

De Brug

Integraal werken aan het mentaal welbevinden van jongeren:
bundeling van de uitkomsten

Anne Thijssen en Pamela Jakobs

Lectoraat Klantenperspectief in Ondersteuning en Zorg, hogeschool Windesheim

Januari 2026

Aanleiding

Dit project is onderdeel van de Brug en is geïnitieerd door een bestaand consortium van Almeerse partijen uit het onderwijs, welzijns- en medisch domein. Zij delen de noodzaak dat de mentale ondersteuning aan jongeren laagdrempeliger moet. Een deel van de jongeren lijkt de weg naar mentale zorg moeilijk te vinden. De consortiumpartijen willen het versnipperde aanbod (fysiek, telefonisch of online) meer bij elkaar brengen en inzetten op het ontbrekende laagdrempelige ondersteuningsaanbod dichtbij in de wijk. Hierdoor worden ook de jongeren in kwetsbare posities bereikt.

Het project bouwt voort op drie participatieve onderzoeken naar het mentaal welbevinden van jongeren in Almere onder MBO studenten en VMBO scholieren en op de bestaande verkenningen rondom het project @ease. @ease is een effectieve interventie gericht op hulp aan jongeren tussen 12-25 jaar met psychische vragen of problemen. Het is de Nederlandse variant van Head Space uit Australië waarin getrainde vrijwilligers, professionals en de GGZ samen optrekken. Jongeren kunnen bij @ease één (of meerdere) gesprek(ken) voeren (fysiek of via de chat). De hulp is anoniem en gratis. Op de locatie is altijd een professional aanwezig om te raadplegen, in geval van crisis is een GGZ-professional oproepbaar.

Deelnemende organisaties

In dit project hebben de volgende organisaties en professionals meegewerkt:

- Voortgezet onderwijs: OSG Meergronden en het Echnaton
- Jeugdgezondheidszorg Almere: Jongeren maatschappelijk werkers Almere, jeugdverpleegkundigen en manager preventie
- Zorggroep Almere: praktijkondersteuners GGZ
- Regio-organisatie Huisartsen Almere
- Welzijnsorganisatie de Schoor: jongerenwerkers en teamleider jongerenwerk
- Humanitas Almere: coördinator/coach jongeren
- GGD Flevoland: gezonde school adviseurs
- Gemeente Almere: beleidsadviseurs Jeugd, Welzijn en GGZ
- Lectoraat Klantenperspectief in Ondersteuning en Zorg hogeschool Windesheim: facilitators

Activiteiten

Gerealiseerde activiteiten:

Professionals

- 17 individuele gesprekken met professionals van de verschillende betrokken organisaties. Zij zijn bevraagd op hun werkwijzen, uitdagingen, wensen, verbeterpunten en de samenwerking tussen de verschillende domeinen.
- 4 werksessie met professionals van de betrokken organisaties met de volgende thema's:
 - Terugkoppeling van de interviews en het samen prioriteren van de uitdagingen
 - Een kijkje in elkaars keuken: *wat is ieders werkwijze en wat betekent dit voor een gezamenlijke aanpak?*
 - Ongelijkheid in de toegang tot ondersteuning voor mentale uitdagingen. *Wat zegt de literatuur en wat kunnen we leren van de Maori-cultuur?*
 - Uitkomsten onderzoek jongeren en aan de slag met ouderbetrokkenheid.

Maori Aotearoa (Nieuw-Zeeland)

- Werkbezoek aan een Māori-welzijnsorganisatie in Aotearoa (Nieuw-Zeeland). Tijdens dit werkbezoek heeft een collega kennis en ervaring opgedaan met de ondersteuningsstructuren binnen de Māori-gemeenschap rondom mentale vraagstukken van jongeren. Binnen deze gemeenschap staat een holistische en relationele benadering van welbevinden centraal.

Jongeren

- 7 interviews met jongeren tussen de 17-23 jaar. Deze jongeren kregen ondersteuning van een POH, jongerenwerker of jongerenmaatschappelijk werken. Zij zijn bevraagd op hun dagelijks leven, uitdagingen, ondersteuningsbronnen en hoe hun ideale ondersteuning bij (mentale) uitdagingen eruit ziet.
- 3 participatieve werksessies op middelbare school het Echnaton. In een 4^e jaar vmbo hebben met participatieve methoden, waaronder Photovoice met jongeren gesproken over bij wie ze terecht kunnen als ze met iets zitten en over kenmerken van fijne ondersteuning

