

# Verslag jongerentafel Jeugdplatform Amsterdam



Thema: Wat kan jou in het dagelijks leven helpen om om te gaan met stress, tegenslag en andere lastige zaken?

11 juli 2023

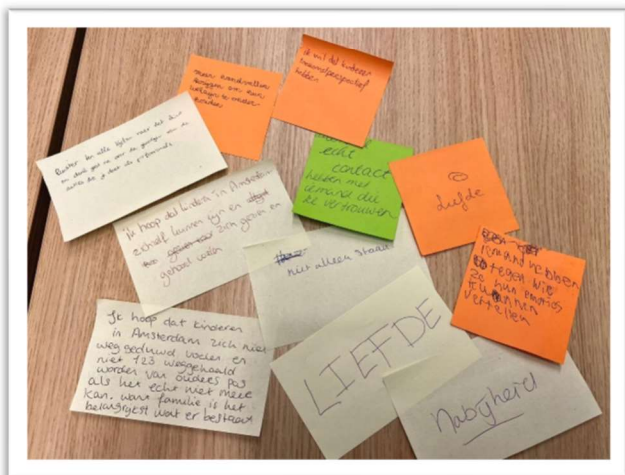
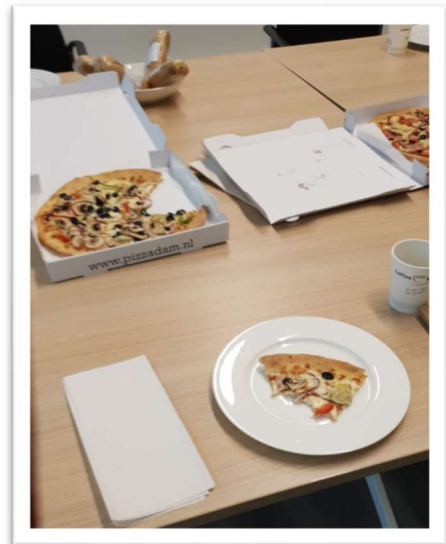
**Locatie:** Clientbelang Amsterdam, Jacob Bontiusstraat 9, Amsterdam.

**Begeleiding:** Ivet Pieper en Whitney Sadydoust, Jeugdplatform Amsterdam.

**Aanwezig:** 5 jongeren van 14 tot 24 jaar, 4 medewerkers van de gemeente Amsterdam, en de wethouder Jeugd en Onderwijs, van gemeente Amsterdam.

**Doel en vorm:** Het doel van de jongerentafel is het vergroten van begrip bij volwassenen en met name de Wethouder, voor de leefwereld en ervaringskennis van jongeren. Tijdens een jongerentafel vertelt een aantal jongeren om de beurt over hun persoonlijke ervaringen met betrekking tot een thema. De jongeren staan het eerste uur helemaal centraal, de gasten zijn stil en luisteren. Een gespreksleider ondersteunt de jongeren om hun verhaal te vertellen, dat kan zijn door het stellen van vragen, aanmoedigen, rust brengen en uitnodigen. Jongeren helpen elkaar ook op die wijze. Na een uur is er ruimte voor de gasten om te reageren, vragen te stellen en voor uitwisseling. Deze keer was daar eigenlijk te weinig tijd voor. Om toch tot een goede afronding te komen hebben alle aanwezigen de volgende zin afgemaakt: " Ik droom dat alle Amsterdamse kinderen...". De jongeren hebben een voorgesprek met de begeleider, waarin het thema wordt verkend, en waarin ook afspraken worden gemaakt over hoe ze ondersteund kunnen worden tijdens de jongerentafel zelf. De begeleider heeft ook na de jongerentafel met alle jongeren contact over hoe het voor hen was, tips en tops, en ook om het verslag voor te leggen.

