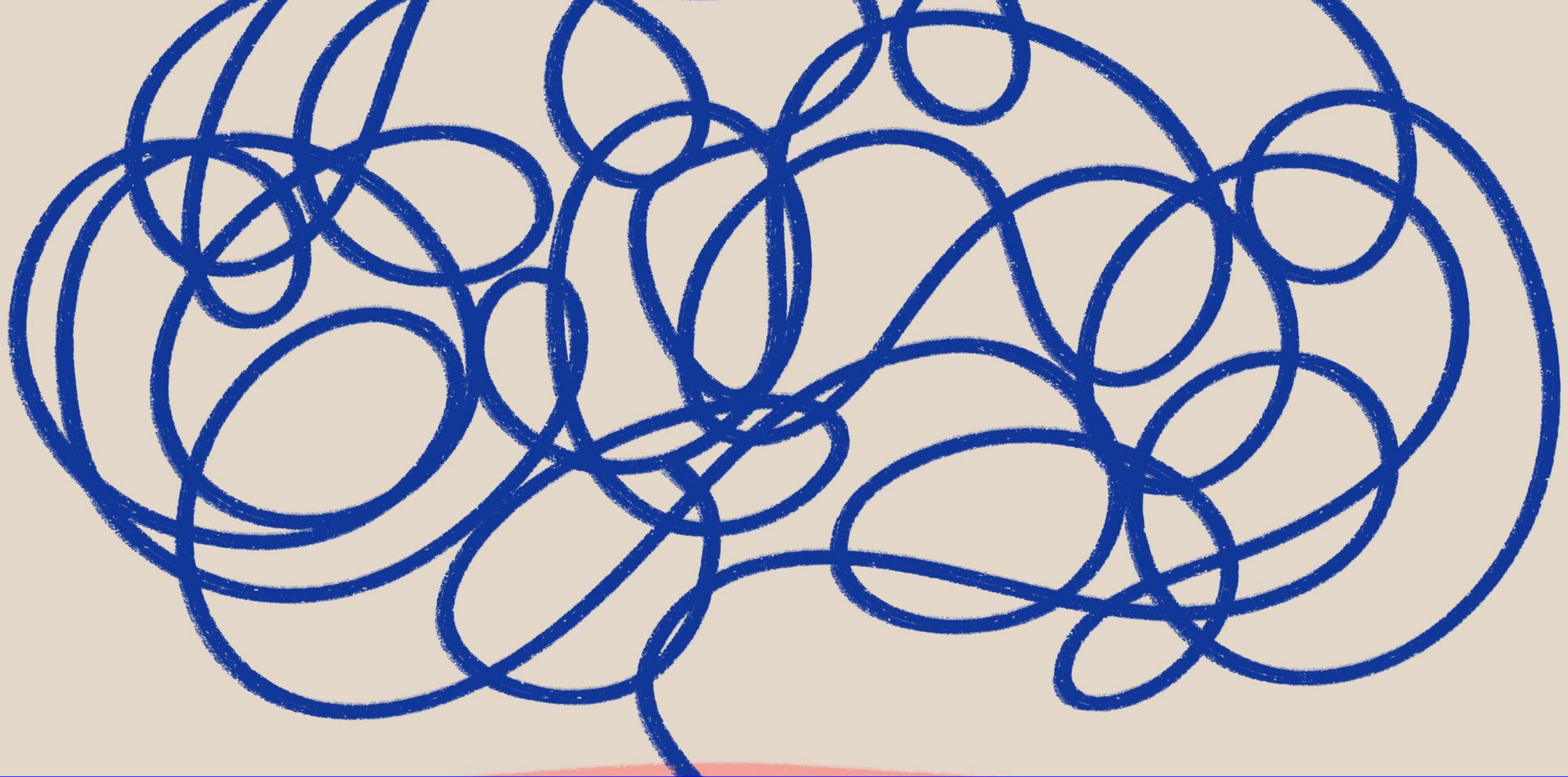
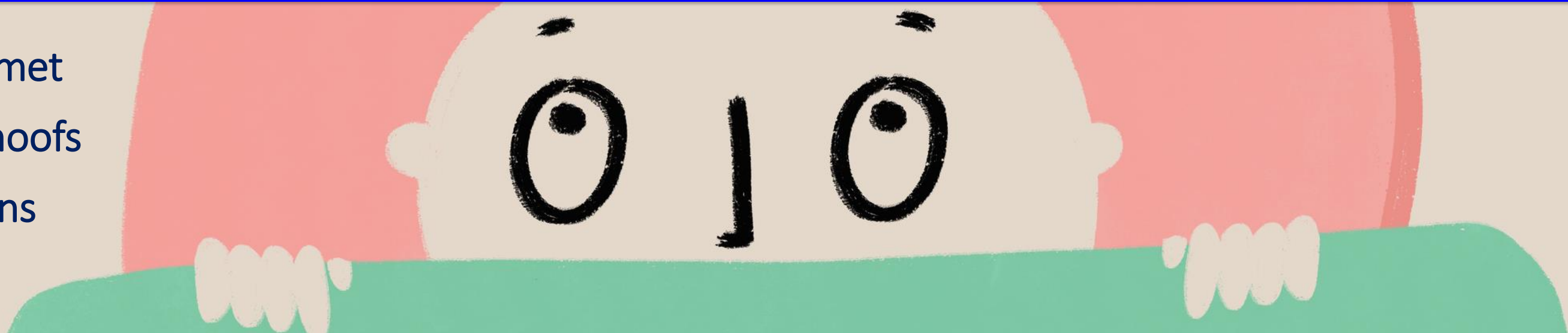




Wat brengt en beweegt jongeren bij TEJO?

