste blok van het interview. Als je wil kan je even water drinken...

ROMY

Nee, is niet nodig.

Interviewer

Oké, wat is volgens u het verband tussen de dramalessen en uw welbevinden?

ROMY

Euhm... Maar ik weet niet echt of dat een antwoord op de vraag is, maar ik denk wel dat die dramalessen een positieve invloed heeft op mij. Dat dat... Dat ik daar gewoon mezelf mee kan zijn en kan lachen en... Ja, ook serieus kan zijn en gewoon plezier mee kan maken, dus... Maar het is niet dat dat... Ik zeg het, het is niet dat dat mijn denkwijze heeft veranderd, maar ik geniet daar wel van om bijvoorbeeld te acteren of zo. Ik vind dat wel superleuk om te doen en me in te leven en zo en ja.

Interviewer

Uhu, de positieve invloed is dan vooral dat het u een prettig gevoel geeft om het te doen?

ROMY

Ja, ja.

Interviewer

Ahja, Oké. Oké, Wat is volgens u het verband tussen de dramalessen en de invloed van anderen op u?

ROMY

Oh, euh... Maar bedoel je dan mensen die ook drama doen?

Interviewer

Nee, in het algemeen. Gelijk dat ik u daarnet vroeg "word je gemakkelijk beïnvloed door anderen, groepsdruk". Eigenlijk... Heeft dramalessen denk je daar iets mee te maken of is er daar iets uit voortgekomen?

ROMY

Ik denk eigenlijk niet dat drama, euh dramalessen, dat dat echt een invloed heeft op groepsdruk, omdat... Dat gaat niet over, allee... Er zijn daar geen zware onderwerpen, je moet daar gewoon jezelf zijn, dus het is niet dat daar veel groepsdruk is, denk ik dus...

Interviewer

Nee, nee, niet in de dramalessen, hè. Ik heb het over... Doordat je nu een jaar eigenlijk dramalessen hebt gekregen, Denk je dat je op een andere manier omgaat met groepsdruk of met de mening van anderen of de mening die anderen hebben?

ROMY

Uhm... Ik denk niet dat er een groot verschil is, maar ik denk misschien wel dat bijvoorbeeld... Euhm, gewoon misschien... Maar het belangrijkste dat ik eigenlijk geleerd heb uit de dramalessen is zo te kalmeren en het gewoon... Ademhaling bijvoorbeeld. Dat beïnvloedt... Allee, als anderen mij, bijvoorbeeld, gewoon, iets negatiefs zeggen, dan weet ik wel gewoon van "oké" en ik word daar bijvoorbeeld een beetje boos van en ik begin zo een beetje, allee... Nerveus te worden daarvan, dan weet ik wel "oké, gewoon rustig in- en uitademen en het komt wel goed", maar het is niet dat ik ga beginnen acteren opeens ofzo, maar... Het is ja... Vooral die buikademhaling en die rust en gewoon zo tot uzelf komen. Dat is mij vooral zo het meest nuttige voorgekomen.

Interviewer

Uhu, oké ja. Wat is volgens u het verband tussen de dramalessen en het gevoel dat je de leiding hebt over uw eigen leven?

ROMY

Euhm...

Interviewer

Dus je moet het altijd zien in context van... ja allee... Je had een bepaald gevoel over leiding te hebben over uw leven voor die dramalessen en nu zijn we een jaar verder. Denk je dat dat invloed heeft gehad, of?

ROMY

aarzelt sowieso geen grote invloed, maar ik denk wel dat dat... Langs de ene kant mij zo meer zelfbewust heeft gemaakt of zo dat dat... Ja, dat ik ook gewoon meer... Mezelf kan zijn en... Ik weet niet of die... Ja, dat kan ook zijn omdat ik ouder ben geworden, maar... Ik weet niet, maar ja... Ja een beetje moeilijk... euhm... Gewoon, ik denk dat dat wel... Mij meer heeft... gewoon voor mezelf heeft dat wel denk ik een positieve invl-, allee, ik denk dat dat wel gewoon positief was dat je gewoon meer... Zelfbewust en zelf-? ... Kennis misschien ook van? ... Ja van... Ja, gewoon over het algemeen dat dat misschien wel daarmee heeft geholpen en zo, dus ik denk wel dat drama zo wel een lichte positieve invloed heeft gehad over mezelf zo.

Interviewer

Oké awel, "zelfbewustheid zelfkennis", kan je wat meer uitleggen? Allee, een voorbeeld geven bijvoorbeeld?

ROMY

Euhm... *zucht* Hmm... Euhm... wacht... euhm... Maar ik denk gewoon, allee, ik bedoel gewoon over het algemeen dat bijvoorbeeld... Ik heb ontdekt dat acteren en toneel mij wel echt ligt. Ik denk zo op die manier en... Zo'n beetje... Allee ja.

Interviewer

Een interesse gevonden?

ROMY

Ja, een nieuwe interesse vooral.

Interviewer

Oké, en dus op vlak van... ja, meer de dingen te kunnen doen dat je wilt doen, allee, uw eigen leven in handen nemen, zie je daar ergens een verband of?

ROMY

Euhm... Maar sowieso, hoe dat jij bijvoorbeeld acteert, dan ben ik zo van "ja, die is zichzelf en dat kan ik ook gewoon zijn als ik dat wil" dus zo misschien dat ik wel bijvoorbeeld... Meer aan mezelf denk en... Dat dan wel, zo meer mijn eigen mannetje staan en dat ik gewoon... ja, zoiets heb van "oké, ik moet gewoon doen wat ik doe en mijn best daarvoor doen en gewoon inzetten daarvoor en ja, dan ja." Zo Misschien.

Interviewer

Wat bedoel je met "hoe dat jij acteert"?

ROMY

Ik vind dat jij altijd zo... Ik vind dat je echt goed kan acteren, zo... U daar echt zo kan inleven zo en... Even vergeten van wat anderen om u denken en gewoon zo u inleven in uw rol die je krijgt en daar het beste van maken, en... Gewoon... Al is het een bijrol, gewoon, snap je, er iets van maken en iets waar je u voor gesmeten hebt en uw best hebt voor gedaan. En ja.

Interviewer

Oké, dank u *lacht*.

ROMY

Alsjeblieft.

Interviewer

Je hebt het nu zelf gezegd "en vergeten wat anderen van u denken". Dat is eigenlijk... Dat probeer ik een beetje *lacht*... Oké, maar super dat je dat kan zien. Dat is... Dat is heel leuk om te horen. Euhm, Wat is volgens u het verband tussen de dramalessen en de motivatie om jezelf te verbeteren als persoon?

ROMY

Euhm... oei euhm... Ik denk wel dat... Drama, allee, ja, zoals je eigenlijk al zei dat je gewoon... Anderen hun mening opzij kunt zetten en gewoon... Jezelf gewoon erin smijten en ervoor gaan misschien zo'n beetje.

Interviewer

Uhu, ja. En denk je ook dat je dan, allee, op andere vlakken... Allee... Denk je dat dat invloed heeft? Dat je meer dingen gaat willen uitproberen of?

ROMY

Sowieso denk ik wel dat dat... Ik, ik weet niet of dat echt iets met drama heeft te maken, maar ik zie altijd wel zo meer mogelijkheden en zo. Dat, dat heeft volgens mij niet met drama te maken, maar dat er zo niet één oplossing is, dat er verschillende manieren zijn hoe dat je eruit kunt komen, allee, hoe dat je iets kan aanpakken of bijvoorbeeld ja, bij drama dat er bijvoorbeeld in drama zijn er meerdere manieren hoe dat je een rol kunt acteren, snap je, je moet er zelf uw ding van maken en... Het is niet hoe dat het op het blaadje geschreven staat dat je

het moet doen, snap je, het is je eigen ding ervan maken en dat heb ik vooral misschien gelijk meegenomen dat het niet altijd is zoals het op papier staat, maar gewoon zelf uw eigen ding van kan maken. En zo dus ja, zo misschien.

Interviewer

Ja, ja oké. En denk je nu bijvoorbeeld voor volgend jaar... Als je zo ja, nieuwe dingen wilt leren of zo, heeft drama daartoe bijgedragen? Zou dat een reden kunnen zijn dat je nu nieuwe dingen wilt uitproberen of niet?

ROMY

Euhm... Ik denk dat... allee, ik denk dat drama mij gewoon ook in mijn hoofd heeft doen inzien dat er niet altijd één oplossing is en dat je gewoon uw eigen ding ervan kan maken, maar ik weet niet echt of dat een antwoord is op de vraag, maar...

Interviewer

Nee, dat is niet echt... Allee, je hebt dat al gezegd, maar wat ik bedoel is... Ik weet niet... Stel je wilt volgend jaar beginnen dansen, zou dan de reden waarom dat je dat wilt doen, zou dat drama kunnen zijn? Allee, of andere dingen: of je wilt leren koken of je wilt gewoon ja, op één of andere manier jezelf verbeteren als persoon of ook gewoon in uw omgang met anderen, bijvoorbeeld.

ROMY

Euhm... Het is een beetje moeilijk... euhm... Ik weet niet zo goed, maar... Ik weet niet of drama daar, allee, of drama daar mij heeft een beetje beïnvloed. Ik weet dat niet zo goed, maar...

Interviewer

Oké ja nee.

ROMY

Misschien dat ik dat later nog ga zien. Dat ik denk van "oh, het is door het dramales". Ik weet het niet, misschien, nu heb ik er een... Ik weet niet ik. Ik heb er niet echt een antwoord op.

Interviewer

Oké, ja awel of "nee" is ook gewoon een antwoord, hè. Of "nu nog niet" gelijk dat je zegt. Ja, dat kan.

ROMY

Nu niet echt denk ik, maar ik weet het niet.

Interviewer

Uhu, oké. Wat is volgens u het verband tussen dramalessen en uw relaties met anderen? Dus gelijk dat je daarnet sprak van uw vrienden hier op school, de mensen in uw volleybalclub, de mensen van vroeger bij turnen. Denk je dat dramales iets heeft gedaan met die relaties, de manier dat je omgaat met die anderen?

ROMY

Euhm... Denk niet dat dat echt de relatie tussen mij en die persoon heeft beïnvloed of zo, maar ik denk misschien wel dat... Ik weet niet... Zo niet iets veranderd of zo, maar ik denk wel gelijk dat misschien zo... Het een invloed heeft gehad. Een invloed heeft gehad op de manier, bijvoorbeeld dat... Ja, dat ik... Maar kijk, zo moeilijk om uit te leggen.

Interviewer

Probeer maar.

ROMY

Euhm, bijvoorbeeld, allee, bij mij de mensen op de volleybal, die hebben bijvoorbeeld niks met drama te maken en ik denk niet dat ik dan per se anders ga doen omdat ik drama heb gevolgd, maar ik denk misschien wel dat er zo... Ik weet niet... In mijn achterhoofd, zo wel altijd zo... Ja... Zo blijft hangen van... ja, dat... gewoon dat ik... Het heeft niet een invloed gehad op de manier dat ik met mensen omga, maar ik denk gewoon hoe dat ik misschien ben dat dat daar een invloed heeft gehad en daardoor de relatie misschien... Lichtelijk aangepast is. Maar ik denk niet dat drama echt een grote invloed of zo heeft gehad op de vriendschap tussen mensen en zo.

Interviewer

Ja, maar je zegt wel "lichtjes aangepast" doordat jij zelf als persoon wat bent veranderd.

ROMY

Ja, maar...

Interviewer

En, wat bedoel je dan met "licht aangepast" in die relatie?

ROMY

Bijvoorbeeld dat ik... euhm... Gewoon... Meer, dat heb ik wel... Ik weet het ook niet hè, maar ik heb gelijk meer mijn eigen mening kunnen vormen en het gezegd hoe dat ik het echt denk. Want soms heb ik wel een mening, maar ik weet echt niet hoe ik het moet verwoorden en ik heb gelijk wel het gevoel dat drama daar echt wel... Dat ik daar beter in ben geworden of zo dan, dat ik... Bijvoorbeeld als ik bij zedenleer ook bijvoorbeeld als ik mijn mening moet geven daar. Dat is vaak om meningen en dan als ze mij vragen van "ja, wat is jouw argument? Wat is uw standpunt?" of iets, dan kan ik gelijk wel... Een concreet antwoord geven dat duidelijk is en dat ze mij begrijpen en hoe dat ik het bedoel, zo... Dat is wel ja...

Interviewer

Misschien ook meer durven dat te doen, of?

ROMY

Ja, ja sowieso ook. Vroeger was ik eerder verlegen, maar nu zou ik eerder echt, allee, niet dat ik voor aandacht hier ben maar gewoon... Ik zal wel mijn eigen mening durven geven en het zeggen hoe dat ik het denk en... Het ook gewoon al durven zeggen eigenlijk dus...

Interviewer

En denk je dus drama daar iets mee te maken heeft?

ROMY

Ik denk dat wel, want bij drama is het niet per se uw eigen mening geven, maar wel hoe dat jij het u inbeeldt en... Allee, bijvoorbeeld als je een rol moet acteren of nabootsen, dan leef je u in hoe dat jij denkt en dan vorm je niet echt een mening, maar wel een manier van doen zo precies, zo'n beetje.

Interviewer

Ja, ja, ja. Je hebt uw eigen beeld over wat je wilt neerzetten?

ROMY

Ja.

Interviewer

Ja, nog over die relaties, allee, dus ja meer uw mening durven geven en daar meer voor op komen. Nog op een andere manier?

ROMY

Ik denk niet echt... Allee, Ik weet niet echt hoe het nog zou veranderd hebben, Ik weet het niet.

Interviewer

Ik zou je eigenlijk ook kunnen vertellen over mijn eigen dingen, maar ik weet niet of ik dat mag doen dus misschien na het interview. Of nee, ik ga het toch doen. Bij mij is dat toch bijvoorbeeld... Toen ik ben beginnen acteren, dan is er ook, allee, ben ik veel sterker inderdaad geworden, allee, over mijzelf. Heb ik mijzelf wel meer gelijk gevonden. En durfde ik ook dan meer uitkomen, en ook... Ik kon veel makkelijker loslaten wat dat dan zou geven in een interactie met iemand. Allee, vroeger kon ik daar echt zo nog achteraf na gesprek zo mee inzitten zo van "oh, ik had dat misschien niet moeten zeggen" of zo en sinds ik ben beginnen acteren dan ja... Ik denk daar nooit meer over na, allee... Dat is gewoon iets... Dus ik denk dat ik vrijer ben geworden op die manier wel.

ROMY

Maar ja, dat ook wel eigenlijk, maar vooral... De grootste invloed is denk ik gewoon... Gewoon kunnen vertellen en denken hoe dat ik het wil en het durven zeggen, en... Achteraf minder denken van... "Ja, is het wel juist wat ik heb gezegd" of zo, allee, ik denk wel dat ik daar misschien minder over ben gaan nadenken, allee nog steeds wel een beetje, maar ik denk wel al minder, dus ja.

Interviewer

Uhu, oké. Wat is het verband volgens u tussen de dramalessen en de tevredenheid over uzelf?

ROMY

Euhm... Ik denk wel dat drama... euhm... Dat drama sowieso wel een positieve invloed heeft gehad. Want ik denk eigenlijk... Wacht hè, wat was de vraag nu weer?

Interviewer

Het verband tussen dramalessen en de tevredenheid over uzelf.

ROMY

Ja, Ik denk wel dat ik sowieso door drama, ook gewoon doordat ik mijn eigen mening meer durf geven, dat ik zelf ook wel een tevredenheid heb of zo in mij. Dat ik zo ben van "oké, ik heb het kunnen zeggen". Allee, het is, het is eruit. Ik ben...

Het is goed, het is... Ik heb gedaan. Ik heb gezegd wat ik voor mij moest zeggen en misschien daar dat ik ook wel zo meer... Niet voldoening, maar zo zelf ook wel ben van "oké, het is goed, je hebt het goed gedaan, Roos. Je hebt juist gehandeld of je hebt niet juist gehandeld in sommige gevallen". Dat je zo meer zo... Ja, uw eigen mening kunt uitdrukken... Hoe dat... Ja... Hoe dat jij het echt vindt. En ja.

Interviewer

Uhu, oké. Euhm... Misschien ook, heeft het iets gedaan met de manier waarop je naar jezelf kijkt? Zit je minder in bijvoorbeeld met uw imperfecties of euh... vind je jezelf mooier nu?

ROMY

Ik denk niet dat drama mij daarmee beïnvloedt. Ik denk eerder echt dat het over mijn geest gaat dat mij eerder heeft misschien doen veranderen, maar ik denk niet over de manier hoe dat ik naar mezelf kijk, allee...

Interviewer

Oké, oké. En dan de laatste vraag, euh, wat is volgens u het verband tussen de dramalessen en het vergelijken van uzelf met uw leeftijdsgenoten?

ROMY

pauze Ik denk... Door het drama... Ben ik sowieso... Heb ik het gevoel dat ik minder geef om andere meningen, dus ik vergelijk ook niet echt vind ik zelf, allee, niet echt bewust of zo dus... Denk vooral dat door drama ik meer echt mijn eigen mannetje sta en weet wat ik... Hoe dat ik het zelf wil, en Ik denk niet dat... Dat ik... Ik denk eigenlijk niet dat ik zo hard vergelijk met anderen, allee, toch niet bewust of zo. Het is niet dat ik altijd kijk "oh, die is... Die is zo oh, die heeft dat aan, die heeft dat aan oh, dat is zo mooi allemaal". Het is niet dat ik daar echt om geef of zo, want als ik gewoon blij ben met mezelf dan... En, dat is... Dan is dat goed voor mij en goed genoeg voor mij en... Denk drama dat dat gewoon zo meer iets geeft van "het maakt niet uit, Roos, als jij het maar goed vindt, dat gevoel heb ik echt oprecht meer gekregen door drama en... Ik denk echt dat dat... Misschien ook door de puberteit, maar ook gewoon echt door drama denk ik dat dat echt meer... Ja zo ja, uzelf, uw standpunt...

Interviewer

Dus het vergelijken deed je vroeger eigenlijk al niet echt, maar door drama wel nog sterker eigenlijk, allee, u minder eigenlijk gaan aantrekken van...

ROMY

Ja ik... Ik heb me nooit echt hard aangetrokken van anderen, want... Het is tenslotte jij op deze wereld en niet de anderen bepalen over je leven, dus ik heb sowieso nooit echt hard vergeleken, allee, sowieso niet bewust. Dus ik denk niet dat allee... Ik denk gewoon dat ik het meer kan loslaten en mezelf kan geruststellen, allee, mezelf kan motiveren dat... Dat ik het wel goed doe en allee ja zo een beetje.

Interviewer

En op sociale media, bijvoorbeeld, omdat je dat daarnet zei, merkte je daar bijvoorbeeld van... Allee een verschil met hoe dat je daarnaar kijkt nu of?

ROMY

Maar, ik ben eigenlijk echt tegen social media, maar... Ik heb dat wel, maar ik weet gewoon dat dat zo fake is en... Dat is gewoon... Mijn ouders hebben mij dat ook echt van kinds af aan... Maar mijn ouders zijn wel... Op dat vlak zijn ze echt strikt op social media. Ik mag er niet te veel mee bezig zijn, omdat ze ook wel weten wat een invloed dat kan hebben, niet per se, maar... Dus ze zijn zo ook wel een beetje zo ze... Ze houden mij er wel een beetje van weg, maar natuurlijk sowieso... Allee, op Instagram zie ik soms ook wel mooie dingen of bijvoorbeeld iedereen die op reis is, of gelukkig is of iets... En dan denk ik zo wel van...

Interviewer

Denkt je dan?... Dus nu na een jaar het drama te krijgen, merk je een verschil van daarnaar te kijken? Kun je dat misschien meer... Ja, u minder van aantrekken, of denk je niet dat dat een invloed heeft gehad?

ROMY

Maar... Ik denk misschien wel... Maar ik denk gewoon echt dat drama zo meer mezelf bewust heeft gemaakt, dat ik weet dat het... Ik weet het zelf ook wel... allee, ik weet ook wel dat het niet echt allemaal super echt is social media dus drama heeft daar invloed op gehad, maar ook gewoon mijn ouders die mij zo opgevoed hebben en hoe dat ik daar zelf naar kijk dus... Dat heeft daar allemaal zowel een invloed op gehad dat ik daar eigenlijk niet echt om geef om social media en ik... Ja.

Interviewer

Ja sorry, er is toch nog één laatste vraag. Ik was het vergeten. Maar dus, dat waren eigenlijk allemaal vragen die te maken hadden met onze hele reeks dramalessen en mijn laatste vraag is nog: welke verschillen merkte je in uw gemoedstoestand voor en na een dramalessen?

ROMY

Euh... Voor dramalessen was ik... Had ik niet echt, allee, ik vond dat eigenlijk... Ik vind dat leuk. Allee, op maandag was dat wel het leukste uurtje van de dag en ook omdat dat op maandag was net na het weekend, dan was het zo wel iets van "oké, het is nu het drama" en ook achteraf na de les was ik zo van "dat is echt leuk" en... Het is niet zoals, snap je, het is fysiek dat je het moet doen en acteren en zo en... Dat is, ik vind dat echt... Dat ligt mij meer dan zo... Echt les krijgen, dus ik... Ik haal daar wel... Allee, daarom... Ik keek daar altijd naar uit en achteraf voelde ik ook altijd zo van "dat is wel leuk en dat interesseert mij" en dat is tof omdat ik dat ook met Helena en Eva, met vrienden doe, en dat is ook gewoon leuk, want wij zitten nu in dezelfde klas, dus dat is leuk om drama dan met elkaar te doen, dus dat is wel altijd... Ik vind dat echt... Ja, nuttig. Ik vind dat echt leuk, ja.

Interviewer

Dus het gaf u een goed gevoel, denk ik dan?

ROMY

Ja.

Interviewer

Oké, all right, dat was het. Super bedankt.

2. Naomi

Datum en tijdstip: 23 mei 2023, 15:20

Tijdsduur: 44 min. 31 sec.

Transcript

Interviewer

Wat hoopte jij te verkrijgen uit de dramalessen? Wat waren jouw verwachtingen daarvan?

NAOMI

Euhm, maar... Ik had wel inderdaad zo verwacht dat we gelijk zo een film gingen maken ofzo. En ook zo improvisatie oefeningen, want... Ja, dat is... ja, dat had ik in mijn hoofd voor drama. Allee, die film nu per se niet, maar wel zo, improvisatie, en zo in groepen verdeeld worden en zo een toneel brengen ofzo, dat had ik ervan verwacht en dat was het ook wel een beetje.

Interviewer

Oké. Euhm en dus ja, die verwachtingen zijn eigenlijk ook ingevuld dan?

NAOMI

Ja.

Interviewer

Oké. Waren er ook dingen die je niet had verwacht, die toch zijn gebeurd?

NAOMI

Maar... Die film maken, ik had dat wel ergens in mijn achterhoofd of zo, maar ik dacht niet dat we dat echt gingen doen, dus dat was wel leuk dat we dat wel deden. En dat was dan anders dan ik had verwacht. Dus dat wel, de film dus.

Interviewer

Oké. Misschien nog andere dingen?

NAOMI

Neen... Maar we hebben... We hebben dus vooral dit jaar de film gedaan en dan het andere jaar hebben we zo improvisatie gedaan en zo die... Die dans en zo. Dat had ik wel ook niet verwacht eigenlijk zo, op muziek bewegen. Dat kwam niet direct op bij drama eigenlijk bij mij...

Interviewer

Wat kwam er dan wel direct op?

NAOMI

Ja gewoon zo... Inderdaad zo... Die improvisatieoefeningen en zo bijvoorbeeld... Ja, we hebben ook zo... We moesten zo een script, allee zo'n script brengen, zo een monoloog brengen. Dat had ik ook wel in gedachten dat we dat moesten doen, dus dat was dan ook gebeurd. En dat was het een beetje.

Interviewer

Hmm, oké. Euhm. Hoe is de manier waarop je in het leven staat veranderd sinds het krijgen van dramalessen?

NAOMI

Maar, ik denk, persoonlijk niet superveel of zo, want we hebben dat ook maar één uur in de week. Ja, ik denk niet dat dat super veel heeft veranderd, maar het is wel leuk om te doen.

Interviewer

Oké. Niks waaraan dat je kan denken?

NAOMI

Nee, niet echt.

Interviewer

Oké. Euhm, hoe is uw welbevinden op dit moment?

NAOMI

Goed. Ik heb, ja, ik heb eigenlijk niks dat ik in mijn hoofd heb dat slecht zou zijn of zo. Dus ja goed.

Interviewer

Oké ja, goed om te horen. Euhm, in welke mate ben jij beïnvloedbaar door anderen?

NAOMI

Wel veel. Want bijvoorbeeld, als één van mijn vriendinnen ofzo zich niet goed voelt, dan ga ik dat... Ga ik me ook slechter voelen ofzo. Dus... En ook omgekeerd, als zij hen beter voelen ga ik mij ook beter voelen. Maar ik heb dat ook met bijvoorbeeld mijn ouders of zo, met mijn familie. Gewoon, zij beïnvloeden mijn gevoel ook.

Interviewer

Ja. De manier hoe dat anderen zich voelen, heeft invloed op dat van jou.

NAOMI

Ja.

Interviewer

Oké. Dat is inderdaad één manier om daarnaar te kijken. Euhm... Een andere manier zou misschien bijvoorbeeld zijn: anderen hun meningen. Laat je u gemakkelijk daardoor meeslepen, of?

NAOMI

Maar... Normaal gezien niet maar als het zo gevoelige onderwerpen zijn ofzo of... Iets belangrijker, dan ga ik daar mij wel van aantrekken, maar gelijk over kleine dingen niet echt.

Interviewer

Oké. Heb je een voorbeeld misschien? Iets dat je u zou...?

NAOMI

Maar... Gelijk, als ik iets koop ofzo en mijn mama vindt dat niet zo mooi, dan vind ik dat eigenlijk niet erg, want ik vind het mooi. Zoiets, dat... Dat trek ik mij dan niet aan. Maar... Ik kan niet echt zo op een ander voorbeeld denken dat slecht is.

Interviewer

Ja, hoe zou je het u inderdaad wel aantrekken, zo?

NAOMI

Ja. Dat weet ik niet echt. Maar ik denk, eigenlijk, als ik zoiets zou kopen en mijn mama vindt dat niet mooi, dan zou ik mij dat niet echt aantrekken, maar bijvoorbeeld... Eén van mijn vriendinnen zegt dat ze het niet echt mooi vindt, dan zou ik dat toch wel iets meer mij van aantrekken. Omdat dat... Dat is een beetje anders, vind ik.

Interviewer

Oké, dus je bent meer beïnvloedbaar door uw vriendinnen dan door uw ouders bijvoorbeeld?

NAOMI

Ja, dat wel.

Interviewer

Oké. En ja, dat is nu misschien iets kleins, zoiets kopen. Zijn er misschien belangrijkere dingen? Bijvoorbeeld, wat dat je later wilt doen of zo, of...?

NAOMI

Nee, dat ga ik mij... Dat ga ik gewoon zelf kiezen, daar ga ik mij niet door laten beïnvloeden. Ja, het kan zijn dat mensen dat niet leuk vinden wat ik ga doen of zo maar ja... Ik ga dat zelf gewoon beslissen.

Interviewer

Hmm, hmm. Oké. Euhm, wat zijn de oorzaken dat je al dan niet beïnvloedbaar bent?

NAOMI

Ja, ik weet niet.

Interviewer

Dus je moet misschien beide gevallen nemen, dus in het geval dat je niet beïnvloed... Allee, niet gemakkelijk beïnvloedbaar bent. Wat denk je dat de oorzaken daarvan zijn?

NAOMI

Maar... ik denk ook gewoon... Mijn mama en ik hebben een andere kledingstijl, dus... Ik vind dingen van haar ook soms niet mooi, dus dan is dat... Ja, dat heeft... Iedereen heeft.... Iedereen heeft zijn mening, dus ja, ze weet dat ook van mij dat ik soms iets van haar niet mooi vind, dus dat is... Dat is in twee richtingen. Dus dan ga ik mij daar ook niet veel van aantrekken, want dat zegt ze ook. En in andere geval... Ja, ik weet niet, maar ik denk zo... Als ik bijvoorbeeld ja, bijvoorbeeld weer iets koop en ik denk ook wel dat mensen dat gaan mooi vinden en ze vinden dat dan niet mooi, dan ben ik zo van "ja, moest ik het dan wel kopen?" Maar meestal vind ik het zelf wel dan mooi, maar andere mensen niet. En dan ben ik zo van "ja, het is wel spijtig". Maar... ja.

Interviewer

Ja, en kan je daar een oorzaak aan geven, waarom dat je dat spijtig vindt, of?

NAOMI

Hmm, nee. Ja ik weet niet, ik vind dat gewoon zo, ik weet niet door wat dat komt.

Interviewer

Ja, oké. Euhm, en dus geen ander voorbeeld dan dat kopen dat je misschien nog aan denkt van "daardoor laat ik mij ook makkelijk beïnvloeden"?

NAOMI

Misschien... Bijvoorbeeld, vorig jaar kregen we dus zo de keuze van "wat wil je doen", van euhm, van verdieping. En...

Interviewer

En verbreding ook, of?

NAOMI

Neen, het ging vooral om verdieping, want heel veel van... Zo Romy en zo, die wouden al direct woordkunst drama doen, en ik wou eerder dans doen eigenlijk, maar dan ik van "anders ben ik alleen, dus dan ga ik ook woordkunst drama doen" want dat was ook wel mijn tweede keuze, maar... Ja, ik had liever dans gedaan omdat ik dat ... ook als sport deed, maar ik heb mij wel laten een beetje beïnvloeden omdat zij dat allemaal deden, dat ik dan niet alleen wou zijn.

Interviewer

Hmm. Oké, oké, oké.

NAOMI

Maar achteraf ben ik wel blij dat ik woordkunst drama heb gedaan. Want, ja, dans, dat doe ik ook al buiten school dus dan is dat een keer iets anders.

Interviewer

Ja ja. En dus, ja, kun je daar een oorzaak aan...? Ja, de oorzaak is dan denk ik...

NAOMI

Euh, ja, ik wil niet alleen zijn of zo.

Interviewer

Ahja.

NAOMI

Want dan heb ik nog... In drama heb je dan ook nog vrienden rond u, dus dan is dat, ja, iets anders dan als je alleen zou zijn.

Interviewer

Ja. Oké. Euhm. In welke mate heb je het gevoel de leiding te hebben over uw leven?

NAOMI

Ja, wel grotendeels. Want ja. Ik beslis...veel wat ik doe, maar ja, soms is het ook mijn ouders die zeggen van "je mag dat niet doen", of "dat mag je wel doen", of "je móét dat doen". Maar grotendeels... Ik mag ook wel veel zelf beslissen, dus wel... veel.

Interviewer

En kan je een voorbeeld geven van dingen die je mag beslissen?

NAOMI

Hmm... Niet echt denk ik, maar hoezo? Ik bedoel, ja, mijn studiekeuze mocht ik zelf kiezen. Dus daar was ik wel blij mee, want ja, ik heb ook liever iets dat ik graag doe dan dat ik iets niet graag doe. Dus studiekeuze mocht ik wel zelf kiezen. Maar als ik bijvoorbeeld... Als ik een bepaalde studiekeuze zou hebben die mijn ouders dan niet leuk vinden, zouden ze wel zeggen van "je mag dat niet doen", dat wel. Maar meestal zijn dat ook de richtingen die ik zelf niet wil doen, maar als ik dan toch naar die richting ga, zouden ze dat wel afkeuren en zeggen van "je moet dat niet doen".

Interviewer

En dan zou je dat wel moeten volgen?

NAOMI

Dan zou ik dat wel moeten volgen, ja. Maar...

Interviewer

En zou je dat doen?

NAOMI

Maar ja, ik ... Ja, ik ga wel luisteren naar mijn ouders, maar... Ja, ik heb geluk, ik heb een beetje dezelfde mening als mijn ouders, dus meestal de richtingen die zij, allee, niet afkeuren, maar willen... niet willen dat ik doe, wil ik zelf ook niet doen, dus ik kom...Ik kom daar wel mee overeen.

Interviewer

Hmm hmm. En is dat dan in andere dingen ook zo van... Jij beslist zelf wat dat je wilt doen, maar het is ook wel omdat uw ouders ermee akkoord zijn dat je het mag doen? Of ... ?

NAOMI

Ja, want ik ga ook niet...

Interviewer

Kan je soms ingaan tegen uw ouders of...?

