






JONGEREN OVER MENTALE GEZONDHEID

Elise S. Beket, Sanne P.A. Rasing, Mariëtte H.H.
Hoogsteder, Daan H.M. Creemers, Arne Popma



Even voorstellen

- AIOS M+G (einddatum 28-12-24)
- GGD Flevoland
- Brandpuntfunctionaris NOP/Urk
- Lokaal coördinator academische werkplaats Jeugd en Gezondheid
- Buitenpromovenda



Inhoud

- Promotietraject
- Mentale gezondheid
- Artikel 1
- Artikel 2
- Toekomst



PhD

~~candidate~~

survivor

PhD traject



Gesprekken professoren

Akkoord Arne
Popma, Amsterdam
UMC



Start GGD Flevoland

Augustus 2019

Opleiding 50%
18 uur 'productie'
rest opleiding +
onderzoek



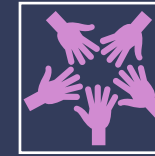
Verkenning

Verkenning wat ik
wil onderzoeken,
suïcide preventie ->
wat denken jongeren
over mentale
gezondheid?



Samenstellen promotieteam

Samenwerking GGZ
Oost Brabant,
Amsterdam UMC en
Academische
werkplaats Jeugd en
Gezondheid



Start onderzoek

Maart 2020

Output 4 artikelen

Artikelen tot nu toe

1. Systematische review: Wat zijn de perspectieven van jongeren in hoge inkomens landen op mentale gezondheid en depressie?
2. Concurrerende verantwoordelijkheden: jongeren over hun eigen mentale gezondheid: Wat zijn de perspectieven van jongeren op verantwoordelijkheid van hun eigen mentale gezondheid?

Mentale gezondheid staat al langer onder druk

2018

NIEUWS | ALCOHOL, DRUGS, GOKKEN & GAMEN, TABAK

Nederlandse jeugd nog steeds gelukkig, maar schooldruk neemt toe

5 september 2018, HBSC-onderzoek 2017

Zonder partner vaak sterk eenzaam

26-9-2018 00:00

NOS op3

Dinsdag 14 augustus 2018, 13:59

'Studenten vallen bij bosjes uit met psychische problemen'

ARBOBALANS 2018: Psychosociale arbeidsbelasting en burn-out klachten blijven toenemen

'Mentale druk op jongeren neemt gevaarlijke vormen aan'

11 jun. 2022 07:40



De mentale druk op jongeren neemt gevaarlijke vormen aan. Dit is de conclusie van een rapport van de Raad van State. Daarvoor waarschuwde het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) in een rapport dat dit jaar verscheen over de toestand van de gezondheid in Nederland, samen met de Volkskamer.

2021 - corona

Mentale gezondheid in eerste helft 2021 op dieptepunt

3-9-2021 00:00

Meer eenzaamheid bij ouderen door corona // 04/03/2021

De toch al overbelaste mantelzorgers krijgen er door de afgeschaalde zorg nog meer taken bij

NOS Nieuws • Vrijdag 3 september 2021, 13:55

Jongvolwassenen ongelukkiger: 'Ze missen mijlpalen die je niet even inhaalt'

Woensdag 22 december 2021, 18:57

Mentale welzijn scholieren verder onder druk: 'Ze worden apathisch'

2022

Flevolandse jongeren het minst gelukkig van Nederland

Flevoland • Dinsdag 24 mei 2022 | 6:21 - 2 min. leestijd

Koningin steekt jongeren hart onder de riem: 'Niet elke dag hoeft een 10 te zijn'

BRIEF VAN MAXIMA • Koningin Máxima roept in een bijzondere brief ionoe

Mentale gezondheid van meisjes fors verslechterd

Nieuwsbericht | 14-09-2022 | 12:15

NOS Nieuws • Gisteren, 18:03

Stressuitval op werk weer terug op pre-coronanieveau: 'We gaan gewoon iets te hard'

Mantelzorgers overbelast, 'ouderen mishandeling ligt op de loer'

19 juni 2022 07:40
Aangepast: 19 juni 2022 07:40

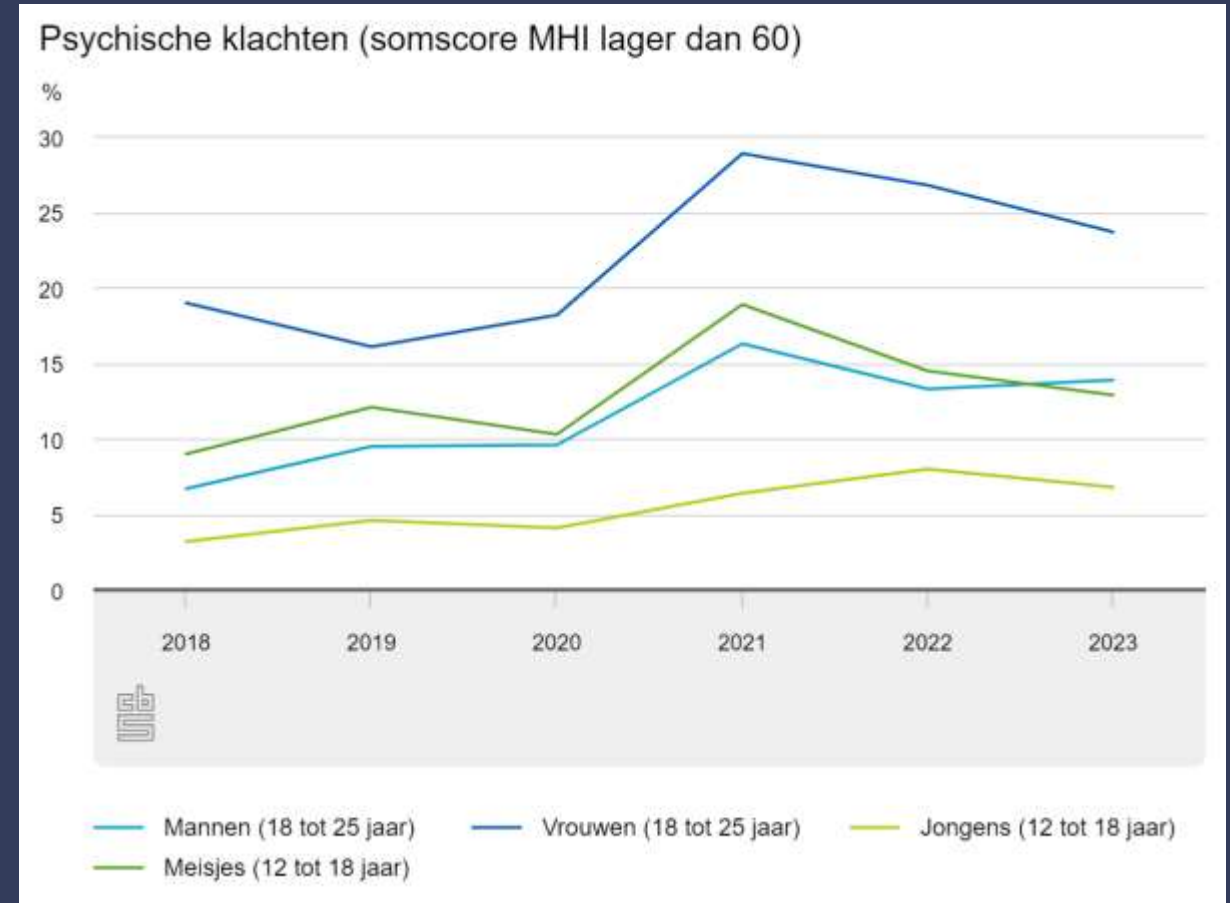
NOS Nieuws • Vrijdag 3 september 2021, 00:11

