

Iedereen
verdient het
om zich goed
te voelen



STORM STIMULEERT ZELFVERTROUWEN, WEERBAARHEID
EN VEERKRACHT BIJ JONGEREN

Investeren in een gezonde ontwikkeling

In de regio Oost-Brabant zorgen scholen, hulpverleners en andere ketenpartners er samen voor dat signalen van somberheid bij jongeren snel worden opgepikt én aangepakt. In het stevige, regionaal ingebedde (preventie)programma STORM stimuleren zij de ontwikkeling van een positief zelfbeeld, weerbaarheid en veerkracht. STORM staat voor *strong teens and resilient minds* (sterke tieners en veerkrachtige gedachten). Jongeren leren hun negatieve gevoelens om te buigen, zodat ze zich kunnen ontwikkelen tot gezonde volwassenen.

Elk jaar zijn 37.000 jongeren in Nederland depressief. Ze voelen zich somber, lusteloos en vinden hun leven nauwelijks de moeite waard. Onderzoek toont aan dat depressieve klachten en suicidale gedachten sterk toenemen bij adolescenten (12-21 jaar) met een sterke stijging van klachten in de vroege adolescentie (13-15 jaar). Meestal zwijgen zij over hun donkerste gevoelens; vaak komen ze tot uiting op andere manieren: slechte schoolresultaten, lichamelijke klachten, agressie, conflicten, alcohol- en drugs-misbruik of crimineel gedrag. Alle partners binnen STORM zijn ervan overtuigd dat het signaleren én afwenden van (dreigende) depressiviteit onder jongeren veel beter kan. Zij hebben STORM opgezet om een neerwaartse spiraal op tijd te kunnen doorbreken en suicides te voorkomen.

Krachtige keten

Regionale partners zoals gemeenten, GGD, GGZ, middelbare scholen, mbo's, schoolmaatschappelijk werk, universiteiten en het Trimbos-instituut werken nauw samen. Door op deze manier een netwerkinterventie in

te zetten waarmee de ketensamenwerking wordt verbeterd en zo efficiënt mogelijk aan te haken bij bestaande werkafspraken, bereiken we dat jongeren altijd en overal de hulp krijgen die ze op dat moment nodig hebben. Dit netwerk met een stuurgroep vormt een basis voor verdere ontwikkeling en implementatie van nieuwe innovaties. Samen vormen we een sterk vangnet, óver alle schotten heen. Niet de afzonderlijke taken of budgetten zijn leidend, maar de jongeren staan centraal binnen STORM.


Zeker weten wat werkt

Om zeker te weten dat we écht een verschil maken, wordt het effect van STORM onderzocht. Dankzij de subsidies die we voor onze regio wisten binnen te halen, kunnen we uitgebreid wetenschappelijk onderzoek doen. Zo bouwen we aan een bewezen effectief behandelprogramma, dat de basis kan vormen voor landelijke richtlijnen. Met als resultaat: docenten die weten wat ze kunnen doen, ketenpartners die effectieve hulp bieden en sterke jongeren, die lekker in hun vel zitten.



STORM IS OPGEZET
OM EEN NEERWAARTSE
SPIRAAL TE DOORBREKEN
EN SUÏCIDES TE
VOORKOMEN






“Dank jullie wel voor jullie inzet, ik vind het belangrijk dat kinderen op deze leeftijd de aandacht krijgen die ze zo hard nodig hebben. Ik voelde me zo machteloos als ouder.”

Moeder van een leerling

“Natuurlijk, er gaat een aantal jaren overheen voordat we kunnen aantonen of STORM in onze gemeente werkelijk effect heeft. Maar daar staar ik me niet blind op. Dankzij dit programma kon er al meerdere keren net op tijd worden ingegrepen, omdat een jongere vertelde dat hij of zij ernstig suïcidaal was. Een beter resultaat kan ik me niet wensen. Door dit beladen onderwerp gemakkelijker bespreekbaar te maken, kunnen we jongeren sneller helpen.”

Joost Hendriks, wethouder Cuijk



“Was zo’n preventieprogramma er maar geweest toen ik in de tweede zat. Mijn ouders lagen in een vechtscheiding, dus ik zat veel alleen op mijn kamer. Dat mijn nieuwe klasgenoten me vreselijk pestten, vertelde ik ze eerst niet, ze hadden al genoeg aan hun hoofd. Maar toen ik door een ernstige blessure niet meer kon sporten en ook mijn oma nog overleed, werd het me teveel. Op mijn 14e was er niets meer waarvoor ik nog wilde leven. Ik deed verschillende zelfmoordpogingen, werd opgenomen en heb jarenlang therapie gehad. Nu gaat het gelukkig beter. Ik wil jongeren vertellen dat ze over hun gevoelens moeten praten. Als je op tijd aan de bel trekt, scheelt dat zoveel ellende.”

