



# Gevangen in de thuissituatie

Onderzoek naar hoe jongeren gevoelens van  
onveiligheid door de thuissituatie bespreekbaar  
kunnen maken

Pauline Willems, Archie de Ceuninck, Kadi Bah, Cherin Imrah Ardeen, Narita Derks en  
de respondenten

juli 2024

## **Colofon**

Opdrachtgever: Gemeente Amsterdam, afdeling communicatie

Opdrachtnemers: Centrum voor Cliëntervaringen (CvC)

Onderzoekers CvC: Pauline Willems, Archie de Ceuninck en Adinda Roig

Co-onderzoekers CvC: Kadi Bah, Cherin Imrah Ardeen, Narita Derks

Moment van uitgave: juli 2024

Versie: definitieve versie

Copyright © 2024 Centrum voor Cliëntervaringen

*Niets uit dit rapport mag worden gepubliceerd zonder vermelding van de naam van het onderzoeksinstituut en een verwijzing (link) naar het totale rapport.*

# Inhoud

1.	Inleiding .....	3
	Achtergrond onderzoek .....	3
	Doelstelling van het onderzoek .....	3
	Opzet van het onderzoek .....	4
	Leeswijzer .....	5
2.	Deskresearch .....	6
	Om hoeveel jongeren gaat het? .....	6
	Belemmeringen om te vertellen .....	6
	Wat is helpend? .....	8
	Hoe jongeren bereiken? .....	10
3.	Resultaten .....	12
	Betekenis (on)veiligheid.....	12
	Spreken over je situatie in Fase 1 .....	13
	Behoeften om te kunnen spreken in fase 1 .....	17
	Spreken over je situatie in Fase 2 .....	21
	Behoeften om te kunnen spreken in fase 2.....	22
	Spreken over je situatie in Fase 3 .....	23
	Behoeften om te kunnen spreken in fase 3.....	25
4.	Conclusies en aanbevelingen.....	26



Literatuurlijst .....	30
Bijlage 1 Vragenlijst .....	33
Bijlage 2 Informatie nazorg .....	35



# 1. Inleiding

## Achtergrond onderzoek

Veel jongeren in Amsterdam zijn slachtoffer van kindermishandeling en huiselijk geweld. Een paar zaken vallen hierbij op:

- Er ligt een taboe op spreken over geweld, afhankelijkheid en ongelijkwaardigheid.
- Er is sprake van een handelingsverlegenheid om er als buitenstaander over in gesprek te gaan.

Als een slachtoffer iemand heeft die naar hen luistert en hen helpt, dan kan dit een groot verschil maken in hun leven. Praten kan de eerste stap zijn om geweld over generaties heen te stoppen.

In het regioplan 'Amsterdam - Amstelland 2020-2024: Veiligheid voor Elkaar' staat de doelstelling: 'We doorbreken het taboe'. De regio Amsterdam wil dat mensen signalen van geweld herkennen en erover durven te praten, zowel met betrokkenen als met professionals. Zo kan geweld eerder worden voorkomen of gestopt.

Om dit doel te bereiken, wil de gemeente weten hoe ze jongeren kunnen helpen om hun gevoelens van onveiligheid bespreekbaar te maken met de mensen om hen heen.

## Doelstelling van het onderzoek

De gemeente Amsterdam heeft Centrum voor Cliëntervaringen (CvC) gevraagd onderzoek te doen naar:

Wat hebben jongeren in Amsterdam-Amstelland nodig om onveilige thuissituaties bespreekbaar te maken? En hoe kunnen we daar als gemeenten op inspelen?

Het doel van het onderzoek is om met elkaar te leren van de verhalen van de jongeren over wat zij nodig hebben om hun situatie bespreekbaar te maken.

Bij onveilige thuissituaties kijken we naar wat jongeren zelf als onveilig ervaren. Als referentiekader gebruiken we de definities van huiselijk geweld en kindermishandeling uit de KNMG-meldcode 2023.

Definities bij KNMG-meldcode Kindermishandeling en huiselijk geweld 2023:

"Kindermishandeling is elke vorm van voor een minderjarige bedreigende of gewelddadige interactie van fysieke, psychische of seksuele aard, die de ouders of andere personen ten opzichte van wie de minderjarige in een relatie van afhankelijkheid of van onvrijheid staat, actief of passief opdringen, waardoor ernstige schade wordt berokkend of dreigt te worden berokkend aan de minderjarige in de vorm van fysiek of psychisch letsel."



## Opzet van het onderzoek

Het onderzoek is een participatief onderzoek. Het CvC heeft een team samengesteld met 2 onderzoekers en 3 ervaringsdeskundigen in onveilige thuissituaties.

### 1.3.1. Reflectie op vraagstelling

Het onderzoeksteam heeft gereflecteerd op de vraagstelling en recente literatuur doorgenomen. We ontdekten dat 'bespreekbaar maken' een complexe wereld is voor jongeren. Het bestaat uit meerdere stappen en processen. Met de jongeren hebben we gereflecteerd op de vraagstelling, waarna we besloten het proces van de jongeren in kaart te brengen. Zo konden we zien waar aanknopingspunten zijn om hun situatie bespreekbaar te maken.

“De complexiteit van het probleem moet op tafel blijven en moet recht worden aangedaan. Jongeren weten zelf wat hen zou kunnen helpen.”

### 1.3.2. Verloop onderzoek

Met het onderzoeksteam is een gespreksleidraad opgesteld en met de respondenten zijn afspraken gemaakt over datum, tijdstip en locatie van het interview.

Vervolgens hebben een onderzoeker en ervaringsdeskundige een open diepte-interview gehouden met 12 jongeren.

De 12 interviews vonden plaats van september t/m november 2023 op een locatie die door de respondent was uitgekozen. Vaak was dit bij Cliëntenbelang Amsterdam of in een koffietentje in de stad.

De hoofdonderzoeker leidde het interview, en de ervaringsdeskundige vulde aan, vroeg door en deelde soms eigen ervaringen of tips. Aan het eind van het interview vroegen we de jongeren of ze verder wilden meedenken over en meedoen met het onderzoek. 11 van de 12 respondenten wilden langer meedoen om oplossingen te zoeken.

De interviews zijn letterlijk uitgetypt en gecodeerd in MAXQDA. Er is gekozen voor een narratieve analyse, een onderzoeksmethode die gebruik maakt van de verhalen die mensen vertellen om hun opvattingen, beelden en boodschappen te begrijpen. De analyse bestaat uit 3 niveaus: de inhoud, de structuur en de functie van de verhalen. De narratieve methode kan ook gebruikt worden om mensen te helpen problemen te verminderen door hun levensverhaal te herschrijven.

Na een eerste analyse van de interviews zijn de jongeren in december 2023 uitgenodigd voor een groepsbijeenkomst om de resultaten te bespreken. 5 jongeren waren hierbij aanwezig. De overige jongeren waren verhinderd door persoonlijke omstandigheden.

De groep besloot om nog een keer bij elkaar te komen, zodat ook de jongeren die verhinderd waren konden meepraten. In februari vond een eindsessie plaats met de jongeren en de opdrachtgevers om de adviezen en conclusies met elkaar te bespreken.



### 1.3.3. Werving

De respondenten zijn op verschillende manieren geworven: via het Jeugdplatform Amsterdam, de nieuwsbrieven, de achterban van Cliëntenbelang Amsterdam, de betrokken ervaringsdeskundigen, de respondenten zelf en organisaties in Amsterdam die met jongeren werken. De jongeren konden zich opgeven via een QR-code die verwees naar een website met meer informatie en een aanmeldformulier. Zij konden daar contactgegevens achterlaten, aangeven hoe zij benaderd wilden worden (Whatsapp, bellen of e-mail) en of ze een interview of groeps gesprek wilden. Ook konden ze ons benaderen zonder gegevens achter te laten.

Van de in totaal 21 aanmeldingen hebben we 12 respondenten kunnen spreken. De overige aanmeldingen vielen uit door persoonlijke omstandigheden.

Het was ingewikkeld om jongeren te vinden die wilden praten over hun ervaringen. De jongeren die wilden praten waren al verder gevorderd in hun herstelproces. Het interview was vaak een onderdeel van het herstelproces. Veel jongeren tussen 16 - 21 jaar zitten nog in hun onveilige situatie en zijn nog niet in staat om te reflecteren op hun situatie. Met het onderzoeksteam hebben we besloten om de leeftijdsgroep te verhogen naar < 30.

### 1.3.4. Achtergrond kenmerken respondenten

De jongeren die hebben meegedaan aan het onderzoek hebben allemaal te maken gehad met een onveilige thuissituatie. De situatie was per jongere verschillend. De jongeren hebben allemaal met een of meerdere vormen van kindermishandeling te maken gehad, zoals ruzies tussen ouders, broer/zus met agressief

gedrag, gebruik van fysiek geweld, psychisch geweld, middelenmisbruik en of verwaarlozing. Er zijn gezinnen waarbij armoede een rol speelde, maar ook gezinnen waar voldoende geld was. Ook cultuur speelde in sommige gezinnen een rol.

Leeftijd	16-21 (n=7) 21-23 (n=3) 23-28 (n=2)
Geslacht	Vrouw (n=8) Man (n=4)
Woonsituatie	Thuis bij vader en/of moeder (n=5) Zelfstandig (n=6) Bij opa/oma (n=1)
Culturele achtergronden	Nederlands, Japans, Iraans, Marokkaans, Indiaas, Oekraïens, Turks, Surinaams, Antilliaans en Afrikaans.

### Leeswijzer

We starten met een korte samenvatting van de literatuur die we hebben doorgenomen bij de start van het onderzoek. Vervolgens presenteren we de resultaten aan de hand van de 3 fasen die de jongeren hebben doorlopen. Per fase bespreken we hun ervaringen over het praten over hun situatie en wat hun behoeften waren. Als laatste volgen de conclusie en aanbevelingen.



## 2. Deskresearch

Voor dit onderzoek hebben we een aantal bronnen geraadpleegd over de omvang van het probleem, de belemmeringen en welke acties zijn ondernomen om jongeren over hun thuissituaties te laten praten.

### Om hoeveel jongeren gaat het?

Uit de derde Nationale Prevalentiestudie mishandeling in 2017 blijkt dat ongeveer 3% van de kinderen in ons land te maken heeft met een vorm van mishandeling (Alink et al., 2018). Deze cijfers zijn gebaseerd op meldingen van mishandeling door professionals.

Echter, volgens gegevens van het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS, 2023) heeft 24,6% van de jongeren tussen 16 en 18 jaar in het afgelopen jaar huiselijk geweld meegemaakt. Dit percentage komt overeen met onderzoek van de Augeo Taskforce (2016) waar bijna 27% van de leerlingen in groep 7 en 8 aangaf dat ze één of meerdere vormen van kindermishandeling hebben ervaren. Hierbij gaat het zowel om lichamelijke, emotionele of seksueel mishandeling als het getuige zijn van geweld.

Uit deze cijfers kunnen we opmaken dat ongeveer 90% van de zelf gerapporteerde kindermishandelingen niet wordt opgemerkt door professionals en onderstreept het belang van communicatie met de jongeren.

### Belemmeringen om te vertellen

Er is in Nederland weinig onderzoek naar het bespreekbaar maken van onveiligheid. De Augeo jongerentaskforce heeft een

samenvatting gemaakt van (internationale) onderzoeken waarin ervaringsdeskundige vertellen waarom zij wel of niet hun verhaal zijn gaan delen. Nederlandse jongeren hebben gekeken wat ze hiervan vonden. Als raamwerk hebben ze de belemmerende en bevorderende factoren van Allnock & Miller (2013) gebruikt.