NAOMI

Ja ik kan wel ingaan tegen mijn ouders maar als het echt "nee" is, dan is het "nee" en dan ga ik... Ga ik dat ook niet doen als het niet mag. Want dan, de volgende keer als ik iets wil dan gaan ze ook weer "nee" zeggen.

Interviewer

Hmm, hmm.

NAOMI

Dus... Ik mag wel... Ja, ik mag wel veel doen, maar als het "neen" is dan is het ook echt "neen". Kan ik niet tegen ingaan.

Interviewer

Uw hobby's bijvoorbeeld, is dat iets dat je zelf... ?

NAOMI

Dat mag ik.. Dat mag ik zelf beslissen. Ja, volledig zelf, want ja, ze willen ook dat ik doe wat ik wil. Dus dat mag ik zelf beslissen.

Interviewer

Oké. Euh, welk gevoel geeft u dat?

NAOMI

Maar ik vind dat wel goed, want anders als ik een hobby zou doen die zij willen dat ik doe, maar ik niet, dan ga ik dat ook niet leuk vinden en ook niet leuk om naar die hobby te gaan, zo... Dus ik ben daar wel blij mee, want anders was dat helemaal anders geweest.

Interviewer

Hmm hmm. Dus over het algemeen wel goede gevoelens als je zelf iets kan...

NAOMI

Ja. Ja.

Interviewer

Ja, oké. Oké. Euhm... Ja, zijn er ook dan dingen die je ouders wel volledig zelf beslissen?

NAOMI

Euhm... Ja... Maar ik kan niet direct op iets komen, maar...

Interviewer

Misschien naar welke school dat je gaat?

NAOMI

Ja, dat... Dat hebben ze... Dat hebben ze wel beslist. Maar dat was ook ja, mijn zus zat hier en het is ook gemakkelijk voor hen, dus dat was... Dat ging gewoon, ja... Een beetje moeilijk doen als ik naar een andere school gaan, zeg maar. Dus ze hebben wel beslist naar welke school ik zou gaan, maar ik had daar...

Interviewer

En was dat... Was dat ook wat je wou, of?

NAOMI

Maar ja, ik wist niet echt iets van school... Allee, zo van middelbare scholen toen, dus het maakte mij niet echt uit waar ik naar toe ging, want ik kon ook niet echt vergelijken of zo.

Interviewer

Ja ja. Oké. En welk gevoel gaf u dat opnieuw?

NAOMI

Maar... Het maakte mij eigenlijk niet superveel uit waar ik naartoe ging, want ik ken hier ook mensen die hier zaten, dus ik ja... Maar als ik een andere school had... Als ik naar een andere school zou moeten gaan, zou ik dat ook niet erg gevonden hebben.

Interviewer

Hmm hmm. Oké, ça va. Euhm... Op welke manier ben je wel of niet gegroeid als persoon de voorbije jaren?

NAOMI

Maar ik...Ik ben wel nog veel veranderd ten opzichte van het eerste middelbaar, want ja, ik heb er ook nieuwe vrienden gemaakt en zo, en dan doe ik andere dingen, dus ik ben wel véél veranderd afgelopen jaar. Maar ik ben ook nog altijd...

Ja... ja, ik ben zo veranderd en ook niet veranderd, want sommige dingen zijn veranderd, maar andere dingen... Ja, ik blijf gewoon wie ik ben, maar... Ja, ik bedoel, ik maak andere vrienden, dus ik doe dan nieuwe dingen met hen... En verander ik een beetje, maar ja.

Interviewer

Je hebt meer vrienden of andere vrienden gekregen?

NAOMI

Maar ik heb...

Interviewer

Of beide?

NAOMI

Ja beetje beide, want ik heb... De vrienden van de lagere school heb ik nu nog altijd, maar ik heb wel meer vrienden in het middelbaar.

Interviewer

Hmm, hmm.

NAOMI

En daar kom ik beter mee overeen.

Interviewer

En dat heeft dus ook bepaald dat je andere dingen doet?

NAOMI

Ja...

Interviewer

Allee, zo versta ik het. Of?

NAOMI

Ja, maar het is ook... Het is ook waarschijnlijk de leeftijd, want bijvoorbeeld in het lager mocht ik niet alleen naar een pretpark gaan of zo en nu wel. En dan is dat met de vrienden van het middelbaar dan, en dan niet met het lager, dus dan... Je doet ook andere dingen omdat... Je hebt een andere leeftijd, dus...

Interviewer

Ja ja.

NAOMI

Dat... Ja, dat is een beetje... Afhankelijk.

Interviewer

Uhu. En vind je... Ja, dat je gegroeid bent? Dat je er vooruit op gegaan bent?

NAOMI

Ja, maar ik weet niet. Ik vind dat moeilijk van mezelf te zeggen, want.... In mijn ogen ben ik wel veranderd, maar niet superveel, maar misschien in iemand anders zijn ogen ben ik superveel veranderd, dus ik kan dat moeilijk van mezelf zeggen.

Interviewer

Hmm. Ja, kan je het proberen?

NAOMI

stilte Dus wat moet ik doen?

Interviewer

Ja... Zeggen van uzelf wat je echt vindt: "Ben ik nu in vergelijking met het begin van het jaar of in vergelijking met begin van het tweede... Ben ik veel veranderd? Heb ik... Allee, ben ik gegroeid? Vind ik dat ik mezelf positief heb zien evolueren?".

NAOMI

Maar ik denk dat ik... Ja... Toch een beetje hetzelfde ben gebleven. Maar misschien wel een beetje zelfstandiger geworden ofzo, dan... Ja, dan twee jaar geleden. Maar dat ja, dat is gewoon middelbare school.

Interviewer

Uhu. En nieuwe dingen uitproberen bijvoorbeeld, of?

NAOMI

Ja maar... Ik wou eigenlijk... Ja.... Ik wou altijd al veel nieuwe dingen leren, maar dat ging dan niet altijd, maar nu kan dat wel, dus. Ik heb wel... Zo, de afgelopen jaren wel al veel gedaan dingen gedaan die ik graag zou willen doen, dus dat is... Dat is goed.

Interviewer

Ja, ja. *lacht* Oké. Euhm, als 0 een gewoontedier is en 10 iemand is die altijd nieuwe dingen uitprobeert, waar zou je uzelf dan op die schaal zetten en waarom?

NAOMI

Zo... 7 of 8 denk ik, want... Ja, ik doe wel graag dezelfde dingen, maar... Ik wil ook nieuwe dingen proberen, want dat kunnen dan ook mijn gewoontes worden. En ja, bijvoorbeeld als we op reis gaan of zo, dan wil ik altijd zo nieuwe dingen eten en zo. Gewoon om... Ja, ik wil zoveel mogelijk leren kennen en weten van de wereld, dus dan is dat ook leuk om nieuwe dingen te eten of te doen.

Interviewer

Uhu.

NAOMI

Maar ja, die gewoontes die ik heb, die ga ik ook blijven behouden. Maar... nieuwe dingen vind ik ook leuk.

Interviewer

Uhu. Awel, als je het in die context dan plaatst... Als je altijd op zoek bent naar nieuwe dingen om te weten, of...

NAOMI

Maar ik ben niet per se op zoek naar dingen, maar als ik zo, ja... Als ik de kans heb om dat mee te maken of te doen, dan zou ik... Dan ga ik daar wel voor gaan.

Interviewer

Uhu. En vind je dan niet... Allee, vind je dan niet dat je persoonlijkheid rijker is geworden? Dat je bent gegroeid over de jaren?

NAOMI

Ja... Ik denk dat wel. Want...

Interviewer

Dat zou ik ook wel denken. Allee... Als je zoveel dingen uitprobeert.

NAOMI

Dat is waar. Maar ik vind... Ja, ik vind dat moeilijk om zo van mezelf te zeggen.

Interviewer

Ja. Oké. Ja. Euhm... Hoe vaak in de week ga je om met anderen?

NAOMI

Ja... iedere dag. *lacht*

Interviewer

Oké.

NAOMI

Maar ja, ik ja, ik ga iedere dag naar school en ik zie mijn vriendinnen. Dus dan... Ja, dat is iedere dag gewoon en ook in het weekend met mijn zus, met mijn ouders... Soms als er bezoek komt en zo.

Interviewer

Uw vriendinnen, dat is elke dag in de week, of?

NAOMI

Ja.

Interviewer

Oké.

NAOMI

Ja, op school.

Interviewer

En, is dat dan... Ah ja op school... maar en daarbuiten ook?

NAOMI

Daar... Ja, niet iedere dag daarbuiten, maar soms een keer op vrijdag of in een verlengd weekend ofzo. Maar dat is niet iedere dag, want... Nee, dat mag ik niet.
lacht

Interviewer

Ja... En, euh, ja, met wie is dat dan? Zijn dat vrienden van school of van daarbuiten, of...?

NAOMI

Vrienden van de school meestal. En... Daarbuiten, ja gewoon, ook soms vrienden van de lagere school, want die zie ik niet super vaak meer. Dus... maar... Vrienden van school meestal.

Interviewer

Hmm. Oké. Euhm... Maar dus het is voornamelijk op school... Voornamelijk dan ook op vrijdag of in weekends. Nog andere momenten?

NAOMI

Nee, ik denk dat niet, maar ja, gewoon vakantie.

Interviewer

Ja.

NAOMI

Maar... Bijvoorbeeld op maandag of dinsdag of zo zou ik dat niet doen. Want ja, we hebben ook nog school werk... Ja. *lacht*

Interviewer

Oké oké. En je hebt ook een zus. Daar ga je veel mee om ook?

NAOMI

Ja... Het is te zien... Ja... Het is te zien hoe goed dat we overeenkomen. *lacht* Als we goed overeenkomen dan zijn we wel vaak samen, maar anders niet.

Interviewer

En... Hoe vaak kom je goed overeen? Allee, of wat is ...?

NAOMI

Ja, ik kom wel goed overeen met mijn zus, maar soms zijn er van die kleine dingen waarom dat we ruzie hebben. Maar... In het algemeen kom ik wel echt goed overeen met mijn zus.

Interviewer

Hmm. En zou je ook met haar zo activiteiten doen?

NAOMI

Ja.

Interviewer

Oké.

NAOMI

Zo... Ja op reis, dan doe ik superveel met mijn zus samen. Maar hier in België ook wel, maar... Minder. Omdat ik dan... Omdat ik mijn vriendinnen heb, dan doe ik meer met hen dan met mijn zus, maar nog altijd wel veel.

Interviewer

Oké. Euh, hoe belangrijk vind je het om tijd met anderen te spenderen en waarom?

NAOMI

Ik vind dat wel belangrijk omdat... Als je zo... De hele dag alleen zit of zo, dat is ook niet leuk. En met andere dingen hebben zij ook verhalen en zo dat je naar kan luisteren. En ja. Ja, hele dagen alleen zitten is ook zo... Saai. *lacht* Gewoon contact met mensen is leuk.

Interviewer

Ja. Oké. Voel je je eenzaam en waaraan kan je dat merken?

NAOMI

Nee, ik voel mij niet eenzaam.

Interviewer

Ja oké. Awel, dat is ook belangrijk om te nuanceren. Er is ook een verschil tussen eenzaamheid en alleen zijn. Want sommige mensen zijn ook gewoon graag alleen. Euhm, ja... En, die zijn niet per se eenzaam.

NAOMI

Ja.

Interviewer

Eenzaamheid is zo een gevoel. Is dat... Maar dat is geen gevoel dat je dan ervaart?

NAOMI

Nee.

Interviewer

Oké. En... Ben je graag alleen of ben je dan liever met anderen?

NAOMI

Ja, meestal ben ik wel liefst samen met anderen, maar... Ik heb ook zo van die momenten dat ik gewoon echt alleen wil zijn en dat... Dat ze mij met rust moeten laten. Maar... Meeste van de tijd wil ik wel liefst met andere mensen in de buurt zijn.

Interviewer

Ja. Oké. Wat is jouw doel in het leven, als je er één hebt?

NAOMI

Maar... Ik weet niet, ik heb niet echt een doel, maar inderdaad gewoon zo... Liefst zo veel reizen en zo om inderdaad nieuwe dingen te zien en te leren en zo. Maar

voor de rest heb ik niet echt een doel, denk ik. Gewoon ja... De wereld ontdekken, zal ik maar zeggen.

Interviewer

Hmm. Oké. In welke mate denk je dat je op het juiste pad zit om dat doel te bereiken?

NAOMI

Ik denk wel goed, want... Ik weet niet. Ik ben goed bezig op school. Met mijn vrienden ook, dus... Ja, tot nu toe is alles goed.

Interviewer

Oké, oké. Zijn er bijvoorbeeld stappen dat je dan zet om later meer van de wereld te kunnen zien, bijvoorbeeld?

NAOMI

Nee, ik ben daar nu nog niet echt mee bezig of zo. Ik ben nu vooral in het moment bezig, maar nog niet aan later denken.

Interviewer

Ja. Oké, oké. Dus... Nog een ander doel dan de wereld ontdekken dat je... denkt te hebben, of?

NAOMI

Maar... Ik heb daar nog niet echt over nagedacht of zo. Dat was gewoon het eerste wat in mij opkwam. Voor de rest weet ik het nog niet echt.

Interviewer

Ja. Ja, dat is volledig oké ook. Euh. Hoe vaak ben je bezig met de toekomst en welke weg je uit wilt gaan? Dat heb je misschien eigenlijk al...

NAOMI

Maar ... Mijn zus zit nu zo in het zesde middelbaar, dus zij is nu zo bezig met wat zij gaat doen enzo, en dan begin ik daar ook wel over te denken. Maar het is niet dat ik mij daar echt mee bezig houd, maar dan vraag ik mij gewoon wel eens af van... "wat zou ik kunnen doen?" Maar ja, het is niet dat ik al echt zo gepland heb of zo waar ik wil studeren of wat ik ga doen. Daar kan ik nog zelf in beslissen, want ik weet het nu nog niet. Dat komt wel.

Interviewer

Ja ja. Oké. Ik zeg ook totaal niet dat je daar móét mee bezig zijn, hè. Dat zijn gewoon...

NAOMI

Nee, nee.

Interviewer

Sommige mensen zijn daar al heel snel mee bezig, anderen minder, dus het is gewoon om te kijken. Euhm. Hoe voel jij je ten opzichte van jezelf als persoon?

NAOMI

Ja... Goed? Ik weet niet, ik weet niet wat ik daar echt moet op antwoorden, want...

Interviewer

Ben je blij met jezelf?

NAOMI

Ja, dat wel. Ja, op sommige momenten wat minder, maar in het algemeen wel.

Interviewer

Ja. Wil je daar verder over vertellen?

NAOMI

Maar ja, soms zijn er gewoon zo van die kleine dingen die ik dan dom heb gedaan en... Dan denk ik zo van "allemoet, waarom heb je dat gedaan?" Maar ja, dat zijn gewoon zo van die kleine dingen dus niet echt belangrijk. Maar ja, dan is het... Ik heb wel dingen waar ik spijt van heb soms, maar... Dat is niet echt dat dat heel mijn leven beheerst of zo.

Interviewer

Uhu, oké. En is dat dan vaak dat je daarmee in zit, of is dat... ?

NAOMI

Maar... Meestal als ik zoiets dom doe, dan 'k weet niet, dan denk ik daar gewoon een paar dagen over, maar daarna is dat ook weer gedaan. Dan denk ik zo van ja, Het is eigenlijk niet superbelangrijk, dus...

Interviewer

Oké. Euhm, ja... Mensen denken soms ook na over hun uiterlijk, over hun innerlijk, of dat ze daar blij mee zijn. Hoe sta jij ten opzichte van die dingen?

NAOMI

Maar ja... Mijn innerlijk vind ik niet echt erg, maar ja soms ja natuurlijk... Iedereen twijfelt, denk ik wel, een keer aan zijn uiterlijk. Maar ik heb daar... Allee ja, natuurlijk denk ik daar wel aan, maar ik heb daar niet echt last van, zal ik maar zeggen. Want ja... Ja, ik hou mij daar wel mee bezig, maar weer, dat beheerst mijn leven niet ofzo. Maar ja, denk dat dat wel normaal is zeker? Dat je daar wel eens aan twijfelt, maar... Valt mee.

Interviewer

Uhu. Oké. Oké. Hoe vergelijk je jezelf ten opzichte van je leeftijdsgenoten?

NAOMI

Maar ik... Ja, ik denk wel... Zo een beetje hetzelfde, want ik... Ik kan wel zo volwassen zijn, maar... Ja, natuurlijk, ik wil ook wel gewoon nog spelen enzo. Maar bij mijn vrienden, want ik ken niet echt super veel mensen daarbuiten, die hebben gewoon een beetje hetzelfde, want die kunnen wel volwassen zijn als ze willen, maar die spelen gewoon meestal nog. En ik weet niet hoe dat dat bij andere mensen is, maar bij mij en mijn omgeving is dat toch zo. Dus als ik (vergelijk) met de mensen die ik ken van mijn leeftijd, zit ik een beetje op dezelfde niveau.

Interviewer

Dus je vergelijkt het vooral met mensen die meer volwassen zijn en mensen die meer spelen?

NAOMI

Ja, zoiets.

Interviewer

Dus zo kijk je naar uw vrienden, allee, en naar uw leeftijdsgenoten?

NAOMI

Maar ja...

Interviewer

Sommige mensen zitten al verder in volwassen zijn, en anderen...

NAOMI

Ja, allee ik denk dat toch.

Interviewer

Ahja oké. En waar zie jij uzelf dan?

NAOMI

Maar... Ja, ik kan wel echt volwassen zijn als ik het wil, maar het, ja, het moet nog niet, allee, ik ben veertien. *lacht* Dus ja, ik speel natuurlijk nog liever, maar als het echt moet dan kan ik wel volwassen zijn.

Interviewer

Heb je het gevoel dat dat moet dan?

NAOMI

Nee maar... Ja op bepaalde situaties soms wel, maar... Dat moet nu niet. Maar soms heb je van die momenten dat dat wel nodig is, en dan kan ik dat wel.

Interviewer

Oké, ja, Ik vind het wel interessant dat je direct specifiek kijkt naar meer volwassen zijn of minder volwassenen zijn, want er zijn heel veel verschillende manieren om te kijken naar... Hoe dat je u zou vergelijken met iemand. Ik denk dat sommigen het vooral op vlak van uiterlijk zouden doen, bijvoorbeeld. Is dat iets wat je vaak doet?

NAOMI

lacht Maar ja, ik ben niet de grootste van mijn leeftijd, maar... Ja, maar uiterlijk... Sommige, mensen zien er ook wel gewoon ouder uit dan mij en maar sommigen ook jonger, dus ik zou wel zeggen... Het zijn veel hier op school die ouder lijken dan mij, vind ik, maar die dan wel dezelfde leeftijd hebben, maar ook omgekeerd. Dat ik denk van... "Ben je even oud als mij?" Dus ik denk dat ik een beetje in de midden zit of zo, of misschien iets naar onder.

Interviewer

Ja ja ja. Dat is weer terug zo... Oud of jong zijn, of volwassen en kind. Je kan ook in schoonheid spreken, of in... Ik weet niet, charisma of zo, dat kan ook. Intellectueel ook. Zijn dat ook dingen waar dat je naar kijkt? Of je kijkt het vaakst door zo...

NAOMI

Ja, maar ik weet niet. Op basis van schoonheid vind ik zo raar om dat zo te zeggen, want ik ben niet zo van "amai, die is mooier dan mij", "die is minder mooi dan mij". Dat doe ik niet. Want ja, ik vind dat gewoon een beetje raar... Dus ik, ja, ik kijk dan gewoon zo vooral inderdaad zo, jong en oud. Zo.

Interviewer

Hmm. Oké en hoe voel je uzelf bij die vergelijking?

NAOMI

Maar als mensen, allee zo, ouder zijn dan mij, dan vind ik dat eigenlijk... Ja, ik heb daar... Ja, ik weet niet, dat is... Ik trek mij daar niet zoveel van aan.

Interviewer

Hmm. Oké. Euhm, oké. Dit is het laatste blok van het interview, waarbij dat we eigenlijk het verband nu gaan bespreken tussen dramalessen en welbevinden. Dus wat is volgens u het verband tussen de dramalessen en uw welbevinden?

NAOMI

Ik denk... Niet dat dat echt... Veel invloed op heeft, maar ja, we hebben dat ook natuurlijk... Ja, gelijk maar één uur in de week, dus ik denk niet dat dat daar veel invloed daarop heeft, maar moest ik dat misschien meer hebben of zo, misschien wel, omdat dan... Emotie kan uiten en zo, maar ja... Want in de, ja, in de film ben ik dood, dus ik moet niet zoveel acteren. Maar ik denk niet dat dat... Ja, niet superveel mee te maken heeft, voor mij toch niet.

Interviewer

Oké. En leg eens uit, waarom denk je dat als je het meer zou doen... ?

NAOMI

Maar ja, bijvoorbeeld... Als je zo meer acteert of zo, denk ik dat je echt zo... Ja, uw emotie daar zou kunnen insteken of zo. Maar we hebben dat nu maar, ja, één uur in de week. Dat is niet superveel, dus dan... Tegen dat iedereen daar is en zo. Maar ja.

Interviewer

Maar wat... Wat zou er dan specifiek... Je steekt daar uw emotie in... En wat dan? Allee, hoe heeft dat dan invloed op uw welbevinden?

NAOMI

Maar ja, bijvoorbeeld... Als je boos bent of zo, dan kan het er gewoon een keer uitkomen, en dan... Allee, dan gaan mensen ook niet raar kijken ofzo. Dus dan ben je gewoon...

Interviewer

Een uitlaatklep dan?

NAOMI

Ja.

Interviewer

Hm. En dat denk je dat wel kan... ?

NAOMI

Ja, dat denk ik wel.

Interviewer

Ja, oké. Euhm, wat is volgens u het verband tussen de dramalessen en de invloed van anderen op u?

NAOMI

stilte Dat... Ik weet niet, ik denk niet dat dat... Veel met elkaar te maken heeft, voor mij dan.

Interviewer

Oké. Dus daarnet heb je gesproken van, uw beïnvloedbaarheid is vooral... Van de mensen hun emoties rondom u?

NAOMI

Uhu.

Interviewer

Heb je een verschil gemerkt met hoe dat je daarnaar kijkt sinds dat je drama volgt, of? Is daar iets mee veranderd?

NAOMI

Daar is niet superveel mee veranderd.

Interviewer

Maar wel iets, of?

NAOMI

Maar ja, gewoon zo... Kleine dingen, denk ik dan.

Interviewer

Kan je dat uitleggen?

NAOMI

Ja, gewoon zo... Ik weet niet. Ja, ik vind dat zo moeilijk om daar een voorbeeld bij te geven, want... Dat gebeurt niet supervaak dat ik dat merk of zo.

Interviewer

Maar je merkt wel iets?

NAOMI

Ja... Maar ik weet niet, ik kan daar niet echt zo een bijvoorbeeld bij geven of zo, omdat... Dat gebeurt niet supervaak, maar... Het is niet dat dat ik dat onthoud ofzo, dus.

Interviewer

Ja, mocht je er nog opkomen mag je het altijd zeggen.

NAOMI

Ja.

Interviewer

Euhm... En dan had je het ook over die invloed van meningen van anderen. Dus dat je daar u eigenlijk niet echt door laat doen.

NAOMI

Hmm.

Interviewer

Denk je dat dramalessen daarop... ?

NAOMI

Ik denk dat wel, want als je zo... allee zo... Een toneel ofzo, improvisatie bijvoorbeeld in het begin van het schooljaar. Ik kende die mensen niet, dus dan was dat ook zo effe van "oké, ik moet mij effe niet aantrekken wat zij ervan denken, dus ik moet gewoon echt mijn oefening doen", dus dat heeft daar ook wel iets bij geholpen, want... Ja, er waren ook zo vierdejaars. Ik vind dat... Eigenlijk een beetje intimiderend of zo, want ik ken hen niet en ze... Ze lijken gelijk al veel volwassener dan mij ofzo. Dus ik heb mij daar gewoon echt moeten overzetten, van... "het is drama, iedereen doet dat en je moet dat ook gewoon doen en u niet

aantrekken wat mensen ervan denken of zo van wat je zegt tijdens die improvisatie oefening". Dus dat hielp wel.

Interviewer

Hmm, hmm. En, is dat dan ook iets dat je doorheen andere dingen van uw leven misschien hebt gemerkt?

NAOMI

Maar ja... Als ik bijvoorbeeld... Maar ja, dan denk je zo van... als ik bijvoorbeeld, ik weet niet, mij vernederd voel of zo, dan denk ik van "ja, iedereen heeft dat wel een keer, dus eigenlijk moet je u niet schamen ofzo", of gewoon als iemand naar u kijkt en... die zijn zo van afkeurend of zo, dan denkt van "ja, dat is gewoon... Iedereen doet soms wel eens gek en zo" en mensen moeten daar niks op zeggen, vind ik.

Interviewer

Heeft dat dan te maken met drama?

NAOMI

Maar ja, dat is... Ja maar drama... Dat hielp gewoon effe van... "Die personen doen gewoon hetzelfde als mij ook, dus ik moet dat ook doen" en dat kan je wel vergelijken met... ja, in het echt gewoon.

Interviewer

Uhu. Maar dus is dat iets dat je hebt ervaren ook buiten de dramalessen, u dat minder aantrekken, of?

NAOMI

Ja dat wel, want... Ja, ik had zo in het begin van het schooljaar... Ja, we waren in de dramales, maar... Die drama oefening was dan zo... improvisatie, dus dan moest ik gewoon effe... denken van "u niet aantrekken", en dat heeft mij inderdaad wel geholpen, zal ik maar zeggen. Omdat het nu van, inderdaad van... Gewoon als ik ergens passeer of zo, dan... Of iemand zegt iets of zo, dan trek ik het mij ook niet aan. Want ja... Iedereen maakt dat wel eens mee en zo, dus... Dat kon ik wel vergelijken zo met die improvisatie oefening, want iedereen moest zo'n oefening doen en niet iedereen vond dat leuk. Dus... Je begrijpt dat ook als iemand dat niet leuk vindt of zo.

Interviewer

Uhu. Oké dus... Daar zie je wel dan...

NAOMI

Ja, dat is wel een link met elkaar, vind ik. Gewoon effe u erover zetten.

Interviewer

Ja. En denk je dat je dat gaat blijven doen, ook nu?

NAOMI

Ja, Ik denk dat wel.

Interviewer

Oké. Cool. Euhm, wat is volgens u het verband tussen de dramalessen en het gevoel te hebben dat je de leiding hebt over uw leven?

NAOMI

Maar dat heeft niet veel met elkaar te maken, vind ik, want... Ja de leiding over mijn leven, dat beslis ik zelf enzo, dus daar heeft drama niet echt een invloed op. Dus... ja, ik vind niet echt dat dat veel met elkaar te maken heeft, allee, voor mij toch niet.

Interviewer

Uhu.

NAOMI

Misschien voor anderen wel, dat weet ik niet, maar bij mij niet.

Interviewer

Op welke manier bij anderen?

NAOMI

Maar ik weet niet, misschien als ze zo... Een zelfverzekerd persoon of zo spelen ergens in drama, dan denken ze misschien wel ook van "ja, misschien kan ik dat beter gewoon altijd doen, want ja, ik wil zelfzekerder zijn" en dat kan dan misschien ook wel helpen.

Interviewer

Hmm. Maar dat is niet iets dat je zelf hebt ervaren ook, of?

NAOMI

Nee, dat niet.

Interviewer

Oké. Wat is volgens u het verband tussen de dramalessen en de motivatie om jezelf te verbeteren als persoon?

NAOMI

Hmm... Maar... Ik weet niet, ik hoef mij gewoon sowieso niet echt te verbeteren, denk ik, allee, voor mij toch niet, dus... Ja, ik vind... Ik vind dat moeilijk, want voor mij heeft dat niet echt een link, maar ik weet niet hoe dat dat voor andere mensen is. Maar voor mij persoonlijk heeft dat niet super veel met elkaar te maken.

Interviewer

Uhu, uhu. Hmm, denk je bijvoorbeeld nieuwe dingen uit te proberen?

NAOMI

Maar dat deed ik van mezelf gewoon zo al, dus... Nu dat drama erbij is gekomen heb ik dat ook nog altijd. Maar ik had dat er ook al van ervoor. Misschien nog iets meer nu, maar...

Interviewer

En denk je dat daar, ja, een verband tussen zou zijn? Allee, zou je nu na die dramalessen misschien... Voor meer openstaan? Heeft dat iets veranderd?

NAOMI

Hmm. Dat heeft niet superveel veranderd, nee.

Interviewer

Oké, oké. Uhm, wat is volgens u het verband tussen de dramalessen en uw relaties met anderen?

NAOMI

Misschien zo... Ik weet niet. Mensen die ik ook gewoon zo nog niet kende uit dramalessen, die ken ik dan nu wel en daar... Dan zeg ik daar ook gewoon iets tegen. En dan denk ik zo van "misschien kan ik gewoon tegen iemand anders die ik ook niet ken gewoon iets zeggen". En ja, dat heeft... Allee, geholpen is zo... Ik kende die mens niet, ik heb daar iets tegen gezegd, dus dan dacht ik van "ja, ik kan dat misschien ook tegen mensen die ik niet ken gewoon een keer iets zeggen", dus dat heeft wel... Ja zo... Mij een boost gegeven ofzo, ik weet niet.

Interviewer

Om meer tegen anderen eigenlijk te gaan praten?

NAOMI

Maar ja, gewoon zo... Niet bang zijn of zo om tegen iemand iets te zeggen of zo, want... Ja, die mensen van drama kende ik ook niet allemaal en ik heb daar ook tegen gesproken, dus.

Interviewer

Hmm. En... Ja, allee, dan vraag ik mij af, is dat niet gewoon omdat je in een nieuwe soort groep bent terechtgekomen, of denk je dat drama ook wel effectief...

Misschien meer... Het toegankelijk heeft gemaakt om mensen aan te spreken.

NAOMI

Ja, want bijvoorbeeld als we zo een oefening of zo moesten doen, of zo iets zeggen tegen elkaar, dan moest je ook gewoon tegen die persoon praten, maar gewoon als karakter, en dan kan je in het echt ook weer tegen die persoon praten. Gelijk... Ja, gelijk dat in dat karakter bent, maar dan gewoon in het echt.

Interviewer

Ja. Ja. *pauze* Maar dus... Je denkt wel dat die dramaless u... Het nu misschien makkelijker zou maken om onbekenden aan te spreken?

NAOMI

Ja gewoon een keer iets vragen...

Interviewer

Stel je zat in Flex Spaans of zo, was dat hetzelfde geweest? Of is het effectief omdat het drama was dat het...

NAOMI

Maar ja, bij Spaans moet je niet echt, allee, moet je niet communiceren met elkaar, maar bij drama wel, dus dat heeft ook wel... Ja, geholpen eigenlijk.

Interviewer

Ahja, Oké oké.

NAOMI

Want ja, bij Spaans, je leert een taal, maar je kan wel praten, ja in het Spaans tegen elkaar dan. Maar je moet niet echt zo vanaf de eerste dag al tegen elkaar praten.

Interviewer

Ja ja. Ja, en het is op een... Allee, soms rare manier dat je eigenlijk met elkaar...

NAOMI

Ja.

Interviewer

Ja. Oké. Euhm, wat is volgens u het verband tussen de dramalessen en de tevredenheid over uzelf?

NAOMI

Maar... Ik weet niet, want bijvoorbeeld als je... tijdens de dramalessen gewoon iets goed hebt gedaan ofzo, dan ben je daar natuurlijk ook wel blij mee dat je weer zoiets nieuws hebt kunnen doen dat goed gegaan is, dus dan is dat... Dan ben ik wel tevreden natuurlijk. Dus dat is wel...

Interviewer

Hmm, oké. Awel, en daarnet hebben we gesproken over hoe dat je kijkt naar uzelf. Euhm. Ja, jij had gezegd dat je daar niet echt zoveel mee bezig bent. Dat er wel bepaalde twijfels zijn dat je soms hebt. Is er iets veranderd daarin, nadat je nu drama hebt gehad?

NAOMI

Hmm, niet echt eigenlijk.

Interviewer

Oké. Oké. Euhm. Wat is volgens u het verband tussen de dramalessen en het vergelijken van uzelf met leeftijdsgenoten?