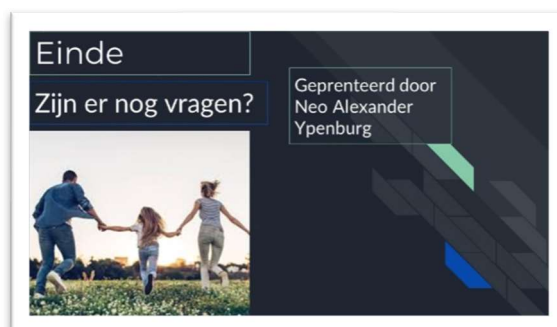




## VERBINDING, SOCIALE NETWERKEN WAAR HET POSITIEF IS, FLEXIBILITEIT EEN TOEKOMSTPERSPECTIEF, VERTROUWEN EN LIEFDE.

De jongeren vertellen over wat ze op dit moment dagelijks doen en wat ze helpt of geholpen heeft in hun leven waarin al op jonge leeftijd diverse uitdagingen zitten. Hebben jongeren iets anders nodig dan wat ze krijgen in de jeugdzorg of in het dagelijkse leven? Wat heeft ze geholpen of wat helpt? Dit verslag van de avond is aangevuld met informatie uit de voorgesprekken en gecheckt bij de jongeren.

De eerste jongere (Neo Alexander) geeft een presentatie aan de hand van deze PowerPoint.



In zijn verhaal komt vooral naar voren dat de jeugdhulpverlening weinig continuïteit biedt. Als je van plek naar plek verhuist, wisselen begeleiders mee. Iemand om mee te 'connecten' in de vorm van een stabiele ouderfiguur is dan belangrijk. Ook de prestatiecultuur (sterk gecultiveerd voor met name jongens op TIK-TOK) wordt als zeer 'pressing' ervaren "ambities zijn te veel, ze maken je kapot". "Als je allemaal drillvrienden hebt, dan is er veel stress". Hij vertelt over een seksuoloog die hem goed heeft geholpen om om te gaan met verwachtingen en beelden rondom mannelijkheid en het uiten van emoties. Hij wil graag vaker presentaties geven en gesprekken begeleiden, en hij gunt alle jongeren zo'n goede therapeut.

De **tweede** jongere (Dorea) vertelt over haar ervaringen met het onderwijs, en de zeer beperkte aandacht die zij voor mentaal welzijn heeft ervaren. “Ik haalde alleen maar negens op school, dus er werd altijd gezegd: Jij gaat goed! En dat was dat.” Maar in haar ervaring is het juist belangrijk om wel aandacht voor mentaal welzijn en neurodiversiteit te hebben, ook als het op school niet per se slecht met jongeren gaat. Er is expliciet aandacht voor neurodiversiteit, omdat ze hebben ervaren dat neurodivergente leerlingen vaker vastlopen in het schoolsysteem, dat niet op hun brein is afgesteld. Het zou hen erg helpen als scholen zich soepeler aanpassen aan de individuele behoeftes van leerlingen. Ze heeft samen met haar vriendin (Eva) een lessenserie ontwikkeld die ze geven op hun oude middelbare school. Ze moesten de school wel overhalen. ‘School is verantwoordelijk voor leren, we zijn geen psychologie praktijk’. Maar nu hebben ze al 25 lessen gegeven aan groepjes van ongeveer 9 leerlingen en krijgen ze heel positieve reacties van de leerlingen. De jongere vertelt dat ze het heel waardevol vindt dat ze haar frustraties en geworstel hiermee kan omzetten in positieve energie. “Ik heb het nodig om iets te doen wat zinvol voelt”.

De **derde** jongere vertelt over wat haar helpt in het dagelijkse leven. Ze heeft een hondje, dat vanavond ook mee is. Dat ze haar hondje uit moet laten helpt haar om de deur uit te gaan. Maar ze houdt ook echt van haar hondje. Ook kijkt ze graag filmpjes voor afleiding, maar dat moet weer niet te lang want dat levert geen goed gevoel op. Sporten, de psycholoog en haar dagbesteding bij Rambler Studios, waar ze mode kan maken, zijn ook helpend. Het zou haar erg helpen om werk te vinden dat ze leuk vindt, iets medisch, pedagogisch of in een laboratorium. Dan heeft ze een doel. Waar ze nu tegenaan loopt is dat haar vertrouwde begeleider van Levvel moet stoppen omdat ze 24 jaar is geworden.

