



ONDERZOEKSRAPPORT

Door Kenniscentrum Kinderrechten vzw, februari 2023

3.433 kinderen en jongeren over TOP in je KOP



LEADER
provincie Antwerpen



Provincie
Antwerpen

Inhoud

Bedankt voor de samenwerking.....	3
1. Noorderkempen werkt zet in op “TOP in je KOP”	4
2. Onderzoeksoptzet: kinderen en jongeren in een adviesrol	5
2.1. Onderzoeksvragen.....	5
2.2. Methodologie	5
2.3. Kinderrechten als kader	7
2.4. Leeswijzer	10
3. Kenmerken respondenten.....	11
3.1. Profiel van kinderen en jongeren die de (online) bevraging invulden	11
3.2. Onderwijsvorm	13
3.3. Kinderen en jongeren in kwetsbare situaties.....	14
4. De resultaten	15
4.1. Kinderen en jongeren over hun gevoelens	15
4.2. Kinderen gebruiken vooral hun gsm en merendeel jongeren zit elke dag op sociale media	19
4.3. Kinderen en jongeren over hun vrije tijd	21
4.4. Kinderen zouden het vaker vertellen, dan zwijgen, als het niet goed gaat met hen.....	22
4.5. Zowel kinderen als jongeren zouden eerst aan hun moeder hulp vragen.....	23
4.6. Eigenschappen van de persoon die hulp biedt	24
4.7. Kinderen en jongeren willen bij voorkeur met iemand in het echt praten als het niet goed gaat.....	29
4.8. Kinderen en jongeren willen op diverse manieren informatie krijgen	30
4.9. Tips van kinderen en jongeren als het niet goed gaat	35

5. Aanbevelingen.....	38
6. Bijlages.....	41
Bijlage 1: Vragenlijst kwalitatieve interviews.....	41
Bijlage 2: vragenlijst online bevraging (10-12 jaar).....	45
Bijlage: vragenlijst online bevraging (12 – 18 jaar)	59
Bijlage 4: verzameling suggesties voorstellingsmoment Jongerenwelzijnsoverleg	77

Bedankt voor de samenwerking

Een woord van dank aan iedereen die meewerkte aan dit onderzoek is op zijn plaats. In de eerste plaats aan de meer dan 3.000 kinderen en jongeren die de tijd namen om hun mening kenbaar te maken door onze enquête in te vullen en deel te nemen aan de gesprekken.

In de tweede plaats aan tussenpersonen, organisaties en alle scholen die de bevraging tot bij de kinderen en jongeren brachten. Ongelooflijk fel bedankt voor jullie betrokkenheid en inzet. Zonder jullie was dit onderzoek niet gelukt.

Een speciaal woord van dank ook aan:

- Dorien Van de Poel die de bevraging mee in goede banen leidde;
- de stuurgroep; Faye Van Impe, Greet Vorsselmans, Jo Van Gulck, Jo Wittevrongel, Kim Meeusen, Laura Van Cauwenbergh, Michèle Stappaerts, Nine Appels, Ronny Pijpers en Sam Adriaensen;
- de reflectiegroep; Caro Sanders, Eric Nysmans, Kris Van den Broeck, Leen Kerremans, Sara Keymolen;
- het Beheercomité: Bert Van Genechten, Faye Van Impe, Jeroen Van den Bogaert, Josée Van Aert, Katrien Brosens, Koen Rombouts, Leen Kerremans, Leo Sprangers, Marijke Van der Moeren, Marina Gys, Nathalie Cuylaerts, Rob Blockx;
- de collega's van team interlokale vereniging Noorderkempen Werkt: Jan Verlinden, Leo Sprangers, Marie Peeters;
- en Jongerenwelzijnsoverleg TOP in je KOP

Dit onderzoek wil de stem van kinderen en jongeren samenbrengen rond het thema welzijn en informatie rond welzijn.

Dit rapport dient als startdocument en basis voor de dialoog in het Jongerenwelzijnsoverleg 'TOP in je KOP'. Alsook beschouwen we dit rapport als een belevingsonderzoek over de leefwereld van kinderen en jongeren waar beleidsmakers en jeugd(werk)organisaties mee aan de slag kunnen voor verder onderzoek en beleid in de toekomst.

1. Noorderkempen werkt zet in op “TOP in je KOP”

De interlokale vereniging Noorderkempen Werkt (Arendonk, Baarle – Hertog, Hoogstraten, Merksplas, Ravels en Rijkevorsel) heeft als doel psychisch welzijn bij jongeren versterken.

Er worden binnen deze vereniging 4 grote pijlers naar voor geschoven:

1. Aanbod in kaart brengen
2. Ontwikkelen nieuw dienstverleningsmodel
3. Praktijkgerichte acties
4. Communicatie

Voor de opstart van de bevraging werd het aanbod in de regio in kaart gebracht en startte een jongerenwelzijnsoverleg op met een 45 deelnemers uit verschillende disciplines en hoeken. Groepstrainingen worden aangeboden en in Arendonk is er een inloophuis voor jongeren opgestart. Vanuit deze eerste acties bleek er een grote blinde vlek over het psychologisch aanbod bij kinderen en jongeren in de Noorderkempen. Om tegemoet te komen aan dit hiaat, zette ILV Noorderkempen Werkt een bevraging op om de noden en behoeften van kinderen en jongeren omtrent psychisch welzijn te detecteren. Dit in het bijzonder vanuit een perspectief rond het leven en opgroeien in een plattelandcontext.

Deze bevraging werd afgenomen bij kinderen en jongeren tussen 8 en 20 jaar in de regio met specifieke aandacht voor onder andere kinderen tussen 10 en 12 jaar, kinderen en jongeren in kwetsbare situaties en in het buitengewoon onderwijs.

De bevraging en analyse werd uitgevoerd door het Kenniscentrum Kinderrechten (KeKi). KeKi streeft ernaar de positie van alle kinderen en jongeren in de samenleving te versterken en erkend te krijgen. KeKi wil dat kinderen en jongeren leven en opgroeien in een rechtvaardige, solidaire, menswaardige en inclusieve samenleving. Het respecteren en waarborgen van kinder- en mensenrechten staan hierbij centraal. KeKi is een kruispunt waar ideeën, kennis en ervaringen, vaardigheden en attitudes over kinderen en jongeren en hun rechten samenkomen en waar onderzoekers, praktijkmedewerkers, beleidsmakers en kinderen en jongeren elkaar ontmoeten. Dialoog en verbinding zit in ons DNA.

2. Onderzoekopzet: kinderen en jongeren in een adviesrol

2.1. Onderzoeksvragen

Het perspectief van kinderen en jongeren op psychisch welzijn en de toegang tot informatie en hulp zijn nog onvoldoende duidelijk. Vandaar dit onderzoek, als megafoon voor kinderen en jongeren in de regio Noorderkempen. De centrale vragen: Wat vinden kinderen en jongeren zélf over zich goed voelen en zichzelf kunnen zijn? Bij wie gaan ze aankloppen als het niet goed gaat? Welke hulp zouden ze willen krijgen als het niet goed gaat? En welke informatie willen ze krijgen over psychisch welzijn?

2.2. Methodologie

De TOP in je KOP-bevraging is een mixed-method onderzoek, met een kwalitatief en kwantitatief onderzoeksluik. Het kwantitatieve luik laat toe om te antwoorden te generaliseren, terwijl het kwalitatieve luik net de kans biedt om te verdiepen. Voor deze bevraging kozen we voor verkennend sequentieel (*exploratory sequential*) onderzoek. Dit betekent dat we eerst hebben ingezet op de kwalitatieve dataverzameling en analyse. De bevindingen en inzichten uit deze kwalitatieve data, hebben de kwantitatieve bevraging gevoed en maakten het ook mogelijk om die inzichten te controleren en te staven voor een grotere groep kinderen en jongeren.

Er wonen ongeveer 10.549 kinderen en jongeren in Arendonk, Baarle – Hertog, Hoogstraten, Merksplas, Ravels en Rijkevorsel.¹ Deze bevraging maakte geen gebruik van een steekproef representatief voor alle kinderen en jongeren in de Noorderkempen, waardoor we niet zomaar algemene uitspraken kunnen doen. Dit was niet de doelstelling van de bevraging. Ten opzichte van dit totaal hebben we 32,5% kinderen en jongeren of 1 op 3 bereikt. Aangezien het

¹ Cijfers voor de leeftijdscategorie 6 tot 17 jaar, dashboard provincies.incijfers.be

onderzoek zich (voornamelijk) focuste op de leeftijdscategorie 10 tot 18 jaar kunnen we dit niet vergelijken met deze provinciale cijfers. Echter hebben we toch minstens 1 op 5 kinderen en jongeren bereikt in deze leeftijdscategorie.

Kwalitatieve interviews

Vanaf augustus tot september 2023, gebeurden kwalitatieve interviews met **53 kinderen en jongeren tussen 10 en 20 jaar**. Het ging over individuele en groeps gesprekken met kinderen en jongeren in diverse levensomstandigheden in Hoogstraten, Rijkevorsel, Merksplas en Arendonk.²

Voor de vragenlijst werd steeds dezelfde format gehanteerd: introductie en kennismaking, gevoelens, hulp vragen, informatie, jezelf kunnen zijn en outro. (zie bijlage 1) Waar nodig werden vragen en methode aangepast aan het niveau van het kind of de jongere. De vragenlijst werd ontwikkeld op basis van bevragingen uit voorgaand onderzoek.³

Kwantitatieve bevraging

De kwantitatieve bevraging liep van 10 tot 21 oktober 2023. Er namen 16 scholen in lager onderwijs en 7 scholen van secundair onderwijs deel aan de bevraging. Kinderen en jongeren van het 5e leerjaar tot het 6e middelbaar werden bevroegd. Deze kinderen hadden een leeftijd tussen 8 en 12 jaar. In het lager onderwijs werden in totaal 878 leerlingen aangesproken om deel te nemen. Daarvan beslisten 9 leerlingen niet deel te nemen aan de bevraging. In totaal vulden er dus **869 leerlingen in het lager onderwijs** de bevraging in. In het secundair onderwijs werden 2.578 jongeren aangesproken om deel te nemen aan de bevraging. Daarvan beslisten 14 jongeren niet te willen deelnemen. Er namen in totaal **2.564 leerlingen van het secundair onderwijs** deel aan de bevraging. In totaal namen **3.433 kinderen en jongeren** deel aan de online bevraging.

Omdat er een verschil is in leefwereld en ontwikkeling van kinderen ouder en jonger dan 12 jaar, ontwikkelden we een vragenlijst voor kinderen van 10 tot 12 jaar (bijlage 2) en een vragenlijst voor jongeren van 12 tot 18 jaar (bijlage 3). Er zijn slechts minimale verschillen in de vragenlijst om maximaal vergelijking mogelijk te maken. De vragen in de online vragenlijst zijn gebaseerd op de inzichten en bevindingen uit de kwalitatieve interviews.

² Volgende groepen of instellingen werden betrokken: Speelbus Hoogstraten, Animatoren Hoogstraten, Jeugdtraject Merksplas, Cirkant Arendonk, BuSo – Nautica Merksplas, Welzijnsschakels Hoogstraten, Taalkamp Hoogstraten en Speelpleinwerking Rijkevorsel.

³ Onderzoek Participation for Protection rond ervaringen geweld kinderen en jongeren (https://www.keki.be/sites/default/files/P4P%20Vragenlijst_Nederlands.pdf), ISCWeB-onderzoek rond mentaal welzijn van kinderen (https://www.jeugdonderzoeksplatform.be/files/Rapport_ISCWEB_Vlaams.pdf) en vragenlijst rond vrije tijd in ontwikkeling door het Jeugdonderzoeksplatform.

2.3. Kinderrechten als kader

Het uitgangspunt voor de enquête is dat kinderen recht hebben op bijzondere zorg en bescherming. En kinderen die in bijzonder moeilijke omstandigheden leven, hebben extra aandacht nodig.

Artikel 12 van het kinderrechtenverdrag stelt dat kinderen het recht hebben om hun mening te geven in alles wat ze aangaat. We hebben de stem van kinderen en jongeren nog amper gehoord in het publieke debat over de coronacrisis en over hoe zij de maatregelen ervaren en wat hun behoeften zijn. Ook het VN-Kinderrechtencomité onderstreept het belang van participatie en vraagt staten *'to provide opportunities for children's views to be heard and taken into account in decision-making processes on the pandemic. Children should understand what is happening and feel that they are taking part in the decisions that are being made in response to the pandemic'*.

Participatie als kinderrecht

Het recht om gehoord te worden zit vervat in het Verdrag voor de Rechten van het Kind, en stelt dat kinderen en jongeren het recht hebben om betrokken te worden bij zaken die hun leven mee bepalen. Dit geldt ook voor thema's zoals welzijn, welbevinden en ontwikkeling. We besteden de concrete aanpak uit aan experts die op vlak van de leefwereld van kinderen en jongeren heel wat expertise te bieden hebben: de kinderen en jongeren zelf. Wij bevragen de kinderen en jongeren dan ook niet over hun directe ervaringen rond deze thema's, maar plaatsen hen in een experten- of **adviesrol**. Dit betekent dat kinderen en jongeren ons advies geven over hoe zij bepaalde situaties zouden aanpakken en welke suggesties tot verbetering zij hebben.

Welzijn en welbevinden

In het Kinderrechtenverdrag is er geen omschrijving van welbevinden, wel van ontwikkeling. Het recht op ontwikkeling (art. 6.2 IVRK) omvat de "lichamelijke, geestelijke, spirituele, morele, psychologische en sociale ontwikkeling van het kind, op een wijze die verenigbaar is met de menselijke waardigheid, en om het kind voor te bereiden op een individueel leven in een vrije samenleving".

De termen welbevinden, geestelijke gezondheid en welzijn worden in literatuur door elkaar gebruikt en er is geen éénduidige definiëring. *“The true measure of a nation’s standing is how well it attends to its children – their health and safety, their material security, their education and socialization, and their sense of being loved, valued, and included in the families and societies in which they are born” (UNICEF, 2007). The UNICEF definition takes an ecological approach to child well-being, encompassing a child’s life as a whole and recognizing that all childhood experiences will contribute to their overall well-being. In a broad sense, well-being describes the determinants of a good life for children, the promoters of growth and development, and factors that enhance a child’s feelings of happiness and satisfaction.”*⁴

Participatiekader voor bevraging

Om te verzekeren dat de participatie van kinderen en jongeren kwaliteitsvol, vanuit kinderrechten vertrekkende en steeds op een veilige en inclusieve wijze gebeurt, hanteerden de onderzoekers van KeKi een participatiekader gebaseerd op de Algemene Commentaar nr. 12, opgesteld door het VN-Comité voor de Rechten van het Kind.⁵

Het aangereikte participatiekader omvat negen algemene principes, die zo veel als mogelijk in acht werden gehouden bij onderzoeksactiviteiten waar kinderen en jongeren bij betrokken waren. We verduidelijken hieronder telkens hoe we dit in de praktijk hebben vertaald.

1. **Transparant en informatief.** Dit betekent dat er voldoende informatie wordt verschaft over het thema, de vragenlijst, mogelijke gevolgen van het participeren door kinderen en jongeren en rond het recht op het vormen en uiten van een mening. Er werden vooraf aan het kwalitatieve en kwantitatieve luik informatiebrieven en folders over TOP in je KOP aan de ouders of opvoedingsverantwoordelijken en kinderen en jongeren bezorgd. Tijdens de kwalitatieve bevraging werd informatie verschaft over kinderrechten en hulpaanbieders in de regio. Na de kwalitatieve en kwantitatieve bevraging werd doorverwezen naar WATWAT en kregen de deelnemende kinderen en jongeren informatie samengebracht in een totebag (zie verder).
2. **Vrijwillig.** Deelname moet vrijwillig zijn en er moet in alle fases de mogelijkheid zijn om te stoppen. Ouders of opvoedingsverantwoordelijken gaven een passieve ouderlijke toestemming. Dit wil zeggen dat ze enkel dienden mee te delen indien hun kind niet mocht deelnemen aan de bevraging. Ook als ouders of opvoedingsverantwoordelijken toestemming gaven, dienden kinderen en jongeren steeds actieve toestemming te geven om deel te nemen aan de bevraging. Ze kregen ook de mogelijkheid om op elk moment te stoppen met de bevraging. Ook was er geen enkele vraag verplicht te beantwoorden.

⁴ Helseth, S., Haraldstad, K. (2014). Child Well-Being. In: Michalos, A.C. (eds) Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research. Springer, Dordrecht.

⁵ United Nations Committee on the Rights of the Child (CRC Committee) (2009). *General Comment No. 12 (2009) The right of the child to be heard.* CRC/C/GC/12.