Dr. Melissa De Smet
Lic. Margaux Schoofs
Lic. Lune Quintens



Onderzoek



- ▶ December 2021 – september 2022
- ▶ Interviews afgenomen bij aanvang (studie 1) en na afronden van therapie (studie 2)
- ▶ Kwalitatieve data-analyse

	Studie 1 (N=19)	Studie 2 (N=16)
Leeftijdssrange	13 - 24 j (M=18.1; SD=2.7)	12 – 21 j (M=17.6; SD=2.5)
Geslacht	vrouw (n=15), man (n=2), ander (n=2)	vrouw (n=12), man (n=2), ander (n=2)
DSM-5 diagnoses	Depressie (n=19); Angststoornis (n=11); PTSD (n=3); Fobie (n=3); Eetstoornis (n=3); ADHD (n=2); Autisme (n=1); Body Dysmorphic Disorder (n=2); zelfverwonding (n=1); OCD (n=1)	Depressie (n=5); Angststoornis (n=5); PTSD (n=3); Fobie (n=2); Eetstoornis (n=2); ADHD (n=3); Autisme (n=1); Body Dysmorphic Disorder (n=1); zelfverwonding (n=1); OCD (n=1)

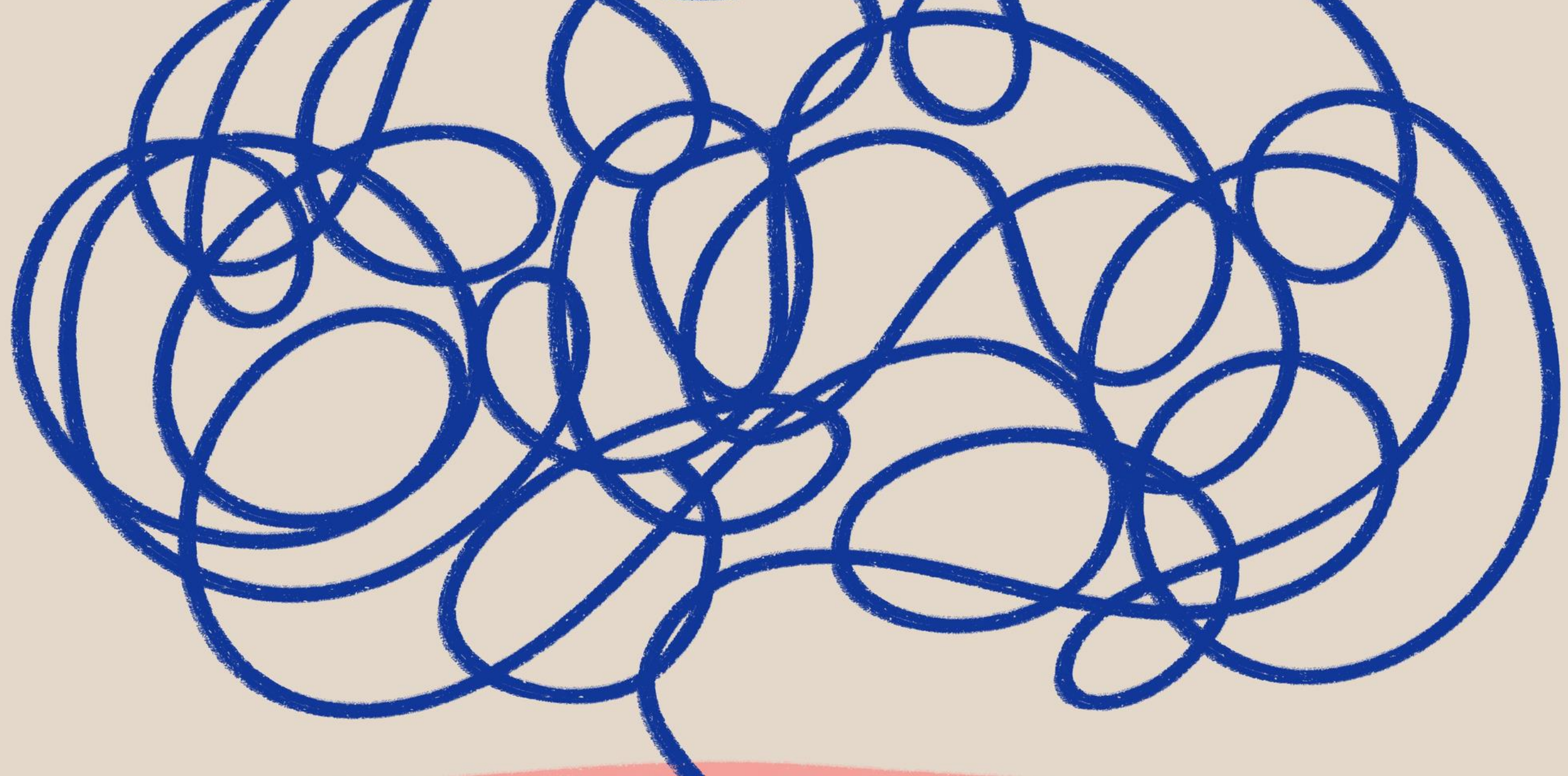
Wat brengt en beweegt jongeren bij TEJO?

