



ALLE JONGEREN OP DE RIT, JUIST NU!

# JAARVERSLAG

2021

OPGESTELD DOOR  
PLUSGROEP

Naam Organisatie: Stichting Plusgroep  
Activiteit: Pluscoach, Plusmaatje & Plusstudent  
Website: [www.plusgroep.org](http://www.plusgroep.org)  
Algemeen mailadres: [info@plusgroep.org](mailto:info@plusgroep.org)



# HOOGTEPUNTEN

## 2021

# 588

JONGEREN  
GEKOPPELD AAN  
EEN COACH

# 42

NIEUWE  
PLUSCOACHES  
GETRAIND EN  
GECERTIFICEERD IN  
OPLOSSINGSGERICHT  
TE METHODIEK

# 55

NIEUWE  
VRIJWILLIGERS

# 108

TRAININGSUREN  
DOOR  
PLUSSTUDENTEN

# 7x

BASISTRAINING  
GEGEVEN DOOR  
ORTHOPEDAGOOG



PLUSMAATJE IN DE BUURT WINT  
AANMOEDIGINGSPRIJS VAN  
GEMEENTE TEYLINGEN



ORANJEFONDS PROJECT  
PLUSSTUDENT AFGEROND EN  
AAN DE SLAG MET EEN TEAM BIJ  
EEN V(S)O SCHOOL EN ROC  
MONDRIAAN MBO TE  
LEIDSCHENDAM.



KONINKLIJK BEZOEK EN  
WAARDERING

GELIJKE KANSEN ONDERZOEK  
VERWEY JONKERS AFGEROND



PLUSGROEP FESTIVAL  
10 JAAR

INTERNATIONAAL ERASMUS  
PROJECT "THE HUG TO  
EMPLOYMENT" AFGEROND



WIJZIGING IN TEAM  
DOOR VERTREK VAN  
COÖRDINATOR AGNES  
EN PROJECTLEIDER/  
MATCHER ARIANNE  
EN KOMST VAN  
MARLOES EN JASMIJN  
(BEGIN 2022).



PLUSSTUDENT TEAM OP  
LOCATIE ROC MONDRIAAN  
ASPASIALAAN IN DEN HAAG

# 5x

WORKSHOPS EN  
MASTERCLASSES  
AANGEBODEN DOOR  
SPECIALISTEN UIT DE  
JEUGDHULPVERLENING

WEBSITE IN EEN NIEUW JASJE  
PLUSAPPLICATIE VERNIEUWD



VASTE KANTOORRUIMTE  
INGERUILD VOOR FLEXRUIMTE  
BIJ DE BINCKHORST TE DEN  
HAAG.

---

# VOORWOORD

---

We hebben weer een bijzonder jaar achter de rug. Een jaar van vooruit blijven kijken, maar ook een jaar waarin we weer een pas op de plaats moesten doen tijdens -weer- een lockdown.

We zagen jongeren worstelen met de steeds veranderende situatie en soms ook een moeilijke thuis situatie. Sommige jongeren vonden het juist fijn om thuis onderwijs te volgen, maar de impact van het online lesgeven was weer fors voor de docenten. Het leek wel of er een vergrootglas op de de maatschappij werd gelegd. Jongeren die al kwetsbaar waren, kregen het vaak nog lastiger.

Het werkveld (onderwijs en zorg) waarin Plusgroep zich in beweegt was behoorlijk in beweging en werd extra geraakt door COVID. Het was mooi om te zien dat alle professionals en vrijwilligers er de schouders onder hebben gezet en ten alle tijden door zijn gegaan met het begeleiden van jongeren. De coördinatoren hebben extra aandacht besteed aan communicatie van de vrijwilligers richting de jongeren; Check of er een veilige thuissituatie is. In hoeverre kan een jongere een rustige plek vinden in huis of elders om online les te volgen? Maak je je zorgen om iemand of hoe ga je om met verlies? Maar ook gewoon een praatje om zorgen te delen of even de gedachten iets anders te zetten.

Als organisatie hebben we gezien dat we heel flexibel kunnen zijn en goed kunnen mee bewegen met wat er gebeurt in de maatschappij. Het aanbod qua individuele coaching en trainingen bleek zowel online als offline goed inzetbaar. Hierbij maken we wel de kanttekening dat persoonlijk contact wel echt het verschil maakt. Daarom hebben we vrijwilligers aangemoedigd met hun jongeren te gaan wandelen als er weinig andere mogelijkheden waren. Dit werkte vaak heel goed.

