

‘Ze ging drie centimeter groter naar huis’

Jongeren in de jeugdhulp door sporten weer laten opbloeien: Level, De Rading en On the Move Sportvrienden zetten de kracht van sport volop in. Wat zien de betrokken professionals gebeuren in de praktijk, hoe ziet de samenwerking tussen jeugdzorg en partners eruit en wat zijn de obstakels bij deze samenwerking?

Het is eigenlijk gek dacht ik: de schade is in het lijf ontstaan en we proberen die in het hoofd op te lossen.’ Inge Voorhout werkte decennialang in de specialistische jeugdzorg, onder meer bij De Rading. Ze ervaaarde dat daarin vooral cognitieve gedragstherapieën de boventoon voerden. ‘Op zich niks mis met die interventies maar ik miste lichaamswerk waarmee je jongeren in beweging kunt krijgen.’

De lacune – die ze bijvoorbeeld zag toen ze met getraumatiseerde meiden werkte - vormde voor Voorhout de impuls om On the Move Sportvrienden te beginnen. De organisatie bestaat inmiddels dertien jaar. On the Move vormt de pedagogische schakel tussen jeugdzorg en sport en bewegen, en biedt onder meer een sportzorgprogramma, waarbij lessen in kleine groepen centraal staan. Positief (‘het gaat om sportplezier’) en laagdrempelig (het aanbod is gratis) zijn belangrijke uitgangspunten voor On the Move Sportvrienden.

Opbloeien

Martruy Dekker is orthopedagoog-generalist en traumatherapeut bij De Rading. Ze werkt ook als zelfstandige en is op die basis betrokken bij On the Move Sportvrienden. On the Move en De Rading werken daarnaast ook samen, zegt ze. ‘De Rading is

‘Door het sporten worden ze steeds lossier’

allang bezig met de vraag: hoe kunnen we ook sport en bewegen een plaats bieden bij behandeling van jongeren?’ Beiden zijn ervan overtuigd dat sport en spel jongeren kan laten opbloeien. Dekker: ‘Er zijn veel voorbeelden die dat illustreren.

Ik werk bijvoorbeeld momenteel met een meisje dat allerlei trauma’s en nare ervaringen achter de rug heeft. De verbinding tussen lijf en hoofd is dan zoek. Probeer je in haar positie dan maar eens kwetsbaar op te stellen. Ik dacht: ik ga niet direct starten met behandelen maar verbinden. Hoe kun je dat beter doen dan te gaan sporten? Ik ben toen naar een fun clinic met haar gegaan en zij bleek fantastisch te kunnen tennissen. Dat maakte dat zij werd gezien voor wat ze waard was. Ze ging drie centimeter groter naar huis.’ Het mooie was dat dit meisje ook een rol vervulde voor andere jongeren in de groep die de sport niet goed



onder de knie hadden, vertelt Dekker. 'Het maakte dat zij zich openstelde, kon verbinden en ik nu met de traumabehandeling kan starten.'

Eén op één

Abdellah Ahrouch werkt als coördinator sport-zorg bij Level. Hij is al zo'n negen jaar op verschillende manieren actief als verbindende schakel tussen jeugdzorg en sport. Samen met vijf collega's, biedt hij één op één sport-zorg trajecten aan jongeren. Sport is daarbij het middel om te werken aan bijvoorbeeld agressieregulatie en weerbaarheid. Plaats van handeling daarbij zijn meestal fitnesscentra en vechtsport-scholen ('dojo's'). 'We werken één op één omdat we het laagdrempelig willen houden voor de jongeren om wie het gaat. Die zijn vaak kwetsbaar. Sporten in een groepssetting kan heel lastig zijn voor bijvoorbeeld jongeren met een vorm van autisme.'

Per jaar doen zo'n tachtig jongeren mee aan een sport-zorg traject van Level. Daarbij is maatwerk het uitgangspunt, altijd in of dicht bij de woonplaats van de jongere. De verwijzers zijn voornamelijk collega's bij Level en hulpverleners van buurtteams.

Ahrouch ervaart net als Dekker en Voorhout in de praktijk wat sport teweeg kan brengen bij kwetsbare

jongeren. 'Door het sporten worden ze steeds losser.' De één op één werkwijze is daarbij een pré zegt hij. 'Je staat letterlijk naast elkaar, niet tegenover elkaar. Ik zie de jongere opbloeien als ze een complimentje krijgen als ze een oefening goed hebben gedaan of deze lang hebben volgehouden. Of wanneer het ze is gelukt om op tijd te zijn gekomen. Dat lijken heel kleine dingen maar die zijn ontzettend belangrijk voor ze.'

