



IN ORDER TO GROW,
WE NEED TO
CHANGE

GAAN WE NIET TEN
ONDER AAN WAT WE
'SUCCE'S'
NOEMEN?

SOCIALE ZEEPKIST

TIJDSCHRIFT VAN SAXION SOCIAL WORK

'Ik zag met eigen ogen
hoe een kind van vier
werd vastgezet in
een stoel'

Jaargang 1 2025



EEN PLEIDOOI VOOR
EEN GEZONDE BALANS
TUSSEN PRIVE EN STAGE

Van de redactie

Beste lezer,

Verandering begint niet alleen bij degenen die zich durven uit te spreken, verandering *is* al begonnen. Alle dertien studenten, die genomineerd zijn door hun klasgenoten, hebben hun gedachten gevormd, hun overtuigingen gedeeld en hun stem laten horen. Dat vraagt lef, dat vraagt visie. Dat verdient bewondering.

Als student zit je in een fase van ontdekken en groeien. Maar deze dertien bewijzen dat je niet hoeft te wachten tot ‘later’ om impact te maken. Wat je leert, wat je denkt en wat je voelt, krijgt pas echte betekenis als je het uitspreekt. Of het nu gaat om maatschappelijke kwesties, academische discussies of persoonlijke overtuigingen—woorden hebben kracht.

Door de geschiedenis heen hebben grote denkers, vernieuwers en activisten de wereld veranderd, simpelweg door zich uit te spreken. En nu, vandaag, laten deze dertien studenten zien dat ook hun stem telt. Want elke gedachte die wordt gedeeld, kan de vonk zijn die een groter vuur aanwakkert.

Dus wees moedig. Wees nieuwsgierig. Wees de stem die de toekomst vormgeeft. Want wie zich uitspreekt, inspireert anderen om hetzelfde te doen.

— Eveline Kroes Dijkdrenth

De gepubliceerde stukken zijn niet geredigeerd, je zal schrijf taal en apa-fouten tegenkomen. We zien de schoonheid hiervan in, want het leven is niet perfect en anders dan bij een toets, staan technische criteria niet centraal maar telt alleen je stem.

INHOUDSOPGAVE

04

GA TERUG NAAR
JE EIGEN LAND

08

HOE GOED KEN
JIJ JE BUREN?

12

KANSEN OF
BEPERKINGEN

16

MENSWAARDIG
DOODGAAN

19

RED DE JEUGD VAN
DE
HULPVERLENING

23

UITERST
BELANGRIJK:
VRIJWILLIGERSW
ERK

26

STANDAARD-
TARIEVEN
ZONDER
MAATWERK

30

MEER
PRESTEREN,
MAAR MINDER
GELUK

34

STRUCTUUR
ALS
GEVANGENIS

37

VAN STAGE
NAAR STRESS

40

VRIJWILLIGERS
GETRAIND IN
ZELFMOOR-
PREVENTIE
GRIJPEN IN

46

LATEN WE NIET
ONZE EIGEN
ONDERGANG
ZIJN

50

REALITEIT VAN DE
KINDEROPVANG

Ga terug naar je eigen land

Over identiteit, vooroordelen en de strijd om erbij te horen

Nanna Derks, december 2024

Vanuit angst en vooroordelen worden vluchtelingen nog steeds gezien als een probleem. Dit negatieve perspectief belemmert niet alleen integratie, maar ontnemt ook de kansen die vluchtelingen kunnen bieden aan onze samenleving. Het is tijd om anders te gaan denken, om vluchtelingen te zien als een kans, in plaats van een last. Want wees nou is eerlijk, kunnen we ons echt voorstellen hoe het voelt om alles achter te laten, enkel in de hoop ergens anders welkom te zijn?

NEDERLAND WAAROM?

Afgelopen jaar telde de UNHCR 43.400.000 vluchtelingen (UNHCR Nederland, 2024). 43.400.000 mensen die in bizarre toestanden hun veilige haven hebben achtergelaten, omdat het niet meer veilig was om daar te leven, risico's die gemaakt moesten worden die invloed hadden op het hele gezin, waarvan je nooit zeker zou weten wat de afloop daarvan zou zijn. "No one puts their child on a boat, unless the water is safer than the land" – Warsan Shire (Amnesty International, 2024).

Gezien het feit dat er dit jaar (2024) 27.535 mensen waren die gevlucht zijn naar Nederland (Centraal Bureau voor de Statistiek, 2023), zet het mij toch aan het denken, waarom Nederland? Per jaar zijn dit namelijk ruim 237.000 mensen, mensen die de keuze maken om naar Nederland te komen (UNHCR, 2024).

Vanuit de praktijk heb ik veel gehoord dat ze voor Nederland kiezen, omdat Nederland een veilige uitstraling heeft, mensenrechten worden goed gewaarborgd en je wordt er echt gezien als een eigen individu met een eigen mening, en om niet te vergeten mag deze mening ook geuit worden. Onderzoek toont aan dat Nederland goede toekomst-mogelijkheden heeft als het gaat om onderwijs en werk (Ministerie van Justitie en Veiligheid, 2023), zodra de asielprocedure een half jaar loopt mag een vluchteling al beginnen met werken. Wel moet hier eerst nog toestemming voor worden gegeven door het COA (Centraal Orgaan opvang Asielzoekers), om te kijken of de persoon wel geschikt is voor werken, denk aan psychische screenings (Evangelische omroep, z.d.).

Wat ook goed in voordelen werkt is dat wij als Nederlanders de Engelse taal goed beheersen, uit bronnen blijkt dat wij als Nederlanders op nummer 1 wereldwijd staan met de beste Engelse taal & spreekvaardigheden (English Proficiency Index,

z.d.). Dit zorgt er voor dat vluchtelingen zich goed begrepen voelen, omdat we in het Engels vaak goed

kunnen communiceren met elkaar en tot een oplossing kunnen komen.

Want hoe frustrerend is het als je op vakantie aankomt, je spreekt de taal niet en de mensen daar kunnen je niet helpen? En hoe fijn is het als er dan mensen zijn die een tussentaal spreken, zodat je alsnog kan communiceren met elkaar? Precies, nu ben je al een stukje verder met nadenken of jij je kan voorstellen hoe het is om je eigen veilige land achter te laten, voor een land wat je totaal niet kent.

INVLOED VAN STIGMATISERENDE MEDIAVORMGEVING

Een vluchteling heeft recht op dezelfde behandeling als een burger van het land waar hij of zij asiel heeft gekregen (UNHCR Nederland, 2024). Maar toch gebeurt dit nog lang niet altijd. Waar heeft dat mee te maken? Als we kijken naar bijvoorbeeld de mediavormgeving over de onderwerpen waarin het gaat over vluchtelingen zien we vaak dat de term "vluchtelingen problematiek" (Ministerie van Algemene Zaken, 2024) wordt gebruikt. "Problematiek" verwijst voor veel mensen naar een probleem, waardoor de mensen die het lezen dit gaan associëren met de vluchtelingen. Maar de mensen die moesten vluchten uit oorlogslanden zijn niet het probleem, zij zijn slachtoffers van strijd en achtervolging. Door woorden anders te hervormen kan je de positieve benadering vinden voor het schrijven over vluchtelingen en ligt er niet meteen een stigma op het woord "vluchtelingen".

Termen als "vluchtelingen kansen" of gewoon heel simpel "opvang vluchtelingen" kunnen zorgen voor een andere kijk en kunnen de focus leggen op oplossingen en samenwerking (Amnesty International, 2022). Anderen kunnen zeggen dat

de media hier geen grote rol in speelt, maar ik ben er zwaar van overtuigd dat als de media mensen op een bepaalde voor-bedeelde manier neerzet, mensen ook daadwerkelijk die stigma's overnemen en anders gaan kijken naar die onderwerpen.

Om zo maar een persoonlijk voorbeeld te noemen: toen ik een half jaar als onderwijsassistent op een school heb gewerkt, heb ik met sommige namen van kinderen slechte associaties gelegd, dit kan door allerlei verschillende redenen komen, maar als ik sommige namen nu hoor, brengt bij dat meteen terug naar die vervelende associatie, waardoor ik bij mijn eigen kinderwens nu al kan zeggen dat ik mijn kind later nooit zo zou kunnen noemen. Studie van Dokter Howard E. aan Harvard University toont aan dat je slechte associaties inderdaad beter blijft herinneren dan goede. Dit zou te maken hebben met de evolutionaire ontwikkeling, die wij als mens meemaken, maar ook dieren. Doordat we ons kunnen herinneren wie het slecht met ons voor heeft, of waar gevaar hangt kunnen we ons makkelijker verplaatsen in "survival mode", waardoor we ons met meer succes kunnen voortplanten (Solan, 2022).

Wat als ik nu over jouw favoriete voetbalclub met volle overtuiging schrijf dat de supporters hooligans zijn die zorgen voor een onveilige samenleving. En je ziet dat overal op het nieuws voorbij komen, ga je dan anders denken over je favoriete voetbalclub? Hoe zouden de supporters zich voelen als ze alle reacties lezen die mensen er onder plaatsen en zeggen "Jullie vormen een bedreiging voor de samenleving" (Centraal Bureau voor de Statistiek, z.d.). Of met andere woorden, hoe zouden vluchtelingen zich voelen, als ze deze woorden zouden lezen over een plek waar ze zich eigenlijk veilig moeten voelen, nadat ze in de meest onmenselijke situaties hebben gezeten?

POSITIEVE KANTELING

Franse Econoom Hippolyte d'Albis in het CNRS (Franse Nationaal Centrum voor Wetenschappelijk onderzoek) kan vanuit zijn onderzoek aantonen dat er een zeer merkbaar positief effect komt vanuit de stroom vluchtelingen. Om als voorbeeld te noemen, het bruto binnenlands product (BBP). Volgens Franse econoom Hippolyte d'Abis stijgt het BBP in de jaren dat de vluchtelingen zijn toegenomen in ons land, dit komt doordat vluchtelingen vaak gaan werken, belasting gaan betalen en uitgaves maken in onze winkels, dit alles helpt de economie groeien in ons land (CNRS, 2018).

Ook daalt de werkloosheid volgens Hippolyte d'Abis, veel mensen denken dat de vluchtelingen onze banen "afpakken", maar niets is minder waar, ze vullen juist gaten op in de sectoren waar te weinig mensen voor zijn, denk aan de zorg sector, techniek en bouw. De werkloosheid stijgt niet, hij daalt juist. De economische redenen die hiervoor zijn dat de vluchtelingen andere vaardigheden met zich

meebrengen en gaan werken in de sectoren waar veel vraag naar is. Werk dat minder opleiding vereist sluit goed aan bij de groeiende vraag naar arbeidskrachten die ontstaat, doordat steeds meer mensen hoger opgeleid zijn, daarmee versoepeld de arbeidsmarkt (CNRS, 2018). Hoe weten we nou zeker dat de vluchtelingen ook daadwerkelijk aan het werk gaan na hun opleiding? Nou, volgens de bronnen van de UAF blijkt dat 90% van de vluchtelingen succesvol doorstroomt in het werkveld na hun opleiding / werk traject (UAF, 2023).

Naast economische bijdragen zorgen vluchtelingen ook voor sociale meer-waarde, zo vergroten ze het intercultureel begrip en de solidariteit (UAF, 2023). Kijk maar is naar Buddy to Buddy, waarbij ze zich richten op het bouwen van nieuwe netwerken, eenzaamheid tegen gaan en zo werken aan een samenleving die niet alleen de vluchtelingen ondersteunt, maar ook de gehele gemeenschap verrijkt (Buddy to Buddy, 2024).

DE ONMISBARE POSITIE VAN SOCIAAL WERK IN DE SAMENLEVING

In een tijd waarin economische ongelijkheid groeit en sociale cohesie onder druk staat is de rol van sociaal werk nu belangrijker dan ooit. Sociaal werkers staan dicht bij de mensen, bieden passende persoonlijke hulp en versterken gemeenschappen door ze in verbinding te brengen. Wij als sociaal werkers zijn de brug tussen individuen, overheden en andere partijen, daarvoor hebben we maar een doel: Een samenleving bevorderen waarin er respect is voor diversiteit, waar mensenrechten gehoord worden en empowerment centraal staat.

Juist voor de vluchtelingen zijn wij zo belangrijk, ze krijgen vaak te maken met grote uitdagingen en zijn bezig met het opbouwen van een veilig nieuw bestaan, hoe mooi is het dat wij daar een ondersteunende rol in kunnen bieden?

Een van de kernwaarden van het sociaal werk is het bevorderen van sociale cohesie. Voor vluchtelingen is deze verbondenheid essentieel, omdat zij vaak in een onbekende omgeving terechtkomen zonder een sociaal netwerk. Sociaal werkers bouwen aan netwerken en helpen gemeenschappen om samen problemen aan te pakken, zoals vooroordelen of taalbarrières. Dit draagt niet alleen bij aan harmonie, maar ook aan het gevoel van veiligheid en saam-horigheid binnen de samenleving.

Sociaal werkers richten zich op het versterken van de zelfredzaamheid en het vergroten van het zelfvertrouwen van individuen. Voor vluchtelingen betekent dit vaak hulp bij praktische zaken zoals het leren van de taal, toegang krijgen tot onderwijs en het vinden van werk. Ze helpen mensen hun eigen krachten te ontdekken en deze in te zetten om persoonlijke en maatschappelijke uitdagingen te

overwinnen. Deze empowerment zorgt er voor dat vluchtelingen een actieve rol durven te spelen in hun nieuwe samenleving. Denk bijvoorbeeld aan de vluchtelingen die belangrijke banen op zich nemen in onze maatschappij, en hoe stom is het dan dat wij als Nederlanders zeggen “Ze pakken onze banen af”.

Een ander belangrijk aspect van sociaal werk is respect voor diversiteit. In een samenleving die steeds diverser wordt, is het van belang dat iedereen zich welkom en geaccepteerd voelt, ongeacht afkomst of cultuur. Wij als Sociaal werkers bevorderen de inclusiviteit door aandacht te besteden aan de unieke achtergronden, culturen en ervaringen van vluchtelingen. Dit betekent niet alleen luisteren naar hun verhalen, maar ook oplossingen bedenken die aansluiten bij hun specifieke situatie. Door deze aanpak draagt sociaal werk bij aan een samenleving waarin diversiteit wordt geaccepteerd en is er een samenleving waar iedereen zichzelf kan zijn en welkom mag voelen.

Kortom, sociaal werkers zijn de kracht die vanuit achtergrond ondersteuning de samenleving samen houdt. Door sociale cohesie te versterken, empowerment te bevorderen, diversiteit te respecteren en mensenrechten centraal te stellen, leveren wij een onmisbare bijdrage aan een betere wereld. Voor vluchtelingen zijn wij een belangrijke schakel naar een hoopvolle toekomst. Het is aan ons allen om hun werk te ondersteunen en te waarderen.

CONCLUSIE “GA NIET TERUG NAAR JE EIGEN LAND, MAAR BLIJF HIER” TOCH?

Duidelijk makend aan de hand van dit opiniestuk is dat vluchtelingen niet meer gezien moeten worden als een probleem, maar als een kans voor onze samenleving. De negatieve en stigmatiserende media-vormgeving en vooroordelen belemmeren de integratie en de waarde die vluchtelingen voor ons kunnen bieden. De termen als “vluchtelingen

problematiek” en “crisis-situatie” dragen bij aan het stigmatiseren van deze mensen, terwijl ze in werkelijkheid slachtoffers zijn van oorlogen en vervolging. Het is van belang dat de media op een positieve manier dingen gaat benaderen, zoals het benadrukken van “vluchtelingen kansen”, zo geef je de samenleving een open en inclusieve kijk op de dingen die ze lezen.

Er achter komend dat de voordelen van vluchtelingen in Nederland zo groot zijn, laat zien dat de groei van het BBP vooruit gaat, belangrijk vacatures in de zorg vervuld worden en studies tonen aan dat de werkloosheid juist daalt door de komst van vluchtelingen, die niet alleen arbeid verrichten, maar ook belasting betalen en consumeren. Sociale initiatieven als Buddy to Buddy bewijzen dat vluchtelingen bijdragen aan de sociale cohesie, het interculturele begrip en de solidariteit binnen onze samenleving.

Sociaal werkers wil ik benadrukken dat wij een cruciale rol spelen als het gaat om de vluchtelingen. We bevorderen de sociale cohesie, respect voor diversiteit en empowerment. Wij helpen de vluchtelingen integreren. We versterken de verbinding binnen de samenleving en zorgen ervoor dat vluchtelingen actief kunnen bijdragen aan de opbouw van een welvarende en inclusieve gemeenschap.

Het is tijd om de misverstanden door te breken, achterwege te laten en vluchtelingen beginnen te zien als een kans, niet als een last. Wij kunnen het ons simpelweg niet veroorloven om deze waardevolle bijdrage aan onze samenleving te negeren, dus doe dat dan ook niet. Want wees nou eens eerlijk kunnen we ons nu dan wel voorstellen hoe het voelt om alles achter te laten, enkel in de hoop ergens anders welkom te zijn?

Mocht je er nog moeite mee hebben, probeer deze simulatie dan eens, wie weet veranderd die je kijk, als dat na dit opiniestuk nog steeds niet gelukt is: <https://vluchtelingen.eo.nl/>

Nanna Derks is een 2^e jaars Social Work student aan Hogeschool Saxion en loopt momenteel stage bij Buddy to Buddy Enschede, waar ze zich inzetten voor vluchtelingen.

LITERATUURLIJST

- Amnesty International. (2022, 11 april). | Vluchtelingen en asielzoekers het probleem volgens Amnesty | Geraadpleegd op 9 december van: <https://www.amnesty.nl/wat-we-doen/themas/vluchtelingen-en-asielzoekers/het-probleem>
- Amnesty International. (2024, 29 oktober). | Vluchtelingen & mensenrechten | Geraadpleegd op 10 december van: <https://www.amnesty.nl/wat-we-doen/themas/vluchtelingen-en-migranten#section-5>
- Buddy to Buddy. (2024, 9 september). Together you discover more | Geraadpleegd op 12 december van: https://buddytobuddy.nl/?gad_source=1&gclid=CjoKCQiAsOq6BhDuARiSAGQ4-zj13MXsJZhY24IuH8M-ZNMovm7LmcVYlJvvUokoIJ15Dd5oZ2Z4PhEaAsakEALw_wcB

- Centraal Bureau voor de Statistiek. (2023, 3 januari). | Hoeveel asielzoekers komen naar Nederland? | Geraadpleegd op 9 december van: <https://www.cbs.nl/nl-nl/dossier/dossier-asiel-migratie-en-integratie/hoeveel-asielzoekers-komen-naar-nederland>
- CNRS. (2018, 20 juni). | Asylum seekers are not a 'burden' for European economies | Geraadpleegd op 11 december van: <https://www.cnrs.fr/en/press/asylum-seekers-are-not-burden-european-economies> EF EPI. (z.d.). | English Proficiency Index | Geraadpleegd op 12 december van: <https://www.ef.com/wwen/epi/>
- Evangelische omroep. (z.d.). | In de schoenen van een vluchteling | Geraadpleegd op 11 december van: <https://vluchtelingen.eo.nl/3-6-toekomst-in-nederland/#verdieping>
- UAF. (2023, 11 april). | Er komt steeds meer aandacht voor de talenten van vluchtelingen | Geraadpleegd op 9 december van: <https://www.uaf.nl/nieuws/er-komt-steeds-meer-aandacht-voor-de-talenten-van-vluchtelingen/>
- Ministerie van Algemene Zaken. (2024, 27 november). | Aanpak vluchtelingen problematiek | Geraadpleegd op 9 december van: <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/asielbeleid/aanpak-vluchtelingenproblematiek#:~:text=Nederland%20werkt%20samen%20met%20de,en%20onderdrukking%20bescherming%20kunnen%20krijgen>.
- Ministerie van Justitie en Veiligheid. (2023, 21 december). | Verschillende redenen waarom minderjarige vluchtelingen naar Nederland komen | Geraadpleegd op 10 december van: <https://www.wodc.nl/actueel/nieuws/2023/12/21/verschillende-redenen-waarom-minderjarige-vluchtelingen-naar-nederland-komen>
- Solan, M. (2022, 1 juni). | Take a cue for better memory recall Harvard Health | Geraadpleegd op 10 december van: <https://www.health.harvard.edu/mind-and-mood/take-a-cue-for-better-memory-recall>
- UNHCR Nederland. (2024, 13 juni). | Veelgestelde vragen over vluchtelingen | Geraadpleegd op 11 december van: <https://www.unhcr.org/nl/media/begrippenlijst/vluchtelingen/#:~:text=kan%20dat%20ni et.-,Waarom%20vluchten%20mens en%3F,tot%20een%20bepaalde%20sociale%20groep>.
- UNHCR Nederland. (2024, 9 juli). | Cijfers over vluchtelingen wereldwijd en in Nederland | Geraadpleegd op 9 december van: <https://www.unhcr.org/nl/wie-we-zijn/cijfers/>

Hoe goed ken jij je burens?

Marte Natrop, december 2024

‘Ik woon al 6 jaar in deze buurt en dit is de eerste keer dat ik met mijn buurvrouw praat.’ Dat vertelde een bewoner van ‘T Ribbelt mij op stage tijdens het sociaal tuinieren. Wij belden bij haar aan omdat zij niet meedeelde met het sociaal tuinieren en wij haar toch graag wilden spreken. Zij woont al heel lang in de buurt, maar heeft weinig aansluiting met de buurt en heeft het contact maken met de burens opgegeven zoals zij dat zegt. Bij sociaal tuinieren worden de tuinen, van bewoners in kwetsbare situaties, opgeknapt voor meer groen in de buurt, maar ook om het isolement te doorbreken. Na 1 uur aanwezig te zijn bij het sociaal tuinieren werd het dus ook al bevestigd door de bewoner dat ze niet echt contact heeft met de buurt.

VAN BUURVROUW TOT BONDGENOOT

Social workers moeten meer ondersteuning bieden bij het creëren van sociale netwerken en het vormen van een participatiesamenleving. We kunnen de participatiesamenleving waar we nu naar streven alleen maar aan als we ook sterke netwerken hebben.

Het is abnormaal dat als er iets gebeurd in de buurt je niet eens hulp kan verwachten van je buurvrouw omdat je haar nog nooit gesproken hebt.

Nu vraag je je misschien af ‘hoe kan ik als sociaal werker nou iemand anders helpen met het versterken van hun netwerk?’. Dat vroeg ik mij namelijk ook af, gelukkig maak je al een goed begin door dit opiniestuk te lezen.

PARTICIPEREN TOT JE ERBIJ NEERVALT

“Koning Willem Alexander introduceerde in 2013 de term participatiesamenleving (Movisie, 2017).” “Het is onmiskenbaar dat mensen in onze huidige netwerk- en informatiesamenleving mondiger en zelfstandiger zijn dan vroeger. Gecombineerd met de noodzaak om het tekort van de overheid terug te dringen, leidt dit ertoe dat de klassieke verzorgingsstaat langzaam maar zeker verandert in een participatiesamenleving. Van iedereen die dat kan, wordt gevraagd verantwoordelijkheid te nemen voor zijn of haar eigen leven en omgeving.” (Troonrede, 17 september 2013, geciteerd in Hurenkamp, 2020).

Dit is heel mooi verwoord tijdens de troonrede, maar wat is dan precies een participatiesamenleving en hoe willen we dit bereiken? Één ding is zeker, actieve burgers zijn essentieel voor de participatiesamenleving. Maar wordt er dan verwacht dat zij naast hun werk en gezinsleven nog meer mantelzorg gaan verlenen en vrijwilligerswerk gaan verrichten (Movisie, 2017)? René Bekkers vertelt dat Nederlanders minder tijd besteden aan

vrijwilligerswerk. Dit komt doordat de overheid nu dus ook wil dat burgers meer mantelzorg verlenen (Geven in Nederland, 2015). Burgers hebben niet genoeg uren in de dag om mantelzorger en vrijwilliger te zijn en dus moeten ze prioriteiten gaan stellen.

EEN VOORUITBLIK OP MIJN STUK

Vrijwilligers zijn eigenlijk de superhelden van onze samenleving. Alleen hebben ze geen cape, maar wél een groot hart. Daarom is het belangrijk dat we ze niet over het hoofd zien. Als je verder leest ontdek je misschien dat jij, net als ik, het aantal vrijwilligers onderschat. Burgerinitiatieven zijn een ander cruciaal onderdeel voor de samenleving. Ideeën van gewone mensen zoals jij en ik die onze buurt, stad of zelfs de hele wereld een stukje beter willen maken. Om die te laten slagen, moet de overheid wel wat opener en flexibeler worden.

En ja, veel mensen willen best helpen. Maar eerlijk is eerlijk: soms hebben ze gewoon een zetje nodig. Daar kom jij als sociaal werker om de hoek kijken. Tegelijkertijd vragen we ook veel van mantelzorgers. Dat zijn mensen die voor een familielid of buurman zorgen zonder betaald te worden. Hoe houd je dat vol? Nou, generatiehuizen kunnen een slimme oplossing zijn. Hier wonen jong en oud samen, helpen ze elkaar, en ontstaat er een soort mini-netwerk. Superhandig, toch?

En dan nog iets: onze scholen. Wist je dat verdeeldheid vaak al begint in de klas? Gemengde scholen waar kinderen van verschillende achtergronden samen leren zijn een top idee om dat tegen te gaan. Minder hokjesdenken en meer samenwerken. Zo bouwen we vanaf jongs af aan aan een samenleving waarin iedereen een plek heeft.

ONDERSCHAT BURGERINITIATIEVEN NIET

Veel burgerinitiatieven staan nergens geregistreerd, zegt Movisie (2017). Ze zijn namelijk kleinschalig en informeel. Dat is helemaal niet erg natuurlijk, het is juist mooi want hierdoor blijkt toch nog dat in 94% van alle gemeenten burgers initiatieven ondernomen worden volgens het Ministerie van Binnenlandse Zaken. Dit laat zien dat burgerinitiatieven zeker gemotiveerd worden vanuit een participatiesamenleving.

Toch is er ook een andere kant. Movisie (2017) meldt dat 8% van de gemeenten ondersteuning nodig heeft in de vorm van geld of faciliteiten. Hier komen wij als sociaal werkers in beeld. Wij kunnen burgers helpen op deze vlakken door middel van onze kennis. We moeten die initiatieven ondersteunen en zorgen dat ze kunnen doorgroeien.

Maar er is een probleem: volgens het Jaarbericht VNG (2016) heeft maar liefst 81% van de Nederlanders nooit meegedaan aan burgerinitiatieven. Jan Rotmans, hoogleraar aan de Erasmus Universiteit, zegt dat de meeste mensen die niet meedoen, uit lagere sociaaleconomische klassen, migranten, ouderen en mensen met een licht verstandelijke beperking komen. Deze groep heeft vaak minder kennis en een zwakker netwerk, en juist voor hen is deelname aan de maatschappij extra belangrijk. We willen niet dat zij buiten de boot vallen.

Tineke Abma (2017) benadrukt het nog eens: "Geef een stem aan de mensen die niet tot de groep wit, westers en sterk kunnen worden gerekend. Mensen die nu nauwelijks gehoord worden." Het is aan ons, als sociaal werkers, om die stem te versterken, hen te ondersteunen, te helpen en ervoor te zorgen dat ze niet buiten de samenleving vallen.

WAAROM BURGERINITIATIEVEN VAAK VASTLOPEN

Toch blijft het moeilijk om burgerinitiatieven van de grond te krijgen, maar waarom? Ambtenaren maken het vaak veel te lastig. Ze zijn niet flexibel genoeg om met al die regels en kaders om te gaan, en de gemeente stopt vaak veel kansen door eindeloze bureaucratie. Zoals één initiatiefnemer het zegt in de NOS (2017): "Niks kan, niks mag." Zoveel goede ideeën, en toch worden we tegengewerkt. Stel je voor hoeveel meer burgerinitiatieven er zouden zijn als ambtenaren wat minder vastzitten in hun regels.

