



Jongerenbijeenkomst Normaliseren

27 juni 2023



SCAL advies

voor de **jeugd** west
brabant
west



Inhoudsopgave

03 Inleiding

04 Dit vinden jongeren uit
West-Brabant West

16 Aanbevelingen



Inleiding

De regio West-Brabant West onderzoekt samen met jeugdprofessionals, zorgorganisaties, professionals uit het onderwijs, GI's, beleidsadviseurs én cliënten hoe jongeren in West-Brabant West zo goed en normaal mogelijk kunnen opgroeien. De afgelopen jaren stijgt het beroep op jeugdhulp namelijk flink. Inmiddels heeft 1 op de 7 kinderen een vorm van jeugdhulp en zien we dat de meest kwetsbare jeugdigen lang moeten wachten op passende zorg. Professionals hebben het drukker dan ooit. De balans is zoek. Hoe houden we de jeugdhulp beschikbaar, betaalbaar en best passend voor zowel cliënt als zorgaanbieder en gemeenten?

Afgelopen voorjaar vonden al 3 sessies met beleidsadviseurs en hulpverleners plaats. 27 juni 2023 was het tijd om samen met jongeren met ervaring in de jeugdhulp om tafel te gaan. Vinden zij dat ze zichzelf kunnen zijn? Hoe ziet 'zo normaal mogelijk opgroeien' er voor hen uit? Wie in hun omgeving kan daar iets voor hen in betekenen en wat zijn hun verwachtingen tegenover (geslaagde) jeugdhulp?

Na inspirerende woorden van niemand minder dan wereldkampioen kickboksen Rico Verhoeven, zijn de jongeren in twee groepen uit elkaar gegaan om hun verhaal te delen. Dit document vat hun ervaringen samen en geeft concrete actiepunten waar beleidmakers van de gemeenten mee aan de slag kunnen.



Dit vinden jongeren uit West-Brabant West...

Dit document laat zien hoe jongeren uit West-Brabant West denken over normaal opgroeien en het jeugdhulpsysteem. De teksten zijn aangevuld met quotes van de jongeren zelf.

Allereerst geven jongeren aan dat ze zichzelf kunnen zijn, maar dat dit vaak afhankelijk is van hun omgeving. Opgroeien in de huidige maatschappij is volgens hen uitdagend, aangezien onder andere sociale media kan bijdragen aan haat en negativiteit. Daarmee heeft het invloed op hun gedrag en keuzes.

Daarnaast vinden jongeren het belangrijk dat hun mening serieus wordt genomen en dat ze betrokken worden bij hun eigen proces. De relatie met de hulpverlener wordt als cruciaal gezien, waarbij een goede klik, vertrouwen en flexibiliteit belangrijke aspecten zijn. Daarbij willen jongeren niet alleen gezien worden als een diagnose, maar als volledige individuen. Ze willen begrepen worden en dat er rekening wordt gehouden met hun persoonlijke achtergrond en cultuur.

Tenslotte pleiten de jongeren ervoor dat de jeugdzorg sneller en beter beschikbaar wordt, met minder wachtlijsten en meer aandacht voor specifieke problematieken.



Ik kan zijn wie ik ben, maar dat is wel afhankelijk van mijn omgeving

De aanwezige jongeren geven aan dat zij over het algemeen kunnen zijn wie zij zijn, maar dat dit wel afhankelijk is van de plek waar ze zich bevinden of van de mensen die op dat moment aanwezig zijn. Zo word je bijvoorbeeld deels gevormd door de mensen waarmee je omgaat. Als je vrienden blowen, is de kans groter dat je dat zelf ook gaat doen. Dat gaat automatisch. Hetzelfde geldt voor een omgeving waarin criminaliteit plaatsvindt. Jongeren geven aan dat ze daar dan ook sneller inrollen.