Charlie (23)

Feiten & Cijfers

- Elk jaar heeft 20% van alle jongeren weleens last van sombere periodes
- Elk jaar wordt bij 4% (37.000 jongeren) een depressieve stoornis vastgesteld
- Gemiddeld duurt een depressieve periode 6 maanden, bij 20% duurt een depressie langer dan twee jaar
- Sinds 2010 is zelfdoding de belangrijkste doodsoorzaak onder jongeren. In 60-90% van die gevallen bleek er sprake van een depressieve stoornis, maar slechts 25% was bekend bij de hulpverlening
- Na herstel van de eerste depressie is de kans op een terugkeer binnen twee jaar 40%. Daarna is de kans op een derde episode 70% en op een vierde 90%
- Bij 75% van alle volwassenen met een depressie begonnen de klachten in de jeugd
- Veel mensen herstellen van een (beginnende) depressie! Tijdige behandeling voorkomt een depressie in de volwassenheid.

Vroege signalering, preventie en aantoonbaar resultaat

Investeren in sociaal-emotionele ontwikkeling kan depressiviteit voorkomen

STORM wordt als programma uitgevoerd in de regio Noordoost-Brabant en Land van Cuijk en in de regio Zuidoost-Brabant. Het programma is gericht op leerlingen in het voortgezet onderwijs en middelbaar beroepsonderwijs.

Snel opsporen en ingrijpen

Om (beginnende) somberheid en suïcidaal gedrag op te sporen, worden alle leerlingen van de deelnemende scholen gescreend. Op middelbare scholen gebeurt dat in het tweede jaar (als onderdeel van het standaard gezondheidsonderzoek door de GGD) en het vierde jaar. Leerlingen vullen daarvoor vragenlijsten in. Gemiddeld geeft ongeveer 10% van alle leerlingen aan last te hebben van (beginnende) depressieve gevoelens; hen bieden we passende hulp aan. Jongeren die uit de screening als mogelijk suïcidaal naar voren komen, worden binnen 48 uur door de GGD gezien. Daarna wordt bekeken welke intensieve hulp er nodig is.

De STORM aanpak

Leerlingen krijgen op verschillende manieren informatie en hulp aangeboden:

- Op alle deelnemende scholen zijn gatekeepers (schoolmedewerkers) getraind in het signaleren van somberheidsklachten en suïcidaliteit, en hoe hier mee om te gaan op school.
- Een Mental Health programma wordt aan alle leerlingen aangeboden, zodat ze op een toegankelijke manier meer kunnen leren over somberheidsklachten

- Leerlingen met verhoogde somberheidsklachten krijgen de groepstraining *Op Volle Kracht* aangeboden, die ze laat ontdekken wat de relatie is tussen gebeurtenissen en hun gedachten, gevoelens en gedrag. Op deze manier worden ze geholpen hun somberheidsklachten te verminderen

Minder stemmingsklachten

Uit eerder onderzoek met alleen meisjes blijkt dat leerlingen die de training *Op Volle Kracht* volgden, na zes maanden duidelijk minder stemmingsklachten hadden dan de meisjes die het programma niet hadden gevolgd. Recentelijk is uit vervolgonderzoek gebleken dat leerlingen die de training *Op Volle Kracht* volgden duidelijk minder stemmingsklachten hadden, tot twaalf maanden na het volgen van de training. Dit in vergelijking met de leerlingen die het programma niet hadden gevolgd, maar wel psycho educatie hadden ontvangen. Ook konden we sinds de start elk schooljaar enkele jongeren die ernstig suïcidaal bleken, snel behandeling aanbieden. Een hoopvol perspectief!



“Samen zijn we beter in staat om depressies vroeg te signaleren en jongeren in hun eigen omgeving direct goede ondersteuning te bieden. Als we ze blijven volgen en begeleiden, kunnen we depressies op latere leeftijd voorkomen. Daar ben ik van overtuigd.”

Daan Creemers is Klinisch Psycholoog en onderzoekscoördinator



MEER INFORMATIE?

Wilt u meer weten over STORM?

Neem dan contact op met projectleiders Rian van den Boogaart: hjm.boogaartvanden@ggzoostbrabant.nl of T 0492 84 8001
of Sanne Rasing: spa.rasing@ggzoostbrabant.nl of T 0412 84 7001
van GGZ Oost Brabant

Kijk voor meer informatie op www.stormaanpak.nl

U kunt natuurlijk ook terecht bij een van de partners die deelnemen aan STORM. Dit zijn: Alfrinkcollege; Carolus Borromeus College; Centrum voor Jeugd en Gezin; Commanderij College; Dr. Knippenberg College; Elde College; Elzendaalcollege; Erasmus Universiteit Rotterdam; Fioretti College; de gemeenten Asten, Bernheze, Boxmeer, Cuijk, Deurne, Geldrop-Mierlo, Gemert-Bakel, Grave, Helmond, Laarbeek, Meierijstad, Mill & Sint Hubert, Oss, Sint Anthonis, Someren en Uden; GGD Brabant-Zuidoost; GGD Hart voor Brabant; GGZ Oost Brabant; Gymnasium Bernrode; Het Hooghuis; Hub van Doornecollege; Indigo; Jan van Brabant College; Lev Groep; Maaslandcollege; Merletcollege; Metameer; Ons Welzijn; Peellandcollege; Radboud Universiteit; ROC's Boxmeer en de Leijgraaf; Sociom; Strabrecht College; SWV VO 30 06; SWV Helmond Peelland; het Trimbos-instituut; Udens College; Vakcollege Helmond; Varendonck College; Willibrord Gymnasium; Zwijsen College.