

# TABOEIEND doorbreekt taboe op praten over mentale problemen bij jongeren

7 december 2021



Volgens het HBSC- onderzoek (2017) heeft bijna een op de vijf jongeren in het voortgezet onderwijs emotionele problemen. Dit gegeven inspireerde Stichting Durf Te Vragen – waar YouTubers Dylan Haegens en Marit Brugman oprichters en ambassadeurs van zijn – samen met het ministerie van VWS en ggz-organisatie Vincent van Gogh (onderdeel van VIGO) een project op te zetten om jongeren te ondersteunen en toename van mentale problemen te voorkomen. □□

Als jongeren met beginnende mentale problemen niet kunnen praten met iemand over hoe het met hen gaat en hoe ze zich voelen – en daardoor geen passende zorg krijgen – dan lopen zij een aanzienlijk risico om op volwassen leeftijd geconfronteerd te worden met psychische problemen. Vroegtijdige onderkenning en ondersteuning is daarom hard nodig. □

## **Wat is TABOEIEND? □**

De naam verraadt al iets van dit bijzondere project. TABOEIEND is een virtuele, aansprekende experience van ongeveer 45 minuten voor 15 tot 30 leerlingen van de eerste en tweede klas van het voortgezet onderwijs. Robot Foob, een speciaal gebouwde robot, komt samen met een preventiemedewerker van Vincent van Gogh naar de klas en laat jongeren en hun mentor op tablets door middel van games en video's op een laagdrempelige manier kennismaken met en praten over mentale gezondheid.

□□Iedere leerling krijgt een tablet tijdens de experience en kan hierin alle vragen en games doorlopen. In dit virtuele werkboek komen de onderdelen van het programma in het scherm die door robot Foob behandeld worden. □□De experience wordt vormgegeven middels diverse quizjes, spellen, animaties en informatieve filmpjes van ervaringsdeskundigen (zoals Youtubers Haegens en Brugman). Op deze speelse en luchtige manier wordt verteld dat mentale klachten

veel voorkomen en zijn jongeren in staat deze eerder te herkennen en erkennen. Dit verlaagt de drempel om ermee naar een vertrouwenspersoon of een huisarts te gaan, waarmee grotere, complexere problemen kunnen worden voorkomen.□□

## **Angst, depressie, verliefdheid**

□ Robot Foob is uitgerust met verschillende modules die ingaan op de thema's die leven onder jongeren. Zo zijn er modules over angsten en neerslachtige gevoelens maar ook over verliefdheid en onzekerheid. □□ Door middel van digitale fictieve cases worden deze onderwerpen met leerlingen besproken in de klas. Ze krijgen de vraag hoe jongeren uit de cases zich voelen, waar ze naar toe zouden kunnen gaan voor hulp (denk aan ouders, mentor, huisarts) en of ze ooit iemand in hun omgeving kenden die last heeft gehad van deze gevoelens.□□

Jongeren praten over het algemeen sneller over hoe een ander het beleefd heeft dan zichzelf. Uit de eerste groepsgesprekken blijkt dat jongeren toch ook persoonlijke verhalen delen. Dit bevordert de openheid over het praten over mentale problemen. □□

## **Effectmeting TABOEIEND**

□ In de ontwikkeling van TABOEIEND is meteen aandacht geweest voor het meten van de effecten van de experience. Het gaat om het meten van het effect dat wordt bereikt met deze preventieve inzet. Deze effectmeting is ontwikkeld vanuit VIGO in samenwerking met de Radboud Universiteit (Prof. Dr. Maaike Cima) en is gericht op het meten van:□

- Realisatie van het doel van TABOEIEND: weet de jongere dat hij/zij kan praten met iemand over hoe het met hem/haar gaat en wat hij/zij voelt;
- De ervaring, bejegening (gehoord/begrepen/gerespecteerd door groep), onderwerp (de ruimte om te praten), aanpak/werkwijze;
- De tevredenheid (Net Promotor Score).

Om effect te meten is een voormeting nodig, gecombineerd met een nameting, over zowel doelrealisatie, de ervaring als de tevredenheid. "Als je iets nieuws ontwikkelt is het cruciaal om te weten of dit ook het effect geeft dat je beoogt. Wij voegen een effectmeting toe om de preventieve effecten van TABOEIEND inzichtelijk te maken en TABOEIEND, daar waar nodig, te verbeteren," zegt Franca Eurlings-Tonnaer, Manager Kwaliteit & Veiligheid bij VIGO, over de effectmetingen. □□

## **Samen taboe doorbreken**

□ De samenwerking die TABOEIEND tot stand heeft gebracht, is bijzonder. YouTubers Haegens en Brugman ondervonden zelf de impact van mentale problemen in hun jeugd. Dit inspireerde hen om hun invloed als rolmodel in te zetten om het taboe te doorbreken.

□□ Door kennis en kunde op het gebied van ggz vanuit Vincent van Gogh hieraan te koppelen, is er een aansprekende maar ook goed doordachte experience ontwikkeld. Een experience die omarmd wordt door gemeentes en onderwijs. Want alleen samen kunnen we taboes doorbreken!