

Zoals in de Finse scholen

Het gaat slecht met de mentale gezondheid van de jongeren

Het gaat steeds slechter met de mentale gezondheid van onze kinderen en jongeren. Veel jongeren voelen zich eenzaam en zijn vaak gestrest, ook hebben er meer gedachten over zelfdoding¹. Daarnaast zitten er te veel kinderen thuis, dit vergroot niet alleen de eenzaamheid maar kan er ook voor zorgen dat deze kinderen angsten en gedragsproblemen ontwikkelen².

Dit zijn beide grote problemen gezien meer dan de helft van psychische aandoeningen begint voor de leeftijd van 25 jaar, een derde daarvan begint zelfs al voor de leeftijd van 14 jaar³. Er moet iets veranderen om de jeugd beter te kunnen ondersteunen zonder de zorg verder te overbelasten.

Onderwijs anders inrichten

Scholen kunnen een belangrijke rol spelen in het ondersteunen van mentale gezondheid door te zorgen voor een veilig klimaat, de pedagogische rol van leraren en mentoren en aandacht veerkracht-vaardigheden zoals stressregulatie⁴. Voor inspiratie kijkt Volt graag naar andere Europese landen zoals Finland. Daar hebben ze namelijk geen speciaal onderwijs, dit hebben ze niet nodig omdat hun reguliere scholen al genoeg ondersteuning geven. De scholen in Finland krijgen de financiering om twee “special teachers” in dienst te hebben die leerlingen begeleiden in kleine groepjes of in de klas, net als een tweede leraar. In Nederland zou deze aanpak ervoor zorgen dat de wachtlijsten voor speciale scholen drastisch verminderen, net als de hoeveelheid thuiszitters.

Ook zijn kinderen daar pas later en voor een kortere tijd leerplichtig, beginnen de schooldagen later op de dag, hebben ze minder vakken per dag, is er nauwelijks

¹

<https://www.ggznieuws.nl/mentale-gezondheid-jongeren-opnieuw-onder-druk-onderzoek-toont-zorg-wekkende-stijging-in-stress-en-eenzaamheid/>

²

<https://balansdigitaal.nl/info-over/thuiszitters/kennisdossier-over-thuiszitters/gevolgen-van-thuiszitten-en-niet-passend-onderwijs-3>

³

<https://www.trimbos.nl/kennis/mentale-gezondheid-preventie/expertisecentrum-mentale-gezondheid/mentale-gezondheid-jeugd/>

⁴ <https://www.scp.nl/publicaties-scp/2025/10/toekomst-die-jongeren-toekomt>

huiswerk en hebben ze bijna geen toetsen⁵. Hierdoor ligt de prestatiedruk in Finland een stuk lager, wat voor minder stress bij de leerlingen zorgt en daardoor ook helpt aan het verbeteren van de mentale gezondheid.

Scholen als multifunctionnelle centra

Voor zorg hoeven kinderen daar niet naar een andere organisatie om daar op een wachtlijst te komen, want ze hebben een schoolpsycholoog waar leerlingen met mentale problemen zo kunnen binnenlopen. We willen van de Goudse scholen multifunctionele centra maken waar onderwijs, opvang, sport en buurtzorg samenkomen⁶. De gemeente neemt bij renovatie en nieuwbouw haar verantwoordelijkheid om gebouwen toegankelijk en inclusief te maken.

Deze voorgestelde verbetering van onze scholen is een preventieve aanpak voor de mentale gezondheidszorg, het vermindert de hoeveel jeugdhulp en zorg die jongeren nodig hebben en leidt daardoor ook tot kostenbesparing⁷.

⁵

<https://www.curioctopus.nl/read/18481/het-finse-onderwijssysteem-is-een-van-de-beste-aan-het-wor-den-in-de-wereld-en-wel-om-deze-10-redenen>

⁶ <https://avs.nl/actueel/artikelen/in-finland-komt-de-zorg-in-de-school/>

⁷ <https://www.nji.nl/kennis/impact-maken-met-jeugdbeleid/werkt-preventie>

Such as in the Finnish schools

The mental health of young people is deteriorating

The mental health of our children and young people is getting worse and worse. Many young people feel lonely and are often stressed, and more of them are having thoughts about suicide. In addition, too many children are staying at home; this not only increases loneliness but can also cause these children to develop anxiety and behavioral problems.

These are both major issues, considering that more than half of mental health disorders begin before the age of 25, and one third even begin before the age of 14. Something needs to change in order to better support young people without further overburdening the care system.

Organizing education differently

Schools can play an important role in supporting mental health by providing a safe environment, strengthening the pedagogical role of teachers and mentors, and paying attention to resilience skills such as stress regulation. For inspiration, Volt looks to other European countries such as Finland. There, they do not have separate special education, because their mainstream schools already provide sufficient support. Schools in Finland receive funding to employ two “special teachers” who guide students in small groups or in the classroom, similar to a second teacher. In the Netherlands, this approach would drastically reduce waiting lists for special schools, as well as the number of students staying at home.

Children there are also subject to compulsory education at a later age and for a shorter period of time, school days start later, they have fewer subjects per day, there is hardly any homework, and they have almost no tests. As a result, performance pressure in Finland is much lower, which reduces stress among students and therefore helps improve mental health.

Schools as multifunctional centers

Children there do not need to go to another organization and join a waiting list to receive care, because they have a school psychologist they can approach directly. We want to turn schools in Gouda into multifunctional centers where education, childcare, sports, and community care come together. The municipality should also

take responsibility during renovation and new construction to make buildings accessible and inclusive.

This new model for our schools is a preventive approach to mental healthcare. It reduces the amount of youth support and care that young people need and therefore also leads to cost savings.