

HANDREIKING

Bevordering mentale gezondheid jeugd

Als gemeente aan de slag met welbevinden



1. Inleiding

1. Inleiding

Kinderen en jongeren ontwikkelen zich het beste als ze lekker in hun vel zitten, zichzelf kunnen zijn, en gezond en veilig opgroeien in een kansrijke omgeving. Kortom: als zij een hoge mate van welbevinden ervaren. De maatschappelijke urgentie om in en om school te werken aan welbevinden is enorm. Gemeenten hebben hierin een wettelijke taak, maar werken aan welbevinden is een taak voor ons allemaal: ouders, verzorgers, scholen, GGD'en én de domeinen jeugd, volksgezondheid, armoede en onderwijs binnen gemeenten. Hoe kunt u als gemeente samen met deze partners werken aan een samenhangend beleid dat de mentale gezondheid van alle jeugd ten goede komt? In deze handreiking vindt u informatie waarmee u direct aan de slag kunt: na de inleiding met enkele cijfers en de wettelijke kaders, vindt u een stappenplan om te komen tot een gezamenlijk gedragen plan. Hierna volgen tips over hoe u invulling kunt geven aan dit beleid en ten slotte enkele inspirerende voorbeelden.



1. Inleiding

1. Inleiding

Er zijn verschillende maatschappelijke ontwikkelingen en trends die impact hebben op de mentale gezondheid van jongeren en de vraag naar jeugdzorg doen toenemen. Toenemende prestatiedruk, sociale verwachtingen en groeiende kansenongelijkheid zijn in dit kader belangrijke uitdagingen ⁽¹⁻⁴⁾. Jongeren ervaren hierdoor toenemende stress en hebben meer risico op mentale problemen, zoals depressieve klachten, angst, eenzaamheid en slaapproblemen ^(2,4). Ook de nasleep van de coronacrisis speelt hierbij een rol ⁽¹⁰⁾. Het SCP voorspelt dat het risico op verslechtering van de psychische gezondheid vooral groot zal zijn voor jongeren, laagopgeleiden, migranten en mensen met een arbeidsbeperking. Daarnaast lijkt er zich steeds duidelijker een maatschappelijke scheidslijn af te tekenen tussen jongeren met meer en minder kansen: sociaal economische gezondheidsverschillen nemen toe ^(4,5).

Het belang van preventie

Steeds meer jongeren maken gebruik van jeugdzorg, waardoor gemeenten grote financiële tekorten hebben. Daarnaast is er soms niet genoeg personeel beschikbaar door krapte op de arbeidsmarkt. Dit is van invloed op de kwaliteit van en toegang tot de jeugdzorg. Zowel internationale als Nederlandse studies laten zien dat je hier wat aan kunt doen door te investeren in preventie vanuit een integrale aanpak ⁽⁶⁻⁸⁾. Het voorkomt

problemen of leidt beginnende problematiek in goede banen, zodat er voor minder jongeren zorg nodig is. Preventie betreft zowel het bevorderen van een positieve ontwikkeling van alle kinderen en jongeren (collectieve preventie), als het juiste aanbod bieden indien de ontwikkeling gevaar loopt of als er sprake is van psychosociale problematiek (individuele preventie). Hierbij is het belangrijk om oog te hebben voor het bereiken van **alle** jongeren. Denk hierbij aan gezinnen in een kwetsbare positie, met beperkte (Nederlandse) taal- en digitale vaardigheden en met multiproblematiek. De pedagogische driehoek van thuis, kinderopvang/school en zorg is hierbij essentieel.



1. Inleiding

1. Inleiding

Enkele definities

Mentale gezondheid is de manier waarop je je verhoudt tot jezelf en tot anderen en hoe je omgaat met de uitdagingen in het dagelijks leven. Tegelijkertijd gaat het ook over hoe jij en anderen in de samenleving dit ervaren ⁽¹³⁾. De term **mentale druk** wordt als overkoepelende noemer gebruikt voor het ervaren van stress, druk, somberheid, angst, of een combinatie hiervan ⁽¹⁾. Vaak wordt mentale druk aangeduid met uiteenlopende labels als burn-out, depressie en overspannenheid. Met mentale druk bedoelen we niet in eerste instantie psychische aandoeningen, al kan er een sterke samenhang zijn omdat onder mentale druk psychische klachten zich sneller manifesteren.

Enkele cijfers

Nederlandse jongeren behoren tot de gelukkigste jeugd van de wereld ⁽⁹⁾. Leerlingen op de basisschool gaven in 2021 gemiddeld een 8,0 voor hun leven. Tegelijkertijd zijn er steeds meer signalen dat mentale druk en stress toenemen bij jongeren. Met name school blijkt een bron van stress te zijn. De ervaren

schooldruk is voor jongeren de afgelopen jaren sterk toegenomen ^(2,10). In 2001 gaf slechts 16% van de jongeren in het voortgezet onderwijs aan dat zij veel druk door schoolwerk ervaren. In 2021 is dit opgelopen tot 45%. Daarnaast kampt 30% van de scholieren met druk door te veel verwachtingen van leraren, en 25% ervaart stress door te veel verwachtingen van hun ouders. Naarmate de druk die jongeren ervaren groter wordt, hebben jongeren meer last van emotionele problemen en ervaren zij minder levenstevredenheid ⁽²⁾. Het aantal jongeren dat last heeft van psychosomatische klachten is de afgelopen jaren flink gestegen. Ruim twee derde van de meisjes en de helft van de jongens in het voortgezet onderwijs ervaarden vaker dan één keer per week psychosomatische klachten. Daarnaast rapporteerde 44% van de meisjes emotionele problemen. In geen enkel eerder jaar rapporteerden meisjes in het voortgezet onderwijs zoveel problemen als in 2021 ⁽¹⁰⁾. Tot slot laat recent onderzoek zien dat kinderen en jongeren uit gezinnen met een migratieachtergrond vaker een verminderd mentaal welbevinden ervaren dan jongeren uit gezinnen zonder migratieachtergrond ⁽¹⁰⁾.

1. Inleiding

1. Inleiding

Wettelijke kaders en beleidskaders

Er zijn verschillende wettelijke kaders en beleidskaders relevant bij het vormgeven van preventie in samenwerking met kinderopvang, onderwijs en zorg (zie kader op pagina 6). Maar het bevorderen van de mentale gezondheid van kinderen en jongeren vraagt om een domeinoverstijgende en integrale aanpak. Dit vereist een goede samenwerking tussen verschillende spelers uit de verschillende beleidsdomeinen. Met de komst van het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA) in 2023 wordt een integrale benadering van preventiebeleid gestimuleerd en gefaciliteerd. Het versterken van de mentale weerbaarheid en mentale gezondheid is een van de doelen van GALA.

Daarnaast biedt de Landelijke Nota Gezondheidsbeleid gemeenten handvatten om de inzet op gezondheid en preventie te verstevigen. Druk op het dagelijks leven bij jeugd en jongvolwassenen is één van de vier gezondheidsvraagstukken die volgens deze nota voorrang verdient binnen gemeentelijk beleid.

