



TOETSDRUK

EEN PROJECT VAN DE VO-RAAD EN LAKS

VMBO Examenfestival 2025

GEPRESENTEERD DOOR

Project Toetsdruk Verminderen

INHOUD

1 Wat is er aan de hand?

2 De rol van school

3 In gesprek

4 Hoe wij kunnen helpen





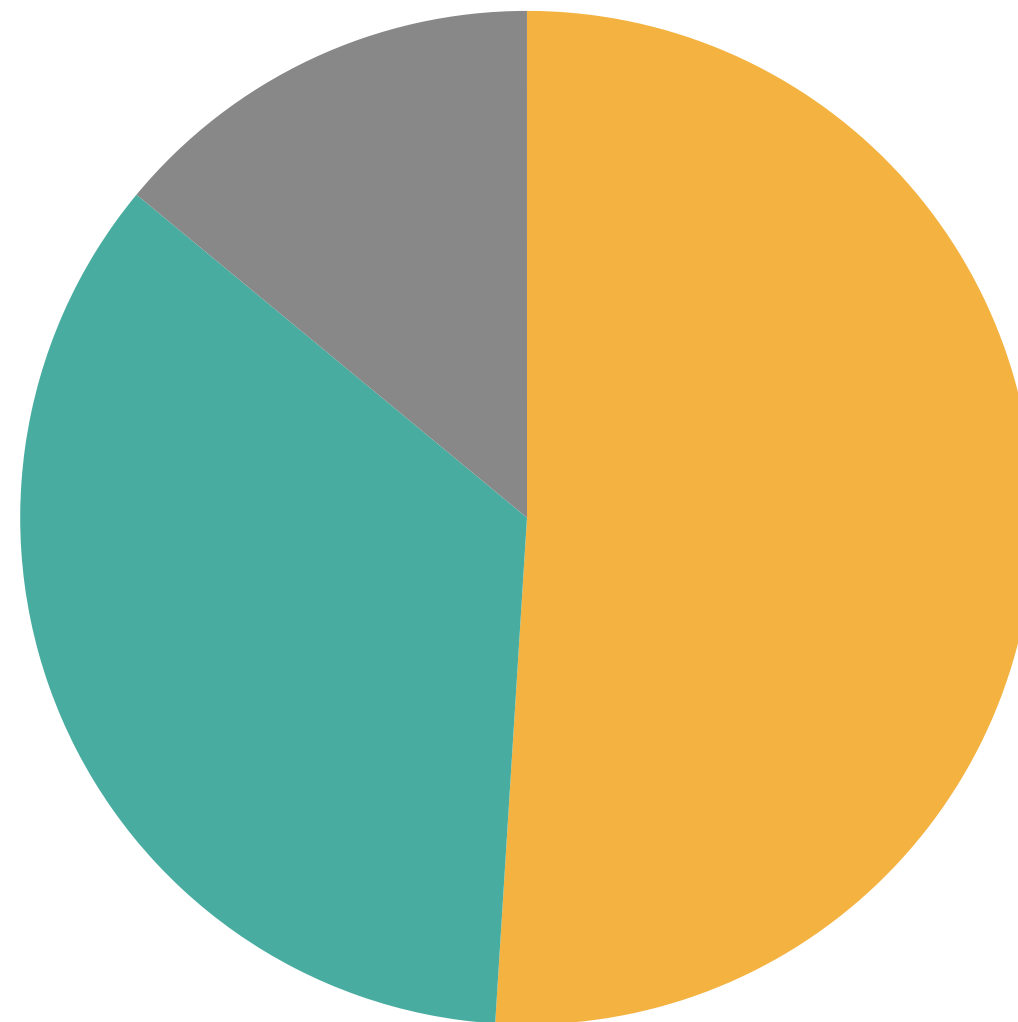
1. WAT IS ER AAN DE HAND?



