

Verslag LOOP-sparmoment

#3 Oekraïense Jongeren – 22 oktober 2024



Op 22 oktober vond het derde LOOP-sparmoment plaats, waarbij het thema Jongeren centraal stond. We horen steeds vaker dat het niet goed gaat met Oekraïense jongeren. Ze kampen in toenemende mate met psychische klachten, maar vinden het moeilijk om hulp te zoeken.

Herman Nugteren van [Trauma Care Company](#) leidde het sparmoment in, met uitleg hoe het brein van jongeren werkt en inzicht in de (be)leefwereld van (getraumatiseerde) jongeren. Hij ging in op het feit dat het brein van jongeren nog volop in ontwikkeling is en dat ze anders denken en handelen dan volwassenen. Daarbij hebben deze jongeren extreme situaties meegemaakt waaraan ze uiting kunnen geven in de vorm van negatief gedrag.

Ook gaf hij tips ter ondersteuning van Oekraïense Ontheemden jongeren in opvanglocaties:

- Besef dat ze uit een andere cultuur komen en dus anders met trauma (kunnen) omgaan.
- Bied zoveel mogelijk structuur.
- Zorg voor een fysiek en mentaal veilige omgeving.
- Houd gesprekken vertrouwelijk.
- Zorg dat iedereen die begeleiding biedt dezelfde regels hanteert.
- Bied activiteiten aan die op jongeren zijn afgestemd, idealiter door de jongeren zelf georganiseerd.
- Overweeg een buddysteem met jongeren die net wat ouder zijn dan zichzelf.
- Zorg voor een positieve benadering in de oplossingen die je aanbiedt (en die niet alleen ingaan op het negatieve gedrag dat jongeren kunnen vertonen als uiting van trauma).

Vervolgens gingen we uiteen in vier break-outrooms waar we de issues in kaart brachten, mogelijke oplossingen zochten en keken wat eenieder zelf kan doen. Onderstaand is een **samenvatting van hetgeen dat is besproken** in de break-out rooms.

1: TEGEN WELKE ISSUES LOOP JE AAN MET BETREKKING TOT OEKRAÏENSE JONGEREN?

Achtergrond: verschillen in probleemgedrag bij jongeren

Problemen bij jongeren verschillen per locatie, ook binnen dezelfde gemeente. Er zijn twee hoofdcategorieën: jongeren die zichtbaar gedrag vertonen, zoals acting-out (vaak jonge jongens), en jongeren die in zichzelf keren (voornamelijk meisjes). Niet alle gedragsproblemen zijn direct een uiting van trauma; daarom is het essentieel om aandacht te besteden aan hun mentale welzijn zonder meteen een 'label' toe te kennen.

Motivatieproblemen en afwezigheid ouders

Gebrek aan motivatie wordt als een groot probleem ervaren. Veel jongeren blijven lang in bed, wat te maken kan hebben met trauma, vermoeidheid, of een gebrek aan zin in school. De afwezigheid van een vaderfiguur speelt ook mee, en moeders zijn vaak in een overlevingsmodus (ze vluchten in het werk of werk valt zwaar), waardoor er weinig ruimte is voor de kinderen. Kinderen zien in zo'n geval dat moeder al veel zorgen heeft en houden zich soms in. Hierdoor ontstaat een gemis aan zorg en een klankbord voor de jongeren, wat pas na verloop van tijd duidelijk wordt.

Weerstand tegen activiteiten en schoolverzuim

Jongeren maken amper gebruik van aangeboden activiteiten of ruimtes en blijven vaak op hun kamer. Pubers spijbelen regelmatig en melden zich vaak ziek, wat leidt tot interventies van leerplichtambtenaren. Ouders lijken het spijbelgedrag minder problematisch te vinden, mede door culturele verschillen en het Oekraïense onderwijssysteem, dat afwijkt van het Nederlandse model.

