



‘SAMEN ONZE KOP STOTEN ÉN KRACHT VINDEN’

Verkenning collectief aanbod jongerenwerk

29 april 2026



INHOUD

SAMENVATTING	3
INLEIDING.....	5
VERHAALFRAGMENTEN OP THEMA	7
DE VERHALEN VAN DE JONGEREN	7
WAT WAS BELANGRIJK?	17
FILMTITEL	18
JONGEREN OVER DE BETEKENIS VAN DE GROEP.....	19
VISIE VAN JONGEREN OP DE GROEP EN DE BEGELEIDING	22
ELEMENTEN EN RANDVOORWAARDEN.....	23
INDIVIDUELE HULP?	25
TIPS VOOR GEMEENTEN	26
DEELNEMEN AAN DE GROEP: DOEN OF NIET?	28
OVER DE JONGEREN	31
ACHTERGRONDINFORMATIE	32
AANBEVELINGEN AAN DE VIJFHOEK.....	39

SAMENVATTING

We zien steeds meer aandacht voor de **betekenis van het jongerenwerk voor jongeren die sociaal en/of mentaal kwetsbaar zijn**. De druk op de jeugdzorg vraagt om andere oplossingen, juist ook buiten de jeugdzorg. In verschillende gemeenten en regio's zijn initiatieven voor **collectief en laagdrempelig aanbod** voor jongeren ontwikkeld, vanuit het jongerenwerk en vaak in samenwerking met de jeugdhulp. Hoe ervaren jongeren dit aanbod? En welke ideeën hebben zij zelf hiervoor?

Aanpak

Wij hebben gebruik gemaakt van de **Sprockler-methodiek**, een kwalitatieve vragenlijst voor verhalend onderzoek. In totaal hebben **34 jongeren** deelgenomen vanuit zes verschillende groepen: **BOOST, Even Niet Alleen (ENA, drie groepen), Join Us en Step Up**.

Ervaringsverhalen

Wij vroegen alle jongeren eerst om te vertellen over een specifieke ervaring die iets zegt over de betekenis van de groep voor hen. Jongeren voelden zich veelal **gesteund** tijdens de omschreven ervaring, die vaak een **positieve verandering** veroorzaakt die nog lang doorwerkt.

Jongere: "Ik lag meestal in bed en sliep hele dagen, weken, maanden en zelfs jaren weg. Sinds ik de groep heb gevonden, heb ik geleerd dat er mensen zoals ik zijn, die mij begrijpen, en andersom. Stap voor stap helpt het met mijn sociale angsten. Ik heb hier goeie vrienden gemaakt. De groep is mijn safe space."

Observatie: Tijdens de incheck, begeleid door een van de jongeren, valt op hoe open en ondersteunend de jongeren en begeleiders zijn. Verhalen over moeilijke weken, positieve verhalen en iemand die even helemaal niet uit diens woorden komt: alles is oké en mag er zijn.

Jongere: "De plek maakt niet zoveel uit, als de sfeer maar goed is. En dat is zo als iedereen zichzelf is."

Wie waren belangrijk in deze ervaring? Vooral **de andere jongeren** en **de begeleider** (meer dan de jongere zelf). Wat was er vooral belangrijk? Dan kozen de meeste jongeren voor **de sfeer** (meer dan de activiteit of de plek).

Algemene ideeën over de groep

Als de jongeren vertellen over de betekenis van de groep voor hen, noemen zij vaak de **steun en herkenning** die ze bij hun leeftijdsgenoten vinden. Gevraagd om te rangschikken wat ze hopen dat de groep hen oplevert, zetten ze vaak 'ik heb **fijn contact met andere jongeren**' bovenaan. Onderaan eindigen bij de meeste jongeren 'Ik kan gemakkelijker terecht bij individuele hulpverlening' en 'Ik ben meer zelfstandig in mijn dagelijkse leven'.

Soms begeleidt alleen een jongerenwerker de groep en soms ook een hulpverlener. Weinig jongeren zijn bezig met de **professionele achtergrond** (functie, organisatie, werkzaamheden) van de begeleiders. Wel noemen ze bepaalde eigenschappen en kenmerken die ze belangrijk vinden qua begeleiding, zoals **onvoorwaardelijkheid, gelijkwaardigheid** en **openheid**.

Jongere: "Het heeft me echt het meeste geholpen met mijn leven weer oppakken, wanneer ik dacht dat het het einde was. Dus deze groep is misschien wel het belangrijkste ding in mijn leven geweest. Het is nog steeds een houvast waar ik altijd op terug kan vallen."

Jongere: "De jongerenwerker is echt een schat, ze staat altijd voor je klaar en is ook heel open over haar eigen leven. Het is fijn dat je haar ook echt kent. Ze behandelt ons echt als jongeren, jongvolwassenen, niet als kinderen. Dat gevoel krijg je soms wel op andere plekken."

Als het gaat om randvoorwaarden en elementen van een succesvolle groep, prioriteren bijna alle jongeren een **fijne begeleider** en **meer contact met leeftijdsgenoten**. Aan de beschikbaarheid van een 'online omgeving met behulpzame informatie' geven zij de minste prioriteit. Jongeren vinden een mix van laagdrempeligheid, de nadruk op talent en perspectief en **onderlinge support** belangrijk; daarbij hechten ze wel duidelijk het meeste waarde aan de support.

Observatie: Een paar jongeren zijn duidelijk de meest spraakzame van de groep. Er sluiten twee nieuwe jongeren aan. De begeleiders doen hun best om ze zo welkom mogelijk te laten voelen, door bijvoorbeeld een grapje te maken. Ook nemen de begeleiders of een van de meer aanwezige jongeren plaats naast de jongeren die nieuw of wat meer op de achtergrond zijn.

30 van de 34 jongeren hebben naast groepsdeelname ook **individuele hulp** (gehad). De meeste jongeren waarderen die combinatie, omdat beide vormen elkaar aanvullen. Wel leggen de jongeren het zwaartepunt iets meer bij de groep.

Welk **advies** zouden jongeren geven aan gemeenten die overwegen om een groep te gaan aanbieden? Veel jongeren benadrukken dat iemand écht **goed moet kunnen omgaan met jongeren** – iets wat zij soms hebben gemist in hulpverleningstrajecten.

Alle jongeren **zouden groepsdeelname aanraden** aan andere jongeren – mits dit bij een jongere past.

Jongere: "Ik denk dat het voor iedereen wat kan brengen. Je moet je wel kwetsbaar kunnen opstellen. Wat het kan brengen: dat gun je iedereen."

Perspectief van professionals

In (voor)gesprekken met professionals, zijn ze positief over de **sparringsmogelijkheden en korte lijntjes** die de samenwerking tussen jongerenwerk en jeugdhulp oplevert. Daarnaast zien ze dat jongeren door groepsdeelname soms meer '**behandelklaar**' zijn omdat de hulpvraag duidelijker is of zelfs **geen individueel traject meer nodig** hebben. Als uitdagingen noemen professionals o.a. **financiële borging**, het **bereiken van jongeren** en een **passend afwegingskader** voor groepsdeelname.

Aanbevelingen

1. Investeer in perspectiefgericht en laagdrempelig groepsaanbod
2. Faciliteer complementaire samenwerking tussen professionals
3. Betrek jongeren actief bij ontwerp, uitvoering en communicatie
4. Zorg voor structurele tijd en financiële ruimte
5. Neem drempels binnen de jeugdhulp actief weg
6. Organiseer landelijke regie met ruimte voor lokale variatie

INLEIDING

Aanleiding, context en relevantie

In de afgelopen jaren neemt de aandacht toe voor de waarde van *collectief* en *laagdrempelig* aanbod voor jongeren die sociaal en/of psychisch kwetsbaar zijn. Hierbij gaat het onder meer om aansprekende groepsvoorzieningen waar jongeren elkaar ontmoeten, zich gezien en gehoord voelen, ontspanning en plezier vinden en het gevoel krijgen er niet alleen voor te staan. Deze activiteiten bieden groeikansen voor jongeren die nu vaak een beroep doen op jeugdzorg.

In veel gevallen wordt dit groepsaanbod door of in samenwerking met het lokale jongerenwerk opgezet en uitgevoerd. In verschillende gemeenten en regio's worden initiatieven opgezet waarbij het jongerenwerk en de lokale teams en/of specialistische jeugdhulp de handen ineen slaan om zo'n aanbod voor jongeren te creëren. Kern is vaak het *complementair werken* tussen deze professionals: jongerenwerkers, jeugdconsulenten, jeugdhulpverleners en ggz-professionals hebben allemaal eigen expertise en specifieke rollen, die elkaar aanvullen én versterken.

Deze beweging naar meer collectieve, laagdrempelige en talentgerichte ondersteuning voor jongeren sluit aan bij de ambities van de Hervormingsagenda Jeugd voor de 'versterking van de directe leefomgeving en sociale basis', voor 'lokaal vrij toegankelijke voorzieningen', en het 'normaliseren en versterken van het gewone leven'. Ook sluit dit aan bij het advies van de deskundigencommissie ('Groeipijn'), die stelt dat de oplossing voor de grote vraag naar jeugdhulp vooral in de systemen buiten de jeugdzorg ligt, en die adviseert om lokale steunstructuren te creëren en versterken. Daarnaast past het bij de voorgenomen wetswijziging rond 'reikwijdte' van de jeugdhulp, waarmee individuele jeugdhulp alleen nog kan worden ingezet als er geen passende voorziening op groepsbasis beschikbaar is, en gemeenten verantwoordelijk worden voor de versterking van 'preventieve interventies ter borging van de pedagogische basis', zoals het welzijnswerk, laagdrempelige inloop, ontmoetingsplekken voor jeugdigen en een infrastructuur voor informele steun.

In de komende jaren zal in meer gemeenten dergelijk aanbod worden opgezet en doorontwikkeld, en ook jongerenwerkorganisaties en jeugdhulpaanbieders zullen de mogelijkheden hiertoe verder verkennen en praktisch vormgeven. Het is daarbij belangrijk dat we leren van de ervaringen die nu al in enkele gemeenten en regio's worden opgedaan. En met name van de ervaringen, perspectieven en ideeën van jongeren die zelf hebben deelgenomen aan dit soort groepsprogramma's.

Onze aanpak

Wij hebben gebruik gemaakt van Sprockler, een innovatieve methodiek die ingezet kan worden voor participatief verhalend onderzoek. Deze methodiek maakt het mogelijk om ervaringen te verzamelen en patronen en rode draden hierin te visualiseren. Veel jongeren hebben we geïnterviewd, anderen hebben zelf de vragenlijst online ingevuld. In beide gevallen waar wij aanwezig tijdens de reguliere momenten waarop de groep samenkwam.

De Sprockler-vragenlijst bevat verschillende typen vragen. De eerste en belangrijkste is de 'verhaalvraag': hiermee vragen we jongeren om te vertellen over een specifieke ervaring die ze hebben meegemaakt en die iets zegt over de betekenis van de groep voor hen. Vervolgens hebben we doorgevraagd op deze ervaring. Daarna hebben we een set vragen gesteld over de algemene ervaring met en visie op het groepsaanbod. De antwoordopties waar jongeren bij sommige vragen uit konden kiezen, zijn gebaseerd op o.a. eerder onderzoek over de werkzame elementen van jongerenwerk en jongerenconsultaties van de Nationale

Jeugdraad over groepsgerichte hulp. Tot slot hebben we een aantal kenmerken kort uitgevraagd (zoals gender en leeftijd).

Naast de antwoorden zelf, baseren we onze inzichten en adviezen op observaties tijdens het bezoeken van de groepen. Ook nemen we onze voorkennis mee die we al hadden over het werkveld en die we hebben opgedaan tijdens de gesprekken in de voorbereidende fase met professionals.

De groepen die we hebben bezocht

In totaal hebben 34 jongeren van zes verschillende groepen de vragenlijst ingevuld: BOOST, Even Niet Alleen (drie groepen), Join Us en Step Up.

BOOST

De **BOOST-groepen** in Utrecht worden begeleid door een jongerenwerker van JOU en een gezinswerker van Buurtteams Utrecht. Er zijn groepen voor 12- t/m 14-jarigen en groepen voor 15- t/m 17-jarigen met een doorlooptijd van 8 á 10 weken. De gezinswerker neemt vooral de psycho-educatie op zich, terwijl de jongerenwerker zich vooral richt op het groepsproces, de sociale binding onderling, de veiligheid in de groep en de sociaal-culturele activiteiten.

Even Niet Alleen (ENA)

ENA is opgezet vanuit jongerenwerkorganisatie R-Newt en richt zich vooral op jongeren (meestal tussen 16 en 27 jaar) die te maken hebben met psychische kwetsbaarheid en die zich eenzaam voelen. Onder begeleiding van een jongerenwerker bepalen jongeren zelf voor een groot deel de insteek van de bijeenkomsten.

Join Us

Bij **Join Us** werken jongerenwerkers samen met professionals vanuit jeugdhulporganisaties/sociale teams en soms ook ervaringsdeskundigen. Jongeren en jongvolwassenen (12 tot 30 jaar) kunnen continu in- en uitstromen, maar nemen gemiddeld een jaar lang deel. Naast de groepen, biedt Join Us ook online een programma van 16 weken voor jongeren om nieuwe mensen te leren kennen en het goede gesprek te voeren.

Step Up

De **Step Up**-groep in Amsterdam wordt begeleid door ouder- en kindadviseurs vanuit de Ouder Kind Teams (OKT) en jongerenwerkers van organisaties DOCK en The Mall. Step Up is opgericht om jongeren die op de wachtlijst staan een ontmoetingsplek te bieden, bestaat uit elf groepsbijeenkomsten en is bedoeld voor jongeren van twaalf tot achttien.

