

VERKENNING

Behoeften van jongeren die wachten op psychische hulp

JONGPIT | JongPIT



Instituut voor Publieke Waarden

Geschreven door:

JongPIT

Publicatiedatum:

Met dank aan:

Sabine, Femke, Anouk,
Kim, Lisa, Maaïke,
Maurits, Ilse, Gabriëlla,
Tiffany en Anne

10-07-2023

Contact:

info@jongpit.nl

DE DEELNEMERS

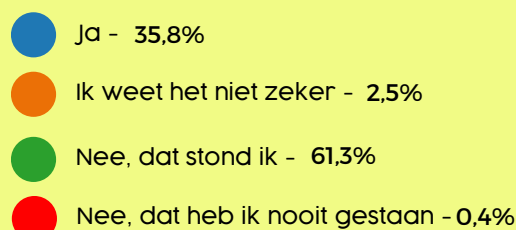
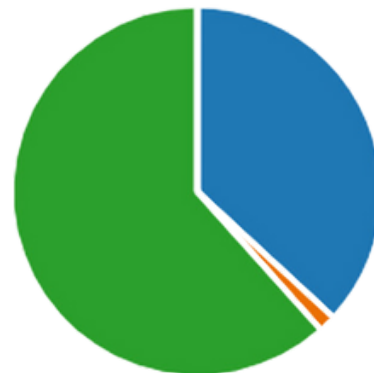
JongPIT heeft in samenwerking met het Instituut voor Publieke Waarden onderzoek gedaan naar de behoeften van jongeren die wachten op psychische hulp. Dit hebben we gedaan naar aanleiding van de vele signalen die wij kregen over wachtlijsten. In focusgroepen kwamen verschillende thema's naar voren. Thema's die volgens jongeren in ieder geval belangrijk zijn en waar rondom zij kansen zien voor verbeteringen. Dit zijn communicatie en hulp tijdens het wachten.

Om nog meer jongeren te bereiken en te weten te komen over de behoeften die er zijn, hebben we een vragenlijst gemaakt. Ook hebben we jongeren buiten JongPIT, jongerenorganisaties en professionals gevraagd hierover mee te denken, waarna we hem hebben uitgezet.

Binnen ongeveer anderhalve week vulden 239 jongeren tussen de 13 en 30 jaar de vragenlijst in. De gemiddelde leeftijd van de groep was 23 jaar. Het grootste deel van hen is meisje/vrouw.

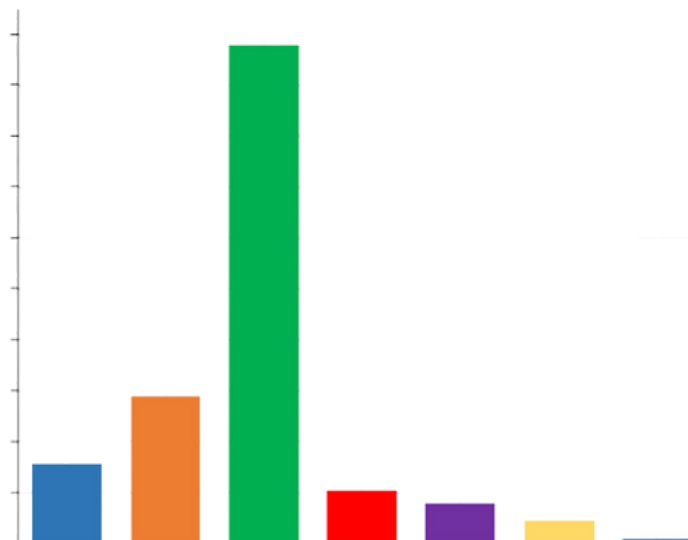
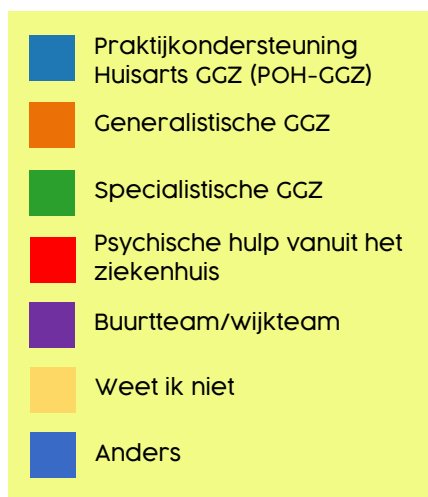
De huidige positie op de wachtlijst

Het merendeel van de jongeren (61,3%) die de vragenlijst heeft ingevuld, staat op dit moment niet meer op een wachtlijst. Het grootste deel (88,7%) geeft aan te weten waarop ze wachten of hebben gewacht.