- ▶ Studie 1: Wat **brengt** jongeren bij TEJO - Margaux Schoofs
 - ▶ Ervaring klachten
 - ▶ Redenen voor hulp
 - ▶ Hoe zetten jongeren de stap naar TEJO
- ▶ Studie 2: Wat **beweegt** jongeren bij TEJO - Lune Quintens
 - ▶ Ervaren veranderingen
 - ▶ Redenen voor verandering
 - ▶ Wat heeft TEJO voor jongeren betekend
- ▶ Conclusies & Implicaties voor toegankelijke zorg
- ▶ Vragen & discussie

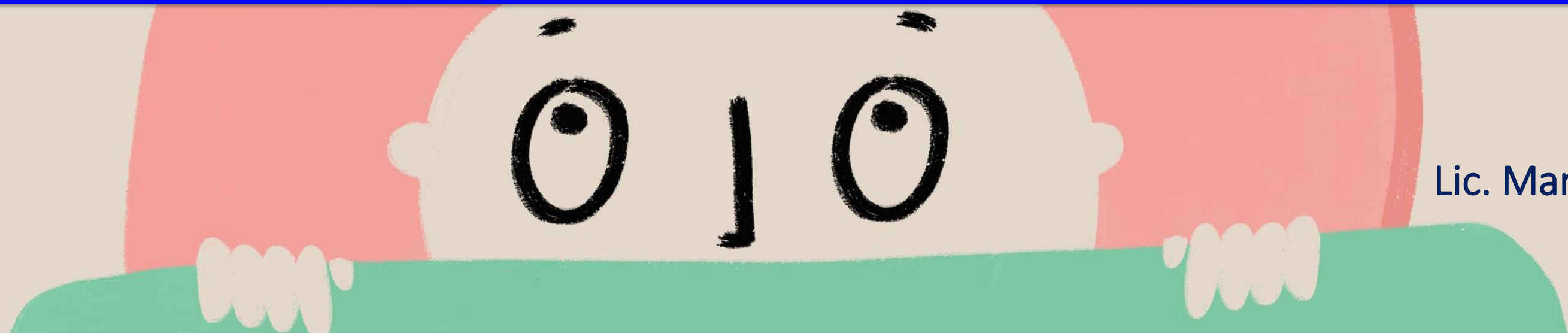
Voorpublicatie
Beschikbaar!

[DOI:10.13140/RG.2.2.18808.15366](https://doi.org/10.13140/RG.2.2.18808.15366)





Studie 1: Wat brengt jongeren bij TEJO?



Lic. Margaux Schoofs

Welke klachten ervaren jongeren?



Lijden door een onontwarbaar web van problemen

... en dan vraag ik mij af, waarom ben ik niet gewoon gelukkig? Dat is gewoon heel onbewust dat al die dingen niet zijn verwerkt. Dan kan ik er soms niet eens opkomen over waarom ik mij zo slecht voel. Dat is gewoon in mijn hoofd en dan wil ik het zo niet bovenhalen om mijzelf te beschermen.

Weggliden

Ik was in het algemeen niet zo gelukkig. Ja, dat was, soms verdwijnt ge zo een beetje en dan verliest ge contact met vrienden enzo. Als ge dat merkt, wist ik echt wel van, ge zit te ver, ge moet er iets aan beginnen doen, want dan begint ge uzelf te saboteren.

Existentiële vragen en fragiele identiteit

Ik weet niet zo goed hoe ik mezelf moet omschrijven, ik vind dat moeilijk, ik weet niet wat ik moet zeggen over mezelf, omdat ik zelf niet goed meer weet wie ik ben.

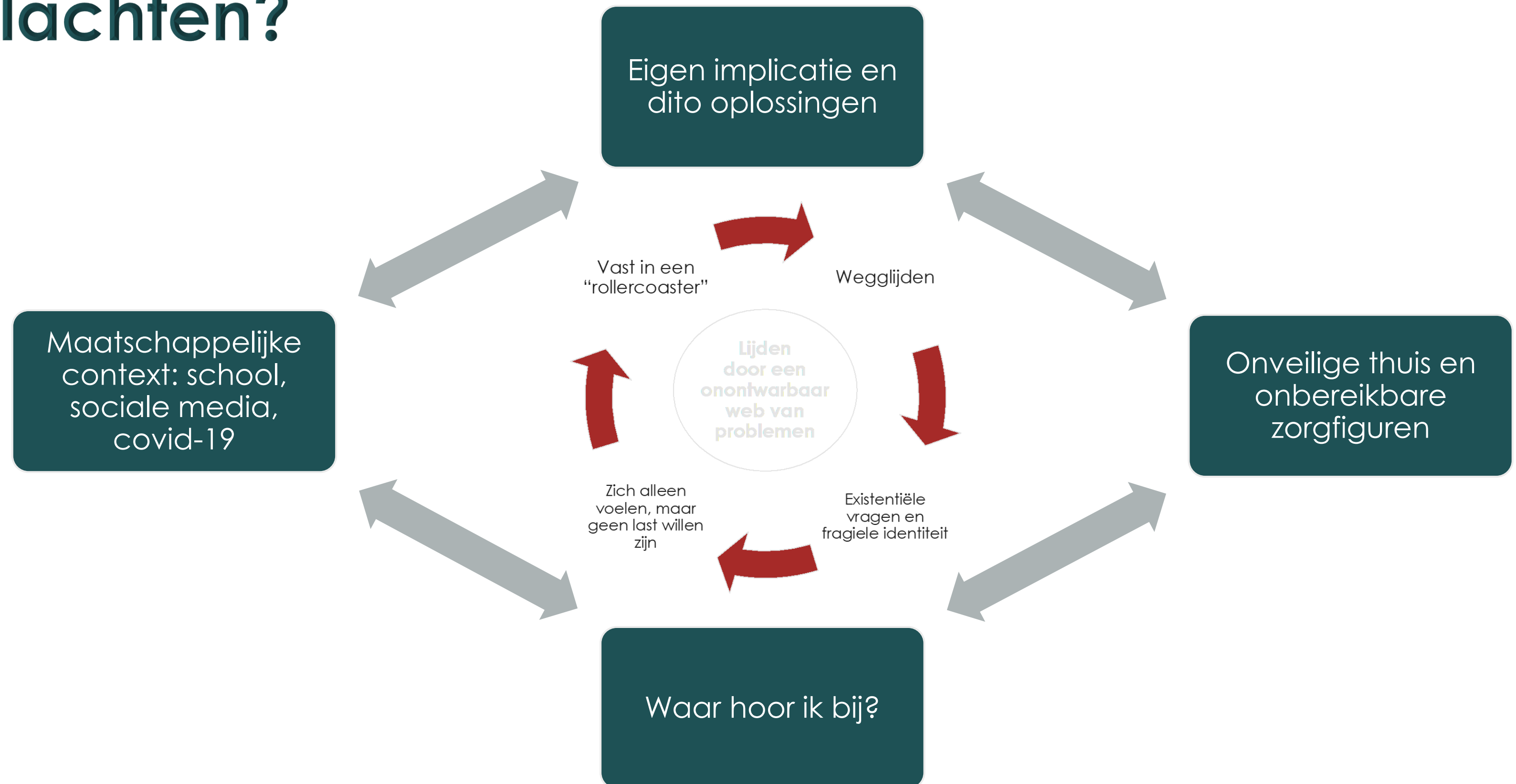
Zich alleen voelen maar geen last willen zijn

