

Dit is de nieuwsbrief voor iedereen die werkt met STORM of geïnteresseerd is in STORM als netwerkaanpak voor depressie- en suïcidepreventie voor jongeren. De nieuwsbrief verschijnt meerdere keren per jaar en bevat, naast actuele ontwikkelingen rond het programma, ook nieuws uit de verschillende regio's, praktijkvoorbeelden en updates uit wetenschappelijk onderzoek.

In onderstaande nieuwsbrief wordt het volgende behandeld:

- **Terugblik**
- **Wetenschappelijk onderzoek**
- **Online ondersteuning voor jongeren in tijdens van corona**
- **Webinar over STORM voor ouders**
- **STORM in Landelijke Agenda Suïcidepreventie**
- **De komende periode**

### **Terugblik**

De afgelopen maanden had de lockdown ook zijn uitwerking op STORM. Samen hebben we ervoor gezorgd dat er toch zoveel mogelijk doorgang heeft kunnen vinden. De screenings van de GGD konden niet in de klas plaatsvinden maar werden voor sommige scholen online uitgevoerd. Gatekeeper en pitstop trainingen werden in tweeën geknipt waarbij het theoretische gedeelte van de training alvast online werd gegeven. Er werd soms wat extra's van professionals gevraagd maar er was veel bereidheid om mee te denken en creatieve oplossingen te verzinnen.

### **Wetenschappelijk onderzoek**

Om te weten wat écht werkt en te weten wat we nog kunnen verbeteren wordt er onderzoek gedaan naar STORM. Op verschillende scholen werd in de afgelopen jaren onderzoek gedaan naar de effecten van de training Op Volle Kracht. Onderzoeker Karlijn Heesen beschrijft het volgende:

“In juli 2020 publiceerden we de eerste uitkomsten van onderzoek naar STORM. Aan dat onderzoek deden 130 jongeren mee en die werden verdeeld over twee groepen. De ene helft van de jongeren ontving psycho-educatie in de vorm van tips om je stemming te verbeteren, de andere helft nam deel aan de Op Volle Kracht groepstraining. De jongeren in beide groepen werden langere tijd gevolgd en na een jaar bleken de jongeren die Op Volle Kracht hadden gevolgd significant minder depressieve klachten te ervaren dan de jongeren die psycho-educatie hadden ontvangen. Vervolgens hebben we ook gekeken welke effecten er nog meer te zien waren en deze bevindingen werden onlangs gepubliceerd. Uit dit vervolg bleek dat ook angstklachten één jaar na het volgen van de Op Volle Kracht training meer waren afgenomen dat bij de jongeren die de psycho-educatie ontvingen. Verder namen suïcidaliteit, lichamelijke klachten en perfectionisme af bij alle jongeren. Dit is erg waardevol want we weten ook dat jongeren die een combinatie hebben van al deze klachten een grote kans hebben op een terugval van klachten. De conclusie is dat screenen op de aanwezigheid van depressieve klachten en het aanbieden van Op Volle Kracht als onderdeel van STORM bewezen effect heeft in het verminderen van risicofactoren en het verbeteren van mentale gezondheid van jongeren.”

De artikelen zijn na te lezen in [BMC Medicine](#) en in [Frontiers in Psychology](#). Meer informatie over ander onderzoek in STORM vind je op [stormaanpak.nl/wetenschappelijk-onderzoek/](http://stormaanpak.nl/wetenschappelijk-onderzoek/).

### **Online ondersteuning voor jongeren in tijdens van corona**

Veel jongeren ervaren meer stress en spanning door corona en voelen zich eenzaam. Om hen te ondersteunen is een online trainingsmodule beschikbaar gesteld door STORM in samenwerking met GGZ Oost Brabant: 'Jeugd: sterker staan in de coronatijd'. De training bevat oefeningen en tips over eenzaamheid, thuiswerken, zelfzorg en positieve energie. De module is gericht op jongeren tussen de 12 en 23 jaar. Alle jongeren kunnen [via deze link](#) toegang krijgen (ook als ze niet met STORM bekend zijn). Jongeren kunnen een account aanmaken en de module gemakkelijk zelf starten.

"Mentoren worden gestimuleerd om leestijd te besteden aan de gevoelens die corona oproept. Informatie uit de module wordt hierin deels aangehouden. Als een leerling toch veel last heeft dan wordt het zorgteam betrokken." - *Metameer, Boxmeer en Stevensbeek*

"Er is online, klassikaal gewerkt met de module. Inhoudelijk is het een goede module om ervaringen en gevoelens uit te wisselen. Hij is bruikbaar om in gesprek te gaan met de leerlingen, ook al was dit online wat lastiger." - *Jan van Brabant College, Helmond*

### **Webinar over STORM voor ouders**

De puberteit is niet alleen voor jongeren een tijd van verandering, maar ook voor hun ouders. Want wat is nu nog 'normaal' gedrag? Tot in hoeverre horen de dipjes en grillen erbij? En wat als mijn puber wel heel lang somber is? STORM neemt ouders mee in een korte webinar waarin onder andere school, de GGD en de jeugdzorg hun expertise delen over de mentale gezondheid van jongeren. Het belang van preventie, signaleren en de rol van STORM als netwerk aanpak wordt zo ook voor ouders inzichtelijk. De komende tijd wordt de ontwikkeling afgerond en krijgen alle ouders op STORM scholen toegang tot de webinar.

### **STORM in Landelijke Agenda Suïcidepreventie**

Op donderdag 28 januari werd de Landelijke Agenda Suïcidepreventie online gepresenteerd.

De *Talkshow Landelijke Agenda: Samen suïcides voorkomen* werd uitgezonden vanuit het ministerie VWS en werd gepresenteerd door Malou van Hintum.

Voor de geïnteresseerden in STORM zijn er twee interessante fragmenten:

Kijk vooral de eerste minuten waarin staatssecretaris Paul Blokhuis STORM expliciet noemt als voorbeeld van goede samenwerking: <https://www.youtube.com/watch?v=ax1cu9Uglro>

Zo'n 20 minuten later volgt het thema suïcidepreventie bij jongeren. Arne Popma (namens de Nederlandse Vereniging voor Psychiatrie) en Frank de Wit (namens de VO-raad) noemen STORM als goed voorbeeld:

<https://www.youtube.com/watch?v=ax1cu9Uglro#t=1270s>

### **De komende periode**

Nu de scholen (deels) weer open zijn zullen er in de komende periode op de scholen veel "Op Volle Kracht" trainingen starten voor leerlingen met somberheidsklachten. Dus ook voor STORM is het positief dat leerlingen weer naar school kunnen. Ook zullen er weer live bijeenkomsten voor pitstop en gatekeeper trainingen gepland worden voor na de lockdown, en daarmee kan de tweede helft van de trainingen plaatsvinden. Op MBO scholen in de regio zal voor het eerst ook een screening plaatsvinden door de GGD en gaat ook STORM daar van start.