Ik weet waarop ik wacht (bv. intake, diagnostiek, behandeling)



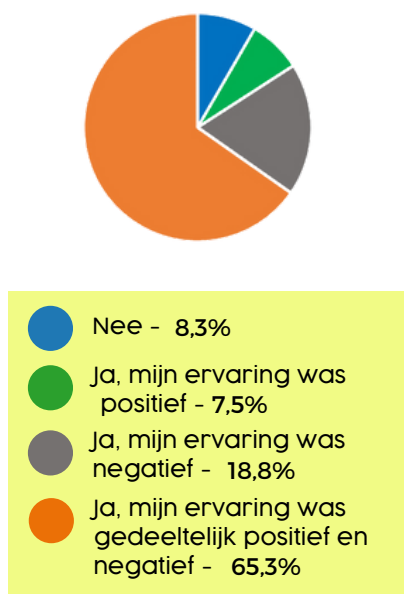


REDEN WACHTEN

De meeste jongeren gaven aan te wachten of hebben gewacht op hulp van de specialistische GGZ. Maar veel van hen hebben ook moeten wachten op hulp van andere organisaties.

EERDERE ERVARING PSYCHISCHE HULP

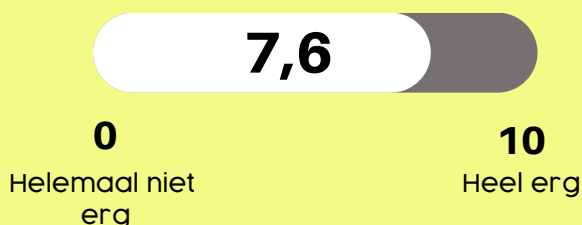
91,6% van de jongeren heeft eerder psychische hulp gehad.



"Als je je zo klote voelt heb je de tijd niet om te wachten."

BELEVING VAN HET WACHTEN

De meeste jongeren geven aan dat zij moeten wachten op hulp erg vervelend vinden. Gemiddeld geven zij dit dan ook een 7,6 op een schaal van 0 tot 10. De jongeren die niet eerder psychische hulp hebben gehad of hier enkel positieve ervaringen mee hebben vinden het gemiddeld gezien minder erg om te moeten wachten (6,6), dan jongeren die negatieve of wisselende ervaringen hebben met psychische hulp (7,8). Ook jongeren van onder de 18 jaar gaven gemiddeld een lager cijfer (6,6), dan jongeren van 18 jaar en ouder (7,7).

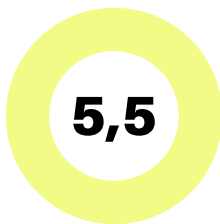


WAAROM GEVEN JONGEREN DIT CIJFER?

Veel jongeren geven aan wachten erg te vinden door de onzekerheid en onduidelijkheid die er is over de wachttijd en het gebrek aan (persoonlijk) contact. Veel jongeren voelen zich alleen, missen steun of andere vormen van hulp. Bovendien geven ze aan dat hun gezondheid en situatie (erg) verslechterd is in de periode waarin zij moesten wachten op hulp. Jongeren geven aan dat het ene moment wachten erger is dan het andere moment.

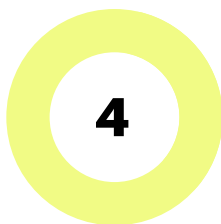
Ook begrijpen veel jongeren dat zij (even) moeten wachten, maar niet op de momenten of in de situaties wanneer er dringend hulp nodig is of de wachttijd heel lang wordt. Sommige jongeren hadden (wel) hulp tijdens de wachtperiode van bijvoorbeeld hun vorige psycholoog, een ervaringsdeskundige of familie en vrienden en het wachten was daardoor wat minder erg.

Dringend hulp nodig



Op de vraag of zij weten waar zij terecht kunnen als zij dringend hulp nodig hebben, gaven jongeren gemiddeld een 5,5.

Contactmomenten



De contactmomenten die jongeren tijdens het wachten met zorgorganisaties hebben (bijvoorbeeld bellen, mailen, chatten of contact via e-health) geven zij gemiddeld een 4. Daar staat wel tegenover dat ook veel jongeren een zware onvoldoende hebben gegeven, omdat er geen echt contact met de zorgorganisatie is of is geweest.