Investeren in welbevinden werkt

Uit onderzoek ⁽⁶⁻⁸⁾ weten we dat als scholen investeren in het versterken van de mentale gezondheid en het welbevinden van hun leerlingen en studenten, volgens een integrale aanpak, dit kan leiden tot:

- Toename van sociale en emotionele vaardigheden
- Afname van probleemgedrag en angst- en depressieklachten
- Toename van leerprestaties
- Verbetering werkgeheugen en concentratie
- Positievare houding jegens school en leerkrachten
- Toename van motivatie om te leren
- Minder vertraging bij behalen diploma
- Minder schooluitval
- Betere startpositie voor maatschappelijke participatie

1. Inleiding

1. Inleiding

Wet publieke gezondheid

De Wet publieke gezondheid (Wpg) is het wettelijke kader voor de publieke gezondheidszorg. De definitie van publieke gezondheidszorg in de Wpg luidt: 'gezondheid beschermende en gezondheid bevorderende maatregelen voor de bevolking of specifieke groepen daaruit, waaronder begrepen het voorkómen en het vroegtijdig opsporen van ziekten.' Preventie staat centraal binnen de Wpg. Alle activiteiten zijn gericht op het voorkomen van gezondheidsproblemen en het bevorderen van welzijn.

GALA

Met het Gezond en Actief Leven Akkoord bouwen gemeenten, GGD'en, zorgverzekeraars en VWS gezamenlijk aan een fundament voor een lokale en regionale aanpak van preventie, gezondheid en een sociale basis. Het doel hiervan is het bevorderen en behouden van de fysieke en mentale gezondheid, waarbij speciale aandacht uitgaat naar mensen in kwetsbare situaties. Om de uitvoering van deze afspraken mogelijk te maken en gemeenten in staat te stellen de doelen te bereiken, worden financiële middelen (brede SPUK-regeling) beschikbaar gesteld.

Jeugdwet

In de Jeugdwet staat dat de gemeente verantwoordelijk is voor jeugdhulp en de uitvoering van kindbeschermingsmaatregelen en jeugdreclassering. De Jeugdwet is gericht op ondersteuning bij opgroei- en opvoedproblemen en psychische problemen. De verantwoordelijkheid van gemeenten bestaat o.a. uit het versterken van het probleemoplossend vermogen van kinderen en jongeren, hun ouders en sociale omgeving; preventie en vroegsignalering; en het tijdig bieden van de juiste hulp op maat.

Hervormingsagenda Jeugd

De Hervormingsagenda Jeugd 2023-2028 heeft als doel om knelpunten in de jeugdzorg structureel aan te pakken. Een ander doel is om het jeugdzorgstelsel financieel houdbaar te maken. Er zal geïnvesteerd worden in de kwaliteit en effectiviteit van de jeugdzorg en er zal minder papierwerk en administratie nodig zijn, zodat medewerkers daar zo min mogelijk tijd aan kwijt zijn.

Wet Passend Onderwijs

Sinds de invoering van de Wet Passend Onderwijs zijn scholen verplicht een schoolondersteuningsprofiel op te

1. Inleiding

1. Inleiding

stellen. Hierin worden ook de afspraken tussen scholen en zorgpartners over onderwijs-zorgarrangementen opgenomen. Naast de afspraken over deze arrangementen worden in het ondersteuningsprofiel extra preventieactiviteiten opgenomen, zoals programma's gericht op sociaal-emotionele vaardigheden of extra psychosociale ondersteuning. Scholen in dezelfde regio werken samen in een samenwerkingsverband. Deze samenwerkingsverbanden zijn verplicht om een ondersteuningsplan op te stellen dat via een OOGO (zie verder) moet worden afgestemd op het beleidsplan over jeugdhulp van de gemeente.

OOGO

De Jeugdwet en de wet op het passend onderwijs stellen het OOGO (op overeenstemming gericht overleg) verplicht als overleg tussen de samenwerkingsverbanden passend onderwijs en gemeentebestuurders binnen een regio. Het OOGO stemt onder andere de samenwerking van onderwijs en door gemeenten gefinancierde hulp af. Denk aan afspraken tussen de wijkteams en zorgteams op scholen, of over intensieve jeugdhulpprogramma's bij bovenschoolse voorzieningen in het speciaal onderwijs.

LEA

De Lokale Educatieve Agenda is een instrument om het lokale onderwijsbeleid vorm en inhoud te geven na de wetswijzigingen in het onderwijs(achterstanden) beleid in 2006. Het is een instrument voor gemeenten, schoolbesturen en overige partners om tot gezamenlijke afspraken te komen over het onderwijs- en jeugdbeleid. Door het thema mentale gezondheid jeugd op de LEA en/of het OOGO te zetten kunt u op gemeenteniveau de neuzen van onderwijs, jeugdgezondheidszorg en jeugdhulp meer één kant op krijgen.

Wet Sociale Veiligheid op school

De Wet Sociale Veiligheid heeft tot doel zaken als pesten aan te pakken en de sociale veiligheid voor leerlingen op school te vergroten. Scholen in het primair, voortgezet en speciaal onderwijs zijn verplicht zorg te dragen voor een veilige school voor de leerlingen. Naast het aanstellen van een coördinator voor het veiligheidsbeleid en een aanspreekpunt voor pesten, dienen scholen jaarlijks een veiligheidsmonitor uit te voeren waarbij ook het welbevinden van de leerlingen gemeten wordt. Gemeenten kunnen scholen stimuleren naast pesten aandacht te besteden aan de mentale gezondheid van de leerlingen en het bevorderen van een positief pedagogisch schoolklimaat.

2. Stappenplan

2. Stappenplan

De volgende stappen helpen u om de aandacht voor preventie te versterken en de verbinding tussen school, kinderopvang en zorg te verstevigen. Het gaat om een cyclisch proces waarbij resultaten en ervaringen binnen een fase steeds input geven voor de volgende fase.

STAP 0: Maak een startfoto van uw gemeente

LEES MEER op pag 9 >

STAP 4: Monitoring en evaluatie

- Maak afspraken met de samenwerkingspartijen hoe u de gestelde doelen en de afgesproken activiteiten gaat monitoren
- Bepaal de momenten waarop u de voortgang gaat evalueren
- Zorg voor borging van de aanpak en de bijbehorende activiteiten

LEES MEER OP PAG 12 >

STAP 3: Maak afspraken over de activiteiten en de uitvoering

- Maak duidelijke afspraken over wie wat gaat doen
- Maak afspraken over hoe u gaat afstemmen
- Beleg een (start)bijeenkomst

LEES MEER op pag 11 >

STAP 1: Bepaal samen wat nodig is

- Ga met partners om de tafel
- Bepaal samen met partners wat nodig is

LEES MEER OP PAG 9 >

STAP 2: Maak een plan van aanpak

- Bepaal samen een visie en omschrijf duidelijke doelstellingen, maak keuzes
- Maak een samenhangend pakket aan activiteiten
- Zorg voor regelmatige afstemming tussen de partners

LEES MEER OP PAG 10 >

2. Stappenplan

2. Stappenplan

STAP 0 Maak een startfoto van uw gemeente

Een goede startfoto bevat:

- lokale cijfers over de mentale gezondheid van de jeugd naar wijk/gebied (jeugdmonitor/ waarstaatjegemeente.nl) met daarin de trends (zie kader 'lokale cijfers' op pagina 12);
- een overzicht van partners uit verschillende domeinen: preventie en jeugdgezondheidszorg, collectieve activiteiten, zorg voor de jeugd, ggz, onderwijs en kinderdagverblijven;
- een overzicht van de samenwerkingsnetwerken rondom jeugd en gezinnen, preventie en onderwijs.

