



## ADVIESERAPPORT

DIAB-TV – SOCIALE MEDIAGEBRUIK VAN JONGEREN UIT GROEP 8

ONDERZOEK: MAARTEN HENDRIKS

OPDRACHTGEVER: DIAB-TV

Praktijkbegeleider: Noël de Bruin

## Inhoud

Inhoud .....	2
Methode .....	3
Onderzoek samenvatting .....	4
Adviezen.....	5
Aanbeveling voor vervolgonderzoek .....	6
Stapsgewijs Vervolgonderzoek voor Gedetailleerde Contentstrategieën .....	6



## Methode

Dit adviesrapport is geschreven voor DiaB-TV. DiaB-TV is een platform voor een gezonde leefstijl. Binnen DiaB-TV vinden ze dat educatie over een gezonde leefstijl een verplicht kernvak in het basisonderwijs zou moeten zijn. Daarom ontwikkelt DiaB-TV lespakketten die op basisscholen gegeven kunnen worden, zodat leerlingen hier meer over leren. Echter is het van belang dat kinderen buiten school ook meer bezig zijn en leren over wat gezonde voeding en leefstijl inhoudt.

In 2018 gebruikte een overweldigende meerderheid van jongeren tussen de 12 en 25 dagelijks internet, namelijk 95 procent. (CBS, z.d.) Hoewel het internetgebruik onder jongeren onverminderd hoog is gebleven, zijn de manieren waarop zij online gaan aanzienlijk veranderd. Het gebruik van pc's of desktopcomputers bij jongeren thuis is afgenomen, terwijl het gebruik van mobiele telefoons of smartphones juist aanzienlijk is toegenomen.

Deze verschuiving in onlinegedrag benadrukt de noodzaak om gebruik te gaan maken van sociale media platforms. In dit onderzoek wordt onderzocht wat de meest gebruikte sociale mediaplatforms onder de doelgroep zijn, wat voor type content zij het meest interessant vinden en welke barrières er zijn voor leerlingen om te leren over gezonde leefstijl op deze platforms. De hoofdvraag hierbij is:

*"Hoe kunnen we via DiaB-TV's social media-platforms jongeren op een boeiende en effectieve manier bereiken om kennis te vergroten over gezonde voeding en het voorkomen van welvaartsziekten?"*

Deze is met behulp van deelvragen onderzocht doormiddel van literatuuronderzoek en het afnemen van interviews. In totaal zijn er 18 leerlingen uit groep 8 van Basisschool de Balans geïnterviewd, waardoor er inzicht is gekregen in het sociale media gebruik van de doelgroep. De respondenten zijn benaderd via een toestemmingsformulier die de juf van de groep heeft uitgedeeld.

De interviews zijn gehouden in groepen van 4 of 5 en de audio is opgenomen. Vervolgens zijn deze getranscribeerd, open gecodeerd en axiaal gecodeerd. Vanuit deze resultaten zijn adviezen opgesteld en verwerkt in dit rapport.



## Onderzoek samenvatting

Nu veel kinderen gebruikmaken van sociale media platforms, en de prevalentie van obesitas en andere welvaartziekten toe blijft nemen is het van belang dat kinderen meer gaan leren over gezonde voeding en leefstijl. In dit onderzoek wordt onderzocht hoe we sociale media in kunnen zetten om jongeren hier kennis over op te laten doen door te onderzoeken wat de meest gebruikte sociale mediaplatforms onder de doelgroep zijn, wat voor type content zij het meest interessant vinden en welke barrières er zijn voor leerlingen om te leren over gezonde leefstijl op deze platforms.

Naast de hoofdvraag: "*Hoe kunnen we via DiaB-TV's social media-platforms jongeren op een boeiende en effectieve manier bereiken om kennis te vergroten over gezonde voeding en het voorkomen van welvaartziekten?*" zijn er ook 4 deelvragen opgesteld om zo goed mogelijk antwoord te geven op de hoofdvraag:

- 1. Welke specifieke sociale mediaplatforms gebruiken jongeren het meest en welke zijn het meest effectief voor educatieve doeleinden?*
- 2. Wat zijn de belangrijkste uitdagingen bij het bereiken van jongeren via sociale media in termen van aandacht vasthouden en betrokkenheid bij gezondheidsonderwerpen?*
- 3. Welke soorten content spreken jongeren het meest aan op sociale media en hoe kunnen we deze content gebruiken om kennis over gezonde voeding en welvaartziekten te vergroten?*
- 4. Hoe kunnen we sociale mediaplatforms inzetten om een positieve attitude ten opzichte van gezonde voeding en levensstijlveranderingen te bevorderen bij jongeren?*

Het onderzoek is kwalitatief en er wordt gebruik gemaakt van fieldresearch in de vorm van semigestructureerde interviews. In totaal zijn 18 leerlingen in groepen van 4 of 5 uit groep 8 van Basisschool de Balans geïnterviewd op de Balans. De interviews zijn getranscribeerd en gecodeerd. Uit het coderen bleken een aantal opvallende onderwerpen terug te komen zoals humor, speelsheid, visueel aantrekkelijk, influencers/rolmodellen en het combineren van educatie met entertainment.

Het belangrijkste om mee te nemen uit het onderzoek is dat leerlingen over het algemeen sociale media geen goede plek vinden om te leren over gezonde voeding en leefstijl. Wel geven ze aan dat creatieve benaderingen met humor en visueel aantrekkelijke content wel effectief blijken om hun interesse te wekken. Voor het bevorderen van een positieve attitude ten opzichte van gezonde gewoonten wordt het aantrekkelijk maken van educatieve content, het gebruik van rolmodellen en uitdagingen aanbevolen als strategieën om jongeren te bereiken en te informeren via sociale mediaplatforms.



