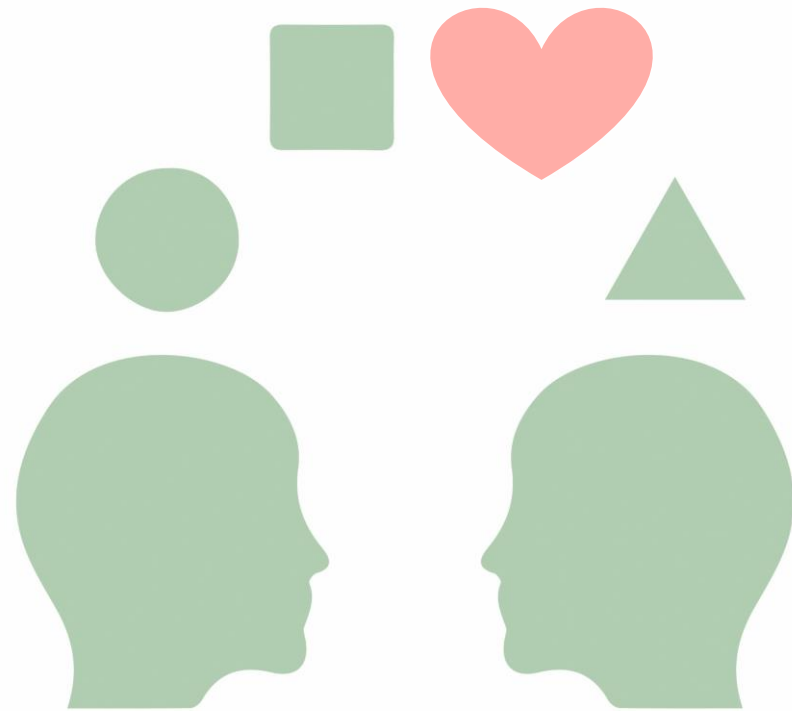


Landelijk Netwerk Studentenwelzijn- ECIO

11 maart 2025

*Bevorder mentaal welzijn
door creatieve opdrachten
& Visual Thinking
Strategies*



dr. Ingemarie Sam MEd

- Projectleider en gastdocent bij Tilburg University (ook hbo/mbo)
- Promotieonderzoek empathietraining bij rechtenstudenten via VTS
- Mede-auteur EXPO module kunstvakken bovenbouw havo/vwo
- Alumna Fontys MA Kunsteducatie en HAN creatieve therapie

Programma

1. Introductie en programma
2. Probleem mentaal welzijn bij rechtenstudenten
3. Belang verminderen stress – oefening oervormen
4. Belang bevorderen empathie – oefening VTS
5. Promotieonderzoek: empathieontwikkeling bij rechtenstudenten d.m.v. Visual Thinking Strategies (VTS)
7. Nabespreking en afsluiting



Probleem mentaal welzijn bij (rechten)studenten

Literatuuronderzoek

- Oorzaak: Hogere studie/werkdruk i.c.m. minder social support
- Rechtenstudenten ook: verandering motivatie intrinsiek-> extrinsiek
- Gevolg: middelenmisbruik en daling emotioneel welzijn, uitval
- Negatief effect studeren op motivatie is permanent: mentale problemen tijdens studie en rest professionele leven
- Covid19-pandemie heeft problemen vergroot

O.a.

Sheldon & Krieger, 2004, p. 262; Daicoff, 2008; Reed, Bornstein, Jeon & Wylie, 2016;

Van de Velde, Buffel, Bracke, Van Hal, Somogyi, Willems, Wouters & C19 ISWS consortium#, 2021

Jaffe, Bender, & Organ, 2021

Belang verminderen stress

1. Workshops stressmanagement Tilburg University - Studentenpsychologen
2. Behandeling psychosociale problematiek d.m.v. beeldende Vaktherapie (v/h Creatieve Therapie)
3. Onderbouwing: analoge procesmodel (Smeijsters, 2008)
4. Oefening: Oervormen