Leeswijzer voor dit verslag

We starten met de verhalen van de jongeren en gaan dan verder in op de uitkomsten van de Sprockler-interviews, waarbij we ruw materiaal combineren met samenvattingen en visualisaties. Bij uitgebreide antwoorden op de open vragen, zoals de verhaalvraag, hebben we ervoor gekozen om alle antwoorden in hun volledigheid mee te nemen in dit verslag. Bij vragen met meer beknopte antwoorden en duidelijke terugkerende elementen, hebben we ervoor gekozen om deze rode draden te benoemen en een aantal illustratieve antwoorden uit te lichten. Om herleidbaarheid naar de respondenten te voorkomen, hebben we alle namen in de antwoorden veralgemeniseerd ('de groep', 'de begeleider', 'de jongerenwerker' etc.). Daarna delen we onze observaties tijdens het uitvoeren van deze verkenning en relevante informatie uit onze voorgesprekken.

Tot slot beschrijven we een aantal inzichten en aanbevelingen over het opzetten, uitvoeren en faciliteren van collectieve voorzieningen voor jongeren die sociaal en/of psychisch kwetsbaar zijn.

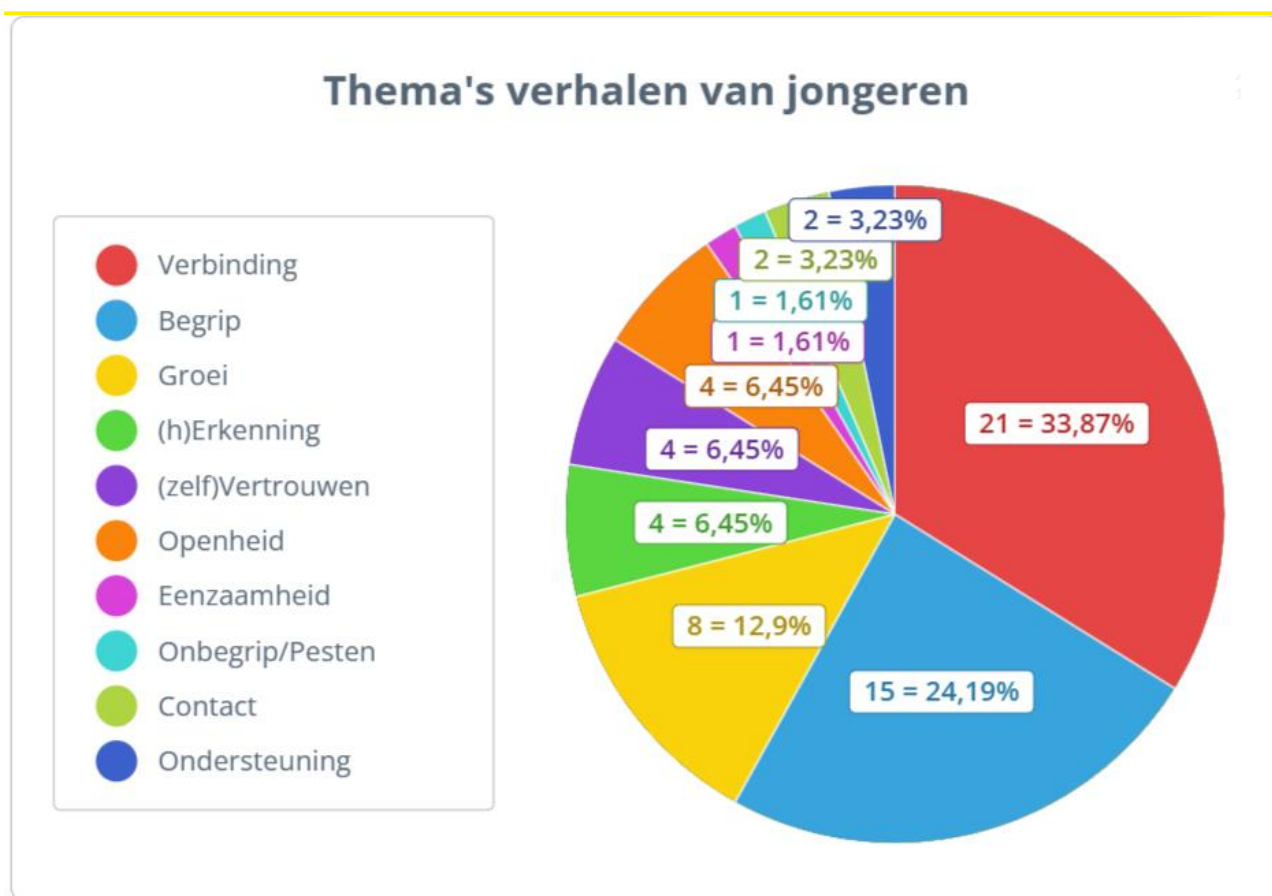
De Sprockler-rapportage is [online beschikbaar](#) (wachtwoord: kEUM0zm4).

VERHAALFRAGMENTEN OP THEMA

(de nummers achter de fragmenten corresponderen met de ID-nummers van de respondenten in de Sprockler-software)

De eerste vraag die we stelden aan alle jongeren, was de verhaalvraag: "Wil je iets vertellen over een ervaring die je hebt gehad en die laat zien wat de groep voor jou betekent? Dit kan gaan over een activiteit, een bepaald gesprek of een ander concreet moment. Het maakt niet uit wat je kiest, als het maar jouw eigen ervaring is. Neem even de tijd om na te denken welke ervaring je met ons wilt delen. Denk nu goed terug aan dat moment, of aan die situatie of gebeurtenis. Wat gebeurde er? Beschrijf je verhaal in het tekstvak hieronder. Typ het verhaal zoals je het voor je zou zien in een film, met alle details die je kunt herinneren. Waar was je, en met wie? Hoe voelde je je? Hoe zag de situatie eruit? Wat gebeurde er? En wat is je vooral bijgebleven?"

De thema's die we terugzagen in de verhalen van jongeren (het kunnen meerdere thema's per verhaal zijn):



DE VERHALEN VAN DE JONGEREN

"Twee, drie jaar geleden kwam ik uit een hevig pestverleden binnen. Ik kwam binnen met een capuchon op. Ik was heel angstig. Ik dacht 'Niemand mag mij, niemand wil vrienden met mij zijn'. En toen kwam ik bij de jongerengroep en ik dacht: 'Als ik bij zo'n groep ga, ben ik *lame* of saai en gaan ze nog meer grappen over mij maken', maar ik heb bij de jongerengroep geleerd dat er ook mensen zijn die je niet veroordelen. Waar je wel gewoon jezelf mag zijn.

Het begon bij een check-in en ze probeerden me comfortabel te maken. Ik kwam steeds meer uit mijn schulp. 'Ze willen geloof ik met mij praten,' dacht ik. Ze hadden een actieve houding naar mij toe en vroegen door. We praatten met elkaar en niet over elkaar. Echt over van alles. Ik voelde me op m'n gemak.

Als ik op school kwam, was dat niet zo. Alles was *tense*. Ze keken naar me, lachten me uit. Hier was dat niet. De begeleiders waren ook belangrijk, ze zagen mijn grenzen en respecteerden die. Toen ik wegging was ik erg verward, zo van: huh? Ik heb vaak meegemaakt dat als ik mensen leer kennen, dan mogen ze me niet. Dat was hier niet zo. Dat heb ik hier geleerd. Mensen waren hier nieuwsgierig. Ik kreeg de moed om meer te leren en ik begreep dat het ook deels aan mijn houding ligt. Als ik klein binnenkom, dan gaan mensen mij kleiner maken. Als ik groter binnenkom, gaan ze me meer meenemen. Het tegendeel (altijd een slechte ervaring) was voor mij bewezen.

Ik ben meer gaan praten, harder gaan praten en heb vragen teruggesteld. Met mensen ook echt een gesprek aangaan. Ik heb ook buiten de jongerengroep afgesproken met vrienden. Ik ben nu doorgegroeid naar iemand die nu ervaringsdeskundige wil worden.

Ik heb wel een *challenge* gehad met twee meiden waar ik dacht heel goed bevriend te zijn, in de jongerengroep, en dat was ook zo. Maar ze waren close met elkaar, wat ik lastig vond. Ik werd jaloers. Ik voelde me buitengesloten. Daar heeft de begeleider me erg mee geholpen. Uiteindelijk is het goed gekomen." (71187)

Thema's: verbinding/zelfvertrouwen/groei

"Er was een keer dat we voor het eerst met de groep naar Walibi waren geweest. Dat vond ik heel erg leuk, want ik was nog nooit in Walibi geweest en meestal als ik ergens naartoe zou gaan, is dat met één persoon. Dus het was leuk om met een groep te gaan. Je kon jezelf in groepjes verdelen van 5 of 6. Het was een gezellige dag, het was lekker weer. Niemand was chagrijnig. Dat is erg belangrijk als je naar een pretpark gaat. Meestal als ik met één persoon ga, dan gebeurt er iets tussen ons twee en dan is de dag iets minder. Dat was nu niet, het ging gewoon goed. We hadden hier afgesproken met bussen, 's ochtends begon het al goed met lekker weer en een fijne busrit. Het was niet per se spannend, maar meer dat het nieuw was. Goed spannend. Dat je er plezier in hebt, maar nog niet weet wat er gaat komen. Ik kijk er nog steeds als een leuke dag op terug." (71189)

Thema's: verbinding

"Ik dacht eigenlijk dat ik nog niet zoveel contact zou krijgen bij de eerste keer, maar bij de eerste keer was er best een connectie met de groep. We hadden niet veel gedaan, gewoon een film gekeken. Ik weet niet hoe het kwam. Ik had het niet verwacht, ik dacht eigenlijk dat ik pas goede contacten zou krijgen als ik pas heel vaak naar de groep zou komen. Maar vandaag had ik al een paar goede gesprekken. Dus dat vond ik fijn. Toen ik binnenkwam, vond ik het echt spannend. Maar het spannende was snel weg. Ik ging vrolijk weg." (71190)

Thema's: verbinding

"Ik heb niet zo veel te doen in mijn vrije tijd, dus dit was fijn. Er was een keer dat we moesten vertellen welk compliment ons was bijgebleven. Die van mij was dat mijn haren mooi waren (ze waren net geverfd)." (71191)

Thema's: verbinding/zelfvertrouwen

"Wat ik wel heel erg leuk vind, is een specifieke activiteit. Toen we hier gingen picknicken. Dat je zelf eten moest meenemen op basis van een kleur die je had uitgekozen." (71188)

Thema's: verbinding

"Het was middenin een activiteit. Ik ben niet heel vaak met vrienden dus het was fijn om iets samen te doen. Het was met schilderen. We moesten iedere 5 minuten switchen van canvas. We maakten samen een kunstwerk om hier op te hangen." (71186)

Thema's: verbinding

"Het was toen we elkaar als dieren moesten omschrijven en ik heb zelf ratten als huisdier en die persoon had dat ook. Die persoon beschreef mij dus als een rat, wat ik zelf een compliment vond. Want hij bedoelde het als compliment, want hij weet hoe leuk ratten zijn. Hij noemde een rat, omdat hij dat slimme dieren vond. Dat vond ik fijn om te horen, want een van de negatieve zelfbeelden is dat ik mezelf dom vind en daarom vond ik het fijn om te horen 'want ik geef niet die indruk'. Dat deed weer iets goeds met mijn zelfbeeld. Het was de eerste keer trouwens. Het was ook zo van: wow, het was de eerste keer dat ik hem ontmoette. Dat vond ik wel mooi, die verbinding." (71000)

Thema's: begrip/vergroten zelfvertrouwen/verbinding

"Ja, dat was een goed moment. Jongeren moesten elkaar beschrijven aan de hand van een dier en de antwoorden die eruit kwamen waren super persoonlijk en passend. Echt heel mooi om te zien." (70376).

Thema's: verbinding/groei

"Ik vond de leukste keer dat je iets van je favoriete dingen kan delen, zoals muziek of hobby's. Dat je iets kwijt kan over hoe je je voelt, fysiek of mentaal. Dat je niet het idee hebt dat je tot last bent. Voor mij is het dat ik af een toe de deur uit kom. De eerste groep waar ik naartoe ga om weer een beetje contacten te leggen. Daarvoor heeft het ook betekenis. Ik ben het langzaam aan het opbouwen." (70998).

Thema's: begrip/contact/verbinding

"Mijn ervaring / verhaal gaat over een situatie waarin ik al mijn vrienden kwijtraak. Er was iets privé gebeurd en uiteindelijk wilden ze geen vrienden meer zijn met mij. Ik zat daar heel erg mee, was er wel verdrietig over (maar het was ergens eigenlijk mijn eigen schuld) maar hier bij de jongerengroep steunen ze je altijd en hielpen ze mij erg goed door die tijd heen. Ik heb hier toen mijn verhaal gedaan een beetje dat ik me eenzamer voelde en iedereen heeft dan zijn eigen tip of voelt zich ook zo en dat is fijn. Dat je verschillende ervaringen hebt gehoord en ook de jongerenwerkers hebben goed geholpen met steun en advies!" (70809).

Thema's: verbinding/begrip/ondersteuning

"Vind ik lastig, want dit is pas de tweede keer dat ik erbij ben. Ik hoop hier misschien wat herkenning te vinden en misschien leuke nieuwe contacten op te doen, ook voor op langere termijn." (70805).

