



# **Rapport**

# **MDT-Impactgebieden**

## ***Deel 2: Mentale gezondheid***

***publieksversie***

## **Colofon**

Rapport MDT-Impactgebieden Mentale gezondheid – Deel 2 – Publieksversie  
Auteurs: Pauline Owelle en Marit Schouten  
Uitgave van: Impact Centre Erasmus, Rotterdam 18 februari 2026.  
In opdracht van programma MDT.

# Inhoudsopgave

<b>Samenvatting</b>	3
<b>Inleiding</b>	6
<b>Aanpak</b>	6
<i>Selecteren van outcomes</i>	6
<i>Vaststellen bewijs van MDT</i>	7
<b>1. Impactgebied 1: Sociale verbindingen</b>	10
<i>Outcome 1: Jongere is sociaal vaardig in contact met verschillende mensen</i>	14
<i>Outcome 2: Jongere voelt zich onderdeel van een groep of gemeenschap</i>	16
<i>Conclusie en aanbevelingen impactgebied 1</i>	19
<b>2. Impactgebied 2: Zingeving</b>	20
<i>Outcome 3: Jongere heeft een vergroot toekomstperspectief</i>	23
<i>Outcome 4: Jongere voelt zich betekenisvol voor een ander</i>	26
<i>Conclusie en aanbevelingen impactgebied 2</i>	29
<b>3. Impactgebied 3: Zelfrespect</b>	30
<i>Outcome 5: Jongere heeft vergroot zelfvertrouwen</i>	34
<i>Outcome 6: Jongere durft vaker zijn/haar mening te uiten en daarvoor op te komen</i>	36
<i>Conclusie en aanbevelingen impactgebied 3</i>	38
<b>Conclusie &amp; Aanbevelingen</b>	39
<i>Werkzame elementen</i>	41
<i>Effecten</i>	41
<b>Bronvermelding</b>	45
<b>Bijlage</b>	47
<b>Werkzame elementen: Sociale verbindingen</b>	47
<b>Werkzame elementen: Zingeving</b>	48
<b>Werkzame elementen: Zelfrespect &amp; Acceptatie</b>	49

## Samenvatting

MDT wil harde(re) uitspraken kunnen doen over de behaalde impact van MDT op maatschappelijke vraagstukken. Dit rapport brengt in kaart wat het bewijs laat zien over de effecten van MDT op de mentale gezondheid van jongeren. De analyse is gebaseerd op zes outcomes, geselecteerd vanuit de eerder opgestelde longlist en afgestemd op de focus van het meerjarenplan. De analyse belicht de bewijslast en de bewijskracht van de werkzame elementen en effecten die bij de outcomes behoren. De outcomes richten zich op mentale gezondheid, met *spillover*-effecten op sociale cohesie, *sense of purpose* en weerbaarheid. De drie impactgebieden in dit rapport zijn: sociale verbindingen, zingeving en zelfrespect.

### Aanpak

In dit rapport worden zes outcomes binnen MDT geanalyseerd welke geselecteerd zijn op basis van het meerjarenplan (2026-2030).

De zes outcomes zijn verdeeld over drie impactgebieden:

- A. **Impactgebied 1: Sociale verbindingen** (*Mentale gezondheid & Sociale cohesie*)
  - 1. Jongere is sociaal vaardig in contact met verschillende mensen
  - 2. Jongere voelt zich onderdeel van een groep of gemeenschap
- B. **Impactgebied 2: Zingeving** (*Mentale gezondheid & Sense of purpose*)
  - 3. Jongeren vergroten hun toekomstperspectief
  - 4. Jongere voelt zich betekenisvol voor een ander
- C. **Impactgebied 3: Zelfrespect** (*Mentale gezondheid & Weerbaarheid*)
  - 5. Jongere heeft meer zelfvertrouwen
  - 6. Jongere durft vaker zijn/haar mening te uiten en daarvoor op te komen

Voor elk impactgebied is een generiek impactpad opgesteld dat inzicht biedt in hoe de specifieke outcomes gerealiseerd kunnen worden.

**Het doel van dit rapport is te beschrijven in hoeverre MDT de geselecteerde outcomes realiseert.** Hiertoe is per impactgebied bewijs verzameld en geanalyseerd. Bewijs kan bestaan uit aannemelijkheid van impact door het inzicht in de borging van werkzame elementen en uit bewijs door de meting op effecten. Naast inzicht in het bewijs, is gekozen het bewijs een score van 'bewijskracht' te geven. De classificatie van de bewijskracht is gebaseerd op drie factoren: subsidie-eis, jongerenvragenlijst en zelfrapportage projecten. Nieuw in dit deel 2 van de impactgebieden is dat de bewijskracht per factor ingedeeld wordt op type bewijs: direct, indirect en afwezig. De uiteindelijke combinatie van de aard en aanwezigheid van bewijs per factor, het aantal factoren met bewijs en het percentage onderbouwde werkzame elementen en effecten bepaalt het uiteindelijke niveau van bewijskracht (hoog/medium/laag).

## Resultaten

### *Impactgebied 1: Sociale verbindingen*

In dit impactgebied is het percentage van de onderbouwde werkzame elementen hoog, maar grotendeels indirect waardoor de bewijskracht medium is. Voor de effecten is de onderbouwing beperkter en ook vaak indirect, met slechts een klein deel van de effecten dat op meerdere factoren is gebaseerd. Het beschikbare bewijs komt vooral uit de jongerenvragenlijst, en hoewel sommige effecten directer worden onderbouwd, blijft de algehele bewijskracht laag door het lage aandeel onderbouwde effecten en het aantal factoren waarop het bewijs is gebaseerd.

### *Impactgebied 2: Zingeving*

In dit impactgebied zijn de meeste werkzame elementen onderbouwd. De onderbouwing bestaat echter veelal uit indirect bewijs en is gebaseerd op een beperkt aantal factoren. De bewijskracht is hierdoor medium. Ook de effecten worden veelvuldig onderbouwd, maar hiervoor geldt dat directe onderbouwingen binnen een factor vaak gecombineerd wordt met indirect bewijs of afwezige data. De bewijskracht voor de effecten is hierdoor ook medium.

### *Impactgebied 3: Zelfrespect*

In dit impactgebied is een meerderheid van de werkzame elementen onderbouwd, veel bewijs is indirect en slechts gebaseerd op één of twee factoren. Hierdoor is het bewijs medium. Voor de effecten is de onderbouwing beperkter en veelal indirect of afwezig, waardoor de bewijskracht laag is.

Outcome	Onderbouwing van het bewijs	Bewijskracht
<b>Impactgebied 1: Sociale verbindingen</b>		
<b><i>Werkzame elementen</i></b>		
83% (5/6) werkzame elementen worden in dit impactgebied onderbouwd		Medium
<b><i>Effecten per outcome</i></b>		
1. Jongere is sociaal vaardig in contact met verschillende mensen	31% (4/13) van de effecten worden in deze outcome onderbouwd.	Laag
2. Jongere voelt zich onderdeel van een groep of gemeenschap	38% (3/8) van de effecten worden in deze outcome onderbouwd.	Medium
<b>Impactgebied 2: Zingeving</b>		
<b><i>Werkzame elementen</i></b>		
83% (5/6) werkzame elementen worden in dit impactgebied onderbouwd		Medium
<b><i>Effecten per outcome</i></b>		
3. Jongere heeft een vergroot toekomstperspectief	67% (8/12) van de effecten worden in deze outcome onderbouwd, inclusief de outcome zelf.	Medium

4. Jongere voelt zich betekenisvol voor een ander	67% (6/9) van de effecten worden in deze outcome onderbouwd.	Medium
<b>Impactgebied 3: Zelfrespect</b>		
<b>Werkzame elementen</b>		
71% (5/7) van de werkzame elementen worden in dit impactgebied onderbouwd.		Medium
<b>Effecten per outcome</b>		
5. Jongere heeft meer zelfvertrouwen	18% (2/11) van de effecten worden in deze outcome onderbouwd.	Laag
6. Jongere durft vaker zijn/haar mening te uiten en daarvoor op te komen	27% (3/11) van de effecten worden in deze outcome onderbouwd.	Laag

Tabel 1. Verkorte versie van conclusietabel – voor volledige tabel, zie p. 40

Over het geheel gezien worden 79% (15 van de 19) van de werkzame elementen met bewijs onderbouwd, terwijl dit bij de effecten slechts 39% (25 van de 64) betreft. De onderbouwingen van de werkzame elementen zijn per factor overwegend indirect. Bij de effecten geldt dit eveneens voor twee van de drie factoren; bij de zelfrapportage van de projecten is het bewijs echter vaker direct dan indirect. De resultaten wijzen erop dat er een voorzichtige aannemelijkheid is dat MDT impact heeft op mentale gezondheid van jongeren, maar de huidige bewijslast en bewijskracht is onvoldoende om hardere uitspraken te kunnen doen.

## Aanbevelingen

Om het bewijs voor de impact van MDT op mentale gezondheid van jongeren te versterken, zijn er een aantal aanbevelingen en concrete stappen uitgezet die focussen op het versterken van het lerend vermogen binnen MDT. Het sturen op werkzame elementen is hierin een belangrijk punt; wat ervoor zorgt dat impactdenken aan de voorkant plaatsvindt en waardoor er tijdens het proces bijgestuurd en geleerd kan worden. Een lerend netwerk is cruciaal om het leren te bewerkstelligen en om kennis over de toepassing van werkzame elementen in de praktijk te delen en te versterken. Binnen MDT is dit netwerk nog onvoldoende aanwezig. Omdat de meeste effecten en werkzame elementen indirect worden onderbouwd, dient gekeken te worden naar welke bewijzen direct kunnen worden bevraagd. Al is dit niet voor alle effecten/ werkzame elementen nodig of zelfs mogelijk, kan wel gekeken worden naar de drie vormen van bewijs en of bij één of meerdere factoren dit verandert kan worden. Daarnaast moeten keuzes gemaakt worden. Het is belangrijk om een normering in te voeren, zodat resultaten beoordeeld kunnen worden in relatie tot die norm. Pas dan kan worden vastgesteld of een percentage als hoog of laag moet worden geïnterpreteerd. Bijvoorbeeld een score van 90% kan onder de norm van 95% liggen, terwijl een lage score alsnog acceptabel kan zijn als de norm nog lager is. Tot slot moeten werkzame elementen explicieter in de subsidievereisten worden opgenomen, omdat nu meer dan de helft van de onderbouwde werkzame elementen indirect wordt geborgd.

## Inleiding

Impact Centre Erasmus doet al vele jaren impactonderzoek binnen MDT. Dit onderzoek was de eerste jaren hoofdzakelijk gericht op het onderzoeken van de aannemelijkheid van impact van MDT, zoals in hoeverre het aannemelijk is dat MDT bijdraagt aan betekenisvolle ontmoetingen, burgerschap en integratie. Vorig jaar is de aandacht verschoven van aannemelijkheid van impact, naar het in beeld brengen van het bewijs voor impact. Het eerste rapport van deze aard, *“Rapport MDT-Impactgebieden”*, toont het bewijs dat er bestaat voor de impact die MDT heeft op onderdelen van weerbaarheid, maatschappelijke betrokkenheid, en activatie naar de arbeidsmarkt. Deze impactgebieden waren geselecteerd op basis van een longlist van beoogde impact van MDT.

Met het nieuwe meerjarenplan (MJP) 2026-2030 van MDT is de focus van de beoogde impact van MDT verschoven. De longlist is daarom opnieuw onder de loep genomen. Zes beoogde outcomes van MDT die aansluiten bij het MJP zijn door het MDT-onderzoeksteam geselecteerd. Bij het maken van de impactpaden werd duidelijk dat sommige outcomes aan elkaar waren gekoppeld. De effecten en werkzame elementen waren sterk aan elkaar gelinkt, waardoor is besloten om outcomes samen te voegen die logisch samen konden. Van de zes outcomes zijn telkens koppels van twee gemaakt waardoor er uiteindelijk drie impactpaden ontstonden. Hieruit bleek dat er één centrale maatschappelijke vraagstuk door de drie impactpaden heen liep, namelijk: mentale gezondheid. Mentale gezondheid is daarom de focus geworden van dit rapport, en heeft een *spillover effect* op drie andere maatschappelijke vraagstukken: sociale cohesie, *sense of purpose* en weerbaarheid.

## Aanpak

### *Selecteren van outcomes*

In dit onderzoek is samen met het onderzoeksteam vastgesteld op welke maatschappelijke vraagstukken uit het meerjarenplan de focus moest komen te liggen. Dit heeft geleid tot de selectie van zes outcomes, geordend binnen drie impactgebieden: sociale verbindingen, zingeving, en zelfrespect. Alle drie deze impactgebieden hebben een expliciete focus op het maatschappelijke vraagstuk **mentale gezondheid**. Daarnaast is elk impactgebied ook gekoppeld aan een wisselend, aanvullend maatschappelijk vraagstuk.