STAP 1 Bepaal samen wat nodig is

Ga met partners om de tafel

Breng de partners samen of sluit aan bij bestaande netwerken. Duid met hen de cijfers en bespreek wat ze al doen voor de mentale gezondheid van de jeugd en wat er nodig is. Denk in ieder geval hieraan:

- Scholen en kinderopvangorganisaties houden cijfers bij over sociaal-emotionele ontwikkeling (SEO) en ervaren veiligheid op school.

- JGZ-artsen en verpleegkundigen leveren cijfers aan op basis van gesprekken met ouders en kinderen.
- Gezondheidsbevorderaars van de lokale GGD hebben een collectieve blik en leggen verbanden tussen het pedagogisch klimaat op school en de cijfers.
- Sportclubs, wijkcentra, jongerenwerk en de wijkagent hebben een beeld van het klimaat in de openbare ruimte.
- Medewerkers uit het wijkteam of het jeugdteam zijn op de hoogte van wat er speelt in gezinnen.

Bepaal samen met partners wat nodig is

Ga met elkaar het gesprek aan over:

- Trends: waar en om welke jongeren zijn er zorgen? Welke thema's komen naar boven uit de gesprekken? Worden deze onderwerpen ondersteund door cijfers?
- Leg verbanden tussen de trends en de huidige aanpak: welke oorzaken zijn er te herleiden; waarom gaat het met sommige jongeren goed en met andere minder goed? En hoe kan er gezamenlijk worden opgetrokken om problemen eerder te voorkomen?

2. Stappenplan



2. Stappenplan

STAP 2 Maak een plan van aanpak

Bepaal samen een visie en omschrijf duidelijke doelstellingen, maak keuzes

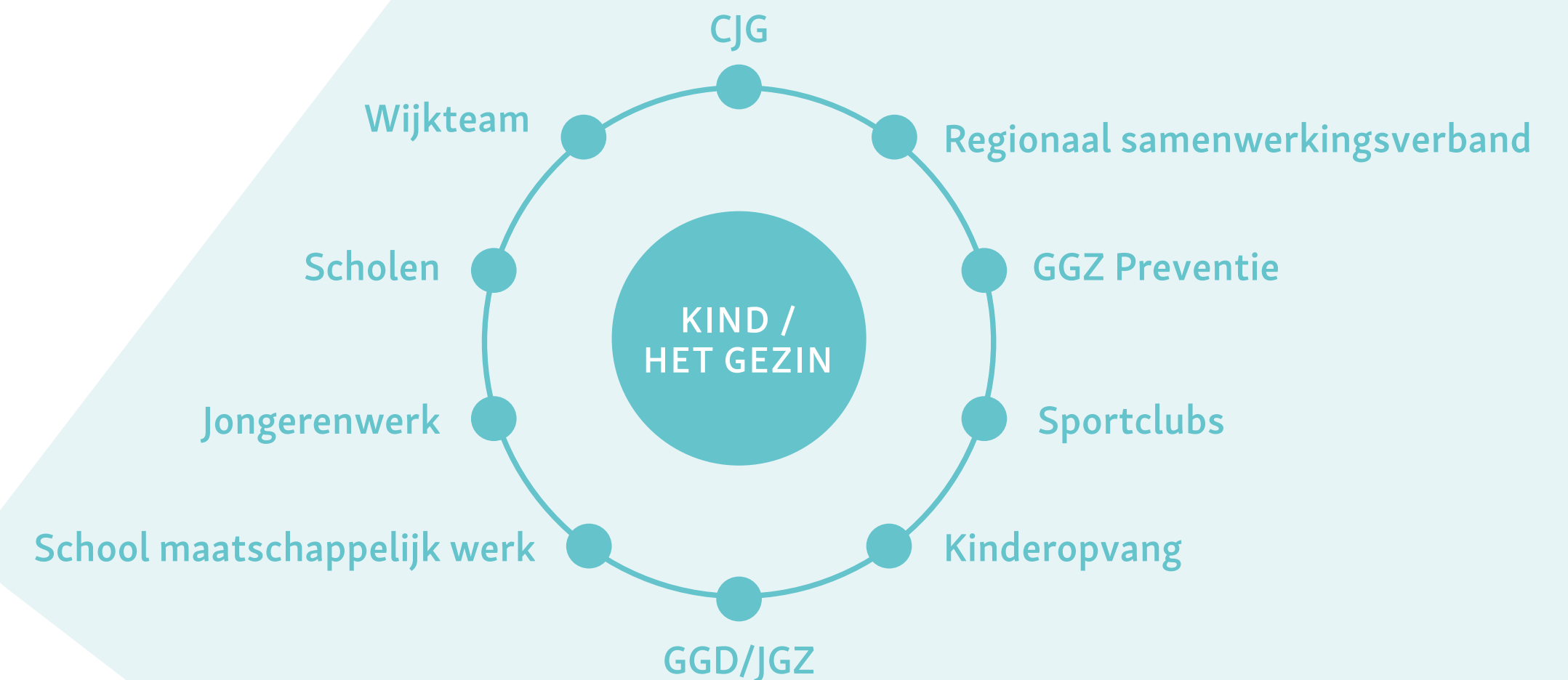
In de voorbereiding op een samenhangend (integraal) beleid is het nodig dat er draagvlak is bij partijen om gezamenlijk op te trekken. Stel elkaar oriënterende vragen en maak keuzes: “Welke aspecten vallen onder mentaal welbevinden en onder een positief klimaat? Wat draagt daar positief aan bij? Waar ligt de urgentie? En welk gezamenlijk doel beogen we met zijn allen op lange termijn?” Moet bijvoorbeeld de nadruk komen te liggen op weerbaarheid van de jeugd om niet verleid te worden tot middelengebruik of crimineel gedrag? Of op zingeving ter voorkoming van schoolverzuim? Beginnen we met de aanpak bij alle jonge kinderen voor vroege preventie? Of alleen bij jongeren met een hoger risico en zetten we in op selectieve preventie?

Maak een samenhangend pakket aan activiteiten

Stel samen vast wat er gedaan moet worden en wie wat gaat doen. Het invullen van de Preventiematrix (zie kader ‘de Preventiematrix’ op pagina 12) kan helpen bij het maken van een samenhangend pakket aan activiteiten en interventies. Spreek met elkaar over wat nog aanvullend nodig is. Bekijk ook samen waar activiteiten minder effectief zijn of waar dingen dubbel gebeuren en wat kan komen te vervallen.