Thema's: (h)erkenning/verbinding

"Toen ik in de derde zat, had ik best wel veel last van hallucinaties en zat ik eigenlijk in een soort psychose. Als ik daar dan nu op terug kijk, dan was de groep wel echt een plek waar je dat gewoon kon zeggen en niemand die was van 'Wat ben jij aan het zeggen?'. Niemand maakte je belachelijk. Er werd echt naar je geluisterd. Het was gewoon heel fijn. Ik had een hele fijne begeleidster toen. En ondanks wat er in mijn hoofd omging, was het nog steeds heel erg gezellig en leuk om daar te komen. Het was een soort afleiding eigenlijk." (70570).

Thema's: begrip/verbinding

"Ik lag meestal in bed en sliep hele dagen, weken, maanden en zelfs jaren weg. Sinds ik de jongerengroep heb gevonden, heb ik geleerd dat er mensen zoals ik zijn en die mij begrijpen en andersom ook. En stap voor stap helpt het met mijn sociale angsten en ik heb bij de jongerengroep goeie vrienden gemaakt. En de jongerengroep is ook mijn *safe space*." (70380).

Thema's: begrip/verbinding

"Er zijn zoveel mooie gebeurtenissen. Wat ik elke keer mooi vind om te zien, is dat jongeren er echt voor elkaar zijn. Er is geen oordeel en er is plek om te mogen delen" (70379).

Thema's: verbinding/begrip

"Toen we bingo gingen spelen en je kon een prijs winnen. Dat was echt heel grappig en leuk, maar ook heel creatief. Dan stond bijvoorbeeld op nummer 5: 'vind 5 pittige dingen', en toen zei ik: 'ik zie pittige tomatensoep'. Ik was met een juffrouw samen aan het werken en zij rénde gelijk om alle peper te pakken. Dat zag er erg grappig uit. [Dan zie je ook iemand van een andere kant?] Ja *giechel*." (70109).

Thema's: verbinding/openheid

"Het begon met een meisje die *random* tegen mij zei 'Jij bent mijn bestie'. Dat was de tweede keer volgens mij. Toen was de groep meteen niet meer *awkward*." (70108)

Thema's: verbinding

"Ik zat eerst bij een psycholoog. Om allemaal dingen en toen zeiden ze 'omdat de wachtrij zo lang is, kan je hier komen'. Mijn eerste instinct was: ik wil hier niet naar toe. Ik wil geen mensen leren kennen. Ik wil gewoon in mijn eigen *space* blijven en dealen met mijn eigen dingen. Uiteindelijk zei mijn moeder 'probeer het een keer'. Toen zijn we hier gekomen en als je hier binnenkomt dan denk je wel bij jezelf 'Het ziet er gezellig uit'. De indruk was wel gewoon heel goed. Toen begon ik te praten met twee andere jongeren, die hier nu ook zijn. Die zeiden ook 'Het gaat er heel gezellig uitzien', maar mijn instinct was nog steeds: 'nee'. De eerste dag toen we hier waren zat iedereen gewoon stil en gingen de docenten elkaar voorstellen, waardoor het niet meer *awkward* was. Ze hadden een speciale manier om elkaar te leren kennen. Dat was elke dinsdag. We gingen een keer met z'n allen bowlen en dat was het moment dat ook iedereen echt bij elkaar kwam. Sindsdien is het allemaal beter en beter geworden en kan ik hun zien als mijn vrienden. Nu kan ik elke week komen met een blij gevoel." (70106).

Thema's: verbinding

"De week nadat de groep bij elkaar kwam, kwam iedereen nog regelmatig met onze originele groep en dat was gewoon steeds heel chill. Het is alsof je... ja, een soort extra groep vrienden hebt, maar die ook daadwerkelijk alles waar je mee zit begrijpen. Die het ook zelf meemaken, waardoor ze het ook veel beter begrijpen. Dat was ook waar ik voor kwam, dat was ook deels mijn hulpvraag. Het is ook wel wat ik echt heb gevonden. Dat groepsverband en iedereen die heel open is. Ook niet *judget* enzo. Tijdens de groepsbijeenkomsten was er ook al die dynamiek samen. Alleen toen waren we ook nog heel veel bezig met de opdrachten. Dan had je per groep wel twee, drie opdrachten en dat was superfijn. Die hebben heel veel inzichten gegeven over andere mensen, maar ook over jezelf. Alleen het was minder dat je over van alles praat. Ook over het leven buiten de groep. Naast waar je voor komt en dat had je daarna juist veel meer. Dat je in de andere gesprekken komt en dat het nog ietsjes losser is. Dat vond ik fijn om te realiseren van 'Oh ja, dus dit heeft me echt iets gegeven'. Dat merkte ik tijdens ook al, maar achteraf... ik heb gewoon echt een groep mensen gevonden die bij mij passen." (70567).

Thema's: begrip/verbinding

"De helft van de tijd heb je een opdracht. Zoals een knoop die je met elkaar moet maken, waarna je uit de knoop moet komen (een teamopdracht). Een soort over-de-streep-activiteit. Stap over de lijn als... Dan had je ook opdrachten als tekenen waar je iets over jezelf erbij zet. Ook dingen zoals waar je mee zit. We hadden een keer een lijstje gemaakt over alles waar je mee zat en dan verbrand je die. En een tijdlijn van je leven die je moet maken. We gingen 30 seconds spelen, dat was leuk en laagdrempelig. Het was gezellig en grappig. De spelletjes. *Who's de dude* was ook heel erg grappig. Even een beetje ontspanning erin." (70568).

Thema's: groei/verbinding

"Het was mijn eerste avond. Ik was extreem gespannen om te komen. Waar ik mezelf voorgenomen had om alleen te kijken niet deel te nemen. Maar iedereen nam me heel goed op. Na de avond voelde het heel erg fijn en voelde ik me heel erg thuis en besloot ik meteen de groep te *joinen*. Nu zou ik niet meer zonder willen. Dus toen was ik heel bang en zenuwachtig, maar nu ben ik heel blij en trots ermee" (70377).

Thema's: verbinding/groei

"De laatste keer van de jongerengroep gingen we boksen met een trainer erbij om alle emotie en energie eruit je te gooien. Daarna gingen we pannenkoeken eten. Aan het begin zit je op de bank voor een check-in. Daarna kwam de boksman en begonnen we met het programma. Na het boksen kwam de bingo. Ik vond het fijn dat je met de meidengroep meer contact hebt. Dat je goed je verhaal kwijt kunt. Op school heb je dat meer met docenten. Hier weet je dat iedereen iets heeft. Op school is het meer het uiterlijk en de buitenkant. Dan is dat moeilijker." (70566).

Thema's: groei/begrip/verbinding

"De eerste bijeenkomst. Je kent elkaar allemaal nog niet, maar iedereen was gelijk open en ging de diepte in. Dat vond ik gelijk heel mooi. Ik had hiervoor al één training gegeven bij een andere jongerengroep, dus ik wist dat al een beetje. Maar ik ben nu ook ambassadeur. Ik wist niet of ik dat hier ook kon verwachten, maar dat liep wel zo." (70999)

Thema's: openheid/vertrouwen/begrip/contact

"In week zes of zeven hadden we een tijdlijnopdracht. Daar moest je allemaal nare dingen omschrijven, of dingen waar je niet fijn op terugkijkt. En ook allemaal leuke herinneringen. Maar vooral bij die minder leuke herinneringen zag ik toch wel heel veel dat andere mensen een beetje hetzelfde hadden (bijvoorbeeld thuissituaties, problemen met hun vader of moeder of over vrienden). Dus dan kreeg ik het gevoel 'Oh, maar ik ben helemaal niet alleen met dit soort problemen'. Toen we het erover hadden, was het fijn. De opzet van de opdracht was een beetje casual. Je kon eerst nadenken, opschrijven en een beetje rommelen en kletsen. Daarna moest je er iets serieuzer over gaan praten en dat vond ik wel leuk." (70565).

Thema's: (h)erkenning/begrip/openheid

"Een tijdje terug toen een andere jongerenwerker inviel, hebben we buiten in een parkje plaatsgenomen. We kregen een vel papier en een pen. We kregen de opdracht om een brief voor onszelf in de toekomst te schrijven met doelen en wensen die we hadden voor onszelf. Ze moesten concreet en haalbaar zijn. Iets waar je echt aan kon werken. Ik schreef meerdere vellen vol, alleen weet ik niet meer precies wat ik schreef aangezien het zoveel was. Het zal voornamelijk betrekking hebben gehad op sociale contacten opbouwen, of alleen al mensen aanspreken. Sporten opbouwen en volhouden. Simpele doelen, waar ik toch moeite mee heb allemaal in een brief, in een positieve en hoopvolle setting. Ik vond dit een goede en nuttige opdracht die goed was voor perspectief en nadenken over wat je later zou willen en hoe je kan beginnen." (70807).

Thema's: groei/verbinding

"Ik was overal uitgevallen, had geen connecties meer en zat zwaar in mijn sociale angst/angststoornis en depressie. De eerste keer aansluiten vond ik doodeng, en ik moest heel lang de kat uit de boom kijken. Maar iedereen was zo open en vriendelijk en er hing een hele veilige sfeer. Ik heb kansen gekregen om dingen te proberen en zo mezelf te ontwikkelen en ik mocht fouten maken. Het heeft heel erg geholpen met mijn zelfverzekerdheid en ik heb heel veel stappen gezet, wat met therapie niet lukte. Nu ben ik rolmodel binnen de groep en ga ik alle jongerengroepen af om te helpen de groep verder te ontwikkelen." (70382).

Thema's: groei/openheid/begrip

"Toen ik zei dat ik werk best spannend vond, en de jongerenwerker mij complimenten gaf. Ik was gespannen voor mijn eerste werkdag bij de thuiszorg, de dag na de jongerengroep. De jongerenwerker kent mij nu een tijdje, sinds oktober-november. Het is heel gek als iemand je nog zo kort kent, maar tegelijkertijd heel veel

van je ziet en begrijpt wat voor persoon je bent. En ondanks die korte tijd op een bepaald level al zo goed kent, en zo'n compliment geeft: die oudjes zullen heel blij zijn met hoe jij je gedraagt, met hoe jij bent. Dat voelde fijn. Ze maakte het persoonlijk. Ze wist van mijn kwaliteiten zowel als student social work als meer persoonlijke lagen. Het feit dat zij dat zo in perspectief kon zetten... Ik voelde me gezien." (70996).

Thema's: Erkenning/begrip/groei/ondersteuning

"Ik kwam de eerste keer zonder bepaalde verwachtingen en merkte snel dat ik er veel aan had omdat ik weinig praat over mijn gevoelens en nu wel een plek daarvoor heb gevonden." (70378).

Thema's: begrip

"We begonnen met eten en toen gingen we daarna *Weerwolven* spelen. Ik zei iedere keer dat ik de ziener was, maar ik was dat niet. Ze kenden me zo goed, dat ze meteen de eerste keer wisten dat ik aan het liegen was. Toen ik zei dat ik de heks was, wat zo was, wisten ze ook meteen dat ik echt de heks was. Ze kennen me goed genoeg om te weten wanneer ik een grapje maak en wanneer ik serieus ben." (70103).

Thema's: begrip

"Ik heb zelf niet heel veel sociaal contact in mijn buurt en ben zelf met hulp op zoek gegaan naar iets wat ik doordeweeks kan doen zonder mijn vriendje die heel ver weg woont en dat ik niet altijd maar alleen thuis zit." (70806)

Thema's: eenzaamheid

"Dat je jongeren ontmoet die een beetje dezelfde ervaringen hebben. Nu vond ik persoonlijk de groep waar ik in zat, ja, niet heel erg fijn want niemand was heel erg open over hun ervaringen. Iedereen was heel erg in zichzelf. Dat was het vooral. Een heel specifiek moment zou ik niet weten. Het is best wel lang geleden." (70569)

Thema's: (h)erkenning

"Ik werd hier gepest omdat ik overgewicht heb. Ze noemden me dik... Dat was drie weken geleden." (70105)

Thema's: onbegrip/pesten

PATRONEN IN DE ERVARINGEN VAN JONGEREN

Emotie en impact: welke emotie past bij jouw ervaring?



Bovenstaande picture pointer is ingevuld op basis van de verhaalvraag, ofwel de beschrijving van de ervaring van jongeren. De jongeren werden gevraagd om hun verhaal in het achterhoofd te houden, terug te gaan naar dat moment en de meest kenmerkende emotie te kiezen. De meeste jongeren kozen voor 'blij' of 'gesteund'. Wanneer zij 'anders' hebben ingevuld, was dit meestal omdat de jongeren hun emoties niet in één emoji konden vatten. Eén jongere heeft, buiten de box denkend, de stip precies tussen 'eenzaam', 'verdrietig', 'gesteund' en 'opgelucht' gezet. Hij vond het een mix tussen die emoties.