Ervaren mentale gezondheid

Bron: Gezondheidsmonitor
Jongvolwassenen 2024

■ (zeer) goed ■ matig ■ (zeer) slecht



56% van de jongvolwassenen ervaart prestatiedruk

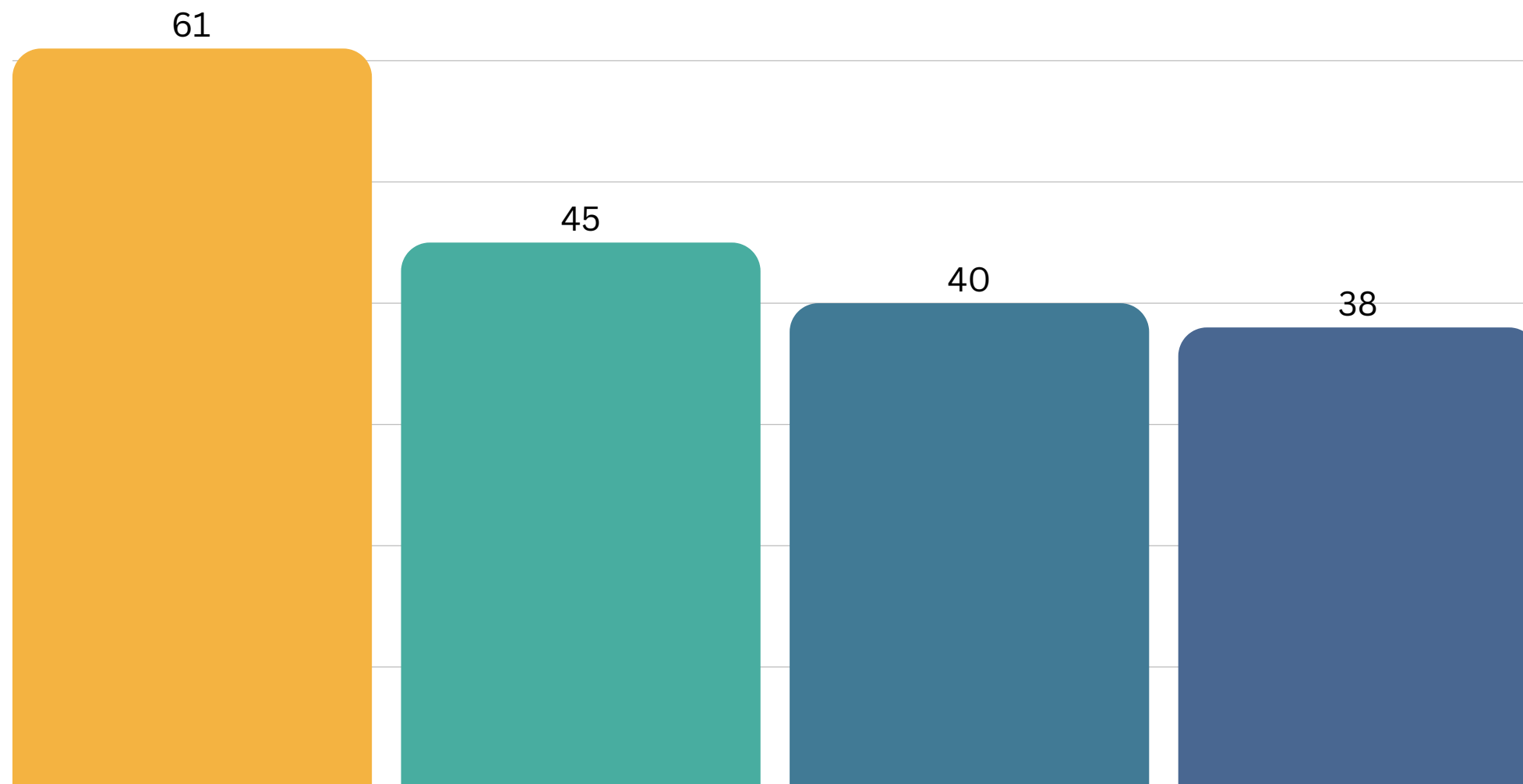
Bron: Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2024



