

# de grote vragen.



## Evaluatie verdiepingstraject.

'Hier wil ik voor leven!' verdiepingstraject, voorjaar 2022.  
Evaluatie op basis van enquête deelnemers.

20 december 2022

De Grote Vragen | [www.degrotevragen.nl](http://www.degrotevragen.nl)

## Inhoud

Inleiding.....	3
Samenvatting resultaten.....	4
Coaching .....	4
Groep.....	5
Sprekers .....	6
Oefeningen.....	6
Communicatie.....	8
Sketchnotes .....	9
Opbouw en lengte .....	10
Huiswerk .....	11
Impact .....	12

## Inleiding

In het voorjaar van 2022 deden 14 twintigers mee aan het verdiepingstraject "Hier wil ik voor leven!" van De Grote Vragen. Zij vulden allen tijdens het slotweekend met aandacht een evaluatie-enquête in, waarvan we de resultaten hier presenteren. Voor die resultaten zijn we heel dankbaar: het traject was een groot succes.

Deelnemers beoordelen het traject gemiddeld met een 8.7. Alle deelnemers zeggen dat het traject "heel erg" de tijd en het geld waard was. Het traject heeft deelnemers geholpen met hun eigen vragen, geholpen in het vinden van zingeving, impact gehad op keuzes in studie en werk, veerkracht gegeven en eenzaamheid verminderd. In dit document worden de resultaten van de enquête verder uitgewerkt.

Het traject werd als volgt omschreven op onze website:

Jij bent student en/of twintiger en denkt na over je toekomst. Je voelt een grote vrijheid om te kiezen wat je allemaal zou willen doen, maar tegelijkertijd verlamt die vrijheid je ook. Je leest en hoort het overal: kies je eigen weg, volg je hart, ga voor je dromen! Dat klinkt prachtig maar... hóé dan? Want waar ligt jouw weg? Hoe volg je je hart? En hoe weet je dat het najagen van je dromen de moeite waard is?



"Het traject heeft me veel zelfkennis gegeven in wat ik kan, wat mogelijk is en wie ik ben."



"Het heeft me geleerd dicht bij mezelf te komen en mijn gevoel serieus te nemen."

Herkenbaar...? Dan hebben iets moois voor je ontwikkeld: het verdiepingstraject **Hier wil ik voor leven!** – op zoek naar **zingeving**, van februari tot en met april 2022. Tien dagen lang duik je samen met leeftijdsgenoten de diepte in, op inspirerende plekken in Nederland, op zoek naar wat jouw leven de moeite waard maakt!

Meer informatie over het traject zelf is te vinden op onze website, of bij ons op te vragen.



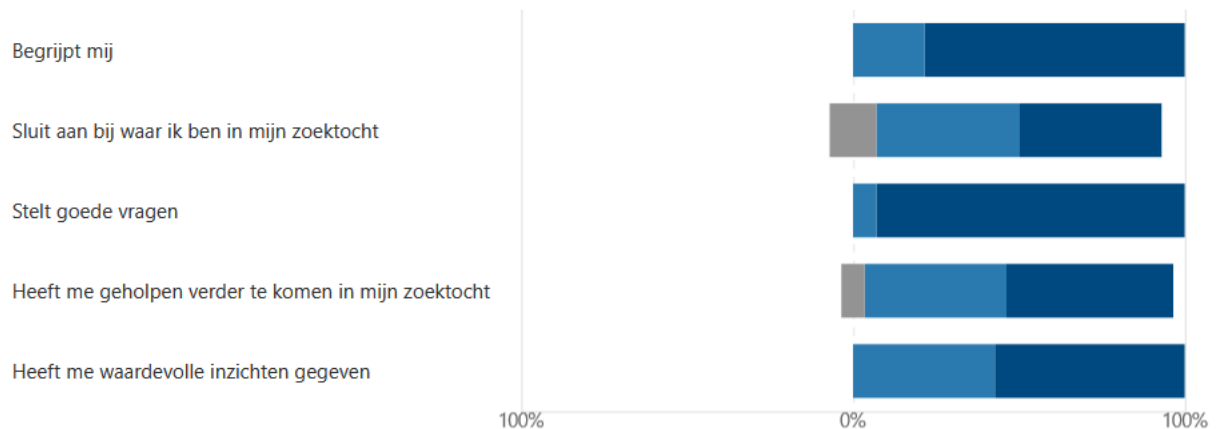
"Het heeft mijn horizon verbreed."