Ik ben heel zelfstandig altijd geweest, ik ben altijd vrolijk en soms onderdruk ik dan hoe ik me echt voel. Het klinkt stom hé, maar ik wil niemand lastig vallen met hoe ik me voel.

Vast in een “rollercoaster”

Ik had toen eigenlijk al veel last van faalangst, maar ik wist toen niet echt wat dat was. Daardoor bleef ik in zo'n cyclus van ik ben niet blij met mijn werk en ik had mij al een hele dag uitgehongerd en dan 's avonds ging ik dan een vreetbui hebben en dan voelde ik mij 's avonds extra slecht.

Wat heeft volgens jongeren een invloed op hun klachten?



Eigen implicatie en dito oplossingen

*Maar ik moest echt leren van erover te praten,
want ik begon het meer en meer op te kroppen,
en ik begon mezelf kapot te maken door er niet over te praten*

Onveilige thuis en onbereikbare zorgfiguren

Mijn moeder is echt een heel deconstructief persoon, zij weet echt de dingen te zeggen waardoor ge u niet goed voelt
[...] het is nog steeds mijn mama en ik zie haar nog steeds graag, maar dat maakt juist dat alles wat zij zegt heel hard bij mij aankomt.

Waar hoor ik bij?

*Ik heb overal vrienden, maar die vrienden hebben overal
betere vrienden, dus ik hoor overal bij, maar ook weer
nergens, omdat ik dan mezelf ben beginnen aanpassen om
er ergens bij te horen.*

Maatschappelijke context: school, sociale media & covid-19

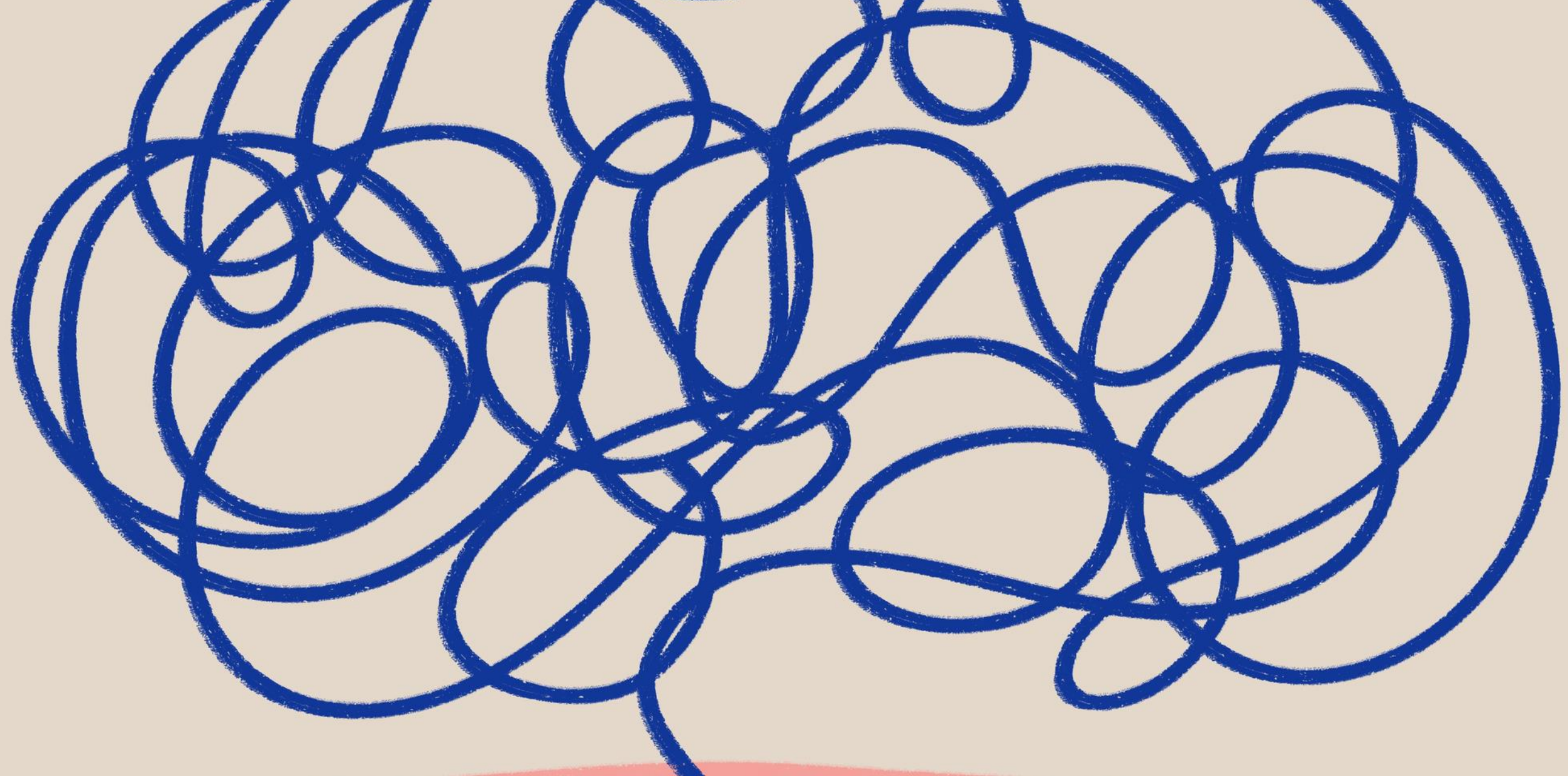
Ook door die corona, je leeft allemaal op elkaars kap hé. Dat is wanneer de frustraties zijn gekomen en ze zijn nooit meer wegegaan.