Ook volgen velen lessen in Oekraïne. Het ziekteverzuim onder Oekraïense kinderen is hoog; ouders houden hun kinderen vaak thuis vanwege zorgen. Gedragsverandering realiseren blijkt lastig, waardoor kinderen frequent school missen. Deze uitdaging vereist voortdurende aandacht.

Moeizame communicatie en afstand

Jongeren trekken vaak een emotionele muur op, waardoor het moeilijk is om tot hen door te dringen en hun hulpvraag te achterhalen. Connectie op een laagdrempelige manier, over ditjes en datjes, is al lastig – dan zijn ze druk, moeten ze naar werk – laat staan als het gaat om serieuze dingen. Ze zoeken zelden zelf hulp, omdat ze hun problemen niet herkennen maar ook door stigma rond mentale gezondheid en het Oekraïense beeld van psychologische hulp. Het is belangrijk om uit te leggen dat praten over trauma's hier normaal en veilig is.

Middelengebruik en verantwoordelijkheid

Er is sprake van veelvuldig middelengebruik onder jongeren, voornamelijk softdrugs en alcohol. Jongeren erkennen niet altijd de risico's hiervan, en ouders lijken vaak niet betrokken. Er heerst een cultuur waarin gezinsleden hun eigen weg gaan, zonder duidelijke regels over zaken als etenstijd, schermtijd of middelengebruik. De vraag is hoe(veel) professionals hierin moeten ingrijpen of dat het echt de verantwoordelijkheid is van de ouders en of er voldoende capaciteit is voor aandacht voor dit onderwerp. In dit kader was op een locatie voorlichting gegeven over de puberteit. Die is goed ontvangen.

Impact van ouderlijke trauma's en overbelasting

Kinderen van getraumatiseerde ouders krijgen vaak te weinig of te laat aandacht. Signalen zoals schoolverzuim, ouders die niet koken en onverzorgde kamers blijven lang verborgen, waardoor verwaarlozing pas laat wordt opgemerkt. Veel kinderen nemen de vaderrol op zich of verbloemen het gedrag voor moeder om het gezin te helpen, wat in sommige gevallen leidt tot emotionele overbelasting en verwaarlozing en een gevoel van ontheemd zijn. Veel jongeren, vooral die met jongere broertjes en zusjes, ervaren overbelasting door verantwoordelijkheden zoals het verzorgen van hun gezin. Het Oekraïense onderwijs volgen, gecombineerd met een bijbaan en de taalbarrière in Nederland, zorgt ook voor isolatie en verminderde aansluiting met leeftijdsgenoten. Ook lijkt er regelmatig te weinig contact tussen school en de opvang om signalen tijdig op te vangen. Daarnaast zijn er jongeren die behoefte hebben aan een eigen plek, helemaal aangezien pubers vaak ook bij hun ouders op de kamer wonen. Ze voelen zich daardoor vaak nog altijd niet thuis.

Huiselijk geweld en behoefte aan nazorg

Er is veel huiselijk geweld onder deze groep. Veilig Thuis focust zich op het stoppen van geweld, maar er ontbreekt nazorg voor de kinderen. Er is onduidelijkheid over verantwoordelijkheden, waardoor het kind vaak pas achteraf aandacht krijgt. Er is behoefte aan een duidelijker systeem voor hulp en nazorg.

Zelfbeschadiging en geheimhouding

Er zijn signalen van zelfbeschadiging onder kinderen in groep 7 en 8. Kinderen lijken elkaar te versterken in dit gedrag, waarbij kinderen geheimhouding als beschermingsmechanisme gebruiken. Betrokken leerkrachten van de school ervaren handelingsverlegenheid en krijgen inmiddels ondersteuning van een systeemtherapeut en voorlichting over automutilatie. Periodieke overleggen met docenten helpen daarnaast om signalen tijdig te herkennen en gepaste actie te ondernemen.