NAOMI

Maar... Ik zie haar gewoon zo... Ik ga weer zo naar dat oud en jong of zo gaan. Maar Y bijvoorbeeld, die speech van in de film. Ik vind dat wel nog een hevige speech ofzo en ik vind dat ze dat heel goed doet. Dus dan zie ik ook wel van "amai, zij kan dat aan" en zo. Ik zou dat zelf niet kunnen, denk ik gewoon. Misschien kan ze ook supergoed acteren, dat weet ik niet, maar ze doet het ook wel gewoon. Ook ja, voor de camera enzo, dus dan... Ik vind dat wel... Knap van haar dat ze dat doet, dus dan zie ik ook wel dat zij wel... Dat ze dat aan kan, dat ze zo, ja... Ik

denk niet dat ik zo die speech zelf zou kunnen zeggen zoals zij het zegt, want ik vind dat ze dat echt goed doet. Dus ik zou dat niet kunnen. Dus dan is dat ook wel zo... Ik weet niet of dat je daar echt zo... Volwassen (voor) moet zijn of zo, om dat te zeggen, maar bijvoorbeeld... Snap je, als je daar de hele tijd staat te lachen en zo, dan gaat dat ook wel anders over komen.

Interviewer

Uhu. Ahja oké, dus je denkt je moet meer volwassen zijn om die speech dan...

NAOMI

Allee, dat is voor mij toch zo, maar... Je moet echt wel serieus kunnen nemen en zo. Want ja, het gaat natuurlijk over iemand die zelfmoord pleegt, en als je daar dan zo staat te giechelen, dan is ook zo raar.

Interviewer

Ja nee inderdaad. Oké, en denk je dat je uzelf... Euhm. Dus ja, inderdaad, je hebt vooral gezegd van, je ziet uzelf jonger, of allee, je vergelijkt mensen op basis van hun volwassenheid.

NAOMI

Uhu.

Interviewer

Doe je dat nu minder of meer na die dramalessen? Kijk je daar anders naar?

NAOMI

Maar... Niet echt, want... Maar gewoon zo... Bij sommige mensen heb ik zo van... Als bijvoorbeeld... Ik ga nu een voorbeeld geven, als Z die speech zou moeten geven. Ik weet dat Z dat niet zou kunnen, dus dan weet ik ook wel zo... Zij is iets minder volwassen dan Y of zo. Allee, dat denk ik toch persoonlijk, maar... Ik weet niet, mezelf... Ik denk niet dat ik méér ga vergelijken of zo, maar als zoiets voorkomt of zo, dan kan ik wel zeggen van... Het verschil.

Interviewer

Ja. Oké, oké, oké. En zou je uzelf dan... Allee, je hebt ook gezegd "ik ben bijvoorbeeld klein". Is dat misschien iets dat je je nu minder of meer aantrekt na die dramalessen?

NAOMI

Maar... Ik trok mij dat niet echt aan omdat... Ja, ik kan nog altijd groeien.

Interviewer

Ja.

NAOMI

Dus ja, ik heb mij dat nooit echt aangetrokken. Dus ja... Drama is daar ook, ja... Maar dan kan dat geen invloed gehad hebben, want ik heb mij dat niet echt aangetrokken.

Interviewer

Oké, oké. Maar misschien andere dingen? Dat je nu...

NAOMI

Nee.

Interviewer

Oké. Dan heb ik nog één vraag. Euhm. Dus nu, die vorige vragen gingen eigenlijk over die hele reeks dramalessen, dus eigenlijk een beetje daarvoor en daarna. Nu gewoon op één dramales gebaseerd, welke verschillen merkte je in uw gemoedstoestand voor en na een dramales?

NAOMI

Maar bijvoorbeeld euhm... Die improvisatie oefening. In het begin, ik weet niet, ik had daar eigenlijk geen zin in, omdat... ik kende niemand en zo. Allee, mijn vriendinnen wel, maar voor de rest niet. En daarna, toen dat... Ik had wel echt het gevoel dat dat goed ging, dus dat ja, dat... Daar werd ik wel blij van, omdat... Het ook weer iets is gedaan... euh, iets nieuws wat ik heb gedaan, dat ook wel... Ja, dat goed ging en dat... Waar ik eerst zo, allee 'stress' zal ik niet zeggen, maar zo... Beetje tegenop zag of zo om te doen. Dus ja, daarna voelde ik mij wel al... Beter. Omdat ik dat heb gedaan ook.

Interviewer

Oké.

NAOMI

En de volgende keer als we bijvoorbeeld zoiets doen ga ik daar dan minder tegenop zien of zo, omdat ik weet van "oké, het is niet super... Allee, ik kan dat wel".

Interviewer

Ja inderdaad, oké. Euh ja, dat is één soort les, die improvisatie. Heb je... Allee, de andere lessen... ?

NAOMI

Maar, de film vond ik ook wel tof om te doen, maar... Ja, ik was wel al vroeg dood, dus ik heb niet superveel kunnen spelen of zo.

Interviewer

Ja. Ja dat wel.

NAOMI

Ja, dat was het eigenlijk.

Interviewer

Als je hebt kunnen spelen, dan... ?

NAOMI

Maar ik vond dat wel leuk om die scènes op te nemen en zo. Dat vond ik, ja, op het einde van de les... Ik vond dat wel leuk om te doen.

Interviewer

Ja, oké. Dus in het algemeen wel een goed gevoel?

NAOMI

Ja.

Interviewer

Oké, ça va. Oké, als je nog iets kwijt wilt over een eerdere vraag... ?

NAOMI

Nee, ik denk dat ik alles heb gezegd wat ik wou, euh, dat ik ging zeggen.

Interviewer

Oké, is goed. Ja, dat kon je niet weten eigenlijk, hè, wat je ging zeggen.

NAOMI

Nee, maar ik bedoel zo... Alles bij een vraag gezegd wat ik in mijn hoofd had.

Interviewer

Ja, oké nee, super! Dankjewel.

3. Norah

Datum en tijdstip: 26 mei 2023, 12:40

Duur interview: 50 min. 14 sec.

Transcript

Interviewer

Wat hoopte je te verkrijgen door dramales op te nemen als keuzevak?

NORAH

Het was eigenlijk... Uit al die keuzes leek dat het dichtst bij mij staan. Ja, het dichtst. En ik vind dat wel interessant omdat ik, wel euh, ook vroeger theater heb gedaan en dat ligt mij wel...

Interviewer

Oké en dus wat waren uw verwachtingen zo een beetje?

NORAH

Uhm... Het was gewoon zo'n beetje uhm... Meer zo leren acteren. Ik weet niet, zo die bepaalde... Ik weet niet hoe ik het zou zeggen... zo die bepaalde acteerdingen... Van ja, echt zo, bijvoorbeeld ja, die monoloog en je hebt dan nog dialogen, zo ja echt zo, alle vlakken van acteren.

Interviewer

Maar ik bedoel... Voordat je de dramales had, wat dacht je dat je ging krijgen ervan?

NORAH

Euhm, ja, ik wist het eigenlijk niet. Ik dacht gewoon waarschijnlijk zo euhm... paar dingen, dialoog of zo... Ja, uit het hoofd leren en dan voordragen of zo.

Interviewer

Zo scènes doen dan eerder?

NORAH

Ja, scènes.

Interviewer

Ahja, oké. Nog andere dingen, of?

NORAH

Ja... Niet echt eigenlijk.

Interviewer

Oké, oké, dus op welke manier zijn uw verwachtingen dan ingevuld?

NORAH

Uhm... Het is eigenlijk... We hebben ook zo niet echt een dialoog gedaan, maar bij die film maken was dat wel dan... Zo op voorhand wist je wel wat je moest doen. Dat leek mij wel dan tof om te doen.

Interviewer

Oké. En dus we hebben ook inderdaad dingen dan gedaan die je niet had verwacht. Uhm, wat vond je daarvan? Welke effecten hadden die?

NORAH

Euhm... Het was eigenlijk... Op een positieve manier van... Dan had ik nog iets meer bijgeleerd van dat, op dat vlak van... Ik wist zelf niet... Zo sommige dingen wist ik zelf niet en dat is wel interessant om bij te leren.

Interviewer

Welke dingen dan? Kan je een voorbeeld geven?

NORAH

Het was eigenlijk zo euhm... Meer zo die monoloog had ik eigenlijk niet echt vaak gedaan. En bij die film, zo die improviseren en die flashbacks en alles zo een beetje.

Interviewer

Oké, ja. En heeft het effect gehad op u als persoon, of?

NORAH

Het is eigenlijk... Ik heb zelf normaal gezien niet echt zo vaak zelfvertrouwen, maar na die lessen kan je dan soms wel makkelijker praten, dus dat heb ik wel gemerkt.

Interviewer

Ah, oké amai. Kan je misschien zo een voorbeeld geven waarin dat je dat hebt gemerkt?

NORAH

Dus normaal mijn moeder, mijn zus of zo, altijd mijn afspraak maken zij of alleen naar de winkel gaan. Ben ik dan echt niet echt degene die praat, maar dan heb ik

zo na dit jaar zo paar keer zo ook naar die dramalessen heb ik dat wel eens geprobeerd en dat lukte wel echt.

Interviewer

Ahja, oké, amai oké. Dus ja, mijn vraag was ook: hoe is de manier waarop je in het leven staat veranderd sinds het krijgen van dramalessen?

NORAH

Euhm... Het is eigenlijk, ik had ook vroeger theater gedaan, maar... En dan ja, dan weet je wel een beetje, maar ik was dan wel gestopt. En dan heb ik ook zo een beetje moeilijkheden zo algemeen in het leven meegemaakt. En toen ik dan weer begon met dramalessen, dan voelde ik mij dan zo wel echt veel beter, dus dat heeft mij weer zo... Ik weet niet hoe je het zegt, zo... Aangezet om...

Interviewer

Wel, ja, probeer maar... Je hebt weer... ? Was het Misschien doordat je een uitlaatklep had? Of, wat was het precies, denk je, van die dramalessen dat... Of gewoon omdat je het leuk vond of... ?

NORAH

Ik denk dat omdat er veel dingen waren... In de dramalessen, niemand kijkt wat er is gebeurd in het verleden of wat er nu is. Het is gewoon echt over die les en dan worden er andere dingen niet bij betrokken. En dat is dan wel... Je kan dan wel echt jezelf zijn, of het personage dat je speelt.

Interviewer

Ja, ja, oké. Euhm, ja, hoe is jouw welbevinden op dit moment?

NORAH

Euhm, algemeen gaat het wel een beetje moeilijk deze tijd, maar ja...

Interviewer

Wil je er verder over praten, of?

NORAH

Ja, het is gewoon... Er zijn een aantal dingen aan de hand en ook van vroeger was het een beetje... Daardoor voel ik mij nu wel een beetje minder goed dan...

Interviewer

Uhu. Wil je er verder uitleg over geven?

NORAH

Het is echt wel veel. Het is niet één ding, het zijn echt meerdere dingen.

Interviewer

Oké, maar misschien, ja, kort dan ofzo of? Alleeja, je moet inderdaad niet 'alles alles' uitleggen, maar misschien gewoon de dingen waar mee dat je nu aan het worstelen bent dan ofzo of?

NORAH

Het is gewoon echt... Thuis is het soms ook wel moeilijk, dan op school ook en algemeen is het zo... Doordat sommige dingen zijn gebeurd heb ik daar dan een soort van nog... Ik weet niet echt hoe ik dat moet verwoorden... Trauma's ofzo. Ik moet daar vaak aan denken en dat zorgt er ook voor dat ik dan moeilijker kan concentreren en dan is dat zo een soort van 'circ...' Ik weet niet zo.

Interviewer

Ja tuurlijk, tuurlijk, tuurlijk. Hmm... Ja, dus dingen die thuis zijn gebeurd waar dat je nu veel aan terugdenkt of?

NORAH

Het is niet enkel thuis. Het is ook echt buiten huis, zo van op school of bij de school, ja...

Interviewer

En wil je zeggen wat dat precies is, of niet?

NORAH

Liever niet eigenlijk.

Interviewer

Nee, oké. Oké, euhm... In welke mate ben je beïnvloedbaar door anderen?

NORAH

Euhm... Op dit moment ben ik niet echt makkelijk beïnvloedbaar, maar vroeger kon ik wel echt beïnvloed worden door veel andere manieren. Op dit moment denk ik zo meer aan mijzelf. Het is eigenlijk... Niet echt egoïstisch, maar het is wel echt belangrijk wat je zelf wilt op het moment.

Interviewer

Ja.

NORAH

Dat je niet naar anderen moet luisteren om hun eigen willetje te...

Interviewer

Ja, en op welke manier uit zich dat dan? Allee, hoe? Hoe doe je dat dan?

NORAH

Het is gewoon... Vroeger ja... Ik weet wel... Ik ga gewoon een voorbeeldje... Ik kon echt geen 'nee', het woord 'nee' kon ik echt niet gebruiken en echt overal. En nu kan ik dat wel.

Interviewer

Dus als iemand u uitnodigde voor iets of zo,

NORAH

Ja.

Interviewer

Dan ging je altijd...

NORAH

Ja.

Interviewer

Dus je probeerde ook altijd wat dat anderen wouden, dat probeerde je altijd...

NORAH

Ja, een soort van 'erbij te horen', maar nu heb ik die nood eigenlijk niet echt.

Interviewer

En, weet je waaraan dat dat ligt? Dat dat nu is veranderd?

NORAH

Ik weet niet, ik denk dat ik gewoon op... Vlak van sommige gedachten, zo... Ja, ben ik veranderd. Ik denk nu veel anders dan dat ik vroeger dacht. En ja, het is ook, ik ga daarvoor bij de psycholoog, dus ik denk dat dat daardoor ook een beetje is, en ja...

Interviewer

Ahja. Ja. Dus ja, ik weet niet, was er misschien een bepaalde gebeurtenis? Of is het echt door, ja, misschien te praten met die psycholoog dat je eigenlijk anders bent beginnen nadenken?

NORAH

Het is eigenlijk zo ook na bepaalde gebeurtenissen dat je dan daar wel van leert.

Interviewer

Ja.

NORAH

Ook als er een slechte ding is gebeurd, dan kan je daar wel van leren en dat anders doen in je leven en in de toekomst.

Interviewer

Ja ja ja, inderdaad inderdaad. Ahja oké. Euh, in welke mate heb je het gevoel de leiding te hebben over uw leven?

NORAH

Euhm... Het is eigenlijk zo dubbelvoudig, want mijn ouders zijn eigenlijk wel nog streng. Maar van ene kant zijn ze ook niet streng. Dus, Ik weet eigenlijk niet echt hoe ik het moet uitleggen, maar ze zijn gelijk zo autoritair, maar ook niet. Van sommige dingen zijn ze echt zo tegen en soms willen ze wel, ook als ze ertegen zijn, dat ik er zelf mee ga experimenteren. Maar ja, het is zo, het is zo wisselvallig. Het kan...

Interviewer

Kan je misschien een voorbeeld geven? Zo dingen dat ze u verbieden of dingen dat ze u dan wel toestaan?

NORAH

Het is eigenlijk zo... uhm, veel leeftijdsgenoten hebben zo nu een liefje of zo, van ze hebben dat niet graag. Ze willen eigenlijk niet dat ik dat heb voor mijn 18e, dus zo pas na 18. En dan is er soms daar wel botsing mee van zelfs als je met normale jongen praat of zo, als vriendschappelijk, kan dat wel voor discussie uitvoeren (zorgen), of ook in verband met kleren soms.

Interviewer

Ahja, oké.

NORAH

Want we zijn zelf Turks en van ja, het is daar vaak... Hier zijn ze een beetje te bloot en in onze cultuur is dat zo'n beetje niet echt oké ook. Dus ja, dan heb ik daar ook botsingen mee, omdat het zo... Zo ja, dit dat iedereen kleedt zich zo... Want ik heb

ook een andere kledingstijl, maar soms kan ik dat dan niet doen omdat mijn ouders daar dan tegen zijn.

Interviewer

Ahzo ja oké oké. En zijn er wel dingen... Want je zegt langs de ene kant zijn ze heel streng en autoritair, maar langs de andere kant... Uhm, laten ze dan wel doen.

NORAH

Ja.

Interviewer

En wat zijn zowat die dingen dan?

NORAH

Maar het is zo... *lacht* Sinds dit jaar van... Normaal mogen we niet echt 's avonds uit of zo, naar een bar of café gaan, maar nu, of naar een concert was dan altijd met mijn ouders samen erbij. Maar nu dit jaar konden we wel, allee, met mijn zus en mijn broer enal. Dus het was wel met familie, zus broer, maar dat mocht dan wel. En ook het laat uitgaan mocht eigenlijk echt nooit 's avonds, maar... Nu als we samen zijn, zegt ze "als jullie samen gaan zijn, dan mogen jullie doen wat jullie willen." Dat is zo een beetje...

Interviewer

Ahja, oké. En hoe oud zijn uw... euh is uw zus?

NORAH

Ik heb 2 grote zussen, eentje van 24 en eentje van 16. En een broer van 16 ook, en hij is 17 nu.

Interviewer

Ahja, oké. Zitten zij op de Voskenslaan, of?

NORAH

Mijn zus van 16 zit wel op Voskenslaan in het vijfde. Maar mijn broer zit op een andere school, omdat is pas twee jaar geleden of drie jaar geleden pas hier in België gekomen, want daarvoor woonde hij in Turkije. Dus is die op... een taalschool en mijn andere zus is afgestudeerd, ook in Turkije, op de universiteit.

Interviewer

Ah oké, mooi mooi. Oké, ja. Dus eigenlijk hoe ouder dat je nu aan het worden bent, hoe meer dat ze u wel een beetje loslaten dan?

NORAH

Uhm, ja dat ook.

Interviewer

En vooral als je in het gezelschap van anderen bent.

Interviewer

Ja, maar ik denk dat dat ook is door sommige dingen van... Ze zijn ook op de hoogte... Hebben ze ook een ander, ja, inzicht gekregen op sommige dingen. Ze denken zo nu anders dan dat ze vroeger zouden denken, denk ik wel.

Interviewer

Uhu. Welk gevoel geeft u dat? Als ze u, ja, vastzetten of als ze u vrij laten zijn, of?

NORAH

Het is eigenlijk wel zo uhm... Als ik zo vrij kan zijn is het wel goed, maar van ene kant soms ook niet, want ze weten wel wat goed of slecht is voor mij, dus ik wil wel luisteren, maar van ene kant wil ik dan ook zelf experimenteren en... Ja... Kijken van welk effect het geeft en soms als ze het vasthouden vind ik voor sommige dingen dat ze dan wel echt overdrijven. Van sommige dingen vind ik dat het wel meer euh... zo ja soepeler zou kunnen zijn, want ja... Sommige dingen zijn ze wel echt streng op.

Interviewer

Ja, en welk gevoel krijg je daarvan?

NORAH

Het is zo gelijk, uhm... Het is zo meer zo van gelijk dat je zo in gevangenis-achtig zit soms. Ook van de gevoelens uiten enal kan dan soms ook niet. Kan ik dat dan ook minder doen, dus dat is dan ook een minpunt.

Interviewer

Uhu. En het gevoel dat je krijgt als je wel iets mag, is dat dan?

NORAH

Dan is dat eigenlijk gelijk dat zij u wel vertrouwen. En dat geeft dan eigenlijk een positief gevoel meer. Van kijk, ze respecteren ook mijn gedachten of keuzes.

Interviewer

Ja ja ja. Hmm... Op welke manier ben je wel of niet gegroeid als persoon de voorbije jaren?

NORAH

Euhm... Ik denk van karaktereigenschappen... Sommige karaktereigenschappen ben ik wel in gegroeid. Van het zelfrespect voor mijzelf denk ik dat ik er wel in ben gegroeid, maar ik denk dat ik minder ben op vlak van de zelfvertrouwen, want soms lukt het wel om die dokter te bellen, maar algemeen trek ik mij dan zo ja... Dan ja... Ben ik liever zo echt alleen en niet bij te veel mensen. Ik ben niet echt sociaal dus dat is dan wel een minpunt dat ik wel aan wil werken, omdat dat zorgt ervoor dat ik dan zelf ook veel dingen niet ga doen of makkelijker... Ja...

Interviewer

Uhu. Dus je bent gegroeid in zelfrespect, jezelf meer respecteren, en wat... Kan je daar een voorbeeld van geven? Hoe zie je dat?

NORAH

Maar euhm, ik was dus ook echt altijd onzeker, ook over mijn lichaam en al, en algemeen ook andere dingen. Maar nu denk ik van "het is nu eenmaal zo" Als ik iets wil... Ook, van als iemand van mij wilt houden of vriendschap of zo wil maken, gewoon op de manier dat ik ben, want ik ben zo en ik wil het ook niet veranderen hoe dat ik ben dus zo... Meer op dat vlak.

Interviewer

Ja. Ja, zelfvertrouwen, zeg je wel dat... Daar moet je wel nog aan werken. Maar het klinkt wel alsof dat... Als je die visie hebt, dan heb je misschien ook...

NORAH

Ik heb die visie, maar soms is het wel zo dat ik minder zelfvertrouwen heb door, ja, bepaalde dingen. Ik weet niet, ja...

Interviewer

Hmm. En kan je dat ook wat meer uitleggen wat je daarmee bedoelt?

NORAH

Maar zo van, ik heb gelijk wel zelfvertrouwen van ene kant, maar ook niet. Soms kan ik wel dingen vragen of gewoon random gewoon opeens beginnen praten met mensen, maar soms lukt dat dan niet. Maar ik denk dat dat ook afhangt van hoe ik dan mij op dat moment voel. Dat dat dan wel verandert.

Interviewer

Hmm, oké. Dus ik denk... Uw zelfvertrouwen, dat baseer je op de mate waarin dat je naar nieuwe mensen kan stappen, of naar mensen die je al kent, maar misschien geïntimideerd door bent of zo.

NORAH

En ook zo zeker zijn over mijzelf...

Interviewer

Ja, ahja oké. Maar uw zelfrespect is dan wel... Allee, dat is gebaseerd op hoe dat je naar jezelf kijkt en daar ben je eigenlijk wel blijer over geworden de laatste jaren.

NORAH

Ja.

Interviewer

Ja, oké. En dan zei je nog iets van... euhm, de dokter bellen? Soms de dokter bellen.

NORAH

Ja, dat lukt mij eigenlijk nooit. Of zoiets bestellen van... Ja.

Interviewer

Ah. Zo van die soort alledaagse dingen eigenlijk.

NORAH

Ja, ja. Ja, alledaagse dingen, dan zette ik me eigenlijk soort van af tegen die alledaagse dingen, omdat ik dan echt... Ja...

Interviewer

U niet zelfzeker genoeg voelt?

NORAH

Ja, mij niet zelfzeker genoeg voel.

Interviewer

Ahja, oké.

NORAH

En nu lukt het wel een beetje beter, maar ik denk dat ik daar wel meer op kan oefenen.

Interviewer

Uhu, uhu, oké. Euhm... Nog dingen zo dat je denkt "daar ben ik beter in geworden" of "daar ben ik slechter in geworden" over de jaren heen, of?

NORAH

Tis zo ja... Ik kom niet echt direct op iets.

Interviewer

Oké, oké. Als het nog komt dan mag je het altijd zeggen. Euhm, als 0 een gewoontedier is, dus iemand die heel veel, heel graag hetzelfde blijft doen eigenlijk, en 10 iemand is die altijd nieuwe dingen uitprobeert. Waar zou je jezelf dan op die schaal zetten en waarom?

NORAH

Euhm, ik denk wel 6 want ik wil wel echt graag nieuwe dingen leren of ontdekken van... Ik wil ook misschien later zo de wereld meer ontdekken, maar het is dan ook... Het is zo... Mijn ouders *onverstaanbaar*, dus ze laten dat niet makkelijk toe en zelf ben ik, omdat ik niet zo echt heel zelfverzekerd ben, ja, dan zet ik me een beetje af van de dingen die ik eigenlijk wel misschien makkelijk zou doen, dan moet ik er echt veel over nadenken voor dat ik iets ga doen en... Ik had wel gewoon liever dat ik dat gewoon plotseling kon doen.

Interviewer

Ahja, ik snap het. Maar dus intrinsiek heb je wel veel zin eigenlijk om dingen te gaan uitproberen en te exploreren...

NORAH

Ja.

Interviewer

Maar soms heb je je eigen grenzen en ook dan de grenzen van... Van uw ouders

NORAH

Ja, ja.

Interviewer

Hm, oké ja. Euh, hoe vaak In de week ga je om met anderen.

NORAH

Euh *lacht* eigenlijk niet vaak, dat is eigenlijk... Ik ga vaak gewoon van school naar huis en dat is zo een circulatie, maar ik ben nu wel met mij zus, gaan we gewoon soms zo naar een soort van... Dat is zo een soort plaats waar je zo met meerderen kan studeren, soort van. Dat heb ik dan ook gedaan, omdat ik, omdat ik me niet kon concentreren, dacht ik misschien als ik anderen zie, of... Kan ik dan vragen en...

Dat ze misschien meer kunnen helpen en nu doe ik dat wel één keer per week of zo, niet echt vaak.

Interviewer

Ja oké. En dan... Dus ja, buiten de school ga je dus eigenlijk altijd vaak naar huis. Op school zelf heb je hier veel vrienden? Het gevoel dat je...

NORAH

Het is van... Door sommige dingen die eigenlijk, zoals ik zei, vorig jaar zijn gebeurd, heb ik niet veel vrienden in het derde, dus ik ga meer om met mijn zus, niet en zo vrienden van hun, want ze zien mij wel als zusje of gewoon als vriendin ook. Dus ga ik meer om met vijfde, zesde en vierde jaars, ook wel minder, maar wel ook soms vierdejaars.

Interviewer

Ah oké oké oké. En zijn dat dan mensen waarmee dat je ook iets zou doen buiten school.

NORAH

Euhm... Het hangt af van wie het is en wat we gaan doen.

Interviewer

Ja. Ahja oké. Euhm... Ja, daar buiten nog? Allee, buiten vrienden of zo, dus familieleden of zo dat je dan nog ziet In het weekend ofzo?

NORAH

Euhm... Ik heb eigenlijk niet veel familie in België. Veel zijn in Turkije of ook in andere landen verspreid. Dus dan heb ik eigenlijk niet echt veel familie in België, dus ik kan ze ook niet vaak zien.

Interviewer

Ahja, oké. Euh, voel je je eenzaam? En waaraan kan je dat merken?

NORAH

Het is eigenlijk, euh, veranderend. Het is zo... Soms voel ik mij wel gelijk eenzaam, of ja, gedachten van dingen die er zijn gebeurd, maar dan is dat wel echt zo meer met gevoelens. En soms... Ik weet dat mijn familie altijd achter mij staat, bij mij zou zijn wat er ook gebeurt, dus dan voel ik mij niet meer eenzaam, maar... Het

gevoel zit er dan wel altijd, dus dat is wel... Een gevoel dat je dan gelijk eenzaam dan maar ook niet bent.

Interviewer

Dat... Dat laatste snap ik niet echt.

NORAH

Het is eigenlijk van... Ik ben niet eenzaam op vlak van wie er bij mij is, maar wel vanbinnen voel ik mij dan wel eenzaam en ben ik dan wel eenzaam met al die gevoelens.

Interviewer

Ah, oké. En vooral omdat je dus nog aan het euh... Dingen aan het verwerken bent van vroeger zo?

NORAH

Ja.

Interviewer

Ahja, oké. Wel ja, ik vraag het omdat... Het kan zijn dat... Allee, jij gaat nu vaak naar huis na school, maar het zou ook kunnen dat je dat echt wilt, allee, sommige mensen zijn gewoon graag alleen, hè? Anderen willen eigenlijk niet alleen zijn, maar die zijn wel alleen, allee, als ze misschien weinig vrienden hebben. Dus ik vraag gewoon, ja, of dat jij je dan eenzaam voelt, of niet, of?

NORAH

Het verandert eigenlijk echt wel snel.

Interviewer

Ja. Nee oké, ik snap het. Vrienden komen ook doorheen het leven, hè, NORAH, je moet u daar geen zorgen over maken...

NORAH

Maar ja, het laat wel zo gelijk dingen over... Van ja... Gelijk zo wondjes over van... Als je slechte vrienden of zo hebt, dat is... Ja, dan dan weet je dat van... Ja, ik weet niet...

Interviewer

Zeg, zeg nog eens.

NORAH

Het is gewoon... Ook al gaan ze en komen ze. Het is wel... Sommige heb je wel positieve dingen bij maar met sommige heb je dan negatieve experimenten en dan is dat wel wat negatief dat altijd bij u blijft, zoals gelijk ja, litteken of zo die nooit weggaat, dus eigenlijk zoiets.

Interviewer

Ja, ja, ja. Slechte ervaringen met vroegere vrienden, dat die bij u blijven wil je zeggen?

NORAH

Ja.

Interviewer

Ja, dat is waar, dat is waar, maar niks is voor altijd. Dat is ook wel, denk ik, allee, dat weet ik al uit mijn ervaringen. Ik heb ook al lang met dingen gezeten en...

Uiteindelijk op een gegeven moment gaat het toch meer naar de achtergrond en uiteindelijk denk je er ook niet meer aan. Dat is wel.

Euh, hoe belangrijk vind je het om tijd met anderen te spenderen en waarom?

NORAH

Euh... Ik vind het eigenlijk niet echt belangrijk om tijd te spenderen met anderen.

Op dit moment heb ik ook meer nodig dat ik gewoon meer tijd voor mijzelf ga

spenderen dan... Aan anderen, omdat... Ik vind het wel belangrijker dat ik mij nu

soort van *lacht* op vlak van *lacht* mentaal zelf zo ga genezen soort van, dat ik mij weer echt beter ga voelen dan dat ik mij nu voel.

Interviewer

Ja, oké, dat snap ik. Oké, oké. En eens dat je dan meer stabiel bent geworden op

mentaal vlak, zou je het dan... Wel meer... Allee, zou je het dan belangrijker

beginnen vinden, of?

NORAH

Het hangt af van... wat voor gedachten ik dan heb gekregen, want... Dat kan dat

sommige dingen van hoe ik denk ook veranderen dus... Ik kan dat niet echt weten.

Ik kan alleen de momenten van nu weten.

Interviewer

Ja, dat is waar, dat is waar. Nee, dat is goed inderdaad dat je dat zegt. En, ik denk

als je dit nu meemaakt, dan ga je altijd wel weten, inderdaad, hoe belangrijk het is

om... allee, op jezelf, inderdaad, je eerst terug in orde te voelen. Euhm, wat is uw doel in het leven als je er één hebt?

NORAH

Euhm, ik heb eigenlijk niet echt een doel in het leven. Van nu echt... Ik denk nu echt niet aan iets van specifiek, maar ik wil wel echt meer werken op mijzelf wel. En zo een betere band met mijn familie dan... Dat is wel een soort van... Ik weet niet of dat een doel is, maar een betere band met mijn familie, ja, proberen hebben.

Interviewer

Uhu. En werken aan jezelf, euh, hoe zie je dat dan precies? Allee, wat is dan hetgene waar je naartoe wilt?

NORAH

Eerst is dat het belangrijkste, omdat voordat je kan belang hechten aan anderen, moet je eerst belang kunnen hechten aan jezelf. Dat gaat niet zomaar, dus wil ik gewoon echt... Ik weet niet echt goed, maar... Op een manier zo... Sommige dingen veranderen die ik dan negatief aan mij vind. En positieve dingen dan meer positiever maak dan dat ze zijn. En dan pas meer belang aan anderen hechten.

Interviewer

Hmm, oké, ja, ik snap het, ja. En, in welke mate denk je dat je op het juiste pad bent om dat doel te bereiken?

NORAH

Euhm... Het is zo van... Ik denk nu positief, omdat het zowel gelijk... dat het een beetje is beginnen lukken. Maar soms is het wel gelijk van "ach, niks lukt", van "het wordt gelijk, alles wordt gelijk maar erger en erger." Het is echt een gevoel dat zo veranderd.

Interviewer

Hm, oké, oké. Dus dat is, dat is op vlak van aan jezelf werken? ...

NORAH

Ja.

Interviewer

Soms gaat het goed, en andere keer denk je van "ach, ik zit weer..."

NORAH

Ja.

Interviewer

Ahja. Ja, ik denk dat dat ook wel normaal is als je in zo'n proces zit om... Ja, te blijven werken en soms... Soms zie je ook niet al het werk dat je al hebt gedaan, hè? Soms moet je ver komen om dan achteraf te kunnen terugkijken en denken van "wow".

NORAH

Ja, sommige dingen zijn wel dan te laat. Of je het nu wil of niet, het heeft wel soms echt invloed ook op andere mensen om je heen, dan kan dat ook ja... voor hen pijnlijk zijn.

Interviewer

Hmm, hmm. En uw band met uw familie, hoe denk je daar nu... Allee, zit je op het juiste pad om daar een betere band mee te maken, of?

