



RANDOM JONG

Wegwijzer voor
depressiepreventie
rond jongeren



Een handleiding voor de initiatiefnemer

Colofon

Projectleiding

Maaïke Stolte, GGD GHOR Nederland

Sabine Neppelenbroek, GGD GHOR Nederland

Projectuitvoering (op alfabetische volgorde)

Linda Bolier, Trimbos-instituut

Merel Haverman, Trimbos-instituut

Inge Oree, Nederlands Centrum Jeugdgezondheid

Joanne Wieringa, GGD GHOR Nederland

Advies

Odile Smeets, Trimbos-instituut

Agnes van der Poel, Trimbos-instituut

Regiegroep en stuurgroep Meerjarenplan Depressiepreventie

Concept en vormgeving Rondom Jong

De Zorgbroeders

Hellingproof

Dit project is gefinancierd door het ministerie van VWS

©2019 GGD GHOR Nederland

Inhoud

1. Introductie	4
1.1 Doel van Rndom Jong	4
1.2 Waarom dit model?	4
1.3 Voor wie is Rndom Jong bedoeld?	5
2. Uitleg van Rndom Jong	6
2.1 De spiraal: reis van de jongere	6
2.2 Het wiel: betrokken organisaties en personen	8
2.3 Succesfactoren	9
3. Uitvoering van de wegwijzer Rndom Jong	10
3.1 De start	10
3.2 Stappenplan	11
Bijlage 1. Bouwstenen voor preventiebeleid	14
Bijlage 2. Websites	15
Bijlage 3. De betrokken organisaties en personen in het wiel	16
Bijlage 4. Tips om de succesfactoren te implementeren	17
Bijlage 5. Voorbeeld uitnodiging	20
Bijlage 6. Voorbeeld agenda startmoment	22
Bijlage 7. Voorbeeld actielijst	23

1. Introductie

Rondom Jong is een wegwijzer voor depressiepreventie voor jongeren in de leeftijd van 12 tot 18 jaar. Het instrument brengt de huidige samenwerking en stappen in de keten in beeld en geeft duidelijke richting voor verbeteringen.

Deze handleiding is bedoeld voor de initiatiefnemer. De initiatiefnemer van Rondom Jong is bijvoorbeeld een Gezonde School-adviseur van de GGD, een zorgcoördinator op school, een gezondheidsmakelaar van de gemeente of een professional uit de GGZ.

Rondom Jong maakt onderdeel uit van het Meerjarenplan Depressiepreventie (MJP) van het ministerie van VWS en is ontwikkeld door GGD GHOR Nederland, het Nederlands Centrum voor Jeugdgezondheid en het Trimbos-instituut. Met het MJP wil het ministerie van VWS met alle betrokken organisaties de keten van bewustwording, signalering van depressieve klachten, bespreken, verwijzen en toeleiden naar passend aanbod wordt versterkt.

1.1 Doel van Rondom Jong

Rondom Jong is een wegwijzer, een samenwerkingsinstrument dat is ontwikkeld om ketenpartners rond depressiepreventie bewust te maken van de taken en verantwoordelijkheden van de partijen zelf en die van de partners en de stappen die gezet kunnen worden. Daarnaast heeft Rondom Jong een aanjagende functie: het zet aan tot actie voor het organiseren van een effectieve aanpak voor depressiepreventie en geeft ideeën om met de ketensamenwerking echt aan de slag te gaan.

Het uiteindelijke doel van de implementatie van Rondom Jong is om de psychische gezondheid en het welbevinden bij jongeren te versterken, depressieve klachten en depressie te voorkomen en zo nodig te behandelen. Tijdige signalering en de juiste verwijzing zijn hierbij belangrijke strategieën.

Wat is een ketenaanpak?

Een ketenaanpak betekent dat alle partners die betrokken zijn bij een probleem op een samenhangende wijze en onder regie van één partij (soms is dat de gemeente, maar dit kan ook een partij zijn die is aangewezen door de gemeente) vanuit één plan en aan één doel werken. In stappen wordt gewerkt aan het doel, in dit geval depressiepreventie bij jongeren. Daar hoort kennis van de andere organisaties en goede samenwerking bij, en het kennen van de eigen en andermans verantwoordelijkheden.

1.2 Waarom dit model?

Jongeren en depressie

Jaarlijks heeft 1 op de 5 jongeren last van psychische klachten zoals angst en depressie en maakt 1 op de 22 een depressie door. Gelukkig weten we steeds beter hoe we depressie kunnen voorkomen en behandelen door gerichte en effectieve programma's en behandelingen in te zetten. Toch zijn deze depressiepreventie- en mentale weerbaarheidsprogramma's nog niet structureel ingevoerd op scholen, zo blijkt uit een inventarisatie onder instellingen en gesprekken met jongeren, en vindt nog lang niet iedere jongere die dat nodig heeft de weg naar begeleiding of hulp. Het ontbreekt in gemeentes vaak aan beleid, regie en een goede samenwerking op het gebied van depressiepreventie. De sociale kaart is niet altijd op orde, soms kennen organisaties elkaar niet, de

urgentie wordt niet altijd gevoeld en jongeren raken buiten beeld omdat niemand ze het hele proces door volgt. Er zijn al wel veel instrumenten voorhanden (zie Bijlage 1 Bouwstenen voor depressiepreventie beleid), maar dit heeft tot nu toe nog niet geleid tot een verbetering van depressiepreventie voor jongeren in iedere gemeente. Een ketensamenwerking rond depressiepreventie opzetten is vaak een taai proces waarbij alle actoren betrokken moeten zijn en wat niet van de een op andere dag is geregeld.

