

Rapport psychoanalyse jongeren gemeente Wierden: Hoe gaat het met de jeugd in Wierden na de coronacrisis?



Inhoudsopgave

H1 Inleiding	2
H2 Duiding	3
2.1 Definitie psychosociale problemen.....	3
2.2 Depressie en psychische klachten	3
2.3 Eenzaamheid	4
H3 Beschrijvende analyse.....	5
3.1 Landelijk	5
3.2 Regionaal	5
3.3 Lokaal	5
H4 Uitkomsten jongeren enquête gemeente Wierden.....	7
4.1 Bereik jongeren	7
4.2 Psychische gezondheid van jongeren	7
4.3 Sociale contacten.....	7
4.3.1 Bekendheid jongerenwerk Stichting de Welle	8
4.3.2 Jongereninloop Enter Vooruit	8
4.4 Invulling van vrije tijd	8
4.5 Wonen in Wierden	8
4.6 Tips voor de gemeente Wierden.....	9
H5 Algemene aanbevelingen.....	10
H6 Specifieke acties.....	12
6.1 Eenzaamheid.....	12
6.2 verbeteren psychosociale zorg	12
6.3 vermindering psychische klachten	13
6.4 Aanbod van activiteiten in de gemeente Wierden	13
Bijlage 1: cijfers GGD monitor	14
Bijlage 2: Enquête vragen	17
Bibliografie	21

H1 Inleiding

In het rapport die voor u ligt zal antwoord worden gegeven op hoe het gaat met de jeugd in Wierden na de coronaperiode. Daarbij is er extra aandacht voor het mentaal welbevinden van de jeugd en voor het psychosociale onderdeel. Hierbij is gebruik gemaakt van de GGD monitor van 2022 en van de jaren ervoor, deze is specifiek gericht op de jeugd in de gemeente Wierden in de leeftijd van 16 tot en met 25 jaar. Daarbij worden de cijfers in een breder perspectief geplaatst van zowel landelijke als regionale cijfers. Ook zal er worden ingegaan op de psychosociale problemen van de jeugd in Wierden in zijn algemeenheid en op specifieke onderdelen. De specifieke onderdelen zijn psychische klachten, depressieve gevoelens en eenzaamheid. Aangezien psychosociale problemen een brede beschrijving omvat met verschillende onderdelen zal dit hierna verder worden toegelicht. Na een beschrijvende analyse van de cijfers wordt er afgesloten met lokale aanbevelingen voor het voorkomen van psychosociale problemen en voor jongeren die al psychosociale problemen hebben ontwikkeld.

Om tot een volledige analyse te komen hebben we zelf een jongeren enquête afgenomen. Alle jongeren uit de gemeente Wierden in de leeftijd van 12 tot 18 jaar zijn benaderd om een digitale enquête in te vullen. De vragen uit deze enquête zijn anders dan de bovengenoemde GGD monitor en richten zich met name op de jongeren in relatie tot het leven in de gemeente Wierden. Wat hen zoal bezig houdt, waar verbeteringen aangebracht kunnen worden of waarover zij juist tevreden over zijn. In totaal zijn 1826 jongeren aangeschreven in deze leeftijdscategorie.

Deze enquête is ingezet met als doel om de stem van de jongeren te horen en aan te sluiten bij wat zij nodig hebben om op te groeien in een inclusieve Wierdense samenleving zoals in de Maatschappelijke Agenda staat. De gemeente Wierden hecht belang aan dat iedereen mee kan doen en dat de voorzieningen passend, dichtbij en toegankelijk zijn. Daarnaast is de enquête bedoeld om de bekendheid van het jongerenwerk van Stichting de Welle te vergroten. De jongeren die de enquête hebben ingevuld, hebben een waardebon opgehaald bij de jongerenwerkers op geplande afhaalmomenten. Dit maakt dat er een eerste contact is gelegd tussen de jongeren en de jongerenwerkers van Stichting de Welle.

Tot slot is het belangrijk om te noemen dat deze analyse een verdieping betreft op de sociaal- emotionele problemen bij jongeren in de gemeente Wierden en aanvullend is op het aanbod wat er al is voor deze jongeren.

H2 Duiding

Het mentaal welbevinden van de jongeren ging al jaren achteruit, ook al voor de coronacrisis. Meerdere maatschappelijke factoren spelen daarbij een rol, zoals prestatiedruk, opgroeien in armoede en zorgen over het klimaat en de wooncrisis. De corona pandemie is voorbij, maar deze factoren zijn er nog steeds. Permanente aandacht voor het mentaal welbevinden van de jeugd is daarom van groot belang (Berg, 2023).

Een groot deel van de jongeren is inmiddels teruggeveerd, maar zeker niet iedereen. Er is een groep kwetsbare kinderen en jongeren met ernstige en aanhoudende problemen. Dat zijn vooral kinderen en jongeren met, psychische problemen, een chronische lichamelijke aandoening, of die opgroeien in minder kansrijke gezinnen. Bij deze jongeren ging het mentaal welbevinden al voor de coronacrisis achteruit, maar is dit verder verslechterd (Berg, 2023).

2.1 Definitie psychosociale problemen

Psychosociale problemen zijn twee soorten problemen die met elkaar samenhangen. Enerzijds gevoelens en gedachten (somberheid, angstig of boos) anderzijds problemen met mensen om de jeugdige heen (partner, vrienden, burens). Vaak komen hier ook lichamelijke klachten bij zoals hoofdpijn, hartkloppingen of slecht slapen. Het is vaak een opstapeling van verschillende problemen, waardoor er geen éénduidige oorzaak is van de ontstane psychosociale problemen.

Om meer duiding te geven aan de oorzaak van psychosociale problemen staat hieronder een opsomming:

- Er wordt teveel van de jeugdige gevraagd;
- Komt van alles op de jeugdige af, media, tv enz;
- Alles moet snel en vlug;
- Veel regelzaken, papieren vullen, verzekeringen enz;
- Ruzie, scheiding, maatschappelijke problemen;
- Overzicht niet meer kunnen behouden.

Het uiten van psychosociale problemen is heel persoonlijk, de één vlucht in alcohol of drugs, de ander trekt zich terug en heeft sombere gevoelens. Maar ook gespannen zijn, opvliegend en agressie kunnen uitingen zijn van psychosociale problemen.