Wat belemmerd	Wat bevordert?
Niemand hebben om in vertrouwen te kunnen nemen.	Iemand intervenieerde (nadat iemand ernaar vroeg, ervaren jonge kinderen dat er ruimte is om te praten).
Spanning en angst (niet willen dat de situatie 'uitkomt').	Realiseren dat kindermishandeling niet hoort - dat het niet normaal is en dat hulp beschikbaar is.
Ontwikkelingsbarrières (niet begrijpen wat kindermishandeling is en waarom het plaatsvindt).	Niet langer in staat te zijn om er mee om te gaan.
Strategie van de pleger (manipulatie en intimidatie).	Verandering in de aard van de kindermishandeling (bv. hulp zoeken als de frequentie en ernst toeneemt).
Niemand luisterde, niemand vroeg er naar (terwijl de fysieke en emotionele signalen zichtbaar waren).	Bescherming van anderen zoals broertjes en zusjes.
Vertrouwelijkheid (een eerdere breuk in het vertrouwen, ondermijnt het in vertrouwen nemen van anderen).	



Kinderen balanceren tussen het eerste en tweede rijtje. Jongeren willen graag dat er iets verandert, maar tegelijkertijd schamen ze zich en zijn ze bang voor de gevolgen. De reflectie van de jongeren op de uitkomsten heeft de volgende resultaten opgeleverd:

- De jongeren van de Jongerentaskforce beschrijven een onthulling van hun situatie vooral als een proces, als iets dat moet groeien en tijd nodig heeft. Praten over wat je meemaakt is meestal niet het resultaat van één (voorlichtings)moment;
- Ook gaven ze aan dat het belangrijk is dat er iemand is die hen oprechte aandacht geeft en in hen is geïnteresseerd. Het maakt niet zoveel uit wie dat is; leerkracht, docent, sporttrainer of vriend(in). Zolang deze persoon maar uitstraalt dat de jongere bij hem/haar terecht kan, dat hij/zij te vertrouwen is en beschikbaar is op de momenten wanneer de jongere hem/haar nodig heeft.
- De jongeren van de Jongerentaskforce vinden het belangrijk dat kinderen of jongeren zelf kunnen kiezen wie ze in vertrouwen nemen - hetgeen zij vaak aanvulden met de opmerking dat vertrouwen niet zomaar ontstaat. Daar is tijd voor nodig. Tijd waarin een kind kan ervaren dat het ook straks nog welkom is, wanneer het nu nog niet kan of wil praten. Tijd waarin het kan wennen aan het idee om iemand in vertrouwen te gaan nemen.
- Soms beseffen jongeren niet dat hun eigen situatie onveilig of onwenselijk is.

Verder komen nog de volgende belemmeringen naar voren uit onderzoek:

- Ook angst speelt een rol om het te vertellen, omdat ze zich schamen, schuldig en loyaal voelen, bedreigd worden, niet weten wat er na bekendmaking gaat gebeuren of bang zijn

dat het alleen maar erger wordt (Augusti & Myhre, 2021; Kahovec & Haselschwerdt, 2022, McElvaney, 2013).

- Andere factoren die genoemd worden zijn dat het voor jongeren onbekend is waar zij naartoe kunnen voor hulp, ze niemand hebben die ze vertrouwen of op hun gemak bij voelen (Kahovec & Haselschwerdt, 2022; Crisma et al., 2004).
- Culturele normen die jongeren ontmoedigen om familieaangelegenheden buiten het gezin te delen (Kahovec & Haselschwerdt, 2022).
- Bang zijn dat er niets zal veranderen.
- Of bang voor hun eigen gevoelens.

Deze bevindingen komen overeen met onderzoek van Brennan & McElvaney (2020) naar belemmerende en bevorderende factoren van onthulling van seksueel misbruik. Zij beschrijven 6 factoren die helpen bij onthulling, zoals:

- Iemand hebben die je vertrouwt.
- Zich realiseren dat het niet normaal is.
- Niet meer kunnen omgaan met de emotionele stress.
- Willen dat er iets aan wordt gedaan.
- Erop vertrouwen dat iemand je gelooft.
- Dat iemand naar je situatie vraagt.

Professionals kunnen het proces faciliteren door een vertrouwensband op te bouwen, hun spanning te zien en initiatief te nemen om te praten over hun welbevinden.

Het praten over onveiligheid is niet een op zichzelf staande gebeurtenis, maar een interactief proces. Dit proces wordt bepaald door factoren die verband houden met de persoonlijke kenmerken en geschiedenis van een kind, gezinsdynamiek, de



gemeenschapscontext en attitudes in de cultuur en de bredere samenleving (Alaggia et al., 2019).

Het proces van openbaarmaking omvat gesprekken in de loop van de tijd met andere mensen die als belangrijk worden beschouwd en gaat door de kindertijd naar de volwassenheid (Brattfjell & Flåm, 2019). Het proces van openbaarmaking kan ook gedeeltelijke openbaarstellingen omvatten, waarbij het kind in de loop van de tijd meer vertelt (McElvaney, 2015).

Brennan & McElvaney (2020) beschrijven dat het vertellen van seksuele mishandeling kunt vergelijken met een 'hogedrukpan effect'. Interne en externe druk bouwen zich op tot een punt waarop de voordelen van het vertellen meer opleveren dan de kosten van het vertellen.

Dit alleen is niet genoeg: er moet ook iemand beschikbaar zijn om te luisteren en het juiste moment moet zich voordoen. Kinderen houden er rekening mee dat de persoon aan wie ze het vertellen het ook aankan (Jensen et al., 2005). Meestal vertelt een kind of jongeren het eerst tegen een leeftijdsgenootje en daarna tegen een ouder of volwassenen die hulp kan inschakelen (Augusti & Myhre, 2021; Manay & Collin-Vezina, 2021).

Het bevorderen van de veerkracht en het gevoel van keuzevrijheid van kinderen na openbaarmaking is een belangrijke factor gebleken om hen te 'empoweren' - waardoor ze enige controle hebben over hun leven en de beslissingen die hen beïnvloeden. Dit kan worden bereikt door hen waar mogelijk keuzes te bieden en hen te vertrouwen om beslissingen te nemen (McElvaney, 2015).

Het is belangrijk voor een kind om controle te krijgen over het proces van openbaarmaking en over wie te weten komt wat er is gebeurd (McElvaney, 2015; Ungar et al., 2009). Dit wordt ook onderschreven door de jongeren van de Taskforce groep.

McElvaney (2019) geeft 5 tips aan professionals:

- Creëer mogelijkheden om te kunnen vertellen.
- Deel zorgen over kinderen.
- Reageer op pogingen van kinderen om het te vertellen.
- Bevorder de veerkracht.
- Geef gevoel van keuzevrijheid bij het blootgeven.

Vertellen kan zowel gezond als destructief zijn, dat hangt af van de reactie van de ontvanger (Watkins-Kagebein et al., 2019). Het verhaal kan worden genegeerd, bevroegd, gemanipuleerd of verspreid op een manier die leidt tot verder verlies van keuzevrijheid. Het formuleren van het verhaal brengt ook mogelijkheden met zich mee. Het verhaal kan worden gedeeld, gevalideerd, ondersteund en genuanceerd door dialoog en dit kan leiden tot acties die het leven van het kind veranderen en hun keuzevrijheid vergroten (Watkins-Kagebein et al., 2019).

Soms laten jongeren wel iets los, maar zijn het de omstanders die het liever niet zien, niet geloven of ontkennen. Er zijn ook jongeren die nooit zullen vertellen wat er thuis gebeurt.

### **Wat is helpend?**

Wanneer kinderen of jongeren praten over hun situatie kan er hulp worden geboden. Factoren die het spreken over onveilige situaties thuis bevorderen zijn:

- Belang van het opbouwen van vertrouwen met iemand, het hebben van een ondersteunend netwerk en het



aanbieden van anonieme communicatiemogelijkheden (Schwab-Reese et al., 2019).

- Positieve relaties met leeftijdsgenoten maken het gemakkelijker om situaties te bespreken, aangezien peers vaak minder oordelend zijn en een gevoel van begrip en steun kunnen bieden (Jernbro et al., 2017).
- Het belang van deze informele peersupport is ook op te maken uit het recent gepubliceerde 'Scholierenonderzoek Kindermishandeling' (Schellingerhout & Ramakers, 2016). Hierin geeft het merendeel (59%) van de scholieren die ooit slachtoffer zijn geweest van kindermishandeling aan, nooit hulp te hebben gezocht. Van de scholieren die wel hulp hebben gezocht (41%), deed bijna de helft dat bij vrienden, burens of bekenden (49%). Ook wordt hulp gezocht in het eigen gezin (33%), de bredere familie (32%), bij iemand van school (29%) of jeugdhulp (18%). Iets meer dan een derde van de jongeren geeft aan geheel uit eigen beweging hulp te hebben gezocht (38%), terwijl de rest dit in meerdere of mindere mate op aanraden van anderen heeft gedaan (Schellingerhout & Ramakers, 2016).
- Het feit dat mishandelde kinderen zich vaak tot leeftijdsgenoten wenden voordat ze volwassenen in vertrouwen nemen, benadrukt het belang van het voorlichten van alle kinderen over mishandeling en over waar ze hulp kunnen zoeken als zij of hun vrienden worden mishandeld.
- Jongeren nemen zelden of nooit contact op met Veilig Thuis of andere instanties. Het merendeel van de jongeren weet niet waar ze terecht kunnen. De jongeren uit de Taskforce groep vinden daarom dat ze via school informatie moeten krijgen over hulpdiensten.

- Uit onderzoek naar het Marietje Kessel project - een weerbaarheidstraining in basisonderwijs met aandacht voor kindermishandeling - blijkt dat kinderen na deze training eerder hun mishandeling onthullen aan de leerkracht dan op scholen waar deze training niet wordt gegeven (Hoefnagel, 2020).
- In een studie is een lesprogramma gemaakt met 4 afleveringen van het kinderprogramma Klokhuis over kindermishandeling. Hieruit bleek dat kinderen niet vaker met leeftijdsgenoten of de leerkracht willen gaan praten over de eigen mishandeling. Toch gaf een klein aantal leerkrachten aan meer in vertrouwen te zijn genomen (Hoefnagel et al., 2010).
- De 22 - jarige Noa uit Den Haag die zelf veel met Jeugdzorg te maken heeft gehad, heeft zich in geen enkele zorginstelling thuis gevoeld en heeft gezien dat er meer jongeren om haar heen zijn vastgelopen (Den Haag FM, 2023). Daarom heeft ze steunpunt Avalon opgericht, waar jongeren samenkomen, samen koken, eten, en kunnen praten over hun problemen.
- In 2014 heeft de Jongerentaskforce geholpen de vanuit de Rijksoverheid begonnen '#Roomie - campagne' te lanceren. In deze kortdurende digitale campagne zijn in 6 weken tijd ruim 790.000 contactmomenten met jongeren tot stand gekomen en zijn jongeren gestimuleerd om te laten zien dat zij klaar stonden voor anderen. De effecten zijn niet geëvalueerd.

