



Evaluatie van een preventieve ggz-interventie voor amv's

Jonge vluchtelingen veerkrachtig



Jonge vluchtelingen veerkrachtig

Evaluatie van een preventieve ggz-interventie voor amv's

Inge Razenberg

Utrecht, April 2023



Inhoud

1	Samenvatting, conclusies en aanbevelingen	5
1.1.	Conclusies	5
1.2.	Werkzame elementen en randvoorwaarden training	7
1.3.	Aandachtspunten	8
1.4.	Aanbevelingen voor een lokale en landelijke uitrol	9
2	Introductie onderzoek	11
2.1.	Evaluatie inzet preventieve GGZ-interventie voor alleenstaande minderjarige vluchtelingen	11
2.2.	Onderzoeksmethoden	11
3	Uitkomsten procesevaluatie: uitvoering interventie	14
3.1.	Beschrijving van de interventie	14
3.2.	Aanpassen draaiboek	15
3.3.	Werving en samenstelling groepen	15
3.4.	Aanwezigheid bij de training	16
3.5.	Individuele begeleiding en nazorg	17
3.6.	Samenwerking met ketenpartners	18
3.7.	Rol tolk en sleutelpersonen	23
4	Wat heeft de interventie de deelnemers opgeleverd?	26
4.1.	Opbrengsten	26
5	Uitkomsten vragenlijstonderzoek	33
5.1.	Vragenlijst interculturalisatie	33
5.2.	Vragenlijst IPH: Mijn positieve gezondheid	34
5.3.	Inzet vragenlijsten in vervolgtrainingen	34

1 Samenvatting, conclusies en aanbevelingen

"Bedankt voor alle tips. Fijn dat we mochten leren hoe we met onze problemen om moeten gaan."

"Het was fijn dat ik hier kon praten en kon delen. Ik heb hier dingen gedeeld die ik nooit eerder aan iemand heb verteld."

Minderjarige vluchtelingen (amv's¹ genoemd) die alleen naar Nederland zijn gekomen, verkeren in een kwetsbare positie. De kwetsbaarheid van deze vluchtelingenkinderen heeft veelal te maken met traumatische ervaringen in het verleden, bijvoorbeeld tijdens de vlucht. Zij kampen met psychosociale gezondheidsklachten waardoor het niet goed lukt op school en zij ook op andere levensgebieden in een negatieve spiraal terecht (kunnen) komen.

Professionals hebben niet altijd voldoende handvatten of tijd om deze negatieve spiraal te (helpen) doorbreken. In antwoord hierop heeft GGNet, Centrum voor Interculturele GGZ, een training ontwikkeld, gericht op het verbeteren van het algeheel psychisch welbevinden van amv's en ex- amv's. De training bestaat uit 10 bijeenkomsten en (waar nodig) enkele individuele gesprekken met de deelnemers. Voor de training is een draaiboek opgesteld met daarin verschillende thema's, bijvoorbeeld omgaan met stress en herkennen van emoties. Het doel van de interventie is als volgt:

¹ Amv staat voor 'alleenstaande minderjarige vreemdeling'.

Het doel is om met een laagdrempelige preventieve GGZ-groepsinterventie de mentale en psychosociale gezondheid van amv's en ex- amv's te verbeteren, hen gezonde copingstijlen aan te leren en hierdoor (het ontstaan van) ernstige psychische klachten en/of gedragsproblematiek te voorkomen of verminderen, met een positief effect op meerdere levensdomeinen.

Dit rapport is de evaluatie van deze interventie. Het evaluatieonderzoek bestaat uit vragenlijstonderzoek onder de deelnemers aan de training, diepte-interviews met betrokken professionals en opgetekende ervaringen vanuit de deelnemers en ketenpartners. Hieronder geven we in zes hoofdconclusies de belangrijkste bevindingen van het onderzoek weer. We schetsen de belangrijkste werkzame elementen en randvoorwaarden van de training en we geven aan welke aandachtspunten er nog zijn. Tot slot doen we aanbevelingen voor een lokale en landelijke uitrol van de interventie.

1.1. Conclusies

De interventie verbetert het algeheel psychisch welbevinden van deelnemers significant

We hebben met behulp van vragenlijstonderzoek onder de deelnemers in kaart gebracht hoe het psychisch welbevinden en de positieve gezondheid² van jongeren zich ontwikkelt. De jongeren hebben de vragenlijst aan het begin en aan het einde van de training ingevuld. Hieruit blijkt dat het algeheel psychisch welbevinden van de jongeren significant stijgt. We zien specifiek een significante verbetering op thema's waar de training veel aandacht aan besteedt, waaronder het thema 'slaap' en het domein 'gevoelens en gedachten'.

² Het begrip positieve gezondheid biedt een brede blik op gezondheid en welbevinden.

Op basis van deze bevindingen en de ervaringen van professionals en de jongeren zelf, trekken we de conclusie dat de training een belangrijke rol speelt in het verbeteren van de mentale en psychosociale gezondheid van de deelnemers.

Deelnemers krijgen handvatten om met hun problemen om te gaan

Deelnemers aan de training leren om open te praten over hun problemen: iets dat voor veel jongeren lastig kan zijn, en specifiek voor deze jongeren niet vanzelfsprekend is. Door open over hun problemen te praten, drukt de last hiervan minder zwaar op hun schouders. Ook vinden de deelnemers erkenning en herkenning bij elkaar en merken ze dat ze niet de enige zijn met problemen. Binnen de training krijgen ze handvatten aangereikt hoe om te gaan met hun problemen. Via psycho-educatie leren ze bijvoorbeeld meer over wat belangrijk is om goed te kunnen slapen. Daarnaast leren zij wat ze kunnen doen om een moeilijke situatie toch vol te houden. Ook leren ze kijken naar positieve dingen in hun leven. Door dit soort tools aan te leren, worden de jongeren zelfredzamer, in de zin dat ze beter weten wat ze zelf kunnen doen aan hun problemen en hoe zij hulp kunnen vragen, in plaats van dat zij zich enkel machteloos voelen.

Deelnemers worden op verschillende leefdomeinen geholpen

De trainingen vinden plaats in het ISK³. Trainers vanuit GGNet geven de training samen met de maatschappelijk werker of orthopedagoog die verbonden is aan het ISK. Deze combinatie levert meerwaarde op, omdat problemen op verschillende leefgebieden opgepakt kunnen worden. Er kan snel geschakeld worden als er (extra) ondersteuning vanuit de ggz nodig is, en ook wanneer er praktische vragen op school of in andere leefdomeinen spelen. Belangrijke ketenpartners zijn voogdij-instelling Nidos, woonbegeleider Yoin en de GGD.

Tijdens de interventie is gebleken dat samenwerking en korte lijntjes met deze partijen belangrijk zijn voor een succesvol verloop van de interventie: de ketenpartners kunnen de jongeren aandragen voor de training, hen motiveren

naar de bijeenkomsten te gaan en als er problemen zijn kan er snel geschakeld worden. Binnen de interventie waren korte lijnen met de ketenpartners niet vanzelfsprekend: deze moesten opgebouwd worden. Op het moment dat ketenpartners de meerwaarde van de interventie zien, bleken ze meer bereid zich hiervoor in te zetten. Daarom heeft GGNet een informatiebijeenkomst ontwikkeld voor de ketenpartners.

De training verlaagt voor deelnemers de drempel om hulp te vragen

In de training leren de jongeren dat zij open over hun problemen kunnen en mogen praten. Doordat de trainers zelf ook open zijn, leren de deelnemers dat dit kan en mag in Nederland. De jongeren leren dat ook anderen dezelfde problemen hebben als dat zij hebben en dat je daar hulp voor mag vragen. Doordat de training wordt gegeven vanuit GGNet, komen de deelnemers op een heel laagdrempelige manier in contact met de ggz. Hierdoor is de stap naar therapie – mocht dat nodig zijn – een stuk kleiner. Deelnemers accepteren hulp, waar ze dat zonder de training waarschijnlijk niet geaccepteerd hadden. Hierdoor kan de training preventief werken: de deelnemers krijgen hulp voordat de problemen zich tot ernstige problematiek hebben ontwikkeld.

De jongeren krijgen door de training meer vertrouwen in Nederlandse instanties. Dit stimuleren de trainers, door telkens te benadrukken dat alles wat de jongeren zeggen vertrouwelijk is. Als de trainers willen overleggen met een andere partij (bijvoorbeeld school of de woonbegeleider) dan vragen ze daar altijd eerst toestemming voor. Door dit telkens te benadrukken en nauwgezet op te volgen, geven de trainers de jongeren het vertrouwen dat ze zorgvuldig met hun verhaal omgaan. Juist voor deze jongeren is het belangrijk om dit basisvertrouwen te herstellen, omdat zij dit niet gewend zijn vanuit hun land van herkomst en/of tijdens hun vlucht wantrouwen ontwikkeld hebben. De training geeft de jongeren het vertrouwen dat zij terecht kunnen bij Nederlandse instanties, dat zij over hun problemen kunnen praten, hulp mogen vragen en dat daarbinnen vertrouwelijk met hun verhaal omgegaan wordt.

³ Een Internationale Schakelklas (ISK) is een school bestemd voor jongeren tussen de 12 en 18 jaar die net in Nederland zijn komen wonen.

De mogelijkheid individuele gesprekken te voeren, versterkt de effecten van de groepstraining

Tijdens de training bleek dat er bij een deel van de deelnemers behoefte was aan individueel contact. Hier was van tevoren in voorzien door het faciliteren van een inloopspreekuur achteraf. In plaats van het inloopspreekuur achteraf hebben de trainers de jongeren die daar behoefte aan hadden al tijdens de training gesproken. Vaak was er na de les nog tijd voor individuele vragen. Was er meer nodig, dan werd er een afspraak gepland voor een individueel gesprek. De groepsgewijze interventie in combinatie met individuele begeleiding biedt jongeren ruimte om kwetsbare problemen te bespreken die niet gedeeld kunnen worden in de groep. Ook biedt het ruimte aan jongeren die minder open (durven) zijn in de groep, om ook hun verhaal te doen. Gestimuleerd door de verhalen vanuit de groep, doen zij in een individuele setting hun verhaal. En het biedt ruimte om vragen te bespreken die jongeren pas na de training bedenken. Tot slot biedt het ruimte om dieper op problemen in te gaan en gericht naar passende hulp te zoeken. Deze combinatie is daarmee erg belangrijk gebleken.

De inzet van sleutelpersonen motiveert jongeren

De sleutelpersonen die voor deze interventie aangesteld zijn, hebben het draaiboek van de training verbeterd door het beter af te stemmen op de belevingswereld van de deelnemers. Een van de sleutelpersonen, die ooit zelf de training heeft gevolgd, heeft daarnaast zijn verhaal verteld op een van de bijeenkomsten. Hiermee diende hij als voorbeeld voor de jongeren en gaf hen hoop en perspectief. Daarnaast is gebruik gemaakt van meer informele sleutelpersonen, die we ook ervaringsdeskundigen kunnen noemen. Dit zijn jongeren die de training gevolgd hebben en die onderling elkaar motiveren de training ook te gaan volgen: dit heeft in Doetinchem – waar de training meermaals aangeboden is – goed gewerkt. Daarnaast speelde de tolk een belangrijke rol: de jongeren herkenden zich in hem en dat werkte vertrouwenwekkend. Doordat de tolk elke bijeenkomst aanwezig was en zelf ook open was, was hij een voorbeeld voor de jongeren.

1.2. Werkzame elementen en randvoorwaarden training

Werkzame elementen

- Het belangrijkste werkzame element van de training is dat de trainers **de tijd nemen om te luisteren** naar de verhalen van de jongeren en zich **inleven in hun belevingswereld**. Deze aandacht is belangrijk.
- Daarnaast wordt er **openheid gecreëerd** doordat de trainers en sleutelpersonen zelf ook ervaringen delen.
- Er is **ruimte om aan te sluiten bij de behoeftes van de groep** omdat het draaiboek flexibel is: de trainers pakken de onderwerpen en opdrachten eruit die het beste aansluiten bij de groep.
- De trainers creëren een **informele en laagdrempelige setting**: er is koffie en thee en jongeren zijn niet verplicht wat te delen of aan de oefeningen mee te doen.
- De **diversiteit aan werkvormen** (bijvoorbeeld een beweegoefening, ontspanningsoefening, een tekenoefening of een visuele illustratie) maakt de training toegankelijk: de jongeren hoeven niet alleen te luisteren en praten maar gaan actief en creatief aan de slag.

Randvoorwaarden

- Een belangrijke randvoorwaarde is de **fysieke aanwezigheid van een vaste tolk** die niet alleen letterlijk **vertaalt wat er gezegd wordt**, maar ook een **culturele vertaling geeft** van interacties in de klas, gezichtsuitdrukkingen en andere vormen van non-verbale communicatie. Daarnaast voelen de jongeren zich vertrouwd bij de tolk, omdat hij dezelfde culturele achtergrond heeft.
- **Opbouwen van vertrouwen** is een belangrijke randvoorwaarde die in de training veel aandacht krijgt: de trainers benadrukken telkens dat alles wat wordt gezegd betrouwbaar is, en dat er pas informatie wordt gedeeld na toestemming van de jongeren. Ook ontstaat de vertrouwensband doordat trainers zelf ook ervaringen delen en doordat ze duidelijk verwachtingen scheppen: waar kan ik mee helpen en waarmee niet.

- Andere randvoorwaarden hebben te maken met **samenwerking met ketenpartners** (zie de conclusies hierboven) en afstemming met school. Doordat de training op school plaatsvond, onder lestijd, paste deze makkelijk in het leven van de jongeren.