CBS: kwart jongvolwassenen heeft psychische problemen

Kabinet wil prestatiedruk in de samenleving aanpakken: 'Het kantelpunt is bereikt'

Ontwikkeling in Nederland

- Stijging het grootst onder jongeren
- Meisjes / vrouwen scoren hoger op psychische ongezondheid dan jongens en mannen.



Gevolgen psychische klachten

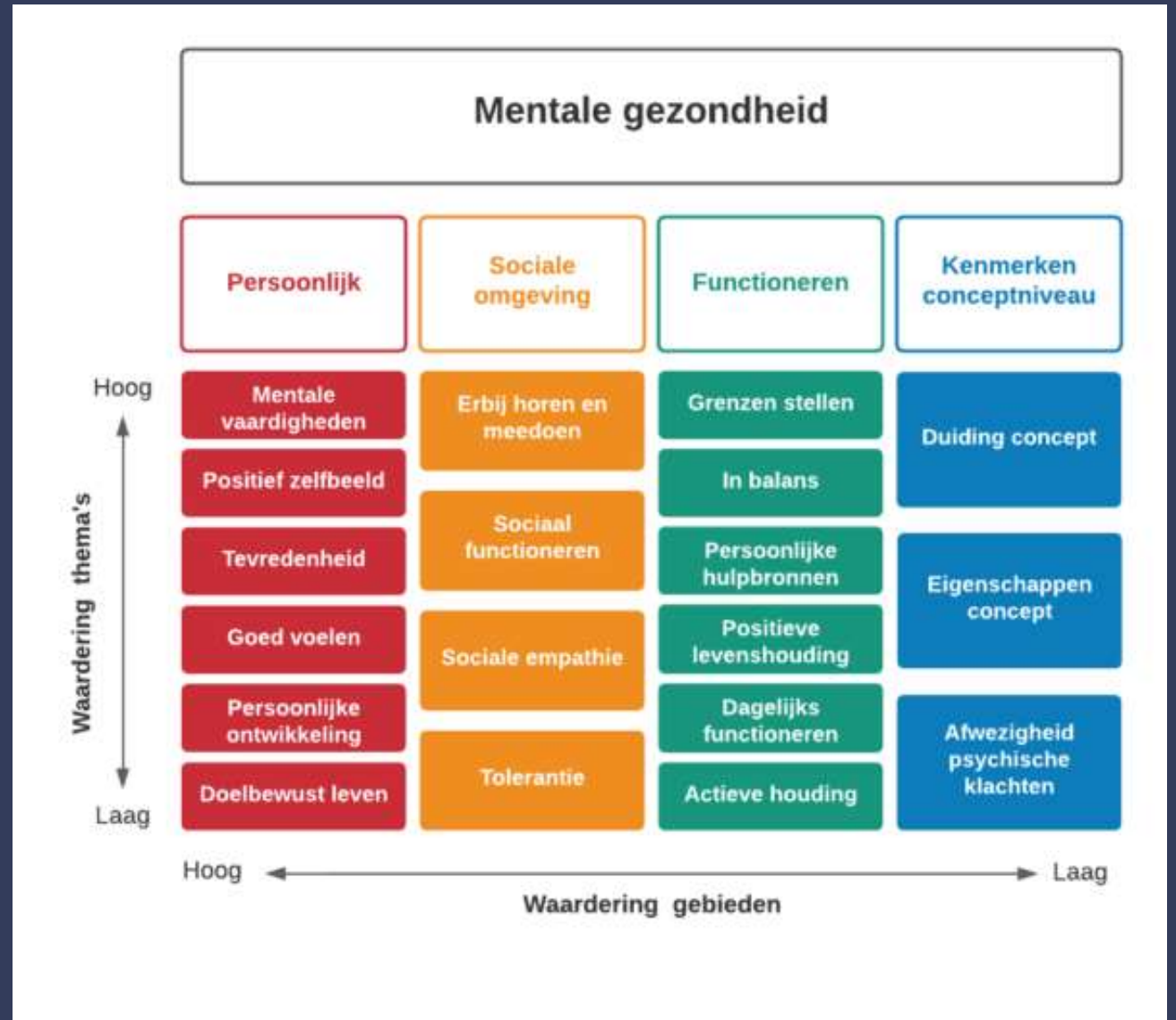
- Veranderende samenleving
- Verschuiving nodig van zorg naar preventie



Definities mentale gezondheid

- WHO, het vermogen om
 - verbinding te maken
 - te functioneren
 - te gedijen en ermee om te gaan.
- Trimbos, 4 componenten:
 - Persoonlijk
 - Sociaal
 - Functioneel
 - Perceptief

Thema's en subthema's Trimbos



PERCEPTIONS ON MENTAL HEALTH AND DEPRESSION BY ADOLESCENTS, A SYSTEMATIC REVIEW OF QUALITATIVE STUDIES.