NORAH

Dat is wel een beetje... Ja... Van ene kant... Ik, ik weet niet waarom, ik kan niet echt zo... Ik kan hen gelijk niet echt vertrouwen, want ook als ik wil en dan zo een goede band hechten... Van ene kant gaat dat gewoon niet. En ja, dat is zo... Dat is wel minder.

Interviewer

Hmm, oké, oké ja. Hoe vaak ben je bezig met de toekomst en welke weg je uit wilt gaan?

NORAH

Ik ben eigenlijk niet echt bezig met de toekomst, want ik weet ook echt niet wat ik wil studeren of later wil doen. Het is van... Ik weet ook niet echt wat ik graag zou willen doen, of wat ik ja... Ja, Het is zo ja... ik weet niet echt...

Interviewer

Oké, oké, je bent vooral bezig dus met het moment zelf nu.

NORAH

knikt

Interviewer

Ja, ja, ja. Oké, nee. Euhm, ja, dit hebben we misschien al een beetje behandeld, maar hoe voel jij je ten opzichte van jezelf als persoon?

NORAH

Euhm... Het is zo... Sommige dingen vind ik wel goed en sommige dingen dan slecht. Zo van... Ook van... Mijn gevoelens spelen wel vaak een rol op het gedrag dat ik uitvoer, of soms mijn karaktereigenschappen spelen echt wel een rol op mijn gedrag en sommig gedrag gebeurt zo gelijk vanzelf, ook als je het niet wil doen, of je wilt de ander niet kwetsen, het gebeurt gewoon gelijk zo... gelijk euhm... Ja... Ik weet niet... Een schild of zo, zo'n beschermingsschild dat eigenlijk ook anderen kwetst en omdat je anderen kwetst dat jou ook kwetst, zo...

Interviewer

Ja, oké, oké, oké. Dus je zit daar wel mee in, vooral dat je met anderen... Dat je anderen kwetst soms?

NORAH

Ja.

Interviewer

pauze ehm, dus daar ben je niet blij mee dan?

NORAH

Ja.

Interviewer

En daar ben je nu ook aan het werken, ja... En zijn er dingen dat je wel positief naar kijkt van jezelf?

NORAH

Euhm, het is eigenlijk... Ik ben wel goed in tekenen, en dat doe ik wel graag. Of om rustiger te komen van... Als ik weet van "oké, je moet nu rustig zijn" probeer ik wel te tekenen of muziek te luisteren of mezelf af te leiden, en ja... Of iets anders te doen van... Want anders weet ik van mijzelf dat ik me echt zo helemaal ga afsluiten van iedereen en dat wil ik dan niet, dus ik probeer dat wel tegen te houden, maar soms lukt dat wel niet, dus dat is wel...

Interviewer

Uhu, uhu. Oké, dus dat zijn ja... Dat is iets wat je goed vindt, maar ik bedoel dan ook... Ja, op vlak van dingen dat je vindt van jezelf dat je dat je goed in bent, of... Ja, uw uiterlijk ook of zo, dingen?

NORAH

Euh...

Interviewer

Allee, of dat je blij bent met... wie je bent, ja...

NORAH

Ja, het is zo wisselvallig. Ik ben wel blij, maar soms ook niet. Van... Soms is dat van "oké ja, ik zie er goed uit", maar dan ben je wel onzeker van "nee misschien die andere mensen denken dan misschien niet". Dan denk je van "ja, laat mensen denken wat zij willen". Het is zo, echt zo, processen door elkaar heen.

Interviewer

Hmm, hmm, ja. Euhm, hoe vergelijk je jezelf ten opzichte van anderen met je leeftijdsgenoten?

NORAH

Euhm... Van... Ik vergelijk eigenlijk niet heel vaak met andere mensen, maar ik zie wel echt verschillen in... Van onze cultuur, van... De meer Belgische, mensen die meer niet echt buitenlander zijn, je ziet wel eigenlijk een groot verschil tussen hen en jezelf... Ja, ja...

Interviewer

Hmm, ja, dat is denk ik ook normaal, ja. Maar het is, allee, kijk je dan in termen van "dat is beter, ik ben slechter" of "wij zijn beter, jullie zijn slechter" of... Hoe vergelijk je het?

NORAH

Het is zo allebei. Van sommige dingen vind ik dat ze goed zijn aan onze eigen cultuur, onze eigen normen en waarden, maar sommige dingen vind ik dan wel echt minder en dat het wel hier, zo deze cultuur, wel beter is. Maar dat is zo... Ze allebei.

Interviewer

Hmm, uhu. En op vlak van andere culturele dingen, euh, allee, je zegt je vergelijkt jezelf niet vaak met anderen, wat eigenlijk... Dat is goed, dat zou ik u ook aanraden om dat te blijven doen. Euhm, maar als je het dan toch doet, op welk vlak vergelijk je u dan nog buiten cultuur?

NORAH

Het is eigenlijk soms... Op uiterlijk wel. Van... Het is eigenlijk van uiterlijk... Zo, je kan er gelijk nergens bij horen. Van ene kant van... Ik heb dat wel een beetje

minder omdat ik blond ben, maar bijvoorbeeld als ik in Turkije ben... "Ik ben Turks" en dan zijn ze van "nee, je bent buitenlander" en dan is dat wel van... "Ik hoor dat niet". Maar als je hier bent, wie je spreekt, hoe je je gedraagt, dan is dat ook van... "Ah ja, je bent ook een buitenlander". Dan kan je gelijk niet echt ergens horen, omdat iedereen zegt iets anders.

Interviewer

Ahja, ja, inderdaad. Ik denk dat dat wel iets is... Hoe langer dat je ergens gaat wonen, dan allee, dan komt dat wel.

NORAH

Ja, dat weet ik niet, want ik woon nu al een lange tijd in België, maar het is zowel eigenlijk echt nog steeds hetzelfde.

Interviewer

Echt?

NORAH

Ja.

Interviewer

Ah, dat verbaast me wel.

NORAH

Van en buitenlanders, maar ook zo... Je eigen soort heeft dat dan soms ook... Van... Turkije is dan gelijk zo verdeeld in een paar culturen, bijvoorbeeld. In Gent zijn er meer mensen van Emirdağ. En hun gedachten-cultuur is zo ook anders dan die van ons en dat botst dan wel, waardoor er conflicten kunnen ontstaan tussen families of zelf een persoon. En ja, dat is zo van "ah kijk, je bent blond, je bent geen Turk" of "ah kijk, zie je hoe je praat, hoe je je gedraagt, je bent geen Belg" Ja, je bent ook geen Turk, zo echt wel iets van... Ja, of je bent buitenlander, nee, je bent geen Turk. Of ja, het is echt van "je lijkt niet op een Turk". Dus op elke manier ben je echt zo, overal zo, gelijk een buitenlander. Ja...

Interviewer

Hmm, ja. Maar ik zeg het, allee, misschien hoe langer dat je hier woont... Ik denk op den duur sowieso wel dat... Allee, je gaat alleen maar meer en meer de cultuur hier kennen en de taal ook misschien, dat dat telkens meer en meer... Uiteindelijk dan duidelijker gaat worden ofzo.

NORAH

Maar ook als je de taal kan, je kan wel spreken, maar je merkt wel van 'het accent' of 'hoe je spreekt', van "kijk, ze is niet van hier" of zo.

Interviewer

Ja ja inderdaad, dat is wel... Ja, dat is waar, dat is waar. Ja, hmm. Euhm, oké, we zijn aan het laatste blokje gekomen en dat is nu eigenlijk dus het verband dan tussen dramalessen en uw welbevinden.

NORAH

Van... Ik denk dat het er wel... Ook als het niet een grote deel heeft, wel invloed heeft op... Meer vlak van zelfvertrouwen. Omdat dat wel ermee... En van... Je welbevinden vind ik wel, want het is eigenlijk daar echt: Niemand kijkt van wie je bent of hoe je je kleedt of hoe je eruitziet. Het is echt gewoon puur op die lessen en dan kan je zo... Meer jezelf zijn in de lessen, improviseren, of ja, bijvoorbeeld een personage spelen dat misschien helemaal niet bij u hoort, dus je kan eigenlijk echt wel variëren met al die personages, want eigenlijk, je kan echt variëren met alles en dat... Dat laat je wel een beetje echt wel beter voelen dan... Dat je je soms voelt. Dan is het wel iets anders dan alleen les volgen of alleen gewoon zitten in je kamer of tv ofzo kijken.

Interviewer

Ja ja inderdaad, inderdaad. Ja, dat is wel tof dat je dat zegt. Allee, dat is ook iets wat ik zelf, ehm, ervaar daarmee. Gelijk... Met elke groep dat ik drama zou geven merk ik heel snel dat mensen echt echt henzelf kunnen zijn. Omdat inderdaad, die grenzen vallen gelijk weg van "ik word hier bekeken" of weet ik veel, of "ik moet rekening houden met wat anderen leuk vinden", allee, het is gewoon je smijt u en...

NORAH

Dat vind ik echt positief van... In het begin, dacht ik van... Oké, misschien gaan mensen zo een beetje raar aankijken van "wat doe je hier?" Maar... Tijd na tijd merk je van "je kan gewoon jezelf zijn" en gewoon doen wat je moet doen of kan doen. Van... Je doet je best. Het is gewoon toch maar acteren, dus dat geeft je wel echt zelfvertrouwen en laat je wel echt beter voelen.

Interviewer

Ja. Ja. Ehm, wat is volgens jou het verband tussen dramalessen en de invloed van anderen op jou?

NORAH

Euhm... Het is wel... Ik kan niet echt een groot verband leggen, maar zoals ik al zei, Het is... Daar word je gelijk direct een groep dan... In de klas is er zo meerdere groepjes gelijk, maar daar is het... Omdat je... Je doet allemaal dezelfde dingen, je speelt dezelfde... Verhaal dus dan is dat wel dat je meer een groep bent. Dus dan heb je ook invloed op de anderen, vind ik, omdat... Je kan bijvoorbeeld als er iets is dat je minder vindt gewoon zeggen van "kijk, ik vind dat wat minder, misschien kan je het beter zo doen, maar zo is het ook goed" en... Dat kan je dan doen, maar bijvoorbeeld in een klas met meerdere groepen kan je dat niet makkelijk doen, omdat ze dan zich soort van gelijk aangevallen (voelen) of zo of van ja "waarom zeg je zoiets?" En dat kan wel zo, denk ik.

Interviewer

Ja ja oké, inderdaad. Dus ja, sneller één groep, en toen dat je sprak van uw welbevinden dan zei je ook dat je vooral vroeger geen 'nee' kon zeggen.

NORAH

Ja.

Interviewer

Is dat denk je... allee, zou drama daar iets mee te kunnen te maken hebben?

NORAH

Ik denk het eigenlijk wel, want... Het is zo... In dramales kan je echt zoals ik zei jezelf zijn en dan leer je dingen doen, dan leer je durven. En na die dramales heb ik dat wel geprobeerd en dan lukte het wel gelijk echt. Dat was zo gelijk een trapje dat je hielp naar uw soort van uiteindelijke doel, of ja, verwachting.

Interviewer

Ja, oké ja, in dramales leer je durven. Dat vind ik zeer goed gezegd eigenlijk. Dat is wel waar. Ehm, ja. Denk je ook, allee, dus de mening van anderen... Denk je... Want je hebt dan ook gezegd van "nu doe ik meer wat ik zelf vind".

NORAH

Ja, van... Ik denk dat ik van... In dramales, dat maakt eigenlijk echt niet uit wat andere mensen denken. Het is eigenlijk echt ook... Oké, het is wel belangrijk wat de publiek denkt van of het goed is, Maar het kan eigenlijk variëren, van... Als er

misschien iets is dat niet, ja, is gegaan zoals het moest, kan je daar wel snel aan veranderen en dan merkt het publiek het ofzo gelijk niet, dus ja.

Interviewer

Ja, ja, inderdaad inderdaad. Dus denkt je dat dat kan bijdragen tot, ja, u minder aantrekken van anderen ook?

NORAH

Ja, dat denk ik wel. Want dan... Bijvoorbeeld soms verkleed je je, of je... Voor het publiek doe je allemaal dingen die je misschien normaal nooit zou doen, dus ik denk dat je dan ook op het moment zelf of later ook dat niet meer echt vaak gaat aantrekken.

Interviewer

Ja, wat dat anderen van u denken. Dat is iets wat ik daar ook heel hard heb uitgehaald.

Euhm, wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en het gevoel dat je de leiding hebt over je leven?

NORAH

Euhm... Het is met de dramalessen denk ik zo... Dat je... Dan weet je van kijk, "ik kan die personage spelen of dat personage spelen", van "ik kan veranderen ", dus als ik in een kleine verhaal dingen kan veranderen, van iets te spelen, kan ik dat dan misschien ook in mijn leven doen, want misschien kleine veranderingen kunnen wel... Tot iets groots, Ja, worden.

Interviewer

Ja... Ja, oké inderdaad dat is... Allee, ik kan mij daarbij aansluiten inderdaad.

Misschien, ja, als je gewoon... Hoe meer verhalen dat je leert kennen ook... in een drama, allee, als je dat lang blijft doen... Misschien inderdaad hoe meer mogelijkheden ook dat je dan zo kan zien voor je eigen leven.

NORAH

Ja en misschien is er ook... Soms dat personages je meer aanspreken van, echt van, wie je of hoe je je dan voelt of bent, dus dat kan wel ook variëren en kan ook wel iets zijn waardoor je denkt van misschien moet ik beter zo doen, of dat niet doen, dat kan zo veranderen.

Interviewer

Ja inderdaad, inderdaad, inderdaad. De personages die je speelt is altijd een uitvergroting van wat je zelf al bent eigenlijk, hè?

NORAH

Ja.

Interviewer

Allee, ook al is het maar een heel klein iets van u, toch ja... Euhm, wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en de motivatie om jezelf te verbeteren als persoon?

NORAH

Euhm *lacht* ik heb het eigenlijk echt gemerkt van... Met dramales denk je van "oké, kijk, ik kan dit doen, dus misschien kan ik dat echt wel veel meer verbeteren", van "als ik dit kleine ding kan doen, dan kan ik dat misschien sowieso doen" Of Als ik... Wat het bij mij was het van... Ik durf eigenlijk echt niet te spelen of zo, maar in de dramales heb ik dan van "dat boeit gewoon niet" en dan kan je zeggen van "wow, heb ik dit nu echt gedaan?", dan zo, ja, variëren, dus ik denk wel dat...

Interviewer

Hmm... uhu, uhu. En gelijk dat je ook zei van, je geeft uzelf een 6 voor nieuwe dingen uit te proberen en zo, denk je dat dramales dat cijfer kan verhogen?

NORAH

Ja, ik denk het wel, eigenlijk, omdat... Het kan er wel voor zorgen dat je misschien echt wel... Dingen gaat doen, ook om... Je moet altijd wel nadenken voordat je iets doet, maar dat je dan minder zo gaat zo... Zo onzeker gaat zijn over wat je wilt.

Interviewer

Hmm, dat je meer de sprong direct gaat maken.

NORAH

Ja.

Interviewer

Ahja, oké oké oké. Ehm, wat is volgens u het verband tussen de dramalessen en je relaties met anderen?

NORAH

Euhm... Het is... Ik denk wel dat dat... Ervoor zorgt dat je een beetje socialer kan worden, omdat je leert nieuwe mensen kennen, Misschien bij een... Ja, bij een...

Opeens een klas of zo, een andere klas, met allemaal andere personen, andere gedachten. Dat je dan wel socialer kan worden. Omdat je dan ook leert voor publiek... Echt veel mensen spelen of te tonen wie je bent of, ja...

Interviewer

Ja, hmm. Ja, dus vooral, ja... Nieuwe mensen aanspreken is iets dat u zou kunnen helpen. Denk je ook... In bestaande relaties, is u... De manier waarop dat je omgaat met anderen... Denk je dat dat kan... ?

NORAH

Uhm, ja, ik denk dat je wel meer empathie kan hebben door dramalessen. Van... Dat je je wel... Dat je wel beter kan weten van "kijk, misschien als ik zo doe gaat die zich zo voelen", dus ik denk dat je wel echt veel meer empathie kan hebben.

Interviewer

Ahja, oké oké. Ja, dat denk ik ook inderdaad. Dat is, ja, leuk dat je dat denkt. Ehm, wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en de tevredenheid over jezelf?

NORAH

Euhm... Dat denk ik wel dat van mens tot mens afhangt, maar ik denk dat als je sommige dingen doet in de dramalessen dan kan je wel tevreden zijn van jezelf. Van "oh, kijk, ik heb dat echt goed gespeeld", van "oh, dat is mij gelukt" of... Kijk ik ben van... Er zijn wel mensen die bang zijn voor echt grote publiek te staan en dan kunnen zij misschien later tevreden zijn van "oh, Ik heb het toch gedaan", dus ik denk wel... Dat je echt tevreden kan zijn.

Interviewer

Uhu, ja. En op vlak van... Ja, wat dat je zelf had gezegd, of dat je... 'Hoe voel je je ten opzichte van jezelf als persoon?' Jij had gezegd dat je vooral met jezelf in zat als je anderen kwetst?

NORAH

Ja.

Interviewer

Dus... Ja, heeft dat daar een verband mee, die dramalessen? Dat je misschien daar anders naar kan kijken, of?

NORAH

Hmm... Het is eigenlijk... Dat is meer zoiets persoonlijks, dus ik weet niet echt ook... Of dat wel echt een groot verband kan hebben. Het is niet echt iets waar ik aan denk.

Interviewer

Ahja oké. En gewoon op vlak van 'uzelf zien als persoon', allee, of 'uzelf graag zien als persoon', gewoon wie je bent, uw uiterlijk en zo, denk je dat er daar een verband tussen is?

NORAH

Ja, dat denk ik wel, want... Ik vind dat je... Als je zo meer les doet, dat je echt wel, echt, zekerder bent. En dan kun je zijn van "oh, kijk, ik zie er goed uit" of... Ook als ik iets helemaal absurds heb gedaan, heb ik... Ja, het is gewoon hoe het is, hoe het is gebeurd. Dus ik denk dat dat wel een verband heeft om van jezelf een beetje meer te houden, soort van, als ik het zo mag zeggen.

Interviewer

Ja! Oké oké oké. Nog twee vragen. Euh, wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en het vergelijken van jezelf met anderen?

NORAH

Euhm... Ik denk dat je eigenlijk in dramales niet echt heel veel ook vergelijkt met anderen mensen, want je speelt gewoon je rol en het is jouw rol. Dus zelfs als een ander het beter zou kunnen doen, ja, ik denk dat je het niet echt ga aantrekken, van "ik heb op die manier gespeeld, dus een andere manier, maar het is ook een goede manier".

Interviewer

Hmm, ja, inderdaad, inderdaad. En in uw persoonlijk leven, denk je dat bijvoorbeeld, ja, als je u dan... Allee, je hebt gezegd dat je jezelf niet vaak vergelijkt, maar als je u dan vergelijkt, denk je dat dramales u daar anders kan naar laten kijken, of?

NORAH

Dan, zoals ik zei... Ik denk wel met empathie dat je dan kan... Dat je dan zo... Meer op dat vlak zo kan vergelijken, van, kijk, zo zo... Maar ik denk ook dat als je jezelf vergelijkt, denk dat je dan ga weten van "kijk, iedereen kan zich anders voelen,

dus het heeft eigenlijk"... euhm... Ik ben nu zo of die is gewoon zo door dat of dat of misschien is er iets aan de hand of niet. Van, ja...

Interviewer

Hmm, hmm, ja. En bijvoorbeeld die culturele verschillende waarover dat je sprak, kan je misschien op die manier anders kijken door drama, of?

NORAH

De culturele verschillen. Dus ook als veel mensen het bekennen (ontkennen)... Ze zijn er wel... Ook hoeveel je het ook gaat bekennen (ontkennen), het is echt duidelijk dat die er zijn. Maar ik denk wel... Door drama dat je daar misschien... Anders over kan denken, want ik zelf, vroeger... Ik was zo... Ik ging echt zo meer om met alleen buitenlanders. Dan dacht ik van "oh, kijk ze... Maar door dramales heb ik dan ook meer empathie kunnen voelen. Van "oké, dat is misschien normaal voor hun cultuur en gewoon niet die van mij", dus dat is tegen mijn cultuur, maar... Het is hun leven en ze mogen dat wel doen, wat ze...

Interviewer

Hmm, Ja ja ja, inderdaad. Oké amai. Euhm, en dan de laatste vraag... Dus dit ging allemaal over eigenlijk een reeks dramalessen, maar gewoon op basis van één dramales, dus voor en na, welke verschillen merkte je dan in je gemoedstoestand, voor en na een dramales?

NORAH

Euhm... Zoals ik zei, voor de dramales was ik wel echt... Echt, ik had echt bijna geen zelfvertrouwen. Van... Ik praatte ook niet of... stelde... Durfde dingen niet te vragen of zo, maar na de dramalessen, ben ik gelijk zo... Zoals ik zei, een beetje socialer geworden, en kon ik wel makkelijker zo... Zijn van... Zonder aan te trekken iets vragen, ook als dat echt iets gewoon is wat ik misschien nooit zou vragen, dat echt dom overkomt. Kan ik zijn zo van "ja, ik ga het toch maar vragen, maakt niet echt uit welk antwoord ik ga krijgen".

Interviewer

Ja. En was dat dan op de rest van die dag dat je dat dan kon doen?

NORAH

Euh, ja, nogal eigenlijk.

Interviewer

En dan de volgende dag? Bleef dat dan een beetje dat effect, of?

NORAH

Dat bleef zo'n beetje, maar... Tegen het einde van de week was dat wel minder. Dan was het dan maandag weer les, dus dat was zo... Positief en dan zo dalend.

Interviewer

Ahja oké, zot. Oké, dankjewel, NORAH. Dat was het eigenlijk. Dat waren alle vragen.

4. Francis

Datum en tijdstip: 29 mei 2023, 11:00

Tijdsduur: 54 min. 18 sec.

Transcript

Interviewer

Is mijn eerste vraag voor jou, Francis, wat hoopte je te verkrijgen door dramaless op te nemen als keuzevak?

FRANCIS

Euh... Het leek mij wel leuk.

Interviewer

En waarom precies?

FRANCIS

Euhm... Ja... euhm...

Interviewer

Wat dacht je daar te krijgen? Allee, wat sprak je daarin aan?

FRANCIS

Dat je zo goed kan acteren. Dat vind ik leuk.

Interviewer

Oké, dus je wou een betere acteur worden?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Oké nog dingen, of?

FRANCIS

Euh, de rest (van de keuzevakken) leek wat saaier.

Interviewer

Oké, euhm, op welke manier zijn uw verwachtingen al dan niet ingevuld?

FRANCIS

Euh... euhm... Of ze niet zijn ingevuld, of?

Interviewer

Neen, dus uw verwachtingen dat je had ten opzichte van het dramales, dus bij jou was dat eigenlijk een betere acteur worden, hoe zijn die wel of niet ingevuld?

FRANCIS

Euh... Ja... Ik euh... Acteren was wel leuk, maar zo soms hebben we zo... Niet echt veel geacteerd.

Interviewer

Euh... Wanneer dan?

FRANCIS

Zo soms... euh... Zo dat je zo moet... Rondlopen. En dan hadden we niet echt veel gedaan.

Interviewer

Ahja, oké. Dus zo bij dat bewegingstheater dan miste je een beetje het acteren daarvan echt?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Ahja, oké. Ja, dat rondlopen en zo, dat heeft natuurlijk wel een functie als theater speler.

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Dat is eigenlijk vooral door mekaar te voelen in de ruimte enzo en te weten waar mensen staan op een podium... Dat dat belangrijk is en... Om ook gewoon puur met uw lichaam bezig te zijn, allee, daarom heb ik daar een beetje rond gewerkt. Dus daar miste je het acteren.

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Nog op andere momenten? Of wanneer had je dan wel het gevoel van "nu zijn we echt veel aan het acteren?"

FRANCIS

Ja, zo als we... Als we zo 'optreden' gelijk.

Interviewer

En wanneer was dat dan?

FRANCIS

Zo, bij die euh... Dat je zo bij die muziek iets moet doen.

Interviewer

Ja.

FRANCIS

En euh... Zo in het begin, met het improviseren.

Interviewer

Ahja, oké oké oké oké. Dan had je het meeste het gevoel van te acteren. En met de film?

FRANCIS

Ja dat ook, maar zo niet iedereen heeft... Evenveel gedaan.

Interviewer

Ja inderdaad, dat was een beetje moeilijk natuurlijk, hè. Als we met een groep van 18 zijn, om iedereen dan ja... Echt een rol te geven. Was een beetje moeilijk inderdaad soms.

Euh, welke effecten van de dramalessen heb je ervaren die je eigenlijk niet had verwacht?

FRANCIS

Euh... rondlopen. Euhm... euh... Ja, dat is het.

Interviewer

En wat, allee, wat heb je daaruit gehaald of wat heeft dat met jou gedaan?

FRANCIS

Euh... Dat had ik niet verwacht. Euh... Ja.

Interviewer

En, ja, vond je het leuk? Vond je het, euh allee, waardevol? Heeft het iets voor jou bijgebracht of vond je het stom of?

FRANCIS

Was een beetje leuk, maar... een beetje... Ja...

Interviewer

Een beetje wat?

FRANCIS

Euh... Niet acteren.

Interviewer

Ja, en daarom vond je het minder leuk dan andere dingen dan, of?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Ja, oké. Oké. Hoe is de manier waarop je in het leven staat veranderd sinds het krijgen van dramalessen?

FRANCIS

Euhm... Euh... Ik weet het niet. Euh... Euhm...

Interviewer

Zijn er bepaalde dingen die je anders bekijkt? Heb je een ander gevoel voor bepaalde dingen?

FRANCIS

Nee.

Interviewer

Oké. Geen... Allee, het is niet dat je meer denkt aan... Dingen die met acteren te maken hebben ofzo, of?

FRANCIS

Euh... euh... Ja, soms als ik, gelijk, praat ofzo dan... Dan doe ik dat met mijn buik, in plaats van...

Interviewer

Ah, echt?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Ah, oké oké oké. Dus die buikademhaling, dat is iets dat je hebt meegenomen?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Ahja, oké... Nog andere dingen?

FRANCIS

Euh... Nee.

Interviewer

Oké. De manier hoe je naar een film kijkt, of een serie ook of zo of ik weet niet?

FRANCIS

Euh ja... Het lijkt... Nu zie ik dat het moeilijker is dan ik dacht.

Interviewer

Hmm... Ja... Oké. Oké, euhm, ik ga nu enkele vraagjes stellen omtrent jouw welbevinden. Hoe is jouw welbevinden op dit moment?

FRANCIS

Euh, goed.

Interviewer

Wil je daar iets meer over zeggen?

FRANCIS

Euh... euh... Ja... Het is een beetje saai man. Het is wel oké

Interviewer

Waarom is het saai?

FRANCIS

Ik bedoel zo... De lessen, gewoon school. Euh... Ja omdat... Euh... Ik weet niet omdat dat zo... Lang duurt.

Interviewer

Ja, dus je vindt school een beetje saai op dit moment?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Oké. En buiten school... Loopt alles goed?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Oké. Nog iets dat je kwijt wilt? Vrienden of?...

FRANCIS

Nee.

Interviewer

Oké. Euhm, in welke mate ben je beïnvloedbaar door anderen?

FRANCIS

Euh... Euhm... Euh... uhm... Ik denk het niet.

Interviewer

Niet echt beïnvloedbaar?

FRANCIS

Wat betekent dat?

Interviewer

'Beïnvloedbaar' wilt zeggen dat je... Als je anderen ziet, iets doen, bijvoorbeeld, dat je dan ook dat zou willen doen. Of bijvoorbeeld als jij iets wilt doen, maar anderen hebben een mening daarover dat je daardoor laat beïnvloeden, dat je het juist niet meer gaat doen daardoor of zo.

FRANCIS

Euh... Ik denk niet echt.

Interviewer

Oké en kan je verduidelijken misschien? Allee...

FRANCIS

Ik...

Interviewer

Met een voorbeeld misschien? Dat je denkt van "dit was iets waar de anderen een mening over hadden en ik heb het toch gedaan" of "ik heb mijn mening daarover niet veranderd", of?

FRANCIS

Euhm... Ik kan op niks komen.

Interviewer

Oké... En... Zijn er momenten al geweest waar dat je wel u makkelijk hebt laten beïnvloeden?

FRANCIS

Waarschijnlijk... euh... Ik weet niet meer.

Interviewer

Oké. Door je ouders? Door je vrienden?

FRANCIS

Euh... Hmm... Nee... Ik weet het niet.

Interviewer

Oké... Oké. Voor mijn onderzoek, Francis, is het het makkelijkst als ik zoveel mogelijk informatie heb. Dus als je aan dingen kan denken, dan... Allee, dan mag je dat nog altijd zeggen. Ja, Allee, als ik veel "kweet niet" en "geen idee" heb, dan kan ik eigenlijk niet zoveel daarmee doen, maar, allee, natuurlijk ben jij volledig vrij. Ik zeg het gewoon maar dat als je toch nog aan dingen kan denken mag je het zeker zeggen.

FRANCIS

Ik zal eens goed nadenken.

Interviewer

Oké, is goed. Euhm, ja de volgende vraag was dan, wat zijn de oorzaken dat je al dan niet beïnvloedbaar bent, denk je? Dus... Allee ja, als je zegt, jij zegt in het algemeen dat je niet makkelijk beïnvloedbaar bent, dus dat anderen een mening hebben en dat je eigenlijk je dat niet aantrekt.

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Wat denk je dat de oorzaak daarvan kan zijn?

FRANCIS

Ik vind dat je niet moet aantrekken wat andere mensen vinden.

Interviewer

Uhu.

FRANCIS

En, je moet gewoon doen wat je leuk vindt

Interviewer

Oké, ja. En, is dat iets denk je... Heb je dat van je ouders geleerd of is dat gewoon iets dat je zelf denkt?

FRANCIS

Ja... Ik heb dat ergens gezien denk ik. Ik weet niet waar, tv ofzo.

Interviewer

gniffel Oké, oké is goed. Euhm... Maar en lukt het dan om volgens dat te leven? Allee, jij doet dat dan op de meeste momenten dan, gewoon hetgene wat je zelf wilt?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

En zijn er momenten dat je dat wel al hebt ervaren dat je je toch laat beïnvloeden?

FRANCIS

Euhm... *pauze* Ik weet het niet meer.

Interviewer

Bijvoorbeeld uw studiekeuze, is dat iets dat je volledig zelf hebt beslist?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Oké. En hadden uw ouders daar een mening over?

FRANCIS

Nee, ik mocht beslissen.

Interviewer

En zelf, als jij dan die keuze had gemaakt, had uw mama of uw papa dan... Wouden zij... Allee, waren ze akkoord daarmee, of?

FRANCIS

(Ze wouden) Gewoon dat ik deed wat ik wou.

Interviewer

Ahja, oké. En uw hobby's bijvoorbeeld, zijn dat dingen dat je volledig zelf hebt beslist?

FRANCIS

Ja

Interviewer

Oké. Euhm... Ja, situaties met uw vrienden... Heb je al eens gehad dat... Dat jij nadenkt over een bepaald iets, dat je dat zegt en dat iemand daar niet mee

akkoord is?

FRANCIS

Ja, denk ik.

Interviewer

Kan je zo aan iets denken?

FRANCIS

Euh... *pauze* Euhm...

Interviewer

Iets van afgelopen week of zo?

FRANCIS

Euh... Ik hou van zouten popcorn en mijn vrienden niet. Ik hou niet van zoete popcorn, ik vind dat echt niet leuk.

Interviewer

lacht Ahja, oké. En, dus jij hebt u wel niet laten doen daardoor? Jij hebt nog altijd uw zouten popcorn besteld?

FRANCIS

Ja. (*stil* weet ik eigenlijk niet)

Interviewer

Ahja, oké. En, als jullie het hebben over euhm... Over meisjes dat jullie mooi vinden, bijvoorbeeld, ik zeg maar iets. Heb je daar al een keer andere meningen over gehad, of?

FRANCIS

Wij praten daar niet echt over.

Interviewer

Of over... Ja, een bepaald iets op school, een bepaalde gebeurtenis of zo, dat jullie een andere mening hadden?

FRANCIS

Euh... Euhm... Hmm... Ja, zo soms zitten mijn vrienden zo een beetje teveel op hun telefoon, vind ik. Dan wil ik eigenlijk gewoon praten, maar... Ja, dan zitten zij zo op TikTok.