Zorg voor regelmatige afstemming tussen de partners

Maak bij de afstemming zoveel mogelijk gebruik van bestaande overlegstructuren in uw gemeente, zoals de LEA en de VVE-overleggen. Of u kunt bestaande samenwerkingen/aanpakken en samenwerkingsambities, bijvoorbeeld JOGG of Kansrijke Start, herijken. Of koppel de afstemming aan nieuw te vormen coalities waar deze ambitie onderdeel van uitmaakt, bijvoorbeeld een lokaal preventieakkoord.



2. Stappenplan



2. Stappenplan

STAP 3 Maak afspraken over de activiteiten en de uitvoering

Maak duidelijke afspraken over wie wat gaat doen

Verdeel in een plan van aanpak activiteiten en de rollen: die van regisseur, verbinder, opdrachtgever, organisator en uitvoerder. Op basis van de wettelijke verantwoordelijkheden op het gebied van preventie, onderwijs en (jeugd)zorg ligt het voor de hand dat u als gemeente de regierol neemt. Bespreek op voorhand de ruimte in de organisaties om mee te doen, bijvoorbeeld aan werkgroepen. Maak samen afspraken over de activiteiten of een programma en ga na wat voor de uitvoering nodig is. Richt daarbij een lerende setting in waarin regelmatig successen worden teruggekoppeld.

Maak afspraken over hoe u gaat afstemmen

Voor blijvende commitment is het belangrijk regelmatig contact te hebben met de partners. Bedenk goed hoe zwaar u een aanpak moet of kan optuigen en blijf in gesprek met de partners over waar ruimte is, en hoe er ruimte gemaakt kan worden.

Beleg een (start)bijeenkomst

Een startbijeenkomst, een inspiratiebijeenkomst of een thematische bijeenkomst voor de verschillende partijen kan de aanpak versneld van de grond tillen. Dit is een mooi PR-moment voor de gemeente en daarnaast een kans voor uitvoerenden om elkaar te ontmoeten en bekend te raken met elkaar.



2. Stappenplan

2. Stappenplan

STAP 4 Monitoring en evaluatie

Maak afspraken met de samenwerkingspartijen over hoe u de gestelde doelen en de afgesproken activiteiten gaat monitoren

Bepaal de momenten waarop u de voortgang gaat evalueren

Bestaande monitoringsinstrumenten, zoals de gezondheidsmonitor van uw GGD, kunt u als evaluatie-instrument gebruiken.

Zorg voor borging van de aanpak en de bijbehorende activiteiten

Zorg voor borging van zowel doelstellingen en ambities als van de benodigde randvoorwaarden (budget en capaciteit). Denk hierbij aan het borgen van activiteiten van samenwerkingspartners en het maken van samenwerkingsafspraken. Deze kunnen bijvoorbeeld vastgelegd worden in opdrachten, akkoorden en gezamenlijke agenda's.

Lokale cijfers

Weten hoe het is gesteld met de mentale gezondheid van de jongeren in uw gemeente/regio? Bekijk de Gezondheidsmonitor Jeugd van uw GGD.

Hier vindt u cijfers over stress, weerbaarheid, geluk en psychosociale problemen.

Op de website van waarstaatjegemeente.nl kunt u zien hoe uw gemeente scoort op o.a. gezondheid, jeugd en jeugdhulp t.o.v. andere gemeenten en het landelijk gemiddelde.

De Preventiematrix

De Preventiematrix richt zich op het bevorderen van het normale leven, het versterken van beschermende maatregelen en het snel en effectief aanpakken van belemmerende of risicovolle factoren. De matrix maakt wensen, behoeften en speerpunten zichtbaar aan de hand van vier stappen. Om het gesprek tussen professionals vanuit gemeente en onderwijs te ondersteunen is er een matrix voor de verbinding tussen onderwijs en jeugdhulp. Deze is specifiek gericht op preventie in de verbinding van onderwijs, gemeentelijke voorzieningen voor jeugd en informele zorg.

3. Pijlers van preventief beleid

Voor uw gemeentelijk beleid zijn er drie pijlers van preventie⁽¹²⁾ die bijdragen aan een positieve mentale gezondheid voor alle jeugd, van niet kwetsbaar tot uiterst kwetsbaar. In de volgende paragrafen beschrijven we deze pijlers en geven we tips over hoe inhoud te geven aan de pijlers.

Pijler 1 Een stevig fundament voor alle kinderen en jongeren

Een stevig fundament bestaat uit beschermende factoren⁽¹¹⁾ die bijdragen aan kansengelijkheid en het mentaal welbevinden van de jongere, waardoor deze zich kan ontwikkelen en gezond kan opgroeien. Denk aan steun van volwassenen en een prettige omgeving voor kinderen binnen en buiten school. Versterking van dit soort factoren biedt een tegenwicht aan risico's en problemen en maakt kinderen en jongeren veerkrachtig. Dit is belangrijk voor alle leeftijden, want op jonge leeftijd wordt een (soms onomkeerbare) basis gelegd. Hierbij is de pedagogische driehoek thuis, school/ kinderopvang en zorg essentieel. Samenwerking tussen school, kinderopvang, zorg en ouders werkt positief op leerprestaties, ontwikkeling en welbevinden van het kind. Ouders en professionals zijn immers partners in de ontwikkeling en opvoeding van kinderen.

Voor scholen is het belangrijk een *positief klimaat* te creëren waarin leerlingen en studenten minder druk ervaren. Belangrijke elementen hiervoor zijn aandacht voor *sociaal-emotionele vaardigheden* en een open en veilige sfeer op school, waarbij ook aandacht is voor het welbevinden van de leraren. GGD'en kunnen met de school samen in beeld brengen hoe het met leerlingen en studenten gaat. Wordt er veel gepest bijvoorbeeld? Of zijn er veel problemen met de sociaal-emotionele ontwikkeling van leerlingen? Als gemeente kunt u ervoor zorgen dat er voldoende voorzieningen aanwezig zijn op scholen en de kinderopvang, zoals collectieve preventieve programma's die inzetten op het versterken van sociaal-emotionele vaardigheden.



3. Pijlers van preventief beleid

Pijler 1: Een stevig fundament voor alle kinderen en jongeren

3. Pijlers van preventief beleid

3. Pijlers van preventief beleid

Pijler 1: Een stevig fundament voor alle kinderen en jongeren

Sociaal-emotionele vaardigheden

Het gaat om (inter)persoonlijke en sociale vaardigheden. De persoonlijke vaardigheden betreffen het inzicht in de eigen gevoelens en het omgaan daarmee. De sociale vaardigheden betreffen het inzicht in de ander en de gevoelens van anderen en het beïnvloeden daarvan (mentaliseren). Het gaat hier om vaardigheden als het kunnen omgaan met druk, vertrouwen in jezelf, goed kunnen omgaan met eigen (negatieve) gedachten etc. Deze vaardigheden ondersteunen het vermogen om nieuwe informatie te verwerken en op te nemen. De ontwikkeling van deze vaardigheden begint al vroeg. Dit betekent dat investeren vanaf de conceptie, kinderopvang en peuterspeelzaal al impact heeft.