De belangrijkste bronnen van stress

Bron: Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2024

■ studie of school ■ werk of bijbaan ■ eisen die jongvolwassene aan zichzelf stelt
■ familie, vrienden of relatie



**Lucas, 15 jaar
vmbo-t**





2. DE ROL VAN SCHOOL



Invloed van school

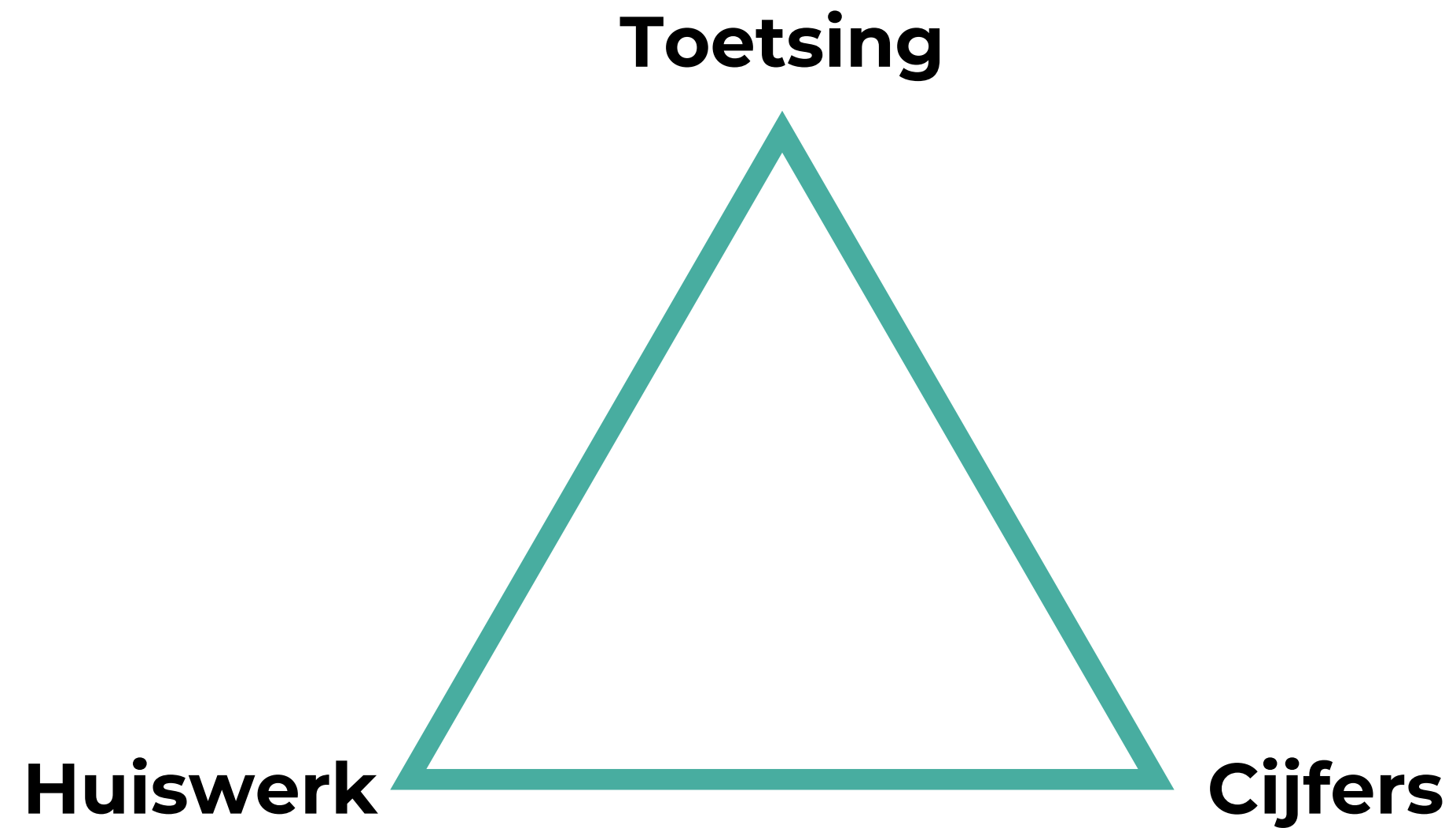
Bron: SEO Economisch Onderzoek & Trimbos Instituut