Interviewer

Ahja. En heb je dat al gezegd dan?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

En, wat was de reactie?

FRANCIS

Dan zeiden ze van "weet jij iets beter dat we kunnen doen?"

Interviewer

Uhu. En, wat heb jij dan gereageerd?

FRANCIS

Dan zei ik "eigenlijk niet."

Interviewer

En dan?

FRANCIS

Dan gingen we verder.

Interviewer

Zij op hun telefoon en jij...?

FRANCIS

Ik gewoon zo... Wat praten.

Interviewer

Hmm. Oké ja ça va. Dus je zegt wel makkelijk uw mening als je die hebt?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Oké. Euh, in welke mate heb jij het gevoel de leiding te hebben over je leven? Over je eigen leven.

FRANCIS

Euhm... Ik heb... Euh... Ik heb, ja, Ik heb veel... Controle over mijn leven.

Interviewer

En waarom?

FRANCIS

Euh, ik weet het niet... *pauze* Ik doe wat ik wil.

Interviewer

Oké. Ja, je hebt al gezegd, je studiekeuzes, je hobby's, dat mag je zelf kiezen. Euhm... Uw vrienden heb je waarschijnlijk ook zelf gekozen?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Zijn er bepaalde dingen waar je ouders wel de keuze over hebben, waar dat zij zeggen van "dit mag je niet doen"?

FRANCIS

Euhm... Nee... Ze laten mij wel beslissen over dingen.

Interviewer

Oké dus, wanneer je studeert bijvoorbeeld, gaan zij jou opleggen wanneer dat je studeert of moet je wel zelf...?

FRANCIS

Ik moet dat zelf beslissen.

Interviewer

Je bent volledig vrij daarin?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Oké. En, bijvoorbeeld wanneer dat je thuiskomt?

FRANCIS

Euh... Als ik wat later kom, dan moet ik dat wel zeggen *pauze* en waarom zeggen. Ik mag dat wel.

Interviewer

Ahja, oké. Je mag ook alleen thuisblijven enzo?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Oké, oké. Welk gevoel geeft u dat?

FRANCIS

Euh... Ik denk dat ik veel mag.

Interviewer

Ja... en allee, krijg je daar een positief of negatief of iets?

FRANCIS

Positief.

Interviewer

Ahja, oké. Dus je vindt het wel leuk dat je die vrijheid hebt.

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Oké is goed. Euh, op welke manier ben je wel of niet gegroeid als persoon de voorbije jaren?

FRANCIS

Euh... Euhm... Uhm... Ik weet niet... Ik ben slimmer.

Interviewer

Waaraan kan je dat merken?

FRANCIS

Dat ik vroeger niet zo goed als een wiskunde. Nu heb ik betere punten voor wiskunde.

Interviewer

Ja. En snap je het ook beter allemaal?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Dus denk je dan dat je brein meer is ontwikkeld of waaraan ligt dat denk je?

FRANCIS

Omdat ik gewoon meer heb geleerd.

Interviewer

Ahja, je hebt er meer voor gedaan?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Oké. En is dat voor andere vakken ook zo?

FRANCIS

Ehm, Frans vind ik nog moeilijk. Kweetnie... De rest... De rest is niet zo moeilijk, denk ik. Ik vind geschiedenis moeilijk voor nu.

Interviewer

Ahja. En, waarom is dat?

FRANCIS

Omdat je zo... Hmm... Ik vind het saaier. Omdat je... Je moet leren over zo... Koningen en zo, dat vind ik niet zo leuk. Over wat die allemaal deden.

Interviewer

Ja, ja, ja. Omdat het misschien niet echt nog de wereld van nu is, dat het zo... Dat het zo ver lijkt gewoon?

FRANCIS

Nee, zo, het is gewoon zo... Saai. Je moet alleen maar leren over de saaie dingen vind ik.

Interviewer

Wat zou het leuker maken?

FRANCIS

Euh... Om zo te weten wat dat ze... Hoe dat het leven in de middeleeuwen ging, zo.

Interviewer

Hmm... Ja, meer echt zo de manier... Ja, hoe dat de mensen leefden en minder gewoon zo de... De feiten, zo de data en de... wie dat wie was...

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Ja, dat snap ik wel. Dus je zegt dat je op schoolvlak eigenlijk wel bent gegroeid de voorbije jaren?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Dat je meer leert en dat je daardoor het gevoel hebt slimmer te zijn?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Zijn er nog andere, allee, heb je nog op een ander vlak het gevoel van "hier ben ik in vooruit gegaan"?

FRANCIS

Euh... Hmm... Nee.

Interviewer

Bijvoorbeeld... Vrienden maken, sociaal zijn, ehm...

FRANCIS

Dat is hetzelfde (gebleven).

Interviewer

Bijvoorbeeld hobby's die je hebt waarin dat je beter bent geworden?

FRANCIS

Euh... Nee... Denk ik

Interviewer

Hmm...Wat zijn je hobby's eigenlijk?

FRANCIS

Tekenen... Lopen... euh... Ja... Ook spelen, maar met vrienden.

Interviewer

Oké, ja. Game je ook toevallig? Omdat ik zo die...

FRANCIS

knikt

Interviewer

Ah, oké ja. Is dat een hobby?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Ben je daarin beter geworden?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Ah, kijk eens aan. En waaraan kan je dat merken?

FRANCIS

Euh... Omdat ik meer win tegen mensen.

Interviewer

Hmm... Oké. En, waaraan denk je dat dat ligt?

FRANCIS

stilte

Interviewer

Hè?

FRANCIS

Ik heb meer ervaring.

Interviewer

Ja. En bij lopen en tekenen dan bijvoorbeeld, heb je daar vooruitgang aan gemerkt?

FRANCIS

Euh... Een beetje.

Interviewer

Kan je langer lopen, of sneller?

FRANCIS

stilte Hallo, mijn Wi-Fi was even slecht

Interviewer

Ah oei, ah oké. Kan je langer lopen of sneller of zo?

FRANCIS

Wat?

Interviewer

Kan je langer lopen of sneller lopen?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Daarin ben je verbeterd?

FRANCIS

Ja, langer. Waarschijnlijk ook sneller.

Interviewer

En tekenen, heb je het gevoel dat je... ja, moeilijkere dingen kan tekenen, of, of juist niet?

FRANCIS

Ja, maar ik zit het zo bij een punt dat het zo heel moeilijk wordt.

Interviewer

Hmm... Dus dat je... Je kan daar niet echt voorbij dan nu? Allee...

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Het blijft, het blijft moeilijk.

FRANCIS

knikt

Interviewer

Uhu. Dus tekenen is eigenlijk iets waar je dan niet in gegroeid bent? Allee ja, misschien wel eigenlijk, maar het is gewoon de moeilijkheid die is toegenomen.

FRANCIS

Euh... Ja, ja, ik vind het moeilijk, soms.

Interviewer

Ja.

FRANCIS

Zo die realistische dingen.

Interviewer

Ja. En, zijn er dingen waarvan je denkt "hier ben ik echt slechter in geworden over die jaren heen"?

FRANCIS

Euhm... Euh... Euhm... Ik teken wel minder dan vroeger.

Interviewer

Uhu. Maar is dat omdat je slechter bent geworden of omdat je gewoon minder zin hebt om dat te doen?

FRANCIS

Omdat het moeilijk is, en omdat ik het druk heb, soms.

Interviewer

Ja. Oké. Als 0 een gewoontedier is en 10 iemand is die altijd nieuwe dingen uitprobeert. Waar zou je jezelf op deze schaal dan plaatsen, en waarom?

FRANCIS

Euhm... effe nadenken. *stilte* Hmm... *stilte* Ik ben... 6.

Interviewer

En waarom?

FRANCIS

Ik wil wel nieuwe dingen, maar... Ja... Gewoon is ook wel goed.

Interviewer

En euhm... Wat zijn zo de nieuwe dingen dan die je wilt proberen en die je hebt geprobeerd?

FRANCIS

Nieuwe... euh... Nieuwe games. Nieuwe... euh... hmm... Ik weet niet.

Interviewer

Nieuwe games vooral?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Oké. Euhm... Nog andere dingen? Nieuwe hobby's of zo die je wil uitproberen, of?

FRANCIS

Euh... Nee.

Interviewer

Oké. Dus ja, je wilt het vooral nieuwe games uitproberen. En waaraan kan je merken dat je een gewoontedier bent, dat je graag de dingen doet die je al kent?

FRANCIS

Euh... Omdat dat makkelijk is.

Interviewer

Ja, ja.

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Oké. Euh, hoe vaak in de week ga je om met anderen?

FRANCIS

Elke dag.

Interviewer

Met wie?

FRANCIS

Met mijn vrienden.

Interviewer

Op school of buiten school?

FRANCIS

Op school en buiten de school.

Interviewer

Oké. Doe je buiten school ook elke dag activiteiten met je vrienden?

FRANCIS

Online, meestal.

Interviewer

Ahja, oké oké. Jullie gamen dan samen?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Wat spelen jullie eigenlijk?

FRANCIS

Euh... Effe kijken... Terraria, Minecraft... Euh... Stick Fight.

Interviewer

Hmm... Oké. En, jullie zitten altijd online samen dan te videobellen ook, enzo?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Allee, of te audio bellen?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Oké, en is dat elke dag?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Is dat op bepaalde uren, of is dat?

FRANCIS

Gewoon, als iemand zegt van "kom online", dan komen we.

Interviewer

Oké oké oké, ja. Euhm... Zijn er nog andere mensen waarmee je vaak omgaat?

FRANCIS

Euh... Mijn familie.

Interviewer

Uhu, uw ouders?

FRANCIS

Ja, en mijn broer.

Interviewer

Is dat een jongere of oudere broer?

FRANCIS

Jonger.

Interviewer

En dan heb je daar een goede band mee?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Doen jullie veel dingen samen, of?

FRANCIS

Ja, soms lopen we samen naar school.

Interviewer

Uhu.

FRANCIS

Soms spelen we samen games.

Interviewer

Oké. Dus vooral uw vrienden en uw familie. Euhm... Ja, nog andere mensen die je...?

FRANCIS

Euh... Niet echt.

Interviewer

Euh, voel jij je eenzaam? En waaraan kan je dat merken?

FRANCIS

Hmm... In deze klas... Vroeger zat ik zo met al mijn vrienden in de klas, maar nu zitten ze in een andere klas. Ja, dat is niet zo leuk.

Interviewer

Ahja nee, dat snap ik, ja. En is dat omdat ze een andere richting doen?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Hmm, voel je je eenzaam in de klas dan?

FRANCIS

Ja soms, omdat mijn vrienden daar niet zijn.

Interviewer

knikt En de klasgenoten, dat zijn niet echt jouw vrienden?

FRANCIS

Niet echt zo 'close'.

Interviewer

Ja, oké. En, doe je vaak dingen alleen, allee, omdat je ze wilt doen, of?

FRANCIS

Euh, welke dingen?

Interviewer

Ik weet het niet.

FRANCIS

Euh... Ja denk ik.

Interviewer

Zoals?

FRANCIS

Ik weet niet welke dingen je bedoelt.

Interviewer

Euhm... Ja, als ik alleen ben bijvoorbeeld, dan lees ik soms. Of euh... Ja, ik verbeter ook vaak alleen, of...

FRANCIS

Ik games soms of kijk ik iets op tv.

Interviewer

En vind je dat... Vind je het soms leuker om alleen te zijn of leuker met vrienden altijd, of...

FRANCIS

Leuker met vrienden.

Interviewer

Ja, oké. Dus, hoe belangrijk vind je het om tijd met anderen te spenderen en waarom?

FRANCIS

Euh, heel belangrijk, want... Anders is het eenzaam.

Interviewer

Ja. Dus je voelt je wel beter als je met anderen... Iets kan doen?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Oké. Vind het ook belangrijk om dingen alleen te doen?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Waarom?

FRANCIS

Euh... Omdat je zo... Kan nadenken.

Interviewer

En over wat denk je dan na?

FRANCIS

Euh... Ik weet niet.

Interviewer

Over dingen die gebeurd zijn, of?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Ja, oké. Wat is... Wat is jouw doel in het leven als je er één hebt?

FRANCIS

Als ik wat?

Interviewer

Als je er één hebt?

FRANCIS

Euh... Euh... Rijk zijn.

Interviewer

Rijk zijn?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Oké. Euhm...

FRANCIS

onverstaanbaar

Interviewer

Wablief?

FRANCIS

Dat moet eigenlijk niet, maar gewoon... Genoeg geld hebben en leuke dingen doen.

Interviewer

Ja, ja, ja. En is dat... In welke mate ben je, denk je op het juiste pad te zitten om dat doel te bereiken?

FRANCIS

Euh... Opletten tijdens de les. *stilte*

Interviewer

Ja, dus vooral door uw schoolcarrière goed te doen dan?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Oké. Nog andere dingen die je doet om dat doel te bereiken?

FRANCIS

stilte Euhm... Euh... Nee.

Interviewer

Oké. Het is niet dat je al een klein bedrijfje naast school hebt begonnen of zo?

FRANCIS

Nee.

Interviewer

Oké. Uhm, hoe vaak ben je bezig met de toekomst en welke weg je uit wilt gaan?

FRANCIS

Niet echt veel.

Interviewer

Ja. Euh... Zijn er momenten dat je dat wel doet uhm... of echt gewoon nooit?

FRANCIS

Nooit.

Interviewer

Dus ook niet toen dat je de richting hebt gekozen, toen was je daar eigenlijk...

FRANCIS

Ahja, dan wel.

Interviewer

Ahja, oké. Het is niet dat je nu al nadenkt van "wat wil ik later studeren?" of zo of "wat wil ik later doen?" of?

FRANCIS

Nee.

Interviewer

Oké, ja. Euhm... Hoe voel jij... Hoe voel jij je ten opzichte van jezelf als persoon?

FRANCIS

Euhm...

Interviewer

Dus hoe tevreden ben je eigenlijk met jezelf, ofja?

FRANCIS

Ik ben heel tevreden met mezelf want... Euh... Euh, ik heb veel vrienden. Ik vind het wel leuk.

Interviewer

Oké. Euh... Dus ja, je zelf-, je zelfbeeld baseer je dan voornamelijk op het aantal vrienden dat je hebt?

FRANCIS

Ook gelijk... Hoe ik mij voel.

Interviewer

Uhu.

FRANCIS

Ik voel mij goed.

Interviewer

Oké, oké. Denk je vaak na over euh... Wie jij bent als persoon, uw uiterlijk of uw innerlijk, uw eigenschappen?

FRANCIS

Euh, ja.

Interviewer

En, daar ben je eigenlijk wel tevreden mee dan?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Oké. Zijn er dingen waar je niet tevreden mee bent?

FRANCIS

Euh... Uhm... Nee, ik weet het niet... Ik kan... Ik kan niet goed Frans.

Interviewer

Ja. Ja, iedereen heeft zijn minder goede kanten en betere kanten, hè? Dus ja.

Euh, hoe vergelijk jij jezelf ten opzichte van je leeftijdsgenoten?

FRANCIS

Euh... Hmm... Ik weet het niet... Uhm...

Interviewer

Dus je zegt, je hebt veel vrienden, vergelijk je jezelf daar soms mee?

FRANCIS

Hmm... Ja.

Interviewer

Op vlak van wat?

FRANCIS

Ik vind ze soms...

Interviewer

Dat zij betere punten hebben of slechtere punten, of?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

En wat is uw conclusie daar dan uit?

FRANCIS

Uhm... Zij hebben meestal betere punten.

Interviewer

En, welk gevoel geeft jou dat?

FRANCIS

Uhm, maakt mij niet zoveel uit.

Interviewer

lacht Oké. Dus je vergelijkt u wel op vlak van punten, maar uiteindelijk maakt het u wel niet uit?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Oké, vergelijk je je ook op andere vlakken?

FRANCIS

Uhm... euh... Denk het niet.

Interviewer

Uiterlijk, innerlijk, dingen?

FRANCIS

Uhm... Euh... Denk het niet.

Interviewer

Oké. Oké, nu laatste blokje is euh... Dus dat was eigenlijk een hele reeks vragen in

verband met uw welbevinden. En nu het laatste blokje is het verband tussen de dramalessen en welbevinden. Dus wat is volgens jou het verband tussen dramalessen en jouw welbevinden?

FRANCIS

Euh... Dat is wel leuk, want maandag is een beetje saai. Niet leuk. En dan is er nog iets leuks te doen op het einde.

Interviewer

Oké. Dus drama is eigenlijk wel iets dat je tof vindt en dat...

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Dat maakt je dag dan beter?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Oké. Nog andere dingen, of?

FRANCIS

Euh... Nee.

Interviewer

Oké.

FRANCIS

verplaatst zich om computer op te laden

Interviewer

Moest je uw computer opladen?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Ah, oké. Euh, wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en de invloed van anderen op je?

FRANCIS

Euh... Ik weet niet.

Interviewer

Dus je hebt gezegd dat je... uhm, dat je je niet makkelijk laat beïnvloeden. Dus dat anderen hun mening dat dat eigenlijk...

FRANCIS

Ja, ik heb niet... Ik heb niet gewoon gedaan wat mijn vrienden deden. (Volgt niet zelfde studierichting als hen)

Interviewer

Ja, inderdaad. En, denk je... Heeft drama daar iets mee te maken? Is dat iets dat... Dat dat zou kunnen versterken, zo de mate waarin dat je je laat beïnvloeden, of?

FRANCIS

Nee.

Interviewer

Dat heeft er niets mee te maken?

FRANCIS

schudt nee met het hoofd

Interviewer

Oké. Uhm, wat is volgens jou het verband tussen dramalessen en het zorgen maken van wat anderen over u denken?

FRANCIS

Euh... Euh... Ik weet het niet.

Interviewer

Oké. Dus ik denk dat je niet echt... Allee, je hebt gezegd, je bent niet echt beïnvloedbaar. Maak je je vaak zorgen over wat anderen over je denken?

FRANCIS

Soms.

Interviewer

En wat is dat dan? Kan je voorbeeld geven?

FRANCIS

Euh... Euhm... Euh... Nee.

Interviewer

Oké. Heb je een verschil gemerkt in de manier dat je daarmee omgaat door dramalessen te doen?

FRANCIS

Nee.

Interviewer

Oké. Wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en het gevoel dat je de leiding hebt over je eigen leven?

FRANCIS

Euh... Hmm... Dat heeft niet zoveel met elkaar te maken, denk ik.

Interviewer

Niet zoveel... euhm... Maar wel iets? Of niets?

FRANCIS

Niets.

Interviewer

Ja. Niets dat je aan kan denken?

FRANCIS

schudt nee met het hoofd

Interviewer

Oké, wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en de motivatie om jezelf te verbeteren als persoon?

FRANCIS

Euh... Denk... Dat je beter kan acteren.

Interviewer

Uhu. Ja.

FRANCIS

Dat je beter kan liegen.

Interviewer

Dat je beter kan liegen?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Oké. Vind je dat belangrijk om te kunnen?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Waarom?

FRANCIS

Als je niet wilt dat iemand iets weet... Kan je liegen.

Interviewer

gniffel Ja, inderdaad. En, je hebt het gevoel dat je beter kan liegen nu?

FRANCIS

Euh, beetje.

Interviewer

Oké. Uhm, is er een verband, denk je, tussen zo de dingen nieuwe dingen dat je wilt uitproberen en dramalessen?

FRANCIS

Ja, ik wou effe uitproberen drama.

Interviewer

En denk je dat je door drama andere dingen ook wilt uitproberen?

FRANCIS

Uhm... Ja.

Interviewer

Zoals?

FRANCIS

Uhm... Ik weet niet. Euh... Ik weet niet

Interviewer

Je zegt "ja", maar je weet eigenlijk niet waarom.

FRANCIS

Ja, Maar ik wil wel nog nieuwe dingen proberen, maar ik weet niet welke.

Interviewer

Maar komt het door de dramasles dat je die nieuwe dingen wilt uitproberen?

FRANCIS

Ja, want dat... Dat was wel leuk. Dus dan kan ik nog nieuwe dingen proberen...
Kijken of dat die leuk zijn.

Interviewer

Ja, oké, oké. Uhm, wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en de relaties met anderen? Allee, en jouw relaties met anderen?

FRANCIS

Euh... Hmm... *stilte* Ik weet niet.

Interviewer

Dus je hebt gezegd, jij gaat veel om met je vrienden en met je broer.

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Heb je bijvoorbeeld een verschil gemerkt in de manier van omgang sinds dat je die dramalessen doet, of?

FRANCIS

Nee.

Interviewer

Ja, oké, oké. Tussen uw ouders?

FRANCIS

Nee.

Interviewer

Oké. Wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en de tevredenheid over jezelf?

FRANCIS

Uhm... *stilte* Euh... Niks

Interviewer

gniffel Oké. Dus euhm... Jij had gezegd dat je wel tevreden bent met jezelf, voornamelijk omdat je veel vrienden hebt.

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Uhm... En, je kan niet merken dat... Ja, dat je op een andere manier kijkt naar jezelf of zo, sinds drama?

FRANCIS

Nee.

Interviewer

Nee? Oké. Uhm, je hebt gezegd dat je je soms zorgen maakt over wat anderen over u denken.

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Denk je dat je met drama dat je daar minder of meer zorgen om maakt?

FRANCIS

Euh... Niet echt.

Interviewer

Geen verschil?

FRANCIS

schudt nee met het hoofd

Interviewer

Oké. Euh, wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en het vergelijken van jezelf met leeftijdsgenoten?

FRANCIS

Euh... *stilte* Uhm... Ja... Uhm... Ik weet het niet.

Interviewer

Dus jij vergelijkt jezelf soms met, allee, of je vergelijkt jouw punten met die van je vrienden?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Denk je dat je dat meer of minder doet sinds drama, of?

FRANCIS

Uhm... Het heeft... De punten vooral zo van examens.

Interviewer

Uhu. En het is niet dat je door drama het minder of meer u aantrekt, of?

FRANCIS

Nee.

Interviewer

Ja, oké. En dan heb ik nog de laatste vraag. Euhm... Dus dat was allemaal gebaseerd op de reeks dramalessen. Als we nu spreken over één dramales: welk verschil merkte je in je gemoedstoestand voor en na een dramales?

FRANCIS

Euh... Moet ik er één kiezen?

Interviewer

Wat bedoel je? Ah ja. Ja, maar in het algemeen gewoon, allee. Dus voor en na dramales.

FRANCIS

Ah oké. Dat ik mij eerst zo... Uitgeput voel en... Dat ik moe ben... Dat alles saai is. Dan is drama leuk.

Interviewer

Na een dramales voel je je dan wel meer opgeladen of zo?

FRANCIS

Ja.

Interviewer

Ahja, oké. Dat is wel tof om te horen. Oké, nog verschillen of?

FRANCIS

Euh... Nee, dat is het enige.

Interviewer

Ja. Oké, voilà dat was het.

5. Cleo

Datum en tijdstip: 30 mei 2023, 15:20

Tijdsduur: 1 u. 1 min. 20 sec.

Transcript

Interviewer

Oké dus, mijn eerste vraag voor jou, CLEO, is... Wat hoopte je te verkrijgen door dramales op te nemen als keuzevak?

CLEO

Ehm... ik wou graag zo een beetje... Zo wat... mezelf leren kennen in de dramales, en zo weten of dat ik dat wel tof zou vinden om zo toneel te doen, en zo een beetje daarin experimenteren eigenlijk.

Interviewer

Ja, oké. Dus je wou het eigenlijk vooral als... ehm, ontdekking van uzelf eigenlijk een beetje doen?

CLEO

Ja.

Interviewer

Of dat dat je dat tof vond of zo?

CLEO

Ja.

Interviewer

En dus, in welke mate heb je dan aan die verwachtingen voldaan?

CLEO

Euh, ja, Dat is wel goed gegaan eigenlijk, want ik... Ik had dat niet echt eerst verwacht van mezelf dat ik dat tof zou vinden, maar daarna ben ik toch wel meer en meer... Beginnen zo... Ja, dat echt tof vinden en ik keek daar ook wel naar uit en zo, dus ja, dat is wel goed gegaan.

Interviewer

Oké, oké ça va. Euhm, het was vooral voor uzelf een ontdekking, dus heb je ook het gevoel dat je daar nu een goed beeld over hebt gekregen dan?

CLEO

Ja, ja, denk het wel.

Interviewer

Oké. Waren er nog andere dingen dat je had verwacht van de dramasles?

CLEO

Uhm, nee, maar ik ben wel verrast van zo de oefeningen dat we hebben gedaan, zo zeker in het begin van het jaar. Zo, met onze cirkels, dat we dan zo... Expressie en zo moesten doen in een cirkel en dan zo... Ook zo die ademhalingsoefeningen en zo. Dat had ik eerst niet verwacht, maar daarna was dat wel logischer.

Interviewer

Ah, oké. Wat bedoel je precies met expressie?

CLEO

Zodat we zo in een cirkel stonden en dan moesten we zo een zinnetje zeggen, en dan moesten we ons zo inleven in wat dat we zeiden, zo.

Interviewer

Ah, oké oké, ja zo dat rondje dat we zo een keer hebben gedaan.

CLEO

Ja.

Interviewer

Ja, ja, oké, dus dat waren dingen die je eigenlijk niet had verwacht, euhm, en wat vond je daar dan van?

CLEO

In het begin vond ik dat wel zo een beetje moeilijk om daar serieus bij te blijven, ook omdat dat zo met mijn vriendinnen was. Maar daarna vond ik dat wel, allee, toffer en zo om te doen en dan kon ik wel serieus blijven, denk ik.

Interviewer

Uhu. Ja, ja, ja. Ik weet wel nog goed dat je ook, allee, dat is nu eigenlijk nog altijd een beetje, hè, dat een bepaalde emotie spelen, dat soms uw lach daar altijd gelijk doorschijnt en dat dat... Ja, dat je soms nog zo in de... Allee, in de zone bent van vriendschappen en dat je dan zo balanceert tussen dat en het echte acteren, en dat je zo...

CLEO

Ja.

Interviewer

Maar ik denk dat dat bij u ook wel... Allee, naarmate dat je dat meer en meer hebt gedaan, dat het makkelijker was om u zo puur te focussen op het verhaal en wat dat er aan het gebeuren was.

CLEO

Ja.

Interviewer

Euhm, ja, dus die die dingen dat je hebt gedaan, euhm, heeft dat iets gedaan met u als persoon ook?

CLEO

Ik denk dat ik... Allee, dat ik dat niet echt zou kunnen geb... Allee, dat ik dat ga gebruiken in het echte leven enzo. Denk niet dat echt zo acteren ook zo echt een groot deel van mijn leven gaat zijn, maar ik denk dat dat wel gewoon een toffe extra was en een toffe oefening enzo, maar ik denk niet dat dat echt zo een groter deel van mijn leven gaat worden.

Interviewer

Uhu, oké, dus de manier waarop dat je nu in het leven staat, is dat veranderd sinds dat je bent beginnen acteren?

CLEO

Nee, dat denk ik niet.

Interviewer

Ja, oké. Euhm, oké, nu ga ik enkele vraagjes stellen over uw welbevinden. Hoe is uw welbevinden op dit moment?

CLEO

Goed, ja. Ik denk dat ik mij wel gelukkig voel.

Interviewer

Oké, dat is goed te horen. Wil je daar meer uitleg over geven? Waarom is het precies goed en... ?

CLEO

Ik denk dat het belangrijk is om gelukkig te zijn en dat je niet te vaak alleen bent en dat je zo een beetje vrienden hebt om u mee te omringen en... Ik denk dat dat wel helpt om gelukkig te zijn. Maar als je constant met andere mensen bent, denk

ik dat dat ook niet zo goed is. Ik denk dat je ook wel af en toe een keer alleen moet kunnen zijn, op jezelf kunnen zijn. Ik denk dat je zo een goede balans daarvoor nodig hebt om echt gelukkig te zijn.

Interviewer

Uhu, oké. Dus geluk is bij u vooral gebaseerd op hoeveel dat je wel of niet omgaat met anderen.

CLEO

Ja.

Interviewer

Oké. Zijn er nog andere dingen die voor u bijdragen tot uw geluk?

CLEO

Euh, ja, dat je dingen kan doen dat je gelukkig maakt, zo hobby's dat je tof vindt, of een interessante richting volgen op school, of ja, gewoon toffe dingen kunnen doen, vrije tijd hebben.

Interviewer

Uhu, en dat zijn momenteel dingen dat je ook... Allee, je doet uw richting graag?

CLEO

Ja.

Interviewer

Oké. Natuurwetenschappen?

CLEO

Ja.

Interviewer

Oké. En je hebt hobby's die je ook tof vindt?

CLEO

Ja.

Interviewer

Wat zijn die hobby's?

CLEO

In de winter doe ik kunstschaatsen en als het seizoen gedaan is ga ik gaan lopen en doe ik lenigheidsoefeningen en zo.

Interviewer

Hm, oké. Oké, euhm, in welke mate ben jij beïnvloedbaar door anderen, denk je?

CLEO

Ik denk wel dat ik beïnvloedbaar ben en soms probeer ik een beetje kritischer te zijn en meer zo mijn eigen gevoel te volgen, maar ik denk dat ik wel vaak anderen volg in wat zij doen.

Interviewer

Ja? En op welke... Kan je daar een voorbeeld van geven? Waarom?

CLEO

Uhm... Als iemand zo... Iets positiefs heeft te zeggen over iets, ik weet niet juist zoiets concreet, maar dan ga ik dat meestal zo dat ook inzien, terwijl misschien in het begin vond ik dat eerder iets negatiefs. Als ik dan zo de mening van een ander zie, dan denk ik "ahja", dan ga ik zo meer een bredere kijk erop hebben.

Interviewer

Ahja oké op die manier, ja. En heb je zo onlangs iets meegemaakt? Waar dat iemand iets over zei dat je uw visie hebt bijgesteld?

CLEO

Euhm... Ja, er was zo... Er waren zo'n beetje spanningen met een meisje in mijn klas en dan was het zo van ja... Eigenlijk is ze echt wel nog tof hoor, maar dat is gewoon zo... En dan had ze zo'n beetje haar eigen mening gegeven over die persoon en dan zegt ze van "ahja, eigenlijk valt dat wel nog mee, hoe dat ze zich gedraagt en zo".

Interviewer

Dus sinds dat een andere vriendin daar iets positief over heeft verteld, ben jij nu ook positiever gaan kijken?

CLEO

Ja.

Interviewer

Ahja, oké zo. Ja oké oké oké. En dan euhm, op vlak van, ja, uw eigen mening uiten bijvoorbeeld, denk je dat je dan makkelijk beïnvloedbaar bent?

CLEO

Ja, als ik zo... Als ik omringd ben door andere mensen en als ik zo mijn eigen mening een beetje daarop baseer, dan gaat dat wel... Allee, dan gaat dat wel

beïnvloed zijn. Maar als ik zo meer alleen mijn mening moet verzinnen... Hangt er een beetje van af als ik bij andere mensen ben of niet.

Interviewer

Oké, maar stel bijvoorbeeld, je hebt een bepaald gedacht over iets, ik weet niet... Waarschijnlijk in een les zedeleer moet je vaak zo uw eigen mening vormen over bepaalde dingen. Is dat dan... Merk je dan snel dat uw eigen mening wordt bijgesteld als andere mensen daar iets anders over...

CLEO

Ja. Ja, dat denk ik wel.

Interviewer

Ah, oké oké. Euh, wat zijn de oorzaken, denk je, dat je dan beïnvloedbaar bent?

CLEO

Euhm... Ik denk omdat... Als ik dan luister naar die mening dat ik dat probeer mij in te beelden. En dan als ik dat begrijp dan gaat dat soort van automatisch ook een beetje mijn mening worden zo... Je zou er zelf niet opkomen, maar achteraf ga je er wel mee akkoord, dus dan stel je dat een beetje bij.

Interviewer

Hm, oké, oké, ja ik snap het. En, heb je het soms ook dat je dat niet hebt? Heb je soms wel momenten dat je... Dat je echt super-overtuigd bent van uw eigen mening?

CLEO

Ja, als ik niet akkoord ben met de mening van een ander, dan ga ik dat niet... Dan ga ik niet mijn mening nog veranderen en daaraan toevoegen, want dan ben ik niet akkoord en dan denk ik "nee, dat... Zo denk ik niet."

Interviewer

Ah, oké, dus uw beïnvloedbaarheid is dan wel beperkt tot wanneer dat je zelf echt niet akkoord bent?

CLEO

Ja.

Interviewer

Ja, oké. En kan je daar een oorzaak op zetten? Waarom dat je dan... Op die momenten wel... Allee, hard voor uw eigen mening gaat?

