

FACTSHEET

JONGVOLWASSENEN (18–30 JAAR) MET EEN PSYCHISCH KWETSBAAR FAMILIELID

EEN VERGETEN GROEP IN BELEID EN PREVENTIE

DOEL

Deze factsheet laat zien dat het belangrijk is om aandacht te vragen voor jongvolwassenen die opgroeien met een ouder met psychische problemen of verslaving én wat beleid kan doen om hun veerkracht en toekomstkansen te versterken. Deze jongvolwassenen verdienen eerder herkenning en steun en daarom vragen we aandacht voor deze specifieke doelgroep.

FEITEN OP EEN RIJ

- **1 op de 4** jongvolwassenen groeit op met een ouder met psychische problemen of verslaving.
- Zij doen **5x vaker** een beroep op de GGZ.
- **65%** ontwikkelt zelf een psychische stoornis vóór 35 jaar (bij angst/depressie bij de ouder).
- De maatschappelijke kosten van psychische aandoeningen bedragen ruim €22 miljard per jaar (Trimbos, 2023).
- In de regio Arnhem ligt het aantal **GGZ-cliënten tussen 18 en 34 jaar hoger dan het landelijk gemiddelde** (Menzis Regiobeeld GGZ Arnhem, 2023).

“ZORGCONTINUÏTEIT STOPT NIET BIJ 18 JAAR. BELEID BEPAALT OF JONGVOLWASSENEN VALLEN – OF BLIJVEN STAAN.”

“EEN KLEIN GEBAAR VAN ERKENNING KAN RUIMTE GEVEN VOOR HERSTEL, GROEI EN HOOP”

WAAROM DIT BELANGRIJK IS

Duizenden jongvolwassenen groeien op met een ouder met psychische problemen of verslaving. Vanaf hun 18e verdwijnen zij uit het jeugdbeleid, terwijl hun thuissituatie onveranderd blijft. Ze dragen vaak nog steeds zorgtaken, ervaren stress en onzekerheid, maar vinden zelden passende steun in zorg of beleid.

Zij blijven vaak onzichtbaar:

- Door **schaamte, stigma en taboe** spreken ze niet over hun thuissituatie.
- Daardoor worden ze **niet bereikt** door hulpverlening of preventie.
- Actieve inzet op **herkenning en outreachend beleid** is nodig om hen in beeld te brengen.

De maatschappelijke en structurele impact is groot:

- Hogere **zorgvraag** en **druk** op GGZ en Wmo.
- Meer **studie- en werkuitval** en **economische kwetsbaarheid**.
- **Herhaling van problematiek** in volgende generaties.

➤ vroegsignalering en structurele aandacht zijn cruciaal om uitval, overbelasting en generatieoverdracht te voorkomen.

KNELPUNTEN OP BELEIDSNIVEAU

- **Beperkte aandacht in beleidsagenda's:** jongvolwassenen met een psychisch kwetsbaar familielid zijn zelden expliciet opgenomen in gemeentelijk of regionaal beleid.
- **Geen structurele plek in beleid:** jongvolwassenen vallen tussen jeugd- en volwassenendomeinen.
- **Gebrekkige samenwerking:** ondersteuning van ouders, kinderen en jongvolwassenen verloopt versnipperd.
- **Onzichtbare overbelasting:** professionals herkennen deze doelgroep vaak pas als klachten al verergerd zijn.
- **Preventieve voorzieningen zijn onvoldoende bekend en benut:** KOPP/KOV- en mantelzorgprogramma's zijn vaak beschikbaar, maar professionals weten ze niet altijd te vinden of door te verwijzen. Daardoor blijft de verbinding tussen signalering, preventie en ondersteuning kwetsbaar.
- **Toenemende druk op de GGZ:** door uitgestelde hulpvragen neemt de wachttijd toe, en wordt preventieve steun steeds urgenter.

BEHOEFTE VAN JONGVOLWASSENEN

- **Erkenning:** gezien en serieus genomen worden, ook als hun zorgen niet direct zichtbaar zijn.
- **Veiligheid en stabiliteit:** ruimte om zich te ontwikkelen zonder voortdurende stress thuis.
- **Informatie en begrijpelijke uitleg:** over de psychische problemen van hun familielid en over beschikbare hulp.
- **Steunfiguren:** iemand buiten het gezin die luistert, meedenkt en helpt keuzes te maken.
- **Lotgenotencontact:** herkenning bij anderen in vergelijkbare situaties.
- **Praktische steun:** bij studie, werk, financiën en zelfstandigheid.
- **Toegang tot passende hulp:** zonder hoge drempels of ingewikkelde verwijzingen.