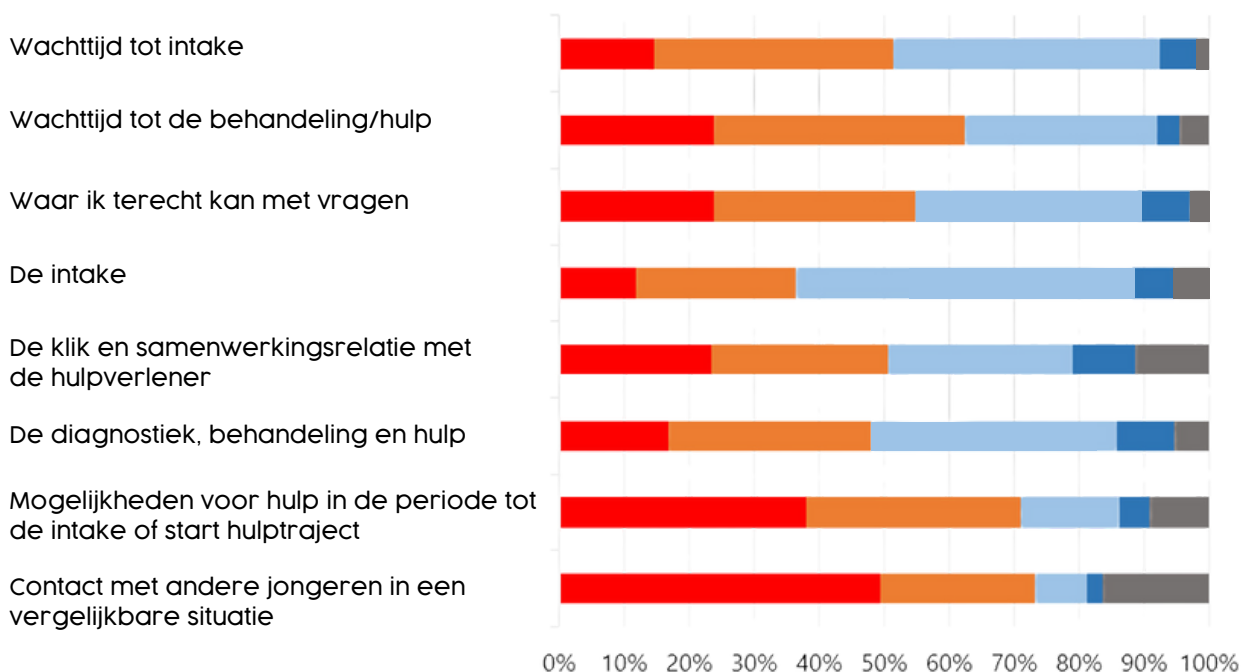
"Ik voelde me erg alleen tijdens het wachten. Dat er iemand geweest was waarbij ik dat kwijt kon had al erg geholpen. Ze hoefde niet perse hulpverlening te bieden, ze moesten er gewoon zijn."

COMMUNICATIE

Wat ons opvalt is dat er weinig begrijpelijke en duidelijke informatie gegeven wordt over de wachttijd tot de intake/behandeling of hulp. Ook de informatie over de mogelijkheden voor hulp in de wachttijd en contact met andere jongeren in een vergelijkbare situatie, scoort laag. Net als de informatievoorziening over de klik en samenwerkingsrelatie met een hulpverlener.



Ik heb begrijpelijke en duidelijke informatie gekregen over...



BEHOEFTE AAN ANDER CONTACT

Tijdens het wachten op hulp had 78,7% van de jongeren behoefte aan ander contact vanuit de zorg. Jongeren geven aan dat zij behoefte hadden of hebben aan updates, begrijpelijke en duidelijke communicatie, tussentijdse incheckmomenten, meer inzicht in de wachttijd. Maar bovenal hadden zij behoefte aan persoonlijk contact: iemand die vroeg hoe het met hen ging. Iemand die wilde luisteren of af en toe wilde meedenken.

Sommige jongeren gaven aan niet goed te weten of zij behoeften hebben of hadden aan ander contact vanuit de zorg. Zij gaven aan dat het veel vraagt om opnieuw je verhaal te moeten delen en dat zij liever geen contact willen met maar 'tijdelijk' betrokken personen.

Ook zorgen rondom lotgenotencontact werden genoemd bijvoorbeeld angst voor mogelijke triggers door het contact met andere jongeren in een vergelijkbare situatie. 8,4% van de jongeren gaf aan dat er geen ander contact vanuit de zorg nodig was. Bijvoorbeeld omdat het contact al goed (genoeg) verloopt of dat het met henzelf goed genoeg gaat. Ook gaven een paar jongeren aan hulp te hebben van vrienden, familie, andere zorg-organisaties.

"De drempel om hulp te vragen is groot, dus als je dan op zoek gaat heb je de hulp eigenlijk gelijk nodig. Maar dat gaat niet, waardoor je crisissituaties creëert."



