

App je happy

voor Rotterdamse

middelbare schoolmeisjes

Afbeelding met vectorafbeeldingen

Automatisch gegenereerde beschrijving

Een projectvoorstel voor Citylab010

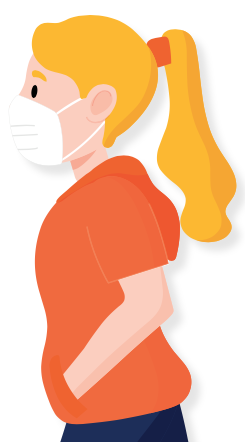
van

Koers VO, Hogeschool Rotterdam en YipYip

Algemene gegevens

**App je happy voor Rotterdamse middelbare schoolmeisjes**

|  |
| --- |
|  |
| Dr. Patricia Vuijk, lector Jeugdpreventie Hogeschool Rotterdam |
|  |
| Kenniscentrum Talentwikkeling van Hogeschool Rotterdam in samenwerking met scholen van Koers VO en YipYip |
|  |
| Postbus 25035, 3001 HA ROTTERDAM |
| 06-15959704 (telefoonnummer Patricia Vuijk) |
|  |
| [p.vuijk@hr](mailto:p.vuijk@hr).nl |
| Aan te vragen Startsubsidie: 74.956,80 euro |
| Samenvatting projectplan/initiatief  Tien Rotterdamse middelbare scholen van Koers VO signaleren dat met name jongere meisjes vanwege de COVID-19 maatregelen momenteel depressieve klachten ontwikkelen en dat hun schoolprestaties daardoor snel kelderen. Schoolprofessionals signaleren dat co-rumineren - het binnen vriendschaprelaties excessief bespreken van problemen en negatieve gevoelens over deze problemen - bij meisjes momenteel in toenemende mate een prominente negatieve rol speelt in hun functioneren en welbevinden.  Uit de eerste resultaten van onze Happy Friends, Positive Minds observatiestudie naar co-rumineren (zie <https://www.happyfriends.app>), waaraan driehonderd meisjes van onder meer Rotterdamse scholen meewerken, blijkt dat meisjes onderling vooral over eenzaamheid, depressiviteit, stress, piekeren, slecht slapen en vermoeidheid co-rumineren. Veel meisjes bespreken binnen hun vriendschappen bovendien excessief dat ze door COVID-19 hun sociale contacten missen, dat online contact hiervoor geen vervanging is en dat ze het gevoel hebben dat ze niets hebben om naar uit te kijken. In dit onderzoek vertellen meisjes ons ook dat er bij hen een taboe rust op het bespreekbaar maken van depressieve klachten en gevoelens van stress bij hun docenten of hun mentor; meisjes geven aan dat ze zich niet willen aanstellen en geen aparte behandeling willen krijgen, waardoor ze hun problemen liever onderling bespreken. Omdat meisjes tijdens de COVID-19 periode minder op school zijn geweest, is deze tendentie om elkaar intensiever in vertrouwen te nemen, ten koste van binding met schoolprofessionals, nog eens versterkt geraakt.  De deelnemende middelbare scholen signaleren deze problemen weliswaar, maar ervaren tegelijkertijd ernstige handelingsverlegenheid in de begeleiding van co-ruminerende meisjes omdat de problematiek zich buiten hun zicht afspeelt. Scholen noemen daarvoor twee oorzaken. Schoolprofessionals hebben enerzijds onvoldoende zicht op de mate van co-rumineren tussen meisjes en de invloed van co-rumineren op hun stemming en schools functioneren. Anderzijds werkt het gevoel van nauwe verbondenheid dat gepaard gaat met co-rumineren voor vriendinnen bekrachtigend, waardoor schoolprofessionals moeite hebben om meisjes te overtuigen van de risico’s van excessief co-rumineren en problemen ervaren om meisjes doelgericht te begeleiden in het ontwikkelen van adaptieve copingstrategieën.  Vriendinnen die excessief co-rumineren geven aan dat zij het weliswaar fijn vinden om steun te geven en te krijgen wanneer ze zorgen en problemen hebben, maar dat dit ook een keerzijde heeft: vaak voelen ze zich machteloos wanneer ze hun vriendinnen niet echt goed kunnen helpen en maken zij zich zorgen over de ernst van de problemen. Meisjes geven aan dat ze vaak nog lang na afloop van gesprekken piekeren, daardoor slecht slapen en moeite hebben om goed te functioneren op school. Daarbij leggen ze vaak geen verband tussen hun excessieve co-ruminerende copingsstijl en hun mentale klachten, laat staan dat ze daarvoor hulp van hun school inroepen.  