2.2 Depressie en psychische klachten

In de puberteit komen depressieve klachten wel vaker voor bij jongeren. Er verandert ook veel in hun lijf en leven. Vaak worden jongeren onzekerder, zijn ze sneller geïrriteerd en voelen ze zich somber of lamlendig. Ook kunnen jongeren snel wisselen van emoties. Het ene moment voelen ze zich prima, het andere moment slaan ze met deuren of zijn ze ontroostbaar. Vaak worden dit soort klachten na een tijdje weer minder. Meisjes/vrouwen hebben vaker last van een depressie. Jongeren met een depressie kunnen zo somber worden dat ze niet meer willen leven. Vooral een deel van de jongeren met zelfdodingsgedachten geeft aan het leven als doelloos of leeg te ervaren (Mindblue).

Volgens landelijke onderzoeken heeft drie tot acht procent van de jongeren tussen 12 en 18 jaar een depressie. Nog veel meer jongeren hebben mildere depressieve klachten. Soms loopt dat uit op een poging tot zelfdoding. Van alle 12 tot 18 jarigen heeft bijna één op de twintig (5 procent) één of meerdere suïcidepogingen gedaan.¹ Jongeren met een depressie verbergen en ontkennen vaak hun depressieve gevoelens. Dat maakt de depressie moeilijk te herkennen.

¹ Dit zijn landelijke cijfers

2.3 Eenzaamheid

Sommige jongeren hebben moeite met sociale contacten door een diagnose als autisme of ADHD. Overkoepelend komt er een duidelijke behoefte aan acceptatie naar voren: het verbonden voelen met anderen en tevreden kunnen zijn met zichzelf. Voor die verbondenheid en om erachter te komen wie ze zijn, hebben ze behoefte aan rust. Maar veel van hen geven juist aan dat ze heel druk zijn. Dit zorgt voor stress, waardoor ze voor hun gevoel geen tijd hebben om na te denken of leuke dingen te doen. Geldgebrek, woningnood en prestatiedruk zorgen ook voor onrust en dragen bij aan de onzekerheid die jongeren voelen over hun eigen toekomst en daarmee voor psychosociale problemen.

Jongeren hebben over het algemeen behoefte aan:

Rust, meer vrije tijd, minder prestatiedruk, voldoende geld, fijne woonruimte.

Daarnaast hebben ze behoefte aan praten met hun ouders of geliefde, uitingen van liefde ontvangen en begrip ervaren (Berg, 2023).

H3 Beschrijvende analyse

Hierna volgt een beschrijvende analyse van de cijfers van de GGD, RIVM en CBS, op landelijk, regionaal en lokaal niveau. Hier is bewust voor gekozen zodat hierdoor de cijfers meer gaan leven. Aangezien psychosociale problemen ook een sociaal component heeft is het ook belangrijk om naast de psychische analyse ook de eenzaamheid in kaart te brengen. Het gaat daarbij om sociale eenzaamheid, denk daarbij aan mensen waarmee verbondenheid wordt ervaren, die de jongeren vertrouwen en op wie zij kunnen terugvallen.

3.1 Landelijk

Uit de *Corona Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2022* (een grootschalig vragenlijstonderzoek uitgevoerd) blijkt dat de kwaliteit van het leven daalde tijdens de coronacrisis. Over het algemeen namen de mentale problemen bij jongeren en kinderen toe tijdens de coronacrisis. De mentale problemen van de jeugd in Nederland zijn toegenomen van 25 procent in 2021 naar bijna 40 procent in 2022. Het aandeel jongeren dat aangeeft mentale klachten te hebben sinds de laatste Lock down blijft onverminderd hoog (RIVM, 2023).

In de periode vanaf 2019 tot 2023 is de gedachte aan zelfdoding van eens tot heel vaak toegenomen met 24 procent (RIVM, 2023). Evenals problemen zoals angstgevoelens en eenzaamheid.

In 2021 gaven jongeren van 15 tot 25 jaar zich het meest sterk emotioneel eenzaam te voelen, in 2019 waren dat nog de 75-plussers. Het percentage van de vijftienjarige dat zich sterk emotioneel eenzaam voelde nam tussen 2019 en 2021 toe van acht naar elf procent (CBS, 2022).

3.2 Regionaal

De regio Twente scoort net iets lager op het percentage van psychische klachten bij de jeugd dan het landelijk gemiddelde, maar bijna de helft geeft aan psychische klachten te ervaren.

Daarnaast heeft vijftien procent van de jongeren in de regio het afgelopen jaar (2021-2022) serieus overwogen om een einde te maken aan zijn of haar leven, dat ligt in de regio Twente zelfs iets hoger dan het landelijk gemiddelde. Ook voelt zeven procent van de jongeren zich meer depressief en dertien procent voelt zich meer somber. Dit geldt voor zowel voor mannen als vrouwen ongeacht opleidingsniveau (GGD monitor 2022).

26 procent van de jongeren voelt zich soms of vaak eenzaam, waarbij veertien procent zich meer eenzaam voelt na de coronacrisis (GGD, Corona GM jeugd, 2022).

3.3 Lokaal

De psychosociale problemen zijn verder toegenomen met nog eens vijf procent na de coronaperiode. In Wierden wordt er bij achttien procent van de jongeren in de leeftijd van 16 tot en met 25 jaar psychosociale problemen gesignaleerd. (GGD monitor van 2019 t/m 2021 coronaperiode VO) Voor de coronacrisis al werd dit al bij dertien procent van de jeugd gesignaleerd en was het vermoeden dat dit met dertien procent zou oplopen, maar dat is niet het geval (GGD, jeugd monitor, 2019). Laat onverlet dat er opnieuw een toename is en de psychosociale problemen verder zijn opgelopen.

Ook het psychisch welbevinden van de jongeren in Wierden is verder achteruit gegaan tijdens de coronacrisis. Dertien procent van de jongeren in de leeftijd van 16 tot en met 25 jaar heeft psychische klachten, bij de vrouwen is dit bijna twee keer zo hoog als bij de mannen. Daarnaast scoort achttien procent van de jongeren afwijkend op emotionele problemen, opvallend is dat dit twee keer zo vaak is bij meisjes/vrouwen. Zeven procent van de jongeren voelt zich na de coronaperiode meer depressief en dertien procent voelt zich meer somber na de coronaperiode. In Wierden heeft 15 procent van de jongeren de

afgelopen 12 maanden overwogen om een einde te maken aan zijn of haar leven. Hiervan is 11 procent man en 14 procent is vrouw. Op het VMBO is dit bijna twee keer zo hoog dan jongeren op de Havo/ Vwo (GGD, Corona GM jeugd, 2022).