Elise S. Beket, Mariëtte H.H. Hoogsteder,
Arne Popma, Daan H.M. Creemers,
Sanne P.A. Rasing

Achtergrond

- Perspectieven van adolescenten over mentale gezondheid zijn nodig voor het optimaliseren van preventie, promotie en behandeling.
- Depressie één van de meest voorkomende mentale aandoeningen onder jongeren.
- Hoge-inkomenslanden: slechts 44% van de adolescenten met mentale problemen ontvangen zorg.



Onderzoeksvragen

De doelstellingen van deze studie waren om de perspectieven van adolescenten te onderzoeken over:

- de definitie van mentale gezondheid,
- factoren die verband houden met mentale gezondheid,
- het herkennen van wanneer een adolescent volgens hen depressief is.

Methoden: zoekstrategie

Domain		Search terms
S	Sample	'Child', 'adolescent', 'puber', 'teen', 'youth', 'young man', 'young women', 'young person', 'girl', 'boy', 'youth'
Pi	Phenomenon of interest	'Mental health', 'depression', 'depressive disorder', 'well-being', 'resilience', 'mental illness'
D	Design	'Qualitative', 'interview', 'ethnography', 'participatory', 'phenomenology', 'content analysis', 'narrative', 'interview', 'focus groups', 'observation', 'thematic analysis', 'content analyses', 'stories'
E	Evaluation	'Belief', 'perception', 'perspective', 'meaning', 'experiences', 'understanding', 'expectation', 'opinion'
R	Research type	Qualitative

Methoden: In- en exclusie criteria

Category	Inclusion	Exclusion
Population of interest	Average age of 13-23 years Data from high income countries (27, 28)	Specific groups (military, LGTBQ, detained youth, maltreated children)
Study types and designs	Qualitative or mixed methods, mixed methods only if qualitative results were clear Articles with raw data	Searching for connections/relations (quantitative outcomes)
Health outcomes	Perspectives of own mental health or mental health conditions Resilience	Focus on developing product/effect of intervention
Publication date	All publication dates	
Publication languages	Dutch or English	

