Maastricht University Leading in Learning!

@ease volwassen worden

Prof. Dr. Therese van Amelsvoort

Academische werkplaats Limburg, 7 november 2019

Niet @ease: de kloof

Meerderjarig - 18 jaar

Juridische term

Meerderjarig ≠ Volwassenheid

Volwassenheid?

’’geestelijk en lichamelijk volgroeid zijn en in staat zijn volledig onafhankelijk in de maatschappij te kunnen functioneren’’

Transitie naar volwassenheid

- Is per individu verschillend
- Is een proces, geen tijdstip of moment
- Gekarakteriseerd door mijlpalen bv diploma, rijbewijs, verlaten ouderlijk huis, trouwen, werk
- Cultureel bepaald
- Vindt **NIET** plaats met een verjaardag!

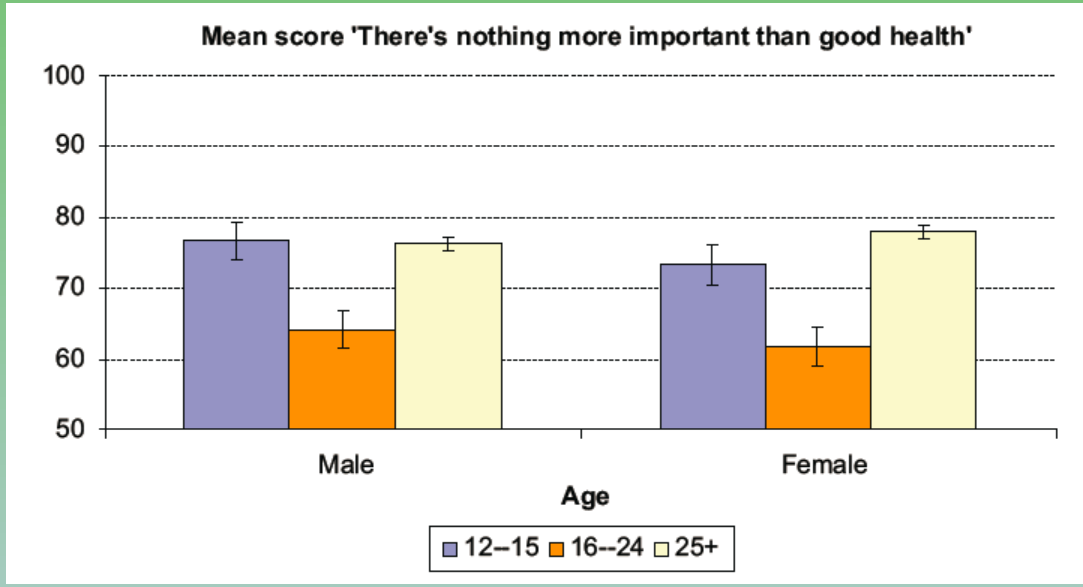
Transitie - 3 fases

Lichamelijk	- puberteit
Intellectueel	- cognitie
Sociaal-emotioneel	- identiteit - peers

Jongeren

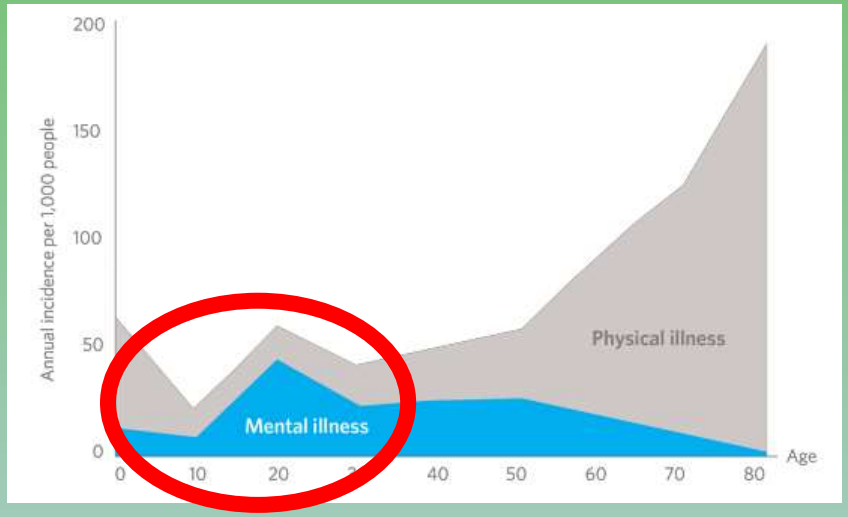
- Fysiek sterk
- Impulsief, risicovol gedrag
- Ongelukken and suicide belangrijkste doodsoorzaken