Random Jong is ontwikkeld zodat alle betrokken professionals zich *bewust worden* van het probleem en van hun eigen rol hierin. Het instrument *geeft inzicht* in waar er nog gaten liggen in de samenwerking en in de keten en geeft daarmee aanleiding om *een verbeterplan te maken* en verbinding te leggen met samenwerkingspartners die nu nog niet actief zijn in de keten.

1.3 Voor wie is Random Jong bedoeld?

Random Jong is in eerste instantie bedoeld voor alle initiatiefnemers die bezig gaan of zijn met depressiepreventie voor jongeren. Dit kan bijvoorbeeld een Gezonde School-adviseur van de GGD zijn, een zorgcoördinator op school, een gezondheidsmakelaar van de gemeente of een professional uit de GGZ. Belangrijk is dat de initiatiefnemer onafhankelijk kan opereren. Bijvoorbeeld doordat deze een opdracht heeft gekregen om depressiepreventiebeleid op poten te zetten vanuit de gemeente. Het startpunt van Random Jong is meestal de school, omdat daar alle jongeren te vinden zijn en vanuit deze plek gezondheidsbevordering, preventie en zorg kunnen worden ingezet voordat problemen escaleren.

In tweede instantie is Random Jong bedoeld voor alle professionals die werken met en voor jongeren. Dit kunnen professionals zijn op scholen, gemeentes en zorgorganisaties, maar ook bijvoorbeeld een trainer van de plaatselijke voetbalclub die zich afvraagt hoe jongeren met depressieve klachten opgevangen worden in zijn gemeente of een jongerenwerker die voor zichzelf een rol ziet in de signalering. Iedereen met interesse en motivatie voor het onderwerp kan Random Jong raadplegen en heeft daarmee een uitgangspunt om een eerste stap te zetten of aan te haken als er een uitnodiging voor een bijeenkomst is van een andere partner.

2. Uitleg van Random Jong

Random Jong bestaat uit 3 onderdelen:

1. De reis van de jongere;
2. Het wiel met de betrokken organisaties en personen;
3. De succesfactoren voor een succesvolle keten.

Deze drie onderdelen staan met elkaar in verbinding en zorgen ervoor dat je inzicht krijgt in hoe een school, gemeente of regio ervoor staat in de ketenaanpak depressiepreventie.

2.1 De spiraal: reis van de jongere

In de spiraal zijn alle stappen opgenomen die een jongere kan doorlopen, vanaf het moment dat er geen depressieve klachten zijn tot aan ernstige depressieve klachten. Idealiter moeten alle stappen beschikbaar zijn binnen een ketensamenwerking, maar het is niet zo dat iedere jongere al deze stappen en opeenvolgend zal doorlopen (wat wordt weergegeven in de enkele losse pijltjes in de spiraal). Over het algemeen kun je zeggen dat naarmate de klachten toenemen de jongere zich verder in de spiraal zal bevinden.

Bij elke stap gaat het om het versterken van bewustwording en het aanleren van vaardigheden om hiermee om te gaan. De jongere staat met zijn ouders/verzorgers en vriendenkring centraal in de cirkel. Dit betekent dat de jongere in zijn persoonlijke context zoveel mogelijk bij alle stappen betrokken moet worden.



Versterken van ketensamenwerking depressiepreventie betekent dat extra ingezet moet worden op preventieve activiteiten dus mentale gezondheidsbevordering, vroege signalering en educatie zodat de jongere zo goed mogelijk zelf in staat is mentaal gezond te blijven, en zich bewust te worden en zelf te kunnen handelen bij gevoelens van depressie. Preventie betekent ook het tijdig signaleren van depressieve klachten door professionals en systematische screening, bijvoorbeeld als onderdeel van een breder gezondheidsonderzoek op school, zodat jongeren in een vroeg stadium kunnen worden doorverwezen naar passende begeleiding of behandeling.

Dit zijn de definities van de verschillende stappen:

Bewustwording

De jongere staat stil bij hoe het met hem gaat, weet wat depressie is en dat het iedereen kan overkomen.

Vaardigheden

De jongere weet wat hij kan doen om depressieve klachten te voorkomen of te verminderen. Bijvoorbeeld negatieve gedachten uitdagen of steun zoeken.

Informatie

De jongere zoekt actief naar informatie over mentale weerbaarheid, depressie of het omgaan met depressieve klachten op internet, via professionals of via vrienden of ouders. Zie bijlage 2 voor een overzicht van relevante websites.

Educatie

De jongere leert op school over psychische gezondheid (o.a. over depressie) en ontwikkelt vaardigheden om met problemen en tegenslag om te gaan. Bijvoorbeeld via een universeel schoolprogramma voor sociaal-emotionele ontwikkeling (kijk voor erkende activiteiten op de website van de Gezonde School).

Signalering

De jongere met depressieve klachten wordt opgemerkt door zijn omgeving, bijvoorbeeld een zorgcoördinator, sportleraar of jeugdarts.

Zelfhulp

De jongere maakt gebruik van online zelfhulp (e-hulp) en zelfhulpboeken waarin hij leert over psychische gezondheid (o.a. over depressie) en vaardigheden om met problemen en tegenslag om te gaan.

Screening

De jongere vult op verzoek van een professional een vragenlijst in om onder andere depressieve klachten op te sporen, bijvoorbeeld 'Gezond leven, Check het even' of 'Jijenjegezondheid'. Het kan gaan om een vragenlijst die de jongere op school invult op verzoek van de jeugdgezondheidszorg of om een screeningslijst bij de huisarts. Met de antwoorden kan de professional eventuele problemen signaleren en als dat nodig is in gesprek gaan met de jongere.

Verwijzing

De jongere wordt verwezen van de ene naar de andere professional. Vaak gaat het om een verwijzing naar intensievere hulpverlening.

