



## **Meerjaren BELEIDSPLAN**

**Stichting Therapeuten voor Jongeren Nederland**

**2020-2022**

---

Bestuur Stichting TEJO Nederland  
Prinsengracht 769  
1017 JZ Amsterdam

26 november 2020

## **INHOUD:**

	<b>Pagina</b>
<b>1. VOORWOORD</b>	<b>2</b>
<b>2. DOELSTELLINGEN STICHTING TEJO NEDERLAND</b>	<b>4</b>
<b>3. REALISATIE</b>	<b>7</b>
<b>4. FINANCIËN</b>	<b>8</b>
<b>5. NAWOORD</b>	<b>9</b>

## 1. VOORWOORD

*“Je hoort vaak volwassenen op tv vertellen hoe het met jongeren gaat. Ik denk dan, hoe ben je daarachter gekomen? Heb je een gesprek gehad met jongeren of zie je dat aan ze? Ik denk dat je het alleen echt kunt weten als je het jongeren zelf laat vertellen, en dat gebeurt veel te weinig.” (jongen, 16 jaar)*

Jongeren zelf hun verhaal laten vertellen.....op een veilige plaats, in de buurt, met andere jongeren of professionals.....op een moment dat zij er klaar voor zijn.

Zie hier in een notendop waar Stichting TEJO Nederland voor gaat!

Het grootste deel van de Nederlandse jeugd scoort volgens het RIVM (Mentale gezondheid van jongeren; enkele cijfers en ervaringen, 2019) hoog op de punten 'ervaren geluk', 'voelt zich goed' en 'is tevreden over het eigen leven'. Op levenstevredenheid scoren Nederlandse jongeren van 11 tot en met 16 jaar internationaal gezien zelfs hoog. Een klein deel van de jongeren heeft een depressieve stoornis, een angststoornis of een burn-out. Daartussenin bevinden zich de jongeren die niet voldoen aan de criteria voor een stoornis, maar die wel flink last hebben van psychische problemen. Dat is de doelgroep waar bij TEJO de grootste aandacht naar uit gaat.

Vanuit recente publicatie van het NJI (Het groeiend jeugdzorggebruik. Duiding en aanpak, 2109) blijkt dat de roep om hulp van jongeren de afgelopen jaren is veranderd: van 1 op 27 naar 1 op 8:

**Tabel 1.** Ontwikkeling jeugdzorggebruik<sup>A</sup>

Jaar	Aantal kinderen en jongeren 0 t/m 17 jaar in jeugdzorg		
	Aantal unieke kinderen en jongeren (en % van het totaal)		Ratio
	Jeugdhulp	Jeugdzorg	
2000 <sup>B</sup>	128.100 (3,7%)	-	1 op de 27
2009 <sup>C</sup>	264.252 (7,5%)	-	1 op de 14
2015 <sup>D</sup>	343.100 (10,0%)	370.410 (10,8%)	1 op de 9 à 10
2016 <sup>D</sup>	368.340 (10,8%)	391.780 (11,5%)	1 op de 9
2017 <sup>D</sup>	387.070 (11,4%)	404.040 (11,9%)	1 op de 8 à 9
2018 <sup>D</sup>	396.235 (11,7%)	412.660 (12,2%)	1 op de 8

Onderzoek levert geen duidelijk bewijs dat kinderen en jongeren steeds meer problemen hebben die het stijgende zorggebruik verklaren. Problemen met opgroeien en opvoeden zijn normaal en vragen inspanning van kinderen en opvoeder, maar ook van ons als maatschappij. Risico- en beschermende factoren tonen aan dat het gezond, veilig en kansrijk opgroeien en opvoeden van kinderen geen privéproject is van ouders en hun kind, maar een sociaal fenomeen waarin de hele samenleving een rol speelt. Het is nu die samenleving waar jongeren op dit moment weinig steun van ondervinden, terwijl enerzijds de behoefte aan een luisterend oor groot is en anderzijds het praten over levensgrote vragen en psychische problemen stukt.

Bekend is (Opiniepanel Rapport 3Vraagt onderzoek, 5 maart 2020) dat vier op de tien jongeren met psychische klachten hier niet over praten met naasten. Zij blijven hiermee rondlopen, waardoor de kans op escalatie van de problematiek toeneemt. Jongeren wachten eigenlijk te lang met praten waardoor uiteindelijk zwaardere (en duurdere) hulp nodig is. Welke rol spelen sociale media hierbij? Het delen van hoe het nou echt met je gaat op social media lijkt voor deze groep helemaal een brug te ver: 87 procent wil of durft dit niet te doen. Ze vinden het privé of zijn bang voor de reactie van anderen. Tegelijkertijd geeft een groot deel (73 procent) aan zich wel aangemoedigd te voelen als andere mensen open zijn over hun psychische klachten. Er heerst schaamte, want een ruime meerderheid (58 procent) ziet het als een taboe om te praten over psychische problemen.