"Het is echt lastig om op dit moment op te groeien. Jongeren zijn onderling heel erg hard tegen elkaar en hier moet je altijd tegenin gaan. Als je stil blijft, dan blijft vervelend gedrag je achtervolgen. Ik geef een ander een klap of een grote mond en dan stopt het"

"Ik zit nu bij een zorgboerderij. Daar mag ik ontdekken wie ik ben en wat ik leuk vind. Dat doet me goed. Ik heb zelf aangegeven dat ik hierheen wilde en wat ik wil doen"

"Iedereen heeft vooroordelen, dat is menselijk"

"Ik zit op een Vrije School. Daar kan ik zijn wie ik ben en ik heb het daar naar mijn zin. Van mijn ouders mag ik ook zijn wie ik ben"

"Ik zou graag leren hoe ik om kan gaan met andere meiden. Hoe kan ik op een goede manier met mijn leeftijdsgenoten omgaan? Het is heel fijn als ik iemand heb waarmee ik hier in vertrouwen over kan praten."



Sociale media maakt het volgens jongeren lastiger om jezelf te zijn. Er is veel haat aanwezig op kanalen als Instagram en Snapchat. Het feit dat de ander (anoniem) achter een scherm reacties kan plaatsen, maakt dat kwetsende opmerkingen sneller worden gemaakt. Iedereen kan wat van je vinden en het gaat 24/7 door.

"Social media is een poppenkast. Iedereen denkt alles tegen elkaar te kunnen zeggen, men zit veilig achter een scherm te tikken"

Tegelijkertijd geven sommige jongeren aan sociale media juist fijn te vinden. Je kunt er makkelijk contact leggen met anderen en ervaringen uitwisselen. Het heeft daarmee ook een veilige kant waarin je je minder kwetsbaar hoeft te voelen dan de 'offline' wereld.

Als je in de jeugdzorg zit of gezeten heb, wordt er anders naar je gekeken of met je omgegaan, aldus de jongeren. Er ligt automatisch een negatief oordeel klaar. Jongeren hebben het gevoel geen eerlijke kans meer te krijgen. Deze stempel belemmert soms het 'jezelf kunnen zijn'.





Activiteiten met vrienden, school of vrijetijdsverenigingen zijn betekenisvol voor jongeren

Jongeren geven aan dat naast jeugdhulp, er voor hen veel andere vormen van contact en ondersteuning zijn die betekenisvol zijn. Voorbeelden hiervan zijn vrije tijdsverenigingen, vrienden én leraren op school of de eigen ouders. Waar het in de jeugdhulp vaak gaat om de jongere als individu, wordt de focus daar bij dit soort activiteiten niet zo op gelegd. Jongeren zijn onderdeel van een groep, gaan daar in op en vinden inspiratie in contact met anderen. Daarbij staan hun problemen niet op de voorgrond, wat ervoor zorgt dat deze momenten als minder ‘beladen’ door de jongeren worden ervaren.

"Wij zitten bij een musicalgroep, daar kunnen wij en ook de rest 100% onszelf zijn. We zijn allemaal hetzelfde daar en accepteren elkaar. Buiten de lessen spreken we ook af met elkaar. Het helpt ons echt de week door"

"Door de vele veranderingen voelde mijn huis niet meer als 'thuis'. Op school was het stabiel, dus daar voelde ik me meer thuis. Ik weet daar waar ik aan toe ben, thuis niet"

"Met de jeugdhulpverlener zit ik 1-op-1 tegenover elkaar in een lege ruimte. Daar voel ik me minder op mijn gemak dan dat ik lekker in een groep met vrienden bezig ben"

"Ik haal inspiratie uit mijn leraren en mijn moeder stimuleert mij om dingen te doen. Met mijn therapeut kan ik juist goed praten over mijn problemen"

Heb aandacht voor de persoon achter de diagnose of het probleem

Voor jongeren is het stellen van een diagnose een middel om tot passendere hulp en ondersteuning te komen. Wanneer duidelijk is waar zij hinder van ervaren, is het fijn dat daar hulpmiddelen voor aangewezen kunnen worden.

Het stellen van een diagnose zou geen doel op zich moeten zijn. Jongeren ervaren namelijk dat het hebben van een diagnose ook nadelige gevolgen met zich mee kan brengen. Het drukt een stempel op ze waardoor minder naar hen als persoon (naast de diagnose) wordt gekeken. Conclusies worden snel getrokken.