Positief klimaat

Er heerst een positief pedagogisch klimaat als kinderen en jongeren (en pedagogisch medewerkers, leraren en ouders) zich gezien en serieus genomen voelen. Er is een goede (werk)sfeer en iedereen voelt zich veilig. Daarnaast zijn er vaste regels en structuur, wat zorgt voor voorspelbaarheid en rust. Iedereen wordt geaccepteerd zoals hij of zij is.

Als gemeente kunt u voor kinderen en jongeren inzetten op voorzieningen voor talentprogramma's, sport, spel en ontspanning. Belangrijke beschermende factoren voor een mentale gezondheid zijn immers deelname aan creatieve, sportieve en sociale activiteiten⁽¹¹⁾. Op veel plaatsen in Nederland werken coalities van scholen, gemeenten en partijen rondom een school of in de wijk samen aan programma's met activiteiten die kinderen en jongeren in hun ontwikkeling stimuleren. Het programma School en omgeving van het Ministerie van Onderwijs Cultuur en Wetenschap (OCW) geeft hieraan een impuls met een subsidieregeling.

Als het gaat om een stevig fundament is het ook belangrijk dat er bij de organisaties wordt gekeken naar de begrijpelijkheid van communicatie. Bijna iedereen krijgt te maken met gezinnen die laaggeletterd of anderstalig zijn, waarbij er soms ook sprake is van lage gezondheidsvaardigheden. Hierop dient de communicatie, zowel schriftelijk als mondeling, aangepast te worden.

3. Pijlers van preventief beleid

3. Pijlers van preventief beleid

Pijler 1: Een stevig fundament voor alle kinderen en jongeren

TIP Kies voor een gestructureerde en integrale aanpak en werkwijze

- ▶ De handreiking integraal werken aan mentale gezondheid in lokaal beleid gaat in op het verbinden van de verschillende beleidsdomeinen die impact hebben op de mentale gezondheid van de bevolking. De handreiking ondersteunt gemeenten bij het uitvoeren van de afspraken uit het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA). De inhoud sluit tevens aan bij de landelijke aanpak Mentale gezondheid: van ons allemaal.
- ▶ Het landelijke kennis- en ondersteuningsprogramma Welbevinden op School helpt scholen en hun partners (zoals gemeenten en GGD) om schoolbreed en integraal te werken aan welbevinden. De kennis en tools van Welbevinden op School hebben hun basis in wetenschappelijk onderzoek. Ze helpen u snel op weg om vanuit een duurzame, gezamenlijke visie te werken aan welbevinden. Welbevinden op School is kennispartner van Gezonde School.
- ▶ De Gezonde School-aanpak helpt scholen om structureel bij te dragen aan een goede gezondheid van leerlingen, studenten en medewerkers. Scholen die werken met de aanpak kiezen zelf met welke gezondheidsthema's ze



aan de slag gaan - welbevinden is daar één van. Gezonde School adviseurs van GGD'en bieden u ondersteuning bij het samenwerken met scholen en (zorg)partijen rondom de school. Op veel plekken in Nederland werken gemeenten, GGD'en en scholen samen aan een gezonde jeugd. In de publicatie Samen sterk voor een gezonde jeugd staan tien inspirerende voorbeelden.

- ▶ Ga bij voorkeur aan de slag met een erkende interventie. Via de databank effectieve jeugdinterventies en Loketgezondleven.nl vindt u erkende interventies die ingezet kunnen worden in uw gemeente en op scholen. Voorbeelden zijn: de Vreedzame School, SWPBS en Leefstijl. Belangrijk hierbij is dat deze interventies goed ingebed worden in een schoolbrede aanpak (*whole school approach*) en/of een wijkbrede aanpak.
- ▶ Vanuit de gemeente kan gestimuleerd worden dat vanuit de kinderopvang een link wordt gelegd met Gezonde Kinderopvang. Gezonde Kinderopvang geeft richtlijnen en adviezen voor voor- en naschoolse opvang op het gebied van gezondheid en welbevinden, en tools en handvatten voor pedagogisch medewerkers. Voor pedagogisch medewerkers van de kinderopvang is er tevens de cursus Gezonde Start.

3. Pijlers van preventief beleid

3. Pijlers van preventief beleid

Pijler 1: Een stevig fundament voor alle kinderen en jongeren

TIP Zorg voor verbinding met andere initiatieven in de gemeente

- ▶ Beslis in samenspraak met lokale partners hoe de buurtsportcoaches en cultuurcoaches en andere belangrijke partners op het gebied van vrijetijdsbesteding, talentontwikkeling of een kennismakingsprogramma kunnen worden ingezet op scholen en de kinderopvang, in de wijk of het buurthuis.
- ▶ Wellicht is er in uw gemeente al een aanpak van overgewicht (bijvoorbeeld met de JOGG-aanpak (Jongeren Op Gezond Gewicht) en/of van gezondheidsachterstanden (bijvoorbeeld met SPUK-middelen) waarmee de samenhang gezocht kan worden.
- ▶ Versterk de pedagogische basis in uw gemeente, wijk, buurt of dorp en creëer een fijne omgeving voor kinderen en jongeren om op te groeien.
- ▶ De Wegwijzer voor gemeenten: bouwen aan een pedagogische basis deelt praktische tips en bouwstenen.
Help scholen om armoede te signaleren en stimuleer dat er samenwerking is met naschoolse voorzieningen, zodat het doorgeleiden van kinderen naar talentenprogramma's soepel



verloopt. Werk ook samen met partijen die gezinnen kunnen ondersteunen wanneer er veel stress is rondom geldzorgen.

- ▶ Denk aan de inzet van sleutelpersonen, wijkvaders en wijkmoeders die ouders kunnen benaderen, of bijvoorbeeld de groenteboer die tevens ouder is op school. Sociale steun is een grote beschermende factor voor kwetsbare kinderen. Een volwassene of iemand met een positieve invloed uit hun sociale omgeving die ze vertrouwen, kan het verschil maken.

TIP Zorg voor begrijpelijke communicatie voor iedereen

- ▶ Kijk bij Pharos of bij de Alliantie Gezondheidsvaardigheden naar tools die kunnen helpen bij het toegankelijk maken van de informatie vanuit de verschillende organisaties.



