

# Praat niet over ons zonder ons

Wat jongeren zelf  
belangrijk vinden in  
de ondersteuning  
op weg naar  
volwassenheid



# Praat niet over ons zonder ons

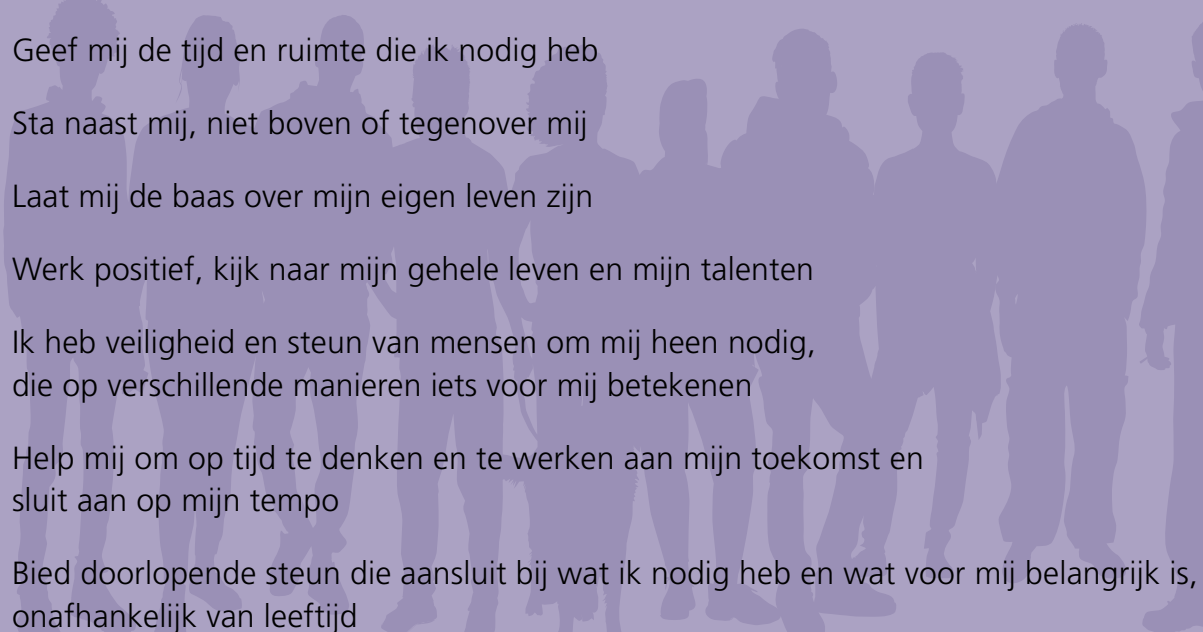
## Wat jongeren zelf belangrijk vinden in de ondersteuning op weg naar volwassenheid

Jongeren hebben een duidelijke visie op wat voor hen belangrijk is in de ondersteuning op weg naar volwassenheid. Ze kunnen dit zelf heel goed onder woorden brengen en advies hierover geven. Helaas blijven hun adviezen nog te vaak in de la liggen en wordt hun stem niet of onvoldoende gehoord. Jongeren van ExpEx en de Nationale Jeugdraad hebben samen met Movisie, het Nederlands Jeugdinstituut en Levvel op een rij gezet wat belangrijk is in die ondersteuning. Met als doel de stem van jongeren een centrale plek te geven en duidelijk te maken welke aspecten en kernwaarden voor jongeren zelf belangrijk zijn: **WAT** moet er op orde zijn, **HOE** wil ik ondersteund worden, **WIE** moet er betrokken zijn en **WANNEER** wil ik ondersteuning krijgen?

Het resultaat zijn tien leidende principes: vuistregels die richting moeten geven aan visie, beleid, inrichting en uitvoering vanuit het jongerenperspectief. Gemeenten, professionals en jongeren kunnen deze in de praktijk benutten bij het maken van visie, beleid, ondersteuningsaanbod en samenwerkingsafspraken. En gezamenlijk het gesprek aangaan over de kwaliteit van de ondersteuning aan jongvolwassenen.