Gelukkig zijn er ook gemeenten die wel meedenken en positief reageren op burgerinitiatieven (NOS, 2017). Dat is het soort gemeente waar we meer van nodig hebben! Hier kunnen sociaal werkers een belangrijke rol spelen. Ze kunnen burgers helpen bij het opzetten van deze initiatieven en ervoor zorgen dat ze de steun krijgen die ze nodig hebben.

WIJ ZIJN VRIJWILLIGERSWERK ZWAAR AAN HET ONDERSCHATTEN

Ik weet niet hoe het met jou zit, maar ik was behoorlijk verrast door het aantal burgerinitiatieven. En hetzelfde geldt blijkbaar ook voor vrijwilligers. Volgens Jan en Lucas (2024) zijn er de laatste jaren steeds meer vrijwilligers. Na de coronacrisis zijn vooral de 18 tot 39 jarigen actiever geworden, en ook senioren en babyboomers doen meer mee. Dit komt doordat het aantal stichtingen en verenigingen is toegenomen. Onderzoeken in 's-Hertogenbosch, Rotterdam én in heel Nederland, tonen een stijging van het percentage mensen dat in vrijwilligerswerk verrichtte.

Zelf merk ik tijdens mijn stage hoeveel vrijwilligers er actief zijn. Bij elk project waar ik aan werk, zijn er altijd wel een paar vrijwilligers. Ik dacht altijd dat het moeilijk zou zijn om vrijwilligers te vinden, maar mijn stagebegeleider vertelde me dat ouderen juist gemotiveerd zijn om te helpen. Vrijwilligerswerk geeft hen niet alleen iets te doen, maar het maakt hun dag ook betekenisvoller. Waarom maken we hier niet meer gebruik van? Ouderen kunnen bijvoorbeeld meehelpen bij interventies, zodat wij meer tijd hebben om andere projecten op te zetten die het sociale netwerk van bewoners versterken.

SEGREGATIE

Een ander belangrijk onderwerp voor de participatiesamenleving is segregatie. Dat is wanneer bevolkingsgroepen met verschillende kenmerken niet tot nauwelijks contact hebben (KIS, 2022). Je kunt buurtbewoners met elkaar verbinden door feesten of activiteiten te organiseren. Zo komen mensen uit verschillende groepen in contact en ontstaan er nieuwe netwerken. Maar zelfs als dit lukt, blijft segregatie een probleem. Mensen uit verschillende culturele of etnische groepen leven vaak apart van elkaar – ze wonen bij elkaar, gaan naar aparte scholen, en houden hun kringen gescheiden (Onze Taal, z.d.).

Op mijn stage werk ik in de buurt Stokhorst, waar we proberen bewoners met elkaar te verbinden. We vragen de bewoners naar hun wensen en behoeften en gebruiken die antwoorden om activiteiten te organiseren. Dit is precies wat sociaal werkers kunnen doen om segregatie te verminderen en netwerken te versterken.

ONDERWIJS IS DE EERSTE STAP

Dan komen we aan bij segregatie in scholen. Meer kinderen zouden naar gemengde scholen moeten gaan. Hier begint het, want ook in het onderwijs zien we segregatie. De overheid moet mensen beter informeren over de voordelen van gemengde scholen. De Inspectie van het Onderwijs noemt segregatie het "ongelijke verdelen van leerlingen met verschillende etnische, sociale of andere kenmerken" (Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, 2024).

Bovendien staat in de wet dat scholen burgerschap en sociale cohesie moeten bevorderen. Guido zegt: "Burgerschap is een van de drie speerpunten van het onderwijs, maar als je leerlingen niet samenbrengt, hoe leer je ze dan samenleven?" Segregatie maakt het lastig om dit te stimuleren, terwijl gemengde scholen juist de perfecte plek zijn om burgerschap te oefenen. Ook krijgen kansarme leerlingen meer kansen, terwijl kansrijke leerlingen hun kansen behouden (De Argumentenfabriek en de Argumentenkaart, 2009).

WIN WIN MET GENERATIEHUIZEN

Een andere manier om een sterk netwerk te creëren is door middel van generatiehuizen. Dit is ook voordelig voor de zorg. Ouderen passen fysiek niet meer allemaal in een verzorgingstehuis. Alles raakt vol door vergrijzing, dus de oplossing zou dan zijn dat ouderen langer thuis blijven wonen. Maar zelfstandig thuis wonen kan voor veel ouderen nog een hele uitdaging zijn, daarom zijn generatiehuizen zeker iets wat overwogen kan worden.

Anouk Reintjens (2023) vertelt dat uit onderzoeken blijkt dat ouderen die lekker in hun vel zitten en

geestelijk in orde zijn, minder aanspraak maken op zorg. Bovendien kunnen ze ook zelf waardevol zijn voor hun omgeving. Ze kunnen op de kinderen passen, mooie verhalen vertellen, een pakketje voor je aannemen als je aan het werk bent. Iets doen voor elkaar geeft je ook een goed gevoel. Auguste van Oppen (2023) zegt ook dat het interessante aan meergeneratiewonen het wederkerige karakter is. De segregatie wordt verminderd en ouderen komen weer midden in de samenleving te staan.

Grondslagen van het sociaal werk

Sociaal werkers spelen een cruciale rol in het ondersteunen van burgers in de participatie-samenleving. Zoals de Beroeps-code voor de Maatschappelijk Werker van de BPSW (2021) stelt: "Social workers respecteren de zelfbeschikking van het individu en richten zich op de unieke kwaliteiten, ambities en beperkingen van die persoon. Ze bevorderen de emancipatie van individuen, groepen en gemeenschappen." Het doel van sociaal werk is dus niet alleen om te helpen, maar ook om mensen sterker te maken in hun sociale omgeving. Dit is precies waarom sociaal werkers zo belangrijk zijn: zij helpen mensen om deel te nemen, zich te ontwikkelen en zichzelf te versterken in de samenleving.

Marte Natrop is tweedejaars student social work en werkzaam als stagiair bij Inluzio.

LITERATUURLIJST

- de Rond, J., Meijs, L. (2024, 25 juli). *Grote rol babyboomers bij vrijwilligers*. Movisie. Geraadpleegd op 25 oktober, van <https://www.socialevraagstukken.nl/grote-rol-babyboomers-bij-vrijwilligerswerk/>
- De argumentenfabriek en de argumentenkaart. (2009). *Argumentenkaart gemengde scholen*. Geraadpleegd op 3 november, van https://www.gemengdescholen.nl/wp-content/uploads/2021/07/Argumentenkaart_Gemengde_Scholen.pdf
- KIS. (2022, 29 september). *Hoe leven we eigenlijk?* Geraadpleegd op 12 december, van <https://www.kis.nl/artikel/hoe-samen-leven-we-eigenlijk#:~:text=Wanneer%20bevolkingsgroepen%20met%20verschillende%20kenmerken,sociaal%20culturele%20en%20ruimtelijke%20segregatie.>
- Ministerie van onderwijs, cultuur en wetenschap. (2024, 16 april). *Segregatie tegengaan kansen gelijkheid bevorderen. (met het kenniscentrum Gemengde Scholen)*. Geraadpleegd op 25 oktober, van <https://www.gelijke-kansen.nl/actueel/nieuws/2024/04/16/segregatie-tegengaan-kanengelijkheid-bevorderen-met-het-kenniscentrum-gemengde-scholen>
- Movisie. (2017, 15 september). *Participatiesamenleving anno 2017: volop kansen*. Geraadpleegd op 25 oktober 2024, van <https://www.movisie.nl/artikel/participatiesamenleving-anno-2017-volop-kansen>
- NOS Nieuws. (2017, 18 september). *De participatiesamenleving is vooral iets voor hogeropgeleiden*. Geraadpleegd op 25 oktober, van <https://nos.nl/artikel/2193442-de-participatiesamenleving-is-vooral-iets-voor-hogeropgeleiden>
- Oppen, A., Hannema, K., Laak, K. (2023). *Meergeneratiewoningen; een pleidooi voor gemengde woonomgeving*. BETA en AM. Geraadpleegd op 10 oktober 2024 https://issuu.com/amvastgoedontwikkeling/docs/mgw_-_boek_webversie_-_230426?fr=sZjdZjYxNDAXMzc
- Onze taal. (z.d.). *Segregatie*. Geraadpleegd op 10 oktober, van <https://onzetaal.nl/schatkamer/lezen/woorden/woordenschat/segregatie/>
- Steenmeijer, J. (2021, Oktober). *Beroepscode voor professionals in sociaal werk*. BPSW. Geraadpleegd op 5 maart, van https://leren.saxion.nl/bbcswebdav/pid-4170296-dt-content-rid-149271216_2/xid-149271216_2

- Troonrede. (2013, 17 september). Geciteerd in Hurenkamp, 2020. *Participatiesamenleving: de opkomst en neergang van een begrip*. Sociale vraagstukken. Geraadpleegd op 25 oktober 2024, van <https://www.socialevraagstukken.nl/participatiesamenleving-de-opkomst-en-neergang-van-een-begrip/>

Kansen of Beperkingen

Hoe Wijkligging de Toekomst van Jouw Kinderen bepaalt

Jahino Fraai, december 2024

*Waar ik leef, proberen mensen me te
bekritisieren.*

*Van een achterstandswijk of een probleemwijk,
Dat is tegenwoordig mijn identiteit.*

*Veel perspectieven voor mijn wijk,
Maar hoge drempels zijn gelegd.
"Veel kun je niet", is me gezegd,
Tot het nu voelt als de waarheid.*

*Dit wil ik niet aan mijn kinderen meegeven,
Dat onze wijkligging een probleem zou worden.
"Je hoort erbij." zegt de overheid.
"Je hoort erbij." zegt het beleid
Maar hoor ik er inderdaad bij?*

Jahino Fraai

Deze woorden staan voor mij symbool voor de verhalen, uitdagingen en emoties van mensen die vaak uit wijken komen die gelabeld worden als achterstands-wijken. Volgens Noor (2023) onderzoeker en adviseur inclusie & diversiteit bij Movisie heeft stigmatisering niet alleen invloed op de wijk, maar ook een negatieve invloed op het welzijn van mensen die er wonen. Niet alleen dragen stigma's bij aan ongelijke posities binnen de samenleving, maar versterken ook een negatief zelfbeeld, wat leidt tot beperkter sociaal en economisch kapitaal. De vraag is niet of verandering nodig is, maar aan welke kant van de visie voor een inclusief Enschede we willen staan?

Stel je dit voor: Kate, een achttienjarige jongeman, vol met talenten zoals tekenen en zingen heeft zijn hele leven in een 'probleemwijk' gewoond. Hij woont in een tweepersoonshuis samen met zijn moeder en twee jongere broers. Ze delen met z'n drieën een kamer, terwijl zijn moeder een eigen ruimte heeft en hard werkt om het gezin boven water te houden. Kate groeit op tussen mensen in soortgelijke omstandigheden en voelt zich veilig bij degenen die zijn situatie begrijpen. Toch ervaart hij voortdurend sociale controle, maar vaak met de verkeerde intenties. De buitenwereld ziet hem en

zijn leeftijdsgenoten als 'probleemjongeren'. Voor Kate voelt het alsof de toekomst al voor hem is bepaald, terwijl de samenleving van een afstand toekijkt en oordeelt in jargon die hij niet begrijpt. Wat hij nodig heeft, is niet nog een rapport, maar echte ondersteuning.

Mijn naam is Kate.

Ik hoop dat mijn verhaal je raakt en dat we samen een einde kunnen maken aan het labelen van wijken. Waarom wordt mijn wijk bestempeld als een probleemwijk, terwijl de jouwe wordt gezien als een productieve en groeiende wijk?

STIGMATISERING EN SOCIALE UITSluitING

Het probleem van stigmatisering en het labelen van wijken als "achterstandswijken" begint vaak met hoe kwetsbare wijken in onderzoeken worden gedefinieerd en geanalyseerd. We komen dan de volgende titels van rapporten tegen: Urgentie voor beleid in kwetsbare wijken (Kullberg et al., 2021), Nederlandse achterstandswijken zijn de laatste jaren overspoeld met sociale projecten (Lub, 2017),

en Actie nodig om achterstandswijken te voorkomen (Jonge, 2020).

De term geeft de wijk en haar bewoners direct een stempel, waardoor zij voor de rest van hun leven gelabeld worden als mensen die uit een minder rijke of achtergestelde wijk komen. Dit draagt bij aan het stigma dat zij 'nog meer moeten bewijzen' om gelijke kansen te krijgen.

Daar komt de vraag van Kate weer: waarom wordt mijn wijk bestempeld als een probleemwijk, terwijl de jouwe wordt gezien als een productieve en groeiende wijk?

Deze stigmatisering versterkt niet alleen sociale uitsluiting, maar zorgt ook voor een vicieuze cirkel waarin armoede en mentale gezondheidsproblemen elkaar versterken. Dit roept de vraag op: ligt de oorzaak van de problemen in de wijk zelf, of worden wijken probleemwijken doordat onze eigen stigmatiserende blik en verwachtingen deze realiteit creëren.

In het stadsdeel Noord, waar een aanzienlijk aantal jongeren wonen, spelen diverse problemen onder de jeugdigen. Hoewel er geen direct bewijs is dat stigmatisering hiervan de oorzaak is, zijn er onderzoeken, zoals die van Kullberg et al. (2021) onderzoeker bij Sociaal Cultureel Planbureau, die aantonen dat jongens uit buurten met veel bewoners met lage inkomens meer risico lopen op een lager schoolniveau, schooluitval zonder diploma en crimineel gedrag. Deze risico's ontstaan door stigmatisering, socialisatie en gebrekkige sociale controle.

In tegenstelling daarmee stelt Miltenburg (2017) wetenschappelijk medewerker bij Sociaal Cultureel Planbureau dat veel wetenschappelijke studies aannemen dat buurten een uniforme invloed hebben op alle bewoners, maar dit is onwaarschijnlijk. De invloed van een buurt hangt af van contacten met burens en beschikbare hulpbronnen. Dit verschilt sterk per individu, waardoor onderscheid tussen verschillende groepen cruciaal is.

Hoewel miltenburg (2017) stelt dat een collectieve aanpak niet altijd direct invloed heeft op alle bewoners, is het van belang dat de ondersteuning wordt afgestemd op de specifieke behoeftes van jongeren zoals Kate. Maar wat houdt echte ondersteuning dan in? Een goed voorbeeld hiervan is SAM (Street Art for Mankind), een organisatie die zich bezighoudt met "monumentale muurschilderingen die gesprekken 'op straat' brengen om een groot en divers publiek te bereiken; maar ook met grote muurschilderingen, inauguraties en tentoonstellingen, die unieke verbindingen creëren tussen het publiek" (Street art for mankind, z.d.). Jongeren zoals Kate kunnen goed profiteren van deze initiatieven, die niet alleen wijken van de typische 'one size fits all' aanpak,

maar ook dragen aan de 'empowerment' van deze jongeren, vooral door zelfexpressie.

Met 'empowerment' wordt bedoeld: "Empowerment is een proces van versterking waarbij individuen, organisaties en gemeenschappen greep krijgen op de eigen situatie en hun omgeving en dit bereiken via het verwerven van controle, het aanscherpen van kritisch bewustzijn en het stimuleren van participatie" (Boumans, 2016, p. 12). Dit betekent dat we als sociaal werker niet zomaar een zwart-wit rapport gaan opstellen over wat moet gebeuren met Kate, maar we kijken naar hoe we hem kunnen laten voelen dat hij gehoord wordt en hoe we hem kunnen motiveren om zijn kracht op te bouwen door zijn talenten te uiten.

SOCIALE COHESIE ALS SLEUTEL TOT KANSSEN VOOR JONGEREN

Uit de Gezondheidsmonitor 2021 blijkt dat veel jongeren in Enschede Noord te maken hebben met problemen thuis, mentale gezondheidsproblemen, middelengebruik en omgevingsfactoren. Met name in Twinkelerveld scoren jongeren slechter dan gemiddeld op deze gebieden. Ongeveer 15% van de jongeren tussen 0-17 jaar (4.216) en 25% van de jongvolwassenen tussen 18-24 jaar (5.462) in Enschede wonen in stadsdeel Noord (Oosterhuis-Linder, 2024). Dit benadrukt de noodzaak om gerichte ondersteuning te bieden aan jongeren in kwetsbare wijken.

Als sociaal werker zijn sociale cohesie en gemeenschapsstructuren in kwetsbare wijken van cruciaal belang voor de kansen en ontwikkeling van jongeren in Enschede. De beroepscode benadrukt: "Professionals bevorderen sociale rechtvaardigheid in het algemeen, en in het bijzonder voor de mensen waarmee zij werken. Ze zijn alert op hoe maatschappelijke ontwikkelingen en beleid kunnen leiden tot onrecht en ongelijkheid, en behartigen actief de belangen van mensen" (Jens et al., 2021, p. 8).

Sociale cohesie verwijst naar "de mate waarin groepen mensen zich met elkaar en met verschillende instituties verbonden voelen, en over het gedrag dat hieraan invulling geeft" (Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, 2022). In Enschede Noord is deze cohesie vaak verzwakt. Daarom is het essentieel dat hulpverleners bij het aanpakken van deze problemen niet alleen focussen op individuele ondersteuning van jongeren, maar ook op het versterken van hun netwerken en het verbeteren van de gemeenschapsstructuren in hun omgeving

ACHTER DE CIJFERS

Mijn talent, mijn ervaring zijn in rapportages beschreven.

Een wijk die nooit slaapt, want de toekomst is al bewezen.

Met plannen van tot over tien jaar

Maar luister naar m'n verhaal, het echte verhaal

De cijfers tellen en de statistieken wijzen,

Maar vertellen niet de pijn die ik voel, alleen een verlangen dat spoelt.

Achter de cijfers staan we al,

Met een verhaal over een lange nacht, een verhaal dat moet worden verteld

SAMENWERKING IN BEELD: VERHALEN UIT DE PRAKTIJK

Wat mij opviel afgelopen woensdag 4 december 2024, na verschillende gesprekken met twee beleidsmedewerkers van de gemeente Enschede (die anoniem willen blijven vanwege hun functie), is dat de visie opgave inclusief Enschede 'weliswaar gericht is op "het vertrouwen in de inwoners. Wij geloven dat een groot deel van de inwoners zelfredzaam is en aangesproken kan worden op hun eigen verantwoordelijkheid." (Gemeente Enschede, 2023, p. 4). Er wordt rekening gehouden met de knelpunten die hierbij kunnen optreden, maar tegelijkertijd wordt het soms te simpel gezien.

Een van de voornaamste problemen die zij aangaven, is stigmatisering. Dit zorgt ervoor dat veel mensen zich schamen om hulp te vragen. Dit maakt het voor de gemeente lastig om hulp te bieden, vooral wanneer mensen zelf nog niet openstaan voor die hulp. Desondanks zijn er wel verschillende initiatieven binnen de wijken, zoals wijkcoaches die constant in contact zijn met jongeren, en stadsdeelscommissies die regelmatig bijeenkomen om te bespreken wat er speelt in de wijk en welke veranderingen mogelijk zijn. Dit gebeurt allemaal in samenwerking met de buurtbewoners.

Hoewel voor sommige jongeren deze aanpak wellicht een verre droom lijkt, wordt er toch geprobeerd het beste uit alle verhalen te halen. Enschede probeert op deze manier inclusiviteit dichterbij te brengen, maar het succes ervan hangt niet alleen af van de gemeente of de raadsleden; de jongeren zelf spelen hierbij een cruciale rol.

EEN INCLUSIEVE TOEKOMST: MIJN MENING EN AANBEVELINGEN VOOR ONDERSTEUNING VAN JONGEREN IN KWETSBARE WIJKEN

Het labelen van jongeren en wijken als 'achterstand' brengt meer schaamt dan het helpt. Het veroorzaakt stigmatisering en beperkt de

kansen van jongeren. Dit vraagt om een aanpak waarin sociale cohesie en empowerment centraal staan. Door jongeren te ondersteunen in het ontdekken van hun talenten en gemeenschappen te versterken, kunnen we barrières doorbreken en gelijkwaardige kansen bieden.

De situatie in wijken zoals Tweekelerveld, waar jongeren te maken hebben met mentale gezondheidsproblemen, thuisproblemen en beperkte mogelijkheden, benadrukt de urgentie. Stigmatisering vergroot niet alleen sociale uitsluiting, maar beïnvloedt ook de economische en sociale mobiliteit van jongeren. Zoals onderzoek aantoonde, draagt een negatieve blik op deze wijken bij aan problemen die jongeren beperken in hun ontwikkeling.

Inspirerende initiatieven zoals Street Art for Mankind laten zien hoe creatieve projecten jongeren de kans geven om hun talenten te uiten en verbondenheid te ervaren. Zulke programma's illustreren dat echte verandering begint met luisteren naar jongeren en hen een actieve rol geven in het vormgeven van hun toekomst. Jongeren zoals Kate laten zien dat achter elke statistiek een uniek verhaal schuilt. Kate's talenten, zoals zingen en tekenen, kunnen bloeien met de juiste steun, ondanks de uitdagingen in haar omgeving. Het is onze verantwoordelijkheid om deze jongeren niet te definiëren door hun wijk, maar door hun potentieel.

Als sociaal werker pleit ik voor een aanpak die verder gaat dan individuele hulpverlening. We moeten wijken versterken door gemeenschapsstructuren en netwerken te bouwen die inclusiviteit bevorderen. Dit vraagt om samenwerking tussen beleidsmakers, hulpverleners en bewoners, zodat elke jongere een toekomst kan opbouwen die niet beperkt wordt door hun postcode.

VISIE OP DE TOEKOMST

We moeten niet alleen de verhalen van jongeren uit deze wijken horen, maar ze ook daadwerkelijk ondersteunen. Dit zijn kinderen met veel talent en potentieel, die in de toekomst een belangrijke rol kunnen spelen in onze samenleving. Maar om dat te bereiken, moeten ze nu voelen dat ze een toekomst hebben.

Jongeren zijn de toekomst – dat horen we vaak. Maar wat als we hen dat niet alleen vertellen, maar het ook laten zien? Dat betekent dat we als hulpverleners, beleidsadviseurs en gemeenten niet alleen bezig zijn met snelle oplossingen, maar ons realiseren dat echte verandering tijd kost. Het is een langdurig proces, een traject dat begint met kleine stappen. Wat belangrijk is, is dat we de intentie tonen om verandering te brengen. Zodra jongeren zien dat ze worden gehoord en serieus worden genomen, ontstaat er ruimte voor groei.

Mijn visie voor de toekomst is een samenleving waarin jongeren uit kwetsbare wijken niet meer

worden gelabeld door waar ze wonen, maar worden gedefinieerd door hun dromen en talenten. Ik zie een wereld waarin wijken als Tweckelerveld niet langer worden gezien als achterstandswijken, maar als broedplaatsen voor innovatie en creativiteit. Het begint met een gezamenlijke inspanning: luisteren naar de verhalen, barrières wegnemen, en samen werken aan een inclusieve samenleving.

De toekomst ligt niet in het veranderen van jongeren, maar in het versterken van hun kracht en het creëren van mogelijkheden waar die kracht kan floreren.

DE KRACHT VAN MIJN IDENTITEIT

Bij het begin kwam ik weer.

Van een achterstandswijk, of een probleemwijk,
Maar dat is helemaal niet mijn identiteit.
“Veel kun je niet” is gezegd,
Maar veel liet ik zien aan degenen die zo denkt.

Ik hoor erbij, ik hoor erbij
En dat zegt degene die ook recht heeft.
Samen bouwen we verder aan de toekomst,
Waar in iedereen erbij hoort.

Jahino Fraai is tweedejaars student en werkzaam als stagiair bij Gemeente Enschede.

LITERATUURLIJST

- Boumans, J. (2016). Naar het hart van empowerment. In *Movisie*. Ministerie van Volksgezondheid. Geraadpleegd op 5 december 2024, van <https://www.movisie.nl/sites/default/files/publication-attachment/Naar-het-hart-van-empowerment-deel-1%20%5BMOV-9903814-1.0%5D.pdf>
- Gemeente Enschede. (2023). VISIE OPGAVE INCLUSIEF ENSCHEDE .In Gemeente Enschede. Geraadpleegd op 5 december 2024, van <https://enschede.bestuurlijkeinformatie.nl/Document/View/43708foo-cbod-4836-918e-7df99efba246>
- Jens, B., BPSW, Steenmeijer, J., & Bruins, J. W. (2021). Beroepscode voor professionals in sociaal werk (p. 8). In Beroepscode voor professionals in sociaal werk. Geraadpleegd op 5 december 2024, van <https://bpsw.nl/app/uploads/BPSW-Beroepscode-2021.pdf>
- Kullberg, J., Mouktadibillah, R., Vries, J. D., & Sociaal en Cultureel Planbureau. (2021). Opgroeien in een kwetsbare wijk. Sociaal en Cultureel Planbureau. <https://repository.scp.nl/bitstream/handle/publications/21/Opgroeien%2bin%2been%2bkwetsbare%2bwijk.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Lub, V. (2017, 24 juli). Wijkenbeleid is te vaak symbolisch. Sociale Vraagstukken. <https://www.socialevraagstukken.nl/wijkenbeleid-te-vaak-symbolisch/>
- Miltenburg, E. (2017, 24 juli). Het mengen van buurten bestendigt bestaande ongelijkheid. Sociale Vraagstukken. Geraadpleegd op 2 december 2024, van <https://www.socialevraagstukken.nl/ongelijkheid-komt-niet-door-de-buurt-waar-iemand-woont/#>
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. (2022, 16 december). Verkenning van toekomstige ontwikkeling van sociale cohesie. Onderzoeksprogramma | Sociaal en Cultureel Planbureau. Geraadpleegd op 2 december 2024, van <https://www.scp.nl/onderzoeksprogramma/verkenning-van-toekomstige-ontwikkeling-van-sociale-cohesie>
- Noor, S. (2023, 26 mei). Gestigmatiseerd volk. Sociale Vraagstukken. Geraadpleegd op 29 november 2024, van <https://www.socialevraagstukken.nl/column/gestigmatiseerd-volk/>
- Oosterhuis-Linder, H. (2024, 5 maart). Jeugd in Noord [Presentatieslides, dia 3]. Gemeente Enschede. <https://enschede.bestuurlijkeinformatie.nl/Agenda/Document/c93c9561-38f5-41f2-8d5e-246e29918c75?documentId=e7546b79-ae1e-4c01-8b64-e21fbac29d39&agendaItemId=cf7085f2-0f7f-4ea6-b4bc-4939c059d381>
- Street art for mankind. (z.d.). Street art for mankind. Geraadpleegd op 5 december 2024, van <https://streetartmankind.org/>

Menswaardig doodgaan

Over waardigheid in de laatste levensfase

Rosa Weersink, december 2024

Doodgaan, wanneer mag dat en wie helpt je daarbij als je in een verzorgingstehuis zit? Stel je deze alledaagse dag eens voor: de hulpverlener geeft je medicatie en nog geen uur later komt een andere hulpverlener je ophalen voor de dagelijkse beweging, deze dag zit vol met ritme en regelmaat. Later zit je in de stoel en val je bijna in een diepe slaap... maar dan word je wakker geknepen. Het lijkt erop dat jouw eigen wensen en grenzen verdwijnen in de bureaucratie en routines van de zorg. Maar wie beslist er nou?! Juist in de laatste levensfase lijkt die autonomie zoek. Hoe zorgen we ervoor dat mensen ook aan het eind van hun leven met respect en menselijkheid behandeld worden?

KEUZES MAKEN

Het eerste en meest belangrijke argument voor een menswaardig overlijden is het recht op zelfbeschikking. De kern van autonomie zit in het maken van eigen keuzes en dus ook de keuzes rondom de dood. In de beroepscode van Sociaal Werk staat beschreven dat een professional eigen keuzes van personen of (gezins)systemen respecteert binnen de grenzen van de wet (BPSW, 2021).