1.3. Aandachtspunten

Het algeheel psychisch welbevinden verbetert, maar is nog niet 'goed': aandacht blijft nodig

Alhoewel de training een aantoonbare verbetering oplevert voor het algeheel psychisch welbevinden van de jongeren zijn de problemen – vanzelfsprekend – niet binnen tien weken opgelost. Dit is terug te zien in de data: ook op het tweede meetmoment gaven de jongeren nog veel onvoldoendes, bijvoorbeeld aan 'slaap', 'concentratie' en 'piekeren'. Het is weliswaar (significant) beter geworden, maar nog niet 'goed'. Wel blijkt uit de training dat jongeren meer handvatten hebben gekregen om om te gaan met problemen: zij weten beter wat ze moeten doen, bijvoorbeeld om beter te kunnen slapen. Ook hebben ze beter geleerd om hulp te vragen.

Toch bevelen wij aan om ook na de training de jongeren goed in de gaten te houden, juist omdat het gaat om kwetsbare jongeren die in een onzekere situatie zitten (bijvoorbeeld rondom gezinshereniging). Dit kan op allerlei manieren, bijvoorbeeld door te zorgen dat de deelnemers hun trainers – met wie ze een vertrouwensband opgebouwd hebben – op een laagdrempelige manier nog dingen kunnen vragen. Enkele jongeren en een professional gaven aan dat zij meer bijeenkomsten een goede oplossing vinden, om nog meer te kunnen leren. Volgens anderen is dat niet nodig; het aantal bijeenkomsten is voldoende.

Sleutelpersonen hebben duidelijke meerwaarde maar het lukt nog onvoldoende hen bij de training zelf te betrekken

Zoals we hierboven concludeerden, hebben sleutelpersonen en/of ervaringsdeskundigen een belangrijke meerwaarde: jongeren herkennen zich in hen, putten hoop uit hun verhalen en zijn gemotiveerd om de training tot een goed einde te brengen. Daarom lijkt het meerwaarde te hebben als op de eerste bijeenkomst een ervaringsdeskundige zijn/haar verhaal komt vertellen. Op die manier kan hij/zij de jongeren aan de start van de training motiveren. Het is echter nog onvoldoende gelukt om sleutelpersonen in te zetten tijdens de trainingen. Dit is een belangrijk aandachtspunt, gezien de meerwaarde die het oplevert.

Wij raden aan om de data van de trainingen vóóraf af te stemmen met de sleutelpersonen, voor deze vastgelegd worden. Een structurelere oplossing zou zijn om binnen GGNet iemand aan te nemen die vanuit het sleutelpersonenperspectief een rol kan spelen bij diverse activiteiten van de organisatie. Als dit een (meer) volledige functie is, wordt afstemmen hoogstwaarschijnlijk makkelijk. Nu moeten sleutelpersonen het combineren met hun andere werkzaamheden. Daarnaast blijkt uit deze evaluatie dat meerdere typen sleutelpersonen een rol kunnen vervullen binnen de training: de formele sleutelpersonen maar ook (ex-) amv's die de training eerder gevolgd hebben (en bijvoorbeeld in het kader van een stage een bijdrage kunnen leveren), of de tolk. Breder kijken naar verschillende typen inzet kan meer mogelijkheden geven het sleutelpersonenperspectief mee te nemen binnen de training.

Het lukt nog niet om de training aan te bieden aan alle doelgroepen die hier baat bij kunnen hebben

Een punt van aandacht is dat de interventie oorspronkelijk bedoeld was voor zowel amv's als ex- amv's (tot 27 jaar). Die laatste groep heeft niet deelgenomen aan de trainingen omdat deze op het ISK georganiseerd werden. Hierdoor is (binnen dit project) geen ervaring opgedaan met de begeleiding van deze groep. Ook andere groepen hebben niet deel kunnen nemen aan de training. Zo hebben alleen jongens meegedaan aan de groepstrainingen, omdat er voornamelijk

amv-jongens waren en het voor de paar meisjes die er waren daarom niet veilig voelde in de groep. En omdat de talen van de groepen Tigrinya en Arabisch waren, konden jongeren die een andere taal spreken niet meedoen. Juist omdat het een groepsgewijze interventie betreft, is het samenstellen van de groep belangrijk: alle deelnemers moeten zich veilig voelen in de groep en de taal van de groep voldoende beheersen. Tegelijkertijd zal de groep voor een groot deel van de (ex-)amv's toegevoegde waarde hebben. Bij verdere uitrol van de interventie is het daarom belangrijk na te denken hoe – rekening houdend met randvoorwaarden – zoveel mogelijk jongeren geïncludeerd kunnen worden. Binnen de interventie is dit opgelost door sommige amv-jongeren individueel te spreken. Hier moet ruimte voor zijn.

1.4. Aanbevelingen voor een lokale en landelijke uitrol

Uit deze evaluatie blijkt dat de interventie zijn doel behaalt. Het algeheel psychisch welbevinden van de jongeren verbetert, zij krijgen handvatten om met hun problemen om te gaan, zijn opener over hun problemen en accepteren en vragen eerder hulp waardoor ernstige problematiek voorkomen kan worden. De interventie zal voor een groot deel van de amv-jongeren meerwaarde hebben. Het breder implementeren van de training was een doel van de interventie. In Doetinchem is men hier goed mee op weg: daar heeft het ISK na de vanuit dit ZonMw-project gefinancierde training al drie extra trainingen gegeven. Aandachtspunt daar is de afstemming met school en inbedding in het lesprogramma: momenteel wordt de training onder leestijd gegeven, doel is om de training zelf als leestijd aan te bieden.

De volgende aanbevelingen zijn gericht op een verdere lokale (binnen het werkgebied van GGNet) en landelijke uitrol.

- **Stel een kwartiermaker aan die lokale en landelijke uitrol aanjaagt**

De interventie heeft zijn meerwaarde bewezen, maar lokale en landelijke uitrol gaat niet vanzelf. Zelfs binnen dit (al gefinancierde) project is het lang zoeken geweest hoe de samenwerking met ketenpartners zo vormgegeven kon worden dat voldoende amv-jongeren toegang kregen tot de training. Wil men grotere impact maken, dan moet serieus werk gemaakt worden van de lokale en landelijke uitrol, en moet dit voortdurend aangejaagd worden.

- **Benut enthousiaste ketenpartners om binnen hun organisatie en richting potentiële financiers de meerwaarde van de training aan te tonen**

Uit deze evaluatie is naar voren gekomen dat ketenpartners die direct betrokken zijn geweest bij de interventie positieve effecten zien bij de deelnemers en daardoor sterk voorstander worden van de training. Van tevoren is er nog sprake van enige terughoudendheid. Houd de ontstane contacten warm en benut het enthousiasme van de betrokken ketenpartners opdat zij elk in hun eigen organisatie anderen (ook buiten de regio) kunnen enthousiasmeren voor de interventie. GGNet kan dan samen met ketenpartners optrekken richting potentiële financiers, zowel binnen het werkgebied van GGNet als landelijk.

- **Maak werk van het train-de-trainers-model waardoor de training ook buiten het werkgebied van GGNet uitgerold kan worden**

In de projectbeschrijving van de interventie wordt een train-de-trainersmodel genoemd waarmee de ontwikkelde methodiek kan worden overgedragen aan andere professionals in andere regio's die na de training gecertificeerd zijn de interventie zelf uit te voeren. Dit is een belangrijke stap die gezet moet worden om de training landelijk te kunnen uitrollen. Wellicht kan een dergelijke methode ook binnen de regio toegepast worden, om ook daar de training voor meer jongeren toegankelijk te maken.

- **Leg contact met andere centra voor interculturele ggz buiten de regio**

Sterk punt van de interventie is de nauwe verbinding met GGNet Centrum voor Interculturele GGZ. De trainers komen (o.a.) vanuit GGNet waardoor voor jongeren de drempel om hulp te zoeken bij deze organisatie, lager wordt. Indien de training landelijk wordt uitgerold, kan een dergelijke koppeling met een interculturele ggz-instelling gezocht worden. Een overzicht van interculturele ggz is [hier](#) te vinden.

- **Ga in gesprek over inbedding van de training in het lesrooster van ISK's**

Op het moment dat de training binnen de ISK in het lesrooster opgenomen wordt/kan worden, is deze vanzelfsprekender toegankelijk voor de jongeren. Ga in gesprek met LOWAN⁴ en verken mogelijkheden hiertoe. Ga ook in gesprek met de ministeries van VWS en OCW. Lokaal kan geëxperimenteerd met inbedding in het lesrooster, zoals in Doetinchem waar dit onderwerp op de agenda staat.

- **Bind sleutelpersonen aan de organisatie**

Sleutelpersonen kunnen blijvend helpen de training te verbeteren. Ook kunnen ze een rol spelen in het motiveren van jongeren om deel te nemen aan de training, en in het overbrengen van de meerwaarde van de interventie naar samenwerkingspartners en mogelijke financiers. Door als GGNet sleutelpersonen aan de organisatie te binden, kunnen deze vaker en structureler ingezet worden.

4 LOWAN ondersteunt de scholen in zowel het primair- als voortgezet onderwijs die het eerste opvang onderwijs verzorgen aan nieuwkomers. Ook gemeenten, samenwerkingsverbanden passend onderwijs, onderwijsondersteunende organisaties evenals lesontwikkelaars en uitgeverijen kunnen een beroep op LOWAN doen. De afdeling LOWAN-vo zet zich in voor het Voortgezet Onderwijs aan nieuwkomers.

- **Onderzoek met gemeenten welke mogelijkheden er zijn binnen het GALA en gebruik deze**

In februari 2023 is het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA)⁵ ondertekend. In het akkoord is afgesproken hoe preventief gezondheidsbeleid kan worden versterkt en geborgd. Gemeenten kunnen voor de uitvoering van het akkoord budget aanvragen via een Brede Specifieke Uitkering (SPUK). Preventie en een integrale aanpak zijn belangrijke pijlers van het GALA. Ook is er aandacht voor mentale gezondheid. Hier zijn doelen voor opgesteld, zoals 'het moet voor alle inwoners van Nederland gebruikelijker worden om te praten over hun mentale gezondheid'. Een doelgroep waar extra aandacht voor is rondom mentale gezondheid, zijn jongeren tussen de 12 en 27 jaar. De training vanuit GGNet sluit op diverse punten aan bij de doelen uit het GALA. Dit akkoord biedt een goed aanknopingspunt om met gemeenten (en ketenpartners) in gesprek te gaan over de inzet van de training ter verbetering van de mentale gezondheid van inwoners.

- **Bedenk welke mogelijkheden er zijn om de training aan ex- amv's aan te bieden.**

Doel van de interventie was om de training zowel aan amv's als ex-amv's aan te bieden. Dat is moeilijk gebleken omdat ex-amv's minder duidelijk in beeld zijn (zij zitten bijvoorbeeld niet meer op het ISK en vallen niet onder voogdij van Nidos). Gemeenten kunnen hierin vanuit hun rol bij inburgering en arbeidsparticipatie van ex- amv's een belangrijke partner zijn. Benut de nieuwe inburgeringswet – waarmee gemeenten meer taken en verantwoordelijkheden hebben gekregen richting meerderjarige vluchtelingen – om hierover met gemeenten in gesprek te gaan.

5 Zie https://www.tweedekamer.nl/kamerstukken/brieven_regering/detail?id=2023Z01894&did=2023D04443. Het GALA is 3 februari ondertekend door het ministerie van VWS, de Vereniging van Nederlandse Gemeenten, Zorgverzekeraars Nederland en GGD-GHOR.

2 Introductie onderzoek

2.1. Evaluatie inzet preventieve GGZ-interventie voor alleenstaande minderjarige vluchtelingen

GGNet Centrum voor Interculturele GGZ is onderdeel van GGNet, een regionale GGZ-organisatie in Oost-Nederland. Het is een expertisecentrum gericht op de psychische gezondheid van mensen met een andere culturele afkomst, in het bijzonder asielzoekers en vluchtelingen. Het centrum richt zich op vluchtelingen met psychische problematiek in combinatie met cultuurspecifieke-, migratie- of acculturatieproblematiek en/of bij wie de reguliere zorg om deze reden stagneert.

Vanaf 2013 heeft GGNet preventieve ggz-groepsinterventies ontwikkeld voor asielzoekers in Nederland, waaronder een specifieke gericht op alleenstaande minderjarige vreemdelingen (amv's genaamd). Met financiering vanuit het ZonMw 'Onderzoeksprogramma GGZ', subsidieronde 'Zorg en ondersteuning aan vluchtelingen in Nederland – Praktijkprojecten' kon GGNet drie aanvullende groepsgewijze interventies inzetten voor (ex) amv's. Dit rapport is de evaluatie van dit project.

2.1.1. Doelstelling project

Het doel van de interventie van GGNet is het volgende:

Het doel is om met een laagdrempelige preventieve GGZ-groepsinterventie de mentale en psychosociale gezondheid van amv's en ex- amv's te verbeteren, hen gezonde copingstijlen aan te leren en hierdoor (het ontstaan van) ernstige psychische klachten en/of gedragsproblematiek te voorkomen of verminderen, met een positief effect op meerdere levensdomeinen.

Uitgangspunt is om in de doorontwikkeling van de interventie goed rekening te houden met de behoeftes van de doelgroep door nauw samen te werken met sleutelpersonen. Ook samenwerking met ketenpartners is een belangrijk uitgangspunt, om op die manier signalen vroegtijdig te kunnen oppikken en om actief (gezamenlijk) te kunnen handelen wanneer nodig. Tot slot wil men met de partners onderzoeken of het mogelijk is de training als vast onderdeel op school/elders te implementeren.