Zeventien procent van de jongeren in Wierden was soms of vaak eenzaam voor de coronacrisis (GGD monitor 2019 jongvolwassenen), maar na de coronacrisis is dit sterkt toegenomen naar 57 procent. Dat betekent dat na de coronacrisis eenzaamheid is toegenomen met 40 procent. Dit is bij jongeren tussen de 16 en 17 jaar een stuk hoger dan bij de leeftijd van 18 tot 25 jaar (GGD, Corona GM jeugd, 2022).

H4 Uitkomsten jongeren enquête gemeente Wierden

De respons op deze enquête is in vergelijking met andere enquêtes zoals bijvoorbeeld het klanttevredenheidsonderzoek Jeugdhulp erg groot. Ruim 33% (617 personen) van de jongeren heeft deelgenomen aan de enquête en de verdeling tussen jongen/meisje/anders en leeftijden zijn evenredig.

4.1 Bereik jongeren

De jongeren geven aan dat zij via de ouders het beste te bereiken zijn. Ook via Whatsapp, dus een rechtstreekse benadering werkt goed. Als er informatie gedeeld moet worden dat is het belangrijk dat het weinig tekst bevat, duidelijke taal en plaatjes. Een aantrekkelijke titel of een onderwerp wat hen aanspreekt verhoogt de aandacht van de jongeren. Opvallend is dat Facebook of informatie via de website het minste wordt aangeklikt. Dit zijn de platformen waar de gemeente Wierden regelmatig gebruik van maakt. Instagram, TikTok en Snapchat worden wel genoemd.

4.2 Psychische gezondheid van jongeren

De jongeren in de gemeente Wierden geven zichzelf gemiddeld een **8**, dit is een hoge score in vergelijking met de gezondheidsmonitor die is afgenomen door de GGD. Slechts 6.5% van de jongeren geeft zichzelf een onvoldoende. Een aandachtspunt is dat jongeren aangeven stress, (prestatie)druk te ervaren op verschillende leefgebieden zoals school, werk en sport.

Bij de vraag waar jongeren minder blij/gelukkig van worden wordt door een groot deel school genoemd. Deels van de antwoorden zijn logisch zoals huiswerk maken, slechte cijfers behalen. Echter noemen enkele jongeren ook andere motivaties zoals tot laat doorwerken voor school, te druk zijn voor school, niet kunnen afspreken door school of teveel toetsen hebben. Dit zijn signalen die aandacht behoeven. Ook scoort stress, drukte hoog die veelal overeenkomen met bovengenoemde zaken.

Jongeren kunnen met name terecht bij hun ouders, vrienden of familie als zij ergens mee zitten. Vrienden en vriendinnen zijn ook belangrijke personen in het leven van deze jongeren. Zij geven ook duidelijk aan dat zij blij en gelukkig worden van de omgang met vrienden/vriendinnen. Sport is ook een belangrijke activiteit waar jongeren gelukkig van worden. Significant meer jongeren uit Wierden geven aan gelukkig te worden van sport in vergelijking met Enter of de andere kernen. Als er activiteiten georganiseerd worden, kan hier rekening gehouden worden om de opkomst van jongeren te verhogen.

Enkele jongeren weten hulp te vragen op school. Slechts weinig jongeren zoeken hulpverlenende instanties op zoals het Algemeen Maatschappelijk Werk, praktijkondersteuner huisartsen (POH) Jeugd GGZ of het Jongerenwerk van Stichting de Welle. Opvallend is dat bijna 15% van de jongeren aangeeft naar niemand te gaan als zij niet lekker in hun vel zitten.

De prestatiedruk en stress kan zorgen voor eenzaamheid. Deze onrust kan bijdragen aan een hogere mate van onzekerheid die jongeren voelen over hun eigen toekomst. Het is belangrijk om aandacht te geven aan deze doelgroep. Landelijk wordt ook gezien dat de eenzaamheid onder jongeren stijgt (CBS,2022).

4.3 Sociale contacten

De jongeren scoren hoog, gemiddeld een **8.4**, ten aanzien van de tevredenheid over de sociale contacten die zij hebben. Jongeren noemen voorbeelden van sociale contacten op school, binnen de familie of bij een sportvereniging. Met enige regelmaat worden digitale contacten genoemd, zoals via Social Media. Aandachtspunten ten aanzien van de sociale contacten zijn dat jongeren aangeven weinig tijd te ervaren om wat af te spreken of het gevoel hebben om socialer te moeten zijn, wat overeenkomt met hetgeen wordt omschreven bij de psychische gesteldheid van jongeren. Een enkeling ervaart geen of weinig sociale

contacten en heeft hier wel behoefte aan. Door middel van deze enquête en het ophalen van de waardebon bij de jongerenwerkers, kan hierin al een eerste stap gemaakt worden.

4.3.1 Bekendheid jongerenwerk Stichting de Welle

Onder jongeren is er relatief weinig bekendheid over wat het jongerenwerk is en wat zij voor deze doelgroep kunnen betekenen. Bijna 2/3 van de jongeren zegt het jongerenwerk niet te kennen.

Door middel van het ophalen van de waardebon na het invullen van de enquête is een eerste slag geslagen om jongeren te laten kennis maken met de jongerenwerkers. Jongeren die op de hoogte gebracht willen worden van activiteiten hebben contactgegevens achtergelaten bij de jongerenwerkers. Op deze manier kunnen de jongerenwerkers deze jongeren rechtstreeks benaderen bij activiteiten. Ook een groot deel van de jongeren geeft aan dat zij geen behoefte hebben om aan te sluiten bij activiteiten van het jongerenwerk, bijna de helft. Dit kan deels ook komen omdat zij onvoldoende bekend zijn met het jongerenwerk. Met name het aanbieden van sportieve activiteiten bieden mogelijkheden om meer jongeren aan te trekken. Creatieve activiteiten wekken ook enige interesse.

4.3.2 Jongereninloop Enter Vooruit

Bijna 88% van de jongeren is niet bekend met de inloop die eens per maand wordt georganiseerd bij voetbalvereniging Enter Vooruit. Met name jongeren uit Wierden en de kernen zijn hier niet bekend mee. Afstand speelt hierbij ook een rol, dit wordt ook door de jongeren zelf aangegeven. Jongeren uit Wierden of andere kernen komen minder in Enter. Opvallend is dat ook nog redelijk wat jongeren uit Enter (36) aangeven niet bekend te zijn met deze inloop. Daarnaast zorgt bij de naam voor verwarring bij jongeren.