In Nederland is er vastgelegd dat in de Euthanasiewet (2002), mensen onder bepaalde voorwaarden zelf kunnen kiezen voor euthanasie of hulp bij zelfdoding (Rijksoverheid, 2022). Dit is een belangrijk principe waarin de mens, cliënt of patiënt een eigen weloverwogen keuze kan maken.

Autonomie betekent echter niet alleen de mogelijkheid om euthanasie aan te vragen, maar ook om palliatieve zorg te ontvangen die pijn en ongemak in de laatste levensfase verlichten. De Wereldgezondheidsorganisatie (WHO, 2020) ziet de palliatieve zorg als een bouwsteen in het mensenrecht en benadrukt deze toegang binnen de zorg als een belangrijk onderdeel voor het menswaardig sterven. Het respecteren en toelaten van de autonomie van het individu als mens betekent dat zorgverleners niet alleen medische zorg moeten bieden, maar ook moeten luisteren naar de persoonlijke, emotionele en spirituele behoeften van deze persoon.

Ik denk dat jij en ik wel kunnen luisteren naar iemand, maar moeten we met ons allen niet makkelijker leren praten over de dood én weten wat mogelijkheden zijn. Ik heb mijn mbo-diploma maatschappelijke zorg niveau 4 afgerond en studeer nu social work aan de hogeschool Saxion, hier merk(te) ik dat we weinig tot bijna geen les hebben gekregen over de dood en het voorbereiden hierop. Überhaupt praten over de dood lijkt wel een

taboe. Daar waar de eerste levensjaren van een (ongeboren)baby en vervolgens kind telkens worden besproken en gecontroleerd vergeten we bijna hoe het met onze oudere mensen in de samenleving gaat. Hoe is het met hen, willen ze nog wel leven of hoe denken zij zelf over hun laatste levensjaren en de dood?

DE BALANS TUSSEN VERSCHILLENDE BELANGEN

Je bent vervolgens niet de enige zorgprofessional die met dit dilemma te maken krijgt. Meningingen van collega's, familie en naasten kunnen verschillen met de wensen en behoeften van de cliënt als we het hebben over de laatste levensfase en het overlijden.

Aan de ene kant hebben zorgprofessionals de verantwoordelijkheid om het lijden te verlichten, maar aan de andere kant moeten zij ook zorgvuldig omgaan met de aanvraag rondom levensbeëindiging. De Beroepscode voor Social Work benadrukt dat professionals moeten handelen in het belang van hun cliënt, wat uitgaat van respect, autonomie en menswaardigheid (BPSW, 2021). Dit vraagt veel van een beroepskracht, zoals het inlevingsvermogen, communicatievaardigheden en beoordelen zonder eigen

belang. Binnen families en naasten van de cliënt kunnen conflicten ontstaan als we het hebben over levensbeëindiging. Het kan redenen hebben vanwege geloofsovertuigingen, ethische belangen of andere redenen hebben. Toch is er in elk verhaal een individu die een wel overwogen keuze wil maken in zijn of haar laatste levensfase. Training in ethische besluitvorming en communicatievaardigheden kan professionals helpen om in deze situaties op een professionele en respectvolle manier hiermee weten om te gaan (Centrum voor Ethische Vraagstukken, 2021).

DIT LEERDE IK VAN MIJ OMA IN HAAR LAATSTE LEVENSFASE

Wat een eye-opening! Mijn oma heeft haar eigen keuze gemaakt in haar laatste levensfase én hoe. Tot een jaar voor haar eigen overlijden heeft ze samen met haar man thuis gewoond. De kinderen, kleinkinderen en buurtschap waren betrokken in haar leven, “wat een rijkdom” hoor ik mijn oma zeggen. Toch vertelde oma dat haar leven goed geweest was en het bestond uit een-en-al dankbaarheid. Ze legde ons uit dat haar wens was om naar opa te gaan. Iets wat ik als 16-jarig meisje misschien niet meteen begreep, maar toch kijk ik er nu anders tegen aan. Je kunt het aan de ene kant snappen met een leeftijd van 91 jaar, maar tegelijkertijd ook niet. Mijn oma in goede gezondheid, met tal van activiteiten die haar geluk geven en al haar dierbaren die op verschillende momenten langskwamen. Hoe kun je dan zeggen dat je eigenlijk hoopt op een rustig overlijden? Woorden als levensmoe en een voltooid leven komen dan ter sprake. Mijn oma maakte een autonome keuze; met respect van haar familie en de huisarts heeft ze besloten om haar laatste weg in haar leven in te gaan. Dit deed ze door niet meer te eten, drinken en geen medicatie te nemen. Wel bleef ze met ons spelletjes spelen, maakte soms nog een wandelingetje naar buiten en genoot van alle mensen die langskwamen. Iedereen nam koffie met een koekje, maar oma niet. De wens om dood te gaan had ze, maar niet om pijn te lijden. Hier is op ingespeeld door de huisarts. Terwijl mijn oma zwakker werd, kreeg ze een bed in de woonkamer. Iedereen kwam nog steeds langs en maakte een praatje. Haar eigen wens is in vervulling gegaan, rustig ingeslapen in haar eigen huis met de foto van opa naast haar en familie om haar heen. Ik leerde hier veel van en kan hier met bewondering naar kijken. Ik heb geleerd dat een krachtig lichaam niet zomaar opgeeft, maar wel moe kan zijn én eigen keuzes kan maken die je dan de rust kunnen geven om te mogen overleden.

WEET JIJ DIT VERSCHIL?

Palliatieve sedatie en euthanasie zijn twee verschillende methoden om de waardigheid van mensen in hun laatste levensfase te behouden. Palliatieve sedatie wordt ingezet wanneer het lijden van een cliënt niet op andere manieren kan worden verlicht; hierbij is het doel om het bewustzijn te verlagen, zodat onverdraaglijk fysiek of psychisch lijden wordt verminderd, dit gebeurt alleen wanneer de dood binnen enkele dagen nabij is (Palliatieve Zorg en Palliatieve Sedatie, 2022). Volgens de richtlijnen van het KNMG (Koninklijke Nederlandsche Maatschappij tot bevordering der Geneeskunst) moet palliatieve sedatie zorgvuldig worden toegepast, op basis van medisch en ethisch verantwoorde besluitvorming (KNMG, 2020).

Euthanasie daarentegen is een actieve handeling waarbij op speciaal verzoek van de cliënt het leven wordt beëindigd zodat het onverdraaglijk lijden zal

stoppen, dit staat beschreven in de Nederlandse euthanasiewet en heeft strenge voorwaarden waaraan voldaan moet worden, waaronder een overwogen verzoek van de cliënt waaruit blijkt dat het onverdraaglijk lijden zonder vooruitzicht en verbetering geeft (Rijksoverheid, 2022). Binnen dit proces is het belangrijk dat beslissingen zorgvuldig worden genomen.

Het verschil tussen palliatieve sedatie en euthanasie ligt dus niet alleen in de methode, maar ook in de ethische en juridische context. Waar palliatieve sedatie een natuurlijk stervensproces ondersteunt, is euthanasie gericht op het actief beëindigen van het leven (Palliatieve Zorg en Palliatieve Sedatie, 2022). Het valt mij op dat ze beide een gemeenschappelijk doel hebben: het bieden van een menswaardig sterven waarin de waardigheid en autonomie van de cliënt gerespecteerd wordt. Ik vind dat professionals niet alleen oog moeten hebben voor medische feiten, maar ook voor persoonlijke waarden, overtuigingen en wensen van de cliënt. Vanuit de theorie van Martha Nussbaum (2011) is dit ook weer te geven; zij houdt rekening met 10 essentiële capabilities die garant staan voor het leiden van een goed leven. Een onderdeel volgens Nussbaum (2011) is de praktische reden, hieruit volgt dat mensen trouw blijven aan hun geweten en eigen waarden. Dit alles maakt een geheel voor een menswaardig sterven mogelijk, waarin pijn en angst zoveel mogelijk worden weggenomen, en respect voor de eigen autonomie centraal staat.

UITDAGINGEN VAN VERGRIJZING

De vergrijzing van de bevolking in Nederland maakt dat het zorgsysteem voor grote uitdagingen komt te staan, met name in de laatste levensfase, naar verwachting zal in 2040 bijna een kwart van de Nederlandse bevolking 65 jaar of ouder zijn (CBS, 2023). Dit zal betekenen dat het aantal mensen met chronische aandoeningen en de vraag voor palliatieve zorg of andere vormen van ondersteuning in de laatste levensfase omhoog zullen gaan.

Er komt een toenemende druk op alle zorgprofessionals en het beschikbare zorgaanbod. Het personeelstekort en de zorgvragen die als maar groter worden. Dit kunnen gevolgen hebben voor de kwaliteit van zorg in de laatste levensfase. Een voorbeeld is dat er minder tijd voor persoonlijke aandacht is en palliatieve zorg wordt uitgesteld. Daarom is het goed dat we gaan praten over euthanasie en palliatieve sedatie, omdat ouderen vaker complexere medische en ethische vragen hebben rond hun levenseinde. Praat er eens over met je naasten en weet jij al eigenlijk al hoe je hier zelf over denkt?

Ik zie dat de ouder wordende mens ons allemaal benadrukt hoe belangrijk het is om nu te investeren voor voorzieningen in de palliatieve zorg,

communicatietrainingen en de bewustwording van menswaardig sterven voor jou en je naasten.

verlengt, maar juist de menselijke waardigheid vergroot (WHO, 2020).

HET DRAAGT JUIST BIJ AAN DE MENSELIJKE WAARDIGHEID.

Andere geluiden om mij heen vertellen dat we op moeten passen met de autonomie rondom sterven. Het zou kunnen leiden tot een cultuur waarin de waarde van het leven afneemt en mensen het normaal gaan vinden dat je gemakkelijk dood kunt gaan. Alleen is nou juist het belangrijkste in je hele leven dat je keuzes zelf mag maken, dus ook als je leeft in je laatste levensfase. Hierin bevordert de kwaliteit van leven tot op het allerlaatste moment.

Palliatieve zorg richt zich op het behouden van waardigheid en het maximaliseren van levenskwaliteit in de laatste levensfase (Rijksoverheid, 2022). Dit sluit aan bij de visie van de Wereldgezondheidsorganisatie, die stelt dat goede palliatieve zorg het leven niet verkort of

CONCLUSIE

Ten slotte is belangrijk dat we als samenleving investeren in informatie en bewustwording rondom palliatieve zorg, autonomie en waardigheid in de laatste levensfase. Door zorgprofessionals beter op te leiden, gelijke toegang tot zorg te creëren én het gesprek over de dood op een open en respectvolle manier te houden, maken we een wereld waarin mensen hun laatste levensfase kunnen ervaren met menselijkheid en betekenis. Net zoals we voor de geboorte van een kind praten over het leven, lijkt het mij ook goed dat er wordt gepraat over het overlijden. Laten we samenwerken aan een toekomst waarin het sterven niet alleen onvermijdelijk is, maar ook een respectvolle en waardige ervaring kan zijn en de autonome keuze van de mens gerespecteerd wordt in de laatste levensfase.

Rosa Weersink (21) is tweedejaars student Social Work aan de Hogeschool Saxion te Enschede.

LITERATUURLIJST

- BPSW. (2021). Beroepscode voor professionals in sociaal werk. Geraadpleegd op 14 november 2024, van <https://www.bpsw.nl/dossiers/nieuwe-beroepscode-sociaal-werk/>
- Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS). (2023). Prognose: Aantal ouderen in Nederland in 2040. Geraadpleegd op 5 december 2024, van <https://www.cbs.nl>
- Centrum voor Ethische Vraagstukken. (2021). Ethische dilemma's in de zorg: Handleiding voor professionals. Geraadpleegd op 24 oktober 2024, van <https://www.ethiek.nl>
- Integraal Kankercentrum Nederland (IKNL). (2021). Palliatieve zorg in Nederland: Feiten en cijfers. Geraadpleegd op 14 november 2024, van <https://www.iknl.nl>
- KNMG. (2020). Richtlijn palliatieve sedatie. Geraadpleegd op 14 november 2024, van <https://www.knmg.nl>
- Rijksoverheid. (2022). De euthanasiewet uitgelegd. Geraadpleegd op 14 november 2024, van <https://www.rijksoverheid.nl>
- Rijksoverheid. (2022). De euthanasiewet: Zorgvuldigheidseisen en procedure. Geraadpleegd op 14 november 2024, van <https://www.rijksoverheid.nl>
- Rijksoverheid. (2022). Toetsingscriteria euthanasie. Geraadpleegd op 5 december 2024, van <https://www.rijksoverheid.nl>
- World Health Organization (WHO). (2020). Palliative care: A global perspective. Geraadpleegd op 14 November 2024, van <https://www.who.int>
- World Health Organization (WHO). (2020). Palliative care: Ensuring dignity at the end of life. Geraadpleegd op 14 november 2024, van <https://www.who.int>
- ZonMw. (2022). Rapport palliatieve zorg: Evaluatie en verbeterpunten. Geraadpleegd op 14 november 2024, van <https://www.zonmw.nl>

Red de jeugd van de hulpverlening!

Mare Verlaan, december 2024

Je verwacht dat je als kind veilig bent bij een psycholoog, toch?

Dat verwachtte ik ook op 12-jarige leeftijd. Maar nee, het wereldje is nog cruer dan dat ik dacht. Stel je voor je vraagt hulp aan een hulpverlener vanwege de problemen met je vader. Dit durfde je nooit eerder te doen door de bedreigingen die er werden gemaakt. Na de gebeurtenissen werd door je vader je verteld dat je niks mocht zeggen. Zodra je wat zei werd er gezegd dat je loog over de gebeurtenissen. Maar toch besluit je in het geheim hulp te zoeken. Hij mag er niet achter komen, want dan heb je echt een mega groot probleem. Na een lange tijd zoeken heb je eindelijk een psycholoog gevonden. Ze houdt je hele verhaal geheim en ineens hoor je dat alles toch is doorgespeeld naar je vader. Of denk aan mijn laatste ervaring: er wordt gezegd dat het gesprek vertrouwelijk is, maar deze hulpverlener heeft een informatieplicht, artikel 7.3.4 in de Jeugdwet naar de gezaghebbende ouders wat pas na de intake wordt verteld. Tof he? Vind ik ook. Geweldig idee. Kinderen die zich al onveilig voelen bij een ouder nog verder de diepte in helpen. "Onze kinderen zijn onze toekomst!" wordt er altijd gezegd. Laten we dan ook goed zorgen voor onze toekomst. Er moet echt beter worden geluisterd naar wat het kind wil. (Rijksoverheid, z.d.)

HOVEEL KINDEREN ZIJN ER NET ALS IK?

Allereerst een rekensommetje met cijfers van het afgelopen jaar. Uit de cijfers van het CBS blijkt dat 3.300.000 jongeren (12-18 jaar) in Nederland wonen, 13,7% heeft hulpverlening. Dat zijn $(3.300.000 \times 0,137 =)$ 452.100 jongeren in de algemene hulpverlening. (CBS, 2023) (Cijfers Over Jeugdhulp | Nederlands Jeugdinstituut, z.d.)

Hoeveel kinderen er precies zijn met een soortgelijk verhaal is niet bekend, waarschijnlijk door dezelfde redenen die ik had. De "dan doe ik het allemaal zelf wel" redenen of de "laat maar zitten". Is dat verstandig zul je je afvragen? Tja, ook daar heb ik helaas geen duidelijk antwoord op. Ik wist wie ik was en vooral wie ik niet wilde zijn. Ik ben ontzettend eigenwijs, ik denk dat dat een factor is wat mij sterk heeft gemaakt. Maar de andere kant is natuurlijk dat er kinderen zijn die hun eigen "ik" nog niet hebben gevonden. Wat gebeurt er dan met hen?

Op 6 november 2024 wordt het zoveelste bericht geplaatst over de falende jeugdzorg, "Jeugdzorg luistert te weinig: 'helpt niet' is de kop bij de NOS. Hierin concludeert Kinderombudsvrouw Kalverboer het volgende: "We maken er met z'n allen een chaos van." 10 jaar geleden ging er een nieuwe jeugdwet in. Met deze wet was het de bedoeling dat kinderen en ouders juist meer te zeggen zouden hebben. Nu blijkt dat volgens een nieuw rapport dat toch anders is. "Wat je ziet is dat het op papier prachtig geregeld is, maar het wordt niet uitgevoerd zoals we het bedacht hebben."

Aldus de Kinderombudsvrouw (NOSStories, 2024). Ook op de site van de nationale ombudsman wordt er aandacht gevraagd voor de jeugdzorg (Nationale ombudsman, 2024). En dan nog niet te beginnen over alle berichten op sociale platformen.

EEN TRAUMA DOOR DE HULPVERLENING?

In de wet staat vastgesteld hoe er wordt gehandeld met minderjarige binnen het zorgsysteem, uiteraard is het van belang dat hier regels over zijn. Artikel 7.3.4 uit de jeugdwet stelt: "Indien de betrokkene minderjarig is en de leeftijd van twaalf maar nog niet die van zestien jaar heeft bereikt, is tevens de toestemming van de ouders die het gezag over hem uitoefenen of van zijn voogd vereist. De jeugdhulp kan evenwel zonder de toestemming van die ouders of de voogd worden verleend, indien zijn kennelijk nodig is teneinde ernstig nadeel voor de betrokkene te voorkomen, alsmede indien de betrokkene ook na de weigering van de toestemming, de verrichting weloverwogen blijft wensen." (Rijksoverheid, z.d.)

Ik heb dit meerdere malen gelezen en snapte er nog niks van, wat verwacht je anders van een kind? Even in andere woorden. Een hulpverlener moet indien het kind tussen de 12 en 16 jaar is toestemming vragen aan de gezaghebbende ouders of de voogd. De hulp die verleend zal worden kan ook zonder de toestemming worden verleend. Dit kan zodra dit een ernstig nadeel is voor het kind (dus dit de situatie erger kan maken, denk hierbij aan problematiek met een ouder) of wanneer de

toestemming niet wordt verleend, maar het kind zeker weet dat de aangevraagde hulp nodig is. Ook hebben hulpverleners het recht om te bepalen of informatie toch niet naar de ouders doorgespeeld wordt, maar mijn ervaring is dat dit recht slecht tot niet benut wordt. Hoe zou het voor jou zijn als de hulpverlener die jij vertrouwt je problemen, zonder dat jij het weet, op straat legt? Erger nog in de brievenbus stopt van de persoon die jouw problemen heeft veroorzaakt! Zou jij dan nog gaan praten? Die vragen heb ik aan verschillende mensen gesteld, Hun reactie was eensgezind: “Ben je gek?! Natuurlijk niet, weet je wat voor risico dat met zich meebrengt.”

Toch gebeurt dit wel met de nodige gevolgen, denk hierbij aan confrontaties, ruzies of erger een vorm van mishandeling. Daarbij komt ook nog dat kinderen in een intake niet alles open en bloot op tafel zullen leggen, volwassenen doen dit toch ook niet. Hoezo weegt de informatieplicht naar ouders zwaarder dan het welzijn van de minderjarige cliënt? Op deze wijze wordt de situatie verergerd voor het kind en dat is euh, handig of leuk, denk ik dan? De hulpverleners doen dit natuurlijk ook niet zonder reden, maar ik vraag me behoorlijk af waarom ze toch informatie doorspelen naar ouders als het kind aangeeft dat dit echt niet mag gebeuren. Of al toestemming vragen voor de behandeling aan een ouder als dat gevaren voor het kind met zich meebrengt. Als je dit aan de hulpverleners vraagt krijg je: “Dat staat in de wet.” Maar het NJi pleit het volgende: “Kinderen kunnen vaak al vanaf 6 jaar over de hulpverlening meedenken en meepraten. Hoe ouder ze zijn, hoe meer inbreng ze vaak kunnen hebben. Daarom is het belangrijk om kinderen deze mogelijkheid te bieden. (Nji, z.d.)” Voor de zoveelste keer staat het zo mooi op papier, maar tegelijkertijd gebeurt het weer niet. Uit onderzoek van Jeugdstem naar jongeren tussen de 12 en 21 jaar die met jeugdzorg te maken hebben, blijkt dat ruim 30% vindt dat niet naar hen wordt geluisterd. Daar komen negatieve gevoelens bij kijken, zoals onbegrip, machteloosheid, onduidelijkheid en eenzaamheid. (Kinderrechten.nl, 2023) Het klinkt wel als een ‘behandeltrauma’, maar is dat wel een ding ‘een behandeltrauma’?

Ja, dat bestaat... De verhalen van negatieve gevoelens die de Jeugdstem opving kunnen onder anderen ontstaan door: “niet serieus genomen worden, weggestuurd worden, vertrouwensschending, machtsmisbruik en slecht of niet geïnformeerd worden (over risico’s) (NeuroElfe, 2022).” Voor mij leek dit wel een soort checklist. Niet serieus genomen worden, check. Weggestuurd worden, check check. Vertrouwensschending, duizendmaal check, enz. Hoe dan? Volgens mij staat er toch echt in de beroepscode van het sociaal werk dat vertrouwen het belangrijkste is wat er moet zijn tussen hulpverlener en cliënt. Zo staat er ook: “De professional is zich ervan bewust dat acceptatie en naleving van deze beroepscode mede voorwaarde is voor het vertrouwen dat personen kunnen stellen in

het beroep en de beoefenaren van dat beroep. De professional is zich ervan bewust dat dit vertrouwen zowel de beroepsuitoefening als het maatschappelijk/persoonlijk leven daarbuiten betreft. Hij vermijdt handelingen die het vertrouwen in de beroepsgroep kunnen beschadigen. (BPSW, 2021)” Waarom lijkt dit op papier zo geweldig en is er in de werkelijkheid vrij weinig van terug te vinden?

TIJD OM DE HULPVERLENING OM TE DRAAIEN!

In de tijd dat ik op zoek was naar hulp liep ik tegen een ‘muur’ aan, deze o zo geweldige informatieplicht. Toen ik zelf tegen deze ‘muur’ aanliep, is mijn moeder op zoek gegaan naar een hulpverlener die met mij wilde praten zonder dat mijn vader op de hoogte werd gesteld en om toestemming werd gevraagd. Voor mij was het zeker een gevaar als mijn vader van de gesprekken af wist. Hij kan bijvoorbeeld in je hoofd kruipen en jou laten vertellen wat hij wil dat je vertelt. Het is heel erg moeilijk om bij jezelf te blijven. Samen met andere gebeurtenissen die mij in gevaar konden brengen was het blijkbaar nog niet genoeg voor de hulpverleners om zonder toestemming van hem hulp te verkrijgen. Wanneer is het dan wel genoeg? Van de 18 hulpverleners die mijn moeder heeft gesproken was er maar 1 die bereid was om met mij te praten zonder vooraf toestemming van mijn vader te krijgen en zonder de informatieplicht naar de gezaghebbende ouders in te zetten.

Mijn huisarts was ook bereid om met mij te praten zonder dat mijn vader het wist. Hij zou dan de gebruikte tijd in het systeem zetten als lichamelijke klacht, zodat er bij controle niet naar buiten kwam dat die gesprekken werden gevoerd. Gelukkig zijn er dus ook dit soort mensen die het vertrouwen in het systeem weer wat terugbrengen, maar dat neemt niet weg dat deze naar mijn idee omgedraaid zou moeten worden.

Kinderen kunnen de wereld nog niet overzien en zeker zoiets ingewikkelds als het zorgsysteem niet. Een kind (tussen de 12 en 16 jaar) geen idee heeft wat wel en niet ‘normaal’ is. Voor hen is hetgeen wat zij vanuit huis mee hebben gekregen het normaal. “Tijdens de adolescentie maakt het door anderen opgelegde moraal plaats voor een eigen geweten. (Tieleman, 2023)” Kinderen horen bezig te zijn met zichzelf ontwikkelen en zorgeloos door het leven te gaan. Kinderen van die leeftijd horen helemaal niet bezig te zijn met dingen als wetten uitpluizen, proberen te ontsnappen uit de situatie of te vechten voor hun eigen veiligheid.

Ik was altijd volgzaam, ik vond de wereld maar groot, eng en onbegrijpelijk. Ik wilde het graag goed doen voor iedereen, maar kan dat wel? Nee, natuurlijk niet. Wist ik dat dan op die leeftijd? Nee, ook niet, welk kind wel? Ik was alleen maar bezig met proberen te ontsnappen, zodat ik aan mezelf kon werken. Op een geven moment ging bij mij de

knop om. Stiekem wist ik wel wie ik was en ook dat de hulpverleners geen hulp waren voor mij. Iets in mij zei: "Kom op hoofd omhoog!" En deze keer niet de: "Kom op hoofd omhoog, doorlopen en niets laten merken." Maar de: "Kom op hoofd omhoog! Je weet donders goed dat jij dit kan, laat je niet gek maken. Je moet niet zo angstig zijn en je niet laten bespelen, want dat is niet wie jij bent! Dat is hoe je bent gemaakt. Als jij wat wil dan zorg je er maar voor dat je het haalt zonder die 'hulpverleners'. En een beetje opschieten." En dat is hoe het is gegaan.

MIJN BRIEF AAN HET MINISTERIE VAN VOLKSGEZONDHEID, WELZIJN EN SPORT

14-08-2020 was de dag waarop ik er helemaal klaar mee was. Ik wilde zorgen dat die mensen daar in Den Haag eens zouden weten hoe slecht ik mij voelde, hoe slecht ik alles geregeld vond en vooral dat zij zouden zien wat de impact werkelijk op een kind is. Ik ging schrijven over mijn gevoel en ervaringen, bijna 2 A4'tjes vol. Ik zette mijn verhaal op papier, iets wat ik toen erg eng vond. Ik verstuurde het, hopen op een antwoord als: "dit kan niet de bedoeling zijn!" Of "zo is de wet niet gemaakt!" Helaas was dat niet het antwoord wat ik kreeg. Ik kreeg een uitleg hoe de wet in elkaar zat. Ja, daar was ik al van op de hoogte, anders zou ik ook geen brief naar Den Haag sturen, toch? Zoals meneer Blokhuis, de staatssecretaris van Volksgezondheid benoemde: "Wij vinden het belangrijk dat ouders weten hoe het met hun kind

gaat, zodat ze kunnen helpen en leren wat hun kind nodig heeft." Een mooie, mensgerichte, meedenkende en vooral empathische opmerking, of niet dan? Nou, dat is niet wat er in mij naar boven kwam. Ik voelde woede en verdriet. Alsof ik niet had gewild dat mijn vader zou helpen en zou leren over mij. Dit is gewoon niet mogelijk bij mensen die narcistisch gedrag vertonen. Daarnaast kreeg ik de aanmoediging om met instanties als VeiligThuis contact op te nemen. Het enige wat ik dacht was: "Ja leuk, maar ik vertrouw niemand meer met mijn verhaal dus waarom zou ik dat dan nu wel ineens doen?" "Ik heb al zoveel geprobeerd, waarom zou het dan nu wel lukken?" "En wat als hij erachter komt dat ik het aan heb gegeven?" Ook kon ik contact opnemen met 'een mentor die ik vertrouw' in mijn omgeving, maar dat is toch juist het probleem, vertrouwen? En dit is trouwens echt geen aanval op meneer Blokhuis. Mijn brief is gelezen en beantwoordt, maar het tekent wel het reglement in Nederland. In de wet staat dat iets kan, wat in de werkelijkheid niet gebeurt.

WAT IS DE WEG VOORUIT?

Kunnen we de boel niet omdraaien, waarbij informatie alleen wordt vrijgegeven naar de ouders in geval van nood? Zodat er dus geen behandeltrauma ontstaat. Of dat informatie alleen verstrekt wordt naar de ouder die het kind toestemming geeft? En anders de ouder waar het kind geen of minder problemen mee ervaart? Kinderen moeten beschermd worden. Creëer een veilige en vertrouwde omgeving voor hen en neem kinderen serieus.

Ps. ode aan mijn moeder, mijn opa en mijn oma die in alle hoeken hebben gezocht en gewerkt naar een veilige, vertrouwde en liefdevolle omgeving voor mij.