HULPVRAAG

- Ja, maar ik had hier geen behoefte aan op dat moment - 12,1%
- Ja, ik had hier behoefte aan en dit is opgepakt - 10%
- Ja, ik had hier behoefte aan maar hier is te weinig mee gedaan - 15,9%
- Nee, maar ik had hier wel behoefte aan - 44,8%
- Nee, maar ik had hier ook geen behoefte aan - 17,2%

We hebben de vraag gesteld of er naast psychische hulp ook is doorgevraagd of er nog andere problemen zijn waarvoor hulp nodig is of was. 44,8% van de jongeren gaf aan dat dit niet is gebeurd, terwijl zij hier wel behoefte aan hadden of hebben.



MOGELIJKE VERBETERINGEN

Op de vraag wat zou kunnen helpen voor/tijdens/na psychische hulp hebben jongeren aangegeven wat hun behoeftes zijn. We zien dat de behoeftes per persoon verschillen. Wel zien we dat bij een groot deel van de jongeren de behoefte aan contact erg groot is. Verder valt op veel jongeren behoefte hebben aan het ondernemen van leuke activiteiten en ondersteuning bij andere dingen waar zij tegenaan lopen.

Ook het hebben van een (andere) woonplek of een (tijdelijke) logeerplek werd veel genoemd als mogelijk helpend. Psychische problemen komen zelden alleen. Dus het blijft belangrijk om ook buiten het medische hokje problemen op te lossen. Daarnaast valt ons op dat meer jongeren aangeven behoefte te hebben aan themagroepen voor jongeren en psycho-educatie dan aan e-health, anonieme en online hulp.

Themagroepen kunnen bijvoorbeeld gaan over stress, ontspanning, rouw, het vinden van een opleiding, baan of woning, leven met een chronische aandoening, verslaving of zingeving. De behoefte aan contact met een ervaringsdeskundige is groter dan de behoefte aan contact met jongeren in een vergelijkbare situatie.



Gedurende de wachtperiode contact houden met een hulpverlener (bv. huisarts)

Tijdens een periode van wachten contact hebben met een hulpverlener die ik nog niet ken

Contact met een ervaringsdeskundige

Contact met andere jongeren in een vergelijkbare situatie

Contact met een volwassene/maatje

Meedoen in dagbesteding, (vrijwilligers)werk of onderwijs

Ondersteuning bij andere dingen waar ik tegenaan loop (bijvoorbeeld schulden)

Een (andere) woonplek

Een (tijdelijke) logeerplek

Leuke activiteiten ondernemen

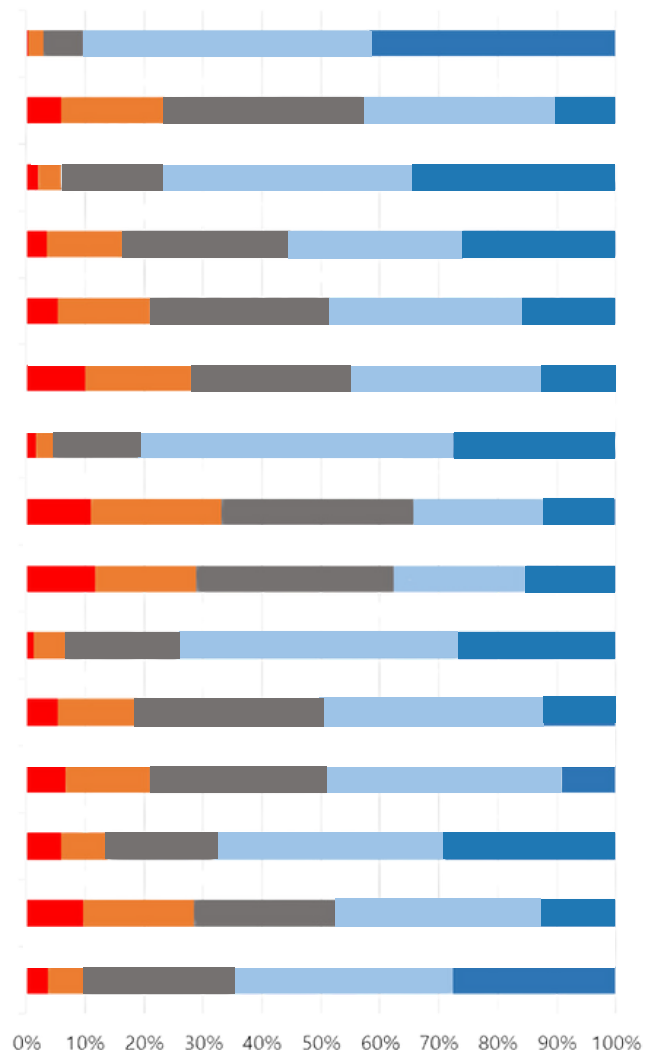
Online hulp

Anonieme hulp

Psycho-educatie

E-health (bijvoorbeeld online modules)