De Jongerentaskforce geeft nog de volgende tips:

- Zorg dat ieder kind informatie krijgt over zijn recht op een geweldloze opvoeding. De meest logische plek om alle kinderen te bereiken is op school, eventueel in



samenwerking met een gastles van de Kindertelefoon of Veilig Thuis.

- Geef kinderen en jongeren makkelijk toegang tot concrete tips en handvatten, die hen kunnen helpen om iemand in vertrouwen te nemen. Bijvoorbeeld gesprekstips of voorbeeldzinnen.
- Geef alle kinderen informatie over welke hulp en ondersteuning beschikbaar is als je thuis problemen hebt. Hier hoort kindvriendelijke informatie bij over de rol van Veilig Thuis, zodat kinderen weten dat zij Veilig Thuis ook zelf kunnen benaderen en wat zij voor hen kunnen betekenen.

### Hoe jongeren bereiken?

Het Jeugdplatform Amsterdam heeft 10 tips geformuleerd over hoe jongeren kunnen worden bereikt in het algemeen. Dit gaat niet specifiek over onveiligheid. Zij geven hierbij aan dat 'de jongere' niet bestaat. Het gaat om een diverse groep. Eén enkele manier of strategie om ze te bereiken zal niet voldoen. Zet daarom verschillende media en methodes in om hun aandacht te trekken. De tips over hoe jongeren te bereiken zijn, zijn:

- Via de smartphone, dus via Sociale Media kanalen, zoals Instagram en TikTok. Zorg voor beknopte informatie en geef aan waar ze zo nodig meer informatie over het onderwerp kunnen vinden.
- Google is de zoekmachine waarmee jongeren veel opzoeken. Zorg ervoor dat hun zoektermen bij jullie boodschap uitkomen en dat de informatie die gericht is op jongeren hoger in de zoekresultaten staat dan de informatie die gericht is op professionals.

- Zorg ervoor dat informatie vind- en zichtbaar is op scholen. Daar zijn jongeren tenslotte een groot deel van hun tijd. Doe dit via leraren, mentoren en met kaartjes en posters.
- Mond-tot-mond reclame: Jongeren kijken niet snel zelf op een website. Meestal wijst hun omgeving hen op relevante informatie of krijgen ze tips. De (goede) ervaringen van anderen heeft invloed op jongeren en lijkt betrouwbaar, waardoor ze eerder naar een website of naar specifieke informatie zullen zoeken.
- Taalgebruik: schrijf in eenvoudige taal, korte zinnen en zonder moeilijke woorden. Jongeren - uitzonderingen daargelaten - lezen tegenwoordig niet veel meer en een deel is laaggeletterd. E - mails en brieven lezen zij nauwelijks. De meesten - vooral onder de 18 jaar - zien de urgentie daar niet van in en vinden ze vaak te ingewikkeld geschreven.
- Producten of diensten die uitleg nodig hebben, kun je beter toelichten in beeldende elementen. Zo houd je de aandacht van de jongeren meer vast. Ook foto's of filmpjes op Sociale Media trekken hun aandacht. Zorg bij filmpjes altijd voor ondertiteling. Op veel momenten kunnen jongeren het geluid niet aanzetten.
- Wat levert het mij op? Wat is de toegevoegde waarde van jullie boodschap voor jongeren? Zorg dat dat duidelijke wordt. Wat hebben ze aan jullie informatie? En zorg ervoor dat de informatie op het juiste moment vindbaar is. Jongeren benadrukken dat het belangrijk is dat de informatie makkelijk te vinden moet zijn op het moment dat ze het nodig hebben. Ze achten de kans heel klein dat ze zich bijvoorbeeld in soorten hulpverlening gaan verdiepen 'als ze nog geen eigen probleem hebben'. Als het voor hen niet relevant is dan gooien ze een folder weg,



maar op het moment dat er dan echt iets aan de hand is, moet het goed vindbaar zijn.

- Posters op openbare plekken kunnen effectief zijn, als het om algemene informatie gaat die iedere jongere aangaat. Zoals over wat je moet regelen als je 18 jaar wordt. Maar jongeren zijn huiverig om naar een poster te kijken als het gaat over iets rond persoonlijke problemen: "Straks ziet iedereen dat ik naar een poster kijk over hulpverlening. Wat zullen ze wel niet van me denken?"
- Laat jongeren content maken voor jongeren. Jongeren weten welke content authentiek door jongeren gemaakt is, ze prikken door het 'jongerensausje' van organisaties heen. Gebruik geen straattaal, praat gewoon Algemeen Beschaafd Nederlands (ABN).
- Maak gebruik van rolmodellen, maar let wel op wie je daarvoor uitkiest. Bijvoorbeeld iemand die zich ergens voor inzet vanuit de eigen intrinsieke motivatie en het niet doet voor het geld. Geef jongeren ook een strategische en invloedrijke rol in de organisatie - geef ze eigenaarschap en maak gebruik van jongerenambassadeurs.



### 3. Resultaten

In de interviews hebben de jongeren verteld over hun thuissituatie, het delen van hun verhaal en welke behoeften zij hadden in deze periode. In hun levensloop onderscheiden we 3 fasen. In elke fase delen de jongeren op een andere manier hun verhaal en hebben ze andere behoeften.

Hieronder een schematische weergave van hun proces.

#### Fase 1: Gevangen in de thuissituatie

In deze fase liepen de jongeren alleen met hun problemen, waren ze zich soms niet bewust van hun eigen situatie en ervoeren zij veel belemmeringen om hun situatie te delen.

#### Fase 2: Vastlopen in de ontwikkeling

De meeste jongeren kwamen op een punt waarop hun eigen situatie onhoudbaar was en zij volledig vastliepen. Dit was het moment waarop zij hulp gingen zoeken of hulp vanuit een crisissituatie aangeboden kregen.

#### Fase 3: Werken aan herstel

In deze fase gingen de jongeren aan de slag met hun herstel door middel van therapie en of door te verhuizen naar een veilige plek.

Per fase kijken we naar wat jongeren verteld hebben over het delen van hun situatie en wat hun behoeften hierin waren.

We starten met de omschrijving van de jongeren over veiligheid. Vervolgens geven we een beschrijving per fase.

#### Betekenis (on)veiligheid

De jongeren beschrijven veiligheid als een situatie waarin je vooral jezelf mag en kan zijn. Veiligheid betekent voor hen dat alles bespreekbaar is, dat je je emoties kunt delen en je jezelf kwetsbaar kunt opstellen zonder beoordeeld te worden.

Om je veilig te kunnen voelen, heb je ook een omgeving nodig die dat mogelijk maakt. Een dak boven je hoofd, kleding, voedsel eten en de afwezigheid van fysiek of mentaal geweld. Een plek die ook van jou is, waar je niet op je hoede hoeft te zijn, maar waar je juist rust kunt vinden. Veiligheid is het krijgen van onvoorwaardelijke liefde.

“Je veilig voelen is niet de gedachte in je achterhoofd. Ze hebben van, oh de situatie kan zo meteen gelijk omslaan.”

“Ik vind veiligheid, wat dat betekent voor mij, is dat je kan doen en zijn, zeg maar, hoe je je voelt, wie je bent. Dat je gewoon jezelf kan zijn.”

De jongeren benoemen onveiligheid in termen van verbaal en fysiek geweld, of altijd op je hoede moeten zijn voor mensen met onvoorspelbaar gedrag om je heen. Maar ze geven ook aan dat onveiligheid meer kan betekenen.



Onveiligheid begint ook wanneer je niet jezelf kunt zijn en met ongemak leeft. Wanneer je het gevoel hebt dat er geen ruimte voor jou is, je geen privacy hebt of dat je wordt bekritiseerd.

Onveiligheid kan ook betekenen dat er niemand naar je omkijkt, om je geeft of naar je wil luisteren. Onveiligheid kan ontstaan in omgevingen waar middelen - zoals drugs en alcohol - overmatig worden gebruikt, wanneer ouders te veel eigen problemen hebben of wanneer er geen respect of liefde is.

### **Spreken over je situatie in Fase 1**

In deze fase liepen veel jongeren alleen rond met hun problemen. Zij gaven aan dat het heel moeilijk is om te gaan praten over de situatie. Sommige jongeren hebben hierover iets losgelaten, maar de meeste verhalen gingen over de belemmeringen die zij hebben ervaren.

Het is een combinatie van factoren, zoals het zich niet bewust kunnen of willen zijn van hun situatie, de worsteling met loyaliteit, niet kunnen bedenken dat het anders zou kunnen als ook de angst voor de gevolgen. Zij omschreven het als een soort gevangen zitten in hun eigen situatie. De situatie voelt niet goed en je voelt je machteloos om er iets aan te doen

- *Onbewust van de eigen situatie*

“En weet je wel, er wordt veel geschreeuwd thuis en dit en dit. En dat kaartte ik wel aan thuis. Alleen dat zag ik als vervelend, maar niet als iets niet normaals.”

De jongeren geven aan dat je langzaam ontdekt dat het bij jou thuis anders gaat dan bij anderen. Als je heel jong bent, heb je dat nog niet door. Je ziet wel als je bij anderen speelt dat het dan anders kan gaan. Vanaf groep 7/8 word je je steeds iets bewuster van de situatie. Er was bij de jongeren wel een besef dat het niet fijn was thuis, maar niet dat het niet normaal was. Er was ook twijfel bij de jongeren over de ernst van hun situatie; misschien viel het wel mee of waren ze zelf (deels) schuldig. Sommige jongeren vonden dat ze het zelf moeten oplossen.

De jongeren gaven aan dat het zich bewust worden van de eigen situatie moeilijk is, omdat ze afhankelijk zijn van hun ouder(s) of verzorger(s). Zij vormen de basis van hun bestaan. Iemand anders om op terug te vallen, hadden zij niet. Zij geven aan dat ze leefden op de automatische piloot. Ze blokkeerden alles wat met de nare situatie te maken had. Stil staan bij hoe het met hen ging, was te moeilijk en te confronterend. Vooral omdat ze weer terug naar huis moesten. De situatie goed praten of wegduwen was dan makkelijker.

- *Loyaliteit naar ouders*

De jongeren waren heel loyaal naar hun ouders. Zij zien hun ouders vaak vanuit 2 kanten: de kant dat het niet goed gaat en de kant dat ze van hun ouders houden. Ook zijn er jongeren die aangeven dat zij begrip hebben voor hun ouders, omdat ze het moeilijk hebben of onmachtig zijn. Om deze redenen willen zij hun ouders niet verraden of zwart maken bij anderen. Kinderen krijgen vaak al vroeg mee van hun ouders dat wat er in huis gebeurt, in huis blijft. Je spreekt niet over de zwakke kanten van je familie.



“Het is gewoon iets heel persoonlijks. Het gaat over je familie, het gaat over waar je geboren bent, waar je het meest bent opgegroeid. En dat zal altijd iets lastigs zijn om iets negatiefs per se over te delen. Want ze houden nog steeds van me en ze zorgen nog steeds voor me. Ze betalen onderdak en eten, dat soort dingen. Ik zou bijvoorbeeld mijn vader, weet ik dan, bijvoorbeeld niet zwart maken. Of mijn moeder niet, weet je.”

‘Als ik dit zou horen van iemand anders. Dan zou mijn eerste gedachte zijn, wat een heks. Terwijl, mijn moeder is zo lief. Het is echt een engel. Ik besef ook heel goed dat zij op dat moment niet anders kon. Het is niet goed, tuurlijk niet. Maar zij deed wel het beste wat zij op dat moment kon.’