Zoveel jongeren begeleiden kan natuurlijk niet zonder de inzet van onze fantastische vrijwilligers, ervaringsdeskundigen en stagiaires. Daarnaast werken we met hele gedreven professionele Pluscoaches van verschillende jeugd- welzijnsorganisaties. We hebben deze betrokken coaches (zowel formeel als informeel) zoveel mogelijk in het zonnetje gezet. Gelukkig werd de inzet ook van buitenaf gezien en rijkelijk gewaardeerd, zelfs met een koninklijk tintje.

Het is een voorrecht om jongeren te zien ontwikkelen en bij te dragen aan het behalen van hun persoonlijk doel op de soms hobbelige weg naar zelfstandigheid. Het inspireert ons, om ons ook in de komende jaren sterk te blijven maken voor deze doelgroep. Wij blijven daarbij werken vanuit onze visie dat iedereen een kans verdient om zich te mogen ontwikkelen.

In dit jaarverslag leest u wat Plusgroep heeft mogen doen in 2021 voor kwetsbare jongeren die een extra steuntje in de rug konden gebruiken.

Heel veel leesplezier!

Namens het hele Plusgroep team,  
Inge Roelofs  
Projectleider Plusgroep

---

# ONZE ORGANISATIE

## Team Plusgroep

Het ervaren team van Plusgroep bestaat al jaren uit een kleine groep enthousiaste en betrokken medewerkers. In 2021 hebben Agnes en Arianne besloten om een nieuwe uitdaging elders aan te gaan. Gelukkig is Marloes erbij gekomen en eind van het jaar heeft Jasmijn aangegeven bij ons aan de slag te willen gaan. Samen met Mirte, Susan, Varsha en Inge vormen ze het vaste team van Plusgroep.

Het team wordt ondersteund door een aantal specialisten zoals Helma (Orthopedagoog) en Asad (Software programmeur).

Stichting Plusgroep is een onderdeel van Cardea Jeugdzorg te Leiden. Het bestuur van Stichting Plusgroep werd in 2021 gevormd door Ria van der Plas, Gerrit Jan Hoogeland en Frans Nannes.

## Missie

Jongeren de mogelijkheid bieden om actief kunnen blijven deelnemen aan het onderwijs en/of zelfstandig kunnen deelnemen en bijdragen aan de maatschappij.

Niet iedere jongere of jongvolwassene heeft een netwerk waar op terug gevallen kan worden als er een hulpvraag is.

Deze hulpvraag kan zowel school- als niet-school gerelateerd zijn. Door het bieden van onafhankelijke individuele ondersteuning waarin gedurende een afgebakende periode wordt gewerkt aan het doel en wordt de zelfredzaamheid van de jongere vergroot.

## Visie

Iedere jongere is de moeite waard en vanuit die motivatie willen wij jongeren, waarbij de ontwikkeling stagneert of dreigt te stagneren, kansen bieden om naar hun wensen en mogelijkheden actief deel te nemen aan de samenleving. Wij zijn van mening dat iedereen op bepaalde momenten in zijn leven wel eens een steuntje in de rug kan gebruiken. Iedere jongere verdient een kans om talenten te ontdekken en zich te ontwikkelen. Er hoeft maar één iemand in je te geloven.

## Strategie

Voor elke kwetsbare jongere willen we de juiste en direct beschikbare specialist bieden die past bij zijn/haar vraag. We zijn aanwezig in de directe (leef)omgeving van de jongere en zetten onze (informele) hulp ook daar in. Wij bieden een omgeving voor jongeren om te leren. Door mensen met elkaar in contact brengen en hun talenten te benutten menen we het beste te halen uit iedereen.



# DOELGROEP & METHODIEK

## Doelgroep

Kwetsbare overbelaste jongeren tussen de 12 en 27 jaar die een hulpvraag hebben. Deze jongeren zitten grotendeels op VO- en MBO scholen in de regio's Zuid Holland Noord en Haaglanden.

Sinds 2020 zijn we een pilot gestart met Jeugd- en gezinsteams in Zuid Holland Noord, die jongeren aanmelden met een lichte hulpvraag, omdat er ook veel niet-school gerelateerde vragen zijn bij jongeren.

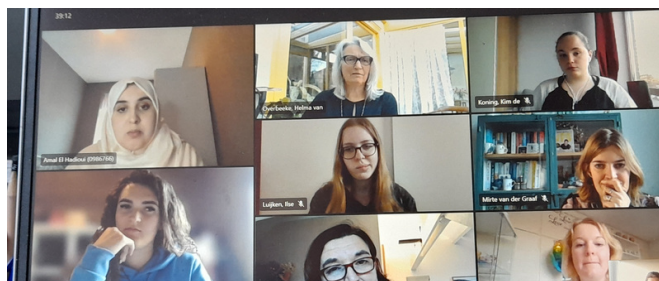
Tenslotte zijn er ook een aantal trajecten voor Leerplicht Holland Rijnland en Westland voor jongeren die opnieuw begeleid mogen worden naar opleiding of werk.