NIET
PRATEN **MAAR**
DOEN



Oefening Oervormen

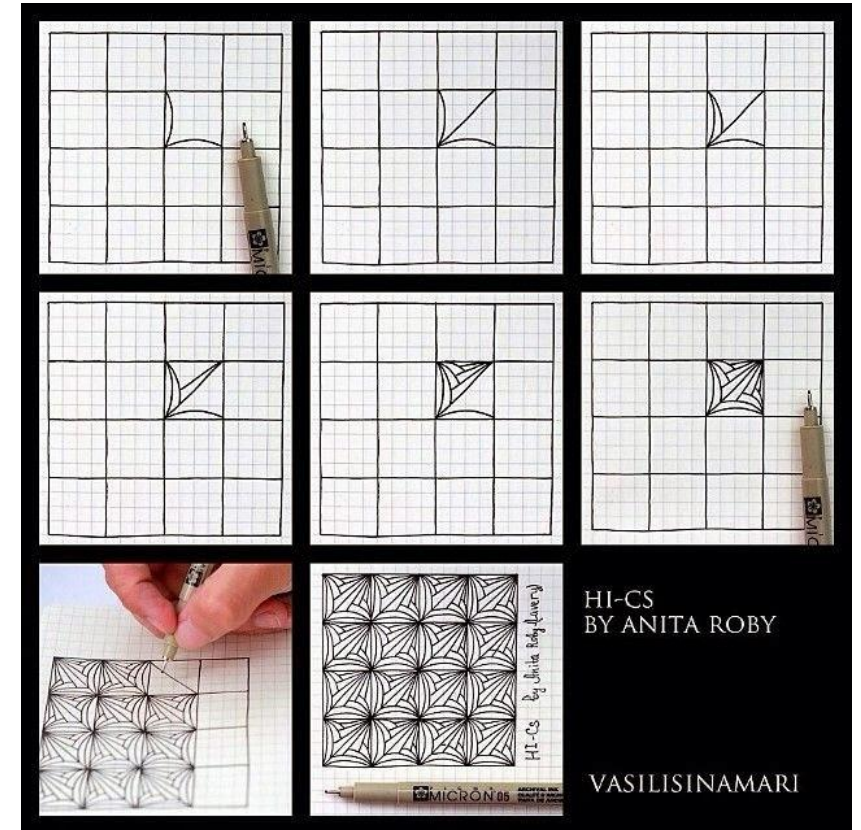
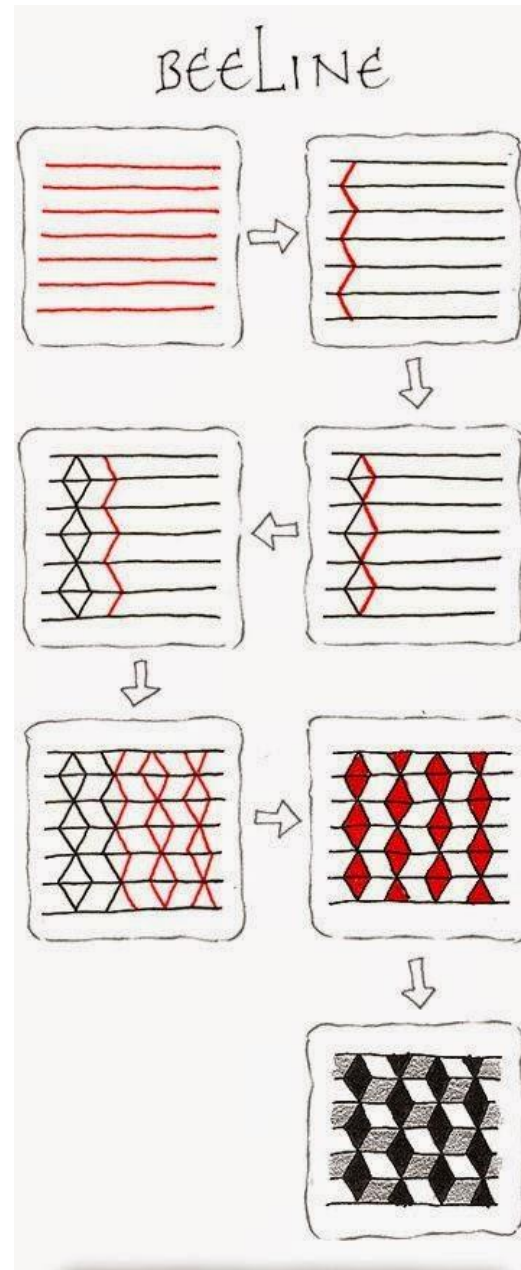
- Oefening met divers materiaal
- Reflectie