Themagroepen voor jongeren

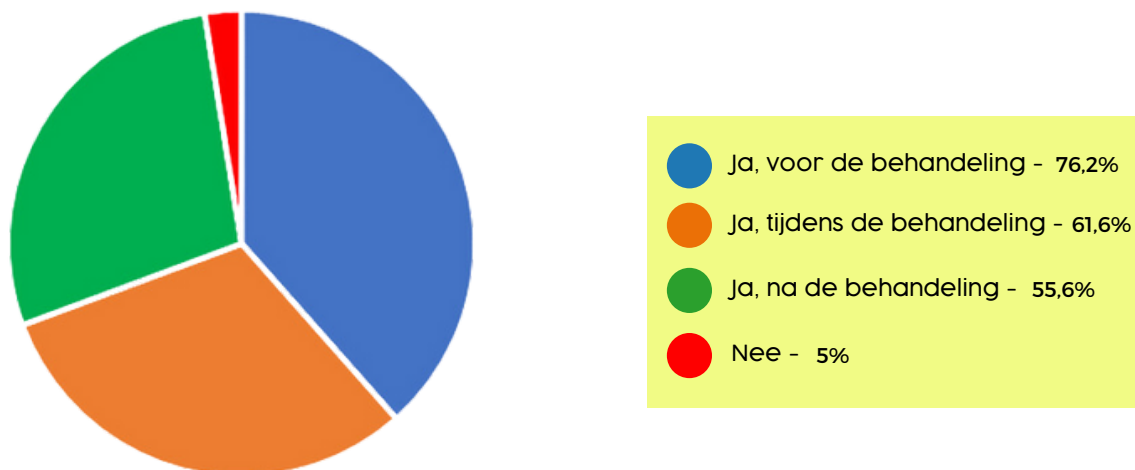


BEHOEFTE AAN INFORMATIE OVER ANDERE OPTIES

Naar aanleiding van de vorige vraag hebben we gevraagd of zij graag informatie willen krijgen over de opties die er zijn. Ook hebben we gevraagd naar het moment waarop zij deze informatie graag willen krijgen. Zowel voor, tijdens als na psychische hulp, is er behoefte aan informatie. Maar 5% van de jongeren geeft aan geen behoefte hieraan te hebben. Jongeren geven aan dat zij het lastig vinden om er zelf over te beginnen en dat zij er alleen niet altijd uitkomen.

Zij hebben behoefte aan informatie over de mogelijkheden, zodat zij zelf meer regie kunnen pakken over hun eigen proces. Sommige jongeren geven ook aan zoveel informatie te vinden op internet dat zij er niet uitkomen of zelf niet de energie of tijd hebben om het allemaal uit te zoeken. Ook is er behoefte aan één aanspreekpunt.

5% van de jongeren geeft aan dat zij deze informatie niet via de zorg zouden willen krijgen, bijvoorbeeld omdat zij zien dat de zorg het al zo druk heeft.



Communicatie over opties

95% van de jongeren wil de informatie graag van de zorgorganisatie krijgen (bijvoorbeeld van hun huisarts of de organisatie waar zij op een wachtlijst staan).



Ja - 95%

Nee - 5%

Samenvatting

Veel jongeren geven aan wachten erg te vinden door de onzekerheid en onduidelijkheid die er is over de wachttijd en het gebrek aan (persoonlijk) contact: iemand die vroeg hoe het met hen ging. Veel jongeren voelen zich alleen, missen steun of andere vormen van hulp. In de eerste plaats willen zij graag contact met een hulpverlener die zij al kennen. Zij gaven aan dat zij behoefte hebben of hadden aan informatie over bij wie zij terecht kunnen, updates, begrijpelijke en duidelijke communicatie, tussentijdse incheckmomenten, meer inzicht in de wachttijd en een stok achter de deur.

Op de vraag wat zou kunnen helpen voor/tijdens/na psychische hulp zien we de behoeftes per persoon verschillen. Veel jongeren hebben behoefte aan meer contact, aan leuke dingen ondernemen, aan dingen leren, ervaringen delen, of samen zoeken naar alternatieve mogelijkheden. Iedere jongere wil dit natuurlijk op zijn of haar eigen manier.