Schoolprofessionals van Koers VO die meewerken in de Happy Friends-studie geven aan zij door deze combinatie van factoren steeds vaker pas door ouders of leerlingen om hulp worden gevraagd wanneer depressieve klachten geëscaleerd zijn en dat zij vaak weinig anders meer kunnen doen dan meisjes aan te melden bij de GGZ. Voor deze meisjes is die stap vaak een grote schok die grote impact heeft op hun zelfvertrouwen. Opeens realiseren ze zich de ernst van hun problematiek, waardoor ze snel behoefte ontwikkelen aan ondersteuning. Vervolgens blijken de wachtlijsten in de GGZ lang, is de aansluiting tussen de behandeling en de problematiek soms voor meisjes teleurstellend en voelen meisjes zich ellendig omdat ze niet de hulp krijgen die zij nodig hebben om met vriendinnen uit deze impasses te komen. Dit alles bij elkaar opgeteld maakt de urgentie voor scholen om gericht aan depressiepreventie bij meisjes te kunnen werken groot.  Omdat depressieklachten zich bij meisjes door hun focus op een co-ruminerende copingstijl binnen de context van hun vriendschappen ontwikkelen en daar ook escaleren, vormen zowel universele (voorlichting en bewustwording voor de hele klas) als geïndiceerde preventie (gepersonaliseerde ondersteuning voor vriendinnenkoppels die excessief co-rumineren) een belangrijke focus voor schoolgerichte depressiepreventie. Voorliggend Citylab010-projectvoorstel is ingeweven in de Happy Friends, Positive Minds-studie die momenteel met behulp van een NRO-subsidie onder driehonderd Rotterdamse meisjes in de leeftijd van 13-15 jaar wordt uitgevoerd. Met deze Observatiestudie onderzoeken we hoe vaak co-rumineren voorkomt onder Rotterdamse meisjes, hoeveel co-ruminerende meisjes depressieve klachten ontwikkelen en en welke intra- en interpersoonlijke factoren van invloed zijn op de relatie tussen co-rumineren en depressieve klachten. Omdat dit onderzoek zich tijdens de COVID-19 periode afspeelt, is het ook mogelijk om te onderzoeken welke rol deze specifieke omstandigheden spelen in dit proces. Scholen en meisjes die aan deze studie meedoen, participeren ook in voorliggend project en de NRO-subsidie en een SIA KIEM subsidie fungeren als co-financiering. Wij vragen 75.000 Euro en aan brengen 75.000 Euro in als co-financiering.  Met de Startsubsidie van Citylab010 ontwikkelen we (1) een innovatieve lessenserie over co-rumineren die Rotterdamse middelbare scholen aan klassen kunnen aanbieden (universele preventie) en ontwikkelen we daaraan gekoppeld (2) een dyadische, interactieve eHealth applicatie die door excessief co-ruminerende vriendinnenkoppels gebruikt kan worden om adaptieve copingsstrategieën te ontwikkelen.  Dit project is om meerdere redenen innovatief. In de eerste plaats bestaat een dergelijk interventieprogramma voor Rotterdamse middelbare scholen nog niet. In de tweede plaats is het grote voordeel van het verweven van dit Citylab010-project in de Happy Friends, Positive Minds-studie dat het App je Happy-interventieprogramma wordt ontwikkeld op basis van de inzichten die we met de Observatiestudie onder driehonderd meisjes opdoen, zodat we interventie-elementen kunnen ontwikkelen die nauw aansluiten bij de behoeften van jonge meisjes. In de derde plaats kan ons project profiteren van de infrastructuur van het Happy Friends-consortium, waarin mentoren, orthopedagogen, docenten, zorgcoordinatoren, kinderpsychiaters en wetenschappers aan de hand van de meest recente wetenschappelijke inzichten samen werken aan ondersteuning van scholen op het gebied van depressiepreventie. Door deze bestaande infrastructuur kunnen we beide interventie-elementen in nauwe samenwerking/co-creatie met meisjes, mentoren en andere schoolprofessionals ontwikkelen, die samen met onderzoekers in alle fasen van het ontwikkelproces en de pilot meedenken over effectieve strategieën en werkwijzen. Ons projectplan draagt hiermee actief bij aan het creëren van innovatieve maatregelen om de veerkracht en het welbevinden van Rotterdamse middelbare school meisjes tijdens en na de COVID-19 pandemie te stimuleren, zodat zij op alle levensdomeinen gezond kunnen opgroeien. |
|  |