83 procent van de jongeren kent een of meerdere jonge mensen met psychische klachten. De meerderheid (94 procent) vindt het belangrijk dat zij er open over kunnen zijn, maar 35 procent vindt het moeilijk om met iemand over zijn/haar psychische problemen te praten. De helft van de deelnemers geeft aan dat mensen in hun omgeving het lastig vinden om te helpen als zij dealen met mentale klachten.

Wat vinden jongeren er zelf van?

### **Hoe kan jouw omgeving jou het beste helpen als je last hebt van psychische klachten?**

"Luisteren, een knuffel geven en aan mij vragen wat ik op dat moment nodig heb."

"Door niet te oordelen en niet meteen met oplossingen te komen. Helaas is dat vaak het eerste wat er gebeurt."

"Er voor mij zijn en contact zoeken met mij als het me niet lukt dat uit mezelf te doen."

"Door naar me te luisteren en me soms gewoon met rust te laten."

"Me helpen mijn gedachten te ordenen. Door het stellen van vragen mij prikkelen zodat ik er zelf verder mee kan. Teveel doorvragen kan ook tegenwerken, dus aanvoelen waar de grens ligt is belangrijk."

"Dat laat ik liever over aan een professional, mijn psycholoog."

"Dat weet ik zelf eigenlijk niet."

Door de drempel zo laag mogelijk te houden en het praten te stimuleren in een veilige en huiselijke sfeer, waarbij ook jongeren met elkaar in contact kunnen komen door het organiseren van zogenaamde jongerendialogen wil Stichting TEJO Nederland het tijdig praten over psychische problemen en levensvragen in een makkelijk te bereiken locatie (TEJO-huis) bevorderen.

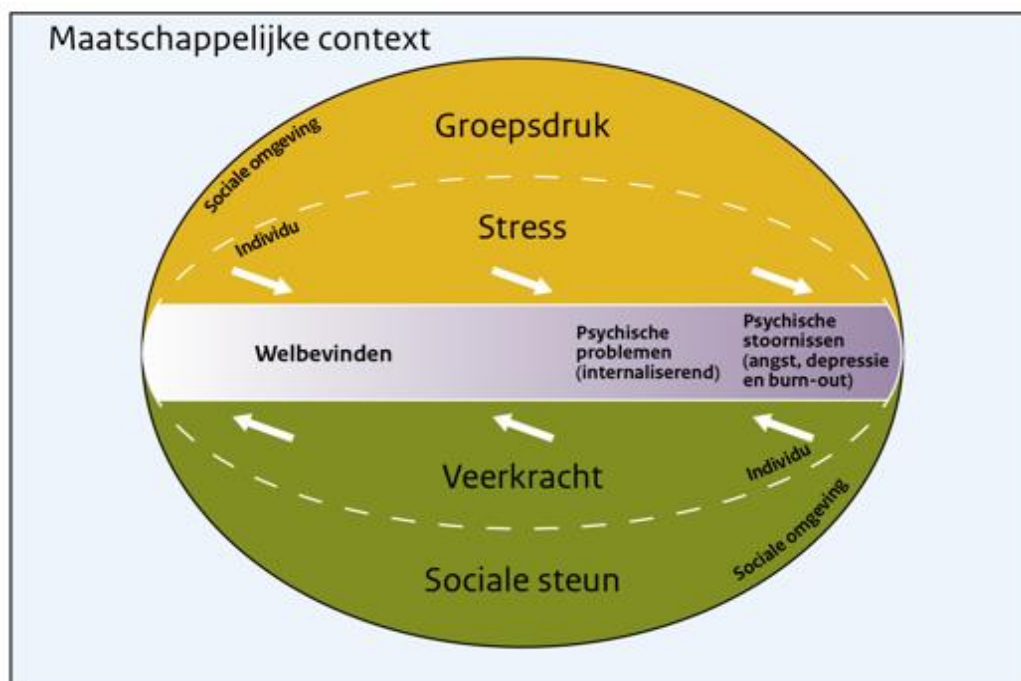
## 2. DOELSTELLING STICHTING TEJO NEDERLAND