CLEO

Ik denk als dat... Ik denk dat dat meer te maken heeft met als dat zo een negatief beeld is, want ik probeer zo positief mogelijk in het leven te staan. En als dat dan zo iets negatiefs is daarbij, dan ga ik meer kritisch daarnaar kijken, denk ik, dan als het iets positief is. Dan denk ik dat ik daar rapper niet mee akkoord ga gaan dan als iets positief is.

Interviewer

Ja, oké oké. Jij hebt uw eigen visie over dingen en als het dat niet echt... Allee, als het dan inderdaad negatief is... Dus iets wat er eigenlijk niet echt in past, dan ga je het snel afblokken...

CLEO

Ja.

Interviewer

Hm, oké. Euhm, in welke mate heb je het gevoel de leiding te hebben over je eigen leven?

CLEO

Euhm... Ik denk wel dat ik redelijk veel zelf beslis wat ik doe enzo en... Allee, ik denk dat... Het is sowieso wel weer beïnvloed door de mensen rondom mij wat eigenlijk zowat doe in het leven, maar ik denk dat ik wel redelijk veel zelf beslis. En ook vaak samen met mijn ouders dan, bijvoorbeeld de school en de hobby's en zo. Dus ik denk dat dat zo'n beetje gemixt is.

Interviewer

En dus je beslist dingen zelf, of is dat altijd in samenspraak met je ouders?

CLEO

Soms beslis ik wel dingen zelf, allee, mijn ouders zijn ook niet altijd bij mij, dus... Maar ik denk zo grote beslissingen dat zo... Veel, ja, uw leven... Zo invloed hebben op uw leven denk ik dat dat wel eerst bespreek met mijn ouders.

Interviewer

En stel, allee, ben je nu over de Voskenslaan en over de studierichting, was je dan... Waren uw ouders en jij op één lijn?

CLEO

Ja.

Interviewer

Of wou jij iets anders en wouden uw ouders iets anders?

CLEO

Nee, daar zijn we wel mee akkoord. Allee, dat is ook omdat mijn oudere zus dan hier naar school ging. En zij heeft ook natuurwetenschappen gedaan in het derde, dus dat is zo... Ja, meestal volg ik mijn zus daar wel in, denk ik dan.

Interviewer

En stel, jij wou eigenlijk iets anders doen, maar je ouders wouden u toch naar de Voskenslaan sturen... Dus allee, wie zou dan de finale doorslag hebben?

CLEO

Uhm... Ik denk dat mijn ouders wel het beste voor mij willen, dus als dat dan verschilt, dan gaan we daar eerst nog verder over discussiëren. En dan ga ik meestal wel akkoord met mijn ouders, denk ik dan. Ook, als dat zo een andere studierichting is, nu probeer ik zo breed mogelijk te gaan, dat ik zo later nog ongeveer alles kan doen. En als ik dan iets veel specifiekker zou willen gaan, dan denk ik dat ze eerst zouden zeggen van "doe eerst iets breder, zodat je dan later iets specifiekker kan kiezen", omdat ik nu ook wel jong ben om dat al te beslissen.

Interviewer

Ja, ja, ik snap het. Oké, dus ja, jullie gaan altijd wel praten eerst over de dingen. Het is niet dat uw ouders een beslissing maken over iets, en ja...

CLEO

Uhu.

Interviewer

En, zou je, allee, als je echt zeker van iets bent, van "ik wil het doen" en uw ouders zijn er niet mee akkoord, zou je het dan doen? Of heb je het gevoel dat je wel altijd naar uw ouders moet luisteren?

CLEO

Ik denk dat ik dan eerst een beetje... Daar goed echt over moet nadenken alleen en dat ik dan toch wel tot de conclusie ga komen dat mijn ouders toch wel daar iets beter over... De dingen weten. Omdat ze zijn ook ouder, hebben meer ervaringen enzo, dus dan denk ik toch wel dat zij er meer over gaan weten, dan ga ik hen eerder volgen, denk ik.

Interviewer

Hmm, oké oké. En dan zei je in het begin toen ik die vraag stelde, dan zei "dat is altijd wel wat afhankelijk van de mensen rondom mij" Euhm, wat bedoel je daar dan precies mee? Dus we hebben nu vooral over uw ouders gepraat, maar zijn er dan nog mensen die invloed hebben?

CLEO

Ja, omdat... Meestal praat ik daar ook wel over met mijn vriendinnen enzo en als zij dan allemaal eenzelfde mening hebben en ik dan iets anders, dan ga ik daar toch wel over nadenken en denken "misschien hebben zij ook wel voor een stuk gelijk" en, allee, het is sowieso niet altijd zwart-wit. Soms is het ook een beetje grijs, dus...

Interviewer

Ja ja, ja, dat is waar. Allee, dat vind ik voor alle dingen eigenlijk in het leven. Euhm, maar dus, allee, heb je dan het gevoel ook soms dat uw vriendinnen eigenlijk een beetje uw leven wel wat bepalen op bepaalde vlakken, of?

CLEO

Maar... Toch wel redelijk beperkt. Ik denk zo vooral qua studeren en zo en school. Maar... En ook als we afspreken, wat we gaan doen en zo, maar voor de rest denk ik niet dat ze zo grote rol hebben daarin.

Interviewer

Hmm. Ben jij meestal iemand die het heft in handen neemt wanneer dat jullie afspreken en beslissen van nu gaan we dit doen of nu gaan we dat doen? Of zijn dat eerder uw vriendinnen die... ?

CLEO

Dat zijn eerder mijn vriendinnen eigenlijk. Ik ben meer zo iemand die dan... Gaat eerst wachten op een voorstel en daarna misschien zo ook een voorstel doen, maar ik ga niet vaak zo eerst iets beslissen.

Interviewer

Ja, oké. Euhm, welk gevoel geeft u dat... Dus als je wel het gevoel hebt van "ik beslis iets en ik kan het doen" of welk gevoel geeft het u als je wordt beïnvloed en dat je dan toch iets anders gaat doen?

CLEO

Ik denk dat als je veel zelf beslist en zo, en dat je zo meer voor de aanpak bent, dat je dan ook zo een vrij gevoel hebt of zo. Maar ik heb dat ook wel, maar ik heb gewoon niet zoveel behoefte aan zo meer de leiding nemen en zo... Ik denk dat ik eerder zo... Volg en, allee, ik ga nooit blindelings volgen of zo. Ik ga ook niet zo domme dingen doen omdat mijn vrienden dat voorstellen of zo, maar ik denk wel dat ik zo... Mij beter voel in zo eerder een volgende rol of zo.

Interviewer

Uhu, oké. Ja, het is natuurlijk ook niet per se als je een volger bent in een vriendengroep dat je dan ook niet... uw eigen leven in handen hebt.

CLEO

Ja.

Interviewer

Oké. Dus, allee, als ik het kan samenvatten, je laat u wel beïnvloeden, vooral door gesprekken met uw ouders en uw vriendinnen, maar uiteindelijk ga je wel zelf nog altijd nadenken en dan hetgene doen wat jij wilt.

CLEO

Ja.

Interviewer

Ja, oké. Euhm, op welke manier ben je wel of niet gegroeid als persoon de voorbije jaren?

CLEO

Euh, ik denk dat ik vooral een bredere visie heb op de dingen en dat ik zo begrijp dat de dingen niet altijd zwart-wit zijn. En ik denk dat ik zo, ja, beter nadenk en... Ja, dat ik... Ik heb ook zo meer, zo, echte doelen in mijn leven dat ik wil bereiken en vroeger was dat... Allee, was dat niet echt. En nu wil ik daar wel echt voor gaan.

Interviewer

Hmm, oké, amai. Over die doelen daar gaan we het straks nog over hebben. Dus je zegt: je hebt een bredere kijk gekregen. Hoe kan je dat merken?

CLEO

Uhm, als ik zo... Leer over nieuwe dingen, of ja, gewoon... Ik denk in het algemeen dat ik vroeger dan meer zo... Als ik een mening had dat ik daar echt zo bij bleef, maar niet dat ik zo andere meningen ook kan begrijpen en bekijken en een beetje mijn mening ook veranderen daardoor, en dat ik meer zo flexibel ben daarin.

Interviewer

Hm, ja ja ja. Ja, dat wijst eigenlijk wel op uw brein dat aan het ontwikkelen is, dat is... Dat denk ik wel. Uhm, ja, zijn er ook dingen waar dat je niet in bent gegroeid? Waarin je bent achteruit gegaan zelf, of?

CLEO

Euhm... Dat weet ik eigenlijk niet. Ik denk dat ik wel... Op meerdere vlakken groei en evolueer enzo, dus... Ja, dat weet ik eigenlijk niet.

Interviewer

Oké, ja. Je hebt voornamelijk het gevoel wel dat je gegroeid bent?

CLEO

Ja.

Interviewer

Oké. Euhm... Bredere kijk, meer doelen. Euhm, nog iets, denk je?

CLEO

Uhm... Ja, ik denk gewoon dat ik ook meer zo... Meer zo kan genieten van het leven ofzo, en dat ik zo... Meer zo actief kan... Zo, ugh ik kan het niet goed verwoorden, maar zo... Zo beleven. Dat ik zo het leven meer beleef.

Interviewer

Ah! Hoe verklaar je dat? Of hoe bedoel je dat precies? Hoe? Waarom was dat vroeger minder dan?

CLEO

Ik denk gewoon dat als kind dat je meer zo'n beetje meer zo 'go with the flow' bent en dat je zo een beetje in je eigen kleine wereldje zit. En dat met dat je groter wordt en ouder dat je ook meer de wereld rondom u kan zien, en andere mensen, en dat je gewoon meer sociaal wordt en zo. Denk ik.

Interviewer

Hm, ahja oké oké oke. Dus euh... Ja, uw oogkleppen zijn wat aan het opengaan?

CLEO

Ja.

Interviewer

Ahja. Ja, snap ik. En ook meer sociaal geworden?

CLEO

Uhu.

Interviewer

Is dat dan... Je gaat meer mensen aanspreken nu dat je nog niet kent, of wat bedoel je daarmee?

CLEO

Ja, nu, nu ben ik meer zo... Ik kan makkelijker zo vrienden maken, denk ik, want, allee, vroeger in het lager had ik het een beetje moeilijk met vriendschappen enzo. Ik werd ook gepest en euh... Ja, dat ging niet zo soepel *lacht*, maar nu gaat dat wel beter. Nu heb ik wel meer vrienden en zo dus...

Interviewer

Uhu, ja. Je bent niet de enigste, denk ik, die euh... Allee, die gepest werd in de lagere school. Kinderen zijn bullebakken. Dat is wel echt. Allee, niet allemaal natuurlijk, maar ja... Dus ja, dan heb je daarin waarschijnlijk ook wel een evolutie gemerkt?

CLEO

Ja.

Interviewer

Allee, als je nu niet meer het gevoel hebt dat je gepest wordt, dan is dat wel ook... Allee, ben je ook wel gegroeid, denk ik.

CLEO

Nee nee (over het gepest worden).

Interviewer

Lag het dan vooral aan uw school ofzo? Of aan mensen op uw lagere school, of?

CLEO

Dat was eigenlijk omdat... Ik had zo één beste vriendin, waar dat ik echt al vanaf de eerste kleuterklas keigoed mee overeenkwam en met dat de klas groeide, want we begonnen maar met drie leerlingen eigenlijk, met dat de klas groeide, was er een meisje en zij wou ook beste vriendinnen zijn met mijn vriendin, maar dan was ze eigenlijk super jaloers op mij en wou ze, zeg maar, mijn plaats innemen, en dan probeerde ze mij wel echt weg te pesten en...

Interviewer

Hm, dus het was eigenlijk vooral door één iemand eigenlijk gewoon?

CLEO

Ja.

Interviewer

Ah amai oké. En nu heb je daar geen contact meer mee, waarschijnlijk?

CLEO

Nee.

Interviewer

Ahja, oké. Oké, als 0 een gewoontedier is en 10 iemand is die altijd nieuwe dingen uitprobeert. Waar zou je jezelf dan op deze schaal plaatsen en waarom?

CLEO

Uhm, dat hangt er een beetje af van wat, want ik, ik probeer graag nieuw eten en ik praat soms wel graag met nieuwe mensen, maar dan eerder vertrouwde mensen eigenlijk. Het hangt er echt een beetje van af, dus ik denk zo 5, want als er zo dingen veranderen rondom mij, dan heb ik dat echt niet graag. Ik zou ook gelijk niet willen verhuizen of zo. Dat was zelfs zo een merk dat wij vaak gebruikten en dat was zo de lay-out van dat merk was zo een beetje veranderd. Ik vond dat niet tof, maar zo ja.

Interviewer

Waar was dat, dat merk?

CLEO

Ik denk dat dat van zo... Alpro melk, zo Alpro Soja was was of zo.

Interviewer

Ah, oké van bij u thuis?

CLEO

Ja.

Interviewer

Ahja oké. Ja ja ja oké. Dus je hebt wel graag dat de dingen... Allee, de vertrouwde dingen, dat die blijven.

CLEO

Ja.

Interviewer

Ja, oké. Euhm, wat zijn dan dingen dat je wel denkt... Ahja, nieuw eten proberen, en nieuwe mensen ontmoeten, maar je zegt eerder degene... De vertrouwde mensen.

CLEO

Ik ben niet zo... Een flapuit ofzo, dus ik ga niet zo makkelijk nieuwe mensen leren kennen, maar als dat wel klikt en als die andere persoon wel zo... Meer zo ja... Meer flapuit is dan ga ik dat wel tof vinden. En ook zo... De wereld zo een beetje ontdekken, zo nieuwe landen, op reis gaan en zo, nieuwe sporten leren. Ja, dat zijn wel dingen die ik tof vind.

Interviewer

Dus zo hobby's en sporten, dat zijn wel dingen dat je wilt exploreren?

CLEO

Ja.

Interviewer

Ahja, oké oké. Je wilt nieuwe landen leren kennen, maar je zou wel nooit verhuizen?

CLEO

Ik zou misschien wel verhuizen, maar nooit echt zo super ver. Ik denk dat ik wel in Europa wil blijven wonen, maar zo een wereldreis maken of zo dat is echt wel iets dat ik super graag wil doen.

Interviewer

Hm oké oké. Ja, dan weet ik niet of dat ik jezelf een 5 zou geven. Allee, het is inderdaad moeilijk, misschien als je het... Oké, hoe vaak in de week ga je om met anderen?

CLEO

Ik denk dat ik sowieso... Op school... Dus vijf van de zeven dagen in de week dat ik wel met andere mensen praat. En ook sowieso thuis. Mijn vriend, mijn zus. Zij nodigt vaak haar vrienden uit. Ik ga meestal naar mijn vrienden, dus die komen niet vaak bij mij thuis. Ook op mijn hobby en zo dus denk wel dat dat elke dag van de week is.

Interviewer

Oké oké. En op school is dat dan klasgenoten of vriendinnen?

CLEO

Allebei.

Interviewer

Ahja oké. Zijn dat veel vrienden in uw klas, of?

CLEO

Twee van mijn vriendengroep zitten ook in mijn klas en dan heb ik ook iemand nieuw leren kennen dit schooljaar en zij is ook wel een goede vriendin geworden, maar zij zit niet in dezelfde vriendengroep als mij, dus zij is echt wel zo een vriendin uit de klas.

Interviewer

Ahja Oké oké oké. En dan jullie vriendengroep, hoe vaak spreken jullie dan af in de week?

CLEO

In de week spreken wij niet echt af omdat... Ik mag ook niet echt afsp... Allee, vroeger mocht ik dat vooral niet. Ik denk nu dat dat al soepeler is geworden ook. Euhm, maar zo in het weekend en zo verlengde weekends. En zo ja, in de vakanties enzo dan spreken wij wel vaker af.

Interviewer

Hm, oké. En dan heb je ook nog een hobby waarbij je dat mensen ziet, is dat ook van een zelfde vriendengroep of van een andere?

CLEO

Nee, dat zijn dan mensen die ik ken via schaatsen en... Zij zitten allemaal op een andere school en zo dus hen zou ik niet kennen als ik niet zou schaatsen.

Interviewer

Ahja oké oké. Wacht het was schaatsen en dan had je eerder ook nog iets gezegd van... Lopen en zo.

CLEO

Ja.

Interviewer

En wanneer was wat?

CLEO

Schaatsen is in het schaatsseizoen, in de winter vooral.

Interviewer

Ahja oké.

CLEO

En soms ook stages, allee, er is altijd wel een stage in de zomervakantie ook, kampjes enzo. Maar en dan lopen is eigenlijk een beetje om mij in conditie te houden zo buiten het seizoen, zo lente, zomer.

Interviewer

Ah oké oké oké. Oké, en dan heb je nog nog uw mensen thuis, allee, dus uw zus vooral. Kom je overeen met die vriendinnen van uw zus?

CLEO

Ja, dat is wel... Dat is wel tof, want zo tijdens corona zijn ik en mijn zus echt zo super goed bevriend geraakt. Echt zo gelijk elkaars beste vriendin. Want ja, we konden niet echt andere mensen zien. We hebben ook maar twee jaar verschil van leeftijd, dus dat is ook wel...

Interviewer

Is zij ouder of jonger?

CLEO

Twee jaar ouder.

Interviewer

Ahja oké.

CLEO

En dan haar vrienden, want ze heeft nu ook zo nieuwe vriendjes omdat ze zo kampen geeft en zo monitrice is geworden. Dan heeft ze ook allemaal nieuwe vrienden leren kennen. En die zijn dan ook vaak bij ons thuis en daar kom ik ook wel echt goed mee overeen.

Interviewer

Hm, oké oké. Ja, dan denk ik inderdaad wel dat je veel mensen rond je heen hebt. Voel je u dan eenzaam soms en waaraan zou je dat kunnen merken?

CLEO

Ik denk niet dat ik mij eenzaam voel, omdat... Als ik niet op school ben, dan ben ik thuis en thuis is er bijna altijd wel iemand anders. En als ik dan een keer alleen ben, dan is dat ook meer dat dat deugd doet om niet constant met mensen rondom mij te zijn.

Interviewer

Nee, awel, ja, het gevoel van eenzaamheid is eigenlijk... Want mensen die veel andere mensen ook zien, die kunnen zich ook eenzaam voelen, omdat ze eigenlijk gewoon er niet echt supergoed mee overeenkomen.

CLEO

Ja.

Interviewer

En andere mensen kunnen heel veel tijd alleen doorbrengen, maar die voelen zich niet per se eenzaam. Die kunnen eigenlijk gewoon ervoor kiezen om alleen te zijn omdat ze dat leuk vinden. Maar dus het was gewoon... Heb je dat gevoel vaak?

CLEO

Nee.

Interviewer

Dan ja... Dus de momenten dat je alleen bent wil je eigenlijk wel alleen zijn en dan vind je het wel tof.

CLEO

Ja, dan vind ik dat eigenlijk niet zo erg. Ik vind dat wel... Rustgevend soms.

Interviewer

Ja, dan kan je een beetje... Nadenken over... Over het leven of zo.

CLEO

Uhu.

Interviewer

Uhm, hoe belangrijk vind je het om tijd met anderen te spenderen en waarom?

CLEO

Uhm, ik vind dat wel belangrijk dat je dat sowieso wel wekelijks doet, omdat... Ik denk... Vanaf dat je zo... Het hangt er ook een beetje van af als je meer extravert bent of introvert. Ik denk, introverte mensen dat die daar minder nood aan hebben.

Interviewer

Ja.

CLEO

En dat die dat wel tof vinden om alleen te zijn vaker, dan samen met anderen. Maar als je zo meer extravert bent... Ik ben eerder zo een beetje tussenin en ik ga veel liever mij omringen met mensen die extravert zijn omdat... Introverte mensen vind ik moeilijker om zo conversaties mee te starten en zo omdat ik... Dan wordt het zo vaak een beetje 'awkward silence' of zo, dan weet ik niet goed wat ik moet zeggen, maar als de andere persoon daar wel goed in is, dan is dat tof. Dus ja, dat hangt er een beetje van af, van persoon tot persoon.

Interviewer

Ja. Maar voor jou is dat wel belangrijk?

CLEO

Ja.

Interviewer

Ahja, oké. Euhm, wat is jouw doel in het leven als je er één hebt?

CLEO

Euhm, ik wil sowieso blijven schaatsen en daar veel tijd aan spenderen, omdat... Ik vind dat echt supertof en de mensen die ik daar heb leren kennen en zo. Dat is wel een belangrijk deel in mijn leven.

Interviewer

Uhu.

CLEO

En dan later wil ik graag... Ja, mijn doel is eigenlijk gewoon om niet arm te worden en, ja, niet op straat te belanden of zo *lacht*, maar wel ja, een goede job te hebben, en goede vrienden, en ja, een partner. En ja, gewoon gelukkig zijn.

Interviewer

Hm ja oké oké. Uhm, in welke mate denk je dat je op het juiste pad zit om dat doel te bereiken? Dus ja, dat zijn eigenlijk twee verschillende dingen misschien. Allee, dat schaatsen enerzijds...

CLEO

Ja. Ik denk dat ik wel goed op pad ben omdat... Ik ben redelijk, allee, redelijk goed in mijn hobby en ik... Ik doe dat wel echt graag en vaak. En mensen rondom mij zeggen mij ook dat ik daar goed in ben. En dus ik denk echt wel dat dat goed zit op vlak van mijn hobby. En dan met mijn job later denk ik ook wel dat ik goed op pad ben. Dus ja, ik denk dat allebei wel goed zit.

Interviewer

Uhu, ja inderdaad, inderdaad. Dat denk ik ook wel. En ja, geluk bestaat uit veel factoren. Maar inderdaad, als je niet op straat wil belanden, dan denk ik dat je inderdaad, alleeja, wel op een goed pad zit om dan later door te studeren enzo en...

CLEO

Ja.

Interviewer

Oké, euhm, hoe vaak ben je bezig met de toekomst en welke weg je uit wilt gaan?

CLEO

Euhm, ik praat daar wel vaak over met mijn papa. Mijn papa heeft zo vroeger in het leger gezeten en die wil ook graag dat ik dat ga doen later. En ik heb daar ook al veel over nagedacht, en zo welke richtingen je daar kan doen en zo. En dat lijkt mij ook wel echt iets tof, omdat ik ben graag actief bezig en met sporten enzo. En ja, in het leger leer je dan ook zo fysieke proeven en zo. En ja, dat lijkt mij echt wel een goede job voor mij later om iets te doen in het leger.

Interviewer

Amai, oké. Dus ja, dan zit je al meer dan op een pad van 'niet op straat te belanden'. Eigenlijk weet je al een beetje welke richting dat je uit wilt.

CLEO

Uhu.

Interviewer

En, ja, denk je daar dan veel over, of? Allee, ga je ook gewoon met het leven door gelijk dat het nu bezig is, of? Allee, hoe vaak zou je zo dan nadenken zo over de toekomst?

CLEO

Meestal ga ik daar niet zoveel aan denken, ik heb ook wel veel andere dingen waar ik aan moet denken en zo. Maar ik praat... Als ik zo met mijn papa daarover bezig ben is dat meestal zo in de ochtend of in de avond. Dat is zo één keer...

Interviewer

Dagelijks?

CLEO

Eén keer per week of zo.

Interviewer

Ah, toch één keer per week wel?

CLEO

Ja.

Interviewer

Ah wow oké ja. Maar vooral over dan zijn avonturen in het leger of zo?

CLEO

Uhu, ja.

Interviewer

Ahja oké. Oké, hoe voel jij je ten opzichte van jezelf als persoon?

CLEO

Euhm... Hoe bedoel je?

Interviewer

Dus Als je kijkt naar jezelf... Ben je daar tevreden mee? Met welke aspecten ben je tevreden? Maar welke ben je minder tevreden?

CLEO

Ik ben wel tevreden met mezelf en ik denk wel dat ik een goed persoon ben, maar soms kan ik wel een beetje zo... Koppig zijn *lacht*. Of ga ik niet snel toegeven dat ik fout zat of zo. Zo, sorry zeggen na een ruzie, kan ik ook niet zo goed. Dus dat zijn misschien wel mijn minpuntjes. Maar voor de rest denk ik dat ik wel... Een redelijk goed persoon ben.

Interviewer

Oké oké. Euh... Ja. Heb je, ja, heb je bepaalde zaken waarvan dat je denkt "hier ben ik echt heel goed in"?

CLEO

Euhm... Ik denk dat ik wel goed kan luisteren naar mensen, en zo... Als mensen iets te vertellen hebben dat ik daar zo daar een beetje in mee kan oppikken en zo, ja, conversaties enzo. En ja, ik denk dat ik wel goed ben in zo vriendelijk zijn tegen de mensen en er zijn voor elkaar. En ja, gewoon goed in vriendschap enzo.

Interviewer

Een goede vriend zijn, ja?

CLEO

Ja.

Interviewer

Ja oké, ja. Nog dingen?

CLEO

Euh ja, Ik ben ook wel... Sportief. En ja... Sociaal. En ik ga ook niet snel opgeven. Dus als het niet lukt van de eerste keer dan ga ik gewoon blijven proberen.

Interviewer

Hmm, Oké oké. Dat is wel een goede eigenschap voor in het leger, denk ik ook. Euh, en andere dingen dat je mindere kanten van jezelf vindt?

CLEO

Hmm... Soms ben ik wel... Ja, dat ik zo... Moeilijk vind om zo... Mijn ongelijk toe te geven of zo. Of ja, Gewoon dat ik niet zo goed sorry kan zeggen na een ruzie ofzo...

Interviewer

Hm, ja, dat is koppig zijn, inderdaad. Dat snap ik. Ehm, denk je vaak na over hoe dat je eruit ziet? Ben je daar tevreden mee? Ben je daar niet mee bezig?

CLEO

Maar ik denk sowieso als meisje dat je dat wel een beetje aangeleerd krijgt zelf, dat je daarmee moet bezig zijn, maar ik ben daar wel tevreden mee. Ik probeer om daar ook niet zoveel belang aan te hechten, omdat... dat is ook maar zo klein stukje van uw leven. En ja. 'The real beauty is inside'. *lacht*

Interviewer

lacht Ja, het is wel waar. Het zit vanbinnen. Clouseau, ken je dat liedje?

CLEO

Nee.

Interviewer

Nee? Vanbinnen van Clouseau. Euhm, dus je bent daar over het algemeen niet echt mee bezig? Of je wilt daar niet mee bezig zijn?

CLEO

Ik probeer dat wel, maar ik denk dat ik daar sowieso wel mee bezig ben.

Interviewer

Hmm, hmm. Door wat komt dat, denk je?

CLEO

Gewoon dat je... Als je zo opgroeit in zo deze wereld, denk ik dat dat wel... Redelijk vanzelfsprekend is. Ik denk dat dat ook zo een beetje aangeleerd is.

Interviewer

Ja, kan je benoemen wat precies? Ik denk dat ik wel weet wat je bedoelt, maar...

CLEO

Ja zo... Als klein kindje dat je constant zo 'mooi' wordt genoemd, of 'schattig', of zo 'grote blauwe ogen', of zo 'natuurlijk rode lippen'. Mensen hebben zo onmiddellijk zo commentaar, en dat is allemaal goed bedoeld, maar dat is allemaal onmiddellijk zo commentaar op hoe dat je eruit ziet. Als meisje is dat vaak zo en dan bij de jongens gaan ze meestal zeggen 'stoere jongen' en zo meer... Ja, stoer en... 'karakter' en 'sportief' en zo.

Interviewer

Hm, hmm. Bij meisjes wordt het snel gewoon naar het uiterlijk...

CLEO

Uhu.

Interviewer

Ja oké. Sociale media en zo? Allee, daar moest ik direct aan denken. Is dat iets waardoor je makkelijk door beïnvloed wordt?

CLEO

Euhm... Ik denk zo op sociale media wordt dat echt zo superhard... Zo getoond van zo de schoonheidsidealen en zo al die modellen en... Maar dat is ook zo vaak opgespoten, zo dikke lippen, en ja, zo rondingen... Denk niet dat ik daar echt naar streef, allee, ik denk niet dat ik dat echt wil voor mezelf. Maar ik kan daarnaar kijken en denken, ja, dat is wat dat zij willen, maar dat is niet per se wat ik wil. Ik kan daar gewoon naar kijken en denken "ja, dat is tof voor hen dat zij dat hebben, maar ik hoef dat niet."

Interviewer

Ahja oké, dus je trekt u daar eigenlijk niet zoveel van aan?

CLEO

Nee.

Interviewer 39 03

Oké. Euh, hoe vergelijk je jezelf ten opzichte van je leeftijdsgenoten?

CLEO

Ik denk dat ik wel... Redelijk normaal ben voor een vijftienjarige... Ik denk dat... Ik denk dat ik wel gemiddeld ben. Ik denk niet dat ik er echt zo bovenuit spring of zo.

Interviewer

Of onderuit?

CLEO

Ja nee dat ook niet.

Interviewer

Ja. Wel, hoe zeg je dat? Allee, op basis van wat vergelijk je dat dan vaak?

CLEO

Ja zo... Karakter en zo interesses. En ja. Ik heb dat wel.

Interviewer

Kan je meer uitleg geven?

CLEO

Zo ja, of dat je dezelfde dingen tof vindt, zo graag sociaal zijn of juist niet, of zo de kledingstijl. Ik denk dat iedereen zo ongeveer daar wel... Hetzelfde in is. Ook zo ja, gewoon dat je bezig bent in het leven, de dingen wat je doet en zo.

Interviewer

Hmm. En dan zie jij jezelf als gemiddeld?

CLEO

Ja.

Interviewer

Oké oké. Euhm, heb je mensen waarvan je denkt van "wow, die is echt veel beter bezig dan mij"?

CLEO

Hmm... Nee, ik denk, allee, iedereen heeft wel zijn betere en zijn slechtere kanten op alles.

Interviewer

Uhu.

CLEO

Soms ga je dat wel hebben dat je denkt van "wauw, zij heeft wel echt goede punten en ze moet er niet veel voor doen". Soms word ik daar wel jaloers van. Dan denk ik "goh, ik wil dat ook wel hebben", maar aan de andere kant, dan denk ik van "ja, als je al heel jouw leven moet werken voor wat dat je krijgt", dat dat ook zo een beetje een goed gevoel geeft van "ik heb daarvoor gewerkt en ik heb dat gedaan" en dat je dat niet gewoon zo, zeg maar, meekrijgt van "ja, oh, ik heb eigenlijk maar één keer iets gelezen en dan kan ik het al".

Interviewer

Hmm.

CLEO

Ja.

Interviewer

Ja oké. Dus je kijkt naar punten, allee, als je u vergelijkt, dan zou dat iets zijn waarmee dat je... Snel naar kijkt?

CLEO

Ja.

Interviewer

Ja. Nog andere vlakken waarop dat je jezelf vergelijkt?

CLEO

Ja, zo de kledingstijlen zo... Dan, allee, de meeste meisjes in mijn klas hebben wel dezelfde kledingstijl, maar er is ook één meisje in de middenschool en zij valt wel op met haar kledingstijl. Zij heeft zo echt wel, zo ja, 'aparte' kleren vaak aan. Ze wordt daar ook vaak mee uitgelachen door zo... Zo vanmorgen liep ze zo door de kluisjes van het atheneum en dan waren er zo jongens van zo vijfde, zesde jaar in de hoek zo aan het lachen met haar. Maar dat is zoiets... Ik vind dat wel erg omdat ze kan zichzelf niet zijn zonder dat ze zoveel aandacht trekt en zo. Maar ik zou dat nooit doen. Ik zou nooit daarmee lachen of zo, maar ik zou ook mij nooit zo kleden, denk ik dan ook.

Interviewer

Hmm, oké ja ja ja. Euh, vergelijk je, ja, uzelf uiterlijk vaak met anderen?

CLEO

Euhm... Ik denk... Vooral de kleren, maar niet echt... Uw uiterlijk, van... De rest denk ik niet echt, nee.

Interviewer

Oké oké. Sociale media ook niet, of zo?

CLEO

Nee. Maar ik probeer daar ook mee te verminderen, omdat... Ik merk ook echt dat dat verslavend is en dat je u minder goed kan concentreren. En als je dat zo doet vlak voor het slapen dat je dan ook minder snel in slaap valt en zo. En mijn mama stuurt ook vaak zo artikels door van dat dat niet goed is enzo. Mijn ouders proberen dat ook zo te beperken, voor henzelf en ook voor mij en mijn zus. En ja, ik denk dat dat wel goed is dat ze dat doen.

