Kijkwijzer praatplaat Klaar voor de Toekomst

Doel van de praatplaat

Deze praatplaat gebruik je om in gesprek te gaan over mentale weerbaarheid en veerkracht van jongeren. Dit gesprek voer je bijvoorbeeld met jongeren en beleidsmakers om op te halen wat jongeren nodig hebben om goed op te groeien. Op die manier bepaal je samen de doelen van de samenwerking en ondersteuning van jongeren. De praatplaat biedt ook houvast in een gesprek met bijvoorbeeld een gemeente of andere netwerkpartners zoals een school waarin je aandacht vraagt voor de leefwereld van jongeren en de wetenschap over jongeren zodat je samen beleid kunt bepalen.

De praatplaat nodigt uit om met je gesprekspartners te verkennen wat er aan factoren speelt in het opgroeien van jongeren. Wat zijn puberteitskenmerken, wat weten we uit onderzoek, welke rol kan de JGZ spelen, welke rol spelen ketenpartners en wat betekent dat voor de samenwerking en de invulling van beleid? Een praatplaat is door de vorm een geschikt middel om op een toegankelijke manier met veel verschillende partners (jongeren, ouders, beleidsmakers, jeugdprofessionals) over hetzelfde onderwerp in gesprek te kunnen gaan.

Download de praatplaat in pdf >

Wat zie je op de praatplaat?

De jongere
De praatplaat geeft een inkijkje in het leven van de jongere. Dat leven ziet er natuurlijk voor elke jongere anders uit, maar voor alle jongeren zijn er herkenbare elementen in de praatplaat terug te vinden: of je nou 12 of 23 jaar bent en van apenkooi tot playground. We nemen je mee in de puberteitsontwikkeling van de jongere: de identiteitsontwikkeling, het zwart/wit denken, het risicogedrag, de sexuele ontwikkeling van de jongere, het ontbreken van een oorzaak-gevolg-inzicht, het afzetten tegen hun ouders en de maatschappij en de verschillende emoties (**b**lij, **b**oos, **b**ang, **b**edroefd en **b**ah). Ook hebben we de jongerenwereld verbeeld: het hangen met vrienden, de school, thuis en de online wereld.

De praatplaat is een ruige wereld geworden: het laat geen geëffend pad zien tot aan de puberteit; er gebeuren allerlei dingen in het leven en je mag fouten maken. Hierbij word je als jongere opgevangen (in een vangnet en met pleisters voor je lichaam en ziel) door je ouders, je vrienden en de maatschappij. Rechtsonder is ook de eerdere praatplaat "de toekomst dichterbij halen" te zien die zich ook richt op de context waarin jongeren opgroeien.

Ondersteuners
Op de praatplaat zijn ook ondersteuners te zien: jeugdprofessionals, onderwijs, ouders en alle netwerkpartners waarmee je het gesprek voert over hoe we de veerkracht van jongeren kunnen vergroten.
"Weet hoe de ander zijn koffie drinkt" is de basis voor een goede samenwerking, hierbij neemt evidence based practice een belangrijke plek in. De wetenschapper is terug te vinden bij de loep en uiteraard zijn er ook mensen die de andere kant op kijken, voor wie staan deze mensen in jouw praktijk, hoe kun je de blik de andere kant op keren? De gemeente is aanwezig bij de wetboeken of aan de koffietafel, hoe close ben je met je gemeente? Tenslotte zijn ook de bomen en het bos te zien. Dit staat voor de ingewikkelde samenleving en de hulpverlening, hoe wordt die laagdrempeliger en toegankelijker en, hoe vind je je weg?

De wetenschap
De vier presentaties die gegeven werden tijdens de expertmeeting zijn verwerkt in de praatplaat.

Ilse Schramel, arts maatschappij en gezondheid bij GGD regio Utrecht, wees op de 15 procent van de jongeren die problemen ervaren op de weg naar zelfstandigheid (de skatebaan is geen geëffend pad). Zij wees ook op de harde grens bij 18 jaar die in veel wet- en regelgeving bestaat, en die de ondersteuning aan jongvolwassenen vaak bemoeilijkt (de curve tot 23 jaar).

Mariska Klein Velderman, onderzoeker bij TNO, deelde de bevindingen uit een onderzoeksprogramma over kwetsbaarheid en mentale gezondheid onder jongeren. Een uitkomst is dat de mentale gezondheid op 11-jarige leeftijd een belangrijke voorspeller is voor de mentale gezondheid op latere leeftijd (bordje 11 jaar). Ze onderzocht ook de rol van de jeugdgezondheidszorg: Wat moet je als professional weten en meten? Hoe ziet het contact met een jongere uit? Wat heb je als professional nodig om je werk goed te doen? En hoe moet de JGZ zich positioneren? Ofwel: Wat moet de JGZ in zijn koffer hebben? Bekijk de reflectietool 'Jongeren in de JGZ'

Marloes Kleinjan, programmahoofd Jeugd bij het Trimbos-instituut deed onderzoek om meer inzicht te krijgen in het mentaal welbevinden van jongeren tussen 10 en 18 jaar. Uit dit onderzoek, Geluk onder druk, kwamen 7 aanbevelingen:

- Verlaag schooldruk en meer aandacht voor persoonlijke ontwikkeling
- Zorg voor een veilige omgeving: van school tot thuis
- Zorg voor laagdrempelige hulp en ondersteuning
- Vergroot inspraak en invloed van jongeren
- Vergroot inzicht in de leefwereld van jongeren: dit kan leiden tot meer begrip
- Geef jongeren goede informatie en voorlichting
- Verbeter de maatschappij: klimaatverandering, lerarentekort, armoede

Uit het onderzoek van Caecilia Bremers (GGD Hart voor Brabant) bleek dat veel jongeren prestatiedruk ervaren. Ook ervaren jongeren stress, waardoor ze slechter slapen, ongezonder eten en minder goede resultaten halen op school. Deze samenhang van factoren maakt dat alleen een integrale (gezondheids)aanpak effectief kan zijn. In de praatplaat vind je de verwijzing naar het spinnenweb van positieve gezondheid.

Aan de slag met de praatplaat

Leg de tekening uitgeprint (op groot formaat) op tafel tijdens gesprekken met en over jongeren. Kies of je eerst toelichting geeft op wat er te zien is of je gesprekspartners zelf laat associëren bij de praatplaat. Je eigen toelichting kun je gebruiken om het gesprek te leiden.

Kijk met de gesprekspartners waar ze herkenning vinden en verduidelijk eventueel de verschillende perspectieven die de praatplaat biedt (leefwereld jongeren, ondersteuning, wetenschap). De praatplaat nodigt uit tot een ander gesprek met en over jongeren en leidt daarmee ook tot andere inzichten. Bovendien werkt de praatplaat nivellerend in een gesprek waarbij mensen van verschillend werk- en denkniveau aan tafel zitten. Het bespreken van een praatplaat vraagt immers niet om voorbereiding of het lezen van ingewikkelde rapporten.

Met post-its onderaan de tekening kun je samen eigen uitgangspunten, kernboodschappen noteren. Die kunnen dienen als input voor beleid om daarmee de context rond het opgroeien van jongeren te verbeteren.

Maak ruimhartig gebruik van de praatplaat en vergeet niet te vermelden waar deze vandaan komt. We horen graag je bevindingen en tips voor het gebruik. Mocht je vragen hebben over de toepassing laat dat dan weten. Mail met NCJ-adviseur Minke Vellinga via mvellinga@ncj.nl.