## Methodiek

De methodiek die we bij Plusgroep handteren is oplossingsgericht en systeemgericht werken. Deze methodiek is NJI-gecertificeerd. Alle professionals en vrijwilligers die bij ons aan de slag gaan worden getraind in deze methodiek door een orthopedagoog van Cardea Jeugdzorg.

Als gevolg van de lockdown en de coronamaatregelen was het dit jaar niet mogelijk om de basistraining op locatie te laten plaats vinden. Gelukkig konden we met wat aanpassingen de training online aanbieden.



## Training professionals & vrijwilligers

In 2021 hebben we 3 trainingen gegeven aan 42 nieuwe pluscoaches van verschillende welzijnsorganisaties met wie we samenwerken.

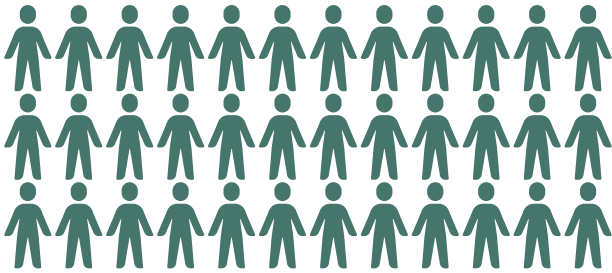
Daarnaast zijn er 4 trainingen gegeven aan vrijwilligers die als Plusmaatje of Plusstudent aan de slag zijn gegaan. In totaal hebben ruim 55 nieuwe vrijwilligers en stagiaires de basistraining gevolgd gegeven door de orthopedagoog van Cardea Jeugdzorg en de coördinatoren.

Daarnaast zijn er maandelijks intervisie bijeenkomsten georganiseerd en workshops. Sinds september krijgen Plusstudenten die meerdere jongeren begeleiden tweewekelijks intervisie.



# INDIVIDUELE BEGELEIDING

Motivatie, luisterend oor en achterstanden.



## Facts & Figures

**588** Jongeren hebben we in 2021 aan een coach kunnen koppelen.  
Hiervan hebben **319** jongeren samen met een professionele pluscoach aan hun doel gewerkt.  
**269** jongeren zijn door een Plusmaatje/Plusstudent begeleid.  
Door de Plusmaatjes/Plusstudenten zijn **110** uur aan trainingen gegeven.

Aan de Plusvoorziening zijn in totaal van beide regio's **10** verschillende zorgaanbieders verbonden die outreachend en oplossingsgericht werken vanuit hun eigen expertise.

Gemiddeld geeft **77%** van de jongeren aan zijn/haar doel te hebben behaald aan het eind van het traject. Dit is gemeten door middel van een tussen- en eindevaluatie. Met behulp van een pluscoach wordt meer dan 60% van de doelen behaald. Helaas merken we wel dat de problematiek steeds zwaarder wordt (overbrugging naar jeugdhulp) en het daardoor moeilijker wordt om doelen te behalen (in gestelde tijd).

De plusvoorziening is een preventieve maatregel en wordt merendeels voor leerlingen op het VO ingezet. Hoewel er iets meer jongens dan meisjes behoefte hebben aan begeleiding blijft de verhouding afgelopen jaren gelijk.

We merken dat de vraag naar pluscoaches zowel formeel als informeel afgelopen jaren is toegenomen.

Tijdens de eerste corona-golf in 2020 verdwenen er meer jongeren uit beeld bij scholen. In 2021 zie je een verdere toename van trajecten omdat jongeren weer op school kwamen. Problemen zijn meer zichtbaar en jongeren ervaren meer problemen met motivatie, gebrek aan concentratie of gevoel van eenzaamheid.

Bij VO scholen is er een toename in het aantal trajecten met name bij 4MAVO eindexamen klassen. Mentale problemen zijn verergerd en in aantal toegenomen.

Jongeren met problematische, overbelaste thuissituatie krijgen minder steun bij schoolwerk, digitaal onderwijs verloopt moeizamer en ze lopen sneller achter. Dit blijkt uit de aanmeldingen en de gesprekken tussen de matcher en de zorgcoördinatoren van scholen bij een aanmelding.