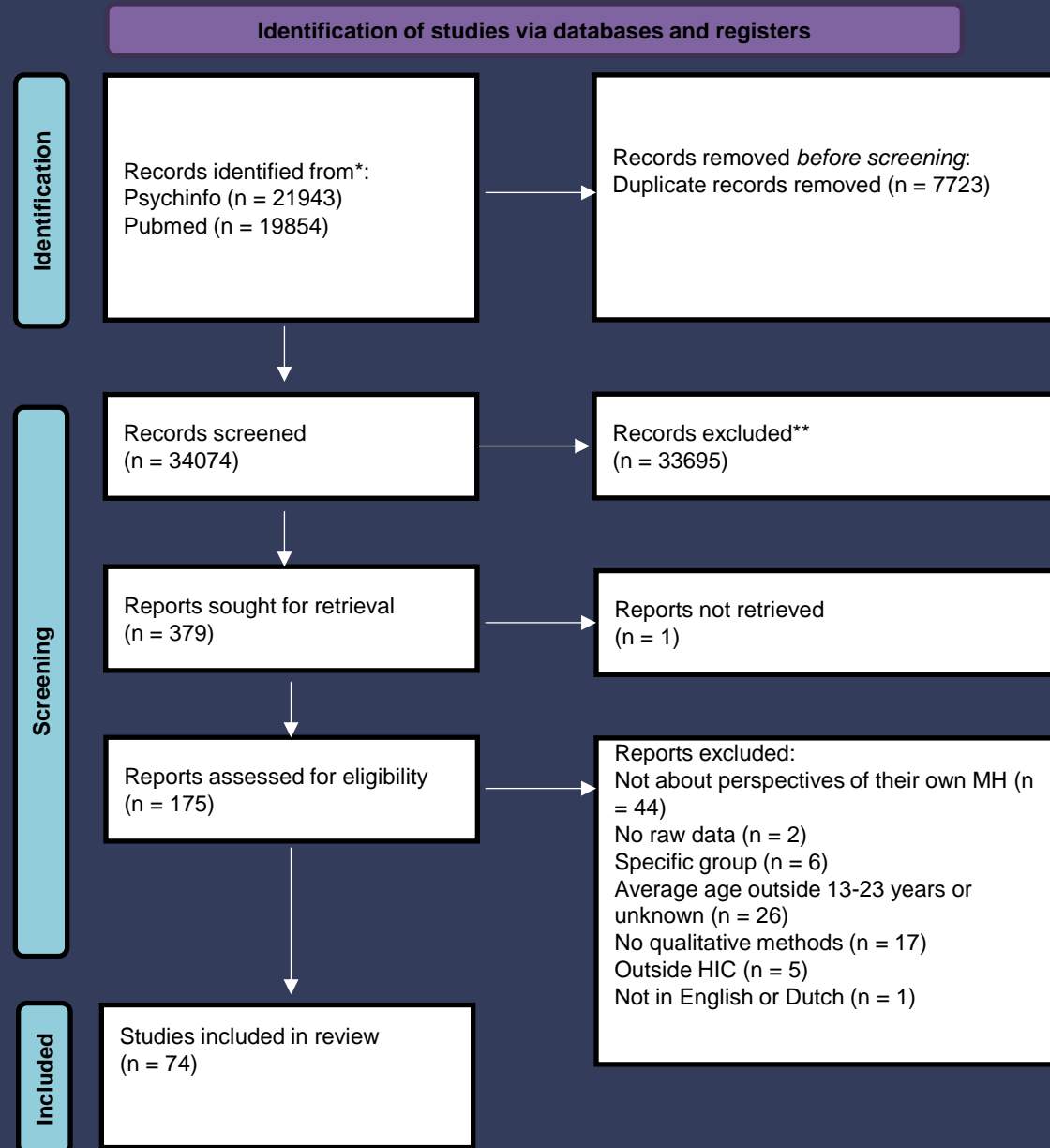
Methoden: data analyse en synthese

- Drie fasen
 - Open coderen
 - Beschrijvende thema's
 - Analytische thema's

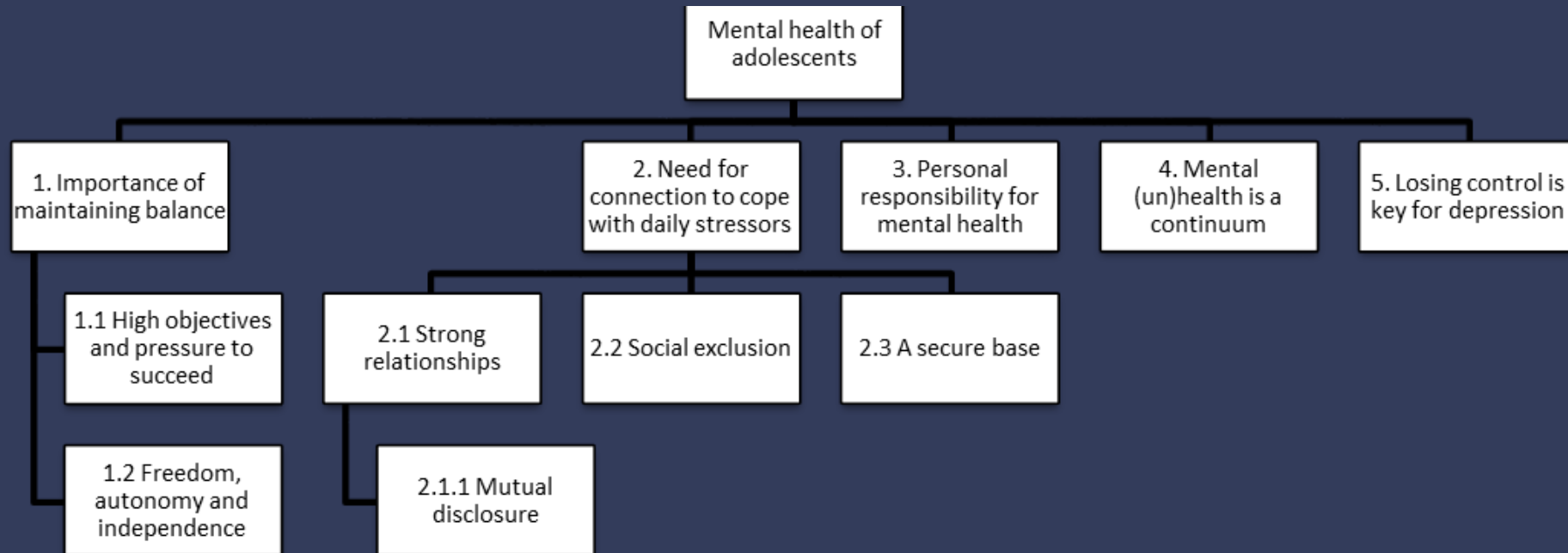


Resultaten

- Ongeveer 3465 participanten
- Europa: 35
- Noord Amerika: 31
- Zuid Amerika: 1
- Australie: 7



Analytische thema's



In balans blijven voor een positieve mentale gezondheid

‘Deelnemers definieerden mentaal welzijn als het leiden van een goed gebalanceerd leven. Een goed gebalanceerd leven werd beschreven als de sleutel tot het ervaren van prettige emoties en omvatte het hebben van de volgende factoren in iemands leven: Positieve relaties met familie, vrienden, een vriendin of partner, goed presteren op het veld, succesvol balanceren van educatieve of werkverantwoordelijkheden, en positief spiritueel welzijn. Kortom, wanneer alles “best goed” gaat.’

- Hoge verwachtingen en druk om te slagen
- Vrijheid, autonomie en onafhankelijkheid

Verbinding is nodig om om te gaan met dagelijkse stressoren

‘Als je geen vrienden hebt is dit een teken dat je mentaal niet goed bent volgens de jongens en meisjes. Als je geen vrienden hebt ben je eenzaam, ongelukkig en verveeld.’

- Sterke relaties
 - Wederzijdse openhartigheid
- Sociale exclusie
- Een veilige basis

Persoonlijke verantwoordelijkheid voor mentale gezondheid

‘De druk die zij voelden had te maken met ideeën die in de maatschappij leven rondom vallen. Een dominant idee is dat als je kan omgaan met een issue, de uitkomst altijd goed is. Dit betekent dat je altijd moet weten, maar dat je ook kan weten, hoe je dealt met een issue. En als je een depressie hebt, dan heb je persoonlijk gefaald.’

Mentale gezondheid is een continuüm

‘Adolescenten dachten dat mentale gezondheid complex is en niet alleen kan worden beschreven in termen van een mentale ziekte of niet. Dit geeft aan dat een goede mentale gezondheid en mentale problemen geen tegenstellingen zijn op het continuüm. Ze erkenden de noodzaak om aspecten van een goede mentale gezondheid in overweging te nemen, evenals diagnoses en symptomen van mentale gezondheidsproblemen, om de mentale gezondheidstoestand van een individu vast te stellen.’

Verlies van controle is de sleutel voor depressie

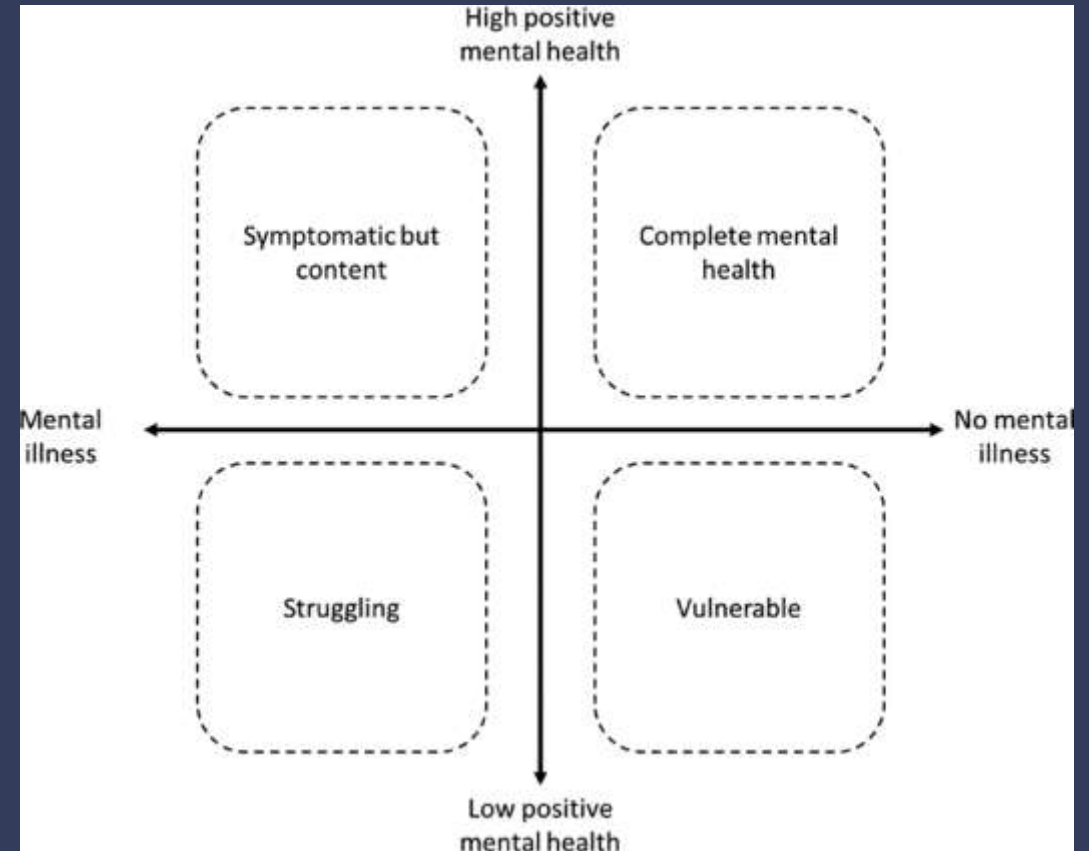
‘Dit gevoel van het verliezen van controle werd gezien als een cruciale voorbode van het ontstaan van een depressie; bijvoorbeeld, P25 sprak over 'overweldigd worden door iets waar je het gevoel hebt geen controle over te hebben’