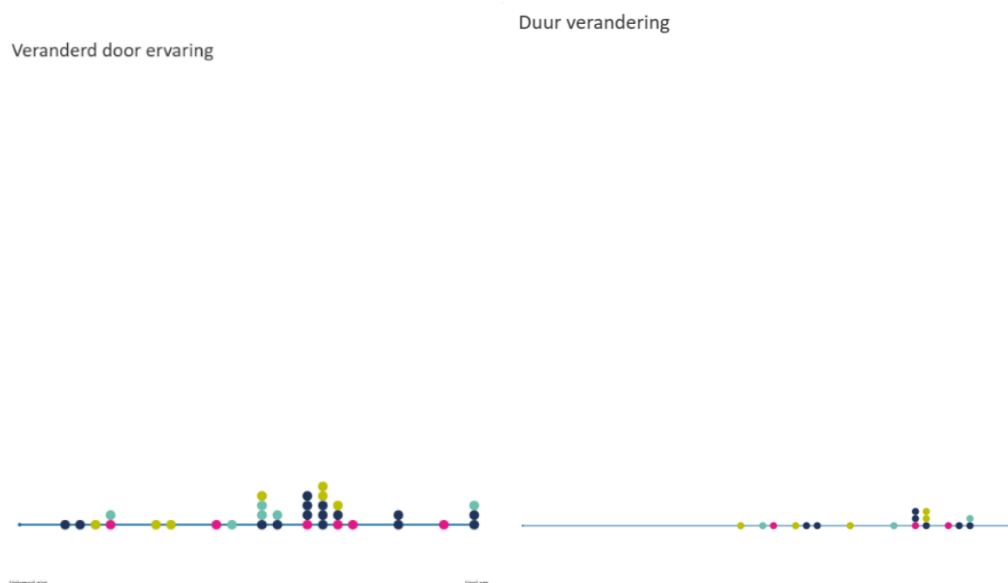
Jongeren aan het woord: kun je toelichten wat je voelde bij je ervaring?

"Ik ervaarde het als positief. Het was een hoopvolle opdracht die perspectief kan geven aan een toekomst die soms uitzichtloos en hopeloos aanvoelt. Een brief met hoop en doelen is dan wel fijn om te schrijven en ontvangen vast ook." (70807)

"Aan de ene kant eenzaam omdat ik in een groep merk dat ik mij niet helemaal kan binden/hechten aan de ander en ik voel mij anders en alsof er geen hoop is. Dat is ook gecorreleerd aan verdriet. Aan de andere kant ook gesteund omdat er wel naar je geluisterd wordt en dat je een plek hebt om je verhaal te delen zonder dat je je als last hoeft te voelen." (70998)

"Verbonden, begrepen, in dat stukje waar je je eenzaam in kan voelen (echte vrienden om me heen)." (70999)

Hoelang en hoeveel heeft deze ervaring de jongeren veranderd?



De jongeren is gevraagd in hoeverre zij zijn veranderd door de beschreven ervaring (linker grafiek), en om dat aan te geven op een range van 'helemaal niet' (links) tot 'heel erg' (rechts). Hetzelfde deden zij voor de duur de duur van hun ervaring (rechter grafiek), van 'heel kort' (links) tot 'heel mijn leven' (rechts).

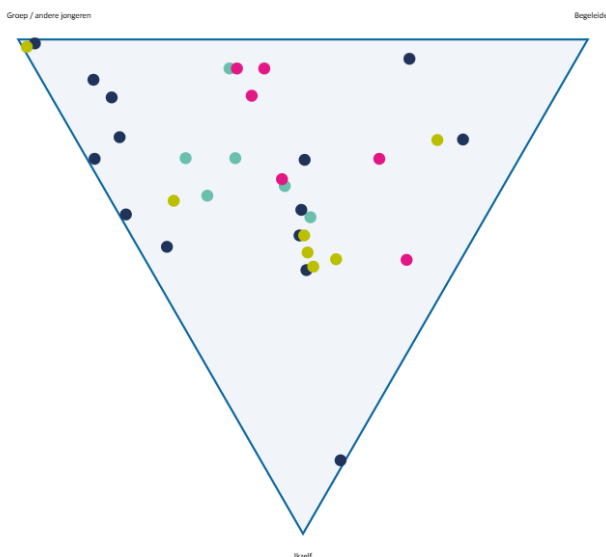
In hoeverre heeft deze ervaring je veranderd? En was dat negatief of positief?



De meeste jongeren geven aan dat ze hun verhaal als een positieve verandering hebben ervaren. Dit wordt aangetoond doordat de stippen veelal aan de rechterkant van de Y-as staan. Verder is te zien dat het merendeel erg veranderd is door de ervaring, weergegeven als de stippen in het rechter-ondervlak.

WIE WAS BELANGRIJK?

Wie was er vooral belangrijk in de ervaring die je net hebt beschreven?



Opvallend in de grafiek is dat de meeste jongeren zichzelf (onderaan de grafiek) niet als heel 'belangrijk' ervaren in hun verhaal. Wanneer zij zichzelf wel noemden als belangrijk, was dit omdat ze veel uit de trainingen wilden halen en de groep daar niet even open voor stond of in de trant van "zonder mij is er geen verhaal/ervaring".

In het algemeen neigen met name de deelnemers van ENA en Join Us vaker naar de groep/andere jongeren. Veel van hen geven aan dat zij bij de groep zijn gekomen, omdat ze behoefte hadden aan (meer) sociaal contact. De invulling van het programma sluit daarop aan: het vergoten van sociale vaardigheden, het onderzoeken van hun dromen/toekomst en het versterken van andere skills. De BOOST-groepen krijgen daarentegen een wat strakker programma met meer begeleiding gericht op vaardigheidsontwikkeling, een grotere rol voor psycho-educatie en gezamenlijke reflectie. Daar sluit een meer gebalanceerd antwoord op de vraag wie belangrijk was op aan.

Jongeren aan het woord: kun je toelichten wie er belangrijk was bij je ervaring?

"De begeleider gaf me het gevoel dat ik gezien werd, tegelijkertijd was dat ook mijn interpretatie waardoor ik de ervaring ook een beetje naar mezelf had geplaatst." (70996).

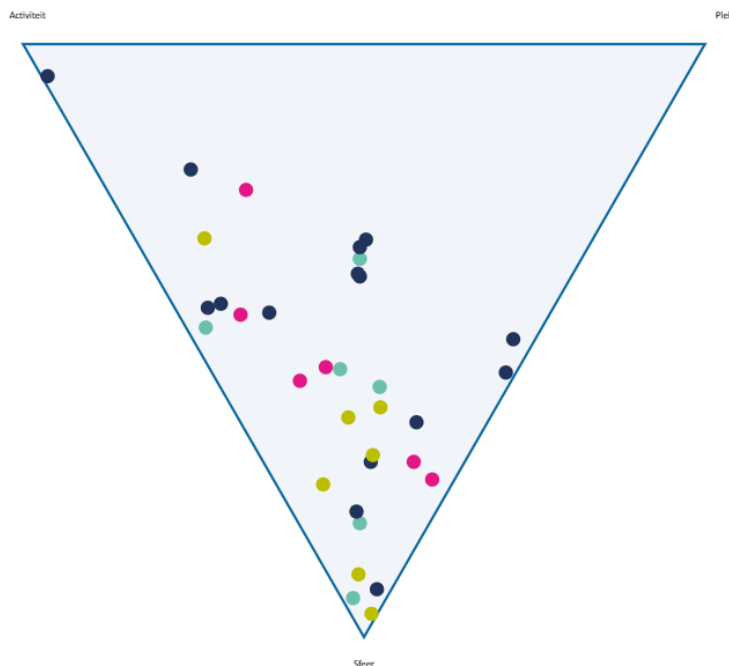
"De begeleiders gaven mij een enorm veilig gevoel. Ik voelde mij begrepen en de andere jongeren gaven mij de moed om ook mijn gevoelens te delen en het verminderde mijn schaamte die ik diep van binnen voelde voor mij depressie." (70381)

"Ik heb via de begeleider contact gehad en die zorgde er wel voor dat de drempel lager lag en ze heeft mij heel fijn geholpen ook naast de jongeregroep met gesprekken en stukje werk en zoeken naar mezelf."
(70805)

"Het belangrijkste is de andere jongeren, waar je alles kwijt kan, erkenning en steun kan vinden. En zo ziet dat je er niet alleen in staat en toch met leeftijdsgenoten bent. Maar je moet natuurlijk zelf ook open staan voor die verandering en de begeleiders/jongerenwerkers die doen net zo hard mee met alles waardoor alles heel gelijkwaardig en veilig voelt, maar als er iets is kan je wel altijd bij ze terecht." (70382)

WAT WAS BELANGRIJK?

Wat was er vooral belangrijk in de ervaring die je net hebt beschreven?



Met name de sfeer en tot op zekere hoogte de activiteit hebben een grote invloed op de ervaringen. Vooral jongeren in de Step Up-groep, tevens de jongste groep, hechten de meeste waarde aan sfeer in hun verhaal. Veel verhalen gaan dan ook over de anderen in de groep en wat voor effect dit op hen had. Voor de andere jongeren was het vaak een combinatie tussen de sfeer en de activiteit. Wát ze doen was belangrijk, maar nog meer met wie en op welke manier ze dat deden. Dat veel van de activiteiten en verhalen zich afspelen in het jongerencentrum, lijken jongeren meer als een gegeven te zien.

Jongeren aan het woord: kun je toelichten wat je belangrijk vond bij je ervaring?

"Ik vind sowieso sfeer heel erg belangrijk in zo'n setting en dat iedereen zich open en eerlijk open durft te stellen. Er werden toen door anderen al wel gelijk diepere dingen gedeeld en ik vond het heel mooi te zien dat ze dat gelijk al durfden te benoemen bij deze groep." (70805)

"De plek maakt niet zoveel uit, als de sfeer maar goed is. En dat is zo, als iedereen zichzelf is." (70106).

"t' Is allemaal belangrijk. Want die veiligheid is nodig en dat past bij sfeer. Daarnaast de activiteit die die ruimte biedt ook. En het faciliteren is ook belangrijk." (70376).

FILMTITEL

Stel, van jouw ervaring wordt een korte film gemaakt. Welke titel geef jij aan die film?

'Een bodemloze put is niet zo diep als je denkt' (70382)	'Ik ben oké' (70999)
'Je bent niet alleen' (70565)	'Lichtpunt' (70378)
'Mijn mooie haartjes' (71191)	'No judgement' (71187)
'Crazy Canvas' (71186)	'I lost everyone' (70809)
'Het ondersteunende oor' (70570)	'Steun aan elkaar' (70569)
'De Hunger Games (maar dan gezellig)' (70568)	'Op weg naar succes' (70106)
'Door jongeren, voor jongeren' (70376)	'De beste bingo van je hele leven' (70109)

JONGEREN OVER DE BETEKENIS VAN DE GROEP

Wat hoop je dat de groep oplevert?

Wat hoop je dat deelname aan deze groep jou oplevert?

Positie					
Ik heb fijne contacten met andere jongeren.					
Ik weet beter waar ik goed in ben en wat ik leuk vind.					
Ik kan iets betekenen voor andere mensen.					
Ik kan gemakkelijker terecht bij individuele hulpverlening.					
Ik ben meer zelfstandig in mijn dagelijkse leven.					

Jongeren aan het woord: Wat betekent de groep/groepsactiviteit waaraan je hebt deelgenomen voor jou?

"Vriendschap maken, daar ben ik blij mee. Het was voor mij wel lastiger om vrienden te maken. Ik voel me nu meer zelfverzekerd als ik met mensen praat. Hier moest ik aan het begin met vreemden praten... ik merkte dat dat wel goed ging." (70103)

"Ik was vroeger heel depressief. Nu leer ik mensen kennen. Ik zag mezelf erbovenuit stijgen. De groep betekent veel voor mij. Want het is uiteindelijk wel een... je ziet elkaar vaak, waardoor je een band opbouwt. Daardoor krijgen ze een plek (in je leven)." (70106)

"Meer contact met leeftijdsgenoten en een goede begeleider waarbij je goed je verhaal kwijt kan." (70566)

"Het is een gezellige groep waar je je verhaal kwijt kan, je weet dat hier mensen zijn die ook over problemen praten. Stel met vriendinnen: dan ben ik bang dat ik ze kwijtraak." (70565)

"De groep heeft mij wel echt geholpen met sociale contacten. Toen ik begonnen was met de groep, was ik nog niet zo goed in sociale contacten en het sociale. Ik heb autisme dus ik had moeite met praten met mensen die ik echt niet kende. Als ik op een vreemde plek ben, heb ik er nog wel moeite mee maar het is een stuk minder geworden. De groep is vertrouwd." (71188)

"De jongerengroep betekent dat ik mezelf weer terug heb gevonden, hoe ik ben. Als kind was ik extravert, vrolijk, een kletskaus. Door het pesten werd ik erg introvert, stil en durfde ik geen ruimte voor mezelf in te nemen. Door de jongerengroep heb ik geleerd de persoonlijkheid van dat kleine meisje terug te vinden." (71187)

"Vrienden, het is gewoon gezellig, en het helpt meer dan thuis alleen zitten." (70108)

"Het heeft me echt het meeste geholpen met mijn leven weer oppakken waar ik dacht dat het het einde was. Dus de jongerengroep is misschien wel het belangrijkste ding in mijn leven geweest. Een op dit moment is het nog steeds een soort houvast en steun waar ik altijd op terug kan vallen, zodat ik niet helemaal met niks kom te zitten." (70382)

"Ze gaven mij mijn zelfvertrouwen terug. Ik vond mezelf terug in de groepssessies nadat ik mijn hele zelfwaarde kwijt was." (70381).

"Het is een gezellige groep op zich. Ik ben hier sinds februari, dus ik heb ongeveer zes keer mee gedaan." (71191)

"Deze groep is wel heel gezellig. Als ik op school niet zo'n fijne dag heb gehad, dan ben ik meteen een stuk vrolijker als ik hierheen ga. Al die grappen en iedereen die zo vrolijk (is) en goed met elkaar omgaat." (70109).