3. **Respectvol.** Er moet respectvol omgegaan worden met de visie van kinderen en jongeren en er moet ruimte gemaakt worden voor hun eigen ideeën en activiteiten. We gaven kinderen en jongeren de mogelijkheid om nog onderwerpen of meningen toe te voegen die niet aan bod konden komen tijdens de gesprekken, alsook bij de online bevraging.
4. **Relevant.** Kinderen en jongeren hebben het recht om betrokken te worden bij zaken die relevant zijn voor hun leven en waarbij ze kunnen terugvallen op hun eigen kennis, vaardigheden en competenties. Daarnaast moet er ook ruimte gecreëerd worden waar kinderen en jongeren zelf kunnen bepalen welke kwesties relevant zijn voor hen. Kinderen en jongeren gaven aan dat ze het belangrijk vinden om zich goed te voelen en veilig op te kunnen groeien.
5. **Kindvriendelijk.** De omgeving en methodes moeten afgestemd zijn op hun capaciteiten. Voor de kwalitatieve bevraging maakten we gebruik van verschillende visuele en creatieve methoden om het gesprek aan te knopen (smileys, een tekening, foto's van logo's organisaties. etc.). Vooraf aan de online bevraging werd een groep van kinderen en jongeren van dezelfde leeftijdsgroep bevraged naar de moeilijkheidsgraad van de vragen en de lengte van de bevraging. Ze kregen de mogelijkheid om vragen aan te passen, te schrappen of toe te voegen.
6. **Inclusief.** Participatie moet bestaande patronen van discriminatie uit de weg gaan en moet steeds inclusief zijn. Ook moeten er opportuniteiten gerealiseerd worden voor gemarginaliseerde kinderen en jongeren om te participeren. Zij mogen dus niet gezien worden als een homogene groep. Iedereen moet de kans krijgen om te participeren, zonder discriminatie op welke grond en er moet voldoende rekening gehouden worden met cultuursensitiviteit. Vanuit de kwalitatieve interviews werd getracht om kinderen en jongeren in diverse levensomstandigheden te betrekken (zoals bijvoorbeeld jongeren met een handicap, met een migratie of vluchtelingenachtergrond of in armoede)
7. **Ondersteuning.** Volwassenen die participatie van kinderen en jongeren faciliteren moeten over voldoende voorbereiding, vaardigheden en opleiding beschikken hiervoor. Ook kinderen en jongeren kunnen betrokken worden als trainers of facilitators om participatie te promoten en moeten daar ook voldoende opleiding en ondersteuning voor kunnen genieten. De betrokken onderzoekers van het Kenniscentrum Kinderrechten (KeKi) hebben ervaring in het werken met kinderen en jongeren en waren als enige aanwezig tijdens de kwalitatieve interviews. Leerkrachten en andere begeleiders die kinderen en jongeren begeleiden tijdens de kwantitatieve bevraging werden ondersteund door een informatiebrief, een instructievideo en een inbelmoment voor specifieke vragen.
8. **Veilig en met oog voor risico's.** Volwassenen die met kinderen en jongeren werken, hebben de verantwoordelijkheid om maatregelen te nemen zodat de risico's op geweld, uitbuiting of andere negatieve gevolgen, die zouden kunnen samenhangen met de participatie van kinderen en jongeren, zo klein mogelijk gehouden worden. Elk kind of jongere dat deelnam aan de kwalitatieve interviews, ontving een totebag met daarin verschillende informatie rond mentaal welzijn. Er werd op het einde van een interview of mondeling, of op het einde van de bevraging doorverwezen naar belangrijke partners op vlak van geestelijke gezondheidszorg in Vlaanderen, als de Noorderkempen.
9. **Met rekenschap achteraf.** Er wordt achteraf teruggesproken op wat voor manier er rekening gehouden is met de visie van kinderen en jongeren. Elk kind of jongere ontving een totebag met daarin verschillende informatie rond mentaal welzijn. Ook bij de online bevraging werd

een groot deel van de scholen op dezelfde dag (of in dezelfde week) van de bevraging bezocht waar er totebags met informatie aan de schoolpoort werden uitgedeeld. Na publicatie van het onderzoeksrapport wordt er ook naar kinderen en jongeren gecommuniceerd.

2.4. Leeswijzer

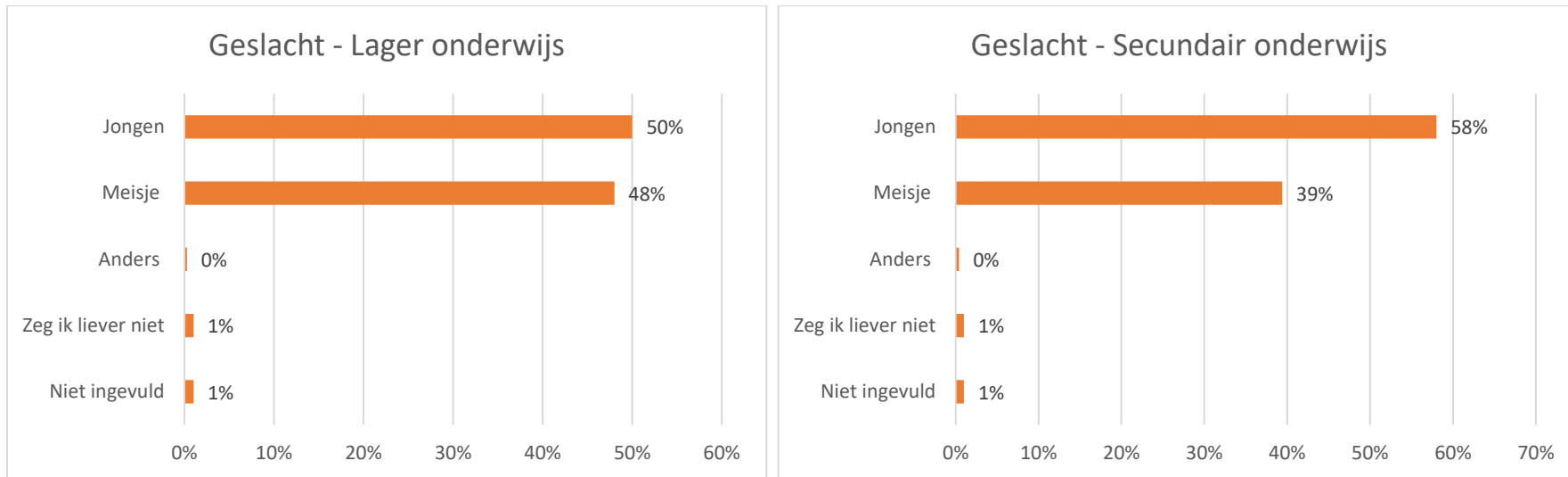
In het rapport verwijzen we steeds naar kinderen als we verwijzen naar leerlingen lager onderwijs en jongeren als we verwijzen naar jongeren in het secundair onderwijs. We bekijken we eerst wie de bevroagde kinderen en jongeren precies zijn en hoe zij naar welzijn kijken. Vervolgens bekijken we de antwoorden per thema in de bevraging: over je goed voelen, hulp vragen, de belangrijkste hulppersoon, informatie krijgen over je goed voelen en jezelf kunnen zijn. We bespreken telkens de resultaten van de kinderen en jongeren na elkaar om vergelijking en discussie mogelijk te maken.

We presenteren en beschrijven de resultaten zoals de kinderen en jongeren ze ons gaven, ook als hebben sommige kinderen en jongeren niet alle vragen beantwoord. We geven bij antwoorden steeds weer hoeveel vragen onbeantwoord bleven.

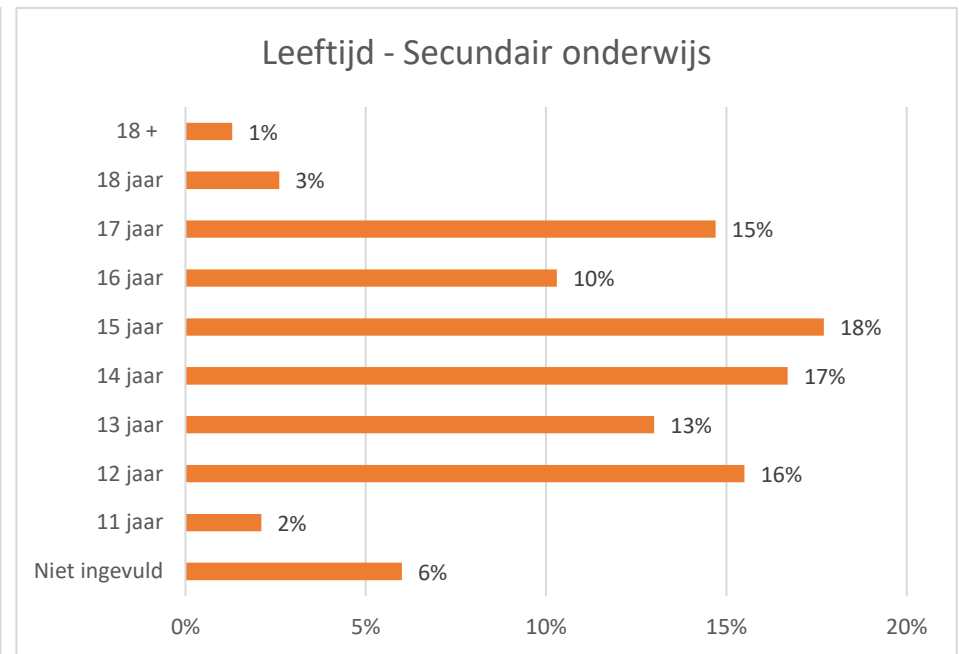
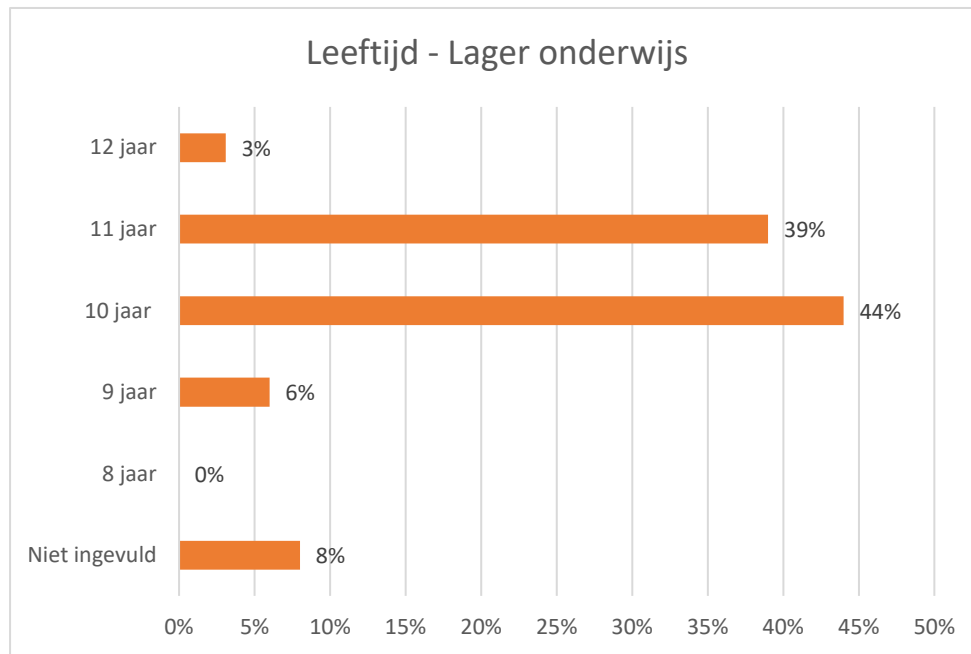
3. Kenmerken respondententen

3.1. Profiel van kinderen en jongeren die de (online) bevraging invulden

Als we alle kinderen en jongeren in rekening brengen – ook zij die niet alle vragen van de vragenlijst hebben ingevuld – komen we op 869 kinderen (lager onderwijs) en 2.564 jongeren (secundair onderwijs). Er werden meer leerlingen in het secundair onderwijs bereikt. Het kwalitatieve luik biedt daarentegen meer inzicht in de leefwereld van leerlingen lager onderwijs.

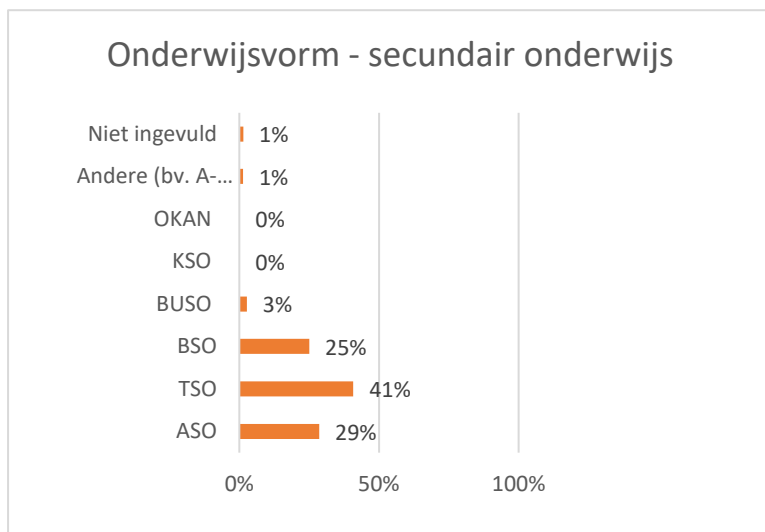
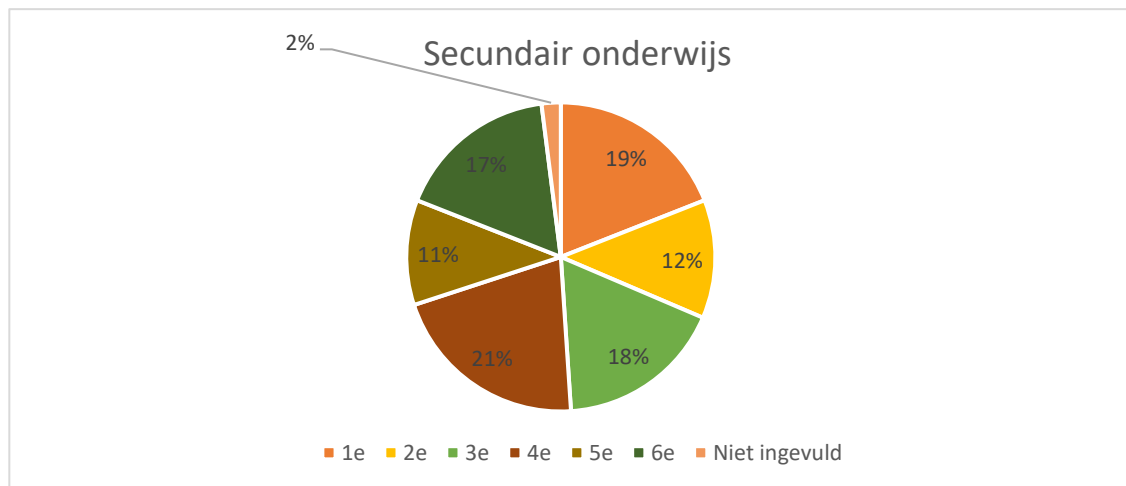
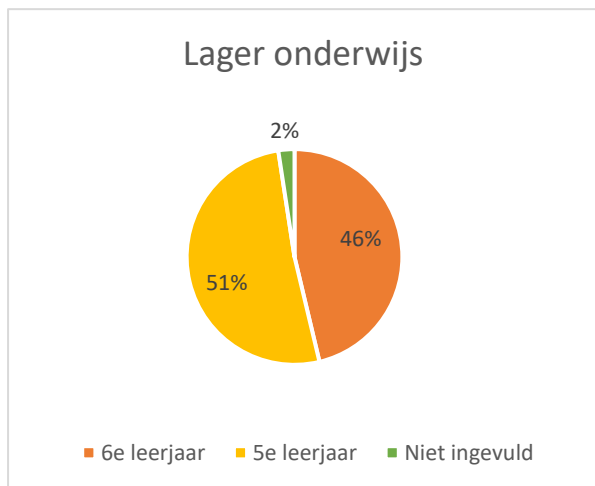


Bij de kinderen was de verdeling 48% jongens tegenover 50% meisjes. Bij de jongeren vulden iets meer jongens (58%), dan meisjes (39%) de enquête in. Sommige kinderen en jongeren voelen zich noch jongen, noch meisje. Het gaat om 2 kinderen en 11 jongeren. Sommige kinderen (n=16) en jongeren (n=57) wilden het geslacht niet zeggen of vulden de vragen niet.



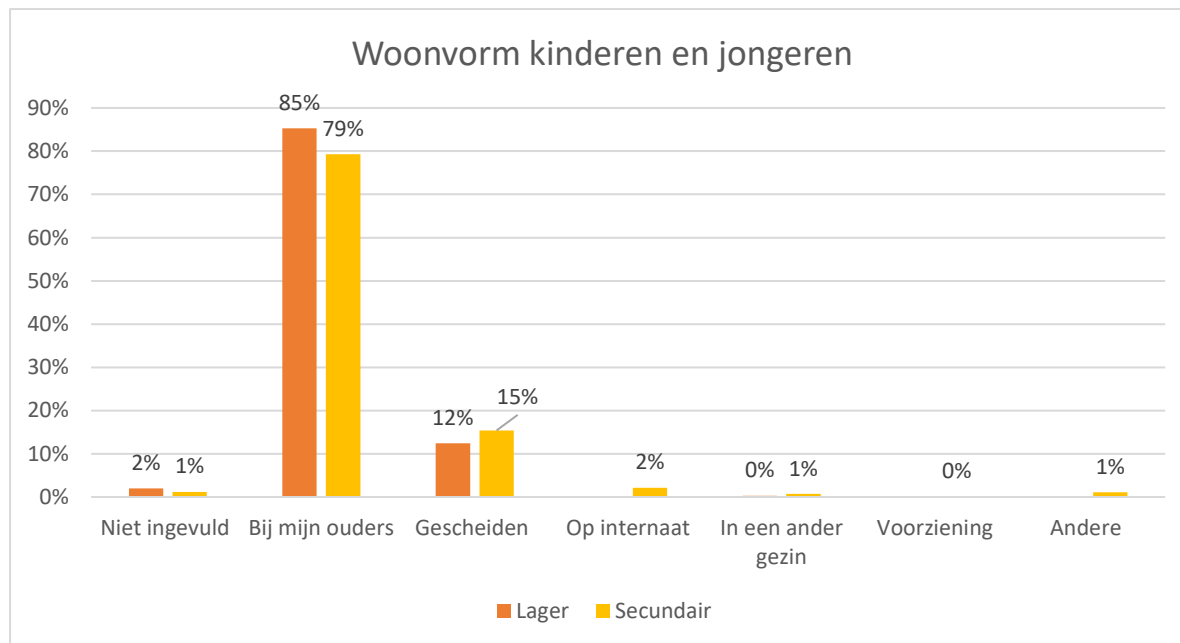
In de leeftijdsverdeling zien we in het lager onderwijs slechts 1 deelnemer van 8 jaar. De meerderheid van de deelnemers in het lager onderwijs bevindt zich tussen 10 (44%) en 11 jaar (39%). Bij leerlingen in het secundair onderwijs zien we ook een kleine minderheid in de leeftijd 11 jaar (n=55), 18 jaar (n=66) en 18+ (n=33). Een kleine meerderheid bevindt zich tussen de 14 (17%) en 15 jaar (18%).

3.2. Onderwijsvorm



De meeste respondenten volgen een beroeps of technische opleiding (n= 1.689). Daarnaast volgen 733 leerlingen algemeen secundaire onderwijs en vulden 70 leerlingen van het buitengewoon onderwijs de vragenlijst in.