‘Anne-Marie (17 jaar) beschreef waar ze aan denkt als ze het woord ‘depressie’ hoort: Ik denk dat iemand gewoon alleen zit. Niet alsof ze het gevoel hadden dat ze dicht bij iemand stonden.’

Discussie

- Onze bevindingen suggereren dat adolescenten mentale gezondheid en depressie vooral ervaren vanuit evenwicht en verbinding.
- Adolescenten dragen een grote verantwoordelijkheid voor hun eigen mentale gezondheid, en zien dit als een continuüm variërend van positieve mentale gezondheid tot negatieve geestelijke gezondheid. Het hebben van een mentale ziekte beïnvloedt waar iemand op het spectrum zit, maar is niet gelijk aan een slechte mentale gezondheid.
- Depressie begint als jongeren het gevoel hebben de controle kwijt te zijn.

Dual factor model van mentale gezondheid (Keyes)



Limitaties

- Heterogeniteit van de geïncludeerde onderzoeken
- Het gebrek aan toegang tot ruwe data
- Focus op hoge inkomenslanden
- Uitsluiting van goed gedefinieerde risicogroepen
- Geen enkel artikel ging in op de culturele verschillen binnen het land

Conclusie

- Noodzaak van een genuanceerde aanpak voor mentale gezondheid, waarbij niet alleen nadruk wordt gelegd op individuele factoren, maar er ook gekeken wordt naar factoren in de context.
 - Verschuiving van het individueel gerichte 'i-frame' naar het systemische 's-frame'.



Revisie, tweede keer ingediend



COMPETING RESPONSIBILITIES IN ADOLESCENT MENTAL HEALTH: ADOLESCENTS' PERSPECTIVES ON PERSONAL, INTERPERSONAL, AND STATE ROLES.

Elise S. Beket, Maya Deconink, Sanne
P.A. Rasing, Arne Popma, Daan H.M.
Creemers, I. Pieper, Mariëtte H.H.
Hoogsteder



Achtergrond

- Gezondheid, en in het bijzonder mentale gezondheid, bestrijkt meerdere domeinen en daarom ligt de verantwoordelijkheid niet alleen bij het individu.
- Het doel van dit onderzoek is om de percepties van adolescenten over de verantwoordelijkheid van de mentale gezondheid van adolescenten te onderzoeken.

Onderzoeksvraag

- Wat zijn de perspectieven van jongeren op de verantwoordelijkheid van mentale gezondheid van jongeren zelf?

Methoden

DATA COLLECTIE

- 20 interviews,
- 6 panel gesprekken,
- 7 dagboeken

PARTICIPANTEN

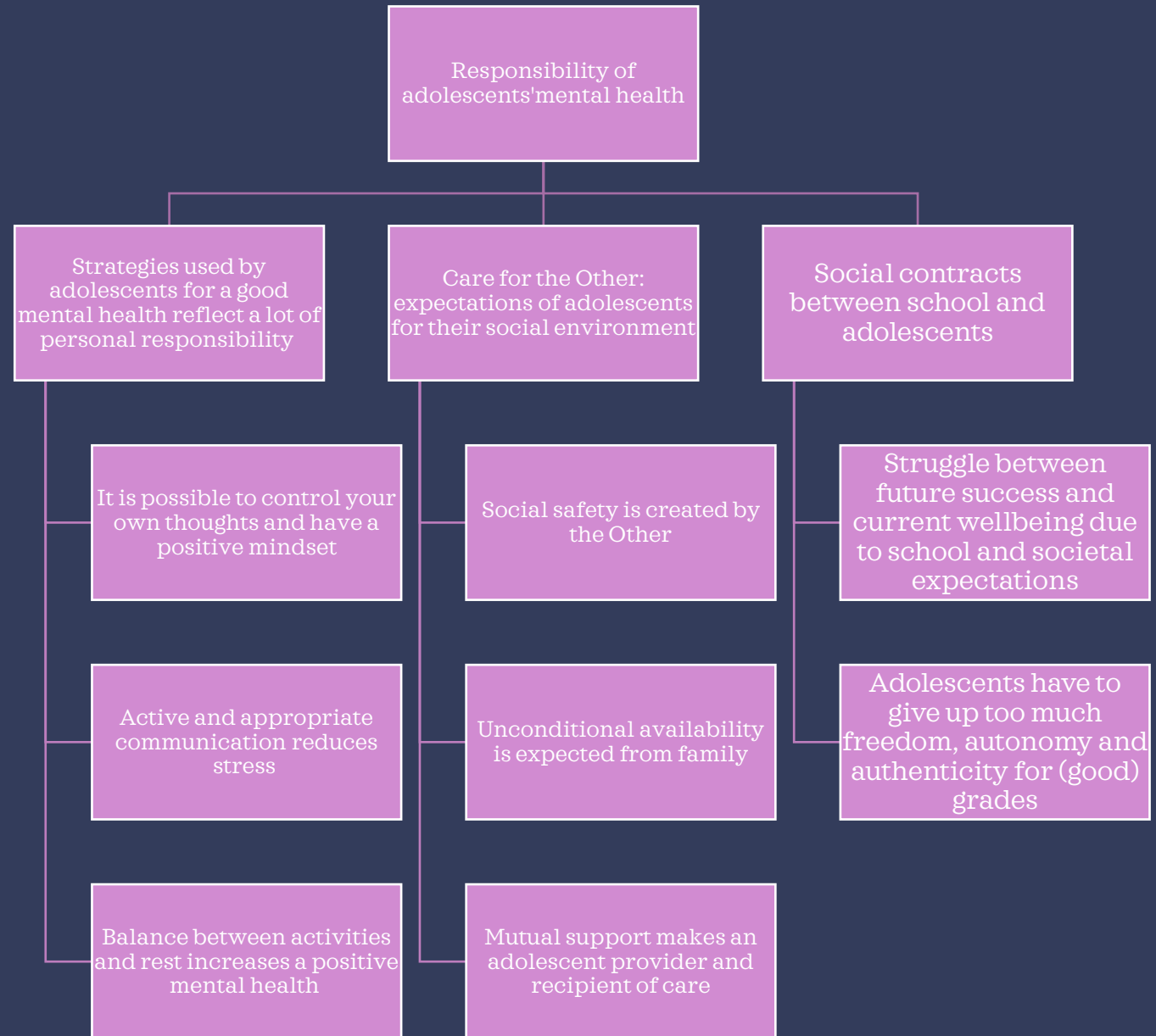
- N=57 (30 jongens, 26 meisjes)
- 10 – 22 jaar
- Basisonderwijs, middelbaaronderwijs, MBO en HBO