**Het percentage scholieren in het vo dat veel
druk ervaart door schoolwerk is sinds 2001
verdubbeld.**



Invloed van school

Bron: SEO Economisch Onderzoek & Trimbos Instituut



Invloed van school

Bron: De Correspondent

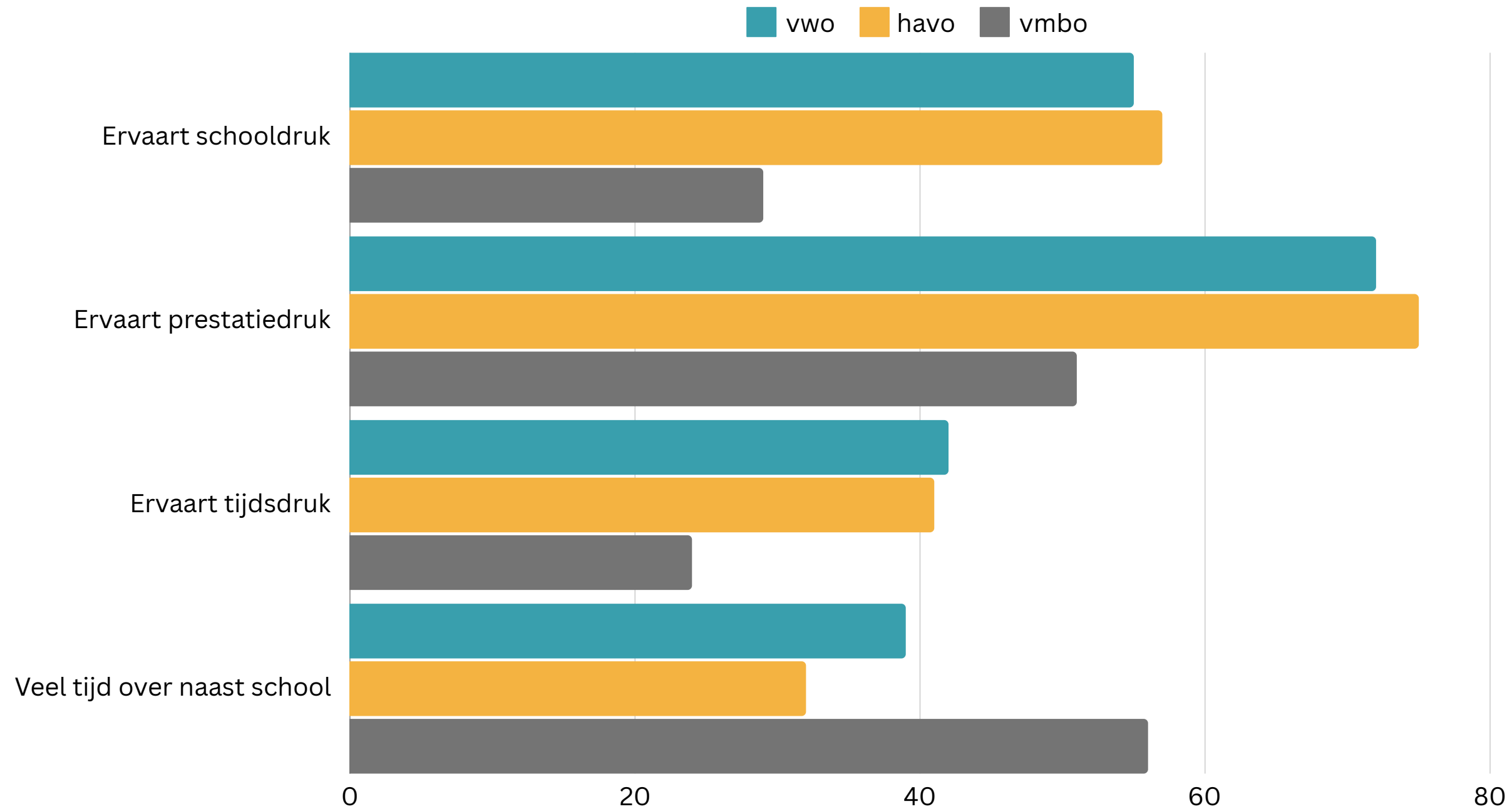
**Een Nederlandse scholier krijgt gemiddeld
102 cijfers per schooljaar.**