In de statuten van Stichting TEJO Nederland staat onderstaande doelstelling omschreven:

- het ondersteunen van de kwaliteitsvolle uitbouw van de lokale Therapeuten voor Jongerenstichtingen in Nederland die zijn aangemerkt als algemeen nut beogende instellingen als bedoeld in de Algemene wet inzake rijksbelastingen (de 'TEJO-stichtingen') en het behartigen van hun belangen;
- het ontwikkelen en verspreiden van de visie die ten grondslag ligt aan de werkwijze inzake hulpverlening aan jongeren;
- het formuleren van aanbevelingen vanuit de hulpverlening aan de overheid en de samenleving, die de gezondheid en het welzijn van jongeren kunnen verbeteren; en
- het vormgeven van een sociale beweging (samen met andere maatschappelijke actoren) die opkomt voor de verbetering van de situatie van jongeren in alle (levens)domeinen.

### Positionering Stichting TEJO in Nederland

TEJO positioneert zich als nuldelijns (indien nodig eerstelijns) voorziening binnen het continuüm (figuur 1, RIVM: Maatschappelijke context) van mentaal welbevinden tot psychische stoornissen:



Figuur 1, RIVM (publicatie: Mentale gezondheid van jongeren: enkele cijfers en ervaringen, Utrecht, juni 2018)

TEJO positioneert zich in het licht grijze gebied. Op het moment dat jongeren voelen dat hun veerkracht afneemt en de stress toeneemt. Door gesprekken (dialogen) te houden met elkaar in groepsverband of één op één met een professional (die zich hiervoor vrijwillig en belangeloos inzet) kan vroegtijdig herstel gevonden worden in het proces.

### **Achtergrondinformatie over de lokale TEJO-stichtingen**

Een TEJO-stichting (Therapeuten voor Jongeren) biedt jongeren van 10-20 jaar anoniem, gratis en onmiddellijk een warm luisterend oor en tijdelijke oplossingsgerichte ondersteuning en begeleiding in een TEJO-huis. Dit beproefde Belgische concept (De Jonghe, 2017) is mede ontwikkeld om wachtlijsten in de jeugdzorg te voorkomen en situeert zich als voorportaal van de reguliere zorg (een zogenaamde nulde-lijnvoorziening). Jongeren kunnen zelf, zonder indicatie, diagnose of toestemming van derden, een afspraak maken (maximaal 10 sessies) of binnenlopen in het TEJO-huis. Gratis en in vertrouwen kunnen ze hun verhaal delen met professionele therapeuten wanneer zij hier behoefte aan hebben. De ondersteuning en begeleiding is gebaseerd op de Kortdurende Oplossingsgerichte Therapie (Isebaert, 2007). Indien nodig wordt in samenspraak met de jongere een doorverwijzing naar behandelende instanties geadviseerd en opgestart. De non-profit inzet van, en face-to-face ontmoeting met professionele therapeuten in een laagdrempelige en gezellige omgeving (TEJO-huis) staan borg voor een eigentijdse, niet-oordelende en vroegtijdige deskundige hulpverlening aan jongeren met psychische problemen. Preventief, escalatie voorkomend en met respect voor de Rechten van het Kind.

#### Literatuur:

- De Jonghe, I. (2017): *Toveren met jongeren in woelige tijden. Hoe therapeuten vrijwillig jongeren helpen hun koers te varen.* Leuven: Lannoo.
- Isebaert, L. (2007): *Praktijkboek. Oplossingsgerichte cognitieve therapie.* Utrecht: De Tijdstroom.

#### Website:

TEJO Nederland  
[www.tejo-nederland.nl](http://www.tejo-nederland.nl)

### **Doelstelling van een TEJO-huis**

1. TEJO streeft naar een veilige en (psychisch) gezonde ontwikkeling van jongeren tot volwassenheid, door jongeren op tijd en met respect een "warm" luisterend oor en tijdelijke kortdurende professionele hulpverlening (10 sessies) gelijk achter de 'voordeur' aan te bieden.
2. Het zelf-oplossend vermogen van kinderen en jongeren vergroten door hen als ervaringsdeskundigen te benaderen en te respecteren, zodat zij niet alleen durven te vertellen wat hen bezig houdt in 'woelige' tijden, maar ook de volgende stap richting een toekomstig doel gaan zetten.
3. TEJO nodigt de samenleving uit tot een attitudeverandering waarin bewustwording, solidariteit en herontdekking van menselijke waarden uitgangspunten zijn voor een positieve beweging.