Individuele begeleiding

De jongere wordt een-op-een begeleid door een professional op school of in de eerstelijns. Bijvoorbeeld door een schoolmaatschappelijk werker, schoolpsycholoog, JGZ-verpleegkundige of een POH-GGZ.

context zijn eigen wiel van relevante organisaties en personen. Een overzicht van de professionals en organisaties in het wiel kun je ook vinden in bijlage 3.

! TIP

Rondom Jong is ontstaan vanuit de wens om depressiepreventie voor jongeren te versterken, maar kan ook voor andere thema's worden ingezet. Zo voerde een aantal pilots Rondom Jong uit onder de noemer 'versterken van mentale weerbaarheid en psychische gezondheid'. Ook bevordering van welbevinden en preventie van angst hebben hierbinnen een belangrijke plek. Ketensamenwerking is ook belangrijk bij andere thema's, zoals bijvoorbeeld rondom huiselijk geweld of suïcidepreventie.

2.3 Succesfactoren

In 2017 is in het kader van het project een enquête uitgevoerd onder professionals (vooral GGD, GGZ, CJG's en JGZ), zijn interviews gehouden met een aantal jongeren die te maken hebben (gehad) met depressie en is een inventarisatie gedaan naar goede voorbeelden in het land. Belangrijke bevindingen waren:

- Een gemeente dient expliciet aandacht te geven aan depressiepreventie bij jongeren in gemeentelijk beleid. De urgentie van het probleem vaststellen en op de agenda zetten is daarbij een belangrijke aanjager.
- Financiering, het liefst op een structurele basis (t.o.v. projectfinanciering), is cruciaal bij het opstellen en uitvoeren van depressiepreventiebeleid. Een eenmalige startsubsidie kan wel helpen bij de eerste opzet.
- Verankering in het schoolbeleid van depressiepreventie is nodig om op school blijvende aandacht te geven aan preventie van depressie en te zorgen voor goede zorgstructuren en de juiste deskundigheidsbevordering. De Gezonde School aanpak geeft hierbij een bruikbaar kader.
- Er is een onafhankelijke, enthousiaste trekker/regievoerder nodig.
- Bij een goede ketensamenwerking kennen de actoren elkaar persoonlijk en investeren tijd in deze samenwerking. Meestal wordt aangesloten bij bestaande overleggen, bijvoorbeeld een zorgoverleg met het buurtteam of een zorgoverleg op school.
- Alle professionals die direct met jongeren werken moeten deskundig zijn of gemaakt worden in signaleren, verwijzen en eventueel begeleiding.
- Bij een goed werkende ketenaanpak zijn voldoende effectieve preventieve interventies beschikbaar en is de sociale kaart op orde.
- Een warme overdracht tussen verwijzers en begeleider of behandelaars is nodig, zodat een jongere daadwerkelijk op de juiste plek terechtkomt.
- Om de jongere niet uit het oog te verliezen, volgt een professional, bijvoorbeeld de zorgcoördinator op school of een jeugdarts, de jongere voor langere tijd, ook nadat deze is doorverwezen naar een zorgprofessional.

Op basis hiervan zijn tien succesfactoren afgeleid voor het realiseren van een effectieve ketensamenwerking rondom depressiepreventie bij jongeren.

Vanuit de inventarisatie en gesprekken die zijn gehouden met professionals zijn allerlei tips genoteerd om de succesfactoren effectief realiseren. Deze kun je vinden in bijlage 4.

! TIP

De succesfactoren en tips geven veel input voor het formuleren van acties om een succesvolle ketensamenwerking rond depressiepreventie te realiseren.



3. Uitvoering van de wegwijzer Rndom Jong

In dit hoofdstuk beschrijven we hoe Rndom Jong gebruikt kan worden om de ketensamenwerking rondom depressiepreventie bij jongeren in jouw gemeente te versterken met als uitgangspunt een school. De beschreven werkwijze is bedoeld als inspiratie en niet als vast gegoten blauwdruk. In iedere regio spelen verschillende professionals een rol in de ketensamenwerking en liggen er andere prioriteiten.

3.1 De start

Voor de start van Rndom Jong is het nodig dat een middelbare school bereid is om met de wegwijzer aan de slag te gaan. Dit kan gaan om een school waar al contact mee is in het kader van de [Gezonde School](#) of [Welbevinden op school](#). Of misschien spelen er situaties op een school rondom depressie (bijvoorbeeld hoge prevalentiecijfers) die aandacht vragen en waarop aangehaakt kan worden. De initiatiefnemer is in staat om de belangrijkste actoren om de tafel te krijgen. Het betreft hier minimaal de partners die al actief zijn op de school (bijv. de zorgcoördinator en de mentor) en de partners met wie de school al samenwerkt rondom psychische gezondheid.

! TIP

Het proces kan ook op een meer overkoepelend niveau worden aangepakt, bijvoorbeeld vanuit een gemeente, of meerdere scholen. In de pilots die in 2018 zijn uitgevoerd ging het ook wel van breed naar smal (eerst een overkoepelend gezelschap met de gemeente, daarna op een school) of juist van smal naar overkoepelend (eerst op een school, daarna breder op een gemeentelijk niveau als blijkt dat eerst stappen moeten worden gezet in het gemeentelijk beleid). Dit is afhankelijk van of depressiepreventiebeleid al op een gemeentelijk niveau gestart en verankerd is.