De jongereninloop bij Enter Vooruit doet jongeren denken dat het een onderdeel is van de voetbalclub. Jongeren geven aan dat zij al lid zijn van een andere (voetbal)vereniging of dat zij niet van voetbal/sport activiteiten houden. Een ander gehoord argument komt overeen met eerdere bevindingen, dat jongeren het te druk hebben met bijvoorbeeld school of andere afspraken waardoor zij onvoldoende tijd ervaren om hier naartoe te gaan. Het deel dat wel bekend is met de inloop zegt het leuk en gezellig te vinden, er soms naartoe te gaan, graag nieuwe mensen wil ontmoeten of alleen er naartoe te gaan wanneer vrienden er zijn.

4.4 Invulling van vrije tijd

De jongeren geven een positief cijfer ten aanzien van de invulling van vrije tijd. Zij scoren gemiddeld een **8.3**. Ruim 95% scoort zichzelf een voldoende (6 of hoger). Jongeren besteden de vrije tijd het liefste met vrienden of vriendinnen. Daaropvolgend geven jongeren aan het liefste thuis te verblijven.

Zij noemen het fijn te vinden om thuis te chillen op de bank, in hun slaapkamer of op bed. Ook zijn er jongeren die sporten noemen als een favoriete bezigheid in de vrije tijd. Gamen, met familie en vrienden zijn, buiten spelen/voetballen op straat wordt ook regelmatig genoemd door jongeren.

4.5 Wonen in Wierden

Van de enquête scoren jongeren het hoogste op wonen in Wierden. Zij zijn zeer positief gestemd over het wonen met een gemiddeld **8.6**. Bijna 96% van de jongeren scoort zichzelf een voldoende (6 of hoger). Dit goede cijfer kenmerkt zich vooral doordat jongeren het erg prettig en gezellig wonen vinden. Zij zijn tevreden over hun leefomgeving en gemeente. Ook wordt de rustige omgeving gewaardeerd. Jongeren noemen dat zij zich veilig voelen en ervaren een prettige sfeer op straat zonder incidenten of overlast.

Jongeren wensen een rijker winkelaanbod met bekendere kledingwinkels of meer toegankelijke winkels voor deze leeftijdscategorie. Daarnaast kunnen er verbeteringen plaats vinden ten aanzien van het activiteiten aanbod in de gemeente. Jongeren missen activiteiten die georganiseerd worden en uitgaansgelegenheden waarbij het vaakste een bioscoop, café

of discotheek is genoemd. Er is wel behoefte aan een plek voor jongeren om elkaar te ontmoeten, maar de behoefte aan activiteiten of feestjes is groter volgens deze enquête.

Jongeren hebben ook aandacht voor verbeteringen op straat of in de wijk. Zo benoemen zij verbetering van de fietspaden (tussen Wierden en Enter het vaakst genoemd), de straatverlichting en een netter straatbeeld als aandachtspunt. Sport- en speelmogelijkheden in de wijk worden vaak genoemd, met name de vraag voor voetbalveldjes.

4.6 Tips voor de gemeente Wierden

Bijna de helft van de jongeren geeft aan dat zij geen tips hebben. Daarbij wordt ook genoemd dat zij blij zijn met de gemeente, noemen zij “ga zo door” of zeggen zij de enquête te waarderen.

De tips die genoemd worden richten zich met name op eerder genoemde aandachtspunten zoals het meer aanbieden van activiteiten voor jongeren, plekken waar jongeren elkaar kunnen ontmoeten en een aantrekkelijker winkelaanbod voor met name jongeren in Wierden.

De jongeren in Wierden geven relatief vaak expliciete tips over een voetbalveldje/sportveldje of andere buiten faciliteiten waar behoefte aan is. Het is opvallend dat jongeren bij de tips verbeteringen noemen ten aanzien van hun leefomgeving. Zij hebben aandacht hiervoor. Zo valt het op dat acht jongeren de straatverlichting noemen. Het verbeteren van de fietspaden, meer prullenbakken op straat, verkeersveiligheid/controlle en verbeteren van natuur wordt ook genoemd.

H5 Algemene aanbevelingen

De toename van psychosociale problemen vormen een belangrijke basis voor het verder intensiveren van preventieve interventies, waarbij aandacht voor het sociale component een belangrijk onderdeel is. Hierbij moeten lokale prioriteiten gesteld worden op basis van de cijfers van de GGD en de uitkomsten van de enquête.

Een belangrijk thema dat jongeren aangeven in de enquête de hogere mate van stress/prestatiedruk, dit vergroot de kans op eenzaamheid en onzekerheid. Dit komt overeen met het onderzoek dat de GGD Twente in 2020 uitvoerde. Daaruit bleek dat onder andere de mentale druk toe neemt door prestatiedruk, sociale media en de “fear of missing out”. Dit thema is opgenomen in de Maatschappelijke Agenda van de gemeente Wierden en verdient extra aandacht.

Jongeren bevelen zelf aan dat mentale gezondheid net zo zwaar moet wegen als fysieke gezondheid. Er zijn grote verschillen in wat jongeren nodig hebben waardoor een aanpak op maat gewenst is. Elkaar ontmoeten is hierbij van groot belang. Er kan ook gedacht worden aan bijvoorbeeld gezamenlijk sporten. Er is geadviseerd om kinderen en jongeren mee te laten denken bij het vormen van beleid, ook als het gaat om nieuwe pandemieën (Berg, 2023)².

De wens om elkaar te ontmoeten komt naar voren in de enquête. Er is grote vraag naar meer activiteiten aanbod voor jongeren in de gemeente. Tot op heden is er weinig respons op de activiteiten die aangeboden worden door de Welle. Dit valt te verklaren door de geringe bekendheid die zij momenteel hebben. Bij het ophalen van de waardebonnen is er een eerste kennismaking geweest met de jongerenwerkers. Het is belangrijk dat de jongerenwerkers het contact blijven onderhouden met deze jongeren en regelmatig activiteiten organiseren om het bereik van jongeren te vergroten.