"Zodra mensen op school of op mijn werk weten dat ik in de jeugdzorg zit, behandelen ze me anders in negatieve zin. In het (speciaal) onderwijs, bij de huisarts, in de buurt. Er ligt direct een oordeel klaar. Je komt nooit meer van de jeugdzorg af, ik zal er mijn hele leven lang nadeel van ervaren"

"Normaliseer het gebruik van jeugdzorg, als iets dat even bij het leven kan horen, in plaats van dat je als apart gezien wordt"

Over het stellen van een diagnose en de gevolgen daarvan, verschillen de jongeren van mening over de juiste aanpak. Waar de een voorstelt de diagnose uit het dossier te halen en deze enkel mondeling met elkaar te delen, wil de ander het juist op de achtergrond in het dossier hebben maar verder niet met elkaar op de voorgrond bespreken. Gezien de persoonlijke voorkeuren van jongeren, is het raadzaam om als jeugdhulpverlener het gesprek met hen aan te gaan over: wat vinden zij prettig en wat hebben zij nodig om hun diagnose als een hulpmiddel in te zetten?





"Ik vind mijn diagnoses fijn doordat ik hierdoor weet hoe ik met bepaalde dingen om kan gaan. Wat ik niet fijn vind is dat mensen door mijn diagnose denken te weten wie ik ben en hoe ik in elkaar zit. Vertel de diagnose alleen tegen mij en geef me handvatten hoe ik ermee om kan gaan. Laat mijn diagnose verder uit mijn dossier"

"Als de aantekening over mijn diagnose al in mijn dossier staat, waarom moet daar vervolgens dan steeds met mij over gesproken worden? Wat heb ik daaraan?"

"Mijn diagnose wordt op een kinderlijke manier toegelicht. Dat vind ik niet fijn"

"Iedereen heeft goede en slechte kanten, waarom kunnen we geen 2e kans krijgen?"



Hulpverleners moeten aanvullende expertise hebben die de omgeving niet heeft

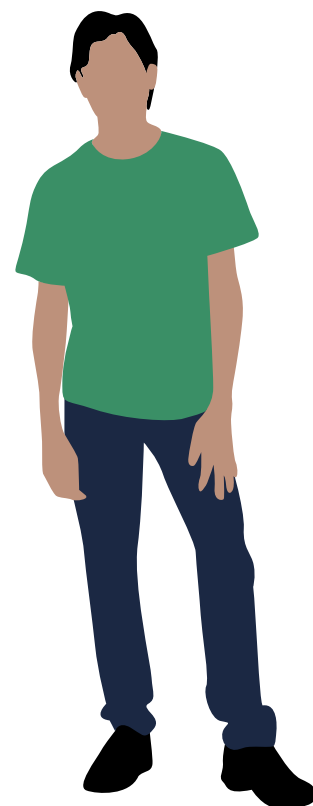
Soms is hulp vanuit je ouders, school of andere naasten niet genoeg. Dan is professionele hulp nodig. Vanuit de jeugdhulp verwachten de jongeren ondersteuning en expertise die hun omgeving hen niet kan bieden. Daarbij pleiten ze voor een sterkere focus op preventie: niet enkel aandacht op de grote problemen, maar ook op de kleine problemen die tot grotere kunnen uitgroeien.

"Op een gegeven moment is de hulp uit je omgeving niet meer genoeg"

"Therapie enzovoorts helpt in het leren omgaan met bijvoorbeeld agressie"

"Ik heb zelf aangegeven dat het niet meer ging en ik in therapie wilde. Ik wist dat ik niet meer kon, dat dit nodig was"

"Ik was erg blij dat er uiteindelijk hulp was voor mij, dat deze is ingeschakeld. Ik vond het wel lastig dat ik aan het begin helemaal niet wist waar ik aan toe was"