Methoden

- Reflexieve thematische analyse
- Theoretisch raamwerk van Trnka over concurrerende verantwoordelijkheden:
 - Individueel
 - Interpersoonlijk
 - Staat/corporate -> school



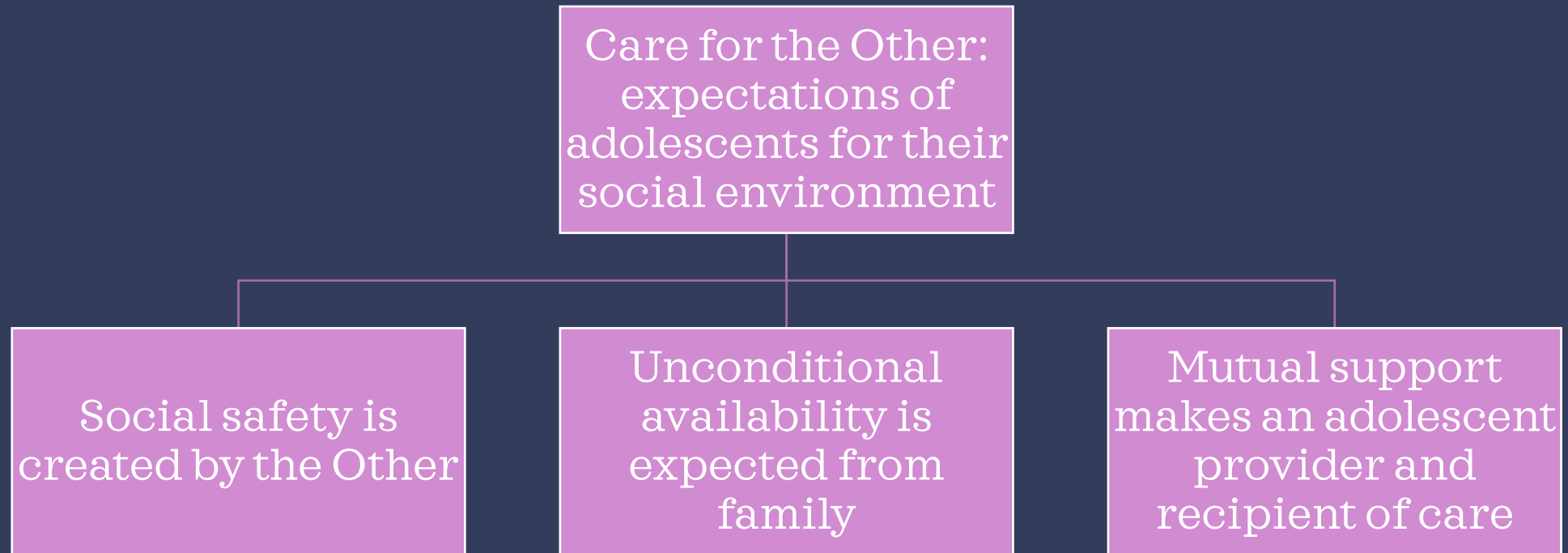
Voorlopige resultaten



Persoonlijke verantwoordelijkheid



Interpersoonlijke verantwoordelijkheid



Verantwoordelijkheid school

Dat cijfertje bepaalt je toekomst, niet wat je leert. Dat klopt niet. Dat is de verkeerde insteek. Het doel is dat je goede burgers in de maatschappij krijgt later. Als je onze jeugd opfokt met depressie, gaan we daar later wel iets van merken denk ik. Krijgen we misschien wel slimme en rijke mensen, maar je hebt er niet veel aan als ze niet gelukkig zijn."

Social contracts
between school and
adolescents

Struggle between
future success and
current wellbeing due
to school and societal
expectations

Adolescents have to
give up too much
freedom, autonomy
and authenticity for
(good) grades

Discussie

- Jongeren nemen zelf veel verantwoordelijkheid, maar vinden dat ook de sociale omgeving en school een verantwoordelijkheid hebben.
- Het klassieke schoolsysteem past niet bij de wensen van jongeren en zorgt voor veel stress en uitval.



Toekomst

ZonMw project: vergroten
bereik @ease





@Ease

- Laagdrempelige voorziening
- 12 tot 25 jaar
- Gratis, anoniem, zonder verwijzing

- Vrijwilligers, jeugdarts, kinder- en jeugdpsychiater

Bereik @ease

- Nu vooral hoog opgeleide vrouwen.
- Limburg doet ook onderzoek naar de implementatie van @ease in Maastricht, Heerlen en 4 andere gemeenten.