# De 10 leidende principes op een rij:

- 1** Laat mij pas los als de belangrijkste zaken geregeld zijn: de Big 5
  - 2** Help mij praktische dingen te regelen, help mij te doen
  - 3** Help mij verantwoordelijkheden nemen en keuzes maken
  - 4** Geef mij de tijd en ruimte die ik nodig heb
  - 5** Sta naast mij, niet boven of tegenover mij
  - 6** Laat mij de baas over mijn eigen leven zijn
  - 7** Werk positief, kijk naar mijn gehele leven en mijn talenten
  - 8** Ik heb veiligheid en steun van mensen om mij heen nodig, die op verschillende manieren iets voor mij betekenen
  - 9** Help mij om op tijd te denken en te werken aan mijn toekomst en sluit aan op mijn tempo
  - 10** Bied doorlopende steun die aansluit bij wat ik nodig heb en wat voor mij belangrijk is, onafhankelijk van leeftijd
- 

## Laat mij pas los als de belangrijkste zaken geregeld zijn: de Big 5

### Wat bedoel ik daarmee?

- Stop de hulp pas als de belangrijkste zaken op orde zijn: support, wonen, school en werk, inkomen en welzijn, de Big 5. OF draag de hulp pas over wanneer dit voor mij passend is, zodat ik deze vijf zaken verder op orde krijg.
- Er is een overkoepelend plan nodig, maar ook kleine stapjes gericht op alle vijf gebieden.

### Wat betekent dit voor de ondersteuning?

- Een (t)huis en inkomen moeten echt geregeld zijn om van de overleefstand naar de leefstand te gaan.
- Aandacht voor alle Big 5 is nodig om dat (t)huis en inkomen vast te kunnen houden.
- Ook als het een tijdje goed gaat, zorg dat ik op dezelfde persoon terug kan blijven vallen als het even pittig is.

“

Een huis moet een thuis zijn. Met elke keer een nieuw huis, dan wacht je met binden en laat je je verhuisdozen staan.

“

Op de korte termijn kan het op orde zijn. Maar op de langere termijn: bij iets kleins heb je zo een terugval. Dan ben ik helemaal terug in overlevingsstand.

“

Veel jongeren weten dingen die ze moeten regelen niet, weten waar je recht op hebt qua inkomen bijvoorbeeld.

“

Je moet je niet van het kastje naar de muur laten sturen.

“

Er wordt veel van ons verwacht. Het is makkelijker gezegd dan gedaan.

2

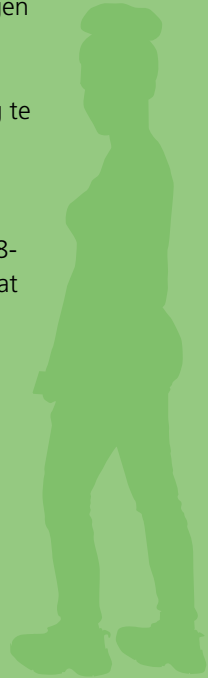
## Help mij praktische dingen te regelen, help mij te doen

### Wat bedoel ik daarmee?

- Als je 18 wordt verandert er zoveel. Je moet zoveel regelen. Ik zie dan door de bomen het bos niet meer. Help mij het overzicht te krijgen en help mij dingen aan te pakken, te doen!
- Zelfs professionals weten de weg vaak niet. Als je het dan persoonlijk zwaar hebt is het echt veel gevraagd om zelf de weg te zoeken en op koers te blijven.

### Wat betekent dit voor de ondersteuning?

- Bied actief en op tijd informatie over wat je voor de overgang 18-/18+ moet weten. Denk aan regelingen, financiën, wonen en wat er allemaal verder nog op je afkomt.
- Bereid mij financieel voor op de overgang van Jeugdhulp naar Wmo of andere regelingen. En help me stapsgewijs financieel zelfredzaam te worden.



WAT

## Help mij verantwoordelijkheden nemen en keuzes maken

### Wat bedoel ik daarmee?

- Opgroeien is een proces. Dat gaat met vallen en opstaan. Ik heb de tijd nodig om te leren verantwoordelijkheid te nemen en zelfstandig te zijn.
- Hulp vragen en vertrouwen kost tijd. Blijf dichtbij.

### Wat betekent dit voor de ondersteuning?

- Motiveer mij en help mij te overzien welke keuzes welke consequenties hebben en wat dat van mij vraagt. Help mij zelf die keuzes te maken.
- Sluit de hulp aan bij mijn proces, ook als het even niet goed gaat. Van fouten mag ik leren, daarmee hoef ik niet helemaal opnieuw te beginnen.

“

Denk niet voor mij. Wij jongeren hebben zelf ook een stem. Neem me serieus, daar word ik gemotiveerder door en dat werkt uiteindelijk beter.

“

Mijn doelen waren mijn overleving: als ik dit regel, kan ik over een jaar op mezelf.

“

Ik mag fouten maken. Dit moet je ook aan jezelf blijven vertellen en blijven horen. Je bent bang om te falen. De consequenties kunnen echt groot zijn.

“

Ik heb de tijd nodig om alles te regelen. Volg mijn tempo.