Methodiek nodig

Ahrouch zou graag zien dat er een goed beschreven interventie komt voor sport-zorg programma's. 'Er is veel geschreven over wat sport doet met jonge mensen maar er zijn nog nauwelijks methodieken. Daar is wel behoefte aan.' Een methodiek voorkomt dat je al te vrijblijvend bezig bent, zegt hij. 'Dat de sector het ziet als "leuk bewegen". Ik vecht er al jaren voor dat er binnen de jeugdhulp een methodiek komt.'

Hoe krijg je eigenlijk jongeren in beweging die daar eerder niet voor open lijken te staan? Voorhout: 'We sluiten aan bij wat jongeren zelf willen. Wie zijn ze, wat vinden ze leuk?' Essentieel in de aanpak is anderen betrekken die in leeftijd en interesses dicht bij de

jongeren staan. 'We zijn bijvoorbeeld jonge studenten gaan koppelen aan de jongeren die bij ons worden aangemeld. Het is bij ons steeds meer voor jongeren, door jongeren en met jongeren geworden.'

Suïcidale gedachten

Bij Level wordt er ook samengewerkt met sportverenigingen. Ahrouch: 'Er zijn natuurlijk ook jeugdzorgjongeren die in verenigingsverband sporten. En dan is het handig als onze hulpverleners begeleiders, coaches en andere vrijwilligers bij de club tips kunnen geven.' Dat zijn immers vaak welwillende vaders en moeders maar niet altijd pedagogisch even onderlegd, voegt hij toe. 'Neem zo'n jongen even apart als je kritiek geeft en doe dat niet in de groep', geeft Ahrouch als voorbeeld van zo'n tip. Sport On the Move werkt ook samen met sportverenigingen. Voorhout: 'We werken met jongeren met ingewikkelde problematiek en dan is het belangrijk dat wij een orthopedagoog in dienst hebben die vrijwilligers bij clubs kan begeleiden. Dekker: 'Trainers hoeven geen hulpverleners te zijn. Zij moeten vooral de verbinding aangaan met jongeren en ervoor zorgen dat de jongeren een leuke tijd hebben. Maar hoe doe je dat met een jongere die vertelt dat hij suïcidale gedachten heeft? Ik kan dan ondersteunen, supervisie geven en zo nodig contact zoeken met de betrokken gezinsleden of hulpverlener van de jongere.'



Verbinding jeugdhulp-sportverenigingen-gemeenten

Twee jaar geleden heeft NOC*NSF samen met 25 partners waaronder Jeugdzorg Nederland het Manifest Sportieve Generatie ondertekend. Kern van de oproep daarin is dat alle kinderen tot 18 jaar goed en voldoende sporten en bewegen. Hiervoor zijn steun en maatregelen vanuit de rijksoverheid cruciaal.

Op de Landelijke Dag Sportief Verbinden in 2022 organiseerden Jeugdzorg Nederland en de Vereniging Sport en Gemeenten een bijeenkomst voor bestuurders van jeugdhulp, gemeenten en sportverenigingen. Centraal stond om met deelnemers te verkennen hoe in de regio de verbinding in die driehoek van jeugdzorg, gemeente en sportclubs versterkt kan worden.

Over de schutting

Wat zien ze bij Sport on the Move en Level als voornaamste obstakels in de samenwerking met partners? Voorhout is stellig: 'Heel treurig maar dat is geld.' Dan gaat het bijvoorbeeld over wie voor de extra financiering zorgt van een programma als er bijvoorbeeld een intensievere begeleiding van een jongere nodig is. 'Gemeenten hebben hier tijdens de coronaperiode wel geld voor vrijgemaakt, maar zeggen dat dit uit de budgetten van de jeugdzorgaanbieders moet komen. De jeugdzorgaanbieder zegt: "daar hebben we geen budget voor". Wij regelen het dan anders maar dat is vaak niet eenvoudig.'

Ahrouch ziet de terughoudendheid bij sommige sportverenigingen om samen te werken met jeugdzorg als hindernis in de praktijk. 'Ze zeggen dan: "leuk dat jullie die jongeren bij ons over de schutting willen gooien maar we hebben het hier lastig genoeg". Het is inderdaad al een heel karwei voor ze om vrijwilligers te werven. Ik snap dat dus wel.' Maar er zijn ook verenigingen waarmee de samenwerking prima gaat, vervolgt hij. Je moet dan geluk hebben met de juiste persoon op de juiste plaats. 'Het gaat altijd om één man of vrouw die dan de trekker is. Het helpt enorm als je zo'n gedreven persoon hebt binnen een club die de juiste lijntjes heeft naar de trainer of het bestuur.' ○