Elk impactgebied bestaat uit een combinatie van twee maatschappelijke vraagstukken, met daaronder telkens twee bijbehorende outcomes:

- A. Impactgebied 1: Sociale verbindingen** - Mentale gezondheid & Sociale cohesie
  - a. Jongere is sociaal vaardig in contact met verschillende mensen
  - b. Jongere voelt zich onderdeel van een groep of gemeenschap
- B. Impactgebied 2: Zingeving** - Mentale gezondheid & *Sense of purpose*

7. Jongeren vergroten hun toekomstperspectief
8. Jongere voelt zich betekenisvol voor een ander

**C. Impactgebied 3: Zelfrespect** - Mentale gezondheid & Weerbaarheid

9. Jongere heeft meer zelfvertrouwen
10. Jongere durft vaker zijn/haar mening te uiten en daarvoor op te komen

*Creëren generieke impactpaden*

De impactpaden zijn per impactgebied opgesteld volgens dezelfde werkwijze als die is gehanteerd bij de impactgebieden in 2025. Voor ieder impactgebied is een impactdoelstelling (dat wat MDT beoogd te bereiken) opgesteld:

- A. Jongeren versterken actief sociale verbindingen binnen en buiten hun eigen kring
- B. Jongeren ervaren zingeving in hun leven
- C. Jongeren respecteren en accepteren zichzelf

De impactpaden zijn als volgt opgesteld:

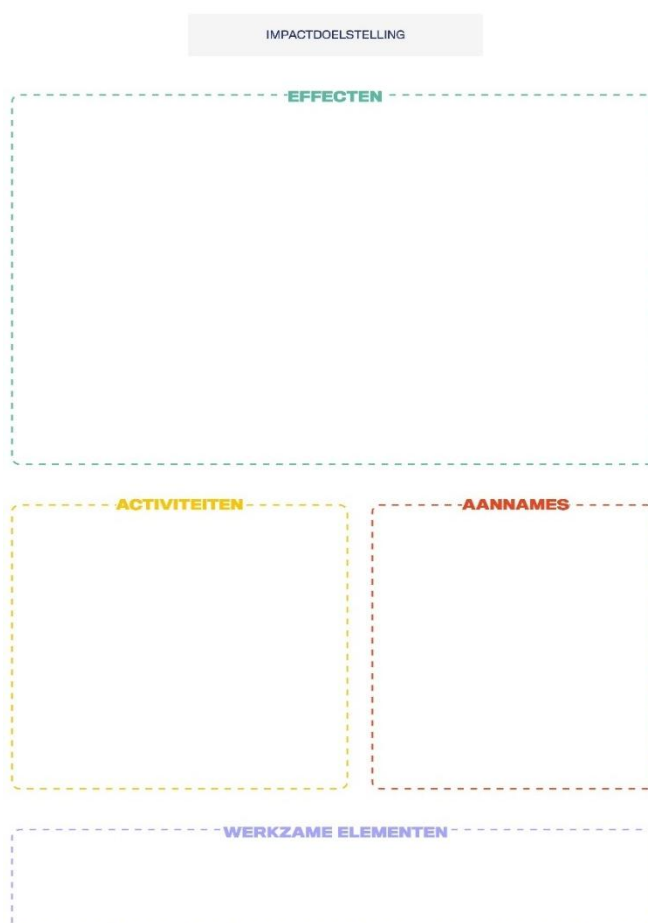
**Impactdoelstelling:** Het uiteindelijke doel dat MDT wil bereiken.

**Effecten:** De beoogde veranderingen bij jongeren die als meetbare tussenstappen in een keten optreden en uiteindelijk leiden tot de realisatie van de outcomes. Outcomes zijn de effecten aan het einde van deze keten.

**Activiteiten:** De interventies die deze effecten mogelijk maken.

**Aannames:** De veronderstellingen en externe factoren die totstandkoming van het effect ondersteunen, belemmeren of beïnvloeden<sup>1</sup>.

**Werkzame elementen:** Wetenschappelijk onderbouwde onderdelen van een interventie die bijdragen aan het behalen van de beoogde effecten.



*Vaststellen bewijs van MDT*

Na het opstellen van de generieke impactpaden, was de volgende stap van de aanpak het tonen van het bewijs in hoeverre MDT hier daadwerkelijk impact op heeft. Alle data in dit

<sup>1</sup> Hoewel deze aannames een rol spelen, zijn de generieke impactpaden potentieel valide, waardoor het aannemelijk is dat MDT impact kan hebben op de drie impactgebieden.

rapport zijn gebaseerd op de jaarrapportage 2024 tenzij anders vermeld. Het bewijs bestaat uit twee onderdelen:

1. **Onderbouwing van bewijs:** dit is een omschrijving van het aanwezige bewijs binnen MDT. De onderbouwing is gebaseerd op de aanwezigheid van werkzame elementen en de effecten uit het generieke impactpad
2. **Bewijskracht:** het vaststellen van de kracht van het beschikbare bewijs van MDT. De classificatie van de bewijskracht is gebaseerd op drie factoren: Subsidie-eis (SUB), Jongerenvragenlijst (JVL), Zelfrapportage projecten (PRO)

De onderbouwing van het bewijs laat zien waar en hoe binnen MDT bewijs aanwezig is. De combinatie van bewijs uit werkzame elementen en bewijs op effecten is hierin relevant. De bewijskracht vloeit voort uit de mate waarin deze onderbouwing aantoont hoe sterk dat bewijs is, zonder hier een normerend oordeel over te geven. Op basis van de drie factoren is de bewijskracht afwezig (niet bestaand of onbekend), indirect bewijs (wordt indirect onderbouwd of er worden *proxies* gebruikt), direct bewijs (wordt direct onderbouwd).

Sterkte van bewijs	Symbool
Direct	
Indirect	
Afwezig	

Tot slot is voor het beoordelen van de bewijskracht een genormaliseerde score gecreëerd<sup>2</sup>.

<sup>2</sup> Een uitgebreid methodologische onderbouwing is aanwezig voor deze analyse.



## Structuur van dit rapport

In dit rapport wordt onderzocht in hoeverre er bewijs is dat MDT-projecten bijdragen aan het realiseren van de beoogde outcomes binnen de drie impactgebieden. Voor elk impactgebied wordt een apart hoofdstuk gepresenteerd, met een vaste structuur:

1. **Omschrijving impactgebied:** In deze sectie wordt de inhoud van het impactgebied beschreven en worden belangrijke definities toegelicht.
2. **Het impactpad:** De visuele weergave van het generieke impactpad inclusief een omschrijving van de samenhang tussen impactdoelstelling, outcomes, tussenliggende effecten, aannames, activiteiten en werkzame elementen.
3. **De analyse van de werkzame elementen**<sup>3</sup>: Werkzame elementen zijn onderdelen van een interventie die bewezen bijdragen aan het behalen van specifieke doelen (Bouwman & Van Tilburg, 2020). Op basis van deze elementen is beoordeeld of het aannemelijk is dat de activiteiten binnen MDT effectief zijn en bijdragen aan de gewenste outcomes. De overzichtstabel toont per werkzaam element het bijbehorende bewijs, en de sterkte van het bewijs.
4. **De effecten en het bewijs:** Voor elke outcome worden de beoogde effecten beschreven, samen met het beschikbare bewijs. Dit proces helpt vast te stellen hoe goed MDT de outcomes ondersteunt en waar verbetering mogelijk is. Bewezen effecten in de effectenreeks zijn groen omlijnd; hoe donkerder de kleur, hoe sterker de bewijskracht. De overzichtstabel toont per relevant effect het bijbehorende bewijs, en de sterkte van het bewijs.
5. **Conclusie per impactgebied:** Elk hoofdstuk eindigt met een conclusie waarin wordt beschreven hoe de werkzame elementen en effecten binnen het impactgebied zijn onderbouwd.

Het rapport sluit af met **Algemene conclusie en aanbevelingen**. Dit biedt concrete handvatten voor verdere verbetering en versterking van MDT.

---

<sup>3</sup> De werkzame elementen zijn in de bijlage uitgebreid beschreven







## 1. Impactgebied 1: Sociale verbindingen

Het eerste impactgebied richt zich op de outcomes: 'jongere is sociaal vaardig in contact met verschillende mensen' en 'jongere voelt zich onderdeel van een groep of gemeenschap'. Deze outcomes hangen nauw samen met mentale gezondheid omdat zij betrekking hebben op de manier waarop jongeren zich verhouden tot anderen en hoe zij deze relatie ervaren. **Mentale gezondheid** wordt gedefinieerd als *"de manier waarop je je verhoudt tot jezelf en tot anderen en hoe je omgaat met de uitdagingen in het dagelijks leven. Tegelijkertijd gaat het ook over hoe jij en anderen in de samenleving dit ervaren"* (Rijksoverheid, 2022). Tegelijkertijd is er een sterke overlap met sociale cohesie. Sociale cohesie *"gaat over de mate waarin (groepen) mensen zich met elkaar en met instituties verbonden voelen, en dat ook in hun gedrag laten zien. Het gaat om de 'lijm' die gemeenschappen bij elkaar houdt"* (Sociaal en Cultureel Planbureau, n.d.). De twee outcomes in dit impactgebied raken daarmee zowel aan de individuele ervaring van verbondenheid (mentale gezondheid) als aan de bredere sociale relaties en het ervaren van erbij horen binnen groepen en gemeenschappen (sociale cohesie). Hierdoor vormt mentale gezondheid het vertrekpunt binnen dit impactpad, met een duidelijke doorwerking naar sociale cohesie.



## Analyse van de werkzame elementen:

Werkzaam element	Onderbouwing van het bewijs	SUB	JVL	PRO
1. Gericht versterken van psychosociale competenties, zoals mentale veerkracht en assertiviteit (van Dale et al., 2022)	Het ontwikkelen van vaardigheden binnen MDT heeft geen duidelijke focus: vaardigheden worden breed ingestoken. Er zijn voorzichtige aanwijzingen dat projecten deze psychosociale competenties wel in het oog hebben. Volgens projecten zelf, zet: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 92% van de projecten in op ontwikkelen van vaardigheden, maar welke dit zijn is onduidelijk.</li> <li>- 83% van de projecten in op weerbaarheid</li> </ul>	✓	■	✓
2. Faciliteren van gelijkwaardige ontmoetingen buiten de eigen leefwereld (Pettigrew & Tropp, 2006)	Ontmoetingen is één van de pijlers van MDT en dient binnen elk project aanwezig te zijn. In hoeverre deze ontmoetingen gelijkwaardig zijn en buiten de eigen leefwereld plaatsvinden is beperkt inzichtelijk. Volgens projecten zelf, zet: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 93% van de projecten in op sociaal contact</li> <li>- 83% van de projecten in op sociaal kapitaal</li> </ul> Ook in de jongeren vragenlijst wordt dit effect direct uitgevraagd: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 95% van de jongeren heeft door MDT ontmoetingen gehad met mensen buiten de eigen leefwereld</li> <li>- 51% van de jongeren heeft bij MDT mensen ontmoet die kunnen helpen bij hun toekomst</li> </ul>	✓	✓	✓
3. Samenwerken aan betekenisvolle doelen of projecten met jongeren met verschillende achtergronden (Cahill & Dadvand, 2018; Petintseva & Roose, 2020)	We weten dat MDT-projecten regelmatig werken met groepen jongeren, waardoor samenwerking tussen jongeren aannemelijk is. Tegelijkertijd is dit geen standaard die door alle projecten wordt toegepast. Verder, volgens projecten zelf, zet: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 93% van de projecten in op sociaal contact</li> </ul> Ook komt in de jongeren vragenlijst naar voren dat: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 95% van de jongeren door MDT ontmoetingen gehad met mensen buiten de eigen leefwereld</li> </ul>	✓	✓	✓

Werkzaam element	Onderbouwing van het bewijs	SUB	JVL	PRO
4. Jongeren moeten het gevoel hebben dat zij ertoe doen en serieus genomen worden (Sherrod et al., 2002)	<p>Serieus genomen worden en gevoel hebben ertoe te doen zijn vaak onderdeel van jongerenparticipatie. Al is jongerenparticipatie een vereiste in de subsidieaanvraag, in het onderzoek naar jongerenparticipatie<sup>4</sup> komt naar voren dat de elementen en kritische succesfactoren nog onvoldoende zijn geborgd bij de MDT-projecten. In de jongerenvragenlijst worden vragen gesteld die als proxy kunnen dienen voor het gevoel serieus genomen te worden en ertoe te doen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 70% van de jongeren vindt dat de begeleiders hun best doen om jongeren te laten meedenken</li> <li>- 72% van jongeren vindt dat zij hun ideeën voor het programma kunnen laten weten aan de begeleider</li> <li>- 67% van de jongeren vindt dat de begeleiders hun ideeën net zo belangrijk vinden als de eigen ideeën</li> <li>- 52% van de jongeren weet wat de begeleiders vervolgens met hun ideeën doen</li> </ul>		✓	
5. Houvast bieden om onzekerheid in sociale situaties te voorkomen door concrete activiteiten te bedenken die mensen samen kunnen doen (Blonk et al., 2019)	<p>76%<sup>5</sup> geeft aan goede begeleiding te krijgen binnen MDT. We maken hierbij de aanname dat goede begeleiding impliceert dat er houvast wordt geboden om onzekerheid in sociale situaties te voorkomen. We weten dat MDT-projecten regelmatig werken met groepen jongeren, waardoor samenwerking tussen jongeren aannemelijk is. Tegelijkertijd is dit geen standaard die door alle projecten wordt toegepast.</p>		✓	✓
6. Jongeren moeten de gelegenheid en ruimte hebben om zich even terug te trekken als sociale ontmoetingen erg spannend zijn of even teveel worden (Blonk et al., 2019)	<p>Voor dit werkzame element is geen bewijs. Hoewel vragen in de jongerenvragenlijst gaan over begeleiding, is er geen vraag die ingaat op het verkrijgen van ruimte voor een jongere om zich terug te trekken tijdens sociale ontmoetingen.</p>			

<sup>4</sup> Rapport 'Verder met Jongerenparticipatie' 2025

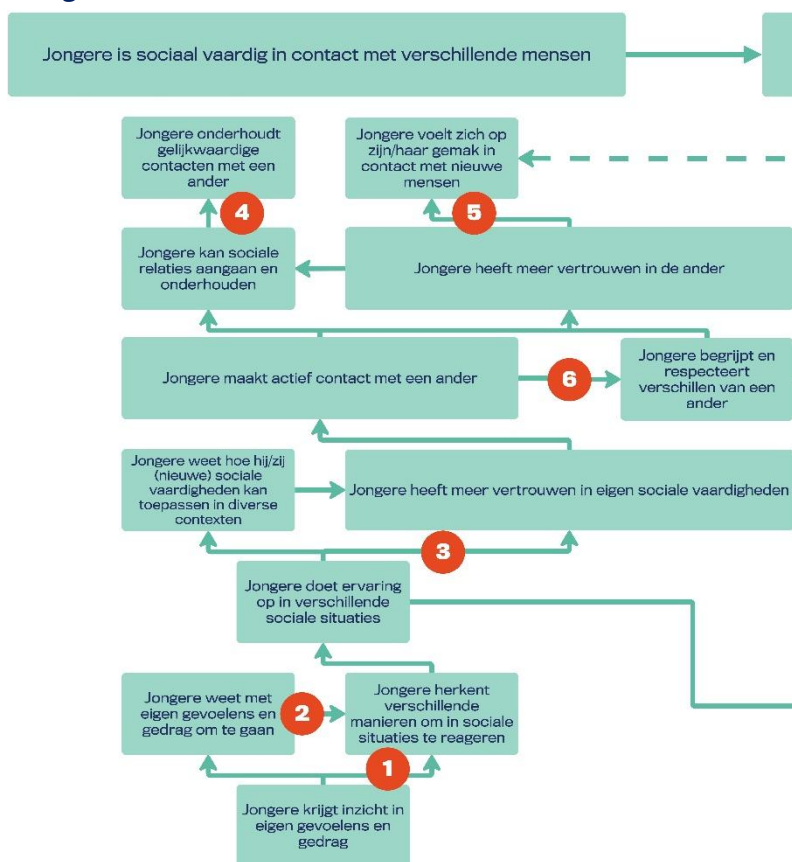
<sup>5</sup> Dit percentage komt uit de projectendatabase: 'Projecten Data Gemiddelde %'

### Outcome 1: Jongere is sociaal vaardig in contact met verschillende mensen

Een onderdeel van mentale gezondheid is hoe jongeren zich verhouden tot anderen en hoe zij relaties ervaren. In dit impactpad ligt de focus op het ontwikkelen van sociale vaardigheden in contact met mensen met verschillende

achtergronden. De effecten die bijdragen aan het behalen van de eerste outcome zijn stapsgewijs uitgewerkt, van korte- naar langetermijneffecten. Het plaatje hiernaast laat in totaal twaalf effecten zien die leiden naar de outcome. Het proces begint met dat jongeren inzicht krijgen in hun eigen gevoelens en gedrag.