#### Literatuur:

- De Jonghe, I. (2017): *Toveren met jongeren in woelige tijden. Hoe therapeuten vrijwillig jongeren helpen hun koers te varen.* Leuven: Lannoo.
- Delfos, M.F. (2006): *Ik heb ook wat te vertellen! Communiceren met pubers en adolescenten.* Amsterdam: SWP.

### **Onderbouwing werkwijze/aanpak hulpverlening van TEJO aan jongeren**

Uitgangspunt van de missie en visie van TEJO is het Internationaal Verdrag inzake de Rechten van het kind (IVRK) van de Verenigde Naties (VN). De inhoud van dit Kinderrechtenverdrag loopt als een rode draad door het TEJO-concept. Het Kinderrechtenverdrag biedt prachtige handvatten voor de praktijk! Wij maken er graag gebruik van:

- ⇒ TEJO start daar waar het allemaal over gaat in de Jeugdzorg..... bij het kind zelf!
- ⇒ TEJO streeft naar participatie van kinderen bij hun eigen problemen
- ⇒ TEJO werkt vanuit de basisprincipes van de Rechten van het Kind
- ⇒ TEJO richt haar pijlen op preventie
- ⇒ TEJO is vernieuwend in denken en doen en daarmee een "frisse partner" in het Transformatieproces.

- ⇒ TEJO heeft lef en durft buiten de kaders te denken.
- ⇒ TEJO biedt haar dienstverlening voorafgaand en aanvullend op de huidige reguliere hulpverlening.
- ⇒ TEJO zet zich in voor de derde Duurzame Ontwikkelingsdoelstelling (SDG3) Good-Health and Well-being

### **Wat willen wij bereiken met Stichting TEJO Nederland?**

Onze Stichting TEJO Nederland streeft naar de hieronder omschreven doelen. Wij hebben hiervoor drie sporen uitgezet:

1. De jongere is met behulp van de preventieve inzet van TEJO in staat om zich te ontwikkelen tot een zelfstandig volwassene; escalatie van problematiek voorkomend.
2. Landelijke uitrol van het TEJO-concept: TEJO is NL-proof; Afhankelijk van de pilot-resultaten zal het TEJO-concept landelijk met lokale TEJO-huizen gerealiseerd worden. Het TEJO-huis in Goes is geopend op 1 juni 2018 als pilot met (financiële), ondersteuning van de gemeenten Goes, Reimerswaal, Kapelle, Noord-Beveland en Schouwen-Duiveland, de ASHOKA-foundation en verschillende private sponsors.
3. Het is de ware warmte van onze betrokken samenleving die in hoog tempo aan het verdwijnen is. TEJO kiest voor verbondenheid vanuit een open en constructieve solidariteitsbeweging: een voorbeeld voor onze samenleving waar we met de vermaatschappelijking, ook binnen onze jeugdhulp, naar toe kunnen.

### 3. REALISATIE

Stichting TEJO Nederland wil haar doelstelling bereiken door:

- a. het optreden als representatieve organisatie van de lokale TEJO-stichtingen met het oog op hun vertegenwoordiging en belangenbehartiging bij de overheid en bij andere maatschappelijke actoren op regionaal, nationaal en internationaal vlak;
- b. het coördineren van de acties van de lokale TEJO-stichtingen;
- c. het positioneren van de lokale TEJO-stichtingen in het hulpverleningsaanbod, het onderwijs en het maatschappelijk veld;
- d. het ontwikkelen van een kwaliteitsvolle visie en methodiek inzake de psychische hulpverlening aan jongeren en het ondersteunen van de lokale TEJO-stichtingen in dezen;
- e. het ontwikkelen van concepten, methoden en producten;
- f. het bieden van inhoudelijke ondersteuning aan de lokale TEJO-stichtingen middels begeleiding, opleiding, studie, onderzoek en ontwikkelingswerk; en
- g. het ondersteunen en organiseren van fondsenwerving.