Interviewer

Hmm, uhu, oké. Oké euhm, dit is het laatste blok. Dat gaat dus nu over het verband tussen de dramalessen en uw welbevinden.

CLEO

Ja.

Interviewer

Wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en uw welbevinden?

CLEO

Euhm, ik denk dat voor sommige mensen dat dat wel deugd kan doen. Als je bijvoorbeeld niet graag in uw klas zit of in uw richting dat je dan zo een soort van... Ja, een uitweg hebt om dan een uurtje een beetje weg te zijn daarvan en dat je u daar misschien dan wel beter voelt. Maar voor mezelf denk ik dat dat gewoon een toffe extra is, maar dat is niet per se een uitweg of zo voor iets.

Interviewer

Hmm. En, is dat dan... Allee, een uitweg, omdat het juist met mensen is die normaal niet in uw klas zitten of zo, of?

CLEO

Ja, omdat dat dan een gemixte groep is.

Interviewer

Ja. Maar zou je dan ook die uitweg kunnen vinden als je bijvoorbeeld Spaans volgt?

CLEO

Ja, ik denk het wel. Dat hangt een beetje af van wat dat je graag doet.

Interviewer

Ja, het is dus niet per se omdat het drama is dat het een uitweg is.

CLEO

Nee, dat kan ook gewoon...

Interviewer

Het is... Het is vooral omdat je uit uw klas dan gaat?

CLEO

Ja.

Interviewer

Ja. En dus specifiek met uw welbevinden, euhm... Ja, heb jij een verschil gemerkt in uw gemoedstoestand doorheen de lessen?

CLEO

Nee, dat denk ik niet. Ik denk dat ik... Dat beïnvloedt niet echt mijn humeur.

Interviewer

Ja, oké, oké. Euh... Wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en de invloed van anderen op jou?

CLEO

Ik denk dat je daar wel nieuwe mensen kan leren kennen en... Als je daar dan mee begint te praten dat ze dan wel een invloed kunnen hebben op jou. Maar ik ben dan meer met mijn vrienden uit de andere klassen enzo. Ik heb niet echt nieuwe mensen leren kennen, dus ik heb ook niet echt zo nieuwe meningen ofzo ontvangen.

Interviewer

Hmm. En, bijvoorbeeld, jij zegt dat je een beïnvloedbaar persoon bent, allee, dat je wel makkelijk... Euh... Allee, door andere meningen uw eigen meningen kan bijstellen.

CLEO

Uhu.

Interviewer

Denk je dat er verband is tussen drama en dat? Aan u laten beïnvloeden, of?

CLEO

Hmm... Nee, ik denk, allee, ik liet mij daarvoor al beïnvloeden en ik zal mij daarna ook laten beïnvloeden, dus...

Interviewer

Uhu. En heb je het gevoel dat je uw eigen mening... Dat die sterker is geworden sinds drama, of niet?

CLEO

Uhm... Ik denk dat ik wel, ja, een betere mening heb over drama dan, en dat ik dan... Beter kan begrijpen wat dat juist inhoudt en zo. Dus ja dat wel.

Interviewer

Uhu. Maar niet op andere vlakken? Bijvoorbeeld in de les zedenleer, dat je nu meer overtuigd bent van uw eigen mening of zo, of?

CLEO

Nee, dat denk ik niet.

Interviewer

Oké. Euh... Ja, die beïnvloedbaarheid... Ahja, je zei dat je nu ook met ouders vaak dingen samen bespreekt.

CLEO

Uhu.

Interviewer

Denk je dat er daar een verschil in is veranderd sinds drama?

CLEO

Nee... Dat denk ik niet. Dat is hetzelfde gebleven.

Interviewer

Oké. Euhm, wat is volgens jou het verband tussen dramalessen en het, ja, het zorgen maken over wat anderen over u denken?

CLEO

Ik denk in drama dat je sowieso niet te veel mag denken "wat gaan anderen denken als ik dat doe of zeg"

Interviewer

Ja.

CLEO

Omdat je dan een beetje moet kunnen inbeelden in de rol dat je dan speelt en dat je dan niet te veel mag denken aan anderen. Ik denk dat je dat sowieso zo weinig mogelijk moet doen, omdat je je dan... Alleen maar slechter kan voelen, denk ik dan. Want mensen hebben vaak een uitgesproken mening en soms moet je dat gewoon een beetje... Apart laten en niet tot u laten komen.

Interviewer

Uhu. En denk je dat drama dan kan bijdragen ook tot... Allee, buiten de dramalessen, om u daar minder van aan te trekken?

CLEO

Ja, misschien dat je daar zo meer zelfvertrouwen door hebt ofzo.

Interviewer

Heb je dat zelf gemerkt?

CLEO

Uh, nee, maar ik heb daar niet echt last van.

Interviewer

Ja oké. Je maakt je sowieso niet zoveel zorgen over wat anderen over u denken?

CLEO

Nee.

Interviewer

Ja oké. Wat is volgens u het verband tussen de dramalessen en het gevoel dat je de leiding hebt over je eigen leven?

CLEO

Euhm... Ik denk dat ik sowieso wel redelijk veel de leiding heb over mijn eigen leven. En ja, ik denk niet dat drama daar echt een invloed op heeft.

Interviewer

Uhu. Euhm, dus ja inderdaad, je had gezegd dat je... Als je met vrienden afspreekt, dan ga je vaker u laten leiden.

CLEO

Uhu.

Interviewer

Allee, dan ben je meer een volger enzo. Euhm ja, heeft drama daar invloed op gehad? Is dat nu... Heb je daar een andere kijk op, of?

CLEO

Ik denk dat ik wel beter andere mensen kan begrijpen die zo meer een leidende rol hebben. Omdat mijn vrienden hebben dan meer een leidende rol, en als ik hen zo zie acteren, dan denk ik ook van "ja". Als ze zich dan moeten... Bijvoorbeeld, X1 (een medeleerling uit de dramalessen) moest dan zo iemand gepest spelen, dan... Zij kon dat ook wel goed. Dan denk ik dat... Als je je zo kan inleven in iemand anders, dat dat dan ook wel... Goed leert hoe dat anderen rondom u het leven ervaren.

Interviewer

Oké ja, ja, ja. Maar dus iemand die goed acteert, allee, ja of daar snel mee weg is, die is meer een leidinggevende, denk je? Allee, die gaan sneller de leiding nemen?

CLEO

Ja, denk het wel.

Interviewer

Ahja. Omdat ze hen beter kunnen plaatsen in andermans schoenen?

CLEO

Ja, omdat ze dan... Ja, ik weet niet, ik denk dat gewoon.

Interviewer

Ja.

CLEO

Ja.

Interviewer

Ja, je zou ook kunnen zeggen: iemand die de leiding neemt en gewoon enkel wil doen wat hij wil, dat die eigenlijk juist niet rekening houdt met anderen, of?

CLEO

Maar bij ons in de groep is dat wel meestal... Als je dan de leiding neemt, dat je dan dingen voorstelt die voor iedereen goed zijn.

Interviewer

Ahzo, zo. Ja oké, dus ze komen eigenlijk met het compromis, iets waar iedereen zich in kan vinden, zo.

CLEO

Uhu.

Interviewer

Ja oké. Dus dan is er... misschien wel een verband met het inlevingsvermogen?

CLEO

Ja, denk dat wel.

Interviewer

Ja, ja, oké. Euhm, wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en de motivatie om jezelf te verbeteren als persoon?

CLEO

Euhm... Ik denk dat je sowieso moet proberen voor jezelf altijd een beetje... Een betere versie te zijn van jezelf. En ja, ik denk dat dat sowieso wel een goede eigenschap is als je dat probeert te doen. En ja, misschien dat woordkunst-drama dan daarbij helpt of zo.

Interviewer

lacht Dat klonk niet echt zeker. Waarom denk je van wel of waarom denk je van niet?

CLEO

Ik weet dat niet zeker, maar dat kan misschien sommige mensen helpen, om dan ook zich te vergelijken met anderen of een personage of zo dat ze moeten spelen.

Interviewer

Kan je wat meer uitleggen wat je bedoelt?

CLEO

Als je bijvoorbeeld iemand super zelfzeker moet spelen en je bent zelf eigenlijk niet zo zelfzeker, dat je misschien jezelf daar kan zo aan... Reflecteren en denken van "misschien zou het toch wel beter en gemakkelijker zijn voor mij als ik wat werk aan mijn zelfvertrouwen".

Interviewer

Hm, ahja oké oké oké. Dus door in andermans schoenen een keer te staan, allee, door in een personage zijn schoenen te staan, kan je dan de positieve dingen daar eigenlijk uithalen voor jezelf?

CLEO

Ja.

Interviewer

Ja. Ja, inderdaad oké. Euhm, Denk je dat je makkelijk nieuwe dingen zou proberen door drama? Of heeft dat daar niet echt iets mee te maken?

CLEO

Ik denk dat als je zo... Veel ervaring opdoet en dat je dan nieuwe dingen leert en zo door drama, dat je daar dan wel ook uit kan leren voor jezelf als persoon in het echte leven dan.

Interviewer

Ik heb het niet helemaal verstaan. Waar bedoel je nieuwe dingen leren?

CLEO

Ja, ik weet niet, zo... Als je u zo moet inleven in een ander personage denk ik dat je een beetje een nieuwe wereld ontdekt. En dan, zo kan je nieuwe dingen leren.

Interviewer

Ah, oké. Dus door in de verhalen dat je duikt, daar kun je eigenlijk nieuwe, ja, vaardigheden of zo eigenlijk uit oppikken.

CLEO

Ja.

Interviewer

Ja, oké, oké. Je hebt ook gezegd dat je een bredere kijk hebt gekregen, allee dat dat hetgeen is waarin dat je bent gegroeid de voorbije jaren?

CLEO

Uhu.

Interviewer

Kan drama daartoe bijdragen?

CLEO

Ja, ik denk het wel, want... Opnieuw als je zo een rol speelt, dan kan je daar altijd dingen uit leren en ook een bredere kijk door krijgen doordat je... Ja, gewoon een beetje in een andere wereld zit eigenlijk dan.

Interviewer

Ja, het verbreedt eigenlijk uw beeld en dan... Ja oké, snap ik wel. Euh, je had ook gezegd dat je was verbeterd... Dus vooral je bredere kijk... Het was nog iets...

CLEO

Sociaal.

Interviewer

Socialer geworden, ja, denk je dat drama daarin kan helpen?

CLEO

Ja, want... Allee, ook als je zo gaat acteren of zo of toneelspelen, dan leer je daar ook nieuwe mensen kennen. Als je dat bijvoorbeeld als hobby doet of zo, dat je daar dan sociaal... Nieuwe mensen kan leren kennen en gewoon socialer kan zijn.

Interviewer

Hmm. Ja. Euh, dus dat is, ja eigenlijk, maar dat is een beetje, denk ik, met elke hobby dat je doet. Daar kan je altijd nieuwe mensen leren kennen.

CLEO

Ja.

Interviewer

Maar zou het u ook kunnen helpen om... Uw bestaande relaties, allee... Zou dat daartoe bijdragen, de manier hoe dat je omgaat met anderen?

CLEO

Ja, ik denk dat als je dan nieuwe mensen leert kennen of meer personages leert bestuderen en zo dat je dan beter begrijpt hoe dat je met mensen kan omgaan. En hoe dat mensen in elkaar zitten en zo.

Interviewer

Ja, dus je zou begrijpender worden, misschien, als persoon, empathischer?

CLEO

Ja.

Interviewer

Ja, oké. Euhm, wat dat je zei van... Ah nee, nee, dat was iets over... Ja nee, je had gezegd dat je vooral beter was geworden in dingen.

CLEO

Uhu.

Interviewer

Oké. Euhm... Ja, is er volgens u een verband met mensen te kunnen aanspreken, bijvoorbeeld onbekenden, en de dramalessen?

CLEO

Uhm, ik kon dat sowieso al redelijk goed van kinds af aan. Zo als we op restaurant zijn of zo, en... Het zout op tafel was op ofzo, dan zou ik dat eerder durven vragen dan mijn zus.

Interviewer

Ahja, oké.

CLEO

Maar ik denk... Ja, dat... Als je dan meer sociale skills zo ontwikkeld door met mensen veel te praten dat je dan ook makkelijker met mensen gaat praten die je niet kent.

Interviewer

Hmm. En, dat doe je veel in drama, of?

CLEO

Ja.

Interviewer

Ja oké ja. Wat is volgens u het verband tussen de dramalessen en de tevredenheid over jezelf?

CLEO

Ik denk dat ik sowieso al... Redelijk tevreden was over mezelf, en... Voor mij persoonlijk heeft drama dat niet echt beïnvloed.

Interviewer

Oké. Euhm, ja, jij zei vooral dat je wel blij was met... Euhm... Amai jong, mijn brein werkt echt niet goed vandaag.

CLEO

lacht

Interviewer

Ik weet wel nog wat dat je niet goed... Allee, wat dat je mindere kant was, was dat je koppig was.

CLEO

Ja.

Interviewer

En dat je niet snel uw ongelijk kan toegeven.

CLEO

knikt

Interviewer

Heeft drama daar iets mee te maken, denkt je? Dat je dat misschien beter kan nu, of niet?

CLEO

Uhm, ik denk niet echt, omdat... Ik denk dat ik daar niet echt door beïnvloed wordt op dat vlak.

Interviewer

Ja, oké. Euhm, en je had dan als positieve dingen gezegd: vooral sportief, euhm... Ahja, dat je een goede vriend bent.

CLEO

Uhu.

Interviewer

Heeft drama daar iets mee gedaan?

CLEO

Ik denk dat je sowieso in drama niet zo sportief moet zijn *lacht*, maar zo, ja, dat je nieuwe vrienden leert kennen enzo en dat je dan ook leert door andere personages misschien een goede vriend te zijn.

Interviewer

Hm, ja ja ja. En zo echt zo de manier waarop dat je naar jezelf kijkt, heeft dat... Zou drama daar een invloed op hebben gehad? Bijvoorbeeld hoe dat je kijkt naar uw uiterlijk, of?

CLEO

Ja, ik denk van wel.

Interviewer

Op welke manier dan?

CLEO

Omdat... Ook als je dan andere mensen leert kennen en als je dan... Ook weer door die personages, dan... Bijvoorbeeld als je iemand speelt die echt een goede kijk heeft op zichzelf en dan later iemand speelt die dan een minder goede kijk heeft op zichzelf, dat je dan zo'n beetje de twee werelden kan ervaren.

Interviewer

Ahja, oké. Ja, ja. En jij specifiek, allee, het is niet dat je nu tevredener bent over jezelf dan voor de dramalessen?

CLEO

Nee.

Interviewer

Oké. Oké, wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en het vergelijken van jezelf met leeftijdsgenoten?

CLEO

Ik denk dat je in drama jezelf goed kan vergelijken met anderen, omdat je dan ook meestal met leeftijdsgenoten bezig bent, en... Je kan je ook dan verplaatsen in personages die misschien leeftijdsgenoten zijn. En ja, zo kan je misschien jezelf daarmee vergelijken.

Interviewer

Ja, dus ja, het kan wel handig zijn om dat te doen, allee ja, het leent zich daartoe.

CLEO

Uhu.

Interviewer

Maar zou je het... Euh, meer... Allee, zou je het dan ook in het dagelijks leven meer doen of anders doen of minder doen?

CLEO

Hmm. Ik denk niet dat dat echt een invloed heeft op mij. Denk niet dat ik dat zou veranderen of zo.

Interviewer

Oké. Want je hebt dus ook gezegd van: als je u vergelijkt met iemand dan is het misschien op basis van punten.

CLEO

Ja.

Interviewer

Heeft drama iets veranderd met de manier waarop dat je daar nu naar kijkt, of?

CLEO

Nee.

Interviewer

Oké. Op vlak van uiterlijk of kledingstijl met iemand anders?

CLEO

Nee, dat eigenlijk ook niet.

Interviewer

Oké. Oké, en dan nog de laatste vraag. Euhm, dus dat was eigenlijk allemaal op de reeks dramalessen die we nu afgelopen jaar hebben gedaan. En dan op basis van één dramales, welke verschillen merkte je dan in je gemoedstoestand voor en na de dramalessen?

CLEO

Voor de dramalessen ben ik altijd... Dan kom ik ook uit fysica. Dat is ook zo een vak waar dat je wel goed moet opletten en zo... En veel moet bij nadenken en berekenen en zo. Dus dan ben ik eerder serieus. En na de dramalessen dan... Dan was het altijd wel leuk en dan ben je meer... Ontspanner en zo meer... Speels ook denk ik, omdat ik dan mijn vrienden heb gezien en zo.

Interviewer

Hmm. En welk gevoel geeft je dat?

CLEO

Ja goed, dan ben ik wel blij.

Interviewer

Ahja oké. Oké, dat was het. Dankjewel, CLEO.

6. Hester

Datum en tijdstip: 6 juni 2023, 15:20

Tijdsduur: 55 min. 17 sec.

Transcript

Interviewer

Oké, HESTER. Hoe zijn de dramalessen... Nee, wat hoopte je te verkrijgen door dramales op te nemen als keuzevak?

HESTER

Uhm, ik denk een beetje ervaring opdoen met zo acteren en zo en toneelspelen. En ja, zo'n dingen.

Interviewer

Oké. Uhm, ervaring opdoen, dus je wou vooral gewoon dingen doen... Had je bepaalde ideeën in je hoofd van "dit wil ik echt sowieso doen"? Was het meer film-acteren of was je eerder geïnteresseerd in toneel, of?

HESTER

Uhm, een beetje allebei, denk ik. Toneel en film. Dat leek mij allebei wel, allee, zeer tof, dus ja.

Interviewer

Oké. En welke op welke manier zijn aan die verwachtingen al dan niet voldaan?

HESTER

Euhm... Het film-acteren, ja, dat is zeer voldaan voor mij. Zeker die film was heel tof. Euhm... Het toneel... Maar rond toneel hebben we niet zoveel gedaan denk ik. Maar die monologen vond ik wel een beetje moeilijk. Maar was wel uitdagend en dat vind ik ook wel tof zoiets.

Interviewer

Oké. Dus toneel-acteren had eigenlijk iets meer mogen zijn dan, of?

HESTER

Uhm, ja, maar ik denk dat we dat ook gewoon hebben laten vallen met die film en zo, denk ik.

Interviewer

Ja inderdaad. Dat is ook de reden, inderdaad. We moesten eigenlijk een beetje kiezen, hè, wat dat we gingen doen. Euhm, zijn er dingen... Euhm, heb je effecten ervaren die je eigenlijk niet had verwacht van dramalessen?

HESTER

Euh, ik denk het niet.

Interviewer

Of hebben we dingen gedaan die je niet had verwacht?

HESTER

Ahja, gelijk die ademhalingsoefeningen, want ik wist niet dat dat zo wel kon helpen en zo. Ik had daar zo niet bij stil gestaan. En zo dat beweeg-theater was... Dat was tof, maar dat ik ook niet verwacht.

Interviewer

Hm, oké. Uhm, hoe is de manier waarop je in het leven staat veranderd sinds het krijgen van dramalessen?

HESTER

Uhm, ik denk niet echt veranderd, maar ik vond het zeker wel een leuke ervaring en leuke dingen om over te vertellen altijd.

Interviewer

Oké. Op geen enkele manier?

HESTER

Euh... *zucht* Goh, niet waar ik direct op kan komen. Ik denk wel dat ik zo... Het leuk zou vinden moest ik ook een actrice of zo zou worden omdat ik wel, ja, gewoon een leuke ervaring had bij de dramalessen.

Interviewer

Ah, dus, je hebt een toekomstbeeld eigenlijk misschien wel gecreëerd?

HESTER

Ja, misschien wel een beetje. Uhu.

Interviewer

Oké, oké. Euh, hoe is jouw welbevinden op dit moment?

HESTER

Euhm... Ja, ça va. Maar... gewoon neutraal. Want school is soms stresserend en zo. En thuis is het ook niet altijd goed, maar ja, ça va.

Interviewer

Oké. Euh ja, wil je daar meer over zeggen?

HESTER

lacht Niet echt, nee.

Interviewer

Stresserend voor die examens?

HESTER

Ja ook zeker. Zeker voor wiskunde, want ik ben niet zo goed in wiskunde.

Interviewer

Ah oké. En je zit in een wetenschappen-richting, dus dat is wel veel natuurlijk.

HESTER

Ja 's waar, maar ik doe ook gewoon niet zoveel voor school, omdat ik niet altijd zo gemotiveerd ben, zeg maar.

Interviewer

Hm, oké. Euh... Ligt dat dan aan... Aan wat er thuis gebeurt, of?

HESTER

Euh... Ja soms wel, maar ook gewoon... Volgend jaar ga ik, uhm, veranderen van school. Dus ook gewoon soms een beetje aan deze school ligt het ook wel, maar ja.

Interviewer

Naar welke school ga je gaan?

HESTER

Sint-Paulus.

Interviewer

Ahja, dat is ook aan het station.

HESTER

Ja.

Interviewer

Maar voor de rest weet ik daar niet veel van. Dragen ze een uniform?

HESTER

lacht Nee, nee, dat is...

Interviewer

Nee, dat is Sint-Pieters.

HESTER

Ja, je hebt 3 campussen nu.

Interviewer

Oké. Dus waar ligt het dan aan deze school?

HESTER

Euhm... Misschien, soms... De moeilijkheidsgraad, allee, ik weet niet of dat dat veel gaat verschillen als ik verander van school. Ook gewoon, het is hier zo altijd zo heel druk. Er zijn hier altijd heel veel mensen en dat is gewoon soms zo een beetje overweldigend, zeg maar.

Interviewer

Ja ja, oké, dat snap ik. *pauze* Oké, in welke mate ben jij beïnvloedbaar door anderen?

HESTER

Zeer. *lacht*

Interviewer

Ja?

HESTER

Ja, ik ben ook zeer euhm... Naïef. Als je mij iets wilt wijsmaken, dat gaat gemakkelijk. Ja, ook alles wat ik zie op TikTok of zo. Ik denk daar niet altijd twee keer over na. *lacht*

Interviewer

Ahja oké, oké. Dus ja, inderdaad, naïviteit is iets. Dat kan inderdaad euh... Snel dingen geloven en zo. Is het ook als je zelf iets gelooft en iemand anders zegt iets anders, kan je dan makkelijk beïnvloed worden daardoor? Ga je dan snel jouw eigen mening aanpassen?

HESTER 5 43

Euhm... Dat Hangt ervan af met wie, over wie ik het heb, allee... Met wie ik discussiëer... Want mijn moeder, zij is zo... Ja, door haar kan ik wel heel snel mijn gedacht veranderen, maar door mijn vrienden minder rap. Ja, het is gewoon mijn moeder.

Interviewer

Ja ja. Ja, dat is natuurlijk inderdaad een andere relatie. En waarom is dat, denk je, dat je... Dat je mama dan... ?

HESTER

Maar ook gewoon haar karakter. Als je niet kan bewijzen dat zij niet gelijk heeft, dan gaat zij 100% voor.

Interviewer

Ahja, oké oké.

HESTER

Maar dat is ook niet altijd slecht, hè. Want dan kan je goed discussiëren en dat is soms wel eens goed.

Interviewer

Ja.

HESTER

Ja, mijn broer heeft vaak discussies met mijn mama. 's Wel grappig.

Interviewer

Ahja, oké. Euhm... En bij uw vrienden dan? Allee, wordt je dan makkelijk euh... Van uw evenwicht gebracht of, allee, makkelijk uit uw stuk... Van uw stuk gebracht?

HESTER

Maar als ik zo echt in dingen, in dat geloof en echt zo 100% voor gaat dan niet. Maar als ik zo maar...

Interviewer

Wat is een voorbeeld van iets waar dat je zo bijvoorbeeld zou blijven bij vaststaan?

HESTER

Gelijk... Ik denk dat er ergens in euhm... dit universum en in de ruimte een planeet is waar ook leven is, want dat kan toch niet dat er zo gelijk... Zoveel planeten en geen andere is waar er geen leven op is. En dan ben ik... Daar sta ik zeer sterk voor, maar meestal mijn vrienden ook. Maar moest iemand zeggen tegen mij "dat kan niet", dan zou ik dan niet direct zo zijn van...

Interviewer

Ahja oké. En wat zijn andere dingen dat je dan wel u laat door beïnvloeden?

HESTER

Euh... Goh... *stilte* Maar bijvoorbeeld als ze iets kunnen bewijzen aan mij dat ik fout ben, dan sowieso. *stilte* Ik weet het niet.

Interviewer

Hmm, hm. Maar over het algemeen zeg je dus wel dat als mensen u dingen vertellen dan ga je er wel vaak in mee, omdat je... Het wel snel makkelijk gelooft, allee, dat je wel naïef bent.

HESTER

Ja, dat is waar. Als ik daar zelf nog geen mening over heb, dan wel.

Interviewer

Ahja, oké. Euh dus ja, wat zijn de oorzaken dat je dan al dan niet beïnvloedbaar bent, denk je?

HESTER

Euhm... Ik weet niet. De oorzaken van? Hoe bedoel je dat?

Interviewer

Ja, hoe komt het, denk je, dat je makkelijk andere mensen geloofd als zij iets zeggen?

HESTER

Ik weet dat niet. Omdat ik zo ben, omdat dat in mijn karakter of zo zit? *stilte* Ja, Ik weet het niet.

Interviewer

Oké. Ja nee. In welke mate heb je het gevoel de leiding te hebben over... Ja, de situatie waarin dat je leeft, over uw eigen leven.

HESTER

Euh, de leiding. Euhm...

Interviewer

Of controle.

HESTER

Ik denk wel over zo hobby's en zo, dat mag ik sowieso altijd kiezen. En... Ja, Ik heb wel zeer... Allee, mijn moeder is zeer vrij, zij laat mij veel dingen doen. Mijn vader minder. Maar mijn ouders zijn ook gescheiden. En, ik heb zo een jongere stiefzus, dus ik denk dat... Omdat ja, als ik dat dan mag doen, dan mag zij dat ook, maar dan is het zo een beetje moeilijk. Maar ja.

Interviewer

Wat bedoel je daarmee, met uw stiefzus?

HESTER

Euhm, wacht hoor. Zeer ingewikkeld eigenlijk... Maar mijn stiefzus is tien jaar. Dus ik ben vier, vijf jaar ouder dan haar en als ik zo...Gelijk, ik moet om kwart na negen naar bed, wat ik een beetje vroeg vind voor mijn leeftijd. Maar dat is omdat mijn stiefzus valt niet in slaap voordat ik ook ga slapen. Omdat we zo... Omdat je dat zo direct hoort als iemand binnenkomt en zo.

Interviewer

Ah, jullie slapen op dezelfde kamer?

HESTER

Niet helemaal. *lacht* De zolder, maar die is omgebouwd. Maar er zijn nog geen deuren en zo en de muren zijn niet zo goed geïsoleerd, dus... Je hoort wel gemakkelijk dingen.

Interviewer

Ahja oké oké. Dus uw hobby's kan je zelf kiezen. Die school, die nieuwe school, heb je dat nu ook zelf gekozen?

HESTER

Ja, ja ja ja.

Interviewer

Ahja oké.

HESTER

Ja, mijn ouders gingen daar ook wel in mee, want ja, ze snappen dat wel. Mijn moeder vond dat goed dat ik zo beslissingen kon maken.

Interviewer

Ja ja inderdaad, ja ja ja. Allee, niet veel mensen doen dat al op die leeftijd, denk ik. Euhm... Zijn er nog andere dingen dat je denkt van... Allee, dus wanneer dat je gaat slapen, dat is dan bijvoorbeeld niet iets dat je mag kiezen blijkbaar.

HESTER

Nee. Maar dat hangt er wel echt van af van bij wie ik ben. Want mijn ouders zijn twee verschillende personen, dus ja.

Interviewer

Ahja, van de ene mag het al meer dan de ander.

HESTER

Uhu. Maar ik heb ook twee oudere broers. Uhm, ja en als zij dat mogen, dan mag ik dat ook wel, want dat is zo... De oudste heeft het het moeilijkste, want die mag dan later pas dingen. En dan als je de jongste bent, dan kan je makkelijker zo dingen krijgen en zo.

Interviewer

Ja ja ja. Ja, dat is. Oké, ja, uw eigen vrienden kiezen en zo, dat zijn waarschijnlijk wel dingen die je zelf hebt kunnen doen?

HESTER

Ja sowieso.

Interviewer

Oké. Euh ja, welk gevoel geeft u dat?

HESTER

Uhm... Ja goed. Dat is leuk om zo vrij te zijn en te kiezen wat je doet.

Interviewer

Ja. Heb je het gevoel dat je dat meer wilt, of is het wel oké nu?

HESTER

Euhm... Maar hangt ook weer van af van wat. Maar ja, ik denk dat ik niet echt moet klagen daarover, want ik denk dat er veel mensen zijn die veel minder vrijheid en zo hebben, dus ja.

Interviewer

Hmm, ja. Oké. En dus ja, het feit dat je vroeger naar bed moet soms, dat zal u waarschijnlijk niet zo'n goed gevoel geven, of?

HESTER

Ja nee, dat is waar.

Interviewer

Dus hoe meer keuze dat je hebt, hoe liever wel? Allee hoe meer...

HESTER

Ja.

Interviewer

Ja, oké. Op welke manier ben je wel of niet gegroeid als persoon de voorbij jaren?

HESTER

Euhm... Maar gegroeid in zo sterker zijn?

Interviewer

Euh, kan op heel veel verschillende vlakken zijn, eigenlijk. Sociaal vlak... euhm... Op vlak van uiterlijk, op vlak van... Uw intelligentie, op vlak van... Ja, dingen waar je trots op bent, dingen die je hebt bereikt of zo.

HESTER

Ik ben wel altijd al een sociaal persoon geweest van kleins af aan, dus ik denk niet daarmee, misschien een beetje. Sowieso gegroeid van grote *lacht*, wat logisch is denk ik.

Interviewer

lacht Ja.

HESTER

Ik ben groter dan mijn mama *lacht*.

Interviewer

Amai! Oké.

HESTER

Ja. Euhm... Maar ik denk dat je als je naar school gaat, dat je over de jaren sowieso wel intelligenter wordt, dat dat toch wel de bedoeling is. Euhm... Maar ik denk dat ik ook wel gegroeid ben in dat ik meer durf mijn mening te zeggen, zo meer durf te uiten, en zo ja, te discussiëren.

Interviewer

Ahja oké. Meer opkomen voor wat je staat?

HESTER

Ja inderdaad.

Interviewer

Oké ja. Nog andere dingen dat je aan kan denken, of?

HESTER

Euhm... Ik weet niet, ik kan er niet direct op komen.

Interviewer

Oké. Dingen waarin dat je niet bent gegroeid? Waarin dat je slechter bent geworden bijvoorbeeld?

HESTER

Euhm... *stilte* Maar soms zou ik denken een beetje Nederlands, want euhm... Ik ben opgegroeid met Nederlands én Engels. En ook omdat ik dyslexie heb. Ik denk dat mijn dyslexie misschien aan het verergeren is, maar dat ben ik niet 100% zeker.

Interviewer

Ah?

HESTER

Ja.

Interviewer

En waaraan merk je dat dan, Nederlands? Uw punten of zo voor Nederlands?

HESTER

Maar niet per se, maar ook omdat ik... Ook soms echt zo domme fouten maak als ik aan het praten ben. En ook als ik lees heb ik soms gelijk meer moeite dan dat ik vroeger had.

Interviewer

Hmm. Maar dat kan ook wel zijn door de teksten die moeilijker worden.

HESTER

Dat kan ook. *lacht* Dat kan zeker. Ja. Maar of gelijk bij andere vakken of zo. Gewoon, ik denk dat lezen soms gewoon wel... Moeilijker wordt voor mij.

Interviewer

Hm, oké. Oké. Ehm... Als 0 een gewoontedier is, dus iemand die altijd hetzelfde wilt doen, en 10 iemand is die altijd nieuwe dingen wilt uitproberen. Waar zou je jezelf dan op deze schaal plaatsen en waarom?

HESTER

Euhm... Ik ben wel voor nieuwe dingen uit te proberen, maar niet al te vaak, dus ik weet niet, zo 6 of zo. Want ik ben graag iemand die dingen... Gelijk films opnieuw kijken, doe ik graag. Euhm. Of zo naar nieuwe landen gaan kan soms leuk zijn, maar ik ga ook gewoon graag terug naar Frankrijk of zo. Dus ik denk wel in 6.

Interviewer

Ja oké. En wat zijn nieuwe dingen dat je dan zoal graag uitprobeert? Zijn dat dan hobby's of zo, of?