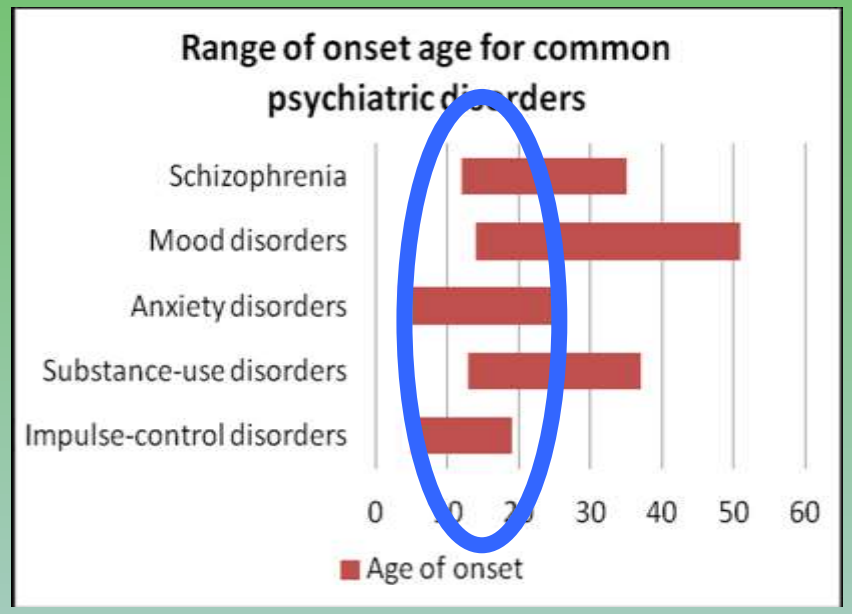
Gezondheid minder prioriteit voor 16-24 jarigen



Perspect Public Health. 2014

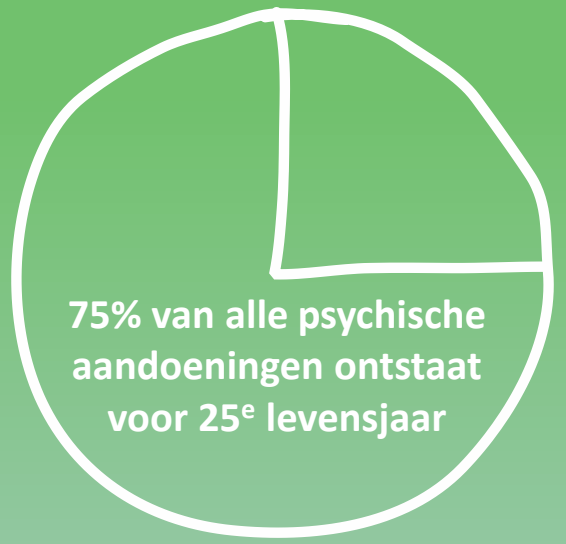
18 jaar - spitsuur psychopathologie





Vroegdetectie en interventie, om de kans op gezonde ontwikkeling zo groot mogelijk te maken

psychiatrische problemen ontstaan op jonge leeftijd



#Gezond blijven?
#Opleiding afmaken?
#Baan vinden?
#Dromen waarmaken?