## Soorten hulpvragen

Hulp willen bij Plannen en Organiseren is voor veel jongeren een relatief "veilige" vraag om mee te beginnen. Toegeven dat je het overzicht kwijt bent is vaak minder moeilijk dan vertellen dat je thuissituatie onveilig is of aangeven dat je de motivatie bent verloren of last hebt van faalangst.

Door de kern van het probleem met de jongere samen te achterhalen en aan te pakken komt er weer meer overzicht en dat heeft direct effect op hun algemeen welbevinden.

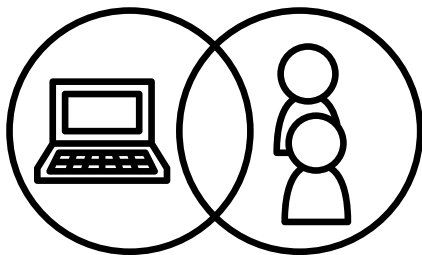
# BEGELEIDING JONGEREN

Motivatie, luisterend oor en achterstanden.



Na een paar gesprekken komt de onderliggende hulpvraag vaak al naar voren, maar sommige jongeren hebben daar maanden voor nodig. Daarom is het extra waardevol dat onze Plusstudenten en Plusmaatjes ècht de tijd hebben om een vertrouwensband op te bouwen met de jongeren, zodat zij zich durven open te stellen.

Volgens veel jongeren duurde de periode van thuiszitten en online les te lang. Motivatie zakte weg en zaken als plannen en organiseren waren voor jongeren nog moeilijk omdat ze vaak niet wisten waar ze aan toe waren of wat ze konden verwachten.



Verder zagen we dat er veel behoefte was aan een luisterend oor en kampten er veel jongeren met problemen op het gebied van faalangst en zelfvertrouwen, ook als ze dit niet direct als hulpvraag benoemden

Tot slot was het voor jongeren moeilijker om een stageplek te vinden omdat er minder stageplaatsen werden aangeboden. Ook hier hebben de Plusstudenten en Plusmaatjes extra ondersteuning kunnen bieden.

## Hulpvragen 2021

Hulpvraag

Plannen en organiseren

Luisterend oor,  
moeilijke thuissituatie

Motivatie

Nederlandse taal

Werk/ stage zoeken

Leren, leren

Wegwijs in NL/  
vluchteling

School  
kosten/financiën

Faalangst en stress

Achterstand door  
corona

Vinden van woonruimte

Studiekeuze

# TRAININGEN

Plusmaatjes en Plusstudenten zijn vrijwilligers/stagiaires die preventief ingezet worden om een jongere te begeleiden bij lichte problematiek.

## Trainingen voor jongeren door jongeren

We hebben gemerkt dat jongeren vaak met veel dezelfde vragen zitten. Dit blijkt ook wel uit onze database waarin we zien dat de hulpvraag Plannen & Organiseren het meest voorkomt.

Daarom proberen we ook trainingen aan te bieden op thema's die vaak voorkomen onder jongeren.

Door peer-to-peer coaches voor een groep te zetten is het voor jongeren juist nog net even makkelijker om vragen te stellen. De Plusstudenten delen hun eigen ervaring, wat vaak herkenbaar is voor de situatie van de jongere.

## Aanbod Trainingen voor en door jongeren

### Training Ben je er Klaar voor? Jongerenwerk Fascinus in Teylingen

Twee Plusstudenten tussen 18 en 27 jaar geven in circa 1,5 uur deze workshop op interactieve wijze. Deze jongeren hebben onlangs zelf de stap gemaakt naar zelfstandig wonen. Zij weten uit eigen recente ervaring hoe dit is, en wat daar allemaal bij komt kijken, weten wat handig is om te regelen en welke nieuwe handige websites of apps er zijn. Deze jongeren spreken bovendien de "taal" van jongeren, dat kan voor leerlingen eens een andere ingang of benadering zijn.

Na afloop krijgen jongeren "Het **16+ info- boek**" met checklist om verder mee aan de slag te kunnen. Ook dit materiaal is samen met jongeren en professionals van Cardea samengesteld.

## Training Communicatie

Communicatie onderling in de groep en hoe communiceer je in professionele situaties zoals een sollicitatie voor stage of werk.

## Training Belasting aangiften en financiën

Veel jongeren hebben geldzorgen. Een van de dingen waarmee je jaarlijks geld terug kunt krijgen is het doen van belastingaangiften. Ook andere financiële vragen konden in deze masterclass gesteld worden.

## Training van MBO naar HBO?

Wat komt er kijken bij de overstap van het mbo naar het hbo? Plusstudenten delen hun ervaring en ondersteunen jongeren bij het maken van die stap.