LITERATUURLIJST

- BPSW. (2021). Beroepscode. <https://bpsw.nl/app/uploads/BPSW-Beroepscode-2021.pdf>
- CBS. (2023, 8 november). Jongeren in Nederland - Jaarrapport Landelijke Jeugdmonitor 2023. Jongeren in Nederland - Jaarrapport Landelijke Jeugdmonitor 2023 | CBS. <https://longreads.cbs.nl/jeugdmonitor-2023/jongeren-in-nederland/>
- Cijfers over jeugdhulp | Nederlands Jeugdinstituut. (z.d.). <https://www.nji.nl/cijfers/jeugdhulp>
- Kinderrechten.nl. (2023, 14 maart) Onderzoek bevestigt: jongeren in de jeugdzorg voelen zich niet gehoord. <https://www.kinderrechten.nl/onderzoek-bevestigt-jongeren-in-de-jeugdzorg-voelen-zich-niet-gehoord/>
- Nationale Ombudsman. (2024, 6 november) Gebrek aan invloed op jeugdhulp funest voor ouders en kinderen. (2024, 6 november). <https://www.nationaleombudsman.nl/nieuws/nieuwsbericht/2024/gebrek-aan-invloed-op-jeugdhulp-funest-voor-ouders-en-kinderen>
- NeuroElfje. (2022, 14 juni). Wat is medisch trauma of behandeltrauma? NeuroElfje. <https://neuroelfje.nl/kennis/medisch-trauma/>
- NOS. (2024, 6 november). "Ouders en kinderen hebben te weinig inspraak in de jeugdzorg". <https://nos.nl/artikel/2543409-ouders-en-kinderen-hebben-te-weinig-inspraak-in-de-jeugdzorg>

- Rijksoverheid. (z.d.). Artikel 7.3.4 informatieplicht. Wetten Overheid. https://wetten.overheid.nl/BWBR0034925/2024-01-01#Hoofdstuk7_Paragraaf7.3_Artikel7.3.4
- Tieleman, M. (2023). *Levensfasen* (5de editie). Boom.
- NOSStories. [@NOSStories].(2024, 6 november). *Jeugdzorg luistert te weinig: 'helpt niet'* [Video]. TikTok. Geraadpleegd op 7 november 2024, van <https://vm.tiktok.com/ZGdYegMAf/>

Uiterst belangrijk; jongeren zouden meer vrijwilligerswerk moeten doen. Maar waarom?

May-Lynn Littink, december 2024

Een onderwerp waar ik mij uiterst zorgen over maak; de toekomst van generatie z. Oftewel onze jongeren die zich hoogstwaarschijnlijk geen leven meer kunnen voorstellen zonder internet of smartphones, één van de hardst getroffen generaties als het gaat om mentale problematiek dankzij de corona en onze toekomstige werkers die onze maatschappij staande en onder controle moeten houden. Het probleem van deze generatie is dat het heel erg 'eigen' begint te worden door de digitalisering. Het helpen van anderen en het echte sociale contact met mensen verschuift langzaam naar de achtergrond, als ik om mij heen kijk lijkt iedere jeugdige te verdwijnen in hun eigen wereld en dat frustriert mij intens. Sinds de lockdown is alles wat betreft 'socialiseren' veranderd. Bijna overal waar je om je heen kijkt zie je dat de jongere generatie zichzelf aan het verliezen is in hun mobiele telefoons, geïsoleerd op hun slaapkamers. Dit moet dringend veranderen. In dit opiniestuk schrijf ik verder over de problematiek die nu heerst onder deze generatie dankzij de lockdown en waarom het doen van vrijwilligerswerk kan bijdragen aan de mentale gezondheid en kan zorgen voor positieve veranderingen. Maar vooral waarom het belangrijk is dat juist jongeren dit werk meer zouden moeten gaan doen, en hoeveel dat kan betekenen voor onze toekomstige maatschappij. Weg met die telefoons en laat de serotonine maar door de hersenen stromen, want echt face-to-face contact en het helpen van mensen zorgt voor voldoening.

Mijn naam is May-Lynn, ik ben twintig jaar en doe zelf vrijwilligerswerk bij stichting Present, en het valt mij op dat hier weinig jongeren vrijwilligerswerk doen. Niet alleen bij Present, maar in het algemeen. Hier moet verandering in komen. In 2019 bleek dat 45 procent van de Nederlandse jongeren van 15 tot 25 jaar aan zich minstens één keer per jaar als vrijwilliger te hebben ingezet voor een organisatie of vereniging (Centraal bureau voor de Statistiek, 2020). Er is gelukkig een groot gedeelte dat zich inzet of in heeft gezet voor een ander, maar naar mijn mening kan dit meer. Niet alleen eenmalig, maar ook voor een langere periode. Zelf heb ik onderzoek gedaan wat de vrijwilligers van stichting Present hiervan vinden. Een groot aantal vindt dit ook te weinig, en vinden dat meer jongeren zich moeten inzetten. Ze vinden dat het juist voor de jongergeneratie het heel belangrijk is om te leren wat de betekenis is van het inzetten voor een ander, dat het goed is voor jongeren om hun gezichtsveld te verbreden. Na de coronalockdown zijn de mentale klachten onder deze doelgroep sterk toegenomen, denk aan eenzaamheid, depressieve klachten en een vermindering van contact met mensen. Vrijwilligerswerk kan deze negatieve gevoelens

verminderen. Zelf bevond ik mij namelijk ook in deze positie, maar kwam ik dankzij mijn opleiding in contact met vrijwilligerswerk. Uit eigen ervaring is vrijwilligerswerk een prachtige eerste stap om jongeren zich te laten inzetten voor een ander, voor zichzelf en de maatschappij. Ik zie bij veel vrijwilligersorganisaties vooral veel volwassenen en ouderen, waaronder de vrijwilligersorganisatie waar ik zelf zit, en dus weinig jongeren. Dit vind ik heel erg jammer. Vrijwilligerswerk biedt namelijk zingeving, en kan mensen leren wat de betekenis is van een ander helpen. Daarom is belangrijk om jongeren in contact te brengen met vrijwilligersorganisaties, en is het ook belangrijk dat organisaties dit aantrekkelijk maken om te doen. Het is belangrijk om jongeren te leren wat dankbaarheid, behulpzaamheid en voldoening kan betekenen voor het mentaal welzijn en de persoonlijke ontwikkeling. Dit vind ik ook belangrijk voor de toekomst van de mensheid en alle volgende generaties. We willen immers allemaal een maatschappij waar iedereen een klein beetje naar elkaar omkijkt toch?

Volgens Westenberg (2008) leven we in een tijd

van grote verontwaardiging en bezorgdheid over de jeugd. Zo citeert hij:

U hoeft de TV maar aan te zetten en de krant open te slaan. Als we de media mogen geloven, dan deugt er weinig van onze jeugdigen: ze gaan ten onder aan drankmisbruik, ze gaan zich te buiten aan seks en geweld, ze nemen onverantwoorde risico's en denken niet aan de toekomst, ze geven niet om een ander en zijn louter uit op eigen gewin, ze zijn genot- en gemakzuchtig, ze verliezen zichzelf op het internet. In het onderwijs heerst een zeszescultuur en dan gaan die lulakken ook nog eens de straat op om te staken.

Je hoort dit soort negatieve uitspraken tegenwoordig vaak, dat de 'jeugd van tegenwoordig' een probleem aan het worden is en dat het 'vroeger allemaal beter en socialer was'. Er zijn grote zorgen over deze generatie en geef die opmerkingen ook zeker geen ongelijk, zelf maak ik mij ook zorgen. Door de jaren heen is de jeugd heel erg veranderd als het o.a. gaat over sociaal contact met en naar elkaar en dat is naar mijn mening al een probleem. Het is uiterst belangrijk om deze generatie te leren wat het betekent om iets voor een ander te doen en het socialiseren weer te normaliseren. Het lot van de toekomst ligt in de handen van onze jongeren, het zal verschrikkelijk zijn als we een maatschappij vol internet-verslaafden zouden hebben die niet meer naar elkaar omkijken, en dat sociaal contact langzaam verdwijnt. We moeten daarom deze generatie veel meer leren over wat dankbaarheid en de betekenis van anderen helpen is door jongeren te inspireren om dit te bevorderen, zo zal het negatieve beeld van de jeugd ook langzaam verdwijnen en hoor je alle opa's en oma's ook niet meer zeggen dat het 'vroeger allemaal beter was'. Want wij kunnen ervoor zorgen dat dit verbetert.

'De pandemie en de maatregelen hebben grote impact gehad op het dagelijks leven van jongeren. Zij konden bijvoorbeeld niet naar school, hun opleiding of werk. Jongeren gaven in interviews aan dat er hierdoor minder momenten of plekken waren waar zij elkaar konden ontmoeten en belangrijke (sociale) ontwikkelingen te missen. Tijdens de coronapandemie kwam de mentale gezondheid van veel jongeren onder druk te staan, meer dan bij andere leeftijdsgroepen. In vergelijking met oudere deelnemers, ervaren jongeren vaker mentale klachten zoals angst of stress, voelden ze zich vaker eenzaam, of hadden minder goede sociale contacten met anderen. Enkele jongeren gaven bovendien aan dat de overheid meer oog zou moeten hebben voor mentaal welzijn of vrijheid van burgers.' Jongeren in tijden van corona (2024). Een behoorlijke klap voor onze jongeren op veel verschillende vlakken. Om te spreken over het probleem eenzaamheid onder jongeren; vaak wordt dit geassocieerd met ouderen die hier last van hebben. Helaas komt het in alle lagen/leeftijden van de bevolking voor. In

2021 voelde 11 procent van de Nederlanders van 15 jaar of ouder zich sterk eenzaam, 32 procent was enigszins eenzaam. In 2019 was dat achtereenvolgens 9 en 26 procent (Centraal bureau voor de Statistiek, 2022). De eenzaamheid is dus toegenomen, en het is heel erg dat jongeren dat meer moeten ervaren. Deze doelgroep heeft nog een heel leven voor zich en met een gebrek aan sociaal contact of zingeving loop je het risico om een eenzaam leven te leiden en de kans op mentale klachten is daardoor groter. Stel je dat eens voor dat je dat leven zou leiden in 'de bloei van je leven', de belangrijkste periode waarin je levenskeuzes moet maken en moet kunnen genieten. Maar vooral vervuld moet zijn van alle basisbehoeften. Dat zouden we niet moeten willen voor onze toekomstige werkers.

Vrijwilligerswerk zorgt voor gezondheidsvoordelen. 'Doordat vrijwilligers zich voor anderen in de samenleving inzetten, kunnen maatschappelijke problemen verminderd worden. (Snyder & Omoto, 2009). Daarnaast levert vrijwilligerswerk wat op voor het individu; het zou volgens De Wit, Bekkers, Karamat Ali en Verkaik (2015) gezondheidsvoordelen met zich meebrengen. Verschillende onderzoeken laten zien dat er sprake is van een positief verband tussen het doen van vrijwilligerswerk en de gezondheid van de vrijwilliger, met name de psychosociale gezondheid. Het doen van vrijwilligerswerk kan de kans op een depressie verkleinen en kan zorgen voor minder stress. Daarnaast kan het mensen meer zelfvertrouwen en een gevoel van controle over eigen leven geven (Jenkinson et al., 2013; Kumer et al., 2012).' *Title of Thesis* (Joosse, z.d.). Nu hoor ik sommigen denken: 'Maar gaat meer hooi op de vork niet alleen maar meer stress met zich meebrengen?'. Zeker niet, wat stress veroorzaakt is de hele dag niks anders doen dan op je mobiel zitten en je bezighouden met wat anderen aan het doen zijn, verantwoordelijkheden niet nakomen en niks doen wat echt betekenis geeft aan je dag. Stel je nou eens voor dat je aan het eind van de dag in je bed ligt wetende dat je een persoon zijn of haar leven een stukje beter hebt gemaakt? Dat is uit eigen ervaring veel waardevoller dan dat je alleen maar kan zeggen dat je de hele dag weer hebt zitten scrollen. Ik deed vooral de eerste twee jaren na de coronapandemie niet echt iets wat nou echt iets betekende voor mij. Vanuit mijn opleiding ben ik in contact gekomen met de vrijwilligersorganisatie waar ik nu bij zit. Nu had ik het voordeel dat ik wel 'moest', maar gelukkig is het heel makkelijk om je aan te melden bij een vrijwilligersorganisatie. De eerste keer dat ik in aanraking kwam met mensen die bijvoorbeeld slechte leefomstandigheden hadden lieten mij beseffen hoe dankbaar ik ben voor wat ik heb, en hoe goed het voelt wetende dat je een ander hebt geholpen zijn of haar dag beter te maken. Geloof me, daar wil je je dag niks zitten doen op je telefoon zeker voor opgeven.

In dit onderzoek *Een sociaal jaar voor jongeren*. (Van Houten & Huiskamp, 2004) wordt aangetoond

hoeveel jongeren kiezen om vrijwilligerswerk te doen als ze er studiepunten voor krijgen;

Interessant is dat in het onderzoek van De Winter (2003) aan de jongeren de vraag is voorgelegd of zij wel of niet onvrijwillig vrijwilligerswerk zouden willen doen. Gevraagd is welk vrijwilligerswerk zij dan zouden doen of dat zij in dat geval helemaal geen vrijwilligerswerk willen doen. 22% kiest voor de optie van geen vrijwilligerswerk willen doen. Als iemand aan de jongeren zou vragen om drie maanden een vrije ochtend/middag vrijwilligerswerk te doen, dan zegt 29 procent ja, 50% twijfelt en zou het misschien doen, 21% zegt helemaal geen vrijwilligerswerk te willen doen. Het enthousiasme stijgt zodra men er extra studiepunten voor krijgt. Dan wil 63% van de jongeren wel vrijwilligerswerk verrichten.

Hoe mooi is het als je nuttig werk kan leveren, en daar ook nog eens je benodigde studiepunten voor krijgen! Uit onderzoek blijkt dus dat dit werkt. Uit eigen onderzoek gaven meer professionals (de actieve vrijwilligers bij Present) tips over meer manieren hoe je jongeren zou kunnen inspireren: 'vertel ze de voordelen van vrijwilligerswerk'. 'Benader ze persoonlijk op scholen en evenementen', 'Laat ze een dag meelopen', 'Laat ze de dankbaarheid van mensen ervaren', 'Meer gastlessen op scholen' en 'leg de nadruk op het plezier wat het meebrengt.' Er zijn dus genoeg

manieren om het jongerenaantal bij vrijwilligersorganisaties te laten doen stijgen door meer van dit soort interventies te organiseren. Volgens de Internationale Federatie van Sociaal Werkers (IFSW, 2014) is sociaal werk een op de praktijk gebaseerd beroep en een academische discipline die sociale cohesie van mensen bevordert. Sociaal werkers kunnen voor verandering zorgen met behulp van de juiste interventies.

Vrijwilligerswerk draagt dus niet alleen bij aan het welzijn van jongeren, maar het kan ook de maatschappij in haar geheel sterker maken. Door jongeren te betrekken bij maatschappelijke kwesties, ze meer te inspireren leren we hun de waarde van vrijwilligerswerk. Alle betrokkenen zoals ouders, scholen, vrijwilligersorganisaties, beleidsmakers kunnen hierbij helpen door ze deze boodschap mee te geven. Het mentale welzijn van deze generatie kan wel een oppepper gebruiken, en vrijwilligerswerk is een mooie stap om zingeving en voldoening te bieden. Het mooie is dat je er iets moois mee kan doen; een ander helpen. Door klein te beginnen voor een periode van een aantal maanden zet je ze niet onder druk. Het is ook belangrijk om deze generatie duidelijk te maken wat het met je mentale gezondheid kan doen, zo komen we met een kleine stap weer dichterbij een zingevende en socialere toekomst voor onze generatie z!

LITERATUURLIJST

- Centraal Bureau voor de Statistiek. (2020, 27 mei). *Minder jongeren vrijwilliger in 2019*. Geraadpleegd op 3 december 2024, van <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2020/22/minder-jongeren-vrijwilliger-in-2019>
- Centraal Bureau voor de Statistiek. (2022, 26 september). *Vooraf jongeren emotioneel eenzaam in 2021*. Geraadpleegd op 3 december 2024, van <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2022/39/vooraf-jongeren-emotioneel-eezaam-in-2021>
- Internationale Federatie van Sociaal Werkers (IFSW). (2014). Globale definitie van sociaal werk. Geraadpleegd van <https://www.ifsw.org/what-is-social-work/global-definition-of-social-work/>
- Joosse, R. (n.d.). *Title of Thesis*. Geraadpleegd van <https://www.socialevraagstukken.nl/wp-content/uploads/Thesis-6-8-R.Joosse.pdf>
- Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM). (n.d.). *Jongeren in tijden van corona*. Geraadpleegd op 8 november 2024, van <https://www.rivm.nl/gedragsonderzoek/jongeren-in-tijden-van-corona>
- Van Houten, G., & Huiskamp, R. (2004). *Een sociaal jaar voor jongeren*. Verwey-Jonker Instituut. Geraadpleegd van <https://www.verwey-jonker.nl/wp-content/uploads/2004/01/Een-sociaal-jaar-voor-jongeren.pdf>
- Westenberg, P. M. (2008). De jeugd van tegenwoordig! In: Universiteit Leiden. Geraadpleegd van <https://hdl.handle.net/1887/19613>

Standaardtarieven zonder maatwerk

Een valstrik van de Jeugdzorg

Jesse Overeem, december 2024

De decentralisatie van de jeugdzorg in 2015 heeft een grote impact gehad op de financiering en organisatie van de zorg, met name voor gezinshuizen en pleegzorg. Gemeenten kregen vanaf dat moment niet alleen meer verantwoordelijkheden, maar ookte maken met een structureel lager budget, wat leidde tot een korting van 15% op de landelijke jeugdzorgbegroting (Spigt, 2018). Deze bezuinigingen dwongen gemeenten tot kostenbeheersing, wat resulteerde in de invoering van vaste en vaak lage tarieven, zoals te zien is in Twente. Hoewel de decentralisatie bedoeld was om zorg dichterbij de inwoners te brengen en beter af te stemmen op individuele behoeften, leidde dit in de praktijk vaak tot uiteenlopend beleid en ongelijkheden in toegang en ondersteuning tussen gemeenten. Voor gezinshuizen betekende dit dat ze te maken kregen met beperkte financiële middelen en wisselende afspraken tussen gemeenten, wat het vermogen om stabiele en kwalitatieve zorg te leveren aanzienlijk onder druk zette (Jeugdzorg Nederland, 2024). Hierdoor moeten we overstappen van enkel lage standaardtarieven naar een combinatie van maatwerk en standaardtarieven om beter aan te sluiten bij de complexe zorgbehoeften van gezinshuis- en pleegzorgjongeren.

DE GEVOLGEN VOOR GEZINSHUIZEN EN PLEEGZORG

In januari 2025 startten veertien Twentse gemeenten onder de naam SamenTwente met een gezamenlijke inkoop van jeugdzorg tegen een standaardtarief van €1,96 per minuut. Voor veel gemeenten lijkt dit een efficiënte oplossing voor de stijgende kosten in de jeugdzorg, maar deze maatregel brengt ernstige problemen met zich mee die een negatieve impact kunnen hebben op de kinderen en jongeren die afhankelijk zijn van jeugdzorg en pleegzorg. Twee zorgaanbieders, Doppa Zorg en Helios Kind en Jeugd, stapten naar de rechter omdat zij dit tarief als te laag beschouwen zonder toegang tot aanvullend maatwerk. Het tarief leidt tot financiële problemen bij gezinshuizen en maakt het moeilijker om de nodige zorgkwaliteit te leveren, vooral omdat ze personeel met hogere kwalificaties inzetten dan het standaardmodel aanneemt. De rechter oordeelde dat zorgaanbieders kosten zelf moeten dragen en dat de lage standaardtarieven overeind blijven (Louwes, 2024). Deze uitspraak werpt licht op de spanningen in het huidige zorgstelsel, waarin de focus op kostenbeheersing lijkt te botsen met het bieden van de best mogelijke zorg.

EEN GOEDKOPE KEUZE MET EEN DURE PRIJS VOOR DE JEUGDZORG

De standaardisatie van tarieven zonder maatwerk lijkt aantrekkelijk voor gemeenten omdat het zorgt

voor beheersbare en voorspelbare kosten, terwijl zij onder druk staan om binnen krappe budgetten te werk te gaan. Maar dit uitgangspunt van efficiëntie doet tekort aan de complexe realiteit van jeugdzorg. Kinderen en jongeren hebben vaak te maken met complexe en variërende psychosociale problemen die intensieve begeleiding vereisen (Deelcommissie Jeugdzorg en psychosociale/pedagogische preventie, 2020). Standaardtarieven houden geen rekening met de diversiteit en intensiteit van zorgbehoeften, en evenmin met het feit dat sommige zorgaanbieders hoger opgeleid personeel inzetten, wat hogere kosten met zich meebrengt. Daarnaast hebben veel gezinshuizen hun onderhoudskosten gebaseerd op de voorgaande inkomsten, maar door de nieuwe tarieven komen deze inkomsten nu onder druk te staan. Dit maakt het voor sommige gezinshuizen lastig om te bepalen of ze het financieel wel gaan redden.

Door de standaardtarieven te laag te stellen en geen toegang geven tot maatwerk mogelijkheden, dreigen zorgaanbieders als Doppa en Helios de financiële middelen te missen om gespecialiseerde begeleiding en ondersteuning te bieden. Dit raakt niet alleen hen, maar ook de kwetsbare jongeren die op deze zorg vertrouwen en de gezinshuizen. Er ontstaat een paradox: door kosten te drukken, loopt de kwaliteit van zorg risico, wat op de lange termijn kan leiden tot hogere maatschappelijke kosten door verergerde problemen bij deze jongeren (Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport et al., 2024).

GEZINSHUIZEN GEVANGEN TUSSEN GEMEENTEN

Gezinshuisouders zouden nu kunnen worden gedwongen om te sorteren op kinderen op basis van hun gemeentelijke herkomst, aangezien kinderen uit andere gemeenten niet onder dezelfde bekostigingsregeling vallen. Dit kan ertoe leiden dat kinderen die pleegzorg nodig hebben, nog strikter gefilterd worden. Waar dit voorheen gebeurde op basis van de problematiek en een zorgvuldige matching, zouden gezinsouders nu genoodzaakt kunnen worden om te kijken uit welke gemeente het kind komt om te bepalen of het financieel haalbaar is omdat per gemeente een ander standaardtarief is berekend. Dit kan ertoe leiden dat jongeren mogelijk herplaatst moeten worden of onnodig geplaatst worden op een leefgroep, simpelweg omdat het financieel niet meer te overzien is. Dit is nu actueel op mijn stage in de jeugdzorg. In het gezinshuis wonen vier jongeren die afkomstig zijn van verschillende zorgaanbieders en onder verschillende gemeenten vallen, zowel binnen als buiten Twente. Dit zorgt voor aanzienlijke veranderingen in de kosten voor de gezinshuisouder, wat de mogelijkheden voor het bieden van de juiste zorg aan de jongeren belemmert.

Het zou bijvoorbeeld financieel voordeliger kunnen zijn voor de gezinshuisouder om kinderen die binnen de gemeente Twente vallen te herplaatsen, en daarvoor in de plaats kinderen van buiten de gemeente te ontvangen. Toch blijft er altijd een belangrijke troef over die als hulpverlener van waarde is: humaniteit. De kinderen hebben stabiliteit nodig, maar worden nu geconfronteerd met een netwerk van steeds wisselende gezichten en disciplines. De gezinshuisouder waar ik het geluk mee heb om samen te werken, ziet het belang van deze stabiliteit en blijft vasthouden aan het bieden van continuïteit voor de jongeren, ondanks de financiële druk die dit met zich meebrengt. Het is een kwestie van roeien met de riemen die je hebt, maar hopelijk zorgt dit uiteindelijk toch voor de nodige zorg en een goede ontwikkeling van de kinderen.

HOE SOCIAAL WERKERS HET VERSCHIL MAKEN

De kernwaarden van sociaal werk, zoals rechtvaardigheid, respect voor autonomie, en het streven naar het welzijn van jeugdigen, zijn noodzakelijk voor kwalitatieve jeugdzorg.

Volgens de BPSW moeten sociaal werkers handelen vanuit deze waarden en opkomen voor eerlijke toegang tot zorg, afgestemd op de individuele behoeften van jeugdigen. De huidige standaardisatie van tarieven zonder maatwerk botst met deze principes, doordat het aanbieders mogelijk dwingt om keuzes te maken op basis van gemeentelijke herkomst, in plaats van op basis van zorgbehoeften (BPSW, 2021). Hierdoor kan de

autonomie van jeugdigen en de kwaliteit van zorg onder druk komen te staan. Maatwerkmodellen of een combinatie hiervan, die beter aansluiten bij de uiteenlopende zorgbehoeften, kunnen bijdragen aan een systeem dat zowel kostenefficiënt als gericht op de best mogelijke zorg voor jeugdigen is.

Als sociaal werkers hebben wij een belangrijke rol in deze discussie. Vanuit de basisprincipes van rechtvaardigheid en welzijn moeten wij gemeenten en het publiek blijven wijzen op de impact van desbetreffende bezuinigingen op de kwaliteit van zorg, door bijvoorbeeld te protesteren, petitie te starten en hierover in gesprek blijven te gaan met beleidsmakers. Onze kennis van de praktijk en van de behoeften van kwetsbare jongeren stelt ons in staat om waardevolle gesprekspartners te zijn bij het vormgeven van beleid dat daadwerkelijk aansluit op de behoeften van de doelgroep. Het is belangrijk om deze actuele kennis te gebruiken, aangezien deze voortdurend veranderd. Deze kennis moeten wij zowel binnen politiek beleid als binnen de praktijk breed delen, zodat er een gezamenlijke aanpak kan ontstaan die aansluit bij de leefwereld van jongeren. De relatie tussen jongeren en sociaal werkers is hierdoor van groot belang (Sociaal Domein Online, 2024).

De kernwaarden van ons sociaal werkers, zoals rechtvaardigheid, respect voor de autonomie van de cliënt en het streven naar het beste welzijn van kwetsbare individuen, zouden centraal moeten staan in deze discussie. De oplossing ligt niet in het verder standaardiseren van tarieven, maar in het vinden van flexibele en rechtvaardige financieringsmodellen zoals maatwerk die daadwerkelijk aansluiten bij de diverse zorgbehoeften van jongeren en daarbij de mogelijkheden behouden voor gezinshuis en pleegouders om de nodige zorg te blijven bieden. Alleen door een systeem te creëren dat zowel kostenbeheersing als zorgkwaliteit in balans brengt, kan er een zorgsysteem ontstaan dat recht doet aan de belangen van jongeren in de jeugdzorg en de zorgverleners.

MAATWERK REDT JONGEREN: DE VOORDELEN VAN GERICHTE ONDERSTEUNING

Mijn overtuiging als toekomstig sociaal werker is dat we af moeten stappen van deze alleenstaande lage standaardtarieven en moeten overstappen naar een maatwerksysteem of een combinatie hiervan. De huidige aanpak van standaardtarieven is niet alleen inefficiënt, maar vooral onrechtvaardig voor jongeren met complexe zorgbehoeften. Complexe psychosociale problemen kunnen niet met een "one-size-fits-all"-benadering worden opgelost. Zorgbehoeften variëren en het negeren van deze verschillen leidt tot kwalitatieve beperkingen in de zorg die jongeren krijgen.

