

Commissie Welzijn

Kinderrechtendag in het Vlaams Parlement

19 november 2021



Feiten en ervaringen

In Vlaanderen heeft 1 op de 5 minderjarigen ernstige psychische problemen. Daarvan heeft bijna 70% een *unmet need*: zij staan niet eens op een wachtlijst. Driekwart van de ernstige mentale problemen begint vóór 18 jaar.

“Kansrijke jongeren weten heel goed wat psychische kwetsbaarheid is. Het taboe is veel groter bij jongeren in kansarme situaties: die hebben daar geen tijd voor.”

Suicide is in West-Europa en in Noord-Amerika de tweede belangrijkste doodsoorzaak bij jongeren van 15 tot 19 jaar.

“In mijn omgeving is er nog te weinig gekend over psychologische problemen. Mensen kennen niet goed het onderscheid tussen gewoon verdrietig en echt depressief zijn.”

“Ik kan mezelf niet zijn omdat ik mijn hoofddoek niet mag aanhouden. Ook hier vandaag mag dat niet van school.”

“Leerkrachten geven preken als je lang afwezig bent op school, alsof je geen zin meer hebt in school.”

“Ik heb een vriendin die zichzelf sneed en een zelfmoordpoging deed. Ik sprak haar daarover aan en ze begon te lachen. Samen zijn we naar een leerkracht gegaan. Maar die leerkracht heeft niet veel gedaan.”

Jongeren worden vaak bekritiseerd als ze zich niet goed voelen. Jongeren schamen zich als ze zeggen dat ze mentale problemen hebben en kunnen dan vaak op te weinig begrip rekenen.

Commissie Welzijn

Kinderrechtendag in het Vlaams Parlement

19 november 2021



Wij vinden

Werken aan mentaal welzijn is breed inzetten op kinderrechten: het is werken aan een veilige plek om op te groeien, recht op onderwijs, recht op wonen, voeding en kleding, recht op gezondheidszorg.

Corona en sociale media zijn vandaag belangrijke factoren met een negatieve impact op het sociaal welzijn.

School is meer dan een plek om te leren, het is ook een plek om contact te hebben met leeftijdsgenoten en het gevoel te hebben dat je erbij hoort.

Jongeren die fysiek ziek zijn, kunnen rekenen op veel begrip, ondersteuning en professionele zorg. Waarom kan dat niet voor jongeren die psychische problemen hebben?

Hulpverlening is vaak te duur, te wit en te heterogeen.
Vrije levensbeschouwelijke uiting is belangrijk voor veel jongeren.

Mentale gezondheid vraagt een langetermijnvisie: het is een probleem dat de termijn van beleidsplannen en ambtstermijnen overschrijdt.

Commissie Welzijn

Kinderrechtendag

in het Vlaams Parlement

19 november 2021



Aanbevelingen en ideeën

- Maak mentaal welzijn bespreekbaar: je slecht voelen mag geen taboe zijn.
- Verzamel genoeg gegevens, bijvoorbeeld door enquêtes bij jongeren.
- Zorg dat elke jongere op school elk jaar een preventieve psychologische check-up krijgt, net zoals het CLB nu fysieke controles doet. Wacht niet op het initiatief van jongeren.
- Zorg voor genoeg hulp: maak een einde aan de wachtlijsten, maar zorg ook dat het aanbod breed en divers genoeg is, ook voor preventie. Ook buiten school moet er hulp zijn, want als de school zelf het probleem is, is dat niet altijd een veilige plek om erover te praten. Maak mentaal welzijn bespreekbaar in jeugdhuizen en jeugdbewegingen.
- Zorg dat hulp toegankelijk is en dat jongeren weten waar ze terecht kunnen. Jongeren vragen genoeg anonieme en goedkope hulp. TeJo en OverKop huizen moeten toegankelijk zijn voor alle jongeren, ook buiten de grootstad. Zet op school niet alleen leerlingbegeleiders en CLB in, maar ook onafhankelijke psychologen en jongerencoaches.
- Zorg dat jongeren leren over mentale gezondheid. We leren en weten er te weinig over. Maak naast 'lichamelijke opvoeding' een vak 'mentale opvoeding', of neem dat minstens op in de eindtermen. Vanaf de kleuterklas moet daaraan gewerkt worden.
- Zorg dat leerkrachten weten hoe ze moeten omgaan met mentale problemen van leerlingen: neem dat op in de lerarenopleiding en zorg voor bijscholing.

Commissie Welzijn

Kinderrechtendag in het Vlaams Parlement

19 november 2021



- Heb aandacht voor alle jongeren: ook zij die op school minder opvallen omdat ze verlegen zijn of niet goed presteren, hebben het niet altijd gemakkelijk.
- Werk aan participatie op scholen. Geef de leerlingenraad genoeg macht, geen schijninspraak.
- Geef leerlingen inspraak in de dresscode op school. Kleren zijn deel van je identiteit. Voorschriften daarover zijn ingrijpend voor de identiteit van leerlingen.
- Focus op school meer op ontspannende activiteiten. Het leven van jongeren mag niet alleen draaien om studeren. Kies ook voor spelend leren op school.
- Waardeer de eigen identiteit van de leerlingen in plaats van te verwachten dat alle leerlingen zich aanpassen aan de identiteit van de school.
- Sociale media spelen een belangrijke rol in mentaal welzijn. Onderzoek de negatieve impact en vertel jongeren hoe ze die op een positieve manier kunnen aanwenden. Betrek daar influencers bij. Zorg dat er ook op sociale media hulplijnen zijn.
- Neem initiatieven voor *peer support*. Geef jongeren tools hoe ze leeftijdsgenoten kunnen helpen die het moeilijk hebben, want dat is moeilijk en eng.