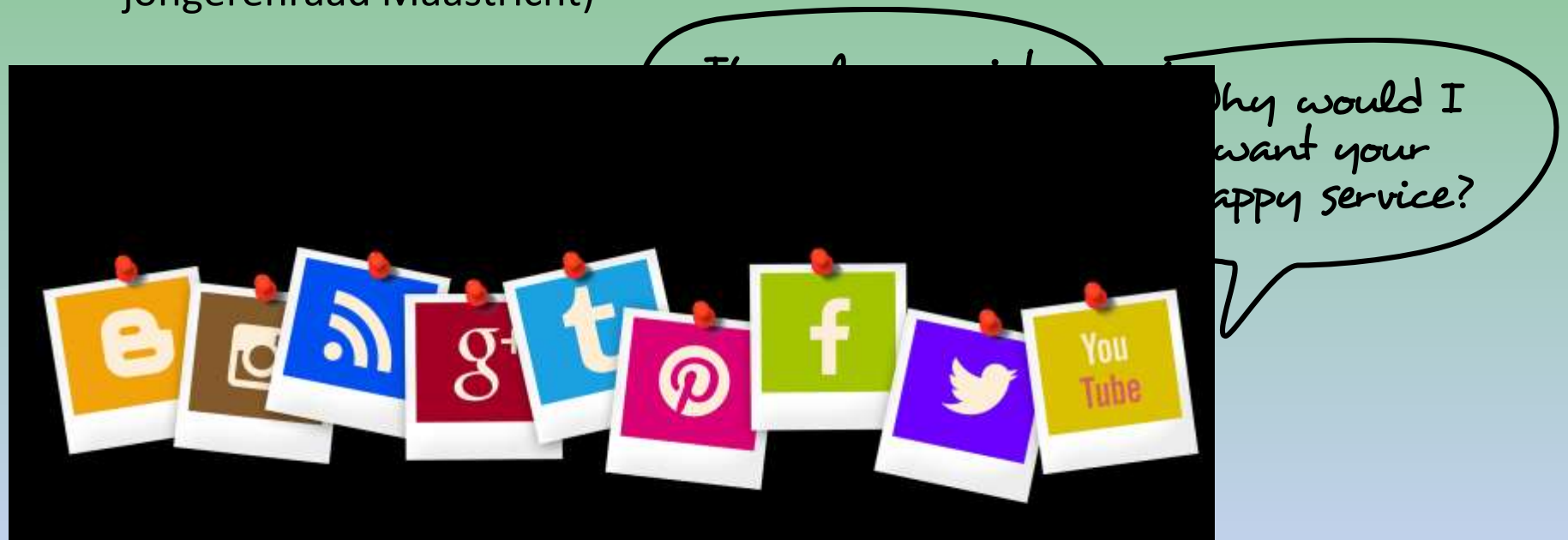
We gunnen het iedereen en zeker jongeren die nog een heel leven voor zich hebben.

Being @ease is een voorwaarde om te kunnen doen wat je wil doen!

@ease OK?

Niet altijd easy…

- Jongeren tussen 12 en 25 jaar maken enorme veranderingen door
- Slechts 20% van die jongeren krijgt de hulp die zij nodig hebben
- Hulp vragen én vinden is vaak lastig:
  schaamte, wachtlijsten, meerdere problemen, geen diagnose, 18-/18+, schotten tussen domeinen
- Zorgaanbod sluit (veelal) niet aan op vraag van jongeren (recent rapport jongerenraad Maastricht)

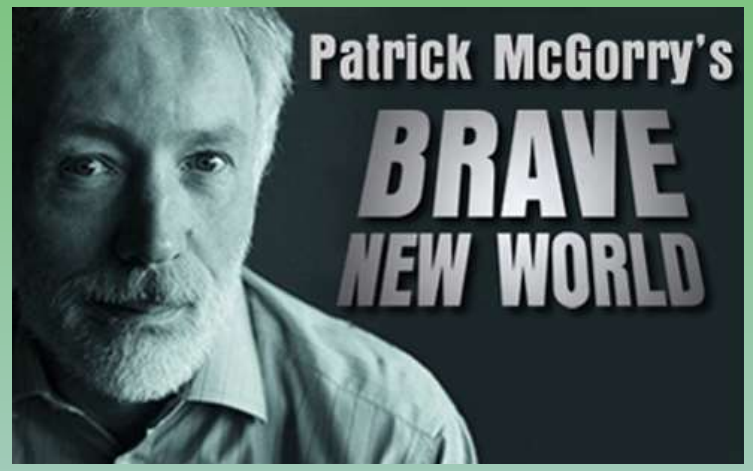


hy would I want your appy service?

Hoe kan het anders?

headspace — Australia's innovation in youth mental health: who are the clients and why are they presenting?

headspace



Aanbod aansluiten op de vraag van jongeren:
'No decision about me without me'

'Ik ben meer dan mijn diagnose(s)'

Andere landen

Australie:

100+ centra sinds 2006. Laagdrempelig, suicidepreventie & early psychose programs

Denemarken:

18 centra sinds 2013. No young person should fight problems alone.