2.2. Onderzoeksmethoden

2.2.1. Onderzoeksvragen

Onderhavige evaluatie kent twee hoofdvragen, en enkele deelvragen:

1. Is het gelukt de interventie zoals beoogd uit te voeren; onder welke randvoorwaarden en wat waren hierin succesfactoren en verbeterpunten?
 - Hoe is de samenwerking met sleutelpersonen verlopen?
 - Hoe is de samenwerking met ketenpartners verlopen?
 - Hoe is de werving en samenstelling van de groepen verlopen?
 - Wat was het bereik van de interventie?
 - Hoe is de nazorg na afloop van de groepsgewijze interventie verlopen?

2. Wat heeft de interventie de deelnemers opgeleverd?

- Zijn er (positieve) veranderingen m.b.t. psychosociale gezondheid, zelfredzaamheid of andere leefgebieden van de deelnemers?
- Onder welke randvoorwaarden kan de interventie positieve veranderingen bewerkstelligen bij de deelnemers? Wat zijn hierin werkzame elementen en aandachtspunten?

We kijken in de evaluatie dus zowel naar het proces, als naar het resultaat van de interventie. Met de uitkomsten van dit onderzoek kan de interventie verder verbeterd worden, komen werkzame elementen voor (de organisatie van) groepsgewijze preventieve ggz-interventies naar voren en ontstaat er een inzicht in wat een dergelijke aanpak kan opleveren voor de deelnemers, en welke rol sleutelpersonen hierin (kunnen) spelen. De opgedane kennis zullen we benutten om stil te staan bij de vraag hoe de interventie verder uitgerold kan worden.

2.2.2. Typen dataverzameling

Om de onderzoeksvragen te beantwoorden, hebben we verschillende typen dataverzameling naast elkaar ingezet, namelijk:

- Vragenlijstonderzoek onder deelnemers van de interventie:
 - Om veranderingen in algeheel (psychisch) welbevinden te kunnen meten, hebben de deelnemers op twee meetmomenten twee vragenlijsten ingevuld: tijdens de eerste en tijdens de laatste van de tien bijeenkomsten. Voor het onderzoek zijn de 'vragenlijst interculturalisatie' en de 'vragenlijst IPH: Mijn Positieve Gezondheid' gebruikt.
- Semi gestructureerde diepte-interviews met betrokken professionals:
 - We hebben 7 professionals geïnterviewd over verloop en resultaat van de interventie, namelijk:

Organisatie

Functie

GGNet	Projectleider en trainer
GGNet	Trainer
ISK Apeldoorn	Maatschappelijk werker ISK en trainer
ISK Doetinchem	Orthopedagoog ISK en trainer
Nidos	Jeugdbeschermer
Nidos	Jeugdbeschermer
N.v.t.	Sleutelpersoon en ex-deelnemer training GGNet

- Opgetekende ervaringen vanuit ketenpartners en jongeren zelf:
 - De projectleider vanuit GGNet heeft ketenpartners, jongeren en trainers gevraagd de training te evalueren. De ketenpartners die een schriftelijke evaluatie hebben gegeven zijn Yoin, Nidos, de ISK's en de GGD. De onderzoekers hebben deze informatie schriftelijk ontvangen en meegenomen in de analyses.
- Analyse documenten, waaronder het draaiboek van de training.

Leeswijzer

In hoofdstuk 3 en 4 staan de uitkomsten van de procesevaluatie. In hoofdstuk 3 geven we antwoord op de vraag 'is het gelukt de interventie zoals beoogd uit te voeren?'. In hoofdstuk 4 geven we antwoord op de vraag 'wat heeft de interventie de deelnemers opgeleverd?' (hoofdstuk 4). Deze vraag staat ook centraal in hoofdstuk 5, waarin we de uitkomsten van het vragenlijstonderzoek weergeven. Hoofdstuk 1 is een samenvattend en concluderend hoofdstuk, waarin tevens aanbevelingen voor uitrol van de interventie staan.

3 Uitkomsten procesevaluatie: uitvoering interventie

In dit hoofdstuk staat de volgende onderzoeksvraag centraal: *Is het gelukt de interventie zoals beoogd uit te voeren; onder welke randvoorwaarden en wat waren hierin succesfactoren en verbeterpunten?* We geven antwoord op deze onderzoeksvragen aan de hand van de informatie uit de semigestructureerde diepte-interviews, de documentenstudie en de schriftelijke evaluaties die we hebben ontvangen. De volgende onderwerpen komen aan bod:

- Beschrijving van de interventie
- Aanpassen draaiboek
- Werving en samenstelling groepen
- Aanwezigheid bij de training
- Individuele begeleiding en nazorg
- Samenwerking met ketenpartners
- Rol tolk en sleutelpersonen

3.1. Beschrijving van de interventie

In deze paragraaf beschrijven op hoofdlijnen hoe de interventie eruitziet en of deze is verlopen zoals gepland.

Groepsgewijze training

Hoofdonderdeel van de interventie zijn drie trainingen van elk tien bijeenkomsten van 1,5 uur. Voor de training is een draaiboek opgesteld. Hierin staan

de thema's uitgewerkt die aan bod kunnen komen, en worden de elementen benoemd die in elke training terugkomen. Het draaiboek is flexibel: dat betekent dat de trainers thema's behandelen die aansluiten bij de behoeftes van de jongeren in de groep. Voorbeelden van thema's zijn omgaan met stress en herkennen van emoties. In een van de bijeenkomsten staan de deelnemers stil bij hun vluchtverhaal door een drieluik te tekenen met aandacht voor gebeurtenissen in, en herinneringen aan land van herkomst, het vluchtverhaal en het leven in Nederland. In de training worden verschillende, creatieve werkvormen gebruikt waarbij de jongeren zelf aan de slag gaan. Daarnaast zit er een stuk psycho-educatie in de training. In hoofdstuk 4 gaan we dieper in op welke onderdelen van de training goed gewerkt hebben voor de jongeren.

Individuele begeleiding

Binnen de interventie was voorzien in een inloopsprekkuur na afloop van de training. Dit is in de praktijk anders vormgegeven, omdat jongeren ook tijdens de training al behoefte hadden aan individueel contact. Dit was laagdrempelig mogelijk, na de les. Soms werd er een aanvullend gesprek gepland. En ook na de training is met een groot deel van de jongeren nog individueel gesproken. In paragraaf 3.5 is meer te lezen over de individuele begeleiding.

Verloop van de interventie

De trainingen zijn later gestart dan voorzien. De trainingen zouden starten in 2021, en zijn gestart in 2022. Dit heeft twee hoofdredenen. De coronapandemie speelde een rol in het kunnen aanbieden van groepen. En het werven van de jongeren was lastiger dan gedacht, omdat de gemeenten waar men dacht de jongeren te kunnen werven, toch onvoldoende deelnemers hadden. Dit kwam omdat (vanwege de lange aanloop van het ZonMw-project) de amv-jongeren betrokken waren uit de gemeenten of omdat de problematiek dusdanig

ernstig was geworden dat een preventieve training niet meer passend was. Er moest dus een nieuwe manier gevonden worden om amv-jongeren te werven. Uiteindelijk is dit gelukt via het ISK in Doetinchem en het ISK in Apeldoorn. In Doetinchem is 1 groep gegeven en in Apeldoorn zijn 2 groepen gegeven. Na de eerste groep in Doetinchem was het ISK dusdanig enthousiast dat zij nu ook buiten het project om doorgaan met het aanbieden van de training. Tot slot kende de interventie een projectgroep: doordat de locatie van de trainingen gewisseld is, is ook de projectgroep-samenstelling veranderd, en heeft de projectgroep een beperkter rol gehad gedurende de looptijd van het project.

3.2. Aanpassen draaiboek

Het draaiboek is het programma van de training: hierin staan de thema's uitgewerkt die aan bod kunnen komen, en worden de elementen benoemd die in elke training terugkomen. In het draaiboek staat informatie over de verschillende thema's, er staan oefeningen en voorbeelden in. Er wordt in het draaiboek veel aandacht besteed aan de omgang met de deelnemers en hoe een informele, laagdrempelige sfeer te creëren is.

Het draaiboek bestond al, maar in het kader van dit project heeft GGNet het draaiboek samen met drie sleutelpersonen aangepast. De sleutelpersonen hebben zelf ook een vluchtelingenachtergrond. Betrokkenen zijn zeer tevreden over deze samenwerking: het draaiboek is er beter door geworden en houdt meer rekening met het referentiekader van de deelnemers.

"Ik vond het enorm veel meerwaarde hebben om de sleutelpersonen te betrekken bij het doorontwikkelen van het draaiboek. Zij kwamen soms met voorbeelden die wij nooit hadden kunnen bedenken. En je merkt dat, wanneer wij die voorbeelden kunnen benoemen in een groep, dat de jongeren in de groep zich meer begrepen voelen omdat dat aansluit bij hun beleving."

■ Trainer

De trainers hebben het draaiboek flexibel benut binnen de trainingen. Zij hebben niet alle onderwerpen behandeld maar pakten die onderwerpen eruit, waar de jongeren behoefte aan hadden. Slapen was bijvoorbeeld een thema waar de jongeren erg mee worstelden en daarom hebben de trainers daar veel aandacht aan besteed. Het draaiboek zelf is geen vaststaand document en zal ook de komende periode telkens aangepast worden.

3.3. Werving en samenstelling groepen

Werving

De groepen voor de training bestonden uit ongeveer 11 deelnemers. Zoals we in paragraaf 3.1 beschreven is de werving voor de groepen anders gelopen dan oorspronkelijk gepland, doordat er onvoldoende amv-jongeren waren in de samenwerkingsgemeenten. Uiteindelijk zijn de groepen op twee ISK-scholen georganiseerd, in Apeldoorn (2 groepen) en Doetinchem (1 groep). In Doetinchem geeft men de training nog steeds, daar zijn nu ongeveer 4 groepen geweest.

Bij de samenstelling van de eerste groepen, waren met name GGNet en het ISK betrokken. De voogden/jeugdbeschermers vanuit Nidos en de woonbegeleiders vanuit Yoin hadden nog geen (grote) rol. De ervaring van de betrokkenen is dat het prettiger werkt als ook deze partners een rol hebben in het aandragen van jongeren voor de groepen en het meedenken of een groep geschikt is voor de jongere. Dit is in Doetinchem (waar de training nog steeds aangeboden) wordt, goed op gang gekomen. In Doetinchem spelen nu ook jongeren die de training al gevolgd hebben, een rol. Zij kunnen jongeren die de training nog niet gevolgd hebben, overtuigen om mee te doen:

“Voor de nieuwe groep was er een jongen die twijfelde om deel te nemen. Toen heeft de mentor vanuit Yoin gezegd: praat eens met jongeren die de training al gevolgd hebben. En nu kreeg ik gisteren dus een mailtje dat deze jongen toch wil deelnemen.”

■ **Trainer**

GGNet benadrukt dat meedoen aan de training laagdrempelig moet zijn. Zij kiezen bewust hoe ze (voorafgaand aan) de training communiceren. Woorden als psychische hulp of psychische problemen worden niet gebruikt, omdat daar veelal een stigma op zit. In Doetinchem heet de training bijvoorbeeld de Veerkracht-training. De trainers focussen op de concrete problemen waar de jongeren mee zitten (bv. slecht slapen, veel stress, piekeren) en niet zozeer op begrippen als mentale gezondheid. Dit maakt deelname laagdrempeliger.

Groepssamenstelling

- Er zijn een aantal zaken van belang in de samenstelling van de groepen, volgens de ervaring van de betrokkenen:
- Ongeveer gelijke achtergrond hebben qua vluchtverhaal. In een van de groepen zat een jongen die via gezinshereniging naar Nederland was gekomen, de rest was amv'er. Volgens enkele betrokken botste dit, omdat dit het vluchtverhaal heel anders maakt.
- Samenstelling qua jongens/meisjes: aan alle drie de groepen hebben alleen jongens meegedaan. Er zijn minder meisjes die als amv'er naar Nederland zijn gekomen en de trainers hebben ervaren dat het voor de meisjes onveilig kan voelen als zij slechts met enkelen in de groep zitten. Het is in een van de trainingen wel gebeurd, maar daar is besloten om met de meisjes een apart, individueel groepje te maken buiten de training om.
- Taal van de groepen. Omdat de jongeren kort in Nederland zijn, spreken zij nog niet heel goed Nederlands. Helemaal als het gaat om uitdrukken van gevoelens – iets dat voor de meesten nieuw is – is het prettig als dit in de eigen taal kan. Er zijn daarom twee Arabische groepen georganiseerd

en 1 Eritrese groep. Een tolk was aanwezig om te vertalen. Daarnaast zijn enkele jongeren (die een andere taal spraken) individueel gesproken.

- De motivatie en verwachtingen van de deelnemers. Als er iemand tussen zit die weerstand heeft tegen de programmaonderdelen (bv. het tekenen van het vluchtverhaal) dan kan dat de groepsdynamiek verstoren, zoals in een van de groepen gebeurd is.
- Training kunnen afmaken. In een van de groepen zat een jongere die halverwege de training over ging naar het ROC en daarom met de training stopte.
- Onderlinge verhoudingen. Indien leerlingen niet met elkaar overweg konden, zijn ze niet samen in de training gezet.

In de groepen zijn de trainers er soms tegenaan gelopen dat de groepssamenstelling op bovenstaande punten niet ideaal was. Dit heeft invloed op de groepsdynamiek. Het is daarom belangrijk om een goede selectie te maken, en hiervoor te overleggen met ketenpartners zoals Nidos, YOIN, het ISK en de GGD die de jongeren (goed) kennen.