3.2 Stappenplan

Bij de inzet van Rndom Jong kunnen de volgende stappen worden gezet:

1. Versturen uitnodiging startmoment
2. Bijeenkomst 1: Startmoment
 - a. Welkom en kennismaking
 - b. Uitleg van Rndom Jong, MJP en bewustwording urgentie
 - c. Wiel met betrokken organisaties en personen: welke professionals zitten er aan tafel en wie missen we?
 - d. Aan de slag met het bord: wat doen we al op de stap, wie zijn betrokken en zouden betrokken moeten worden, waar liggen verbeterpunten en welke acties zetten we uit?
 - e. Afsluiting: samenvatting & vervolg
3. Bijeenkomst 2: Verdergaan met de wegwijzer en dit eventueel breder trekken naar grotere groep professionals
4. Bijeenkomst 3: Bespreken voortgang actieplan en hoe verder

Dit is een voorbeeldopzet en geen vast gebeiteld stramien. In de pilots die zijn uitgevoerd in 2018 liep het aantal bijeenkomsten uiteen van één tot vier bijeenkomsten.

De reis van de jongere vormt het spelbord, en van alle professionals in het wiel zijn losse kaartjes gemaakt. Voor iedere deelnemer is een digitale instructie van de wegwijzer Rndom Jong gemaakt. Deze stuur je van tevoren toe aan alle deelnemers.

Voorbeeld van een tijdpad

Actie	Duur	Doorlooptijd	Eindproduct
1. Uitnodiging		Week 1	uitnodiging
2. Startmoment Rndom Jong	2 - 2,5 uur	Week 1 – 4	Foto's / actielijst stand van zaken ketensamenwerking
3. Verder gaan met Rndom Jong.	2 uur	Week 5 – week 8	Foto's / actielijst. Voortgang acties bespreken, verbeterplan verbreden, eventueel herzien en afspraken
4. Evaluatie, voortgang actieplan	2 uur	Week 12	Actielijst

Uitnodiging

De initiatiefnemer verstuurt de uitnodiging minimaal naar:

- Een of meer afgevaardigden vanuit de school (denk aan mentor, zorgcoördinator, schooldirecteur)
- De ketenpartners met wie er vanuit de school al wordt samengewerkt (denk aan schoolmaatschappelijk werk, JGZ en sociaal wijkteam)

De uitnodigingsbrief bevat de volgende onderdelen:

- Urgentie van het probleem (# jongeren met mogelijk depressie in gemeente en op de betreffende school)
- Doelstelling versterken ketensamenwerking en depressiepreventie
- Planning van proces
- Agenda van startbijeenkomst
- Nodige voorbereidingen
- Locatie en tijd

Zie voor een voorbeeldbrief bijlage 5.

Bijeenkomst 1: Startmoment

Het doel van het startmoment is om de huidige ketensamenwerking in kaart te brengen en aangrijpingspunten voor verbetering op te stellen (acties). De initiatiefnemer organiseert het startmoment (locatie, uitnodiging etc.) en bereidt en zit de bijeenkomst voor. De eerste bijeenkomst wordt voor het grootste deel ingevuld met de wegwijzer Rndom Jong. Na de bijeenkomst weet iedere deelnemer wat hij of zij gaat doen om de ketensamenwerking te versterken.

Bij het startmoment dienen minimaal aanwezig te zijn:

- De initiatiefnemer
- Een of meer afgevaardigden vanuit de school (denk aan mentor, zorgcoördinator, schooldirecteur)
- De ketenpartners met wie er vanuit de school al wordt samengewerkt (denk aan schoolmaatschappelijk werk, JGZ en sociaal wijkteam)

Duur: 2 - 2,5 uur.

In bijlage 6 zit een voorbeeld voor een agenda van het startmoment.

De agenda voor het startmoment kan er als volgt uitzien:

a. Welkom en kennismaking

De initiatiefnemer heet alle aanwezigen welkom en geeft het doel van het startmoment aan. Er vindt een korte kennismakingsronde plaats.

b. Uitleg model en MJP. De initiatiefnemer benadrukt de urgentie om de ketensamenwerking te verbeteren door het delen van cijfers op gemeentelijk niveau en schoolniveau (aantal depressieve jongeren en evt. daaraan gerelateerde problemen, zoals schoolverzuim, middelengebruik en (gedachten aan) suicide.

c. Wiel met betrokken personen en organisaties: welke professionals zitten er aan tafel en wie missen we? Neem als basis het wiel. Hier begint de start van de wegwijzer Rndom Jong. Lees voor een precieze instructie het boekje voor alle deelnemers.

De belangrijkste vragen zijn:

- Wat doen we al in deze stap?
- Wie zijn bij deze stap betrokken?
- Wie zou ook betrokken moeten zijn?
- Welke acties gaan we uitzetten om deze stap en/of de samenwerking te verbeteren?

Als begeleider van de wegwijzer Rndom Jong vraag je ook goed door naar stappen (wat gaat goed, wat niet), hoe de samenwerking loopt en of de taken goed op elkaar zijn afgestemd. Samen spreken jullie de acties af die een ieder invult op eigen actiekaarten uit de wegwijzer Rndom Jong. Deze actiekaarten vormen uiteindelijk het verbeterplan. Maak hiervan een foto. Je houdt deze acties ook bij op de actielijst (zie bijlage 7). Denk bij acties aan de succesfactoren & tips (bijlage 4).

d. Verbeterplan bespreken: Kijk naar de acties tot dusver. Als uitkomst van deze 1^e bijeenkomst wordt een aantal afspraken gemaakt:

- Zijn er prioriteiten in de actiepunten?
- Welk laaghangend fruit kan worden opgepakt?
- Welke andere professionals worden eventueel ook uitgenodigd voor 2^e bijeenkomst?

e. Afsluiting: samenvatting en vervolg

De initiatiefnemer vat kort de belangrijkste conclusies samen. Alle betrokken ketenpartners gaan in de komende weken aan de slag met hun actiepunten.