## Training Plannen & Organiseren

Waarom is plannen belangrijk, waar begin je en hoe zorg je dat je gemotiveerd blijft om dit vol te houden?





# BEGELEIDING

## Training en behoud van vrijwilligers

In 2021 hebben 55 nieuwe vrijwilligers en stagiaires de basistraining gevolgd gegeven door de orthopedagoog van Cardea en de coördinatoren.

Er zijn 42 nieuwe Pluscoaches getraind en gecertificeerd in Oplossingsgerichte methodiek en er zijn 7 trainingen gegeven samen met orthopedagoog van Cardea Jeugdzorg.



## Workshops en bijeenkomsten voor professionals en vrijwilligers

Daarnaast zijn er maandelijks intervisie bijeenkomsten georganiseerd en workshops in samenwerking met verschillende specialisten uit de jeugdhulpverlening.

**Feb** Webinar Dit is Autisme (Geef me de vijf)

**Maart** Workshop Werken aan je zelfbeeld (Family Supporters)

**April** Webinar Social Media

**April** Workshop Diversiteit Sensitieve Communicatie (Pep)

**Mei** Workshop Teken je werk (Cardea)

**Nov** Plusgroep Festival

## Begeleiding Plusstudenten door Pluscoach

Plusstudentteams bestaan uit 4de jaars HBO studenten die op een mbo- of vo-locatie werkzaam zijn om jongeren individueel te begeleiden, enkelvoudige vragen te beantwoorden of masterclasses te geven. In 2020 is er een start gemaakt om Pluscoaches te verbinden aan de teams met Plusstudenten.

Een Pluscoach biedt extra ondersteuning aan de Plusstudenten zodat ze een jongere toch kunnen blijven begeleiden ook als dit complexere zaken blijken te zijn. De Pluscoach stimuleert de Plusstudenten om contact te maken, bespreekt moeilijk inhoudelijke situaties en kan in het uiterste geval naast de Plusstudent het gesprek voeren met een jongere of zorgcoördinator. Hierdoor lukte het om meer jongeren te begeleiden en ook zwaardere casussen op te pakken.

Hierdoor wordt het aantal wisselingen van coaches beperkt en dat is fijn voor de jongere die begeleidt wordt. De Plusstudent leert zichzelf in te zetten als coachmiddel en dat is weer goed voor de ontwikkeling van de Plusstudent. Het bereik en verdieping van een Plusstudent wordt hierdoor vergroot.



# WAARDERING

## Waardering vrijwilligers

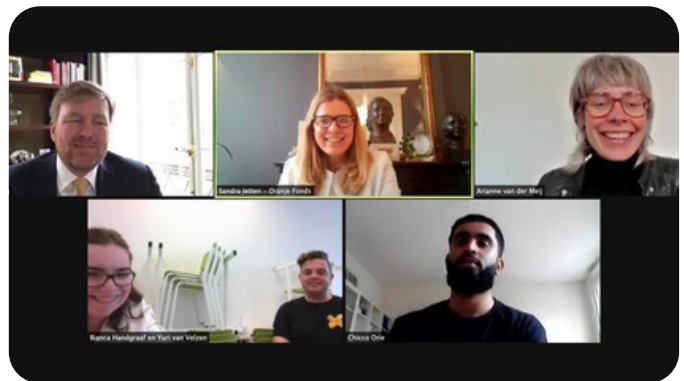
Vrijwilligers en stagiaires zijn van onschatbare waarde voor Plusgroep. Zonder hun inzet zou Plusgroep niet kunnen bestaan. In het afgelopen jaar zijn er daarom diverse momenten georganiseerd om onze waardering te laten blijken;

- Kerstpakketjes zijn uitgedeeld aan het team van vrijwilligers van Plusmaatje in de Buurt
- Rondleiding bij het Binnenhof voor de nieuwe Plusstudenten
- Pizza avond met de Plusmaatjes tijdens de uitreiking van de Teylinger prijs
- Plusgroep Festival voor zorgprofessionals en vrijwilligers bij D'Roem in Den Haag
- Online afscheidsborrel van de maatjes/studenten
- Plusmaatje gingen met jongeren mee naar Walibi op uitnodiging van Stichting het Vergeten Kind



## Koninklijk bezoek

In maart 2021 werd Plusgroep verrast met een online bezoek van koning Willem-Alexander ter ere van het derde en laatste jaar van het programma Meer Kansen Voor Jongeren van het Oranje Fonds. Plusstudent is mede dankzij de bijdrage vanuit het Oranje Fonds en VSV opgestart in 2018. De koning sprak met de Plusstudenten en jongeren over de meerwaarde en de toekomst van dit project.