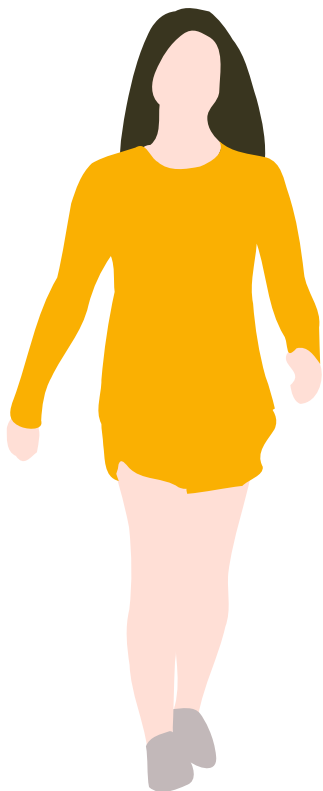


Naast de aanwezigheid van kennis, verwachten jongeren vanuit de jeugdhulp ook een stukje professionaliteit en vakbekwaamheid waardoor hulp die écht nodig is kan worden geboden. Indien de desbetreffende hulpverlener deze niet kan bieden, verwachten jongeren daar transparantie in. Dit in plaats van dingen blijven doen die niet werken. Het is belangrijk dit telkens tussen hulpverlener en de jongere te blijven toetsen: doen we het goede?

Luister écht naar de jongere en betrek ze in hun eigen proces

Jongeren weten zelf heel goed wat ze fijn en belangrijk vinden. Zij doen dan ook een beroep op de hulpverleners om écht naar hen te luisteren en het gesprek met ze aan te gaan. Vertrouw erop dat zij zelf ook kunnen bijdragen in het slagen van hun proces. Jongeren geven aan dat ze zich nu altijd serieus genomen voelen als het gaat om het verkondigen van hun verhaal. Daartoe krijgen ze ook vaak de kans niet. Dat zouden zij graag anders willen zien, dit zou structureel wél moeten gebeuren.

Indien na het gesprek met de jongere blijkt dat er afgeweken moet worden van de wens van de jongere, willen ze daarover geïnformeerd worden zodat ze kunnen begrijpen waarom. Duidelijke communicatie met hen is belangrijk: waarom worden er bepaalde keuzes gemaakt in de hulpverlening? Hierdoor voelen zij zich serieuzer genomen en meer betrokken bij hun eigen proces.



"Als er iets gebeurt, geloven ze altijd de volwassenen en niet de jongeren. Bij een incident bijvoorbeeld, dan speelt de leiding onder 1 hoedje en geloven ze enkel elkaar. Wij jongeren zitten voor een bepaald probleem daar, waarom zou je niet met ons het gesprek aangaan in plaats van meteen op fixatie overgaan? Niet elke leiding staat er even oprecht en integer in."

"Ik kreeg geen uitleg waarom een bepaalde methode werd gebruikt, ik snapte dus ook niet waarom ze daarvoor kozen. Het was met allemaal treintjes, ik ben toch geen kind meer?"

"Ik heb ruimte om te zeggen wanneer ik iets anders wil, maar dan komt er weer van alles tussendoor in het proces en gebeurt er niet snel iets"



Investeer in de relatie met de hulpverlener

Het is voor jongeren heel erg duidelijk dat de relatie met de hulpverlener grotendeels bepaalt in hoeverre hulpverlening succesvol is of niet. Het hebben van een goede klik met de hulpverlener is stap 1 in het doen slagen van hulpverlening. Volgens jongeren moet daarbij niet onderschat worden hoe lastig het kan zijn om aan te geven dat deze klik er niét is, zeker als je al lang op de hulp hebt gewacht. Naast het hebben van een klik, is het blijvend investeren in een gelijkwaardige, vertrouwde relatie erg belangrijk.

Jongeren vinden het essentieel dat de hulp die zij krijgen aansluit bij hun leefwereld. Een gesprek in combinatie met een voor de jongere leuke activiteit (zoals voetbal of tijdens een wandeling) werkt meer verbindend dan een gesprek aan tafel. Dat laatste voelt geforceerder.

Naast aansluiten bij de leefwereld en een stukje verbinding, is het opbouwen van een vertrouwensband met de hulpverlener ook heel belangrijk voor jongeren. Sommige jongeren geven aan dat in het verleden deze vertrouwensband al vaker is beschadigd, waardoor zij moeite hebben deze band met andere hulpverleners op te bouwen. Het zonder overleg doorspelen van informatie aan ouders/verzorgers en de vele wisselingen van hulpverleners (zonder goede overdracht) zijn hier voorbeelden van.

