

### KRACHTEN NU BUNDELEN: ÉÉN CENTRAAL, ONLINE PLATFORM VOOR LICHTE MENTALE PROBLEMATIEK JONGEREN

Lieke, 19 jaar, belandde in een depressie. Er was geen plek waar ze naartoe kon voor laagdrempelige hulp. En toen ze eindelijk aan de bel trok, kwam ze op een wachtlijst te staan van 8 maanden. Op dit moment zijn er **meer dan 1,4 miljoen jongeren** die in een gelijksoortige situatie zitten of terecht dreigen te komen.

Dit moet beter. Met gebundelde krachten zorgen we voor één centrale online plek. Een plek waar jongeren met lichte, mentale problemen anoniem de hulp kunnen vinden die ze nodig hebben. Het is NU tijd om structureel te investeren in de mentale gezondheid van jongeren.

#### **Jongeren en mentale klachten: van kwaad tot erger**

Meer dan de helft van de jongeren (16-25 jaar) kampt met mentale problemen<sup>1</sup>. Veel jongeren weten passende hulp niet tijdig te vinden, waardoor problematiek van kwaad tot erger gaat, met crisissituaties tot gevolg. Zo nam het aantal suïcides onder jongeren de afgelopen jaren sterk toe.<sup>2</sup> Daarnaast weten we dat ruim 75% van de psychische problemen ontstaat vóór het 25<sup>e</sup> levensjaar<sup>3</sup>.

#### **Het moet anders en slimmer: investeer structureel in weerbaarheid van jongeren**

De oorzaak van mentale problemen is vaak een opeenstapeling van verschillende factoren: prestatiedruk, onzekerheid over wonen, zorgen over het klimaat en oorlogen, 'curlingouders' en de invloed van social media.

Het moet anders en slimmer. Het is nodig om structureel te investeren in kennis en laagdrempelige ondersteuning, om zo de weerbaarheid van jongeren in een vroegtijdig stadium te versterken. Beschikbaar op één centrale plek, die jongeren wél weten te vinden. Op een plek waar ze bijna 5 uur per dag doorbrengen: online. Zodat alle jongeren laagdrempelig toegang hebben tot hulp zonder drempels en administratietijd.

#### **Krachten bundelen: één online platform**

Het goede nieuws is dat we niet bij nul hoeven te beginnen. Initiatiefnemers MIND Us, Stichting De Kindertelefoon, 113 Zelfmoordpreventie, MIND, Join Us, Transformers Community, @ease en Jongerenhulp Online bundelen krachten in de ontwikkeling van één (veilig en anoniem) online platform voor en door(!) jongeren (16-27 jaar), waar mentale gezondheid centraal staat.

Een plek die makkelijk vindbaar is met toegankelijke informatie, de mogelijkheid elkaar te ondersteunen binnen een forum/community (peer to peer), de optie om te chatten of bellen met een getrainde vrijwilliger en hulp bij het vinden van laagdrempelige en gespecialiseerde ondersteuning in de buurt. En voor jongeren die acute hulp nodig hebben: een noodknop. Eén betrouwbare en laagdrempelige plek waar ook huisartsen, verenigingen, scholen, overheden, influencers e.a. jongeren naar kunnen verwijzen. Tot deze digitale vorm van hulp heeft iedereen direct toegang: geen wachtlijsten, geen administratieve rompslomp.

---

<sup>1</sup> <https://www.monitorgezondheid.nl/gezondheidsmonitor-jongvolwassenen>

<sup>2</sup> <https://www.113.nl/actueel/toename-zelfdoding-onder-jongvolwassenen>

<sup>3</sup> <https://www.trimbos.nl/actueel/nieuws/terechte-zorgen-over-mentale-gezondheid-en-middelengebruik-studenten/>

### **Snelle realisatie mogelijk: plan ligt er al, inclusief positief advies op effectiviteit en haalbaarheid**

Een gedetailleerd plan *hoe* dit gerealiseerd kan worden ligt klaar. Ontwikkeld sámen met jongeren, onderbouwd door diverse onderzoeken over noodzaak en behoefte<sup>4</sup>, gedragen door alle ondergetekenden - een brede groep van samenwerkende partijen - die hun krachten en kennis bundelen. En in lijn met de Hervormingsagenda Jeugd, mede ondertekend door MIND<sup>5</sup>, welke recent door NJR bij jongeren is getoetst<sup>6</sup>.

Het initiatief is inmiddels onafhankelijk getoetst door adviesbureau Berenschot – in opdracht van het ministerie van VWS – op verwachte effectiviteit en haalbaarheid. Conclusie: *“Het gezamenlijke platform levert in potentie een goede bijdrage en gewenste aanvulling op het huidige landschap ten aanzien van hulpverlening voor jongeren met mentale problemen. Wij waarderen het voorstel daarom positief en adviseren het Ministerie van VWS om het voorstel te steunen.”*

#### **Wat is nodig?**

Met een structurele financiering van 3 miljoen per jaar - oftewel: een fractie van het budget dat jaarlijks door de overheid wordt uitgegeven aan (curatieve) zorg – kunnen we ervoor zorgen dat jongeren in een vroeg stadium snel en adequaat de ondersteuning kunnen vinden die ze nodig hebben.

Kortom, een nieuw, maatschappelijke initiatief voor alle jongeren in Nederland - ongeacht inkomen en omstandigheden – dat snel gerealiseerd kan worden.

Deze bijlage is ook terug te vinden op [www.allesoke.nl/downloads](http://www.allesoke.nl/downloads) Mocht u naar aanleiding van bovenstaande nog vragen hebben of een toelichting willen, dan kunt u contact (laten) opnemen met Roline de Wilde, via [roline.dewilde@kindertelefoon.nl](mailto:roline.dewilde@kindertelefoon.nl) of 06-86808993.



<sup>4</sup> <https://allesoke.nl/downloads>

[https://nir-production.s3.amazonaws.com/media/documents/Samenvatting\\_rapportage\\_jongerenconsultaties\\_Hervormingsagenda\\_Jeugd.pdf](https://nir-production.s3.amazonaws.com/media/documents/Samenvatting_rapportage_jongerenconsultaties_Hervormingsagenda_Jeugd.pdf)

<sup>5</sup> <https://mindplatform.nl/nieuws/hervormingsagenda-over-verbeteringen-jeugdzorg-definitief-vastgesteld>

<sup>6</sup> [https://nir-production.s3.amazonaws.com/media/documents/Rapportage\\_jongerenconsultaties\\_Nationale\\_Jeugdraad\\_2023.pdf](https://nir-production.s3.amazonaws.com/media/documents/Rapportage_jongerenconsultaties_Nationale_Jeugdraad_2023.pdf)