3.3. Kinderen en jongeren in kwetsbare situaties



We kozen ervoor om kinderen en jongeren niet expliciet te vragen naar bepaalde factoren van maatschappelijke kwetsbaarheid, zoals kansarmoede of een diverse etnisch-culturele achtergrond. Kwetsbaarheid kan vanuit deze enquête bekeken worden vanuit de variabele woonvorm. De meerderheid van de kinderen woont bij hun ouders (n=741). Daarnaast hebben 108 kinderen ouders die gescheiden zijn en wonen 3 kinderen in een ander gezin (bv. pleeggezin) dan bij hun ouders. Eén kind gaf aan anders te wonen: “ouders zijn niet meer samen maar wonen wel nog samen, mijn mama heeft een nieuwe vriend.” De jongeren kregen ook de opties ‘op internaat’ of ‘in een voorziening’. Ook bij leerlingen secundair woont het grootste deel bij hun ouders (n=2034). Er zijn 396 leerlingen waarvan de ouders gescheiden zijn, 55 leerlingen wonen op internaat, 19 leerlingen bij een ander gezin en 2 leerlingen in een voorziening. De 28 leerlingen

die aangaven nog anders te wonen, verwezen vaak naar hun grootouders of 1 ouder (voornamelijk “mama” werd hierbij aangeduid).

4. De resultaten

4.1. Kinderen en jongeren over hun gevoelens

Er zijn heel diverse betekenissen van welzijn afhankelijk van situatie en leeftijd. Welzijn als term zegt kinderen en jongeren niet veel. Welzijn of je goed voelen is abstract, maar als het concreet wordt via gevoelens en het benoemen hiervan, kan het gesprek gemakkelijk op gang gebracht kan worden.

Uit de kwalitatieve bevraging bleek dat kinderen verdrietig en boos worden van pesten en ruzie. Zeker jongere kinderen hebben het hier vaak over. Ze worden blij van hun hobby's, sporten en school. Dit ging zeker op voor jongere kinderen, terwijl oudere kinderen dit soms aangaven als druk om te presteren. Kinderen en jongeren geven aan dat dit een uitlaatklep is en ook een plek is waar ze vrienden kunnen zien. Ze worden ook blij van bij familie en vrienden zijn. Oudere jongeren gaven aan dat ze het belangrijk vinden om gehoord te worden om zich goed te voelen.

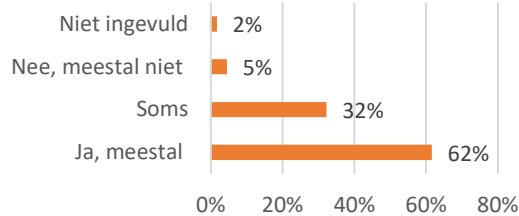
“Ik ben pas van school verwisseld en ben erg verdrietig en werd in het verleden erg gepest en nu komt het weer een beetje terug, er zijn wat kinderen die mij willen pesten.”

– meisje 11 jaar

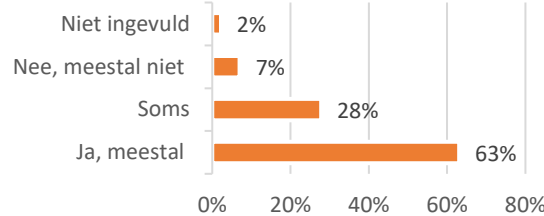
“De spanning, angst en stress die je ervaart op school, moet ook rekening mee gehouden worden.”

– meisje, 15 jaar

Voel jij je goed op school? - Lager onderwijs

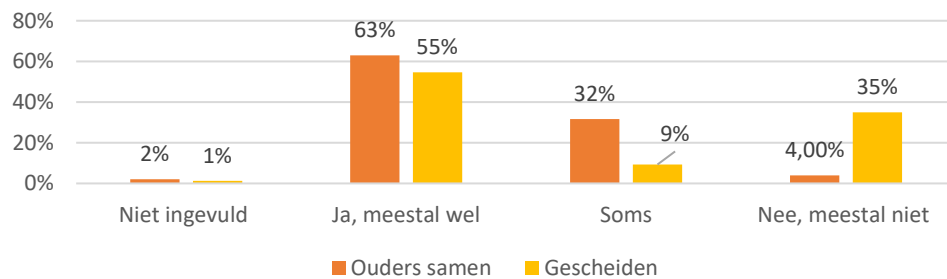


Voel jij je goed op school? - Secundair onderwijs



Zowel bij kinderen, als bij jongeren voelt ongeveer **63%** zich meestal **goed op school**. Wanneer we verder bekijken in welke mate je goed voelen op school samenhangt met het leerjaar waarin het kind zich bevindt, zien we minimale verschillen. 280 kinderen en 711 jongeren geven aan zich soms niet goed te voelen op school. Kinderen en jongeren die zich meestal niet goed voelen bedragen een minderheid. Het gaat om 39 kinderen en 179 jongeren.

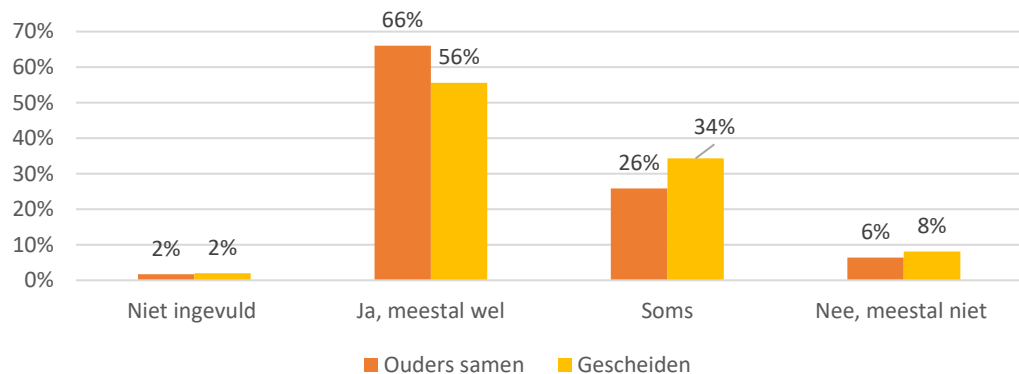
Relatie woonvorm kinderen en jongeren en goed voelen op school (lager onderwijs)



Hoewel het aantal kinderen met ouders die niet samenwonen in een huis beduiden lager ligt, zien we wel een verschil in hoe ze zich voelen op school. Daar waar bijna 63% van de kinderen die bij ouders woont zich goed voelt, is dit 54,60% bij kinderen waarvan de ouders niet meer samenwonen. Het percentage kinderen die aangeeft zich soms niet goed te voelen op school ligt dan weer hoger bij kinderen waar beide ouders van samenwonen (31,60% tegenover 9,30% kinderen van ouders die niet samenwonen). Kinderen van ouders die niet samenwonen, scoren dan weer hoger op zich meestal niet goed voelen op school (35% tegenover 4% kinderen waarvan beide ouders samenwonen). De categorie 'anders' (bv. Pleeggezin) bracht geen specifieke inzichten. Als we kijken naar het leerjaar zien we weinig

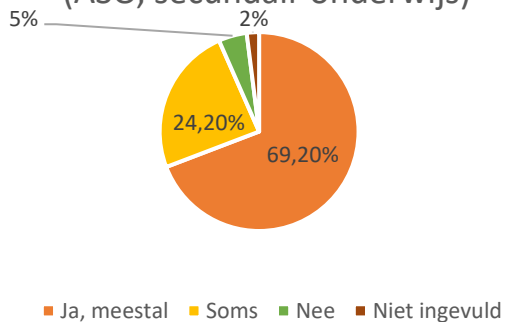
verschil tussen de percentages. 60,2% in het 5^e leerjaar en 63,3% in het 6^e leerjaar voelt zich meestal goed. 35,1% in het 5^e leerjaar en 28,9% in het 6^e leerjaar voelt zich soms niet goed. Daarnaast heeft een kleine minderheid aan zich meestal niet goed te voelen (4% in het 5^e leerjaar en 6% in het 6^e leerjaar).

Relatie woonvorm kinderen en jongeren en goed voelen op school (secundair onderwijs)

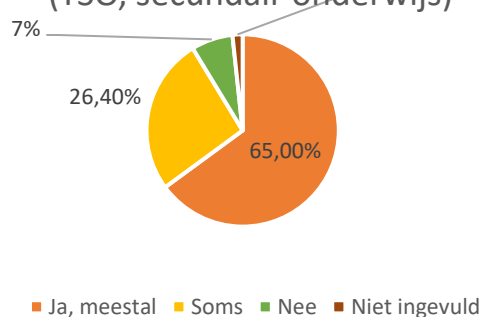


Voor de jongeren zien we dan eerder een klein verschil tussen zich goed voelen op school en de woonvorm. Bij jongeren die op internaat (n=55) zitten, zijn de cijfers negatiever dan de andere cijfers. Slechts 36,4% van de jongeren op internaat, voelt zich goed op school. 45,5% van de jongeren geeft aan zich soms goed te voelen op school en 16,4% voelt zich meestal niet goed op school.

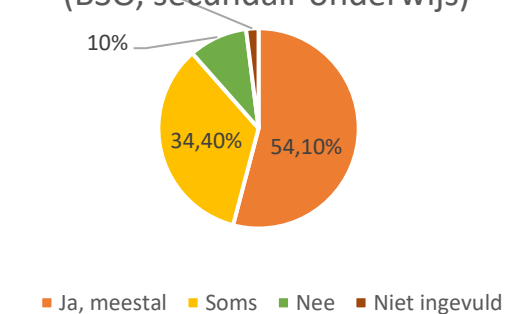
Goed voelen op school (ASO, secundair onderwijs)

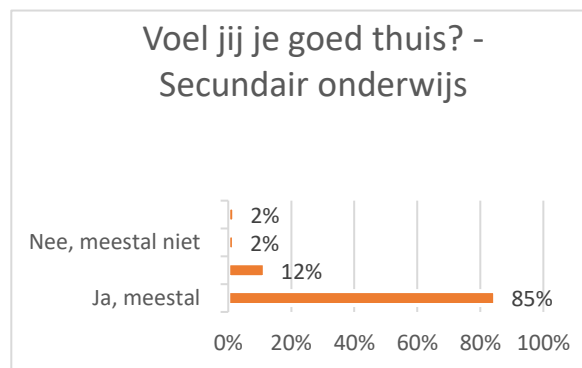
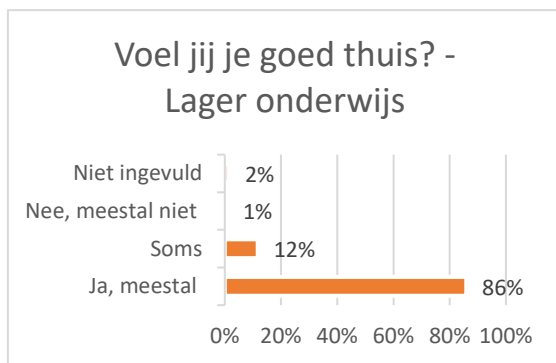
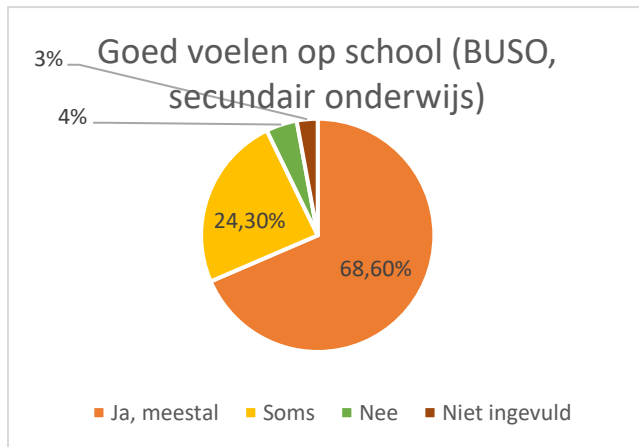


Goed voelen op school (TSO, secundair onderwijs)



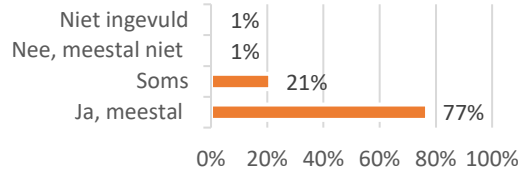
Goed voelen op school (BSO, secundair onderwijs)



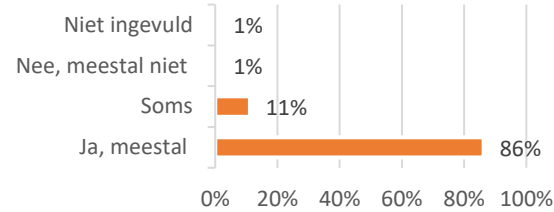


Ongeveer **85%** van de kinderen en jongeren voelt zich meestal **goed thuis**. Voor ongeveer 14% van diezelfde kinderen en jongeren is dat niet of soms het geval.

Voel jij je goed bij je vrienden? - Lager onderwijs



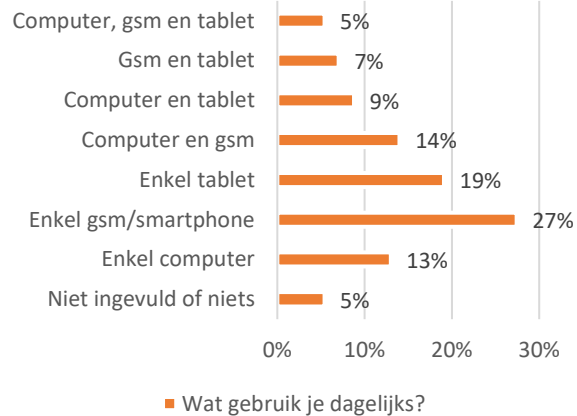
Voel jij je goed bij je vrienden? - Secundair onderwijs



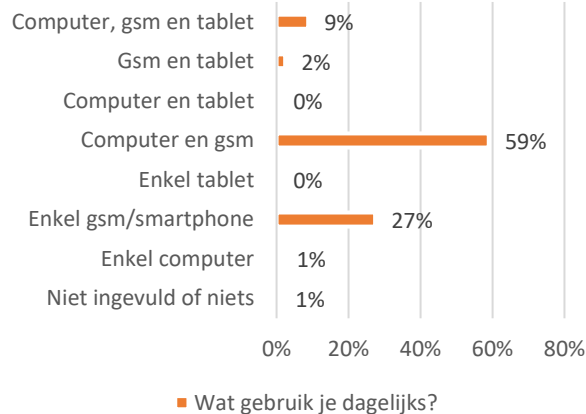
Bij de vraag of kinderen en jongeren zich goed voelen bij hun vrienden, zien we het meeste verschil. Terwijl **77%** van de kinderen aangeeft zich **meestal goed te voelen** bij hun vrienden, ligt dit voor jongeren veel hoger (86%). 183 kinderen (21%) geven aan zich soms niet goed te voelen bij hun vrienden. Dit ligt veel lager bij jongeren (11%).

4.2. Kinderen gebruiken vooral hun gsm en merendeel jongeren zit elke dag op sociale media

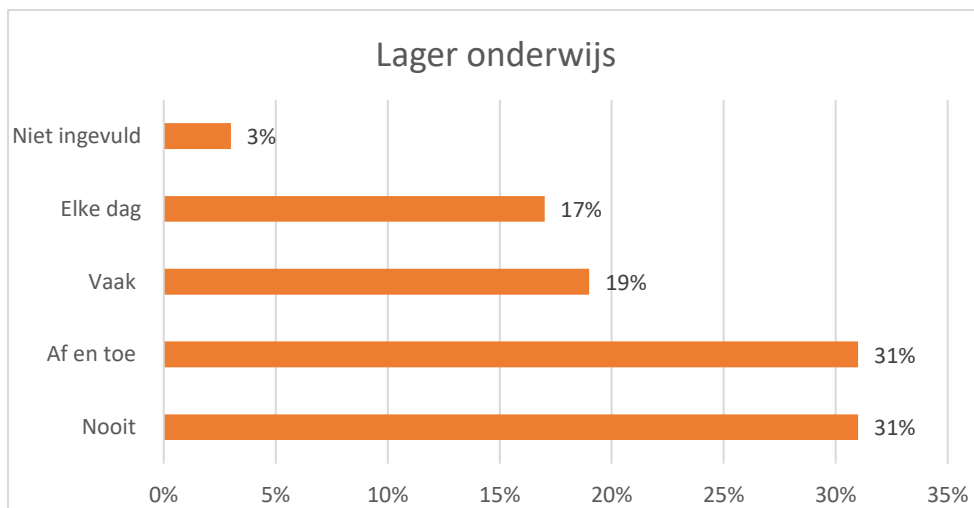
Lager onderwijs



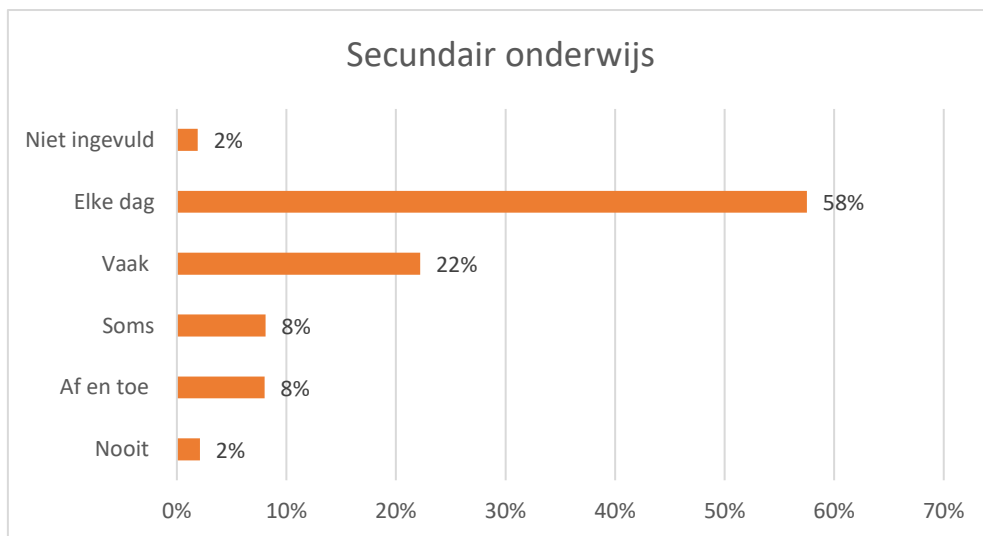
Secundair onderwijs



We vroegen kinderen en jongeren of zij dagelijks gebruik maakten van een laptop of pc, gsm of smartphone of tablet. Kinderen gebruiken het meest hun gsm (27%) en tablet (19%). Jongeren gebruiken vooral computer én gsm dagelijks (59%), gevolgd door enkel de gsm (27%).