Dit inzicht stelt hen in staat om beter met hun emoties en reacties om te gaan en om te herkennen dat er verschillende manieren van reageren zijn in sociale situaties. Op basis van deze herkenning doen jongeren ervaring op in uiteenlopende sociale situaties. Door deze ervaring ontwikkelen zij de vaardigheid om nieuwe sociale vaardigheden toe te passen in diverse contexten en groeit hun vertrouwen in hun eigen kunnen. Met dit vertrouwen in eigen vaardigheden beginnen jongeren actief contact te leggen met anderen. Dit contact leidt ertoe dat zij verschillen in anderen leren begrijpen en respecteren, en stelt hen in staat om sociale relaties aan te gaan en te onderhouden. Tegelijkertijd groeit het vertrouwen in anderen, waardoor jongeren zich op hun gemak voelen in contact met nieuwe mensen. Door dit proces kunnen zij gelijkwaardige contacten onderhouden en hun sociale netwerk uitbreiden. Uiteindelijk mondt dit proces uit in de outcome: de jongere is sociaal vaardig in contact met verschillende mensen.

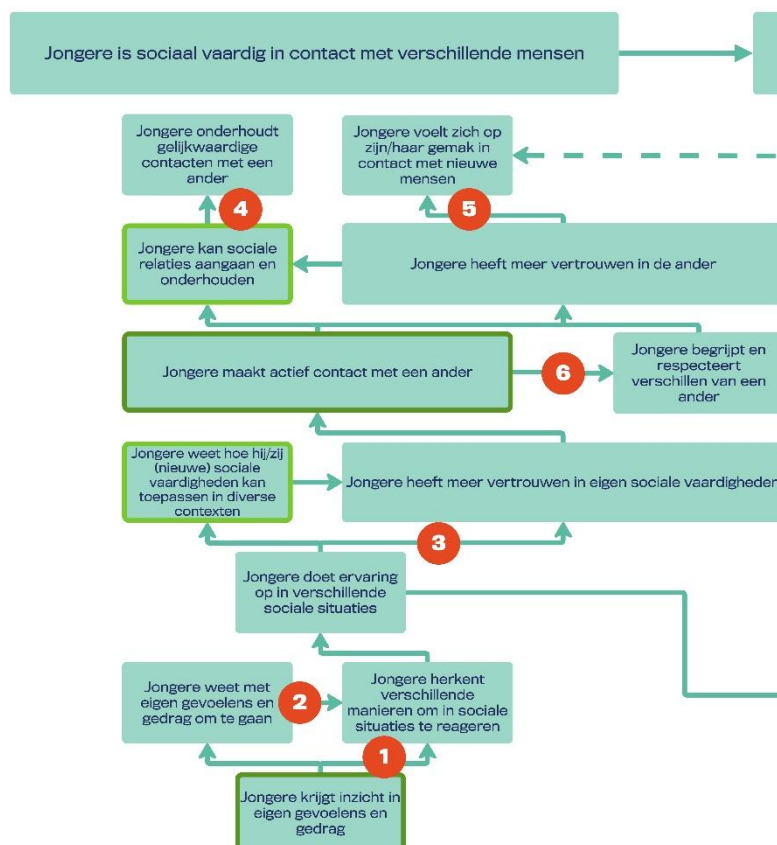




De beschreven effecten worden daarnaast beïnvloed door zes aannames (de rode bollen tussen de effecten). Deze aannames spelen een rol in het proces van effectrealisatie en vormen een belangrijke schakel in het bereiken van de beoogde outcome.



Van de dertien beschreven effecten zijn er vier met bewijs onderbouwd (31%). In de effectenreeks hieronder worden de bewezen effecten gemarkeerd met een groene omlijning.

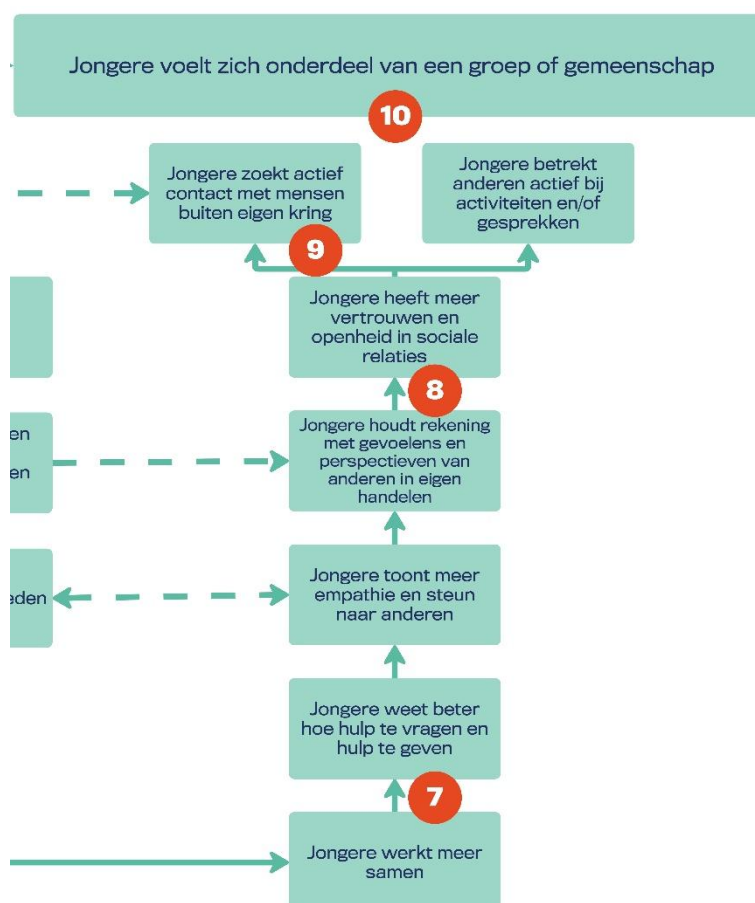


Effect	Onderbouwing van het bewijs	SUB	JVL	PRO
Jongere krijgt inzicht in eigen gevoelens en gedrag	<p>Volgens de projecten zelf, zet</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 94% van de projecten in op zelfontdekking</li> </ul> <p>Ook in de jongerenvragenlijst wordt dit effect indirect uitgevraagd:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 55% van de jongeren weet beter wat ze kunnen door MDT</li> <li>- 52% van de jongeren weet beter wat ze leuk vinden door MDT</li> </ul>			

Jongere weet hoe hij/zij (nieuwe) sociale vaardigheden kan toepassen in diverse contexten	In de jongerenvragenlijst <ul style="list-style-type: none"> <li>- 67%<sup>6</sup> jongeren heeft het gevoel gehad dat hij/zij kon oefenen met talenten en vaardigheden tijdens hun MDT</li> </ul>	■	✓	■
Jongere maakt actief contact met een ander	Al wordt “actief contact maken” niet direct uitgevraagd, hangt dit effect samen met de pijler ontmoetingen. Volgens projecten zelf, zet: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 93% van de projecten in op sociaal contact</li> </ul> Ook komt in de jongerenvragenlijst naar voren dat: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 95% van de jongeren door MDT ontmoetingen gehad met mensen buiten de eigen leefwereld</li> </ul>	✓	✓	✓
Jongere kan sociale relaties aangaan en onderhouden	51% ontmoet mensen die hen kunnen helpen in de toekomst; dit suggereert dat naast mogelijke andere, meer vluchtige ontmoetingen, jongeren duurzamere relaties weten aan te gaan voor de toekomst	■	■	✓

### Outcome 2: Jongere voelt zich onderdeel van een groep of gemeenschap

Een belangrijk onderdeel van mentale gezondheid is dat jongere het gevoel heeft dat hij of zij erbij hoort en mee kan doen. Outcome 1, het ontwikkelen van sociale vaardigheden, legt hiervoor de basis door jongeren te helpen effectieve contacten te maken en te onderhouden. Deze sociale vaardigheden worden vervolgens ingezet om verbondenheid te ervaren, wat cruciaal is voor sociale cohesie binnen een groep of gemeenschap. De effecten die bijdragen aan het behalen van de tweede outcome zijn stapsgewijs uitgewerkt, van korte- naar langetermijneffecten. Het



<sup>6</sup> Percentage komt uit projectendatabase JVL-resultaten gemiddelden

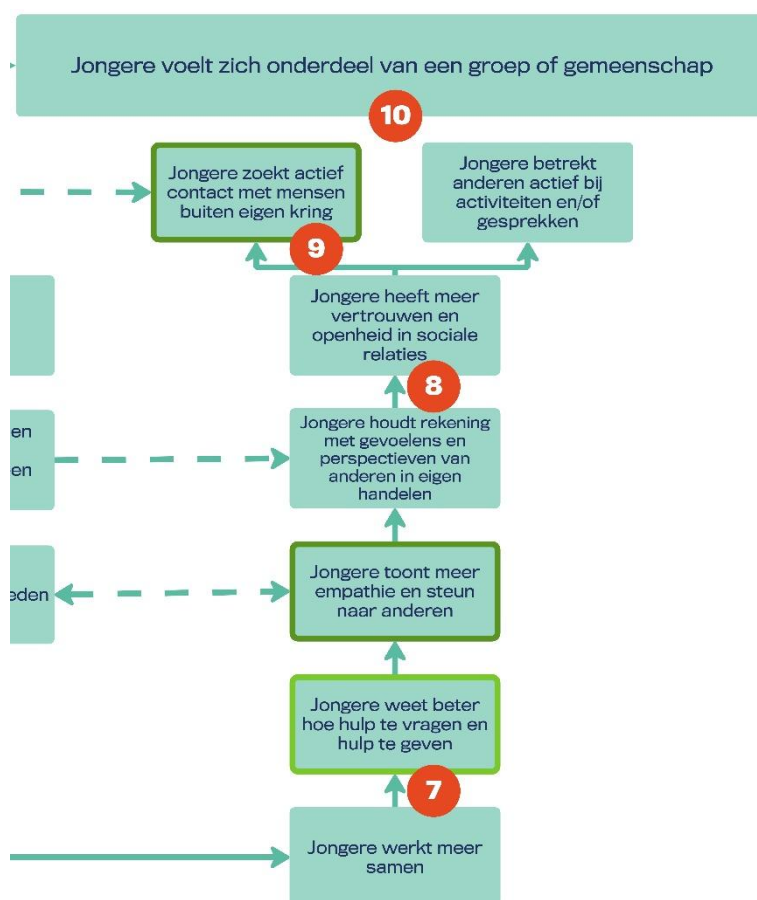











plaatje hiernaast laat in totaal zes effecten zien die leiden naar de outcome. Het proces begint bij het vergroten van de samenwerking met anderen. Door vaker samen te werken, leert de jongere beter hoe hij of zij hulp kan vragen en kan bieden. Deze vaardigheid vormt de basis voor het tonen van meer empathie en het geven van steun naar anderen. Naarmate de jongere rekening leert houden met de gevoelens en perspectieven van anderen, groeit het vertrouwen in sociale relaties en ontstaat er meer openheid naar anderen. Dit versterkt het vermogen van de jongere om actief contact te zoeken met mensen buiten de eigen kring en om anderen actief te betrekken bij activiteiten en gesprekken. Door deze stappen ontwikkelt de jongere een sterker gevoel van verbondenheid en voelt hij of zij zich daadwerkelijk onderdeel van een groep of gemeenschap. Uiteindelijk mondt dit proces uit in de outcome: de jongere voelt zich onderdeel van een groep of gemeenschap.

Tussen deze effecten zijn vier aannames geïdentificeerd die invloed hebben op de opeenvolging van de effecten.



Van de acht beschreven effecten zijn er drie met bewijs onderbouwd (38%).