01

Initiatief

|  |
| --- |
|  |
| 1.1 Omschrijf de vernieuwing  Tien Rotterdamse middelbare scholen van Koers VO signaleren dat met name jongere meisjes uit de tweede en derde leerjaren vanwege de COVID-19 maatregelen momenteel depressieve klachten ontwikkelen en dat hun schoolprestaties daardoor snel kelderen. Schoolprofessionals signaleren dat co-rumineren - het binnen vriendschaprelaties excessief bespreken van problemen en negatieve gevoelens over COVID-gerelateerde problemen - bij meisjes momenteel in toenemende mate een prominente negatieve rol speelt in hun mentale welbevinden en bij hun schools functioneren.  De deelnemende middelbare scholen signaleren deze problemen weliswaar, maar ervaren tegelijkertijd ernstige *handelingsverlegenheid* in de begeleiding van co-ruminerende meisjes omdat de problematiek zich grotendeels buiten hun zicht/blikveld afspeelt. Scholen noemen daarvoor twee oorzaken. Schoolprofessionals hebben enerzijds onvoldoende zicht op de mate van co-rumineren tussen meisjes en de invloed van co-rumineren op hun stemming en schools functioneren. Anderzijds werkt het gevoel van nauwe verbondenheid dat gepaard gaat met co-rumineren voor vriendinnen bekrachtigend, waardoor schoolprofessionals moeite hebben om meisjes te overtuigen van de risico’s van excessief co-rumineren en problemen ervaren om meisjes doelgericht te begeleiden in het ontwikkelen van adaptieve copingstrategieën.  Schoolprofessionals van Koers VO die meewerken in de Happy Friends, Positive Minds-studie geven aan zij door deze combinatie van factoren steeds vaker pas door ouders of leerlingen om hulp worden gevraagd wanneer depressieve klachten geëscaleerd zijn en dat zij vaak weinig anders meer kunnen doen dan meisjes aan te melden bij de GGZ. Voor deze meisjes is die stap vaak een grote schok. Opeens realiseren ze zich de ernst van hun problematiek, waardoor ze snel behoefte ontwikkelen aan ondersteuning. Vervolgens blijken de wachtlijsten in de GGZ lang, is de aansluiting tussen de behandeling en de problematiek soms voor meisjes teleurstellend en voelen meisjes zich ellendig omdat ze niet de hulp krijgen die zij nodig hebben. Sommige meisjes ervaren stigmatisering omdat ze onder behandeling zijn van de GGZ, zoals in deze blog van lector Patricia Vuijk wordt besproken, en die zij op verzoek van Samen Sterk Zonder Stigma heeft geschreven: <https://www.samensterkzonderstigma.nl/blog/in-gesprek-met-een-meisje-van-8/>.  Dit alles bij elkaar opgeteld maakt de urgentie voor scholen om gericht aan depressiepreventie bij meisjes te kunnen werken groot. In deze podcast van Tweede Kamerlid Rene Peters, legt lector Patricia Vuijk uit waarom we voor deze problematiek tot op heden geen oplossingen ontwikkeld hebben, en waarom het belangrijk is om dat met grote urgentie op te gaan pakken: <https://podcasts.apple.com/nl/podcast/peters-podcast-30-patricia-vuijk/id1497125630?i=1000487948332>  Met de Startsubsidie van Citylab010 ontwikkelen we samen met middelbare scholen en meisjes (1) een innovatieve lessenserie over co-rumineren die Rotterdamse middelbare scholen aan klassen kunnen aanbieden om voorlichting te geven en bewustwording te creëren m.b.t. co-rumineren (universele preventie) en ontwikkelen we daaraan gekoppeld (2) een dyadische, gepersonaliseerde interactieve eMental Health (eMH) applicatie die door excessief co-ruminerende vriendinnenkoppels gebruikt kan worden om adaptieve copingsstrategieën als alternatieven voor co-rumineren te ontwikkelen.  Dit project is om een viertal redenen innovatief:   1. Preventief, gericht op vriendinnenkoppels. Omdat depressieklachten bij meisjes door een co-ruminende copingstijl binnen de context van hun vriendschappen ontwikkelen en escaleren, is het belangrijk dat middelbare scholen de beschikking krijgen over een depressiepreventieprogramma dat niet gericht is op individuele meisjes, maar op vriendinnenkoppels, en waaraan zij samen mee kunnen doen. Een dergelijk interventieprogramma voor Rotterdamse middelbare scholen bestaat nog niet, terwijl de behoeften onder meisjes en de handelingsverlegenheid onder onderwijsprofessionals groot zijn en problemen van meisjes nu soms vanwege specifieke COVID-19 omstandigheden zelfs dreigen te escaleren; 2. Aansluiten bij de wensen en behoeften van de doelgroep door samen te werken aan innovaties, op basis van gelijkwaardig partnerschap. Om de lessenserie en de bijbehorende eMH applicatie App je Happy-app optimaal