Kleurboeken/ Zentangle



<https://tesstangles.com.au/the-zentangle-method/>

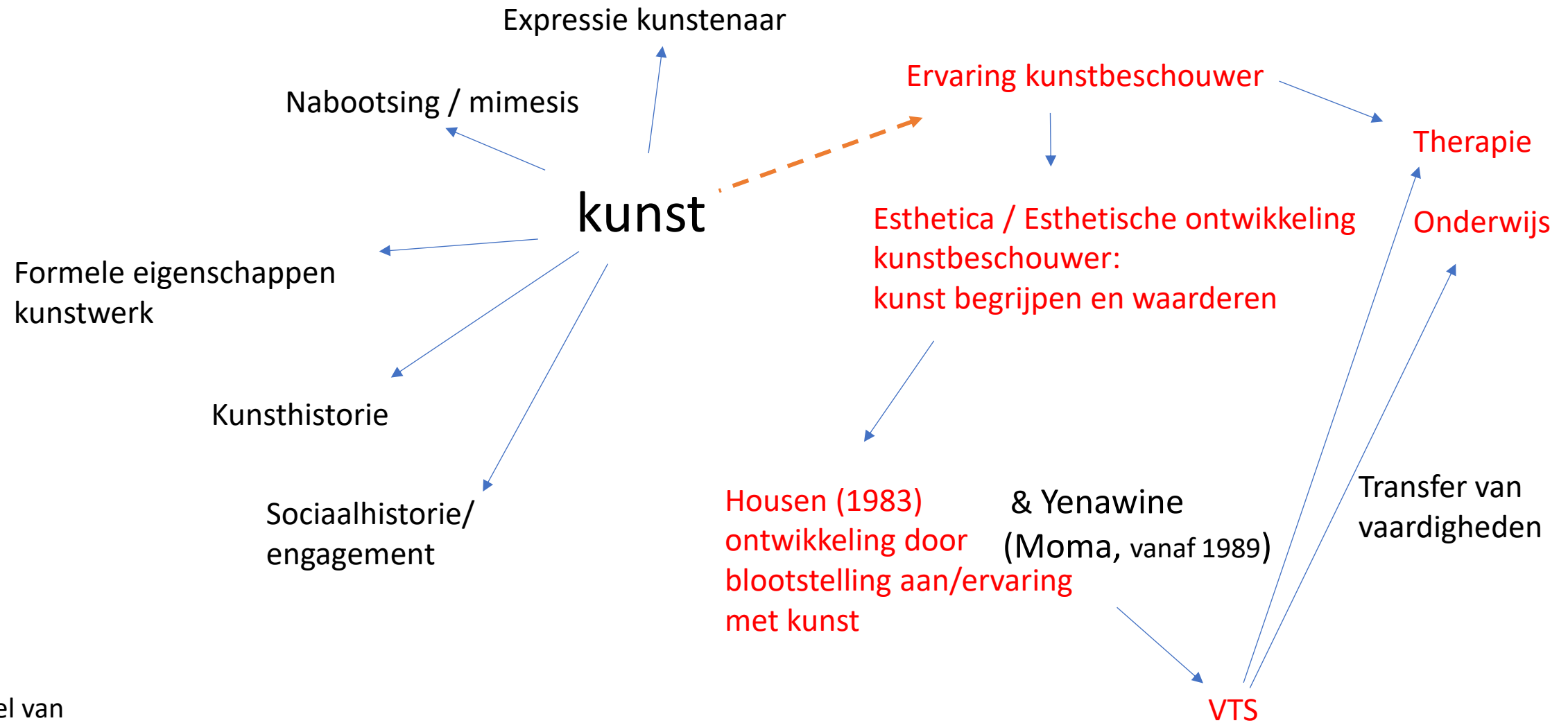


<http://zentangel.blogspot.com/2014/11/basis-patronen-zentangel-vierkant-1.html>

Belang bevorderen empathie voor mentaal welzijn

- Empathie = 'lijm' in de samenleving
- Nussbaum: kunst is geen luxeproduct maar voorwaarde voor empathie
- Definitie empathie: het vermogen om
 1. de situatie van iemand anders te begrijpen,