#### 4. FINANCIËN

Om de doelstelling te realiseren heeft Stichting TEJO Nederland voor de jaren 2020-2022 de volgende kostenbegroting opgesteld:

<u>Kostencategorie</u>	<u>2020</u>	<u>2021</u>	<u>2022</u>
Vaste lasten	€ 2.400	€ 2.440	€ 2.490
Kosten centrale bijeenkomsten	€ 800	€ 820	€ 840
PR landelijk	€ -	€ 3.000	€ 3.060
Kosten voor fondsenwerving	€ 10.000	€ 10.200	€ 10.400
Onvoorziene uitgaven	€ 2.000	€ 2.040	€ 2.080
	<b>€ 15.200</b>	<b>€ 18.500</b>	<b>€ 18.870</b>

In bovenstaande kostenbegroting zijn de kosten opgenomen die Stichting TEJO Nederland naar verwachting zelfstandig zal dragen. Kosten gemaakt door Stichting TEJO Nederland ten behoeve van de lokale TEJO-stichtingen zullen worden doorbelast volgens een nog vast te stellen verdeelsleutel.

Voor wat betreft de inkomsten is Stichting TEJO Nederland afhankelijk van subsidies (landelijk, regionaal) en giften. Het is voor de fondsenwerving ten aanzien van giften van belang dat Stichting TEJO Nederland over een ANBI status beschikt. Een aanvraag voor de ANBI status zal dan ook worden gedaan in 2020.

Stichting TEJO Nederland ondersteunt voorts alleen TEJO-stichtingen die zijn aangemerkt als een ANBI. Op het moment van het schrijven van dit meerjaren beleidsplan is er sprake van één lokale TEJO-stichting, te weten Stichting TEJO Goes. Deze stichting heeft de ANBI status sinds 1 januari 2019.

## 5. NAWOORD

Stichting TEJO Nederland neemt de stem van de jongere serieus en hecht veel belang aan de bevordering van de mentale gezondheid van jongeren, zoals omschreven in het VN-Kinderrechtenverdrag. Het Verdrag verplicht de overheid maar ook de maatschappij als geheel om jongeren serieus te nemen en te zorgen dat zij hun rechten uit het VN-Kinderrechtenverdrag kunnen uitoefenen.

Met de oprichting van Stichting TEJO Nederland hopen wij dat er meer aandacht komt voor preventie en de noodzaak al vroeg te investeren in het mentaal welbevinden van jongeren. Aandacht hiervoor moet een veel grotere rol spelen in het leven van kinderen en jongeren. Op school, thuis en in de wijze waarop onze maatschappij is ingericht. Dit helpt hen om nog beter om te kunnen gaan met de uitdagingen die ze tegenkomen in de overgang van kindertijd naar volwassenheid.

Bij preventie werd altijd gedacht aan het voorkómen van het ontstaan van stoornissen. De laatste jaren is het perspectief aan het veranderen en werkt men ook vaak vanuit de andere kant, dus vanuit het behoud van het welbevinden, door de verhoging van veerkracht en sociale steun. Deze positieve gezondheidsinstek als ook de inbreng van jongeren zelf is vernieuwend en sluit daarom heel goed aan bij het concept van TEJO.

De combinatie van lokale en landelijke acties voor preventie en het bevorderen van mentaal welbevinden maken een aanpak effectief. Door in te zetten op samenwerking en verbinding met andere organisaties kunnen we als burgerinitiatief samen met de overheid optrekken.

Alle beetjes helpen:

Klein effect x groot bereik x lage kosten x samenhangende aanpak = voldoende maatschappelijk profijt

### **Het laatste woord is aan de jongeren zelf.**

Zij hebben, zo blijkt uit het onderzoek *Geluk onder druk?*, adviezen gegeven voor het versterken van het mentaal welbevinden van jongeren in Nederland. In volgorde van hoe vaak deze zijn genoemd zijn de aanbevelingen van jongeren als volgt:

*Verlaag schooldruk en geef meer aandacht aan persoonlijke ontwikkeling op school;*  
*Zorg voor een veilige omgeving: van een veilige schoolsituatie tot een veilige thuissituatie;*  
*Zorg voor laagdrempelige hulp en ondersteuning bij psychische problemen, doorbreek het taboe hieromtrent en bied een luisterend oor;*  
*Vergroot de inspraak en invloed van jongeren: met name over schoolzaken, maar ook breder;*  
*Vergroot het inzicht in de leefwereld van jongeren: dit kan leiden tot meer begrip;*  
*Geef jongeren goede informatie en voorlichting: met name over schoolzaken, maar ook op andere levensdomeinen;*  
*Verbeter de maatschappij: klimaatverandering, lerarentekort, armoede;*  
*Jongeren hebben advies voor andere jongeren: zoek niet steeds méér in het leven, heb respect voor elkaar, accepteer minder fijne dingen, blijf positief en vraag hulp.*

Wij zijn één en al oor....

Namens het bestuur,

Marja de Pundert-Dobbelaar