De interventie was bedoeld voor amv-jongeren en ex-amv jongeren (tot 27 jaar). In de praktijk hebben alleen jongeren tot 18 jaar deelgenomen aan de trainingen, omdat deze op het ISK georganiseerd werden (waar jongeren tot hun 18e op zitten).

3.4. Aanwezigheid bij de training

In Doetinchem hebben de meeste jongeren het merendeel van de bijeenkomsten bijgewoond. In Apeldoorn was er veel uitval en waren jongeren vaak niet aanwezig. Er waren rond de 7 jongeren per bijeenkomst. Er zijn ook bijeenkomsten in Apeldoorn geweest waar slechts enkele (3 of 4) jongeren aanwezig waren. De betrokkenen geven aan dat de wisselende groepssamenstelling invloed heeft gehad op de groepsdynamiek en hoe open jongeren durven te zijn:

“We hadden weinig bijeenkomsten met een vaste groep. Dat is wel jammer voor de groepsdynamiek. Toen we de laatste bijeenkomsten een wat vastere groep hadden, merkte ik dat de verhalen veel meer en makkelijker kwamen. De jongeren waren wat opener. Ook omdat ze wat meer vertrouwen in de groep hebben.”

■ **Trainer**

De groep in Doetinchem was een uitzonderlijk hechte groep, en daardoor werd er al snel veel gedeeld, aldus de betrokkenen. Betrokkenen denken dat het verschil in uitval tussen de groepen in Apeldoorn versus de groep in Doetinchem verklaard kan worden door het überhaupt hoge verzuimpercentage of het ISK Apeldoorn. Ook in reguliere lessen ligt het verzuim hoog, de mentaliteit van de jongeren is daarmee anders, verzuim is ‘normaler’. De school gaat hier de komende tijd mee aan de slag. Een ander verschil is dat in Doetinchem er kortere lijnen waren met professionals die contact met de jongeren hebben, zoals de woonbegeleiders. Woonbegeleiders kregen een seintje als er weer een bijeenkomst was, en konden de jongeren dan naar de groep toesturen. Bij beide groepen is er een WhatsApp-groep aangemaakt waarin de trainers de dag voor de training de jongeren een berichtje ter herinnering stuurden. En op beide ISK’s vonden de groepen onder lestijd plaats.

Ervaring leert dat het tijdstip van de groep belangrijk is: het is zoeken wat dit tijdstip is. Niet te vroeg, vanwege de slaapproblemen van de jongeren. Maar in de middag neemt de concentratie van de jongeren af, dus ook dat is niet ideaal, kregen we terug van de professionals. Wat duidelijk werd, is dat het tijdstip vast moet staan: niet een half uurtje schuiven met de begintijd. De groepen vonden onder lestijd plaats, waardoor de leerlingen niet extra naar school hoeven te komen. Na de bijeenkomsten is er een korte pauze gepland om de jongeren de tijd te geven terug te schakelen naar het reguliere onderwijs. Er zijn goede ervaringen met het aanbieden van de training onder lestijd. Echter, docenten moeten hier ook achter staan. Juist als het onder lestijd is, is het van belang dat docenten de meerwaarde van de training zien en niet eisen dat de jongeren

naar hun les komen (dit is voorgekomen). Op het ISK in Doetinchem wordt met de docenten overlegd of het mogelijk is dat de jongeren enkele lessen missen om aan de training deel te nemen. Ook wordt er gesproken of het mogelijk is de training als vast, eigenstandig onderdeel op te nemen in het curriculum.

3.5. Individuele begeleiding en nazorg

Hoofdmoot van de interventie is een groepsgewijze training van tien bijeenkomsten. Daarnaast was na de training voorzien in een nazorgtraject bestaande uit een tweewekelijks inloopspreekuur waar jongeren individueel heen kunnen gedurende acht maanden na afronding van de bijeenkomst. Dit inloopspreekuur is niet uitgevoerd, omdat in de praktijk bleek dat ook tijdens de bijeenkomsten al behoefte was (bij een deel van de jongeren) aan individueel contact. Dit was mogelijk: vaak was er na de les nog tijd voor individuele vragen. In Apeldoorn was de tolk er dan nog bij voor de vertaling. Was er meer nodig, dan werd er een afspraak gepland voor een individueel gesprek. Deze werkwijze – groepsgesprekken en ruimte voor individuele verdieping – is positief ervaren door de betrokkenen. Het biedt jongeren de ruimte kwetsbare problemen of traumatische ervaringen te bespreken die niet gedeeld kunnen worden in de groep:

“Het is fijn ruimte te hebben om jongeren individueel te spreken. Dat zou eigenlijk pas na afloop van de groep zijn, maar we kwamen er tijdens de groep achter dat dat al regelmatig werd ingezet. Omdat een jongere aangaf iets niet in de groep te kunnen zeggen maar er wel over te willen praten. Dan ga je niet zeggen ‘je moet wachten tot de tien bijeenkomsten voorbij zijn en daarna gaan we praten’. Dus dat hebben we dan meteen ingezet.”

■ **Trainer**

"Een werkzaam element van de training is de ruimte die er is, ook buiten de training. Geen training van twee uur en dan gaan we weg. Er is ook ruimte om nadien nog individueel met jongeren te praten. Met de tolk erbij, in eigen taal. Dat hele concept maakt dat het goed werkt."

■ **Trainer**

De groepsgewijze interventie in combinatie met individuele begeleiding biedt ruimte aan jongeren die minder open (durven) zijn in de groep, om ook hun verhaal te doen:

"De groep kan heel mooi werken omdat er vaak een aantal jongeren zijn die al wat opener zijn over hun problemen en een aantal jongeren die dat moeilijker vinden. [...] Dan zit er bijvoorbeeld een jongere die minder actief deelneemt, maar hij luistert en hoort wel van alles. Dan hebben we regelmatig meegemaakt, dat zo'n jongen later toch individueel kwam en wilde praten. Maar dat gebeurde dan aan de hand van de thema's en wat er gezegd was in de groep. Dat vind ik echt het voordeel van de groep."

■ **Trainer**

"Het is nodig dat je na de training nog vragen kan stellen. Als je alleen bent, rustig in je huis, dan komen er heel veel ideeën in je hoofd, dan is het handig dat je dat nog kan bespreken. En soms bedenk je achteraf 'oh dat had ik willen vragen'. Er zijn ook jongens die tijdens de training eigenlijk niks zeggen. Ze zouden verlegen kunnen zijn of het zou kunnen dat ze geen vertrouwen hebben gekregen, maar na de training willen ze wel graag in gesprek."

■ **Sleutelpersoon**

In Apeldoorn merkten de trainers tegen het einde van de training dat voor hun gevoel de groep nog niet goed afgerond was. Daarom hebben ze met iedereen een nazorggesprek gevoerd. Bij het gesprek waren beide trainers en de tolk aanwezig. Er wordt besproken hoe de jongeren de training ervaren hebben, wat het ze heeft gebracht en wat er eventueel nog meer nodig is. In Apeldoorn

heeft een van de trainers (de maatschappelijk werker van het ISK) daarnaast een inloopspreekuur: jongeren die de training hadden gevolgd, kwamen echter (nog) niet vaker naar dat spreekuur.

Zowel in Doetinchem als Apeldoorn konden jongeren ook na afloop van de training nog vragen stellen waarmee ze verder geholpen werden. Dit is ook gebeurd. In Doetinchem loopt de trainer vanuit GGNet nog rond, omdat het ISK heeft besloten om de training ook na deze interventie te blijven aanbieden. De trainer wordt nog regelmatig benaderd door jongeren die de training gevolgd hebben, en wat extra steun nodig hebben. Ook gaan ze soms in gesprek met jongeren na een signaal dat door de begeleiders van Nidos en/of Yoin is opgepikt.

3.6. Samenwerking met ketenpartners

Een van de uitgangspunten van de interventie is samenwerking met ketenpartners en inbedding van de interventie in het sociaal domein. Belangrijke partners van GGNet binnen de training zijn voogdijinstelling Nidos, woonbegeleider Yoin, de GGD en schoolmaatschappelijk werkers, orthopedagogen en docenten van het ISK.

Samenwerking trainersduo

De trainingen zijn gegeven door een trainer vanuit GGNet en iemand die betrokken is bij de school. In deze trainingen waren dat een maatschappelijk werker of een orthopedagoog. De professionals zelf vonden dit een goede combinatie, die een duidelijke meerwaarde opgeleverd heeft: problemen op verschillende leefgebieden konden makkelijk en snel opgepakt worden.

"In de individuele gesprekken met jongeren ervaren we de meerwaarde van de samenwerking van de schoolmaatschappelijk werker met de preventiefunctionaris van GGNet Centrum voor Interculturele GGZ waardoor we in één gesprek op verschillende levensgebieden kunnen kijken wat er nodig is en hier actie op in kunnen zetten."

■ **Trainer**

De trainer van GGNet zorgde voor een laagdrempelig linkje naar de organisatie GGNet. GGNet verzorgt therapie specifiek gericht op vluchtelingen en de organisatie kan dus zelf behandeling aanbieden wanneer in de training blijkt dat een jongere meer nodig heeft. Dit is meermaals voorgekomen. Soms werd de behandeling gegeven door de persoon die ook de preventieve training gaf. Voor de jongeren werkte het drempelverlagend dat zij GGNet via de training al kennen. Dit maakt voor hen de drempel hulp vanuit GGNet te accepteren minder hoog, ervaren de betrokken professionals:

"Wat ik persoonlijk heel belangrijk vind [...] dat is de kennis die je via GGNet binnenhaalt in je school en de korte lijn die je met GGNet hebt waardoor kinderen makkelijker doorstromen naar traumabehandeling."

■ **Trainer**

"De lijntjes met de GGZ zijn door de training ontzettend kort geworden. Dit is gunstig voor alle leerlingen op het ISK. Op deze manier kan er zo snel mogelijk de juiste hulp ingezet worden als dit aan de orde is."

■ **Trainer**

De betrokken professionals vinden het daarnaast een pluspunt dat de andere trainer een link heeft met de school, waardoor er sneller geschakeld kan worden.

"Wat ik als heel positief heb ervaren, is de samenwerking tussen GGNet en de schoolmaatschappelijk werker. Dat is een duidelijke meerwaarde. Als er problemen zijn met de jongeren dan raakt dat vaak verschillende levensgebieden. Daardoor is ook in verschillende levensgebieden iets nodig. Dan pakte GGNet het psychosociale stuk op: met de jongere in gesprek en als er iets van trauma speelde, kijken of een verwijzing richting behandeling in gang gezet kon worden. Lag het meer op het gebied van financiën of regelingen, dan pakte de schoolmaatschappelijk werker dat op, ook omdat de schoolmaatschappelijk werker de sociale kaart veel beter in beeld heeft in die specifieke gemeente. Daardoor kan je snel schakelen op verschillende leefgebieden en verbetert het nog veel meer voor de jongeren in korte tijd."

Hierbij geven de betrokkenen wel aan dat het belangrijk is dat de trainer vanuit school geen docent is, maar iemand binnen de school met een vertrouwensfunctie.

"We bieden een luisterend oor. Dat zij echt voelen dat wij er zijn. Dat er echt iemand voor ze is. Dat vind ik echt zo belangrijk. En dat merk je gewoon. Dat zij dat waarderen en dat ze dat fijn vinden. We hebben een heel andere rol dan een docent. Wij zijn er gewoon echt even voor ze om even naar ze te luisteren, mee te denken en te ondersteunen."

■ **Trainer**

Hieronder hebben we een voorbeeld opgenomen van een casus waarin de samenwerking tussen GGNet en de maatschappelijk werker tot een sluitende aanpak op meerdere levensgebieden heeft geleid:

"We hadden een jongen in de training die als amv'er naar Nederland is gekomen, dus van alles had meegemaakt. Maar inmiddels was zijn gezin via gezinshereniging gekomen. Hij had veel stress. Na afloop van de groep hebben we deze jongen individueel gesproken daar bleek eigenlijk een stuk trauma te spelen wat hij met niemand had besproken. Zijn familie wilde hij daar ook niet mee belasten. Ja, dat drukte vrij zwaar op hem. Maar daarnaast had hij zes broertjes en zusjes en die ook met die gezinshereniging mee waren gekomen. Zijn ouders wisten totaal de weg nog niet in Nederland, dus hij moest ook alles regelen voor de familie. Dus bij elk gesprek op school voor die broertjes en zusjes ging hij mee als tolk, elk gesprek bij de tandarts of dokter of noem maar op. Daarnaast werkte hij ook nog veel, echt iets van 30 uur per week omdat hij ook nog een broer in Libië had en hij die ook nog wilde ondersteunen. Niet heel raar dat deze jongen overliep. De schoolmaatschappelijk werker en trainer vanuit GGNet hebben eerst samen een gesprek met deze jongen gevoerd. Daarna is de trainer vanuit GGNet verder gaan praten om meer te weten over het trauma; wat speelt hier allemaal, wat is de beste aanpak. In dat gesprek kwam naar voren dat VluchtelingenWerk ook de neiging had om bij brieven enz. te zeggen; oh ja, maar Achmad [fictieve naam] kan die lezen, die kan al Nederlands. En daarmee belasten ze hem nog meer bovenop alles waarmee hij al belast was. Toen is de schoolmaatschappelijk werker in contact gegaan met VluchtelingenWerk. Om daar aan te geven; jullie moeten deze jongen zoveel mogelijk ontlasten. Ook twijfelde deze jongen om te stoppen met school omdat hij dacht, ik ga er een jaar tussenuit om alles te regelen voor mijn gezin want nu is het teveel. Toen is de schoolmaatschappelijk werker met hem een BBL-traject gaan onderzoeken, waarbij hij kon werken en leren tegelijk. Zodat we hem niet zouden kwijtraken uit het onderwijs. Want hij kon mbo niveau 3 gaan doen. En deze jongen is nog bij GGNet in behandeling maar hij is ondertussen ook gestart op mbo niveau 3."