## Samenvatting resultaten

N = 14. 7 mannen, 7 vrouwen. Geboren tussen 1994<sup>1</sup> en 2002.

### Coaching

■ Totaal niet ■ Niet echt ■ Weet niet ■ Best wel ■ Heel erg



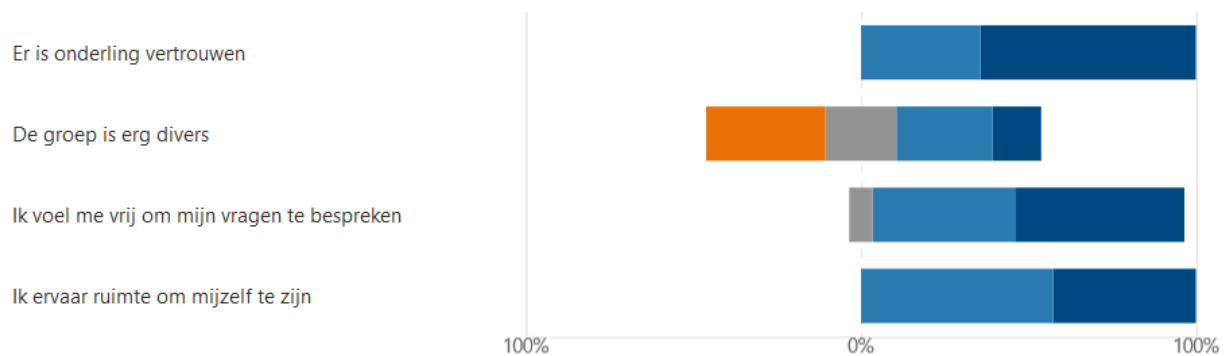
- Zeer grote tevredenheid over alle drie de coaches. Luisteren goed. Sluiten aan. Helpen zoektocht te verhelderen.
- Gemiddeld cijfer: 8,7, met weinig variatie tussen coaches.

<sup>1</sup> Eén respondent is ouder: vrouw, geb. 1988. Ze is als vrijwilliger betrokken. Haar respons is wel gewoon meegenomen.

# de grote vragen.

## Groep

■ Totaal niet ■ Niet echt ■ Weet niet ■ Best wel ■ Heel erg



- Zeer grote waardering over de groep. Kernwoorden: openheid / open-minded houding, herkenning, wederzijds respect (ondanks verschillen).
- Belangrijkste verbeterpunt: meer diversiteit (nu veel mensen met christelijke achtergrond).

# de grote vragen.

## Sprekers

- Sprekers: over het algemeen worden de sprekers goed gewaardeerd.
- Wel grote onderlinge verschillen.

(Meer gedetailleerde evaluatie van de sprekers is bij ons bekend maar wordt niet publiekelijk gedeeld.)

## Oefeningen

- Een aantal opmerkingen:
  - o "Heel divers", "Sloten goed aan."
  - o "Vaak praktisch", "Praktische en niet te ingewikkeld", "Door de oefeningen kon je juist voelen en ervaren", "Het maakt de theorie praktisch", "Ik vond het fijn om praktisch dingen te verwerken ipv alleen maar met je hoofd bezig te zijn.", "Fijn dat je na de intensieve theoretische verhalen even wat praktisch hebt."
  - o "Leuk om te doen, fijne manier om het gesprek met elkaar aan te gaan.", "Een goede balans tussen uit je comfortzone getrokken worden en het fijn vinden.", "Je doet dingen die je normaal niet snel zou doen."
- Verbeterpunten:
  - o Wellicht meer reflectie in kleine groepjes? "In mijn ogen mogen mensen wel iets meer worden uitgedaagd om te zeggen wat ze voelden/dachten tijdens de oefeningen." De behoefte aan meer gesprek in kleine groepjes wordt door meerdere mensen geuit bij de algemene vraag naar verbeterpunten voor het traject.
- Per oefening.
  - o Op volgorde van hoeveel indruk de oefeningen hebben gemaakt:

<b>Tijd van stilte (Startweekend)</b>	1,4
Film Melancholia (Startweekend)	1,1
Knippen & plakken: ik en de tijd waarin we leven (Startweekend, o.l.v. Carmen)	1,0
<b>Groepsgesprek over onze ervaringen gedurende het traject (Slotweekend)</b>	1,0
Voeten wassen (christendom)	0,6
Gebed (Islam)	0,6
<b>"Wat hebben we geleerd?" (Slotweekend)</b>	0,6
Open podium (Slotweekend)	0,5
Meditatie (Boeddhisme)	0,4
Drieluik-tekening (o.l.v. Carmen, expressief individualisme)	0,3
"Wat neem ik mee?" + Stilte (Slotweekend)	0,3
Eye-gazing (New Age)	0,2
Filmpje "Powers of Ten" (Wetenschappelijk naturalisme)	0,2
Stilte-tijd en verhaal van de zaaier (Slotweekend)	0,0
Lernen (Jodendom)	-0,7
Mijn bankafschriften & de nood van de wereld (Effectief Altruïsme)	-1,0

- o Op volgorde van "heeft me veranderd":

<b>Tijd van stilte (Startweekend)</b>	0,5
<b>Groepsgesprek over onze ervaringen gedurende het traject (Slotweekend)</b>	0,4
Drieluik-tekening (o.l.v. Carmen, expressief individualisme)	0,1
"Wat neem ik mee?" + Stilte (Slotweekend)	0,1
<b>"Wat hebben we geleerd?" (Slotweekend)</b>	-0,3
Meditatie (Boeddhisme)	-0,4

# de grote vragen.

Stilte-tijd en verhaal van de zaaier (Slotweekend)	-0,4
Knippen & plakken: ik en de tijd waarin we leven (Startweekend, o.l.v. Carmen)	-0,5
Filmpje "Powers of Ten" (Wetenschappelijk naturalisme)	-0,5
Open podium (Slotweekend)	-0,5
Film Melancholia (Startweekend)	-0,6
Eye-gazing (New Age)	-0,7
Voeten wassen (christendom)	-0,8
Mijn bankafschriften & de nood van de wereld (Effectief Altruïsme)	-1,0
Gebed (Islam)	-1,0
Lernen (Jodendom)	-1,3

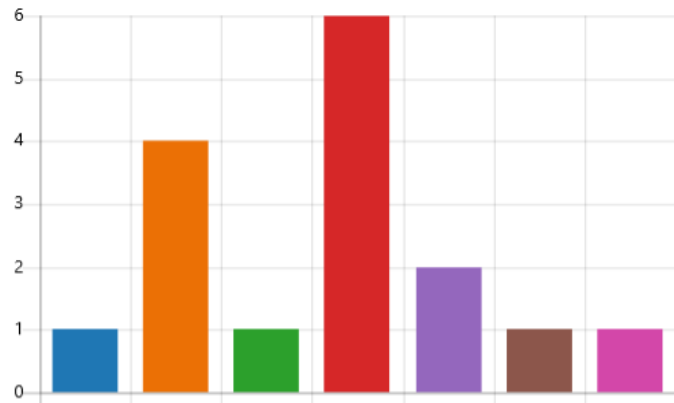
- **Vetgedrukt** een aantal oefeningen die in beide rijtjes hoog scoorden, die dus zowel veel indruk hebben gemaakt als deelnemers hebben veranderd. *Cursief* twee oefeningen die naar eigen zeggen de deelnemers hebben veranderd, maar niet hoog scoorden op 'maakte indruk'.
- Opvallend de oefeningen die hoog scoorden op 'heeft me veranderd', veelal oefeningen met *stilte* zijn. (De knip & plak oefening was ook in stilte.)

*Meer informatie over de oefeningen is bij ons op te vragen.*

# de grote vragen.

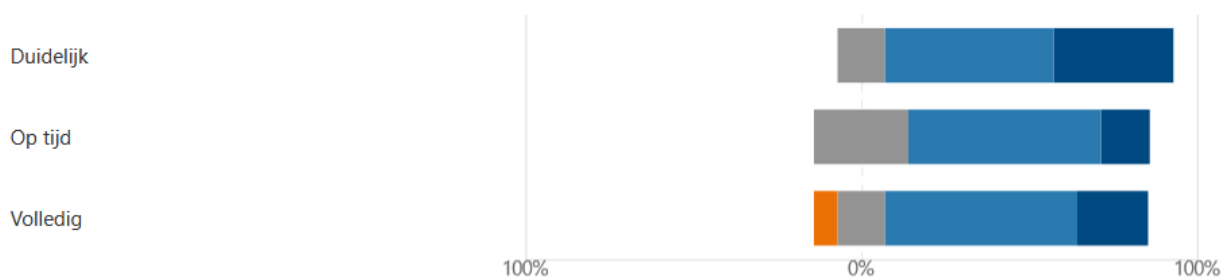
## Communicatie

Ik volg DGV op social media	1
Ik zag een advertentie op soci...	4
Ik zag het op de website	1
Ik werd getipt door iemand	6
Ik las erover in een nieuwsbrief	2
Ik ben al langer betrokken bij ...	1
Andere	1



- Mensen vonden het traject op verschillende manieren, maar vooral via tips van anderen (43%) en via advertenties op social media (29%).

