



"Ik hoop dat vroegsignalering van depressieve klachten bij jongeren binnen de GGD wordt verankerd"

In het schooljaar 2015-2016 liep voor het tweede jaar het pilotproject 'Vroegsignalering van depressieve klachten onder 12 tot 14-jarigen'. Een uitdagend project waarbij de GGD Hart voor Brabant in de 2e klas van het VO een digitale stemmingsvragenlijst afneemt, gericht op het signaleren van depressieve klachten. Marie Louise Lamers, jeugdverpleegkundige was er vanaf het eerste uur bij betrokken: "Als je het hebt over suïcidegevaar, dan trek ik echt alles uit de kast om een leerling te helpen".

Afgelopen schooljaar vulden 3255 jongeren op VO scholen in Veghel, Uden en Maasland de vragenlijst in. Voor 2956 leerlingen (90,8%) was geen verdere actie nodig. Voor de overige 299 leerlingen (9,2%) was actie gewenst.

Het project 'Vroegsignalering van depressieve klachten onder 12 tot 14-jarigen' is een van de projecten voor de versterking van JGZ op scholen en is in nauwe samenwerking met GGZ, scholen en ouders uitgevoerd. Om depressieve klachten bij jongeren eerder te kunnen signaleren, vullen scholieren in de 2e klas van het VO in o.a. Oss, Uden en Veghel naast de reguliere gezondheidsvragenlijst nu ook een vragenlijst in over mogelijke depressieve klachten (de CDI-II). Als uit deze vragenlijst blijkt dat directe actie gewenst is, bijvoorbeeld als een jongere suïcidegedachten heeft, handelt de jeugdverpleegkundige binnen 48 uur. De uitslag van de test is namelijk de dag na invullen al bekend. Vervolgens wordt gekeken of individuele of collectieve begeleiding nodig is.

Het belang van extra zorg

Uit het pilotproject is naar voren gekomen dat de setting waar de vragenlijst wordt afgenomen van invloed is. Bij het afnemen van de vragenlijst is het belangrijk dat iedere leerling zich veilig en vertrouwd voelt. Het helpt dan als er een vertrouwenspersoon bij is, zoals de mentor. "Het komt ook voor dat de mentor niet aanwezig kan zijn, dan neem ik de rol op me", vertelt Lamers. Jongeren hebben ook privacy nodig. Leerlingen dicht bij elkaar laten zitten zodat zij kunnen overleggen, werkt niet. Dit merk je direct aan het resultaat. Jongeren kunnen dan sociaal wenselijke antwoorden geven. Wanneer in de loop van het schooljaar blijkt dat er toch opvallend meer risico-jongeren rondlopen dan uit het onderzoek naar voren kwam, realiseert de school zich het belang van dit project".

**Marie-Louise Lamers,
jeugdverpleegkundige**



Discretie belangrijk

Discretie is belangrijk bij de vroege opsporing van depressieve klachten. Lamers probeert de leerlingen daarom zo goed mogelijk te begeleiden bij de vragen. Vraag acht, de suïcide-vraag, gaat vaak niet onopgemerkt voorbij. Er hoeft maar één leerling te roepen: 'wie maakt nou een eind aan zijn leven?!'. "Dan zie ik achter in het lokaal een leerling zijn scherm al stiekem wegdraaien. Ik voel dat dit een leerling kan zijn die het moeilijk heeft. Ik hoop dat hij deze vraag eerlijk beantwoordt". De leerling die vraag acht positief invult wordt de volgende dag 'onverwachts' uit de klas gehaald. "Ik wil in vertrouwen met de leerling praten en het verdere traject uitstippelen". Dat laatste kan ik niet alleen. Dit betekent dat Lamers ook één van de projectleiders, een collega, ouders, school en huisarts inschakelt. Alles gebeurt stap voor stap en altijd in samenspraak en met toestemming van de leerling.