Effect	Onderbouwing van het bewijs	SUB	JVL	PRO
Jongere weet beter hoe hulp te vragen en hulp te geven	Dit effect wordt deels direct en deels indirect uitgevraagd in de jongerenvragenlijst: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Er is een toename +5%-punt<sup>7</sup> van jongeren die goed weten hoe ze anderen kunnen helpen</li> <li>- 67%<sup>8</sup> van de jongeren geeft aan dat ze door MDT anderen geholpen hebben</li> <li>- 78%<sup>9</sup> van de jongeren wist wie kon helpen als er iets gebeurde</li> <li>- 79%<sup>10</sup> van de jongeren had het gevoel iemand te kunnen vertrouwen tijdens het MDT-project</li> </ul>			
Jongere toont meer empathie en steun naar anderen	Volgens projecten zelf, zet: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 98% van de projecten in op empathie en reflectie<sup>11</sup></li> </ul> Ook in de jongerenvragenlijst wordt dit effect direct uitgevraagd: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Er is een toename +5%-punt<sup>12</sup> van jongeren die goed weten hoe ze anderen kunnen helpen</li> <li>- 67%<sup>13</sup> van de jongeren geeft aan dat ze door MDT anderen geholpen hebben</li> </ul>			
Jongere zoekt actief contact met mensen buiten eigen kring	Al wordt "actief contact maken" niet direct uitgevraagd, hangt dit effect samen met de pijler ontmoetingen. Volgens projecten zelf, zet: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 93% van de projecten in op sociaal contact</li> </ul> Ook komt in de jongerenvragenlijst naar voren dat: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 95% van de jongeren door MDT ontmoetingen gehad met mensen buiten de eigen leefwereld</li> <li>- Er is een toename van +12%-punt<sup>14</sup> van jongeren die aangeven graag mensen te ontmoeten die anders zijn dan zichzelf</li> </ul>			

<sup>7</sup> Kwartaalrapportage Q3 2025

<sup>8</sup> Projectendatabase: 'Jongerenvragenlijst T1 (2) 2025 Q3'

<sup>9</sup> Percentage komt uit projectendatabase JVL-resultaten gemiddelden

<sup>10</sup> Percentage komt uit projectendatabase JVL-resultaten gemiddelden

<sup>11</sup> Dit is een voormalig beoogd effect van 'ontmoetingen'. Het percentage is gebaseerd op subsidieronde 2023

<sup>12</sup> Kwartaalrapportage Q3 2025

<sup>13</sup> Projectendatabase: 'Jongerenvragenlijst T1 (2) 2025 Q3'

<sup>14</sup> Projectendatabase: 'Jongerenvragenlijst T1 (2) 2025 Q3'

### *Conclusie en aanbevelingen impactgebied 1*

De analyse van dit impactgebied laat zien dat de werkzame elementen die bijdragen aan de ontwikkeling van sociale vaardigheden en verbondenheid bij jongeren medium zijn geborgd binnen de projecten. Ondanks dat er voor veel werkzame elementen bewijs is, is dit bewijs vooral indirect geborgd en op slechts één van de factoren; dit leidt tot het oordeel medium voor de aannemelijkheid van impact. Van de effecten worden in totaal 33% direct en indirect gemeten. De bewijskracht voor outcome 1 is laag, omdat daar de metingen de bewijskracht onderbouwen op één tot twee factoren en het aanwezige bewijs indirect is. Voor outcome 2 is er meer direct bewijs, maar ook hier geldt dat de metingen de bewijskracht op één tot twee factoren onderbouwen. Het niveau van bewijskracht is hierdoor medium.

Dit maakt dat het oordeel over de impactdoelstelling als medium kan worden geclassificeerd: **de aannemelijkheid is medium, het directe bewijs is medium.**

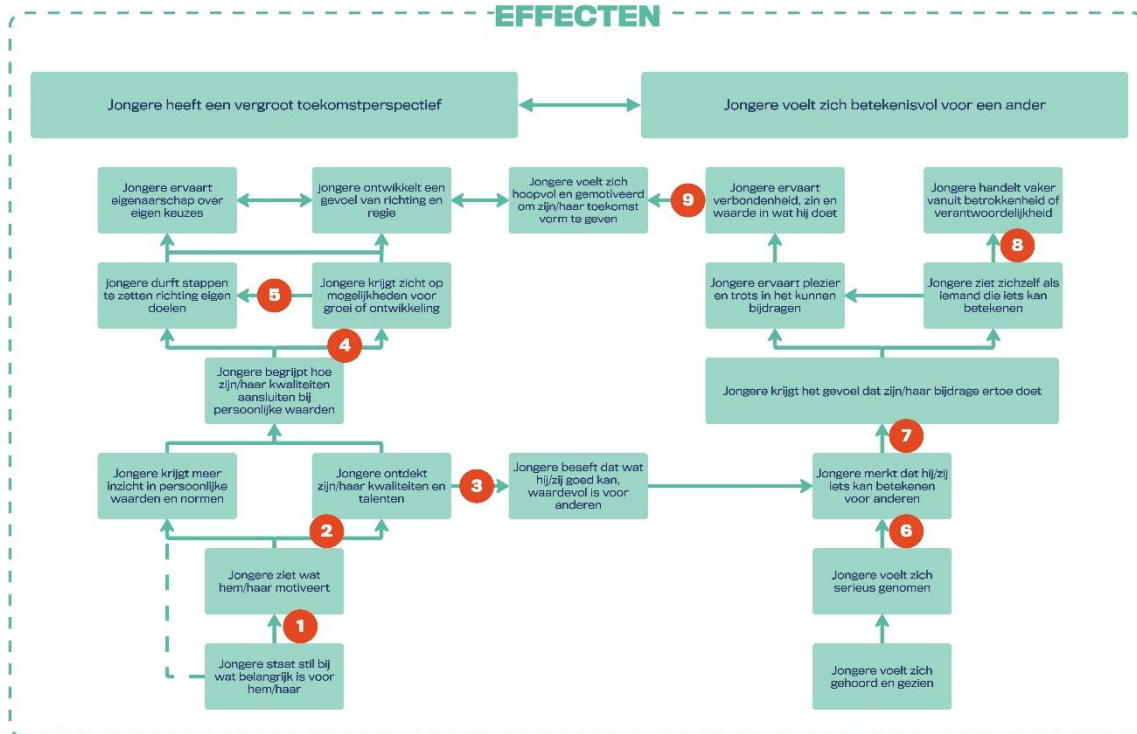
## 2. Impactgebied 2: Zingeving

Het tweede impactpad richt zich op de outcomes: 'jongere heeft een vergroot toekomstperspectief' en 'jongere voelt zich betekenisvol voor een ander'. Deze outcomes zijn direct verbonden met mentale gezondheid. Toekomstperspectief draagt bij aan mentale gezondheid doordat jongeren vooruit kunnen kijken en betekenis kunnen toekennen aan hun huidige acties in relatie tot later. Het ervaren van betekenisvol zijn versterkt dit proces, omdat jongeren niet alleen bezig zijn met zichzelf, maar ook ervaren dat zij van waarde zijn voor anderen. Dit draagt tevens bij aan een *sense of purpose*. Zingeving wordt beschreven als het gevoel dat het leven een doel heeft (Van Bon-Martens et al., 2021) en hangt samen met een doelgericht bestaan wat refereert naar het betekenis geven aan het eigen bestaan en het werk dat iemand verricht (Woudenberg et al., 2020).

## IMPACTDOELSTELLING

Jongeren ervaren zingeving in hun leven

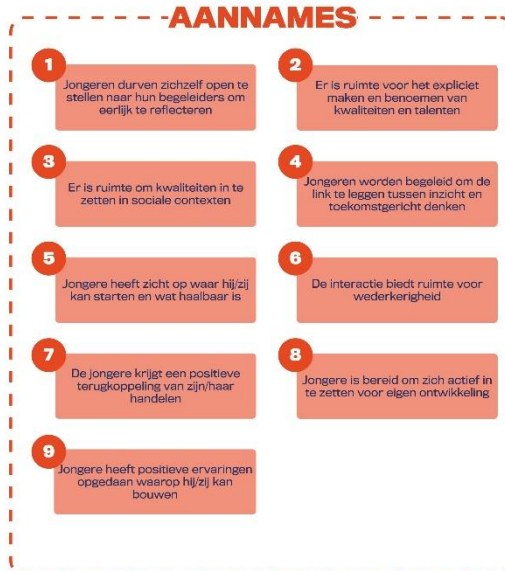
### EFFECTEN



### ACTIVITEITEN


















### AANNAMES



### WERKZAME ELEMENTEN



## Analyse van de werkzame elementen:

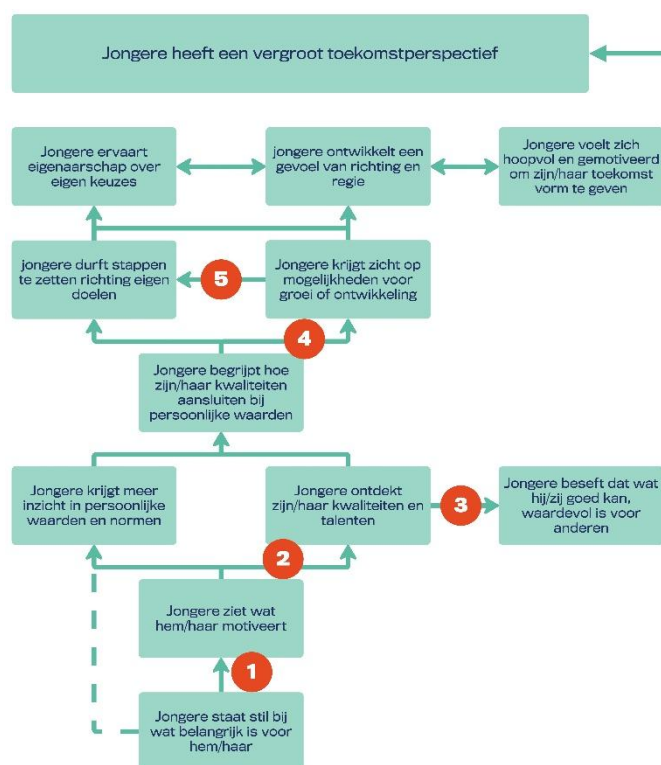
Werkzaam element	Onderbouwing van het bewijs	SUB	JVL	PRO
1. Expliciet verkennen van waarden en levensdoelen (Waterman et al., 2008, Pascha, 2020)	Volgens de projecten zelf, zet <ul style="list-style-type: none"> <li>- 94% van de projecten in op zelfontdekking</li> </ul> Ook in de jongerenvragenlijst wordt dit werkzaam element indirect uitgevraagd: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 52% van de jongeren weet beter wat ze leuk vinden door MDT</li> </ul>			
2. Deelname van jongeren aan activiteiten waarin zij bijdragen aan anderen (Norrish et al., 2013)	Iets doen voor een ander is een van de drie pijlers van MDT en daarmee een vereiste binnen het programma. Volgens de projecten zelf, zet: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 81% van de projecten in op continuering van maatschappelijke activatie</li> <li>- 85% van de projecten in op het effect op begunstigden</li> </ul>			
3. Inzetten van reflectieve oefeningen gericht op het betekenis geven aan positieve en negatieve gebeurtenissen (Taylor et al., 1984; Schwartzberg, 1993)	Vanuit analyse van impactpaden van projecten is bekend dat er MDT-projecten zijn die reflectie standaard onderdeel laten uitmaken van de begeleiding van de jongere door een coach of begeleider. Tegelijkertijd is dit geen standaard die door alle projecten wordt toegepast.			
4. Herkennen en inzetten van persoonlijke sterke kanten in verschillende situaties (Norrish et al., 2013)	Voor veel projecten is coaching/persoonlijke begeleiding een belangrijk onderdeel van de begeleiding. Dit wordt echter nog niet direct uitgevraagd. Volgens de projecten zelf, zet <ul style="list-style-type: none"> <li>- 94% van de projecten in op zelfontdekking</li> </ul> Ook in de jongerenvragenlijst worden vragen gesteld die als proxy kunnen dienen voor de onderbouwing van dit effect: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 55% van de jongeren weet beter wat ze kunnen door MDT</li> <li>- 64% van de jongeren vaardigheden ontwikkeld door MDT</li> </ul>			
5. Toekomstgerichte oefeningen, zoals het stellen van korte- en langetermijndoelen vergroten hoop, motivatie en richting in het leven (Debats, 1993)	Volgens projecten zelf, zet: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 83% van de projecten in op activatie jongeren binnen talentontwikkeling</li> </ul> In de jongerenvragenlijst wordt indirect ingegaan op toekomstgerichtheid: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Er is een toename van 6%-punt van jongeren die weten wat voor werk ze later willen gaan doen</li> </ul>			



Werkzaam element	Onderbouwing van het bewijs	SUB	JVL	PRO
6. Sociale verbondenheid wordt versterkt binnen de interventie (Ryan & Deci, 2001; Norrish et al., 2013)	<p>We weten dat MDT-projecten regelmatig werken met groepen jongeren, waardoor samenwerking tussen jongeren aannemelijk is. Tegelijkertijd is dit geen standaard die door alle projecten wordt toegepast.</p> <p>Verder, volgens projecten zelf, zet:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 93% van de projecten in op sociaal contact</li> </ul> <p>Ook komt in de jongerenvragenlijst naar voren dat:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 95% van de jongeren door MDT ontmoetingen gehad met mensen buiten de eigen leefwereld</li> </ul>	■	✓	✓

### Outcome 3: Jongere heeft een vergroot toekomstperspectief

Het vergroten van toekomstperspectief is een belangrijk onderdeel van mentale gezondheid met een link naar zingeving. Dit impactpad focus zicht op hoe jongeren richting geven aan hun leven. De effecten die bijdragen aan het behalen van de derde outcome zijn stapsgewijs uitgewerkt, van kortenaar langetermijneffecten. Het plaatje hiernaast laat in totaal elf effecten zien die leiden naar de outcome. Het proces begint bij het moment waarop de jongere stilstaat bij wat voor hem/haar belangrijk is. Dit bewustzijn helpt de jongere te herkennen wat hem/haar motiveert. Vanuit deze motivatie ontstaan twee samenhangende effecten. Enerzijds krijgt de jongere meer inzicht in persoonlijke waarden en normen, en anderzijds ontdekt de jongere zijn/haar kwaliteiten en talenten. Het ontdekken van deze kwaliteiten en talenten leidt ertoe dat de jongere beseft dat wat hij/zij goed kan, waardevol is voor anderen. Tegelijkertijd zorgt het inzicht in waarden en normen, in combinatie met he bewustzijn van eigen kwaliteiten ervoor dat de jongere begrijpt hoe deze kwaliteiten aansluiten bij wat hij/zij belangrijk vindt. Dit inzicht leidt tot het durven zetten van stappen richting eigen doelen en het verkrijgen van zicht op mogelijkheden voor groei en ontwikkeling. Wanneer jongeren deze stappen zetten ervaren zij eigenaarschap over hun eigen keuzes en ontwikkelen zij een gevoel van richting in hun leven. Vanuit dit gevoel richting en regie groeit hoop en motivatie om de



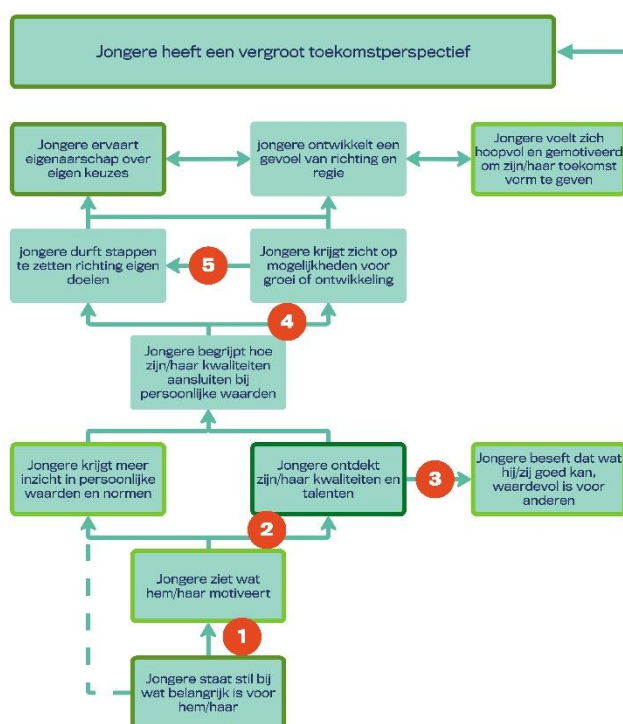
Vanuit deze motivatie ontstaan twee samenhangende effecten. Enerzijds krijgt de jongere meer inzicht in persoonlijke waarden en normen, en anderzijds ontdekt de jongere zijn/haar kwaliteiten en talenten. Het ontdekken van deze kwaliteiten en talenten leidt ertoe dat de jongere beseft dat wat hij/zij goed kan, waardevol is voor anderen. Tegelijkertijd zorgt het inzicht in waarden en normen, in combinatie met he bewustzijn van eigen kwaliteiten ervoor dat de jongere begrijpt hoe deze kwaliteiten aansluiten bij wat hij/zij belangrijk vindt. Dit inzicht leidt tot het durven zetten van stappen richting eigen doelen en het verkrijgen van zicht op mogelijkheden voor groei en ontwikkeling. Wanneer jongeren deze stappen zetten ervaren zij eigenaarschap over hun eigen keuzes en ontwikkelen zij een gevoel van richting in hun leven. Vanuit dit gevoel richting en regie groeit hoop en motivatie om de

toekomst vorm te geven. Uiteindelijk mondt dit proces uit in de outcome: de jongere heeft een vergroot toekomstperspectief.