Opbrengsten

In het oorspronkelijke plan voor dit onderdeel lag de focus op het vaststellen van randvoorwaarden voor de implementatie van @ease in Almere. Uit de eerste gesprekken met jongeren en professionals bleek dat @ease minder goed past binnen de context van Almere en bij het verbeterstuk waarop we ons binnen dit onderdeel richten: het organiseren van laagdrempelige ondersteuning voor moeilijk bereikbare jongeren. @ease is namelijk gebaseerd op het principe dat jongeren worden ondersteund door vrijwillige jongeren. Jongeren en professionals geven echter aan dat hier weinig behoefte aan is, omdat vertrouwelijkheid rondom mentale vragen voor jongeren erg belangrijk is. Daarnaast vraagt voor de implementatie van @ease een integrale aanpak tussen de verschillende domeinen, ook dit bleek nog onvoldoende ontwikkeld. In de werksessies hebben we samen, op basis van verschillende kennisbronnen, de onderliggende mechanismen van de samenwerking tussen de verschillende domeinen verkend en uitgediept. Tot slot zijn in gezamenlijkheid aanknopingspunten geformuleerd voor het verbeteren van integraal werken tussen de drie domeinen.

Uit de gesprekken en werksessies met professionals en jongeren is veel relevante informatie over het onderwerp naar bovengehaald. Voor de ordening van de informatie hebben we gekozen voor drie thema's bestaansonzekerheid gezinnen, zorgstructuren in het onderwijs, domeinoverstijgend werken in de wijk

Bestaansonzekerheid gezinnen

In het project hebben we ons gericht op twee stadsdelen: Almere Haven en Stedenwijk. In deze stadsdelen woont een relatief hoog aantal gezinnen met een lage SES. Een groot deel van de leerlingenpopulatie van VO-scholen Echnaton (in Stedenwijk) en Meergronden (in Almere Haven) kampt met uitdagingen die zijn gerelateerd aan bestaansonzekerheid (chronische stress en problemen op het gebied van huisvesting, scheiding, financieel). Onderwijsprofessionals geven aan dat dit zijn weerslag heeft op het welbevinden van jongeren, ouderbetrokkenheid en kan leiden tot vermindering van onderwijsplezier, conflicten op school. Daarnaast gaven ook professionals uit het welzijns- en medisch domein dat de urgentie door toenemende bestaansonzekerheid toeneemt. Steeds meer jongeren kampen met schulden en hebben moeite met het vinden van een woning. De groep deelt het uitgangspunt dat de bestaanszekerheid verbeterd zou moeten worden. Op individueel niveau kunnen ze ondersteuning bieden maar structurele verbetering vraagt ook om politieke keuzes op thema's zoals inkomen en wonen.

Jongeren die ondersteuning krijgen of hebben gekregen geven hierbij aan dat door de chronische stress thuis zij vaak niet de ruimte voelen om hun zorgen met hun ouders te delen. Daarnaast voelen ze zich vaak niet begrepen door hun ouders en omgeving en zien ze niet altijd het nut van het bespreekbaar maken van (mentale) uitdagingen. Hulp vragen is voor hen dan ook niet vanzelfsprekend. Jongeren die geen ondersteuning ontvangen geven juist aan dat zij hun problemen bij voorkeur eerst met hun ouders bespreken.

Zorgstructuren in het onderwijs

Als reactie op de toenemende problematiek hebben scholen eigen zorgteams ingericht. De samenstelling verschilt per school en kan bestaan uit onder andere psychologen, orthopedagogen, groepsdynamica-specialisten, jongerenwerkers, jongerenmaatschappelijk werkers, jeugdverpleegkundigen en een zorgcoördinator. Scholen geven aan dat zij met deze teams vroegtijdig en laagdrempelig ondersteuning kunnen bieden, waardoor zij minder afhankelijk zijn van ouders en externe partijen, wat zij als knelpunt ervaren. De ondersteuning is er veelal opgericht voor het verbeteren van de schoolgang van leerlingen. Deze individuele benadering staat echter op gespannen voet met de collectieve groepsbenadering die binnen het onderwijs gebruikelijk is. Daarnaast benadrukken scholen dat zorgteams alleen niet voldoende zijn: ook het school- en pedagogisch klimaat en de kwaliteit van het onderwijs dragen bij aan het mentaal welbevinden van jongeren. Daarom wordt ingezet op het versterken van het pedagogisch klimaat en op scholing van docenten en mentoren om relaties met leerlingen te verbeteren.