Ook leeft de vraag voor een ontmoetingsplek waarbij jongeren kunnen chillen. De inloop bij Enter Vooruit is voor velen nog onbekend en kan meer aandacht aan besteed worden. Uit de enquête blijkt tevens dat er verwarring is over de jongereninloop bij Enter Vooruit. Jongeren denken dat het onderdeel is van de voetbalvereniging of dat er sportactiviteiten gedaan worden. Door meer bekendheid te geven aan de inloop, is het belangrijk dat hiermee rekening gehouden wordt en expliciet genoemd wordt dat de inloop voor alle jongeren is. Naast de clubs/verenigingen in Wierden is er nog geen specifieke jongereninloop georganiseerd door het jongerenwerk in Wierden. Uit de enquête blijkt dat dit wel gewenst is. De kindergemeenteraad kan ook meedenken in wensen ten aanzien van activiteiten en inloopmogelijkheden.

De signalerende functie van psychosociale problemen moet versterkt worden. Het onderwijs, de jongerenwerkers, de POH Jeugd en andere maatschappelijke welzijnsorganisaties hebben hier een belangrijke rol in om jongeren tijdig op te sporen en preventief te handelen. Tijdens de netwerkbijeenkomst op donderdag 16 november 2023 is er een onderlegger uitgereikt aan alle voorliggende partners zoals scholen, kinderdagverblijven, Stichting de Welle, POH, Avedan en MEE waarin het subsidieaanbod met voorliggende voorzieningen voor de jeugd in Wierden staat omschreven. Dit draagt bij aan de bekendheid van de mogelijkheden die er al zijn op het gebied van preventie. Op de website van www.socialekaartwierden.nl is een goede plek waarop het aanbod voor jeugd zichtbaar is.

Uit de enquête blijkt dat veel jongeren gelukkig bij familie en vrienden terecht kunnen als zij problemen ervaren of niet lekker in hun vel zitten. Het is belangrijk dat jongeren die dit niet

² * Mentaal welbevinden van de jeugd. *Een nieuw overzicht van onderzoeksliteratuur*. Berg, G. v. (2023).

kunnen de weg weten te vinden naar deze voorzieningen. De zichtbaarheid van deze hulpbronnen kan vergroot worden door meer informatie te verstrekken richting de jongeren. Deze organisaties zijn belangrijk als het gaat om het verbeteren van het psychisch welbevinden onder jongeren. De groep jongeren die bij de enquête “niemand” heeft ingevuld of zichzelf een onvoldoende heeft gegeven ten aanzien van het psychisch welbevinden wordt hierdoor wellicht verkleind.

Landelijk is er aandacht voor de doelgroep 18-/18+ waarbij gepoogd wordt om de overgang zo soepel mogelijk te laten verlopen. Lokaal verdient dit ook aandacht waarbij met een lokale werkgroep 18-/18+ een plan gemaakt wordt om de overgang naar verschillende levensfasen aan te pakken. Aansluiten bij regionale werkgroepen kan ook helpend zijn. Door gezamenlijke interventies te organiseren is het bereik groter en kan dit financiële voordelen opleveren. Ook zijn er jongeren die verhuizen naar omliggende gemeenten waarbij een regionaal plan zorgt voor een soepelere overgang.

Gezien de versnippering van de jeugd op verschillende (regionale) scholen zal er ook regionaal samen moeten worden gewerkt om aanbevolen interventies op grote(re) schaal uit te rollen binnen het onderwijs. Het is wenselijk dat de samenwerking met de gemeente Almelo, gemeente Twenterand en de gemeente Rijssen-Holtten actief wordt opgezocht op dit thema aangezien jongeren uit de gemeente Wierden met name in deze gemeenten het middelbaar onderwijs volgen.

Investeer financiële middelen om de aanbevolen interventies uit te rollen nu de NPO middelen (Nationaal Programma Onderwijs) in het nieuwe schooljaar van 2025 wegvallen en de corona gerelateerde problemen bij een deel van de jeugd blijft. Hiervoor gaan we o.a. de beschikbaar gestelde middelen uit de nota meerjarenbeleid 2023 – 2026 (jaarlijks €15.000 voor de mentale weerbaarheid van de jeugd) van de gemeente Wierden benutten evenals de middelen die gereserveerd zijn voor Billy Boom. Wellicht zijn meer middelen nodig en indien dit aan de orde is wordt dit aan de gemeenteraad voorgelegd. Van belang is om de cijfers van de GGD voor de komende jaren te volgen en te evalueren welke effecten de ingezette interventies hebben gehad. De periodieke evaluaties met het jongerenwerk, POH Jeugd en Avedan zijn belangrijke meetmomenten.

H6 Specifieke acties

Onderstaande acties zijn onderdeel van het uitvoeringsprogramma dat is opgesteld om de gestelde doelen uit de maatschappelijke agenda te behalen.

6.1 Eenzaamheid

Aanleiding: de eenzaamheid onder jongeren is toegenomen met 40 procent.

1. Er kan meer gebruik gemaakt worden van interventies binnen de huidige subsidierelaties.
2. Om de eenzaamheid tegen te gaan kan *Join us* van De Welle worden ingezet. *Join us* richt zich op jongeren tussen de 12 en 25 jaar die zich eenzaam of alleen voelen en helpt contacten aan het gaan met leeftijdsgenoten. Stichting Evenmens heeft een Sociaal Netwerk Coach, er zijn maatjesprojecten, de jongereninloop en activiteiten van de Welle. De Klup biedt activiteiten aan voor kinderen, jongeren en volwassenen met een beperking. Door meer bekendheid en gebruik te maken van deze activiteiten wordt ook een doelgroep bereikt die mogelijk met reguliere activiteiten of verenigingen niet voldoende mee kan komen. Dit komt ten goede van een inclusieve Wierdense samenleving.
3. In de gemeente Wierden is een werkgroep "Eenzaamheid" actief. In deze werkgroep zitten afgevaardigden van de welzijnsorganisaties. Eenzaamheid onder jongeren moet een vast onderdeel worden van deze werkgroep en het plan dat zij opstellen. Tijdens de evaluaties met de gemeente Wierden, 2 keer per jaar, wordt gesproken hoe deze doelgroep wordt bereikt.

6.2 verbeteren psychosociale zorg

Aanleiding: Er wordt bij achttien procent van de jongeren op psychosociale problemen gesignaleerd.