We vroegen aan kinderen en jongeren hoe vaak ze gebruik maakten van sociale media (Facebook, Instagram, TikTok, ...). Hier zien we een groot verschil tussen kinderen en jongeren. Een groot deel van de bevroegde kinderen gebruikt nooit tot af en toe sociale media (61,2%). Dit terwijl de meerderheid van de jongeren (80%) elke dag of vaak gebruikt maakt van sociale media. Het is dus een medium langs waar jongeren gemakkelijk kunnen bereikt worden. Later in de bevraging vroegen we aan kinderen en jongeren of zij ook informatie over welzijn willen ontvangen via sociale media. Ga naar 4.8.



4.3. Kinderen en jongeren over hun vrije tijd

Ongeveer 4 op 5 kinderen en jongeren hebben een hobby. Ongeveer 6% kinderen en 12% jongeren heeft geen hobby. Ongeveer de helft van de leerlingen in het secundair kan ook rusten. Bij kinderen ligt dit percentage iets lager (38%). Toch geven 130 kinderen (15%) en 267 jongeren (10%) aan net niet te kunnen rusten.

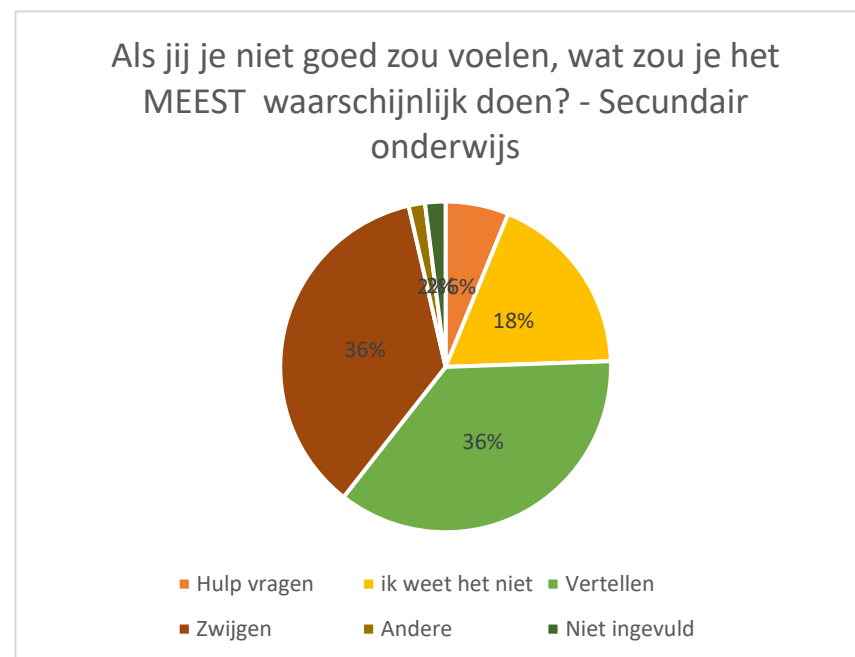
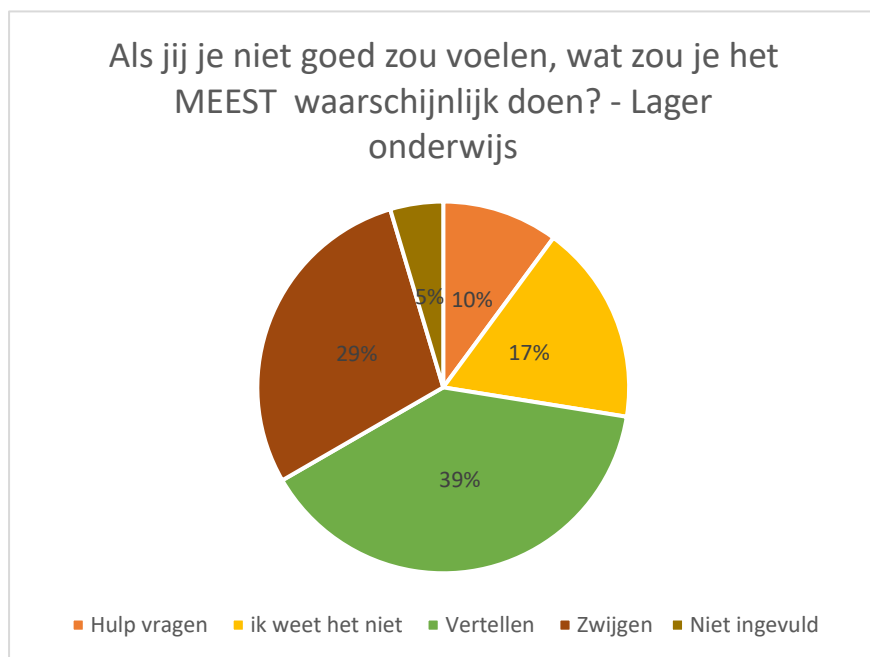
Bij de helft van de kinderen (46%) speelt vaak met hun vrienden en voor 42% gebeurt dit soms. Een minderheid van de kinderen (8%) speelt weinig met hun vrienden. Bij jongeren zien we min of meer dezelfde vergelijking. 45% van de jongeren spreekt vaak of soms af met hun vrienden. Een minderheid van de jongeren spreekt weinig met hun vrienden af. Iets meer dan de helft van de kinderen (55%) is meestal bij hun gezin of familie in de vrije tijd. Bij jongeren is dit slechts 39%. Verder geeft 34% van de kinderen en 47% van de jongeren soms bij hun gezin of familie te zijn in de vrije tijd. Voor een minderheid van de kinderen (4%) en jongeren (10%) is dit niet het geval.

Voor de keuze van vrijetijdsbesteding ligt dit een beetje anders. Bij de **jongeren kan 72% zelf kiezen hoe ze hun vrije tijd invullen**, voor kinderen is dit slechts 53%. Slechts 3% van de jongeren mag niet kiezen wat ze doen in hun vrije tijd. Bij kinderen gaat dit over 6%.

1 op 4 kinderen en jongeren is vooral binnen in de vrije tijd. Iets minder dan de helft van de kinderen is soms binnen in de vrije tijd. 1 op 4 kinderen en jongeren is vooral buiten in de vrije tijd. We zien gelijkaardige cijfers bij de online of digitale vrije tijd. **Ongeveer 30% kinderen en jongeren geven aan vooral online te zijn in hun vrije tijd.** 46% van de kinderen en 52% van de jongeren is soms online. 19% van de kinderen en 17% van de jongeren vult de vrije tijd niet online in.

Een **meerderheid van de kinderen (77%) en jongeren (84%) geeft aan dat er genoeg groene ruimte is in de omgeving.** Slechts 8% van de kinderen en 6% van de jongeren geeft aan niet voldoende groene ruimte te hebben in de omgeving. Bij de vraag of er genoeg plekken zijn in buurt waar kinderen en jongeren naartoe kunnen in hun vrije tijd, geven 61% van de kinderen en 68% van de jongeren aan dat dit het geval is. Voor 15% van de kinderen en 11% van de jongeren is dit niet het geval. Bijna de helft (48%) van de kinderen met weinig plek in de buurt is 10 jaar en zit in het 5^e leerjaar (53%). De meerderheid van deze kinderen woont bij beide ouders. (89%). Jongeren die 15 jaar zijn geven het meest aan weinig plek in de buurt te hebben (19%). Ongeveer 32% en 39% van de jongeren die weinig plek heeft volgt respectievelijk ASO of TSO. Het grootste deel van deze jongeren woont bij beide ouders (79%). Een kleine meerderheid van de kinderen (70%) en jongeren (71%) weet wat er te doen is in hun omgeving. Slechts 6% van de kinderen en 7% van de jongeren weten niet wat er te doen is in hun omgeving.

4.4. Kinderen zouden het vaker vertellen, dan zwijgen, als het niet goed gaat met hen

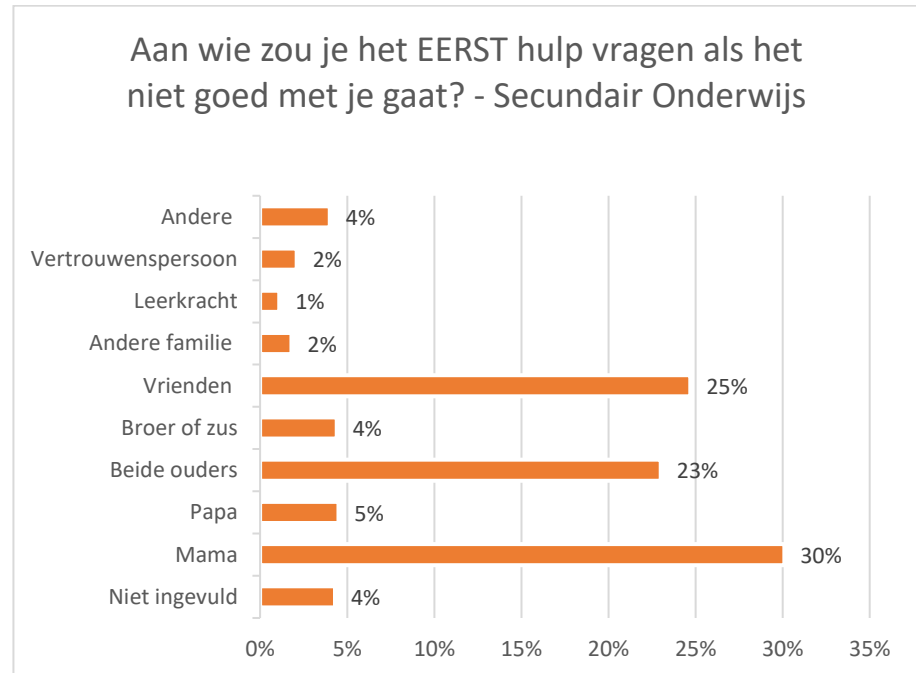
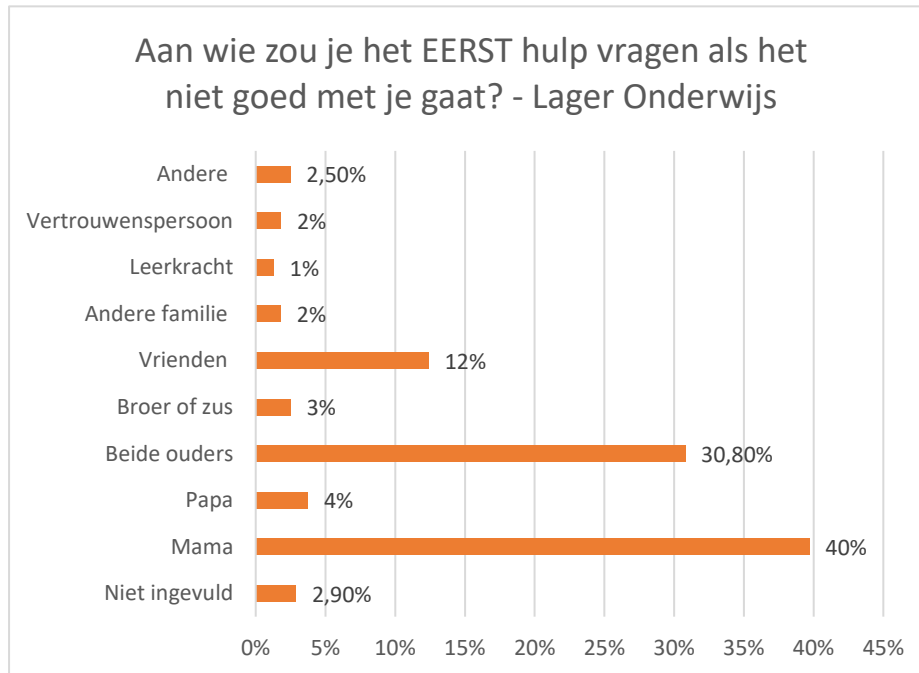


Bij ander vulden de kinderen in: naar mijn kamer en muziek luisteren, in de zetel liggen, aan mijn dieren zeggen of naar dieren gaan, soms vertel ik het en soms niet, Playstation, weglopen of naar mijn kamer, Ik durf het soms niet te zeggen, tegen een knuffel zeggen (omdat die het niet kan doorvertellen), soms aan mama of spelen en er niet aan denken.

“Ligt er aan wat het is: als het echt niet meer gaat dan vertel ik het, als het niet zo belangrijk is dat iemand het weet, zwijg ik.” Meisje – 11 jaar.

Of kinderen en jongeren zullen vertellen over hun problemen is contextafhankelijk. Het hangt af van het soort problemen, waar ze zich afspelen (bv. school) en wie daar aanwezig is.

4.5. Zowel kinderen als jongeren zouden eerst aan hun moeder hulp vragen



De moeder is de eerste vertrouwenspersoon zowel bij kinderen (40%), als bij jongeren (30%). Daarnaast geeft ook een groot deel kinderen en jongeren aan bij beide ouders aan te kloppen mochten ze zich niet goed voelen. Bij jongeren (23%) valt het op dat ook vrienden een prominente rol spelen als eerste vertrouwenspersoon.

Ook in de kwalitatieve bevraging gaven respondenten allemaal aan dat ze hulp vragen aan vrienden en familie. Jongere kinderen geven aan dat ze vooral hulp vragen aan hun ouders of een andere volwassen persoon. Pas daarna vernoemen ze vrienden. Oudere kinderen en jongeren geven dan weer aan eerder hulp te vragen aan vrienden. Tenzij het ernstig is, dan vragen ze hulp aan ouders of andere volwassenen. Oudere kinderen die in de jeugdbeweging

zitten geven aan dat ze soms ook een vertrouwenspersoon zijn voor jongere kinderen. Een minderheid geeft aan met niemand te praten. De meeste kinderen en jongeren gaan dus met iemand praten als ze zich niet goed voelen. Sommige geven aan dat ze veranderen van persoon tegen wie ze spreken afhankelijk van het probleem dat ze hebben. In sommige groeps gesprekken komen professionelen aan bod, maar daarvan vinden de jongeren dat dit een extra stap is: eerst vrienden en familie, pas dan een professionele (eventueel op aanraden van). Sommigen geven aan dat ze niet echt om hulp vragen, omdat ze zich schamen, zich niet zwak willen tonen aan de buitenwereld. De meeste geven echter aan dat er vlot over mentaal welzijn gepraat kan worden met de eerste cirkel.

Professionele hulporganisaties

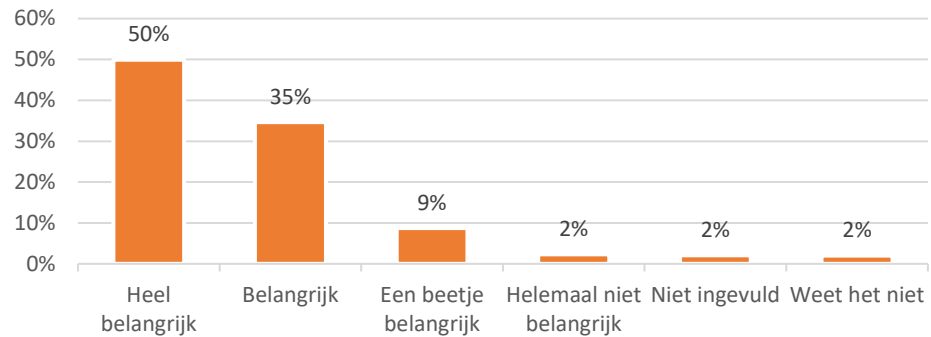


We toonden kinderen en jongeren in de kwalitatieve interviews een greep uit de organisaties die betrokken zijn bij welzijn. Ze kenden vaak maar enkelen aan het logo. Daarbij kwam dat ze vaak het logo herkenden, maar daarom nog niet gekend wat de organisaties doen. Awel was het meest gekend, maar de meeste respondenten gaven aan daarom nog niet de stap te nemen hen ook te contacteren.

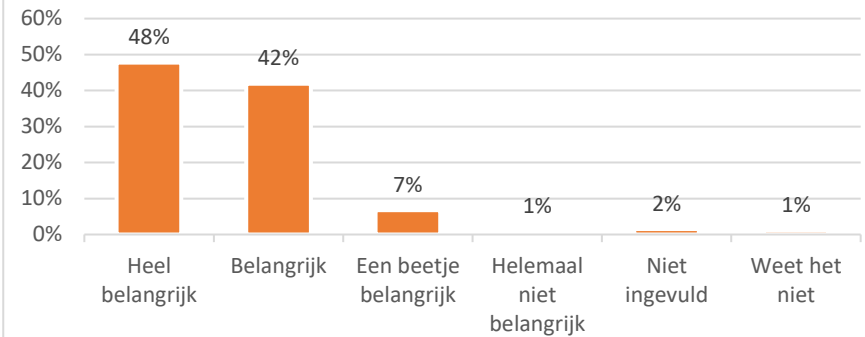
4.6. Eigenschappen van de persoon die hulp biedt

Uit de kwalitatieve interviews kwamen vooral eigenschappen van de persoon die ze hulp vragen: lief, goed luisteren, laagdrempelig, niet oordelen, nabijheid en rustig. Vertrouwen is ook belangrijk, maar daar wordt van uit gegaan. Bijna geen enkel kind of jongere vermeldt dit uit zichzelf. We vroegen in de kwantitatieve bevraging in welke mate kinderen en jongeren de besproken eigenschappen ook belangrijk vonden.