Samenwerking met Nidos en Yoin

Twee belangrijke ketenpartners zijn Nidos en Yoin. De jeugdbeschermers van Nidos voeren de voogdijtaak uit voor alleenstaande minderjarige vreemdelingen. Yoin biedt begeleiding en verschillende woonvormen aan voor jonge alleenstaande vluchtelingen. Tijdens de interventie is gebleken dat samenwerking en korte lijntjes met deze partijen belangrijk zijn voor een succesvol verloop van de interventie.

De begeleiders vanuit YOIN en Nidos kunnen jongeren aandragen voor de training en jongeren motiveren om naar de training te gaan. Ook kunnen de begeleiders aangeven of zij denken dat de training passend is voor de jongeren die geselecteerd zijn, en of er mogelijk andere therapieën lopen waardoor deelname wellicht niet handig is. Ook tijdens de training zijn korte lijnen praktisch. Zo hebben de trainers contact gezocht met de woonbegeleider van een jongere waar zorgen over waren, zijn vragen van jongeren doorgegeven aan de voogden vanuit Nidos et cetera. Voor dit soort contacten hebben de trainers eerst toestemming aan de jongeren zelf gevraagd.

De korte lijnen kwamen naarmate de trainingen vorderden, steeds beter op gang. In Doetinchem was het meeste contact met de begeleiders, en daardoor konden zij jongeren goed motiveren naar de training te gaan, aldus de betrokken professionals. Het is voor de samenwerking belangrijk dat de begeleiders de meerwaarde van de training zien. Als zij deze zien, gaan zij proactief meewerken. Deze meerwaarde werd door alle betrokkenen gezien, al had dat soms even tijd nodig. Om (nieuwe) begeleiders meteen goed te betrekken bij de training, heeft GGNet gedurende het project besloten om een training standaard te beginnen met een informatiebijeenkomst met de mentoren vanuit YOIN, de jeugdbeschermers vanuit Nidos en ook docenten/mentoren vanuit school kunnen deelnemen (GGD doet niet mee, omdat deze organisatie al heel goed weet wat GGNet doet). Zij krijgen tijdens de bijeenkomst informatie over wat de training inhoudt en hun eigen rol erin (bv. jongeren motiveren naar de

training te gaan, jongeren aandragen voor de training, afstemmen). Omdat de begeleiders weten welke thema's in de training worden besproken, kunnen zij op deze thema's doorgaan met de jongeren, en dezelfde metaforen hanteren.

De samenwerking tussen GGNet, Nidos en Yoin is verbeterd: ook buiten de trainingen om weten de partijen elkaar beter te vinden. Zo hebben begeleiders vanuit Nidos en Yoin ook na de training contact opgenomen met GGNet met de vraag of zij bepaalde jongeren (die niet hadden deelgenomen aan de training) individueel preventief konden spreken omdat er zorgen waren op psychosociaal vlak. Doordat er al korte lijnen waren, kon dergelijk contact makkelijk gelegd worden.

Samenwerking met het ISK

De betrokken professionals hebben het als prettig ervaren dat de trainingen op school gegeven worden. De jongeren zijn immers (als het goed is) al op school, en kunnen daardoor makkelijk naar de training komen. Ook motiveren ze elkaar om naar de training te gaan. Het gegeven dat de training op school is, maakt dat het voor de jongeren ook niet als een grote stap voelt, ondanks dat ze huiverig zijn over psychische problemen te praten. Ook helpt het dat de trainers het niet over psychische hulp hebben maar in plaats daarvan concreet de problemen benoemen (zoals slecht slapen, piekeren of stress) waar jongeren last van hebben (zie ook paragraaf 3.3):

"De training sluit goed aan bij het dagelijks leven van de jongeren en de levensperiode waarin ze zitten. Het project zit verweven in hun dag- en schoolstructuur. De jongeren voelen zich niet bijzonder als ze heen gaan. Het kan onder schooltijd en voor hun gevoel hoort het bij school. De gedachten die vanuit hun cultuur vaak wordt gezegd als je psychische hulp nodig hebt "ben je gek" wordt zo ondervangen. De jongeren ervaren de GGNET-ondersteuning als hulp voor hun problemen. Het woordje "gek", wat ook belemmerend werkt, wordt niet genoemd. Hierdoor durven de jongens het er ook onderling over te hebben en te adviseren aan vrienden."

■ Trainer

Doordat de training op school is, zijn er korte lijnen mogelijk met de maatschappelijk werker/orthopedagoog (zie hierboven) en de docenten. De betrokkenen hebben ervaren dat het belangrijk is dat docenten de meerwaarde van de trainingen zien en weten wanneer de trainingen zijn. Dit is erg belangrijk, omdat de trainingen onder lestijd vallen en de jongeren dus niet naar hun andere les kunnen. Docenten waren het hier niet altijd mee eens, terwijl het voor het slagen van de interventie belangrijk is dat docenten achter de training staan en dat ook zij de jongeren motiveren naar de training te gaan. Om docenten te betrekken is de voorlichtingsbijeenkomst (zie de paragraaf hierboven) over de training ook voor docenten opengesteld. Ook stelt een van de respondenten dat het belangrijk is dat iemand wordt aangesteld om over de training te communiceren met de school en de docenten, en zorgt dat ook alle praktische zaken goed verlopen. Trainers hebben tijdens de training contact gehad met docenten, bijvoorbeeld direct na de training om te melden dat een van de jongeren in de volgende les waarschijnlijk minder geconcentreerd zou zijn.

"We hebben optimaal gebruik gemaakt van het feit dat we de training op school gaven. Als er iets is voorgevallen, of iemand heeft een heftige bijeenkomst gehad. Dan konden we direct met de jongere en de tolk meelopen naar de klas en vertellen, dit is er net gebeurd, de concentratie is misschien op. Of vertellen als iemand naar huis was, en waarom. En de leerkracht koppelt terug: de volgende dag was hij er weer, zat er goed bij, et cetera."

■ Trainer

Dat dit ook wordt gecommuniceerd naar de docenten, ervaren de jongeren als prettig. Zij hebben het gevoel beter begrepen te worden. Doordat het verdriet er mag zijn en docenten ervan weten, maakt dat het draaglijker.

"Ik hoef niets meer uit te leggen als ik mij rot voel of niet kan of wil, want school weet het."

■ Jongere

Een van de betrokken professionals geeft aan dat het schoolverzuim afneemt doordat de jongeren voelen dat het oké is een slechte dag te hebben op school. Op een van de ISK's gaven docenten wel aan het lastig te vinden dat de training zoveel losmaakt, en dat daardoor een andere les volgen, direct na de training, moeilijk is.

Samenwerking met de GGD

De jeugdverpleegkundige en jeugdarts van de GGD zien alle asielzoekerskinderen in Nederland voor een preventief gezondheidsonderzoek, dus ook de alleenstaande minderjarige vluchtelingen. Zij hebben daardoor zicht op de groep amv's en kunnen aangeven welke jongeren volgens hen baat zouden hebben bij de preventieve training van GGNet. De GGD is goed op de hoogte van de training vanuit GGNet en de jeugdverpleegkundige en arts kunnen daarom ook jongeren aandragen voor de training. In onderhavige interventie is met name samengewerkt met de GGD voor verwijzingen naar behandeling. Door de korte lijnen tussen GGNet en de GGD kunnen verwijzingen daarnaast sneller gerealiseerd worden, geven de betrokkenen aan:

"Er zijn een aantal verwijzingen uit de eerste groep gekomen. Dat ging in samenwerking met de GGD- jeugdarts. Dat was fijn omdat zij wist wat we deden. Daardoor vertrouwde ze eigenlijk ook heel snel op wat wij zagen en zij namen dan van ons aan/over dat er meer nodig was. Dus dan kan er heel snel geschakeld worden. Anders moeten we ze soms eerst een afspraak maken met de schoolarts maken en dat duurt dan weer een paar weken."

Ook hier geldt weer: door de korte lijnen kan er snel doorgepakt worden als er extra ondersteuning nodig is.

Signaleren, articuleren hulpvraag en doorverwijzen

De training speelt een belangrijke rol in het kunnen signaleren van hulpvragen. De jongeren zijn vanwege de training goed in beeld en leren open te spreken over hun problemen:

"De belangrijkste winst van de training is toch wel dat jongeren leren dat er ruimte is in Nederland om je verhaal te doen en hierin ondersteuning te ontvangen. Dit maakt dat jongeren beter leren omgaan met de gebeurtenissen die ze hebben meegemaakt. Zwaardere, onderliggende problematiek komt sneller in beeld zodat er eerder geschakeld kan worden naar meer passend onderwijs of hulpverlening."

■ Trainer

Ook na de training komt een hulpvraag eerder in beeld, omdat jongeren opener spreken, merken de begeleiders vanuit Nidos en YOIN. Doordat begeleiders vanuit Nidos en Yoin op de hoogte zijn en op de hoogte worden gehouden, kunnen zij met de jongeren doorpraten. De thema's die in de training aan bod komen, zijn aanknopingspunten voor begeleiders om te praten met de jongeren, zoals in onderstaande voorbeeld over draagkracht-draaglast, een thema dat uitgebreid aan bod komt in de training (zie hoofdstuk 4):

"Wij merken dat de jongeren opener durven te praten over gevoelige onderwerpen. De jongeren durven ook steeds meer een duidelijke hulpvraag te stellen."

■ Begeleider

"Bij jongeren waarbij wij zien dat de draagkracht niet de last kan dragen, proberen wij samen met de jongeren een plan te maken. Sommige jongeren die deze lessen hebben gevolgd staan meer open voor een gesprek hierover. Dit betekent onder andere ook dat het ons als professional minder moeite kost om het thema 'professionele hulp' onder de aandacht te brengen. Veel jongeren

vinden het heel spannend om hulp te zoeken, vaak omdat dit in thuisland niet wordt gedaan en omdat er een ander beeld is over waar problemen ontstaan. Er heerst vaak een taboe in het thuisland over psychosociale hulp zoeken. De aanwezigheid van GGNet binnen de school draagt vermoedelijk positief bij aan het beeld van externe hulp."

■ Begeleider

Uit bovenstaande citaten blijkt dat de jongeren minder huiverig zijn om professionele hulp te vragen én aanvaarden. En doordat GGNet de training (mede) verzorgt, komen de jongeren op laagdrempelige manier in contact met deze instantie voor hulp bij psychische problematiek. De stap naar therapie bij GGNet is dan niet (zo) groot meer. In Doetinchem was de trainer vanuit GGNet ook na de training nog aanwezig op school, waardoor jongeren die extra steun nodig hadden, haar laagdrempelig konden benaderen: dit is veel gebeurd.

Ook jongeren die de training niet gevolgd hebben, zijn meer gemotiveerd hulp te aanvaarden vanuit GGNet, omdat ze goede verhalen van hun vrienden gehoord hebben, zo vertelt een van de betrokken begeleiders. Tegelijkertijd voorkomt de training ook doorverwijzingen naar de ggz, omdat professionals er 'op tijd bij zijn', en jongeren kunnen ondersteunen voordat hun problemen te groot worden.

Privacy

In de training is omgang met privacy van de jongeren heel belangrijk. Dit is een onderwerp dat de trainers openlijk met jongeren bespreken. Zij geven aan dat alles wat besproken wordt, vertrouwelijk is. Wil de trainer iets delen, dan vraagt hij/zij altijd eerst toestemming aan de jongere zelf. De trainers hebben zich hier nauwgezet aan gehouden. Door zorgvuldig om te gaan met de privacy van de jongeren, versterken de trainers het vertrouwen dat de jongeren hebben in Nederlandse instituties (zie hoofdstuk 4.1.4).

3.7. Rol tolk en sleutelpersonen

3.7.1. Samenwerking met tolk

Bij de trainingen was een tolk aanwezig, en dit is een van de belangrijkste randvoorwaarden om de training te doen slagen, aldus de betrokkenen. Het gaat om een vaste tolk, waar GGNet eerder mee heeft gewerkt, en die alle bijeenkomsten bijwoont. De aanwezigheid van de tolk geeft de jongeren de kans zich in hun moedertaal uit te drukken over een onderwerp waar ze niet makkelijk over praten. De tolk heeft veelal dezelfde culturele achtergrond en voelt voor de jongeren daarom als vertrouwd. Hierdoor zijn zij eerder geneigd open te praten. Daarnaast vertaalt de tolk niet alleen wat er plenair gezegd wordt maar heeft hij ook zicht op onderlinge verhoudingen en wat er onderling gezegd wordt en kan dit terugkoppelen naar de trainers. De tolk vertaalt niet alleen woorden maar ook non-verbale communicatie zoals lichaamshouding, mimiek en intonatie. Tot slot kan de tolk een voorbeeldfunctie vervullen voor de jongeren.

"We hadden steeds dezelfde tolk en dat was ook fijn voor de jongens. Je merkt dat er herkenning is met de tolk. Fijn dat iemand hun kent."

■ Trainer

"We hebben nu een tolk die we vaak inzetten. Die snapt gewoon wat we in de groep willen. Die snapt dat de jongeren het lastig hebben en waarom deze training voor hen nodig is, en ook de manier waarop wij dingen brengen. Wij doen zelf ook altijd mee met het vragenrondje en dat soort dingen. Deze tolk doet dan ook mee en hij kan soms net wat dingen noemen vanuit zijn culturele achtergrond die wij niet zo snel zullen benoemen bijvoorbeeld." - Trainer

"Ik heb veel gehad aan de tolk die net even wat extra's benoemt over de cultuur. Of in een informeel gesprekje in de pauze meer informatie geeft over de cultuur en het land van herkomst van de jongeren."