Dat betekent in de praktijk: om de lesdag een cijfer.



Invloed van school

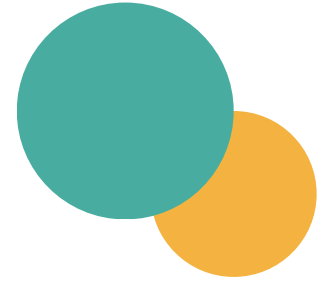
Bron: SEO Economisch Onderzoek & Trimbos Instituut



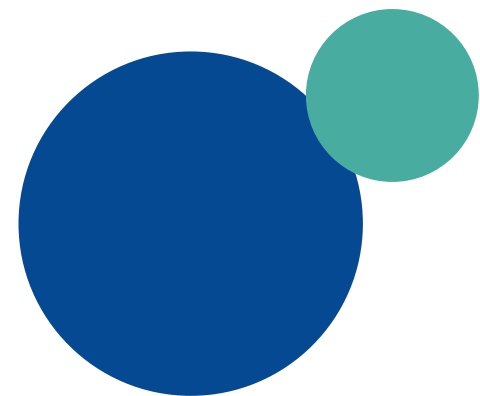


3. IN GESPREK



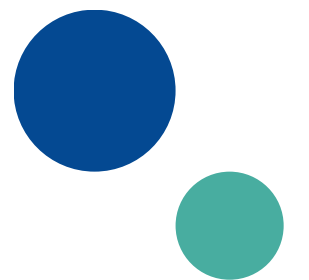


Hoe wordt toetsdruk op jouw school ervaren?





