

Zin in leven!

Verslag Fase 1

Een project over eenzaamheid,
depressiviteit, suïcide
en zingeving bij jongeren.



1 Inleiding

Voorafgaand aan de tweedaagse werkbijeenkomst 'Jongeren en Betekenis', waarover in het projectplan wordt gesproken, hebben wij, de leden van het Rolducberaad (zie ook bijlage 1), reeds jarenlang professionele ervaring opgedaan in de omgang met jongeren. Vanuit de verschillende werkvelden jeugdzorg, jeugdwerk en onderwijs, proberen wij jongeren bewust te maken van de zingevende dimensie in hun bestaan. Onze ervaringen op dit gebied, de mogelijkheden, maar ook de moeilijkheden in onze professionele werkomgeving, zijn uiteraard meegenomen in dit rapport.

Daarnaast zijn wij op zoek gegaan naar relevante literatuur en hebben wij gesproken met wetenschappers en ervaringsdeskundigen vanuit de werkvelden jeugdzorg, jeugdwerk en onderwijs.

De volgende, concrete onderzoeksvragen dienden hierbij als leidraad:

- A Wat zijn noodzakelijke en kwalitatieve elementen in het proces van betekenisvorming bij jeugd en jongeren van 10 tot 25 jaar in Limburg/Nederland?
- B Bestaat er en welke is de relatie bij deze groep m.b.t. het proces van betekenisvorming en de ontwikkeling van gevoelens van eenzaamheid?
- C Is er een verhouding en welke zijn de oorzaken van de afwezigheid van dit proces in relatie tot depressiviteit / suïcidaal gedrag?
- D Welke inhoudelijke elementen in dit proces maken deel uit van preventief handelen in relatie tot de gestelde werkveld-definitie?
- E Wat zijn de contouren van deze methodiek?

In het volgende hoofdstuk wordt verslag gedaan van de (voorlopige) resultaten.

2 **A. Wat zijn noodzakelijke en kwalitatieve elementen in het proces van betekenisvorming bij jeugd en jongeren van 10 tot 25 jaar in Limburg/Nederland?**

Dit deel richt zich allereerst op het in beeld brengen van een werkzame definitie uit het brede werkveld van jeugd en jongeren m.b.t. zingeving en zinbeleving als betekenisvormend proces en vermogen. Hierin is van belang niet alleen rationele motivering een plaats te geven, maar evenzeer in de definitie oog te hebben voor belevingsaspecten van kinderen en jongeren.

Ten tweede wordt expliciet onderzocht hoe de doelgroep zich tot de definitie verhoudt en welk het beeld van betekenisvorming in realiteit is.

Allereerst wordt gezocht naar een bruikbare definitie van 'zingeving', met ruimte voor zowel de rationele als de genoemde belevingsaspecten. Deze wordt gevonden in het 'Praktijkboek, Deuren openen naar zin in jeugdzorg' van André Mulder (eindredactie). De kracht van deze definitie ligt vooral in de gelaagdheid ervan:

‘Daar waar jongeren betekenis verlenen aan de hen omringende wereld, willen we spreken van ‘zingeving’. Als we dit proces van betekenisvorming van dichterbij willen bekijken, dan zien we in die genoemde ‘zingeving’ verschillende dimensies. We halen ze hier, voor de duidelijkheid, uit elkaar. In het dagelijks leven lopen ze echter in elkaar over:

Alledaagse zingeving

‘Zingeving is een persoonlijke verhouding tot de wereld waarin het eigen leven geplaatst wordt in een breder kader van samenhangende betekenissen, waarbij doelgerichtheid, waardevolheid, verbondenheid en transcendentie worden beleefd, samen met competentie en erkenning, zodat ook gevoelens van gemotiveerd zijn en welbevinden worden ervaren.’

(Smaling & Alma (2010). ‘Zingeving en levensbeschouwing: een conceptuele en thematische verkenning’, p.23)

Existentiële zingeving

Deze dimensie van zingeving bestaat uit het omgaan met existentiële vragen, met levensvragen die te maken hebben met de betekenis van het leven.

(André Mulder (eindredactie) (2013). ‘Praktijkboek, Deuren openen naar zin in jeugdzorg’, p.14)

Levensbeschouwelijke zingeving

In antwoord op levensvragen zijn uitgewerkte gedachtensystemen beschikbaar die denkrichtingen en antwoorden verschaffen. Zo’n uitgekristalliseerd raamwerk van min of meer samenhangende opvattingen noemen we een levensbeschouwing. Het zijn kaders die mensen helpen het leven begrijpelijk of in ieder geval draaglijk en hanteerbaar te maken.’

(André Mulder (eindredactie) (2013). ‘Praktijkboek, Deuren openen naar zin in jeugdzorg’, p.19)

Bovengenoemde driedeling vinden wij van groot belang, aangezien velen bij ‘zingeving’ vooral aan de 2^e en 3^e categorie denken. Juist de erkenning van de dimensie van de ‘alledaagse zingeving’ biedt vele ingangen, niet alleen bij jongeren maar ook bij volwassenen.

3 B. Bestaat er en welke is de relatie bij deze groep m.b.t. het proces van betekenisvorming en de ontwikkeling van gevoelens van eenzaamheid?

Dit deel richt zich vanuit de werkdefinitie op het in beeld brengen van de reële verhouding tussen zingevingsfactoren bij jeugd en jongeren en de mogelijke relatie met gevoelens van eenzaamheid bij (partiële) afwezigheid van deze factoren.

In deze fase is de methode van onderzoek belangrijk en moet afgestemd zijn op de mogelijkheden om de belevingsfactoren bij kinderen en jongeren adequaat te kunnen beschrijven.

Voor de vraagstelling en de opzet van het project 'Zin in leven!' m.b.t. dit onderdeel, is gebleken dat er nog geen wetenschappelijk onderzoek is gedaan naar mogelijk oorzakelijke verbanden tussen het proces van betekenisvorming en gevoelens van eenzaamheid bij jongeren.

4 C. Is er een verhouding en welke zijn de oorzaken van de afwezigheid van dit proces in relatie tot depressiviteit / suïcidaal gedrag?

De derde laag van beeldvorming zal gericht zijn op een verondersteld verband tussen de afwezigheid of geringe aanwezigheid van zingevingsfactoren, het mogelijk verband met negatieve gevoelens (o.a. eenzaamheid) en de ontwikkeling van depressief of suïcidaal gedrag. Het onderzoek wordt daarin gestuurd door de leidraad van de werkdefinitie. Dit deel wordt ook sterk door externe (partner) expertise gevoed welke elders is opgebouwd.

Ook voor de vraagstelling en de opzet van het project 'Zin in leven!' m.b.t. dit onderdeel, is gebleken dat er nog geen wetenschappelijk onderzoek is gedaan naar de relatie tussen het proces van betekenisvorming en depressiviteit/ suïcidaal gedrag bij jongeren.

Minister Schippers maakte op 25 januari 2016 bekend dat er 10 miljoen zal worden uitgetrokken aan onderzoek naar depressiviteit bij jongeren en bij vrouwen, aangezien ook zij tot de schrikbarende conclusie kwam dat dit onderzoek er nog niet was en de aantallen die onder depressiviteit lijden, hoog zijn in beide doelgroepen. Voor de stuurgroep is het nu van belang dat zingeving in dit onderzoek zal worden meegenomen.

Ook is de link tussen depressiviteit en zelfdoding bij jongeren nog niet wetenschappelijk aangetoond. Er zijn bovendien verschillende vormen van depressiviteit waarbij er jongeren zijn die de zin van het leven helemaal niet zien, maar ook tijdelijk in een "dip" zitten en op zoek zijn naar een ander(e manier van) leven. Ook zijn de medicijnen die voorgeschreven worden bij depressiviteit in een aantal gevallen oorzaak van de zelfdoding. Ook daar komt nu onderzoek naar.

Dit alles is intussen in de publiciteit geweest en daaruit blijkt dat het probleem zelfs groter is dan de leden van de stuurgroep in eerste instantie vermoedden. De vraag naar zingeving echter blijft in alle gevallen overeind, zeggen ook de onderzoekers.

Wat betekent dit nu voor het project 'Zin in Leven!'

Wetenschappelijk onderzoek kan bovengenoemde relaties bij de deelvragen B en C dus nog niet eenduidig aantonen. Daarom is de stuurgroep op zoek gegaan naar wetenschappelijk, of door praktijkervaring bij professionals in het werkveld, onderbouwde informatie over de opbrengsten van het proces van betekenisvorming. (Mogelijk ook in samenhang met andere doelgroepen dan jongeren.)

Zij kan zich namelijk niet aan de sterke indruk onttrekken, dat het proces van betekenisvorming een belangrijke rol speelt in relatie tot de genoemde gevoelens van eenzaamheid en depressiviteit/ suïcidaal gedrag bij jongeren.

Deze indruk krijgen de leden van de stuurgroep vooral vanuit de dagelijkse praktijk van het bezinnend werk met jongeren. Daar ervaren ze elke keer opnieuw hoe zingeving betekenis kan geven aan het leven van jongeren, daarmee de verbondenheid met anderen kan vergroten en gevoelens van eenzaamheid en depressiviteit/ suïcidaal gedrag bij jongeren kan beïnvloeden.

Maar tegelijkertijd ervaren ze ook hoe moeilijk het is om ruimte te creëren voor zingeving in de drukte van alledag. Vanuit de organisaties die met jongeren werken, blijkt de vraag naar zingeving dan ook vaak maar mondjesmaat aan bod te komen. En in het grootste deel van de gevallen betreft het alleen de alledaagse zingeving. Spirituele zingeving ontbreekt vaak. Voor de ene jeugdwerker is het een vraag die hij of zij zelf niet goed weet te beantwoorden en dus de vraag niet snel zal stellen. Voor de ander is het een belangrijke vraag, waarvoor een vertrouwensrelatie (en dus tijd!) nodig is. Het zijn de 'trage vragen' en daar is na alle bezuinigingsrondes nauwelijks meer ruimte voor. Dit is een geluid dat zowel van scholen en buurtcentra als van de jeugdhulpverlening kwam. Soms... even.... bij toeval...

De samenleving is teveel geëconomiseerd en geïndividualiseerd. Trage vragen zijn daarnaast niet goed SMART te formuleren: de eis van de subsidieverstrekkingen.