■ Trainer

In de groep in Doetinchem was de tolk de eerste en laatste bijeenkomst live en voor de rest online betrokken. Dit werkt niet goed, aldus de betrokken, omdat de tolk juist een belangrijke rol speelt in het oppikken en vertalen van alle interacties in de klas.

3.7.2. Samenwerking sleutelpersonen

Sleutelpersonen hadden een belangrijke rol in de projectopzet: zij zijn al vroeg geworven en de hele (verlengde) projectperiode betrokken geweest. Vanwege de lange looptijd wisselde beschikbaarheid van de sleutelpersonen, maar zij hebben allen nog nauw contact met GGNet en willen zich graag blijvend inzetten voor de trainingen. In de interventie hebben drie (Eritrese en Arabische) sleutelpersonen een rol gespeeld: bij het opstellen en aanpassen van het draaiboek en eenmaal heeft een sleutelpersoon zijn ervaringsverhaal gedeeld in de training. De sleutelpersonen zijn op verschillende manieren geworven: zo had een van de sleutelpersonen de training eerder zelf gevolgd, een andere heeft gereageerd op een oproepje via social media. De sleutelpersonen hebben de [sleutelpersonentraining](#) vanuit Pharos gekregen. De sleutelpersonen zijn (voor zover bij ons bekend) niet breder ingezet voor werkzaamheden binnen de regio. De sleutelpersonen geven aan zelf voldoening te halen uit hun werkzaamheden voor de training.

“Het geeft de sleutelpersonen een stukje voldoening. Ze hadden het gevoel van; dit had ik ook willen hebben toen ik zo jong was. Dat kunnen ze nu aan een ander geven. Ze vinden het heel mooi om iets te kunnen betekenen voor een ander. En ook geeft het zelfvertrouwen. Dat de sleutelpersonen ook zien van; kijk waar ik sta en wat ik bereikt heb en dat gaan we opsommen.”

■ **Trainer**

Doorontwikkelen draaiboek

Alle sleutelpersonen hebben meegedacht over het draaiboek. Dit gebeurde online, vanwege de coronapandemie. De sleutelpersonen hebben met name gekeken of de informatie aansluit bij de beleving en culturele achtergrond van de deelnemers, en zij hebben (zie paragraaf 3.2) voorbeelden en teksten toegevoegd waardoor het draaiboek beter aansluit bij de belevingswereld van de jongeren.

“Ik heb ook meegeholpen met het draaiboek. Om daar meer in te krijgen hoe je jongeren helpt die bijvoorbeeld uit Eritrea of andere landen zijn gekomen. En mensen hier vinden het toch wel moeilijk om die jongens te kunnen begeleiden omdat zij niet precies weten wat er is gebeurd en ook omdat er een groot verschil tussen de culturen is. Daar ging ik een beetje helpen, omdat ik het zelf ook heb meegemaakt. Dan zei ik: het is beter om dit op deze manier te behandelen of te zeggen.”

■ **Sleutelpersoon**

Ervaringsverhaal vertellen

Daarnaast heeft een van de sleutelpersonen zijn ervaringsverhaal verteld in de training. Het is slechts bij een bijeenkomst gelukt een sleutelpersoon zijn/haar verhaal te laten doen. Belangrijkste reden is dat de data van de bijeenkomsten niet aansloten bij de beschikbaarheid van de sleutelpersonen. Daarnaast voelde een van de sleutelpersonen zich bij een bepaalde groep onvoldoende veilig om vrijuit het verhaal te kunnen doen.

De bijeenkomst met de sleutelpersoon is heel goed gewaardeerd door alle betrokkenen. Het verhaal gaf de jongeren perspectief, omdat de sleutelpersoon ook een amv-achtergrond heeft, ook de training heeft gevolgd en nu in opleiding tot treinmonteur is, een doel dat een aantal van de jongeren zelf ook voor ogen heeft. Daarnaast zien zij iemand met dezelfde culturele achtergrond

die open zijn verhaal vertelt. Dat nodigt uit om zelf ook te delen. Kortom, de sleutelpersonen fungeren als een voorbeeld voor de jongeren:

"Het geeft hoop en kracht voor je toekomst. Dat gaven de jongeren uit de groep ook aan. Ze hadden veel bewondering voor de sleutelpersoon. Ze zagen, aan de hand van het verhaal van de sleutelpersoon, dat het belangrijk is dat ze doorzetten en dat ze de taal gaan leren. Het gaf ze hoop dat zij dat ook konden bereiken. Dat sprak de sleutelpersoon ook uit. Dus dat was echt heel mooi."

■ **Trainer**

In de groep waar de sleutelpersoon zijn verhaal heeft gedaan, hebben de trainers ook in de bijeenkomsten daarna nog veel aan zijn verhaal gehad. Zo is het ervaringsverhaal van de sleutelpersoon in de bijeenkomst over draagkracht-draaglast als voorbeeld genomen. En de trainers merkten dat er, door te relateren aan de ervaringen van de sleutelpersoon, makkelijker contact te maken was met de jongeren:

"Het mooie was dat de sleutelpersoon geweest was en dat je nog vaak op de sleutelpersoon kon terugvallen. Dan bespraken we: hij heeft dit verteld over hoe dit in jullie cultuur werkt, herkennen jullie dat, hoe vinden jullie dat en wat is het verschil met Nederland? Je merkt wat meer begrip. Dat je makkelijker contact maakt. Dat heb ik wel als verschil gezien met de andere groep waar de sleutelpersoon niet geweest is."

■ **Trainer**

3.7.3. Bredere betrokkenheid ervaringsdeskundigen

Naast de toegevoegde waarde van de formeel aangestelde sleutelpersonen, zien betrokkenen ook andere ervaringsdeskundigen die een belangrijke rol kunnen spelen. Zoals we eerder noemden, kan de tolk een voorbeeldrol vervullen voor de jongeren. Ook jongeren op het ISK die de training al gevolgd hebben, bleken een belangrijke rol te spelen, bijvoorbeeld in de werving van jongeren. Deze jongeren hebben zelf hun vrienden aangeraden de training te volgen

en daarnaast hebben begeleiders jongeren die twijfelden over deelname aan de training, geadviseerd om te praten met jongeren op school die training al gevolgd hadden. Dit is in Doetinchem gebeurd omdat het ISK daar de trainingen is blijven aanbieden, ook buiten het ZonMw-project om.

De jongeren die de trainingen gevolgd hebben, kunnen elkaar niet alleen motiveren de training ook te (blijven) volgen, maar ook zijn ze een voorbeeld voor elkaar hoe je open gesprekken kan voeren, zo merkt een van de professionals:

"Jongeren lijken ook in contact met elkaar meer open gesprekken te voeren. Dit kan betekenen dat jongeren die deze lessen volgen als sleutelfiguren voor andere jongeren kunnen fungeren. Ook is het onderwerp stress en trauma geen taboe meer en leren jongeren dat hun gevoelens 'ok' zijn."

■ **Begeleider**

Een rol die de sleutelpersonen niet vervuld hebben, maar waar de betrokkenen veel potentie in zien, (en die ook in het projectvoorstel benoemd wordt) is het motiveren van de jongeren die deelnemen aan de training. Door in de eerste training een sleutelpersoon/ervaringsdeskundige aan het woord te laten, starten de jongeren de training positief. Zij halen hoop, kracht en inspiratie uit het verhaal van de sleutelpersoon, en dit kan hen motiveren naar de bijeenkomsten te komen. Als de ervaringsdeskundige de training zelf ook gevolgd heeft, horen zij bovendien uit eerste hand wat de training voor hen kan betekenen, en ook dit werkt motiverend, is de verwachting van de betrokkenen.

"Ik zie het liefste een rol voor de sleutelpersonen bij de start van de training. En ik weet niet of dat een sleutelpersoon moet zijn. Ik heb net een groep afgesloten, en daar zaten drie jongeren in die heel goed konden vertellen wat ze aan de training hadden gehad. Eigenlijk zou ik die jongeren de eerste meeting van de volgende training willen uitnodigen zodat zij kunnen vertellen hoe zij de training hebben ervaren. Dat heeft te maken met een stukje motivatie voor de nieuwe jongeren om toch deel te nemen."

■ **Trainer**

4 Wat heeft de interventie de deelnemers opgeleverd?

In deze paragraaf staat de volgende onderzoeksvraag centraal: Wat heeft de interventie de deelnemers opgeleverd? We gaan in op de belangrijkste opbrengsten en de werkzame elementen, zoals die in de procesevaluatie naar voren zijn gekomen. We geven antwoord op de onderzoeksvraag aan de hand van de informatie uit de semigestructureerde diepte-interviews, de documentenstudie en de schriftelijke evaluaties die we hebben ontvangen.

4.1. Opbrengsten

De trainingen hebben een (zeer) positief effect gehad op de jongeren, zo stellen de betrokkenen (professionals en jongeren zelf). De jongeren hebben open leren praten, vinden (h)erkenning bij elkaar, kunnen beter omgaan met hun problemen, hebben meer vertrouwen in Nederlandse instanties waardoor ze eerder hulp zullen vragen en ze richten zich meer op positiviteit en wat ze zelf kunnen doen om hun situatie te verbeteren. De training heeft een preventief effect omdat de jongeren deze vaardigheden aanleren en doordat trainers de jongeren goed leren kennen, waardoor ze in een vroeg stadium kunnen signaleren welke jongeren (extra) hulp nodig hebben:

"Jongeren voelen zich over het algemeen beter, ze voelen zich gehoord. Er is genoeg signalering: daar waar nodig, kan op tijd hulp ingezet worden. Ze gingen met plezier naar de training. En het had ook baat. Ze hebben veel meer energie om een leven aan te gaan. Op school, baantjes, sportclubs. Het heeft echt een positief effect op alles."

■ Begeleider

"Bedankt voor alle tips. Fijn dat we mochten leren hoe we met onze problemen om moeten gaan."

■ Jongere

Hieronder beschrijven we bovenstaande opbrengsten, en geven we aan wat hierin - volgens de betrokkenen - de werkzame elementen zijn geweest.

4.1.1. Open leren praten

Veelgenoemd is dat de jongeren hebben geleerd om te praten over hoe zij zich voelen en wat zij hebben meegemaakt. In de training, maar ook daarbuiten (bv richting begeleiders) zijn zij opener geworden. Dat zij hun verhaal mogen, kunnen en durven doen, is niet vanzelfsprekend voor de jongeren. Het heeft hen veel goed gedaan.

"Het was fijn dat ik hier kon praten en kon delen. Ik heb hier dingen gedeeld die ik nooit eerder aan iemand heb verteld."

■ Jongere

"Veel dingen heb ik nuttig gevonden van de groep. Ik heb geleerd hoe je over dingen kan praten waar je mee zit. Ik voel me de hele bijeenkomst fijn en ik vergeet even de tijd."

■ Jongere

Het praten over problemen geeft de jongeren ruimte in hun hoofd, ze kroppen niet meer alles op:

"Door de training zijn psychische problemen niet meer zwaar belast maar mogen ze er zijn. Deze gedachte geeft de jongere ruimte in zijn hoofd en vooral vrijheid om het te tonen. Je bent niet anders, we zitten allemaal in hetzelfde schuitje. Hierdoor is hun dagelijks leven dragelijker."

■ Begeleider

"De jongeren zelf geven terug dat ze het prettig vinden en dat ze ervaren dat ze daardoor minder aan hun hoofd hebben."

■ Trainer

Een belangrijke randvoorwaarde voor het open kunnen praten was de aanwezigheid van de tolk. En een belangrijk werkzaam element waardoor jongeren hun verhaal durven te doen, is dat zij voelen dat de trainers echt luisteren, er is aandacht voor de jongeren.

"De deelnemers hebben het gevoel dat zij hun verhaal ergens kwijt kunnen. Zij hebben zich gesteund gevoeld in de tijd dat wij [de trainers] daar waren. De verhalen die ze verteld hebben, hebben ze nog niet eerder verteld. Daarmee konden ze nu wel bij iemand terecht. We hebben geluisterd en dat vonden ze prettig."

■ Trainer

De trainers nemen de tijd om naar de verhalen van de jongeren te luisteren en verdiepen zich in de belevingswereld van de jongeren. Een voorbeeld daarvan is dat in een van de Eritrese groepen de trainers en deelnemers uitgebreid stilgestaan hebben bij het belang van ezels in Eritrea en het gemis hiervan in Nederland. Dit hebben de deelnemers als prettig ervaren:

"Het was fijn om samen over Eritrea te praten. Het bracht mij weer even terug en ik dacht aan mooie herinneringen."

Een ander werkzaam element is dat de trainers zelf ook persoonlijke verhalen delen. Zo begint de training telkens met een positief rondje waarin iedereen – dus ook de trainers – iets positiefs van de afgelopen week benoemt. En in de bijeenkomst draagkracht-draaglast heeft een van de trainers persoonlijke problemen benoemd en aan de hand van de weegschaal-metafoor uitgelegd hoe ze hiermee omgaat. Door dit wederzijds te delen, leren de jongeren dat het in Nederland normaal is om over dergelijke onderwerpen te praten. Ook begeleiders van Nidos en Yoin merken dat de jongeren hierin veranderd zijn:

"De jongeren hebben ons ook gevraagd naar onze persoonlijke ervaringen/moeilijkheden in ons leven en vinden het fijn om te horen als anderen ook over hun levenservaringen/problemen praten. Zo wordt het onderwerp genormaliseerd en gaat het niet altijd alleen maar over hen."