"Het is belangrijk, een leuke groep. Ik doe toch niets anders naast school. Hier kan ik tenminste koken en m'n buik vullen. Fijn om samen dingen te doen." (70105)

"Samen sterker staan, een plek om te groeien, een plek voor steun, samen ervaren en samen onze kop stoten. Een plek waar veel jongeren samen komen die het echt soms heel moeilijk hebben, maar ondanks alles, toch samen de kracht vinden." (70379)

"Plezier. Samen zijn vooral. Gewoon een leuke avond ervan maken." (71186)

"Gezelligheid, niet alleen zijn, support." (70380)

"Veel, ik hecht er veel waarde aan." (70378)

"Dat ik even niet alleen ben. Ik kan mezelf ook best wel isoleren en dan is zo'n vaste dag in de week heel fijn." (71000)

"Dat je minder eenzaam bent in het gevoel dat je hebt, die herkenning. Mijn therapie loopt nu af, dat kan ik dan wel spannend vinden, maar ik voel dat het ook nodig is dat ik nog wel ergens kan vertellen: deze week

ging even zo. Je weet wel wat je moet doen, maar het is fijn dat iemand dan ook even een vraag stelt. Ik kan me snel tot last voelen, ook bij vrienden. Hier zijn we om dingen te delen. De drempel is ook laag, we hebben allemaal wel eens even een dag dat je je niet goed voelt. De reden dat je hier bent is om daar open over te zijn." (70999)

"Veel gezelligheid en vrijheid om jezelf te zijn. Dat je het over alles kan hebben, zonder oordeel maar wel met een mening/feedback. Als er een mening was, dan had iemand wel altijd gelijk." (70570)

"Het is iets geworden wat ik niet kan missen. En heel belangrijk met de mensen die er zijn. En de sfeer, hoe open iedereen is." (70377)

"Het heeft me erg blij gemaakt." (70375)

"Dat je mensen vindt met dezelfde ervaringen, het erover hebben (je gevoelens). Dan voel je je gehoord en vaak beter." (70569)

"Dat je jezelf mag zijn." (71190)

"Een afleiding. Ik heb nogal veel stage, en dan is het fijn om iets anders aan je hoofd te hebben. Ik voel me niet stressvol. Je wordt niet geforceerd om hier te komen. Als er iets is wat je niet leuk vindt, word je niet geforceerd om mee te doen. Vooral niet door de begeleiders. Als ik niet naar de groep zou gaan, dan zou ik minder vrienden hebben." (71189)

"Praten met andere jongeren die in een soortgelijke situatie zitten/ergens mee dealen. En dit ook uitspreken. Op school vertellen mensen dit minder, ze zijn minder open. Het is fijn als je niet alleen bent." (70568)

"Het betekent herleven voor me. Ik heb er heel veel uitgehaald. Ik kwam hier met heel veel angsten, ben er veel meer ontspannen uitgekomen, makkelijker, socialer. Eerst had ik nauwelijks gepraat naast opdrachten. Nu voel ik een stuk veiligheid: er is altijd een veilige sfeer. Er is comfort." (70567)

"Dat het een reden geeft om af en toe uit huis te gaan en onder de mensen te zijn. Om te oefenen met sociale vaardigheden." (70998)

"Een plek waar ik terecht kan. Niet op alle plekken waar je komt, bespreek je gevoelige dingen. Dat doe ik dan liever met een professional of ouders, en hier makkelijker met leeftijdsgenoten." (70996)

"Ik ben hier nog niet zo heel lang, maar het is wel fijn dat iedereen hier open en gezellig is." (70806)

"Het taboe doorbreken. En herkenning vinden bij elkaar in mentale *struggles* samen en ook juist het luchtig en fijn houden." (70805)

"Heeeeeel veel. Je bent altijd welkom bij de jongerengroep en je kan alles vertellen, je voelt je heel erg veilig hier." (70809)

"Ik ben even het huis uit en onder de mensen. Daarnaast oordelen de mensen niet over hoe ik eruit zie (*overdressed*), wat ik doe of niet doe (ben stil en terughoudend, heb altijd een oortje in), vind of voel. Ik ben alsnog redelijk afgesloten, maar het is toch fijn dat de mogelijkheid voor steun en begrip er is." (70807)

VISIE VAN JONGEREN OP DE GROEP EN DE BEGELEIDING

De begeleiding

Wie begeleidt jouw groep?

Een hulpverlener

Een jongerenwerker



Een hulpverlener én een jongerenwerker



Weet ik niet



Jongeren zijn weinig bezig met de dagelijkse werkzaamheden van hun begeleiders. Ze weten vaak wat hun functie is en bij welke organisatie, maar hun vakspecifieke inhoud is vaak niet bekend. De uitzondering op de regel zijn jongeren die in een vergelijkbaar veld een opleiding volgen. De meeste reacties van de jongeren zijn meer gebaseerd op *hoe* de jongerenwerker zich in de groep beweegt: hoe verhouden ze zich tot de groep? En ook: wat laten ze van zichzelf zien?

Jongeren aan het woord: kun je wat vertellen over de begeleiders?

"Ik vind haar een van de meest inspirerende mensen die ik heb ontmoet. Ze weet bijna altijd wat er speelt. Je voelt dat ze soms dingen zegt en dat daar iets anders onder ligt, bijvoorbeeld een verpakt compliment. Dan ik denk: wow, hier had ik niet aan gedacht. Door zich kwetsbaar op te stellen, voel je zelf ook weer ruimte om dingen te doen. En als we achteraf bespreken hoe het is gegaan, lijkt het of ze er 'gewoon' bij zit, maar dan zegt ze: 'die zat er zo bij, daarop moeten we letten'. Ze is dan veel meer bezig met de groep dan je doorhebt." (70999).

"Fantastisch. De jongerenwerker is echt een schat, ze staat altijd voor je klaar en is ook heel open over haar eigen leven. Het is fijn dat je haar ook echt kent. Ze behandelt ons echt als jongeren, jongvolwassenen, niet als kinderen. Dat gevoel krijg je soms wel op andere plekken. Ze is superlief, meelevend, en behandelt je met wat je weet. Waardoor ze veiligheid creëert." (70567)

"Ze hebben liefde voor hun werk. Ze doen het graag en dat merk je in elk gesprek en elke activiteit. Ze willen je helpen en ze willen dat het beter met je gaat. Ze helpen je uit ervaring, dus ze praten met begrip." (70381)

"Ik weet alleen dat ze heel lief is." (70105)

ELEMENTEN EN RANDVOORWAARDEN

Wat is voor jou het belangrijkste aan deze groep?



Gevraagd naar de belangrijkste elementen van de groepen, geven de meeste jongeren ofwel een mix tussen de drie elementen (laagdrempelig, nadruk op talent en perspectief en support van en voor andere jongeren) of vinden het laagdrempelige aspect en de support het meest belangrijk. Support onderling lijkt het meest belangrijk te zijn. Dit komt ook terug in het belang dat jongeren hechten aan het sociale contact en goede begeleiding in de volgende grafiek (zie volgende pagina):

Beschrijving van de grafiek:



Bij het rangschikken van de belangrijkste randvoorwaarden van de groep, plaatsen de meeste jongeren een fijne begeleider en het contact met leeftijdsgenoten bovenaan. Een online omgeving met behulpzame informatie zetten de meeste jongeren onderaan.

INDIVIDUELE HULP?

Waar gaat jouw voorkeur naar uit: individuele of groepshulp?



De meeste jongeren (30 van de 34) maken gebruik van zowel individuele als groepshulp. Veel jongeren zien het nut van beide vormen van ondersteuning in en hoe deze elkaar aanvullen. Wel neigt het merendeel in hun keuze iets meer naar de groep (linkerkant van de grafiek). Jongeren geven daarbij vaak aan dat ze het prettig vinden om met gelijkgestemden te praten.

Jongeren aan het woord: kun je uitleggen waar jouw voorkeur naar uit gaat?

"In een groep delen is iets meer gelijkwaardig, individueel word je iets meer 'betutteld' (niet helemaal het goede woord). Het voelt alsof degene die tegenover je zit vanuit de professionele rol daar zit, en daar iets achter zit wat niet helemaal echt is. Bij andere jongeren is dat 'echter'. Bij de begeleider van de jongerengroep heb ik wel het gevoel dat ze het echt meent. Het verschilt ook per hulpverlener, hoe dicht je karakter bij je professionele rol zit." (70996)

"Misschien kunnen andere jongeren ook *relaten* met wat je voelt. Maar 1-op-1 kan je soms iets makkelijker dingen delen. Zeker iets heftigs waar anderen misschien een mening over hebben." (70109)

"Ik heb gemerkt dat de groepssfeer wat relaxter is dan individuele therapie. Ik had soms het gevoel dat mijn therapeut gewoon een lijstje wilde aftikken en mij na een uur de deur uit wilde hebben. Bij de jongerengroep had ik dat nooit en het heeft mij onbewust mentaal heel veel geholpen, omdat ik aan sommige dingen onbewust begon te werken omdat ik er minder veel over aan het stressen was." (70381)

"Ik vond de groep fijner, want ik had moeite met sociale contacten. Dat kon makkelijker met een groep dan bij individuele hulp. In een groep praat je met mensen die je nog niet zo goed kent, terwijl je dat bij individuele hulp niet per se hebt. Bij groepsactiviteiten heb je wel meer van die sociale contacten, want bij individuele hulp zit je in een ruimte. Dan kunnen ze niet veel doen met sociale contacten. De individuele hulp was fijn om te begrijpen hoe mijn autisme werkt. Ook voor mijn ouders. Ik ben op late leeftijd gediagnostiseerd, pas in de derde. Mijn ouders hadden wel een gevoel, maar nooit onderzoek gedaan daarvoor. Mijn tante is ook autistisch." (71188)

TIPS VOOR GEMEENTEN

Jongeren aan het woord: Stel dat een gemeente erover nadenkt om ook dit soort groepen te gaan aanbieden, wat is dan jouw advies?

"Meer geld, zodat we meer activiteiten konden doen. Je moet er soms zelf voor betalen." (71191)

"Goede advertentie. Als de site alle punten van de jongerengroep laat zien, wat het geeft. Dat het is voor mensen die het moeilijk vinden om in het dagelijkse leven vrienden te maken." (71189)

"Belangrijk is om een bereikbare locatie te hebben. En goede begeleiders die weten hoe ze problemen van jongeren op moeten lossen en aan te pakken. Die jongeren kunnen begeleiden daarin." (71188)

"Ik zou het adverteren op het niveau van jongeren. Sommige jongerenwerkers gaan op straat kletsen met jongeren. Als je daar vertelt dat we een superleuke groep hebben, 'kom erbij'. In plaats van: je hebt problemen, kom bij deze therapiegroep. Het moet niet suf lijken om hierbij te zitten. Op die manier moet je adverteren, ook eventueel via hulpverleners. En laagdrempelig adverteren." (71187)

"Zeker doen! Het helpt veel jongeren, het is een fijne plek om naar toe te komen. Erg laagdrempelig is het, een fijne plek om te kletsen en je zorgen kwijt te kunnen. Graag in Valkenswaard of omgeving!" (70809)

"Als je het gaat maken, doe iets van marketing. Zorg dat mensen kunnen blijven en dat mensen die erbij willen komen, gewoon erbij kunnen komen. Zorg ervoor dat het vooral leuk is. Luister naar de groep om te weten wat ze leuk vinden. Niet elke groep is hetzelfde, luister vooral naar de groep." (71186)

"Maak het niet structureel. Elke groep jongeren hebben weer net iets andere behoeftes, en één en dezelfde aanpak werkt niet. En de focus moet echt liggen op een veilige sfeer en de jongerenwerkers moeten wel echt gemotiveerd zijn." (70382)

"De ervaringsdeskundigheid is echt belangrijk: jongeren of een jongerenwerker die zelf enige ervaring heeft en ervoor openstaat om zich open te stellen. Zodat je gelijk staat, dat is het verschil met groepstherapie – dan is het duidelijk dat de therapeut niet in therapie zit. Dit is geen therapie en daardoor ook laagdrempeliger." (70999)

"Goed herleiden welke leeftijdscategorie het beste past en het meeste voor je kan betekenen. Zeker niet een te grote leeftijdscategorie pakken. Dus niet van 16 tot 26 ofzo, maar eerder van 20 tot 25. Dan heb je meer herkenbare punten in een groep. Daarnaast moet je goed achterhalen wat de exacte vraag is vanuit de jongeren en wat ze zelf graag willen/zoeken." (70805)

"Zoek jongeren die bij elkaar passen. En kijk ook echt naar de persoon: passen ze wel bij dit soort groepen? Hou het open, leg er geen druk achter." (70570)

"Je moet het niet té serieus maken. Er moet ook een beetje luchtigheid in zitten. Het is fijn als de begeleiders echt weten hoe ze met jongeren moeten omgaan. Soms is het met therapeuten meer een soort vergadering dan samen in gesprek gaan. Het moet wel serieus zijn met serieuze problemen, maar ook ruimte om te lachen." (70569)

"Vooral de leeftijdscategorie. Ze moeten iets voor boven de 27 doen. Met een andere zorgaanbieder hebben ze iets geregeld voor 27-plussers. Om die mensen in contact met elkaar te brengen en activiteiten te doen. Maar dat is heel recent gestart en onder het initiatief van de begeleider zelf. Het is nog niet gemeentelijk geregeld. Het zou fijn zijn als er iets voor die categorie gedaan wordt." (70998).