■ Totaal niet ■ Niet echt ■ Neutraal ■ Best wel ■ Heel erg



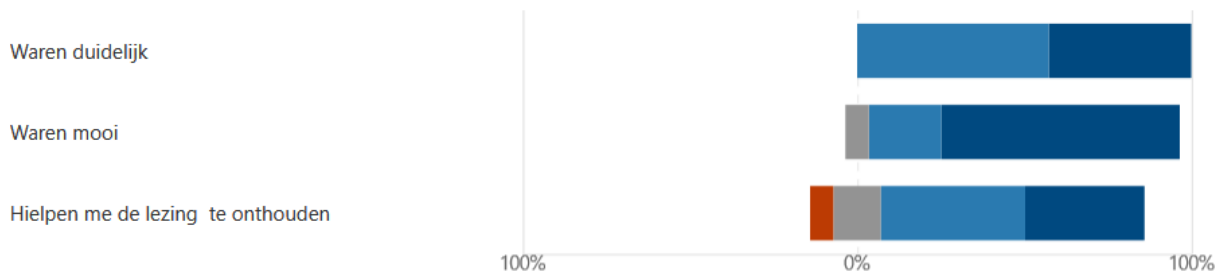
- Communicatie wordt zeer goed beoordeeld.
- Verbeterpunten: behalve incidenten, vooral: info nog iets eerder sturen, direct na een dag de materialen voor de volgende dag.



# de grote vragen.

## Sketchnotes

■ Totaal niet ■ Niet echt ■ Neutraal ■ Best wel ■ Heel erg



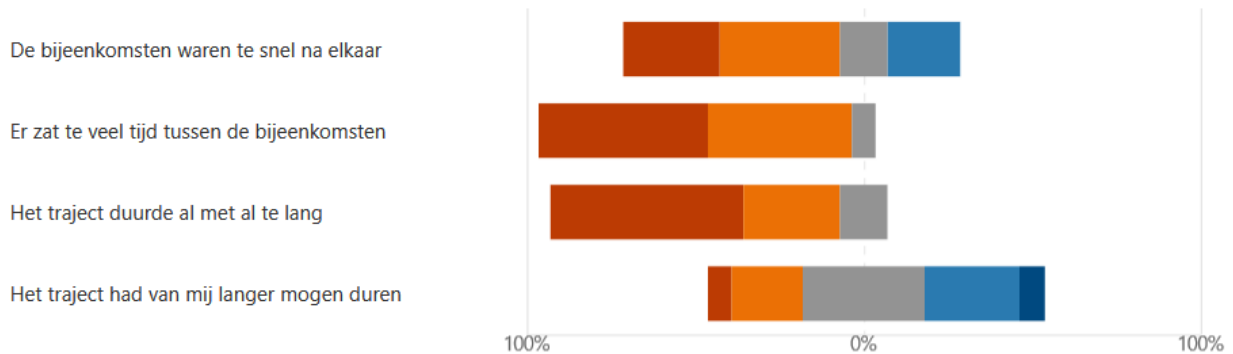
- Grote waardering voor de sketchnotes. Ze waren duidelijk en mooi en hielpen de meeste deelnemers de lezingen beter te onthouden.
- Een paar reacties: "Fantastisch!! Alleen maar complimenten." "De creativiteit in de tekeningen, ik ben zelf echt een visueel ingesteld persoon dus het heeft me enorm geholpen om terug te blikken op de verschillende sessies." "Leuke en originele manier van verwerken!"