De **vierde** jongere vertelt vooral over wat hem helpt in het dagelijks leven om om te gaan met ADD en autisme, en moeite met concentratie/leren. Hij heeft begeleiding op school en ook een begeleider buiten school. Behulpzaam voor hem is iemand die hem helpt met bijvoorbeeld plannen van huiswerk, het omgaan met sociale media, vooral Snapchat (niet alle vriendschapsverzoeken accepteren), kennis krijgen over wat ‘het spectrum’ eigenlijk is, maar ook om te gaan met prikkels waar hij last van heeft. Hij krijgt extra tijd voor toetsen. Iets waar hij veel plezier in heeft is lekker voetballen: een keer in de week training en een keer in de week een wedstrijd. De jongere vertelt ook dat hij Auditieve Integratie Training (AIT) krijgt, waarin hij via een koptelefoon naar speciaal hiervoor bewerkte muziek luistert. Dit heeft een goed effect voor prikkelverwerking.

De **vijfde** jongere (Kadi) heeft veel gehad aan de meidengroep bij Elance. “Ze behandelen je als een normaal mens, ze vragen je hoe het met je gaat en ik heb mijn beste vriendin daar ontmoet”. Dat je je niet alleen voelt. Ook had ze daar een coach. De jongere zelf is nu ook coach en kan zo weer andere meiden helpen. Ze had zich graag kunnen herkennen in iemand als opgroeiende tiener. Iemand die begrijpt hoe het is om zo te zijn zoals ze zelf is. Hierom zet zij zich nu in voor mensen die op haar lijken. Binnen de jeugdzorg heeft ze ervaren dat beslissingen over haar genomen werden, en dat er onvoldoende het gesprek werd aangegaan. Wat nog meer helpt in het dagelijkse leven? ‘Muziek maken, spelletjes doen, iets gezelligs doen’. Je moet dichtbij beginnen, zoals bij een sportclub of een buurthuis.

## Rode lijnen

Alle jongeren hebben ervaringen van 'niet gezien of gehoord' worden in de hulpverlening/ de volwassen reactie op die uitdagingen. De ervaring waardoor dit wel in hun leven komt/ kwam worden als het meest waardevol benoemd. Of het nu is door een coach of een begeleider vanuit de jeugdzorg is of door de inmiddels verworven vaardigheden en acties, zoals zelf lesgeven. De echte verbinding en ergens bij horen of iemand vertrouwen is de rode lijn de verhalen heen.

De jongeren aan tafel kunnen goed vertellen wat hen in praktische zin ook helpt. Structuur (met een hondje moeten lopen), nadenken (en hierin geholpen worden) over de toekomst, waar je naar toe kan werken. Wat hen verbindt hier aan deze gesprekstafel is toch de wens om hun ervaringswijsheid te delen en de jeugdzorg te helpen veranderen.

Bij de afsluiting van het gesprek is er met geeltjes voor allen aan tafel de zin af te maken: "Ik hoop dat kinderen in Amsterdam..."

- ... niet alleen staan
- ... iemand hebben tegen wie ze hun emoties kunnen vertellen
- Liefde
- Nabijheid
- ... zich niet weggeduwd voelen en niet 123 weggehaald worden van ouders. Pas als het echt niet meer kan, want familie is het belangrijkste wat er bestaat
- ... zichzelf kunnen zijn en zich gezien en gehoord voelen
- Luister ten allen tijden naar het kind en denk goed na over de gevolgen van de acties die je doet als professionals
- ... meer handvatten krijgen om hun welzijn te onderhouden
- ... toekomstperspectief hebben
- ... echt contact hebben met iemand die ze vertrouwen

Zie voor meer informatie de website van [www.jeugdplatformamsterdam.nl](http://www.jeugdplatformamsterdam.nl)

Of neem contact op met Ivet Pieper ([pieper@st-alexander.nl](mailto:pieper@st-alexander.nl)) / ondersteuner van Jeugdplatform Amsterdam