te laten aansluiten bij de behoeften van onze doelgroep en draagvlak te creëren voor succesvolle langdurige implementatie, worden zowel vriendinnenkoppels als onderwijsprofessionals in een vroeg stadium iteratief betrokken middels co-creatie en co-design van diverse prototypen. We ontwikkelen beide interventie-elementen in nauwe samenwerking/co-creatie met meisjes, mentoren en andere schoolprofessionals, die samen met onderzoekers in alle fasen van het ontwikkelproces en de pilot meedenken over effectieve strategieën en werkwijzen. Zo beogen we werkzame mechanismen te creëren die een optimale, gepersonaliseerde aanpak voor vriendinnenkoppels mogelijk maakt en waardoor de kans op effectiviteit en succesvolle opschaling binnen meer Rotterdamse middelbare scholen zo groot mogelijk wordt. De ontwikkeling van deze aanpak voor deze doelgroep met deze kwetsbaarheden sluit nauw aan bij het Beleidsplan Maatschappelijk Ondersteuning en Jeugdhulp 2021-2026 Heel de Stad, waarin wordt benadrukt hoe belangrijk technologische innovaties zijn om jongeren efficienter te kunnen ondersteunen in hun behoeften en dat het belangrijk is om samen met doelgroepen aan innovaties te werken; 3. Inbedding in een goed georganiseerd, deskundig en multidisciplinair comsortium. Het grote voordeel van het verweven van dit Citylab010-project met de reeds bekostigde Happy Friends, Positive Minds-studie is dat de lessenserie en de eMH-applicatie worden ontwikkeld op basis van de robuuste inzichten die we met onze Observatiestudie onder driehonderd meisjes verkrijgen. Door goed en efficient gebruik te maken van deze infrastructuur kunnen we op data-gestuurde wijze gepersonaliseerde interventie-elementen ontwikkelen die nauw aansluiten bij de behoeften van jonge meisjes en de wijze waarop zij van ondersteuning willen profiteren. Voorliggend Citlylab010-project profiteert van de infrastructuur van het Happy Friends-consortium, waarin meisjes mentoren, orthopedagogen, docenten, zorgcoordinatoren, kinderpsychiaters en wetenschappers aan de hand van de meest recente wetenschappelijke inzichten samen werken aan ondersteuning van scholen op het gebied van depressiepreventie door specifiek de aanpak van co-rumineren. Hier is een link te vinden naar het filmpje waarmee we jonge meisjes proberen te interesseren voor meewerken aan ons onderzoek, gemaakt door studenten van de afdeling Ontwikkelingspsychologie van de VU en onze onderzoekers: <https://bit.ly/3aRkzd7>.   Afbeelding met tekst, computer  Automatisch gegenereerde beschrijving   1. Aansluiting bij wetenschappelijke state-of-the-art kennis: belang van focus op co-rumineren. Het aantal jongeren met depressieklachten neemt in de adolescentie wereldwijd al jaren explosief toe (Cuijpers et al., 2021) en onderzoek naar de gevolgen van de COVID-19 pandemie laat zien dat jongeren, meer dan andere leeftijdsgroepen, door de Coronamaatregelen mentale gezondheidsproblemen ervaren, zoals depressieve klachten, eenzaamheid en angst (I&O Research, 2020). Vooral jonge meisjes lopen risico’s om depressieklachten te ontwikkelen; maar liefst 20-33% van alle meisjes tussen 11 en 15 jaar rapporteert (subklinische) depressieve gevoelens (Crockett, Martinez, & Jiménez-Molina, 2020). De gevolgen voor hun kwaliteit van leven, relaties en dagelijks functioneren zijn enorm. Zo lopen meisjes door hun depressieklachten risico’s op het ontwikkelen van leerproblemen, verslechterde schoolprestaties en voortijdige schooluitval, waardoor de mogelijkheden voor een vervolgopleiding en de kansen op de arbeidsmarkt geringer zijn (Clayborne, Varin, & Colman, 2019). Als depressieklachten niet tijdig worden gesignaleerd en aangepakt, lopen deze meisjes het risico een (chronische) depressieve stoornis te ontwikkelen (Kiviruusu, Strandholm, Karlsson, & Marttunen, 2020). Wetenschappelijk onderzoek naar de impact van co-rumineren op depressieve klachten onder meisjes toont overtuigend aan dat co-rumineren bij meisjes een kernfactor is in de ontwikkeling en escalatie van depressieve klachten (Spendelow, Simonds, & Avery, 2017). Vanuit preventief oogpunt is daarom belangrijk om excessief co-rumineren door meisjes terug te dringen en hen alternatieve, gezonde copingsstrategieën aan te leren. Ons project levert een bijdrage aan dit vraagstuk. |
|  |