# de grote vragen.

## Opbouw en lengte

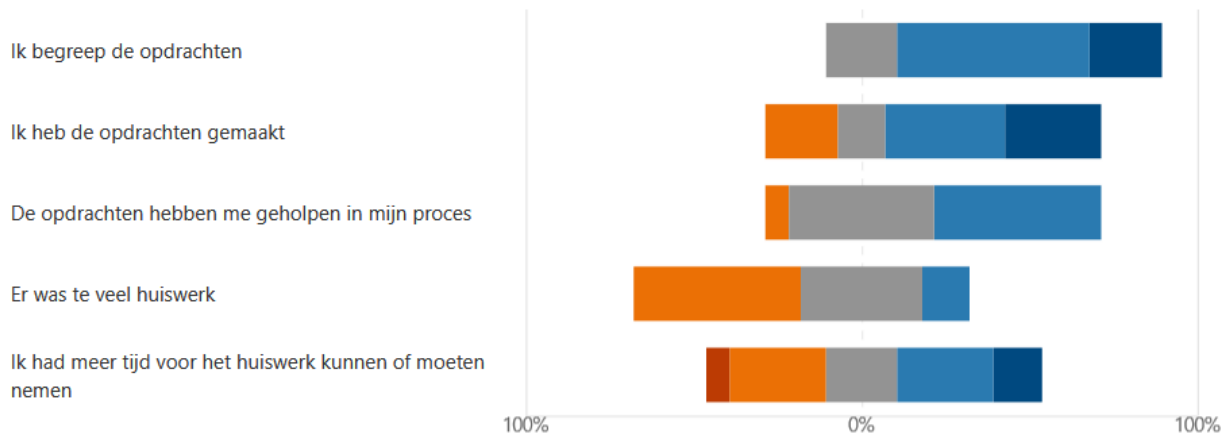
■ Totaal niet ■ Niet echt ■ Neutraal ■ Best wel ■ Heel erg



- Lengte en opbouw van het traject worden door een grote meerderheid positief beoordeeld. Het had niet korter moeten zijn, en niet langer hoeven duren. De frequentie was goed.
- Een minderheid vond de bijeenkomsten te dicht op elkaar (21,4%). Van een derde van de groep (36%) had het traject langer mogen duren.

## Huiswerk

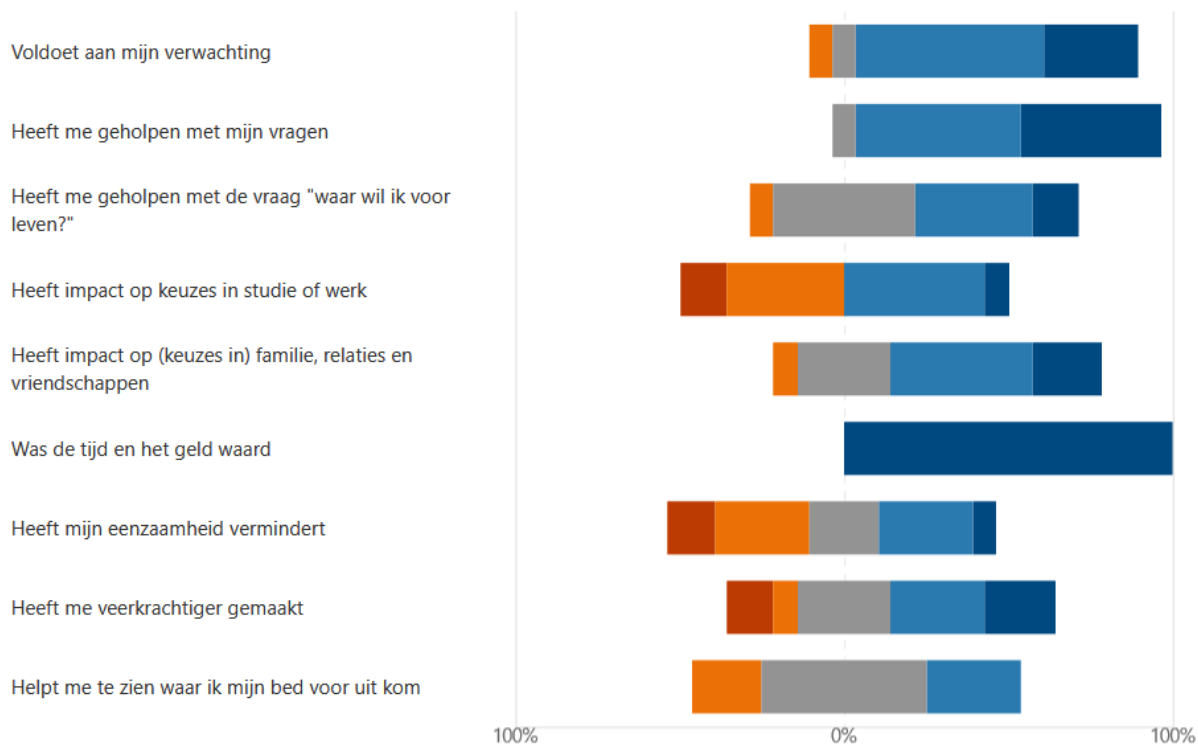
■ Totaal niet ■ Niet echt ■ Neutraal ■ Best wel ■ Heel erg



- De huiswerkopdrachten waren duidelijk en werden door grote meerderheid echt gemaakt. 50% geeft aan dat de opdrachten geholpen hebben in het eigen proces.
- Een kleine groep (14%) vond dat er te veel huiswerk was. Een iets grotere groep had naar eigen zeggen zelf meer tijd voor het huiswerk kunnen of moeten maken (43%).