■ Begeleider

Het praten werkt met name goed in combinatie met oefeningen waarin de jongeren zelf iets maken of doen, aldus de betrokkenen. Hieronder een voorbeeld waarin praten werd gecombineerd met een actieve oefening:

"We hebben onze eigen versie van 'Over de streep' gedaan in deze groep. Daar kwamen ook positieve reacties op terug, omdat je dan na elke stelling even in gesprek gaat daarover, maar tussendoor zijn ze ook even in beweging dus ik denk dat die combinatie prettig is."

■ Trainer

De trainers benadrukken dat de training informeel is en dat de jongeren binnen de training niks hoeven te doen of delen. De informele sfeer werd ook gecreëerd door praktische zaken, bijvoorbeeld door altijd koffie en thee klaar te zetten, en daar aan het begin van de les mee te beginnen. Dit maakt de setting minder schools. Doordat er geen druk ligt op de jongeren om mee te doen of hun verhaal te delen, is deelname laagdrempelig:

“Niet de druk te hoog leggen. Als een jongen niet mee wilde doen aan Over de streep: prima. We gaan niet de docent uithangen, dan doe je niet mee. Dan ging een van ons wel bij hem zitten om toch een beetje het gesprek aan te kunnen gaan over de onderwerpen die langskomen. Niet druk te hoog leggen – als ze niks willen vertellen is dat ook ok. Dit is een belangrijk werkzaam element van de training.”

■ **Trainer**

Sommige jongeren praten opener in een individueel gesprek: daar was binnen de training ook ruimte voor. Direct na de training en op andere momenten kunnen de jongeren (individueel) praten met de trainers. Op een van de locaties bleef de tolk na de les nog even, zodat er ook tijdens de nagesprekjes vertaling mogelijk was.

4.1.2. (H)erkenning

Door de training ervaren de jongeren dat zij niet de enige zijn met problemen maar dat anderen met dezelfde issues worstelen. De jongeren praten niet makkelijk uit zichzelf over hoe ze zich voelen, en horen daarmee ook niet van elkaar hoe het (echt) gaat. Door dit in de training open te bespreken, beseffen ze dat ze niet de enige zijn.

“De jongens die ik begeleid zeggen nu van wij zijn niet gek. Dat wordt vaak gedacht. Dat maakt de drempel voor de jongens hoog om voor deze problemen de reguliere hulp te benaderen. Na de training geven ze aan dat ze met elkaar

zijn en ze hebben dezelfde problemen en ze helpen elkaar. Ze voelen veel samenhang met elkaar.”

■ **Begeleider**

De herkenning bij elkaar maakt dat de deelnemers elkaar gaan helpen, ze zitten immers allemaal in dezelfde situatie. Zo zijn er deelnemers geweest die bij elkaar op de woongroep woonden en elkaar stimuleerden om te gaan wandelen om op die manier piekergedachten tegen te gaan.

4.1.3. Beter kunnen omgaan met problemen

In de training krijgen de jongeren psycho-educatie op verschillende onderwerpen die invloed hebben op hun algeheel psychisch welbevinden. Er zijn vier thema's die eruit springen waar de jongeren veel aan gehad hebben: slapen, stress, draagkracht-draaglast en controle-controleverlies. In de trainingen bleek dat veel jongeren kampen met ernstige slaapproblemen en daarom hebben de trainers daar meer aandacht aan besteed. Doordat het draaiboek dat voor de training is opgesteld flexibel is, kon dat:

“Er wordt gekeken; wat heeft deze groep nodig en wat sluit aan bij deze groep? En op basis daarvan halen we dingen uit het draaiboek. Ook niet alle thema's uit het draaiboek worden behandeld. Wat nodig is, wordt gedaan. We hebben ook een bepaald thema over grenzen aangeven. In deze groep merkte je gewoon dat dat niet echt aan de orde was. Je kiest dan eerder voor een bijeenkomst over stress of over slapen.”

■ **Trainer**

In de bijeenkomst over slapen hebben de trainers psycho-educatie over slapen gegeven. De jongeren hebben hierdoor handvatten gekregen om hun slaapprobleem aan te pakken (bv. informatie hoe beter te slapen, de invloed van beweging, ontspanningsoefeningen). Ook hebben ze herkenning bij elkaar gevonden:

"Ze praten over thema's waar ze niet met elkaar over praten. Ze weten het ergens van elkaar wel dat ze niet goed slapen. Maar deze jongeren die slapen echt bijna niet in een nacht. Die vallen om 4 uur of half 5 in slaap en dan moeten ze om 7 uur weer opstaan. Dit hebben ze allemaal en is voor hen allemaal pittig. Zij kunnen zich allemaal slecht concentreren op school. En hier hebben we het wel echt met elkaar over gehad en hoe dit voor ze is."

■ **Trainer**

"Deze training is niet het opstapje om het slaapprobleem weg te halen maar wel hebben ze handreikingen gekregen wat je ermee kan doen en hoe je ermee kan opgaan. En dat krijgen we van de jongeren terug; dat ze het toepassen en dat het hun helpt."

■ **Trainer**

Ook de psycho-educatie over stress was waardevol voor de jongeren:

"Ik heb veel manieren geleerd waarop ik stress kan verminderen."

■ **Jongere**

"Jullie hebben me geleerd geduldig te zijn, hoe je ermee om moet gaan. Met name met stress. We hebben geleerd dat we niet overal zelf invloed op hebben. Jullie hebben ons kracht gegeven om met onze problemen om te gaan."

■ **Jongere**

Meerdere betrokkenen benoemden dat de bijeenkomst over draagkracht-draaglast waardevol is. In deze bijeenkomst staat de balans tussen draagkracht en draaglast centraal en hoe de jongeren hun draagkracht kunnen versterken. Wat goed werkte aan deze bijeenkomst, was dat in een van de groepen een sleutelpersoon is langs geweest, die zelf ook een amv-achtergrond heeft en zelf de training gevolgd heeft. Zijn verhaal is vervolgens in de bijeenkomst over draagkracht-draaglast als voorbeeld genomen. In de andere trainingen hebben de trainers de psycho-educatie opgehangen aan een eigen, persoonlijk

verhaal. Doordat de trainers en sleutelpersonen zelf open een persoonlijk verhaal vertellen, verlaagt dit de drempel voor deelnemers om ook open te zijn. Ook leren ze dat je veel kan bereiken, ook wanneer je problemen hebt. In hun verhalen tonen de sleutelpersoon en trainer wat zij hebben gedaan om hun draagkracht te versterken. Wat daarnaast goed werkte in de bijeenkomst over draagkracht-draaglast, was dat de trainers het verhaal visueel maakten door middel van een weegschaal.

"De weegschaal heeft me laten zien dat er soms problemen zijn die je niet kan oplossen en dat je dan kan kijken naar hoe je daar een weg in kan vinden. En dat het belangrijk is om te kijken naar hoe je jezelf sterk kan houden."

■ **Jongere**

"Als je die weegschaal in je hoofd krijgt, dat blijft gewoon voor altijd voor je. En je kan het ook gewoon in je dagelijks leven gebruiken. Het geeft gewoon heel veel energie vind ik."

■ **Jongere**

Meerdere jongeren geven aan dat zij minder snel boos worden. Ook professionals herkennen dit. De jongeren hebben geleerd met hun boosheid om te gaan en er is meer wederzijds begrip en openheid tussen de jongeren en hun begeleiders:

"Ik voel me nu rustiger en kan beter met mijn boosheid omgaan en daardoor kan ik ook beter omgaan met andere mensen."

■ **Jongere**

"Doordat de begeleiders ook op de hoogte zijn, kunnen zij het gedrag van de jongeren beter lezen en daardoor de jongeren weer beter begeleiden in hun gedrag. Er zijn duidelijk minder extreme ongewenste gedragsuitingen waarin agressie een rol speelt. Door de preventieve ondersteuning vanuit GGNET is er veel meer wederzijds begrip."

■ Begeleider

Tot slot werd een oefening gericht op controle-controleverlies als waardevol benoemd. In deze oefening maken de jongeren een tekening, waarna deze wordt doorgegeven en alle anderen er iets bijtekenen:

"Deze oefening dient om uit te leggen dat je niet altijd invloed op hebt wat er in je leven gebeurt. Maar dat je er uiteindelijk wel zelf weer iets van kan maken en dat jij er zelf mee om kan gaan wat er in jouw leven gebeurd is. Dat je de regie zelf weer terug kan pakken. De jongeren vonden het zo mooi dat dat in de les gebeurde en zij voelden dat ook. [...] Zij hebben allemaal zoveel meegemaakt. En ze zijn ook bijna allemaal beschadigd. Maar dan is het: hoe ga je daarmee om."

■ Trainer

Enkele jongeren geven aan dat als de training langer had geduurd, zij nog meer hadden kunnen leren. Zo wilde een jongen meer leren over de verschillen tussen de Nederlandse en Eritrese cultuur.

4.1.4. Vertrouwen

Een belangrijk onderdeel van de training is het opbouwen van een vertrouwensband. De jongeren durven alleen open te praten als ze de trainers en de groep vertrouwen. Het is daarmee een van de belangrijke randvoorwaarden om de training te doen slagen. Hierbij helpt het dat de trainers zelf ook persoonlijke verhalen delen, en dat zij duidelijk verwachtingen scheppen: waar kan ik mee helpen en waarmee niet.

"Goed de verwachtingen scheppen: we kunnen niet je familie halen, een verblijfsvergunning regelen. We kunnen wel luisteren naar je verhalen."

■ Trainer

De trainers werken daarnaast aan het vertrouwen door te benadrukken dat ze vertrouwelijk omgaan met de verhalen van de jongeren. Soms is het nodig om informatie te delen met een instantie buiten de training. Hiervoor vragen de trainers altijd eerst toestemming aan de jongere zelf:

"Als we redenen hadden om contact te leggen, deden we het. Altijd met toestemming van de leerlingen – juist omdat vertrouwen ontbreekt door alles wat ze hebben meegemaakt. Wij benadrukten telkens: wat jullie hier zeggen blijft ook hier. We gaan het niet met school bespreken. Als we wel iets bespreken dan vragen we eerst je toestemming. Dat privacy-stukje, brachten we heel duidelijk naar voren."

Ook de aanwezigheid van een tolk en/of een sleutelpersoon wekken vertrouwen op: zij kennen de taal en cultuur van de jongeren en zijn daardoor als vanzelf meer vertrouwd. Als er, bij voorkeur bij de eerste training, een sleutelpersoon aanwezig is die ex-amv'er is en de training eerder heeft gevolgd, geeft dat de jongeren vertrouwen in de training, geven verschillende betrokkenen aan. De jongeren zien dan een voorbeeldfiguur die de training zelf ook gevolgd heeft, en met wie het nu goed gaat.

Het opbouwen van vertrouwen dient niet alleen een doel binnen de training, ook daarbuiten werkt het door: het geeft jongeren het vertrouwen dat zij terecht kunnen bij Nederlandse instanties, dat zij over hun problemen kunnen praten, hulp mogen vragen en dat daarbinnen vertrouwelijk met hun verhaal omgegaan wordt.

"Openheid en vertrouwen is belangrijk. Dat hebben ze in hun land van herkomst en tijdens de vlucht héél erg gemist. Ze vertrouwen de medemens niet, de politie niet, defensie niet de politiek niet. Om daar heel open met ze over te spreken: dat ik echt regels heb waar ik me aan moet houden. Dat ik niet zomaar mag rondbazuinen wat gezegd is in de groep, en dat ze ervaren dat dat ook zo is, en dat dat dus ook niet gebeurt."

De trainers merken dat jongeren (ook na de training) makkelijker hulp vragen en ook geven ze aan dat enkele jongeren hulp hebben geaccepteerd, die ze zonder de training niet geaccepteerd zouden hebben:

"Er is hier een jongen die uiteindelijk hulp accepteert en in een traject zit. Ik ben er heilig van overtuigd dat zonder deze training hij die hulp nooit had gevraagd en gekregen. Door de training ziet hij dat anderen het doen en dat het gangbaar is in onze cultuur om hulp te zoeken. Je mag je problemen bespreken met een ander en er wordt vertrouwelijk mee omgegaan. Dan durven ze wel de stap te zetten."

■ **Trainer**

4.1.5. Positiviteit en hoop

In de les wordt veel aandacht besteed aan de vraag wat jongeren zelf kunnen doen om hun situatie te verbeteren. Ook stimuleren de trainers de jongeren om te benoemen wat positief is in hun leven. Dit doen ze bijvoorbeeld via de werkvorm 'positieve rondje'. Aan het begin van de les benoemt iedereen (ook de trainers) een positief ding van de week. Als jongeren niks kunnen bedenken, helpen de trainers de jongeren om toch iets te vinden:

"We doen het positieve rondje vooral om de jongeren, die met veel problemen en stress zitten en die vaak de positieve momenten niet zien, te stimuleren om daar wel naar te kijken. Aan het begin was dat best moeilijk voor ze: dan moesten we voorbeelden geven en met ze meedenken. Op een gegeven moment merkte je wel dat ze direct zelf met iets kwamen, ze hadden er echt over nagedacht. We kregen terug van de jongeren dat ze het fijn vonden om de les zo te beginnen."

■ **Trainer**

Ook de oefening rond draagkracht-draaglast draagt eraan bij dat de jongeren nadenken over zaken waar energie/ontspanning van krijgen.

"Het glas is halfvol. Dat blijft terugkomen. Iemand komt met een verhaal waarbij je bedroefd het lokaal kan verlaten. Maar er iets positiefs van maken: wat kan je hier mee? Je hebt de mogelijkheid om daar een keuze in de maken en ervoor te zorgen dat je zelf op de been blijft."