Conclusie: wat brengt jongeren bij TEJO

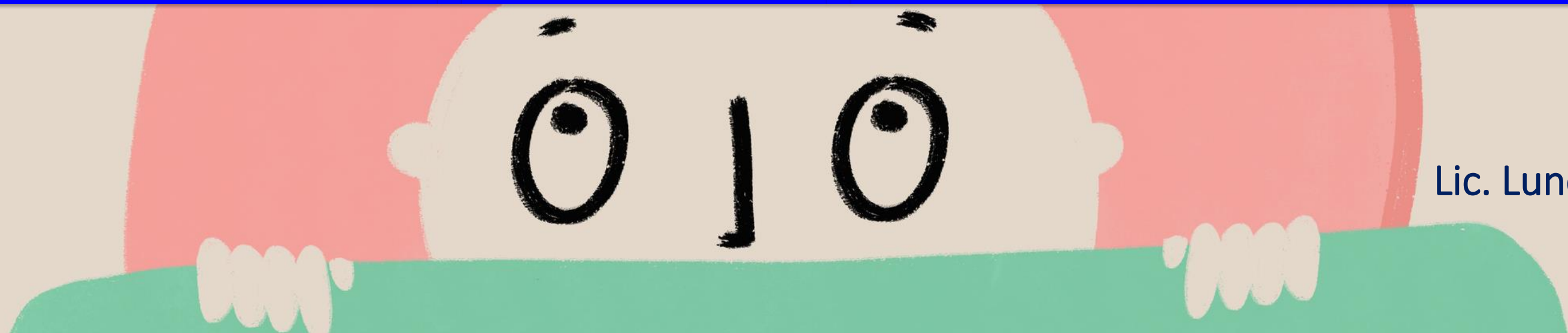
➔ Voorbij een loutere inventarisatie van symptomen, naar een analyse van centrale ervaren klachten en mogelijke verklaringen vanuit het perspectief van de jongeren.

Conclusie

- ▶ Symptomen dekken de lading niet en zijn een magere indicator voor de nood aan hulp
 - Wat wel? Algehele onvatbare malaise en gevoel controle te verliezen
- ▶ Rol van (onveilige) omgeving in het ontstaan/de beleving van klachten
 - Complexe dynamiek met de eigen rol / verantwoordelijkheid van de jongere
- ▶ Uitdagingen binnen identiteitsontwikkeling
- ▶ Zelfstandig willen aanpakken van problemen als reden om therapie te mijden
- ▶ Belang van iemand die de weg wijst
 - vb. rol leerkracht op school



Studie 2: Wat beweegt jongeren bij TEJO?



Lic. Lune Quintens

Van moeite om te spreken naar het ontrafelen van razende gedachten

Ik denk dat ik gewoon veel dingen heb onderdrukt en het ineens allemaal over me heen kwam ofzo, dus dat is het. Het was heel intens ineens ofzo, en nu door naar TEJO te gaan, denk ik dat het stap voor stap een plek kan geven.

