



**JEUGDWERK
VOOR ALLEN**

**Mentaal
sterk, da's
jeugdwerk!**

Inleiding

Iedereen in jouw groep draagt een rugzak. Niet alleen tijdens de daguitstap op kamp maar ook mentaal. Bij de ene is die rugzak al wat meer gevuld dan bij de andere. Als leiding of animator word je dan ook al eens geconfronteerd met de gevulde rugzakken van kinderen of jongeren in jouw groep.

Een van je kapoenen verloor onlangs een ouder, in de speelclub wordt iemand gepest, op het speelplein vertelt je mede-animator dat hij twijfelt over zijn geaardheid, ... Het zijn situaties die je misschien al eens hebt meegemaakt in jouw werking en waarbij je niet direct wist wat gedaan. Begrijpelijk. Als (groeps)leiding of (hoofd)animator ben je niet altijd voorbereid op zo'n situaties.

Daarom maakten we, in samenwerking met onze partners, deze publicatie 'Mentaal sterk, da's jeugdwerk!'

Aan de hand van stripverhalen schetsen we een aantal situaties waar elke jeugdwerking vroeg of laat mee te maken kan krijgen. Per verhaal geven we je graag een heleboel tips hoe je best met zo'n situaties om kunt gaan. Daarnaast lijsten we ook enkele interessante websites en organisaties op waar je nog meer informatie kunt vinden over de besproken thema's. Vaak kun je er ook terecht om professionele hulp te vragen.

Weet dat deze publicatie slechts een aanzet is om jullie op weg te helpen rond deze thema's. Over hoe je in bepaalde situaties best reageert is vaak geen sluitend antwoord. We kunnen jullie dus enkel aanmoedigen om je verder te verdiepen in de thema's. Daarvoor mag je ons of de verder genoemde organisaties steeds contacteren. Ook onder de 'zoek hulp' knop op watwat.be vind je per onderwerp heel wat organisatie met expertise hierover.

Veel kinderen en jongeren zijn blij dat ze hun ei bij je kwijt kunnen. Een goed gesprek kan al veel betekenen. Goed luisteren is daarbij de basis. Maar 'goed luisteren', hoe doe je dat? Awel stelde enkele tips op om een goede luisteraar te zijn:

- 1 • Maak tijd
- 2 • Knik
- 3 • Stel vragen
- 4 • Laat stiltes
- 5 • Check
- 6 • Ga niet te snel

Meer weten?
Deze tips worden uitgebreid toegelicht op awel.be/luister.

BASISHOUDING ALGEMEEN PRINCIPE

We lijsten hier graag enkele basisprincipes op die je steeds in je achterhoofd kan houden in jouw jeugdbeweging, speelplein, jeugdhuis, ...

HOREN, ZIEN EN EROVER PRATEN

Als leiding of animator zie en hoor je veel kinderen en jongeren in jouw groep. Hoor of zie je iets waar je vragen bij hebt: negeer dit zeker niet en probeer erover te praten. Kinderen zullen niet altijd uit zichzelf komen vertellen waar ze mee zitten.

JOUW ROL ALS JEUGDWERKER

Horen, zien en erover praten maakt in veel gevallen al een wereld van verschil. Maar wat als je aanvoelt dat er meer nodig is dan 'een goede babbel'? Dan kan het best moeilijk zijn om te bepalen tot waar jouw rol als vrijwilliger gaat. We benadrukken dat je als leiding of animator al een erg waardevolle rol speelt in het mentale welzijn van de kinderen & jongeren in jouw groep.

Het is dus zeker niet jouw taak om in zulke situaties als hulpverlener op te treden. Je kan wel samen op zoek gaan naar de juiste hulp. Daarom lijsten we

in deze publicatie ook heel wat organisaties op die professioneel rond deze thema's werken. Niet elke situatie is voor iedereen even gemakkelijk, ook jij hebt je persoonlijke rugzak. Het is dus lang geen schande om dit aan te geven: ook jij hebt als persoon jouw grenzen.

MOET JE OUDERS INLICHTEN?

We staan hier ook graag even stil bij de vraag of je ouders al dan niet op de hoogte moet brengen. Ouders hebben de verantwoordelijkheid voor het welzijn van hun kind en dus ook het recht om te weten hoe het met hun kind gaat. In overleg met de deelnemer kan je afspreken dat je het (samen) tegen (een van de) ouders zult vertellen.