Ondanks het feit dat wetenschappelijk onderzoek nog niet heeft plaatsgevonden, voelt de stuurgroep zich eveneens gesterkt in haar vermoedens dat het proces van betekenisvorming een belangrijke rol speelt in relatie tot de genoemde gevoelens van eenzaamheid en depressiviteit/ suïcidaal gedrag bij jongeren, door de volgende passage uit de TrendRede 2015:

'Voor sommigen neigt zowel het heden als het toekomstperspectief richting het betekenisloze. Het aantal Nederlanders dat zichzelf eenzaam noemt is in drie jaar tijd verdubbeld tot 14 procent van de bevolking. Bij jongeren tussen de 16 en 24 jaar loopt dit op tot 25 procent. (...) Veel jongeren weten zelf niet meer wie ze moeten zijn. (...) Het nieuwe denken en doen vraagt om reflectie (...) Wat wij zien ontwikkelen is de maatschappijbrede zoektocht naar nieuwe betekenis.'

(TrendRede 2015, pag. 7)

Hierboven wordt een duidelijk verband gelegd tussen betekenisloosheid, eenzaamheid en de vraag om reflectie. Niet alleen in de Trendrede van 2015, maar vervolgens ook in die van

2016 wordt de zoektocht naar 'betekenis' zelfs een cruciale rol toegedicht. We lezen herhaaldelijk over het grote belang van 'betekenis' in onze tijd:

'Het is een even moeilijke als wezenlijke vraag die de tijd ons stelt: wat is jouw betekenis, in welke context plaats je die, waaraan wil je bouwen?'

(TrendRede 2016, pag. 7)

'We proeven een duidelijk betekenisverlangen binnen de samenleving. We herontdekken het unieke en persoonlijke, de diepte die ons tot mensen maakt. (...) Aandacht geeft betekenis. Betekenis zorgt voor grip.'

(TrendRede 2016, pag. 9)

'Betekenis vervangt bezit als statussymbool. Het is een grote uitdaging voor bijvoorbeeld het onderwijs, om het bouwende vermogen van leerlingen te ontdekken en te stimuleren.'

(TrendRede 2016, pag. 13)

Niet alleen de TrendRede, ook prof. dr. ir. Jan Rotmans, hoogleraar transitiekunde aan de Erasmus Universiteit Rotterdam en een internationale autoriteit op het gebied van transitie en duurzaamheid, merkt over de noodzakelijke veranderingen in de omgang met mensen (en dus ook met jongeren) in de zorg van vandaag en morgen op:

'De collectieve waarden van het zorgsysteem (doelmatigheid, efficiency, rendement, kosten/baten) staan haaks op de menswaarden (aandacht, warmte, tijd, vertrouwen, ruimte en kwaliteit). Graven we nog dieper dan komen we bij de wortels van het zorgsysteem uit, die gebaseerd zijn op angst en wantrouwen. In deze wortels verwordt de mens tot een behandelbaar object, tot een input- outputmachine. Omdat menselijke waarden als vertrouwen, aandacht en warmte voortdurend het onderspit delven tegen kostenbesparing, doelmatigheid en efficiency, is er sprake van verbroken verbindingen tussen de mens en het zorgsysteem. (...) Verbroken verbindingen tussen hoofd en hart, tussen lichaam en geest, (...) en uiteindelijk tussen zorgverlener en verzorgde. Hier komen we bij de kern: de relatie tussen zorgverlener en zorgvrager was ooit gebaseerd op vertrouwen, aandacht, passie en bezieling. (...)

(Jan Rotmans (2014) Verandering van tijdperk, Nederland kantelt, pag. 76 en 77)

De stuurgroep staat blijkbaar niet alleen in haar opvatting dat betekenisvorming, juist in de (doorgesloten) doelmatige, efficiënte samenleving van vandaag, een essentiële rol speelt. Daarom is zij vervolgens op zoek gegaan naar aanwijzingen voor een mogelijke samenhang tussen het proces van betekenisvorming en depressiviteit/ suïcidaal gedrag bij jongeren.

4.1 Aanwijzingen voor een mogelijke samenhang tussen het proces van betekenisvorming en depressiviteit/ suïcidaal gedrag bij jongeren.

Om op het spoor te komen van bovengenoemde, mogelijke samenhang, heeft de projectgroep wetenschappelijke onderzoeken op aangrenzende gebieden doorgenomen en zijn er gesprekken gevoerd met een aantal wetenschappers:

1. Prof. dr. André Mulder, lector Theologie en Levensbeschouwing en professor in de Praktische Theologie en drs. Ans Vrerink, docent ethiek en levensbeschouwing, beiden werkzaam aan Hogeschool Windesheim te Zwolle,
2. Prof. dr. Frenk Peeters, hoogleraar stemmingswisselingen aan de UM te Maastricht,
3. Prof. dr. Therese van Amelsvoort, bijzonder hoogleraar Transitiepsychiatrie, aan de UM te Maastricht. Zij doet onderzoek naar de jongeren in de fase van puber naar volwassene.

Hieronder volgen de verslagen van de gesprekken, soms gecombineerd met citaten uit geraadpleegde literatuur, genoemd door de geïnterviewden:

4.1.1 Prof. Dr. André Mulder en drs. Ans Vrerink, Hogeschool Windesheim, Zwolle.

Nelleke de Kruik en Petra Ritzen zijn allereerst een gesprek aangegaan met drs. Ans Vrerink, docent ethiek en levensbeschouwing aan Hogeschool Windesheim te Zwolle en prof. dr. André Mulder, lector Theologie en Levensbeschouwing aan Hogeschool Windesheim en professor in de Praktische Theologie. Daarnaast werkt deze laatste als adviseur bij de ontwikkeling van het profiel 'Sociaal Werker in het Jeugd domein'. Zijn taak is daarbij om vanuit de theologieopleidingen te adviseren over de zingevingscomponent bij deze vernieuwing van de opleidingen op landelijk niveau.

Beiden zien het grote belang van communicatie over zin en betekenis binnen de jeugdzorg, maar zien tegelijkertijd, net als wijzelf als professionals, de auteurs van de TrendRede en Jan Rotmans, dat deze niet altijd de ruimte krijgt in de dagelijkse praktijk van de jeugdzorg. Het draait daarbij volgens hen in de kern vooral om een kwestie van *onthand* zijn. Veel mensen hebben geen idee (meer) dat er in ons dagelijks leven een diepere laag is aan te boren (waarvoor je wel of niet kunt kiezen) waarbij alledaagse en/ of existentiële zingeving naar boven komt. Er dient daarom ruimte te komen voor de *sensibilisering* van mensen. Binnen de opleiding, binnen de jeugdzorg, binnen de protocollen en noem maar op, is er weinig tijd en ruimte. Ook zijn veel geestelijk verzorgers wegbezuinigd.

De vraag is of de verandering op het gebied van communicatie over zin en betekenis (alleen) daarvandaan moet komen, of dat je met kleine groepjes (ook) heel nieuwe initiatieven zou kunnen nemen die een uitstraaleffect gaan krijgen. Zo is André Mulder bezig met de ontwikkeling van een Festival in Zwolle. Twee jaar geleden heeft hij de eerste versie daarvan vormgegeven: het Festival der Kwetsbaarheid. Dat was een groot succes en eind 2016 komt een volgende versie: Perfect World. Vanuit alle afdelingen hebben studenten en docenten van Hogeschool Windesheim deelgenomen. Ook zijn er deelnemers vanuit lokale instellingen, bedrijven en organisaties.

Maar wat levert nu die communicatie over zin en betekenis eigenlijk op? Vroegen we André Mulder en Ans Vrerink in ons gesprek. Hun antwoord is kort en bondig: 'Zingeving is inherent aan ons mens zijn!' Zonder zingeving geen mens... Ook wijzen ze op de uitgeholde motivatie en passie bij werknemers in de (jeugd)zorg. Door de eenzijdige gerichtheid op het afwerken

van protocollen verliezen ze hun initiële gerichtheid op, en passie voor mensen. Dit zorgt voor veel onvrede en ziekteverzuim.

Ze geven daarnaast aan dat, ondanks het feit dat er nog geen wetenschappelijk onderzoek is verricht naar de relatie tussen zingeving en depressiviteit/ suïcidaal gedrag bij jongeren, er wel degelijk onderzoeken zijn gedaan naar de kwalitatieve effecten van aandacht voor levensvragen en de daaruit voortvloeiende maatschappelijke kostenbesparingen.

De 3 door André Mulder en Ans Vrerink genoemde onderzoeken zijn:

- a. Maarten Davelaar (Verwey-Jonker Instituut) e.a. (November 2013)
Gezien en gehoord - Het maatschappelijk rendement van project Motto: aandacht voor zingeving en levensvragen bij ouderen.
- b. Stichting MAAT (December 2010)
Resultaten verkennend onderzoek effecten zingevingsondersteuning.
- c. Stichting MAAT en Centrum voor Ouderen en Levensvragen (2010)
Centrum Ontmoeting in Levensvragen; Maatschappelijke Business Case.

Na bestudering blijken bovengenoemde onderzoeken wel degelijk een aantal mogelijke verbanden tussen het proces van betekenisvorming en gevoelens van eenzaamheid en depressiviteit/ suïcidaal gedrag aan het licht brengen.

Samenvattend kan de stuurgroep stellen dat, volgens bovengenoemde onderzoeken, betekenisvorming/ zingeving leidt tot:

- verhoogd welzijn,
- meer persoonlijk welbevinden,
- een positief effect op de kwaliteit van leven en de psychische gezondheid,
- een verhoogde zelfredzaamheid,
- verminderde zorgvraag,
- het uithouden of leren omgaan met het leven/ coping bij stressvolle levensgebeurtenissen,
- het optimaliseren van de subjectieve waardering van het leven. Onderzoek laat zien dat mensen die een hoge of positieve waardering van het leven hebben beter in staat zijn betekenis te geven aan hun levensgebeurtenissen,
- gezondheid: omdat het ons lichaam fit, veerkrachtig en de geest zelfverzekerd houdt. Dit in tegenstelling tot bijvoorbeeld mensen met een depressie, waarbij lichamelijk functioneren vertraagt en een ontvankelijkheid voor ziekte insluit.

Bovengenoemde onderzoeken tonen dus wel degelijk een oorzakelijk verband aan tussen betekenisvorming/ zingeving en welzijn/ welbevinden. En als dit voor ouderen geldt, waarom zou dit niet evengoed voor jongeren gelden?

Leidt extreme afwezigheid van het zien van betekenis en zin in het eigen leven, mogelijk tot depressie en zelfs suïcide?

Het lijkt ons een voor de hand liggend oorzakelijk verband, dat na verder onderzoek inderdaad wordt bevestigd door Marjoleine Vosselman (psycholoog en trainer zingevende gespreksvoering) en Paul van Hoek (opleider/trainer sociale psychiatrie) in dit artikel in het tijdschrift Maatwerk:

'Precies hierin schuilt het probleem bij mensen met een doodswens: zij zien de zin van hun bestaan niet meer. (...) De dood is voor hen daadwerkelijk een oplossing, maar terecht zegt psychiater Jan Mokkenstorm, initiatiefnemer van de hulplijn 113online: 'Het is een eeuwige oplossing voor een meestal tijdelijk probleem.' Maar dat totaalbeeld van het leven hebben mensen met een doodswens niet meer in het vizier.'