HESTER

Ja. Nieuwe sporten. Dat is wel tof soms. Maar gelijk bij eten... Vind ik dat moeilijker om zo nieuw eten te proberen omdat... Ja, dan weet je niet of je dat lekker gaat vinden of zo, dus.

Interviewer

Oké. En zou je bijvoorbeeld graag nieuwe landen of zo ontdekken, of?

HESTER

Ja...

Interviewer

Eerder hier willen blijven, of?

HESTER

Ja nee, ik denk wel dat ik ga verhuizen later. Maar ik ga deze zomer naar Bali en ik ben daar nog nooit geweest, dus. Dat lijkt mij wel tof.

Interviewer

Ja oké. Oké. Dus vooral nieuwe sporten dat je dan probeert?

HESTER

Ja, want ik ben onlangs ook begonnen met een nieuwe variatie, een variant van rugby, want ik heb rugby gespeeld als ik een kind was. En nu speel ik 'touch-rugby', een andere soort versie daarvan. Dat is, ja, weer anders, dus weer iets nieuws, zeg maar.

Interviewer

Ja ja ja. Oké oké. En drama ook, of was dat nog niets nieuws?

HESTER

Ja nee, ik heb... Allee, dat leek mij wel echt tof, dus ik was blij toen ik jou zo zag staan, zo "oh ja, ik wil dat wel graag doen". *lacht*

Interviewer

Hm, oké. Euh, hoe vaak in de week ga je om met anderen?

HESTER

Euh, heel vaak. Gelijk... Maar anderen die ik niet ken of gewoon mensen?

Interviewer

Ja, dat kan echt iedereen zijn. Dus ja, hier op school ga je waarschijnlijk vaak om met uw klasgenoten?

HESTER

Uhu. En leerkrachten en mijn vrienden buiten mijn klas. Ja en thuis met mijn gezin. En ook mijn burens. Zie ik ook vaak, want het zijn mijn burens. *lacht*

Interviewer

Ja. Maar ja, dat is niet per se. Sommige mensen hebben ook burens, maar die... Allee.

HESTER

Ja, nee, Maar ik zie ze wel vaak.

Interviewer

Uhu.

HESTER

En ook mijn tante woont ook weer bij mij, dus haar zie ik ook vaak. Dus ja, ik zou wel zeggen 'vaak', denk ik.

Interviewer

Ja. *lacht* En buiten de school ook, spreek je dan vaak ook af met vrienden?

HESTER

Euhm, dat minder, want euhm... Ik weet niet, doe dat niet zo graag. Of ook niet te vaak. Want dan is dat zo... Ja, normaal. Dat is leuk als dat zoiets is dat je zo niet zo vaak doet, vind ik.

Interviewer

Ahja oké. Iets om naar uit te kijken?

HESTER

Ja.

Interviewer

Oké. Euh ja, voel je je eenzaam? En waaraan kan je dat merken?

HESTER

Euhm. Ik denk niet eenzaam. Want ja, ik heb gewoon veel mensen rond mij, zeg maar.

Interviewer

Uhu. Ja, dat is een verschil tussen eenzaamheid, want eenzaamheid is eigenlijk een gevoel.

HESTER

Ja, dat is waar. Dat snap ik.

Interviewer

En alleen zijn kan ook gewoon een keuze zijn, van "ik wil Alleen zijn, maar dat geeft mij niet per se een slecht gevoel". Maar mensen met veel mensen rond zich kunnen zich nog steeds ook eenzaam voelen.

HESTER

Ja, maar ik voel mij niet zo eenzaam.

Interviewer

Oké. Oké. Hoe belangrijk vind je het om tijd met anderen te spenderen en waarom?

HESTER

Euhm... Ik denk wel belangrijk, want... Je wil zo... Goede relaties hebben met mensen, dus... Je moet daar genoeg tijd mee spenderen zodat je je relatie kan opbouwen. Ja.

Interviewer

Dus je vindt het belangrijk om goede relaties met anderen te hebben.

HESTER

Ja, zeker. Zeker je familie.

Interviewer

Waarom?

HESTER

Euh... ja... Omdat dat mensen zijn die in jouw leven zijn en... Ja, als je een goede relatie hebt met iemand, dan is dat wel tof en dan kan je ook zo... Met die mensen praten als je zo problemen hebt ofzo, en dan zit je daar niet alleen mee.

Interviewer

Ja.

HESTER

Ja. *lacht*

Interviewer

En vind je het ook belangrijk om alleen te zijn, of niet?

HESTER

Hmm, ik denk dat dat soms wel eens deugd kan doen, maar ik denk niet dat dat zo leuk zou zijn als je zo elke dag alleen bent, of zo.

Interviewer

Uhu. Oké. Euhm, wat is jouw doel in het leven als je er één hebt?

HESTER

Als ik, wat?

Interviewer

Als je er één hebt.

HESTER

Ahzo.

Interviewer

Dus ja, soms, sommige hebben nog geen doel ofzo of...

HESTER

lacht Ik heb nog niet echt een doel. Dat is moeilijk om al over na te denken, want... Ja, ik ben nog jong. Maar ik denk mijn doel nu is om... `K weet niet. Naar de universiteit te gaan, of hogeschool of zo. Verder studeren.

Interviewer

Uw middelbaar afmaken dus?

HESTER

Ja.

Interviewer

Ja oké. In welke mate denk je dat je op het juiste pad zit om dat doel te berekenen?

HESTER

Euhm... Dat ik al op school zit. *lacht* Dat is een goed begin. Euhm, dat ik ook in een richting zit die ik wel leuk vind en interessant. Euhm... Maar ik denk dat ik mijn punten misschien wel een beetje hoger moet krijgen. Dus ja.

Interviewer

Oké. En buiten school heb je... Heb je nog andere doelen?

HESTER

Euhm... Beter worden in mijn hobby's. Want ik ben... allee, ik ben nog net begonnen met touch-rugby, maar... Ik denk wel dat dat leuk zou zijn als ik zo goed word.

Interviewer

Hm, ja. En op dat pad zit je ook wel, denk ik dan, als je dat nu als hobby doet.

HESTER

Ja. Ik doe ook tennis. En ik surf ook. Maar nu is het een beetje kou, maar... *lacht*
Ja. Ja, gewoon... Plezier hebben en verbeteren.

Interviewer

Ja, oké. Hoe vaak ben je bezig met de toekomst en welke weg je uit wilt gaan?

HESTER

Euhm... Niet zo vaak. Want ik heb echt nog geen idee wat ik later wil worden ofzo, dus. Ik denk daar nog niet te veel aan, of anders krijg ik stress. *lacht* Ja, dus niet zo vaak.

Interviewer

Uhu, oké. Wel af en toe dan?

HESTER

Ja, soms wel, als mijn moeder daarover begint. Of mijn vrienden of zo.

Interviewer

Oké. Euhm, hoe voel jij je ten opzichte van jezelf als persoon?

HESTER

Wat bedoel je?

Interviewer

Dus als je naar jezelf kijkt, hoe voel je u ten opzichte daarvan? Ben je daar tevreden mee, ontevreden?

HESTER

Euh... Dat is een moeilijke vraag. Ja, ik denk wel redelijk tevreden, want ik denk wel dat ik een goed leven heb. Ja, gewoon een beetje meer gemotiveerd zijn voor school, denk ik.

Interviewer

Oké. Als je, ja, wat is het eerste dat je aan dacht als ik u die vraag stelde van "kijk eens naar uzelf"?

HESTER

Euh... Oei, weet ik niet.

Interviewer

Je hebt direct gezegd "uw leven", maar uw leven is wel heel breed. Dus zijn dat dan de dingen dat je doet of zo, of?

HESTER

Maar ik denk dat ik zo vooral blij ben met waar ik woon, want ik vind Gent een goede stad, zeker om op te groeien.

HESTER

Ja.

Interviewer

Maar ik denk ook meestal... Ik vergelijk mijzelf ook met andere mensen. Van sommige mensen hebben het veel slechter dan mij, dus snap je, zo een beetje.

Interviewer

Ahja oké. Oké, ja, dat is dus uzelf direct in een vergelijking plaatsen.

HESTER

Ja.

Interviewer

Ja. En dan concludeer je wel dat je tevreden bent?

HESTER

Ja, maar... Het is niet dat ik zou zeggen van "ik heb een slecht leven en dan zo...", maar de kinderen in Afrika hebben het nog slechter om dan te zeggen dat ik goed

ben of zo. Nee gewoon van... Ja, ik heb wel een goed leven, ik kan zeker niet klagen, denk ik.

Interviewer

Ja. Oké. Ja, sommige mensen die kijken ook direct naar eigenschappen van zichzelf. Euhm ja, bijvoorbeeld hoe dat ze eruit zien, of dat ze slim zijn, of dat ze lief zijn, ik weet het niet. Allee, het valt bij u gewoon op dat je direct kijkt naar "uw leven" en dat mag hè, alleen, het is gewoon, dat valt mij op.

HESTER

Ah ja. Ja. *lacht*

Interviewer

Dus andere dingen waar dat je dan aan denkt, of?

HESTER

Euhm... Ja, mensen zeggen tegen mij dat ik heel lief ben. Euhm... Ja, ik denk niet dat ik veel te zeggen heb over mijn uiterlijk. Dat dat wel goed is. Ja.

Interviewer

Oké, ja. Dus ja, je hebt uzelf in een vergelijking dan geplaatst met anderen, dus je kijkt dan vooral naar mensen die het slechter hebben?

HESTER

Uhu.

Interviewer

Hoe vergelijk je uzelf met leeftijdsgenoten, met mensen hier bijvoorbeeld op school in hetzelfde jaar?

HESTER

Euhm... Dat doe ik niet echt, maar... Ja, ik denk dat ik wel gewoon... Gelijk de meeste mensen ben. Dat ik niet kan klagen over... Allee, het is niet dat mijn ouders zo arm zijn of zo. Of... Dat ik geen vrijheid heb of zo, dus... Ja, ik denk gelijk de meeste vijftienjarige mensen.

Interviewer

Oké ja. Ja, allee, zijn er dan dingen dat je ook denkt... Bij leeftijdsgenoten van "amai, die doet dat gelijk veel beter dan mij" of "amai, ik doe dat eigenlijk wel veel beter"?

HESTER

Euhm... Mijn beste vriendin, Y, is wel echt superslim en keigoed in school, dus soms ben ik wel "amai, ze is daar echt goed in". En dan, kijk ik soms wel op naar haar van "wow, ik wou dat mijn punten zo goed waren", maar voor de rest niet echt.

Interviewer

Oké, oké, ça va. Dus ja, vooral op vlak van school en dan gelijk zo de situatie van het leven. Dat zijn eigenlijk de dimensies waarop dat je jezelf spontaan vergelijkt.

HESTER

Ja, ik denk het wel.

Interviewer

Ja oké. Uhm, dat is nu het derde deel van het interview. Wat is volgens u het verband tussen de dramalessen en uw welbevinden?

HESTER

Euhm, ik denk... Het verband dat je u goed kan uiten. Zo euhm... Ja, uw emoties en zo. En ook gewoon omdat we een zeer leuke 50 minuten hebben. Euhm... Ja, ik keek daar wel altijd naar uit zo... Op de maandagochtend zo "oh jeej, we hebben weer drama *vandemiddag!*". Dus dat was... Ja, dat is wel tof.

Interviewer

Ahja oké, dus het geeft u vooral, allee, gewoon omdat je het leuk vindt eigenlijk geeft het u een positief gevoel?

HESTER

Uhu, ja.

Interviewer

Oké. Nog andere zaken dat je het kan aan linken, of?

HESTER

Euhm... Niet direct.

Interviewer

Oké. Wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en de invloed van anderen op jou?

HESTER

Euhm... Maar wat bedoel je dan met 'invloed van anderen'?

Interviewer

Dus daarnet heb je gezegd dat je, allee, vindt van jezelf dat je naïef bent, dat je wel goed gelovig bent.

HESTER

lacht Ja.

Interviewer

Dat je snel dingen kan aannemen van anderen. Heeft dat iets te maken met drama? Heeft drama daar voor verandering gezorgd?

HESTER

Euhm... Ik denk op vlak van dat ik naïef ben niet echt, want ja, ik ben gewoon zo iemand. Euhm... Ja, ik weet niet. Ik denk het niet echt.

Interviewer

Oké. Als uw vrienden bijvoorbeeld een mening hebben over iets... Ja, je hebt daarnet gezegd: dingen waar dat je echt zelf zeker van bent, daar laat je je niet snel door van hun stuk brengen. Andere dingen dan wel.

HESTER

Uhu.

Interviewer

Heeft drama daar iets mee te maken, denk je?

HESTER

Euhm... Moeilijke vraag. Ik denk het niet... Omdat... Ik denk dat dat vooral in mijn karakter zit. Euhm... Ja.

Interviewer

Oké, oké. Euhm, wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en het zorgen maken over wat anderen over u denken?

HESTER

Ik denk dat dat in het begin wel zo was, van... Omdat we... Gelijk jij maandag zei... Van in het begin, wij kenden al die mensen niet, zo een nieuwe groep. En hoe meer je die leert kennen, hoe meer je dan ook zo... Gewoon minder denkt over wat ze gaan denken over jou, want iedereen doet hetzelfde en... Ja, ik denk dat dat wel geholpen heeft.

Interviewer

Dat je het u minder aantrekt dan?

HESTER

Uhu, zeker.

Interviewer

En is dat ook op andere vlakken, denk je, in het leven of is dat enkel in de dramalessen?

HESTER

Euhm... Ik ben wel iemand die rap denkt van "wat gaan ze denken over mij?". Maar ik was vroeger niet zo iemand, maar ik denk dat dat misschien te maken heeft met... Ik weet niet... Een tiener zijn of zo *lacht*, omdat dat heel normaal is, veel mensen hebben dat. Dus ik denk dat we wel, allee, vooral bij de dramalessen zo waren.

Interviewer

Ah oké. En, het is niet dat je een invloed hebt gezien, allee, dan gewoon dagelijks op school? Dat je u dan minder dat ging aantrekken, of?

HESTER

Misschien wel een klein beetje, maar snap je, niet dat ik helemaal ga zijn van "het boeit mij niet of zo".

Interviewer

Ja ja. Oké oké. Wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en het gevoel dat je de leiding hebt over je eigen leven?

HESTER

Euhm... *lange stilte* Ik weet het niet. *lacht* Want ik heb wel het gevoel dat ik, zeker, gewoon leiding heb over mijn eigen leven.

Interviewer

Uhu. Oké, misschien moet je het ook dan breder bekijken. Mensen die nog geen dramales hebben gevolgd, kunnen zij meer het gevoel hebben de leiding te hebben over hun leven als ze dramalessen volgen, of niet?

HESTER

Euhm... euh... Ik weet het niet, dat kan wel, maar ik denk dat dat ook wel afhangt van persoon tot persoon. En hoe dat zij zijn opgevoed en zo. Euhm, ja... Beetje moeilijke vraag, vind ik.

Interviewer

Ja oké ja. En, je zegt "dat kan wel", hoe zou dat dan zo zijn?

HESTER

Euhm... *stilte* Ik denk ook dat we bij de dramalessen ook veel onze mening en zo mochten uiten. Dat mensen dat dan ook geprobeerd hebben. En dat ze dan... Misschien meer controle of zo wouden hebben over hun leven, bijvoorbeeld. Ja, ik denk wel dat dat invloed kan hebben.

Interviewer

Hmm, dus dramalessen kan bijdragen tot makkelijker uw mening uiten?

HESTER

Ja, ik denk dat wel.

Interviewer

Ja oké oké. Wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en de motivatie om jezelf te verbeteren als persoon?

HESTER

Euhm... Ik denk dat veel mensen tegenwoordig zo... Iemand proberen te zijn die ze niet zijn. En bij de dramalessen kan je dan jezelf zijn en dan heb je misschien meer motivatie van "ik wil toch gelijk liever mezelf zijn en niet die andere persoon", zeg maar.

Interviewer

Hm, oké. Hoe komt dat dan? Allee, waarom zijn mensen meer henzelf in dramas?

HESTER

Omdat je dat ook denk ik wel nodig hebt als je zo gaat acteren en zo. Om uzelf te vinden en dan... Ja, te acteren.

Interviewer

Ja, Ik denk dat ook wel. Ik denk... Elke rol dat je ooit zal spelen is eigenlijk altijd een uitvergroting van uzelf een beetje ergens.

HESTER

Ja, denk ook dat je je zeer... Dat je... Dat sommige rollen je beter kan zo 'connecten' met jezelf, zo linken.

Interviewer

Ja ja, dat je eigenlijk dingen over jezelf te weten komt soms ook op die manier.

HESTER

Uhu, ja.

Interviewer

En, jij denkt dat veel mensen... Dus eigenlijk een rolletje spelen in het dagelijkse leven?

HESTER

Uhm, ik denk dat. Omdat je hebt veel mensen die zo... 'judgy' zijn. En dat ze dan gewoon... Iemand proberen te zijn die ze zo leuk gaan vinden, en die gaan zo... (andere mensen) 'judgen', omdat ze, 'k weet niet, bang zijn of zo.

Interviewer

Hm. Oké ja ja. Ja, dat vind ik inderdaad, allee, als drama kan helpen om uzelf meer te zijn. Dan is dat ook wel een grote verbetering.

HESTER

Zeker, uhu.

Interviewer

Je zou wel kunnen zeggen dat die mensen die een rolletje spelen, dat zij eigenlijk

denken "ja, ik ben beter in mijn rol dan als mezelf", maar dat is eigenlijk, denk ik wel, een slechte manier om ernaar te kijken.

HESTER

Uhu, dat is waar.

Interviewer

Dus oké, het kan u helpen meer uzelf te zijn. Kan het u op andere vlakken nog helpen, ja, te groeien?

HESTER

Euhm... Ja gelijk groeien als een persoon. Euhm... En gelijk groeien in je mening uiteten, en... Ook misschien een beetje socialer of zo zijn, omdat je allemaal in een groep terecht komt met allemaal nieuwe mensen. En dan moet je wel een beetje sociaal zijn.

Interviewer

Ja, maar als je bijvoorbeeld FLEX Spaans (een ander keuzevak) had gekozen, dan zat je misschien ook met allemaal nieuwe mensen samen.

HESTER

Ja, maar als je zo één iemand hebt die je kent, dan kan je gewoon heel de tijd bij die les met die persoon naar de bank zitten en de les volgen. Maar bij drama ben je aan het 'interacten' met zo allemaal andere mensen en dan moet je wel een beetje sociaal zijn, denk ik.

Interviewer

Ahja oké oké. Ahja. Ja, dat is eigenlijk mijn volgende... Wat is volgens jou het verband tussen dramalessen en je relaties met anderen?

HESTER

Euhm...

Interviewer

Dus het kan u een beetje *pushen* om socialer te worden.

HESTER

Ja.

Interviewer

Heeft het dan ook... Ja, heb jij verschillen gemerkt in uw relaties met anderen? Ga je anders met anderen om sinds dramalessen, of?

HESTER

Euhm... Maar de meeste mensen kenden ik daar nog niet, behalve Z. En ik denk daardoor dat Z en ik ook wel een betere band hebben gevormd, omdat we dan niet altijd bij die andere vriendinnen van mij waren. En als je zo per twee bent dan is dat wel makkelijker om zo een relatie te versterken, denk ik. Dus ik denk dat dat een grote invloed heeft gehad op onze vriendschap, zeg maar.

Interviewer

Oké, doordat je dus met een vriend dramales deed is uw vriendschap sterker geworden?

HESTER

Maar Z ken ik ook nog maar van dit jaar. En eerst was ik alleen in de dramalessen en dan is het zo een beetje... Beginnen praten tegen Z. En dan wist ik dat ze ook drama deed. En ja. Zo zijn wij dan vrienden geworden, denk ik.

Interviewer

Uhu, oké. En dus op welke manier heeft drama dan concreet geholpen om, ja, om dan vrienden te worden?

HESTER

Euhm... Omdat je dan zo iemand hebt die zo kent. En... Dat je dan samen zo socialer kan zijn, want je hebt elkaar. En, ik denk dat dat wel een beetje makkelijker is om dan nieuwe vrienden te maken als je zo per twee bent of zo.

Interviewer

Uhu. Ja, maar dat heeft op zich niet echt iets met drama te maken.

HESTER

Ja nee, dat is waar. Euhm... Wat was de vraag?

Interviewer

Hoe dat drama heeft geholpen? Want je zegt "het heeft uw vriendschap met Z sterker gemaakt", maar waarom? Allee, wat was de factor van drama daar dan in?

HESTER

Euhm... We hebben veel gelachen samen tijdens de dramalessen. *lacht* Omdat... En we hadden ook gewoon veel plezier samen. En zo die improvisatie-dingen hebben we ook samen gedaan. Dat was ook tof.

Interviewer

Oké. Dus vooral het lachen en het plezier, ja. Misschien dan het feit dat je eigenlijk gewoon direct onnozel kunt doen bij elkaar?

HESTER

Ja, ja dat ook, en dat je dan zo... Gelijk mensen die zo niet durven dan zo... Ja, en dan zie je hoe dat zij dat doen, en dan... Ja, dan kun je niet *judgen*, want je bent precies hetzelfde aan het doen, zeg maar.

Interviewer

Ja oké. Ja, ik denk euhm... Allee, doordat je zo direct eigenlijk onnozele dingen met elkaar doet, dan zit je al direct op zo een dieper niveau gelijk. Allee, als je gewoon een theoretische les, bijvoorbeeld, FLEX Spaans zou doen, dat kan dan ook dat je daarin met Z goed bevriend was geraakt, gewoon omdat jullie, ja, mekaar hadden gevonden dan in de les ook. Maar het ging misschien langer geduurd hebben omdat je zo... Ja, je hebt het eerst waarschijnlijk over wat serieuzere dingen of zo. Allee, dat is mijn interpretatie, maar ik weet niet of dat dat...

HESTER

Ja. Ja nee dat kan zeker. Ik denk dat ook wel. Ja, want ik heb een heel goede band met Z en dan een beetje minder met, euhm, A en B, die ook zo in de vriendengroep van onze klas zitten. Nog altijd goed hè, maar minder. Omdat Z en ik ook dan geïnteresseerd zijn in dezelfde dingen gelijk drama. En dan brengt ons dan, ja, dichter bij elkaar.

Interviewer

Uhu, oké. En andere relaties, bijvoorbeeld met uw klasgenoten of zo? Heb je gemerkt dat sinds dat je drama volgt, dat daar iets in is veranderd? De manier hoe dat je kan doen ten opzichte van hen, of?

HESTER

Uhm... Zeker met de klasgenoten die ook bij drama zaten. Uhm... En... Met mijn andere klasgenoten, ja, misschien een beetje...

Interviewer

Waarom met de klasgenoten die ook drama deden? Allee, wat is er dan anders?

HESTER

Gelijk... Samen die onnozele dingen doen. Ja, gelijk met C en D, want ze zitten ook in mijn klas. Vind ik ook wel... Allee, ik weet niet of dat wij vrienden zijn of zo, maar ik kan wel zeggen van "ja, dat was wel tof" en ik kan daar wel tegen praten en zo.

Interviewer

Oké oké, ja. En met de mensen die geen drama deden?

HESTER

Euhm... Maar die mensen zijn gewoon niet tof. *lacht*

Interviewer

Ahja oké, awel maar, dus...

HESTER

Sommigen wel, maar...

Interviewer

Heeft drama de manier verandert waarop dat je interageert met die persoon, denk je?

HESTER

Euhm... Ik denk dat ik misschien wel geleerd heb om altijd te vriendelijk of zo tegen mensen te zijn.

Interviewer

Door drama?

HESTER

Ja, Ik denk het wel, want iedereen was daar altijd vriendelijk tegen elkaar, ook al kenden we elkaar niet zo goed. En ik denk dat dat mij zo een beetje heeft doen realiseren van "het is niet omdat je die niet kent, dat je daar niet vriendelijk of zo moet tegen doen". Dus ja.

Interviewer

Oké oké. Nog andere dingen?

HESTER

Niet dat ik kan opkomen.

Interviewer

Hmm. En met uw broers en uw jongere zus? Is er daar iets, denk je, veranderd door drama?

HESTER

Euhm... Ik denk het niet, want ik denk dat broer- en zus-relatie wel anders is dan vrienden. Ja nee, ik denk het niet. Niet echt.

Interviewer

Ouders?

HESTER

Niet echt, denk ik.

Interviewer

Oké. Wat is volgens jou het verband tussen de dramalessen en de tevredenheid over jezelf?

HESTER

Euhm... *stilte* Ik ben wel blij, denk ik, dat ik voor drama gekozen heb. En ik denk dat ik gelijk door drama misschien mijzelf ook een beetje beter heb leren kennen. Om zo ja, gelijk dingen te doen die je zo nog nooit gedaan hebt.

Interviewer

Oké. Euhm... Ja, ik denk, inderdaad, uzelf beter leren kennen gaat u ook, denk ik, altijd wel tevredener maken over uzelf.

HESTER

Ja sowieso denk ik.

Interviewer

Ik denk dat dat wel... Allee, voor sommigen kan dat misschien juist niet zijn, hè? Maar voor mij is dat wel ook zo.

HESTER

Uhu.

Interviewer

Euhm... Ja, heb je, allee, zijn er bepaalde aspecten van jezelf dat je nu anders naar kijkt ofzo, of?

HESTER

Uhm, een beetje. Ik denk hoe dat ik omga met mijn emoties soms.

Interviewer

Ahja! Kan je dat uitleggen?

HESTER

Euhm... Gelijk, ik ben iemand die niet vaak, zeg maar, de slechte emoties toont. Maar ik bedoel emoties zijn emoties en je hebt geen slechte of goede, maar ik bedoel gelijk zo... Als je zo verdrietig bent of zo, of uhm... Iemand jou pijn gedaan heeft of zo, dan toon ik dat niet gemakkelijk. En dan ga ik eerder zo doen alsof ik blij ben dan dat tonen, zeg maar.

Interviewer

Ja. En dat is nu veranderd dan een beetje, of?

HESTER

Uhm... Niet echt, maar ik let daar nu wel meer op, zeg maar. Dat je dat zo meer door hebt dan... Ja.

Interviewer

Dat je meer door hebt dat je uw masker aan het opzetten bent?

HESTER

Ja ook ja. Want in het begin, dan was ik ... Dan had ik dat gewoon niet door, zeg maar.

Interviewer

Ahja oké. Dus het heeft u wel... Ja, dat is wel straf, dat is cool. Het heeft u bewuster gemaakt van uw eigen emoties?

HESTER

Ja, denk het wel.

Interviewer

Hmm, oké. En euhm... Nog iets? Of niet?

HESTER

Denk het niet.

Interviewer

Ga je daar nu iets mee doen met uw... Allee, ja, dat blijft altijd, denk ik, een moeilijk gegeven, hè.

HESTER

Ja sowieso.

Interviewer

Want ik denk persoonlijk... Allee, en ik denk dat veel mensen eigenlijk dat wel weten ofzo... Dat het altijd wel beter is om gewoon echt te aanvaarden hoe dat je u voelt in het moment en dat gewoon, ja... Te doorstaan en dat gewoon te doen. En daarna heb je ook vaker weer terug een opluchting en terug meer zonneshijn. Want het kan vaak juist langer blijven aanslepen als je iets opkropt en het niet... Toont. Maar natuurlijk, ja, je zit hier in een school waar dat iedereen een mening heeft over elkaar.

HESTER

Ja inderdaad.

Interviewer

En dat dat soms niet zo eenvoudig is dan. Maar denk je dat je dat nu toch makkelijker zou doen, door drama, of?

HESTER

Uhm. Ik weet het niet, want dat blijft wel nog altijd moeilijk om zo... Te veranderen, zeg maar. Maar ik kan dat wel, ja, proberen.

Interviewer

Ja. Zou het makkelijker worden als je meer drama doet?

HESTER

Misschien wel. *lacht* Kan zeker. Omdat je dan... Als die *character* of zo dan zo blij zou zijn en als die verdrietig is, dan kan je ook zo die emoties zo mee uiten of zo die zo opgekropt zitten, zeg maar.

Interviewer

Ja. Ja inderdaad. Uhu. Euhm... Ja, dus toen jij sprak van de tevredenheid over jezelf, dan heb je het vooral gehad over uw levenssituatie, en ja, ook een beetje school. Is dat nu veranderd? De manier waarop dat je daarnaar kijkt sinds drama, of niet?

HESTER

Euhm, zeker naar school in het algemeen, want ik had dan de maandag altijd iets om naar uit te kijken. Maar zo bepaalde vakken of zo... Niet dat ik daar bewust, denk ik... Ja, iets veranderd is. Euhm... Wat was het dan nog?

Interviewer

Ja, nee, ik bedoelde eigenlijk, toen dat je sprak van hoe... Allee, de tevredenheid over uzelf. Dan heb je vooral gezegd van... Je vergeleek uzelf met anderen die slechtere situaties hadden en dan ook nog met Y die soms betere punten haalt dan u.

HESTER

Ahja. Uhu

Interviewer

Dus dat bedoel ik met vergelijken op vlak van school of vergelijken op vlak van situaties van leven.

HESTER

Ahja, oké.

Interviewer

Is de manier waarop dat je daar nu naar kijkt anders geworden sinds drama, of niet?

HESTER

Euhm... Nee, niet echt.

Interviewer

Oké, oké. Wat is volgens jou het verband tussen dramalessen en het vergelijken van jezelf met leeftijdsgenoten? Dus andere mensen in het derde (middelbaar).

HESTER

Euh... *stilte* Ik probeer, ik weet niet of dat dat iets te maken heeft met die vraag, maar... Ik probeer wel vaak minder mensen, zeg maar, te *judgen* ofzo, want je

weet niet door wat zij gaan, thuis of zo, of. Euhm... Ja. Is dat een antwoord op die vraag?

Interviewer

Misschien. Heeft dat te maken met drama? Allee, is dat sinds drama...

HESTER

Ja dat kan wel zeker, want... Omdat je zo, snap je, zo ook meer begint te denken over zo... Zo gewoon dingen, en dan... Ja. Dan ben je daar zo meer mee bezig.

Interviewer

Wat bedoel je met 'dingen'?

HESTER

lacht Bijvoorbeeld ja, gelijk zo... Gelijk omdat je met die groep... Dan ga je elkaar niet *judgen* omdat je... Iedereen hetzelfde doet. En dan denk je daar meer over na, en dan... Ben je zo van "maar misschien moet je dan ook andere mensen die geen drama doen dan ook niet *judgen*, want je weet niet wat zij allemaal meemaken of zo.

Interviewer

Hmm, ahja oké ja. Euhm. En dan bijvoorbeeld... Ja, ik weet niet of dat je jaloers bent vaak of zo? Allee, dan misschien op Y. Maar is dat veranderd sinds drama?

HESTER

Maar ik ben niet echt zo een jaloers persoon dus ik denk niet dat dat zoveel invloed daarop heeft gehad.

Interviewer

Ja. Oké. Oké nog één vraag. Dus dat had allemaal betrekking op de hele reeks dramalessen, en dan nu nog, welke verschillen merkte je in je gemoedstoestand voor en na een dramalessen?

HESTER

Wat bedoel je met gemoedstoestand?

Interviewer

Hoe dat je u voelt.

HESTER

Euhm... Ik weet niet, maar dat kan ook te maken hebben met dat het het zevende lesuur is of zo, van... Eerst was ik dan... Ervoor was ik blij van "jeej, nu is het drama!" Of van "we hebben bijna drama!" En daarna dan misschien een beetje van "ouh, nu moeten we weer wachten tot volgende week", want het is maar één uur in de week. Maar ook van "Ik mag naar huis!" omdat het het zevende lesuur was.

Interviewer

lacht Dus dan was je blij?

HESTER

Ook wel ja.

Interviewer

Oké.

HESTER

Ik ben altijd blij als ik naar huis mag.

Interviewer

Ja, snap ik. Jullie moeten hier veel zitten op school. En dan de dramales zelf, ja, je hebt in het begin al gezegd dat je het gewoon leuk vindt, dus dat geeft u wel een positief gevoel, denk ik?

HESTER

Ja zeker.

Interviewer

Nog andere soorten gevoelens die je... ?

HESTER

Euhm... Ook wel als we zoiets moesten opvoeren... Dan stress, want ik had wel vaak stress daardoor.

Interviewer

En daarna?

HESTER

Opgelucht als het gedaan was. *lacht* Maar ook wel blij van... Dat ik het heb gedaan. Snap je, van... Nu ben ik trots op mezelf, want ik heb het gedaan.

Interviewer

Oké. All right, dankjewel, HESTER.