## Plusmaatje in de Buurt wint aanmoedingsprijs

"Plusmaatje in de Buurt is een zeer waardevol project door de blijvende impact die het heeft op de jongeren die geholpen worden en ook op de Plusmaatjes zelf.

Jongeren die op het punt van uitvallen staan of overvraagd worden kunnen hun verhaal kwijt bij een ervaringsmaatje. De Plusmaatjes kunnen hun 'slechte' ervaringen omzetten in iets goeds: ze gebruiken hun ervaring om anderen te helpen en dat geeft de Plusmaatjes voldoening en is bijzonder zinvol en helpend voor henzelf. Ze geloven zo weer in hun eigen kracht en versterken niet alleen hun maatje, maar ook zichzelf.."



Bron: Juryrapport Gemeente Teylingen:

# SAMENWERKING

Leren en inspireren

## Samenwerking

De eerste maanden van 2021 was het een flinke uitdaging om nieuwe samenwerkingen in beide regio's op te starten. Veel organisaties waren bezig zelf het hoofd boven water te houden en hun jongeren de juiste ondersteuning te bieden in de zeer lange lockdown. Dat gold ook voor Plusgroep.

Wel is het gelukt om in contact te blijven met het JIT en JIP. Doorverwijzen vanuit het JIT bleek echter lastig als er geen fysieke kennismaking plaats kon vinden. Plusmaatjes en Plusstudenten zijn wel, als dat kon, naar het JIP geweest voor informatie over diverse onderwerpen zoals bijvoorbeeld huisvesting.

Omdat we bij Plusgroep een toename zagen in het aantal taalvragen zijn we meer gaan samenwerken met Taal Aan Zee en Vluchtelingenwerk. Ook met het CJG is het eerste contact gelegd voor samenwerking in 2022.

## Samenwerking

Vanuit de Pluscoach voorziening werken we in de regio Haaglanden en Zuid Holland Noord met onderstaande jeugd- en welzijnsorganisaties:

- Stichting Cardea Jeugdzorg
- It's 4 sure
- Jeugdformaat
- Prodeba
- Impegno
- Welzijn E25
- USG Restart
- Westcoaching
- Middin
- Educe

De organisaties bieden Pluscoaches die met jongeren met multi problematiek aan de slag gaan.

## Internationale samenwerking

Hug to Employment is afgerond! Een project waarin we meegedacht hebben vanuit onze eigen kennis en ervaring aan middelen ter voorkoming van schooluitval. Partners uit Spanje, Noorwegen en Nederland hebben de krachten gebundeld om vanuit bestaande ervaringen de beste voorbeelden en werkwijzen te verzamelen om jongeren op school te begeleiden, zowel in hun eigen ontwikkeling en de ontwikkeling als groep. Er is een lesprogramma ontwikkeld met een bijbehorende handboek om met klassen op het voortgezet onderwijs/ beroepsonderwijs te werken aan persoonlijke ontwikkeling.

## Meer hierover weten:

<https://www.sillaeuropa.eu/the-hug-to-employment/>



# FESTIVAL

Leren en inspireren

## Plusgroep Festival

Op dinsdag 9 november heeft Plusgroep in samenwerking met **Bloom Foundation** het Plusgroep festival georganiseerd. Een, door corona, verlaat event voor het 10-jarig bestaan van Plusgroep in 2020. Het festival stond in het teken van elkaar weer kunnen ontmoeten en inspireren na lange tijd. Diverse Haagse organisaties, hulpverleners, Plusmaatjes, Plusstudenten en jongeren waren aanwezig.



De middag bestond uit een workshop "Nu Niet Zwanger" over gesprekken voeren rondom seksualiteit en anticonceptie met jongeren gegeven door **GGD Haaglanden**.

Gevolgd door een workshop over "De Ideale Hulpverlener" gegeven door ervaringsdeskundige jongeren uit de **jongerenraad van Cardea Jeugdzorg**.

Daarna volgde er nog een workshop over de samenwerking tussen formele en informele zorg door de **Plusstudenten**. We sloten af met een gezellige netwerkborrel.



Het festival vond plaats bij **D'ROEM**, een dagbestedingsproject en erkend leerbedrijf voor kwetsbare jongeren van 16-27 jaar, met afstand tot de arbeidsmarkt.

Het mooie van het festival organiseren op deze locatie was dat de jongeren die werkzaam zijn bij D'ROEM zich dermate konden vinden in de verhalen uit de workshops dat zij zelf mee wilden doen. Tussen het organiseren van de catering door vertelden zij hun verhaal. Dat maakte deze middag extra speciaal.