Ierland:

10 Jigsaw centra sinds 2008. Youth friendly, community-based, suicidepreventie

Wereldwijd

Groenland
IJsland
Finland
Zweden
Rusland
Polen
Oekraine
Kazachstan
Mongolië
Italië
Spanje
Verenigde Staten
Noordelijke Atlantische Oceaan
China
Zuid-Korea
Japan
Irak
Iran
Afghanistan
Pakistan
Algerije
Libië
Egypte
Saudi-Arabië
India
Thailand
Mexico
Mali
Niger
Tsjaad
Sudan
Nigeria
Ethiopië
Venezuela
Colombia
Congo-Kinshasa
Tanzania
Indonesië
Brazilië
Peru
Bolivia
Angola
Namibië
Botswana
Madagaskar
Indische Oceaan
Zuidelijke Atlantische Oceaan
Chili
Zuid-Afrika
Argentinië
Google My Maps

Nederlandse variant Headspace

Ons doel

- Aanbod laten aansluiten op vraag
- Geintegreerd, multidisciplinair
- Bieden van een luisterend oor (gratis en anoniem)
- Met, Door én Voor -> jongeren (peers)
- Bridging the gaps
- Hoe vroeger je erbij bent -> hoe beter de prognose, jongeren buiten hulpverlening houden
- Vergroten weerbaarheid en kans op positieve gezonde ontwikkeling

#Normaliseren waar mogelijk, interveniëren waar nodig.

#Motiverende en oplossingsgerichte aanpak.

We zijn open!

Filmpje

Fotograaf: Valerie Jansen

Hoe ziet het er uit?

Stap 1

- Jongeren lopen binnen, of op afspraak via telefoon of online

Stap 2

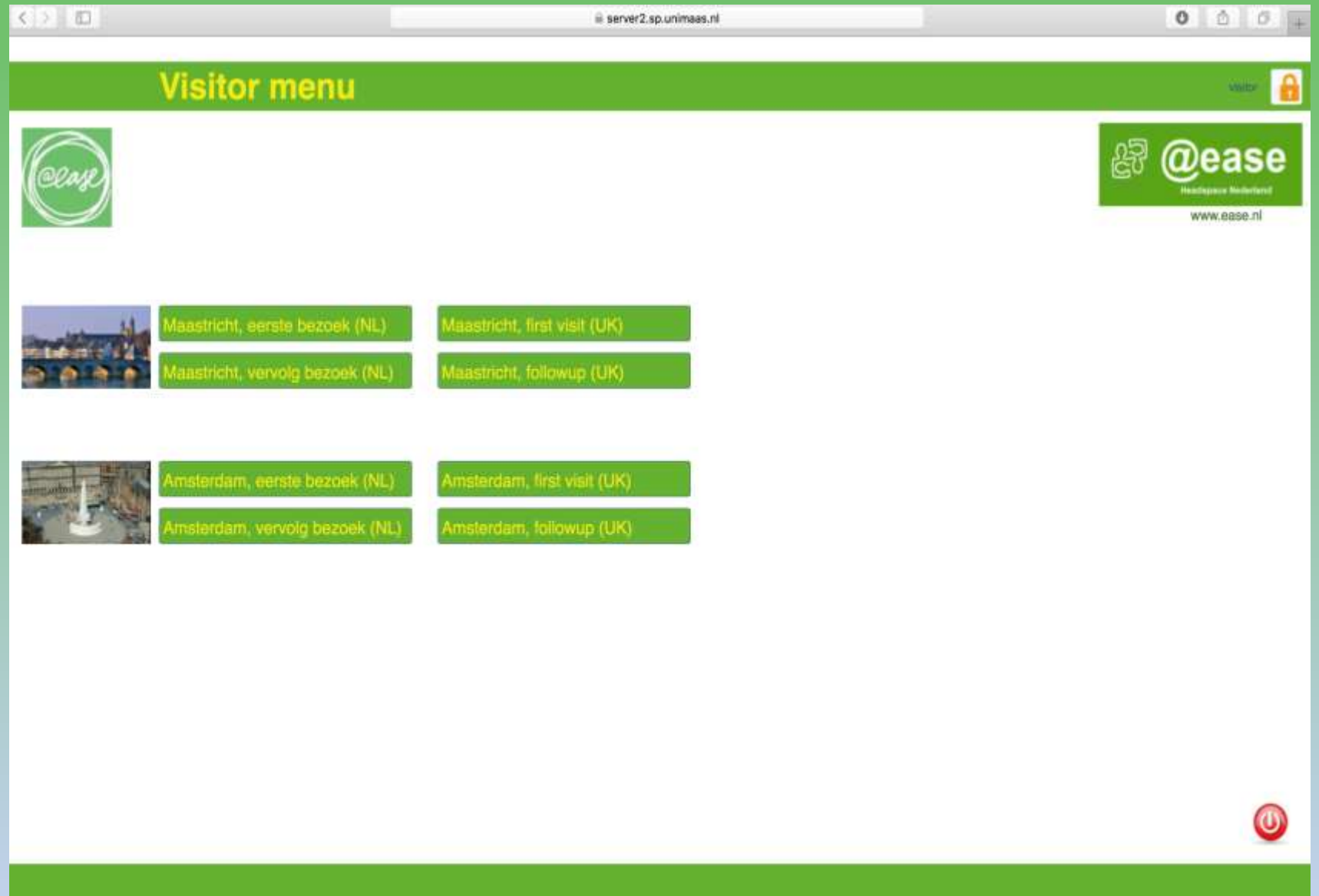
- Jongere wordt welkom geheten, krijgt wat te drinken
- 2 vrijwilligers gesprek met jongere
- luisterend oor
- Sociaal functioneren wordt door medewerker uitgevraagd, personalia door jongere ingevuld, stress, vraag en tevredenheid worden samen ingevuld, alles op Ipad