Toch kan een kind of jongere je vragen om dit niet tegen mama of papa te vertellen. Als er een ernstige reden is om de ouders niets te vertellen, kun je samen op zoek gaan naar een andere volwassene in de omgeving, familie maar evenzeer de verantwoordelijke van je werking. Op die manier staat de jongere noch jij er alleen voor met deze informatie.

Casus 1 – Overleden ouder

TIPS



- **Jeugdwerk** speelt ook in de ondersteuning van iemand die rouwt een erg belangrijke rol. Als **sociaal vangnet** kan je iemand uit jouw groep ondersteunen in dit proces. Het samen spelen en plezier zullen verzachtend werken.
- Als er in je groep, of in de dichte kring rondom je werking, een sterfgeval is, kan je ook steeds **bij je koepel** ondersteuning krijgen als groep.
- Biedt een actief & begripvol luisterend oor voor het kind of de jongere.
- Erken de gevoelens die bij zijn/haar rouwproces horen, je mag ook bevestigen dat deze gevoelens van angst of verdriet normaal zijn.
- Maar **geef ook, letterlijk en figuurlijk, ruimte om verdrietig of boos te zijn**.
- Niet elk kind zal altijd nood hebben om erover te praten. Aan de andere kant moet je het onderwerp ook niet vermijden en doen alsof er niets aan de hand is.

Meer tips vind je in de 'Eerste Hulp Bij Rouw' van Missing You vzw.

ZELF AAN DE SLAG?



Missing You vzw • is een organisatie die kinderen en jongeren ondersteunt in hun rouwproces. Maar ook bewust inzet op diens omgeving. Zo kan je als (bege)leiding ook bij hen terecht voor informatie of vorming. Op hun website vind je bijvoorbeeld:

- Een **bundel** met heel wat methodieken om rond dit thema aan de slag te gaan.
- **'Vaar-wel', een bordspel** om hierrond in dialoog te gaan.



Casus 2 – Ongepast/ grensoverschrijdend gedrag



TIPS



Helaas is het onmogelijk om alle situaties te vermijden. Daarom is het wenselijk om ook **preventief** na te denken over hoe je als organisatie reageert als er zich iets voordoet. Hierbij alvast enkele uitgangspunten:

- Duid een **vertrouwenspersoon** aan waar kinderen en leiding bij terecht kunnen. Het is interessant om zowel een man als vrouw aan te duiden hiervoor.
- Maak het thema bespreekbaar, zowel bij kinderen als jongeren.
- **Geen enkele vorm** van grensoverschrijdend gedrag kan

ZELF AAN DE SLAG?



'(N)iets mis mee?!' • een methodiek op maat van jeugdwerk waarmee je, op basis van het vlaggensysteem, leert inschatten welke situaties (on)aanvaardbaar zijn. – ontwikkeld door Sensoa –

'Oké?!' • spel over seksueel grensoverschrijdend gedrag. Gebaseerd op het vlaggensysteem bespreek je situaties, stellingen, ... – ontwikkeld door Pimento ism Sensoa –

Sensoa ontwikkelde ook een specifiek pakket voor organisaties die werken met kinderen & jongeren met een beperking. **'Buiten de lijnen'** kan je gratis uitlenen via hun website.

getolereerd worden. Visualiseer dit binnen je werking.

- Wees alert voor signalen van grensoverschrijdend gedrag. Houd hierbij de combinatie, frequentie en ernst van de signalen in je achterhoofd. Naargelang deze signalen situatie bepaal je een aanpak. In overleg met je verantwoordelijk.

Als er zich een grensoverschrijdende situatie voordoet kan je het **Vlaggensysteem** van Sensoa hanteren om een inschatting te maken of je al dan niet stappen moet ondernemen. Dit systeem hanteert zes criteria die je kan gebruiken om seksueel gedrag in te delen in vier categorieën (van oké tot niet oké) aangeduid met vier vlaggen.

De **6 criteria** zijn:

- Wederzijdse toestemming
- Vrijwilligheid
- Gelijkwaardigheid
- Leeftijd of ontwikkeling
- Context
- Zelfrespect

Bepaal je aanpak samen met je verantwoordelijke, team. Stel een apart plan van aanpak op voor zowel slachtoffer, dader als je werking.