Door maatwerk te toe te passen, kunnen we rekening houden met de specifieke behoeften van

jongeren in gezinshuizen en pleegzorg. Dit betekent niet alleen meer middelen en ondersteuning voor gezinnen die intensievere zorg verlenen, maar ook dat gespecialiseerde professionals, die nu vaak onbetaalbaar worden door te lage tarieven, de ruimte krijgen om zorg op maat te bieden. Zo kan de kwaliteit van zorg gewaarborgd blijven en voorkomen we de risico's van kostenvermindering ten koste van de hulp aan kwetsbare jongeren (Van den Wijngaart, 2022). Er heeft een pilot "pleegzorgmaatwerk" plaatsgevonden in Rotterdam, die onderzoek heeft gedaan naar de effecten van het toepassen van maatwerk in deze vormen van hulpverlening. Volgens Hoekstra en Hekelaar (2022) is het mogelijk om snel en gericht ondersteuning te bieden aan gezinshuis- en pleegzorgjongeren. Met het maatwerkbudget konden gezinshuisouders en pleegzorgbegeleiders verschillende hulpvormen financieren, zoals oppas, huishoudelijke hulp of een jeugdcoach. Deze interventies hielpen om de balans tussen draaglast en draagkracht in overbelaste gezinnen te herstellen. In 90% van de gevallen werd hiermee een breakdown voorkomen, wat laat zien dat maatwerk nodig is boven op de huidige en toekomstige standaardtarieven. Een mogelijk tegenargument voor maatwerk is dat het veel kosten met zich meebrengt. In het onderzoek van de pilot Pleegzorg Maatwerk is hier ook aandacht aan besteed. Uit cijfers blijkt dat gezinshuis- en pleegzorg niet alleen beter is voor het welzijn van jongeren, maar ook aanzienlijk kosten effectiever. De jaarlijkse kosten van pleegzorg bedragen gemiddeld €13.468, terwijl alternatieven zoals residentiële behandelingen kunnen oplopen tot

€71.708 of zelfs €133.744 per jaar. Door jongeren langer in gezinshuizen en pleeggezinnen op te laten groeien dankzij maatwerk wordt jaarlijks per kind tot €58.240 bespaard (Hoekstra & Hekelaar, 2022).

Dit laat zien dat het behouden van standaardtarieven noodzakelijk is, maar alleen in combinatie met maatwerk om zowel de toegankelijkheid als de financiële draagkracht voor gezinshuizen en pleegzorg te waarborgen.

CONCLUSIE

De keuze voor standaardtarieven zonder maatwerk in de jeugdzorg is wellicht goed bedoeld om kosten te beheersen, maar leidt tot ongewenste en mogelijk schadelijke bijwerkingen. De belangen van jongeren die jeugdzorg ontvangen moeten centraal staan, en dit vereist een zorgsysteem dat de complexiteit van hun behoeften begrijpt en hierop inspeelt. Kostenbeheersing is belangrijk om schulden tegen te gaan waar de gemeenten nu mee kampen, maar mag niet ten koste gaan van de kwaliteit van zorg en het welzijn van kwetsbare jongeren.

Het sociaal werk zou zich actief moeten verzetten tegen het beleid van standaardtarieven in de jeugdzorg en opkomen voor een beleid dat zich richt op maatwerk, want het is niet alleen een kwestie van kostenbeheersing, maar ook voor het opkomen voor rechtvaardigheid en zorgkwaliteit voor de kwetsbare jongeren die afhankelijk zijn van jeugd- of pleegzorg.

Jesse Overeem is tweedejaars Social Work student op het Saxion Enschede en werkzaam als stagiair bij Gezinshuis Moon.

LITERATUURLIJST

- Beroepsvereniging van Professionals Sociaal Werk. (2021). *Beroepscode voor sociaal professionals*. BPSW. Geraadpleegd op 11 december 2024, van <https://www.bpsw.nl/>
- Deelcommissie Jeugdzorg en psychosociale/pedagogische preventie. (2020, 18 september). Intensieve ambulante gezinsbehandeling (IAG) | Nederlands Jeugdinstituut. <https://www.nji.nl/interventies/intensieve-ambulante-gezinsbehandeling-iag>
- Hoekstra, L., & Hekelaar, A. (2022, 18 februari). *De pilot Pleegzorg Maatwerk: Naar meer continuïteit voor kinderen in pleegzorg*. Onderzoek010. <https://onderzoek010.nl/news/De-pilot-pleegzorg-maatwerk-Naar-meer-continuïteit-voor-kinderen-in-pleegzorg/312>
- Jeugdzorg Nederland. (2024, 14 mei). *Bedrijfsvoering in een decentraal stelsel*. <https://www.jeugdzorgnederland.nl/meer-weten/bedrijfsvoering-in-een-decentraal-stelsel/>
- Louwes, W. (2024, 2 november). Hoe Twentse gemeenten de rechtsgang wilden blokkeren voor zorgpartijen (en de rechter er een stokje voor stak). *1Twente*. <https://www.1twente.nl/artikel/4812895/hoe-twentse-gemeenten-de-rechtsgang-wilden-blokkeren-voor-zorgpartijen-en-de-rechter-er-een-stokje-voor-stak>
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, Van Duivenboden, D., Baan, A., Ramdin, M., Van Seben, R., & Gijsbertsen, M. (2024, 1 mei). *Evaluatie bestuurlijke akkoorden pleegzorg en gezinshuiszorg*. Rijksoverheid. <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/rapporten/2024/05/01/evaluatie-bestuurlijke-akkoorden-pleegzorg-en-gezinshuiszorg>

- Sociaal Domein Online. (2024, 22 november). *Belangrijke aanbevelingen Toekomstgericht werken 16-27 jarigen*. <https://sociaaldomeinonline.nl/2020/02/05/belangrijke-aanbevelingen-toekomstgericht-werken-16-27-jarigen/>
- Spigt, H. (2018, 27 juni). *Knellend jeugdzorgbudget: oorzaak en gevolg*. Jeugdzorg Nederland. <https://www.jeugdzorgnederland.nl/actueel/knellend-jeugdzorgbudget-oorzaak-en-gevolg/>
- Van den Wijngaart, M. (2022, 13 mei). *Hoe maatwerk, samenwerken en echt luisteren de jeugdzorg verbetert*. EMMA. <https://www.emma.nl/artikelen/hoe-maatwerk-samenwerken-en-echt-luisteren-de-jeugdzorg-verbetert>

Meer presteren, maar minder geluk

Hoe prestatiedruk de geestelijke gezondheid van jongeren ondermijnt

Delano Klee, december 2024

De nieuwe generatie is jong van geest, maar wordt met de dag ongezonder. Hoe kan dit gebeuren? Een jongeman die net klaar is met school, maar geen energie meer heeft voor een 40-urige werkweek. Een tienermeisje dat thuis met angst en eenzaamheid op haar kamer zit zonder dat iemand het weet. Dit terwijl vele ouders willen dat hun kind succesvol wordt in het leven. Het woord 'succes' betekent een goede uitkomst, maar wie heeft voor jou bepaalt wat goed is? Het is tijd om de druk die wij als samenleving hebben gecreëerd, te verlichten voor de nieuwe generatie.

STREVEN NAAR GELUK

Misschien is geluk iets dat we alleen kunnen nastreven en misschien kunnen we het eigenlijk nooit hebben. Dit is wat Chris Gardner zei in de film *The Pursuit of Happyness*. De film is gebaseerd op een waargebeurd verhaal waarin duidelijk wordt dat de weg naar geluk vol met tegenslagen zit. Chris Gardner heeft al zijn spaargeld geïnvesteerd in botten-scanners waarvan hij dacht dat het een apparaat van de toekomst zou worden. Uiteindelijk komt hij er snel genoeg achter dat ziekenhuizen geen behoefte hebben aan deze scanners en het lukt hem niet om ze te verkopen. Niet lang daarna ligt hij in een scheiding, wordt hij zijn huis uitgezet en slaapt hij buiten op straat met zijn zoon van acht jaar en geen geld op zijn rekening.

In de tussentijd loopt hij stage als beurshandelaar waar hij weinig kans heeft tot promotie naar een betaalde baan. Toch blijft Gardner doorzetten en het lukt hem om de goed betaalde baan te krijgen. *The Pursuit of Happyness* laat mooi zien hoe uiteindelijk geluk niet van geld komt, maar van een stabiel leven waarin je persoonlijke doelen kunt behalen. Ook dat iedereen zijn eigen verhaal in het leven heeft wordt duidelijk.

Als ik kijk naar mijn eigen studenten leven dan zie ik dat het constant ging om goede cijfers halen en de juiste opleiding kiezen. Ik was zo gefocust op mijn toekomst dat ik niet in het heden leefde. Na dat ik mijn opleiding had afgerond kreeg ik een goede baan bij een goed bedrijf, maar het bracht mij niet het geluk dat ik dacht te ontvangen. Jaren later is de definitie van 'succes' voor mij duidelijk geworden.

Er is te veel nadruk gelegd op het presteren in deze maatschappij waardoor er vele jongeren in Nederland met een enorme prestatiedruk moeten

leven. We hebben de jongeren in Nederland wijs gemaakt dat je succesvol bent als je een goed inkomen hebt, maar dit is in mijn ogen een grote fout geweest.

MEER PRESTEREN, MINDER GEZONDHEID

De prestatiedruk heeft ervoor gezorgd dat we allemaal een marathon lopen zonder dat we ooit de eindstreep kunnen behalen. Als je dan ooit het gevoel hebt gehad dat je achterloopt in het leven dan ben je op dat moment een slachtoffer geweest van het grote probleem dat hier duidelijk gemaakt zal worden. De Duits-Koreaanse filosoof Byung-Chul Han noemt het een prestatimaatschappij waar we in leven zoals geschreven in zijn boek *"De vermoeide samenleving"* (Han, 2015). Hij maakt dit duidelijk door te laten zien dat ons handelen in het teken staat van zoveel mogelijk productie en consumptie, terwijl zaken als ontspanning en zingeving in de achtergrond vervagen. Hiermee laat Han zien dat wij in deze samenleving het gevoel hebben dat we moeten presteren en daarbij constant nieuwe informatie en prikkels binnenkrijgen. Wat hiermee duidelijk wordt is dat deze samenleving een ongezonde balans heeft ontwikkeld waarbij we presteren boven onze wezenlijke behoeften hebben gezet.

Vlak voor de coronacrisis kwam het RIVM in 2018 met de Volksgezondheid Toekomstverkenning (VTV) waarin duidelijk werd dat de mentale druk op jongeren aan het groeien was. Volgens het RIVM kan dit ook een van de redenen zijn geweest voor de verslechterde geestelijke gezondheid (Dopmeijer et al., 2023). Uit het onderzoek *"Jong na corona"* van de Universiteit Utrecht is gebleken dat de geestelijke gezondheid van jongeren flink achteruitgegaan in de laatste jaren. Hieruit is ook gebleken dat jongeren op het basisonderwijs en voortgezet onderwijs een daling zien in de

levenstevredenheid (Stevens et al., 2023). Wat hiermee duidelijk wordt is dat we in een neerwaartse spiraal zitten als het gaat om de geestelijke gezondheid onder de jongeren in Nederland. Jongeren staan aan het begin van hun carrière en er zijn daardoor nog veel onzekerheden waardoor deze prestatiedruk nog zwaarder kan aanvoelen.

SOCIAL WERELD

Er wordt vaak gedacht dat social media de grootste boosdoener is onder de jongeren. Dit klinkt in eerste instantie ook best logisch aangezien de cijfers van het social media gebruik flink aan het stijgen is geweest in de afgelopen jaren. Het HSBC-onderzoek, die de gezondheid en welzijn van jongeren in Nederland onderzoekt, laat zien dat het social media gebruik op het voortgezet onderwijs is gestegen in de laatste jaren (HSBC et al., 2021).

Volgens een onderzoek van het Trimbos-instituut heeft social media ook een negatieve impact op de geestelijke gezondheid van jongeren (Van Der Meijs, 2024). Het onderzoek laat zien dat jongeren die negatieve berichten ontvangen op social media een lager zelfbeeld ontwikkelen. Daarnaast bleek dat jongeren die vaker visuele platformen zoals Instagram of TikTok gebruiken, vaker last van angst en depressieve gevoelens lijken te hebben. Hier tegenover staat dat jongeren die meer positieve berichten ontvingen een hoger zelfbeeld hebben. Hiermee laat het onderzoek zien dat er impact van social media op de geestelijke gezondheid is, maar moeilijk te meten is.

De Amerikaanse auteur en journalist Richard Louv ondersteunt dit perspectief in zijn boek "Last Child in the Woods", waarin hij het zogenoemde 'Natuurtekortsyndroom' onthult (Louv, 2010). Louv laat zien dat te weinig blootstelling aan de natuur een negatieve impact heeft op de ontwikkeling van kinderen. Hij legt de verbinding met dit tekort en de toename in gezondheidsproblemen. Hiermee maakt hij duidelijk dat de digitalisering van de westerse wereld, waaronder de toename van social media gebruik, een negatieve impact heeft op de geestelijke gezondheid van de jongeren.

KRITIEK

De vraag blijft alleen nog steeds of social media de hoofdoorzaak is. Onderzoek laat blijken dat social media zowel een positieve als negatieve impact heeft op de jongeren. Als we al kijken naar het punt van Louv dan zien we ook dat de natuur een rol kan spelen. Daarnaast zijn er andere veel factoren waar er rekening mee gehouden moet worden bij het onderzoeken van het social media gebruik, zoals cultuur, gevoeligheid per individu en de verschillende platformen. Als we social media gebruik als hoofdoorzaak nemen dan kan het weer weggeschoven worden als een individueel probleem. Is social media niet een onderdeel dat

het probleem van de prestatie maatschappij juist versterkt?

MINDER PRATEN, MEER GEZONDHEID

Sommigen vinden dat we minder moeten praten over geestelijke gezondheid en meer moeten leren omgaan met tegenslagen. Niet zo veel zeuren en doorgaan, want het leven is nou eenmaal niet eerlijk. Dat er meer gesproken wordt over geestelijke gezondheid kunnen we ook afleiden uit de Google trends van de afgelopen 20 jaar. We zien in deze trend dat begrippen als 'trauma', 'mental health' en 'ptss' veel vaker zijn opgezocht in de laatste paar jaar (Google Trends, z.d.).

Ook beleidsmakers en media signaleren deze trend en plaatsen er kanttekeningen bij. Vorig jaar sprak toenmalig staatssecretaris van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, Maarten Ooijen, uit dat er een therapiegeneratie aan het ontstaan is (NOS, 2023). Ooijen maakt zich zorgen over het oplopende aantal van jongeren die psychische hulp nodig heeft. Hij erkent dat er een prestatiedruk is, maar zegt daarbij ook dat er te snel naar professionele hulp wordt gezocht. Daarbij wil hij duidelijk maken dat we vaker hulp bij elkaar moeten zoeken onderling en niet meteen naar een professional hoeven te stappen.

Daarnaast laat De Correspondent in een artikel weten dat het lijden als vorm van identiteit gebruikt wordt. Er wordt geschreven over hoe jongeren op TikTok hunzelf diagnoses geven en dat het woord 'anxiety' voor de minste dingen wordt gebruikt (Polak, 2023). Volgens het artikel zouden we het eens de kans moeten geven om onze problemen onderling te bespreken en te stoppen met labels geven aan alle problemen.

KRITIEK

Om de grote vraag voor psychische hulp aan de kant te schuiven door het 'gezeur' te noemen is niet correct. Die denkwijze is juist wat de jongeren op het punt brengt waar ze niet meer verder kunnen in het leven zonder hulp. De realiteit is dat psychische problemen steeds complexer worden door factoren zoals prestatiedruk, sociale media en onzekerheid over de toekomst. Deze uitdagingen vereisen professionele ondersteuning die verder gaat dan gesprekken met vrienden of familie. Deze complexiteit kunnen we niet tackelen met simpele oplossingen als "minder praten over geestelijke gezondheid". Als er een 'therapiegeneratie' aan het ontstaan is dan behoren we te kijken naar het grote probleem en niet naar de generatie die hierdoor in therapie zit.

IF IT AIN'T BROKE, DON'T FIX IT

Na de verschillende perspectieven langs geweest te zijn zie ik dat de prestatiedruk een enorme impact heeft en dat de andere perspectieven dit juist

versterken. Social media versterkt de prestatiedruk doordat mensen alleen het beste van hunzelf laten zien op de visuele platformen zoals Instagram en TikTok. Op deze manier zijn jongeren meer vatbaar voor gevoelens van 'achterlopen' met als gevolg een grote prestatiedruk dat op lange termijn leidt tot problemen met de geestelijke gezondheid. We leven in een tijd leven het social media gebruik met de dag stijgt en de geestelijke gezondheids-problemen die daar uit resulteren worden weggeschoven als 'gezeur'.

We zijn allemaal een product van de geschiedenis. De oorzaken en oplossingen van problemen zijn beïnvloed door de ontwikkelingen die zich voor doen in de maatschappij. Het is wijs om terug de geschiedenis in te gaan en te kijken naar een tijd waar de geestelijke gezondheid er minder slecht aan toe was dan vandaag de dag. De tijden waar het niet alleen maar draaide om presteren. In mijn ogen ligt de oplossing dan ook in het genoeg nemen met wat je hebt en de waarde van de mens weer goed in beeld te krijgen. Wat voor identiteit hebben we nou eigenlijk als mens? Is geluk nou echt iets wat we niet kunnen ontvangen hier op aarde?

Als we de Bijbel als inspiratiebron nemen dan kunnen we zien dat God ons een identiteit heeft gegeven. Dankbaarheid en tevredenheid met wat je hebt zijn punten die terug te vinden zijn in de Bijbel. Deze punten staan recht tegenover de prestatie maatschappij en dragen bij aan de daadwerkelijke rust en vrede in je hart. Als de zorg teruggaat naar de tijd waar de zorg oorspronkelijk vandaan komt, namelijk de kerk, dan kunnen we de mens daadwerkelijk helpen door ze de juiste normen en waarden mee te geven. We hebben het stukje 'zorg' meegenomen, maar zijn de normen en waarden vanuit de Bijbel vergeten mee te nemen.

Als we kijken naar een land als Amerika zien we dat de problemen met geestelijke gezondheid behoorlijk hoog ligt onder de jongeren tussen 18-25 jaar. Volgens statistieken van de National Institute of Mental Health (NIMH) zien we dat in 2022 ruim 36% van de jongeren te maken heeft gehad met een psychische aandoening (NIMH, 2024). Als we wat verder terug in de geschiedenis duiken dan kunnen

we zien dat de jongeren in Amerika er in 2010 beter voor stonden met de geestelijke gezondheid. Uit een ander onderzoek van Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA) is namelijk gebleken dat dit percentage van jongeren met een psychische aandoening nog op 29,9% lag (SAMHSA, 2012).

Vervolgens kijken we naar de geschiedenis van Amerika op religieus gebied dan zien we dat ongeveer 90% van Amerika zich identificeerde als christen in de jaren 70 en 80. De laatste jaren is dit aantal flink gezakt waarbij we de grootste dip zagen in de laatste 15 jaar (Pew Research Center, 2024). Amerika dat eens een christelijk land was is nu steeds verder aan het afwijken van het geloof en God. Naarmate het aantal christenen is gaan dalen zijn de problemen groter geworden op het gebied van de geestelijke gezondheid.

Sociaal werk is gebaseerd op collectieve verantwoordelijkheid, en deze verantwoordelijkheid begint bij de manier waarop zorg wordt aangeboden. Hoe kan het sociaal werk de juiste hulp bieden als zijn fundament niet op de oorsprong van zorg gevestigd is? Op een samenleving die constant aan het veranderen is kan je geen fundament bouwen. De identiteit die we vanuit de Bijbel hebben ontvangen, is onveranderd gebleven en is vandaag de dag nog steeds relevant. Zorg die vanuit de kerk kwam in de middeleeuwen kwam vanuit liefdadigheid en niet met de gedachten dat we behoren te presteren. We bevinden ons in een situatie waarin een oplossing nodig is, en wat in het verleden in Amerika heeft gewerkt, kan vandaag de dag ook in Nederland effect hebben.

EEN STAP IN DE GOEDE RICHTING

We kunnen de neerwaartse spiraal van de geestelijke gezondheid van jongeren omdraaien door ze te ontlasten van de prestatiedruk. Om de prestatiedruk te verminderen kunnen we uit de geschiedenis lezen dat het teruggaan naar de Bijbel als inspiratiebron een stap in de goede richting is. Als we als samenleving tegen een muur aan beginnen te lopen dan wordt het tijd dat we ons de rug keren naar die muur.

Delano is tweedejaars student HBO social work en mediavormgever

LITERATUURLIJST

- Dopmeijer, J., Scheeren, L., Van Baar, J., Bremer, B., Trimboos-instituut, ECIO, RIVM, Felix Bolinski, Carolien van den Brink, Mirjam Busch, Wouter den Hollander, Frederiek Schouten, Michelle van der Horst, Marloes Kleinjan, Anne-Wil Marissen, Jasper Nuijen, Canon Nederland N.V., & Gettyimages.nl. (2023). Harder Better Faster Stronger? Een onderzoek naar risicofactoren en oplossingen voor prestatiedruk en stress van studenten in het hbo en wo (By Ministerie van Onderwijs, Cultuur & Wetenschap; J. Dopmeijer, L. Scheeren, J. Van Baar, & B. Bremer, Eds.). <https://www.actieleernetwerk.nl/wp-content/uploads/2023/10/Harder-Better-Faster-Stronger-prestatiedruk.pdf>
- Google Trends. (z.d.). Explore Google Trends. Retrieved December 12, 2024, from <https://trends.google.nl/trends/explore?date=all&geo=NL&q=trauma,mental%20health,ptss&hl=en-GB>

- Han, B. (2015). De vermoede samenleving / druk 3: de transparante samenleving / De terugkeer van Eros.
- HBSC, Trimbos-instituut, Universiteit Utrecht, & Sociaal en Cultureel Planbureau. (2021). Gezond en welzijn van jongeren in Nederland. Health Behaviour in School-aged Children. <https://www.trimbos.nl/wp-content/uploads/2022/09/AF2022-HBSC-2021-Gezondheid-en-welzijn-van-jongeren-in-Nederland.pdf>
- Louv, R. (2010). Last Child in the Woods: Saving Our Children from Nature-deficit Disorder.
- NIMH. (2024, September). National Institute of Mental Health (NIMH). <https://www.nimh.nih.gov/health/statistics/mental-illness>
- NOS. (2023, April 6). Te veel kinderen krijgen psychische hulp, vindt kabinet. <https://nos.nl/artikel/2470363-te-veel-kinderen-krijgen-psychische-hulp-vindt-kabinet>
- Pew Research Center. (2024, July 18). 1. How U.S. Religious Composition Has Changed in Recent Decades. <https://www.pewresearch.org/religion/2022/09/13/how-u-s-religious-composition-has-changed-in-recent-decades/>
- Polak, N. (2023, May 16). Moeten we niet wat minder over onze geestelijke gezondheid praten? De Correspondent. <https://decorrespondent.nl/14491/moeten-we-niet-wat-minder-over-onze-geestelijke-gezondheid-praten/487ecdbb-7dc2-01ce-1908-23ca086154a0>
- SAMHSA. (2012, January). Results from the 2010 NSDUH: Mental Health Findings. Substance Abuse and Mental Health Services Administration. <https://www.samhsa.gov/data/sites/default/files/NSDUHmhfr2010/NSDUHmhfr2010.htm#2.1>
- Stevens, G., Rombouts, M., Maes, M., Zondervan, A., Van Dorsselaer, S., Schouten, F., Scheffers-van Schayck, T., & Universiteit Utrecht. (2023). Jong na corona: Welzijn van jongeren tussen 2017 en 2022 en inzet van NP Onderwijsmiddelen door scholen. Universiteit Utrecht. <https://www.uu.nl/sites/default/files/Jong-na-corona.pdf>
- Van Der Meijs, F. (2024, November 28). De impact van sociale media op het welzijn is niet voor alle jongeren hetzelfde. Trimbos-instituut. <https://www.trimbos.nl/actueel/nieuws/de-impact-van-sociale-media-op-het-welzijn-is-niet-voor-alle-jongeren-hetzelfde/#:~:text=Jongeren%20die%20vaker%20visuele%20sociale,de%20zelfacceptatie%20van%20jongeren%20be%C3%AFnvloeden.>

Structuur als gevangenis

Noa Hammink, december 2024

Laat mij toch lekker spelen! Toch opgepakt worden, op een stoel worden gezet en een koptelefoon op je hoofd gedrukt krijgen.

Laat hem toch is wat ik dacht. Ik liep pas 2 weken mee bij deze instelling dus veel kon ik er op dat moment niet van vinden als 2^e jaar student, want ja dit was nou eenmaal de standaardprocedure wanneer hij overprikkeld is, werd mij verteld. Toen ik zag dat een kindje in mijn omgeving overprikkeld was en verplicht achter een iPad werd gezet door zijn begeleider, ondanks dat hij meerdere keren hard 'nee' heeft geschreeuwd, dacht ik bij mijzelf kan deze overprikkeling niet op een andere manier verminderd worden? Het gevoel dat hij elke dag in een soort gevangenis moet leven benauwde mij. Weten dat wanneer je een beetje druk bent op school, de BSO of thuis, je toch weer achter de tablet moet als gevolg. Zelf heb ik een aantal jaren geleden op de basisschool een inval juffrouw gehad waar ik een poep hekel aan had en dit heb ik niet snel bij mensen kan ik je vertellen. Gelijk toen ik dit moment bij het kindje zag gebeuren moest ik aan haar denken. Deze juffrouw bepaalde ook alles voor ons, een spelletje mochten wij bij wijze van spreken niet eens zelf uitkiezen. Zou jij het fijn vinden als er de hele dag door voor jou bepaald wordt wat je moet doen? Waarom doen we dit dan wel bij kinderen met een autismespectrumstoornis?

Hoewel we in een tijdperk leven waarbij iedereen zijn eigen identiteit kan ontwikkelen, zijn we als hulpverleners allemaal hetzelfde als het aankomt op structuren. We zijn net een robot, we doen wat we hebben geleerd en wat volgens de boeken goed is. Structuren eigen maken is er dan ook niet meer bij. Alles lijkt in ons brein voorgeprogrammeerd en wij hebben de handen om het werk uit te voeren. Hoewel de structuren belangrijk zijn voor kinderen met ASS, zie ik dat niet alle kinderen hier vaak even goed op reageren en lijkt het erop dat er niet genoeg ruimte is om te kijken naar wat ieder kind echt nodig heeft. Dit kan voor het kind, de ouders, maar ook voor de begeleiders frustrerend zijn. Het Nederlands jeugdinstituut laat in cijfers zien dat er in Nederland 31.000 kinderen zijn met ASS (Nji, 2021). Ieder kind heeft een andere manier van begeleiding nodig, maar als wij ons als hulpverleners toch vasthouden aan vaste structuren, waarom zetten we dan geen robots in op deze kinderen? Er zou eens meer afgeweken moeten worden van vaste structuren en meer flexibeler gekeken moeten worden naar oplossingen.

STRUCTUUR V.S FLEXIBILITEIT

Even rustig nadenken is er nou eenmaal niet bij, constant opletten op de kinderen, dus vasthouden aan de vaste structuur is nou eenmaal makkelijker om te doen als hulpverlener dan nadenken over een alternatief. Ik ben het eens met mensen die vinden dat kinderen met een autismespectrumstoornis

structuur nodig zijn in het dagelijks leven. Dit is belangrijk om het leerklimaat van het kind te waarborgen. Vaste structuren zijn er ook om spanning en stress gevoelens te verminderen. Dit geldt immers voor alle mensen dus niet alleen mensen met ASS (educadora, 2019). Alleen kan er ook doorgeslagen worden in die structuren.

Kinderen met ASS hebben vaak belang bij structuur en voorspelbaarheid, maar zodra begeleiders zich hier te erg aan gaan vasthouden kan dit negatieve gevolgen hebben voor kinderen met ASS. Een belemmering van flexibiliteit en aanpassingsvermogen is een van die gevolgen. Kinderen met ASS kunnen vast komen te zitten in bepaalde patronen en moeite krijgen met het omgaan met veranderingen. Het vasthouden aan vaste structuren is te herkennen aan overmatige weerstand tegen kleine veranderingen. Dit kan weer leiden tot overgevoeligheid rondom de kleinste veranderingen wat bij het kind weer voor stress kan zorgen (depraktijk4kids, 2021).