"Zorg dat er iets gemeenschappelijks is, zodat er al iets van herkenbaarheid is. Onze groep is bijvoorbeeld gericht op studenten." (70996)

"Luister niet alleen naar wat de begeleiders zeggen, maar ook naar de jongeren en wat ze nodig hebben. Ga niet overal vanuit, maar ga zelf een keer mee om te kijken hoe dingen werken voor de jongere aan wie je het wil aanbieden." (70806)

"Dat het een goede groep is waar iedereen zichzelf kan zijn en waar hij/zij zijn ei kwijt kan." (70566)

"Vooral veel naar jongeren luisteren, die zijn anders dan volwassen. En naar verschillende jongeren, niet alleen meiden. Ik ben niet alle jongeren." (70565)

"Zou het ook gewoon doen. Misschien is de eerste keer een beetje *awkward*, maar daarna maak je gewoon vrienden." (70108)

"Zorg ervoor dat de groep veilig is." (70380)

"Zorg dat er voldoende tijd is om dit goed te doen, betrek jongeren en jongerenwerkers en bied voldoende mogelijkheid om flexibel te kunnen zijn. Geen enkele groep zal precies hetzelfde zijn en precies dezelfde behoefte hebben." (70379)

"Vind de juiste mensen (begeleiders); dat ze weten wat ze doen, het niet doen voor het geld en goed met kinderen zijn." (70106)

"Voor de jongeren: let op je gedrag, doe normaal en dan gebeurt er niets. Belangrijk dat een begeleider daar goed op let." (70105)

"Ze moeten ervoor zorgen dat ze goede begeleiders hebben en dat de groep niet te groot is." (70103)

"De begeleiders moeten begripvol zijn en niet te snel boos worden op jongeren, dan ga je als jongere denken: 'ik vind je niet zo aardig'. Dan heb je geen klik en wil je ook geen dingen delen." (70109)

"Ja zeker doen. Ik denk dat iedere jongere dit nodig heeft!" (70378)

"Ja doen. Heel veel jongeren kunnen er iets aan hebben, zonder dat ze dat zelf weten." (70377)

"Doe het niet zonder jongeren. Zij weten het beste wat ze nodig hebben en wat daarvoor nodig is." (70376)

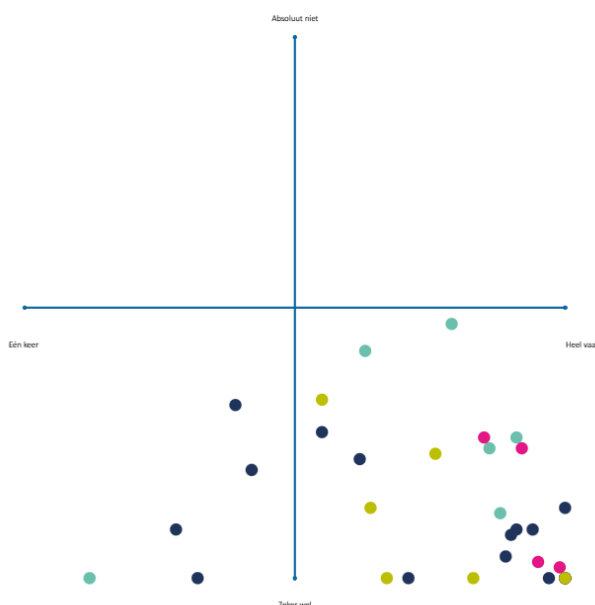
"Doe het! Je geeft jongeren dan echt weer meer het vertrouwen terug in henzelf. Ik vind dat de gemeente het gewoon moet doen. Ook met de blik op de lange wachtlijsten is het gewoon belangrijk dat ze er niet alleen in zijn. Dat haalt ook een flinke drempel weg en kan ook helpen als ze wel therapie hebben, dat er al een stuk verwerkt is. Dat ze al ergens op gereflecteerd hebben, waardoor de hulpverlening sneller zijn gang kan gaan en de wachtlijsten weer korter worden." (71000)

"Dat de mensen die het begeleiden écht goed kunnen omgaan met jongeren, anders valt de groep een beetje weg. En jongeren met dezelfde leeftijd en problematiek bij elkaar zetten. Jongeren zoeken (h)erkenning en lotgenoten. Dat vind je makkelijker bij leeftijdsgenoten. En meer promoten, bijvoorbeeld op school e.d." (70567)

"Een voorbeeld nemen aan de groepen die er nu zijn, want ik denk dat het echt heel goed gaat." (70568)

DEELNEMEN AAN DE GROEP: DOEN OF NIET?

Hoe vaak ben je geweest? En zou je deelname aanraden?



De jongeren zijn het erover eens dat het waardevol is om deel te nemen aan een groep: alle stippen staan onder de X-as (richting 'zeker wel' aanraden). Wel zijn er wat voorwaarden: zo noemt een aantal jongeren dat het wel bij de persoon moet passen, of dat iemand open moet staan voor de ervaring. In de grafiek is ook te zien dat veel jongeren trouw naar alle bijeenkomsten gaan: de meeste stippen staan aan de rechterkant (richting 'heel vaak' geweest zijn).

Jongeren aan het woord: Zou je andere jongeren aanraden om ook mee te doen? Waarom wel of niet?

"Ik denk dat veel jongeren zo geïsoleerd zijn dat het belangrijk is dat er een échte plek is. Ook op social media en met AI... We hebben een fysieke plek nodig zodat de drempel verlaagd wordt. Zodat je in het échte zit en niet in een onlinewereld. *You touch some grass.*" (71000).

"Verschilt per persoon. Er zijn mensen die het fijn vinden om geen sociale contacten te hebben. Anderen willen wel vrienden maken. Voor de mensen die meer sociale contacten willen, zou ik het aanraden." (71189)

"Ik zou het mensen aanraden, maar ik zou het niet direct zeggen tegen mensen uit het niets. Maar als je problemen hebt die opgelost kunnen worden door het aangaan van sociale contacten en hun verhalen te horen en wat ze eraan hebben, zou ik het wel aanraden. Het is elke keer leuk, je doet leuke activiteiten. Maar ook soms serieuze activiteiten, zoals het leren kennen van je eigen grenzen en die van mensen om je heen." (71188)

"Ligt eraan of ze het echt nodig hebben. Voor jongeren zoals die hier zitten: ja, ga ervoor! Voor jongeren die genoeg steun hebben, niet per se. Ik zou het niet aan iedereen aanraden, maar voor individuele jongeren die het nodig hebben. Mijn leven heeft het veranderd." (71187)

"Ik denk dat het wel belangrijk is, omdat eenzaamheid nogal een groot probleem is in de samenleving. Dat mensen dat vaak snel wegstoppen en zich proberen af te leiden ervan in plaats van eraan werken. Ik denk ook dat met de verdergaande technologie enzo, dat je menselijk contact in stand moet houden. Dat we niet AI gaan gebruiken. Ik zie dat zelf niet als iets goeds, eigenlijk. Waarom ook? Dat je hier met leeftijdsgenoten zit, dus je hebt een grotere kans om gelijkgestemden te vinden. Dat je iets over jezelf kan vertellen of het nou positief of negatief is." (70998).

"Het is leuk, gezellig en beter dan alleen thuis zitten. Zou ook willen dat het vaker zou zijn dan alleen op dinsdag." (70108)

"Als je hoort over de GGZ-wachtrijen... Dit is eigenlijk heel toegankelijk. Iedereen ziet social workers als een soort tweederangs psychologen. Mensen onderschatten het belang van zo'n groep, ook als je al vrienden hebt, waar je met elkaar kan praten." (70996)

"Ik denk dat iedereen er wat aan heeft, maar het moet wel bij je passen. Je moet een beetje sociaal zijn en willen praten." (70569).

"Erg fijn, vertrouwd, de rest heb ik al eerder uitgelegd." (70809)

"Ik denk dat het voor iedereen wat kan brengen. Je moet je wel kwetsbaar kunnen opstellen. Wat ik zie en hoor om me heen, wat het kan brengen: dat gun je iedereen." (70999)

"Het is hartstikke leuk en gezellig. Als je dan toch de tijd hebt, waarom niet? Je moet vooral kijken naar wat jij fijn vindt en of het bij je past. Loop vooral een dag mee, om te zien of het wat is. Als jij erover na aan het denken bent, is het het zeker waard om het te proberen." (71186)

"Als je nieuw bent in een dorp of stad is dit een goede manier om de plaats en mensen te leren kennen. Of als je gewoon meer behoefte hebt aan sociaal contact, is dit een veilige plek om ze te leren kennen". (70807)

"Ik denk voor jongeren die zelf ook ergens mee zitten dat het een fijne drempel is om met je problemen mee om te gaan." (70806)

"Daarvoor moet ik denk ik eerst nog een paar keer meer meelopen om dit echt te kunnen stellen." (70805)

"Je hebt echt contact met andere jongeren en het laat je een stuk minder eenzaam voelen. Ook hou je er vaak vriendschappen aan over waarbij je veel closer bent dan met gewoon vrienden van school." (70570)

"Als je met dingen zit (want anders heeft het niet heel veel zin) denk ik dat het heel handig kan zijn. Het sociale deel. Het heeft mij heel veel geholpen." (70568)

"Varieert natuurlijk per persoon. Niet als je zelf geen empathisch persoon bent. In alle andere omstandigheden zeker wel. Ik heb er zoveel uitgehaald. Het kan alleen maar meer brengen. Het contact is superfijn. Altijd goed als iemand ook therapie heeft, praten, en hulp kan zoeken." (70567)

"Hier hoef je niet alles te delen waar je precies last van hebt en als je dit wel wilt doen in de groep wordt je hier erg goed bij geholpen." (70566)

"Aan alle jongeren, het gaat niet alleen over stress of bijvoorbeeld depressie. Het gaat over praten, en hoe je omgaat met andere personen. Zou het ook jongens in klas zo aanraden." (70565)

"Ik denk dat iedereen iets heeft aan een jongerengroep." (70382)

"Het is voor mij een enorm goed hulpmiddel geweest en zeker een aanrader voor leeftijdsgenoten die ook in de wachtrij staan." (70381)

"Het is heel fijn om bij jongeren te zijn die ook dingen hebben meegemaakt." (70380)

"Dit heb je gewoon nodig." (70378)

"Ik heb er heel veel aan gehad. Heeft me veel veranderd." (70377)

"Ik denk dat iedere jongere gebaat is bij gezien worden en steun ervaren van jongeren." (70376)

"Nee" (deze jongere zou het wel aanraden, maar wil geen uitleg geven) (70375)

"Stel je voor: je bent niet zo sociaal of buiten, dan is het toch fijn om vrienden in de buurt te hebben. Ik ben zelf niet veel buiten, omdat ik kinderen in de buurt niet zo fijn vind. Deze groep is wel fijn." (70109)

"Je vindt afleiding, het kan jezelf veranderen qua emoties en je laten weten dat je er niet alleen voor staat. Mensen sluiten zichzelf op, maar als je niet de enige bent, helpt dat." (70106)

"Het is een leuke plek en je kan hier snel vriendinnen maken." (70105)

"Het werkt heel goed en is leuk." (70103)

OVER DE JONGEREN

Leeftijd

Jonger dan 13 jaar



13-15 jaar



16-18 jaar



19-21 jaar



22-25 jaar



Ouder dan 25 jaar



Hoe terecht

Via een hulpverlener of begeleider



Via een jongerenwerker



Via een andere jongere



Via mijn ouder(s)/verzorger(s)



Via social media



Gender

Man



Vrouw



Non-binair



Anders



Zeg ik liever niet



Aanleiding

Last van stress



Gevoelens van somberheid



Angstklachten



Behoeftte aan meer sociaal contact



ACHTERGRONDINFORMATIE

In dit hoofdstuk delen wij de observaties die wij tijdens onze bezoeken aan de groepen hebben gedaan. Daarmee zijn dit dus omschrijvingen in onze eigen woorden. Als onderzoekers kunnen we meer zien, horen en ervaren, dan wat bijvoorbeeld op een website wordt omschreven. Het geeft een completer beeld. Op basis van onze observaties en aanvullende citaten van jongeren en jongerenwerkers staan we stil bij de vraag hoe de achterliggende filosofie van de groepsbegeleiding terug te zien is op een avond. Daarnaast verwerken wij in dit hoofdstuk relevante informatie uit de voorgesprekken die wij hebben gevoerd met jongerenwerkers en andere professionals. Dit komt naar voren in de observaties als het gaat om de insteek van de groepen, en vervolgens in de vorm van een aantal specifieke inzichten en aandachtspunten.

Observaties

BOOST (JOU, Buurtteam Utrecht) - Utrecht

In de wijk Leidsche Rijn komt een groep oud-BOOST-deelnemers wekelijks bij elkaar. Aan de wat vlakke uitstraling van de ruimte in het buurthuis, dat voor verschillende doeleinden wordt gebruikt, is niet meteen af te leiden dat hier wekelijks een groep jongeren samenkomt. Wat de locatie mee heeft, is een grote hoeveelheid licht die door de ramen naar binnen komt, een mooie, nieuwe keuken en een lekker zittende bank. Bij binnenkomst worden de snacks op tafel gezet, nemen de jongeren plaats op de bank en wisselen uit wat er op school is gebeurd, wie met wie heeft geflirt en andere verhalen. Er is duidelijk een openheid in de groep. Een openheid die mogelijk mede voortkomt uit de BOOST-bijeenkomsten: iedereen, ook wij als onderzoekers en voor de jongeren onbekenden, was welkom en mocht meepraten.