Casus 3 – (Online) pesten

TIPS



- **Denk samen met de jongeren na over een goede aanpak.** Toets als jeugdwerk af bij de jongere welke verdere stappen hij ziet zitten. Het heeft geen zin om iets te ondernemen waar de jongere niet achter staat, misschien maak je de situatie voor hem/haar dan enkel erger.
- Je kan de situatie via een bezinning of reflectiemoment **bespreekbaar maken**. Je kan hier kiezen voor een rechtstreekse aanpak (benoemen van de situatie) of voor een onrechtstreekse aanpak (bespreken van cyberpesten in het algemeen).
- De jongeren die pesten hebben **vaak geen besef van de impact op de gepeste**. Je kan inzetten op het vergroten van de empathie bij jongeren.
- Een **straf** geven is geen constructieve oplossing voor het probleem. Jongeren die pesten zijn vaak op zoek naar een manier om zich te positioneren in de groep. Ze kunnen dat enkel op een negatieve manier doen, door anderen te kwetsen. Een straf geven zorgt er niet voor dat jongeren plots een andere manier vinden om zichzelf in de groep te profileren.
- Ben je **getuige van cyberpesten**, bijvoorbeeld in de groep van de leden op facebook? Reageer dan onmiddellijk en maak duidelijk dat dit gedrag geen plaats heeft binnen jullie groep. Je kan er ook voor kiezen om het bericht weg te halen en een bericht te sturen naar de afzender over de reden waarom je dat bericht verwijderde. Ga hier idealiter ook in real life over in gesprek.

WAAR KAN IK TERECHT?



- www.praatoverpesten.be
- www.tumult.be
- lokale jeugddienst of koepel





Casus 4 – Moeilijke thuissituatie



TIPS



- Als iemand vertelt over de thuissituatie kan dit gesprek twee kanten uitgaan:
 - De **persoon wil** gewoon even **zijn verhaal** kwijt en dat was voldoende.
 - De **persoon** geeft de boodschap dat hij daarin eigenlijk wel **hulp wil**. Dan kan je samen bekijken wat er mogelijk is en wat de persoon nodig heeft.
- Actief luisteren** kan hierbij al veel betekenen. Hierbij probeer je mee te voelen om zo de situatie beter te begrijpen.
- Overstelp niet met oplossingen** maar vraag wat de persoon zelf nodig heeft.
- Als de jongeren aangeeft dat hij hulp wilt, ga dan aan de slag met de tips uit casus 4: deze zijn ook toepasbaar op deze casus.

WAAR KAN IK TERECHT?



- JAC:** chat, mail, telefonisch of met een bezoekje. Meer info? www.jac.be
- www.noknok.be
- Awel**
- Tele-Onthaal**
- Zelfmoordlijn**
- www.1712.be of telefonisch op 1712
- lokale jeugddienst of koepel

Casus 5 – Vermoeden van een onveilige thuissituatie →

TIPS



- Dit soort situaties zijn vaak complex en niet makkelijk uit te leggen. **Ga daarom niet enkel af op basis van de signalen.** Een kind kan bijvoorbeeld perfect 'vuile' of 'onverzorgde' kleren dragen omdat het bedoeld is als speelkledij.
- **Maak je je zorgen? Ga in gesprek** met het kind/jongere. Vertrek hiervoor vanuit je eigen bezorgdheid bv: "Ik heb dit of dat opgemerkt en ik maak me daardoor wel wat zorgen om jou, hoe gaat het met je/hoe komt dit/...?" Doe dit individueel en discreet. Niets is zo vervelend dan voor een volle groep even worden weggeroepen door een moni.
- Werd je vermoeden en/of zorg bevestigd? Stem dan af met het kind of de jongere of zij willen overgaan tot actie. **Beslis dus niet zelf of je actie gaat ondernemen of niet.**

- Kinderen vertellen je hun verhalen in alle vertrouwen. Toch is het belangrijk om te weten dat je niet gebonden bent aan een beroepsgeheim. Voel je de nood om dit met je medeleiding of een professionele organisatie te delen: doe dat gerust. Belangrijk is wel om dit ook te overleggen met degene die jou in vertrouwen nam en geen geheimhouding te beloven.
- Er zijn **grenzen aan jouw jeugdwerk:** heeft het kind/jongere nood aan hulpverlening? Doe dan beroep op gespecialiseerde diensten. Je kan het kind/de jongere (of de ouders) adviseren om de stap te zetten naar hulp. Maar stel dus zeker ook jouw grenzen.

Het is handig als er **vooraf een stappenplan** klaar ligt. Dat biedt een houvast als er zich een verontrustende situatie voordoet. Zorg ervoor dat de hele ploeg op de hoogte is van de afspraken.