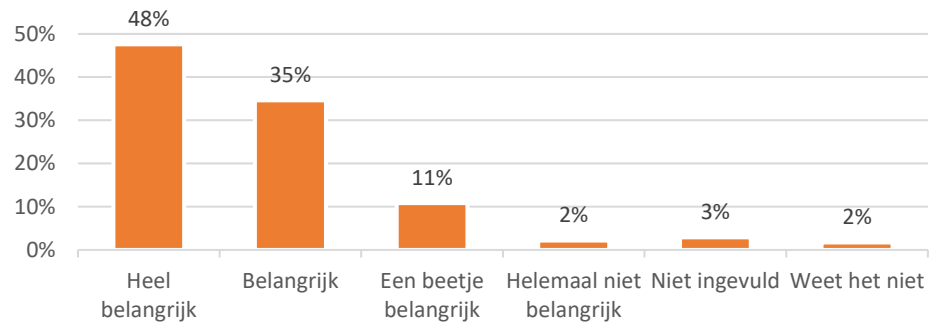
Lief zijn - Lager onderwijs



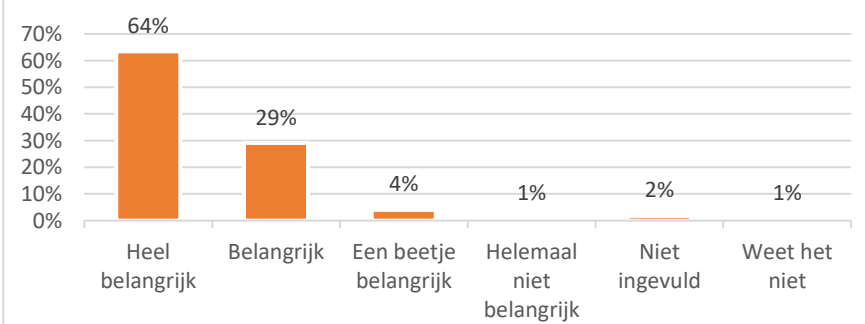
Lief zijn - Secundair onderwijs

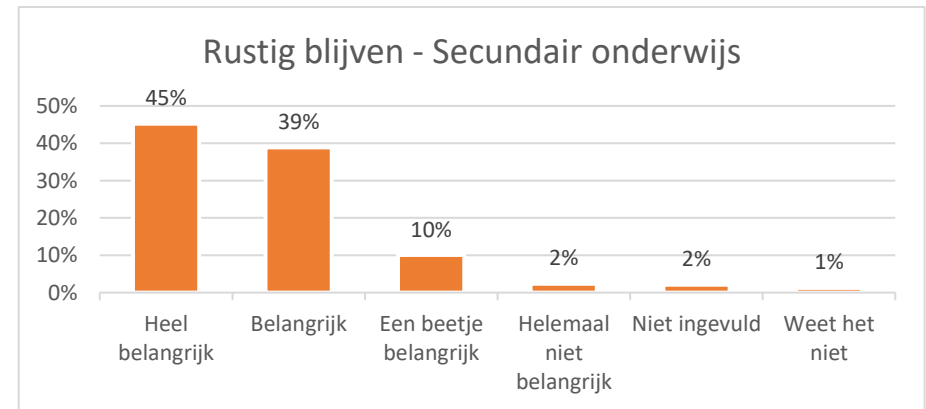
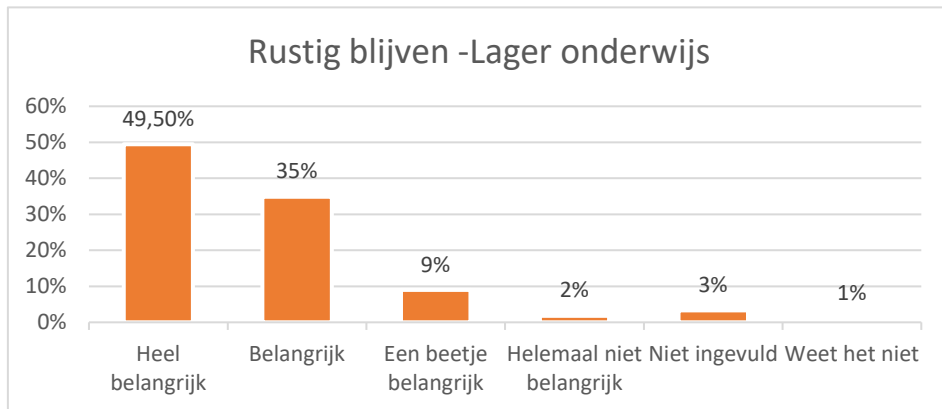
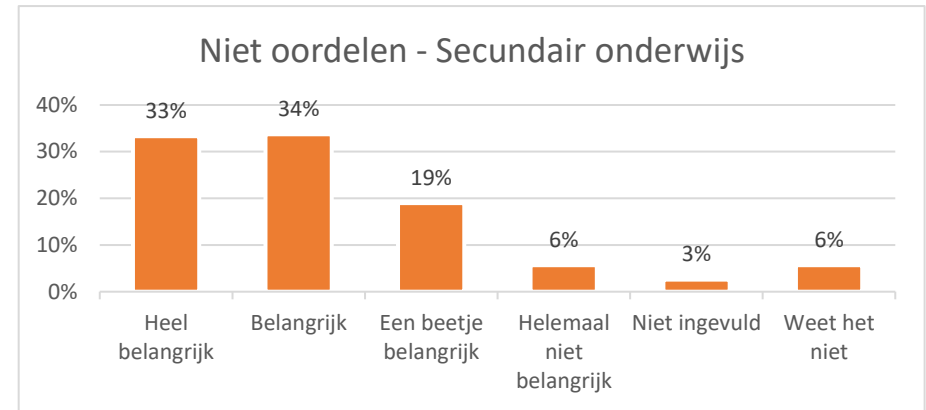
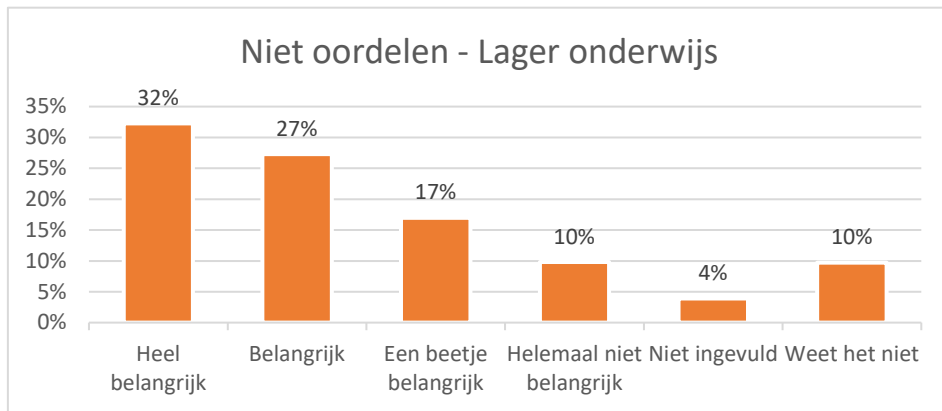


Goed luisteren - Lager onderwijs

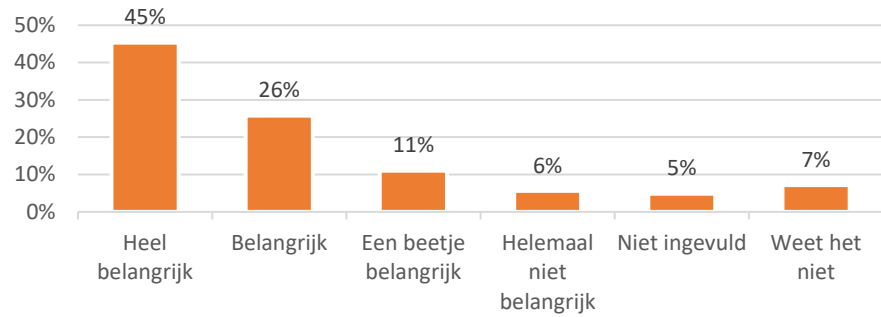


Goed luisteren - Secundair onderwijs

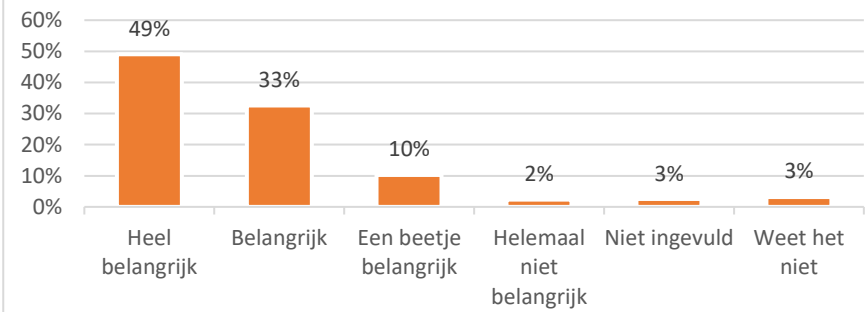




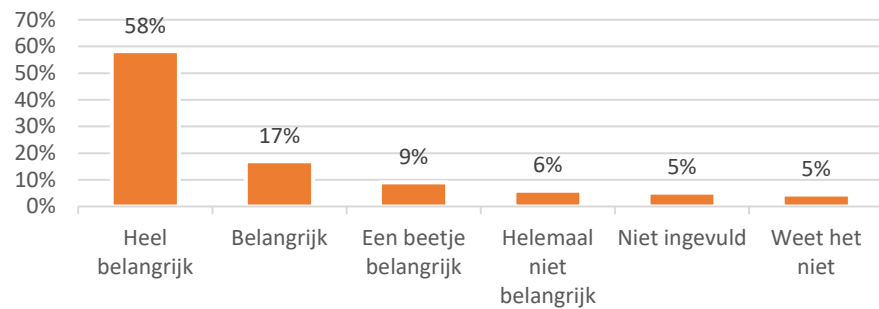
Beloftes nakomen - Lager onderwijs



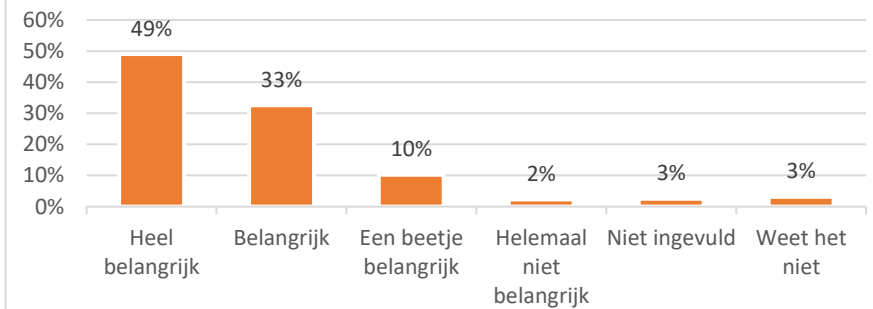
Beloftes nakomen- Secundair onderwijs



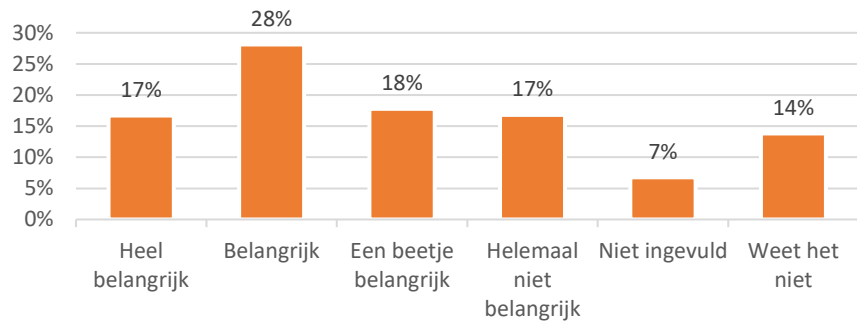
Niet doorvertellen - Lager onderwijs



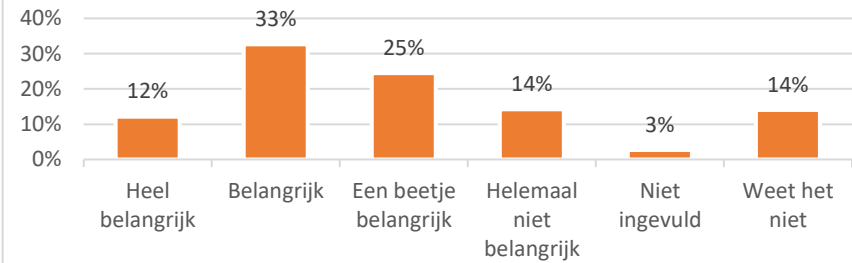
Niet doorvertellen - Secundair onderwijs



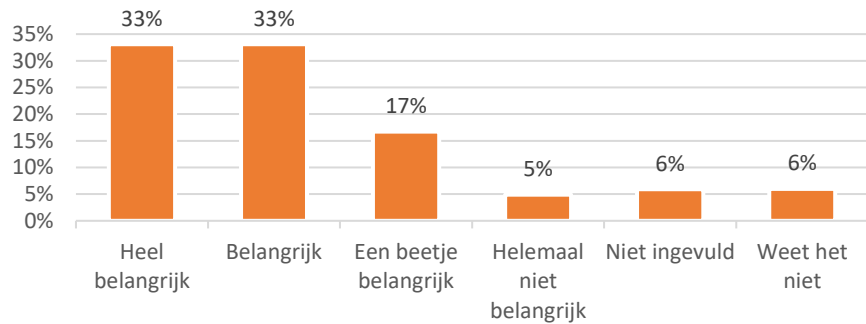
Niets doen, er gewoon zijn -Lager onderwijs



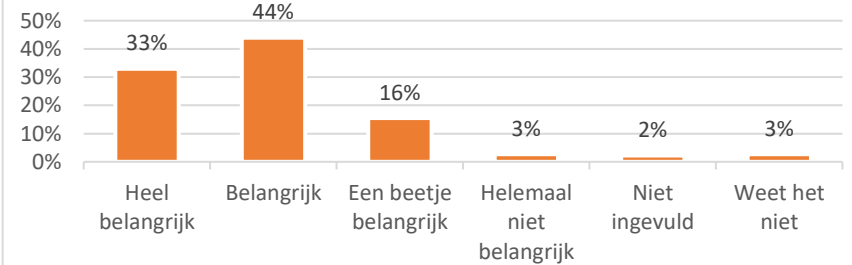
Niets doen, er gewoon zijn - Secundair onderwijs



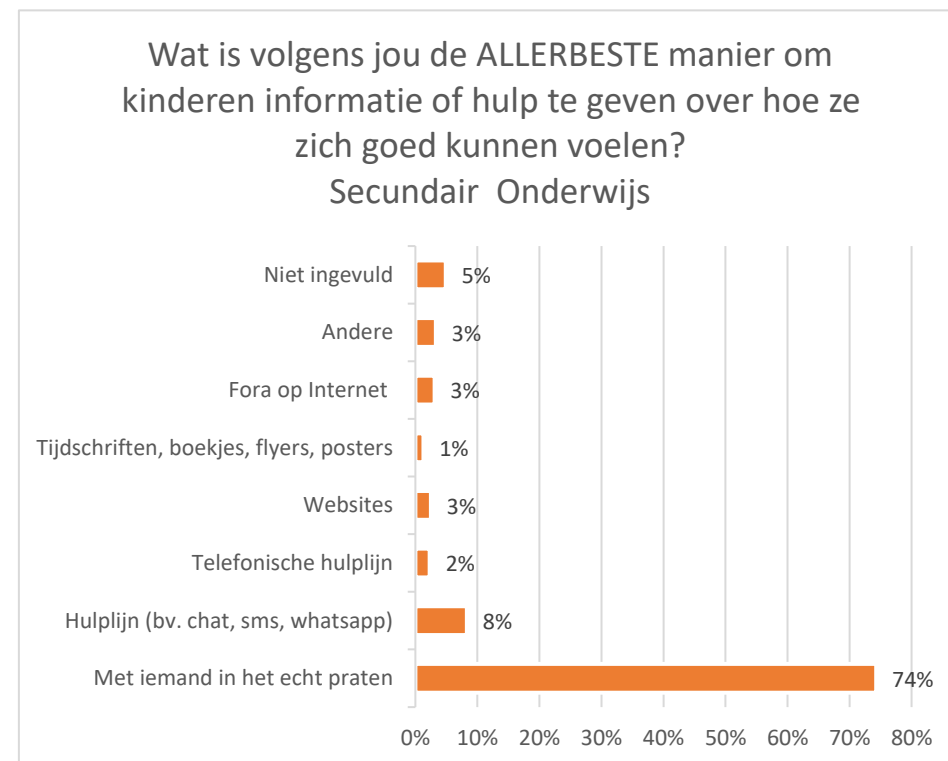
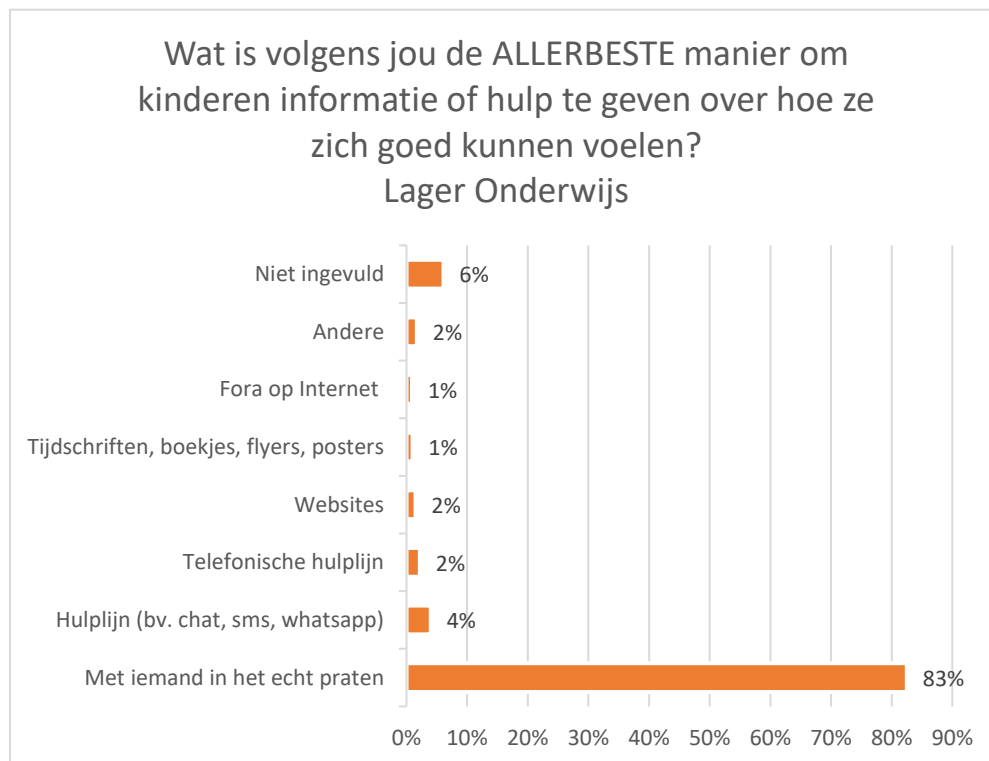
Gemakkelijk bereikbaar - Lager onderwijs



Gemakkelijk bereikbaar - Secundair onderwijs



4.7. Kinderen en jongeren willen bij voorkeur met iemand in het echt praten als het niet goed gaat



Het antwoord op deze vraag is vrij eenduidig. De meeste kinderen (83%) en jongeren (74%) willen met iemand in het echt praten. Kinderen en jongeren die 'andere' als optie hebben aangeduid, verwijzen naar: met je ouders praten, jongere kinderen tegen knuffels praten (omdat ze het niet kunnen doorvertellen), iemand die ik ken sturen, dat iemand het mij uitlegt en die mij begrijpt, hulp vragen aan iemand die je vertrouwt, advies vragen aan mama of papa, me gewoon met rust laten, psycholoog, bij familie zijn, niet vragen, om er over te gaan praten of het echt nodig is of het niet nodig is. Ook geven een paar kinderen en jongeren aan bij deze vraag dat ze een combinatie van dingen willen.