Tot slot:

- Spreek af hoe jullie elkaar op de hoogte houden (denk ook aan succeservaringen!) en wie hier initiatief voor neemt. Logischerwijs houdt de initiatiefnemer vinger aan de pols en stuurt de actielijst met de foto's rond, maar dit kan ook anders geregeld worden. Bijvoorbeeld in een van de pilots was de initiatiefnemer en begeleider de GGZ, maar nam de regionale GGD de coördinatie over van de acties.
- Maak samen een vervolgafspraken met de kerngroep en eventueel bredere groep ketenpartners uit om de voortgang van de actie te bespreken en de wegwijzer Rondom Jong af te maken, bijvoorbeeld na 4-6 weken.

! TIP

Om het levendig en echt te houden kan het goed werken om een casus van een jongere in te brengen. Dan kan heel helder gemaakt worden waar en op welke stappen het goed gaat, en waar niet. Tijdens de pilots is ook een aantal keer gewerkt met een ervaringsdeskundige die zelf kon vertellen over zijn of haar ervaringen in de praktijk en mee kon denken met het verbeterplan. Je kunt ook een vertegenwoordiger uit de ouderraad deel laten nemen voor het ouderperspectief. Waak er bij het inzetten van jongeren en ouders wel voor dat het individuele perspectief niet alleen op de voorgrond staat. Het gesprek gaat over ketensamenwerking en depressiepreventiebeleid: Wat gaan jullie doen om dit te verbeteren voor alle jongeren?

Bijeenkomst 2: Verder gaan met de wegwijzer Rondom Jong en voortgang acties

Het doel van deze bijeenkomst is om verder te gaan met de wegwijzer Rondom Jong, de voortgang van de acties te bespreken en eventueel om de acties breder te trekken naar een grotere groep organisaties en professionals. Het is weer de bedoeling dat alle aanwezige ketenpartners na deze bijeenkomst precies weten **wat** zij **wanneer** gaan doen om bij te dragen aan een betere ketensamenwerking, ook de eventueel nieuw aangeschoven professionals.

Duur: 2 uur.

De bijeenkomst kan er als volgt uit zien:

- Introductie van eventuele nieuw aangeschoven ketenpartners
- Samenvatting van uitkomsten startmoment
- Wat is er met de acties gebeurd? Wat moet er nog gebeuren?
- Verder gaan met de wegwijzer Rondom Jong
- Alle deelnemers gaan weer naar huis met de actiekaarten, de oude en eventuele nieuwe
- Initiatiefnemer of andere professionals stuurt actielijst met foto's door naar alle deelnemers.

! TIP

Het kunnen intensieve bijeenkomsten zijn dus voor de concentratie kan het geen kwaad even een energizer in de groep te gooien. Zie voor ideeën bijvoorbeeld:

<http://www.werkvormen.info/werkvorm/overzicht.php?search=true&cat=energizers>

Bijeenkomst 3: Evaluatie en voortgang van het actieplan

Na 1-2 maanden komen alle ketenpartners (en eventuele nieuwe ketenpartners) weer bij elkaar om te evalueren in hoeverre de acties uit het verbeterplan behaald zijn: wat is er gelukt? En wat heeft dit opgeleverd? Wat is blijven liggen? Hoe kan dit alsnog opgepakt worden?

Investeren in een goede ketensamenwerking om depressiepreventie op de school en in de gemeente vorm te geven heeft blijvend aandacht nodig. De initiatiefnemer bespreekt met de ketenpartners hoe zij hun werkwijze in de toekomst voort kunnen zetten.

! TIP

Maak deze bijeenkomst feestelijk om de eerste stappen voorwaarts te vieren! Maak meteen de afspraak om dit jaarlijks te evalueren en plan de eerste afspraak al in.

Bijlage 1. Bouwstenen voor preventiebeleid

Overzicht van instrumenten voor het maken van preventiebeleid, en depressiepreventiebeleid in het bijzonder:

- De **integrale aanpak** voor depressiepreventie: <https://www.loketgezondleven.nl/gezonde-gemeente/depressie/een-integrale-aanpak-depressiepreventie> . Deze handleiding bestaat uit de volgende stappen om beleid rondom depressiepreventie op te stellen en uit te voeren:
 1. Cijfers en feiten
 2. Landelijke kaders (waaronder het MJP)
 3. Een integrale aanpak (pijlers Fysieke en sociale omgeving, Voorlichting en educatie, Signalering en advies, Ondersteuning)
 4. Effecten
 5. Doelstellingen formuleren
 6. Financiering
 7. Samenwerken
 8. Evalueren
 9. Interventies (hier zitten alle databanken met interventies in)
- **Databanken** met daarin het aanbod aan **interventies** voor depressiepreventie: <https://www.loketgezondleven.nl/interventieoverzicht2/Depressie>
En jeugdinterventies: <http://www.nji.nl/nl/Databank/Databank-Effectieve-Jeugdinterventies/Erkende-interventies?filter=deionderwerp&remove=true>
- Het **beleid** maken voor een **Gezonde school**: <https://www.gezondeschool.nl/voortgezet-onderwijs/aan-de-slag-met-gezonde-school/gezonde-school-uitvoeren>
- Het programma **Welbevinden op school** bestaat uit een pakket van op elkaar afgestemde hulpmiddelen voor scholen uit het primair en voortgezet onderwijs om actief en integraal het psychisch welbevinden op school te bevorderen. <https://www.welbevindenopschool.nl/>
- De **JGZ richtlijn depressie**: <https://www.ncj.nl/richtlijnen/alle-richtlijnen/richtlijn/?richtlijn=37>
- Handreiking **Hoe werk je samen** - Een handreiking om te komen tot effectieve samenwerking in de zorg voor jeugd <https://d1l066c6yi5btx.cloudfront.net/ncj/ncj/docs/6f423c60-947f-4ae1-b711-bcd9202b9eba.pdf>
- **Preventiematrices** voor het overzichtelijk maken van activiteiten en interventies per doelgroep (waaronder jeugd) in een gemeente. <https://www.ncj.nl/preventiematrices/>
- De **Kenniskaart 'Kwaliteit verbinding onderwijs en jeugdhulp'** van het NJI geeft praktische tips en tools voor een sterk jeugd- en onderwijsbeleid.: <https://www.nji.nl/kenniskaart-Kwaliteit-Verbinding-Onderwijs-en-Jeugdhulp.pdf>. Er is ook een website voor de verbinding tussen jeugdhulp en onderwijs: <http://www.onderwijsjeugd.nl/>.
- **Toolbox Wijkteams & jeugd**: <https://www.wijkteamswerkenmetjeugd.nl/> . Onderdeel van deze toolbox is het samenwerken in de keten: <https://www.wijkteamswerkenmetjeugd.nl/samenwerken-in-de-keten>.
- **Materiaal van 113 Zelfmoordpreventie** voor het onderwijs, geeft praktische tools om preventiebeleid mee vorm te geven (zoals de handreiking, signaleringskaart, stappenplan en voorbeelden van andere scholen). <https://www.113.nl/onderwijs>