| 1.2 Omschrijf de doelgroep  Met dit Citylab010-project beogen we Rotterdamse meisjes in de leeftijd van 13-15 jaar van tien Rotterdamse middelbare scholen van Koers VO mentaal sterker uit de COVID-19 crisis te laten komen door met hen en voor hen te werken aan de ontwikkeling van het innovatieve stepped-care, blended depressiepreventieprogramma App je Happy, dat zij met dit Citylab010-project in een pilot onder begeleiding van schoolpsychologen en schoolmaatschappelijk werkers van Koers VO kunnen gaan gebruiken. Dit interventieprogramma richt zich primair op de preventie van excessief co-rumineren in belangrijke vriendschappen door vriendinnenkoppels op innovatieve en interactief wijze gezonde, adaptieve copingsstrategieen aan te leren als alternatief voor excessief co-rumineren.  Door de COVID-19 pandemie is de aandacht voor depressiepreventie bij meisjes vooral op Rotterdamse middelbare scholen in een stroomversnelling geraakt. Schoolprofessionals van tien Rotterdamse scholen van Koers VO signaleren dat co-rumineren - het binnen vriendschaprelaties excessief bespreken van problemen en negatieve gevoelens over deze problemen - bij meisjes momenteel in toenemende mate een prominente negatieve rol speelt in hun mentale welbevinden. Meisjes praten onderling in toenemende mate excessief over eenzaamheid, depressiviteit, stress, piekeren (rumineren), slecht slapen en vermoeidheid. Veel meisjes bespreken binnen hun vriendschappen bovendien excessief dat ze door COVID-19 hun sociale contacten missen, dat online contact hiervoor geen vervanging is en dat ze het gevoel hebben dat ze niets hebben om naar uit te kijken. Veel meisjes vinden bovendien dat er een taboe rust op het bespreekbaar maken van depressieve kachten en gevoelens van stress bij hun docenten of hun mentor; meisjes geven aan dat ze zich niet willen aanstellen of een aparte behandeling willen krijgen, waardoor ze hun problemen liever onderling bespreken. Omdat meisjes tijdens de COVID-19 periode minder op school zijn geweest, is deze tendentie om elkaar intensiever in vertrouwen te nemen, ten koste van binding met schoolprofessionals, nog eens versterkt geraakt.  Uit onze eerste resultaten van de Happy Friends, Positive Minds observatiestudie naar co-rumineren (zie <https://www.happyfriends.app>) waar driehonderd meisjes van onder meer Rotterdamse scholen aan meedoen, blijkt dat co-rumineren tot op zekere hoogte positieve uitkomsten heeft voor meisjes:  vriendschappen waarin meisjes co-rumineren blijken hechter en meer steunend te voelen dan vriendschappen waarin meisjes hun zorgen en gevoelens niet met elkaar delen. Maar wanneer co-rumineren excessief wordt, bijvoorbeeld wanneer co-rumineren vriendschappen gaat domineren en bijvoorbeeld de tijd die wordt besteed aan het ondernemen van leuke activiteiten overneemt, ontstaat een ander beeld, en wordt de negatieve impact op het welbevinden van meisjes groter. Meisjes voelen zich dan vaker machteloos, zeker wanneer ze hun vriendinnen niet echt goed kunnen helpen en zij zich zorgen maken over de ernst van de problemen. Meisjes geven aan dat ze vaak nog lang na afloop van gesprekken piekeren, daardoor slecht slapen en moeite hebben om goed te functioneren op school.  Op basis van ons eigen onderzoek onder meisjes en onze literatuurstudie concluderen wij het volgende over de behoeften van onze doelgroep:   1. Tijdens de COVID-19 periode hebben middelbare schoolmeisjes in toenemende mate hun toevlucht gezocht tot onderlinge communicatie over zorgen en problemen, en bij sommige vriendinnenkoppels neemt dit excessieve vormen aan; 2. Co-rumineren werkt voor meisjes tot op zekere hoogte bekrachtigend omdat het gevoelens van onderlinge binding en steun versterkt. Hierdoor is de noodzaak voor meisjes om met co-rumineren te stoppen afwezig; 3. Excessief co-rumineren komt bij meisjes vaak in de plaats van adaptieve activiteiten, zoals samen leuke dingen doen en sporten. Minder bewegen heeft een negatieve invloed op de mentale weerbaarheid; 4. Meisjes zijn zich niet bewust van de impact die co-rumineren heeft op hun stemming, hoogstens ervaren zij dat ze meer piekeren; 5. Meisjes hebben behoefte om het ‘kritische omslagpunt’ te herkennen en zich daarmee te wapenen tegen de negatieve invloed van dit type communicatie; 6. Vriendinnenkoppels hebben samen ondersteuning nodig om binnen vriendschappen te leren om op een adaptieve manier over hun zorgen en problemen te praten en om samen alternatieve gezonde activiteiten te leren ontdekken en te ontplooien, als alternatief voor excessief co-rumineren. Dergelijke interventies bestaan nog niet. |
|  |