 2. mee te voelen met de ander in die situatie,
 3. dit begrip en meevoelen te kunnen communiceren, en
 4. het verschil tussen zichzelf en die ander goed kunnen onderscheiden
- Ontwikkeling empathie: door ervaring
- Kunst kijken = een veilige manier om met andere visies in contact te komen
- Museum op Recept

Van productief naar receptief: kunstbeschouwing



Model van
Van den Braembussche (1994,
2007)

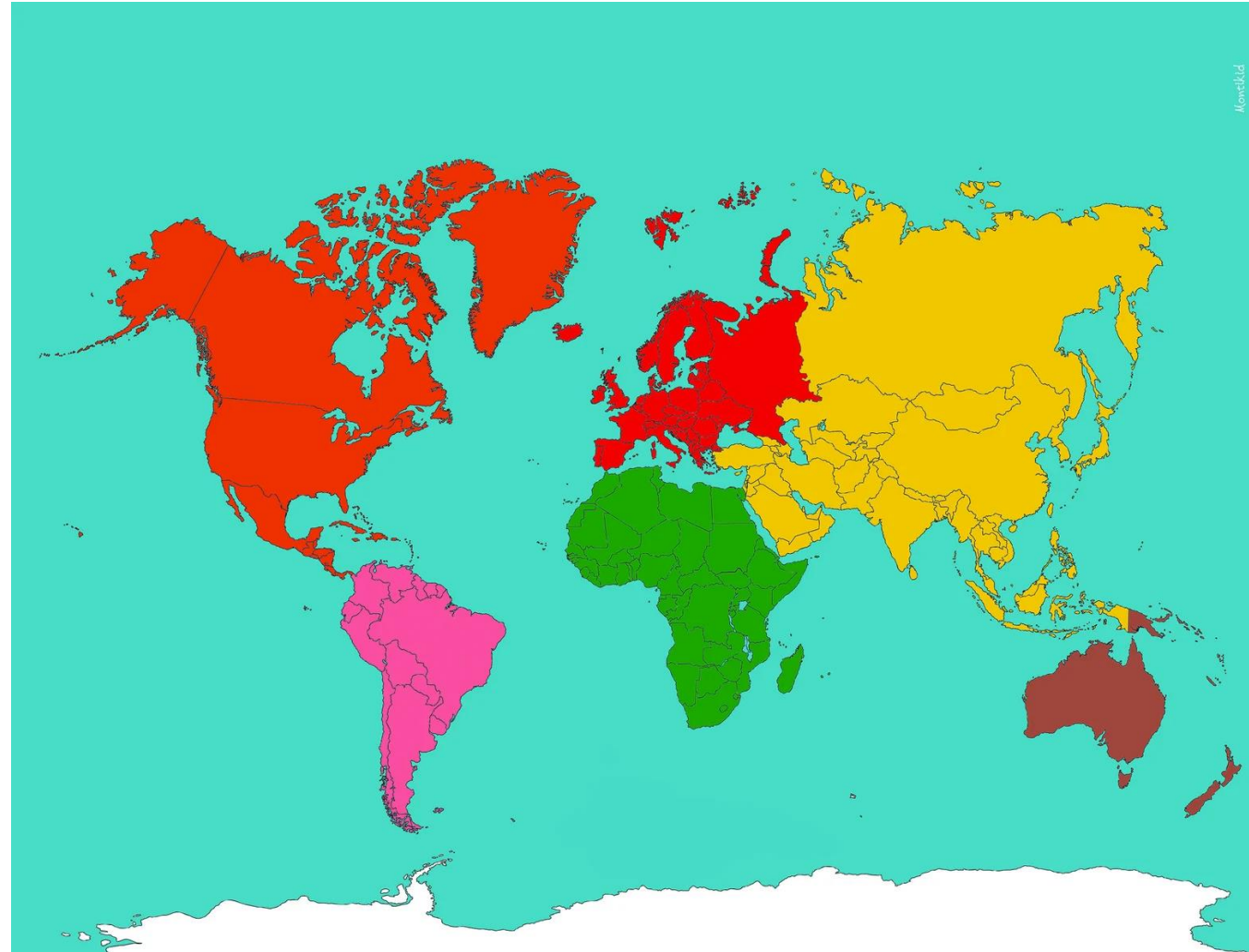
Visual Thinking Strategies (VTS)