Bijlage 2. Websites

<https://www.gezondeschool.nl/> - Op deze website is alle informatie te vinden over de Gezonde School-aanpak en de thema's per onderwijssector. De preventie van depressie valt onder het thema Welbevinden.

[Jouwggd.nl](https://www.jouwggd.nl) – Een website waar jongeren antwoorden vinden op vragen over het lichaam, gevoel en dingen waar ze liever niet thuis over praten.

[Omgaan met depressie](https://www.omgaanmetdepressie.nl) - Op deze website kunnen mensen meer informatie over depressie en de campagne 'Omgaan met depressie' vinden. Ook kan men daar terecht voor tips om depressie te voorkomen. Door o.a. het ministerie van VWS.

[Grip op je dip](https://www.gripopjedip.nl) - Website waar jongeren met depressieve gevoelens terecht kunnen voor tips, contact met een dipdeskundige, anoniem contact met andere jongeren die in een dip zitten of een cursus kunnen volgen.

[113 Zelfmoordpreventie](https://www.113zelfmoordpreventie.nl) is de nationale organisatie voor preventie van suïcide met als missie, een land waarin niemand eenzaam en radeloos sterft door zelfmoord. Mensen met suïcidale gedachten en hun naasten kunnen 24x7 en anoniem een beroep doen op het online hulpaanbod met crisishulplijnen, online therapie en zelfhulp.

[Wijzijnmind.nl](https://www.wijzijnmind.nl). Informatie over psychische klachten en over Mind – samen psychische gezondheid verbeteren.

[Mentaalvitaal.nl](https://www.mentaalvitaal.nl). Informatie over mentale fitheid en psychische gezondheid, met speciale online tools voor jongeren.

Dit overzicht is niet uitputtend.

Bijlage 3. De betrokken organisaties en personen in het wiel

Domein	Organisaties	Actoren
	Centraal	
		Jongere
	Ouderraad	Ouders
	Jongerenraad	Vrienden
school	School	Mentor school
		Docent
		Schooldirecteur
		Zorgcoördinator school
	Jeugdgezondheidszorg (in het wiel JGZ)	Jeugdarts
		Jeugdverpleegkundige
	Schoolmaatschappelijk werk	Schoolmaatschappelijk werker Schoolpsycholoog
zorg	Huisartsenzorg	Huisarts
		POH-GGZ
	GGZ	Basis GGZ behandelaar
		Specialistische GGZ behandelaar
	Jeugdhulp	CJG medewerker
		Sociaal wijkteam medewerker
	Aanbieders interventies	Zelfhulp aanbieder
		Groepsinterventie aanbieder
wijk	Wijk & Vrije tijd	Jongerenwerker
		Sportcoach / trainer Docent muziek / cultuur
	Faciliterende ring	
	GGD	Adviseur Gezondheidsbevordering GGD Gezonde School adviseur Epidemioloog
	Gemeente	Wethouder gemeente Beleidsmedewerker gemeente Leerplichtambtenaar
	Samenwerkingsverband	Medewerker Samenwerkingsverband
	Landelijke ring	
	Beroepsverenigingen	
	Kennisinstituten	
	Belangenverenigingen	
	Ministeries	
	Onderwijsraden	

Bijlage 4. Tips om de succesfactoren te implementeren

Oftewel, wat zijn de tips om de succesfactoren werkzaam te maken?

Succesfactor 1: depressiepreventie bij jongeren is onderdeel van gemeentelijk lokaal beleid

Tips:

- Stel de urgentie van het probleem vast, bijvoorbeeld door een regionale probleemanalyse (vanuit gezondheidsmonitor GGD), of een rekenmodel: xx aantal jongeren, dat betekent xx aantal depressieve jongeren, xx aantal schoolverzuim, xx aantal suïcides, xx kosten). – *gemeente, GGD*
- Organiseer één of meer bijeenkomsten met vertegenwoordigers van alle ketenpartners om tot een gezamenlijke visie op depressiepreventie bij jeugd te komen. – *gemeente of bijv. iemand vanuit GGZ of GGD*

Succesfactor 2: er is financiering voor depressiepreventie bij jongeren

Tips:

- Zorg voor een startsubsidie, bijvoorbeeld vanuit een landelijk traject (bijv. in het verleden de Jeugdimpuls), een provinciale of gemeentelijke subsidie of een (regionaal) verzekeringsfonds. *gemeente of bijv. iemand vanuit GGZ of GGD*
- Streef naar structurele financiering voor depressiepreventie (geen projectfinanciering) vanuit de gemeente zodat de ketensamenwerking duurzaam blijft. – *gemeente*
- Zoek naar een gezamenlijke financiering vanuit verschillende beleidsterreinen (denk aan gezondheidsbeleid, jeugdbeleid, onderwijsbeleid). – *gemeente*