“

Je slaat de pubertijd over en moet snel volwassen worden. Ik wil ook een betrouwbare volwassene in mijn leven hebben waarop ik terug kan vallen en bij wie ik af en toe even lekker onredelijk kan zijn.

“

Je moet versneld opgroeien en het kan niet op je eigen tempo.

4

## Geef mij de tijd en ruimte die ik nodig heb

### Wat bedoel ik daarmee?

Het systeem is te ingewikkeld, de regels zitten in de weg. Kijk naar wat ik nodig heb en niet naar waar ik op basis van mijn leeftijd recht op heb.

### Wat betekent dit voor de ondersteuning?

Mijn ontwikkeling is leidend, niet het systeem. Organiseer de hulp zo dat deze hierop aan kan sluiten, ongeacht of ik 18 wordt. Zorg dat Jeugdhulp en Wmo hierin goed samenwerken.



HOE

## Sta naast mij, niet boven of tegenover mij

### Wat bedoel ik daarmee?

- Werk met mij in gelijkwaardigheid, vanuit openheid, eerlijkheid en vertrouwen. Wees duidelijk, spreek de waarheid en denk met mij mee. Neem mij serieus.
- Werk vanuit je hart en met gevoel, van mens tot mens. Ik wil nabijheid voelen. Geen 9 tot 5 mentaliteit of dat hulpverleners alleen maar dingen uit boekjes doen.

### Wat betekent dit voor de ondersteuning?

- Iemand is beschikbaar en bereikbaar en ik heb de tijd om een band met diegene op te bouwen.
- Durf fouten toe te geven. Zorg dat je goed kan uitleggen en onderbouwen waarom iets wel of niet kan.
- Denk aan de inzet van ervaringsdeskundigheid en aandacht voor jongeren-/cliëntenparticipatie. Dat houdt de organisatie scherp en is echt helpend voor de jongeren zelf.

“

Ik wil geen nummertje zijn.  
Maar mens zijn.

“

Naast je meelopen in plaats  
van boven je staan. Iemand die  
letterlijk naast je staat en met  
je mee gaat.

“

Werk aan onderling vertrouwen,  
jij in mij en ik in jou, en ik in  
mezelf en in de wereld.



“

Ik heb en wil zelf de touwtjes  
in handen houden.

“

Als ik niet van mezelf houd,  
hoe kan een ander dan van me  
houden?

“

Aan het einde van de dag ben  
ik degene die gelukkig moet zijn  
met mijn leven.

6

## Laat mij de baas over mijn eigen leven zijn

### Wat bedoel ik daarmee?

- Denk niet voor mij. Betrek mij bij beslissingen en help mij om zelf te beslissen.
- Maar weet ook wanneer je de regie tijdelijk even van mij moet overnemen. Soms is het gewoon even te veel. En het is zonde als daardoor alles stil staat. Soms wil ik het even los kunnen laten zodat ik tot rust kan komen. Betrek mij wel hierbij.
- Praat met mij, niet over mij. Het gaat tenslotte over mijn leven. Ik moet het uiteindelijk zelf doen. Betrek ook de mensen die voor mij belangrijk zijn.

### Wat betekent dit voor de ondersteuning?

- Mijn plan is ook echt mijn plan. Ik heb deze (met ondersteuning) zelf gemaakt, in een vorm die bij mij past. Ik deel mijn plan zelf met de mensen die mij kunnen helpen om het te realiseren.
- Bij belangrijke beslissingen zit ik zelf aan tafel.
- Bedenk dat als ik minderjarig ben en voor het eerst hulp vraag, het heel onveilig kan zijn als mijn ouders hierover geïnformeerd worden en dingen worden doorverteld. Dat maakt de drempel heel hoog. Zeker als er bijvoorbeeld huiselijk geweld speelt.

HOE

## Werk positief, kijk naar mijn gehele leven en naar mijn talenten

### Wat bedoel ik daarmee?

- Focus op het positieve, op mijn krachten en talenten en de dingen die wel goed gaan. Kijk naar alle dingen van mijn leven.
- Heb niet alleen aandacht voor mijn problemen. Hierdoor krijg ik het zelfbeeld dat ik zelf een probleem ben. Iedereen heeft wel eens problemen, niemand is een probleem.

### Wat betekent dit voor de ondersteuning?

- Kijk ook naar de dingen waar ik goed in ben en die kunnen helpen mijn doelen te bereiken.
- Sta stil bij de mijlpalen in mijn leven. Bij de downs én ups.
- Het is belangrijk dat ik plekken heb waar ik diverse jongeren tegenkom, zoals sportclubs, jongereninitiatieven, etc. Waar ik ervaar dat ik meer ben dan alleen de problemen die ik heb.