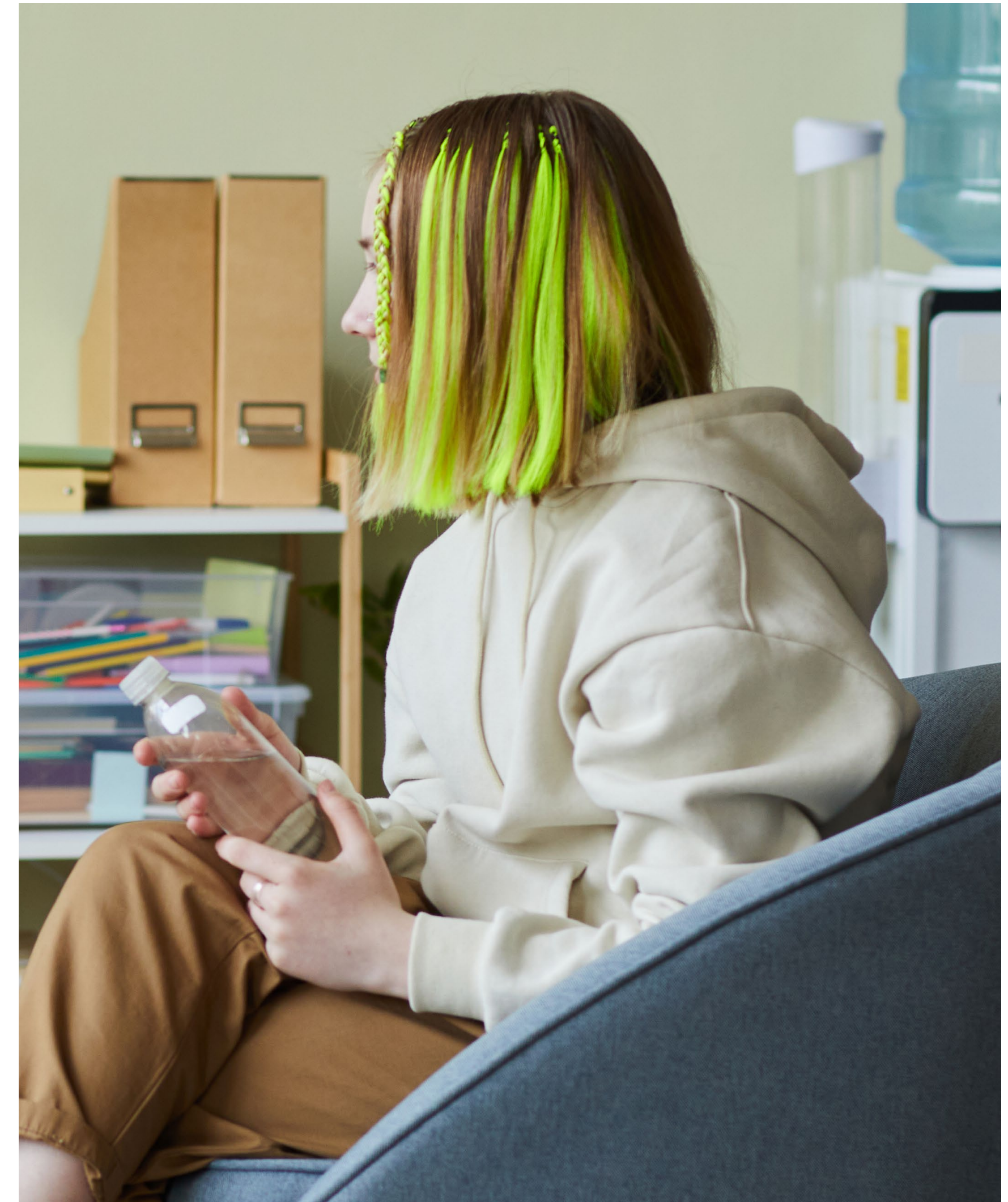
3. Pijlers van preventief beleid

3. Pijlers van preventief beleid

Pijler 2 Preventie op maat en vroegsignalering

Naast preventie gericht op alle jongeren is extra aandacht nodig voor kwetsbare jongeren. Deze jongeren hebben het nodig dat er op verschillende manieren extra toegang is om van de reguliere voorzieningen (zoals de eerdergenoemde talenprogramma's) te kunnen profiteren. Het gaat bijvoorbeeld om kinderen uit arme gezinnen, kinderen uit gezinnen die nieuw zijn in Nederland, en kinderen van ouders met een kwetsbare psychische gezondheid.

Om welke groep(en) kwetsbare jongeren het gaat in uw gemeente, bepaalt u aan de hand van lokale cijfers en gesprekken met uw stakeholders. Met behulp van bijvoorbeeld wijkprofielen brengt u in kaart waar wat nodig is voor jongeren die een extra steuntje in de rug nodig hebben in hun dagelijkse leefwereld. Breng daarnaast ook in kaart wat de belemmeringen zijn voor jongeren om gebruik te maken van bestaand aanbod. Denk hierbij aan hoe passend het aanbod is maar ook of het betaalbaar, begrijpelijk en beschikbaar is. In de collectieve voorzieningen zitten aanvullende regelingen waardoor kinderen die kwetsbaar zijn net zoveel van het positieve klimaat en de pedagogische basis kunnen profiteren als andere kinderen. Als gemeente is het daarnaast belangrijk om in te zetten op selectieve preventie en ervoor te zorgen dat er goede aansluiting is met (zorg)partijen in en om de school en de kinderopvang.



3. Pijlers van preventief beleid

3. Pijlers van preventief beleid

Tip Zet in op preventieve interventies

- ▶ De interventiematrix kan u helpen bij het kiezen van de juiste preventieve jeugdinterventies die u kunt inzetten in uw gemeente, ook voor jongeren met (beginnende) problematiek.
- ▶ Voor kinderen en jongeren van ouders met psychische en/of verslavingsproblemen is er KOPP/KOV. Voor kinderen en jongeren van gescheiden ouders is er het basisprogramma KIES. Deze programma's kunnen op school, bij maatschappelijk werk, een CJG of GGD worden georganiseerd.
- ▶ Denk ook aan preventieve (maatjes-)projecten op school, oftewel wel peer-to-peer-support, waarbij jongeren een pedagogische training krijgen en andere jongeren of kinderen begeleiden. Goede voorbeelden hiervan zijn: ExpEx, Kopkracht van de NJR, MIND Young Academy, en @ease.
- ▶ In het kader van preventie schooluitval is het raadzaam dat er duidelijke afspraken komen tussen school, JGZ, het wijkteam en de leerplichtambtenaar. Stimuleer de inzet van een effectieve interventie om preventief iets aan schoolverzuim te doen. Een goed voorbeeld hiervan is M@ZL.



- ▶ Toegang tot kinderopvang en VVE (voor- en vroegschoolse educatie) kan voor sommige kinderen uit kwetsbare gezinnen noodzakelijk zijn. Maak afspraken met de JGZ over actieve toeleiding van bepaalde risicogroepen, zoals nieuwkomers, naar kinderopvang of VVE. In sommige gemeenten werkt een voorlichter eigen taal en cultuur erg ondersteunend in het vergroten van de toeleiding naar VVE.

Tip Stimuleer samenwerking tussen partijen

- ▶ De infographic Gezonde Wijkaanpak geeft de belangrijkste onderdelen van een Gezonde Wijkaanpak weer en ondersteunt u in het samenwerken aan integraal gezondheidsbeleid.
- ▶ Rondom Jong is een wegwijzer voor professionals die betrokken zijn bij het welzijn van jongeren en depressiepreventie op scholen. Het doel is dat de keten versterkt wordt zodat depressies en andere mentale problemen bij jongeren voorkomen kunnen worden. Door middel van een spel doorlopen de professionals gezamenlijk de reis



3. Pijlers van preventief beleid

3. Pijlers van preventief beleid

die een jongere maakt als hij te maken krijgt met depressieve klachten of vragen heeft over mentale gezondheid.