Een ander gevolg is een verminderde autonomie bij kinderen. Wanneer er een te grote nadruk gelegd wordt op vaste structuren kan dit de kans op zelfstandig beslissingen maken verkleinen. Het is belangrijk dat kinderen met ASS langzaam leren omgaan met onzekerheid en keuzes leren maken. Dit helpt hen bij het ontwikkelen van vaardigheden en vergroot hun autonomie (nji, z.d.a). Wanneer dit ontbreekt kunnen kinderen afhankelijk raken van vaste structuren en minder goed functioneren in situaties waarbij begeleiding ontbreekt. Het laatste gevolg wat ik wil bespreken is dat kinderen in een

sociale isolatie belanden. Het te erg vasthouden aan structuren kan ervoor zorgen dat kinderen het vermogen om relaties aan te gaan verliezen (nl.participate-autisme, z.d.). Wanneer kinderen te erg aan structuren vastzitten, krijgen ze mogelijk minder kans om te oefenen met sociale interactie.

Flexibiliteit in de begeleiding van kinderen met autismespectrumstoornis (ASS) is belangrijk voor hun ontwikkeling. In de praktijk betekent dit dat begeleiders de dagelijkse routine kunnen aanpassen op basis van de behoeften van het kind. Bijvoorbeeld, als een kind vastloopt in een bepaalde activiteit, kan de begeleider de taak makkelijker maken of tijdelijk aanpassen om stress te voorkomen bij het kind en ervoor zorgen dat hij/zij niet overbelast raakt (Nji, z.d.b). Dit stelt kinderen in staat om in hun eigen tempo te leren omgaan met onzekerheid. Daarnaast kan flexibiliteit ook te zien zijn in de manier waarop we sociale situaties aanpakken. Het kan helpen om het kind langzaam bloot te stellen aan nieuwe sociale situaties, in plaats van vasthouden aan de bestaande vaste structuren. Dit zorgt er niet alleen voor dat het sociale vertrouwen wordt bevorderd, maar helpt het kind ook vaardigheden te ontwikkelen voor het aangaan van nieuwe relaties (depraktijk4kids, 2021). Het doel is niet om structuur volledig los te laten, maar om een balans te vinden tussen voorspelbaarheid en ruimte voor spontane aanpassingen, wat kinderen met ASS in staat stelt om meer zelfvertrouwen te krijgen in onvoorspelbare situaties.

SYSTEEMWERELD EN LEEFWERELD

Routines we zien ze overal. Of het nou gaat om school, werk, thuis of in de zorg. Schema's en regeltjes bepalen hoe ons leven eruitziet. Structuur speelt een steeds belangrijkere rol binnen onze samenleving. Routines zijn voor de meeste mensen fijn. Het stelt ons namelijk gerust als wij mensen weten wat er gebeurt in ons leven en het biedt nou eenmaal houvast (Nji, z.d.c). Maar wat gebeurt er als we te ver gaan in het vasthouden van deze structuren?

Wouter Mensink beschrijft de theorie van Jürgen Habermas als volgt: Habermas maakt onderscheid tussen 'systeemwereld' en 'leefwereld'. Hij beschrijft hiermee de kloof tussen de burgers en de overheid. Habermas waarschuwt voor de kolonisatie van de leefwereld en systeemwereld. Dit houdt in dat de regels van de overheid steeds meer invloed krijgen op het dagelijks leven van de burgers (Mensink, 2015). Het teveel vasthouden aan structuren en regeltjes beïnvloeden en beperken de leefwereld van de burgers. Door deze vaste structuren dwingt de systeemwereld burgers om zich naar de regels van de overheden te voegen, waardoor hun eigen ervaringen en het spontaan handelen wordt beperkt.

MEER DAN MACHINES

Zijn we dan nog wel mensen? Structuren kunnen ons als mensen het gevoel geven dat we steeds meer op robots gaan lijken, voor je het weet loop je de hele dag op de automatische piloot rond. Alles is gepland, van je eerste kopje koffie tot de tijd waarop je naar bed heen gaat.

In een tijdperk waarin technologie steeds meer ontwikkelt raakt, klinkt het idee van robots inzetten als begeleiders voor kinderen met ASS misschien wel als een goede stap. Robots zijn namelijk in staat om geduldig en rustig te reageren, kunnen onvermoeibaar taken uitvoeren en kunnen een voorspelbare en gecontroleerde omgeving creëren. Dit alles klinkt natuurlijk ideaal, maar hoever kunnen wij gaan in het mensen vervangen door machines? Wel zouden we kunnen overwegen om robots in te zetten als ondersteuning binnen de hulpverlening.

Het inzetten van machines brengt voor-en nadelen met zich mee. Kinderen met ASS hebben vaak moeite met communicatie en sociale interactie. De communicatie met mensen ervaren kinderen met ASS als vermoeiend, omdat dit vaak onvoorspelbare emoties en lichaamstaal met zich meebrengt. Robots daarentegen zijn voorspelbaar, wat kinderen met ASS rust kan bieden. Een voorbeeld van zo'n robot is robot NAO. NAO helpt kinderen met autisme bij het ontwikkelen van hun sociale vaardigheden. Omdat een robot geen oordeel heeft voelen kinderen zich vaak veiliger en meer op hun gemak bij het oefenen van deze vaardigheden. Daarnaast kunnen robots ook eindeloos dezelfde opdrachten of instructies geven zonder gefrustreerd te raken, wat bij kinderen met ASS die vaak herhaling nodig zijn, een groot voordeel is (zonmw, 2020).

Stel je eens voor: je hebt een ontzettende rottag. Je bent gestrest, emotioneel of misschien bang. Je hebt echt behoefte aan iemand die naar je luistert en met je meeleeft op dat moment. En dan sta je opeens oog in oog met een robot. Een metalen blik, een mechanische stem en perfect geprogrammeerde antwoorden. Voelt toch een beetje gek, niet? De hulpverlening is mensenwerk. Ja we hebben regels en structuren nodig, maar kunnen robots dat overnemen? Niet echt. Daarom is de beroepscode zo belangrijk. De beroepscode is een leidraad die ons als hulpverleners helpt om professioneel te blijven (BPSW, 2021), maar het vraagt ook iets wat robots niet kunnen namelijk: menselijkheid. Robots kunnen prima volgen wat er in de beroepscode staat. Data verwerken, protocollen volgen en taken herhalen. Maar zodra het aankomt op luisteren, inleven en het aanvoelen van emoties schieten robots net iets tekort. Een robot kan geen empathie tonen of aanvoelen wanneer iemand meer tijd, aandacht of een persoonlijker aanpak nodig is (TU/E, 2020). Een goede band met een begeleider is voor kinderen met ASS cruciaal. Een robot kan niet troosten of op gevoel reageren (zorginnovatie, 2018).

De beroepscode is dus niet zomaar een lijstje met regels, het is een hulpmiddel voor mensen. De beroepscode vraagt dat wij flexibel blijven en luisteren naar wat iemand echt nodig is (BPSW, 2021). Daarom hebben we hulpverleners nodig die handelen met hun hart en hoofd, iets wat een robot simpelweg nooit zou kunnen.

Structuren en routines vormen de basis van de hulpverlening, vooral voor kinderen met ASS. Het biedt voorspelbaarheid en veiligheid wat kinderen helpt om zich staande te houden in deze chaotische wereld. Toch heeft het vasthouden aan structuren negatieve effecten. Het risico bestaat dat we, door

de drang naar controle en voorspelbaarheid, de kinderen belemmeren in hun ontwikkeling. Flexibiliteit leert kinderen om te gaan met deze onzekerheid en bereidt kinderen beter voor op onverwachte situaties.

Robots lijken zo op het eerste oog een logische oplossing, vooral omdat zij geduldig, onvermoeibaar en voorspelbaar zijn. In bepaalde situaties kunnen zij inderdaad ondersteunend werken. Toch missen robots iets cruciaals: de menselijke emotie. We kunnen robots inzetten als hulpmiddel maar ons als hulpverleners vervangen is een no go.

LITERATUURLIJST

- Depraktijk4kids. (24 maart, 2021). *Tips voor omgaan met veranderingen bij autisme*. Geraadpleegd op 5 november 2024, van <https://www.depraktijk4kids.nl/tips-voor-omgaan-met-veranderingen-bij-autisme/>
- Educadora. (2 oktober, 2019). *Waarom is routine belangrijk voor je kind met autisme?* Geraadpleegd op 7 november 2024, van (<https://educadora-webshop.nl/routine-autisme/>)
- Mensink, W. (2015, April 13). *Systeem- en leefwereld: hoe de kloof te dichten*. Sociale Vraagstukken. Geraadpleegd op 12 december 2024, van <https://www.socialevraagstukken.nl/systeem-en-leefwereld-hoe-de-kloof-te-dichten/>
- Nederlands Jeugdinstituut (z.d.A). *Begeleiding van kinderen met autismespectrumstoornis*. Geraadpleegd op 10 december, van <https://www.nji.nl>.
- Nederlands jeugdinstituut. (9 juni, 2021). *Cijfers over autisme*. Geraadpleegd op 5 november 2024, van <https://www.nji.nl/cijfers/autisme>
- Nederlands jeugdinstituut. (z.d.B). *Peuter | Zelfstandigheid: regels en grenzen stellen*. Geraadpleegd op 19 november 2024, van <https://www.nji.nl/ontwikkeling/zelfstandigheid-en-grenzen-stellen-bij-peuters>
- Nederlands jeugdinstituut. (z.d.C). *Regels en grenzen: waarom zijn die nodig?* Geraadpleegd op 5 november 2024, van <https://www.nji.nl/ontwikkeling/regels-en-grenzen>
- Nl.participate-autisme. (z.d.). *Sociale communicatie en sociale interactie*. Geraadpleegd op 5 november 2024, van <https://nl.participate-autisme.be/over-autisme/kenmerken-autisme/sociale-communicatie-sociale-interactie>
- TU/E. (9 oktober 2020). *De dilemma's van een zorgrobot in huis*. Geraadpleegd op 12 december, van <https://www.tue.nl/nieuws-en-evenementen/nieuwsoverzicht/09-10-2020-de-dilemmas-van-een-zorgrobot-in-huis>
- Zonmw.nl. (November,2020). *Robotherapie werkt selectief bij kinderen met autisme*. Geraadpleegd op 11 november 2024, van <https://www.zonmw.nl/nl/artikel/robottherapie-werkt-selectief-bij-kinderen-met-autisme>
- Zorginnovatie. (17 april, 2018). *Robo-therapie bij autisme*. Geraadpleegd op 11 november 2024, van <https://zorginnovatie.nl/nieuws/robo-therapie-bij-autisme-documentaire>

Van stage naar stress

Pien Oude Wesselink, december 2024

“Je moet je grenzen bewaken en werk en privé gescheiden houden” wordt er steeds geroepen in de opleiding, maar doe dit maar eens, als je bij je eerste stage tegenover iemand zit die heel zijn leven met je deelt en zich kwetsbaar opstelt. Vertel jij mij maar eens hoe je hiermee om moet gaan en laat staan dit te verwerken. Dit is een probleem waar ik, als 18-jarige student steeds zelf mee te maken krijg.

Toen ik voor het eerst met mijn glaasje water in een stoel zat, tegenover iemand van bijna 4x mijn leeftijd, in een kamer van zes bij zes en allerlei verhalen moest aanhoren. Bij mijn eerste keer in de rol als hulpverlener, moest ik al meteen al mijn kennis toepassen, dat was een grote schok voor mij. De druk om een goede indruk maken en goede band op te bouwen speelt in mijn achterhoofd, ik pas al mijn vaardigheden en alle technieken toe die ik ken, en er komen steeds meer laagjes van mijn cliënt af. Al mijn energie heb ik in het voeren van het gesprek met de cliënt gestopt. Als ik thuiskom vraag ik me af, wat is er gebeurd en wat nu? Mijn cliënt heeft zich nu helemaal blootgesteld, met mijn vaardigheden zit het goed en mijn taak als hulpverlener is volbracht, maar wat moet ik nu, niet als hulpverlener maar gewoon als 18-jarig meisje? Nu lekker naar huis en doen alsof ik met mijn oma een kopje thee heb gedronken? Doen alsof het niks is wat ik zojuist heb gehoord?

Ik heb geen flauw idee hoe ik alles moet verwerken. Het is een ontzettende uitdaging om mijn professionele verantwoordelijkheden te combineren met mijn persoonlijke leven. Het bewaken van je eigen grens is belangrijk, en dat is ook wat ze je in de opleiding vertellen, voor jezelf maar ook voor een goede carrière. Maar hoe doe je dit in godsnaam? Ik wil weten hoe ik mijn professionaliteit op de werkvloer kan laten!

Het probleem ligt niet alleen bij de hoeveelheid die ervan mij gevraagd wordt, maar wel in combinatie met *wat* er van mij gevraagd wordt. De druk om altijd bereikbaar te zijn, altijd het goede te moeten doen en in de diepte worden gegooid maakt het moeilijk om mezelf te ontwikkelen en dit niet mee naar huis te mogen nemen. Toen ik thuiskwam na een lange dag stage waar ik heftige gesprekken heb gevoerd met mijn cliënt wist ik niet wat ik er mee aan moest, alleen de gedachte dat ik er niet mee mocht zitten spookte er door mijn hoofd en dit geeft echt een gevoel van frustratie en stress. Een goed balans tussen werk en privé is ontzettend belangrijk. Werknemers die veel verstoringen in hun balans ervaren, ervaren meer stress. Dit kan zich uiten in onder ander depressieve klachten en gezondheidsproblemen (Derks, 2025). Ruim 1,3 werkende mensen hebben last van zulke burn-out

klachten (TNO, 2020). Terwijl wij allemaal moeten werken om te overleven in de maatschappij, gaat het dus wel gepaard met stress en zorgen en zie daar maar eens uit te komen.

Volgens Peacockyourtalent.com (z.d.) wordt dit bevestigd, en zelfs nog specifieker gesteld. Ze geven aan dat young professionals, mensen tussen 20 en 35 die professioneel werk uitvoeren, dragen grote valkuilen voor een burn-out met zich mee, en dit terwijl ze nog “young” zijn. Ook volgens Bierings & Mol (z.d.) wordt er aangegeven dat sociaal werkers een hoge kans op een burn-out met zich meedragen. Dit door een hoge werkdruk maar ook door weinig sociale steun.

Dit roept vragen op; Hoe kan het dat ze op zo’n jonge leeftijd al zulke ernstige klachten ervaren? Zijn de verwachtingen te hoog, of worden ze geconfronteerd met verantwoordelijkheden waarvoor ze nog niet goed genoeg zijn opgeleid?

Young professionals, zoals sociaal werkers, worden tijdens hun opleiding voorbereid om anderen te helpen, maar dit kan, uit eigen ervaring leiden tot hoge stress. De focus ligt op het ontwikkelen van vaardigheden om anderen te begeleiden, terwijl er minder aandacht is voor de persoonlijke kracht en mentale gezondheid van de sociaal werker zelf. Het constant verleggen van grenzen en omgaan met zware casussen kan leiden tot uitputting en stress. Wij worden opgeleid om goede sociaal werkers te worden, maar zou de opleiding niet meer aandacht moeten geven aan de sociaal werker zelf?

Het is belangrijk dat opleidingen niet alleen aan sociaal werk studenten leren hoe ze anderen kunnen ondersteunen, maar ook hoe ze voor zichzelf gezonde grenzen kunnen stellen. Volgens het landelijks opleidingsdocument is het zelfs een plicht studenten effectief voor te bereiden. Dit document benadrukt dat het een belangrijke taak van de opleiding is om goede communicatievaardigheden te ontwikkelen. (Vereniging Hogescholen, 2017).

Dit gaat niet alleen om mondelinge en schriftelijke communicatievaardigheden, maar ook professionele interactie met cliënten en samenwerkingen. De opleiding moet studenten

ondersteunen bij het ontwikkelen van deze vaardigheden, zodat wij, sociaal werkers, het beste kunnen functioneren in moeilijke en verschillende sociale contexten.

Het landelijke opleidingsdocument voor sociaal werk benadrukt het belang van het waarborgen van professionaliteit (Vereniging Hogescholen, 2017). Volgens dit document betekent het dat professionaliteit ook het werk-privébalans omvat. Hoewel dit dus duidelijk in het document staat, wordt dit aspect niet behandeld of meegegeven in de opleiding. Terwijl deze ondersteuning misschien wel het allerbelangrijkste is om te waarborgen maar wat niet gebeurt in de opleiding. In de opleiding wordt er alleen maar de focus gelegd op theoretische kennis en casuïstiek. Er is geen aandacht voor zelfzorg en hoe je moet omgaan met emotionele gevolgen of voor het ontwikkelen van vaardigheden om grenzen te bewaken.

Wat ik nu zie is dat studenten zelf moeten dealen met de consequenties en hoe ze deze uitdaging moeten aanpakken zonder begeleiding of lessen hierover. Zo kan de opleiding bijvoorbeeld workshops of lessen aanbieden over de werk-privé balans. Eventueel stressmanagement of professioneel zelfbeeld. Dit verbetert niet alleen onze professionaliteit maar voorkomt ook burn-outs en stress. Het moet dus nu echt een anders, mijn mede studenten en ik hebben recht op een goede steun van de opleiding.

Is het überhaupt niet raar dat de opleiding niet zoveel aandacht geeft aan het welzijn van studenten? De meeste studenten zitten rond de 17 en 25 jaar, en hebben de meeste nog niet eens een volgroei brein (Hersenstichting.nl, z.d.). Hoe gaat het dan met het verwerken van heftige gebeurtenissen, want die komen zeker voor.

Het moet dus nu echt een keer anders, mijn mede studenten en ik hebben recht op het bovenstaande, dus een goede steun van de opleiding.

Door aandacht te geven aan zelfzorg en mentale gezondheid zou de opleiding goede handvaten kunnen geven om een goed balans op te bouwen tussen de werk en privé scheiding. Jongeren kunnen dit niet uit zichzelf laat staan helemaal alleen, en moeten hierbij steun krijgen vanuit de opleiding. Zo bouwen ze een basis voor hun carrière, gezondheid en het voorkomen van een burn-out.

Niet te vergeten is er dan ook nog de beroepscode; we moeten niet alleen voor een ander zorgen maar ook voor onszelf en onze gezondheid. De beroepscode benadrukt dat sociaal werkers verantwoordelijkheid dragen voor hun eigen welzijn naast dat van cliënten, ik citeer; “ Met respect voor hun eigen welzijn, gezondheid en veiligheid, plaatsen zij de belangen van de mensen waarvoor zij zich inzetten boven hun eigen belangen. ” (BPSW, 2021). We zijn dus zelf

verantwoordelijk voor ons welzijn en moeten dit ook beschermen.

We moeten leren hoe we de problemen van onze cliënten kunnen loslaten en niet mee naar huis nemen. Anders zetten we de ander boven onszelf en verliezen we respect voor onze eigen gezondheid. Totdat we de ander te veel boven onszelf hebben gezet, komen wij pas aan de beurt, en dan is het wellicht te laat.

Het is belangrijk dat scholen meer aandacht gaan besteden aan het waarborgen van een gezonde werk-privébalans, vooral gezien de hoge werkdruk binnen het sociaal werk. Uit cijfers blijkt dat sociaal werkers ongeveer 37% van hun tijd besteden in hun werkveld, dat is meer dan 1/3^e van hun tijd (Keter & Liefhebber & Pronk, 2023). Dit betekent niet alleen dat ze goede hulpverlener moeten zijn, maar daarnaast ook gewoon een goede vriend en goed mens om er te zijn voor zijn of haar naasten. Tenminste dat is wel wat ik wil zijn!

Zo'n hoge druk kan negatieve gevolgen hebben op je welzijn en mentale gezondheid, het is belangrijk om hulpverleners te helpen bij het waarborgen van deze grens. Je kan hier niet vroeg genoeg bij zijn, want wat zou ik het fijn vinden om nu in mijn opleiding te leren hoe ik het beste met mijn ervaringen en verhalen vanuit mijn stage om kan gaan.

Een goed begin kan het halve werk zijn, een goede basis die we vanuit de opleiding mee kunnen krijgen kan een bijdrage leveren aan het herkennen en creëren van onze eigen grenzen. De opleiding moet ons opleiden en voorbereiden voor wat er op ons afkomt in de maatschappij, ons klaarstomen met tools en vaardigheden om de wereld te weerstaan maar wat als de grootste tool ontbreekt? De veiligheid van je eigen grenzen kennen, en hiermee je werk gescheiden kunnen houden van je privéleven en met name je mentale gesteldheid. Want een goed balans tussen werk en privé kan een burn-out voorkomen, en zorgt ervoor dat wij, sociaal werkers, op langere termijn de best mogelijke zorgen kunnen bieden die nodig is en het welzijn van de cliënten voorop kunnen stellen zoals de beroepscode ons oplegt.

Ook de global definition benadrukt dat het sociaal werk gericht is op het bevorderen van sociaal welzijn. Om als sociaal werker dit te kunnen bereiken is het belangrijk om te beginnen bij je eigen welzijn. Het kennen van je eigen grenzen en leren hoe je er daarmee om moet gaan. Hoewel de global definition zich niet specifiek richt op het werk en privé balans is het wel belangrijk dat sociaal werkers hun eigen welzijn goed moeten kunnen bewaken om zo effectief mogelijk te kunnen zijn in het werkveld. Een goed onderdeel om mee te beginnen van het bewaken van je eigen welzijn lijkt mij het reguleren van een goed balans tussen je werk en privé. Niemand wil ineens thuis zitten zoals ik mij voelde, helemaal verstrikt in het gevoel van wat moet ik nu en waar ben ik mee bezig. Want

dit is wat er nu gebeurd is, en dan heb je geen flauw idee wat je ermee moet. Nog een reden om echt veel meer aandacht en hulp krijgen bij het bevorderen van je sociaal welzijn (IFSW, 2024).

Het is superbelangrijk dat opleidingen binnen het sociaal werk echt meer aandacht gaan geven aan het ondersteunen van studenten bij het bewaken van hun werk-privébalans. Op dit moment ligt de focus vooral op het ontwikkelen van vaardigheden om anderen te helpen, maar er wordt niet genoeg begeleiding aangeboden om de persoonlijke impact hiervan te verwerken. Hierdoor raken veel jonge sociaal werkers, zelfs al tijdens hun studie, overbelast en hebben ze moeite met de verantwoordelijkheid die op hen afkomt, waar ook ik onder val. Daar wil ik hulp bij en verandering zien!

Een mooie oplossing zou zijn om opleidingen aan te vullen met lessen en begeleiding over zelfzorg, je eigen grenzen kennen en stellen. Durven te vragen

om hulp en manieren leren hoe om te gaan met het verwerken van heftige verhalen. Op deze manier worden studenten beter voorbereid op wat er hen te wachten staat en leren ze hoe ze zichzelf kunnen beschermen terwijl ze ook voor anderen zorgen. Deze extra ondersteuning vanuit de opleiding kan een goede en stevige basis vormen voor de toekomst, waardoor sociaal werkers niet alleen deskundig, maar ook gezond hun werk kunnen blijven doen. Het bewaken van een goed balans tussen werk en privé is niet alleen voor henzelf, maar ook voor de maatschappij zodat zij de nodige zorg kunnen leveren aan cliënten.

Dus @saxion waar wachten we nog op?

We kunnen niet meer verwachten dat een 18-jarige student, na een lange indrukwekkende of zelfs heftige stage dag, gewoon naar huis gaat alsof er niets is gebeurd, leer ons niet alleen *wat* we moeten doen, maar ook *hoe* we daarmee om moeten gaan!

Pien Oude Wesselink is tweedejaars student en werkzaam als stagiair bij Mediant

LITERATUURLIJST

- Beroepsvereniging van professionals sociaal werk. (2021). *Beroepscode voor sociaal professionals* |BPSW. Geraadpleegd op 31 oktober 2024, van www.bpsw.nl
- Bierings, H. & Mol, M. (z.d.). *Burn-out: de rol van werk en zorg*. CBS.nl. Geraadpleegd op 27 november 2024, van <https://auteursrechten.nl/wp-content/uploads/2023/03/De-APA-richtlijnen-uitgelegd-3e-editie.pdf>
- Derks, D. (2015, 1 februari). *Werk-privé balans*. Arbokennisnet.nl. Geraadpleegd op 24 oktober 2024, van [https://www.arbokennisnet.nl/kennisdossiers/werk-en-privé/werk-privé-balans/#:~:text=Werknemers%20die%20\(heel\)%20veel%20verstoringen,hoger%20risico%20op%20langdurig%20verzuim](https://www.arbokennisnet.nl/kennisdossiers/werk-en-privé/werk-privé-balans/#:~:text=Werknemers%20die%20(heel)%20veel%20verstoringen,hoger%20risico%20op%20langdurig%20verzuim)
- Hersenstichting.nl. (z.d.). *Ontwikkeling van de hersenen – Hersenstichting*. Geraadpleegd op 27 november 2024, van <https://www.hersenstichting.nl/de-hersenen/ontwikkeling-van-de-hersenen/#:~:text=Volwassenheid,hersenen%20daarna%20niet%20meer%20veranderen>
- International Federation of Social Work (2014). *Globale definitie sociaal werk*. Geraadpleegd op 4 november 2024, van www.ifsw.org
- Keter, J., & Liefhebber, S., & Pronk, J. (2023, 13 april). *De stand van administratie – en regeldruk in het sociaal werk* | movisie. Movisie.nl. Geraadpleegd op 31 oktober 2024, van <https://www.movisie.nl/publicatie/stand-administratie-regeldruk-sociaal-werk>
- Vereniging Hogescholen. (2017, februari). *Landelijk opleidingsdocument sociaal werk*. Geraadpleegd op 4 november 2024, van https://www.vereniginghogescholen.nl/system/profiles/documents/000/000/212/original/Landelijk_opleidingsdocument_Sociaal_Werk_-_downloadversie.pdf?1494439200
- Peacockyourtalent.com. (z.d.). *Wie of wat is een young professional – Peacock Your Talent*. Geraadpleegd op 24 oktober 2024, van <https://www.peacockyourtalent.com/wie-of-wat-is-een-young-professional/>
- TNO (2020) *Arbobalans 2020*. Geraadpleegd op 12 december 2024, van <https://publications.tno.nl/publication/34637666/B9KPP6/TNO-2020-arbobalans.pdf>

Vrijwilligers getraind in zelfmoordpreventie grijpen in voor het te laat is

Janique Hakkert, december 2024

Vrijwilligers hebben vaak contact met kwetsbare groepen, waardoor ze een belangrijke rol spelen in het herkennen van suïcidesignalen. In onze maatschappij waar de wachtlijsten steeds langer worden, is het belangrijk dat mensen zich gehoord blijven voelen. Daarom is het belangrijk dat vrijwilligersorganisaties een suïcidepreventietraining verplicht stellen, zodat we samen actief levens kunnen redden.

Stel je voor: Jan meldt zich aan bij een vrijwilligersorganisatie, hij ziet het leven niet meer zitten. Zijn zorgen stapelen zich op: zijn administratie is een chaos, zijn sociale contacten worden steeds minder en hij loopt tegen steeds meer problemen aan in de opvoeding van zijn kinderen. Jan ziet de aanmelding als laatste poging om weer wat grip te krijgen op zijn leven. Hij is gekoppeld aan Peter, die al jarenlang vrijwilliger is binnen de organisatie. Jan vindt het moeilijk om het over zijn suïcidale gedachten te hebben en laat kleine signalen zien in de hoop dat Peter deze opvangt. Peter, ondanks zijn jarenlange ervaring in het vrijwilligerswerk ziet Jan zijn signalen echter niet. Jan ziet door de bomen het bos niet meer en kiest ervoor om na drie maanden hulp te hebben gekregen van Peter er een einde aan te maken. Dit scenario laat zien hoe cruciaal het is dat vrijwilligers getraind zijn in het herkennen van suïcidale signalen. In mijn opiniestuk wil ik benadrukken waarom training in zelfmoordpreventie onmisbaar is voor vrijwilligers die werken met kwetsbare groepen.