02

**Plan van aanpak**

|  |
| --- |
| 2.1 Omschrijf de activiteiten  Voor de gezamenlijke ambitie van ons HFPM-consortium om evidence-based (eMH) innovaties op Rotterdamse middelbare scholen te implementeren, is het van groot belang dat we de design-kenmerken van het App je happy interventieprogramma volgens de state-of-the-art wetenschappelijke kennis en middels input van de eindgebruikers opbouwen. Om de lessenserie en de bijbehorende app optimaal te laten aansluiten bij de behoeften van onze doelgroep en draagvlak te creëren voor succesvolle langdurige implementatie, worden dertig vriendinnenkoppels en twintig onderwijsprofessionals van tien middelbare scholen van Koers VO in een fieldlab iteratief betrokken middels co-creatie en co-design. Van iedere school nemen drie meisjes deel uit de tweede en derde klassen en twee onderwijsprofessionals; een mentor en een schoolpsycholoog of schoolmaatschappelijk werker.  Voor de kick-off van het project zal een driedaagse hackaton georganiseerd worden, een uitermate geschikte en inspirerende omgeving waarin door onderzoekers, creatief specialisten van YipYip, meisjes en schoolprofessionals gezamenlijk in hoog tempo gebrainstormd en geëxperimenteerd wordt over hoe beide interventie-elementen het betreffende maatschappelijke vraagstuk van excessief co-rumineren kunnen oplossen. De opbrengsten van de Hackathon zullen vervolgens door Yip Yip, docenten en onderzoekers van Hogeschool Rotterdam via een achttal creatieve sprints worden doorvertaald in de lessenserie en de bijbehorende app. Wanneer van beide elementen een eerste concept (prototype) gereed is, zullen wij een drietal co-creatie workshops organiseren waarin waarin dertig vriendinnenkoppels, twintig onderwijsprofessionals, e-Health experts en wetenschappelijk-inhoudelijke experts het maatschappelijke vraagstuk omtrent user-engagement van de *App je Happy-*app oplossen. De opbrengsten van deze workshops zullen vervolgens worden geconsolideerd in doelgroepentests (pilots) op de tien deelnemende scholen. Wanneer de opbrengsten van de doelgroepentests positief zijn, zullen gesprekken plaatsvinden over de vraag hoe de lessenserie en de app breed binnen alle scholen van Koers VO opgeschaald kunnen worden. In deze fase wordt ook nagedacht over hoe beide deelelementen in de toekomst doorontwikkeld kunnen worden en hoe deze infrastructuur eruit moet zien. |
|  |
| 2.2 Planning en taakverdeling   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Taak | Omschrijving taak | Verantwoordelijk | Wanneer? | | 1 | Inhoudelijke voorbereiding hackaton | YipYip, HR | Okt 2021/ Feb 2022  week 40 – week 9 | | 2 | Hackaton en achttal sprints | HR, YipYip, onderwijsexperts, meisjes | Nov 2021/Jan 2022  week 44 – week 4 | | 3 | User-engagement optimalisatie Workshop 1: kennis vergaren, presentaties domeinexperts, interdisciplinaire brainstorm | YipYip, HR, onderwijsexperts, meisjes | Maart 2022  Week 10 | | 4 | Co-creatie Workshop 2: werkzame mechanismen lessenserie en app | YipYip, HR, meisjes, onderwijsexperts | April 2022  Week 14 | | 5 | Co-creatie Workshop 3: doorontwikkeling met focus op het vergroten