- ▶ U kunt afspreken dat het jongerenwerk actief gaat samenwerken met alle scholen in uw gemeente. Jongerenwerk heeft een belangrijke preventieve, signalerende en 'outreaching' functie, waarbij verbinding tussen de thuis-, school- en straatcultuur van essentieel (preventief) belang is. Er zijn al enkele voorbeelden uitgeschreven waarbij sprake is van een succesvolle samenwerking tussen het onderwijs en jongerenwerk.
- ▶ Leg contact met buurtsportcoaches, JOGG-regisseurs en andere partijen die een rol spelen in vrijetijdsbesteding en talentontwikkeling, zoals Scouting Nederland. Samen met hen en onderwijs en kinderopvang kun je duidelijke afspraken te maken over hun signalerende functie.
- ▶ Tegenwoordig zijn er steeds meer Kindcentra 2020. In deze centra wordt gewerkt volgens één pedagogische en educatieve visie, met één team en onder één leiding aan de ontwikkeling van kinderen van 0 tot en met 12 jaar. Het doel is het bieden van optimale ontwikkelingskansen

aan kinderen. Daarbij zijn samenwerking en een bepaalde mate van integratie tussen onderwijs, kinderopvang en jeugdhulp zeer behulpzaam. De gemeente is daarom een onmisbare partner bij de ontwikkeling van Kindcentra 2020.



3. Pijlers van preventief beleid

Pijler 3 Versterken van de eerste lijn

Als er iets speelt bij kinderen en jongeren waarvoor (een lichte vorm van) zorg nodig is, is het cruciaal dat er een goede verbinding is tussen thuis, scholen, kinderopvang, JGZ en de eerstelijns zorg (schoolmaatschappelijk werk, het CJG, het wijkteam, jeugd- en gezinsteam). Deze partijen kunnen de pedagogische medewerkers, leerkrachten en docenten ondersteunen bij het begeleiden van kwetsbare kinderen en jongeren. Op tijd signaleren en bieden van hulp kan verwijzingen naar gespecialiseerde en intensievere hulp helpen voorkomen.

Ten aanzien van mentale gezondheid jeugd is het zaak dat u als gemeente de eerste lijn rondom school en kinderopvang goed organiseert. Met het versterken van de eerste lijn bedoelen we een sterke voorziening waar kinderen, jongeren en opvoeders met hun vragen terecht kunnen. Bij deze voorziening krijgen vragen een passend antwoord en wordt intensievere hulp bijgeschakeld als dat nodig is. Voor ouders en jongeren kan ondersteuning via kinderopvang/school laagdrempeliger en meer acceptabel zijn dan via een externe instelling. Door deze zorg dichtbij te organiseren, bijvoorbeeld met zorgprofessionals die op school werken, is de drempel laag. Kinderen en hun ouders krijgen snel passende hulp en de kinderen kunnen ook snel weer

uitstromen. De eerste lijn is een belangrijke verbinding tussen basisvoorzieningen en intensievere zorg. Binnen de regionale samenwerkingsverbanden en in het kader van het Passend Onderwijs dient u hierover de nodige afspraken te maken met de scholen en de lokale partners.



3. Pijlers van preventief beleid

3. Pijlers van preventief beleid

TIP Zorg voor slimme samenwerkingen

- ▶ Gemeenten en onderwijs hebben de verplichting om samen afspraken te maken over de taakverdeling t.a.v. zorg in en om de school, waarbij de regierol bij de gemeente ligt. Deze afspraken kunt u onderdeel laten vormen van de lokale/regionale LEA of de OOGO (zie kader op pagina 7).
- ▶ Een belangrijke schakel tussen onderwijs en de (jeugd)zorgketen is het Zorg Advies Team (ZAT). Scholen zijn verplicht een ZAT te hebben. In dit ZAT werken professionals samen met scholen om problemen van kinderen en jongeren op te lossen. De professionals van het ZAT zijn bijvoorbeeld de schoolmaatschappelijk werker, de leerplichtambtenaar, de orthopedagoog en de jeugdgezondheidszorg. Iedereen werkt zo goed mogelijk samen om leerlingen met zorgvragen snel passende hulp te bieden. Het ZAT is een onmisbare voorwaarde voor de totstandkoming van passend onderwijs.



- ▶ Sinds de invoering van het passend onderwijs zijn scholen verplicht een schoolondersteuningsprofiel op te stellen, waarin afspraken worden gemaakt over de aansluiting met zorg. Samen met de samenwerkingsverbanden in uw regio bent u als gemeente verantwoordelijk voor een samenhangend geheel van ondersteuningsvoorzieningen binnen en tussen de scholen en een dekkend aanbod in de regio.
- ▶ Passend onderwijs en Jeugdzorg moeten op elkaar afgestemd worden. De wethouder voor jeugd en besturen van samenwerkingsverbanden dienen de plannen op elkaar af te stemmen. Het programma Met Andere Ogen biedt voorbeelden van coalities tussen onderwijs, kinderopvang, (jeugd)zorg en gemeenten.

4. Voorbeelden

Voorbeelden verbinding school en de wijk

Friesland – samenwerking basisschool en de wijk

Johannes de Jong, directeur van OBS Dorpsschool in Wolvega, wilde met het team de kinderen kunnen ondersteunen in hun totale ontwikkeling. Daarom heeft de school de samenwerking met het gebiedsteam geïntensiveerd. De drempel voor leerkrachten en ouders om een hulpvraag te stellen aan het gebiedsteam moest omlaag, aldus Johannes de Jong. Om goed in kaart te brengen wat er nodig was en wie hier wat in kon betekenen, werd een bijeenkomst op school georganiseerd waar allerlei partners rondom de school samen nadachten over oplossingen. Oplossingen werden gevonden in de aanwezigheid van schoolmaatschappelijk werk in de school (Jeugdzorg) en de inzet van jongerenwerk op het schoolplein 's ochtends. Dit maakt dat hulpvragen laagdrempelig gesteld kunnen worden. Daarnaast is gekeken waar ouders (en jongeren) in de wijk behoefte aan hebben, om op basis daarvan een passend programma in de wijk te organiseren. De school zelf koos voor het programma Vreedzame School, waarmee zij een positief pedagogisch klimaat bouwden en voor leerlingen helder was welk positief gedrag er van hen werd verwacht. In het voorjaar van 2020 ontvingen zij een Gezonde School-certificaat op het thema welbevinden.



4. Voorbeelden

Zeist – samenwerking voortgezet onderwijs en de wijk

Montessorischool Jordan in Zeist heeft de afgelopen jaren flink ingezet op een sterke verbinding met de buurt. In de wijk waar de school staat wonen veel gezinnen met een migratieachtergrond en een lage sociaal-economische positie. Zo heeft de school de Jordan Academie voor ouders, waar ook veel ouders uit de wijk naartoe komen. En via de gemeente is de school gestart met de VoorleesExpress waarbij bovenbouwleerlingen gaan voorlezen bij peuters en kleuters van ouders met een niet-westerse achtergrond. Door diversiteit en inclusie op te nemen in hun visie en te zorgen dat het hele team ermee aan de slag gaat, creëert het Jordan een veilig en inclusief pedagogisch klimaat – essentieel voor een goed welbevinden.