Tenslotte hebben jongeren behoefte aan goede bereikbaarheid van hun jeugdhulpverlener. Daarin zouden hulpverleners ook flexibel moeten zijn, zodat ze er zijn wanneer jongeren het écht nodig hebben. Problemen kunnen immers ontstaan in de avond- of weekenduren en dan hebben zij nog steeds iemand vertrouwd naast hen nodig.

"Eerder is mijn vertrouwen beschadigd: mijn hulpverlener vertelde 1-op-1 dingen aan mijn ouders door zonder dat ik dit wist of er goedkeuring voor had gegeven. Ik vertrouw daardoor hulpverleners minder snel"

"Het is belangrijk om te kunnen aangeven wanneer iets niet voor je werkt of als je geen klik met de hulpverlener voelt. Toch is dat spannend of ongemakkelijk, zeker als je al lang op bepaalde hulp hebt gewacht"

"Er is veel 1-op-1 contact met de begeleiders hier. Ze komen naar je wedstrijd toe, we doen wat leuks en ondertussen praten we."

*"De groepsleiding zou meer aanwezig moeten zijn op de groep. Ze zitten nu vaak alleen op kantoor en komen er alleen uit wanneer er een gesprek gepland staat.
Jammer!"*

Het is helpend als de hulpverlener zelf iets gemeen heeft met de jongere in kwestie. Dit kan bijvoorbeeld ervaring binnen de jeugdhulp of het hebben van een rugzakje zijn. Jongeren geven aan dat deze hulpverleners hun beter kunnen begrijpen. Ook het hebben van dezelfde culturele achtergrond kan helpend zijn. Je culturele blik beïnvloedt immers deels hoe je die wereld ziet. Het hebben van dezelfde basis hierin helpt de communicatie en het begrip tussen hulpverlener.

"Ik moest veel overgeven en kon niks binnenhouden. Ik ging daarom naar de huisarts. De huisarts concludeerde al snel dat ik anorexia had omdat ik uit een oorlogssituatie kwam. Ze hebben verder geen onderzoek gedaan. Ik heb helemaal geen anorexia. Mijn geschiedenis had niets te maken met mijn fysiek ziek zijn nu."



Jeugdzorg moet sneller en beter beschikbaar zijn

Aan de beschikbaarheid schort het volgens de jongeren nog vaak. Wachtlijsten zijn erg lang doordat er te weinig professionals zijn en er is onvoldoende budget voor bijvoorbeeld voldoende gevarieerd eten en leuke activiteiten. Een zeer kwalijke zaak volgens de jongeren. Hier ligt een basis om het écht beter te gaan doen.

"Er is soms zo'n lange wachtlijst dat ik denk 'ik wil ook best 1 keer per 2 weken komen in plaats van elke week'. Dan heeft een andere jongere tenminste de hulp die hij/zij nodig heeft in plaats van dat hij/zij nog maanden moet wachten"

"De focus moet op méér jeugdzorg liggen, dat is wat nu voor jongeren echt nodig is. Er moet meer beschikbaarheid tot jeugdzorg zijn"

"Toen ik 113 belde, kreeg ik de voicemail met het bericht dat er nu niemand beschikbaar is voor me. Dat wil je dan echt niet horen"



Daarnaast loopt de jeugdzorg volgens jongeren vol omdat uitstroom erg lastig is. Van sommige problematieken is bijvoorbeeld zo weinig bekend, dat jongeren van het kastje naar de muur gestuurd worden zonder echt geholpen te worden. Daarnaast hebben jongeren het gevoel dat het 'nooit genoeg is', dat de hulp nooit het probleem in zijn geheel zal oplossen en ze daarmee altijd doorgestuurd worden naar een volgend traject.

"Ik kom niet meer uit de cirkel van jeugdzorg, je zit er heel lang in. Je wordt steeds maar doorgestuurd, moet van voor af aan beginnen of hebt toch meer hulp nodig. Je komt er lastig uit"

"Mijn hulpverleningsinstantie weet niet genoeg van de transzorg. Ik ga nu naar een transgroep om met anderen in dezelfde positie te praten. Ik ben op zoek naar gelijkgestemden. Het gevaar daarbij is wel dat je elkaar naar beneden kan halen, nadelig mee kan zuigen in elkaars verhaal"





Aanbevelingen

Naar aanleiding van de ervaringen van jongeren kunnen we meerdere aanbevelingen doen om jongeren in West-Brabant West zo normaal mogelijk te laten opgroeien met hulp en ondersteuning vanuit zowel de eigen omgeving als jeugdhulp waar nodig. We maken hierbij onderscheid tussen aanbevelingen aan de gemeenten, jeugdhulpaanbieders en scholen.