Gebrek aan toekomstperspectief

Veel jongeren missen perspectief op hun toekomst en weten niet welke mogelijkheden ze hebben en waar ze in moeten investeren, bijvoorbeeld studeren na de middelbare school. Dit gebrek aan informatie draagt bij aan een gebrek aan zingeving, wat motiverende begeleiding nog belangrijker maakt.

Uitdagingen bij alleenstaande jongeren

Jongeren van 16 tot 18 jaar die zonder ouders zijn, vormen een aparte problematiek. Ze wonen vaak (voor het eerst) op zichzelf, willen vaak niet naar school of werken en blijven veel thuis. Ze nemen geen deel aan activiteiten en vermijden begeleiding en missen een toekomstperspectief, wat extra zorgelijk is op opvanglocaties zonder speciale programma's voor deze leeftijdsgroep. De vraag is in hoeverre je daarin mee gaat, rekening houdt met trauma's en psychische klachten en hoe je ze het beste kunt stimuleren om aan de toekomst te denken.

Financiering en verantwoordelijkheden

Er moet vaak veel overlegd worden over wie de financiering regelt van noodzakelijke interventies. Het zou waardevol zijn als het LOOP een duidelijker overzicht kan geven van de beschikbare routes, zodat hulpverleners weten wie verantwoordelijk is voor welke vorm van ondersteuning.

2: WAT ZIJN MOGELIJKE OPLOSSINGEN VOOR DEZE ISSUES?

Gespreksmogelijkheden en cultuursensitiviteit

Het verdelen van personeel in aandachtgroepen, dus ook één speciaal voor jongeren, kan helpen. Zulke groepen maken het mogelijk om zichtbare en onzichtbare signalen te bespreken. Met Engels sprekende jongeren verloopt één-op- ééncontact gemakkelijker, omdat het sociale veiligheidsgevoel beter behouden blijft. Gesprekken met een tolk kunnen dit gevoel verminderen. Idealiter wordt een Oekraïense professional ingezet, omdat hulpmiddelen zoals een tolktelefoon of vertaalapp niet ideaal zijn.

Toegankelijke avonden

Het organiseren van avonden met vrije inloop, zonder focus op trauma, kan jongeren stimuleren om deel te nemen, ook al is de opkomst in eerste instantie laag.

Signalering van problemen

Signaleren en herkennen van symptomen is cruciaal. Signalen variëren sterk en zekerheid ontbreekt vaak, vooral voor pubers die behoefte hebben aan structuur. Bewustzijn van traumagerelateerde signalen versus pubergerelateerde signalen helpt om passende reacties te geven.

Aanwezigheid en opbouwen van vertrouwen

Het actief aanwezig zijn, rondlopen en zichtbaar zijn voor jongeren helpt om een warme band op te bouwen voordat er problemen ontstaan. Dit bevordert ook het signaleren van mogelijke ontwikkelende problemen. Belangrijk is om oprecht nieuwsgierig te zijn, zonder oordeel, ook bij experimenten met alcohol of wiet. Vier persoonlijke mijlpalen, zoals een achttiende verjaardag, op een positieve manier, bijvoorbeeld zonder alcohol te serveren.

Balans tussen duidelijkheid en culturele sensitiviteit

Duidelijkheid creëren en een 'ingang' zoeken door regelmatig in gesprek te gaan is essentieel, vooral als je een melding rond bepaald gedrag overweegt. Dan kun je in gesprek de afweging maken of je gaat melden of het (samen) blijft proberen. Culturele verschillen (zoals tussen stad en platteland) kunnen een rol spelen, zoals in normen rond gedrag en alcoholgebruik, maar niet alles moet daarop afgeschoven worden. Het behouden van gezond verstand en grenzen is belangrijk; wanneer iets niet klopt, dan moet dat ook benoemd worden.