Vergroten bereik @ease Amsterdam

- Co-creatie: vier duo's met een vrijwilliger en jongere
- Fase 1: interviews met jongeren voor verkenning topics
- Fase 2: analyse + reflectie: identificeren belemmerende en bevorderende factoren
- Fase 3: co-creatie bereik strategieën
- Fase 4: kennisverspreiding onder de doelgroep jongeren

Take home message

- Jongeren vinden balans en connectie belangrijk voor mentale gezondheid.
- Jongeren nemen veel eigen verantwoordelijkheid voor hun eigen mentale gezondheid, maar verwachten ook dat hun sociale omgeving en school een verantwoordelijkheid nemen.
- Depressie begint bij controle verlies.
- Het hebben van een depressie staat niet gelijk aan het hebben van een slechte mentale gezondheid

Vragen?

- Email: e.beket@amsterdamumc.nl



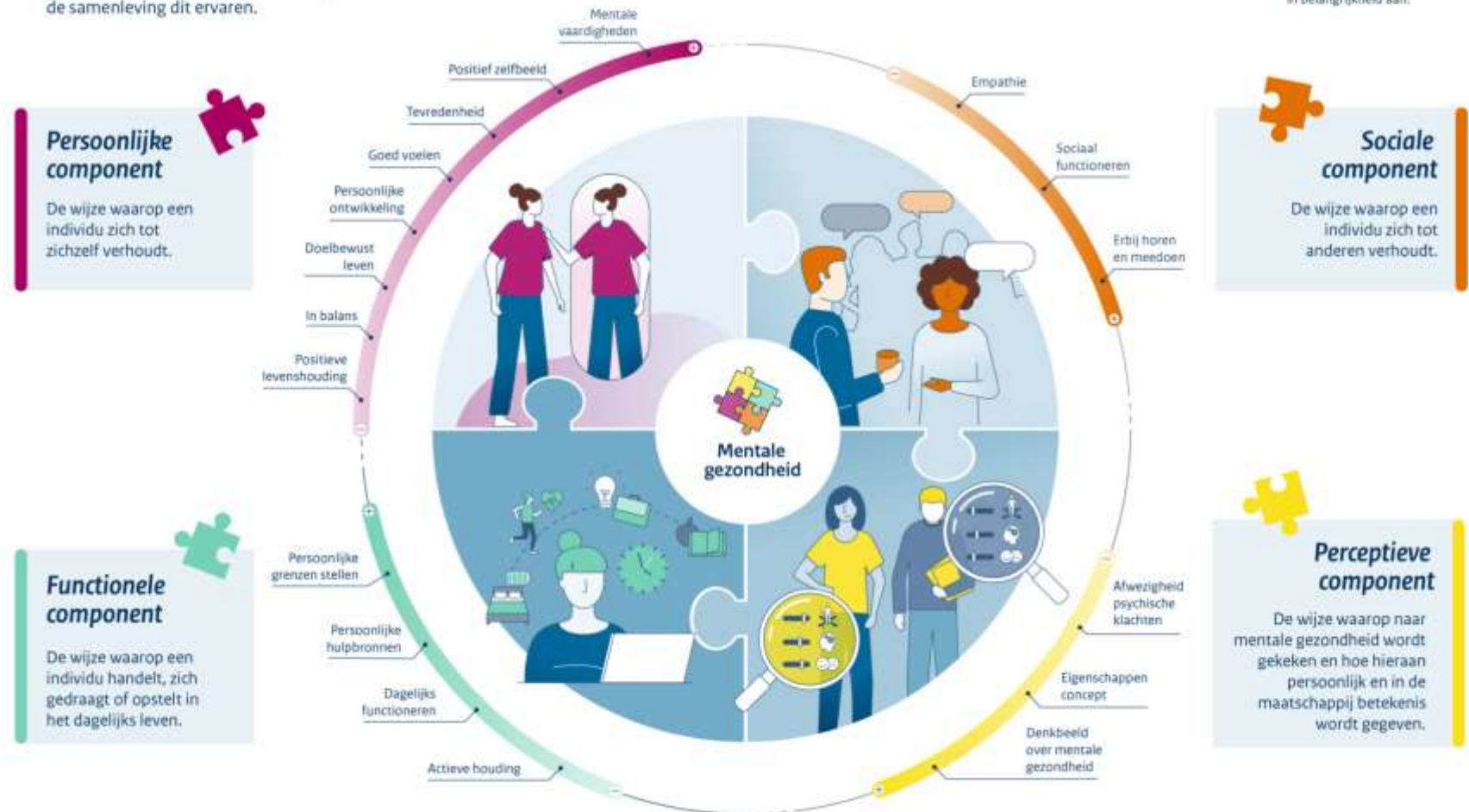
Definitie Trimbos

Wat is mentale gezondheid?

De manier waarop je je verhoudt tot jezelf en tot anderen en hoe je omgaat met de uitdagingen in het dagelijks leven. Tegelijkertijd gaat het ook over hoe jij en anderen in de samenleving dit ervaren.

Leeswijzer

De kleurgradatie van licht naar donker geeft de volgorde in belangrijkheid aan.



Promotietraject

What are the perspectives of adolescents in HIC on mental health and depression?

Beket, Hoogsteder, Popma, Creemers, Rasing

Review mentale gezondheid
25000 artikelen
Definitieve dataset
74 artikelen (S/E)
Analyse
Schrijven artikel
Feedback
Submitten

What are the perspectives of adolescents on responsibility of their own mental health?

Beket, Rasing, Popma, Creemers, Hoogsteder

Artikel verantwoordelijkheid MH jongeren
Student heeft BSc thesis ingeleverd.
Secundaire analyse met Maya
Schrijven artikel
Feedback
Submitten

What are the perspectives of Dutch adolescents on why they have depressed feelings and when their depression started?