Het BOOST-programma is opgezet om jongeren een plek te geven waar ze zichzelf kunnen zijn, ze kunnen bouwen aan hun zelfvertrouwen en om signalen (van bijvoorbeeld overprikkeling) en gevoelens beter leren herkennen en begrijpen. De methodiek is positief en oplossingsgericht, met ruimte voor zowel verdieping als plezier. Na afronding van het programma krijgen de jongeren de mogelijkheid om met andere jongeren, vanuit andere afgeronde groepen, samen te komen zonder gekaderd programma. Zo krijgen de jongeren de mogelijkheid om laagdrempelig verder te gaan met hun proces en leren ze elkaar ook op een andere manier kennen onder begeleiding van de jongerenwerker.

Ook bij de BOOST-groep waar wij langs gingen was dit het geval. Ver nadat de jongeren in Leidsche Rijn het programma hebben gevolgd, komen ze nog samen. Sommigen van hen zijn al twee jaar klaar, anderen pas net. Het maakt voor de deelnemers niet uit. Wanneer de jongerenwerker tijdens ons bezoek zegt dat ze op vakantie gaat, oppert een van de jongeren om in de tussentijd zelf de begeleiding op zich te nemen. Het is een teken van de betrokkenheid van jongeren (de meesten zijn er het liefst elke week bij), maar ook van zelfredzaamheid en doortastendheid. Dat komt ook naar voren naar voren als een van de jongeren vertelt over de keer dat de staatssecretaris langskwam: zij vroeg of ze "een keertje mocht meelopen" (wat daarna ook daadwerkelijk is gebeurd).

Even Niet Alleen (R-Newt)

Even Niet Allen (ENA) biedt jongeren een mogelijkheid om hun eigen lot weer in handen te nemen. Het is namelijk een groepsprogramma wat voor en door jongeren wordt gefaciliteerd, onder begeleiding van de betrokken jongerenwerker. We horen bij de verschillende groepen veel voorbeelden van jongeren die soms bij een eerste bijeenkomst heel stil binnenkwamen en slechts een paar zinnen spraken. En die na een tijdje bij

ENA rond te lopen, vaak aanzienlijk steviger in hun schoenen staan en zelf sessies begeleiden. Die ontwikkeling zit soms al in kleine dingen, zoals bij een jongere die dichtsloeg bij zowel de check-in als bij het zien van de vragenlijst, maar met hulp van de jongerenwerker ("Heb je liever dat ik dichte of open vragen aan je stel?") uiteindelijk toch open vragen beantwoordt. En soms zit het in grote stappen, zoals een jongere die eerst dusdanig angstig was dat hij de supermarkt niet in durfde en nu op het punt staat om een presentatie te geven voor de koningin.

De jongerenwerkers faciliteren het groepsproces en doen zelf ook mee aan de activiteiten. De activiteiten worden vaak bedacht en georganiseerd door de jongeren, soms door de begeleiders. Hierdoor zitten de jongerenwerkers deels "op hun handen". Wanneer de activiteiten door jongeren worden georganiseerd, doen de begeleiders vaak hun best om naast de jongeren te staan. De jongere die de bijeenkomst begeleidt, start en eindigt altijd met respectievelijk een check-in en een check-out. Alles mag dan besproken worden, ongeacht hoe je je voelt. Tijdens elk van onze bezoeken was daarin transparantie en openheid terug te zien, en kwamen regelmatig zwaardere onderwerpen naar voren rondom mentale gezondheid, genderdiversiteit of verslaving. En valt op hoe hecht de jongeren die wat langer meelopen zijn geworden, bijvoorbeeld wanneer de jongeren aangeven een van de jongeren kaarten te sturen en "te halen met een stormram" als het echt niet leuk is in de kliniek waar diegene binnenkort naartoe gaat.

ENA Hilvarenbeek

Het 'jongerencentrum' in Hilvarenbeek, waar een van de ENA-groepen is gevestigd, is een klein poppodium achterin een bedrijventerrein. De ENA-avond vindt plaats in een bescheiden ruimte bovenin het poppodium, naast de ruimte waar de plaatselijke drumfanfare (met veel herrie) z'n wekelijkse oefenuurtje heeft, en te midden van al het materiaal en spullen van het jongerenwerk.

Hoewel de naam 'ENA' al 'verklapt' waar de jongeren mee te maken hebben, verrast de mate van eenzaamheid en sociale isolatie van deze jongeren ons toch. Een van de jongeren gaf bijvoorbeeld aan "erg graag alleen te zijn", maar het "kan gebeuren dat ik dan zeven dagen lang niemand zit". Een andere jongere vertelt dat ze een vriendje heeft die ze af en toe ziet, maar verder vooral alleen is en veel achter haar computer zit. ENA biedt sociale interactie met leeftijdsgenoten en groeimogelijkheden op daarin.

ENA Tilburg-Reeshof

Deze ENA-groep zit in Tilburg op een, van binnen, sfeervolle locatie. Bij binnenkomst zie je aan de linkerkant de ruimte van de jongerenwerkers; een standaardwerkkamer, met de stoelen zo geplaatst dat mensen vanuit de gang direct aangekeken kunnen worden. Een ogenschijnlijk klein detail, maar zo'n inrichting kan het verschil maken tussen laagdrempelig langskomen of doorlopen omdat je de jongerenwerkers "niet wilt storen". Op de muur, direct voor iedereen zichtbaar, hangt een televisie waarop een video van een open haard wordt afgespeeld. Rechts van de kamers hangt een whiteboard, waarop geschreven stond over de redenen voor en de vorm waarop ze hun werk doen: een dagelijkse reminder voor hen aan de 'why' van hun werk.

De ruimte leek echt voor (misschien zelfs door) jongeren ontworpen te zijn, met: een tafeltennistafel, een boksbal, spelletjes in de kast, een hangbank met tv en spelcomputer en een brede tafel waar iedereen aan kon zitten, met daarachter een groot muurschilderwerk van graffiti. Dit versterkt het gevoel dat deze plek er echt voor hen is.

De groep bestaat uit zowel jongeren die al jaren deelnamen als jongeren die net nieuw waren, waarbij sommigen spraakzamer waren dan anderen. Bij de check-in valt op hoe open en ondersteunend de jongeren én begeleiders naar elkaar zijn. Verhalen over moeilijke weken, eenzaamheid en vermoeidheid komen ter

sprake, maar ook positieve verhalen over de week. En iemand die even niet uit haar woorden komt: ook dat is oké, alles mag er zijn.

Net als bij de BOOST-groep, valt hier op dat jongeren de groep trouw bezoeken – ook als ze het lastig vinden om te gaan: “Het is een kwestie van volhouden, ik weet dat het beter is dan niet gaan.”

ENA Tilburg-centrum

In een gebouw tegenover poppodium 013 druppelen de jongeren van deze ENA-groep, een paar iets na tijd, binnen. We nemen plaats in een kunstlokaal, waar we starten met de check-in waar ook wij als bijna vanzelfsprekend aan deelnemen: “Omschrijf hoe je erbij zit, alsof je het weer omschrijft”. De meesten antwoorden met een zonnetje met lichte bewolking; het goede weer dat die week was doorgebroken, bleek effect te hebben.

Bij een van de jongeren is het weer ‘wisselvallig’, vanwege de spanning voor een sollicitatiegesprek de volgende dag bij een thuiszorgorganisatie. Maar het weer klaart duidelijk op na de reactie van de jongerenwerker “Als ik één iemand zou kiezen bij wie ik mijn oma of opa zou achterlaten, dan zou jij dat zijn. Je bent zo lief en zo behulpzaam. Je hoeft je echt geen zorgen te maken!”

Ook bij de check-out wordt een originele vraag gesteld: “Wat is jullie favoriete Pokémon en hoe ga je naar huis?” – een favoriete dinosaurus werd ook goedgekeurd voor wie niet zo bekend was met Pokémon.

Een jongere die enthousiast antwoord geeft op beide vragen, benoemt ook aan dat de avond goed had gedaan vanwege de ruimte om te kunnen praten over gevoelens – iets wat ingewikkelder lag met de ouders van diegene. De jongerenwerker durft de stilte die daarna volgt te doorbreken, door te vragen: “Hoe is dat voor jou? Als we zo over ouders praten? Ik vraag het, want ik wil weten of dit juist fijn is als ik het zo vraag of dat je liever iets anders wilt”. Dubbel, luidt het antwoord, maar het is ook fijn om het erover te hebben; waarop een andere jongere vraagt of het fijn is als er meer naar gevraagd werd, en de afspraak werd gemaakt dat de groep dat vaker zou doen. Hieruit blijkt een oprechte interesse in elkaars verhaal en elkaars groei die niet vaak zo expliciet wordt uitgesproken. Een onverwachts, kwetsbaar en liefdevol moment waarmee we de avond afsluiten.

Join Us (R-Newt)

Join Us Heusden heeft een locatie in een buurthuis in Drunen, op zo’n 25 minuten afstand van (Oud-)Heusden. De groep werkt met begeleiders van bijvoorbeeld een sociaal team en jongerenwerkers. Daarnaast werken ze met ervaringsdeskundigen die ook helpen met de ondersteuning. In (Oud-)Heusden was de groep aan de jonge kant en waren het, meer dan bijvoorbeeld de ENA-groepen, vooral de begeleiders die de leiding namen.

In de avonduren wordt het buurthuis van de Join Us-groep gedeeld met ouderen die fanatiek aan het bridgen zijn. Nadat je de kantine en (bridge)zaal hebt gepasseerd, kom je in de ruimte van het jongerenwerk. Het is een oudere ruimte met standaard werktafels en stoelen, maar ook met graffiti op de muur en een achterwand van glas met een schuifdeur naar een grasveld waar je ook kan picknicken. Toen wij net op tijd binnenkwamen, waren alle jongeren al aanwezig.

De groep begint niet met een check-in, maar bespreekt het dagprogramma en gaat dan direct aan de slag. In de kleinere ruimte waar we de interviews afnemen, hangen twee schilderijen die gemaakt zijn met de hele groep: de opdracht was om door te gaan met het werk waar de andere aan was begonnen.

De jongeren zijn open en maken onderling grapjes. Een paar zijn duidelijk de meest spraakzame van de groep en iedereen kijkt aandachtig naar hen als ze het voortouw pakken. Ook zijn er twee nieuwe jongeren aangesloten. De begeleiders doen erg hun best om ze zo welkom mogelijk te laten voelen, door bijvoorbeeld een grapje te maken over het feit dat de namen van die jongeren vergelijkbaar, maar toch anders zijn: "Ze passen zo in een rijtje!". Ook gingen de begeleiders of een van de spraakzame jongeren zitten naast jongeren die minder spraakzaam of nieuw zijn.

Vergeleken met de andere groepen, komt de groep wat jonger en de sfeer iets luchtiger en speelser over. Al komt dat mogelijk ook doordat wij als onderzoekers niet bij het inhoudelijke gedeelte aanwezig waren.

Waar andere groepen soms uitlopen, hamerden de begeleiders hier meer op de tijd: "De jongeren worden vaak opgehaald door hun ouders, die willen we liever niet laten wachten," lichtte een begeleider vanuit het sociaal team toe. Waar deze wat meer een ouderlijke rol aannam, had de jongerenwerker meer een houding als een oudere broer of zus.

Step Up

Wie tijdens de winter binnenloopt bij de Step Up-groep bij het jongerencentrum van The Mall in Amsterdam-West, wordt verwelkomd door de geur van versgebakken pepernoten. Step Up is opgericht om jongeren die op de wachtlijst staan een passende ontmoetingsplek te bieden. De groep is bij elkaar gebracht om letterlijk en figuurlijk in beweging te blijven: jongeren ontwikkelen nieuwe vaardigheden, leren hun grenzen kennen tijdens bijvoorbeeld bokslessen en vergroten hun zelfvertrouwen.

Uitgangspunt is om niet te beginnen bij problemen, maar bij dromen en talent. De activiteiten van de groep sluiten hierop aan. En de grote ruimte waarin de groep samenkomt, reflecteert in één oogopslag de variatie van de activiteiten die het jongerenwerk aanbiedt: een keuken om te bakken en koken en foto's, tekeningen en andere uitkomsten van creatieve activiteiten, maar ook een stel banken en een groot scherm om 'gewoon' te chillen.

Bij aanvang moeten de jongeren duidelijk even ontladen: ze dagen elkaar uit en de jongerenwerker moet de groep licht vermanend toespreken, maar dan is er ook al gauw aandacht voor het moment. Terwijl de groep neerploft op de bank voor een film, gaat er steeds iemand mee naar de aparte ruimte waar de interviews in alle rust kunnen worden afgenomen. Het kenmerkt de sfeer binnen deze groep: een combinatie van luchtigheid, plagerijtjes, vertrouwen en ruimte voor een serieus gesprek – ook na afloop als een van de jongeren nog even blijft hangen om na te praten met de jongerenwerker.

"Wat ik mooi vind is dat professionals vaak geneigd zijn dingen over te nemen van jongeren of juist heel erg in te zoomen op alle problemen. Bij ENA zijn jongeren er voor elkaar, luisteren ze naar elkaar maar is er ook genoeg ruimte om te lachen met elkaar. Je verhaal mag er zijn, maar niets moet, je krijgt ruimte om te leren en om te vallen, iedereen raapt elkaar weer op. En wat ik heel mooi vind is dat, wanneer jongeren elkaar helpen, ze daar ook zelf iets uit halen en groeien. Als jongerenwerker heb ik geleerd om vaker op mijn handen te zitten, omdat je iemand anders zijn eigen succes gunt en ook de ander gunt om iets voor iemand te mogen betekenen. Ook vond ik het mooi om te zien wat het voor goed gevoel kan geven, om vanuit gelijkwaardige gedachte er voor de ander te zijn. Dit moment gun ik iedere jongere en dat maakt het mooier om vanuit een gelijkwaardige gedachte mee te doen. Daarnaast vind ik het veel leuker om een programma te volgen wat jongeren hebben bedacht, omdat zij veel creatievere ideeetjes bedenken en het dan niet voelt als iets wat 'moet' maar iets wat ze gezamenlijk uitvoeren en laten bestaan."