van dyadische user-engagement | YipYip, HR, onderwijsexperts, meisjes | April 2022  Week 16 | | 6 | Consolidatie workshops | YipYip | Mei 2022  Week 17 en 18 | | 7 | Doelgroepentest twintig klassen Koers VO: lessenserie | HR, meisjes, onderwijsexperts | Juni 2022  Week 26 en 27 | | 8 | Evaluatie lessenserie | HR, meisjes, onderwijsexperts | Juli 2022  Week 27 | | 9 | Doelgroepentest App je happy | YipYip, HR, meisjes, onderwijsexperts | Augustus 2022  Week 31 t/m 34 | | 10 | Evaluatie doelgroepentest App je Happy | YipYip, HR, meisjes, onderwijsexperts | Augustus 2022  Week 31 t/m 34 | | 11 | Eindpresentatie aan consortium | Hele consortium | September 2022  Week 37 | |
|  |
| 2.3 De aanvragers  Deze Citylab010-aanvraag wordt ingediend door het Happy Friends, Positive Minds-consortium, met de Rotterdamse partners Hogeschool Rotterdam, YipYip en Koers VO. Hogeschool Rotterdam met lector Jeugdpreventie Dr. Patricia Vuijk is penvoerder van deze aanvraag. Betrokken partners vormen sinds 2016 het Happy Friends, Positive Minds-consortium.  Dit multidisciplinaire consortium werkt sinds 2016 met behulp van diverse toegekende subsidies succesvol samen aan een duurzame kennis- en innovatie-infrastructuur voor Rotterdamse middelbare scholen op het terrein van het versterken van de veerkracht van jongeren. Ons consortium werkt in de opbouw van vraagstellingen en bijbehorende onderzoeksdesigns vraag-gestuurd en volgens de principes van ontwerpgericht wetenschappelijk onderzoek en cocreatie. Wij ontwikkelen samen met middelbare scholen evidence-based technologische innovaties waarmee scholen ondersteund worden in de preventie van (chronische) mentale problemen bij jongeren en bij structurele implementatie van deze innovaties. |
| Afbeelding met tekst  Automatisch gegenereerde beschrijving |
| 2.4 De projectorganisatie  Dit project vindt plaats onder leiding van Dr. Patricia Vuijk van Hogeschool Rotterdam in gezamenlijkheid met Dr. Marieke Buil en Dr. Kim Bul, senior onderzoekers bij het lecoraat, en twee docenten van de Lerarenopleiding Basisonderwijs en de Willem de Kooning Academie. Patricia Vuijk is verantwoordelijk voor de planning, de communicatie met Citylab, de PR en de totstandkoming van financiële en inhoudelijke eindrapportages. Beide senior onderzoekers werven de deelnemers van Koers VO, bereiden de hackaton en de workshops voor en leiden deze en organiseren de vereiste ethische goedkeuring. Daarnaast participeren tien middelbare scholen van Koers VO met dertig meisjes en twintig onderwijsprofessionals in de hackactons, workshops en doelgroepentests. Paul Bierhaus van YipYip leidt de hackatons en de workshops en is samen met de onderzoekers en docenten van Hogeschool Rotterdam verantwoordelijk voor de inhoudelijke en technische voorbereidingen. YipYip en de docenten van Hogeschool Rotterdam geven leiding aan het ontwerpen de lessenserie en de apps in de sprints. Het accent van de werkzaamheden van Hogeschool Rotterdam ligt voorts op het creëren van de technische/logistieke randvoorwaarden voor de data-verzameling, opslag en beheer van de te verzamelen data en de data-analyses. |
|  |

