

Interne Memo

Vorbereiding Brainstorm Mentale gezondheid en bestaanszekerheid leeftijd 12 - 27

Datum
 3 februari 2021

Doorkiesnummer
 070-340 50 60

Betreft
 Interne memo brainstorm
 mentale gezondheid en
 bestaanszekerheid

Bijlage(n)
 XX

Probleemschets

- In 2020 ligt het aantal studenten dat kampt met angst- en depressieklachten rond de 30 procent, dat is vijf procent hoger dan een jaar eerder.¹
- Meer dan twee derde van de jongeren tussen 18 en 24 jaar geeft aan zich meer eenzamer te voelen dan voor de crisis. Bijna de helft van de jongeren tussen 18 en 24 jaar en ongeveer een derde van de jongeren tussen de 25 en 34 jaar geeft aan zich slechter te voelen dan voor de crisis.²
- Ongeveer veertig procent van de studenten geeft aan meer verdovende middelen te zijn gaan gebruiken ten gevolge van de coronacrisis. De belangrijkste redenen hiervan zijn volgens respondenten verveling, vluchtgedrag uit de huidige situatie en kopieergedrag.³
- Ook Trimbos en GGD onderschrijven de bevindingen van verhoogd verdovende middelen gebruik.⁴
- Het aantal WW-uitkeringen onder alle leeftijden met 4,2% gestegen. Voor jongeren is dit een toename van 111% (42.400 nieuwe WW-uitkeringen in 2019, 89.500 nieuwe WW uitkeringen in 2020) Jongeren werken vaak in de sectoren die nu hard geraakt worden, wat ook effect heeft op inkomen en mentale klachten kan versterken.⁵

¹ Van der Velden, P. G., Contino, C., Das, M., Loon, P. van., & Bosmans, M. (2020). Anxiety and depression symptoms, and lack of emotional support among the general Dutch population before and during the COVID-19 pandemic. A prospective national study on prevalence and risk factors. *Journal of Affective Disorders*.

² SCP (2020) Actualisatie van bevindingen op basis van een bevolkingsenquête uit oktober 2020. Welbevinden ten tijde van corona

³ Z.E. Geels, J.A. Herbold, S.C.J. Van den Heuvel, M.A. Janse, M.M. De Jongh, D. Van Schoorl, C.B.L.A. Vellenga (2021) S.O.S. Studenten Onderzoeken Samen, Onderzoek naar welzijn behoeftes en meningen van studenten tijdens de coronapandemie

⁴ Trimbos Instituut (2020) Invloed van het nieuwe coronavirus op drugsgebruik, <https://ggziinterventie.nl/meer-alcohol-en-drugsgebruik-tijdens-corona/>

⁵ SBB, UWV (2020) Dashboard Basiscijfers Jeugd

- Uit onderzoek van de Werkplaats Onderwijsonderzoek Utrecht blijkt dat kinderen in groep 5 t/m 7 gemiddeld 2 tot 3 maanden leerachterstand opliepen tijdens de eerste schoolsluiting in het voorjaar.⁶
- Onderzoekers van de Radboud Universiteit, e-Loo, de VO-raad en KBA Nijmegen tonen aan dat 26,8% van de leerlingen in het voortgezet onderwijs tijdens de eerste lockdown niet over een goede thuiswerkplek beschikte. Met name in het vmbo en het praktijkonderwijs was dit het geval (31%). Een goede werkplek lijkt bij te dragen aan een betere leermotivatie bij de leerlingen.⁷
- Volgens Amsterdam UMC (cijfers nog niet definitief) lagen schattingen van ernstig mishandelende kinderen voor corona op 15.000, tijdens eerste lockdown op 40.000, ook lijken de letsels erger te zijn. Tevens stijgt het aantal kinderen met anorexia in Amsterdam UMC. In de maanden september, oktober, en november 2020 werden daar 33 procent meer kinderen aangemeld, dan in dezelfde periode van 2019. Toen waren het 24 kinderen, nu 36.⁸

1. Welk concreet perspectief is er voor de jeugd? Welke belofte is te maken?

Urgentie

Allereerst is het belangrijk om op te merken dat de leeftijd van 12 tot 27 een levensfase behelst van zelfontplooiing, je weg vinden en je zelf ontdekken. Het moge duidelijk zijn dat dit extra haaks staat op de lockdown en het bijhorende 'social distancing'.

Bovendien is de jonge generatie van nu per definitie een generatie die al **meer moet doen met minder**. Deze overweging moet meegenomen worden in het denken over hun toekomst; veel problemen speelden al vóór corona en perspectief gaat voor hen verder dan het leven net na corona. Reeds bestaande kwetsbaarheden worden door de coronacrisis versneld blootgelegd.

De jeugd heeft de toekomst. De leerkrachten, politieagenten, zorgmedewerkers, artsen en wetenschappers van morgen zijn de jeugd van nu. Bijna de helft van hen maakt zich echter ernstige zorgen over het klimaat en ziet de eigen financiële toekomst somber in (NJI 2019). Ook zullen zij in de toekomst geconfronteerd worden met de vergrijzing. Daarnaast leven nu al 350.000 jongeren tot 21 jaar in armoede (SCP 2020). Voor hen werkt corona als een katalysator van de latente ellende die daarmee gepaard gaat.