**Wat is een goede aanpak om
toetsdruk voor leerlingen te
verminderen?**





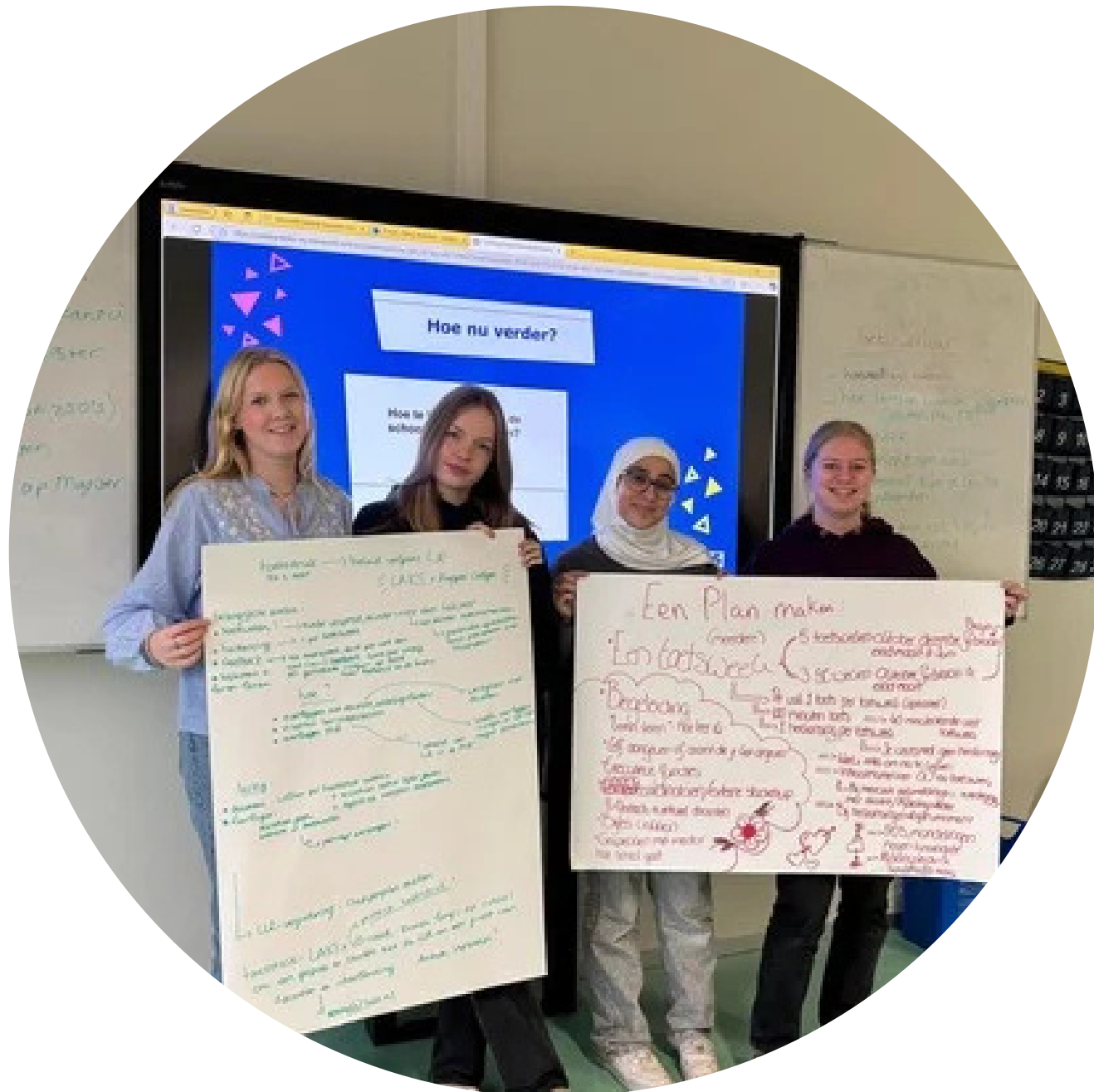
4. HOE WIJ KUNNEN HELPEN



Activiteiten voor leerlingen

Toetsdruktrainingen

Toetstalks



Leernetwerken

“Het is heel inspirerend om van andere scholen te horen wat zij doen om de toetsdruk te verminderen”

”Iedere bijeenkomst kom ik terug op school met ideeën om het anders te gaan doen”



Inspiratiebijeenkomsten

10 april 13.30-16.30

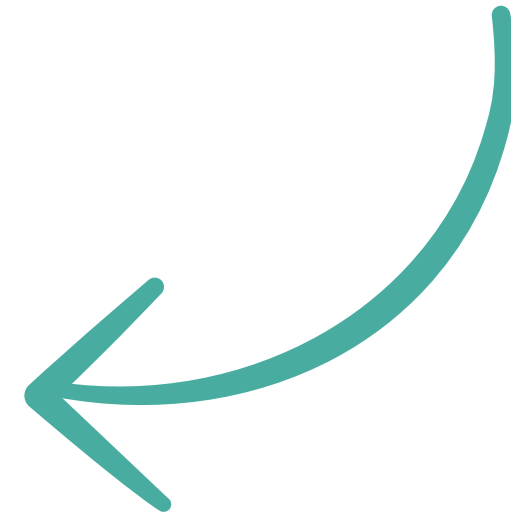
Dominique Sluijsmans

Praktijkvoorbeelden

Leerlingen aan het woord



Op de hoogte blijven of in gesprek?



www.toetsdruk.nl