Zelfmoord komt steeds vaker voor in onze huidige maatschappij (Nederlands Jeugdinstituut, 2024). We leven in een tijd waar bezuinigingen leiden tot steeds meer sturing op de zelfredzaamheid binnen de bevolking (Movisie, z.d.). Mensen worden aangemoedigd om zelf de regie te nemen over hun leven, hun financiën, hun zorg, en hun welzijn. Dit betekent dat mantelzorg en hulp van vrijwilligers steeds belangrijker worden (Movisie, z.d.). Daarnaast zien we een groeiende eenzaamheid, een van de belangrijkste oorzaken van depressie en zelfmoord (Vzinfo, 2024) (113 Zelfmoord preventie, z.d.).

Vrijwilligers vervullen een waardevolle rol in het ondersteunen van mensen die vastlopen in hun leven (Movisie, z.d.). Ze kunnen helpen bij praktische zaken zoals administratie of opvoeding, maar ook bij het opbouwen van sociale contacten. Wat vaak vergeten wordt, is dat deze vrijwilligers in contact komen met mensen die niet alleen worstelen met alledaagse problemen, maar ook suïcidale gedachten kunnen hebben. En dat is waar het mis kan gaan.

Vrijwilligers zijn een waardevol middel voor een organisatie, voornamelijk economisch gezien (Englert & Helmig, 2017). Bovendien versterken ze het maatschappelijk middenveld en dragen ze bij aan het sociale welzijn door diensten te leveren die anders niet beschikbaar zouden zijn (Heyvaert, 2024).

Vrijwilligers gaan met de beste bedoelingen aan het werk, alleen beschikken niet altijd over de juiste kennis en training om deze signalen te herkennen. Daarom is het belangrijk dat iedereen, van vrijwilligers tot professionals en vrienden en familie, leert hoe we suïcidale signalen kunnen herkennen en hiermee leren om gaan (GGZ Standaarden, 2024). Wanneer een vrijwilliger niet getraind is om deze signalen op te vangen, kan dit onopgemerkt blijven.

In de Beroepscode voor de Maatschappelijk Werker staat dat sociaal werkers verantwoordelijk zijn voor het welzijn en de veiligheid van individuen. Suïcidepreventie is niet iets dat we alleen aan professionals kunnen overlaten. In onze huidige samenleving, die steeds meer samenwerkt met vrijwilligers, is het van belang dat ook zij worden getraind om suïcidale signalen te herkennen en tijdig weten te handelen (GGZ

Standaarden, 2024). Het is niet alleen de verantwoordelijkheid van sociaal werkers, maar van iedereen in de maatschappij om in te grijpen wanneer iemand in nood is. Door kennis en vaardigheden over te dragen om signalen van wanhoop op te merken, dragen we samen bij aan een bredere, collectieve verantwoordelijkheid binnen de samenleving (Beroepsvereniging van professionals in sociaal werk [BPSW], 2021). Vrijwilligers kunnen levens redden, laten wij ervoor zorgen dat ze weten hoe.

ALGEMENE BESCHOUWING

In Nederland is zelfdoding de belangrijkste doodsoorzaak onder mensen onder de 30 jaar. Eén op de vijf sterfgevallen onder jongeren wordt veroorzaakt door zelfdoding, en bij jongvolwassenen ligt dat aantal zelfs één op de drie sterfgevallen (Bosch, 2023). Door deze verontrustende cijfers hebben wetenschappers onderzoek gedaan naar de oorzaken. Mogelijke factoren zijn de toenemende druk door sociale media, cyberpesten en prestatiedruk, volgens een onderzoek van 113 Zelfmoordpreventie (Elzinga et al., 2023).

Tot nu toe werd suïcidepreventie in Nederland als incidenteel beleid gezien. Met de Wet Integrale Suïcidepreventie wordt suïcidepreventie een blijvende verantwoordelijkheid van de overheid binnen de Wet publieke gezondheid. Gemeenten krijgen een belangrijke rol en moeten, met ondersteuning van het ministerie van Volksgezondheid en hulplijn 113 Zelfmoordpreventie, hun beleid reorganiseren en maatwerk bieden. Dit moet zorgen voor minder verschillen in suïcidepreventie binnen gemeenten en betere ondersteuning voor risicogroepen zoals trans personen, moeders met een postpartum-depressie, mannen van middelbare leeftijd en agrariërs (Tweede kamer, 2024). Een variërende lijst met doelgroepen waar misschien wel niet zo snel aan wordt gedacht. Agrariërs hebben veel verschillende belemmerende factoren zoals een hoge werkdruk en een veranderende wetgeving wat kan leiden tot een grote psychosociale druk. Deze raakt niet alleen de boer in kwestie, maar ook zijn omgeving (113 Zelfmoord preventie, z.d.).

Door de lange wachttijden in de geestelijke gezondheidszorg wordt het bieden van maatwerk steeds moeilijker (NZa, 2024). Dit gebrek aan directe hulp brengt kan het risico met zich brengen dat mensen met suïcidale gedachten niet tijdig de juiste zorg ontvangen.

Het recht op leven en toegang tot de geestelijke gezondheidszorg zijn mensenrechten (Amnesty International, z.d.). Vrijwilligers getraind in zelfmoordpreventie kunnen een belangrijke rol in spelen in het overbruggen van de wachttijden door deze rechten te beschermen.

In Nederland waar zelfdoding de belangrijkste doodsoorzaak onder jongeren is, kunnen goed getrainde vrijwilligers het verschil maken (Bosch, 2023). Wat als jij of iemand die je kent, op het punt staat om hulp te vragen, maar dan de juiste ondersteuning niet ontvangt? Laten we ons gezamenlijk inzetten voor meer bewustwording en opleiding voor vrijwilligers, zodat zij signalen van wanhoop kunnen herkennen en op de juiste manier kunnen reageren!

TRAINING IN SUÏCIDEPREVENTIE MOET VERPLICHT ZIJN VOOR ALLE VRIJWILLIGERS DIE WERKEN MET KWETSBARE DOELGROEPEN.

Vrijwilligers komen vaak als eerste in contact met mensen in crisis, waardoor ze een cruciale rol kunnen spelen in het herkennen van suïcidale signalen. Zonder training lopen ze het risico deze signalen te missen, met mogelijk fatale gevolgen.

Uit de algemene richtlijnen voor suïcidepreventie van wordt duidelijk gemaakt hoe de verbetering van de deskundigheid van sleutelfiguren, zoals vrijwilligers, een effectieve manier is van suïcidepreventie. Hierin wordt duidelijk gemaakt hoe training de kennis en houding van vrijwilligers kan verbeteren. Er wordt laten zien hoe vrijwilligers een rol kunnen spelen in het herkennen van waarschuwingssignalen van suïcidaal gedrag en het reageren hierop. Wat hiermee duidelijk wordt, is dat vrijwilligers een belangrijke schakel is in het herkennen van suïcidale signalen en dat zonder training deze signalen worden gemist (Dumon & Portzky, 2013).

Door collectieve verantwoordelijkheid te nemen en vrijwilligers te trainen, maken we een vangnet voor mensen in crisis. Door alle vrijwilligers die met een kwetsbare doelgroep te trainen, ongeacht hun eigen achtergrond en de sector waarin ze werken, bevordert het respect voor alle vormen van diversiteit en zetten ze een eerste stap in het aanpakken van structurele problemen (BPSW, 2021). Het aanbieden van een suïcidepreventie training is daarom noodzakelijk om het risico op zelfmoord te verkleinen en zo levens te redden.

Om mij verder te verdiepen in dit onderwerp heb ik de documentaire "strohalm" gekeken. Lian Priemus, de documentaire maker, ontdekte dat een "strohalm" (een laatste redmiddel) vaak een luisterend oor was en dat luisteraars die empathie tonen een verschil maken door de mogelijkheid te bieden om er open over te praten. De documentaire liet mij de waarde van empathie en luisteren zonder oordeel zien. Lian Priemus: "Er zijn overal professionals voor, maar door als 'leek' gewoon te luisteren en er te zijn, zelfs als je het probleem niet kunt oplossen, kan je al heel veel betekenen" (Krikke, 2015).

Suïcidepreventie wordt vaak gezien als de taak voor professionals, helaas kampen zij met personeel te korten en lange wachttijden (NZa, 2024) (Inspectie Gezondheidszorg en Jeugd, z.d.). Op de site van Wacht Verzachter stuitte ik op het verhaal van Marion haar dochter kampte met sombere en suïcidale gedachten. Marion vond steun bij een ervaringsdeskundige en dochter Annabel kreeg haar eigen ervaringsdeskundige die haar begeleidde tijdens de wachttijd (Wacht Verzachter, 2024).

De documentaire Strohalm en het verhaal van Marion laat zien hoe leken, vrijwilligers en ervaringsdeskundigen tijdens nood belangrijke hulp kunnen bieden. Suïcidepreventie moet niet alleen in handen van professionals moet liggen, maar we moeten streven naar het versterken van de sociale cohesie door iedereen te trainen om signalen van suïcide te herkennen (BPSW, 2021).

Door het volgen van een training hebben vrijwilligers een hogere bewustwording van beschikbare hulpbronnen.

De Vrije Universiteit van Amsterdam heeft op basis van een onderzoek naar suïcide en preventie een training ontwikkeld voor medewerkers van scholen en ggz-instellingen. Uit dit onderzoek is gebleken dat deze training helpt om suïcide onder jongeren eerder te herkennen en hen op de juiste manier door te verwijzen. Aan de hand van dit onderzoek adviseert 113 Zelfmoord scholen om gebruik te maken van trainingen die modules bevat waarin vrijwilligers en professionals worden voorbereid op het herkennen van suïcide signalen en het bieden van juiste ondersteuning (113 Zelfmoord preventie, 2017). Wat hiermee duidelijk wordt is dat door training van vrijwilligers, ze niet alleen beter reageren op signalen van suïcide maar ook zorgen voor een goede doorverwijzing naar de juiste hulpbronnen.

Een goed voorbeeld van een effectieve training is de Gatekeeper Training van 113 Zelfmoord, deze training is specifiek ontwikkeld om vrijwilligers, leken en professionals te helpen bij het herkennen en bespreekbaar maken van suïcidale signalen. Tijdens de training leren deelnemers technieken om in gesprek te gaan over suïcidale gedachten, en worden ze getraind om in risicovolle situaties te kunnen beoordelen en door te verwijzen naar passende hulp. Vrijwilligers die deelnemen aan de Gatekeeper training krijgen niet alleen inzicht in de risico's en signalen van suïcide, maar ook inzicht over de handvatten om een ondersteunende rol te kunnen spelen bij suïcidepreventie (113 Zelfmoord preventie, z.d.).

Echter: Het verplicht stellen van trainingen kan de drempel voor vrijwilligerswerk verhogen.

Aan de ene kant kan suïcidepreventietraining voor vrijwilligers die met kwetsbare doelgroepen werken levensreddend zijn maar aan de andere kant kan het verplicht stellen van deze training ook enkele nadelen met zich meebrengen. In Grenzen aan een leven lang leren wordt beschreven dat het verplichten van trainingen kan leiden tot een vermindering van vrijwilligers door de drempel die ze ervaren. Vrijwilligers kunnen een drempel ervaren op het gebied van de extra tijdsinvestering, administratieve verplichtingen en/of persoonlijke verplichtingen waardoor hun betrokkenheid in het vrijwilligerswerk afneemt. Dit zou kunnen leiden tot een afname van het aantal vrijwilligers die bereid is om deze kwetsbare doelgroepen te ondersteunen.

Maar: De trainingen toegankelijk en laagdrempelig maken door het aanbieden van een e-learning lost het op.

Het kan zijn dat het verplicht stellen van een suïcidepreventietraining de drempel om vrijwilliger te worden verhoogt maar door gebruik van e-learning wordt de training toegankelijker gemaakt. Volgens expert Mary Dankbaar vergoot online leren niet alleen de flexibiliteit maar ook de mogelijkheid om de training in een veilige omgeving te volgen. Het gebruik van scenario trainingen biedt een kans om realistische situaties na te bootsen, waardoor deelnemers beter voorbereid zijn op het omgaan met suïcide in de praktijk. Dankbaar laat zien dat door het gebruik van e-learning, de effectiviteit toeneemt en de leerervaring kan worden verbeterd (Dankbaar, z.d.). Dit laat zien dat, hoewel het verplicht stellen van de training als een drempel kan

worden ervaren, deze drempel wordt verlaagd door het inzetten van een e-learning.

Een voorbeeld van een laagdrempelige online suïcidepreventietraining is de VraagMaar-training van 113 Zelfmoord. In deze training leren professionals, vrijwilligers en andere deelnemers in één uur om suïcidesignalen te herkennen en gesprekken aan te gaan. De training bestaat uit drie korte lessen: signaleren, bespreken en samen naar hulp zoeken. De training wordt ondersteund door animaties, ervaringsverhalen en interactieve oefeningen. De training wordt afgerond met een toets en krijg je een certificaat (Vraag Maar, z.d.).

Sinds de lancering hebben al ruim 48.000 mensen de VraagMaar-training gevolgd, wat laat zien dat er sprake is van een flexibele en veilige leeromgeving, wat de drempel voor vrijwilligers verlaagt (113 Zelfmoord preventie, 2022).

TOT SLOT

In Nederland is zelfmoord de belangrijkste doodsoorzaak onder mensen onder de 30 jaar (Bosch, 2023). Onderzoek heeft aangetoond dat sociale media, cyberpesten en prestatiedruk belangrijke factoren zijn in de toename van suïcidaliteit (Elzinga et al., 2023). Dankzij de nieuwe Wet Integrale Suïcidepreventie heeft de Gemeente een belangrijkere rol en moeten ze hun beleid ronden suïcide reorganiseren en maatwerk bieden (Tweede kamer, 2024). Vrijwilligers die vaak in direct in contact zijn met kwetsbare doelgroepen, hebben een training nodig om signalen van suïcide te herkennen en hierop te reageren (Dumon & Portzky, 2013). De noodzaak van training is aanwezig voor zowel vrijwilligers als professionals, gezien de toenemende vraag naar ondersteuning (GGZ

Standaarden, 2024). Een verplichte training kan de drempel voor het vrijwilligerswerk verhogen, wat zou kunnen leiden tot een afname van het aantal vrijwilligers (Marslowski, 2019). Daarom is het aanbieden van een laagdrempelige online training belangrijk om vrijwilligers goed voor te bereiden op hun rol in suïcidepreventie (Dankbaar, z.d.)(Vraag Maar, z.d.).

CONCLUSIE

Concluderend kan ik zeggen dat de noodzaak van suïcidepreventie steeds groter wordt in Nederland. Deskundigen zijn van mening dat getrainde sleutelfiguren beter signalen van suïcide kunnen herkennen en tijdig hulp kunnen bieden (113 Zelfmoord preventie, 2017). Afsluitend wil ik benadrukken dat door de lange wachttijden in de geestelijke gezondheidszorg er steeds meer druk ligt op de vrijwilligers die als brug dienen naar verdere hulp, wat het belang van trainingen voor vrijwilligers vergroot.

AANBEVELINGEN

Momenteel loop ik stage bij Humanitas, om suïcidepreventie te verbeteren, beveel ik niet alleen aan Humanitas maar ook aan andere vrijwilligers-organisaties, dat een suïcidepreventietraining voor vrijwilligers verplicht wordt. De training kan worden vormgegeven als E-learning om deelname te verhogen (Dankbaar, z.d.). Een voorbeeld van een laagdrempelige online training is de VraagMaar-Training, waarbij het mogelijk is om de training te personaliseren waardoor deze aangepast kan worden op behoeften van de vrijwilligers-organisatie (Vraag Maar, z.d.).

Denk jij aan zelfdoding? Neem 24/7 gratis en anoniem contact op met 113 Zelfmoordpreventie via 0800-0113 of chat op 113.nl!

LITERATUURLIJST

- Beroepsvereniging van professionals in sociaal werk [BPSW]. (2021, oktober). *Beroepscode*. Bpsw.nl. Geraadpleegd op 25 november 2024, van <https://bpsw.nl/app/uploads/BPSW-Beroepscode-2021.pdf>
- Bosch, I. (2023, 16 mei). *Suïcide belangrijkste doodsoorzaak jongeren en jongvolwassenen*. Kaponline.nl. Geraadpleegd op 25 november 2024, van <https://www.kaponline.nl/suicide-belangrijkste-doodsoorzaak-jongeren-en-jongvolwassenen>
- Dankbaar, M. (z.d.). *Online leren: werkt dat?* Wonakademie.nl. Geraadpleegd op 26 november 2024, van <https://www.wonakademie.nl/wp-content/uploads/2020/06/Artikel-Online-leren-werkt-dat.pdf>

- Dumon, E., & Portzky, G. (2013, oktober). *Algemene richtlijnen voor suïcidepreventie*. Zelfmoord1813.be. Geraadpleegd op 25 november 2024, van <https://www.zelfmoord1813.be/files/PDF-niet-publicaties/Publicaties-PDF/algemene-richtlijnen-su%C3%AFcidepreventie.pdf>
- Elzinga, E., Looijmans, M., Von Spreckelsen, P., Gilissen, R., & Mérelle, S. (2023, 4 september). *Stop suïcide onder jongvolwassenen*. 113.nl. Geraadpleegd op 25 november 2024, van https://www.113.nl/sites/default/files/113/113%20in%20media/113_rapport%20jongvolwassenen.pdf
- Englert, B., & Helmig, B. (Eds.). (2017, 9 juni). *Volunteer Performance in the light of Organizational Succes: A Systematic Literature Review*. Springer Nature.
- GGZ Standaarden. (2024, 15 februari). *Diagnostiek en behandeling van suïcidaal gedrag*. Ggzstandaarden.nl. Geraadpleegd op 25 november 2024, van https://www.ggzstandaarden.nl/uploads/pdf/project/project_7fe2d4bc-c409-4558-8c81-1a3e3bdcc5b2_diagnostiek-en-behandeling-van-suicidaal-gedrag__authorized-at_22-02-2018.pdf
- Heyvaert, C. (2024). *De rol van levensgebeurtenissen bij vrijwilligerswerk* [proefschrift]. Vrije Universiteit Brussel.
- Inspectie Gezondheidszorg en Jeugd. (z.d.). *Personeelstekorten in de zorg*. Igj.nl. Geraadpleegd op 25 november 2024, van <https://www.igj.nl/onderwerpen/inzet-personeel-in-de-zorg/personeelstekort>
- Krikke, J. (2015, 3 december). *'Hoe goed kennen we elkaar eigenlijk?'*. Human.nl. Geraadpleegd op 25 november 2024, van <https://www.human.nl/lees/Interview-Lian-Primus-over-Strohalm.html>
- Maslowski, R. (2019, mei). *Grenzen aan een leven lang leren*. Scp.nl. Geraadpleegd op 26 november 2024, van <https://www.scp.nl/publicaties/publicaties/2019/05/22/grenzen-aan-een-leven-lang-leren>
- Movisie. (z.d.). *Zelfredzaamheid Voor iedereen?* Movisie.nl. Geraadpleegd op 25 november 2024, van <https://www.movisie.nl/sites/movisie.nl/files/publication-attachment/Zelfredzaamheid-voor-iedereen%20%5BMOV-4544237-1.0%5D.pdf>
- Movisie. (z.d.). *Zelfregie en vrijwilligerswerk*. Movisie.nl. Geraadpleegd op 25 november 2024, van https://www.movisie.nl/sites/default/files/alfresco_files/Prestatieveld4/Zelfregie%20en%20vrijwilligerswerk.pdf
- Movisie. (z.d.). *Zorg beter met vrijwilligers*. Movisie.nl. Geraadpleegd op 25 november 2024, van <https://www.movisie.nl/sites/default/files/2018-04/Toolkit-Zorg-Beter-met-Vrijwilligers.pdf>
- Nederlands Jeugdinstituut. (2024, 8 februari). *Suïcide onder jongvolwassenen toegenomen*. NJI.nl. Geraadpleegd op 25 november 2024, van <https://www.nji.nl/nieuws/suicide-onder-jongvolwassenen-toegenomen>
- NZa. (2024, 4 april). *Wachttijden ggz blijven hoog: mensen wachten in bijna alle regio's en voor alle diagnoses te lang*. Nza.nl. Geraadpleegd op 25 november 2024, van <https://www.nza.nl/actueel/nieuws/2024/04/04/wachttijden-ggz-blijven-hoog-mensen-wachten-in-bijna-alle-regios-en-voor-alle-diagnoses-te-lang>
- Tweede Kamer. (2024, 14 mei). *Wet integrale suïcidepreventie afgerond*. Tweedekamer.nl. Geraadpleegd op 25 november 2024, van https://www.tweedekamer.nl/kamerstukken/plenaire_verslagen/kamer_in_het_kort/wet-integrale-suicidepreventie-afgerond
- Vzinfo. (2024, 28 augustus). *Eenzaamheid – leeftijd en geslacht*. Vzinfo.nl. Geraadpleegd op 25 november 2024, van <https://www.vzinfo.nl/eenzaamheid/leeftijd-en-geslacht>
- Wacht Verzachter. (2024, 31 oktober). *Wachten op jeugdhulp heeft impact op het hele gezin*. Wachtverzachter.nu. Geraadpleegd op 25 november 2024, van <https://wachtverzachter.nu/wachten-op-jeugdhulp-heeft-impact-op-het-hele-gezin>

- Vraag Maar. (z.d.). *Over de trainingen*. Vraagbaar.113.nl. Geraadpleegd op 26 november 2024, van <https://vraagbaar.113.nl/over-de-trai><https://www.113.nl/actueel/vraag-maar-online-training-over-suicidepreventie-bij-jongerenningen>

Laten we niet onze eigen ondergang zijn

Mila Swartjes, december 2024

“Ik haat sociaal werkers”; het eerste wat ik hoorde toen ik mijn stage in de praktijk begon.

Sociaal werkers worden overschaduwd door een grote grijze wolk van protocollen en regels, hij overheerst het landschap van het sociaal werk. Iemand helpen is mogelijk, maar enkel wanneer dit gebeurt volgens het opgelegde beleid. Zie het als een zakelijke overeenkomst; vergeet de mens, volg de regels en dan komt alles vanzelf wel goed. Of werkt dat niet zo?

Disclaimer; dat werkt niet zo. Integendeel zelfs, dit zorgt ervoor dat we gehaat worden.

Door de protocollen en regels wordt de menselijkheid steeds meer verdrongen. Waarom laten we dit gebeuren? Het is aan jou als sociaal werker om de regels niet als grenzen te zien, maar juist als richtlijn, waarin ruimte is voor maatwerk in jouw handelen. Zorg dat jouw professionele autonomie de essentiële brug vormt tussen zakelijkheid en menselijkheid.

Het evenwicht tussen zakelijkheid en menselijkheid is dus verstoord. Ik zal uitleggen waar dit vandaan komt aan de hand van de inzichten van de Duitse socioloog Jurgen Habermas (Gabriëls, 2022). Habermas splitst de wereld op. Allereerst de systeemwereld. In deze wereld staan regels en bureaucratie centraal. Een kenmerk van de systeemwereld is dat we hier strategisch handelen, dit wil zeggen dat we op zoek gaan naar de meest efficiënte manier om ons doel te bereiken. Het draait om controle en het behalen van resultaten. Denk maar aan alle processen en protocollen die je moet volgen tijdens je werk, zoals de methodische cyclus, of het opstellen van cliëntdossiers aan de hand van de privacywet (AVG).

Ten tweede hebben we de leefwereld. Hierin staan persoonlijke ervaringen, relaties en waarden centraal. In de leefwereld handelen we communicatief; het handelen draait om morele en sociale waarden, samenwerking en streven naar een gemeenschappelijk doel. Je ziet dit terug wanneer je een stap verder gaat dan de standaardprocedure om in de behoeften van de cliënt te kunnen voorzien. Wanneer een cliënt net buiten de criteria van de schuldhulpverlening valt, denk je niet ‘helaas, dan houdt het op’, maar dan zoek jij verder naar andere mogelijkheden.

Je zou denken dat de leefwereld en communicatief handelen centraal zouden staan in het sociaal werk, maar niets is minder waar. Habermas stelt dat het

communicatieve handelen onvoldoende wordt benut (Gabriëls, 2022). Hij is zelfs van mening dat de wereld van persoonlijke ervaringen en waarden wordt opgeslokt in de wereld van regels en bureaucratie, Habermas noemt dit kolonisatie van de leefwereld. Hij geeft de schuld aan het neoliberalisme. Deze stroming dringt het marktdenken op in domeinen die traditioneel helemaal niet gericht zijn op de markt, maar juist op menselijke relaties (Gabriëls, 2022). Het gevaar is dat er een kloof ontstaat tussen wat cliënten echt nodig hebben en wat de markt hen kan bieden. Neem eens een kijkje naar de Standaard-productodelijst Wmo, waar kant en klare pakketten met ondersteuningsproducten worden aangeboden (iStandaarden, sd). Dit is zeker efficiënt en duidelijk, maar het kan ervoor zorgen dat de bestaande opties niet volledig aansluiten bij persoonlijke behoeften. Cliënten worden in een hokje geplaatst en krijgen een nummertje toegewezen afhankelijk van wat er aangeboden wordt. Zorg wordt zakelijk, de mens wordt vergeten.

Niet alleen de cliënt loopt gevaar, maar ook jij, als sociaal werker. Meer regels door de systeemwereld, betekent minder tijd voor de leefwereld. De ruimte voor communicatief handelen neemt af, terwijl dit juist cruciaal is voor het sociaal werk. Je wordt gedwongen om strategisch te handelen, je professionele autonomie wordt beperkt en uiteindelijk vervreemd je van je eigen werk. Kijk naar het keukentafelgesprek, waar in een

persoonlijk gesprek wordt gekeken naar welke hulp iemand nodig heeft. Echter is het doel geworden om formuleren en vragenlijsten te vullen met antwoorden (Hees, 2018), zie het als een transactie van informatie, waarbij je simpelweg een checklist afvinkt. Het sociaal werk wordt lopendebandwerk, waarbij de cliënten dienen als product en jij als productiemedewerker.

Er wordt verwacht dat onze focust ligt op efficiëntie en kostenbewustzijn, en dat onze resultaten zijn gericht op kwantiteit in plaats van kwaliteit. Dit komt ons als sociaal werkers niet ten goede. Cijfers van Movisie (2023) laten zien hoe zwaar de gevolgen hiervan wegen. Het merendeel van de sociaal werkers (79%) zegt regelmatig ergernis en stress te ervaren door alle regel- en administratiedruk, zelfs het werkplezier wordt minder (76%). Dit is niet gek als je beseft dat 37% van de werktijd wordt besteed aan alleen administratie.

Misschien ervaar jij het zelf ook wel, de tijdrovende bureaucratie, een te hoge werkdruk en het gebrek aan zingeving. Gevolgen hiervan zijn emotionele uitputting, frustratie en het risico op een burn-out (Kampen, 2024). Het dragen van de regel- en administratiedruk gaat zelfs zo ver dat 35% van de sociaal werkers er aan denkt om ander werk te gaan doen (Movisie, 2023).