- *Niet kunnen bedenken dat het anders kan*

Veel jongeren geven aan dat ze als kind niet konden bedenken dat de situatie ook anders zou kunnen. Het idee dat je moeder op zou kunnen houden met slaan was gewoon ondenkbaar. Ook kwam het niet in de jongeren op dat er hulp zou kunnen komen die de situatie zou verbeteren. Geen enkele jongere geeft aan dat er ook positieve prikkels of verhalen waren in hun jeugd over hulp. Erover praten met anderen zou volgens hen alleen maar nog meer problemen geven bij de ouders, waardoor de spanning nog meer zou oplopen. Of erger: dat ze niet meer bij hun ouders konden blijven.

- *Angst voor gevolgen*

De onveilige situatie voelt voor veel jongeren als meer vertrouwd, ook al is de situatie onveilig. Je weet in ieder geval wat je te wachten staat. De gevolgen van het doorbreken hiervan zijn voor hen niet te overzien. Ze hebben ook niet het gevoel dat ze invloed hebben op de situatie die ontstaat als ze er wel over vertellen. De consequenties zijn in hun beleving te groot. De jongeren leren daarom al heel snel wat ze wel en niet moeten vertellen om zich staande te houden, de hulp op afstand te houden of om nog enigszins controle te houden over de situatie die gaat ontstaan.

“Ook al was je onveilig, je gaat uit een soort van vertrouwde situatie, niet wetende waar je dan naartoe moet. Wat als nou het gevolg nog erger is?”

Vanuit de meldcode Huiselijk Geweld en Kindermishandeling is een toehoorder verplicht om actie te ondernemen. Volgens de jongeren heeft dit juist een averechts effect op hun situatie. Veel jongeren zijn bang dat hun informatie direct wordt teruggekoppeld aan hun ouders of dat ouders op gesprek worden uitgenodigd. Zij geven aan dat als hun ouders erachter komen dat er wordt gesproken, zij nog harder worden aangepakt of dat het thuis escaleert.

“En er was wel een jongetje toevallig die ook iets heftigs had meegemaakt op de basisschool. En hij kwam helemaal huilend binnen en had verteld wat er gebeurde. En ik dacht, oh dat gebeurt ook wel bij mij. Maar toen opeens werden zoveel acties ondernomen en zo. En ik dacht, oké, weet je, laat maar.”



De jongeren vertelden ook over voorbeelden uit hun omgeving, waarbij kinderen uit huis werden geplaatst. Dit schrok heel erg af. Ook de onzekerheid om uit huis te worden geplaatst, wordt door sommige ouders gevoeld. Zij geven hun kinderen mee dat ze niet te veel moeten vertellen, omdat ze anders worden 'afgepakt'. Ook kinderen en jongeren waarschuwen elkaar om niet te veel te vertellen. Er wordt vaak negatief gesproken over hulpverlening en jeugdbescherming.

"Ik weet het ook niet, maar als ik het daar wel eens over had met mijn vriendinnen, dat een ander buitenlands jongetje dan tegen mij zei van 'Wat ben je aan het doen? Tuurlijk gebeurt dit, waarom ben je hierover aan het praten? En dadelijk komt de kinderpolitie en zeg maar, woon je niet meer bij je ouders, wil je dat dat gebeurt? Nee toch? Bek houden.' Het is wel speciaal, als je elkaar corrigeert, zo van...niet doen, het is gevaarlijk. Dat wil je echt niet."

- *Niet willen beslissen voor andere gezinsleden*

Wanneer jongeren praten over hun situatie, heeft dit ook gevolgen voor de andere leden van het gezin, zoals broertjes en zusjes of de ouders zelf. De jongeren wilden niet verantwoordelijk zijn voor de gevolgen van hun actie voor de andere gezinsleden.

- *Angst om niet serieus genomen te worden*

Een andere angst die onder de jongeren leeft, is de angst om niet geloofd of serieus genomen te worden. Een aantal jongeren gaf aan hun thuissituatie met anderen gedeeld te hebben - zoals leerkracht of familieleden - maar dat zij hen niet geloofden. Soms deden zij niks met hun verhaal of legden zij de schuld bij de jongeren.

"En toen heb ik tegen die docent gezegd 'Zeg alsjeblieft niks negatiefs over mij', want dan gaat het thuis mis en ze slaan me sowieso al. Dus doe dat alsjeblieft niet. En toen zei hij van het zijn pleegouders, dat doen ze vast niet."

"Ik kreeg als reactie toen ik mijn verhaal had verteld 'Het is jouw schuld. Actie is reactie.'"

- *Geen actie na het delen van situatie*

Sommige jongeren hebben wel gepraat over hun problemen. Praten heeft hen wel een beetje geholpen om door hun nare periode heen te komen, maar heeft bij hen niet geleid tot de juiste oplossingen. Zij zijn niet geholpen door degene met wie zij hun verhaal hebben gedeeld, zoals docenten, vrienden of familie.

Een van de jongeren geeft aan dat ze veel vertelde over haar situatie, tegen wie het maar wilde horen. Dit was haar manier om



met de situatie om te gaan. Het vertellen hielp om met de situatie om te gaan, maar er is nooit hulp gekomen.

- *Wanneer is er wel iets gedeeld?*

De meeste jongeren spraken niet over hun situatie met anderen. Een enkele jongere liet weleens iets kleins los over de thuissituatie. Het is dan niet zo dat ze in één keer hun hele verhaal vertellen; ze vertellen hun verhaal vaak in hele kleine stukjes aan verschillende mensen. Vaak is het hele verhaal ook helemaal niet bekend bij de jongere zelf. Een van de jongeren beschrijft het als een grote bal:

‘Er zit een hele grote bal diep van binnen in je. Er zit een enorm schild omheen. In die bal zitten wel 1000 kleine balletjes met allemaal gevoelens en ervaringen. Heel af en toe plopt er weleens een balletje uit die dan aan de oppervlakte komt. Dit is slechts 1/1000<sup>ste</sup> van wat er eigenlijk in je zit. Soms wordt er dan op dat balletje ingezoomd, maar dat is slechts een heel klein gedeelte en vaak niet eens het gedeelte wat er echt toe doet’.

Wanneer is er wel meer gedeeld?

- De jongeren zijn hulp gaan zoeken, nadat zij volledig waren vastgelopen. Zij zijn gaan praten over hun eigen problemen met de huisarts of op school.
- Sommigen hebben hun ervaringen met hun broertjes of zusjes gedeeld.

- Enkelen hebben hun ervaring gedeeld met een vriend(in) met soortgelijke ervaring. Meestal is dit iemand met dezelfde culturele achtergrond. Soms was delen met iemand van dezelfde culturele achtergrond juist niet fijn, omdat schaamte vanuit de cultuur dan een grote rol speelt.
- Sommigen hebben hun ervaring gedeeld met een vriend(in) die zelf niet zo’n ervaring had. Deze jongeren reageerde vaak geschrokken en boos en stonden direct in de actie – stand.
- Enkele jongeren hebben een mentor of leerkracht opgezocht, waarbij ze regelmatig hun verhaal kwijt konden.
- 1 jongere voelde zich veilig bij zijn opa of oma met wie hij zijn verhaal kon delen.
- 1 jongere liet online weleens wat los over de situatie tijdens het gamen.

Ook zijn er jongeren voor wie omstanders of burens in actie zijn gekomen:

- Eén van de jongeren heeft aangebeld bij een vrouw die ze in de speeltuin was tegengekomen. Deze vrouw heeft de politie gebeld, waarna het kind is opgehaald en in een pleeggezin is geplaatst.
- Bij 1 jongere hebben de burens een melding gedaan, waarna er een onderzoek is gestart.
- Sommige jongeren gaven aan dat hun leerkrachten of mentoren weleens naar hun thuissituatie hebben gevraagd.



### Behoeften om te kunnen spreken in fase 1

Naast alle belemmeringen hebben de jongeren ook veel verteld over wat zij hebben gemist en waar hun behoeften lagen.

- *Signalerende omgeving*

De jongeren geven aan dat het fijn zou zijn als het initiatief voor het bespreekbaar maken van de situatie bij de omgeving zou liggen. De eerste stap is erg moeilijk voor jongeren. Het zou de taak van de omgeving moeten zijn om de onveiligheid te signaleren en het gesprek hierover met hen aan te gaan.

Het lastige hierbij is volgens de jongeren dat het voor de omgeving soms moeilijk te zien is dat het niet goed gaat. Zij vonden zelf dat ze signalen afgaven, maar dat de omgeving deze niet oppikten. Zij voelden zich hierdoor niet gezien. De signalen uiteten zich bij de jongeren vooral in het gedrag en het blokkeren van hun gevoelens.

Jongeren passen zich graag zo goed mogelijk aan om niet op te vallen. Er zijn jongeren die heel sociaalvaardig zijn en goede resultaten op school behaalden. Voor sommigen was school een goede afleiding om niet bezig te hoeven zijn met thuis. Jongeren gaven aan dat school niks voor hen deed, omdat hun prestaties er niet onder leden.

Ondanks dat ze het goed deden op school, gaven zij subtiele signalen waaraan leerkrachten bijvoorbeeld konden zien dat het niet goed met ze ging. Bijvoorbeeld door alleen maar bezig te zijn met het schoolwerk, aan ieders verwachtingen te willen voldoen, niet voor zichzelf op te komen, heel gespannen te zijn en geen sociale contacten buiten school te hebben.

De jongeren die negatief gedrag vertoonden op school, vielen meer op dan jongeren die geen problemen veroorzaakten. Niet alle leerkrachten keken bij de jongeren naar wat er achter het negatieve gedrag schuilging. Bij sommige jongeren die wij spraken heeft dit geleid tot problemen op school, blijven zitten of te lage schooladviezen. De jongere werd verantwoordelijk gehouden voor het gedrag, niet de omstandigheden.

“Zeg bijvoorbeeld, groep 5. Ik kwam elke ochtend te laat, structureel, want niemand maakte me wakker. Dus ja, ik ren naar school. Ik had geen eten, ik was extreem arm. Ik kom de les in. Ik ben een beetje vervelend aan het doen. Ik word eruit gestuurd. Ik zeg, ik weet niet, ik blijf gewoon lekker zitten. En meester die pakt me dus zo. Wanneer die man aan mijn trui aan het trekken is, snijdt hij me dus met zijn nagel in mijn nek. En hij gooit me zo die gang op. Dus ik zie een beetje bloed. Ik voel krassen. Ik ren naar huis. Ik zeg het tegen mijn moeder. Mijn moeder belt mijn vader. Mijn vader komt terug. Meester heeft me in elkaar geslagen. Dus dat voelt dan goed en fijn. Van oh, iemand beschermt mij. Maar dat is schots en scheef.”

Veel jongeren kregen te maken met piekeren, angst en stress, maar hadden niet direct door dat dit kwam door hun thuissituatie. Zij blokkeerden hun gevoelsleven om te kunnen overleven. Zij scheidten de wereld van buitenshuis van wat er binnenshuis



gebeurde. Zij leefden in 2 werelden. Ze zorgden ervoor zo min mogelijk thuis te zijn, zochten afleiding in crimineel gedrag, zonderden zich af op hun kamer, gebruikten drugs en alcohol of gingen op in de onlinewereld van het gamen.