WAAR KAN IK TERECHT?



- www.nupraatikerover.be
- www.1712.be of telefonisch op 1712
- **JAC:** chat, mail, telefonisch of met een bezoekje. Meer info? www.jac.be
- www.noknok.be
- **Awel**
- **Tele-Onthaal**
- lokale jeugddienst of koepel



Casus 6 – Laag zelfbeeld/ “Ik haat mezelf”



TIPS



- Vertrek in het gesprek vanuit de **signalen die je opmerkt en vraag oprecht** hoe het met de jongere gaat.
- Luister, oordeel niet, stel open vragen, erken de gevoelens van de jongere.
- Bevraag de jongere of er nog iemand op de hoogte is van dit gevoel. Zo ja, bekijk met de jongere wat die persoon voor hem/haar kan betekenen. Zo nee, **bekijk met de jongere tegen wie hij het nog zou kunnen vertellen**. Hou hierbij steeds de ouders in je achterhoofd!
- Maak aan de jongere duidelijk voor wat hij/zij bij jou terecht kan.

WAAR KAN IK TERECHT?



- www.4voor12.be
- www.noknok.be
- www.overkop.be
- **Awel**
- **JAC**: chat, mail, telefonisch of met een bezoekje. Meer info? www.jac.be
- **Centrum Geestelijke Gezondheidszorg**

Casus 7 – Middelengebruik

TIPS



- Goede afspraken maken goede vrienden. Daarom geven we als beste tip mee dat je hier best **voor het jaar/kamp start met iedereen goede afspraken** maakt over wat wel of niet kan en wat ieders rol en engagement hierin is.
- Als je merkt/vermoedt dat iemand de regels overtreedt kan je enkele stappen ondernemen om tot een oplossing te komen. Zo'n stappenplan hangt dan samen met de afspraken die je met de groep hebt gemaakt.

WAAR KAN IK TERECHT?



- Op drugsinbeweging.be vind je een uitgebreid stappenplan om met je ploeg aan de slag te gaan rond het uitwerken van een alcohol- en drugbeleid.
- Met je vragen over alcohol, drugs, gamen of gokken kan je terecht bij de druglijn.be via www.druglijn.be
- Ook hiervoor kan je bij het **JAC & Awel** terecht.
- Met het **'Maat in de Shit'** spelpakket van VAD denk je als groep na over wat je kan doen als iemands alcohol- of druggebruik je zorgen baart.
- JAC & AWEL
- In **jouw buurt** vind je vaak een alcohol- en drugpreventiewerker, hij/zij kan je groep verder ondersteunen. Hiervoor kan je terecht bij de doorverwijsgids van het VAD.





Casus 8 – Geaardheid



TIPS



- Actief luisteren kan hierbij al veel betekenen. Hierbij probeer je mee te voelen om zo de situatie beter te begrijpen.
- Zo **werk je samen naar een oplossing** toe die haalbaar en wenselijk is. Iedereen gaat hier op zijn eigen tempo mee om. Geef aan dat er professionele organisaties bestaan die kunnen helpen. De jongere kan dan zelf beslissen om contact op te nemen als dat nodig zou zijn.

- Het **groepsgevoel van jouw werking** waar iedereen zich thuis kan voelen is van onschatbare waarde. Dat **iedereen hier zichzelf kan zijn** zonder beoordeeld te worden, dat is een van de sterktes van jeugdwerk.

WAAR KAN IK TERECHT?



- www.lumi.be (vroeger Holebifoon) voor al je vragen rond gender en geaardheid.
- **JAC**: chat, mail, telefonisch of met een bezoekje. Meer info? www.jac.be, www.weljongniethetero.be
- **Merhaba vzw** is een organisatie die zich engageert voor LGBTQI+ mensen met een migratieachtergrond

De teksten in deze publicatie kwamen tot stand met dank aan de expertise van onze **Jeugdwerk Voor Allen** partners.

Ook een uitgebreide & welgemeende dankjewel aan Phaedra Derhore voor het verzorgen van de stripverhalen.

—

Alle gelijkenissen met personen berusten op toeval.

Op zoek naar meer informatie of ondersteuning over een van deze thema's?

Jeugdwerk Voor Allen gaat graag voor je op zoek. Mailen kan naar vragen@jeugdwerkvoorallen.be of check onze website www.jeugdwerkvoorallen.be.