Gemeenten

Investeer in veilige omgevingen voor jongeren



Om de ontwikkeling van jongeren te stimuleren en sociale relaties te bevorderen, is het van essentieel belang om te investeren in veilige omgevingen. Gemeenten kunnen jongerencentra, sportclubs, muziekgroepen en buurtactiviteiten faciliteren. Dit biedt jongeren kansen om zichzelf te zijn en positieve interacties met anderen aan te gaan.

Faciliteer bewustwording over sociale media



Het bewustzijn van de impact van sociale media en daarmee om kunnen gaan is belangrijk voor jongeren om zichzelf te kunnen zijn. Gemeenten kunnen programma's en trainingen ontwikkelen om jongeren te leren hoe ze zichzelf kunnen beschermen tegen online negativiteit, haatreacties en cyberpesten. Samenwerking met scholen kan dit initiatief versterken.

Verspreid positieve verhalen van jongeren die baat hebben gehad bij jeugdzorg



Stigmatisering rond mentale gezondheid en jeugdzorg kan een belemmering vormen voor jongeren om hulp te zoeken. Gemeenten kunnen samenwerken met scholen en media om realistische en niet-stigmatiserende verhalen te presenteren. Dit zal helpen om het vragen om (gespecialiseerde) hulp en ondersteuning toegankelijker te maken, met het oog op preventie.

Faciliteer toegankelijke jeugdhulp



Laagdrempelige en goed bereikbare jeugdhulp is belangrijk. Gemeenten moeten zorgen voor toegankelijkheid, ook buiten kantooruren, door middel van bijvoorbeeld online mogelijkheden en bereikbare crisisinterventie.

- > **Zorg voor efficiënte doorstroommogelijkheden binnen de jeugdzorg**
Dit kan worden bereikt door betere samenwerking tussen hulpverleningsinstanties en het verminderen van bureaucratische processen.

Integreer actiepunten voor jeugdhulpaanbieders in contractgesprekken

- > Samenwerking tussen gemeenten en jeugdhulpaanbieders is van cruciaal belang voor succesvolle verbeteringen voor jongeren. De gemeente dient hierbij sturend en faciliterend op te treden. Hierdoor wordt onder andere cliëntparticipatie en toegankelijke jeugdhulp meer verankerd in de samenwerking tussen gemeenten en jeugdhulpaanbieders.

Betrek jongeren structureel bij het maken van beleid

- > De visie van jongeren is onmisbaar bij het toetsen van effectief beleid. In het kader van 'Normaal Opgroeien' heeft de bijeenkomst van 27 juni 2023 bijvoorbeeld al veel informatie opgeleverd, maar zijn ook vervolgvragen naar voren gekomen welke nog verder uitgediept mogen worden. Aanvullende jongerenbijeenkomsten (ook op andere thema's) zouden waardevol zijn.



Jeugdhulpaanbieders

Heb gedurende het hulptraject aandacht voor de omgeving waar jongeren zich in bevinden

- > Besef dat veel externe factoren (gezinssituatie, sociale media, vriendengroepen klasgenoten, etc.) van invloed kunnen zijn op het gedrag van de jongeren. Jongeren geven duidelijk aan dat de wereld is verhard en zij zich daartoe te verhouden hebben. In hoeverre is er tijdens de intake en de hulpverlening aandacht voor dit externe krachtenveld?

Zet in op groepsinterventies

- > Het aanbieden van groepsactiviteiten kan jongeren helpen steun te vinden bij leeftijds- en/of lotgenoten. Dit vormt een waardevolle aanvulling op individuele ondersteuning. Jongeren geven aan het prettig te vinden dat de focus ook op de groep ligt en niet alleen op henzelf.