■ **Trainer**

De jongeren leren wat zij zelf kunnen doen om problemen aan te pakken, en dit geeft hun hoop:

"Ik heb veel dingen geleerd. De bijeenkomst over de toekomst heeft me laten zien dat je moet kijken naar oplossingen en hulp als er obstakels op je rails komen [de trainers gebruikten hierin de metafoor van een treinreis]. Ik wilde opgeven maar ga nu kijken of ik er een weg omheen kan vinden en heb weer hoop."

■ **Jongere**

De jongeren zien hierdoor weer perspectief. Dit kwam het sterkst naar voren in de groep waar een van de sleutelpersonen zijn eigen verhaal kwam doen. Hij is zelf ex-amv'er en heeft de training ook gevolgd. Nu heeft hij werk (hij volgt een opleiding tot treinmonteur) en helpt daarnaast als sleutelpersoon bij GGNet. Er is in deze serie trainingen slechts bij één training een sleutelpersoon geweest, maar uit de verhalen van betrokkenen blijkt dat een bijdrage van ervaringsdeskundigen als zeer positief wordt ervaren:

"Jongeren merken dat het doel dat ze hebben, toch realistisch is. De sleutelpersoon die in de groep kwam vertellen zat ook op het ISK en wilde treinmonteur worden en dat is gelukt; dat is hij nu. In de groep waren ook veel jongens die monteur willen worden - daarmee werd het doel dat ze hadden ineens reëler."

■ Trainer

"Toevallig zei een van de [andere] sleutelpersonen dat ze zelf ook graag iemand had willen spreken die al zo ver was. Het geeft hoop en kracht voor je toekomst. Dat gaven de jongeren uit de groep ook aan. Ze hadden veel bewondering voor de sleutelpersoon die op de groep kwam spreken. De jongeren zagen dat het belangrijk was dat ze doorzetten en dat ze de taal gaan leren. Het gaf ze hoop dat zij dat ook konden. Dat sprak de sleutelpersoon ook uit. Dus dat was echt heel mooi."

■ Trainer

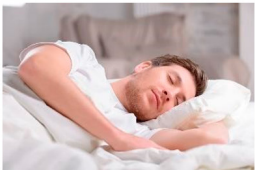
5 Uitkomsten vragenlijstonderzoek

De deelnemers hebben op twee meetmomenten twee vragenlijsten ingevuld: tijdens de eerste en tijdens de laatste van de tien bijeenkomsten. Voor het onderzoek zijn de 'vragenlijst interculturalisatie' en de 'vragenlijst IPH: Mijn Positieve Gezondheid' gebruikt. Hieronder geven we per vragenlijst de resultaten weer.

5.1. Vragenlijst interculturalisatie

De vragenlijst interculturalisatie is een door GGNet ontwikkelde vragenlijst die vragen stelt om het algeheel psychisch welbevinden van deelnemers in beeld te brengen. Respondenten kunnen – geholpen door smileys en veranderende kleuren – op een schaal aangeven hoe somber, blij, etc. zij zich voelen, of ze goed kunnen slapen, ontspannen etc.

Voorbeeldvraag uit **vragenlijst interculturalisatie**:



2. slapen/sleep

Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Orange	Orange	Red	Red	Red
😊							😐		😞

We hebben de antwoorden zo gecodeerd waardoor 10 de hoogste, meest positieve score (groen: ik kan heel goed slapen) is en 1 de laagste, meest negatieve score is (rood: ik kan helemaal niet slapen). Per meetmoment hebben we onderzocht wat de verandering is tussen meetmoment 1 en 2 is. Onze verwachting was dat na de interventie de respondenten hogere cijfers zouden geven. Middels een eenzijdige Paired-Sample-T-Test hebben we deze hypothese getest. Ook hebben we gekeken of er overall een significante verbetering te zien is in hoe de jongeren zich voelen. De vragenlijst interculturalisatie is door 30 jongeren ingevuld op een of meerdere meetmomenten. Elf jongeren vulden de vragenlijst op zowel meetmoment 1 als meetmoment 2 in⁶.

Resultaten vragenlijst interculturalisatie

Allereerst valt op dat de jongeren bij meerdere vragen zowel op het eerste als op het tweede meetmoment een onvoldoende geven. Dit is het geval voor de vragen over slaap, piekeren, geheugenproblemen, concentratie en de vraag 'hoe tevreden ben je met je leven?'. Wel zien we een positieve toename op bijna alle vragen. We zien deze positieve verandering bij de domeinen ontspannen, slaap, lichamelijke klachten, somber, angst, boosheid, verdriet, blij, piekeren, geheugenproblemen, concentratie, nachtmerries en vertrouwen in de toekomst. We zien een afname bij steun, relatieproblemen en tevreden met leven (zie tabel 1).

Nadere bestudering middels een eenzijdige⁷ Paired-Sample-T-Test toont dat op enkele aspecten een significante verbetering⁸ te zien is. Dit geldt voor de

⁶ De gemiddelden zijn met data van alle jongeren berekend. Voor statistische toetsen zijn alleen de jongeren die op beide meetmomenten meededen, meegerekend.

⁷ Onze hypothese is eenzijdig: we gaan uit van een positieve verandering.

⁸ Als een resultaat statistisch *significant* is, is het onwaarschijnlijk dat het alleen door toeval/willekeurige factoren kan worden verklaard.

domeinen ontspannen, slaap, angst, verdriet en nachtmerries. En al we alle variabelen tegelijk bekijken⁹, dan is er in het geheel een significante verbetering te zien in op het mentaal welbevinden van de jongeren.

Tabel 1: Gemiddelde score per onderdeel op meetmoment 1 en 2
(1=heel slecht, 10=heel goed)

	Gemiddelde Score Meetmoment 1	Gemiddelde Score Meetmoment 2	Significantie waargenomen verandering (<0.05=significant)
Ontspannen	3,9	6,1 (↑)	0.030
Slaap	4,2	5,1 (↑)	0.046
Lichamelijke klachten	4,9	6,0 (↑)	0.433
Somber	3,8	6,1 (↑)	0.061
Angst	5,3	7,2 (↑)	0.043
Boosheid	4,1	5,6 (↑)	0.069
Verdriet	3,7	6,4 (↑)	0.002
Blij	4,9	6,7 (↑)	0.064
Piekeren	3,2	3,8 (↑)	0.296
Geheugenproblemen	4,0	4,1 (↑)	0.336
Concentratie	4,0	5,4 (↑)	0.089
Nachtmerries	4,7	5,9 (↑)	0.025
Steun	6,1	5,8 (↓)	0.121
Relatieproblemen	6,0	5,4 (↓)	0.118
Vertrouwen in de toekomst	5,4	6,3 (↑)	0.126
Hoe tevreden ben je met je leven?	5,4	5,3 (↓)	0.236

9 Middels een SOM-variabele en Paired Sample T-Test.

Een aantal jongeren heeft via een open antwoord op het tweede meetmoment aangegeven wat er veranderd is sinds het eerste meetmoment. De meeste van hen geven aan dat ze erg tevreden zijn over de training. Enkelen specificeren wat er verbeterd is:

"Ik heb heel veel dingen geleerd. Hoe ik minder stress krijg, hoe vaak je hulp en andere dingen. Heel erg bedankt."

"Ik heb veel dingen geleerd, ik ben minder boos geworden. Thanks."

"Ik heb wat meer rust."

"Ik kan nu vroeger slapen."

5.2. Vragenlijst IPH: Mijn positieve gezondheid

Naast de vragenlijst interculturalisatie vulden de jongeren ook de Eenvoudige tool Mijn Positieve Gezondheid¹⁰ in. De vragenlijst gaat uit van het begrip positieve gezondheid, dat een brede blik op gezondheid en welbevinden biedt. In de tool komen 6 dimensies van positieve gezondheid aan bod: 1 Lichaam, 2 Gevoel en gedachten, 3 Zinvol leven, 4 Kwaliteit van leven, 5 Meedoen en 6 Dagelijks leven. Elk onderdeel bestaat uit 7 vragen en de vraag om een cijfer te geven aan de betreffende dimensie. Bij elke vraag kan de respondent tevens het hokje aanvinken 'hier wil ik over praten'.

De vragenlijst is een vereenvoudigde versie van de volwassenentool voor positieve gezondheid en is bedoeld voor mensen die moeite hebben met (begrijpend) lezen. In de vragenlijst wordt gewerkt met symbolen die gevoelens helpen duiden. Daarnaast waren de trainers aanwezig: zij hielpen de jongeren als zij

10 Eenvoudige tool Mijn Positieve Gezondheid - Institute for Positive Health (iph.nl).

vragen hadden over de lijst. Van een van de trainers kregen we terug dat de jongeren dit een (te) lange vragenlijst vonden, en dat ze bepaalde vragen

lastig vonden (zoals de vragen ‘vind jij je leven zinvol’ en ‘ben je blij met wie je bent’). De vragenlijst IPH is door 30 jongeren ingevuld op een of meerdere meetmomenten. Elf jongeren vulden de vragenlijst op zowel meetmoment 1 als meetmoment 2 in¹¹.

Voorbeeldvragen uit vragenlijst IPH Eenvoudige tool Mijn Positieve Gezondheid:

6

Ben je vaak ziek?

Nee

Een beetje

Ja







☐

☐

☐

Hier wil ik over praten

☐

7

Kan je goed bewegen?

Nee

Een beetje

Ja







☐

☐

☐

Hier wil ik over praten

☐

Je hebt nagedacht over je lichaam.

Welk cijfer geef je dit?

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

Resultaten vragenlijst IPH: positieve gezondheid

Op elk domein beantwoordden de respondenten 7 vragen en gaven ze een cijfer (tussen de 1 en 10) voor dat domein. We hebben de gemiddelde cijfers op meetmoment 1 en meetmoment 2 met elkaar vergeleken. Allereerst valt op dat de jongeren op geen van de meetmomenten onvoldoendes hebben gegeven. Daarnaast valt op dat op alle domeinen een positieve stijging te zien is. Voor de domeinen gevoelens en gedachten en meedoen is deze stijging significant.

	Gemiddelde cijfer Meetmo- ment 1	Gemiddelde cijfer Meetmo- ment 2	Significantie waargenomen verandering
Lichaam	7,00	7,13 (↑)	0.287
Gevoelens en gedachten	6,70	7,00 (↑)	0.033
Zinvol leven	6,65	7,79 (↑)	0.060
Kwaliteit van leven	6,78	7,27 (↑)	0.231
Meedoen	6,57	7,38 (↑)	0.033
Dagelijks leven	6,78	7,44 (↑)	0.441

We hebben ook per domein alle antwoorden op de individuele vragen bij elkaar opgeteld en onderzocht of we significante verschillen vinden tussen meetmoment 1 en 2. Dit is niet het geval.

De vragenlijst eindigde met enkele open vragen, die door de meeste jongeren ook beantwoord zijn. De eerste vraag was ‘Wat zou je als eerste willen veranderen om gelukkiger te worden?’. Met stip op 1 noemen de jongeren hier hun wens voor familiehereniging:

11 De gemiddelden zijn met data van alle jongeren berekend. Voor statistische toetsen zijn alleen de jongeren die op beide meetmomenten meededen, meegerekend.

"Ik wil dat mijn familie komt."

"Ik hoop veilig bij mijn gezin te wonen."

Andere zaken die de jongeren noemen zijn o.a. geld, werk, diploma halen, gezond zijn, minder stress hebben, de Nederlandse taal oefenen en vrienden maken.

De tweede open vraag volgt op de eerste en luidt als volgt: 'Wat kan jij doen?' Het vaakst zeggen jongeren hier: (Nederlands) leren en het goed doen op school. Ook werken, een doel formuleren en gezond blijven worden genoemd. Enkele jongeren geven aan niks te kunnen doen (2 op meetmoment 1, 1 op meetmoment 2: 'niks, geduld hebben').

5.3. Inzet vragenlijsten in vervolgtrainingen

De jongeren moesten op twee meetmomenten twee vragenlijsten invullen: tijdens de eerste en tijdens de laatste bijeenkomst. Dit kan de jongeren, die (nog) niet gewend zijn te reflecteren, afschrikken (met name tijdens de eerste bijeenkomst). Bovendien kost het invullen veel tijd. De vragenlijst is naast meetinstrument ook een manier om jongeren te laten reflecteren op hoe zij zich voelen. Dit doel kan naar ons inziens ook met één vragenlijst bereikt worden. Mocht men in de trainingen vaker willen werken met vragenlijsten, dan raden we aan om alleen de vragenlijst interculturalisatie te gebruiken en per vraag eventueel een optie 'hier wil ik over praten' toe te voegen. Zo kunnen de jongeren een vragenlijst invullen die bruikbaar is voor onderzoek, inzicht biedt in ontwikkelingen in het algeheel psychisch welbevinden, hen leert reflecteren, mogelijke bespreekpunten/problemen identificeert en tegelijkertijd past binnen de opzet en het tijdsbestek van de training.

COLOFON

Opdrachtgever	GGNet
Auteurs	I. Razenberg, MSc
Foto omslag	Adobe Stock, Melitas, 476470641
Uitgave	Verwey-Jonker Instituut Kromme Nieuwegracht 6 3512 HG Utrecht T (030) 230 07 99 E secr@verwey-jonker.nl I www.verwey-jonker.nl

De publicatie kan gedownload worden via onze website:
<http://www.verwey-jonker.nl>

ISBN 978-94-6409-229-5

© Verwey-Jonker Instituut, Utrecht, april 2023.

Het auteursrecht van deze publicatie berust bij het Verwey-Jonker Instituut.
Gedeeltelijke overname van teksten is toegestaan, mits daarbij de bron
wordt vermeld.

The copyright of this publication rests with the Verwey-Jonker Institute.
Partial reproduction of the text is allowed, on condition that the source is
mentioned.