## Impact

■ Totaal niet ■ Niet echt ■ Weet niet ■ Best wel ■ Heel erg



- Het traject voldeed voor bijna iedereen aan de verwachting en 100% van de deelnemers zegt dat het traject "heel erg" de tijd en het geld waard was.
- Het traject blijkt behoorlijke impact te hebben gehad:
  - o Vrijwel alle deelnemers zijn verder gekomen met hun eigen vragen (93%).
  - o 50% van de deelnemers is verder gekomen met het vinden van een antwoord op de hoofdvraag "waar wil ik voor leven?".
  - o 50% van de deelnemers heeft het traject ook impact gehad op keuzes in studie of werk.
  - o Voor 65% van de groep heeft het traject impact gehad op relaties met familie, relaties of vriendschappen.
  - o 50% zegt dat het traject ze meer veerkracht heeft gegeven.
  - o Volgens 36% heeft het de eigen eenzaamheid vermindert.
- In eigen woorden heeft het traject de deelnemers dit gebracht:
  - o "Een waardevolle groep mensen, ruimte om mijn vragen te bespreken en handvatten om door te gaan"
  - o "Bredere visie."
  - o "Kennis, een zoekrichting en vriendschappen."
  - o "Meer kennis van de mensen om mij heen en dus van mijzelf."
  - o "Vertrouwen en ervaring om met mensen de dialoog over grote vragen aan te gaan. Daarnaast ook een flink stuk zelfbewustzijn over m'n eigen houding en gedrag."
  - o "Rust, herkenning, erkenning van bepaalde pijn en moeite die het christelijk geloof bij me teweeg heeft gebracht, goede contacten, begrip, gezelligheid."
  - o "Het heeft me geleerd eerst dicht bij mezelf te komen en mezelf en mijn gevoel serieus te nemen, het heeft me rust gegeven. (...) Ik kan beter accepteren dat ik niet alles kan en hoeft te weten op dit moment, dat ik hier de tijd voor mag nemen en dat heel veel dingen goede en slechte kanten hebben, het hangt er maar net vanaf hoe je ernaar kijkt."

# de grote vragen.

- “Dat ik mijn vragen eindelijk echt durfde aan te gaan en veel inhoudelijke input van en herkenning bij anderen die daarbij hielp. En ik heb ontzettend veel verbinding gevoeld met andersdenkenden en ervaren dat we best veel op elkaar lijken allemaal.”
  - “Zekerheid en gegrondheid in m’n keuze.”
  - “Een plek voor mijzelf waar ik mijzelf met mijn vragen kwijt kan, zonder dat degene waar ik mee praat meteen in de kramp schiet.”
  - “Meer vragen kunnen/durven stellen.”
  - “Meer rust/stilte/meditatie/focus!”
  - “Het heeft mijn horizon verbreed.”
  - “Veel zelfkennis op het gebied wat ik kan, wat mogelijk is en wie ik ben.”
  - “Het heeft mij ook geïnspireerd in mijn zoektocht in werk.”
  - “Het coachingsgesprek heeft mij laten praten over mijn gevoel van eenzaamheid, wat ik niet eens direct door had dat dit het gevoel was en het was confronterend maar ook heel goed dat dit bloot kwam te liggen. Hierdoor snap ik weer een beetje beter waarom ik mij voel zoals ik mij voel het afgelopen jaar. Het heeft een proces bij mij op gang gebracht waar ik verder mee kan.”
  - “Ik vind het tof dat ik nu beter voel hoe ik denk over geloof en ben ik blij dat ik zo veel heb geleerd over de verschillende levensovertuigingen, omdat het in contact met verschillende mensen alleen maar zal helpen omdat ik het nu beter snap en meer begrip heb. Al met al, was dit een hele mooie ervaring die ik voor geen goud had willen missen.”
- Eindoordeel deelnemers: 8.7.