Blijf investeren in scholing en trainingen voor het personeel

- > Houd de expertise van hulpverleners op peil door te investeren in scholing. Denk hierbij aan specialistische interventiemethoden en kennis over verschillende doelgroepen (bijvoorbeeld LGBTQ+) om jongeren de aanvullende expertise te bieden die zij nodig hebben.

Ga het gesprek aan over de diagnose

- > Hoe zien jongeren dit als een hulpmiddel tijdens hun traject? Wat hebben zij nodig om het als hulpmiddel te zien? Leg uit hoe deze kan dienen als een hulpmiddel tijdens hun traject. Respecteer hun voorkeuren en benader de diagnose als slechts één aspect van hun identiteit.

Ben je bewust van de afhankelijkheidsrelatie

- > Het kan vanwege de afhankelijkheidsrelatie voor jongeren lastig zijn om aan te geven dat er geen klik is. Creëer een laagdrempelige manier waarop jongeren dit kunnen aankaarten (bijvoorbeeld via een derde persoon of online) en informeer hen over de vervolgstappen om onzekerheden te voorkomen.



Betrek jongeren structureel bij het maken van keuzes

Evalueer regelmatig de voortgang van het hulpverleningstraject samen met jongeren, en waar nodig met hun ouders. Creëer een structuur waarbij dit een vast onderdeel is. Vraag jongeren om feedback en pas je aanpak aan indien nodig. Erken jongeren als experts van hun eigen leven en ervaringen en stimuleer wederzijdse openheid en transparantie waarin jongeren zich vrij voelen om hun zorgen, twijfels en vragen te uiten.

Investeer in de relatie tussen hulpverlener en jongere

Faciliteer waar nodig trainingen om relationele vaardigheden te ontwikkelen, zoals actief luisteren en empathie tonen. Stimuleer daarbij het gebruik van verschillende gespreksvormen en activiteiten die aansluiten bij de leefwereld van jongeren. Zorg voor flexibele beschikbaarheid, ook buiten kantooruren, en wees eerlijk over wat je wel en niet kunt betekenen voor de jongeren. Deze aspecten achten de jongeren belangrijk in het opbouwen van een goede relatie met hun hulpverlener.



Scholen

Aangezien het over normaliseren gaat, is het ook verstandig om naar andere omgevingen van jongeren te kijken. Eén voorbeeld daarvan zijn de scholen. Het is aan te raden om als regio in gesprek te gaan met scholen om het te hebben over hun rol binnen normaliseren.

Bevorder een positieve en inclusieve schoolsfeer

Om een veilige omgeving voor alle leerlingen te creëren, is het essentieel om te investeren in anti-pestprogramma's en meer aandacht te besteden aan diversiteit. Blijvende aandacht voor begrip en respect tegenover elkaar is cruciaal om ervoor te zorgen dat iedereen zichzelf kan zijn op school.

Creëer lessen over mentale gezondheid, psychische aandoeningen en jeugdzorg

Het vergroten van het bewustzijn over mentale gezondheid leidt tot meer begrip en empathie. Door deze onderwerpen op te nemen in het lessenpakket, wordt het stigma verminderd en wordt het praten over gevoelens en het zoeken naar tijdige hulp aangemoedigd. Preventie staat zo centraal; problemen worden zo vroegtijdig als mogelijk aangepakt.

Zorg voor sociaal-emotionele ondersteuning op school

Leraren kunnen hulp en ondersteuning bieden bij het aanpakken van lastige situaties of problemen bij jongeren. Hierbij is het belangrijk dat leraren leren hoe ze signalen bij jongeren kunnen herkennen en hoe daar vervolgens mee om te gaan. Indien ondersteuning vanuit een leraar niet passend is en er behoefte is aan onafhankelijke ondersteuning, kan een vertrouwenspersoon helpen zijn. In ieder geval is een duidelijk protocol voor het melden en doorverwijzen van jongeren naar de juiste ondersteunende diensten binnen en buiten de school voor beiden vormen van belang.

Betrek ouders en verzorgers actief bij het ondersteunen van jongeren

Regelmatig communiceren over het welzijn van de jongeren, de interventies hiertoe en het consistent uitdragen hiervan draagt bij aan een positieve en ondersteunende omgeving voor jongeren waarin zij zichzelf kunnen zijn en problemen kunnen worden voorkomen/opgelost.