Tussen deze effecten zijn vijf aannames geïdentificeerd die invloed hebben op de opeenvolging van de effecten.















Van de twaalf beschreven effecten zijn er acht met bewijs onderbouwd (67%), inclusief de outcome zelf.



Effect	Onderbouwing van het bewijs	SUB	JVL	PRO
Jongere staat stil bij wat belangrijk is voor hem/haar	Volgens de projecten zelf, zet <ul style="list-style-type: none"> <li>- 94% van de projecten in op zelfontdekking</li> </ul> In de jongerenvragenlijst wordt het effect indirect uitgevraagd: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 52% van de jongeren weet beter wat ze leuk vinden door MDT</li> </ul>	■	✓	✓
Jongere ziet wat hem/haar motiveert	In de jongerenvragenlijst wordt geen vraag gesteld over motivatie, maar wel vragen die linken aan motivatie: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 52% van de jongeren weet wat hij/zij leuk vindt</li> <li>- 72% van de jongeren had veel plezier tijdens het MDT-traject</li> </ul>	■	✓	■



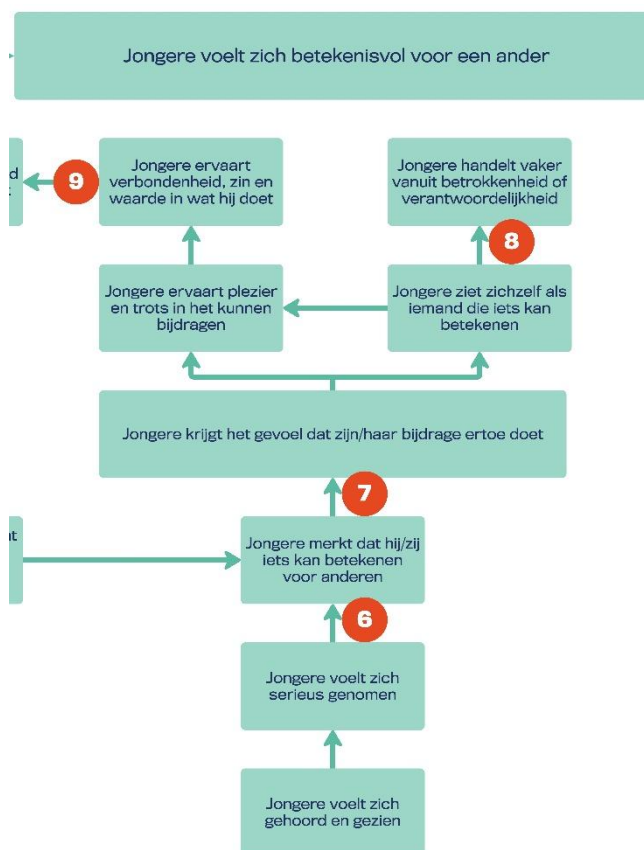
Effect	Onderbouwing van het bewijs	SUB	JVL	PRO
Jongere krijgt meer inzicht in persoonlijke waarden en normen	Volgens de projecten zelf, zet <ul style="list-style-type: none"> <li>- 94% van de projecten in op zelfontdekking.</li> </ul> Het is belangrijk te benoemen dat binnen zelfontdekking de focus ligt op het verkrijgen van inzicht in eigen vaardigheden, interesses en waarden. Normen worden hier niet meegenomen.			
Jongere ontdekt zijn/haar kwaliteiten en talenten	Volgens de projecten zelf, zet: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 94% van de projecten in op zelfontdekking;</li> <li>- 92% van de projecten in op ontwikkelen van vaardigheden</li> </ul> Ook in de jongerenvragenlijst is dit effect terug te vinden in verschillende elementen: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 55% van de jongeren weet beter wat ze kunnen door MDT</li> <li>- 64% van de jongeren heeft vaardigheden ontwikkeld door MDT</li> <li>- 63% van de jongeren leerde veel door MDT</li> </ul> Tot slot is talentontwikkeling één van drie pijlers van MDT. Binnen talentontwikkeling beoogt MDT dat jongeren tijdens hun traject hun talenten, vaardigheden en houding kunnen ontdekken en ontwikkelen.			
Jongere beseft dat wat hij/zij goed kan, waardevol is voor anderen	In de jongerenvragenlijst wordt dit effect indirect uitgevraagd <sup>15</sup> : <ul style="list-style-type: none"> <li>- 62% van de jongeren geeft aan dat dankzij MDT zij weten dat de dingen die ze doen belangrijk zijn</li> <li>- 67% van de jongeren geeft aan dat ze door MDT anderen geholpen hebben</li> </ul>			
Jongere ervaart eigenaarschap over eigen keuzes	Dit effect wordt direct uitgevraagd in de jongerenvragenlijst: <ul style="list-style-type: none"> <li>- +3%-punt toename van jongeren die het gevoel hebben dat zij zelf kunnen bepalen wat er in hun leven gebeurt</li> </ul> Eigenaarschap is ook gelinkt aan jongerenparticipatie. Dit valt in de jongerenvragenlijst onder "begeleidingvragen": <ul style="list-style-type: none"> <li>- 56% van de jongeren mag zelf bepalen wat ze doen in hun MDT</li> </ul>			

<sup>15</sup> De twee percentages hieronder vermeldt komen uit de projectendatabase: 'Jongerenvragenlijst T1 (2) 2025 Q3'

Effect	Onderbouwing van het bewijs	SUB	JVL	PRO
Jongere voelt zich hoopvol en gemotiveerd om zijn/haar toekomst vorm te geven	In de jongerenvragenlijst worden vragen gesteld die als proxy kunnen dienen voor dit effect: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 55% van de jongeren weet beter wat ze kunnen door MDT</li> <li>- 52% van de jongeren weet beter wat ze leuk vinden door MDT</li> </ul>	■	✓	■
Jongere heeft een vergroot toekomstperspectief	Dit effect wordt direct uitgevraagd in de jongerenvragenlijst: <ul style="list-style-type: none"> <li>- +4%-punt toename van jongeren hebben na afloop meer vertrouwen in de toekomst</li> </ul>	■	✓	■

#### Outcome 4: Jongere voelt zich betekenisvol voor een ander

Het ervaren van betekenisvol zijn draagt bij aan mentale gezondheid omdat jongeren een gevoel van waarde ontwikkelen voor de ander. Hiermee is dit ook belangrijk voor zingeving, omdat jongeren hierdoor ervaren dat hun handelen waarde heeft en bijdraagt aan iets groter dan henzelf. Deze ervaring versterkt het gevoel dat wat zij doen ertoe doet en geeft richting aan hun inzet en betrokkenheid. De effecten die bijdragen aan het behalen van de vierde outcome zijn stapsgewijs uitgewerkt, van korte- naar langetermijneffecten. Het plaatje hiernaast laat in totaal acht effecten zien die leiden naar de outcome. Het proces begint bij het moment waarop de jongere zich gehoord en gezien voelt.



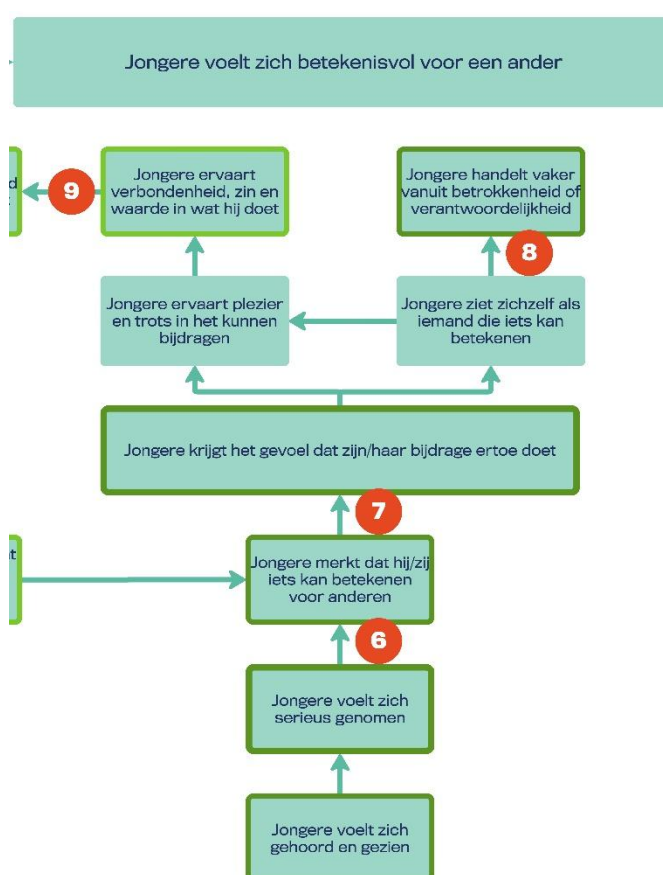
Dit leidt ertoe dat de jongere zich serieus genomen voelt. Vanuit dit gevoel merkt de jongere dat hij of zij iets kan betekenen voor anderen. Dit besef groeit door naar het gevoel dat de eigen bijdrage ertoe doet. Vanuit dit punt splitst het effectpad zich in twee samenhangende effecten. Enerzijds ervaart de jongere plezier en trots in het kunnen bijdragen, en anderzijds ziet de jongere zichzelf steeds meer als iemand die iets kan betekenen voor anderen. Het ervaren van plezier en trots leidt tot een sterker gevoel van verbondenheid, zin en waarde in wat de jongere doet. Tegelijkertijd zorgt het zelfbeeld van iemand die iets kan betekenen ervoor dat de jongere vaker handelt vanuit

betrokkenheid of verantwoordelijkheid. Uiteindelijk mondt dit proces uit in de outcome: de jongere voelt zich betekenisvol voor een ander.

Tussen deze effecten zijn vier aannames geïdentificeerd die invloed hebben op de opeenvolging van de effecten.



Van de negen beschreven effecten zijn er zes met bewijs onderbouwd (67%).



Effect	Onderbouwing van het bewijs	SUB	JVL	PRO
Jongere voelt zich gehoord en gezien	Dit effect heeft te maken met jongerenparticipatie en begeleiding hierin: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 70% van de jongeren vindt dat de begeleiders hun best doen om jongeren te laten meedenken</li> <li>- 72% van jongeren vindt dat zij hun ideeën voor het programma kunnen laten weten aan de begeleider</li> </ul>	—	✓	—

Jongere voelt zich serieus genomen	<p>Dit effect heeft te maken met jongerenparticipatie en begeleiding hierin:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 67% van de jongeren vindt dat de begeleiders hun ideeën net zo belangrijk vinden als de eigen ideeën</li> <li>- 52% van de jongeren weet wat de begeleiders vervolgens met hun ideeën doen</li> <li>- 56% van de jongeren mag zelf bepalen wat ze doen in hun MDT</li> </ul>	■	✓	■
Jongere merkt dat hij/zij iets kan betekenen voor anderen	<p>In de jongerenvragenlijst wordt dit effect indirect en direct uitgevraagd<sup>16</sup>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 62% van de jongeren geeft aan dat dankzij MDT zij weten dat de dingen die ze doen belangrijk zijn</li> <li>- 67% van de jongeren geeft aan dat ze door MDT anderen geholpen hebben</li> </ul>	✓	✓	■
Jongere krijgt het gevoel dat zijn/haar bijdrage ertoe doet	<p>In de jongerenvragenlijst wordt dit effect direct uitgevraagd:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 75% van de jongeren geeft aan dat hun vrijwillige bijdrage werd gewaardeerd</li> </ul>	■	✓	■
Jongere handelt vaker vanuit betrokkenheid of verantwoordelijkheid	<p>Volgens de projecten zelf, zet:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 81% van de projecten in op continuering van maatschappelijke activatie</li> </ul> <p>In de jongerenvragenlijst wordt dit effect indirect uitgevraagd. Deze vragen leiden ertoe dat het aannemelijk is dat MDT eraan bijdraagt dat jongeren zich in te toekomst (blijven) inzetten voor de anderen en/of de samenleving:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 75% van de jongeren geeft aan dat hun vrijwillige bijdrage werd gewaardeerd</li> <li>- 72% van de jongeren had veel plezier tijdens hun MDT traject</li> <li>- 91% van de jongeren vindt het belangrijk om iets te doen voor een ander</li> <li>- 79% van de jongeren vindt het belangrijk om iets te doen voor hun stad of buurt</li> </ul>	■	✓	✓
Jongere ervaart verbondenheid, zin en waarde in wat hij doet	<p>In de jongerenvragenlijst wordt dit effect indirect uitgevraagd:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 75% van de jongeren geeft aan dat hun vrijwillige bijdrage werd gewaardeerd</li> </ul>	■	✓	■

<sup>16</sup> De twee percentages hieronder vermeldt komen uit de projectendatabase: 'Jongerenvragenlijst T1 (2) 2025 Q3'

### *Conclusie en aanbevelingen impactgebied 2*

De analyse van dit impactgebied laat zien dat de werkzame elementen die bijdragen aan het vergroten van toekomstperspectief en het ervaren van betekenisvol zijn bij jongeren laag-medium geborgd zijn binnen de MDT-projecten. Voor alle werkzame elementen die met bewijs onderbouwd zijn is de onderbouwing gebaseerd op één a twee factoren, daarom is er laag-medium bewijs dat MDT een positieve impact heeft op dit impact gebied. Het bewijs is bij vrijwel alle werkzame elementen (behalve werkzaam element 2) indirect onderbouwd. De effecten op dit impactgebied zijn voor 67% onderbouwd, inclusief outcome 3 zelf. Omdat bij de meeste van de effecten de bewijskracht slechts op één factor wordt onderbouwd, is het niveau van bewijskracht medium.

