

Jongeren in coronatijd

Half maart veranderde er in Nederland veel door de corona maatregelen, ook voor jongeren. Voortgezet onderwijs-scholen gingen dicht, sporten in groepen was niet meer mogelijk, bij elkaar komen in groepen mocht niet meer, festivals en feestjes gingen niet door, et cetera. Alleen maar tijd thuis doorbrengen en vrienden niet meer live zien in een leeftijdsfase waarin dit zo belangrijk is: wat doet dat met een jongere? Hoe gaat het met hen in deze tijd? Ervaren ze problemen? En zo ja, kunnen ze hiermee ergens terecht?

Ik heb als jeugdverpleegkundige en contactpersoon regelmatig contact met mijn scholen en adviseer hen of help hen bij vragen over individuele leerlingen. Maar hoe het met de grote groep jongeren gaat was hiermee nog niet duidelijk. Reden voor ons bij GGD IJsselland om, naast dit goede contact met de scholen, [een nieuwsbrief voor jongeren en hun ouders](#) te maken en deze te verspreiden. Om een goed beeld te krijgen van hoe het met een grote groep jongeren in IJsselland gaat in deze corona periode, hebben we de vragenlijst van 'Jij en Je Gezondheid' aangepast. Waar we in de 'niet corona' tijd op school komen om de vragenlijst af te nemen en na een risicotaxatie vervolggesprekken met enkele jongeren op school hebben, kan dat niet in de coronatijd. We hebben daarom besloten om de leerlingen de vragenlijst thuis in te laten vullen. Doel van deze vragenlijst voor de jongeren is om hen een mogelijkheid te geven hun gevoel te delen, hen via de vragenlijst advies te geven of te verwijzen naar sites over verschillende onderwerpen. En natuurlijk ook de mogelijkheid te bieden, indien gewenst, contact met hen te hebben en een luisterend oor te bieden en/of te verwijzen. Bijkomend doel is ook voor school om een beeld te krijgen hoe het gaat met de jongeren bij hun op school.

Thema's in de vragenlijst in coronatijd waren welbevinden (o.a. hoe zit jij in je vel?), sociale veiligheid (o.a. hoe is het thuis?) en mediawijsheid (o.a. gebruik van social media en gamegedrag). De jongeren krijgen thuis de uitnodiging hiervoor en kunnen via een persoonlijke code de vragenlijst invullen. Scholen zijn hierover goed geïnformeerd door de jeugdverpleegkundige van hun school. Aan mentoren is gevraagd hun leerlingen te wijzen op de vragenlijst.

Alle verpleegkundigen werkzaam op het voortgezet onderwijs reageren positief op de werkwijze maar de grote vraag was wel: hoeveel leerlingen zullen de vragenlijst in gaan vullen? Al een kleine week nadat de leerlingen de uitnodiging hebben ontvangen, heeft 50% van de jongeren de vragenlijst ingevuld. Dat is meer dan verwacht!

Samen met een collega overleg ik hoe we het verdelen. We gaan aan de slag met de risicotaxaties: komen er bijzonderheden uit de vragenlijst en is het nodig om een vervolggesprek met de jongere te hebben? Gelukkig blijkt uit de vragenlijsten dat het met de meeste jongeren goed gaat. Bij een enkeling lijkt er meer aan de hand te zijn. Het valt mij op dat deze jongeren vooral minder goed in hun vel lijken te zitten. Voor deze jongeren maak ik een vervolgconsult aan en stuur een berichtje wanneer hij of zij het beste te bereiken is. Ik heb vervolgens telefonisch contact met de jongere. Fijn! Het voelt goed om, na zo'n lange tijd, weer met mijn normale werk bezig te zijn!

Het eerste telefonische contact dat ik met een jongere heb is gelijk heel waardevol. De jongere geeft aan dat hij al vaak ruzie met zijn ouders had voordat de corona maatregelen ingingen. Dit is nu meer geworden omdat iedereen verplicht thuis is. Tijdens het gesprek heb ik de jongere laten praten, hier en daar een spiegel voor kunnen houden en tips kunnen geven. De jongere geeft aan het einde van het gesprek aan dat hij het een prettig gesprek vond vooral omdat hij zijn gevoel met iemand kon delen zonder dat daar een oordeel over gegeven werd. We hebben afgesproken dat we over twee weken weer contact hebben om te horen hoe het dan gaat. Hij

gaat erover nadenken of hij dagdelen naar school wil, deze mogelijkheid is er bij hem op school. Hierover zal ik contact hebben met school.

De gesprekken die ik daarna heb zijn divers en zeker ook waardevol. Ze gaan vaak over het feit dat jongeren het missen om hun vrienden te zien: online is toch anders dan elkaar live zien. Velen missen het sporten. Ze vinden het lastig dat ze hun energie niet meer kwijt kunnen. Dit heeft vervolgens weer effect op hun welbevinden. Doordat ze meer thuis zijn, zijn jongeren ook meer aan het gamen of zitten meer op social media. Het levert thuis soms discussies op. De online lessen gaan bij de één beter dan bij de ander. Dit geeft bij de ene jongeren rust maar bij de andere jongere levert het stress op. Net als bij de eerste jongere laat ik hen praten, zet ze aan tot zelf naar oplossingen zoeken en geef adviezen indien nodig. De jongeren geven aan het fijn te vinden dat ze hun verhaal konden delen. Ze voelen zich gehoord in deze rare tijd.

Bij mij geeft het een goed gevoel om toegevoegde waarde te hebben. Vooraf was ik wat huiverig over de telefonische gesprekken met de leerlingen: praten de jongeren net zo makkelijk telefonisch met mij als tijdens een gesprek op school? Gelukkig blijkt dat ze makkelijk hun verhaal met mij delen. Toch blijft er ook een vraag bij mij hangen: als we in het najaar nog niet op de scholen kunnen komen door de corona maatregelen, blijft dit dan de juiste werkwijze of moeten we het veranderen? Gesprekken laten plaatsvinden via beeldbellen? En hoe zorgen we ervoor we ook de andere 50% bereiken die nu niet de vragenlijst heeft ingevuld? Hoe blijven we het gezicht op de scholen en kunnen we onze preventieve rol voortzetten?

We kunnen aan de slag!



José Plette-Waanders

Jeugdverpleegkundige GGD IJsselland en Ambassadeur van de
Jeugdverpleegkundige V&VN