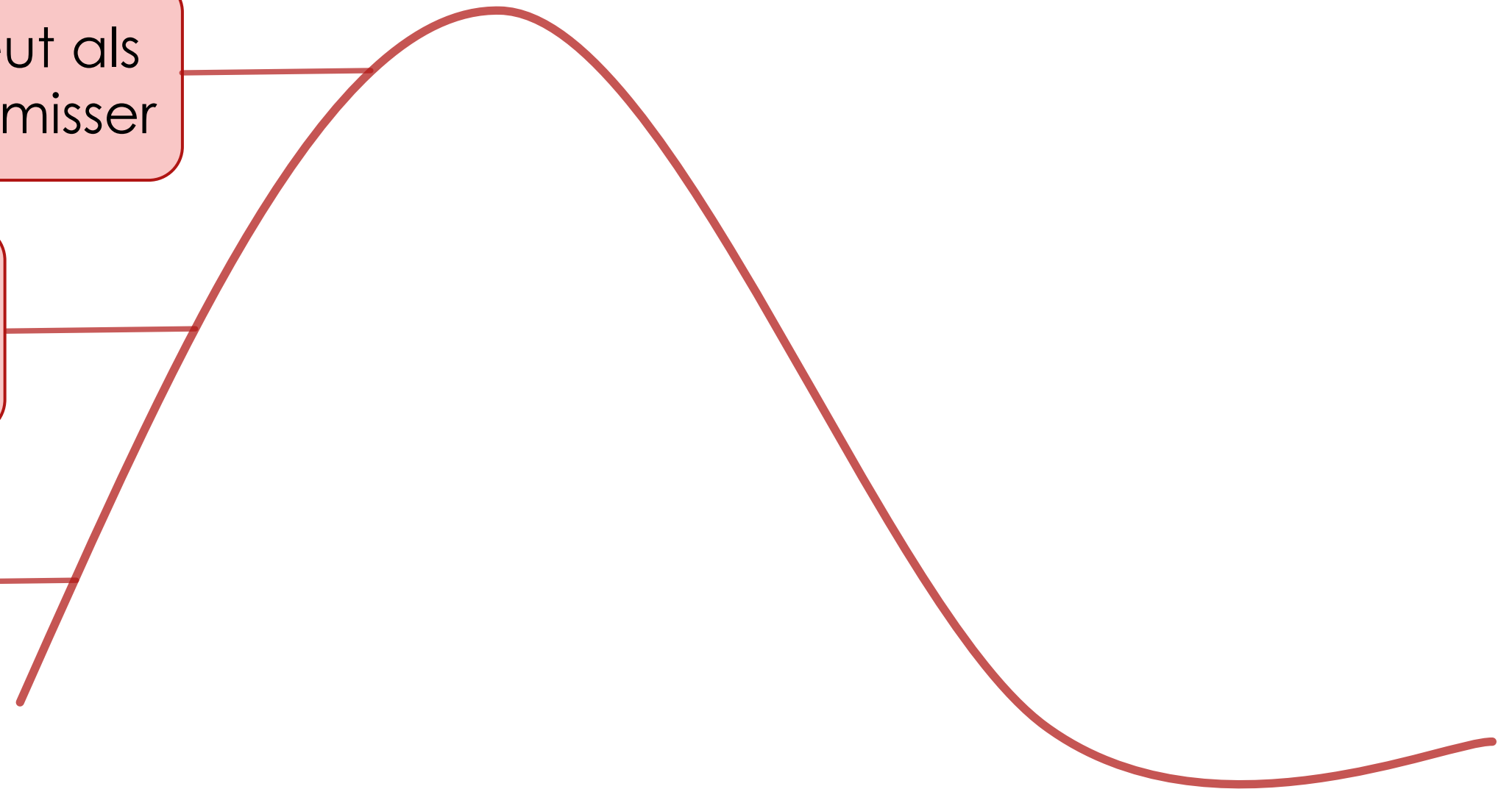
Van moeite om te spreken naar het ontrafelen van razende gedachten

Welke hefbomen en/of drempels ervaren jongeren in therapie?

Advies van de therapeut als een schot in de roos of misser

De vrijwillige therapeut als “super” of “niet echt”

Niet weten wat er aan de hand is



Niet weten wat er aan de hand is

Vooral over hoe ik me voelde, hoewel ik het moeilijk vond om mezelf op deze manier uit te drukken, omdat ik soms niet echt kan beschrijven wat ik voel, en dat vond ik altijd heel moeilijk in het begin, (...) Ik wist gewoon niet hoe ik mezelf zo moest uitdrukken en ik wist ook niet echt wat ik voelde.

De vrijwillige therapeut als “super therapeut” of “geen echte therapeut”

Ze [therapeut] is gewoon geweldig naar mijn mening. En ze weet hoe ze met mensen om moet gaan en dat was het leuke eraan. [...] Je kon in haar werk zien dat ze oprecht was, ze gaf echt om wat ik te zeggen had of wat ik haar wilde vertellen en dat vond ik fijn, want niemand anders doet dat.

Ik kan mijn probleem hier wel vertellen maar...niet...ik heb niet het gevoel dat hij [de therapeut] het oplost. [...] Ik ben nu ook bij een echte psycholoog die ook gezinstherapie geeft aan mij en mijn ouders.