Succesfactor 3: er is schoolbeleid voor preventie van depressie

Tips:

- Maak een inventarisatie op organisatieniveau: – *school*
 - gezondheidsgegevens van de leerlingen (en eventueel leerkrachten), maak gebruik van de data uit de screeningsuitkomsten van de JGZ
 - wensen en behoeften van schoolmedewerkers, ouders en jongeren
 - wat de school al doet (quick wins)
 - beleidsprioriteiten of speerpunten van de school of het bestuur
- Neem de aanpak voor depressiepreventie mee in het beleid van de Gezonde School – *school*

Succesfactor 4: er is een duidelijke regievoerder op de ketensamenwerking

Tips:

- Beleg de regierol bij een enthousiaste trekker, bijvoorbeeld iemand uit de GGZ (preventie), van de GGD (gezondheidsbevordering) of een beleidsmedewerker van de gemeente. - *gemeente*
- Zorg ervoor dat de trekker een onafhankelijke positie heeft. - *gemeente*
- Leg vast welke taken en bevoegdheden de regievoerder heeft en hoe deze daarop kan worden aangesproken. – *gemeente*

Succesfactor 5: ketenpartners kennen elkaar en weten elkaar te vinden

Tips:

- Sluit aan bij bestaande reguliere bijeenkomsten over depressiepreventie/ weerbaarheid/ gezondheid van jongeren, of blaas deze nieuw leven in, bijv. het ZAT overleg op school, zorgoverleg met buurtteam en huisarts. - *alle ketenpartners*
- Organiseer een start-/inspiratiebijeenkomst evt. in de vorm van een toekomstverkenning. Neem hierin de wensen van ervaringsdeskundige jongeren mee. – *gemeente of regievoerder*
- Investeer in een informele kennismaking, bijvoorbeeld door een borrel te organiseren. – *alle ketenpartners*
- Spreek naar elkaar uit, of leg op papier vast, wat de meerwaarde is van samenwerking. Sta stil bij het gezamenlijke belang. – *alle ketenpartners*
- Ga op zoek naar wat goed gaat in de huidige samenwerking; hoe kan dit verder worden uitgebouwd? Bevraag hierbij ervaringsdeskundige jongeren. – *alle ketenpartners*
- Maak een samenwerkingsovereenkomst met alle partijen waarin alle afspraken over taken en verantwoordelijkheden, beleid, interventies, deskundigheid en overleg duidelijk in staan verwoord. – *gemeente of regievoerder*
- Zorg voor een goede en inspirerende informatievoorziening binnen het netwerk van ketenpartners, bijvoorbeeld door een gezamenlijke nieuwsbrief of de inzet van social media.– *regievoerder*

Succesfactor 6: professionals zijn deskundig in het signaleren, verwijzen en begeleiden

Tips:

- Zorg voor een lokaal of maak gebruik van een landelijk aanbod deskundigheidsbevordering voor alle actoren die direct met de jongeren werken (mentor, schoolmaatschappelijk werk, jongerenwerker, sportcoach, JGZ, huisarts, wijkteams etc.). – *gemeente of GGZ*
- Neem richtlijnen als uitgangspunt voor deskundigheidsbevordering. Een richtlijn bevat evidence-based kennis gekoppeld aan ervaringskennis en kennis uit de praktijk en daarnaast aanbevelingen voor signalering, advies, preventie en behandeling van psychische problemen. – *gemeente, GGZ, JGZ of huisartsenzorg*
- Maak scholingsbudget vrij voor de professionals die met kinderen en ouders werken – *managers van alle organisaties in de keten (school, huisartsenpraktijk, consultatiebureau etc.)*
- Faciliteer laagdrempelige consultatiemogelijkheden (zorg voor tijd, voor een contactlijst) – *managers van alle organisaties in de keten (school, huisartsenpraktijk, consultatiebureau etc.)*

Succesfactor 7: er zijn voldoende effectieve preventieve interventies beschikbaar

Tips:

- Maak een inventarisatie van het bestaande aanbod en het wenselijke aanbod – *regievoerder of GGD*
- Maak gebruik van de [Databank Effectieve Jeugdinterventies](#) voor de selectie van effectieve preventieve interventies. – *regievoerder of GGD*
- Zorg voor de verbinding tussen de secties Beleid en Inkoop, want beleidskaders dienen leidend te zijn voor de inkoop van aanbod. – *gemeente*
- Zorg voor voldoende en betaalbare naschoolse activiteiten voor zinvolle vrijetijdsbesteding. Deze activiteiten hebben ook een preventieve werking voor andere probleemgebieden. – *gemeente, jongerenwerk, sportverenigingen*

Succesfactor 8: de sociale kaart wordt actief bijgehouden

Tips:

- Creëer een gezamenlijke digitale plek waarop alle ketenpartners kunnen inloggen en zelf hun gegevens up-to-date kunnen houden. – *regievoerder*
- Maak gebruik van de Preventiematrices van het NCJ. Deze helpen bij het overzichtelijk maken van de activiteiten en interventies die er in een gemeente zijn:
<https://www.ncj.nl/preventiematrices> – *GGD*

Succesfactor 9: er is sprake van warme overdracht

Tips:

- Zorg voor een goede zorgstructuur, extern en intern, en korte lijnen met direct betrokkenen. – *school*
- Vraag of de informatie van de verwijzer doorgegeven kan worden aan begeleider/behandelaar. – *alle ketenpartners*
- Neem actief contact met elkaar op om informatie te delen (vooral over wat er al is gedaan en wie er al bij betrokken zijn). – *alle ketenpartners*
- Betrek jongeren en ouders bij de overdracht, laat hen zo mogelijk aanwezig zijn bij het overdrachtsmoment – *alle ketenpartners*