Dit maakt dat het oordeel over de impactdoelstelling als hoog kan worden geclassificeerd: **de aannemelijkheid is medium, het directe bewijs is medium.**

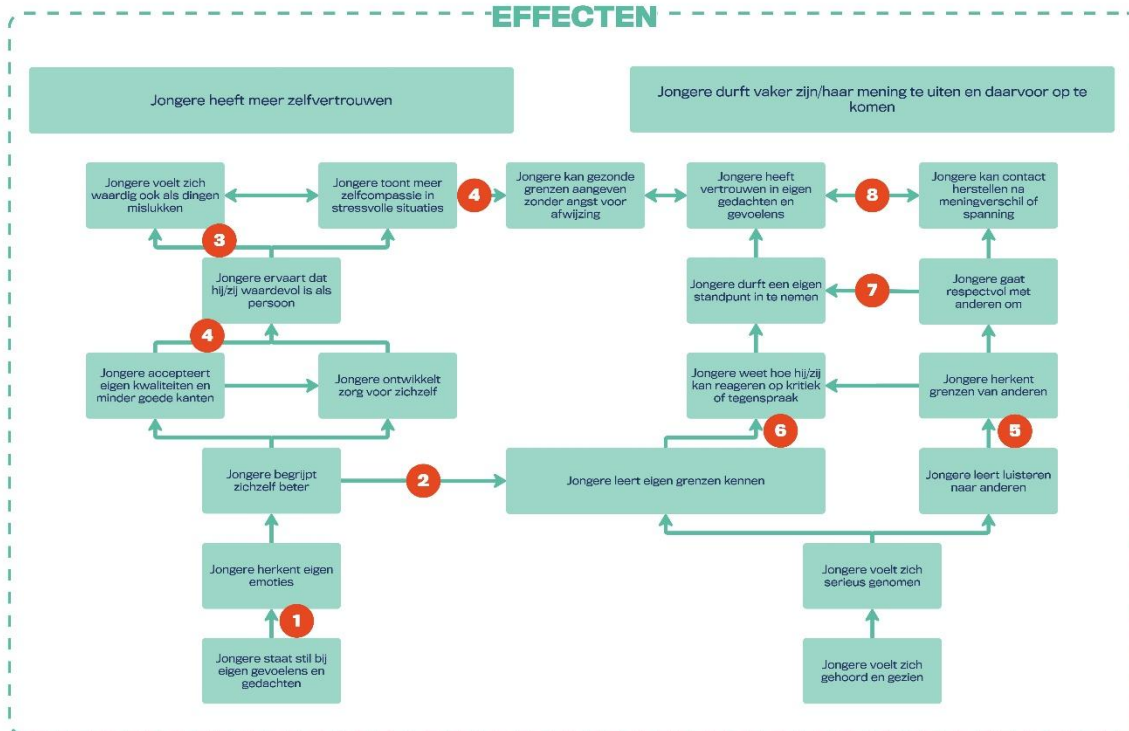
### 3. Impactgebied 3: Zelfrespect

Het derde impactgebied richt zich op de twee outcomes: 'jongere heeft meer zelfvertrouwen' en 'jongere durft vaker zijn/haar mening te uiten en daarvoor op te komen'. Zelfvertrouwen draagt bij aan mentale gezondheid doordat jongeren een duidelijk zelfbewustzijn ontwikkelen en vertrouwen krijgen in hun eigen vaardigheden, talenten en competenties (Hughes et al., 2019). Het durven opkomen voor zichzelf versterkt dit effect, omdat jongeren met meer zelfvertrouwen eerder hun gedachten en gevoelens uiten en voor hun standpunt durven te blijven staan. Deze ontwikkeling draagt ook bij aan hun individuele weerbaarheid, aangezien jongeren hierdoor beter toegerust zijn om uitdagingen aan te gaan en sociale rollen in verschillende contexten te vervullen (RIVM et al., 2019).

## IMPACTDOELSTELLING

Jongeren respecteren en accepteren zichzelf

## EFFECTEN



## ACTIVITEITEN



## AANNAMES



## WERKZAME ELEMENTEN














## Analyse van de werkzame elementen:

Effect	Onderbouwing van het bewijs	SUB	JVL	PRO
1. Gelijkwaardigheid centraal stellen om te zorgen dat programma's niet volwassen-gericht worden (Wong et al., 2010; Cahill & Dadvand, 2018)	Voor dit werkzame element is geen/weinig bewijs. Hoewel jongerenparticipatie als subsidievereiste wel wordt geregistreerd, wordt gelijkwaardigheid in participatie niet expliciet gemeten of gerapporteerd, waardoor het bewijs voor dit element onvoldoende is.	■	■	■
2. Creëren van een veilige omgeving waarin jongeren hun mening kunnen delen (Wong et al., 2010; Petintsevaa & Roose, 2020)	Dit werkzame element wordt niet direct uitgevraagd in de jongerenvragenlijst, maar er zijn een aantal vragen die als proxies kunnen dienen: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 78%<sup>17</sup> van de jongeren wist wie kon helpen als er iets gebeurde</li> <li>- 70% van de jongeren vindt dat de begeleiders hun best doen om jongeren te laten meedenken</li> </ul>	■	✓	■
3. Ruimte creëren voor open dialoog waarin alle perspectieven welkom zijn voor een wederkerige uitwisseling (Cahill & Dadvand, 2018; Wong et al., 2010)	Voor dit werkzame element is geen/weinig bewijs. Hoewel jongerenparticipatie als subsidievereiste wel wordt geregistreerd, wordt het creëren van een open dialoog niet expliciet gemeten of gerapporteerd, waardoor het bewijs voor dit element onvoldoende is.	■	■	■
4. Oprechte interesse en vertrouwen tonen in jongeren (Cahill & Dadvand, 2018; Wong et al., 2010)	Dit werkzaam element hangt samen met jongerenparticipatie. Dit valt in de jongerenvragenlijst onder "begeleidingvragen": <ul style="list-style-type: none"> <li>- 70% van de jongeren vindt dat de begeleiders hun best doen om jongeren te laten meedenken</li> <li>- 72% van jongeren vindt dat zij hun ideeën voor het programma kunnen laten weten aan de begeleider</li> <li>- 67% van de jongeren vindt dat de begeleiders hun ideeën net zo belangrijk vinden als de eigen ideeën</li> <li>- 52% van de jongeren weet wat de begeleiders vervolgens met hun ideeën doen</li> </ul>	■	✓	■

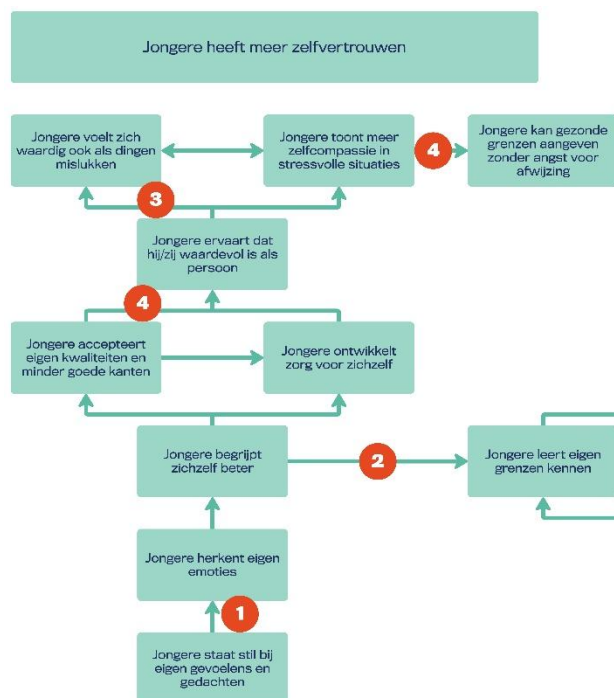
<sup>17</sup> Percentage komt uit projectendatabase JVL-resultaten gemiddelden



Effect	Onderbouwing van het bewijs	SUB	JVL	PRO
5. Ruimte bieden zodat jongeren zelf keuzes kunnen maken en verantwoordelijkheid nemen	Onderdelen van dit werkzaam element worden uitgevraagd in de jongerenvragenlijst: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 70% van de jongeren vindt dat de begeleiders hun best doen om jongeren te laten meedenken</li> <li>- 72% van jongeren vindt dat zij hun ideeën voor het programma kunnen laten weten aan de begeleider</li> <li>- 57% van de jongeren vindt dat ze zelf mogen bepalen wat ze doen binnen hun MDT</li> </ul>			
6. Versterken van de persoonlijke identiteit (Kovács et al., 2021; Ang et al., 2022)	Volgens de projecten zelf, zet: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 94% van de projecten in op zelfontdekking</li> </ul> In de jongerenvragenlijst wordt dit effect indirect uitgevraagd: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 55% van de jongeren weet beter wat ze kunnen door MDT</li> <li>- 52% van de jongeren weet beter wat ze leuk vinden door MDT</li> </ul>			
7. Focussen op zelfbewustzijn in een breed aspect: vaardigheden, aanleg, capaciteiten, competenties, kwaliteiten (Hughes et al., 2019)	Volgens de projecten zelf, zet: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 94% van de projecten in op zelfontdekking</li> <li>- 89% van de projecten in op zelfvertrouwen</li> <li>- 92% van de projecten in op ontwikkelen van vaardigheden</li> </ul> Ook in de jongerenvragenlijst wordt dit werkzaam element uitgevraagd: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 64% van de jongeren heeft vaardigheden ontwikkeld door MDT</li> <li>- 55% van de jongeren weet beter wat ze kunnen door MDT</li> <li>- 52% van de jongeren weet beter wat ze leuk vinden door MDT</li> <li>- % van de jongeren heeft het gevoel gehad dat hij/zij kon oefenen met talenten en vaardigheden tijdens hun MDT</li> </ul> Verder hanteert MDT in de subsidieaanvraag een brede interpretatie van talentontwikkeling die ruimte biedt voor de verschillende elementen die benoemd worden in dit werkzaam element.			

### Outcome 5: Jongere heeft vergroot zelfvertrouwen

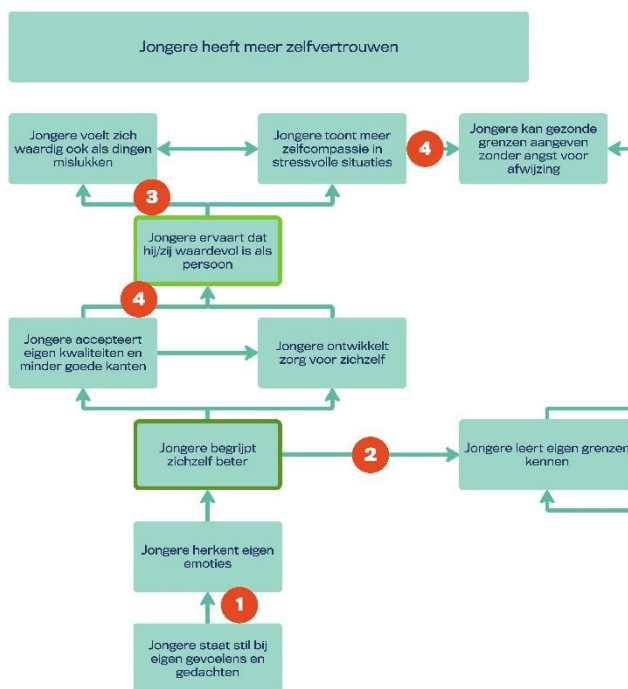
Het verkrijgen van meer zelfvertrouwen is een belangrijk onderdeel van mentale gezondheid en weerbaarheid, omdat dit jongeren in staat stelt om voor zichzelf op te komen aan te gaan en zich te blijven ontwikkelen op zowel persoonlijk als sociaal vlak. De effecten die bijdragen aan het behalen van de vijfde outcome zijn stapsgewijs uitgewerkt, van kort- naar langetermijneffecten. Het plaatje hiernaast laat in totaal tien effecten zien die leiden naar de outcome. Het proces begint bij het moment waarop de jongere stilstaat bij de eigen gevoelens en gedachten. Dit leidt ertoe dat de jongere eigen emoties leert herkennen, wat vervolgens bijdraagt aan een beter begrip van zichzelf. Vanuit dit zelfinzicht ontstaat een horizontale koppeling met het rechter effectpad (outcome 6), waarin de jongere leert de eigen grenzen te kennen. Het beter begrijpen van zichzelf leidt verder tot twee samenhangende effecten. Enerzijds accepteert de jongere zowel de eigen kwaliteiten als minder sterke kanten, en anderzijds ontwikkelt de jongere meer zorg voor zichzelf. Deze twee effecten versterken elkaar en dragen bij aan het ervaren van eigenwaarde: de jongere ervaart dat hij/zij waardevol is als persoon. Vanuit dit gevoel van eigenwaarde volgen opnieuw twee effecten. De jongere voelt zich waardig, ook wanneer dingen mislukken, en toont meer zelfcompassie in stressvolle situaties. Dit laatste effect heeft een expliciete koppeling met het rechter effectpad, waarin de jongere leert gezonde grenzen aan te geven zonder angst voor afwijzing. Uiteindelijk mondt dit proces uit in de outcome: de jongere heeft meer zelfvertrouwen.