“

Vier elk succes,  
ook de kleine.

“

Richt je minder op mijn  
problemen. Heb aandacht voor  
mijn talenten.

“

Als je geen oog hebt voor  
de centimeters, dan ga je de  
kilometers nooit zien.

“

Die ene volwassene die het in de jeugdhulp voor je is, verdwijnt vaak weer.

“

Je weet niet wie je kunt vertrouwen. Ik vertrouw niemand.

“

Om hulp vragen, dat moet je leren.

8

## Ik heb veiligheid en steun van mensen om mij heen nodig die op verschillende manieren iets voor mij betekenen

### Wat bedoel ik daarmee?

- Ik heb meerdere mensen om me heen nodig die me kunnen helpen en steunen, waar ik op terug kan vallen, waar ik me veilig bij voel. Zij geven waarde en zin aan mijn leven. Ik heb verschillende mensen nodig, die op verschillende manieren iets voor mij kunnen betekenen.
- Er wordt met mij en met de belangrijke mensen om mij heen gepraat.
- Hoe langer ik in hulpverlening zit hoe meer ik ontdek dat ik het zelf wil kunnen. Toegeven aan mezelf dat ik het niet allemaal zelf kan is best moeilijk.

### Wat betekent dit voor de ondersteuning?

- Als ik geen klik heb met mijn hulpverlener moet ik kunnen wisselen.
- Besteed aandacht aan de mensen die belangrijk zijn voor mij en ik krijg steun op verschillende gebieden van mijn leven: praktische hulp, veiligheid, een maatje, iemand/iets om voor te zorgen, van te leren en om mijn zelfbeeld te versterken.



HOE

## Help mij op tijd te denken en te werken aan mijn toekomst en sluit aan op mijn tempo

### Wat bedoel ik daarmee?

- Help mij om korte en lange termijn keuzes te overzien en stappen te zetten. Van een groot plan, naar kleine stappen.
- Denk altijd toekomstgericht, in wat er straks nodig is, wat ik daarin zelf wil en belangrijk vind. In de periode vanaf 16 jaar wordt dit nog belangrijker. Afwisseling tussen korte termijn stappen en lange termijn plannen is dan fijn.
- Bezig zijn met mijn toekomst is nu vaak iets heel serieus en moeilijks, terwijl het voor jongeren die thuis wonen vooral iets leuks is. Leg bij de hulp aan mij ook eens de nadruk op het leuke.

### Wat betekent dit voor de ondersteuning?

- Voor mijn plannen voor de toekomst moet de korte en lange termijn worden gecombineerd. Het gaat om keuzes voor nu en voor later.
- Het gaat om grote doelen en kleine stapjes om daar te komen.
- Leg niet alleen focus op wat moet. Dromen en mooie plannen maken is ook goed en leuk. Hiervoor is tijd en ruimte nodig.

**WANNEER**

“

Wanneer ik het wil, klaar voor ben en er open voor sta.

“

Je hebt een groot plan, maar kleine stappen nodig.

“

Het moet passen, wanneer ik er ready voor ben. Dat is niet op het moment dat ik een dag ouder ben geworden.

“

Je voelt je net een cassettebandje. Je blijft je verhaal opnieuw vertellen.

“

We passen niet in hokjes.

“

Soms moet je afwijken van de regels. De uitzonderingen die de norm zouden moeten zijn.

10

## Bied doorlopende steun die aansluit bij wat ik nodig heb en wat voor mij belangrijk is, onafhankelijk van leeftijd

### Wat bedoel ik daarmee?

- Bied me steun bij ups en downs. Ik heb doorlopend iemand nodig die beschikbaar is om op terug te vallen.
- Kijk naar het grotere plan en wat op dat moment voor mij belangrijk is.
- Doe wat op dat moment voor mij nodig is. Denk in maatwerk en flexibiliteit. Ook aan wat er misschien niet meer nodig is, wat minder kan aan hulp als ik dat wil, er klaar voor ben en ervoor open sta.

### Wat betekent dit voor de ondersteuning?

- Maak doorlopend ondersteuning mogelijk, onafhankelijk van wetten en systeem. Zorg dat ik één vast iemand heb om op terug te kunnen vallen, over de grens van 18 jaar heen.
- In de praktijk willen veel professionals dit wel, maar kunnen niet, zijn onmachtig. Dan zit het systeem hen in de weg. Wees daar dan duidelijk en transparant over en zoek de randjes op.
- Gebruik je professionele ruimte om maatwerk te leveren en te doen wat nodig is.
- Er moet vertrouwen, klik en veiligheid zijn tussen mij en mijn begeleider. Voorkom wisselingen bij de overgang 18-/18+ of als je verhuist naar een andere instelling of gemeente. En als dat wel gebeurt, zorg dan voor een warme overdracht waar voldoende tijd voor is. Geef niet alleen het dossier door.