Doelgroepsensitiviteit: cultuur, trauma en leeftijd

Doelgroepsensitiviteit speelt een belangrijke rol in het benaderen van jongeren, rekening houdend met cultuur, trauma en leeftijd. Het locatiemanagement en woonbegeleiders moeten vertrouwd

raken met deze aspecten. Dit helpt ook om jongeren op de juiste manier aan te spreken en hun gedrag effectief te begeleiden.

Maatwerk en persoonlijke benadering

Maatwerk en passende oplossingen bieden helpt ook. Werken in een baan die hen interesseert kan jongeren bijvoorbeeld motiveren om Nederlands te leren. Openheid in gesprekken en de jongeren zelf betrekken bij de oplossingen zorgt ervoor dat ze zich gehoord voelen. Gebruik ook een persoonlijke benadering bij het organiseren van activiteiten. Herhaal uitnodigingen daarvoor en blijf eraan trekken, omdat Oekraïense jongeren vaak meerdere uitnodigingen nodig hebben voordat ze ja durven zeggen.

Inzet van Oekraïense coaches en rolmodellen

Het inzetten van Oekraïense coaches kan effectief zijn. In Den Bosch bood MST een cursus in het Oekraïens aan, wat na aanmoediging zes jongeren enthousiast maakte. Deze jongeren kunnen als ambassadeurs andere jongeren stimuleren deel te nemen aan activiteiten.

Positieve copingstrategieën en langetermijnperspectief

Veel jongeren beginnen zich te realiseren dat ze hier langdurig zullen blijven. Dit kan het moment zijn om hen te helpen met positieve copingstrategieën en hen te begeleiden bij het plannen en omgaan met dilemma's. Ook activiteiten zoals gemengde sportteams op school bevorderen inclusie en een gevoel van normaliteit.

Jongeren autonomie geven

Jongeren de regie geven over bijvoorbeeld het gebruik van een ruimte in de opvang kan hen helpen om eigenaarschap te voelen. In één gemeente leidde een jonge Oekraïense vrouw dit proces, wat effectief bleek in het creëren van betrokkenheid en verantwoordelijkheid.

Betrekken van kinderen bij oudergesprekken

Het is belangrijk om kinderen mee te nemen in de check-ups van getraumatiseerde ouders en hen als individu te zien, niet als 'bijproduct'. Het 'with us'-principe kan helpen om samen naar oplossingen te zoeken door kinderen direct te betrekken in gesprekken over henzelf.

Gebruik van sociale media en peer-to-peercommunicatie

Social media en peer-to-peercommunicatie kunnen effectieve middelen zijn om jongeren te bereiken en te betrekken. Door communicatievormen en taal te gebruiken die jongeren aanspreken, kunnen sociale kanalen ingezet worden om verbinding en betrokkenheid te vergroten.

3: Wat is jouw rol? En wie is er nodig om de oplossingen te verwezenlijken?

- Temporiseren. Niet opleggen. Geduld hebben.
- Kennis opdoen over cultuur en trauma. Sensitief werken.
- Aandacht geven. Kijken wat jongeren nodig hebben.
- Meer gesprekken vooraf voeren, voordat ik de vinger op de zere plek leg. In gesprek blijven en dat blijven proberen.
- Goed kijken naar de signalen, zowel trauma- als pubergerelateerd, zodat ik hier goed op in kan spelen.
- Regie bij de jongeren zelf leggen, ook m.b.t. waar ze het over willen hebben.
- Goede voorbeelden gebruiken om anderen over de streep te krijgen.
- Proberen een ingang te vinden die niet gericht is op trauma of psychische klachten. Op een andere manier proberen te stimuleren. Veel verschillende activiteiten aanbieden die gericht zijn op

ontwikkeling en niet specifiek op mentale gezondheid. Dus een andere ingang vinden en proberen toekomstperspectief te bieden.