1. Laagdrempelige methode om in gesprek te gaan over kunst
2. Gestructureerd gesprek / interpretaties uitwisselen



Resultaten onderzoek naar VTS

- Positief effect van VTS op de ontwikkeling van:
 1. esthetisch begrip (begrijpen van kunst)
 2. observatievaardigheden
 3. kritisch denken (incl. argumenteren)
- VTS helpt bij het ontwikkelen van:
 1. communicatievaardigheden,
 2. positief/veilig klasklimaat,
 3. (inter-) culturele competentie,
 4. verbeelding en creativiteit,
 5. zelfbewustzijn/inzicht en zelfvertrouwen,
 6. empathie/inlevingsvermogen





Meer empathie in de rechtspraak



Empathietraining nodig in juridisch onderwijs

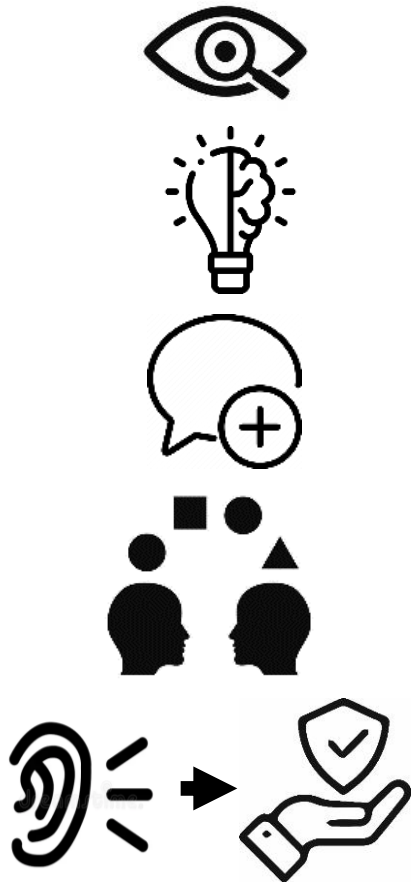


Visual Thinking Strategies?

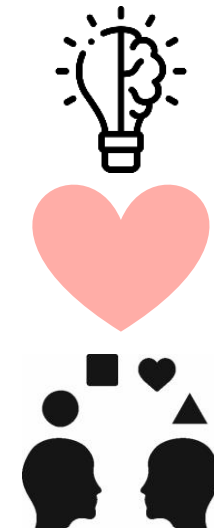


in theorie

Visual Thinking Strategies



Empathie



jezelf $\neq$ ander

Visual Thinking Strategies - oefenen

- ✓ Groepsgesprek over kunstwerk
- ✓ Geleid door gespreksleider
- ✓ 3 standaardvragen:
 1. Wat gebeurt er in deze afbeelding?
 2. Waaraan zie je dat?
 3. Wat kunnen we nog meer ontdekken?
- ✓ Parafraseren -> langer kijken & beter nadenken -> meer zien