(Paul van Hoek en Marjoleine Vosselman, 'Erken de tragiek' Maatwerk, februari 2015, Volume 15, Issue 1, pag. 13)

Uit de contactrapportages en de interviews met cliënten, vrijwilligers en coördinatoren van project MOTTO (zie hiervoor bij onderzoek a, genoemd door André Mulder en Ans Vrerink) blijkt dat verreweg de meeste ouderen het bezoek van Motto-vrijwilligers die gesprekken met hen voerden over zingeving- en levensvragen doorgaans zeer op prijs stellen en als betekenisvol ervaren. 'De Motto-vrijwilligers beschouwen zichzelf als een vertrouwenspersoon voor de cliënt. (...) Het contact is namelijk langduriger, regelmatig, diepgaander op de aspecten van zingeving en levensvragen, en positiever van toon.' Dat gevoelens van eenzaamheid door deze gesprekken verminderen, lijkt ons eveneens een voor de hand liggend oorzakelijk verband. En ook hier geldt: als dit voor ouderen geldt, waarom zou dit niet evengoed voor jongeren gelden?

Sociale verbondenheid blijkt na verder onderzoek, op zijn beurt, weer voor een verminderde kans op depressie (mogelijk eindigend in suïcide) te zorgen:

'Wie zich verbonden voelt, stapt niet uit het leven. (...) Onderzoek toont aan dat de omgeving waarin iemand opgroeit zijn ontwikkelingskansen sterk bepaalt. 'Er bij horen' is belangrijk. (...) Vriendschap wordt niet ingeschakeld als een therapeutisch instrument maar wel als een noodzakelijke voorwaarde om je goed te kunnen voelen in je vel. (...)

(Jan Bal (Steunpunt jeugd) Alert, jaargang 32, 2006, nr. 5, pag. 21)

De al eerder genoemde Marjoleine Vosselman en Paul van Hoek blijken nóg een belangrijke publicatie op dit gebied te hebben geschreven: 'Suïcidepreventie: leren leven met pijn'. In dit artikel komt iets wezenlijks naar boven: ons leven schuurt soms. Het doet pijn, soms zelfs onhoudbaar veel pijn. En, dat is nog veel belangrijker, dat hoort erbij. Dat is normaal. Ons leven is voor een deel *niet* maakbaar. En de conclusie daarbij, klinkt velen voorsnog redelijk onbekend in de oren: daar zullen we het mee moeten uithouden. Dat 'uithouden' lukt ons alleen maar als we de pijn in ons leven een betekenisvolle plek kunnen geven. Zingevende communicatie helpt ons daarbij en kán dus niet anders dan deel uitmaken van ons leven. Steken we onze kop in het zand, dan houden we dat misschien nog wel een tijdje uit. Maar zo gauw het leven (onvermijdelijk) gaat schuren, krijgen we problemen.

Het is daarom ook niet voor niets dat onderzoek naar suïcide al vanuit het verleden niet om de invloed van geloof en religie (als *mogelijke* vormen van zingevende communicatie) heen kan:

'Uit wereldwijd onderzoek is duidelijk dat religieuze betrokkenheid beschermt tegen suïcide. Ook in de Multidisciplinaire Richtlijn Suïcidaliteit wordt dit genoemd. (...) Belangrijk zijn mogelijk de sociale inbedding door het participeren in een kerk of geloofsgemeenschap en de

morele bezwaren tegen suïcide. Ook geven religieuze overtuigingen meer houvast bij zingevingsvragen die ontstaan bij ernstig lijden. Suïcide kan gezien worden als een resultante van een mislukken van zingeving en een gebrek aan perspectief en hoop.'

(Bart van de Brink (psychiater), Matthias Jongkind (klinisch psycholoog in opleiding) en Hanneke Schaap (coördinator van het Kennisinstituut christelijke GGZ, een gezamenlijk initiatief van Eleos en de Hoop GGZ) ND/RD/CVandaag, 5-2-2015, pag. 1)

Ook Goldney en Williams merken op dat levensbeschouwing een factor van belang is bij suïcidaal gedrag. (Goldney, 2008; Williams et al, 2005)

Het gesprek met André Mulder en Ans Vrerink, in combinatie met de wetenschappelijke studies waar zij op wezen, heeft de stuurgroep van belangrijke informatie voorzien. Ondanks het feit dat wetenschappelijk onderzoek ter beantwoording van de vragen B en C nog uitgevoerd dient te worden, is de stuurgroep toch veel onderlinge, oorzakelijke verbanden op het spoor gekomen.

Vervolgens maakte Nelleke de Kruik een afspraak met prof. dr. Peeters:

4.1.2 Prof. dr. Frenk Peeters (hoogleraar stemmingswisselingen), UM, Maastricht.

In zijn werk komt prof. dr. Peeters zingevinggerichte actie of levensbeschouwelijke communicatie nauwelijks tegen. Het kan wel van belang zijn, maar komt vaak ook niet aan de orde. Als het aan de orde komt, is het in gesprekken met mensen die depressief zijn. Dan gaat het overigens veel meer over de dagelijkse zingeving: structuur in het leven vinden. Hij vraagt vaak wel naar de rol van geloven, kerk... of dat vroeger iets was, of dat weggevallen is of nooit aanwezig was.. of het gemist wordt, maar dat is zelden het geval. Wat wel speelt en dat geldt voor jongeren ook, is het erbij willen horen. En dat kan bij jongeren kleding, muziek, uitgaan, sport of wat dan ook zijn en bij volwassenen de baan, het huis, enz. De groep waarin je verkeert is van belang. En als je kwetsbaar bent (puberteit bij jongeren, maar ook scheiding of verlies van baan bij ouderen) is de kans aanwezig dat je depressief wordt. Wie staan er dan om je heen? Wat is je sociale vangnet? De attitude voor zingevinggerichte actie of levensbeschouwelijke communicatie is dus wel aanwezig bij de heer Peeters en zijn collega's. Er wordt altijd wel op gelet en/of naar gevraagd.

Hij werkt overigens niet met jongeren en depressiviteit. Wel kan hij ons een aantal namen en onderzoeken geven die voor ons van belang kunnen zijn.

In Maastricht zit een hoogleraar transitiepsychiatrie: Therese van Amelsvoort. Zij doet onderzoek naar de jongeren in de fase van puber naar volwassene. Als we iemand willen spreken die hier meer over kan zeggen, moeten we bij haar zijn.

Verder zijn er een aantal onderzoeken en programma's. Zo is het programma 'Geestkracht' bijna afgerond. Dat gaat over depressies, angsten en psychosen. Een afgeleid programma dat meer naar jongeren kijkt heet 'Trails' en wordt in Groningen gedaan.

In Rotterdam is een longitudinaal onderzoek: 'Generation Art' met een volwassen poot: Nesda.

4.1.3 Prof. dr. Therese van Amelsvoort, bijzonder hoogleraar Transitiepsychiatrie, UM, Maastricht.

Na een start waarbij zij vertelde wat haar werkgebied inhield en ik vertelde wat 't PGCI is en hoe we tot het Rolducberaad zijn gekomen, was er wederzijdse interesse.

Thérèse vertelde dat depressies en jongeren bij iedereen volop in de belangstelling staat. Het is HOT! Ik was te laat om nog uitgenodigd te worden voor een congres dat net in Maastricht had plaatsgehad. Op 17 en 18 februari is er een internationaal congres geweest over psychische problemen bij jongeren. Dit gebeurde in het kader van het voorzitterschap van Nederland (Europees Parlement) in Nederland wel in Maastricht. Theo Bovens heeft daarvoor het gouvernement gratis afgestaan en deelname was ook gratis. Sprekers kwamen vanuit heel Europa. In Australië zijn ze op dit gebied al heel ver. De belangrijkste sprekers kwamen dan ook daar vandaan. Het congres had als doel de uitdagingen scherper te analyseren om te bezien hoe gemeenten, jeugdwelzijnsorganisaties, jeugdzorg en gz-professionals, beter kunnen inspelen op die psychische problemen. Jongeren waren de mensen tussen 15-25 jaar. Thérèse was nog bezig met het verslag van die conferentie. Het wordt gepubliceerd in het blad van o.a. de VNG en vakbladen. Als het klaar is, krijgen wij een exemplaar.

De thema's die een rol spelen bij psychische problemen bij jongeren zijn volgens Thérèse vnl. het gebrek aan identiteit, het lage zelfbeeld e.d. waardoor school niet wordt afgemaakt, er schulden ontstaan door o.a. mobieltjes. Zij had het nog nooit van de kant van gebrek aan zingeving bekeken. We kwamen daardoor tot een gesprek wat wij onder zingeving verstaan. Daarop kwamen de volgende antwoorden. De alledaagse zingeving komt uiteraard altijd aan de orde. Maar daar blijft het meestal bij. De existentiële zingeving is pas weer van belang als de dagelijkse min of meer op de rit staat. De levensbeschouwelijke is voor de meeste mensen niet van belang. Er wordt dan aan kerken en geloven gedacht. Het ontbreken van alledaagse zingeving kan tot depressies leiden, maar het gebrek aan levensbeschouwing leidt niet persé tot een depressie. Er volgde een gesprek waarbij zij aangaf dat de huidige wereld voor veel jongeren niet veilig lijkt en/of is. Dat maakt dat de zin aan scholing afneemt, het geloof dat dat zin heeft, het geloof dat jij dat kunt halen en zo van kwaad tot erger. Het is ook de vraag wat kip en wat ei is. Identiteit en zelfbeeld zijn in ieder geval een probleem en dat moet worden aangepakt, maar de huidige gang van zaken problematiseert alles. De protocollen liggen vast en een gewoon gesprek kan helemaal niet meer. De zorgverzekeraars schrijven de wet voor.

Het geld dat de minister beloofd heeft voor onderzoek naar depressiviteit, zal niet eerlijk verdeeld worden over universiteiten of provincies of zoiets. Dat is een machocultuur (Haar woorden). Het zal gaan om de universiteiten en onderzoeksbureaus die het hardst schreeuwen en een goed onderzoeksvoorstel weten in te dienen. Zoals nu bekend is gaat het geld vooral naar depressiviteit bij meiden in de leeftijd 15-25 jaar. Maar de precieze richtlijnen moeten nog bekend worden. Maastricht heeft al wat voorstellen klaarliggen en wacht op het moment van kunnen indienen. Dat zal afhangen van de eisen die er aan gesteld gaan worden.

We spraken verder over wat er in Australië al gedaan wordt en waar Nederland op gaat focussen. Dat zijn centra in de wijk voor jongeren van 12 – 25 jaar. Laagdrempelig. Ze moeten er met hun vragen gewoon naar binnen kunnen lopen. Het moet over soa's of wat dan ook kunnen gaan. Ze moeten er hun hart kunnen luchten. Zoals het er nu voorstaat gaan die er in Amsterdam en Maastricht komen. Zodra zij er meer van weet, horen we het.

We hebben het gesprek beëindigd met de constatering dat het goed is van elkaar af te weten. Daardoor kunnen we elkaar op de hoogte houden van de ontwikkelingen. Zij hoort ook graag hoe het met ons project verder gaat.

4.2 Voorlopige conclusies.

Onze gesprekken met wetenschappers uit de wereld van zingeving, stemmingswisselingen en opgroeiende jongeren, gecombineerd met bijbehorend wetenschappelijk literatuuronderzoek, leveren het beeld op van een duidelijke relatie tussen zingeving, eenzaamheid, depressiviteit en suïcide. Hoe meer zingevende communicatie een plek vindt in het leven van de mens, hoe minder de kans op eenzaamheid, depressie en/ of suïcide.

Deze voorlopige conclusies geven de stuurgroep voldoende handvatten om te komen tot een volgende stap in hun onderzoek: het voeren van gesprekken met professionals vanuit de jeugdzorg, het jeugdwerk en het onderwijs. Daarover meer, in de volgende paragraaf.

4.3 Het werkveld: het proces van betekenisvorming in de omgang met eenzaamheid, depressiviteit en suïcidaal gedrag bij jongeren.

In vergelijking met volwassenen en ouderen, hebben jongeren over het algemeen minder ervaring met zingevende communicatie in hun leven. Na de voorlopige conclusie uit paragraaf 4.4.2, stelt de stuurgroep zichzelf daarom de vraag in hoeverre jongeren, buiten datgene wat thuis gebeurt op dit gebied, in aanraking komen met zin- en betekenisgeving in onze samenleving van vandaag. Petra Ritzen en Nelleke de Kruik zijn daarom in gesprek gegaan met professionals vanuit de jeugdzorg, het jeugdwerk en het onderwijs. In hoeverre herkennen zij de geschetste situatie, zoals beschreven in paragraaf 4.4.1? (H)erkennen ook zij een mogelijke samenhang tussen het proces van betekenisvorming en eenzaamheid, depressiviteit en suïcidaal gedrag bij jongeren? In hoeverre krijgt zin- en betekenisgeving momenteel een plaats in de praktijk van hun werk met jongeren? En zo mogelijk: op welke manier?

Zij spraken achtereenvolgens met:

1. Predikant ds. Piet van Reenen, Maastricht.
2. Leon Hoenen, Lobke Theelen en Inge Craenmehr, Jong Nederland, afdeling Limburg.
3. Aafke Vermeijden, SJSJ, Cadier en Keer.
4. Monica Bosman, Stichting CliC, Sittard.
5. Piet Linders, Stichting 't Groenewold, Venlo.
6. Hans Notten, Werkgroep Janusz Korczak Stichting Zuid-Limburg.
7. Sjef Drummen (directeur), coaches en leerlingen van Agora, Roermond
8. Drs. Bert Martens (centraal directeur), zorgverantwoordelijke vanuit de directie, teamleider Elian Lalieu en Madelon Fuldauer (docent levensbeschouwing) van BC Broekhin, Roermond.

9. Ine Schriever (docent levensbeschouwing en kunstvakken en coördinator verlies- en rouwervaring) en Jos Nottelman (o.a. theoloog en voormalig counselor en vertrouwenspersoon) Dendron College, Roermond.
10. Drs. Liesbet van Oosten, directeur educatieve Uitgeverij Da Vinci, Enschede, Amsterdam, Groningen en Eindhoven.
11. Hetty Belgers en Jet Dekkers, directeuren Synergieschool, Roermond.
12. Dr. Theo van der Zee, adjunct-wetenschappelijk directeur Verus, Woerden
13. Drs. Hub Vossen, dienst Kerk en Samenleving, Roermond.

4.3.1 Predikant ds. Piet van Reenen, Maastricht

In het gesprek dat Nelleke de Kruik met ds. Piet van Reenen heeft, worden de woorden van de onlangs overleden René Gude aangehaald. Ze sprak met hem in Café D'n Ingel in Maastricht, tegenover twee kerken, een museum en het Theater.

Zingeving is opzij geschoven en als zelfontplooiing verder gegaan. Het is ondergegaan in de privé-sfeer en personal-fitnessprogramma's. Van alle zingevingsprogramma's heeft sport het grootste bereik gekregen. Het scorebord en het 'scoren' zijn ons leven binnengedrongen. We leven in competities: the winner takes it all. Maar de verliezer heeft niets en wordt treurig. We kunnen niet meer tegen ons verlies. Depressie zal in 2020 volksziekte nr 1 zijn! We zullen weer meer aandacht aan kunst en filosofie moeten geven. Misschien ook wel in de kerk. Daarna komt religie dan wel weer, als daar weer vragen over komen.

Zin geven aan het zinloze doen we met filosofie, religie, kunst en sport. Ieder stadje heeft , ook nu nog, een school, een kerk of tempel, een theatertje en een voetbalveld. Filosofie, religie, kunst en sport trainen basisvaardigheden in het sociale verkeer. Burgers moeten elkaar verstaan, zich in anderen kunnen inleven, de moed hebben zich in een collectief te laten gelden, maar daarin ook weer maat weten te houden. Aan de academie / school gaat het om verstand en inzicht. In de tempel gaat het om rechtvaardigheid. Religies regelen de omgangsvormen. Rituelen zorgen ervoor dat je de grote momenten kunt markeren in de tijd. Het stadion oefent moed en het theater bevordert maat houden, ervaringen delen van goed en kwaad. Andere zienswijzen waar je op dat moment nog even niets mee hoeft te doen, maar die je wel aan het denken zetten.

4.3.2 Leon Hoenen (coördinator), Lobke Theelen en Inge Craenmehr (medewerksters), Jong Nederland, afdeling Limburg.

Jong Nederland Limburg heeft 43 afdelingen (vnl. in de dorpen) en is ingedeeld in 6 districten.

Jong Nederland heeft een paar jaar gelden een onderzoek laten doen naar de beeldvorming en het effect van JN. Dat heeft geresulteerd in werken aan het imago, want de bevindingen waren veel uitgebreider en positiever dan de beeldvorming. Daarom ligt er nu een prachtig A4-tje waarop de visie en methodiek kort is samengevat voor iedereen klaar .

Zingeving en levensbeschouwing komt zelden expliciet aan bod, maar in de gesprekken met deelnemers wordt regelmatig over problemen gepraat. Deelnemers zitten bij JN zonder iets te moeten. Thuis moet er van alles, op school, in de sportclub, maar hier niet. Het is vaak een hechte

vriendengroep, waarin onderwerpen als respect, samenwerken, iets voor een ander over hebben, regelmatig langs komen. Bij de leiding is de houding om daarover te praten is wel aanwezig, maar niet iedereen heeft er de woorden voor. Daarom is er per afdeling een vertrouwenspersoon. Daar kunnen jongeren, leiding, werkers, kortom iedereen terecht. Dat werkt goed.

Wanneer er iets komt van een training of app is JN wel geïnteresseerd.

Toen Nelleke de Kruik vertelde over het initiatief van laagdrempelige inlooplekken in de wijk, werd er boos gereageerd, want de buurthuizen die er waren, zijn met veel pijn afgestoten. Geld ontbrak en de betaalde werkers mochten vrijwilligerswerk gaan doen. En dan nu een voorbeeld uit Australië?? Wie gaan dat bemensen? Men was een beetje sceptisch.

4.3.3 Aafke Vermeijden, SJSJ, Cadier en Keer.

Bij medewerkers van SJSJ (Stichting Jeugdzorg St. Joseph) ligt de prioriteit bij behandeling van jongeren. Gedragmatige beïnvloeding is hierbij de eerste insteek. Zingeving in de engere zin van het woord speelt nauwelijks een rol. Betekenisgeven is iets wat ook meer tussen de regels door plaatsvindt maar beheersen en sturen is meer aan de orde dan dragen en ruimte geven.

Er is wel een groeiend besef dat aandacht en nabijheid van groot belang zijn.

Volgens Aafke is het van belang om de jongeren al vanaf het begin mee te nemen in de plannen om zingeving een grotere rol te geven binnen Het Keerpunt. Wat zijn hun ideeën op dit gebied? Wat verwachten zij? Wat willen zij?

Je kunt ook gewoon met iets beginnen, uitproberen en dan kijken wat het oplevert. Dit werkt soms beter dan eerst uitgebreid overleggen en plannen. Vergelijk het met het Festival der Kwetsbaarheid van André Mulder in Zwolle.

4.3.4 Monica Bosman, Stichting CliC, Sittard.

Clic (Cliënten centraal in jeugdhulp) werkt voor, door en met cliënten aan de kwaliteit van jeugdhulp. Monica Bosman ziet jeugdzorgmedewerkers die best meer aandacht zouden willen geven aan zin- en betekenisgeving, maar die tijd ontbreekt. De vele bezuinigingen zijn daar debet aan. Er zijn wel kooksessies met jongeren waar zij aan deelneemt, maar daar wordt meer over concrete voorvallen en praktische dingen die jongeren nodig hebben gesproken. Pas in de auto bij het naar huis brengen, komen er soms andere gesprekken met ruimte voor 'trage vragen'. Maar dat vraagt ook een eerlijkheid en kwetsbaarheid van de werker.

Monica heeft in een gesprek met een tweedejaars student Social Work gericht gevraagd of er in de opleiding ook aandacht wordt besteed aan depressie bij jongeren en zelfdoding. De student zei dat dit binnen de opleiding tot dusver niet of nauwelijks aan bod is geweest. Wel heeft een medestudent tijdens een les eens aangegeven al langere tijd te worstelen met een depressieve gevoelens. Zijn medestudenten waren hier niet van op de hoogte.

4.3.5 *Piet Linders, Stichting 't Groenewold, Venlo.*

In het werken met jongeren is de vraag naar zin- geven en zin-vinden voor de stichting als centrum voor pastorale dienstverlening een van de vertrekpunten. De waarden welke jongeren in hun eigen leven in relatie tot anderen leren ontwikkelen zijn van belang als het gaat om het proces van volwassen-worden. Je zou het de 'verhalende kracht' van iemand (lees: jongere) kunnen noemen als het er om gaat idealen, dromen en plannen in een leerproces en opvoeding te leren integreren. Dat is niet gemakkelijk en gaat bepaald niet vanzelf. Niet voor de jongeren en ook niet voor hun omgeving. Dat heeft niet alleen met individuele aanleg en mogelijkheden te maken, maar de tijdgeest en de wereld waarin jongeren opgroeien, hebben op dit proces eveneens hun weerslag.

Jongeren zijn er in alle soorten en maten. Het proces om dat onderscheid voor jezelf te leren zien en hanteren in relatie tot je omgeving, raakt voor jongeren – misschien wel voor elke jongere- meer dan eens verstoord. Dat kan vanwege allerlei redenen zijn, maar er treedt soms een onverwachte ontwikkeling op die een essentiële wending aan je leven kan geven.

In de begeleiding van bij voorbeeld jonge moeders blijkt dat 'zin van leven' voor een 16-jarige aanstaande moeder een van de vragen is die langzaam voorop komt te liggen; noodgedwongen. Betekent dit dat er in algemene zin op 16-jarige leeftijd over moederschap nagedacht worden? Neen, maar het is wel essentieel om ergens het gesprek te voeren hoe wij met relaties omgaan, hoe het is om je te binden, kinderen te krijgen, ouder (moeder) te worden. En dat geldt evenzeer voor andere groepen kwetsbare jeugd welke wij begeleiden. Kinderen die moeite hebben om buiten de deur relaties aan te gaan, die al op jonge leeftijd met verlieservaringen zitten, soms zelfs dakloos worden. Soms ontstaat in het werk wel eens het gevoel dat het pas een issue is als het zover is. Zingeving wordt dan eigenlijk uit een probleem geboren.

Het gesprek over de 'zin van (jouw) leven' is van essentieel belang vindt de stichting. Als integraal en niet te missen deel in identiteitsvorming. Maar ook voor de samenleving als geheel waarin normen en waarden ook een collectieve identiteit vertegenwoordigen.

4.3.6 *Hans Notten, Werkgroep Janusz Korczak Stichting Zuid-Limburg.*

De Korczak Stichting neemt in haar activiteiten zin- en betekenisgeving zeker mee, maar benoemt die niet exclusief. Korczaks pedagogiek is bij alle activiteiten richtinggevend voor de inhoud: het respect voor het kind als mens in iedere levensfase, voor zijn keuzes, zijn mogelijkheden, zijn zwakheden, zijn bezit, respect voor wie hij is. Elk kind heeft het recht om te zijn wie het is, heeft het recht op de dag van vandaag en heeft het recht op zijn eigen ontwikkeling. Korczak streefde naar een gelijkwaardige relatie tussen volwassenen en kind waarbij de rechten van ieder centraal staan. Participatie van kinderen stond dan ook hoog in zijn vaandel.

In uiteenlopende situaties zullen we kinderen uitnodigen en aanmoedigen om (trage) vragen te stellen, hiermede versterk je immers het gevoel van eigenwaarde bij de kinderen. Op het moment dat je als volwassene (ouder, leerkracht, groepsleider, hulpverlener) vragen durft te

stellen en goed luistert, dan ontdek je pas wat er echt in het leven van een kind speelt. Op deze wijze kan een dialoog ontstaan en een wederzijdse relatie met participatie van twee kanten. Wij stimuleren kinderen om hun mogelijkheden te onderzoeken, hun dromen waar te maken, te zijn wie ze zijn.

Voorafgaand aan een bestuursvergadering van de Janusz Korczak Stichting in Amsterdam heeft Hans Notten de bestuursleden uitgedaagd om een spontane reactie te geven op de zoektocht van het Rolducberaad naar Jongeren en Identiteitsvorming, Zingeving en Betekenisvorming. Enkele reacties waren:

Eerste fase van je leven is essentieel.

Erfelijke componenten niet onderschatten.

Niet alles is te 'beheersen' in een goede opvoeding.

Depressiviteit bestaat al eeuwen - het werd toen niet zo gedefinieerd.

Geen zin hebben, geen verlangen naar een betere wereld.

Depressiviteit is een deel van mijn zijn - neem dit niet van mij af.

Mogen we nog ongelukkig zijn?

Depressiviteit is dramatisch, sommige zeggen zelf dat het een hel is!

Wat ik nastreef lukt mij niet - de eis voor geluk is heel hoog (Facebook e.d.) - geluk koesteren? -

Neen, er moet voortdurend iets nieuws komen.

Depressiviteit een plek kunnen geven, dat ligt in je persoonlijkheid.

Religieuze componenten nemen een belangrijke rol in.

Prachtig, indrukwekkend is het lijdensverhaal van Mattheus, wat kunnen we daarmee?

Korczak doet een sterk beroep op opvoeders om de gevoelens van onveiligheid, van verdriet, van onzekerheid bij kinderen volledig serieus te nemen.

Voor Korczak zijn respect en vertrouwen de sleutelwoorden bij de opvoeding.

Korczak: hoe verhoud jij je tot de ander?de zin zit in de relatie tot de ander!!

Korczak heeft in zijn weeshuis Dom Sierot in het getto van Warschau samen met de kinderen en de medewerkers voortdurend gezocht naar een betere wereld.

In zijn weeshuis was een opeenstapeling van stresssituaties. Hij heeft middels een betrouwbare, consistente opvoeding tegenwicht proberen te bieden.

Gun jongeren tijd en rust om na te denken. Vragen kunnen gesteld worden bij depressiviteit, antwoorden komen wel of niet.

4.3.7 Sjef Drummen (directeur), coaches en leerlingen van Agora, Roermond.

De basis van Agora is: eerst zorgen voor kinderen/mensen die in hun kracht staan en pas daarna het kind/ de mens 'vullen' met kennis. Niet, zoals we vanaf de Verlichting gewend zijn, die 'kracht als basis' vergeten en meteen beginnen met kennis...

De kinderen leren in hun kracht te staan d.m.v.:

- ✓ Het gedachtegoed van Sean Covey: '7 Eigenschappen die jou succesvol maken /The 7 habits of highly effective teens' (Deze vormen een drietrapsraket: De eerste trap bestaat uit drie eigenschappen die gericht zijn op persoonlijke en individuele ontwikkeling. Ze zorgen ervoor dat je je als persoon onafhankelijk leert op te stellen. De drie daaropvolgende eigenschappen gaan over effectief samenwerken en vormen de tweede trap. De zevende

eigenschap gaat over het ontwikkelen en onderhouden van de overige zes eigenschappen. Deze eigenschap vormt de derde trap, samen met de achtste eigenschap: het vermogen van mensen om volgens hun volledige potentie te leven en om anderen te inspireren om hetzelfde te doen.)

- ✓ Het gedachtegoed van Prof. Dr. Joseph Kessels: 'We leggen het accent op persoonlijke ontwikkeling vanuit de gedachte dat het niet een kwestie is van veel kennis vergaren, maar dat je zelf als persoon het belangrijkste instrument bent om leiderschap (in de breedste zin van het woord) te ontwikkelen. Ontwikkel je bekwaamheden van mensen door ze vol te stoppen met informatie of creëer je een omgeving die ondersteunt en uitnodigt om zelf op zoek te gaan naar talent?'
- ✓ Ruimte maken voor 'spiritualiteit': 'Niets is belangrijker dan waardegericht jezelf ontwikkelen. Met spiritualiteit bedoelen we hier zingeving. Leren kijken naar het leven in een breder perspectief. Alles is in samenhang.'

Voor zover de uitgangspunten van Agora. De praktijk blijkt echter weerbarstiger...

In zijn 'Tegels van Agora - Verslag van het eerste jaar van een grensverleggende onderwijsinnovatie' beschrijft prof. dr. Jos Claessen de ervaringen van de onderwijspraktijk van Agora tijdens het eerste levensjaar. Daarin blijkt dat (naast ook bóven verwachting aangeslagen onderdelen) er voor de leerlingen nauwelijks ruimte is geweest voor het aan de slag gaan met de '7 Eigenschappen die jou succesvol maken' van Sean Covey. En daarmee ook voor het gedachtegoed van prof. Kessels.

Uit gesprekken die Petra Ritzen voerde met leerlingen en docenten, bleek ook dat ruimte voor de 'wereld van spiritualiteit' nog in de kinderschoenen staat bij Agora. Leerlingen kiezen zelf voor onderwerpen die ze willen uitdiepen. Deels ingegeven door workshops die door ouders (die eveneens sterk betrokken worden bij de vormgeving van het onderwijs van Agora) worden verzorgd, inclusief de beperkingen die dat oplevert. Binnen de 'wereld van spiritualiteit' werden in het eerste leerjaar bijvoorbeeld workshops verzorgd over reiki en aura's. Leerlingen mogen zelf kiezen voor deelname aan deze workshops. Kiezen ze er uiteindelijk voor om zich nauwelijks te willen verdiepen in de 'wereld van spiritualiteit' dan zal de coach ze daarop aanspreken. Alle 5 de 'werelden' dienen uiteindelijk te worden verkend. Hoe? Dat is de keuze van de individuele leerling.

4.3.8 Drs. Bert Martens (centraal directeur), zorgverantwoordelijke vanuit de directie, teamleider Elian Lalieu en Madelon Fuldauer (docent levensbeschouwing) van BC Broekhin, Roermond.

4.3.9 Ine Schriever (docent levensbeschouwing en kunstvakken en coördinator verlies- en rouwervaring) en Jos Nottelman (o.a. theoloog en voormalig counselor en vertrouwenspersoon) Dendron College, Roermond.

Beide scholen (BC Broekhin en Dendron College) hebben, samen met Petra Ritzen, deelgenomen aan een bijeenkomst over suicide-preventie, o.l.v. centraal directeur Bert Martens en zorgverantwoordelijke vanuit de directie, teamleider Elian Lalieu van BC

Broekhin. Beide scholen hadden afgelopen jaar te maken met 2 gevallen van suïcide. Vanuit het Dendron College waren Ine Schriever (docent levensbeschouwing en kunstvakken en coördinator verlies- en rouwervaring) en Jos Nottelman (o.a. theoloog en voormalig counselor en vertrouwenspersoon) aanwezig. Vanuit het BC Broekhin nam ook Madelon Fuldauer (docent levensbeschouwing) deel aan de bijeenkomst.

In hoeverre krijgen zin- en betekenisgeving een plaats binnen de huidige suïcide-preventietraining en nazorg? Bert Martens geeft aan dat de huidige suïcide-preventietraining vooral een, overigens zeer bruikbare, 'toolbox' aanreikt aan leerlingen (w.o.: cognitieve training/ positief leren denken, opbouw van het sociale netwerk, vergroten van het probleemoplossend vermogen). Maar bij het stellen van zingevingsvragen stopt men. Die stap wordt niet gezet.

Ine Schriever en Jos Nottelman herkennen het 'onthand zijn' op het gebied van zingevingsvragen, zoals prof. dr. André Mulder van Hogeschool Windesheim het eerder al noemde. Ook veel collega's hebben geen idee hoe deze vragen te stellen.

Geen wonder dat ook de leerlingen 'onthand zijn'.

Elian Lalieu merkt op dat alle mentoren deze vragen zouden moeten kunnen stellen. Dat er door alle leerlingen met hen, zingevende gesprekken gevoerd zouden moeten kunnen worden.

Als Petra Ritzen een docententraining op dit gebied voorstelt, wordt dit zeer positief ontvangen. Op deze manier wordt ruimte voor zin- en betekenisgeving ook een deel van het hele schoolklimaat (iets dat nu nog niet het geval is). Niet slechts een incidentele les bij een preventietraining of bij levensbeschouwing, maar bijvoorbeeld ook het kunnen voeren van zingevingsgesprekken met alle mentoren. Er wordt afgesproken om hierover in de zeer nabije toekomst met elkaar aan tafel te gaan zitten, om mogelijk te komen tot concrete afspraken. Ook de GGD en de GGZ zullen hierbij worden betrokken.

Ine Schriever benadrukt ook het belang van het betrekken van de ouders bij bovengenoemde leer- en veranderingsprocessen van de leerlingen. Zo heeft het Dendron College laatst de theatervoorstelling 'Rouw op je dak' over rouwverwerking en het feit dat rouw nu eenmaal deel uitmaakt van ieders leven, met de leerlingen bekeken. Daarbij had de school alle ouders geïnformeerd over de inhoud van de voorstelling. Ook konden ouders reageren via intranet. Op deze manier konden de leerlingen datgene wat de voorstelling mogelijk bij hen had opgeroepen, ook delen met hun ouders.

Jos Nottelman geeft aan dat het Dendron College ook een stilleruimte heeft ingericht (in een vrijgekomen lokaal) die is voorzien van 'gedachtenis-vensters'. Daarin kunnen leerlingen en docenten een plaats geven aan hun herinneringen aan de overledenen.

De families kunnen op hun beurt deze herinneringen op school bekijken en op die manier ervaren hoe hun kind/ partner er nog steeds 'voortleeft'. Ook dit zijn vormen van zingevende communicatie.

4.3.10 *Drs. Liesbet van Oosten, directeur educatieve Uitgeverij Da Vinci, Enschede, Amsterdam, Groningen en Eindhoven.*

Liesbet van Oosten geeft aan dat zingeving in het primair onderwijs weinig aan de orde komt. In de christelijke scholen is het er bij bepaalde leerkrachten wel. Ze stellen vragen, lezen inspirerende verhalen en vieren belangrijke momenten in het leven. Er is ondertussen een generatie leerkrachten werkzaam die geen idee meer heeft van deze 'laag' in het leven. Zij hebben het niet meer meegekregen van hun ouders en docenten en geven het dus ook niet door aan hun leerlingen. Ze schat dat er maar zo'n 40% van alle leerkrachten weet heeft van zingevingsvragen en hoe je die kunt stellen aan de kinderen in de klas.

Op het moment speelt zingeving ook nauwelijks een rol (preventief of in de nazorg) bij gevoelens van eenzaamheid of depressie bij de kinderen. Bij twijfel wordt de intern begeleider ingeschakeld, die (indien nodig) doorverwijst naar specialistische hulpverlening.

Liesbet geeft aan dat zingeving eigenlijk deel uit zou moeten maken van het leven van alledag. Thuis, op school, overal. Uiteindelijk draait het daarbij steeds om 'het worden wie je bent'. Als er bv. gepest wordt kun je je afvragen wat je niet fijn vindt en wat je wél wilt. Welk mensbeeld ligt daaraan ten grondslag? Hoe zie jij jezelf en de ander? Zingevingsvragen geven hier een (mogelijk) antwoord op. Je kunt jezelf ontdekken en ook de meerwaarde leren zien van het samenleven met elkaar. Dat kan het groepsgevoel versterken. Losse anti-pest programma's geven bijvoorbeeld wel allerlei vaardigheden om het pesten te voorkomen, maar levensvragen gaan naar 'die laag eronder'... Zo kom je zinvragen óveral tegen. We zullen alleen moeten leren dat te zien!

Deze 'laag' zou een integraal onderdeel uit moeten maken van het leven op school, vindt Liesbet. In het gedrag van de leerkrachten, het overige personeel, de kinderen én in de lesmethodes. Dat komt dan ook terug in de onderwijsmethoden van haar uitgeverij en de trainingen die ze daarbij verzorgt. Zo zijn er in de methode 'Wereldverkenning' al 'zaadjes' van zingeving geplant. Bv. hoe dachten de Egyptenaren over het leven en de dood? Hoe denk jij daarover? Wat vonden zij belangrijk? Wat vind jij belangrijk? Dat is heel laagdrempelig. Ook is er de 'Belevenis-lijn' waarin 'vieringen' aan bod komen met hun zingevende verhalen. Als de leerkrachten een 'zingevende attitude' missen, dan krijgen ze een training 'levenswijsheid' of 'levenskunst' (dat klinkt veel laagdrempeliger dan 'zingeving'). Doen, ervaren en bewust worden zijn daarbij van groot belang. Soms komen docent namelijk van ver! Zo starten haar trainingen met een oefening: zet je voeten allebei op de grond, terwijl je zit. Adem rustig in en uit. Sta eens stil bij jezelf: hoe voel je je? ... En dan beginnen er vaak al leerkrachten te huilen! Ze staan namelijk nauwelijks meer stil bij zichzelf (in de race tussen de kinderen, de leerplannen en hun privé-leven) en merken nu pas hoe ze zich voelen... Dan horen ze vervolgens dat dit ook geldt voor die 30 kinderen in hun klas... Wat leven we ze voor? Wat vinden we belangrijk? Zo kun je zingeving dichterbij halen.

Mocht er door de werkgroep een pilot worden ontwikkeld, dan is Liesbet zeer geïnteresseerd in mogelijke deelname.

4.3.11 Hetty Belgers en Jet Dekkers, directeuren Synergieschool, Roermond.

De Synergieschool is een plek om te leven en te leren (in die volgorde!) waar je wilt, kunt en mag zijn. De kern is daarbij 'het begrijpen van jezelf' in de context van 'het begrijpen van de wereld om ons heen'. Zingeving maakt daar onlosmakelijk deel van uit.

Op school zijn er elk jaar wel zo'n 2 kinderen die zeggen dat ze heel ongelukkig zijn en geen zin meer hebben in hun leven. De school wil voor hen, maar evengoed voor alle kinderen, een plek zijn waarin ze zich 'heel' kunnen voelen. Daarbij hoort (o.a.) ook zingeving.

Hetty Belgers en Jet Dekkers ontwikkelen daarnaast een Integraal Kind Centrum: een centrum voor leven en leren voor kinderen van 2 tot 13 jaar. Hier is élk kind speciaal. Men gaat uit van de groeikracht in het kind zelf; er wordt met ze gepraat en ze worden serieus genomen. Ook hun ouders hebben hierbij een belangrijke rol. Men wil een omslag realiseren van 'het kind dat zich moet aanpassen aan het systeem' naar het onderwijs dat zich aanpast aan de vraag van het kind'. Daarbij lopen ze tegen heel wat bestaande wet- en regelgeving aan. (Net als Agora in Roermond. Eigenlijk sluiten ze aan op hun principes; is/ wordt dit de daarop voorbereidende basisschool.) Men vraagt zich dus steeds opnieuw weer af: wat willen we met de kinderen? Wat is belangrijk? Waar gaat het nu écht om? Zingeving komt dus elke dag opnieuw aan bod: in beslissingen op beleidsniveau, maar ook in de manier waarop je met elkaar omgaat. Daarbij vindt de school het belangrijk dat ze 'heel' zijn en niet alleen maar kijken naar allerlei praktische zaken in het leven. Dat zien ze als een 'verschraling' van het bestaan. Als een kind iets gedaan heeft dat niet mag, dan vragen ze naar het waarom. Door aandacht te hebben voor het 'hele' kind wordt het gesprek een levensles i.p.v. een afrekening.

Daarom maakt zingeving deel uit van alles in het leven en is het geen apart 'schoolvak'. Toch zien Hetty en Jet dat er nog veel onwetendheid is op dit gebied bij veel collega's, ouders en kinderen. Zo zijn niet alle leerkrachten even 'gevoelig' voor levensbeschouwelijke communicatie. Stellen zichzelf ook zelden dit soort vragen. In hun contact met de leerlingen kunnen ze dat dan ook nauwelijks overbrengen (en dat geldt toch wel voor meer dan de helft van het team). De school besteedt er daarom tijdens studiedagen altijd (in meerdere of mindere mate) aandacht aan. De nadruk ligt daarbij vooral op bewustwording. De levensbeschouwelijke laag zichtbaar maken in het hele leven. Dat ligt vaak genoeg gewoon in het kleine (zoals de manier waarop je de kinderen 's morgens welkom heet in je klas). Door bewustwording kunnen docenten dit in hun gedrag de kinderen en ook hun collega's voorleven. Zo kan het zich, als een olievlek, uitbreiden in de school.

'Ongevoeligheid' voor levensbeschouwelijke communicatie zien ze ook terug bij veel ouders. Daarom probeert de school er ook tijdens ouderavonden aandacht aan te besteden: wat willen jullie eigenlijk voor jullie kind? Waar streef je naar? Waarom?

Helaas sleuren wet- en regelgeving, protocollen, angstige ouders en de media die berichten over allerlei dingen die mis kunnen, de school vaak mee in de waan van de dag. Echt stilstaan bij de dingen die er toe doen, wordt dan moeilijk.

De school is zeer geïnteresseerd in een eventuele pilot. Vooral als deze gericht zou zijn op zingeving als een integraal onderdeel van de dagelijkse schoolpraktijk.

4.3.12 Dr. Theo van der Zee, adjunct-wetenschappelijk directeur Verus, Woerden.

Kinderen die gevormd worden tot vormgevers van de toekomst, terwijl we niet weten hoe die toekomst eruit ziet... Theo van der Zee ziet dit als de kern van zijn werk.

Vanuit zijn werk voor Verus (Vereniging voor katholiek en christelijk onderwijs) en de Radboud Universiteit, begeleidt hij schoolleiders in de manier waarop ze hier mee omgaan. Waartoe brengen we de kinderen groot? Op deze vraag reageren schoolleiders heel verschillend: schieten in de beheersbare modus van meetbaarheid, protocollen en zo hoog mogelijke toetsuitslagen of schieten in onzekerheid en een gebrek aan woorden bij de beantwoording van deze vraag. Een laatste groep van schoolleiders is zich bewust van de situatie en kan zich al de vraag stellen: 'welke weg hebben we te gaan?' Deze groep vormt de voorhoede waarmee Theo aan de slag gaat.

Hij wil deze schoolleiders bewust maken van de keuze die zij hebben: mee blijven draaien in de heersende economische modus, of (ook) kiezen voor een bezinnende modus waarbij vragen gesteld worden als: 'wat is eigenlijk de bedoeling van mijn leven?'

Theo herkent daarbij de 'onthandheid' waarover André Mulder al sprak. Hij spreekt van 'handelingsverlegenheid'. Wat voor antwoord geef ik eigenlijk op zo'n vraag? Welke woorden? Of een 'taal' vanuit muziek, beelden of films?

Heel vaak staan schoolleiders pas open voor dit soort vragen als ze tegen een grens zijn aangelopen, zoals een burn-out of een nieuwe leerkracht die iets onverwachts/ nieuws de school binnen brengt. Dan gaat Theo met ze in gesprek over hun persoonlijk en/ of professioneel levensverhaal. Waar is een grens bereikt? Wat betekent dit voor jou/ voor je werk? De schoolleider leert hier woorden aan te geven. Theo verwijst hierbij naar 'Taal en stilte' waarin Johan Verstraeten prachtig vertelt over 2 talen: van de beheersing en van de verbeelding. Die laatste zijn we kwijtgeraakt en hebben we uit ons (werkende) leven verbannen. Verstraeten pleit voor het opnieuw leren beheersen van deze 2^e taal en vervolgens te gaan 'dansen' tussen beide talen! Zo kom je als mens weer de kern van het leven op het spoor, zonder daarbij (alleen) te 'zweven'. Als dan de schoolleider kan 'dansen' tussen beide talen, vraagt Theo naar de context binnen de school: waar moet jij als leider beslissingen nemen? Welke? Hoe? Laat je daarbij niet opjagen door druk van allerlei mensen om je heen, maar 'vertraag' hierin en speel met beide talen. Hiermee wordt gezamenlijk geoefend, zodat het steeds gemakkelijker wordt om dit ook in de praktijk toe te passen. Deze training bestaat eigenlijk uit een drietrapsraket: schoolleiders - docenten - leerlingen. Zo gaat iedereen op zoek naar zijn/ haar eígen ankerpunt (het gaat hier nl. om sensibilisering en níet om bekering), zonder overigens narcistisch te worden. Daarom benadrukt Theo hierbij ook steeds het herbronnen mét elkaar.

Hierbij wordt gewerkt binnen professionele leergemeenschappen: leren van en met elkaar, zodat de school ook na het vertrek van Theo op de ingeslagen weg door kan gaan.

Op de vraag of er een wezenlijk verschil is in de situatie op de scholen binnen primair en voortgezet onderwijs, geeft Theo aan dat het in de kern om dezelfde problematiek en

mogelijkheden gaat. Wel zie je, door de verschillen in grootte, dat schoolleiders in het voortgezet onderwijs vaker de '1^e taal' spreken: de taal van de beheersing.

De vraag in hoeverre zingeving en gevoelens van eenzaamheid, depressie en mogelijke suïcide bij jongeren samenhangen, kan Theo niet beantwoorden. Wel geeft hij aan dat een burn-out steeds vaker de 'grens' is waar de schoolleider tegenaan is gelopen, en daarmee het 'sensibiliseringstraject' start. Het doel is echter breder dan een nieuwe burn-out voorkomen: het zoeken naar het wezenlijke en de verankering daarvan in de persoon.

4.3.13 Drs. Hub Vossen – Dienst Kerk en Samenleving.

Dienst Kerk en Samenleving is een van de 33 maatschappelijke organisaties in de provincie Limburg en heeft vanuit haar katholieke achtergrond de doelstelling om een bijdrage te leveren aan het welzijn van de Limburgse samenleving.

De aalmoezeniers/stafmedewerkers van de Dienst Kerk en Samenleving zijn vanuit deze doelstelling op verschillende terreinen van het sociaal-maatschappelijke domein, in de Limburgse samenleving, actief betrokken bij lokale, regionale en provinciale sociaal-maatschappelijke projecten en de mensen die bij die projecten verbonden zijn. In het dagelijkse werk constateren zij dat zich op vele gebieden grote sociaal-maatschappelijke problemen voordoen. Problemen die vaak voortkomen vanuit langdurige werkloosheid, ziekte, armoede, laaggelettertheid.

In de vele projecten waar de aalmoezeniers/stafmedewerkers bij betrokken zijn, proberen zij vanuit het Katholiek Sociaal Denken uitdrukkelijk op te komen voor kwetsbare mensen. In hun werk richten zij zich op het verbeteren van de sociale cohesie in de samenleving, stimuleren van dienend leiderschap binnen de organisatie waar zij als adviseur bij betrokken zijn, om zo te komen tot een duurzame en rechtvaardige samenleving. Vanuit deze achtergrond vindt de Dienst Kerk en Samenleving het ook belangrijk dat er aandacht is voor de zingevingsvraag in het algemeen en m.n. ook bij jongeren.

In 2014 is vanuit de Dienst Kerk en Samenleving een project opgezet om uitdrukkelijk in contact te komen met jongeren en de leefwereld van jongeren. In het project M25/Diaconaction worden jongeren uitgedaagd om hun grenzen te verleggen door zich vrijwillig in te zetten voor kwetsbare mensen in de samenleving. Zo brengt de projectleider jongeren samen om vanuit activiteiten met elkaar in gesprek te komen en activiteiten te ontwikkelen voor kwetsbare medeburgers in de Limburgse samenleving. In het ontwikkelen van deze activiteiten zien we dat jongeren eigen talenten ontdekken en ontwikkelen. Maar meer nog ook samen een verantwoordelijkheid krijgen voor de directe leefomgeving en samenleving en met elkaar in gesprek komen over hun eigen levensvragen.

5. Voorlopige conclusies

De gesprekken die Nelleke de Kruijk en Petra Ritzen, namens het Rolducberaad, voerden met professionals vanuit de jeugdzorg, het jeugdwerk en het onderwijs, wezen veelal in dezelfde richting.

Allen herkennen de geschetste situatie, zoals beschreven in paragraaf 4.1.1. Zij (h)erkennen ook allen (in meer of mindere mate) een mogelijke samenhang tussen het proces van (de

afwezigheid van) betekenisvorming en eenzaamheid, depressiviteit en suïcidaal gedrag bij jongeren.

Tegelijkertijd geven allen aan dat zin- en betekenisgeving momenteel nauwelijks een plaats krijgt in de praktijk van alledag, in hun werk met jongeren.

Als oorzaken daarvan worden genoemd: de secularisering, professionele distantie, het ontbreken van tijd voor de ‘trage vragen’ a.g.v. de vele bezuinigingsrondes, het niet gewend zijn aan/ bang zijn voor de kwetsbaarheid die zingevingsvragen ook oproepen bij jezelf als professional, de SMARTe voorwaarden bij subsidieverstrekkingen die slecht passen bij de weinig meetbare zingevingsvragen, de onbekendheid met zin- en betekenisgeving en spiritualiteit bij ouders als ‘lesgevers’ op de school van de toekomst, maar evenzeer op de scholen van vandaag: ook daar zijn vele docenten ‘onhand’. En met hen, vele leerlingen. Toch is er af en toe ook wél ruimte voor zin- en betekenisgeving: in de filosofie, de kunst, de sport, tijdens de autorit op weg naar huis, bij thematisch theater op school, in stilleruimtes, in vieringen op sommige (christelijke) scholen, in bezinnende kaartjes voor leerlingen op de gang, in de aandacht die er is voor het verhaal van de ruziemakende leerling en in nieuwe onderwijsmethoden.

Opvallend is de eensgezindheid in de (h)erkenning van de ‘onhandheid’ op het gebied van zin- en betekenisgeving, zoals benoemd door André Mulder in paragraaf 4.1.1. Ook staat men in het werkveld opvallend open voor vormen van ‘sensibilisering’, eveneens benoemd door André Mulder in dezelfde paragraaf.

Veel professionals spreken zelfs expliciet de wens uit te streven naar een ‘ademen van zin- en betekenisgeving’ in de professionele werkomgeving. Als een natuurlijk onderdeel van de leefomgeving van de jongeren.

Het Rolducberaad herkent hierin bijna letterlijk de, reeds in paragraaf 4 geciteerde, uitspraak uit de TrendRede 2016:

‘We proeven een duidelijk betekenisverlangen binnen de samenleving. We herontdekken het unieke en persoonlijke, de diepte die ons tot mensen maakt.’

(TrendRede 2016, pag. 9)

6. Welke inhoudelijke elementen in dit proces maken deel uit van preventief handelen in relatie tot de gestelde werkveld-definitie?

Naast het landelijk onderzoek van minister Schippers naar de oorzaken van depressiviteit bij jongeren pleit het Rolducberaad, gezien de reacties vanuit het werkveld zoals beschreven in paragraaf 4.3, voor een eigen aanpak waarbij methodiekontwikkeling van onderop centraal staat. Samen met professionals die werken met jongeren, handvatten ontwikkelen die hen (weer) gevoelig kunnen maken voor zingeving. Voor ‘trage vragen’ die de jongeren op weg kunnen helpen naar de betekenis en de zin van hun leven. De vraag vanuit het werkveld

(m.n. onderwijsinstelling BC Broekhin in Roermond) ligt er namelijk al. Terwijl het landelijke onderzoek van minister Schippers nog enige tijd op zich zal laten wachten.

De stuurgroep sluit zich hiermee graag aan bij hoogleraar bestuurskunde, Gabriël van den Brink. Hij pleit ervoor *'om het professionele weten, de kennis die uitvoerders in de praktijk opbouwen, meer gewicht te geven, naast wetenschappelijke data die vaak achterlopen op de ontwikkelingen.'* (TrendRede 2016, pag. 10)

De te ontwikkelen methodiek dient daarbij aan te sluiten bij alle 3 de genoemde dimensies van zingeving, zoals genoemd in paragraaf 2 de alledaagse, de existentiële en de levensbeschouwelijke zingeving.

In dit kader oriënteert het Rolducberaad zich momenteel op de ontwikkeling van een pilot 'methodiek zin- en betekenisgeving' voor jongeren en de volwassenen die met hen werken in de werkvelden jeugdzorg, jeugdwerk en onderwijs.

Zij doet dit in overleg met een combinatie van wetenschappers en onderwijsprofessionals op het gebied van zingevende communicatie.

Vanuit het werkveld wordt, naast de instellingen die deel uitmaken van het Rolducberaad, ook om samenwerking gevraagd door:

1. Jong Nederland, afdeling Limburg.
2. BC Broekhin, Roermond.
3. Educatieve Uitgeverij Da Vinci, Enschede, Amsterdam, Groningen en Eindhoven.
4. Synergieschool, Roermond.

Met de onderwijsinstelling BC Broekhin in Roermond, zijn door Petra Ritzen reeds meerdere gesprekken gevoerd om de mogelijkheden van zin- en betekenisgeving bij de preventie van suïcide bij jongeren, te bezien.

Zo heeft zij gesproken met alle team- en schoolleiders die de 'onthandheid' op het gebied van zingevende communicatie bij zowel docenten als leerlingen herkenden.

Zij stonden open voor de mogelijke inzet van zingevende communicatie bij de preventie van suïcide bij jongeren. Naast aandacht voor de studieresultaten, zou er ook aandacht moeten zijn voor de leerling als persoon. Als zij zich door hun mentor en de overige docenten gezien en gehoord weten, is de stap om contact te hebben (en mogelijk te praten) over het persoonlijke welbevinden veel kleiner. Dan zouden signalen over gevoelens van eenzaamheid, (beginnende) depressiviteit en suïcidaliteit mogelijk veel eerder opgepikt kunnen worden.

Opvallend daarbij was de houding van aandacht (vgl. hierbij de 'presentie'-theorie van Andries Baart) van De Vrije school in dezen. Frank Neiss, schoolleider van deze afdeling binnen BC Broekhin, herkende in de Vrije School-identiteit de nadruk op een warme en betrokken aandacht voor de leerlingen. Mogelijk kunnen de ervaringen met deze houding bij een te ontwikkelen methodiek schoolbreed gedeeld worden. Dit kan d.m.v. professionele leergemeenschappen: een procesinstrument om de cultuur van het onderwijsstelsel (in de breedste zin van het woord) te veranderen, waarbij alle betrokkenen samenwerken en leren om een gemeenschappelijk doel te bereiken: het verbeteren van de motivatie en de leerprestaties van de leerlingen.

Alle schoolleiders stonden open voor een mogelijke sensibiliseringstraining op het gebied van zingevende communicatie. Mocht er een pilot-groep worden gevormd, dan wilden zij graag deelnemen.

Vervolgens heeft Petra Ritzen om de tafel gezeten met Bert Martens (centraal directeur), teamleider Elian Lalieu (zorgverantwoordelijke vanuit de directie), Monique Coolen van de GGZ en Janaica Grispen van de GGD. Alle partijen constateerden eensgezind dat er geen snelle, gemakkelijke oplossingen voorhanden waren. Zo zullen een paar trainingsbijeenkomsten met een 'toolbox aan vaardigheden' zeker handvatten aan leerlingen kunnen bieden, maar deze kunnen het fundament niet vormen. Dat vraagt om een bredere en langdurigere inbedding in onze manier van leven.

Janaica Grispen van de GGD sprak over de 'Gezonde School', waarbij gezondheid op een bredere manier dan voorheen wordt benaderd: niet alleen fysiek maar ook mentaal. Daarbij wordt uitgegaan van het nieuwe concept 'Positieve Gezondheid' van dr. Machteld Huber. In dit concept wordt gezondheid niet meer gezien als de af- of aanwezigheid van ziekte, maar als het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale levensuitdagingen om te gaan en zoveel mogelijk eigen regie te voeren.

Huber onderscheidt in haar concept zes gezondheidsdimensies om het 'gezondheidswelzijn' te meten, w.o. ook de spiritueel/existentiële dimensie (zingeving/meaningfulness, doelen/idealen nastreven, toekomstperspectief, acceptatie).

Monique Coolen van de GGZ spreekt over mindfulness en ACT (Acceptance en Commitment Therapy). Beide kunnen jongeren helpen om mee te veren met de golfbewegingen die de 'ups en downs' in hun leven veroorzaken. Jongeren leren de onvermijdelijke problemen in het leven te accepteren en er geen negatief oordeel aan te verbinden. Hierdoor blijft er energie over om je bezig houden met de meer waardevolle dingen in je leven: datgene wat er écht toe doet voor jou. Je richt je op een zinvol leven en kunt daar ook meer van genieten. Zowel mindfulness als ACT zijn bewezen effectief bij de behandeling van depressieve gevoelens. In België is mindfulness reeds op de basisschool een onderdeel van preventieprogramma's.

7. Wat zijn de contouren van deze methodiek?

De oriëntatie op de ontwikkeling van de pilot 'methodiek zin- en betekenisgeving' op het gebied van levensbeschouwelijke communicatie, verkeert nog in de beginfase. N.a.v. de gesprekken met de verschillende wetenschappers en professionals vanuit het werkveld (w.o. ook de GGD en de GGZ) worden echter een aantal contouren reeds zichtbaar:

- Brede, langdurige en diepgaande inbedding binnen de ontwikkelingen in de gehele (Limburgse) samenleving zoals ook beschreven staat in het beleid van de Provincie in 'Bouwen aan vitaliteit' en de Sociale Agenda waarin de nadruk ligt op het concept Positieve Gezondheid van Dr. Machteld Huber. (Zie hierbij ook de spiritueel/existentiële gezondheidsdimensie: zingeving/meaningfulness,

doelen/idealen nastreven, toekomstperspectief, acceptatie.) Deze dimensie vormt niet alleen een onderdeel van haar concept, maar zelfs het centrale hart ervan.'

- Brede samenwerking met partners vanuit de wetenschap, werkvelden jeugdzorg, jeugdwerk en onderwijs, o.a.:
 1. Stichting Jeugdzorg St. Joseph (SJSJ), Cadier en Keer
 2. Jong Nederland, afdeling Limburg.
 3. BC Broekhin, Roermond.
 4. Educatieve Uitgeverij Da Vinci, Enschede, Amsterdam, Groningen en Eindhoven.
 5. Synergieschool, Roermond.
 6. GGD.
 7. GGZ.
 8. Prof. dr. André Mulder, Hogeschool Windesheim in Zwolle.
 9. Roos ten Hooven, HUIS93, Maastricht.
 10. Conceptbureau Witgoed en van Bontewas, Sevenum.
 - Aansluitend bij een duidelijke vraag vanuit het werkveld: een training op het gebied van meer gevoelig worden voor zingevende communicatie.
 - De methodiekontwikkeling vindt, zo mogelijk, plaats binnen zgn. 'Professionele Leergemeenschappen': een procesinstrument om de cultuur van het onderwijssysteem (in de breedste zin van het woord) te veranderen, waarbij alle betrokkenen samenwerken en leren om een gemeenschappelijk doel te bereiken: het verbeteren van de motivatie en de leerprestaties van de leerlingen.
- De 6 kenmerken van Professionele Leergemeenschappen zijn:
1. Gedeelde missie (doel), visie (richting), waarden (collectieve inzet en verplichtingen) en doelstellingen (indicatoren, tijdlijnen en targets), stuk voor stuk gericht op het leren van de leerlingen.
 2. Cultuur van samenwerken met focus op leren door iedereen.
 3. Gezamenlijk onderzoek doen naar de beste praktijkvoorbeelden en naar de huidige werkelijkheid.
 4. Actiegerichtheid: leren door te doen.
 5. Voortdurend streven naar verbetering.
 6. Resultaatgericht werken.
- (DuFour, Eaker, Many, 2010)*

Bij voldoende financiële ondersteuning, kan de ontwikkeling van bovengenoemde pilot ook daadwerkelijk van start gaan.

Bijlage 1:

De afzonderlijke M.O.'s hebben als partners een convenant gesloten op grond waarvan het project 'Jongeren en Identiteitsvorming' gedragen wordt.

De groep van instellingen bestaat uit:

- Hans Notten Werkgroep Janusz Korczak Stichting Zuid-Limburg
- Hub Vossen Dienst Kerk en Samenleving, Roermond
- Piet Linders Stichting 't Groenewold, waaronder Home Plus, Venlo
- Monica Bosman Stichting CliC - Cliënten centraal in Jeugdhulp, Sittard
- Aafke Vermeijden Stichting Jeugdzorg Sint Joseph, Cadier en Keer
- Petra Ritzen Stillstaan, onderwijskundige projecten van betekenis, Sittard
- Marie-José Degens Zingeving, Landgraaf
- Nelleke de Kruik 't PG CJ-Limburg, Maastricht
- Wim van der Laan 't PG CJ-Limburg, Maastricht

Bijlage 2:

Geraadpleegde literatuur:

Trendrede 2015 en 2016 van Tom Kniesmeyer e.a.

Verandering van Tijdperk – Jan Rotmans

Deuren open naar zin in Jeugdzorg – Ans Vrerink e.a. Andre Mulder: eindredactie

Levensloopsychologie – Nelleke Rögels e.a.

Discipline - overleven in overvloed - van Marli Huijer

Inaugurele rede van Therese van Amelsvoort bij aanvaarding van haar hoogleraarschap:
Transitiopsychologie – Bridging the gap + interview in tijdschrift – Psychiatrie

Over warmte en medicijnen – vier deskundigen over preventie bij zelfdoding

Samenlevingsopbouw rond zingeving – Toekomstvisie Coil – Nijmegen

Filosoferen aan de keukentafel – R. Kampen & J.E. Ruiter

Waarvoor je leeft – H. Alma & A. Smaling

Gewoon of beperkt? – R. Hessel & A. Mulder

Bewegen in bevlogenheid – Slump, Mudde en Sandbergen

Deuren open naar Zin in jeugdzorg – Hessel, Slump, Tromp, Vrerink en Mulder

Zingeving en ethiek in de jeugdzorg - M. Koolen

Existentiële zielzorg – T. van Knippenberg

Als leven pijn doet – R. Diekstra

De grenzeloze generatie – Sanagenberg & Lampert

Puberteit – J, Meijs

Motivatie binnenstebuiten – Nelis & Van Sark

Gezien en gehoord - Het maatschappelijk rendement van project Motto: aandacht voor zingeving en levensvragen bij ouderen - Maarten Davelaar (Verwey-Jonker Instituut) e.a.

Resultaten verkennend onderzoek effecten zingevingsondersteuning - Stichting MAAT

Centrum Ontmoeting in Levensvragen; Maatschappelijke Business Case - Stichting MAAT en Centrum voor Ouderen en Levensvragen

7 Eigenschappen die jou succesvol maken - Sean Covey

Aandacht. Etudes in presentie – Andries Baart

Towards a new, dynamic concept of Health – Machteld A.s. Huber

Sociale Agenda Limburg 2025 - Provincie Limburg

Professionele Leergemeenschappen - DuFour, Eaker, Many

Professionele Leergemeenschappen, een inleiding – Eric Verbiest

Artikelen uit De Groene, Trouw, HP/De Tijd, Volkskrant en NRC