Stap 3

- Jongeren voelt zich gehoord?
- Jongeren kan terug komen wanneer hij/zij dit wil
- Wanneer nodig bruggen bouwen tussen jongere naar specialistische zorg
- follow-up vragenlijsten sociaal functioneren & stress whatsappen op 3, 6 en 12 mnd na laatste contact

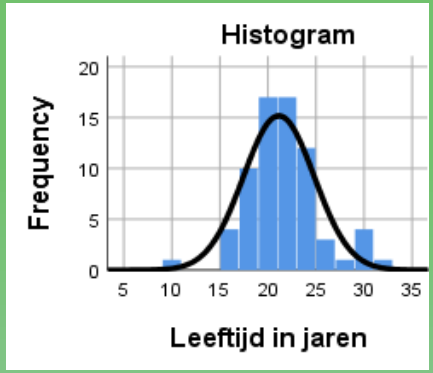
@ ease is onderzoek

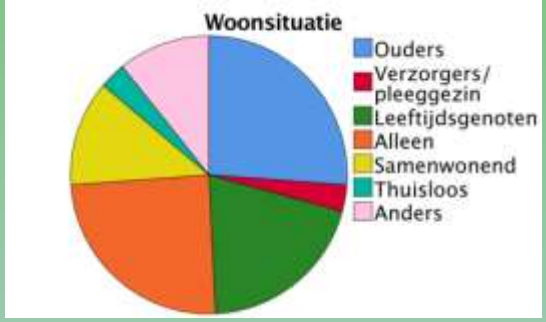
Onderzoek is @ease

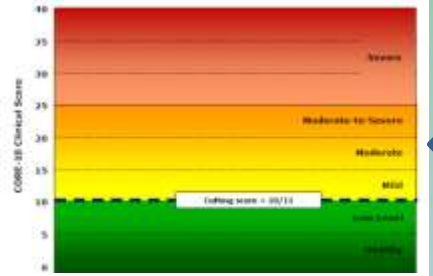


Eerste resultaten

- ✓ 245 @ease gesprekken (159 jongeren), ongeveer 1/5 komt vaker terug
- ✓ 59% = vrouw
- ✓ Gemiddelde leeftijd = 21
- ✓ Bijna ¾ doet een opleiding
- ✓ Matige tot ernstige klachten
- ✓ 45% is geboren in het buitenland
- ✓ Van de @ease bezoekers had 33% gedachten aan de dood, en 14% had specifieke plannen gemaakt over suïcide.
- ✓ Ruim een kwart heeft een ouder met een psychische stoornis (KOPP)
- ✓ Jongeren zijn tevreden tot zeer tevreden met @ease







Figuur 1. Interpretatie klinische scores CORE-10

Eerste resultaten

Kwaliteit van leven

- @ease jongeren: 0.63
- Algemene populatie: < 20 jaar = 0.96 & 20-30 jaar = 0.91
- Vrouwen lager dan mannen