Beket, ..., Creemers

@ease
Voorstel
Data verzameling
Analyse
Schrijven artikel
Feedback
Submitten

What are perceptions of adolescents on mental health promotion and prevention

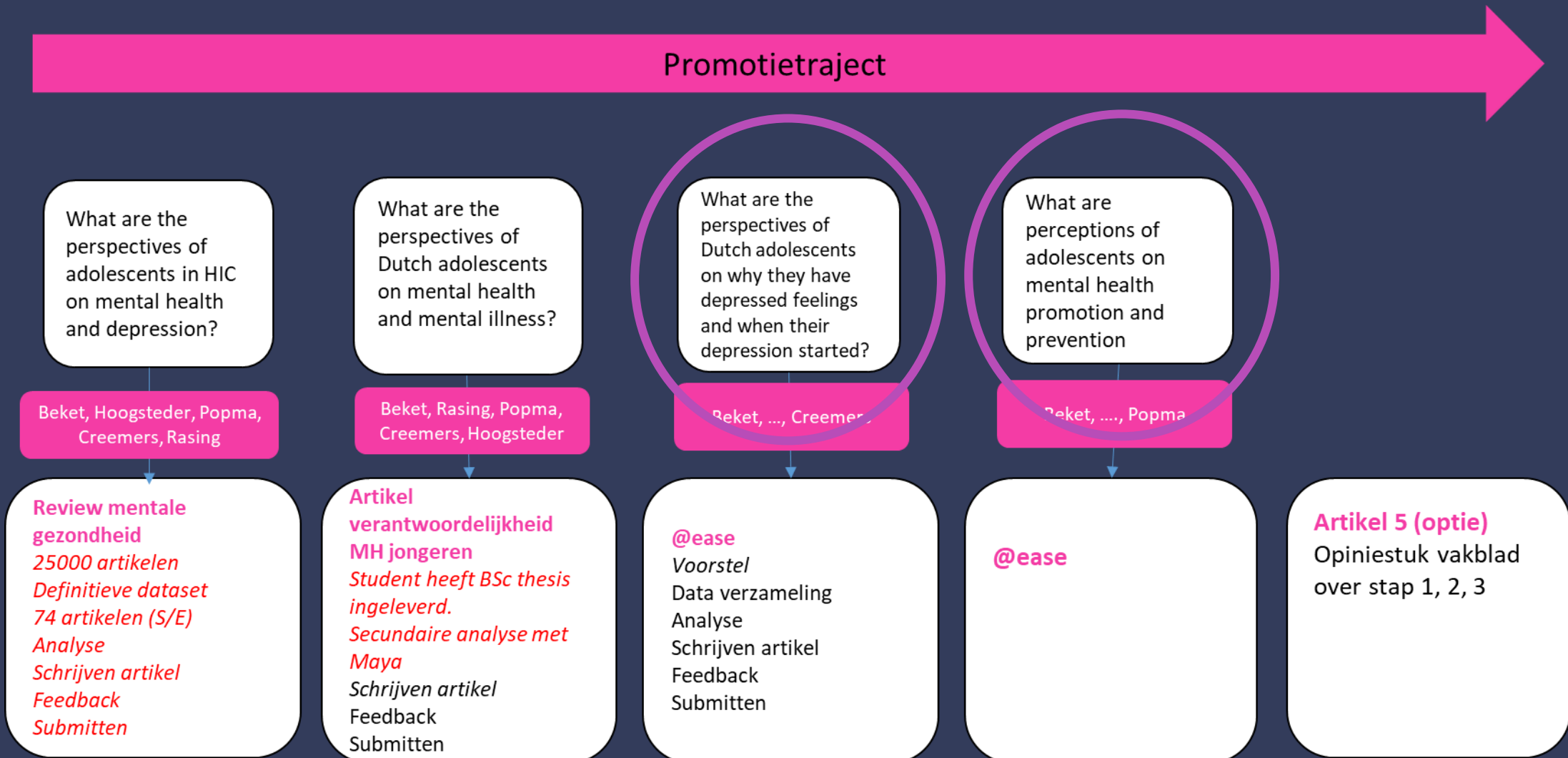
Beket, ..., Popma

@ease

Artikel 5 (optie)
Opiniestuk vakblad over stap 1, 2, 3

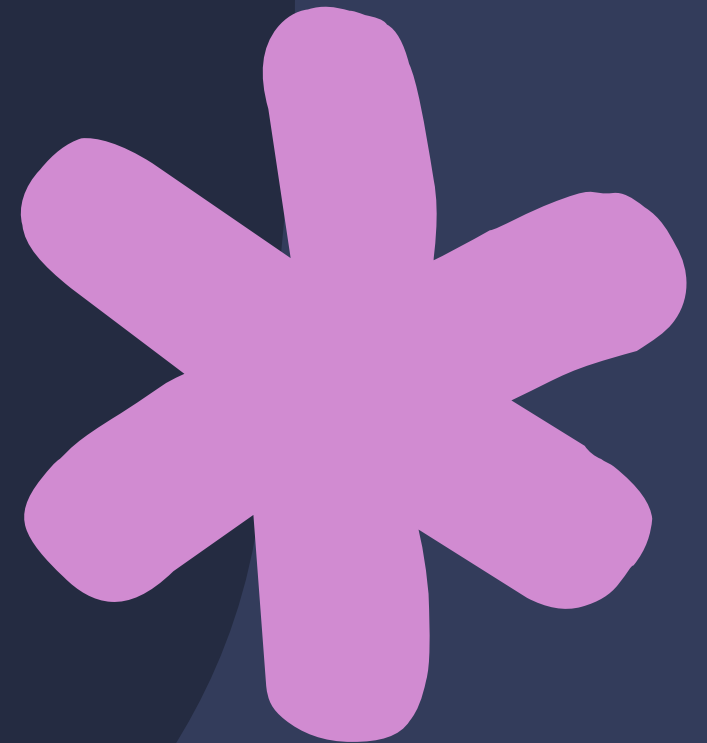
Hoe gebruik ik dit voor mijn promotieonderzoek?

Promotietraject



Onderzoeksvoorstel

- **Hoofddoel:** Onderzoeken van de percepties van Nederlandse adolescenten over mentale gezondheid, mentale ziekten en preventie van mentale gezondheidsproblemen.
- **Onderzoeksvragen:**
 1. Wat is bekend over de perspectieven van adolescenten op mentale gezondheid en mentale ziekten?
 2. Wat zijn de perspectieven van Nederlandse adolescenten op mentale gezondheid en mentale ziekten?
 3. Wat zijn de perspectieven van Nederlandse adolescenten op bevordering van mentale gezondheid en toegang tot de geestelijke gezondheidszorg?
 4. Welke lessen kunnen worden getrokken uit de perspectieven van adolescenten op mentale gezondheid om de bevordering van mentale gezondheid en toegang tot geestelijke gezondheidszorg te verbeteren?



Self-determination theory

COMPETENCE

- High objectives and pressure to succeed

RELATEDNESS

- Strong relationships
- Mutual disclosure

AUTONOMY

- Freedom, autonomy and independence
 - Secure base