# Adviezen

## 1. **Gebruik van TikTok en YouTube als primaire platforms:**

Uit het onderzoek blijkt dat TikTok door 100% van de ondervraagden wordt gebruikt en dat zowel TikTok als YouTube effectief zijn voor educatieve doeleinden vanwege hun visueel aantrekkelijke, korte en interactieve content. Deze platforms bieden de mogelijkheid om zowel vermakelijke als informatieve content te delen, wat cruciaal is om de aandacht van jongeren te trekken.

## 2. **Creëer visueel aantrekkelijke en korte video's:**

Jongeren hebben een korte aandachtsboog en geven de voorkeur aan visueel aantrekkelijke content. Door video's te maken die visueel aantrekkelijk zijn en kort, wordt de kans vergroot dat jongeren de video's bekijken en geïnteresseerd raken in de inhoud.

## 3. **Incorporeer humor en speelsheid in de content:**

Respondenten gaven aan dat humor en speelsheid hen aantrekken. Het gebruik van humoristische en speelse elementen in video's kan helpen om gezondheidsinformatie op een leuke en boeiende manier over te brengen, waardoor jongeren eerder geneigd zijn om de inhoud te consumeren en te onthouden.

## 4. **Focus op praktische en visueel aantrekkelijke content zoals recepten:**

Jongeren toonden interesse in praktische content zoals gezonde recepten die eenvoudig te maken zijn en er aantrekkelijk uitzien. Door dergelijke content te bieden, kunnen jongeren praktische tips krijgen die ze direct kunnen toepassen in hun dagelijks leven.

## 5. **Gebruik trivia en fun facts om interesse te wekken:**

Interessante weetjes en quizen kunnen jongeren op een speelse manier informeren over gezondheid. Dit soort content kan helpen om jongeren nieuwsgierig te maken en hen te betrekken bij gezondheidsinformatie.

## 6. **Combineer educatieve content met entertainment:**

Om een positieve attitude ten opzichte van gezonde voeding en levensstijlveranderingen te bevorderen, moet educatieve content aantrekkelijk worden gemaakt door het combineren van entertainment. Dit kan door middel van dansjes, liedjes of grappige video's die tegelijkertijd informatief zijn.

## 7. **Inzetten van influencers en rolmodellen:**

Influencers en rolmodellen die jongeren aanspreken en die gezonde voeding en levensstijl promoten, kunnen een grote impact hebben op de attitude van jongeren. Door samen te werken met populaire influencers, kan DiaB TV de boodschap effectiever overbrengen.

## 8. **Organiseren van uitdagingen en interactieve activiteiten:**

Het opzetten van uitdagingen waarbij jongeren worden aangemoedigd om gezonde recepten te proberen en hun ervaringen te delen, kan de betrokkenheid vergroten. Dit soort interactieve activiteiten kan jongeren motiveren om gezonde gewoonten aan te nemen.



# Aanbeveling voor vervolgonderzoek

## Stapsgewijs Vervolgonderzoek voor Gedetailleerde Contentstrategieën

### Stap 1: Voorbereiding en Literatuuronderzoek

1. **Literatuuronderzoek:** Verzamel bestaande studies over effectieve educatieve content voor jongeren op sociale media.
2. **Doelstellingen Bepalen:** Formuleer duidelijke onderzoeksvragen en doelstellingen, zoals:
  - Welke kenmerken maken educatieve video's voor jongeren effectief?
  - Welke formats en thema's resoneren het best met jongeren van 11-12 jaar?

### Stap 2: Analyse van Huidige Content

1. Analyseer bestaande educatieve content op platforms zoals TikTok en YouTube. Identificeer video's en posts die goed presteren in termen van weergaven, likes, en betrokkenheid.
2. Vergelijk de best presterende content met minder succesvolle voorbeelden om patronen en succesfactoren te identificeren.

### Stap 3: Interviews en Focusgroepen

1. **Selectie van Deelnemers:** Selecteer een diverse groep van leerlingen van 11-12 jaar oud.
2. **Diepte-interviews:** Voer diepte-interviews uit om inzicht te krijgen in hun voorkeuren en reacties op verschillende soorten content.
3. **Focusgroepen:** Organiseer focusgroepen waarin kinderen verschillende contentformats beoordelen en hun voorkeuren en suggesties delen.

### Stap 4: Prototyping en Experimenteren

1. Ontwerp en ontwikkel verschillende soorten prototype video's en posts gebaseerd op de bevindingen uit eerdere stappen.
2. Maak gebruik van visuele en technische experts om hoogwaardige, visueel aantrekkelijke en korte video's te produceren.
3. Plaats de prototypes op TikTok en YouTube en meet de reacties en betrokkenheid van de doelgroep.

### Stap 5: Analyse en Evaluatie

1. Analyseer de prestatiegegevens van de prototypes (bijv. weergaven, likes, shares, reacties).
2. Verzamel feedback van de doelgroep via enquêtes en vervolggelbesprekken.
3. Pas de contentstrategieën aan op basis van de verkregen feedback en herhaal het experiment indien nodig.

### Stap 6: Rapportage en Aanbevelingen

1. Schrijf een gedetailleerd rapport met de resultaten van het vervolgonderzoek.
2. Formuleer concrete aanbevelingen voor DiaB-TV over welke contentstrategieën het meest effectief zijn.
3. Ontwikkel een handleiding met stapsgewijze instructies voor het maken van visueel aantrekkelijke en korte video's, inclusief voorbeelden van effectieve content en mogelijke formats en thema's.





# WAT SLIM! IS

EEN PROJECT OVER  
GEZONDE LEEFSTIJL