Jongeren geven aan dat routes naar ondersteuning vaak onbekend zijn en dat binnen school niet altijd duidelijk is bij wie zij terecht kunnen. Daarnaast maken zij zich zorgen over de vertrouwelijkheid van ondersteuning. Jongeren die wél ondersteuning ontvangen, geven aan dat de doorverwijzing meestal via school verloopt, bijvoorbeeld via een docent of leerlingencoördinator. Daarbij is het voor scholen vaak eenvoudiger om door te verwijzen naar het sociaal domein (zoals jongerenwerk of jongerenmaatschappelijk werk) dan naar het medisch domein (zoals POH-GGZ of gespecialiseerde GGZ).

Bovendien, uit eerder onderzoek naar het mentaal welzijn binnen het onderwijs komt naar voren dat leerlingen met name behoefte hebben aan een goed pedagogisch klimaat op school en in de klas, gekenmerkt door goede en prettige relaties met docenten en medeleerlingen, en door orde en structuur (Jakobs en Thijssen, 2024).

Domeinoverstijgend werken in de wijk.

Door de vier werksessies hebben de professionals meer inzicht gekregen in elkaars werkwijzen en handelingsmogelijkheden. Dit heeft niet alleen de bewustwording vergroot, maar ook de mogelijkheden voor het versterken van de samenwerking duidelijker gemaakt. De werksessies bestonden grotendeels uit dezelfde deelnemers, allen werkzaam in hetzelfde werkgebied. Professionals hebben dit als zeer prettig ervaren: er was tijd om elkaar beter te leren kennen en gezamenlijk te reflecteren op lokale uitdagingen, iets wat door tijdsdruk en gebrek aan facilitering doorgaans lastig te organiseren is. In aanvulling hierop zien zij dat projectmatig werken (zoals in dit project) en de verkokering en van de financiering

Een rode draad uit de werksessies is de wens om de bestaande ondersteuning voor mentaal welbevinden holistischer te organiseren en voldoende ruimte te hebben voor het opbouwen van een ondersteuningsrelatie met jongeren die dat nodig hebben. De focus ligt minder op het direct oplossen van problemen en meer op het versterken van het gewone leven. Idealiter gebeurt dit samen met ouders, zodat zij hun rol als opvoeder kunnen vervullen. De voorbeelden van de Māori-welzijnsorganisatie werden gezien als een inspirerende 'toekomstdroom' voor de lokale situatie.

Professionals geven aan dat jongeren vaak snel worden doorverwezen naar intensievere ondersteuning, in plaats van dat hun vraagstukken integraal in het voorliggend veld worden opgepakt. Dit komt deels door persoonlijke ego (*'als mij het niet lukt dan is intensievere hulp nodig'*) van professionals en het gemak van doorverwijzen.

De inbreng van het jongerenperspectief werd door professionals als waardevol gezien. Jongeren geven aan vooral de relationele aspecten van ondersteuning te waarderen, zoals gelijkwaardigheid, het delen van persoonlijke ervaringen door de hulpverlener, emotionele beschikbaarheid en het gevoel dat ze terechtkunnen via app of telefoon. Luisteren zonder oordeel, warmte en vriendelijkheid zijn belangrijk voor het opbouwen van een vertrouwensband. Een warme overdracht naar andere ondersteuning ontbreekt echter vaak, waardoor jongeren hun verhaal herhaaldelijk moeten vertellen. Daarnaast ervaren jongeren dat ondersteuning vanuit het sociaal domein vaak beter aansluit bij hun leven dan die vanuit het medisch domein.

Producten

- Social media campagne. Samen met campagnebureau Ally Life zetten we een campagne op voor jongeren, waarin thema's zoals veerkracht, zingeving en pedagogische relaties centraal staan. Plekken en volwassenen binnen de Almeerse gemeenschap die bijdragen aan zingeving, verbinding en de ontwikkeling van jongeren worden in beeld gebracht. Ook jongeren zelf zullen op een interactieve wijze bevroegd worden over hoe zij omgaan met uitdagingen. Hiermee willen we het normaliseren van emotioneel moeilijke momenten bevorderen en de drempel om steun in de directe omgeving te zoeken verlagen.
- Dit document, met een bundeling van activiteiten en opbrengsten, wordt gedeeld met het consortium.

Reflectie

Partijen hebben aangegeven dat zij *de Brug* als zeer waardevol hebben ervaren. Het project heeft bijgedragen aan betere samenwerking, vooral op het gebied van bewustwording, het in kaart brengen van bevorderende en belemmerende factoren, en het gezamenlijk formuleren van een visie op toekomstige ondersteuning. Zij vinden het dan ook jammer dat het project is afgerond en spreken de

wens uit om gezamenlijk verder te werken aan een integrale aanpak waarin de holistische en relationele benadering centraal staat. Actiegericht onderzoek samen met jongeren en ouders kan deze ontwikkeling verder ondersteunen.