WAT WERKT- EN WAT BELEID KAN DOEN

1. VERANKER VROEGSIGNALERING STRUCTUREEL

- Stimuleer dat **onderwijs, wijkteams, huisartsen en GGZ** deze groep herkennen.
- Maak de **Kindcheck** onderdeel van beleid, ook voor jongvolwassenen.
- Investeer in training voor professionals in het sociaal en medisch domein.
- Door **vroeg in te zetten op preventie**, verminderen we de druk op de GGZ en voorkomen we verergering van klachten.

2. ZORG VOOR SOEPELE OVERGANGEN IN BELEID

- Ontwikkel **doorlopende ondersteuning van jeugd naar volwassenheid** (18–30 jaar).
- Verminder domeinoverstijgende barrières (financiering, mandaat, informatie-uitwisseling).
- Maak **preventie** een gezamenlijke verantwoordelijkheid van gemeente, zorg en onderwijs.

3. INVESTEER IN HERSTEL, RESPIJTZORG EN TOEKOMSTKANSSEN

- Stimuleer lokale initiatieven die **verbinding, veerkracht en lotgenotencontact** bieden.
- Combineer mentale steun met praktische hulp bij **wonen, studie en werk**.
- zorg voor voldoende mogelijkheden tot **respijtzorg**. Tijd en ruimte voor herstel, ontspanning en eigen ontwikkeling zijn essentieel om overbelasting te voorkomen en perspectief te behouden.
- Zet in op **veilige gezinnen en systemische hulpverlening**: neem het hele gezin mee.

WAT IS ER NODIG

Een gezamenlijke aanpak waarin:

- beleid **structureel aandacht** heeft voor jongvolwassenen in kwetsbare gezinnen;
- domeinen **over elkaar heen samenwerken** (zorg, onderwijs, gemeente, welzijn);
- **structurele samenwerking** wordt geborgd tussen gemeenten, GGZ, onderwijs en welzijn – zodat signalering, preventie en ondersteuning beter op elkaar aansluiten;
- beleid inzet op het vergroten van **bewustwording bij de doelgroep zelf**, zodat jongvolwassenen hun eigen situatie eerder herkennen en weten waar ze terecht kunnen;
- preventie, respijtzorg en systeemdenken **de norm** worden in plaats van de uitzondering.

MEER INFO?

MVT Arnhem – www.mvtarnhem.nl

Wij denken graag mee over een passend beleid en hoe we deze doelgroep samen beter kunnen bereiken en ondersteunen.

WIJ WERKEN SAMEN MET

- **Pro Persona Arnhem** – lotgenotencontact en trainingen voor de doelgroep – www.propersonaconnect.nl
- **KOPPSupport** – informatie en trainingen voor de doelgroep – www.koppsupport.nl
- **Trimbos-instituut** – informatie en preventieprogramma's – www.trimbos.nl/kennis/kopp-kov
- **NaastenCentraal** – informatie en online lotgenotencontact – www.naastencentraal.nl
- **MVT Arnhem** – ondersteuning, ontspannende activiteiten en lotgenotencontact – www.mvtarnhem.nl

SAMEN MAKEN WE HET VERSCHIL

Deze factsheet is onderdeel van een drieluik (voor professionals, beleidsmakers en de jongeren zelf).

Jongvolwassenen met een psychische kwetsbaar familielid dragen vaak meer zorg dan zichtbaar is. Met aandacht, vroegsignalering en samenwerking kunnen we voorkomen dat ze overbelast raken.

Bronnen en onderbouwing

- Trimbos-instituut (2023). Feiten en cijfers over psychische aandoeningen en KOPP/KOV-doelgroepen. www.trimbos.nl/kennis/kopp-kov
- Menzis Regiobeeld GGZ Arnhem (2023). Regiobeeld geestelijke gezondheidszorg – regio Arnhem.
- SCP – Sociaal en Cultureel Planbureau (2022). Mantelzorg en jonge mantelzorgers in Nederland.
- CBS – Centraal Bureau voor de Statistiek (2024). Gezondheid en welzijn van jongeren en jongvolwassenen.
- KOPPSupport.nl (2024). Informatie en ondersteuning voor (jong)volwassen kinderen van ouders met psychische problemen of verslaving. www.koppsupport.nl
- Mind Naasten Centraal (2023). Onderzoek naar de positie van naasten in de GGZ. www.naastencentraal.nl
- Pro Persona Arnhem (2024). Preventieve en herstelgerichte GGZ-programma's voor jongvolwassenen. www.propersona.nl