Alle ouders en kinderen ontvangen vooraf aan het onderzoek een uitnodigingsbrief met uitleg over de vragenlijst en met welk doel de afname plaats vindt. Er zijn ouders die niet willen dat hun kind de vragenlijst invult. Lamers probeert hen dan toch te overtuigen. "Ik schrik er best van wanneer je merkt dat ouders niet geloven of zich niet realiseren dat depressiviteit bij 12 tot 14-jarigen echt voorkomt". Dit is een leeftijdsgroep waarin jongeren wel degelijk depressiviteit kunnen ontwikkelen. Daarnaast is het een onderwerp dat jongeren niet gemakkelijk bespreken en zijn de ouders vaak niet op de hoogte van hoe het écht gaat met hun kind.

Nog niet zo lang geleden heeft Lamers een leerling begeleid met ernstige depressieve/sombere gedachten. "Deze leerling moest snel een verwijzing krijgen voor de GGZ. Het is belangrijk dat de huisarts op de hoogte is van de situatie. Er ligt echt een hulpvraag! Ik voelde aan dat dit niet snel genoeg werd opgepakt door de ouders. Na een gesprek met deze ouders kreeg ik toch hun toestemming om contact op te nemen met de huisarts". Binnen een week was de intake en de begeleiding opgestart. "Dit proces gaat soms voor de leerling te snel. Ik begeleid de leerling bij iedere stap; ik vind het bijvoorbeeld belangrijk om ook school op de hoogte te brengen en ik kan de leerling ook uitleggen waarom ik dat belangrijk vind, maar de jongere bepaalt zelf het tempo waarin dit gebeurt, tenzij de veiligheid van de jongere in het geding is. Zolang de leerling er behoefte aan heeft, blijf ik in beeld maar ik probeer dit wel af te bouwen". Met deze leerling gaat het nu gelukkig veel beter en heb ik het contact met haar afgesloten.

Jongeren met depressieve klachten hebben extra zorg nodig. De JGZ kan de school hier goed bij ondersteunen. Een nauwe samenwerking tussen scholen en JGZ is essentieel in de vroege opsporing van depressieve klachten, maar vraagt wel de nodige inspanning. Lamers: "Ben je eenmaal binnen, dan merk je dat leerkrachten wel naar je toe komen voor advies of een vraag. Het is een investering; ik betrek scholen bij het project, leg uit waar ik mee bezig ben en laat het belang ervan inzien. Het gaat echt met vallen en opstaan, maar je boekt wel resultaat".

Olievlek

Voor de start van de pilot is Lamers met vijf andere jeugdverpleegkundigen bijgeschoold. "Tijdens de scholing realiseerden we ons dat het onderwerp best moeilijk en spannend is. Vooral om aan leerlingen de vraag te stellen: 'heb je wel eens gedacht; nu is het afgelopen?' of 'ik wil niet meer leven', is best moeilijk. Je moet over die drempel stappen. Ik maak ook een mooie persoonlijke doorontwikkeling mee", zegt Lamers vol passie. "Tijdens gesprekken met leerlingen signaleer ik sneller. Er is altijd iets in me dat zegt: 'Hou dáár ook rekening mee'. Vaak zit er meer achter dan waar de leerling in eerste instantie bij mij voor komt. Ik zie dat ik nu meer diepgang in gesprekken kan geven en durf het onderwerp ook makkelijker te benoemen. Gelukkig kan ik altijd met een 'o-help situatie' terugvallen op het projectteam".

Het projectteam wacht de exacte resultaten van de pilot nog af, maar de verwachtingen zijn positief. Regio Midden-Brabant is bezig met de uitrol en GGD Zuidoost-Brabant is in de opstartfase. "Ik hoop zo dat het vervolgproject wordt verankerd in het totaalpakket van de GGD en dat het zich als een olievlek over het land verspreidt".

Meer weten over dit project of vragen aan Marie-Louise? www.gezondeschool.nl/advies-en-ondersteuning