---

# ERVARINGEN

---

## **Sabria BenDhramme, Plusstudent en Plusmaatje**

Een van de jongeren die ik coach volgt de opleiding MZ 4 en zit momenteel in haar laatste jaar. In het begin kwam zij met de hulpvraag plannen en organiseren. Al gauw kwam naar voren dat er ook andere zaken waren waar de studente tegenaan liep. Zij was onzeker over haar eigen kunnen en vooral bang dat zij het jaar niet zou halen, omdat zij eerder is blijven zitten in het tweede leerjaar. Zij had moeite met plannen en organiseren en had behoefte aan een luisterend oor.

De afgelopen vier maanden heb ik haar zien groeien tot een zelfverzekerde jonge vrouw door in haarzelf te geloven. Dit hebben wij samen kunnen bereiken door haar in haar eigen kracht te zetten, door kansgericht te denken, want dat is positief denken! Hierbij denkt de student in mogelijkheden, oplossingen en kansen.



Het leukste vind ik altijd om de voortgang te zien en om feedback te krijgen. Deze student heeft mij dan als feedback gegeven dat ik heb gezorgd voor een veilige, fijne sfeer en dat dit haar stimuleerde om meer te vertellen over haar situatie. Dit zorgde voor open communicatie en eerlijkheid binnen de samenwerking.

Momenteel zitten wij nog in het traject omdat de student nog wel behoefte heeft aan een luisterend oor en graag meer wilt weten over het doorstuderen.

---

# ERVARINGEN

## Nikita , Plusstudent en Plusmaatje

Er kwam een jongere binnenlopen in 3.33 samen met haar Slb'er, met de vraag voor ondersteuning bij haar stress die zij ervaarde omtrent school. Uit het gesprek kwam naar voren dat ze erg veel stress ervaarde als het ging om haar prestaties. Ze wilde goed presteren en plande daarom haar agenda altijd helemaal vol. Ze nam weinig rust en had nooit een dag waarop ze even niets te doen had. Dit was een punt waar we aan gingen werken. Rust plannen. Ze vond dit lastig, maar na een tijdje merkte ze toch wel dat ze veel meer energie had als ze wat meer rust zou pakken.

Maar de stress ging hierdoor niet helemaal weg. Ze was continu aan het piekeren en haar handelingen aan het catastroferen. Ze ging altijd uit van het slechtste. Ik ben hier toen research voor gaan doen, hoe kunnen we dit oplossen? Uit mijn zoektocht kwam naar voren dat haar stress mogelijk ontstond door angst om te falen. Hier hebben wij toen een uitgebreid gesprek over gehad, waaruit naar voren kwam dat zij op de middelbare school faalangst-training heeft gehad. Maar, dit werkte volgens de jongere niet. Toen ben ik gaan zoeken naar wat effectieve interventies of technieken kunnen zijn als het gaat om verminderen van de stress, de angst om te falen en het piekeren. Hieruit kwam naar voren dat de jongere baat zou kunnen hebben met het toepassen cognitieve gedragstherapie. Ik mag natuurlijk geen therapie uitvoeren, maar kleine elementen uit deze techniek kan ik wel toepassen.

Ik ben toen gaan zoeken naar ontspanningsoefeningen die de jongere kon toepassen. Deze hebben wij samen uitgevoerd en ze stond er versteld van hoe veel opluchting deze oefeningen konden geven. Ze gaf aan dat ze deze oefeningen dagelijks wilde gaan doen. Een week later spraken we af, en de jongere was erg enthousiast over de resultaten van de oefeningen die ze had gedaan. Dit voelde voor mij natuurlijk ook fijn, want het hielp haar! Ze gaf hierbij ook aan dat ze nu dagelijks even eens stukje ging wandelen met haar moeder en dat ze op die momenten ook even haar hart kon luchten. Dit voelde voor de jongeren erg prettig. De jongere besloot daarna daarom ook dat ze het nu zelf wilde gaan proberen. Ze wilde kijken of ze zonder mijn hulp verder kon. Dus dat gingen we doen. En ja hoor, twee weken later stuurde ik haar een berichtje hoe het met haar ging. Het ging goed! Ze had besloten ontslag te nemen bij haar bijbaan en had daardoor veel meer rust. Ze kon weer ademen, zoals ze dat zelf noemde. Dit was een groot succes momentje voor mij. De jongere heeft geleerd tijdens de begeleiding en ze heeft het toe kunnen passen op haar dagelijks leven, waardoor ze nu meer rust ervaart.



