

Socialemediagebruik van jongeren in de GGZ beter bespreekbaar maken

Relevantie onderzoek

Het gebruik van sociale media is de afgelopen jaren sterk toegenomen, vooral onder jongeren. Dit heeft zowel positieve als negatieve effecten op hun mentale gezondheid. Binnen de GGZ wordt dit onderwerp echter nog nauwelijks besproken. Wij onderzochten hoe socialemediagebruik beter bespreekbaar kan worden gemaakt tijdens de behandeling.

01

Onderzoeksmethode

01

02

03

We hebben 3 werksessies en 1 interview gehouden met in totaal 10 **jongeren** (16-23 jaar) die in behandeling zijn bij Arkin Jeugd & Gezin. Vervolgens zijn 2 werksessies geweest met in totaal 8 **zorgverleners** die hier werkzaam zijn.

05

04

02

05

Conclusie

Zie volgende blad voor het advies

04

Behoeftes van behandelaren

- Meer kennis over normaal en problematisch socialemediagebruik
- Duidelijke richtlijnen voor het uitvragen
- Praktische handvatten voor vervolgacties na uitvragen
- Gesprekken voeren zonder belerend te zijn of een “ouderrol” aan te nemen

03

Huidige stand van zaken binnen J&G

Socialemediagebruik komt in de behandelkamer niet altijd structureel aan bod, wanneer wel?

- Tijdens het uitvragen van slaap
- Bij de intake bij Jellinek Jeugd
- Meestal op initiatief van de cliënt zelf
- Soms als hulpmiddel om psycho-educatieve filmpjes te laten zien aan cliënten

Tegelijkertijd wordt het telefoongebruik van cliënten als afleidend ervaren.



Adviezen

Tijdens intake

01

Structureel uitvragen

Socialemediagebruik systematisch uitvragen tijdens de intake. Vraag hierbij met behulp van een (korte) vragenlijst naar **gebruikstijd, type content, motieven** en **invloed op stemming en gedrag**.

Tijdens de behandeling

02

Gebruik en impact bespreken

- Ga het gesprek aan. Veel jongeren willen wel praten over hun online activiteiten, maar beginnen hier zelden zelf over. Vraag daarom op **meerdere momenten** tijdens de behandeling naar hun socialemediagebruik.
- Verken vervolgens hoe dit gebruik samenhangt met de **hulpvraag**. Gebruik hierbij bestaande methodes zoals **functieanalyses, G-schema's of rollenspellen**. Betrek hierbij zowel de negatieve als positieve effecten van sociale media op stemming, gedrag en ervaren klachten.

Vervolg: Arkin-breed en workshops

03

Arkin-brede richtlijnen

Opstellen van beleidsmatige richtlijnen om het socialemediagebruik beter uit te vragen, interpreteren en bespreken.

Workshops voor jongeren en ouders

Organiseren van groepsbijeenkomsten voor jongeren en ouders waarin de thema's aan bod zoals: balans online-offline activiteiten, algoritmes, online veiligheid, bevorderend online contact en de positieve kanten van sociale media.