“En ik heb denk ik ook, toen ik klein was, mezelf heel erg aangeleerd dat emoties niet mogen zijn. Dat dat slecht is. En dat als je je verdrietig voelt, dat je dat zo snel mogelijk moet wegstoppen. Want je weet niet wat er anders gaat gebeuren.”

- *Iemand die er voor je is*

De jongeren geven aan dat het fijn zou zijn geweest als er iemand voor hen was geweest:

- Op school of daarbuiten - zoals bij activiteiten in de buurt - waarmee ze konden praten en hen hielp om de situatie te veranderen. Iemand die niet oordeelt, niet direct handelt en waarmee je de last van de problemen kunt delen.
- Die tijd heeft om door te vragen en door de façade heen te prikken.
- Met kennis en expertise van de situatie waarin de jongeren zich bevinden en die kan helpen hoe ze met de situatie kunnen omgaan en met hen kan kijken welke stappen ze kunnen ondernemen.
- Die hen zo veel mogelijk de regie geeft en kan ingrijpen als dat nodig is.

- Die oprecht luistert en de jongere serieus neemt, hoe jong deze ook is. Ook vinden jongeren het belangrijk dat ze zelf iemand kunnen kiezen bij wie ze zich vertrouwd voelen. Een vertrouwenspersoon is iemand anders dan een vertrouwd persoon.
- *Leerkracht basisonderwijs die signalen ziet*

Jongeren geven aan dat school een belangrijke rol heeft in het signaleren van problemen en het gesprek hierover aan te gaan. De herkenning van signalen ligt bij de leerkracht, de expertise bij het zorgteam.

In het basisonderwijs heeft vooral de leerkracht een signalerende functie volgens veel jongeren. Hij of zij ziet de jongere elke dag. De leerkracht zou tijd moeten hebben om met leerlingen een vertrouwensband op te bouwen en gesprekken te voeren om de leerlingen 'echt' te leren kennen. Zeker wanneer de thuissituatie langdurig onveilig is en de verandering van de jongere heel langzaam gaat, is het voor de leerkracht moeilijk om deze verandering op te merken.

De jongere komt in het begin van het schooljaar binnen, al niet lekker in zijn vel. Dat is dan het 0 - punt voor de leerkracht. Dit is hoe de leerkracht de leerling ziet. Als er dan geen grote veranderingen plaatsvinden dan gaan er geen alarmbellen af bij de leerkracht en lijkt het goed te gaan. Veel jongeren kunnen jarenlang met problemen rondlopen, zonder dat iemand het opmerkt of iets doet. Dat gebeurt pas als het uit de hand loopt. Dan wijkt het kind opeens wel erg af van het 0 - punt.

Ook zien de jongeren graag dat de leerkracht een goede band met de ouders opbouwt. Dit helpt wanneer problemen



bespreekbaar gemaakt moeten worden, maar kan ook ouders helpen als zij iets willen bespreken, waarmee ze zitten.

- *Standaard gesprekken op middelbare school over hoe het met je gaat*

Op de middelbare school wordt de signalerende functie van de leerkracht moeilijker, doordat de tijd die zij samen met de jongeren doorbrengen korter is en de verhoudingen anders liggen. Veel jongeren geven aan dat het niet fijn is om over jezelf te moeten praten met je mentor of leerkracht, omdat je ook les van hen krijgt. Met wie je verder op school kunt praten, weten de meeste jongeren niet. De jongeren willen wel graag praten met iemand op school over thuissituatie.

Ze geven de voorkeur aan iemand die goed zichtbaar op school en uitnodigend en laagdrempelig is voor alle leerlingen. Het liefst iemand die met alle leerlingen gesprekken voert, zodat je niet zelf op hem of haar hoeft af te stappen en het ook niet opvalt wanneer je een gesprek aangaat. Net zoals er gesprekken zijn over je cijfers, zouden er ook gesprekken moeten zijn over hoe je je voelt.

“Want een docent, dat is toch best een beetje ongemakkelijk. Want dan bespreek je iets en dan zie je diegene weer meerdere keren in de week. En dan moet je in de les weer focussen op je wiskunde. En doen alsof je niet gisteren hebt gepraat over hoe jouw moeder je in elkaar geslagen heeft.”

- *Voorlichting om meer bewustzijn te creëren over thuissituatie*

De jongeren geven aan dat zij zich niet echt bewust waren over hun eigen situatie, hoe ze zich voelden en dat er hulp is. De jongeren denken dat voorlichting over verschillende thuissituaties, beschikbare hulp en omgaan met emoties ook kan helpen.

Ook ervaringsdeskundigen die iets vertellen over de problemen waarmee ze te maken hadden, kunnen helpen om onderling in de klas gevoelens en ervaringen te delen. Jongeren die dit hebben meegemaakt, zagen dat na zo'n bijeenkomst leerlingen meer met elkaar deelden. Al was het maar een klein beetje.

Daarnaast heeft het zien van een ervaringsdeskundige die het moeilijk heeft gehad en er ook weer bovenop is gekomen met de nodige hulp, ook het effect dat jongeren anders denken over het zoeken naar hulp: “Als die persoon het kan, dan kan ik het ook” of “Die persoon ziet er eigenlijk heel normaal uit”.

Wanneer er op school sprake is van voorlichting, dan zou het volgens de jongeren goed zijn om de ‘vertrouwde persoon’ hieraan te koppelen en uitnodigend is om nog eens verder te komen praten. Zo kan het proces dat de ervaringsdeskundige in gang heeft gezet, een vervolg krijgen. Voorlichting moet niet een eenmalige actie zijn, maar een voortdurend proces.

Niet iedereen neemt school serieus of gaat naar school. De jongeren geven aan dat deze voorlichting bij de voetbalclub mogelijk meer resultaat heeft. Daarnaast geven ze aan dat ze het fijn vinden om in hun buurt ook naar culturele of sportactiviteiten te kunnen gaan. Een plek waar je heen kunt en op een andere



manier kunt werken aan je ontwikkeling of ontspanning naast school. Ook op die plekken is het fijn als je een vertrouwensband met een volwassene kunt opbouwen.

- *Actie en eigen regie*

Jongeren vinden het belangrijk dat er iets gebeurt wanneer zij vertellen hoe het thuis gaat. Alleen praten en luisteren is niet genoeg. Ze willen graag met iemand nadenken over welke vervolgstappen ze kunnen zetten en wat de consequenties daarvan zijn.

Ze willen niet dat iemand meteen iets gaat doen en de ouders erbij betreft. Ze willen in alle rust met iemand kunnen praten en tijd krijgen om te bedenken wat ze kunnen gaan doen. Ze willen de regie hebben en hun eigen tempo bepalen voor de vervolgstappen. Wel is het fijn als er iemand is, die ook helpt om vervolghulp op gang te krijgen.

Ook vinden ze het fijn als iemand expertise en ervaring heeft op het gebied van kindermishandeling. De jongeren geven aan dat ze ook niet altijd weten wat goed voor hen is. Soms denken ze het te weten, maar dat blijkt soms achteraf toch niet zo'n goed idee te zijn. Het is fijn als iemand hen daarin kan begeleiden, zonder dat ze de regie en controle verliezen.

- *Mogelijkheid om anoniem te praten*

Ook is benoemd dat het fijn zou zijn om anoniem met iemand over problemen te kunnen praten. De voorkeur gaat uit naar iemand in levenden lijve, bij wie je geen gegevens hoeft achter te laten.

Volgens de jongeren voelt bellen niet altijd veilig voelt, omdat ouders de telefoon controleren of kijken met wie ze allemaal bellen. Ook kampen veel jongeren met 'belangst'.

Een van de jongeren komt met een informatiecampagne uit het buitenland over een 'hulplijn kindermishandeling'. Afhankelijk van de ooghoogte is op de poster verschillende informatie te zien. Zo ziet het kleinere kind meer informatie dan de volwassene. Dit geeft een veilig gevoel. Zie:

<https://www.bbc.com/news/technology-22425388>

- *Hulp voor ouders*

De jongeren vertelden dat zij graag zouden zien dat hun ouders hulp zouden krijgen. Alle ouders zouden wat hen betreft een basiscursus moeten volgen in opvoeding, die gaat over de volgende onderwerpen:

- Normale ontwikkeling van een kind.
- Opvoeding van een kind, ook emotionele opvoeding.
- Hoe herken je mentale problemen en signalen waaruit blijkt dat het niet goed gaat met een kind.
- Waar kun je goede informatie en tips krijgen? Dat zijn niet altijd de mensen uit je directe omgeving.
- Erkennen van de trots van ouders; ze willen het graag goed doen. Het is niet erg als het een keer niet goed gaat, als je het daarna maar weer oplost of goedmaakt.

De jongeren geven aan dat het voor hun ouders belangrijk is dat de voorlichting zich richt op positieve kanten van het kind en niet op de problemen. Bijvoorbeeld 'Hoe kan mijn kind nog beter presteren?' en niet 'Hoe help ik mijn kind bij mentale problemen?'



Sommige jongeren geven aan dat hun ouders niet naar een cursus zullen gaan, omdat zij zich vaak niet bewust zijn van wat hun opvoeding voor hun kind betekent. Ouders voelen zich snel aangevallen en doen dan de deur dicht. Ook is genoemd dat het belangrijk is dat er wordt ingespeeld op de verschillende culturen en wat dit betekent voor de opvoeding.

Naast kennis speelt ook de eigen geschiedenis van de ouders mee. De jongeren geven aan dat hun ouders zelf ook te maken hebben gehad met een onveilige thuissituatie. Ouders moeten hun eigen ontwikkeling op orde hebben om die van hun kinderen te bevorderen.

Een ander idee is het opleiden van 'schoolpleinmoeders' die met andere moeders spreken over de opvoeding. Ouders hechten volgens de jongeren veel waarde aan de mening van andere ouders om hen heen.

De mogelijkheid voor ouders om anoniem te praten over hun kinderen of de thuissituatie kan ook voor hen helpend zijn. Zodat ook zij even hun verhaal kwijt kunnen of om hulp kunnen vragen, zonder dat dit direct gevolgen heeft of er wordt geoordeeld.

### **Spreek over je situatie in fase 2**

Veel jongeren spraken niet over hun situatie, totdat zij vastliepen en hulp kregen voor hun persoonlijke problemen. Het spreken over hun situatie was ook binnen de hulpverlening erg lastig. In hun verhalen hebben we elementen gevonden, waarin jongeren aangeven wat ze nodig hebben om te praten over hun situatie. Deze beschrijven we in deze paragraaf.

- *Spreek met een hulpverlener*

Een aantal jongeren heeft zelf hulp gekregen vanwege hun gedrag of voor het gezin vanwege de thuissituatie. Er zijn ook jongeren die geen hulp hebben gekregen en dit wel graag hadden gewild.

"Ik vind het echt schandalig dat er echt jeugdhulp geweest is in mijn omgeving. En er is niks gedaan. Er is letterlijk geconcludeerd, er staat in verslagen, er moet hier iets gebeuren in dit gezin. En er is nooit wat gebeurd."

De jongeren die hulp hebben gekregen vanuit de jeugdbescherming, geven aan dat het krijgen van hulp en de controle op de veiligheid eigenlijk niet kan samengaan. Het is voor jongeren lastig om iemand te vertrouwen die ook actie moet ondernemen als deze de veiligheid niet voldoende kan garanderen. Het kind kan dan niet vrij praten over wat er thuis gebeurt, omdat dit mogelijk gevolgen heeft. Dat doet direct iets met het basisvertrouwen, waardoor het moeilijk praten is.