- Activiteiten aanbieden die gericht zijn op integratie en terugkeer naar Oekraïne.
- Een Tiener Art Club starten. Samen naar museum. Experimenteren met een muziekgroepje.
- Organisaties langs laten komen op locaties (GGD, jeugdarts). Het duurt (soms) even om te regelen maar het werkt preventief en voorkomt veel problemen.
- Het lokale netwerk betrekken; bijv. sociaal werkers die activiteiten organiseren. Of het jongeren-netwerk/team betrekken en/of in huis halen.
- Avonden organiseren voor ouders, ook al is de opkomst minimaal. Ik moet ergens mee starten.
- Duidelijkheid en structuur blijven creëren. Juist jongeren in ontwikkeling hebben dat nodig want de toekomst is ook al onzeker.
- Naar mijn onderbuikgevoel blijven luisteren: als er iets niet klopt, dan klopt er iets niet, ook al komen ze uit een andere cultuur.

Genoemde interventies

- Samenwerking met scholen. Maak psychosociale gezondheid van jongeren niet alleen een opvangprobleem. [Stichting Mano](#) is in Rotterdam een project gestart om social workers op school te ondersteunen om problemen bij deze groep te herkennen.
- Een supportgroep in curriculum van ISK, als vast vak in het rooster.
- Mind-Spring en EASE. Interventies die kinderen veerkrachtig maken. EASE bestaat uit zeven bijeenkomsten voor jongeren van 10 tot 15 jaar en drie bijeenkomsten voor de ouders. Specifiek voor jongeren met problemen. Preventief, ook gezien de ggz-wachtlijsten. Zowel de kinderen als de moeders leren de strategieën, ontspanningsoefeningen, ademhalingsoefeningen. Moeder en kind houden elkaar 'accountable'. Ze doen het samen. Brengt ze dichterbij elkaar; in tegenstelling tot verwijdering en verwaarlozing. Geeft houvast. Elke week een vast moment. Veel kinderen hebben nieuwe vrienden gemaakt. EASE wordt in tien gemeenten gegeven in Groningen en in Amsterdam.
- ReachNow. Een signaleringstool die professionals die nog geen ervaring hebben met trauma/kinderen helpt signalen te herkennen.
- Endry van den Berg (WarChild): voor meer over o.a. de EASE-interventie voor jongeren, maar ook BeThere voor ouders en ReachNow (contact met Endry via: endry.vandenberg@warchild.nl).
- LUNA. Een socialmediaplatform voor kinderen door kinderen, ontwikkeld door [VluchtelingenWerk Nederland](#). De letters UA en NL zijn samengevoegd tot LUNA. Hier kunnen jongeren elkaar vinden, content delen, tips uitwisselen en leuke activiteiten ondernemen.
- [Vataha](#). Activiteiten die gericht zijn op integratie en terugkeer.
- Jolijn Dillen van de VU. Zou graag het PM+-onderzoek toelichten namens het onderzoeksproject aan de VU, dat de haalbaarheid van een PM+ interventie bij Oekraïense jongeren (16-25 jaar) onderzoekt. Jongeren krijgen handvatten om problemen die zij ervaren te hanteren. Er vinden drie interviews plaats waar de jongeren 10 euro per onderzoek voor krijgen, en als zij naar de VU reizen worden de reiskosten ook vergoed. Dit kan zowel face-to-face (op de VU) als online en de sessies vinden plaats in de eigen taal. Jolijn heeft hier flyers en posters van, dus mocht er interesse zijn, dan kan zij deze mailen. Link naar het onderzoek <https://www.remain-project.eu>. E-mail: j.dillen@student.vu.nl
- [Work4Ukraine](#). Ontwikkelt zorg voor kinderen.
- Kinderen en Oorlog: een animatie over kinderen voor kinderen (Beer, R. & Darker-Smith, S (2022)). Video voor Nederlandse kinderen (en hun ouders) die omgaan met een Oekraïens kind of dat overwegen. Link: <https://www.emdr.nl/wp-content/uploads/2022/05/Children-and-War-Dutch-V2.mp4>.