Tussen deze effecten zijn vier aannames geïdentificeerd die invloed hebben op de opeenvolging van de effecten.



Van de elf beschreven effecten zijn er twee met bewijs onderbouwd (18%).



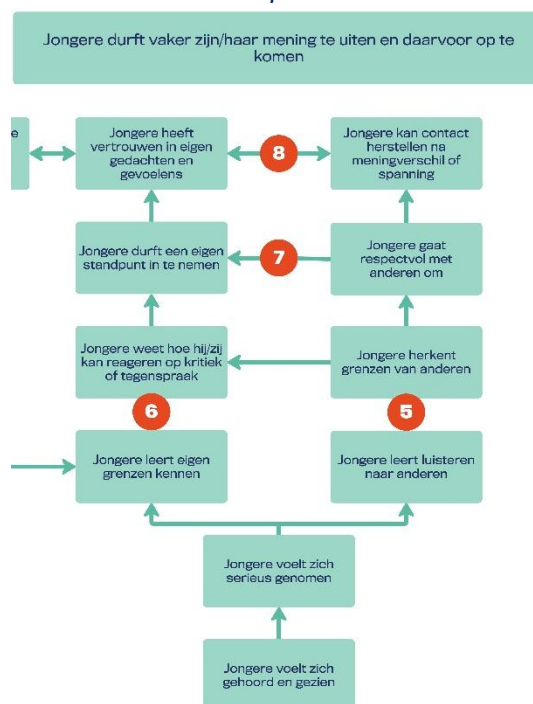
Effect	Onderbouwing van het bewijs	SUB	JVL	PRO
Jongere begrijpt zichzelf beter	Volgens projecten zelf, zet <ul style="list-style-type: none"> <li>- 94% van de projecten in op zelfontdekking</li> </ul> In de jongeren vragenlijst wordt dit effect met enkele vragen uitgevraagd: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 52% van de jongeren weet beter wat ze leuk vinden door MDT</li> <li>- 6%-punt toename jongeren weten wat voor werk ze later willen doen</li> </ul>	■	✓	✓
Jongere ervaart dat hij/zij waardevol is als persoon	In de jongerenvragenlijst wordt dit effect met enkele vragen uitgevraagd: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 5%-punt toename jongeren weten hoe ze andere kunnen helpen</li> <li>- 67%<sup>18</sup> van de jongeren hebben door MDT anderen geholpen</li> <li>- 62%<sup>19</sup> van de jongeren weet dat de dingen die ze doen belangrijk zijn</li> <li>- 75% van de jongeren hebben het gevoel dat hun bijdrage wordt gewaardeerd</li> </ul>	■	✓	■

<sup>18</sup> Dit percentage komt uit de projectendatabase: 'Jongerenvragenlijst T1 (2) 2025 Q3'

<sup>19</sup> Dit percentage komt uit de projectendatabase: 'Jongerenvragenlijst T1 (2) 2025 Q3'

### Outcome 6: Jongere durft vaker zijn/haar mening te uiten en daarvoor op te komen

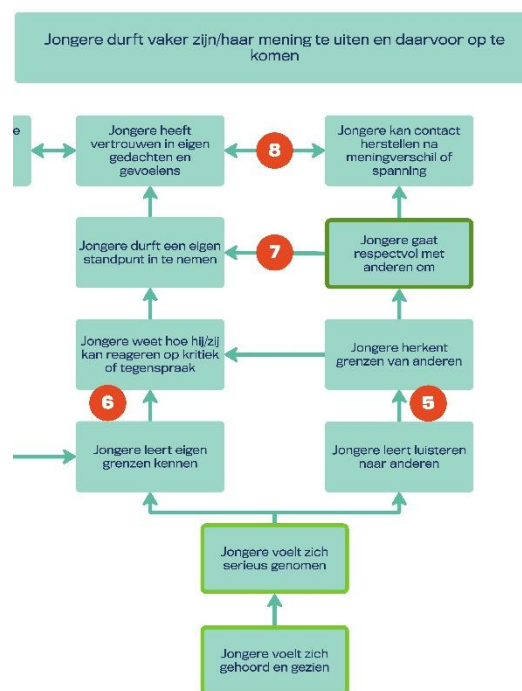
Het uiten van een eigen mening en het opkomen voor jezelf spelen een belangrijke rol binnen mentale gezondheid en weerbaarheid. Het gaat hierbij om het vermogen van jongeren om zich uit te spreken en zich staande te houden in contact met anderen, ook wanneer sprake is van spanning of verschil van inzicht. De effecten die bijdragen aan het behalen van de zesde outcome zijn stapsgewijs uitgewerkt, van korte- naar langetermijneffecten. Het plaatje hiernaast laat in totaal tien effecten zien die leiden naar de outcome. Het proces begint bij het moment waarop de jongere zich gehoord en gezien voelt. Dit leidt ertoe dat de jongere zich serieus genomen voelt. Vanuit dit punt splitst het effectpad zich in twee parallelle lijnen. Het rechter effectpad leert de jongere luisteren naar anderen. Door dit luistervermogen leert de jongere de grenzen van anderen herkennen, wat bijdraagt aan respectvol omgaan met anderen. Dit leidt er vervolgens toe dat de jongere in staat is om contact te herstellen na een meningsverschil of spanning. Parallel hieraan verloopt het linker effectpad. Dit pad start bij het leren kennen van de eigen grenzen, een effect dat ook terugkomt in het effectpad rondom zelfvertrouwen. Vanuit dit inzicht leert de jongere hoe hij of zij kan reageren op kritiek of tegenspraak. Dit versterkt het vermogen om een eigen standpunt in te nemen, wat uiteindelijk leidt tot meer vertrouwen in eigen gedachten en gevoelens. De twee laatste effecten van beide paden komen samen in de outcome: de jongere durft vaker zijn of haar mening te uiten en daarvoor op te komen.



Tussen deze effecten zijn vier aannames geïdentificeerd die invloed hebben op de opeenvolging van de effecten.



Van de elf beschreven effecten zijn er drie met bewijs onderbouwd (27%).



Effect	Onderbouwing van het bewijs	SUB	JVL	PRO
Jongere voelt zich gehoord en gezien	Dit effect wordt niet direct uitgevraagd maar heeft enige overlap met jongerenparticipatie. Dit valt in de jongerenvragenlijst onder "begeleidingvragen": <ul style="list-style-type: none"> <li>- 70% van de jongeren vindt dat begeleiders hun best doen om jongeren mee te laten denken</li> <li>- 71% van de jongeren kan ideeën voor het programma laten weten</li> </ul>	—	✓	—
Jongere voelt zich serieus genomen	Dit effect wordt niet direct uitgevraagd maar heeft enige overlap met jongerenparticipatie. Dit valt in de jongerenvragenlijst onder "begeleidingvragen": <ul style="list-style-type: none"> <li>- 67% van de jongeren vindt dat de begeleiders hun ideeën net zo belangrijk vinden als de eigen ideeën</li> <li>- 52% van de jongeren weet wat de begeleiders vervolgens met hun ideeën doen</li> </ul>	—	✓	—
Jongere gaat respectvol om met anderen	Volgens projecten zelf, zet <ul style="list-style-type: none"> <li>- 98% van de projecten in op empathie en reflectie<sup>20</sup></li> </ul> Dit effect wordt niet direct bevraagd. In de jongerenvragenlijst worden een aantal vragen gesteld met betrekking tot de pijlers 'iets doen' en 'ontmoetingen':	✓	✓	✓

<sup>20</sup> Dit is een voormalig beoogd effect van 'ontmoetingen'. Het percentage is gebaseerd op subsidieronde 2023

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Er is een toename +3%-punt van jongeren die het belangrijk vinden om iets te doen voor een ander</li> <li>- Er is een toename van +12%-punt<sup>21</sup> van jongeren die aangeven graag mensen te ontmoeten die anders zijn dan zichzelf</li> </ul>			
--	---	--	--	--

### *Conclusie en aanbevelingen impactgebied 3*

De analyse van dit impactgebied laat zien dat de werkzame elementen die bijdragen aan het vergroten van zelfvertrouwen en het durven opkomen voor jezelf beperkt geborgd zijn binnen de projecten. Op basis hiervan is de bewijskracht medium. Dit heeft te maken met dat het merendeel van het bewijs indirect is onderbouwd en slechts op één à twee factoren is gebaseerd. Van de effecten worden in totaal 22% gemeten, het niveau van bewijskracht is daarmee laag. Voor de effecten geldt hetzelfde als voor de werkzame elementen, het bewijs is grotendeels indirect onderbouwd en slechts op één à twee factoren gebaseerd

Dit maakt dat het oordeel over de impactdoelstelling als medium tot laag kan worden geclassificeerd: **de aannemelijkheid is medium, het directe bewijs is laag.**

<sup>21</sup> Dit percentage komt uit de projectendatabase: 'Jongerenvragenlijst T0 & T1 (2) 2025 Q3'

## Conclusie & Aanbevelingen

De resultaten van deze analyse brengen in kaart het bewijs en hoe sterk het aanwezige bewijs is dat MDT een impact heeft op de mentale gezondheid van jongeren. In dit rapport zijn zes outcomes geanalyseerd die behoren tot het bredere maatschappelijke vraagstuk **mentale gezondheid** van jongeren. De zes outcomes zijn onderverdeeld in drie impactgebieden: Sociale verbindingen, Zingeving en Zelfrespect. De impactgebieden maken deel uit van het maatschappelijke vraagstuk mentale gezondheid en staan tegelijkertijd in relatie tot een ander maatschappelijk vraagstuk, dat de neveneffecten ondervindt van de gerealiseerde impact op mentale gezondheid:

- A. **Sociale verbindingen** (*Mentale gezondheid & Sociale cohesie*)
  - 1. Jongere is sociaal vaardig in contact met verschillende mensen
  - 2. Jongere voelt zich onderdeel van een groep of gemeenschap
- B. **Zingeving** (*Mentale gezondheid & Sense of purpose*)
  - 3. Jongeren vergroten hun toekomstperspectief
  - 4. Jongeren voelt zich betekenisvol voor een ander
- C. **Zelfrespect** (*Mentale gezondheid & Weerbaarheid*)
  - 5. Jongere heeft meer zelfvertrouwen
  - 6. Jongere durft vaker zijn/haar mening te uiten en daarvoor op te komen

Voor ieder impactgebied is geanalyseerd in hoeverre de werkzame elementen reeds geborgd worden in MDT-projecten en per outcome welke effecten gemeten worden.

In de onderstaande tabel worden de resultaten weergegeven per impactgebied en outcome. Het bewijs en bewijskracht is samengevat per impactgebied.

Outcome	Onderbouwing van het bewijs	Bewijskracht
<b>Impactgebied 1: Sociale verbindingen</b>		
<b>Werkzame elementen</b>		
5/6 (83%) van de werkzame elementen worden in dit impactgebied met bewijs onderbouwd. De werkzame elementen met elf factoren wordt onderbouwd, waarvan drie met directe bewijzen. Door deze combinatie behalen de werkzame elementen op dit impactgebied de hoogste bewijskrachtscore van dit rapport.		Medium
<b>Effecten per outcome</b>		
1. Jongere is sociaal vaardig in contact met verschillende mensen	31% (4/13) van de effecten in deze outcome is onderbouwd. De meeste onderbouwingen gebaseerd zijn op een aantal factoren, waarvan de meeste effecten indirect bewijs aantonen.	Laag
2. Jongere voelt zich onderdeel van een groep of gemeenschap	38% (3/8) van de effecten worden in deze outcome onderbouwd. Het bewijs is voornamelijk afkomstig uit slechts één factor: de jongerenvragenlijst. Een groter deel van het bewijs is direct (in vergelijking met outcome 1), waardoor het oordeel op de bewijskracht medium is.	Medium



Impactgebied 2: Zingeving		
<b>Werkzame elementen</b>		
5/6 (83%) van de werkzame elementen worden in dit impactgebied onderbouwd. De bewijskracht is grotendeels gebaseerd op indirecte metingen uit de jongerenvragenlijst en zelfrapportage van projecten. Slechts één werkzaam element wordt meegenomen in de subsidievereiste. Dit maakt dat de bewijskracht medium is.		Medium
<b>Effecten per outcome</b>		
3. Jongere heeft een vergroot toekomstperspectief	67% (8/12) van de effecten worden in deze outcome onderbouwd, inclusief de outcome zelf. Het bewijs is vaak slechts met één factor of indirect onderbouwd.	Medium
4. Jongere voelt zich betekenisvol voor een ander	67% (6/9) van de effecten worden in deze outcome onderbouwd. Bij drie effecten is het bewijs slechts op één factor gebaseerd: de jongerenvragenlijst. Hoewel het bewijs in de JVL direct wordt uitgevraagd mist er onderbouwing van de andere twee factoren om de bewijskracht te versterken.	Medium
Impactgebied 3: Zelfrespect		
<b>Werkzame elementen</b>		
5/7 (71%) van de werkzame elementen worden in dit impactgebied onderbouwd. Eén werkzaam element wordt bevat direct bewijs op alle drie de factoren: in de subsidieregeling, JVL en zelfrapportage van projecten. Voor de rest van de werkzame elementen waar bewijs voor is, is bestaat het uit indirecte bewijs op één of twee factoren.		Medium
<b>Effecten per outcome</b>		
5. Jongere heeft meer zelfvertrouwen	18% (2/11) van de effecten worden in deze outcome onderbouwd. Deze twee effecten worden maar met één en twee factoren onderbouwd, waarvan maar één met direct bewijs.	Laag
6. Jongere durft vaker zijn/haar mening te uiten en daarvoor op te komen	27% (3/11) van de effecten worden in deze outcome onderbouwd. Het aantal factoren waarmee deze effecten worden onderbouwd is zeer beperkt, en daarnaast ontbreekt het aan direct bewijs. De bewijskracht krijgt hiermee de laagste bewijskrachtscore van dit rapport.	Laag

De bewijskracht van de drie impactgebieden varieert van laag tot medium. De scores geven een gedetailleerd beeld van de spreiding: impactgebied 3 vergt het meeste werk om de bewijskracht te verhogen. Ook al hebben impactgebied 1 en 2 een hogere bewijskracht, het niveau “hoog” is nog niet bereikt. MDT moet nog stappen te zetten om positieve impact op mentale gezondheid van jongeren aan te tonen. De beperkte bewijskracht en consistentie van het bewijs zorgen ervoor dat er onzekerheid is over de gerealiseerde impact van MDT op de mentale gezondheid van deelnemende jongeren.