1. Jaarlijks wordt er SOVA training geboden door Avedan uit het voorliggend veld. Het is belangrijk dat dit voortgezet blijft en wanneer de groep vol zit, mogelijk uitbereid met een specifieke aandacht voor de doelgroep meisjes uit groep 8.
2. De Toekomstcoach van MEE is belangrijk voor jeugd om de overgang van 18- naar 18+ te begeleiden. Het is van belang dat dit voortgezet blijft en mogelijk ook meer wordt ingezet voor jongeren die extra begeleiding kunnen gebruiken in deze levensfase.
3. Zet preventieve interventies in die zich richten op het organiseren en regie hebben op de indeling van tijd, prioriteiten stellen en ruimte nemen voor verveling. Dit is een belangrijke oorzaak van psychosociale problemen. Geef hierbij de opdracht aan *schoolmaatschappelijk werk* van Avedan om dit breed op te pakken op de scholen.
4. Investeer in de overgang van het basisonderwijs naar het voortgezet onderwijs. Zo biedt Impluz een tweedaagse training aan voor jongeren die extra ondersteuning kunnen gebruiken bij deze overgang. Ook het Algemeen Maatschappelijk Werk wil investeren in deze doelgroep en kan bij voldoende animo een training aanbieden. Het is belangrijk dat dit tijdig met scholen wordt gecommuniceerd zodat zij leerlingen kunnen aandragen die hier baat bij hebben.
5. Geef prioriteit aan de aanpak van eetproblematiek waarbij psychosociale problemen onderliggend zijn, dit wordt steeds vaker gesignaleerd vanuit de POH'ers jeugd in Wierden.
Zij zien hier een toename in waarbij specifieke hulpverlening nodig is. In de gemeente Twenterand wordt deze problematiek ook 8 procent meer gesignaleerd door de POH'ers na de coronacrisis. Een samenwerking met omliggende gemeenten is aan te raden waarbij Impluz een maatwerk programma kan aanbieden.
6. Vergroot de zichtbaarheid van het jongerenwerk in de gemeente Wierden, denk daarbij aan scholen, sportverenigingen en thema bijeenkomsten.

7. Geef scholen de mogelijkheid als vervolg op de NPO middelen, innovatieve ideeën aan te dragen die ten gunste komen van de psychosociale ontwikkeling van jongeren. Dit kan door een innovatiesubsidie open te stellen. Op deze manier wordt de signaalfunctie van het onderwijs versterkt en wordt er preventief gewerkt ter voorkoming van verdere problemen op latere leeftijd. Dit onderwerp staat tevens in de Maatschappelijke Agenda opgenomen waarbij het belang van innovatie wordt aangemoedigd bij maatschappelijke partners.

6.3 vermindering psychische klachten

Aanleiding: 13 procent worstelt met depressie en sombere gevoelens, vooral voor meisjes/jonge vrouwen.

1. Continueer de tijdelijke urenuitbreiding van de POH Jeugd GGZ (4 uur) met in ieder geval 1 jaar.
2. Vergroot de zichtbaarheid van de POH Jeugd GGZ die gevestigd zijn bij de huisartsen. Zij zijn belangrijke personen in het preventief handelen ten aanzien van psychische klachten.
3. Kinderen van ouders met psychische problemen (KOPP) hebben een verhoogd risico om zelf ook psychische problemen te ontwikkelen. Door de eerder beschreven aanbevelingen toe te passen bij psychische en psychosociale klachten worden de risicofactoren deze doelgroep eveneens aangepakt. Daarnaast heeft Impluz een preventieaanbod op maat waarbij er huisbezoeken plaats vinden en gesproken wordt met zowel ouders als jongeren ten aanzien van deze problematiek.
4. Werk samen met omliggende gemeente (WT4) ten aanzien van groepsaanbod dat zich richt op het mentaal welbevinden van jongeren. In Wierden is het lastig om een groepsaanbod structureel ingevuld te krijgen. Impluz biedt al wel de mogelijkheid dat jongeren uit de gemeente Wierden kunnen deelnemen aan het aanbod van omliggende gemeenten wanneer er nog plek is.

6.4 Aanbod van activiteiten in de gemeente Wierden

Aanleiding: Uit de enquête blijkt dat jongeren uit de gemeente Wierden behoefte hebben aan meer activiteiten aanbod.

1. Investeer in een uitgebreider, structureler aanbod van activiteiten voor jongeren in de gemeente Wierden.
2. Het maken van een activiteiten kalender voor het aankomende jaar die wijd verspreid wordt op bijvoorbeeld Social Media, scholen en de sportverenigingen kan bijdragen aan een groter bereik en hogere deelname van jongeren bij de aangeboden activiteiten.
3. Zorg ervoor dat de communicatie richting de jongeren doeltreffend is en passend bij hetgeen zij aangeven. Er moet sprake zijn van een aantrekkelijke titel, duidelijke taal, weinig tekst en veel plaatjes. Wanneer de jongeren rechtstreeks benaderd worden, kan dit het beste via WhatsApp of Social Media kanalen zoals Instagram, Snapchat of TikTok. Een brief via ouders werkt ook altijd nog goed.
4. Inventariseer de mogelijkheden voor een jongereninloop in Wierden waarbij gebruik gemaakt wordt van bestaande locaties.
5. Betrek de kindergemeenteraad bij vraagstukken zoals inloop, activiteiten aanbod.

Bijlage 1: cijfers GGD monitor

Geluk percentage

- 56 procent van de jeugd in Nederland voelt zich gelukkig.
- In Twente voelt 62 procent van de jongeren zich gelukkig in 2022 en 8 procent geeft aan zich nooit gelukkig te voelen.
- In Wierden voelt 85 procent zich gelukkig en 4 procent van de jongeren zich (zeer) ongelukkig. 12 procent van de jongeren in Wierden voelde zich de afgelopen 6 maanden neerslachtig en somber. (GGD, Corona GM jeugd, 2022)

Depressie en zelfdoding:

- 67 van de jongeren overweegt zelfdoding in Nederland.
- In Twente is dit hoger met 68 procent. Opvallend is dat dit meer bij mannen, 71 procent dan bij vrouwen 67 procent voorkomt. 5 procent van deze jongeren denkt er regelmatig over na.
- 8 procent van de jongeren zat de afgelopen 4 weken erg in de put. Deze score ligt op het VMBO 3 keer zo hoog als op Havo VWO.
- 7 procent van de jongeren voelt zich na de coronaperiode meer depressief en 13 procent voelt zich meer somber na de coronaperiode. Dit is zowel voor mannen als vrouwen ongeacht opleidingsniveau ongeveer hetzelfde.
- In Wierden heeft 15 procent van de jongeren de afgelopen 12 maanden overwogen om een einde te maken aan zijn of haar leven. 11 procent hiervan is man en 14 procent is vrouw. Op het VMBO is dit bijna twee keer zo hoog (19 procent) dan jongeren op de Havo/ Vwo (11 procent). (GGD, Corona GM jeugd, 2022)