0/50

Foen Vermeulen 2018

The background of the slide features a photograph of three young adults in a bright, modern interior. On the left, a young man with dark curly hair, wearing a patterned blazer over a black shirt and blue jeans, is gesturing with his hand while looking towards the right. In the center, a young woman with long dark hair, wearing a blue t-shirt and light blue jeans, is looking towards the camera. On the right, a young woman with long blonde hair, wearing a light green sweater and blue jeans, is smiling and looking towards the camera. The overall atmosphere is bright and contemporary.

Literatuur- en veldonderzoek

722

rechtenstudenten

onderzoeks-
methoden:

- literatuuronderzoek
- veldonderzoek:
 1. vragenlijsten
 2. reflecties

eerstejaars
&
derdejaars

2023

voor- & najaar



Resultaten veldonderzoek

1. **Eerstejaars**: empathiescores gedaald -> Stress? Interesse les?
2. **Derdejaars**: Empathiescores gestegen, m.n. gevoelskant jongens
3. Openstaan voor andere **perspectieven** & eigen **perspectief delen**;
maar: VTS is ook lastig!

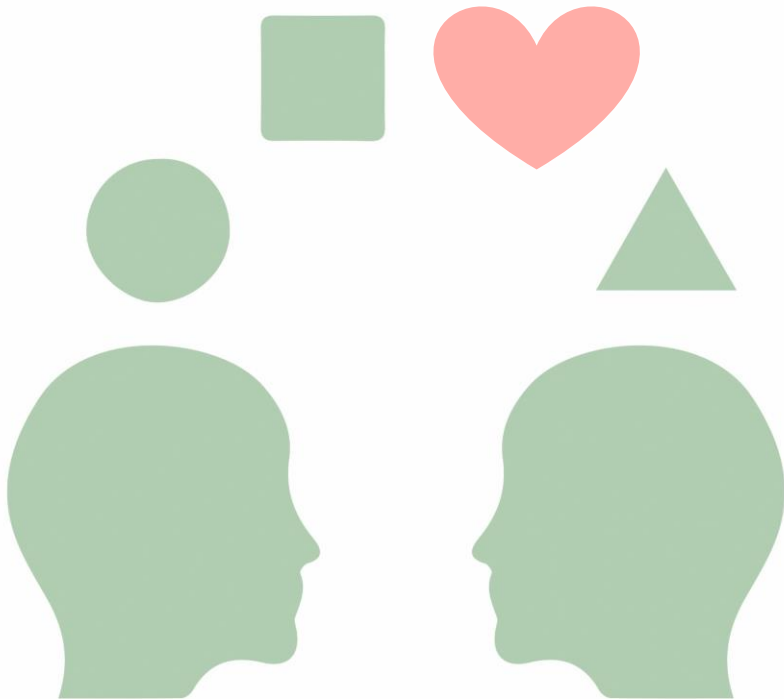
Wrap-up workshop

Bevorderen mentaal welzijn studenten is nodig en mogelijk door kunst

- Verminderen stress: Creatieve opdrachten/mindfulness
- Ontwikkelen empathie: Visual Thinking Strategies (VTS)
 1. Goed kijken/observeren
 2. Creatief en kritisch denken
 3. Taalvaardigheid en communiceren
 4. Perspectief nemen, verschil zelf/ander
 5. Actief luisteren en respectvol uitwisselen

Vragen?

Toepasbaarheid eigen praktijk?



Afsluiting

Meer informatie/oefenen?

1. <https://vtshome.org>

<https://vtsnederland.org>

2. Voor VTS online google op op New York Times: 'NYT AND VTS'

<https://www.nytimes.com/column/learning-whats-going-on-in-this-picture>

3. Voor pdf Proefschrift google op:

'Ingemarie Sam AND Research Portal Tilburg University'

Dank & tot ziens!

i.s.sam@tilburguniversity.edu