4.8. Kinderen en jongeren willen op diverse manieren informatie krijgen

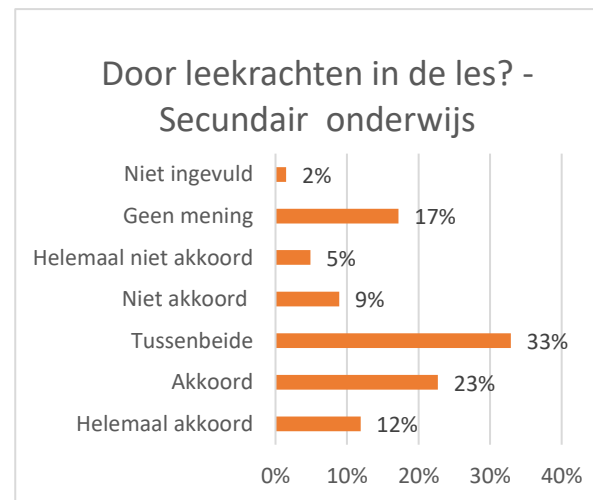
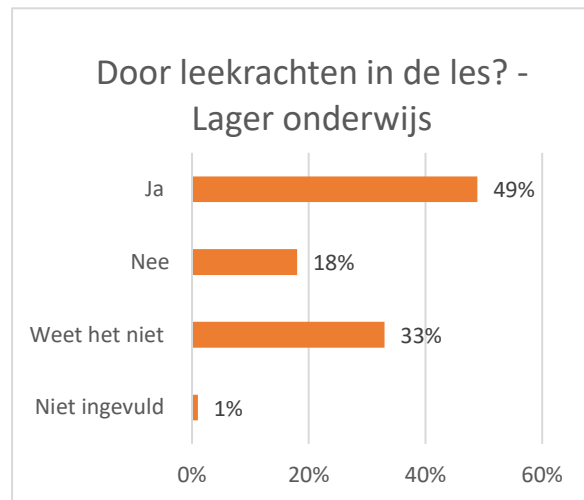
De meeste kinderen zijn redelijk onverschillig: in de les vinden ze goed, websites gebruiken ze niet, sociale media hebben ze vaak nog niet en lezen doen ze wel, maar ze weten niet of ze flyers willen. De jongeren hebben verschillende ideeën over sociale media: je bereikt veel mensen, maar is misschien niet bedoeld voor zulke serieuze dingen. Eigenlijk geven sommigen aan dat ze wel genoeg weten en voel ik niet veel animo om grote informatiecampagnes op te zetten. Jongeren geven aan dat er al veel kanalen zijn en dat niet alles zo duidelijk is. We hebben een overzicht met organisaties. Awel en CLB kennen de meeste jongeren en kinderen, maar ze weten niet goed wat ze daar kunnen vragen.

Bijna alle kinderen en jongeren hebben het op school al eens over welzijn gehad. Sommige kinderen geven aan meer te willen praten op school, terwijl anderen vinden dat er hier al genoeg over gezegd wordt. Ze vinden het soms voldoende om hier met hun vrienden over te spreken of vinden het niet nuttig om een keer een les te hebben waar dat 'besproken' wordt. Sommige jongeren geven aan dat het beter zou zijn moest dit overal besproken kunnen worden, zonder perse een afgebakende les te hebben.

Kinderen zijn minder voorstander om informatie via sociale media te ontvangen. Ook bij de jongeren is slechts 15% akkoord tot helemaal akkoord om via deze weg informatie te ontvangen. Kinderen

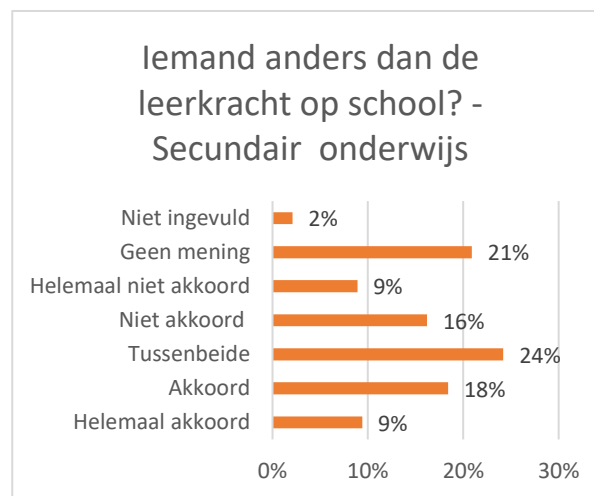
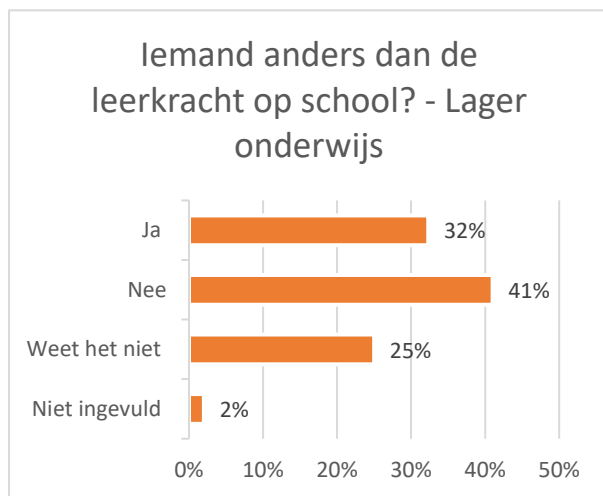
geven ook duidelijk aan dat websites (56%) en posters, flyers, boekjes en tijdschriften (57%) geen goede manier zijn om hen te informeren over welzijn. Jongeren zijn iets genuanceerder hierover. 1 op 5 van de jongeren wil wel informatie ontvangen over welzijn via websites. 36% van de jongeren geeft aan geen informatie te willen ontvangen via posters, flyers, boekjes en tijdschriften.

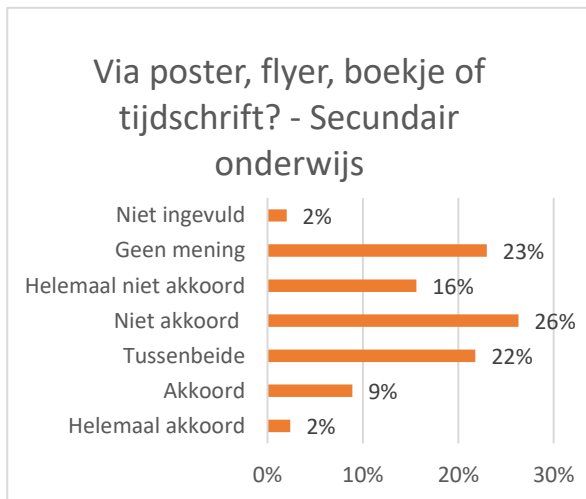
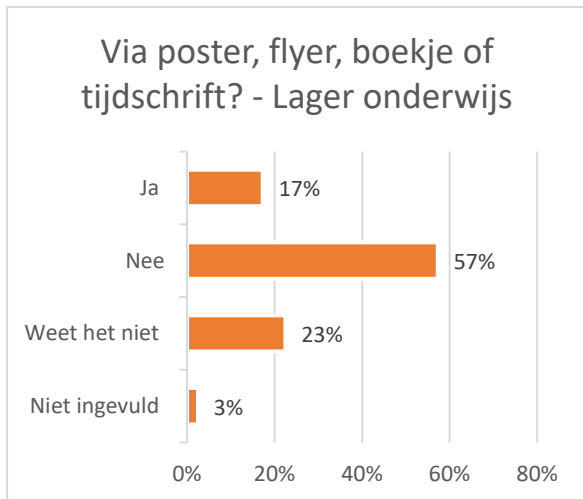
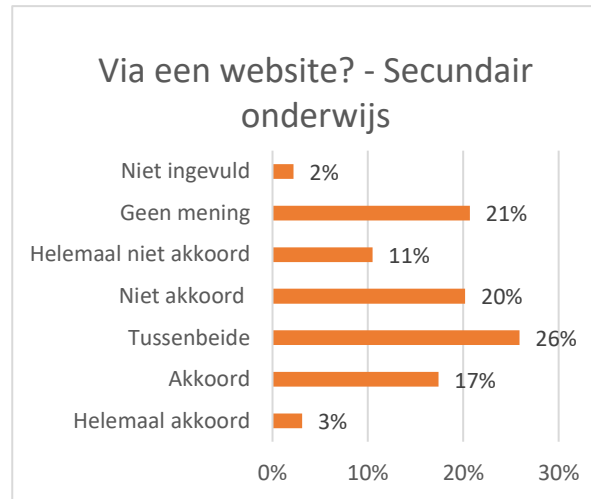
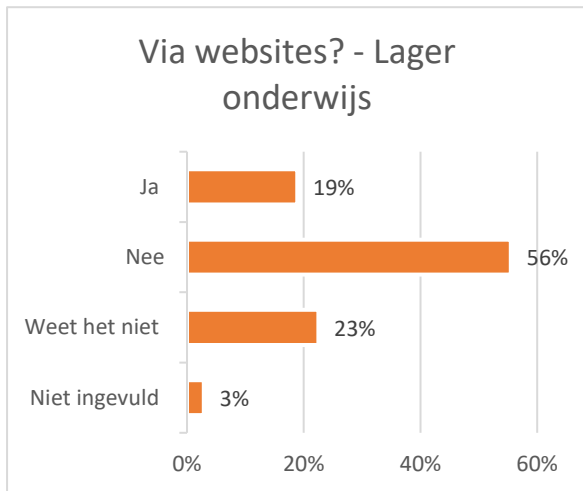
Ongeveer de helft van de kinderen wil informatie over welzijn ontvangen in de klas, door de leerkracht. Bij jongeren is dit slechts 35%. Er is



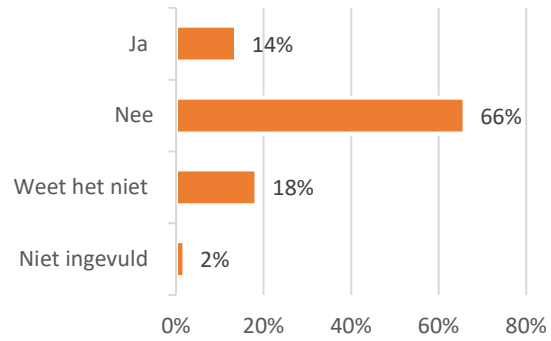
geen eenduidig resultaat of ze graag door iemand anders (bv. een expert) informatie willen ontvangen op school. Ongeveer 48% van de kinderen wil

informatie ontvangen van vrienden of leeftijdsgenoten. Ook 37% van de jongeren wil informatie ontvangen via de vrienden. Uit de online bevraging blijkt dat kinderen (67%) en jongeren (51%) hun ouders zien als een belangrijke informatiebron op vlak van welzijn. Er is geen eenduidigheid of de vrijetijdscontext een goede plek is om informatie te verspreiden. Bij de kinderen geeft 37% aan van wel, maar evenveel kinderen geven ook aan dit niet te willen. Bij de jongeren zegt 32% wel informatie te willen ontvangen via vrijetijdsactiviteiten, maar geeft 24% aan dit niet te willen. Deze laatste vaststelling kwam ook terug in de kwalitatieve bevraging. Kinderen en jongeren zien hun vrije tijd als een plek om te ontspannen en even niet te denken aan eventuele moeilijkheden.

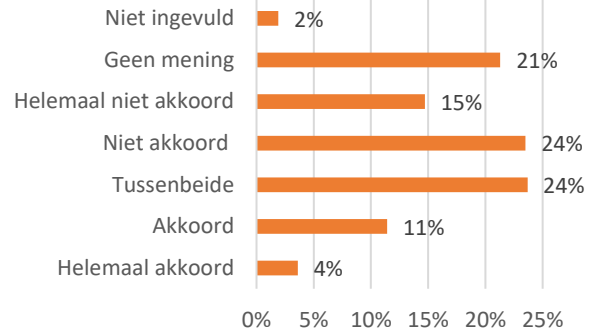




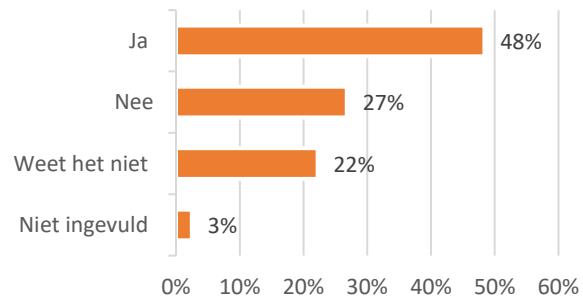
Via sociale media? - Lager onderwijs



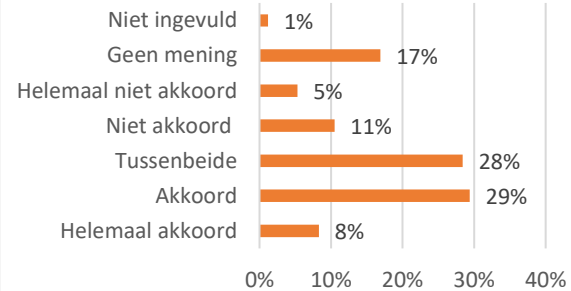
Via sociale media? - Secundair onderwijs



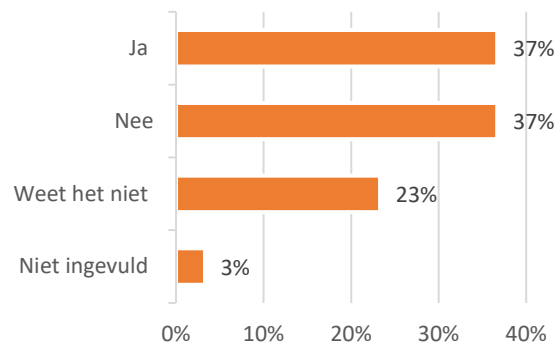
Via vrienden of leeftijdsgenoten? - Lager onderwijs



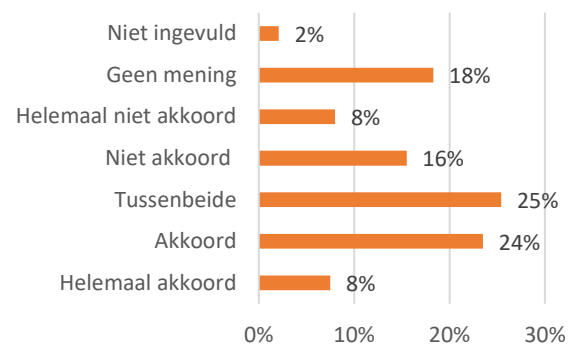
Via vrienden of leeftijdsgenoten? - Secundair onderwijs



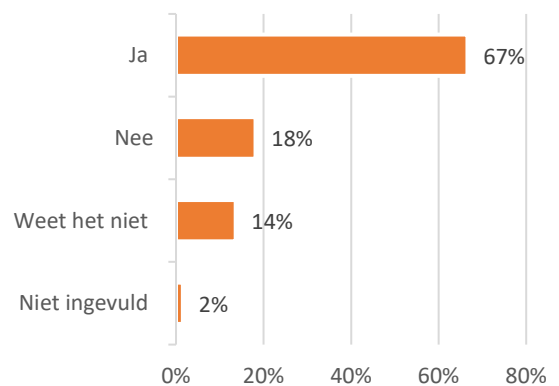
Via vrije tijd? - Lager onderwijs



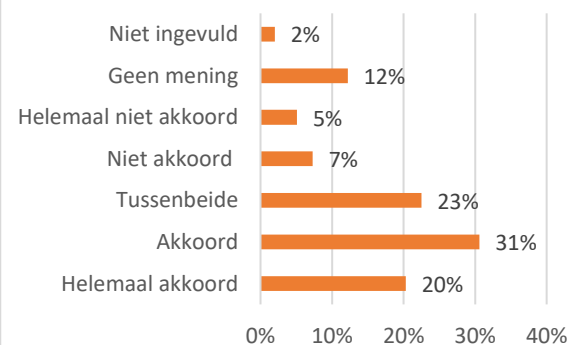
Via vrije tijd? - Secundair onderwijs



Via ouders? - Lager onderwijs



Via ouders? - Secundair onderwijs



4.9. Tips van kinderen en jongeren als het niet goed gaat

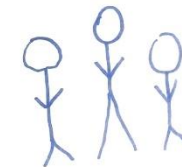
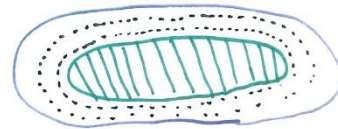
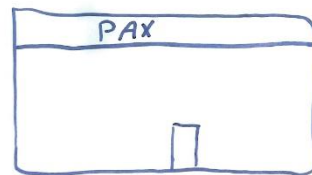
Kinderen raden anderen aan om erover praten als je je niet goed voelt. Kinderen verwijzen daarbij heel vaak naar ouders. Andere tips gaan vooral over je hoofd vrij maken, rustig blijven, iets anders doen en gedachten ordenen. Daarnaast geven ze ook aan het belangrijk is om bij vriendinnen of vrienden terecht te kunnen wanneer er moeilijkheden zijn. Ook geven kinderen aan dat het belangrijk is om jezelf te zijn en in jezelf te blijven geloven.

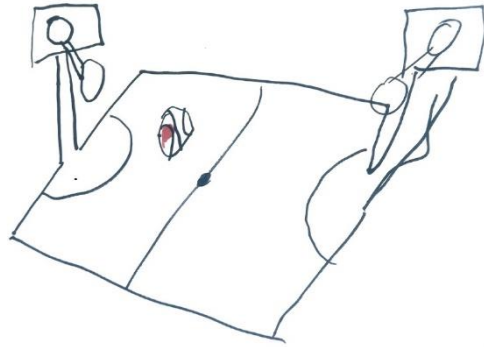
Jongeren wijzen net als kinderen op het belang van praten. Ook zij verwijzen vaak naar ouders maar leggen ook vaak de nadruk op iemand die ze kunnen vertrouwen. Daarnaast vinden ze het belangrijk om even aan iets anders te denken en tijd te nemen voor zichzelf, regelmatig te ontspannen en bijvoorbeeld naar wat muziek te luisteren. Ook jongeren wijzen op het belang om zichzelf te kunnen zijn.