03

**De begroting**

|  |
| --- |
| 3.1 Stel de begroting op  Zie bijlage. |
| |  | | --- | | 3.2 Onderbouwing van de eigen bijdrage  Ons consortium investeert 75.000 eigen bijdrage, die afkomstig is van lopende subsidies binnen het consortium. | |  | |

04

**Verantwoording**

Het financiële beheer van dit project vindt plaats door lector Patricia Vuijk in samenwerking met haar controller. Eens per twee maanden vindt overleg plaats over de begroting en over de uitputting. De controller is verantwoordelijk voor de financiële tussen- en eindrapportages. Inhoudelijk overleg over doelstellingen, planning en realisatie vindt eens per week plaats in het projectteam, waarin van alle partners vertegenwoordiging is. Op deze manier kan het team snel bijsturen. De inhoudelijke tussen- en eindrapportages worden geschreven door Patricia Vuijk.

05

**Toekomstvisie**

Indien je beoogt om het initiatief te continueren na de subsidieperiode is het belangrijk een opzet voor de continuering van het initiatief te maken. Hiertoe beschrijf je de toekomstvisie.

|  |
| --- |
| 6.1 Opschaalbaarheid  [Omschrijf de mogelijkheden voor de verdere uitrol van het initiatief na de subsidieperiode.] |
|  |
| 6.2 Verdienmodel  [Stel het verdienmodel op waarin duidelijk beschreven wordt hoe het initiatief na de subsidieperiode gecontinueerd wordt als het initiatief na de subsidieperiode door gaat.] |
|  |

**Referenties**

Cuijpers, P., Pineda, B. S., Yi, M., Weisz, J. R., Munoz, R. F., Gentili, C. et al. (2021). A Meta-analytic review: Psychological Treatment of subthreshold depression in children and adolescents. Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, in press.

Crockett MA, Martínez V, Jiménez-Molina Á. Subthreshold depression in adolescence: Gender differences in prevalence, clinical features, and associated factors. *Journal of Affective Disorders*. 2020;272:269-276.

Clayborne, Z. M., Varin, M., & Colman, I. (2019). Systematic review and meta-analysis: adolescent depression and long-term psychosocial outcomes. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 58*, 72-79.

Kiviruusu, O., Strandholm, T., Karlsson, L., & Marttunen, M. (2020). Outcome of depressive mood disorder among adolescent outpatients in an eight-year follow-up. *Journal of Affective Disorders, 266*, 520-527.

Spendelow, J. S., Simonds, L. M., & Avery, R. E. (2017). The relationship between co-rumination and internalizing problems: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy, 24*, 512-527.

Afbeelding met tekst

Automatisch gegenereerde beschrijving