"Je beschermt niks natuurlijk. Je bent aan het handhaven van een regel. Een ideaal van veiligheid."

Opvallend is dat jongeren 2 uitersten van onvoldoende hulp ervaren. Sommige jongeren vertellen dat er veel hulp in huis is geweest, waarbij de hulpverleners naar hun idee niets hebben gedaan toen het onveilig was. Aan de andere kant zijn er



jongeren die niet meer thuis wonen - uit de onveilige situatie zijn geplaatst - en die last hebben van de manier waarop dat is gebeurd. Ook zijn er jongeren die uit huis zijn geplaatst en vervolgens in een pleeggezin of instelling zijn terecht gekomen, waar ook weer sprake was van onveiligheid. De veiligheid in pleeggezinnen moet volgens hen veel meer worden gecontroleerd. Zij hebben vaak meerdere onveilige woonplekken gehad, voordat zij op zichzelf zijn gaan wonen en daar een veilige plek hebben gecreëerd.

“Het moet heel erg een plek van mij zijn. Mijn spullen moeten er liggen en dat moeten echt mijn spullen zijn. Ik kan er ook heel slecht tegen als mensen eraan zitten bijvoorbeeld. Ik ben heel erg iemand die altijd alle deuren op slot heeft als ik binnen ben. Ik heb weleens een hulpverlener gehad en die zei van, je hebt er een beetje je eigen gesloten afdeling van gemaakt.”

Geen van de jongeren spreekt over een positieve ervaring met de hulp die het gezin heeft gekregen. Ook voelt het voor sommige jongeren alsof er zo veel regels zijn waaraan de hulpverleners zich aan moeten houden, dat ze niet kunnen doen wat er echt nodig is: naar hen luisteren. Ze voelden zich hierdoor niet gezien en gehoord.

“Veilig Thuis. Ja, die. Keek niet echt eerst naar de thuissituatie. Hoe mijn moeder zich voelt. Hoe ik mij voel. Die ging dus gelijk stappen ondernemen. Om mijn broertje zo snel mogelijk uit huis te halen. Dus ja, mijn broertje heeft een best wel moeilijke tijd ook gehad. Hij zat niet echt veilig in dat pleeggezin.”

## Behoeftte om te kunnen spreken in fase 2

Zowel jongeren die hulp hebben ontvangen als degenen die geen hulp hebben gekregen noemen in de gesprekken elementen waar zij behoefte aan hebben gehad.

- *Tijd en aandacht*

De hoofdboodschap van de jongeren is tijd, aandacht en naar het individu kijken. Zij zouden graag een hulpverlener zien die tijd voor hen heeft. Er is tijd nodig om te ontdekken wat er speelt. Je moet dit eerst samen ontdekken, het zit heel erg diep weg gestopt.

“Ik had 4 therapeuten een jaar lang, 4 dagen in de week. Het heeft een jaar geduurd voordat er vertrouwen was en dan kun je pas van start met de behandeling. Maar toen stopte de behandeling, omdat de tijd op was.”

- *Verbinding*

Jongeren willen ook graag verbinding met hun hulpverlener. Zij ervaren dat hulpverleners een grote werkdruk hebben en daardoor de persoonlijke aandacht niet kunnen geven. Deels zit dat in frequentie: als hulpverlener en jongere elkaar een paar uur per week zien, maakt dit veel verschil in verbinding vergeleken met 1 uur per 2 weken.

“Mijn oma heeft wel uren en uren aan mij besteed. Een hulpverlener was er een paar uurtjes en die mag je daarna niet meer contacten, omdat je geen klant meer bent.”



Er zijn jongeren die wel 65 hulpverleners in hun leven hebben gezien of op heel veel verschillende plekken hebben gewoond. Ook vertellen de jongeren dat er veel mensen kwamen die allerlei onderzoeken deden, maar dat zij vervolgens niet gemerkt hebben dat er echt hulp voor hen kwam. Eigenlijk wil een jongere iemand die er voor hem of haar is. Een vervangende ouderfiguur die je kunt vertrouwen, die er voor je is, die je veiligheid kan bieden en die niet weggaat.

“Stel je voor, mijn vader is niet in beeld, en ik heb een mannelijke begeleiding, en ik zie hem best wel als een voorbeeld, weet je, en dan ga ik uiteindelijk weg van de groep en spreek ik hem nooit meer. Weet je, en dat soort dingen. Ik bedoel, je ouderfiguur wordt vervangen, en vervolgens is hij ook weg.”

- *Transparantie*

Jongeren vragen ook om meer transparantie. Geef als hulpverlener eerlijk aan wat je wel en niet kunt betekenen en hoelang je blijft. Geef het kind ook het gevoel regie en invloed te hebben over zijn of haar leven en op wat er gaat gebeuren.

“Dus als ik een hulpverlener krijg, dat er eerlijke spelregels worden opgesteld. Dus ik ben hier voor een korte periode. Als er dit en dit en dit gebeurt, dan ben ik weer weg. Maar in die periode ga ik voornamelijk kijken hoe ik jou wel kan helpen. Dat zou voor mij eerlijk zijn geweest. En dat zou voor mij een duidelijker doel zijn dan: “Oké, ik ben er voor je. Vertrouw in me.”

Te veel grote woorden?

Ja, dat denk ik wel. Ja.”

Veel jongeren vinden het daarnaast belangrijk dat hulpverleners blijven kijken naar het herstel van het gezin en het verenigen van elkaar.

### **Sprekend over je situatie in fase 3**

In fase 3 - de herstelfase - zijn jongeren pas gaan reflecteren op hun situatie. Op dat moment ontstaat er ook een kantelpunt, waarop de jongere met meer afstand kan kijken naar zijn situatie en kan gaan werken aan persoonlijk herstel. Dit reflecteren gebeurt op 2 momenten:

- *Een veilige plek*

Reflectie en spreken over de thuissituatie lukte bij sommige jongeren pas op het moment waarop de jongere in een veilige situatie terecht kwam. Deze veilige plek is niet altijd de plek waar het kind naartoe ging als deze uit huis wordt geplaatst. Het is een plek waar het kind zich bij iemand veilig voelt. Op deze veilige



plek komen ze tot rust, waardoor zij zich open kunnen stellen voor wat er is gebeurd en er ruimte ontstaat om de ervaringen te verwerken. Dit gevoel van veiligheid en rust geeft ruimte om te gaan praten over de situatie. Dit kan in therapie zijn, maar ook met belangrijke veilige mensen om hen heen.

- *Stagnatie in ontwikkeling*

Een ander kantelmoment is het moment waarop de jongeren zo vastlopen in hun ontwikkeling, dat ze niet meer goed kunnen functioneren. Dit zagen we gebeuren bij jongeren, waarbij de persoonlijke (mentale) problemen steeds groter werden. Aan het eind van de middelbare school liepen zij vast. De mechanismen om hiermee om te gaan, werken steeds minder goed. Dit uit zich onder andere door mentale problemen, verslaving of crimineel gedrag. Sommige jongeren zijn zelf hulp gaan zoeken via school of de huisarts. Andere jongeren kregen hulp aangeboden vanuit een crisissituatie.

“Je hebt drie mensen gesproken op school? En hoe was dat voor jou?”

“Heel heftig. Ik bedoel, ik sprak nooit over iets wat er thuis gebeurde. En op dat moment was het ook gewoon heel heftig thuis. Het ging gewoon niet goed, niet soepel. Dus ja, het was gewoon heel oncomfortabel. Dat kan ik me nog wel herinneren.”

- *Jongeren zoeken laat hulp*

De jongeren gingen pas hulp zoeken toen de persoonlijke problemen (depressie, angst, verslaving, criminaliteit) zo erg waren dat ze niet meer konden functioneren. Bij het zoeken naar hulp werd dan ook vaak alleen gesproken over deze problematiek. De hulp is soms door de jongere zelf gezocht, maar er zijn ook jongeren waarbij de ouders of andere familieleden hebben geholpen om hulp te krijgen. Ook zijn er jongeren die zo vastliepen dat zij crisishulp kregen.

De hulp via de huisarts kwam vaak goed op gang. De jongeren werden doorverwezen naar de GGZ waar ze op een wachtlijst terecht kwamen. Niet iedereen had meteen een therapeut die bij hen paste of een behandeling die aansloot. De jongeren geven aan dat er vaak te weinig tijd is binnen een behandeltraject om vertrouwen op te bouwen.

“Totdat ik dus echt in een depressie terecht kwam. En gewoon niet meer kon stoppen met huilen. En dat ik zat van, ik wil me niet meer zo voelen. En ook al ben ik heel sceptisch over therapie. Ik ben nu gewoon bereid alles te proberen.”

De verwijzingen via school en het Ouder & Kind Team verliepen moeizamer. De ervaring van sommige jongeren is dat als ze iets vertellen op school, ze dan vaak worden doorverwezen omdat niemand weet wat er moet gebeuren. Soms is er geen hulp gekomen, omdat het proces ergens vastliep. Ook de doorverwijzing naar het Ouder & Kind Team verliep via school



vaak lastig, doordat de jongeren vaak niet in hetzelfde stadsdeel op school zitten als waar ze wonen.

Het was voor sommige jongeren erg zoeken naar een hulpverlener met wie ze een klik hadden, die door hen heen kon prikken en kon helpen met hun problemen. Er zijn verhalen van jongeren die niet geholpen zijn, omdat hun therapeut vond dat er niks aan de hand was. Zij konden nog niet of juist te goed spreken over hun situatie. De therapeut moet ervaren genoeg zijn om ook de subtiele signalen en het ontwijkingsgedrag te herkennen.

“Dus die psycholoog. Wauw. Je weet het eigenlijk best wel goed te vertellen. Dus gewoon zo'n manier van 'Je weet het al'. Dus het zat niet echt bij passende hulp die ze kon geven. Want ze zei 'Je weet alles al'. En dat is best wel raar om te voelen eigenlijk.”

“Want diep van binnen voel je wel dat je hulp nodig hebt. Maar omdat je het dan makkelijk kan vertellen. De situatie. Dan denken vaak hulpverleners gelijk 'Oh je weet het al'.”

De hulp die de jongeren kregen nadat ze waren vastgelopen, was gericht op de jongere zelf en niet op het gezin. Bij sommige jongeren is het inzicht in hun eigen problemen en de thuissituatie pas later tijdens de therapie ontstaan. Tijdens de therapie is de jongere anders gaan kijken naar de eigen thuissituatie en in sommige gevallen heeft dit de situatie ook veranderd.

Andere jongeren hebben ervoor gekozen om ergens anders te gaan wonen of er niks mee te doen. Sommige jongeren zijn jaren heel intensief bezig geweest met zichzelf en hun herstel. Een van de jongere gaf aan dat zij zichzelf opnieuw heeft moeten opvoeden. Een van de jongere heeft naast het werken aan zijn eigen herstel ook gewerkt aan het herstel bij alle andere gezinsleden.

Bij veel jongeren is de therapie erop gericht om de gevoelens weer te gaan voelen. Zij hebben hun gevoelens weggedrukt om te kunnen overleven. Deze weer toelaten is een lang en moeilijk proces. De jongeren geven aan dat het heel veel tijd kost om iemand te gaan vertrouwen. Ook duurt het lang om vertrouwen in jezelf te krijgen en dat je de gevoelens aankan. De meeste jongeren hebben dan ook meerdere jaren therapie gehad om - zoals een van de jongere het noemde - zichzelf 'opnieuw uit te vinden'. Het op een positieve manier bezig zijn met de toekomst geeft veel steun.