Kinderen en jongeren maakten tekeningen van plekken en personen waar zij het gevoel hebben zichzelf te kunnen zijn. Hier werd vaak de nadruk gelegd op de thuiscontext, vrije tijd en vrienden of dieren.



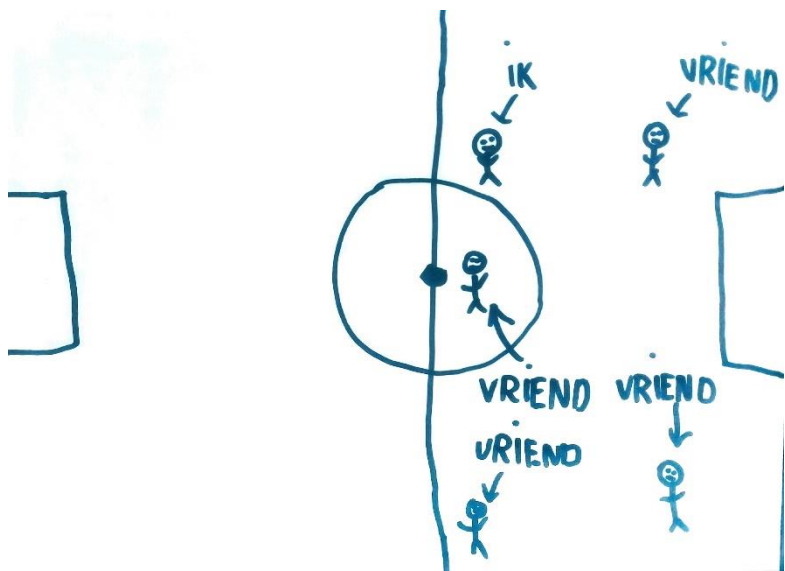
blij



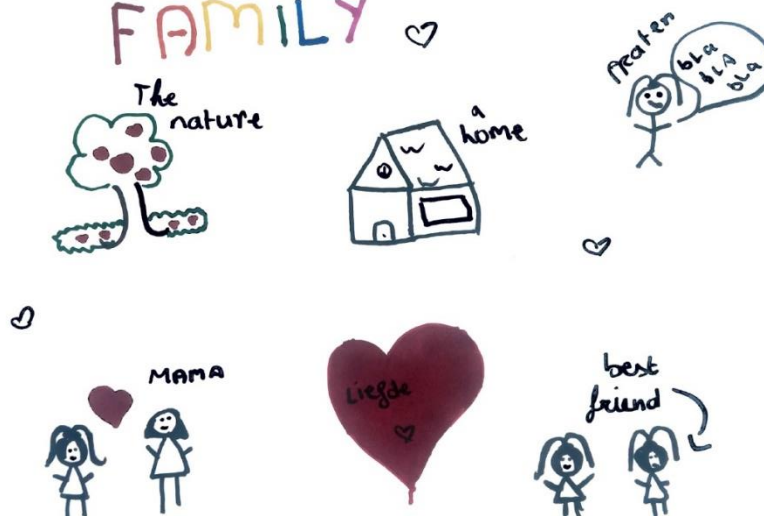




Bij mijn vrienden



FAMILY



5. Aanbevelingen

Deze aanbevelingen komen voort uit de onderzoeksbevindingen, voorstellingsmoment jongerenwelzijnsoverleg en gesprek jeugdraad.

5.1. Aanbeveling 1: Versterk de lokale visie rond welzijn voor kinderen en jongeren

Wat betekent dat nu, welzijn? Zowel vanuit de literatuur, als de bevraging TOP in je KOP zie je dat er verschillende definities en inzichten die terugkomen, afhankelijk van leeftijd en situatie. Welzijn is een omvangrijk begrip, waaronder heel wat activiteiten en partners vallen. Welzijn als term (of je slecht voelen) zegt kinderen en jongeren niet veel. Welzijn of je goed voelen is abstract, maar als het concreet wordt via gevoelens en het benoemen hiervan, kan het gesprek gemakkelijk op gang gebracht kan worden. Het is belangrijk dat de visie rond welzijn ook kan begrepen worden door kinderen en jongeren. De bevraging toont verder ook de noodzaak om die visie uit te werken voor diverse contexten waarin kinderen en jongeren leven en opgroeien (school, gezin en vrienden).

Net zoals kindvriendelijkheid vraagt welzijn, en dan in het bijzonder voor kinderen en jongeren, om een gedeelde taal. Zo heb je een gedeelde taal om over welzijn te praten en weet je ook naar wat je toewerkt. Kinderrechten als overkoepelend kader kunnen ook helpen om de visie op welzijn concreet te maken.

Voorstellen actie:

- Werken rond denkfout 'mensen zien wel aan mij dat het niet goed gaat'. Vanaf jonge leeftijd bewust maken van voelen en daarover leren praten.

5.2. Aanbeveling 2: Investeer in beleid met oog voor diversiteit onder kinderen en jongeren

Welzijn heeft ook heel wat te maken met je levensomstandigheden en situatie van opgroeien. Zorg dat je vanuit beleid a priori vertrekt vanuit de kinderen en jongeren die heel wat uitdagingen ervaren tegelijkertijd. Heb je deze kinderen en jongeren in beeld? Hoe kan je hen in eerste instantie versterken?

5.3. Aanbeveling 3: Visie en actie rond verbindend schoolklimaat

Er zijn veel verschillende noden als het aankomt op school. De bevraging toont niet duidelijk aan op welke actie eerst in te zetten. De TOP in je KOP bevraging toont aan dat een beduidend deel van de bevroagde kinderen en jongeren zich meestal niet of maar soms goed voelt op school. Deze cijfers liggen hoger dan bij thuis of bij je vrienden. Ook blijkt uit de gesprekken dat jongeren in de jeugdhulp niet altijd hun weg vinden op school. De gesprekken met kinderen en jongeren met een handicap toonden net aan dat er nog te weinig inclusiviteit is in regulier onderwijs. De meeste gaven aan in hun oude school gepest of buitengesloten geweest te zijn.

Inzetten op een verbindend schoolklimaat betekent ook focussen op het installeren van vertrouwen en openheid om rond dit thema aan de slag te gaan. Ook gesprekken nadien tonen aan hoe belangrijk de school kan zijn om rust te creëren, zeker voor leerlingen die dit thuis niet ervaren. Ideeën zoals rust of snoezelruimtes, acties tegen pesten, omgaan met druk op school en verbinding met partners uit de welzijnsector kunnen verder onderzocht worden.

Leerkrachten worden door professionals gezien als nabij (wat een troef is), maar vinden ook dat ze op tijd moeten doorverwijzen. Ze hoeven het niet zelf op te lossen. Om een verbindend schoolklimaat mogelijk te maken moeten scholen beter ondersteund worden. Door administratieve taken te verminderen zou er ook meer ruimte kunnen komen om in te zetten op les geven en welzijn.

Voorstellen acties:

- Outreach aanbod in scholen zelf
- Inzetten op algemeen welbevinden via les en activiteiten (preventief)
- Inzetten op leren spreken over en uiten van gevoelens
- Eigen vertrouwensleerkrachten kunnen kiezen
- Inzetten op pesten. Jongeren met een beperking in het onderwijs – vaker het gevoel gepest te worden, buitengesloten te worden.
- Vertrouwenspersoon op school. Weten bij wie jongeren terecht kunnen.
- Hoe zorgen voor ‘gezonde druk’ op school? Angst en stress verminderen in de LS.
School is belangrijk om rust te creëren. Bekijken wat bijv. op een school meer rust kan betekenen?

5.4. Aanbeveling 4: Zorg voor een transparant, fysiek en laagdrempelig hulpverlenerlandschap

Kinderen en jongeren vinden het over het algemeen een grote stap om professionele hulpverlening aan te spreken. Ze vinden het ook veel organisaties en geven aan nood te hebben aan een focus. Meer transparantie is dus noodzakelijk.

Meeste kinderen willen met iemand in het echt praten als het niet goed gaat. Ook jongeren verkiezen met iemand in het echt te praten (74%) als het niet goed gaat. Wel geven jongeren iets vaker online hulpvormen aan als optie. Daarom is het belangrijk dat hulpverleningsinitiatieven ook echt investeren in laagdrempelige hulpverlening.

Voorstellen acties:

- Inzetten op toegankelijkheid van 1^{ste} lijn. CLB – JAC zodat zij kunnen doorverwijzen. Inzetten op naamsbekendheid van partners in 1^{ste} lijn naar jongeren toe.

5.5. Aanbeveling 5: Voorzie diverse informatie op maat van kinderen en jongeren

Kinderen en jongeren hebben veel verschillende ideeën over hoe ze informatie ontvangen.

5.6. Aanbeveling 6: Ondersteun ouders en opvoedingsverantwoordelijken in hun rol als vertrouwenspersoon en eerste aanspreekpunt

Ouders en moeder in het bijzonder zijn het belangrijkste aanspreekpunt wanneer kinderen en jongeren zich niet goed voelen. Jongere kinderen geven aan dat ze vooral hulp vragen aan hun ouders of een andere volwassene. Pas daarna vernoemen ze vrienden. Oudere kinderen en jongeren geven dan weer aan eerder hulp te vragen aan vrienden, tenzij het ernstig is, dan vragen ze hulp aan ouders of andere volwassenen. Oudere kinderen die in de jeugdbeweging zitten geven aan dat ze soms ook een vertrouwenspersoon zijn voor jongere kinderen.

Sommige geven aan dat ze veranderen van persoon tegen wie ze spreken afhankelijk van het probleem dat ze hebben. In sommige groepsgesprekken komen professionelen aan bod, maar daarvan vinden de jongeren dat dit een extra stap is: eerst vrienden en familie, pas dan een professionele (eventueel op aanraden van). Sommigen geven aan dat ze niet echt om hulp vragen, omdat ze zich schamen, zich niet zwak willen tonen aan de buitenwereld. De meeste geven echter aan dat er vlot over mentaal welzijn gesproken kan worden met de eerste cirkel.

Voorstellen acties:

- Inzetten op communicatie. Bereiken van ouders omdat dit voor de doelgroep belangrijk is.
- Kennen zij het hulpverleningsaanbod voldoende?

5.7. Aanbeveling 7: blijf inzetten op kansen tot ontmoeting en verbinding tussen kinderen en jongeren

Kinderen en jongeren geven vaak aan dat ze zichzelf kunnen zijn bij vrienden en ouders. Huisdieren lijken belangrijk voor jonge kinderen. Het huis is belangrijk voor kinderen, net zoals de sportclub. Jongeren geven vaak sport en andere hobby's aan. Kinderen en jongeren tekenen ook een vertrouwenspersoon (of dier). Als lokaal bestuur kan je hierop inspelen en ontmoetingsplekken en vrijetijdsaanbod stimuleren.

We zijn ervan overtuigd dat er heel wat experts of professionals zijn met heel goede en zinvolle ideeën over wat kan werken bij kinderen en jongeren, of wat aansluit bij hun noden. Helaas is er vaak weinig uitwisseling tussen deze (volwassen) professionals en kinderen en jongeren zelf. Door dit project willen we onder meer proberen de band tussen deze gedreven professionals en kinderen en jongeren te versterken. Dit doen we door dit project participatief vorm te geven vanuit kinderen en jongeren zelf.

Voorstellen acties:

- Inzetten op vrije tijd.
 - o Vrije tijds mogelijkheden aanbieden. Niet enkel locatie zoeken/terrein. Jongeren geven aan dat vrije tijd belangrijk is om zich goed te voelen. Iets anders kunnen doen. Muziek, vrije tijd. Verschillende functionaliteiten samen.
 - o Handvaten aanreiken voor jeugd - en sportclubs. Aanbieden opleiding voor verenigingen rond bereiken kwetsbare doelgroepen

6. Bijlages

Bijlage 1: Vragenlijst kwalitatieve interviews

Welkomstwoord

Toelichten wie we zijn/kennismaking

“Dag XXX,

Ik ben XXX en werk bij Keki, dat is een kenniscentrum voor kinderrechten. Wij verzamelen informatie over alle rechten die kinderen hebben. Daarbij willen ze op de eerste plaats luisteren naar wat jullie, kinderen te vertellen hebben over jullie leven en alles wat jullie wel of niet leuk vinden.

Wisten jullie dat jullie als kinderen ook rechten hebben? Kan je er zo een aantal opnoemen?

....

Wij zijn hier vandaag voor het project ‘TOP IN JE KOP’. De regio Noorderkempen is een groep van organisaties (bv. scholen, dokters, jeugdwerkers, hulpverleners, ...) die willen dat iedereen zich goed voelt en weet waar die naartoe kan als het even wat minder gaat. Ze hebben al heel wat stappen gezet om hieraan te werken maar missen momenteel nog de mening van kinderen en jongeren. Daarom gaan we met jullie in gesprek. We zien jullie als experts over welzijn en hebben een paar vragen voor jullie. Wanneer hebben kinderen en jongeren het gevoel zichzelf te kunnen zijn? Waar zijn ze tevreden over, wat loopt minder? Waar gaan jullie terecht als jullie nood hebben aan advies, hulp of informatie? Wie is de beste persoon om jullie te helpen?

Ik zal je aantal vragen stellen en vooral luisteren naar wat je te vertellen hebt over dit thema. Dat wil zeggen dat er geen juiste of foute antwoorden zijn. Alles wat je zegt is juist! Ik ga ook niets persoonlijk doorvertellen van wat hier vandaag gezegd wordt. Alles wordt anoniem gemaakt, niemand zal weten wat jullie met mij besproken hebben. Weet dat jullie altijd mogen stoppen met het onderzoek.

Zodat ik alles zou onthouden wat jullie hier gezegd hebben zou ik het gesprek opnemen.

Hebben jullie dit goed begrepen of zijn er nog vragen? Willen jullie met de vragen starten?

Kennismaking

- Naam
- Waar woon je?
- Hoe oud ben je?
- Hoe ziet jouw week er doorgaans uit? Wat vind je daarbij superbelangrijk? Waarom?

Groepsgesprek: energizer

- Verhaal vertellen over jezelf (hobby, school, familie, reis, eten,..) en wanneer iemand hetzelfde heeft/vindt gaat die zitten
- Allemaal binnen bepaald vierkant lopen en er is één dirigent en die zegt hoe je moet stappen bv. Zeer moe, zeer traag, huppelen, heel actief, heel blij, achterwaarts, als een plant,..
- Allemaal op een lijn staan en elkaars hand vasthouden. Je stelt vragen, zoals: ik heb al een deelgenomen aan een onderzoek. Ja is blijven staan, nee stap naar achter. De bedoeling om zo lang mogelijk handen vast te houden.

Welzijn algemeen

De interviewer toont 4 smileys: blij, lachen, boos, verdrietig. Waar zijn jullie het meest/minst tevreden over, wat maakt jullie het boos of gelukkig? Geldt dit ook voor andere kinderen en jongeren? Kind/jongere noteert de thema's op een papier

Wat heeft volgens jullie vandaag een grote impact op welzijn van jongeren? Hierbij kan verwezen worden naar de thema's die op het bord of op tafel werden aangebracht.

Hulp vragen

- Wat zou jij doen als je je niet goed in je vel zou voelen?

Zwijgen/niets vertellen

Het aan iemand vertellen

Hulp vragen

Iets anders?

Weet je het niet?

- Waarom denk je dat kinderen soms geen hulp vragen als ze zich niet goed in hun vel voelen?
- Als je je niet zo goed in je vel zou voelen, bij wie zou je dan MEEST waarschijnlijk om hulp of ondersteuning vragen?

- Wat vind je een belangrijke eigenschap van iemand die je helpt?

Informatie

Hoe wil jij informatie krijgen over welzijn? Waarom?

Akkoord of niet akkoord:

- Leerkrachten moeten het meer hebben over welzijn tijdens de les.
- Iemand anders dan de leerkrachten, moet hierover op school les geven.
- Vrienden/leeftijdsgenoten
- Op sociale media, Instagram bijvoorbeeld
- Website waar je info kan opzoeken
- Website waar je iemand kan aanspreken en onmiddellijk advies krijgt
- Op hobbyclubs, zoals sportclub, muziekschool, tekenschool, danslessen, jeugdbewegingen
- Brochures, poster, tijdschriften

Jullie lijken al veel informatie te krijgen over welzijn. Weet je door de informatie die je krijgt ook wat je kan doen wanneer je je niet goed voelt? Weet je bij wie je hulp kan vragen?

Welke organisaties kennen jullie? + overlopen organisaties

Jezelf kunnen zijn

Wat zorgt ervoor dat jij of andere kinderen en jongeren zichzelf kunnen zijn? 2/3 zaken opsommen

Kan jij een tekening maken van hoe de plek er uit ziet waar jij je het beste voelt. Wie of wat is daar aanwezig?

Outro

We zijn aan het einde van het interview gekomen. Wij willen je/jullie graag bedanken voor de tijd die u en alle informatie die je met ons hebt gedeeld. Mogen wij je nog contacteren mochten er nog onduidelijkheden zijn bij de verwerking van de gegevens of om je te informeren? Indien, ja, contactenformulier invullen.

Wat gaat er nu nog gebeuren? We gaan nog met heel wat kinderen en jongeren praten over welzijn. Daarna gaan we jullie mening en adviezen in een rapport neerpennen en dit doorgeven aan alle personen die werken aan welzijn in regio Noorderkempen. Zij gaan op basis hiervan acties opzetten om het welzijn van alle kinderen en jongeren te verhogen. We zouden jullie ook graag informeren over de resultaten als jullie daar interesse in hebben?

We hebben ook nog een totebag mee voor jou. Even doorlopen wat daar allemaal inzit.

Heb je zelf nog vragen voor we afronden? Wat vond je van de vragen? Kunnen we nog iets anders doen? Is er iets dat we niet besproken hebben waar je het wel graag over wou hebben?"

Bijlage 2: vragenlijst online bevraging (10-12 jaar)

TOP IN JE KOP

dat wensen we iedereen!

VRAGENLIJST

Waarover gaat dit onderzoek?