Dan hoor ik je denken; als het allemaal zo slecht gaat, waarom wordt er dan niks aan gedaan? Misschien verbaast het je, maar er wordt wel degelijk actie ondernomen. Er wordt op drie manieren met deze situatie omgegaan (Hoijtink, 2022). Allereerst 'Voice', waarbij hardop wordt uitgesproken wat er mis is. Een voorbeeld hiervan is het protest van jeugdzorgwerkers tegen de hoge werkdruk en bureaucratie. Een tweede manier is 'Exit', ofwel ontslag nemen. Veel sociaal werkers hebben het gevoel dat het aanklaarten van de problemen niks oplevert; signalen worden niet opgepakt of er wordt geen mogelijkheid gezien om de situatie te veranderen (Serrien, 2018). Het gevoel van machteloosheid groeit en de bereidheid voor verzet neemt af. Sociaal werkers branden op en kiezen voor ontslag. Ten slotte reageren sociaal werkers door 'Silence'. Dit is het ondergaan en uitzitten van de situatie en er het beste van maken. Vaak wordt er hier gebruik gemaakt van humor, om zo tijdelijk afstand te nemen van de negatieve gevoelens. Door grappen te maken kunnen frustraties op een luchtige manier geuit worden. Denk maar aan alle irritaties over de protocollen en regels; *ze zeggen dat regels je werk makkelijker maken, dan hebben ze duidelijk nooit mijn werk gedaan.*

Ondanks dat sociaal werkers hun stem laten horen door middel van Voice, Exit en Silence, is er weinig verbetering. De eerdergenoemde cijfers van Movisie (2023) laten zien dat het welzijn van de sociaal werker steeds verder achteruit gaat. Het gevolg hiervan is dat ons vakgebied de hoogste uitstroom medewerkers heeft in de sector zorg en welzijn (Hoijtink, 2022). De zakelijkheid doet ons

de das om. Wij willen loyaal zijn aan ons vak, tegelijkertijd wordt er van ons verwacht dat we loyaal zijn aan het beleid. Dit is het moment om je af te vragen van wie het sociaal werk nou écht is, het lijkt op dit punt in ieder geval niet meer van ons te zijn.

Het sociaal werk lijkt ook niet meer van of voor onze cliënten te zijn. We worden gehaat weet je nog? Deze haat komt voort uit onze macht om te beheersen en overheersen, wij maken immers belangrijke beslissingen over het leven van mensen, beslissingen met soms enorme gevolgen (Wilde, 2019). Denk bijvoorbeeld aan de ingrijpende beslissing om iemand onvrijwillig te laten opnemen, of de beslissing om in te grijpen bij mishandeling binnen een gezin.

Daarnaast zorgt de zakelijkheid van het sociaal werk ervoor dat wij steeds verder vervreemden van onze cliënten (Serrien, 2018). Het gevolg hiervan is dat we eerder tegenover onze cliënten staan, dan naast hen. Stel je voor dat jij als cliënt tegenover een sociaal werker zit die afstandelijk in een boekje meeschrijft, terwijl jij jouw persoonlijke verhaal vertelt. Heel oncomfortabel. Deze professionele afstand zorgt ervoor dat het hebben van een duurzame werkrelatie nog steeds niet vanzelfsprekend is.

Naast vervreemding dragen een tekort aan financiering en de voortdurende wisseling van personeel ook bij aan de instabiele relatie tussen hulpverlening en cliënt (Spit, Jansen, & Engbersen, 2021). In deze situaties gaat het namelijk vaak over een kwetsbaar persoon die in het leven al vaak genoeg te maken heeft gehad met onzekerheid en discontinuïteit (Spit et al., 2021). Dit zal daarom niet bevorderlijk zijn voor het vertrouwen in een sociaal werker. En wanneer er ook over hun leven wordt bepaald, met het oog op de regels in plaats van de mens, dan is de zakelijkheid het perfecte recept voor wrok jegens sociaal werkers.

Helemaal van de zakelijkheid afstappen is misschien ook geen goed idee. Regels en protocollen zijn er natuurlijk niet voor niets en het afwijken ervan kan als gevaar worden gezien. Ik snap ook dat sommige regels en protocollen noodzakelijk zijn om het sociaal werk vooruit te helpen. Regels bieden voorspelbaarheid, duidelijkheid en veiligheid, en daarbij beschermen ze de kwaliteit van de zorg (Serrien, 2018). Allemaal redenen waar ik niks tegen in heb te brengen, tot op zekere hoogte dan. In mijn ogen worden de regels problematisch wanneer zij leiden tot overrationaliseren, waarbij het sociaal werk zodoende wordt geordend en gesystematiseerd, dat de professionele autonomie van de sociaal werker wordt verdrongen (Serrien, 2018). Wanneer je weet dat de professionele autonomie wordt gezien als de levensader van het sociaal werk (Devlieghere, 2020), dan kan je vast wel inzien dat het beperken hiervan problematisch is (Gabriëls, 2022). Het hebben van regels is geen probleem, het wordt pas een probleem als deze regels gaan overheersen en

beperken. Dit zet een proces in gang wat je eigenlijk wil voorkomen, een soort domino-effect; te veel regels zorgen voor een hoge werkdruk, een hoge werkdruk zorgt voor burn-out en burn-outs leiden tot uitval op de werkvloer (Kampen, 2024). Dit domino-effect raakt niet alleen de sociaal werkers, het treft de cliënten evengoed; zij kunnen geen relatie opbouwen met hun hulpverlener doordat personeel voortdurend wisselt, zij verliezen het vertrouwen in de hulpverlening en uiteindelijk willen ze niks meer van ons weten (Spit, Jansen, & Engbersen, 2021).

Dit wil niet zeggen dat alle regels de deur uit moeten, maar het wil zeggen dat sociaal werkers baat hebben bij meer vrijheid. Wij zijn immers professionals, we handelen verantwoordelijk, zorgvuldig en ethisch, en daarnaast hebben wij kennis over ons vak. Het gebruiken van onze professionele autonomie zou het verschil kunnen maken voor onze cliënten (Devlieghere, 2020). Een goed voorbeeld hiervan is het netwerk Geestverwanten in Rotterdam-West (Albeda & Avest, 2022). Hier is geen traditionele scheiding tussen professional en bewoner. De rol die de sociaal werker vervult is afhankelijk van de situatie die er speelt. Zij handelen naar wat het beste is om te doen voor de cliënt, zonder strikt vast te houden aan vooraf bepaalde protocollen of regels. Deze sociaal werkers gebruiken hun professionele autonomie om de cliënten op de best mogelijke manier in hun behoeftes te kunnen voorzien.

Laten we even teruggaan naar het stuk waarbij ik zeg dat het sociaal werk niet meer van ons, of van onze cliënten lijkt te zijn. Met de nadruk op lijkt, want schijn bedriegt soms. Ja, het klopt dat voor zowel ons als onze cliënten niet alles rozegeur en maneschijn is, en het klopt ook dat we soms in een hoekje gedrukt worden. Dit betekent echter niet dat we helemaal geen handelingsruimte hebben. De waarheid is dat we denken dat we geen ruimte hebben, terwijl het hoekje waar we in worden gedrukt zo klein is als dat we zelf toestaan.

Stel je voor dat je te maken krijgt met een cliënt die dringend hulp nodig heeft. Volgens de protocollen moet er eerst een evaluatie plaatsvinden die een paar dagen duurt. Je kan bij de pakken neer gaan zitten en je laten beperken, maar je kan ook andere snellere stappen ondernemen. Zoals het tijdelijk aanbieden van steun van informele netwerken. In dit soort situaties hangt jouw handelen niet alleen af van de protocollen en regels, maar van hoe jij deze interpreteert en waar jij zelf de grens legt. Dit klinkt misschien ingewikkeld, maar daar hebben wij onze beroepscode voor. In de Beroepscode van het Sociaal Werk (2021) staan normen, waarden en beginselen die jouw handelen richting kunnen geven, bijvoorbeeld bij het maken van beslissingen

of bij het opbouwen van een werkrelatie. De beroepscode informeert jou over je handelingsruimte en het geeft je een steuntje in de rug. Zie het als een ethisch leidraad. Klinkt als het perfecte handboek om een goede sociaal werker te zijn, toch? Besef dan dat 20% van de sociaal werkers geen enkel idee heeft van het bestaan van deze beroepscode, en nog zo'n 37% van de sociaal werkers kent hem wel maar gebruikt hem niet. Slechts 9% van de sociaal werkers gebruikt de beroepscode vaker dan 1 keer per maand (Jansen et al., 2021).

In plaats van dat we onze beroepscode als leidraad zien, zien we het overheidsbeleid als leidraad. Zo gek is het dus niet dat sociaal werkers zich beperkt voelen, ze hebben gewoon geen idee van de ruimte die zij eigenlijk hebben. In de werkelijkheid ervaart de meerderheid van de sociaal werkers juist voldoende professionele ruimte in het dagelijks handelen (Jansen et al., 2021). Wanneer je weet hoe veel mogelijkheden en ruimte je eigenlijk hebt als sociaal werker, is het aan jou in hoeverre je je laat beperken. Het sociaal werk is nog steeds van ons, al beseffen we dat soms niet helemaal door onze zelf opgelegde grenzen.

De zakelijkheid van het sociaal werk lijkt zowel de sociaal werker als de cliënt de das om te doen, en dat terwijl zakelijkheid niet alleen maar slecht nieuws is. De regels helpen om willekeur te voorkomen, orde te handhaven en de kwaliteit van de zorg te bewaken. Het doet ons de das om wanneer er overrationalisering van de regels plaatsvindt, waardoor we onze professionele autonomie dreigen te verliezen. In de huidige situatie zijn we gefocust op hoe de regels en protocollen ons beperken, we beseffen hierdoor niet dat we zelf de zakelijkheid de overhand laten nemen. Het wordt hoog tijd om onze focus te veranderen en onze verantwoordelijkheid te omarmen zoals de definitie van het sociaal werk (IFSW, 2014) dit zegt. We gaan doen waar wij goed in zijn en waarom wij voor dit werk hebben gekozen; anderen helpen. Laat je niet meer tegenhouden door je eigen opgelegde beperkingen. Wees je bewust van de opties die je hebt en gebruik je professionele autonomie, er is meer ruimte voor menselijkheid in deze zakelijke wereld dan we zelf beseffen. Laten we deze ruimte dan ook nemen. Zo vormen we niet alleen een effectief maar ook menselijk sociaal werk. De brug tussen zakelijkheid en menselijkheid ben jijzelf. En herinner je die grote wolk van protocollen en regels nog? Jij kan bepalen of je deze het sociaal werk laat overschaduwen of niet. Kijk naar wat mogelijk is en gebruik je professionele autonomie, jij wil toch ook dat de zon weer gaat schijnen?

LITERATUURLIJST

- Albeda, Y., & Avest, D. t. (2022, juni 13). *Sociaal werk kan niet zonder autonomie*. Opgehaald van socialevraagstukken.nl: <https://www.socialevraagstukken.nl/sociaal-werk-kan-niet-zonder-autonomie/>
- BPSW. (2021). *Beroepscode voor professionals in sociaal werk*.
- Devlieghere, J. (2020, januari 8). *Een goede sociaal werker neemt het niet zo nauw met regels*. Opgehaald van sociaal.net: <https://sociaal.net/achtergrond/een-goede-sociaal-werker-neemt-het-niet-zo-nauw-met-regels/>
- Gabriëls, R. (2022, september). Leefwereld en systeemwereld. *Lexicon nabijheid en sociaal werk*, pp. 167-171.
- Hees, S. v. (2018, november 13). *Keukentafel is vooral onderhandelingstafel*. Opgehaald van socialevraagstukken.nl: <https://www.socialevraagstukken.nl/keukentafel-is-vooral-onderhandelingstafel/>
- Hoijtink, M. (2022). *Op het punt van breken? Verzet, loyaliteit en de stille vlucht van sociaal werkers*. Hogeschool van Amsterdam.
- Hoijtink, M. (2022, juli 29). Stil verzet - Over de uitstroom van sociaal werkers. *Vakblad Sociaal Werk*, pp. 6-10.
- IFSW. (2014). *Globale definitie van het sociaal werk*. Opgehaald van <https://www.ifsw.org/wp-content/uploads/2019/08/Global-Definitie-Social-Work-2014-Dutch-.pdf>
- iStandaarden. (sd). *Productcodelijst Wmo*. Opgehaald van [istandaarden.nl: https://www.istandaarden.nl/iwmo/over-iwmo/productcodelijst-wmo](https://www.istandaarden.nl/iwmo/over-iwmo/productcodelijst-wmo)
- Kampen, T. (2024, september 27). Sociaal werk onder radicaal rechts - Morele nood. *Vakblad Sociaal Werk*, pp. 13-17.
- Movisie. (2023, april 13). *De stand van administratie- en regeldruk in het sociaal werk*. Opgehaald van [movisie.nl: https://www.movisie.nl/publicatie/stand-administratie-regeldruk-sociaal-werk](https://www.movisie.nl/publicatie/stand-administratie-regeldruk-sociaal-werk)
- Serrien, L. (2018, mei 22). *Sociaal werk worstelt met bureaucratie*. Opgehaald van sociaal.net: <https://sociaal.net/achtergrond/sociaal-werk-worstelt-met-bureaucratie/>
- Spit, N., Jansen, T., & Engbersen, R. (2021, mei 24). *Sociaal werk kampt op meerdere fronten met gebrek aan continuïteit*. Opgehaald van socialevraagstukken.nl: <https://www.socialevraagstukken.nl/rubrieken/essay/sociaal-werk-kampt-op-meerdere-fronten-met-gebrek-aan-continuïteit/>
- Wilde, M. d. (2019, augustus 29). *Sociaal werkers hebben meer macht dan ze denken*. Opgehaald van sociaal.net: <https://sociaal.net/achtergrond/sociaal-werkers-hebben-macht/>

Kinderen met ontwikkelingsachterstand vastgebonden in een stoel

De realiteit van de kinderopvang

Anoniem

Tijdens mijn eerste stagedag zag ik hoe een kind van vier werd vastgezet in een stoel omdat hij een ander kind had geduwd. Dit gedrag werd geïnterpreteerd als gevaarlijk en snel gevolgd door fixatie, wat schokkend was om te zien. Het artikel van Opgenhaffen en De Cuyper benadrukt de negatieve gevolgen van fixatie en het gebrek aan wetenschappelijk bewijs voor de effectiviteit ervan. Het lijkt me verstandiger om eerst te kijken naar preventieve strategieën zoals Positive Behaviour Support om fixatie te voorkomen. In geval van acuut of potentieel gevaar is fixatie niet altijd te voorkomen, maar het moet gezien worden als een laatste redmiddel en met het welzijn van het kind voorop.

MIJN EERSTE DAG OP STAGE

Ik heb tijdens mijn eerste stagedag op een kinderdagcentrum voor kinderen met een ontwikkelingsachterstand met eigen ogen gezien hoe een kind van 4 werd vastgezet in een stoel. Dit gebeurde met een beugel en tuigje dat over zijn benen en armen ging. Ze zette hem vast omdat hij een ander kind had geduwd. Voor deze kinderen is het moeilijk om woorden te geven aan hun frustratie. Stel je voor dat je niet kan praten en toch duidelijk wil maken dat je wil dat de ander weggaat? Duwen lijkt mij dan een logische reactie, toch werd dit anders gezien en werd er vrij snel gekozen om over te gaan tot fixatie. Kinderen die naar de reguliere opvang gaan duwen ook wel eens een ander kind wanneer ze boos zijn.

Dit is gedrag wat elk jong kind vertoont maar wanneer het kind een ontwikkelingsachterstand heeft, wordt dit met een bewegingsvrijheid beperkende maatregel bestraft. Ik vond het voor een eerste stagedag schokkend om te zien dat kinderen die geen andere manier hebben om hun emoties te uiten op deze manier worden behandeld. Het wordt geaccepteerd dat: "kinderen in hun bewegingsvrijheid worden beperkt bij ernstig nadeel, voor de cliënt of zijn omgeving". Zo staat in het fixatie protocol van deze organisatie. Hoewel je er niet aan ontkomt vraag ik me af of we er niet wat voorzichtiger in kunnen zijn en vaker kunnen kijken naar andere oplossingen. In hetzelfde protocol staat namelijk dat er eerst gekeken moet worden naar alternatieven en minder ingrijpende maatregelen. Naar mijn mening wordt hier niet altijd naar gekeken en wordt er uit reactie eerder gekozen voor fixatie. Volgens de definitie van het sociaal werk moeten we werken vanuit

verschillende principes. Een van die principes is mensenrechten (International Federation of Social Workers, 2014). We moeten bij het te snel gebruiken van fixatie uitkijken dat we niet de mensenrechten schenden zoals het recht op vrijheid en het recht om niet te worden gemarteld of op een onmenselijke of vernederende manier te worden behandeld (Movisie, z.j.). In Nederland zijn er 1 op de 250 kinderen die een ernstige ontwikkelingsachterstand hebben (Sint Maartenskliniek, z.d.). Dat zijn er in Nederland al 19600, worden deze kinderen allemaal zo behandeld of zijn er ook andere manieren?

NEGATIEVE GEVOLGEN VAN FIXATIE

Tim Opgenhaffen en Kathleen De Cuyper, postdoctoraal onderzoekers bij het instituut voor Sociaal Recht, schrijven in het artikel "Tien vragen over isolatie en fixatie in de geestelijke gezondheidszorg" de negatieve gevolgen van fixatie voor zowel de cliënt als de hulpverlener. Zij maken dit duidelijk door in het artikel te benadrukken dat er geen wetenschappelijk bewijs is voor de toegevoegde waarde van afzondering en fixatie maar er wel bewijs is voor het verhoogde risico op nadelige gevolgen voor cliënten en hulpverleners. Onderzoek toont aan dat fixatie het risico op lichamelijk letsel, traumatisering, angst, woede, onbegrip en vernedering bij cliënten verhoogt. Bij hulpverleners kunnen naast lichamelijke verwondingen ook indirecte gevolgen optreden zoals traumatisering en gevoelens van kwaadheid, angst, schuld en onzekerheid (Opgenhaffen & De Cuyper, 2021).

Op mijn stage zie ik niet per se traumatisering, wel wordt een kind vaak meer gefrustreerd wanneer wij fixatie gebruiken. Ook het verhoogde risico op lichamelijke verwonden kan ik me voorstellen aangezien de meeste kinderen proberen uit de stoel te komen wanneer ze hierin vast zitten. Ze proberen hierbij van alles wat tot gevaarlijke situaties kan leiden. Opgenhaffen en De Cuyper laten hiermee zien dat er een gebrek aan wetenschappelijk bewijs is voor de effectiviteit van afzondering en fixatie, terwijl de risico's er wel zijn (Opgenhaffen & De Cuyper, 2021). Wat hiermee duidelijk wordt, is dat er een verklaring is om fixatie te verminderen, gezien het gebrek aan wetenschappelijk bewijs voor de effectiviteit ervan en de risico's voor zowel zorggebruikers als hulpverleners. Het is belangrijk om alternatieve benaderingen te verkennen die de veiligheid en het welzijn van iedereen bevorderen.

WAT ZIJN DE ALTERNATIEVEN?

Onderzoekers van de Katholieke Universiteit Leuven geven in "De ontwikkeling van een intersectorale richtlijn voor de preventie en toepassing van afzondering en fixatie in de brede residentiële jeugdhulp" aan dat fixatie in veel gevallen te voorkomen is door eerst naar andere alternatieven te kijken. Dit wordt in het artikel duidelijk door aan te geven dat fixatie maximaal moet worden vermeden en geeft strategieën ter preventie of vermindering van de toepassing van afzondering of fixatie. Deze strategieën kunnen individueel zijn maar ook binnen de organisatie. Zo kan je per kind kijken naar de oorzaak van de agressie of afleiding zoeken wat bij dat kind past. Je kan het kind positief ondersteunen ook wel Positive Behaviour Support. Het is gebaseerd op het begrijpen van waarom, wanneer en hoe gedrag plaatsvindt. Door bepaalde patronen te herkennen kan je escalatie voorkomen door situaties te vermijden die probleemgedrag uitlokken. Daarnaast is het belangrijk om gewenst gedrag te belonen. En als we begrijpen waarom iemand bepaald gedrag vertoont, kunnen we oplossingen bedenken die hun behoeften op een positieve manier vervullen (Beeckmans et al., 2021).

In de praktijk kunnen we dit toepassen door bij te houden wat de oorzaken zijn van de momenten waarbij een kind boos wordt en bijhouden wat de oplossingen waren om een kind weer rustig te krijgen. Dit kan helpend zijn in de toekomst om het kind sneller uit zijn frustratie te halen. Binnen de organisatie is het belangrijk dat er continuïteit is en je vooraf bespreekt wat de aanpak gaat zijn (Beeckmans et al., 2021). Dit kan bijvoorbeeld zijn dat je nabijheid biedt of juist afstand neemt van het kind, hierbij is het van belang dat iedereen hetzelfde handelt en dit van te voren is afgesproken zodat het kind meer duidelijkheid hierin heeft. De onderzoekers laten hiermee zien dat fixatie op veel verschillende manieren kan worden voorkomen (Beeckmans et al., 2021). Hiermee wil ik duidelijk

maken dat er meer moet worden gekeken naar de preventie van fixatie in plaats van meteen fixatie toe te passen.

FIXATIE IS SOMS NOODZAKELIJK

De Vlaamse overheid geeft aan in "Afzondering en fixatie in het onderwijs" dat fixatie soms noodzakelijk is voor de veiligheid. Dit blijkt in dit artikel uit de beschreven situaties waarin ernstig en acuut gevaar of ernstige verstoring van de orde voorkomen moet worden. Onder ernstig gevaar wordt het volgende verstaan: situaties waarin er een directe dreiging is voor de veiligheid of het leven van een persoon. Dit kan bijvoorbeeld het geval zijn wanneer iemand zichzelf of anderen dreigt te verwonden, of wanneer er sprake is van fysiek of seksueel geweld (Vlaamse Overheid, z.d.). Op mijn stage is dit vooral het geval wanneer we zien dat een kind bewust een ander kind of begeleiding pijn wil doen door bijvoorbeeld te duwen, bijten of schoppen. Bij potentieel gevaar gaat het om actueel en ernstig gevaar voorkomen, zoals een leerling afzonderen om escalatie te voorkomen (Vlaamse Overheid, z.d.). Potentieel gevaar is in de praktijk soms moeilijk te zien. Het kind kan bijvoorbeeld de ene keer bij het spelen een ander pijn doen maar moet je hem dan de volgende keer met spelen meteen vast zetten om potentieel gevaar te voorkomen? Ik denk dat het belangrijk is om dit niet meteen in te zetten maar als laatste redmiddel. Uit onderzoek blijkt dus dat fixatie niet altijd voorkomen kan worden en alleen toegepast mag worden bij ernstig, acuut en potentieel gevaar (Vlaamse Overheid, z.d.). Hiermee wil ik duidelijk maken dat we fixatie niet altijd kunnen voorkomen maar we het alleen in moeten zetten als andere oplossingen niet werken.

HET WELZIJN VAN HET KIND MOET VOOROP STAAN

Het gebruik van fixatie bij kinderen kan soms noodzakelijk zijn om ernstig en acuut gevaar te voorkomen. Dit kan bijvoorbeeld het geval zijn wanneer een kind zichzelf of anderen dreigt te verwonden, of wanneer er sprake is van fysiek geweld. In dergelijke situaties is het cruciaal dat fixatie alleen als laatste redmiddel wordt ingezet, nadat er is geprobeerd om het op een andere manier op te lossen. Dit kan onder andere door het toepassen van de-escalatietechnieken, zoals, Positive Behaviour Support, het bieden van een veilige ruimte, nabijheid bieden bij het kind door iemand die voor het kind vertrouwd is. Bij het toepassen van fixatie moet altijd het welzijn van het kind voorop staan. Dit betekent dat de fixatie zo kort mogelijk moet duren en dat er continu toezicht moet zijn om ervoor te zorgen dat het kind geen verdere schade oploopt. Het is belangrijk dat de persoon die de fixatie uitvoert, goed getraind is in het veilig toepassen van fixatie en in het herkennen van signalen dat het kind in nood is. Op mijn stage heb ik geen uitleg gehad over het gebruik van fixatie

en ik ben niet getraind hierin. Wel werd mij gevraagd of ik een kind vast wou zetten in de stoel. Met enige moeite en tegenwerken van het kind is mij dit wel gelukt, maar ik zou niet weten of ik het goed en veilig heb uitgevoerd.

STAGIAIRES INSTRUEREN EN POSITIVE BEHAVIOUR SUPPORT

Het is onvermijdelijk dat fixatie soms noodzakelijk is, maar het is belangrijk om eerst naar alternatieve oplossingen te kijken. Wanneer fixatie nodig is, moet deze op een veilige en verantwoorde manier worden toegepast. Het is belangrijk om te erkennen dat fixatie een laatste redmiddel moet zijn, waarbij de veiligheid altijd voorop staan. Door meer in te gaan op andere strategieën en het verbeteren van de kennis en vaardigheden van het personeel, kunnen we het gebruik van fixatie verminderen en de veiligheid en het welzijn van iedereen waarborgen.

Daarnaast is het cruciaal om stagiairs goed te instrueren over het gebruik van

fixatie. Het is onverantwoord om deze taak volledig aan stagiairs over te laten zonder training of begeleiding. Mijn aanbeveling hierbij is dat er altijd minimaal één ervaren persoon aanwezig is die weet hoe fixatie veilig moet worden toegepast. Een alternatief voor fixatie om gedragsproblemen te beheersen en escalaties te voorkomen is het gebruik van Positive Behaviour Support (PBS). Het is gebaseerd op het begrijpen van waarom, wanneer en hoe gedrag plaatsvindt. Door bepaalde patronen te herkennen kan je escalatie voorkomen. Het boek "Gedragsondersteuning in Positive Behavior Support" van Deanne A. Crone en Robert H. Horner biedt waardevolle inzichten en praktische handvatten voor het omgaan met gedragsproblemen. Het uitgangspunt van deze aanpak is dat gedrag doelmatig, voorspelbaar en veranderbaar is. Het lijkt mij verstandig om dit boek aan te schaffen zodat we de kennis uit het boek kunnen gebruiken en weten we hoe we Positive Behavior Support moeten gebruiken. Hiermee kunnen we andere strategieën gebruiken die passen binnen Positive Behavior Support in plaats van fixatie.

B. is tweedejaars student en werkzaam als stagiair bij een kinderdagcentrum

LITERATUURLIJST

- Beeckmans, D., Droogmans, G., Mertens, N., Maes, B., van Achterberg, T., Mertens, N., Opgenhaffen, T., Vanhoof, J., De Cuyper, K., & Nijs, S. (2021). De ontwikkeling van een intersectorale richtlijn voor de preventie en toepassing van afzondering en fixatie in de brede residentiële jeugdhulp. Steunpunt Welzijn, Volksgezondheid en Gezin Katholieke Universiteit Leuven. Geraadpleegd op 12 november 2024, van: https://cdn.nimbu.io/s/5s8z9pq/channelentries/3993vi8/files2021_19%20Rapport_69_SWVG_EF64_Richtlijn%20Afzondering%20en%20fixatie_Eindrapport.pdf?utod5km
- International Federation of Social Work. (2014). Globale definitie sociaal werk. Geraadpleegd op 23 november 2024, opgevraagd van <https://www.ifsw.org/global-definition-of-social-work/>
- Movisie. (z.d.) Mensenrechten. Movisie. Geraadpleegd op 23 november 2024, opgevraagd van <https://www.movisie.nl/artikel/sociale-professionaal-schakel-tussen-burgers-mensenrechten>
- Opgenhaffen, T. & De Cuyper, K. (2021, 12 februari). Tien vragen over isolatie en fixatie in de geestelijke gezondheidszorg. Sociaal.Net. Geraadpleegd op 5 november 2024, van: <https://sociaal.net/ opinie/tien-vragen-over-isolatie-en-fixatie-in-ggz/>
- Sint Maartenskliniek. (z.d.). Psychomotore retardatie. Geraadpleegd op 1 december 2024, van [https://www.maartenskliniek.nl/kinderzorg/kinderrevalidatie/psychomotore-retardatie#:~:text=E%C3%A9n%20op%20de%2060%20kinderen\(IQ%20minder%20dan%2050\)](https://www.maartenskliniek.nl/kinderzorg/kinderrevalidatie/psychomotore-retardatie#:~:text=E%C3%A9n%20op%20de%2060%20kinderen(IQ%20minder%20dan%2050))
- Vlaamse Overheid. (z.d.). Afzondering en fixatie in het onderwijs. Vlaanderen.be. Geraadpleegd op 12 november 2024, van <https://www.vlaanderen.be/onderwijs-en-vorming/wat-mag-en-moet-op-school/afspraken-op-school/afzondering-en-fixatie-in-het-onderwijs>