	Geen problemen N (%)	Beetje problemen N (%)	Matige problemen N (%)	Ernstige problemen N (%)	Niet in staat N (%)
Mobiliteit	70 (93.3)	5 (6.7)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
Zelfzorg	65 (86.7)	7 (9.3)	2 (2.7)	0 (0.0)	1 (1.3)
Dagelijkse activiteiten	**21 (28.0)**	**19 (25.3)**	**26 (34.7)**	**9 (12.0)**	**0 (0.0)**
Pijn/ongemak	36 (48.0)	23 (30.7)	12 (16.0)	2 (2.7)	2 (2.7)
Angst/somberheid	**2 (2.7)**	**17 (22.7)**	**30 (40.0)**	**22 (29.3)**	**4 (5.3)**

Eerste resultaten

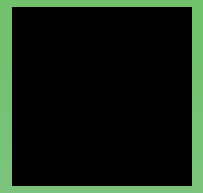
Maatschappelijke kosten

- Ongeveer de helft spijbelt wel eens en zij misten gemiddeld 9 dagen in de afgelopen 3 maanden (jongeren die alleen wonen meer)
- 37% van de jongeren is in behandeling (geweest) voor hun geestelijke gezondheid (Nederlandstalige jongeren meer)

-> €2.050,56 gemiddeld per @ease jongere meer per jaar

(€3200 voor volwassene met gediagnosticeerde psychiatrische stoornis)

Interviews: drempels



“she [friend] said she went to the student psychologist, and she said they have a long waiting list, so I didn't even try.”

[…] “terwijl... ja want het duurt echt lang en ik heb helemaal niks nu van ze gehoord en dat is gewoon jammer”

“dat zijn allemaal dingen die je moet kunnen doen. […] je moet weten waar je moet zijn en hoe je daar moet komen, voordat die hulp voor jou echt toegankelijk wordt.

“Want geld voor mij was ook een, was ook echt een reden om geen hulp te zoeken”

dat is ook een eigenschap van mezelf, ik heb altijd m'n eigen shit kunnen dealen.

please help, maar ik moet het eerst bewijzen dat ik dat nodig heb.

…everyone was like: wow, why did you go to a psychologist, like, are you crazy or something?

Interviews: @ease helpt!

“dat je ook geen verwijzing hoeft te hebben”

“I read the webpage of @ease and it said: just walk in. So that's what I did.”

“En, dat het gewoon... ja dat het niet officiëlerig is eigenlijk, met echt een psycholoog en dingen maar dat je gewoon met mensen het er gewoon even over kan hebben en dat ze ook naar je luisteren.”

“no waiting lists as far as I know”

“They are everywhere, those green flyers. So you're doing a good job in promotion [laughs]”

“Um yeah I really liked it […] I would go again and I also recommend it”

De mensen die hier werken zijn vriendelijk

“she said it's free […] so I thought... why not here?”

“[…] huiselijk en een beetje licht zeg maar, het is niet zo'n klinische plek van; oh waar ben ik nu weer terecht gekomen. Nee, het is best wel gezellig en ik denk dat dat ook wel helpt.”

Interviews: wat kan er beter?

Dat online contact dat is zeg maar wat makkelijker te initiëren, dan hoef je niet meteen naar de locatie, dan hoef je niet iemand aan te kijken

Sommigen vinden het misschien wel fijn om een telefoongesprek te kunnen voeren eerst

om workshops te doen op scholen zodat mensen op die manier met jullie be... ehm bekend kunnen worden.

@ ease voor en door jongeren

@ease werkt met jeugdige vrijwilligers

- achtergrond o.a. studenten
- ervaringsdeskundigen
- selectie
- training
- jongerenraad
- PR activiteiten

Waar kun je ons nu vinden?

Maastricht op **dinsdag, woensdag & donderdag**
15:30 – 18:30
Bogaardenstraat 35a
maastricht@ease.nl
043- 2058106
Loop gerust binnen!

Amsterdam op **maandag & woensdag**
15:00 – 18:00
Houtmankade 336 (bij Dock)
amsterdam@ease.nl

Je bent welkom!

Kijk op: www.ease.nl www.facebook.com/EaseNL/

Toekomst

- Uitbreiden rest van NL -> Heerlen
- ENYOY – eHeadspace
- In de wijk out-reachend
- Samenwerking jouwggd.nl / 113 suicide preventie
- Minder problemen escaleren en mogelijke kostenbesparing

Gewaardeerde betrokkenen