Kinderen en jongeren zijn ook experts als het gaat over welzijn! Daarom willen we jouw mening over hoe we ervoor kunnen zorgen dat kinderen en jongeren zich goed voelen in de Noorderkempen.

De vragen kan je helemaal alleen invullen vanaf 10 jaar. Je mag natuurlijk ook hulp vragen aan de leerkracht in de klas als dat nodig is.

Je naam hoeven we niet te weten. Dus niemand weet wie je bent.

Er zijn geen goede of foute antwoorden. Je mag jouw mening geven! Zijn er vragen die je niet wil of kan beantwoorden? Geen probleem, dat mag. Dan vul je die niet in of ga je naar de volgende vraag door op 'ok' te klikken.

Je mag ook steeds stoppen met het invullen van de vragenlijst.

• Ik ga ermee akkoord • Ik wil niet meedoen. Als je dit vakje aankruist, moet je geen vragen om deel te nemen. meer beantwoorden.

De eerste vragen gaan over jezelf. Kruis het juiste vakje aan.

01 Ik ben...

een jongen

een meisje

andere

dat zeg ik liever niet

Hoe oud ben je? Noteer het in het vakje

Ik zit in het

5e leerjaar

6e leerjaar

Ik woon...

bij mijn ouders

bij mijn ouders, maar in meer dan één huis/appartement, omdat mijn ouders niet samenwonen

in een ander gezin (bv. pleeggezin)

in een voorziening of instelling

op internaat

andere, leg uit:

06 Wat gebruik jij elke dag? Je mag meerdere opties kiezen.

07 Hoe vaak gebruik je Facebook, Instagram, TikTok, ...?

Nooit

Af en toe

Vaak

Elke dag

08 Wat doe jij in je vrije tijd? Je mag per rij maar 1 antwoord aanduiden. Je kiest dus tussen ja, nee, soms of ik weet het niet

JA NEE SOMS Ik weet het niet

Ik heb een hobby

Ik kan rusten of niets doen in mijn vrije tijd

Ik speel vaak met vrienden in mijn vrije tijd

Ik ben vooral bij mijn gezin en familie in mijn vrije tijd

Ik mag zelf kiezen wat ik doe in mijn vrije tijd

In mijn vrije tijd ben ik vooral binnen

Er zijn genoeg plekken in de buurt waar ik naar toe kan in mijn vrije tijd

In mijn vrije tijd ben ik vooral online of digitaal

Er is genoeg groene ruimte in mijn omgeving (bv. bos of tuin)

Ik weet wat er allemaal te doen is in mijn omgeving

Deze vragen gaan over je goed voelen. Kruis het juiste antwoord aan

09 Voel jij je goed op school?

Ja, meestal

Soms

Nee, meestal niet

10 Voel jij je goed thuis of waar je woont?

Ja, meestal

Soms

Nee, meestal niet

11 Voel jij je goed bij je vrienden?

Ja, meestal

Soms

Nee, meestal niet

Deze vragen gaan over hulp vragen

12 Als jij je niet goed zou voelen, wat zou je het MEEST waarschijnlijk doen?

Je kan hier maar één antwoord kiezen.

Zwijgen (en niets vertellen)

Het aan iemand vertellen

Om hulp vragen (iemand vragen om iets te doen)

Ik weet het niet

Andere, leg uit:

13 Aan wie zou je het EERST hulp vragen als het niet goed met je gaat?

Je kan hier maar één antwoord kiezen.

Mama

Papa

Beide ouders

Broer of zus

Vrienden

Andere familie

Leerkracht

Vertrouwenspersoon (begeleider, leiding jeugdbeweging, ...)

Andere, leg uit:

14 Soms helpt iemand een kind wanneer die zich niet goed voelt. Wat vind jij belangrijk?

Heel belangrijk

Belangrijk

Beetje belangrijk

Helemaal niet belangrijk

Ik weet het niet

Die persoon moet lief zijn

Die persoon moet goed luisteren

Die persoon moet niet oordelen over mij of de situatie

Die persoon moet rustig blijven

Die persoon moet beloftes nakomen

Die persoon mag het niet doorvertellen

Die persoon moet niets doen, er gewoon zijn

Die persoon moet gemakkelijk te bereiken zijn

Deze vragen gaan over informatie krijgen over je goed voelen

Omcirkel het juiste vakje!

15 Wat vind jij? Leerkrachten moeten lesgeven over hoe ik me goed kan voelen.

16 Wat vind jij? Ik wil dat iemand anders dan een leerkracht (bv. een psycholoog) op school komt praten over hoe ik me goed kan voelen.

17 Wat vind jij? Ik wil informatie via Instagram en TikTok over hoe ik me goed kan voelen.

18 Wat vind jij? Ik wil informatie krijgen van mijn vrienden of iemand van mijn eigen leeftijd over hoe ik me goed kan voelen.

19 Wat vind jij? Ik wil informatie over hoe ik me goed kan voelen op een website lezen.

20 Wat vind jij? Ik wil informatie krijgen over hoe ik me goed kan voelen via een poster, flyer, boekje of tijdschrift.

21 Wat vind jij? Ik wil informatie krijgen over hoe ik me goed kan voelen via hobby's, zoals sportclub, muziekschool, tekenschool, danslessen, jeugdbewegingen...

22 Wat vind jij? Ik wil dat mijn ouders mij informatie geven over hoe ik me goed kan voelen.

23 Wat is volgens jou de ALLERBESTE manier om kinderen informatie of hulp te geven over hoe ze zich goed kunnen voelen?

Met iemand in het echt praten

Telefonische hulplijn

Hulplijn, bv. chat, sms, whatsapp

Tijdschriften, boekjes, flyers of posters

Websites

Forum op internet

Andere, leg uit: ...

24 Waar en bij wie voel jij je het beste?

25 Welke tip heb jij voor kinderen die zich niet goed voelen?

26 Wil je ons nog iets vertellen dat niet aan bod kwam in de vragenlijst?

Wil jij graag persoonlijk op de hoogte blijven of mee nadenken over “TOP in je KOP”? Schrijf hieronder dan je naam en contactgegevens (mail of gsm-nummer).

Hartelijk dank voor je deelname!

Zit je met vragen? Wil je met iemand praten? Ga dan naar <https://www.watwat.be/praat-erover>

Je hoort binnenkort meer over de resultaten via je school

Bijlage: vragenlijst online bevraging (12 – 18 jaar)

TOP IN JE KOP

dat wensen we iedereen!

VRAGENLIJST

Waarover gaat dit onderzoek?

Kinderen en jongeren zijn ook experts als het gaat over welzijn! Daarom willen we jouw mening over hoe we ervoor kunnen zorgen dat kinderen en jongeren zich goed voelen in de Noorderkempen.

De vragen kan je helemaal alleen invullen vanaf 10 jaar. Je mag natuurlijk ook hulp vragen aan de leerkracht in de klas als dat nodig is.

Je naam hoeven we niet te weten. Dus niemand weet wie je bent.

Er zijn geen goede of foute antwoorden. Je mag jouw mening geven! Zijn er vragen die je niet wil of kan beantwoorden? Geen probleem, dat mag. Dan vul je die niet in of ga je naar de volgende vraag door op 'ok' te klikken.

Je mag ook steeds stoppen met het invullen van de vragenlijst.

• Ik ga ermee akkoord • Ik wil niet meedoen. Als je dit vakje aankruist, moet je geen vragen om deel te nemen. meer beantwoorden.

De eerste vragen gaan over jezelf. Kruis het juiste vakje aan.

01 Ik ben...

een jongen

een meisje

andere

dat zeg ik liever niet

Hoe oud ben je? Noteer het in het vakje

Ik zit in het

1e middelbaar

• 3e middelbaar

• 5e middelbaar

2e middelbaar

• 4e middelbaar

• 6e middelbaar

Ik volg

- ASO
- TSO
- BSO
- BUSO
- KSO
- OKAN (Onthaalklas)
- andere, leg uit:

Ik woon...

bij mijn ouders

bij mijn ouders, maar in meer dan één huis/appartement, omdat mijn ouders niet samenwonen

in een ander gezin (bv. pleeggezin)

in een voorziening of instelling

op internaat

andere, leg uit:

06 Wat gebruik jij elke dag? Je mag meerdere opties kiezen. Als je niets van deze zaken dagelijks gebruikt, kies je niets.

07 Hoe vaak gebruik je Facebook, Instagram, TikTok, ...?

Nooit

Af en toe

Vaak

Elke dag

08 Wat doe jij in je vrije tijd? Je mag per rij maar 1 antwoord aanduiden. Je kiest dus tussen ja, nee, soms of ik weet het niet

JA NEE SOMS Ik weet het niet

Ik heb een hobby

Ik kan rusten of niets doen in mijn vrije tijd

Ik speel vaak met vrienden in mijn vrije tijd

Ik ben vooral bij mijn gezin en familie in mijn vrije tijd

Ik mag zelf kiezen wat ik doe in mijn vrije tijd

In mijn vrije tijd ben ik vooral binnen

Er zijn genoeg plekken in de buurt waar ik naar toe kan in mijn vrije tijd

In mijn vrije tijd ben ik vooral online of digitaal

Er is genoeg groene ruimte in mijn omgeving (bv. bos of tuin)

Ik weet wat er allemaal te doen is in mijn omgeving

Ik ben meestal bij mijn gezin of familie in mijn vrije tijd

Deze vragen gaan over je goed voelen. Kruis het juiste antwoord aan

09 Voel jij je goed op school?

Ja, meestal

Soms

Nee, meestal niet

10 Voel jij je goed thuis of waar je woont?

Ja, meestal

Soms

Nee, meestal niet

11 Voel jij je goed bij je vrienden?

Ja, meestal

Soms

Nee, meestal niet

Deze vragen gaan over hulp vragen

12 Als jij je niet goed zou voelen, wat zou je het MEEST waarschijnlijk doen?

Je kan hier maar één antwoord kiezen.

Zwijgen (en niets vertellen)

Het aan iemand vertellen

Om hulp vragen (iemand vragen om iets te doen)

Ik weet het niet

Andere, leg uit:

13 Aan wie zou je het EERST hulp vragen als het niet goed met je gaat?

Je kan hier maar één antwoord kiezen.

Mama

Papa

Beide ouders

Broer of zus

Vrienden

Andere familie

Leerkracht

Vertrouwenspersoon (begeleider, leiding jeugdbeweging, ...)

Andere, leg uit:

14 Soms helpt iemand een kind wanneer die zich niet goed voelt. Wat vind jij belangrijk?

Heel belangrijk

Belangrijk

Beetje belangrijk

Helemaal niet belangrijk

Ik weet het niet

Die persoon moet lief zijn

Die persoon moet goed luisteren

Die persoon moet niet oordelen over mij of de situatie

Die persoon moet rustig blijven

Die persoon moet beloftes nakomen

Die persoon mag het niet doorvertellen

Die persoon moet niets doen, er gewoon zijn

Die persoon moet gemakkelijk te bereiken zijn

Deze vragen gaan over informatie krijgen over je goed voelen

Omcirkel het juiste vakje!

15 Wat vind jij? Leerkrachten moeten lesgeven over hoe ik me goed kan voelen.

Helemaal akkoord

Akkoord

Tussenbeide

Niet akkoord

Helemaal niet akkoord

Geen mening

16 Wat vind jij? Ik wil dat iemand anders dan een leerkracht (bv. een psycholoog) op school komt praten over hoe ik me goed kan voelen.

Helemaal akkoord

Akkoord

Tussenbeide

Niet akkoord

Helemaal niet akkoord

Geen mening

17 Wat vind jij? Ik wil informatie via Instagram en TikTok over hoe ik me goed kan voelen.

Helemaal akkoord

Akkoord

Tussenbeide

Niet akkoord

Helemaal niet akkoord

Geen mening

18 Wat vind jij? Ik wil informatie krijgen van mijn vrienden of iemand van mijn eigen leeftijd over hoe ik me goed kan voelen.

Helemaal akkoord

Akkoord

Tussenbeide

Niet akkoord

Helemaal niet akkoord

Geen mening

19 Wat vind jij? Ik wil informatie over hoe ik me goed kan voelen op een website lezen.

Helemaal akkoord

Akkoord

Tussenbeide

Niet akkoord

Helemaal niet akkoord

Geen mening

20 Wat vind jij? Ik wil informatie krijgen over hoe ik me goed kan voelen via een poster, flyer, boekje of tijdschrift.

Helemaal akkoord

Akkoord

Tussenbeide

Niet akkoord

Helemaal niet akkoord

Geen mening

21 Wat vind jij? Ik wil informatie krijgen over hoe ik me goed kan voelen via hobby's, zoals sportclub, muziekschool, tekenschool, danslessen, jeugdbewegingen...

Helemaal akkoord

Akkoord

Tussenbeide

Niet akkoord

Helemaal niet akkoord

Geen mening

22 Wat vind jij? Ik wil dat mijn ouders mij informatie geven over hoe ik me goed kan voelen.

Helemaal akkoord

Akkoord

Tussenbeide

Niet akkoord

Helemaal niet akkoord

Geen mening

23 Wat is volgens jou de ALLERBESTE manier om kinderen informatie of hulp te geven over hoe ze zich goed kunnen voelen?

Met iemand in het echt praten

Telefonische hulplijn

Hulplijn, bv. chat, sms, whatsapp

Tijdschriften, boekjes, flyers of posters

Websites

Forum op internet

Andere, leg uit: ...

24 Waar en bij wie voel jij je het beste?

25 Welke tip heb jij voor kinderen die zich niet goed voelen?

26 Wil je ons nog iets vertellen dat niet aan bod kwam in de vragenlijst?

Wil jij graag persoonlijk op de hoogte blijven of mee nadenken over “TOP in je KOP”? Schrijf hieronder dan je naam en contactgegevens (mail of gsm-nummer).

Hartelijk dank voor je deelname!

Zit je met vragen? Wil je met iemand praten? Ga dan naar <https://www.watwat.be/praat-erover>

Je hoort binnenkort meer over de resultaten via je school.

Bijlage 4: verzameling suggesties voorstellingsmoment Jongerenwelzijnsoverleg

- Welzijn als schoolvak (ev. Door leerkracht?)
- Ontmoeting stimuleren
- Aanbod aan ouders
- Via omwegen k&j bereiken en niet langer rechtstreeks?
- Stress op school: andere manier van evalueren/beoordelen + meer naar gedrag kijken en proces ipv resultaten.
- Meer inzetten op ouders, omdat dit voor doelgroep een belangrijke is.
- Sport/hobby versterken
- Vrijtijdsbesteding koppelen aan huis voor jongeren – Huis van het Kind verbreden?
- Erkenning voor verschillende partners
- Ad hoc vrijetijds mogelijkheden. Ik voel me niet goed en wil mijn hoofd luchten → ad-hoc aanbod van georganiseerde vrije tijd de hele tijd.
- Duidelijk maken waar jongeren naar toe moeten met welke vraag
- Centraal aanspreekpunt om in te staan voor dispatching vragen
- Peer-werking?
- Welzijsonthaal of centraal aanspreekpunt: 1 naam en 1 beeld: herkenbaar
- Hoe ouders “sterker” maken in de zoektocht naar hulp
- Inzetten op vertrouwenspersonen informeren/wegwijs maken in het hulpverleningslandschap.
- Ouders betrekken in het hulpverleningslandschap

- Bekijken wat bijvoorbeeld op een school meer rust kan betekenen (bv. rustruimte)
- Resultaten bespreken op een teamvergadering
- Bekendmaking dient meer via de ouders, bv. ouderraad, info voor ouders
- Verder onderzoek naar peer to peer
- Ouders worden vaak gekozen als vertrouwenspersoon. Zijn alle ouders capabel genoeg? Moeten we hen beter informeren/sterker maken? Zijn er genoeg infomomenten/kanalen? Kunnen we als school hier iets in betekenen? (Lagere school)
- Onderzoeken waarom kinderen angsten hebben in 5 en 6. Ook angsten overstap secundair meer specificeren (actie aan koppelen)
- Deze resultaten communiceren aan ouders – besef dat zij nog altijd de belangrijkste personen zijn als vertrouwenspersoon, om info door te geven, ...
- Ouders meer informeren en ondersteunen of tools aanreiken om jongeren meer te informeren over welzijn
- Filteren van hulpinitiatieven – te ruim aanbod voor jongeren.
- Jongeren die duidelijkheid krijgen rond wat ze kunnen adviseren naar elkaar, onderscheid leren maken tussen wat moeten/kunnen ze daarbij melden aan volwassenen.
- Normaliseren: heel wat jongeren vinden op een bepaald moment minder aansluiting bij anderen.
- Vorming voor ouders: praten met je kind
- Tips voor vrienden als insteek om jongeren toch te laten praten
- Hoe resultaten van dit onderzoek communiceren naar ouders? Koppeling mogelijk met aanpak van de school?
- “Er zijn” – laagdrempelig aanwezig zijn voor ouders en kinderen. Waar?
- Werken rond stress – denkfout “mensen zien dit wel aan mij”.
- Kleuter ILS/SO vanaf jonge leeftijd bewust maken van voelen en daarover leren praten.
- Hoe de druk voor kinderen en jongeren op school verlagen?

- Hoe meer ruimte voor inzichten wie ben ik – hoe voel ik me op school?
- Laagdrempelig aanspreekbaar zijn.
- Verbinding maken met k&j
- Toegenomen versnippering in het psychisch welzijnsveld
- Ergens wel opluchting mbt rol van de school – voorbije jaren veel zorg/welzijn waardoor kennis verminderde. Draagkracht in gedrang door pedagogische rol: mogen deze rol bij ouders laten: wel veel aandacht voor schoolklimaat en pesten
- Nog meer faciliteren dat jongeren praten en ook ouders hierover bewust maken – iets doen met de competenties die jongeren opgeven
- Gevoelens meer bespreekbaar maken
- Overzicht in hulporganisaties ☐ lokaal aanspreekpunt? Huis van het Kind
- Hoe zorgen voor ‘gezonde druk’ op school? Angst en stress verminderen in lagere school?
- Hoe een echt open beleid (openheid om te vertellen en vertrouwen) op school installeren?
- Niet boos worden als een jongere iets komt vertellen
- Niet direct een probleem maken van wat ze vertellen
- Vraag aan de jongere: “Als je ouders je kinderen waren, wat zou je hen dan leren? Hoe zou je hen dan opvoeden?”
- Iets actief gaan doen: sport, hobby, dieren