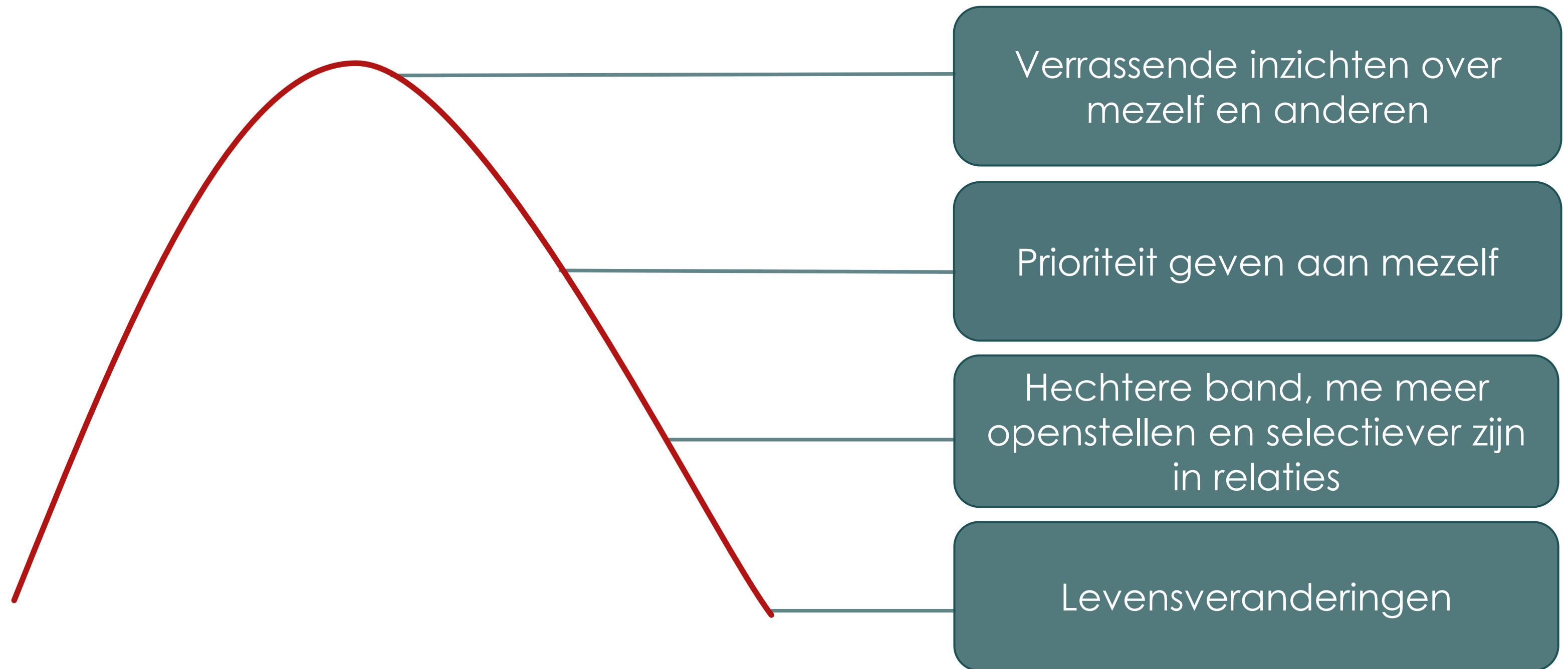
Advies van de therapeut als een schot in de roos of misser

Ze [de therapeut] stelde wat vragen, maar soms gaf ze ook een semi-antwoord dat ik nodig had.

Ik vond vooral praktische tips moeilijk. [...]dus bijvoorbeeld dingen als ja, heb je wel eens met je ouders gepraat of heb je wel eens met die persoon gepraat, dus echt, zoals tips ofzo? Dat hielp mij persoonlijk niet zo heel veel want aan de ene kant had ik veel van die tips zelf al bedacht ofzo.

Van moeite om te spreken naar het ontrafelen van razende gedachten

Welke veranderingen ervaren jongeren na therapie?



Verrassende inzichten over mezelf en anderen

Zij [therapeut] gaf niet per se een antwoord, maar wel zo eens iets van 'zou het dit kunnen zijn' of 'lag het misschien hier of daar aan'. Zij vond redenen waar ik zelf niet opkwam, maar die dan wel zo sense maakten en dat zorgde een beetje voor een eye-opener.

Prioriteit geven aan mezelf

Als iemand iets doet en ik vind het niet goed, dan zeg ik het sneller en zo, maar soms denk ik dat ik te hard ben voor andere mensen. Mijn tolerantie is veel te laag. Zou ik meer moeten tolereren van anderen?