Psychosociaal:

- 21 procent van de jongeren in de regio Twente scoren afwijkend op psychosociaal vlak.
- In Wierden is dit 18 procent in de afgelopen 6 maanden. (GGD, Corona GM jeugd, 2022)

Psychische klachten:

- Ruim de helft van de jongeren tussen de 16 en 25 jaar ervaart psychische klachten in 2022. Vooral vrouwen in stedelijk gebied geven aan hier last van te hebben.
- In Twente voelt bijna de helft van de jongeren psychische klachten (somber, moe, hoofdpijn en prikkelbaar).
- 3 procent heeft ernstige psychische klachten in Twente in de afgelopen 4 weken, dit zijn 3 procent van de jongeren op het VMBO.
- In Wierden had 13 procent van de jongeren psychische klachten en was dit bij vrouwen bijna 2 keer zo vaak als bij de mannen. (GGD, Corona GM jeugd, 2022)

Eenzaamheid:

- Bijna twee derde van de jongeren in Nederland voelt zich eenzaam en een kwart voelt zich sterk eenzaam.
- Een kwart van de jongeren in Twente voelt zich sterk eenzaam, opvallend is dat dit vooral voor vrouwen hoger ligt met 30 procent dan bij de mannen 19 procent.

- 57 procent van de jongeren in Wierden voelt zich enigszins tot sterk sociaal eenzaam. Dit is bij jongeren tussen de 16 en 17 jaar hoger (65 procent) dan bij 18 tot 25 jaar (56 procent).
- 10 procent van de jongeren voelt zich na de coronaperiode meer eenzaam. Dit is zowel voor mannen als vrouwen ongeacht opleidingsniveau ongeveer hetzelfde. (GGD, Corona GM jeugd, 2022)

Hulp tijdens coronaperiode:

- Daarnaast had twee derde van de jongeren in Nederland in de coronaperiode steun nodig of hulp omdat zij niet lekker in hun vel zaten, 89 procent van de jongeren kon gelukkig wel bij iemand terecht in deze periode.
- 42 procent van de jongeren had hulp of steun nodig tijdens de coronaperiode in Twente. Mannen hadden dit vaker nodig 47 procent, dan vrouwen 36 procent. 10 procent hiervan had hulp nodig voor meer ruzies en spanningen in de thuissituatie. Vrouwen hadden hier meer last van, 25 procent, dan mannen met 16 procent.
- 12 procent van de jongeren in Wierden heeft hulp nodig gehad tijdens de coronaperiode omdat hij of zij niet lekker in zijn of haar vel zat. 3 procent had hulp nodig bij ruzies of problemen in de thuissituatie. Bij vrouwen kwam dit bijna 3 keer zoveel meer voor dan bij de mannen. 78 procent van de jongeren in Wierden praat met zijn of haar familie over problemen. (GGD, Corona GM jeugd, 2022)

Stress en druk:

- 62 procent van de jongeren ervaart ook veel stress voor studie of school, vooral binnen theoretische opleidingen komt dit veel voor, 75 procent van de jongeren.
- 44 procent van de jongeren in Twente ervaart ook veel stress voor studie of school, dit betreft vooral jongeren tussen de 16 en 17 jaar met een theoretische opleiding, 86 procent.
- In Wierden ervaart 44 procent van de jongeren stress, dat is met 3 procent gestegen na de coronacrisis. Daarvan ervaart 21 procent van de jongeren meer stress door school of studie, dit is op het VMBO als op de havo, vwo ongeveer hetzelfde. (GGD, Corona GM jeugd, 2022)

Mishandeling/ misbruik:

- Meer dan de helft van de jongeren (51 procent) heeft te maken gehad met mishandeling (geestelijk, lichamelijk of seksueel een vervelende ervaring) 60 procent hiervan is vrouw.
- 15 procent van de jongeren hebben thuis een geestelijk mishandeling, lichamelijk mishandeling of seksuele vervelende situatie meegemaakt. Dit ligt ruim twee keer zo hoog bij de vrouwen (21 procent) dan bij de mannen 9 procent.
- De ervaring van een vervelende seksuele ervaring scoort het hoogst met 22 procent, waarvan de vrouwen het meeste hebben meegemaakt, 36 procent tegenover 9 procent man.

Emotionele problemen:

- In Twente scoort 21 procent van de jongeren afwijkend op emotionele problemen (op basis van SDQ), in de afgelopen 6 maanden. Bij kinderen (4-12 jaar) is dit 8 procent.

- In Wierden is dit 18 procent van de jongeren, opvallend is dat dit 2 keer zo hoog is bij de vrouwen dan bij de mannen.
- Bij kinderen (4-12 jaar) is dit in Wierden 5 procent. (GGD, Corona GM jeugd, 2022)

Gedragsproblemen:

- Regionaal scoort 18 procent van de jongeren afwijkend (SDQ) op gedragsproblemen.
- Bij kinderen (4-12 jaar) is dit 12 procent.
- 16 procent scoort afwijkend op de gedragsproblematiek in de afgelopen 6 maanden in Wierden.
- Mannen en vrouwen scoren hier gelijk op, maar opvallend is dat dit ruim 3 keer zo hoog is bij het VMBO dan op de Havo VWO. Regionaal ligt dit iets hoger, namelijk 18 procent.
- Bij kinderen (4 -12 jaar) is dit 10 procent. (GGD, Corona GM jeugd, 2022)

Bijlage 2: Enquête vragen

1. Ik heb toestemming van mijn ouders om deel te nemen aan dit onderzoek
 - Ja
 - Nee
 - Ik ben 18 jaar of ouder
2. Vul je deze vragenlijst zelf in of helpt iemand jou hierbij?
 - Ik doe het alleen
 - Mijn ouders (of één ouder) helpt
 - Mijn broer(tje) of zus(je) helpt
 - Anders, namelijk...
3. Ik ben ...
 - Een jongen
 - Een meisje
 - Non Binair
 - Zeg ik liever niet
 - Anders
4. Mijn leeftijd is ...
 - 12 jaar
 - 13 jaar
 - 14 jaar
 - 15 jaar
 - 16 jaar
 - 17 jaar
 - 18 jaar
5. Ik woon in ...
 - Wierden
 - Enter
 - Hoge Hexel
 - Notter
 - Zuna
 - Rectum
 - IJpelo
6. Hoe is je gezinssamenstelling?
 - Mijn ouders, broer(tjes) en/of zus(jes)
 - Mijn ouders zijn gescheiden
 - Anders, namelijk ...
7. Zit je op school of werk je? Meerdere antwoorden mogelijk.
 - School
 - Stage
 - Bijbaan
 - Werk
 - Vrijwilligerswerk
 - Geen van allen
8. Verwacht je over twee jaar nog in de gemeente Wierden te wonen?
 - Ja
 - Nee, ik ga studeren
 - Nee, ik verwacht te verhuizen