### **Behoeften om te kunnen spreken in fase 3**

De behoeften in fase 3 komen overeen met de behoeften uit fase 2.



## 4. Conclusies en aanbevelingen

In dit onderzoek gingen we opzoek naar wat jongeren nodig hebben om hun onveilige thuissituatie bespreekbaar te maken en hoe de gemeente daarin kan ondersteunen.

Ons eerste advies is om de jongeren die hebben meegewerkt aan dit onderzoek te betrekken bij de verdere uitwerking van de oplossingen. Deze jongeren willen heel graag hun energie stoppen in het verbeteren van de situatie van andere jongeren.

De adviezen gaan over hoe jongeren hun situatie bespreekbaar kunnen maken in de eerste fase. Deze fase sluit het beste aan bij opdracht van de afdeling Communicatie van de gemeente Amsterdam. We starten met aanbevelingen gericht op de afdeling Communicatie en sluiten af met een aanbeveling voor andere afdelingen.

- *Bewust worden van eigen situatie*

Jongeren beschrijven veiligheid als een plek waar je jezelf kunt zijn, er iemand voor je is, je liefde krijgt, wordt voorzien in je basisbehoeften en waar fysiek en mentaal geweld afwezig is.

Voor veel jongeren begint het gebrek aan veiligheid al vanaf dat ze heel klein zijn. Zij zijn zich vaak niet bewust van het ontbreken van veiligheid bij hen thuis. Hun situatie is voor hen normaal. Jongeren beseffen vaak niet in welke situatie ze zitten, omdat er over nadenken te pijnlijk is. Zij kunnen zich niet indenken dat het

ook anders zou kunnen. Naarmate ze ouder worden, ontstaat er steeds meer bewustzijn over hun eigen situatie. Ook hebben veel jongeren een negatief beeld over de hulpverlening en veel angsten over wat er gaat gebeuren als zij iets van hun verhaal delen.

Jongeren kunnen zich meer bewust worden van hun situatie door hen voor te lichten over:

- Kindermishandeling, veiligheid van kinderen (normen en grenzen), wat normaal is in de omgang tussen ouders en kinderen en dat conflicten anders opgelost kunnen worden dan met geweld.
- Oorzaken van kindermishandeling en dat kinderen geen schuld hebben aan kindermishandeling.
- Gevolgen van kindermishandeling voor emoties, gevoelens en reacties van kinderen.
- Wat er gaat gebeuren, welke hulp er is, waar ze die kunnen vinden en begeleiding bij hoe het kind zichzelf in veiligheid kan brengen.
- Goede voorbeelden van hulp, zodat jongeren een positiever beeld krijgen van de hulpverlening en wat dit voor hen kan betekenen.
- Erkennen van alle belemmeringen die jongeren ervaren om erover te praten.
- Normaliseren om te praten over gevoelens.

Het horen van goede ervaringen werkt goed bij jongeren. Gebruik dit door bijvoorbeeld ervaringsdeskundigen te laten vertellen over hun positieve ervaring met hulp. Augeo Taskforce Groep adviseert om ervaringsdeskundigen niet in te zetten bij



jonge kinderen, omdat niet is onderzocht wat de effecten hiervan zijn op hen. Wel kan worden gesproken met de leerkrachten van jonge kinderen.

De jongeren vonden school of sportclubs de beste plek om voorlichting te geven. Volgens hen zijn dit plekken waar alle jongeren komen.

Uit de gesprekken blijkt dat het bespreekbaar maken van de thuissituatie een proces is, waarin de jongeren steeds meer besef krijgen van de situatie waarin hij of zij zich bevindt, wat de gevolgen hiervan zijn en hoe hij of zij hier op een gezonder manier mee kan omgaan. De jongeren doorlopen dit proces vaak alleen totdat zij hulp krijgen die passend is. Dit is nadat zij op een veilige plek zitten of hulp krijgen voor hun mentale problemen.

Wees je ook bewust van de neveneffecten van bewustwording. Een jongere die ontdekt dat zijn situatie niet normaal is, kan zich ook nog ongelukkiger gaan voelen.

Belangrijk is daarom dat er iemand is met wie zij dit proces samen kunnen doorlopen en hen hierbij ondersteund, waarbij de jongere de regie houdt. Iemand die luistert naar wat de jongere nodig heeft en vanuit daar gaat kijken hoe dit kan worden gerealiseerd. Zij vinden het dan ook belangrijk dat dit maatwerk is.

De voorlichting zou dan ook vaker moeten plaatsvinden gecombineerd met een persoon waar ze eventueel later mee in gesprek zouden kunnen gaan. Zorg dat deze persoon aanwezig is, tijd heeft, contact zoekt met de jongeren, laagdrempelig en uitnodigend is. Volgens de jongeren moet dit iemand zijn op school of bij de sportclub.

- *Als omgeving het gesprek aan gaan*

De jongeren bevinden zich in een complexe situatie, waar zij moeilijk zelfstandig uit kunnen komen. Hun situatie bespreekbaar maken wanneer zij zich meer bewust worden van hun situatie, roept veel angst op. Je ouders verraden, niet meer thuis kunnen wonen of de angst dat het nog erger wordt thuis, maakt dat ze het niet willen hebben over hun thuissituatie. Ze zitten gevangen tussen enerzijds hun situatie en anderzijds de negatieve gevolgen van het in actie komen.

De verantwoordelijkheid voor een veilige situatie ligt primair bij de ouders. Wanneer zij deze de veiligheid niet kunnen waarborgen, is het volgens de jongeren voornamelijk aan de omgeving om signalen op te vangen en het gesprek met de jongere aan te gaan. Jongeren wachten nu met hulp zoeken totdat hun ontwikkeling dusdanig stagneert dat ze niet meer verder kunnen. In de jaren ervoor geven de jongeren vaak al (subtiele) signalen. In de literatuur wordt dit omschreven als een snelkookpan. Deze ontploft wanneer de interne druk te groot wordt ten opzichte van de externe druk.

Voor de jongeren is het vooral belangrijk dat ze ergens naartoe kunnen om laagdrempelig in de eigen omgeving hulp te krijgen. Zij hadden geen behoefte om hun verhaal te delen met iemand als ze vervolgens nergens heen kunnen voor hulp. Hulp van een zorgorganisatie was voor hen een te hoge drempel.

Voor de omgeving is het belangrijk dat zij het gesprek aangaan, ook al lijkt het dat het allemaal goed gaat. Interesse tonen en doorvragen is hierbij belangrijk. Hiervoor noemen de jongeren de volgende communicatiemiddelen:



- Training voor mensen die werken met jongeren - zoals leerkrachten, trainers en ouders - vanuit het perspectief van de ervaringsdeskundigen over wat signalen zijn, hoe het gesprek aan te gaan, welke reacties helpen en waarom dit belangrijk is.
- Informatie verspreiden onder jongeren, ouders en mensen die met jongeren werken over waar zij op een laagdrempelige manier hun verhaal kunnen delen.
- Hulpzinnen voor jongeren om zelf op iemand af te kunnen stappen.

In de literatuur wordt gesproken over dat jongeren het meest hun situatie delen met leeftijdsgenoten. Dit kwam in ons onderzoek minder naar voren. De Augeo Taskforce Groep adviseert om de '#roomie - campagne' te herhalen. Het effect ervan is niet bekend, omdat het niet is gemeten. Wij adviseren om alsnog de campagne nader te onderzoeken met deze Taskforce.

- *Afzender en toon in communicatie*

Uit het onderzoek blijkt dat jongeren behoefte hebben aan iemand om hun verhaal in levenden lijve mee te delen. Zij hebben in hun leven iemand gemist die er voor hen was, tijd voor hen had, waarbij ze zichzelf konden zijn en die hen serieus nam. Zij hebben behoefte aan iemand die hun signalen kan lezen, hen actief opzoekt en een band met hen aangaat en de tijd voor hen neemt. Deze persoon kan in de communicatie vanuit school of de sportclub in de boodschap en als afzender genoemd worden. Iemand die:

- Veiligheid kan bieden door te luisteren, niet te oordelen, hulp te bieden en de regie bij de jongere te laten.

- Dichtbij de jongere staat, maar niet iemand uit de thuissituatie of die les geeft.
- Vanuit school of de sportclub.
- Expertise uitstraalt en begrijpt wat de jongeren doormaken.
- Iemand die tijd en aandacht kan bieden.
- Makkelijk te benaderen is en bij wie de jongere het tempo kan bepalen.
- Informeel is.

Jongeren hebben een slecht beeld van wat organisaties of instanties doen.

- *Standaard gesprekken op school*

Uit zelfrapportage studies blijkt dat ongeveer 25% van de kinderen op de basisschool ooit slachtoffer is geweest van kindermishandeling, terwijl 3% van de professionals die kindermishandeling rapporteert. Ongeveer 90% van de zelf gerapporteerde mishandelingen worden niet waargenomen of gerapporteerd door professionals.

De jongeren geven aan dat zij graag een betere band zouden willen hebben met hun leerkracht. Ook hadden ze het fijn gevonden als hun ouders ook een betere band met school hadden gehad. De jongeren ervoeren dat de leerkrachten niet de tijd hadden om een band met hen op te bouwen en gesprekjes te voeren over hoe ze zich voelen. Het opbouwen van vertrouwen kost veel tijd en aandacht. Zij stellen daarom voor om standaard gesprekken te voeren met alle leerlingen over hun mentaal welzijn. Net zoals zij gesprekken met alle leerlingen voeren over de behaalde cijfers.



- Kijk als gemeente naar de mogelijkheden om op scholen en andere plekken waar jongeren komen iemand de tijd te geven - bijvoorbeeld een ervaringsdeskundige - om een vertrouwensband op te bouwen met jongeren over hun mentaal welzijn.
- Uit het Regiobeeld Vitaal en Gezond Amsterdam (2023) blijkt dat er een relatief hoog gebruik van jeugdhulp is ten opzichte van de rest van Nederland, onder andere door hoge risicofactoren zoals kindermishandeling en bijstand. Werk samen met de coalities Jeugd & Gezin en Mentale Gezondheid van Amsterdam Vitaal en Gezond die inzetten op preventie.
- Experimenteer met de jongeren en scholen hoe zij een veilige omgeving kunnen creëren, waarin jongeren uitgenodigd worden om te praten over zichzelf.
  - Standaard gesprekken op school.
  - Geen angst hoeven hebben voor gevolgen als zij hun verhaal delen.
  - Tijd en aandacht voor de jongeren.
  - Jongeren kiezen een voor hen vertrouwd persoon.
  - Jongeren trainen geïnteresseerde leerkrachten en sporttrainers over hun wensen en behoeften in gesprekken over onveiligheid.
  - Ervaringsdeskundigen die de jongeren begrijpen en positieve verhalen over hulp kunnen vertellen.



# Literatuurlijst

Alaggia, R., Collin-Vézina, D., & Lateef, R. (2017). Facilitators and Barriers to Child Sexual Abuse (CSA) Disclosures: A Research Update (2000–2016). *Trauma, Violence, & Abuse*, 20(2), 260–283.

<https://doi.org/10.1177/1524838017697312>

Alink, L. R. A., Prevoo, M. J. L., Van Berkel, S., Liniting, M., Velderman, M. K., & Pannebakker, F. (2018). NPM-2017: Nationale Prevalentiestudie Mishandeling van kinderen en jeugdigen. *TNO Child Health*.