Groningen – de Brugfunctionaris

In steeds meer plaatsen in Nederland wordt er gewerkt met brugfunctionarissen op school, zoals in Groningen. In 2024 kunnen scholen subsidie aanvragen voor een brugfunctionaris. Het idee van een brugfunctionaris is dat zij vanuit school de brug vormt tussen school, kind en gezin en ervoor zorgt dat kinderen mee kunnen blijven doen. De brugfunctionaris signaleert vroegtijdig problemen in de thuissituatie en kijkt wat nodig is op het moment dat er iets speelt. Bij lichte hulpverleningsvragen, zoals kortstondig verzuim of problemen met huiswerk kan de brugfunctionaris vaak zelf de oplossing bieden. In gevallen waarbij er meer aan de hand is, zoals langdurig verzuim door bijvoorbeeld een onveilige thuissituatie of pesten op school, schakelt de brugfunctionaris hulp in via andere instanties en professionals in de buurt.

4. Voorbeelden

Voorbeeld integrale aanpak van welbevinden op school

Zoetermeer – schoolbrede aanpak basisonderwijs

Op een basisschool in Zoetermeer ging men aan de slag met een schoolbrede aanpak gericht op het welbevinden van de leerlingen. Daarbij worden ook randvoorwaarden zoals (voldoende) voeding en beweging meegenomen. De school vindt voeding en bewegen belangrijke onderdelen binnen welbevinden. Als onderdeel van deze aanpak werden zij een Kanjerschool en gingen ze aan de slag met traumasensitief lesgeven (TSL). Daarnaast waren ze een pilotschool voor TeamUp op School. In samenwerking met de gemeente en de Gezonde School Adviseur is het gelukt om aan enkele andere voorwaarden te werken. Denk aan een pedagogisch conciërge, schoolfruit, een maatschappelijk werker op school en betere samenwerking met de JGZ/GGD.

Dordrecht – schoolbrede aanpak middelbaar beroepsonderwijs

Iedereen op het Da Vinci College is gelijk. Maar niet iedere student heeft dezelfde zorg en ondersteuning nodig. Sommige studenten hebben iets anders of méér nodig. En voor studenten die dat nodig hebben is een heel scala aan ondersteuning mogelijk, zoals begeleiding door de zorgcoördinator of schoolpsycholoog. Of een training om sterker in je schoenen te staan. Om erachter te komen wat er speelt, gebruikt de school Test Je Leefstijl. Studenten kunnen hiermee anoniem inzicht krijgen in hoe het ervoor staat met hun (mentale) gezondheid, omgang met alcohol en drugs, maar bijvoorbeeld ook of ze grip hebben op hun geld. Rondom de vijftien onderwerpen die in 'Test je Leefstijl' aan bod komen, organiseert het college vervolgens een thema-tweedaagse waaraan studenten vrijwillig kunnen meedoen.

4. Voorbeelden

Voorbeeld samenwerking GGD en scholen



GGD Haaglanden – groepsgewijs werken aan welbevinden

Veel scholen werken aan een beter welbevinden van hun leerlingen met de Gezonde School-aanpak. Als aanvulling op de individuele begeleiding die scholen hierbij krijgen, ontwikkelde GGD Haaglanden een groepsgewijs programma met tien scholen uit de regio Haaglanden. Deze tien scholen en Gezonde School-adviseurs deelden hun kennis en ervaring tijdens vijf bijeenkomsten. Elke bijeenkomst richtte zich op een specifiek thema, zoals beleid, signaleren, samenwerking en educatie. Het groepsgewijs delen van kennis brengt snel een krachtige ontwikkeling tot stand van het schoolbreed werken aan welbevinden. Bovendien kunnen scholen binnen een leernetwerk elkaar onderling inspireren en van elkaar leren. Deze onderlinge uitwisseling is erg waardevol.

5. Referenties

- (1) Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2018 Een gezond vooruitzicht (2018). Bilthoven: RIVM.
- (2) Kleinjan, M., Pieper, I., Stevens, G., van de Klundert, N., Rombouts, M., Boer, M., & Lammers, J. (2020). Geluk onder druk? Resultaten van onderzoek naar mentaal welbevinden van jongeren in Nederland. Den-Haag: Unicef.
- (3) RVS. (2018). Over bezorgd. Maatschappelijke verwachtingen en mentale druk bij jongvolwassenen [Essay]. Den Haag: Raad voor Volksgezondheid en Samenleving (RVS).
- (4) Schoemaker, C., Kleinjan, M., Borg, W. van der, Busch, M., Muntinga, M., Nuijen, J., & Dedding, C. (2019). Mentale gezondheid van jongeren: enkele cijfers en ervaringen. Bilthoven: RIVM, Trimbos-instituut en Amsterdam UMC.
- (5) SER (2019). Hoge verwachtingen - Kansen en belemmeringen voor jongeren in 2019. Publieksversie verkenning SER Jongerenplatform. Den Haag: Sociaal-Economische Raad (SER).
- (6) Weare, K. (2015). What works in promoting social and emotional well-being and responding to mental health problems in schools. London: National Children's Bureau.
- (7) Spit, W. e.a. (2017). Effectieve preventie Rotterdam. Business case en Maatschappelijke kosten-batenanalyse. Rotterdam/Utrecht: Ecorys/Nji.
- (8) Kleinjan, M., Bolier, L., Onrust, S., Monshouwer, K. & Lammers, J (2016). Mentale weerbaarheid en mentaal welbevinden in de schoolsetting.
- (9) Gromada, A., Rees, G. & Chzhen, Y. (2020). Worlds of Influence: Understanding What Shapes Child Well-being in Rich Countries, Innocenti Report Card, no. 16, UNICEF Office of Research - Innocenti, Florence.
- (10) Boer, M., Van Dorsselaer, S., Boer, M., De Roos, S., Brons, H., Van de Eijnden, R., Monshouwer, K., Huijnk, W., Ter Bogt, T., Vollebergh, W. & Stevens, G. (2022). HBSC 2021. Gezondheid en welzijn van jongeren in Nederland. Utrecht: Universiteit Utrecht.
- (11) Nederlands Jeugdinstituut (2018). Top tien beschermende factoren. Voor een positieve ontwikkeling van jeugdigen. Utrecht: NJI.
- (12) Yperen, T. van, A. van de Maat, J. Prakken (2019) Het groeiend jeugdzorggebruik. Duiding en aanpak. Utrecht: NJI.
- (13) Van Bon-Martens, M., Kleinjan, M., Hipple Walters, B., Shields-Zeeman, L. & Van den Brink, C. (2022). Delphistudie definitie mentale gezondheid. Utrecht: Trimbos-instituut.

Colofon

Ontwikkeld door Welbevinden op School

Financiering

Ministerie van Volksgezondheid Welzijn en Sport

Ontwerp

Canon Nederland N.V.

Dit is een uitgave van het Trimbos-instituut en Pharos.
De uitgave is gratis te downloaden via www.welbevindenopschool.nl.

Artikelnummer AF2158

© 2024

Pharos



Trimbos-instituut