⁶ (Henrichs et al, 2021)

⁷ (Geijssel, Jenniskens & Höppener, 2020)

⁸ <https://www.parool.nl/amsterdam/umc-coronatijd-is-snelkookpan-voor-eetstoornissen-en-mishandeling-kinderen-ba4cb851a/?referrer=https%3A%2F%2Fwww.bing.com%2F>

Korte termijn perspectief

Formuleer een **exit strategie** waarbij jongeren vooraan in de rij staan. Beloon de jongeren voor hun solidariteit. Erken dat we veel van hen gevraagd hebben en handel daar ook naar. Bij versoepelingen vooral kijken waar die voor jongeren belangrijk zijn, geef hen **voorrang bij versoepelingen**.

De inherente behoeften in deze levensfase zijn immers even relevant als de (fysieke gezondheids)behoefte van ouderen, alhoewel minder hard medisch van aard. Het ontkennen van deze behoeften leidt niet alleen tot negatieve effecten op lange termijn, zoals leerachterstanden en het gebrek aan ruimte voor zelfontplooiing. Ook op korte termijn leidt het tot ongewenste effecten, zoals psychologische problemen, verhoogd middelengebruik, etc.

Middellange termijn perspectief

Vermijd een inhaalreflex eens er terug veel meer mogelijk is en **bied herstelruimte** voor jongeren na corona. En vooral: differentieer! Duw ze niet opnieuw in een hard keurslijf, van 'niets' (tijdens corona) naar 'alles' (inhalen school, inhalen feesten, inhalen stages,...). In één keer alles proberen in te halen verhoogt de mentale druk onder jongeren. Hanteer flexibele normen voor inhalen onderwijs, toetsing etc. En biedt ruimte voor eigen tempo's en situaties van jongeren. Maak vakanties wat langer, verruim de mogelijkheden voor extra onderwijs, bied inhaalklassen aan, ... Gun de jongeren een verloren jaar, in plaats van dat dit een jaar wordt dat ze nog moeten inhalen.

Kijk ook naar schulden die jongeren hebben opgebouwd; hoe kan iedere jongere **na corona terug volwaardig in het leven** komen te staan? Aflossen van schulden of coulant zijn in regelingen kan als wederkerigheid gelden.

Lange termijn perspectief

Neem de angsten van jongeren voor de toekomst daar in mee én serieus: angsten voor woningmarkt, schulden, perspectief op banen. Maak concrete plannen voor opgelopen studieschuld en studievertraging welke ook kan leiden tot hogere kosten. Met name dit lijkt te zorgen voor angsten betreffende de toekomst (woningmarkt, etc.). – Het aandeel van starters op de koopmarkt is gedaald van 48% in 2013, naar 32% in 2019. Nog geen cijfers over of dit is verergerd gedurende de coronacrisis.⁹ Doe daarbij recht aan de verschillen tussen jongeren: bijvoorbeeld minder nadruk op stages of hoge cijfers voor een eerste baan of toelating onderwijsinstelling.

⁹ Ministerie BZK (2020) Staat van de Woningmarkt: Jaarrapportage 2020

2. Komt dat vanzelf? Wat is daarvoor in de tussentijd nodig?

Over het algemeen: formuleer verschillende kwetsbaarheden en investeer op die kwetsbaarheden in plaats van een generiek beleid. Maak een **waardenafweging per kwetsbaarheid**, desnoods in overleg met ouders, familie etc. Maar ook, daar waar er programma's worden opgezet voor jongeren, financiële ondersteuning komt voor begeleiding van jongeren etc. vooral jongeren aanstellen. Stimuleer acties voor én door jongeren, bijvoorbeeld minimum 50% aanstelling -25 jarigen bij een gemeentelijk programma. Geen onderzoeksubsidie naar jongeren en corona zonder helpt jongeren in onderzoeksteam etc. Stimuleer bedrijven om starters aan te nemen.

Wees realistisch in de verwachtingen naar jongeren toe, biedt geen valse hoop. Maar **vier ook successen**: momenteel veel nadruk op alles wat slecht gaat, terwijl er ook tekenen aan de wand zijn dat sommige zaken goed gaan. We horen dat jongeren verantwoordelijk zijn voor besmettingen, maar dat horen we niet als het beter gaat. Dan hebben we het samen gedaan. Heb ook oog op de lange termijn; staan de maatregelen voor jongeren nog in balans met de winst die we denken te halen? Vragen we niet teveel solidariteit en hoe kunnen we die solidariteit ook vasthouden wanneer zij als laatste gevaccineerd worden? Is er bijvoorbeeld een vaccinstrategie denkbaar die per huishouden kijkt wie wanneer gevaccineerd wil worden?