[https://repository.tudelft.nl/assets/uuid:66e7898d-449d-48dd-80a7-2c03bdbc828d/2668G\\_Samenvatting\\_tcm28-373866.pdf](https://repository.tudelft.nl/assets/uuid:66e7898d-449d-48dd-80a7-2c03bdbc828d/2668G_Samenvatting_tcm28-373866.pdf)

Augeo Taskforce. (2016). Ik heb al veel meegemaakt: Ingrijpende jeugdervaringen van leerlingen in groep 7 en 8.

<https://www.augeo.nl/~media/Files/Jongerentaskforce/161026-Jongerenrapport-ik-heb-al-veel-meegemaakt>

Augusti, E., & Myhre, M. C. (2021). The Barriers and Facilitators to Abuse Disclosure and Psychosocial Support Needs in Children and Adolescents Around the Time of Disclosure.

*Child Care in Practice*, 1–16.

<https://doi.org/10.1080/13575279.2021.1902279>

Brattfjell, M. L., & Flåm, A. M. (2019). “They were the ones that saw me and listened.” From Child Sexual Abuse to Disclosure: Adults’ Recalls of the Process Towards Final Disclosure. *Child Abuse & Neglect*, 89, 225–236.

<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2018.11.022>

Brennan, E., & McElvaney, R. (2020). What Helps Children Tell? A Qualitative Meta-Analysis of Child Sexual Abuse Disclosure. *Child Abuse Review*, 29(2), 97–113.

<https://doi.org/10.1002/car.2617>

CBS. (2023). Prevalentiemonitor Huiselijk Geweld en Seksueel Grensoverschrijdend gedrag 2022. *Centraal Bureau voor de Statistiek*. <https://longreads.cbs.nl/phgsg-2022/>

Crisma, M., Bascelli, E., Paci, D., & Romito, P. (2004). Adolescents who Experienced Sexual Abuse: Fears, Needs and Impediments to Disclosure. *Child Abuse & Neglect*, 28(10), 1035–1048. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2004.03.015>

Den Haag FM. (2023, 6 augustus). Noa (22) zat zelf in de jeugdzorg, nu helpt ze anderen zoals zij. *Omroep West*. <https://www.omroepwest.nl/nieuws/4745289/noa-22-zat-zelf-in-de-jeugdzorg-nu-helpt-ze-anderen-zoals-zij>



- Hoefnagels, C., Onrust, S., Van Rooijen, M., Jonkman, H., Van Spanje-Hennes, A., & Breeman, L. D. (2021). Changing the Classroom Climate to Lower the Threshold for Child Abuse and Neglect Self-Disclosure: A non-randomized cluster controlled trial. *Children and Youth Services Review*, 130, 106196. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2021.106196>
- Hoefnagels, C (2020) Het benutten van een krachtig signaal. [Samenvatting-onderzoek-Cees-Hoefnagels.pdf](https://www.expertisecentrum-hgkm.nl/Samenvatting-onderzoek-Cees-Hoefnagels.pdf) ([expertisecentrum-hgkm.nl](https://www.expertisecentrum-hgkm.nl))
- Jensen, T. K., Gulbrandsen, W., Mossige, S., Reichelt, S., & Tjersland, O. A. (2005). Reporting Possible Sexual Abuse: A Qualitative Study on Children's Perspectives and the Context for Disclosure. *Child Abuse & Neglect*, 29(12), 1395-1413. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2005.07.004>
- Jernbro, C., Otterman, G., Lucas, S., Tindberg, Y., & Janson, S. (2017). Disclosure of Child Physical Abuse and Perceived Adult Support among Swedish Adolescents. *Child Abuse Review*, 26(6), 451-464. <https://doi.org/10.1002/car.2443>
- Kahovec, A. E., & Haselschwerdt, M. L. (2022). Legal System Disclosure Experiences of Young Adult Children Exposed to Domestic Violence. *Journal Of Interpersonal Violence*, 38(1-2), 1343-1366. <https://doi.org/10.1177/08862605221090566>
- Manay, N., & Collin-Vézina, D. (2021). Recipients of Children's and Adolescents' Disclosures of Childhood Sexual Abuse: A systematic review. *Child Abuse & Neglect*, 116, 104192. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2019.104192>
- McElvaney, R. (2013). Disclosure of Child Sexual Abuse: Delays, Non-Disclosure and Partial Disclosure. What the research tells us and implications for practice. *Child Abuse Review*, 24(3), 159-169. <https://doi.org/10.1002/car.2280>
- McElvaney, R. (2019). Helping Children to Tell about their Experiences of Sexual Abuse. *Child Abuse Review*, 28(2), 166-172. <https://doi.org/10.1002/car.2559>
- Schwab-Reese, L., Kanuri, N., & Cash, S. J. (2019). Child Maltreatment Disclosure to a Text Messaging-Based Crisis Service: Content Analysis. *Journal of Adolescent Health*, 7(3), e11306. <https://doi.org/10.2196/11306>
- Ungar, M., Barter, K., McConnell, S. M., Tutty, L. M., & Fairholm, J. (2009). Patterns of Abuse Disclosure among Youth. *Qualitative Social Work*, 8(3), 341-356. <https://doi.org/10.1177/14733250093337842>



Watkins-Kagebein, J., Barnett, T., Collier-Tenison, S., & Blakey, J.

M. (2019). They don't listen: A qualitative interpretive meta-synthesis of children's sexual abuse. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 36(4), 337-349.

<https://doi.org/10.1007/s10560-019-00615-w>



# Bijlage 1 Vragenlijst

## Kennismaken

1. Kun je kort iets over jezelf vertellen zodat we je iets beter leren kennen?

## Betekenis veiligheid *(achterhalen hoe jongere over veiligheid denkt en hoe dit in de thuissituatie speelde)*

2. Wat betekent veiligheid en onveiligheid voor jou?
3. Welke rol speelde (on)veiligheid in jouw thuissituatie?
4. In welke periode speelde dit in jouw thuissituatie?

## Bespreikbaar maken van thuissituatie *(beeld krijgen hoe iemand denkt over het spreken over en hoe iemand dat ervaren heeft, belemmerende en bevorderende factoren achterhalen)*

1. De gemeente wil graag dat jongeren gemakkelijker over hun thuissituatie kunnen praten zodat zij eerder hulp krijgen. Als jij dit zo hoort wat komt er dan bij je op?
2. Jongeren vinden het moeilijk om over hun thuissituatie te praten met iemand anders. Kun jij je voorstellen wat voor redenen dat zouden kunnen zijn die het moeilijk maken? Kun jij er een paar bedenken?
3. Kun je ook een paar redenen bedenken waarom jongeren wel zouden gaan vertellen?
4. Aan wie zouden ze het dan vertellen?
5. Wanneer is iemand zo ver om het wel te vertellen?

6. Sprak jij weleens met iemand over jullie situatie thuis? Kun je daar wat meer over vertellen?
  - a. Wat maakte het dat je het wilde vertellen?
  - b. Wat maakte dat je het aan deze persoon wilde vertelde?
  - c. Wat maakte dat je iets wel of niet deelde?
  - d. Hoe heb je de reactie ervaren?
  - e. Wat was fijn en wat was niet fijn?
7. Had jij het idee dat er mensen in jouw omgeving (bijv. vrienden, familie, school) waren die wisten hoe het bij jullie thuis ging? Hoe reageerde zij?
8. Hoe wordt er binnen jouw cultuur/ omgeving gekeken naar de situatie bij jullie thuis?

## Thuissituatie *(beeld krijgen hoe de situatie werd ervaren en hoe hij/zij ermee omging)*

1. Wanneer ontdekte je dat het bij jou thuis anders ging dan bij anderen?
2. Wat heeft jou geholpen in die periode?
3. Was je bezig met het zoeken naar mogelijk hulp? Op welke manier?
  - Waren er mensen die jullie konden helpen?
  - Hoe ben je met hen in contact gekomen?
  - Wat deden ze goed en wat zouden ze beter kunnen doen?
4. Wat had jij voor ideeën over hoe de situatie bij jou thuis kon verbeteren?



- a. Als hier thema's als armoede, ggz, ziekte, relatieproblemen worden genoemd hier mogelijk op doorvragen.
- b. Is er iets gedaan met jouw ideeën?

**Gewenste situatie** (*mogelijke oplossingen achterhalen*)

5. Wat vind jij de beste manier om iemand te helpen die zich niet veilig voelt thuis? Hoe ziet dit eruit?
  - a. Wie zijn er allemaal betrokken
  - b. Wie moeten er iets doen?
  - c. Wat moeten deze mensen doen?
  - d. Hoe vind je deze mensen om mee te praten?
  - e. Hoe weet de jongeren die zich niet veilig voelt wat hij moet doen?
  - f. Welke informatie moeten jongeren hebben over onveilig voelen thuis? (bijv. Bekendheid over dat onveiligheid bestaat en wat iemand rechten zijn en wat je kunt doen)
  - g. Waar zou iemand informatie gaan zoeken? Naar welke informatie zou je dan zoeken?
  - h. Hoe kunnen we jongeren informeren over de hulp die er is?

**Nazorg**

Het kan zijn dat dit gesprek wat met je doet. Is er iemand waar je mee kan praten als je er last van krijgt? We hebben hier ook een brief met adressen waar je terecht kan. Ook kun je contact opnemen met onze ervaringsdeskundigen als je graag nog verder wilt praten. Blijf er niet zelf mee zitten maar zoek ons op.



## Bijlage 2 Informatie nazorg

Beste,

Je bent geïnterviewd voor het onderzoek over een onveilige thuissituatie. Heb je na het interview behoefte om verder te praten of voel je je niet goed dan kan je als eerste altijd contact opnemen met je eigen behandelaar als je die hebt of met je huisarts.

Wij vinden het belangrijk dat je niet alleen blijft lopen met je gevoel. Kom je er zelf niet uit dan kun je contact opnemen met Cherin Imrah-Ardeen. Zij is een van de ervaringsdeskundige co-onderzoekers bij dit onderzoek. Zij is getraind om met mensen in gesprek te gaan en hen te helpen. Je kan bij haar je verhaal kwijt en samen verder kijken.

Je kunt haar bereiken op: [c.imrah-ardeen@clientenbelangamsterdam.nl](mailto:c.imrah-ardeen@clientenbelangamsterdam.nl) of bellen/appen op 06 131 164 38

Wil je meer anoniem met iemand praten dan kun je terecht bij de onderstaande organisaties:

### **Fier:**

Fier biedt behandeling, bescherming en werkt aan een betere toekomst voor mensen die te maken hebben (gehad) met geweld door iemand die dicht bij ze staat en daar last van ervaren. Dit houdt in dat we je helpen jouw nare ervaringen een plek te geven en stappen te zetten naar een mooier leven. We zetten daarom niet alleen in op traumabehandeling, maar zorgen er ook voor dat je omgeving veilig is en begeleiden je op andere vlakken: sociale contacten, onderwijs, werk en sport. Samen zetten we jouw leven weer op de rit.

<https://www.fier.nl>

### **Kindertelefoon:**

*Bel gratis en anoniem*

*0800-0432 of kom chatten*

Elke dag van 11:00 tot 21:00 uur

Of praat met anderen op het forum

<https://www.kindertelefoon.nl>