- Dat weet ik nog niet
 - Anders, namelijk ...
9. Als wij informatie met je willen delen, hoe kunnen wij jou dan het makkelijkste bereiken? Meerdere antwoorden mogelijk.
- Instagram
 - Facebook
 - Snapchat
 - WhatsApp
 - TikTok
 - Website
 - Een brief
 - Via mijn ouders
 - Anders, namelijk ...
10. Wat zorgt ervoor dat jij een bericht leest op sociale media? Meerdere antwoorden mogelijk.
- Veel plaatjes
 - Weinig tekst
 - Duidelijke uitleg
 - Veel kleur
 - Filmpjes
 - Anders, namelijk ...
11. Hoe gaat het met je op een schaal van 1 tot 10, waarbij 1 heel slecht is en 10 super goed?
12. Kun je uitleggen waarom je jezelf dit cijfer hebt gegeven?
13. Als je niet zo lekker in je vel zit, naar wie ga je dan? Meerdere antwoorden mogelijk.
- Mijn ouders
 - Mijn familie
 - Mijn vrienden/vriendinnen
 - Vertrouwenspersoon/mentor op school
 - De huisarts
 - Maatschappelijk werker (Avedan)
 - Jongerenwerker (Stichting de Welle)
 - De Praktijkondersteuner van de huisarts (POH Jeugd GGZ)
 - Niemand
 - Anders, namelijk ...
14. Op een schaal van 1 tot 10, hoe tevreden ben jij met de sociale contacten die jij hebt? Waarbij 10 heel tevreden is en 1 helemaal niet tevreden.
15. Kun jij uitleggen waarom jij jezelf dit cijfer hebt gegeven?
16. Waar word jij blij/gelukkig van?
17. Waar word jij minder blij/gelukkig van?
18. Ben jij bekend met het jongerenwerk in de gemeente Wierden? Meerdere antwoorden mogelijk.
- Ja, via Social Media @JWDEWELLE of accounts van de jongerenwerkers zelf
 - Ja, via straatcontact
 - Ja, via voorlichtingen op school/verenigingen

- Ja, via activiteiten die aangeboden worden (oliebollenbus, zomeractiviteiten, voetbalmiddag)
 - Ja, via de pauzemomenten op de middelbare school
 - Nee, nog nooit van gehoord
19. Bij welke activiteiten vanuit het jongerenwerk sluit jij aan of zou jij willen aansluiten? Meerdere antwoorden mogelijk.
- Sportieve activiteiten
 - Spel activiteiten
 - Creatieve activiteiten
 - Online activiteiten
 - Bij geen van de activiteiten
 - Anders, namelijk ...
20. Ben jij bekend met de jongereninloop bij Enter Vooruit?
- Ja
 - Nee
21. Zou je kunnen uitleggen waarom je er wel of niet naartoe gaat?
22. Kan het jongerenwerk je ergens mee helpen? Meerdere antwoorden mogelijk.
- Ja, door een luisterend oor te bieden
 - Ja, door activiteiten te organiseren waar je aan kunt deelnemen
 - Ja, door ondersteuning in moeilijke situaties waarbij ik niet weet waar ik terecht kan
 - Ja, door te helpen bij het vinden van stage/werk/opleiding
 - Nee
 - Anders, namelijk ...
23. Op een schaal van 1 tot 10, hoe vind jij het om in de gemeente Wierden te wonen?
24. Kun je uitleggen waarom je dit cijfer hebt gegeven?
25. Wat is er nodig om dit cijfer te verhogen?
26. Op een schaal van 1 tot 10, hoe tevreden ben jij met de invulling van jouw vrije tijd?
27. Waar breng jij jouw vrije tijd het liefste door?
28. Zou jij vaker je mening willen geven over bepaalde zaken die spelen in de gemeente Wierden?
- Ja
 - Nee
29. Mogen wij je benaderen voor aanvullende vragen naar aanleiding van deze enquête?
- Ja
 - Nee
30. Als je op één van bovenstaande vragen 'ja' hebt geantwoord: Vul dan hier je mailadres en/of telefoonnummer in. Dan weten wij hoe we contact met je kunnen opnemen.
31. Heb je nog tips voor de gemeente Wierden?
32. Kom je de waardebon van €5,- ophalen? Op de onderstaande pagina staan de locaties en data. Je mag zelf bepalen waar/wanneer jij jouw waardebon komt halen!
- Ja
 - Nee

Bibliografie

Berg, G. v. (2023). Mentaal welbevinden van de jeugd. *een nieuw overzicht van onderzoeksliteratuur*, p. 92.

CBS. (2022). vooral jongeren emotioneel eenzaam.

Forza. (sd). Forza. <https://www.praktijkforza.info/>.

GGD. (2019). jeugd monitor. *tabbellenboek* .

GGD. (2022). Corona GM jeugd. *Onderzoek GGD tabellenboek 1* .

Impluz. (sd). <https://www.impluz.nl/training/think-op-school>.

Impluz. (sd). plezier-op-school-voor-leerlingen-die-naar-de-brugklas-gaan.
<https://www.impluz.nl/index.php/training/plezier-op-school-voor-leerlingen-die-naar-de-brugklas-gaan>.

Mindblue. (sd). depressie bij jongeren. <https://mindblue.nl/depressie-1/depressie/depressie-bij-jongeren/depressieve-pubers>.

NJI. (2019). Wat werkt voor kinderen van ouders met psychische problemen?

RIVM. (2023, maart). gezondheidsonderzoek COVID 19/kwartaalonderzoek jongeren.
kwartaalonderzoek (12-25 jaar), pp. <https://www.rivm.nl/gezondheidsonderzoek-covid-19/kwartaalonderzoek-jongeren/mentale-gezondheid>.