3. Wat zouden dan goede extra acties (maatregelen) zijn?

Kijk hoe **ontmoeting** gestimuleerd kan worden. Begin daarbij met het investeren in en stimuleren van kleinschalig onderwijs op locatie. Digitaal onderwijs raakt het ontwikkelen en behouden van sociale contacten en vaardigheden en raakt ook de kwaliteit. Op dit moment zijn er verschillen tussen onderwijsinstellingen in de organisatie en kwaliteit van onderwijs, zoals onder andere de balans tussen offline en online onderwijs. Breng in kaart welke mogelijkheden er wel zijn voor onderwijs door bijvoorbeeld preventief testen, kleinschalige samenkomsten en het rekening houden met contactbubbels. Vooral voor jongeren die een nieuwe studie zijn begonnen, welke nog een sociale kring op moeten bouwen, welke extra baat hebben bij laagdrempelig contact via onderwijs of bijvoorbeeld sport.

Breng de **urgentie van mentale weerbaarheid** bij jongeren onder de aandacht. Zorg voor laagdrempelige toegang tot **psychologische ondersteuning**; goedkope hulp nu wordt dure hulp later, bijvoorbeeld geen eigen risico voor jongeren in GGZ komende twee jaar. Wellicht dat master studenten Klinische Psychologie hier ook van betekenis kunnen zijn. Naast de mentale problematiek als depressiviteit en somberheid, zal er ook buiten het medisch domein aandacht moeten zijn voor de omschakeling van digitaal naar zaal in het onderwijs en op de werkvloer. Er zal een nieuwe balans gevonden moeten worden tussen fysiek en digitaal contact, de verschillende behoeften hierin in acht nemend.

Kijk ook naar schulden die jongeren hebben opgebouwd door onder andere studievertraging en het verliezen van banen; hoe kan iedere jongere **na corona terug volwaardig in het leven** komen te staan? Aflossen van schulden of coulant zijn in regelingen als wederkerigheid?

Concrete voorbeelden van wat nu al kan:

- Investeer in en stimuleer *hybride onderwijs* om ook contactmomenten mogelijk te maken (boven al benoemd).
- Zorg voor laagdrempelige toegang tot *psychologische ondersteuning*, bijvoorbeeld geen eigen risico voor jongeren in GGZ komende twee jaar (boven al benoemd).
- Stimuleer *acties voor én door jongeren*, bijvoorbeeld minimum 50% aanstelling -25 jarigen bij een gemeentelijk programma. Geen onderzoeksubsidie naar jongeren en corona zonder helpt jongeren in onderzoeksteam etc. (boven al benoemd).
- In *buitenlucht sporten* met grote groep jongeren in kleine groepjes op groot veld (bootcamp, kickboksen, straatdance, beachvolley).
- Laat jongeren in *bubbels* van 5 leven, die ze na een bepaalde quarantaine periode anders kunnen samenstellen.
- *ontmoeting stimuleren* door te beginnen bij de basis van de contacten, zoals structureel kleinschalig onderwijs mogelijk te maken waardoor regelmaat in sociaal contact weer mogelijk is. Bijvoorbeeld gepaard met preventief testen, of in acht nemen van contactbubbels.

4. Wie zijn er dan aanzet?

Oud én jong. Zou gek zijn om nu niet na te streven dat bij ieder gremium, programma, organisatie jongeren niet minimaal helft van bezetting uitmaken. We hebben veel gevraagd van jongeren, laten we nu niet als ouderen in het idee geraken dat wij het na corona voor hen gaan oplossen. Laten wij nu solidair zijn om samen met hen de voor hun belangrijke thema's aan te pakken. Wat kunnen oudere generaties doen om na corona de jongere een boost te geven? Kan er een solidariteitsfonds opgezet worden? Bijvoorbeeld achterblijverstaks: ouderen die gevaccineerd zijn en bijvoorbeeld vliegreis maken 50€ in fonds laten storten voor achterblijvende jongeren. Kunnen er financiële mechanismen ingebouwd worden; bijvoorbeeld reistaks voor ouderen in jongerenfonds? Wederkerigheidsprincipes: laat de vrijheid van de ouderen op korte termijn bijdragen aan het herstel van de jongeren op lange termijn.

Er moet ruimte worden geboden aan lokale initiatieven, maar ook de overheid, werkgevers en het onderwijs zijn aanzet. De coronacrisis legt versneld scherp en bloot waar de echte kwetsbaarheden in onze samenleving liggen. Denk aan de hardnekkige sociale ongelijkheid, de groeiende bestaansonzekerheid, maar ook aan de kwetsbaarheden die het gevolg zijn van een ongezonde leefomgeving, hoge mentale druk onder jongeren of onvoldoende aandacht voor preventie. De wijze waarop verschillende kwetsbaarheden nu ad hoc worden opgevangen, laat zien waar richting de toekomst investeringen nodig zijn. Ondernemers, maatschappelijke organisaties en burgers kunnen hier op eigen initiatief een waardevolle bijdrage leveren. Maar de crisis legt ook kwetsbaarheden bloot die vragen om een structureel andere aanpak (bron: Coronamoe(d)).