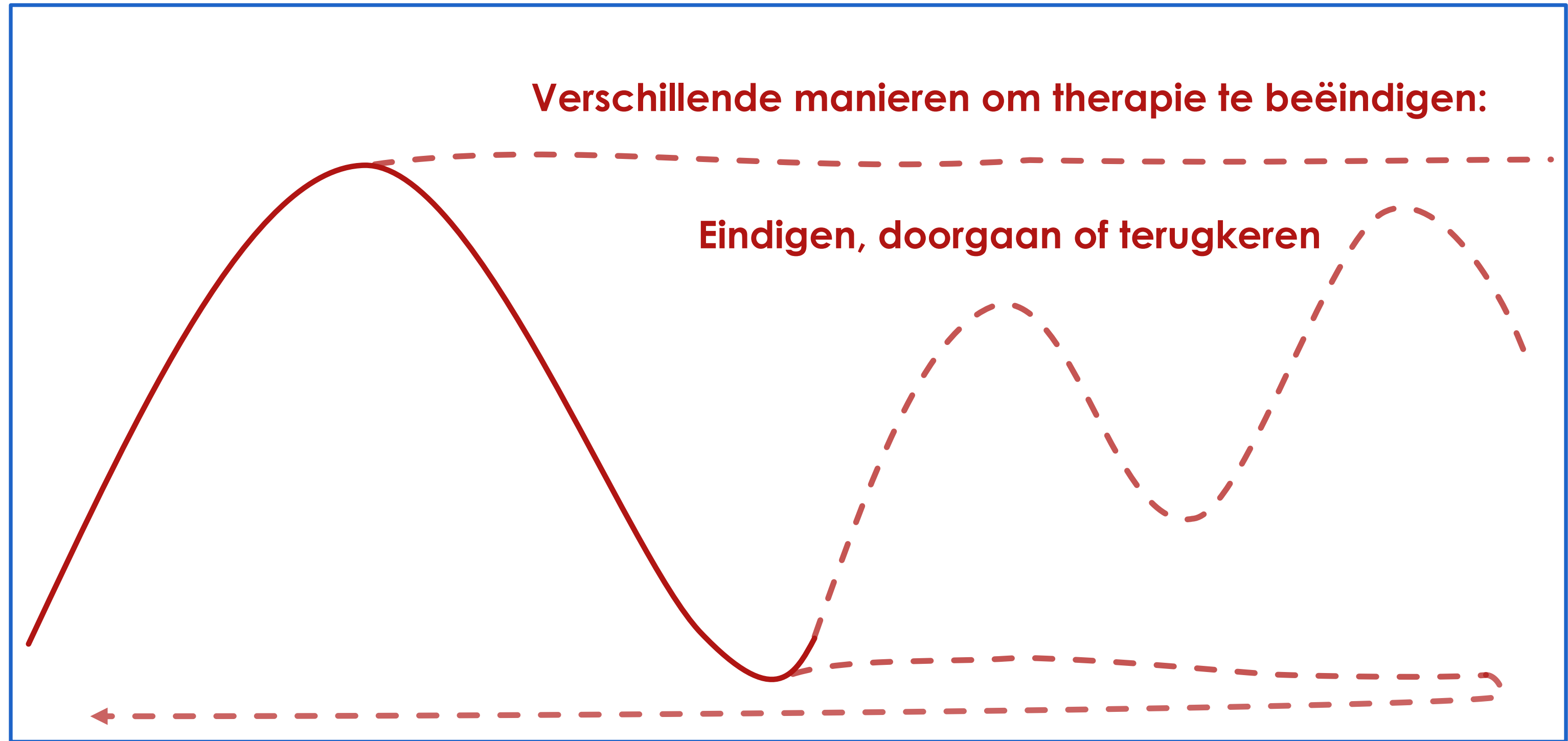
Hechtere band, me meer openstellen en selectiever zijn in relaties

Ja, ik praat er beter over met mijn moeder over hoe ik me voel, want in het begin sloot ik mezelf gewoon volledig af, en ze wist dat het niet goed met me ging, maar ze wist nooit de reden of zoiets.

Levensveranderingen: waar ik woon, wat ik studeer, mijn hobby's, mijn werk

Ik denk dat het daar ook mee te maken heeft, maar ook omdat ik van de middelbare school naar de universiteit ben gegaan en ik ben ook verhuisd en er veranderde ook veel bij de scouts, dat mijn hele leven eigenlijk veel veranderde, ik weet niet of ik alles aan therapie kan toeschrijven of ook aan andere dingen.

De unieke context van TEJO



Het belang van gratis, anonieme én flexibele zorg

Het belang van gratis, anonieme én flexibele zorg

Als ouders voor therapie betalen, hebben ze daar ook iets over te zeggen.

Door er in een evaluatie eens samen over na te denken [over de therapie] heb ik wel zo dingen ondervonden en kon ik ook zelf aangeven van, ik vond dat nuttiger of zo of, ik heb daar meer aan gehad, waardoor die vijf sessies die daarop volgden ook daar beter aangepast aan konden worden.

Verskillende manieren om therapie te beëindigen: een goed moment om te eindigen, doorgaan of terugkeren

Iedere keer dat het dan zo wat slecht ging dan wist ik wel van ah, ik kan weer gaan, dus dat gaf gelijk wel rust thuis.

Ja op zich.. daar heeft TEJO wel mee geholpen, want dat heeft mij wel doen realiseren van “ah ja ik moet toch iets.. ik moet toch stevigere therapie hebben”.

Het was alsof dat ik nog niet sterk genoeg was, dat ik dacht dat ik nog niet sterk genoeg was om op mijn eigen benen te staan weer.

Conclusie: Wat beweegt jongeren bij TEJO

- ▶ TEJO als laagdrempelige zorg (zorg-in-de-samenleving) is belangrijk voor jongeren

Jongeren stippen aan dat:

- ▶ Laagdrempelige zorg niet drempelvrij is
 - Drempels *vóór* therapie (studie 1) en drempels *tijdens* therapie (studie 2)
 - Rol van de jongere, hun context en ruimere samenleving
- ▶ De rol van de vrijwillige therapeut belangrijk maar mogelijk precair is
 - Cruciaal maar potentieel kwetsbaar wanneer "gratis" en "vrijwillig"
 - Beeldvorming: informeren in belang van geloof in de effectiviteit van zorg
- ▶ Zorg op maat nodig is
 - Niet enkel gratis en toegankelijk, maar ook flexibel
 - Vele wegen en functies: startpunt, eindpunt, tussenstation

Met dank aan teamwerk

TEJO Vlaanderen, TEJo medewerkers, TEJO jongeren !

Het OJO Team

- ▶ Dr. Melissa De Smet
- ▶ Dr. Kimberly Van Nieuwenhove
- ▶ Dr. Rosa De Geest
- ▶ Lic. Margaux Schoofs
- ▶ Lic. Lune Quintens
- ▶ Lic. Viki Vereertbrugghen
- ▶ Lic. Amber De Vuyst
- ▶ Lic. Hanne Peeters
- ▶ Prof. dr. Reitske Meganck



DANKJEWEL!

Vragen & reflecties?



Scan de QR
code voor het
volledige artikel