WANNEER

# Met jongeren persona's maken op basis van hun echte leven

De afbeeldingen in deze publicatie zijn van een twintigtal persona's. Een persona is een gezamenlijk verhaal gebaseerd op echte levensverhalen van individuele jongeren. In een aantal bijeenkomsten werkt een groepje jongeren vanuit hun eigen ervaringen samen aan één verhaal. Zij bepalen zelf hoe hun persona eruit ziet. De situatie van de jongeren verschilt onderling, maar zij herkennen ook veel van elkaars leven.

## Waarom maken we persona's?

Omdat het belangrijk is dat gemeenten en organisaties begrijpen wat jongeren bezighoudt, hun leefwereld. Om het leven van jongeren, hun diversiteit, dromen, kwetsbaarheid en vooral ook kracht, realistisch in beeld te brengen. Zodat hun stem beter wordt gehoord en ondersteuning en begeleiding daarop aansluiten. Het gebeurt nog te vaak dat programma's, pilots, werkwijzen en projecten bedacht worden, zonder het

perspectief van jongeren als uitgangspunt te nemen. Met persona's proberen we de kreet 'jongeren en hun leefwereld centraal' in de praktijk waar te maken.



**Maak kennis met jongeren als Bo, Luca, Deniz, Hermon, Damian, Jackson, Nikki op [www.movisie.nl/personas](http://www.movisie.nl/personas).**

# Lees- en kijktips

- Meer weten over de Big 5? Bekijk het filmpje [De Big 5 voor een stevige basis – Stichting ExpEx](#) of lees het pamflet en onderzoek: [De BIG 5-aanpak: opgroeien naar volwassenheid | Level Up \(level-up.nl\)](#)
- Kennis over doorlopende ondersteuning jongvolwassenen in een kwetsbare positie: [Jongvolwassenen | Movisie](#)
- Bekijk filmpje over de 10 aandachtspunten bij ondersteuning [Dit vinden jongeren belangrijk in jeugdhulp | Nederlands Jeugdinstituut \(nji.nl\)](#)
- Informatie over Ervaringskennis en jeugdparticipatie | [Nederlands Jeugdinstituut \(nji.nl\)](#)
- Lees over de [Aanpak Toekomstgericht werken in begeleiding naar volwassenheid | Nederlands Jeugdinstituut \(nji.nl\)](#)
- Lees [VER\\_haal](#), magazine over jeugdparticipatie en de inzet van ervaringsdeskundigen
- Jongerenpanel de 3e Kamer geeft ongevraagd en gevraagd advies vanuit het ervaringsdeskundige perspectief van de jongeren over dak- en thuisloosheid. [Hier hun Lees- Kijk- en Luistervoer.](#)
- Bekijk het begeleidingsinstrument [Toekomstgericht werken met KR8! | Movisie](#)
- Lees meer over ontwikkelgerichte routes en alternatieve initiatieven voor thuiszitters op [Initiatieven Collectief | Movisie](#)
- Welke ingrediënten maken een huis een thuis voor jongeren in een kwetsbare positie die zelfstandig gaan wonen? [Een kookboek voor thuisgevoelens van jongeren \(inholland.nl\)](#)
- Ondersteuningsbehoeften van jongeren met een jeugdhulpverleden zijn in kaart gebracht in [Uitstroomprofielen: woonondersteuning in overgang van jeugdzorg naar volwassenenzorg](#)

## **Movisie: kennis en aanpak van sociale vraagstukken**

Movisie is hét landelijk kennisinstituut voor een samenhangende aanpak van sociale vraagstukken. Samen met de praktijk ontwikkelen we kennis over wat echt goed werkt en passen we die kennis toe. De unieke rol van Movisie is het versnellen van leerprocessen. We zijn alleen tevreden als we een duurzame positieve verandering voor mensen in een kwetsbare positie realiseren.

### **Colofon**

Eindredactie: Paul van Yperen, Communicatie Movisie

Vormgeving: Ontwerpbureau Suggestie & Illusie

Juni 2023

© Movisie



Kijk voor meer informatie op [www.movisie.nl](http://www.movisie.nl).

In samenwerking met:



Deze publicatie is tot stand gekomen dankzij financiering van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS)]



Ministerie van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport



