

Collectief werken in Utrecht

Kennisinventarisatie en monitoring

Marieke Zwaanswijk, Lynne Wolbert

© 2025 Trimbos-instituut, Hogeschool Utrecht

Inhoudsopgave

1. Inleiding	2
1.1. Uitgangspunten van collectief werken	2
1.2. Collectief werken in de praktijk	2
2. Theoretische onderbouwing	3
2.1. Wetenschappelijke basis voor groepsgericht werken	3
2.2. Bijdrage van collectief werken aan het versterken van de sociale cohesie in de wijk	5
3. Monitoring: eerste resultaten	6
3.1. Tevredenheid van jongeren en opvoeders	7
3.2. Verbeterpunten.....	9
4. Conclusies en aanbevelingen.....	10
5. Referenties	11
6. Bijlagen	12

1. Inleiding

1.1. Uitgangspunten van collectief werken

De gemeente Utrecht zet de komende jaren in op het versterken van collectief werken in de ondersteuning voor kinderen en gezinnen met opgroei- en opvoedvragen (Gemeente Utrecht, 2024). De reden hiervoor is de toenemende druk op de jeugdzorg. Veranderingen in het zorgaanbod zijn nodig om kosten, werkdruk en wachtlijsten te beperken. Verder is er sprake van een cultuuromslag in het denken over het jeugddomein, die mogelijk versneld is door de druk op de jeugdzorg. Deze cultuuromslag wordt gekenmerkt door een focus op de pedagogische basis (versterken van het eigen netwerk) en normaliseren (niet meer direct labelen en diagnosticeren, maar proberen het binnen het normale te blijven, accepteren dat een zekere lijdensdruk bij het leven hoort).

Collectief werken staat voor het collectief aanpakken van veel voorkomende opgroei- en opvoedvragen. De collectieve aanpak heeft een aantal belangrijke uitgangspunten. Ten eerste wordt er gewerkt met, door en voor ouders, kinderen en jongeren. Hun vragen en behoeften zijn het vertrekpunt. Door deze te bundelen en integraal op wijkniveau samen met ouders en jeugdigen op te pakken, wordt beoogd om zowel ouders in hun ouderschap, als jeugdigen in hun opgroeien te versterken. De collectieve aanpak is een manier van werken waarmee ouders, kinderen, jongeren en professionals elkaar steunen en van elkaar leren.

Een tweede uitgangspunt van collectief werken is de nauwe (integrale) samenwerking tussen partners. Ouders, professionals en organisaties werken rond gezinnen in de wijk én stedelijk samen (JGZ et al., 2022).

Collectief aanbod is groepsgericht. Het principe hierbij is dat veel voorkomende individuele (lichte) hulpvragen gebundeld en collectief opgepakt worden. Op die manier kunnen informele netwerken ontstaan én duurzaam blijven voortbestaan. Een belangrijk uitgangspunt van de collectieve aanpak is daarmee ook het versterken van het netwerk van ouders en jeugdigen (JGZ et al., 2022). Door vragen en behoeften van ouders en jeugdigen gezamenlijk te bespreken, herkennen zij elkaars opvoed- en opgroevraagstukken, benutten zij elkaars ervaring en krijgen zij meer zelfvertrouwen.

Tot slot beoogt collectief werken preventief te zijn en te normaliseren (JGZ et al., 2022). Door er op tijd bij te zijn, blijven lichte opvoed- en opgroevragen klein. Door met anderen ervaringen uit te wisselen, krijgen ouders, kinderen en jongeren meer rust en vertrouwen in hun eigen opgroeisituatie en opvoedvaardigheden. Bij problemen zoeken zowel gezin als professional eerst naar hulp in de eigen omgeving van het gezin. Als het nodig is, zoeken zij hulp bij de (specialistische) zorg.

1.2. Collectief werken in de praktijk

In samenwerking met de gemeente Utrecht werken de volgende praktijkpartners aan de collectieve aanpak in Utrecht: Lokalis, DOCK, Stichting Jongerenwerk Utrecht (JoU), de jeugdgezondheidszorg, KOOS, Spoor030 en Sport Utrecht. Collectief werken raakt steeds meer ingeburgerd bij de deelnemende organisaties. Praktijkervaringen zijn positief:

- Ouders met dezelfde (opvoed)issues komen met elkaar in contact. Dat contact wordt als prettig en helpend ervaren.
- Jongeren blijven na het eindigen van de groep informeel met elkaar in contact. Collectief werken lijkt dus bij te dragen aan gemeenschapszin, netwerkvorming en sociale cohesie.
- Een aanzienlijk deel van de jongeren lijkt na het deelname aan de groep geen resterende hulpvragen voor een individueel hulptraject meer te hebben.
- Professionals ervaren het samenwerken met andere organisaties als meerwaarde. Het biedt de mogelijkheid om de juiste groepen samen te stellen en van ieders expertise gebruik te maken.

Tot nu toe is echter onduidelijk in hoeverre de aannames over de effecten van collectief werken overeenkomen met bestaande wetenschappelijke kennis en de ervaringen van ouders en jeugdigen. Vanuit de Kenniswerkplaats Jeugd Utrecht Stad (KJUS) beogen wij eerste aanzet te geven tot het toetsen van de aannames over collectief werken. Dit doen we op basis van wetenschappelijke kennis en kwalitatieve en kwantitatieve monitoringsdata. De uitkomsten bieden input voor een leerproces, waarin de theorie over en/of de hulpverleningspraktijk zo nodig kunnen worden aangescherpt op basis van de bevindingen.

2. Theoretische onderbouwing

In de praktijk lijkt de collectieve aanpak goed te werken, maar er is weinig theoretische onderbouwing bekend over *waarom* het goed werkt en *waar* het aan bijdraagt. En dan specifiek hoe het bijdraagt aan gemeenschapskracht, netwerkvorming en sociale cohesie. Om de collectieve aanpak goed te kunnen borgen in de organisaties is het van belang om het theoretisch kader te verdiepen. In dit hoofdstuk staan daarom twee onderzoeksvragen centraal:

1. Wat is de wetenschappelijke basis voor groepsgericht werken?
2. Hoe draagt collectief werken bij aan het versterken van de sociale cohesie in de wijk en waarom is dat van belang?

De eerste vraag wordt beantwoord met een samenvatting van de al op verschillende plekken aanwezige informatie (o.a. eigen onderzoek van KOOS en Spoor030). Door het beantwoorden van de tweede vraag beogen wij bij te dragen aan de onderbouwing van het collectief werken door (een basis voor) een theoretisch onderbouwde visie te ontwikkelen op wat het betekent om vanuit collectief werken bij te dragen aan een gevoel van gemeenschapszin/community building/fijne wijk voor kinderen, jongeren, en hun ouders om in te wonen. De termen 'pedagogische basis' en 'normaliseren' worden hierbij onderzocht.

2.1. Wetenschappelijke basis voor groepsgericht werken

Individuele factoren en verschil tussen therapie en groepsaanbod

Spoor030 publiceerde recent een beknopte wetenschappelijke onderbouwing voor het werken in groepen. De werkzame factoren die hierin worden genoemd, zijn gebaseerd op de Praktijkrichtlijnen voor groepsbehandeling in de geestelijke gezondheidszorg (Koks & Steures, 2019). Afbeelding 1, ontleend aan de publicatie van Spoor030, vat de werkzame factoren samen.

Een belangrijke kanttekening bij dit overzicht is dat dit weliswaar breed onderbouwde, erkende, wetenschappelijke werkzame elementen benoemt, maar dat deze alleen *groepsbehandeling* betreffen en dat zij uitsluitend gericht zijn op individuele positieve opbrengsten. Niet alle groepen binnen collectief werken betreffen behandeling, noch hebben alle positieve effecten die in de praktijk ervaren worden betrekking op het individuele belang. Toch is de genoemde publicatie behulpzaam in het begrijpen van de opbrengsten van groepsgericht werken, omdat we kunnen aannemen dat deze mogelijk werkzame factoren ook opgaan voor deelnemers van groepsgericht werken.

Groepsgericht werken dat niet gericht is op (GGZ)behandeling, wordt in de wetenschappelijke literatuur ook wel aangeduid met de term 'support groups'. Studenten van de Universiteit Utrecht stelden in opdracht van KOOS een referentielijst op, waarin ook referenties naar onderzoek over 'support groups' zijn opgenomen (bijlage 1). Op basis van de literatuur doen zij vijf aanbevelingen om jongeren te bereiken (bijlage 2). Ook hier wordt gesproken over groepstherapie, maar wij doen de aanbeveling om vanuit de collectieve aanpak te blijven spreken over 'groepsgericht aanbod' en 'groepsgericht werken', om het verschil met (GGZ geïndiceerde) therapie helder te houden. Desondanks kunnen de hierboven genoemde individuele effecten ook van toepassing zijn op individuen die deelnemen aan groepsgericht aanbod.

Werkzame factor	Omschrijving
Universaliteit	Veel cliënten beginnen aan een behandeling met het idee dat zij in unieke moeilijkheden verkeren. Vooral in de beginfase van een groep is het bijzonder opluchtend te ervaren hoeveel lotgenoten er in de groep zitten. Universaliteit is de drijvende kracht in categorale groepen (Colijn & Snijders, 1993).
'Gedeelde smart is halve smart'	
Altruïsme - 'Je kunt een ander helpen'	Tijdens een groepsbehandeling gaan cliënten vaak veel voor elkaar betekenen. Dit zal meer zijn als de groep langer duurt en de interactie met elkaar intensiever is. De ervaring anderen te kunnen helpen werkt motiverend en versterkt het gevoel van eigenwaarde (Colijn & Snijders, 1993).
Hoop - 'Kijk maar om je heen, er is nog hoop'	Groepen geven vooral hoop aan deelnemers die aan het begin van hun behandeling staan. Zij krijgen vertrouwen zodra zij horen hoe andere groepsleden zijn vooruitgegaan (Colijn en Snijders, 1993).
Informatie en adviezen	In de meeste groepen vindt soms op impliciete, soms op expliciete wijze een leerproces plaats, door didactisch onderricht, via uitleg van de behandelaar en ook door reacties die de groepsleden elkaar geven (Colijn en Snijders, 1993). Zo leren deelnemers veel over hun klachten en functioneren.
'Acht weten er meer dan één.	
Correctieve ervaring van belangrijke gezinservaringen	Met name in langer durende groepen, kan de groepssituatie overeenkomsten vertonen met de oorspronkelijke gezinssituaties van de groepsleden (Colijn en Snijders, 1993). Dit geeft groepsleden de kans om zich herhalende patronen te gaan begrijpen en te veranderen. Door in de veilige context van de groep te oefenen met nieuw (rol)gedrag, kunnen patronen uit het oorspronkelijke gezin hersteld worden in relaties in het heden (Yalom & Leszcz, 2005).
'Net als toen, maar nu anders'	
Ontwikkelen van sociale vaardigheden	Het ontwikkelen van basale sociale vaardigheden lijkt vanzelfsprekend, maar soms hebben groepsleden deze onvoldoende of zijn deze onvoldoende ontwikkeld. In veel gevallen stappen zij de volwassenheid in met overlevingsgedrag uit hun kindertijd, dat niet werkt in de wereld van volwassenen (Whitefield, in Sharpe, 2013). De groep biedt de deelnemers een omgeving aan, die aangepaste en adequate communicatie
'Probeer het maar eens uit'	
Nabootsen van gedrag	Groepsleden ontwikkelen vaardigheden en vergaren kennis door te observeren hoe overige groepsleden over zichzelf nadenken, ervaringen verwerken en zich als persoon ontwikkelen.
'Kijken naar de ander, en nadoen'	
Cohesie en acceptatie - 'Jij hoort erbij, jij doet er toe'	Het gevoel erbij te horen en geaccepteerd te worden is een van de belangrijkste elementen in elke groepsbehandeling. Zie ook par. 4.2.2. voor een verdere uitwerking.
Existentiële factoren - 'Ik aanvaard dat dit leven relatief is en we niet ontkomen aan alle pijn in dit leven en aan de dood'.	Groepsleden komen tot het inzicht dat lijden, pijn en de dood onlosmakelijk met het leven samenhangen. Men gaat aanvaarden dat het leven relatief is, en dat men zelf verantwoordelijk is voor belangrijke levensbeslissingen. De groepsleden en de leider faciliteren het bespreekbaar maken van complexe existentiële thema's die ieder mens met elkaar verbindt zoals verlieservaringen, noodlot, doodsangst, zin- en betekenisgeving, geloof (Yalom, 2005).
Zelfonthulling en catharsis	Catharsis, het openlijk uiten van gevoelens, wordt van oudsher gezien als een belangrijke voorwaarde van genezing. In groepen is het een vitaal onderdeel van de behandeling, en niet los te zien van de andere werkzame factoren. Zonder uitingen van emoties wordt de groep een steriele academische activiteit (Yalom, 2005). Zelfonthulling is meer dan de emotionele expressie, het gaat hierbij om het delen van ervaringen, gevoelens, fantasieën of geheimen die (bijna) nooit gedeeld worden, waardoor men zich meer begrepen voelt (De Haas,).
'Laat je gevoelens zien'	
Interpersoonlijk leren - 'Ik leer van jou en door jou'	Door de feedback van andere groepsleden, worden eigen assumpties, houdingen en opvattingen uitgedaagd (Barker, 2008). Groepsleden worden zich bewust van sterke en zwakke kanten door de commentaren die anderen op hun gedrag geven. Hierdoor leert men van elkaar over hoe ze met anderen omgaan, en hoe dit in relatie staat tot hun klachten (Colijn en Snijders, 1993).
Zelfinzicht - 'Leer jezelf kennen'	Zelfinzicht kan gaan over het herkennen van eigen gevoelens, fantasieën en gedachten, over de aard van je relaties met andere mensen en over inzicht hoe je levensgeschiedenis je gevoelens, reacties en relaties ten opzichte van anderen

Afbeelding 1, ontleend aan publicatie van Spoor030.

Sociale factoren

Er is een verschil tussen de mogelijke positieve effecten van groepsgericht werken op het individu *als individu* en op het individu *in relatie tot sociale cohesie*. In afbeelding 1 gaan bijvoorbeeld de factoren ‘altruïsme’ (elkaar helpen) en ‘informatie en adviezen’ (acht weten meer dan één) over individuele voordelen die ook een sociaal effect hebben. Uit onderzoek naar de werkzame elementen van groepsgericht aanbod voor kinderen van ouders met psychische of verslavingsproblemen (KOPP/KOV) blijkt bijvoorbeeld dat deze groepen bijdragen aan het versterken van het sociale netwerk, lotgenotencontact en groepscohesie (zie o.a. Grové et al., 2015; Chu et al., 2010; Nuesink & Zwaanswijk, 2025). Dit maakt de brug naar de volgende vraag navolgbaar. Deze richt zich op de effecten van groepsgericht werken op het verbeteren van de leefomstandigheden in de wijk. Met andere woorden: werken de opbrengsten van collectief niet alleen voor de deelnemer, maar ook voor het geheel?

2.2. Bijdrage van collectief werken aan het versterken van de sociale cohesie in de wijk

Een essay over de zin en onzin van preventie sluit af met de volgende aanbeveling: “Een preventieve benadering is gebaat bij een zichtbare lokale infrastructuur die inwoners helpt bij sociale levensvraagstukken, zodat kennis en kunde van professionals eerder voor inwoners ‘beschikbaar’ zijn. Dit vraagt om zachte aansluiting van netwerken waarbij niet alleen professionals maar iedereen een rol kan spelen. Echte preventie vindt immers vooral plaats vanuit de samenleving, waar het inmiddels barst van de enthousiaste initiatieven.” (Janssens, 2018, p. 12). Dit citaat laat zien dat onderzoek naar goede vormen van preventie precies datgene aanbeveelt wat het groepsgerichte aanbod in Utrecht doet: “zachte aansluiting van netwerken, waarbij niet alleen professionals maar iedereen een rol kan spelen.” Het groepsgerichte aanbod is bovendien laagdrempelig (“kennis en kunde van professionals eerder beschikbaar”) en vindt plaats vanuit de samenleving. De hierboven genoemde factoren die onderbouwen dat groepsaanbod bijdraagt aan altruïsme en informatie-uitwisseling, lotgenotencontact en het versterken van het sociale netwerk zijn allen aspecten van het “versterken van de sociale cohesie in de wijk.” Daarom is het aannemelijk dat groepsgericht aanbod óók bijdraagt aan de sociale cohesie in een wijk. Hieronder wordt beschreven waarom dat belangrijk is.

Pedagogische basis

Bijdragen aan de sociale cohesie in een wijk kan een zichzelf versterkende positieve ontwikkeling creëren. Als mensen met een gedeelde hulpvraag elkaar tegenkomen, leren zij elkaar kennen, hebben zij profijt van de uitwisseling en leren zij dat ze iets aan elkaar hebben. Dat is gemeenschapskracht. In de pedagogiek wordt deze gemeenschapszin onder andere geduid als het hebben van een *sterke pedagogische basis* (zie o.a. Kesselring 2018, 2019). Onderzoek laat zien dat jeugdigen en ouders baat hebben bij de betrokkenheid en steun van informele en formele medeopvoeders (Kesselring, 2019). Opvoedsteun kan emotioneel, instrumenteel of informatieel van aard zijn (Kesselring, 2016).

Deze drie vormen komen allemaal aan bod in het groepsgericht aanbod. Hierdoor is het aannemelijk dat groepsgericht aanbod de pedagogische basis in een wijk kan versterken. Kesselring (2016) geeft aan dat alle vormen van steun vaak werken volgens het principe van ‘halen en brengen’: ouders ontvangen steun in hun rol als primaire opvoeder en geven op hun beurt als medeopvoeder zelf steun aan anderen. Als de formele groepen uit de collectieve aanpak een eerste aanzet geven, gebaseerd op de werkzame elementen ‘altruïsme’ en ‘informatie-uitwisseling’, kan er een rimpeleffect ontstaan, waardoor de pedagogische basis zichzelf leert te versterken. Een sterke pedagogische basis of civil society (De Winter, 2008) komt vervolgens alle inwoners van een wijk ten goede, immers zijn we allemaal kind of ouder (of allebei).

Normaliseren

Er is een toename van zowel de vraag naar jeugdhulp als de complexiteit van hulpvragen. Een veel gehoorde reden hiervoor is dat we teveel problematiseren en medicaliseren: gewone opvoedvragen worden neergelegd bij zorgprofessionals (zie o.a. Polak, 2025; Shrier, 2024), met als gevolg lange

wachtlijsten en een hoge werkdruk in de zorg. Uitgaande van deze redenering wordt als oplossingsrichting steeds vaker de term *normaliseren* genoemd. Normaliseren wordt in dit verband gedefinieerd als het tegenovergestelde van problematiseren. Het idee is dat het weer mogelijk moet worden om veelvoorkomende opvoedvragen te durven delen in de eigen gemeenschap.

Het groepsgerichte aanbod sluit naadloos aan bij de oproep tot normaliseren. Het hierboven genoemde onderzoek laat zien dat groepsgericht werken bijdraagt aan het krijgen en geven van adviezen en informatie en het je gezien voelen (er niet alleen voor staan). Als de groepen uit het groepsgerichte aanbod naderhand als informele groep blijven bestaan, heeft dit de potentie om mee te helpen in een beweging naar een krachtige pedagogische basis én vermindert het de druk op de zorg, omdat we minder gaan problematiseren en medicaliseren (zie ook Wienen, 2025).

(Alleen maar) een bezuinigingsprikkel?

Het versterken van de sociale cohesie en de pedagogische basis in de wijk zou kunnen bijdragen aan een vermindering van de druk op de zorg. Ook het werken in groepen op zichzelf draagt bij aan vermindering van de werkdruk. Immers, een aantal vragen die voorheen individueel werden behandeld, worden nu samengenomen in een groep. Beide leiden ook tot kostenbesparing.

Als we ons werk doen in het belang van kinderen, jongeren en hun ouders, dan moeten we er voor zorgen dat we de dingen vanuit die bedoeling blijven doen, en niet *omdat* ze geld besparen. Met andere woorden: we moeten ons blijven afvragen: wordt een beweging ingezet in het kader van kostenbesparing, of is het een beweging die ook intrinsiek bijdraagt aan het welzijn van kinderen en gezinnen?

De beweging naar collectief werken is ingezet voordat het financieel lastiger werd. Daarnaast laten bovenstaande redeneringen zien dat groepsgericht werken voordelen oplevert die intrinsiek waardevol zijn voor individuele zorgvragers, voor het individu in relatie tot het collectief, voor het collectief (de sociale cohesie in de wijk), én voor de professional. Ook voor de professional is het delen van lasten namelijk een verlichting. De werkdruk en de verantwoordelijkheid in de jeugdhulp liggen hoog. Ook de aansluiting bij de maatschappelijke beweging dat we in een (te) individualistische maatschappij leven, en dat ons dat opbreekt, ondersteunt de intrinsieke waarde van collectief werken. Al met al sluit de beweging van collectief werken goed aan bij de bredere maatschappelijke opvattingen over wat ons te doen staat. Investeren in mede-opvoeders (de pedagogische basis versterken) is een waardevolle cultuuromslag.

Concluderend kunnen we zeggen dat groepsgericht aanbod de potentie heeft om bij te dragen aan de sociale cohesie in de wijk, naast dat het kan bijdragen aan het verminderen van problemen van individuele ouders en jeugdigen en het versterken van hun welbevinden. De sociale cohesie kan worden versterkt als de opgerichte groepen na afloop blijven bestaan als duurzaam netwerk in de wijk. Sociale cohesie draagt op haar beurt bij aan het versterken van de pedagogische basis. Een sterke pedagogische basis biedt een bodem om veel voorkomende (opvoed)problemen (eerst) in het netwerk te delen. Dit zorgt voor een normaliserende werking, minder zorgen (gedeelde smart is halve smart) en idealiter voor een vermindering van de druk op de (jeugd)hulp en de zorgkosten.

3. Monitoring: eerste resultaten

De aannames over de positieve gevolgen van collectief en groepsgericht werken zijn nog niet empirisch getoetst. Om de theoretische basis onder deze aanpak te verstevigen, is onderbouwing met data uit de praktijk nodig. Stromen deelnemers bijvoorbeeld inderdaad minder door naar individuele hulptrajecten (preventie, normaliseren)? Ervaren deelnemers steun uit de groepen, en verduurzaamt dat zich in blijvend contact (versterken van het netwerk)? In dit hoofdstuk worden de kwantitatieve en kwalitatieve monitoringsdata van het groepsaanbod gepresenteerd. Omdat data van slechts een beperkt aantal deelnemers beschikbaar zijn, moeten de resultaten met voorzichtigheid geïnterpreteerd worden.

3.1. Tevredenheid van jongeren en opvoeders

Dertien jongeren en 88 opvoeders die hebben deelgenomen aan verschillende vormen van groepsgericht aanbod is gevraagd om de Ervaringwijzer in te vullen. Negen jongeren (69%) en 43 opvoeders (49%) gaven hun mening. De ervaringen van jongeren zijn uitgevraagd in maart 2025, die van opvoeders bestrijken de periode tussen oktober 2024 en maart 2025.

Zowel jongeren als opvoeders zijn over het algemeen tevreden over het groepsaanbod en de begeleiders. Vooral de veilige, vertrouwde sfeer en de vriendelijke, behulpzame manier van bejegenen zijn vaak genoemd (34 keer).

'De begeleiders zijn heel aardig en je kan dingen zonder schaamte zeggen of vragen.' (jongere)

'Ze hielden iedereen goed in de gaten, gaven je wat extra aandacht als je het nodig had, en waren heel gezellig.' (jongere)

'Ze schepten een zeer veilige sfeer waarin we alles durfden te delen, warm contact.' (opvoeder)

Ook uit antwoorden op stellingen komt de veilige sfeer in de groep naar voren. Zo voelde de meerderheid van de jongeren (N=8; 89%) en opvoeders (N=41; 95%) zich op zijn/haar gemak in de groep (Tabel 1).

Alle opvoeders (N=43) en acht jongeren (89%) geven aan dat er in de groep goed naar hen geluisterd werd (Tabel 1). Dit komt ook uit de reacties op open vragen naar voren (8 keer genoemd).

Twee derde van de jongeren (N=6) en de meeste opvoeders (N=39; 91%) vinden dat zij in de groep dingen geleerd hebben waar zij iets aan hebben (Tabel 1). In dat opzicht noemen opvoeders de kennis en ervaring van de begeleiders als belangrijke pluspunten (17 keer genoemd). Zij spreken hun waardering uit voor de inzichten die deelname aan de groep hen geboden heeft (16 keer genoemd). Opvoeders noemen specifiek de meerwaarde van concrete voorbeelden en praktische oefeningen en tips (11 keer genoemd).

'Fijn om mensen met zoveel kennis en ervaring te treffen.' (opvoeder)

'Heel fijn dat we met allerlei vragen bij de begeleiders terecht konden.' (opvoeder)

Respondenten geven aan dat de herkenning en het uitwisselen van ervaringen met mensen die hetzelfde meemaken, een belangrijke meerwaarde vormde van hun deelname aan de groep (29 keer genoemd). Dit zorgde ervoor dat zij zich minder alleen voelden.

'De ervaringen van anderen en het horen dat ik niet alleen ben in sommige situaties.' (jongere)

'Ik voelde me minder alleen doordat ik weet dat andere gezinnen dezelfde soort problemen hebben. Daardoor voel ik me sterker als ouder.' (opvoeder)

'Het besef dat ik niet alleen ben en dat er mensen zijn die zonder toelichting begrijpen wat ik dagelijks meemaak. Dat is een grote opluchting en heeft me ook gesterkt om naar mensen buiten deze groep duidelijker te communiceren over de verschillen tussen mijn gezin en andere gezinnen. Dit durfde ik eerder niet omdat ik me toch vaak raar of anders voel. Nu voel ik me als ouder zelfverzekerder.' (opvoeder)

Tabel 1. Antwoorden op stellingen over groepsgericht ondersteuningsaanbod, in percentages

	Jongeren (N=9)			Opvoeders (N=43)		
	(Helemaal) niet mee eens	Neutraal	(Helemaal) mee eens	(Helemaal) niet mee eens	Neutraal	(Helemaal) mee eens
Ik voelde me op mijn gemak in de groep	-	11,1	88,9	-	4,6	95,4
Er werd goed naar mij geluisterd	-	11,1	88,9	-	-	100,0
Ik pas toe wat ik heb geleerd van anderen in de groep	22,2	11,1	66,7	-	11,6	88,4
Ik kan weer goed verder door deelname aan deze groep	22,2	44,4	33,3	2,3	20,9	76,7
Ik heb contact met andere deelnemers van de groep buiten de groepsbijeenkomsten	11,1	33,3	55,5	37,0	30,0	26,0
De wachttijd voor deze groep vond ik acceptabel	11,1	11,1	77,8	4,6	9,3	83,8
Ik wist waar ik terecht kon met mijn vraag	22,2	22,2	55,5	-	2,3	97,7
Ik heb meegedacht over wat we deden in de groep	-	33,3	66,7	11,7	16,3	65,2
Ik heb in de groep dingen geleerd waar ik wat aan heb ^a	11,1	22,2	66,7	-	-	-
Door mee te doen aan de groep hebben we als gezin dingen geleerd die ons helpen ^b	-	-	-	-	9,0	91,0
Ik zou deze groep aanraden aan anderen	-	11,1	88,9	-	4,7	93,0

Sommige stellingen zijn niet door alle opvoeders beantwoord, daarom tellen percentages niet altijd op tot 100%. ^a Vraag is alleen aan jongeren gesteld; ^b vraag is alleen aan opvoeders gesteld.

Enkele respondenten ervaren als gevolg van hun deelname aan de groep meer rust (8 keer genoemd).

'Ik ben nu over het algemeen blijer en ik heb minder snel vooroordelen.' (jongere)

'Het contact met mijn kind is beter, ik voel mij veel rustiger met mijn kind.' (opvoeder)

Twee stellingen bieden enig zicht op de vraag of deelname aan het groepsaanbod leidt tot meer passende oplossingen voor hulpvragen. Zo is de meerderheid van de opvoeders (N=38; 88%) en jongeren (N=6; 67%) het eens met de stelling 'ik pas toe wat ik heb geleerd van anderen in de groep' (Tabel 1). De meeste opvoeders (N=33; 77%) vinden dat zij goed verder kunnen na hun deelname aan de groep. Jongeren zijn hierover minder eensgezind: twee jongeren (22%) zijn het niet eens met deze stelling, drie jongeren (33%) zijn het hier wel mee eens. De overige vier jongeren (44%) hebben geen duidelijke mening over deze stelling.

Vijf jongeren (56%) en elf opvoeders (26%) hebben buiten de groepsbijeenkomsten om contact met andere deelnemers. Ook uit twee antwoorden op open vragen komt dit naar voren.

'Ik hoop nog lang contact te houden met (een aantal van) de groep, fijn dat jullie deze kweekbodem faciliteren.' (opvoeder)

Over de toegankelijkheid van het groepsaanbod zijn de meningen overwegend positief. De meeste opvoeders (N=36; 84%) en jongeren (N=7; 78%) vinden de wachttijd voor de groep acceptabel en de meerderheid van de opvoeders (N=42; 98%) geeft aan dat zij wisten waar zij terecht konden met hun vraag. Tot slot zouden de meeste jongeren (N=8; 89%) en opvoeders (N=40; 93%) de groep aanraden aan anderen (Tabel 1).

3.2. Verbeterpunten

Jongeren en opvoeders noemen verschillende verbeterpunten voor het groepsgerichte aanbod. Verbeterpunten wat betreft de inhoudelijke informatie die tijdens de groepen aangeboden werd, zijn het meest genoemd (13 keer). Sommige respondenten vinden de gepresenteerde theorie bijvoorbeeld verouderd.

'Ik heb wel geleerd van het boek, maar vond het wat taai en ouderwets op sommige vlakken. Een pakkendere samenvatting per bijeenkomst zou in de toekomst misschien kunnen worden ontwikkeld (per thema updaten, wellicht beeld en geluidsmateriaal toevoegen).' (opvoeder)

Ook vinden sommige opvoeders dat de aangeboden informatie te weinig aansluit bij hun bestaande kennis of situatie. Een punt dat hier waarschijnlijk aan gerelateerd is, is het grote leeftijdsverschil tussen kinderen van deelnemende opvoeders. Opvoeders noemen dit als nadeel van het huidige aanbod (zeven keer genoemd). Enkele opvoeders vinden bovendien de groep te groot (vier keer genoemd).

'Hoewel ik ook wat had aan tips en herkenning van en met ouders met jongere kinderen, kan ik me voorstellen dat het extra leerzaam zou zijn als ik had deelgenomen aan een groep met vooral ouders van pubers.' (opvoeder)

Verder vinden verscheidene respondenten dat er te weinig bijeenkomsten waren en/of dat de afzonderlijke bijeenkomsten te kort duurden (10 keer genoemd). Eén opvoeder vindt juist dat de groep teveel tijd kostte.

'Anderhalf uur was wel kort, er was vaak nog zoveel meer te bespreken.' (opvoeder)

'Meer bijeenkomsten.' (jongere)

'Nog meer ruimte voor het uitwisselen van ervaringen, tips en tricks met elkaar.' (opvoeder)

Tot slot geven de respondenten nog enkele praktische suggesties:

Voor de begeleiders: 'Probeer meer als één te handelen, ga juist wel naast elkaar zitten en bespreek vooraf de taakverdeling.' (opvoeder)

'Benadruk dat beide ouders komen. Ik vond dat heel waardevol en miste de input van meer vaders in plaats van alleen de vrouwen. Wellicht ook een mannelijke en een vrouwelijke trainer als duo?' (opvoeder)

4. Conclusies en aanbevelingen

Deze beknopte theoretische en empirische inventarisatie biedt enige onderbouwing voor de te verwachten positieve gevolgen van collectief werken. Op basis van de theorie is het aannemelijk dat collectief en groepsgericht werken bijdraagt aan een sterk en duurzaam sociaal netwerk van ouders en jeugdigen. Jongeren en opvoeders gaven aan dat zij steun en herkenning hebben ervaren in de groep. Ruim een op de vier opvoeders (26%) had buiten de groepsbijeenkomsten om contact met andere deelnemers. Bij de jongeren lag dit percentage hoger (56%), maar vanwege het geringe aantal respondenten onder jongeren moet dit percentage met voorzichtigheid geïnterpreteerd worden.

Een andere aanname is dat collectief werken ervoor zorgt dat problemen klein blijven en dat de uitstroom naar individuele hulp afneemt (preventie en normaliseren). Het is bemoedigend dat de meeste jongeren en opvoeders aangaven dat zij in de groep dingen geleerd hebben waar zij iets aan hadden en dat zij het geleerde ook toepasten. De meerderheid van de opvoeders gaf bovendien aan dat zij goed verder konden na hun deelname aan de groep.

De hier gepresenteerde gegevens bieden geen zicht op eventuele veranderingen in de uitstroom naar individuele hulp. Gegevens die de betrokken professionals noteren in hun registratiesysteem (het WIZ-portaal) bieden enig zicht op de uitstroom van de deelnemers. Dit geeft echter een beperkt beeld, omdat dit slechts de situatie is op het moment dat ouders of jongeren hun deelname aan een groep beëindigen. Om beter zicht te krijgen op de vraag of ouders en jeugdigen na deelname aan een groep minder vaak individuele hulp nodig hebben, is het belangrijk om de deelnemers gedurende langere tijd te volgen. Een koppeling met de beschikkingendata van de gemeente is hiervoor nuttig.

De door de deelnemers genoemde verbeterpunten kunnen aanleiding zijn om het huidige groepsaanbod aan te passen. Vooral de samenstelling van de groepen (qua leeftijdsverdeling en groeps grootte) en het aantal bijeenkomsten zijn een nadere overweging waard.

Hoewel de resultaten van de Ervaringwijzer nuttige informatie geven over de ervaringen van deelnemers met het groepsaanbod, zijn enkele kanttekeningen op zijn plaats. Ten eerste hebben slechts negen jongeren de Ervaringwijzer ingevuld. Om een betrouwbaarder beeld te krijgen van de meningen van jongeren is het nodig om meer gegevens van deze doelgroep te verzamelen.

Ten tweede zijn de resultaten van de Ervaringwijzer slechts een momentopname. Om beter inzicht te krijgen in de eventuele versterking van het sociale netwerk van deelnemers op de langere termijn, zou de Ervaringwijzer meerdere keren ingevuld moeten worden.

Tot slot kan op basis van de huidige resultaten geen onderscheid gemaakt worden tussen de verschillende typen groepen. Juist omdat het groepsaanbod verschilt qua doelgroep en inhoudelijke problematiek is het interessant om te kunnen differentiëren. Het is daarom raadzaam om een vraag hierover toe te voegen aan de Ervaringwijzer, zodat in de toekomst onderzocht kan worden of deelnemers verschillend oordelen over de verschillende groepen en of dit gerelateerd kan worden

aan kenmerken van de groepen. Dit biedt specifiekere suggesties voor eventuele aanpassing van het groepsaanbod dan we met de huidige resultaten kunnen bieden.

5. Referenties

- Chu PS, Saucier DA, Hafner E (2010). Meta-analysis of the relationships between social support and well-being in children and adolescents. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29, 624–645.
- De Winter M (2008). Het moderne van kindermishandeling. In W. Koops, B. Levering & M. De Winter (red.). *Opvoeding als spiegel van de beschaving*. Amsterdam: SWP.
- Gemeente Utrecht (2024). Beleidsnota Jeugd. Samen opgroeien, samen opvoeden 2025-2034.
- Grové C, Reupert A, Maybery D (2015). Peer connections as an intervention with children of families where a parent has a mental illness: Moving towards an understanding of the processes of change. *Children and Youth Services Review*, 48, 177-185.
- Janssens (2018). *Tijdig en doordacht. Over preventie bij maatschappelijke opgaven en de rol van gemeenten*. Den Haag: VNG.
- Jeugdgezondheidszorg (JGZ), Gemeente Utrecht, DOCK, JOU, Buurtteam (2022). *Kwalitatieve Monitor Collectieve Aanpak 2022. Een aanpak ter ondersteuning van ouders, kinderen & jongeren*. <https://utrecht.bestuurlijkeinformatie.nl/Reports/Document/62a2402a-a1b9-4480-874c-8ce39c8e7895?documentId=528f01a0-512a-43a5-9983-186e7788d3e7>
- Kesselring M (2016). *Partners in parenting. A study on shared responsibilities between parents and nonparental adults* (proefschrift). Enschede: Ipskamp.
- Kesselring M (2018). Zorgen en ontzorgen. Transformeren van de jeugdhulp door het versterken van de pedagogische civil society. In D. Graas, A. de Klein, J. Stevens, T. Jansen & G. Nunen (red.): *Echt doen wat nodig is. Pleidooi voor kleinschalige effectieve jeugdhulp* (pp. 109-115). Culemborg: Stichting Beroepseer.
- Kesselring M (2019). De kracht van verbinding. Een sterke basis als fundamenteel ingrediënt in de zorg voor jeugd. *Ouderschapskennis*, 22, 15-21.
- Koks RW, Steures P (red) (2019). *Praktijkrichtlijnen voor groepsbehandeling in de (geestelijke) gezondheidszorg. Een handreiking van de Nederlandse vereniging voor groepsdynamica en groepspsychotherapie voor de dagelijkse praktijk*. Utrecht: Nederlandse vereniging voor groepsdynamica en groepspsychotherapie.
- Nuesink S, Zwaanswijk M (2025). *Factsheet – Waarom investeren in preventieve ondersteuning voor KOPP/KOV?* Utrecht: Trimbos-instituut.
- Polak N (2025). De jeugd van tegenwoordig: niet lui, niet losbandig, maar ongelukkig. Met dank aan therapiecultuur. *De Correspondent*, 19-2-2025.
- Shrier A (2024). *Bad Therapy. Why the Kids Aren't Growing Up*. Swift Press.
- Wienen B (2025) *Laat/d de pedagogische basis met rust! Opvoeden in tijden van versnelling*. Dordrecht: Instondo B.V.

Bijlage 1. Referentielijst groepsgericht werken

- Burlingame, G. M., McClendon, D. T., & Yang, C. (2018). Cohesion in group therapy: A meta-analysis. *Psychotherapy*, 55(4), 384–398. <https://doi.org/10.1037/pst0000173>
- Campos-Gil, J. A., Ortega-Andeane, P., & Chanes, D. V. (2020). Children's microsystems and their relationship to stress and executive functioning. *Frontiers in Psychology*, 11, 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00996>
- Centraal Bureau voor de Statistiek. (2022, 31 May). *Mentale gezondheid jongeren afgenomen* [Dataset]. <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2022/22/mentale-gezondheid-jongeren-afgenomen>
- Christensen, A. B., Wahrén, S., Reinholt, N., et al. (2021). "Despite the differences, we were all the same". Group cohesion in diagnosis-specific and transdiagnostic CBT groups for anxiety and depression: A qualitative study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(10), 1-14. <https://doi.org/10.3390/ijerph18105324>
- Cleverley, K., Grenville, M., & Henderson, J. (2018). Youths perceived parental influence on substance use changes and motivation to seek treatment. *Journal of Behavioral Health Services & Research*, 45(4), 640–650. <https://doi.org/10.1007/s11414-018-9590-2>
- Craig, S.L., Eaton, A.D., Leung, V.W.Y., et al. (2021). Efficacy of affirmative cognitive behavioral group therapy for sexual and gender minority adolescents and young adults in community settings in Ontario, Canada. *BMC Psychology*, 9(1), 94-111. <https://doi.org/10.1186/s40359-021-00595-6>
- De Beer, C. R. M., Nootboom, L., Van Domburgh, L., et al. (2022). A systematic review exploring youth peer support for young people with mental health problems. *European Child & Adolescent Psychiatry*. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-02120-5>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2012). Self-Determination Theory. *Handbook of Theories of Social Psychology: Volume 1*, 416–437. <https://doi.org/10.4135/9781446249215.n21>
- Derksen, A., Van den Berg, B., Verspoor, E., et al. (2023) *Afwegingen bij de inzet van schaarse jeugdhulp*. Nederlands Jeugdinstituut. <https://nederlands-jeugdinstituut.foleon.com/schaarse-jeugdhulp/afwegingen/>
- Dilworth, S. M., Bossick, B. E., Roberts, A., et al. (2008). Willingness of college students to participate in general therapy groups. *Michigan Journal of College Student Development*, 13(1), 8-19.
- Fisher, C. M., Reece, M., Dodge, B., et al. (2010). Expanding our reach: The potential for youth development professionals in community-based organizations to provide sexuality information. *American Journal of Sexuality Education*, 5(1), 36-53. <https://doi-org.proxy.library.uu.nl/10.1177/15248399103903>
- Fonagy, P., Campbell, C., & Bateman, A. (2019). Mentalizing, attachment, and epistemic trust in group therapy. *International Journal of Group Psychotherapy*, 67(2), 176-201. <https://doi.org/10.1080/00207284.2016.1263156>
- Friele, R. D., Hageraats, R., Fermin, A., et al. (2019). *De Jeugd-GGZ na de Jeugdwet: Een onderzoek naar knelpunten en kansen*. Nederlands Jeugdinstituut. <https://www.nji.nl/sites/default/files/2021-06/De-jeugd-ggz-na-de-jeugdwet.pdf>
- Gulamani, T., Uliaszek, A.A., Chugani, C.D., et al. (2020). Attrition and attendance in group therapy for university students: An examination of predictors across time. *Journal of Clinical Psychology*, 76(12), 2155–2169. <https://doi.org/10.1002/jclp.23042>
- Haggard, P. (2017). Sense of agency in the human brain. *Nature Reviews Neuroscience*, 18(4), 196-207. <https://doi.org/10.1038/nrn.2017.14>
- Hamilton, M. P., Hetrick, S. E., Mihalopoulos, C., et al. (2017). Identifying attributes of care that may improve cost-effectiveness in the youth mental health service system. *Medical Journal of Australia*, 207(10), 27–37. <https://doi.org/10.5694/mja17.00972>
- JongPIT. (2023). *Verkenning: Behoeften van jongeren die wachten op psychische hulp*. https://jongpit.nl/wp-content/uploads/2023/11/Rapport_Verkenning_Behoeften-van-jongeren-die-wachten-op-psychische-hulp-wachlijsten-psychische-hulp-uitslagen.pdf

- Léegaré, F., & Zhang, P. (2013). Barriers and facilitators: Strategies for identification and measurement. In Straus, S.E., Tetroe, J., & Graham, I. D. (Eds.), *Knowledge translation in health care*, 121-136. <https://doi.org/10.1002/9781118413555>
- Malhotra, A., & Baker, J. (2022). *Group Therapy*. StatPearls Publishing. McLeroy, K. R., Bibeau, D. L., Steckler, A., & Glanz, K. (1988). An ecological perspective on health promotion programs. *Health Education Quarterly*, 15(4), 351–377. <https://doi.org/10.1177/109019818801500401>
- Miljardenbezuiniging jeugdzorg deels teruggedraaid: “Hard nodig, problemen zijn groot.” (2023, April 18). RTL Nieuws. <https://www.rtlnieuws.nl/nieuws/politiek/artikel/5378821/na-slepende-onderhandelingen-akkoord-tussen-vng-en-gemeenten-over>
- Reimer, N. K., Love, A., Wölfer, R., et al. (2021). Building social cohesion through intergroup contact: Evaluation of a large-scale intervention to improve intergroup relations among adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(6), 1049–1067. <https://doi.org/10.1007/s109RE64-021-01400-8>
- Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. (2023, November 11). *Mentale gezondheid jongeren*. <https://www.rivm.nl/gezondheidsonderzoek-covid-19/kwartaalonderzoek-jongeren/mentale-gezondheid>
- Scarnio, S. E., Kerr, Z. Y., Kroshus, E., R., et al. (2019). The Socioecological Framework: A multifaceted approach to preventing sport-related deaths in high school sports. *Journal of Athletic Training*, 54(4), 356-360. <https://doi.org/10.4085/1062-6050-173-18>
- Solmi, M., Raduà, J., Olivola, M., et al. (2021). Age at onset of mental disorders worldwide: Large-scale meta-analysis of 192 epidemiological studies. *Molecular Psychiatry*, 27(1), 281–295. <https://doi.org/10.1038/s41380-021-01161-7>
- Shay, J. (2021). Terrified of group therapy: investigating obstacles to entering or leading groups. *American Journal of Psychotherapy*, 74(2), 71–75. <https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.20200033>
- Teixeira, P. J., Marques, M. M., Silva, M. N., et al. (2020). A classification of motivation and behavior change techniques used in self-determination theory-based interventions in health contexts. *Motivation Science*, 6(4), 438–455. <https://doi.org/10.1037/mot0000172>
- World Health Organization. (2022, 17 June). *Mental health*. <https://www.who.int/newsroom/factsheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>



UTRECHT
SPECIALISTISCHE
JEUGDHULP

5 AANBEVELINGEN OM JONGEREN TE BEREIKEN VOOR GROEPSTHERAPIE



Homogene groepen

Versterk de band en bevorder **openheid** door homogene groepen te vormen in groepstherapie. Deelnemers met **vergelijkbare kenmerken**, zoals gender of gedeelde problematiek, ervaren minder **stigma**, waardoor begrip en steun worden versterkt.

Ouderbetrokkenheid

Betrek ouders actief bij de behandeling om **kennis** over mentale gezondheid te vergroten en negatieve **aannames** te verminderen. Stimuleer gesprekken tussen kind en ouder om **acceptatie** te vergroten, resulterend in effectievere therapie, verder dan alleen symptoomreductie.





Testrondes

Testrondes verminderen de angst voor jongeren voor groepstherapie door een **laagdrempelige** kennismaking. Ze bieden **inzicht** in het proces, nemen twijfel weg en vergroten de **bereidheid** om deel te nemen aan groepstherapie.

Dakpannensysteem

Gebruik een dakpannensysteem waarbij jongeren **instromen** bij **bestaande groepen** om te leren van succesvolle anderen en hoop te krijgen op mogelijkheden voor henzelf. **Administratie** en **wachttijden** worden verminderd doordat jongeren niet hoeven te wachten op nieuwe groepen.



Ervaringsdeskundigen

Succesverhalen van **positieve rolmodellen** verhogen de motivatie van jongeren om te participeren aan groepstherapie. Zet daarom ervaringsdeskundigen in: getrainde jongerenwerkers met **soortgelijke ervaringen** als de jongeren. Door de inzet van ervaringsdeskundigen tijdens de intake, testrondes en groepstherapie zelf, voelen jongeren zich **erkend** in hun problematiek.