- Katie (jongerenwerker ENA)

Wie hebben we verder gesproken?

Naast de jongerenwerkers die op de groepen staan, hebben we voorafgaand aan de bezoeken (en soms ook nog tussentijds) gesproken met teamleiders, projectleiders, managers en initiatiefnemers van de groepen. We delen een aantal interessante inzichten en rode draden die in deze gespreken naar voren kwamen.

Aanleiding, toeleiding en insteek

- Veel groepen zijn opgezet om jongeren die op de wachtlijst staan voor jeugdzorg al ondersteuning te kunnen bieden. Zo ontvangt in Eindhoven zelfs elke jongere die op de wachtlijst staat een uitnodiging voor [Eindje Verder](#) (een groep die uiteindelijk toch niet deelnam aan ons onderzoek). Daarnaast is groepsdeelname vaak aanvullend op individuele jeugdhulptrajecten, soms gelijktijdig en soms na afloop. Het is interessant om de ontwikkeling van deze groepen te volgen in het kader van de 'beweging naar voren'. Als deze doorzet, is de samenstelling van de groepen over een aantal jaar mogelijk anders (minder vergevorderde problematiek) en daarmee de insteek nog meer preventief.
- Soms attenderen jongerenwerkers zelf jongeren op het groepsaanbod. Vaker komen jongeren bij een groep terecht via een externe verwijzing door bijvoorbeeld de huisarts, praktijkondersteuner, consulent, persoonlijk begeleider of jeugdhulpprofessional. Verschillende professionals merken op dat het vertrouwen bij verwijzers, over of een groep voldoende ondersteuning biedt, soms nog moet groeien. "Wij zijn al veel bezig met normaliseren, dat zit in ons DNA," aldus een betrokken jongerenwerker. "Andere organisaties hebben daar nog meer hulp bij nodig."
- Hoewel de ene groep meer geprotocolleerd werkt dan de andere, is bij elke groep eigenaarschap en regie vanuit de deelnemende jongeren zelf essentieel. Dit is ook in lijn met de nadruk op *youth organizing* vanuit jongerenwerk in het algemeen. "Dat is het mooie aan zo'n opzet: je hebt nooit een standaardtraining," licht een teamcoach en ontwikkelaar toe. "Je maakt natuurlijk gebruik van een toolkit aan kennis en kunde van de begeleiders, maar dat is altijd gericht op de vraag van de jongeren." Groepsregels, verwachtingen, doelen en soms zelfs het maximum aantal deelnemers:

zoveel mogelijk gebeurt in samenspraak met jongeren. Daarmee onderscheiden deze groepen zich ook van (groeps)therapie. "In de groep is iedereen gelijkwaardig," vertelt een jongerenwerker en tevens oprichter van een van de groepen. "Wij bieden als jongerenwerker een *safe space*, maar geven de jongeren ook het gevoel dat *zij* het doen, en niet wij. Wij zijn er als het nodig is, maar doen tegelijkertijd ook actief mee aan de groep."

Resultaten

- Soms blijkt na groepsdeelname een initiële verwijzing naar jeugdhulp voor een jongere niet meer noodzakelijk. Of is iemand meer 'behandelklaar' omdat de hulpvraag duidelijker is, en daarmee de behandel tijd mogelijk korter. Zelfs bij een groep die eerder stopte dan gepland, onder andere vanwege iets te forse problematiek, had deelname al geholpen om ondersteuningsvragen duidelijker naar boven te krijgen. "En ze waren wel bezig geweest met hun zelfvertrouwen en veerkracht, en hebben ervaren dat ze niet de enige zijn die uitdagingen in het leven hebben."
- Jongerenwerkers die een groep gezamenlijk met een jeugdhulpprofessional begeleidden, waren positief over de sparringsmogelijkheden die dit meebracht en de korte lijntjes met andere professionals. "De andere begeleider kan ook expertise inzetten van collega's. Denk aan het koppelen van een jongen die naar alcohol wil grijpen aan iemand die daar trainingen over geeft," licht een jongerenwerker toe. "Zo kan je voorkomen dat iemand naar vier verschillende plekken moet voor je weet wat passend is. Of je kan eerder toetsen: misschien is één gesprek al genoeg en is verdere behandeling waar een lange wachtlijst voor staat helemaal niet nodig."

Vraagstukken/risico's

- Waar sommige groepen al meerdere jaren succesvol 'draaien', bevinden andere groepen zich nog in een pilotfase. Daarbij is bestendinging het belangrijkste aandachtspunt: hoe wordt dit financieel geborgd (hangt ook af van subsidiestromen), hoe wordt eigenaarschap gecreëerd (wie wordt bijvoorbeeld de kartrekker?) en wat moet worden vastgelegd op juridisch vlak (bijvoorbeeld met het oog op mandaat)?
- Een aantal jongerenwerk- dan wel bredere welzijnsorganisaties worstelt met het bereiken van jongeren. Zo merkt een welzijnsorganisatie dat de behoefte aan het versterken van mentale weerbaarheid toeneemt, maar dat het jongeren snel kan afschrikken als het gaat over 'problematiek'. Het is soms zoeken naar de juiste taal, welk 'type' jongere het meeste baat heeft bij een groep en hoe jongeren het beste aan te spreken.
- Een gerelateerd vraagstuk: wat is het afwegingskader om een jongere in een groep te laten deelnemen? Bij de ene groep wordt dit voor aanvang meer gekaderd dan bij de ander, en bij sommige groepen denken jongeren hier actief in mee. Het is hoe dan ook altijd maatwerk: voor de ene jongere die kampt met een bepaalde beperking is een groep passend, voor een andere jongere met een beperking is dezelfde groep dat niet. En zijn specifieke toegangseisen wenselijk, variërend van iets

concreets zoals leeftijd of type problematiek tot iets meer subjectiefs zoals een bepaalde capaciteit en bereidheid om te reflecteren? Of wil je een groep juist zoveel mogelijk openstellen?

- Sommige professionals hebben als concrete vraag wat betreft de invulling wanneer het wel of juist niet wenselijk is om ervaringsdeskundigheid in te zetten. Ook ouderbetrokkenheid is een thema. "Daarbij wil je andere partijen die dat ook doen niet voor de voeten lopen," vertelt een jongerenwerker. "Daarnaast zie je dat ouders soms zoiets hebben van: 'Los het maar op met mijn kind'. Maar het is vaak echt iets dat je sámen met je kind aanvliegt."

Het valt op dat veel voorgesprekken niet hebben geleid tot uiteindelijke deelname aan deze verkenning. Ook wanneer betrokkenen enthousiast waren over de insteek en belang hechtten aan het ophalen van ervaringsverhalen van jongeren met deze groepen. Dit lag gedeeltelijk aan krachten waar we al bekend mee zijn binnen het jongerenwerk, zoals het soms grote verloop en het hier en daar vrijblijvende karakter van jongerenwerk. Maar een andere belangrijke oorzaak is dat er al veel evaluatie met bijbehorende vragenlijsten plaatsvindt en jongerenwerkers deelnemers, terecht, niet wilden overvragen. Het is dan ook van belang om nieuw onderzoek altijd af te zetten tegen wat er al loopt en ligt: wat is de toegevoegde waarde? In deze verkenning is dat het centraal stellen van de ervaringsverhalen van jongeren zelf, alsook hun perspectief op en ideeën over het groepsaanbod. Daarnaast hebben veel bestaande evaluatieonderzoeken betrekking op één bepaalde groep. In deze verkenning is ervoor gekozen om (vier) verschillende groepsprogramma's te betrekken om zo een overkoepelend beeld te krijgen van werkzame elementen en aandachtspunten.

AANBEVELINGEN AAN DE VIJFHOEK

1. Investeer in perspectiefgericht en laagdrempelig groepsaanbod

Zet in op collectieve, laagdrempelige en perspectiefgerichte (in plaats van probleemgerichte) ondersteuning voor jongeren die mentaal of sociaal-emotioneel sterker willen worden. Jongeren zijn positief over deze groepsprogramma's: zij ervaren zelf de meerwaarde en bevelen deelname ook aan andere jongeren aan. Op basis van de ervaringen van jongeren zijn de volgende elementen belangrijk: geen indicatie of andere drempels om binnen te komen (wel is een zorgvuldige intake nodig om in te schatten of de hulpvraag van de jongere en het groepsaanbod goed op elkaar aansluiten), aandacht voor het normale en alledaagse, ruimte en veiligheid om jezelf te mogen zijn, aandacht voor toekomst en talenten, fysieke ontmoetingen, en een goede balans tussen matching op leeftijd en hulpvraag en voldoende diversiteit in de groep.

2. Faciliteer complementaire samenwerking tussen professionals

Een kracht van dit collectieve aanbod is de inzet van verschillende professionals die elkaars expertise aanvullen én versterken. De samenwerking tussen de groeps- en talentgerichte jongerenwerker en de individu- en hulpgerichte jeugdhulpverlener draagt bij aan passende en effectieve ondersteuning voor jongeren. Jongeren benadrukken het belang van een begeleider die écht met jongeren kan omgaan, wat ze soms missen in de reguliere hulpverlening. De complementaire aanpak van jongerenwerker en jeugdhulpverlener is echter nog niet overal voldoende expliciet gemaakt. Het is daarom aan te bevelen om verder uit te werken welke professionals betrokken zijn, vanuit welke taakopvatting en deskundigheid, hoe rollen en verantwoordelijkheden zijn verdeeld en wat randvoorwaarden zijn om daadwerkelijk complementair aan elkaar te werken.

3. Betrek jongeren actief bij ontwerp, uitvoering en communicatie

Jongeren die al langer deelnemen aan dit groepsaanbod, weten uit ervaring goed wat werkt, wat daarvoor nodig is en wat zij zelf belangrijk vinden. In de uitvoering van de groepsprogramma's spelen zij bovendien een actieve rol: ze fungeren als steunfiguren voor andere jongeren in de groep en begeleiden grote delen van het programma. Dit vergroot de aansluiting bij de behoeften en leefwereld van de doelgroep. Vraag jongeren daarom actief om mee te denken en mee te doen met het opzetten en doorontwikkelen van dit groepsaanbod. Besteed daarbij ook aandacht aan zichtbaarheid en communicatie. Meerdere jongeren hebben het belang hiervan benoemd, en hebben hier ook zelf ideeën over: niet teveel focus op problemen, maar wel duidelijk maken dat deelname kan helpen bij bepaalde hulpvragen hebt. Hun perspectieven en ervaringen zijn onmisbaar om de doelgroepen effectief te bereiken.

4. Zorg voor structurele tijd en financiële ruimte

Dit type groepsprogramma's is relatief nieuw, zeker waar het gaat om samenwerking tussen professionals vanuit jongerenwerk, wijkteams en specialistische jeugdhulp. De ervaringen in verschillende regio's laten zien dat het tijd kost om deze manier van werken goed op te zetten en duurzaam te verankeren. Ook is het

aannemelijk dat de effecten van deze groepsprogramma's pas na verloop van tijd ten volle zichtbaar worden. Voorzie dus in voldoende ontwikkeltijd en structurele financiële middelen. Alleen dan kunnen pilots doorgroeien tot stabiele, duurzaam ingebedde programma's met blijvende impact.

5. Neem drempels binnen de jeugdhulp actief weg

Uit gesprekken met betrokken professionals werd duidelijk dat koudwatervrees om met dit type programma's aan de slag te gaan, vooral aanwezig lijkt bij professionals en organisaties in de (specialistische) jeugdhulp. Onbekendheid met de rol en kracht van het jongerenwerk speelt hier een rol, evenals een sterk gevoelde verantwoordelijkheid om jongeren individueel te helpen. Voor het slagen van deze groepsprogramma's is de specialistische jeugdhulp echter wel een essentiële partner. Investeer dus in de relaties tussen jeugdhulp, wijkteams en jongerenwerk. Zorg ervoor dat zij elkaars werk beter leren kennen en waarderen. Deel kennis en ervaring over hoe goede samenwerking elkaars werk versterkt en aanvult. Neem twijfels en zorgen vanuit de specialistische jeugdhulp serieus en benut deze om het aanbod verder te versterken.

6. Organiseer landelijke regie met ruimte voor lokale variatie

In verschillende gemeenten en regio's ontstaan vergelijkbare programma's, met een eigen lokale invulling maar gebaseerd op gedeelde behoeften, uitgangspunten en werkzame elementen. Deze initiatieven kunnen aan kracht winnen als professionals en organisaties leren van elkaars ervaringen en de krachten bundelen. Op dit moment ontbreken echter structuren die deze uitwisseling en samenwerking mogelijk maken. Organiseer daarom enige mate van landelijke regie, bijvoorbeeld vanuit het Ministerie van VWS en/of de VNG. Dit draagt bij aan het uitwisselen van leerzame praktijken, het gezamenlijk opzetten van onderzoek, en het kunnen voortbouwen op eerdere ervaringen om zo kwalitatief hoogstaand en effectief groepsaanbod te organiseren en implementeren. Tegelijkertijd is het belangrijk dat de aanpakken niet teveel en te eenduidig worden geüniformeerd. Lokale contexten doen ertoe, de regie in de uitvoering van de groepsprogramma's ligt voor een groot deel bij jongeren zelf, en het is essentieel dat een groepsprogramma goed aansluit bij de behoeften van de jongeren die eraan deelnemen.