# ERVARINGEN

## **Naoual Errami, hulpverlener bij JGT Leidse**

**regio:** "Ik hoor van zowel Wesley als Robert terug dat zij het traject positief ervaren. Wesley is tijdens ieder overleg echt te spreken over dat hij het leuk vindt met Plusmaatje Robert en ermee door wil gaan. Daarnaast gezien het traject voor beperkte tijd ingezet kan worden, vind ik het goed dat er in die tijd aan doelen gewerkt worden. Zij werken aan sociale contacten van Wesley opbouwen en zijn vrijetijdsbesteding invullen. Zodat Wesley daar straks (zelf) mee door kan gaan.

Ook voor zijn pleegmoeder heeft het een positieve impact. Gezien haar gezondheid lukt het haar niet om altijd de activiteiten te ondernemen die Wesley wil doen en nu kan Robert dit met hem doen en leert Wesley ook zelf dingen hierin. Op mijn werkzaamheden heeft het ook invloed. Gezien er vaak gebrek is aanbod door lange wachtlijsten of er niet altijd passende hulp te vinden is, was het echt een uitkomst om te horen dat het ook via het Plusmaatjes traject kon.

Bij het zoeken naar een maatje liep ik er namelijk wel tegenaan dat er of langere tijd geen plek was of dat het niet passend was voor Wesley. Voor Wesley die al best een kwetsbare positie heeft is het heel fijn dat dit mogelijk is. Wat ik prettig vind is dat ik vanuit het jeugdteam overzicht en de regie behoud, maar daarin wel met een coördinator van Plusgroep en het maatje kan samenwerken in hoe we het traject vormgeven en ook samen kunnen nadenken over het vervolg als het traject eindigt".



# BLIK OP DE TOEKOMST

Als alles weer normaal wordt, zien we pas echt wat er is gebeurd

"Onderzoeken bevestigen dat jongeren en jongvolwassenen door de coronamaatregelen, meer dan andere leeftijdsgroepen, mentale gezondheidsproblemen zoals eenzaamheid, somberheid en angst ervaren.

Door de nieuwe versoepelingen kan er weer meer. Maar deze nieuwe situatie brengt ook onwennigheid en nieuwe afwegingen en dilemma's mee. Het doet wederom een beroep op de veerkracht van jongeren. Zij hebben tijd en ruimte nodig om zich aan te passen aan deze nieuwe situatie" (Bron NJI)

Als alles straks weer "normaal" is, dan zien we pas echt wat er is gebeurd. Hebben jongeren nog voldoende veerkracht om school af te ronden en om gemotiveerd te blijven?

Ontwikkeling op sociaal gebied heeft voor sommige twee jaar stilgestaan en dan moeten jongeren bijvoorbeeld ineens een stageplek gaan regelen. "Hoe dan?!", vraagt Plusstudent Sanne zich af.

We zijn er wat betreft het einde van de pandemie waarschijnlijk nog niet en hebben misschien nog wat hobbels te gaan maar het is in ieder geval fijn als je de toekomst met meer perspectief tegemoet kan gaan. Zeker ook als je jong bent en aan het begin van je leven staat.

Door aanpassingen in de Plusgroep-applicatie hopen we in 2022 onder andere meer inzicht te krijgen over hoe de jongeren de ondersteuning vanuit een Pluscoach of Plusmaatje ervaren. Daarnaast willen we een nog beter beeld krijgen van het verloop van de hulpvragen en doelen die daarbij gesteld worden door de jongeren.

In 2022 gaan we ons ook richten op een nauwe samenwerking met het CJG. Iets waar we zeer naar uitkijken. Omdat we merken dat de hulpvragen van jongeren die niet school gerelateerd zijn toenemen.

Het juiste steuntje in de rug maakt voor veel jongeren het verschil om toch die stap vooruit te kunnen zetten. In 2022 willen we dan ook nog veel meer jongeren motiveren die stap naar zelfstandigheid te maken.





---

# FINANCIËN

---

We zijn heel blij dat we afgelopen jaar weer zoveel jongeren hebben kunnen ondersteunen in deze belangrijke fase van hun leven. Daarom willen we onderstaande opdrachtgevers hartelijk danken voor de samenwerking:

VSV-Nee Maatregel Pluscoach regio Haaglanden

VSV programma Zuid Holland Noord

Gemeente Haaglanden

Oranjefonds

Gemeente Leiden

Gemeente Lisse

Gemeente Teylingen

Gemeente Hillegom

ROC Mondriaan Aspasiaaan Leidschendam

Pleysier College Westerbeek te Den Haag

De jaarrekening 2021 staat op de site van Stichting Plusgroep en van Stichting Cardea Jeugdzorg.