Succesfactor 10: de monitoring is belegd bij een professional of organisatie die een jongere over een langere tijd volgt

- Beleg deze taak bijvoorbeeld bij de zorgcoördinator op school of de jeugdarts. – *zorgcoördinator, jeugdarts of huisarts/ POH-GGZ*
- Betrek de jongere bij de keuze van deze persoon. – *mentor, zorgcoördinator, jeugdarts of huisarts/ POH-GGZ*

Bijlage 5. Voorbeeld uitnodiging

[datum]

Betreft: Uitnodiging Random Jong – Depressiepreventie rond jongeren

Beste [naam],

Hierbij nodig ik u van harte uit om uw bijdrage te leveren aan Random Jong – Depressiepreventie rond jongeren. Mijn naam is [xxx] en ik ben werkzaam bij [xxx]. De gemeente heeft mij aangewezen als initiatiefnemer voor het versterken van ketensamenwerking en depressiepreventie rond jongeren van 12 tot 18 jaar in [gemeente of regio].

Depressie komt veel voor onder jongeren!

Jaarlijks heeft 1 op de 5 jongeren last van depressieklachten en 1 op de 22 maakt een depressie door. In [gemeente of regio] betekent dat jaarlijks:

- [aantal] jongeren met depressieklachten
- [aantal] depressieve jongeren

Voor [school] betekent dat jaarlijks:

- [aantal] jongeren met depressieklachten
- [aantal] depressieve jongeren

Toch ontbreekt het vaak aan beleid, regie en een goede samenwerking op het gebied van depressiepreventie.

Model ketensamenwerking

Random Jong is ontwikkeld om ketenpartners rondom depressiepreventie bewust te maken van de taken en verantwoordelijkheden van de partners en de stappen die gezet kunnen worden. De wegwijzer zet aan tot actie voor het organiseren van een effectieve ketenaanpak rondom depressiepreventie en geeft ideeën om met de samenwerking echt aan de slag te gaan¹. Eén school wordt als uitgangspunt genomen en de samenwerking vanuit deze school met andere ketenpartners wordt onder de loep genomen: wie doet wat en wat kan beter? De jongere staat hierbij centraal.

Uitnodiging startmoment en wegwijzer Random Jong

Ik nodig u van harte uit voor het startmoment:

Datum: [xxx]

Tijdstip: [xxx]

Locatie: [xxx]

¹ De wegwijzer is ontwikkeld binnen het Meerjarenplan Depressiepreventie (MJP) van het ministerie van VWS. Met het MJP wil VWS vooral dat de keten van bewustwording, signalering van depressieve klachten, bespreken, verwijzen en toeleiden naar passend aanbod wordt versterkt.

Het doel van het startmoment is om samen met andere ketenpartners de huidige samenwerking in kaart te brengen, de stappen die al gezet zijn en actiepunten te formuleren voor verbetering. Dit doen we door het spelen van Random Jong.

Wat betekent deelname verder?

- Het **oppakken** van **een of meer actiepunten** die u bij het startmoment geformuleerd heeft;
- Uw **deelname** aan een **vervolgbijeenkomst** op **[datum]** van **[tijdstip]** voor **vervolg van het spelen van de wegwijzer Random Jong**, met eventueel nieuw aangeschoven ketenpartners. Doel: welke acties zijn al geslaagd? Waar liggen knelpunten en hoe kunnen die opgelost worden? Welke nieuwe acties kunnen geformuleerd worden?

Uw **deelname** aan de **evaluatiebijeenkomst** op **[datum]** van **[tijdstip]**. Doel: wat is er gelukt? En wat heeft dit opgeleverd? Wat is blijven liggen? Hoe kan dit alsnog opgepakt worden?

Ik hoor heel graag of u uw bijdrage wil leveren aan de ketensamenwerking en depressiepreventie voor jongeren en zich opgeeft voor het startmoment van Random Jong op **[datum]**. Als u deelneemt ontvangt u t.z.t. de agenda.

Mocht u vragen hebben over uw deelname dan kunt u uiteraard contact met mij opnemen.

Met vriendelijke groet,

[Naam initiatiefnemer]

[Functie]

[Organisatie]

[Telefoonnummer]

[E-mailadres]

Bijlage 6. Voorbeeld agenda startmoment

Datum: [xxx]

Tijd: [xxx]

Locatie: [xxx]

1. Welkom en vaststellen agenda (10 min)

2. Kennismaking (10 min)

- Naam en functie
- Hoe kom je in aanraking met de doelgroep; hoe werk je nu?

3. Rondom Jong (10 min)

- Rondom Jong ontwikkeld binnen Meerjarenplan Depressiepreventie ministerie VWS
- Urgentie van het probleem in de regio (Om hoeveel jongeren met depressie(klachten) gaat het in deze gemeente op regio? En hoe groot is aantal naar schatting op deze school?)
- Planning

4. Wegwijzer Rondom Jong (80 min)

- Welke partners zitten er aan tafel en wie missen we?
- Wie doet wat en wat kan beter?

5. Afsluiting: samenvatting & vervolg (10 min)

- Belangrijkste bevindingen
- Geformuleerde acties
- Volgende bijeenkomst

Bijlage 7. Voorbeeld actielijst

Stap	Actie	Wie	Wanneer
Informatie			
Educatie			
Signalering			
Zelfhulp			
Screening			
verwijzing			
Individuele begeleiding			
Groepsinterventies			
Behandeling			
Monitoring			
Nazorg			