Daarnaast is het van belang om te benadrukken dat zelfs in de gevallen waar sprake is van een medium bewijskracht, een minimale norm ontbreekt om vast te stellen of het behaalde resultaat 'goed genoeg' is. Een voorbeeld hiervan zijn indicatoren "*jongeren weten beter wat ze kunnen door MDT*" (55%) en "*jongeren weten beter wat ze leuk vinden door MDT*" (52%). Hoewel dit bewijs is van een effect uit het generieke impactpad en soms ook van een werkzaam element, is het de vraag in hoeverre dit resultaat voldoende is. Het betekent namelijk dat bijna van de jongeren na hun MDT niet beter weten wat ze kunnen of wat ze leuk vinden na hun MDT-traject.

### Werkzame elementen

Totaal werkzame elementen	# onderbouwd	# niet onderbouwd
<b>19</b>	15 (79%)	4 (21%)

Tabel 2. Overzicht van onderbouwde en niet onderbouwde werkzame elementen

Tabel 2 laat zien dat 79% van de geïdentificeerde werkzame elementen in deze analyse is onderbouwd. Tabel 3 biedt inzicht in de verdeling van de bewijslast per factor, uitgesplitst naar type bewijs (direct en indirect).

Bewijskracht	Subsidievereiste	Jongerenvragenlijst	Projecten
<b>Direct</b>	3	2	3
<b>Indirect</b>	2	11	8
<b>TOTAAL</b>	<b>5</b>	<b>13</b>	<b>11</b>

Tabel 3. Overzicht verdeling onderbouwde werkzame elementen per factor

De onderbouwing van werkzame elementen is voornamelijk gebaseerd op data uit de jongerenvragenlijst. In mindere mate is de onderbouwing afkomstig uit zelfrapportage van projecten en, in het minst, uit de subsidievereisten. Van de 13 werkzame elementen die door middel van de jongerenvragenlijst worden onderbouwd, worden er twee direct gemeten. In de zelfrapportage van projecten worden drie van de elf werkzame elementen direct onderbouwd. Binnen de subsidievereisten zijn drie van de vijf werkzame elementen direct opgenomen.

### Effecten

Totaal werkzame elementen	# onderbouwd	# niet onderbouwd
<b>64</b>	25 (39%)	39 (61%)

Tabel 4. Overzicht van onderbouwde en niet onderbouwde effecten

Tabel 4 laat zien dat 39% van de geïdentificeerde effecten in deze studie wordt onderbouwd. Het merendeel van effecten (61%) wordt niet onderbouwd. Alhoewel het wenselijk noch noodzakelijk is alle effecten uit een impactpad te onderbouwen, is dit op zichzelf een belangrijk gegeven dat meer dan de helft van de effecten niet wordt onderbouwd (zowel niet direct als indirect).

Tabel 5 biedt inzicht in de verdeling van de bewijslast per factor, uitgesplitst naar type bewijs (direct en indirect).

Bewijskracht	Subsidievereiste	Jongerenvragenlijst	Projecten
<b>Direct</b>	1	11	4

<b>Indirect</b>	4	13	7
<b>TOTAAL</b>	<b>5</b>	<b>24</b>	<b>11</b>

Tabel 5. Overzicht verdeling onderbouwde effecten per factor

De onderbouwing van effecten is eveneens voornamelijk gebaseerd op data uit de jongerenvragenlijst. De informatie afkomstig uit subsidievereisten en projectbeschrijvingen leveren minder bewijs voor behalen van effecten. Van de 24 effecten die in de jongerenvragenlijst worden onderbouwd, worden er elf direct gemeten. Van de elf effecten die door projecten worden benoemd, worden er vier direct onderbouwd. De factor subsidievereiste is net zoals bij werkzame elementen de factor met de minste onderbouwingen: één van de vijf effecten worden hier direct opgenomen.

De resultaten wijzen erop dat er een voorzichtige aannemelijkheid is dat MDT impact heeft op de mentale gezondheid van jongeren. Met een medium bewijskracht op impactgebied 1 (sociale verbindingen), een medium bewijskracht op impactgebied 2 (zingeving), en een lage bewijskracht op impactgebied 3 (zelfrespect), is de huidige bewijslast en bewijskracht onvoldoende om harde uitspraken te kunnen doen over de impact van MDT op de mentale gezondheid van jongeren.

## Aanbevelingen

Om de bewijskracht op mentale gezondheid te vergroten heeft MDT grofweg twee knoppen om aan te draaien: 1) zorgen dat MDT-organisaties de werkzame elementen borgen in hun projecten, en 2) meer (in)direct bewijs verzamelen over beoogde effecten.

**Zorgen dat MDT-organisaties de werkzame elementen borgen in hun aanpak vraagt om een lerende aanpak.** Om zicht te krijgen op hoe de werkzame elementen in de praktijk worden geïmplementeerd is een **lerend netwerk** nodig waarin aandacht is voor het leren met en van elkaar. Op het moment is het lerend netwerk nog onvoldoende aanwezig. Het is essentieel dat het MDT-netwerk bekend is met de werkzame elementen zodat zij dit kunnen toepassen in hun eigen projecten. Wanneer meerdere MDT-projecten gezamenlijk ervaringen delen, ontstaat de mogelijkheid om patronen te herkennen, verschillen in toepassing te begrijpen en onderbouwde conclusies te trekken. Door samen te leren kan niet alleen de hoeveelheid beschikbare informatie toenemen, maar kan ook de betrouwbaarheid van inzichten groeien: observaties uit één context kunnen worden getoetst aan ervaringen van anderen, wat de bewijskracht versterkt.

Daarnaast kan MDT ook kijken in hoeverre aan de voorkant – in de selectie van projecten in de subsidievereisten – direct geselecteerd kan worden op de aanwezigheid van werkzame elementen. Op deze wijze **selecteren op werkzame elementen** is een logische keuze. Dit betekent dat aan de voorkant projecten worden geselecteerd die aannemelijk impactvol zijn, op basis van een ontwerp waarin aandacht is voor de werkzame elementen. Hoe meer aandacht aan de voorkant wordt besteed aan selectie en ontwerp, hoe meer mogelijkheden er zijn om tijdens het proces te sturen en te leren, in plaats van achteraf alleen te kijken naar bewijs van effect, waarbij leer- en stuurmogelijkheden wegvallen. Echter dienen hier belangrijke kanttekeningen bij gezet te worden: als MDT nog niet goed weet hoe projecten de werkzame elementen het beste in praktijk kunnen brengen (lerend netwerk vooraf), noch samen met projecten gedurende de uitvoer van het project leert (lerend netwerk gedurende) in hoeverre de papieren werkelijkheid vanuit de subsidie ook wordt uitgevoerd, is het vooraf selecteren meer een schijnzekerheid dan een garantie voor impact. Daarnaast is het de vraag in hoeverre de huidige subsidieregeling ruimte biedt voor de toevoeging van vele inhoudelijke werkzame elementen, alsmede of de huidige beoordelingscommissie de expertise heeft om op werkzame elementen te beoordelen. Het selecteren op werkzame elementen middels de subsidieregeling dient dan ook niet gezien te worden als een separate aanbeveling maar als een aanbeveling die alleen werkt wanneer dit hand in hand gaat met andere leer-, stuur- en monitoringsinstrumenten binnen een lerend netwerk.

**Daarnaast heeft MDT kansen om meer (in)direct bewijs verzamelen over beoogde effecten.** Het onderzoek toont dat de bewijskracht van de effecten in alle impactgebieden aan de lage kant is. Dit heeft voornamelijk te maken met het feit dat de onderbouwingen veelal indirect zijn en gebaseerd op één à twee factoren. Ondanks dat het niet altijd mogelijk of wenselijk is om effecten direct uit te vragen, noch dat alle

effecten uitgevraagd dienen te worden, liggen hier kansen voor verbetering. Dit start dan ook met een gesprek en het maken van keuzes: welke van de zes outcomes vindt MDT het belangrijkste, hoe hard moeten de uitspraken daarop zijn, en wanneer is MDT tevreden?

Deze keuzes kunnen ondersteunt worden door te analyseren voor welke effecten en met elke relatieve investering de bewijskracht verhoogd kan worden (denk: een zelfbeoordeling van een project toevoegen verhoogd de bewijskracht ietwat; maar kan relatief eenvoudiger dan het toevoegen van meer directe vragen aan de JVL). Het niveau van bewijs kan worden verhoogd door meer **directe en robuuste metingen**, onder andere door:

- A. het aanpassen van vragen zodat deze een directere afspiegeling vormen van de beoogde effecten. Voorbeeld: er zijn veel effecten en werkzame elementen die zich focussen op onderdelen van zelfontdekking. De bredere vragen over zelfontdekking zouden aangepast kunnen worden om een duidelijker beeld te krijgen of de beoogde effecten worden behaald.
- B. het overwegen van aanvullende vragen in de jongerenvragenlijst om effecten te meten die momenteel nog niet of onvoldoende worden meegenomen. Bijvoorbeeld bij het effect *"jongere staat stil bij wat belangrijk is voor hem/haar"*, wordt nu een vraag gebruikt uit de JVL die als indirect bewijs dient, namelijk: 52% van de jongeren weet beter wat ze leuk vinden door MDT. Terwijl voor dit effect een aanvullende vraag gecreëerd zou kunnen worden om direct te bevragen of de jongere weet wat belangrijk is voor hem/haar, en of er in de begeleiding aandacht is hiervoor.
- C. het inzetten van alternatieve onderzoeksmethoden, zoals interviews en focusgroepen, voor effecten waarvoor op dit moment geen bewijs beschikbaar is. Er zijn een aantal effecten die op samenwerken zijn gefocust. Voorbeeld: al weten we dat er MDT-projecten zijn die samenwerken centraal stellen in hun traject, is dat niet verplicht en daarom ook niet aan te nemen als standaard. Om te onderzoeken of samenwerken wordt versterkt dankzij MDT, zouden hier observaties of interviews voor kunnen worden ingezet.

Naast het zorgen dat MDT-organisaties de werkzame elementen borgen in hun projecten, en meer (in)direct bewijs te verzamelen over beoogde effecten, toont dit rapport dat er binnen MDT onvoldoende genormeerd wordt op het resultaat. Het ontbreken van een **minimale norm** maakt het moeilijk om de resultaten uit deze analyse te duiden. Zelfs bij sterke bewijskracht kan het oordeel zijn dat de behaalde impact van MDT op dat onderdeel onvoldoende is. Het wordt aanbevolen om een inhoudelijke norm vast te stellen voor de interpretatie van effecten op mentale gezondheid, bijvoorbeeld door een minimale norm (drempelwaarde) te bepalen voor het te behalen percentage (Voorbeeld: 75% van de jongeren dient na MDT beter te weten wat ze leuk vinden). Door dergelijke normering wordt expliciet wanneer een resultaat als voldoende, onvoldoende of twijfelachtig wordt beschouwd.

## Bronvermelding

- Ang, W.H.D., Lau, S.T., Cheng, L.J., Chew, H.S.J., Tan, J.H., Shorey, S., Lau, Y. (2022). Effectiveness of Resilience Interventions for Higher Education Students: A Meta-Analysis and Metaregression. *Journal of Educational Psychology*
- Blonk, J.L., Bredewold, F.H., Machielse, J.E.M., Tonkens, E.H. (2019). "Wat is een betekenisvolle ontmoeting? Een literatuurstudie voor focus en onderbouwing van de werkwijze van het Oranje Fonds".
- Caarls, K., Straver, L., Bruin, L., Men Liang, O. (2024) "Werkzame elementen MDT voor sociale cohesive". *Labyrinth Onderzoek & Advies*, in opdracht van Ministerie van OCW
- Cahill, H., Dadvand, B. (2018). "Re-conceptualising youth participation: a framework to inform action. *Children and youth services review* 95, 243-253
- Debats, D.L. (1996). "Meaning in life: Clinical relevance and predictive power". *Britisch Journal of Clinical Psychology* <https://doi.org/10.1111/j.2044-8260.1996.tb01207>
- Hughes, R., Kinder, A., Cooper, C.L. (2019). "The wellbeing workout. How to manage stress and develop resilience".
- Kovács, Z., Noor, S., Çankor, E., Geerling, J. (2021). Wat werkt bij het versterken van weerbaarheid van jongeren. *Movisie*
- Norrish, J. M., Williams, P., O'Connor, M., & Robinson, J. (2013). "An applied framework for positive education". *International Journal of Wellbeing*, 3, 147-161. <https://doi.org/10.5502/ijw.v3i2.2>
- Pascha, M. (2020, oktober 12). "The PERMA Model: Your Scientific Theory of Happiness". *Positive Psychology*.
- Petintseva, O., Roose, R. "Jongerenparticipatie : Over Doelen, Middelen En Stokpaardjes." *panopticon* vol. 41, no. 1, 2020, pp. 54-68.
- Pettigrew, T.F., Tropp, L.R. (2006). "A meta-analytic test of intergroup contact theory". DOI: 10.1037/0022-3514.90.5.751
- Schoenmaker, C., Kleinjan M., van der Borg, W., Busch, M., Muntinga, M., Nuijen, J., Dedding, C. (2019). "Mentale gezondheid van jongeren: enkele cijfers en ervaringen". *RIVM, Trimbos instituut en Amsterdam UMC*
- Schouten, M. (2022). "MDT & Mentale gezondheid jongeren". *Impact Centre Erasmus*, in opdracht van Ministerie van OCW – onderzoek naar de effectiviteit van MDT.
- Schouten, M., Owelle, P. (2025). "Verder met jongerenparticipatie". *Impact Centre Erasmus*, in opdracht van Ministerie van OCW – onderzoek naar de effectiviteit van MDT.
- Sherrod, L., Flanagan, C., & Youniss, J. (2002). Dimensions of citizenship and opportunities for youth development. *Applied Developmental Science*, 6(4), 264-272
- Sociaal en Cultureel Planbureau. (n.d.). "Sociale cohesie in wetenschap en beleid". [Sociale cohesie in wetenschap en beleid | Sociaal en Cultureel Planbureau](#)

- Rijksoverheid. (2022). "Aanpak 'Mentale gezondheid: van ons allemaal'".  
<https://open.overheid.nl/repository/ronl-84b80fdb5e565b19a1e8c782911202bcedcead7/1/pdf/aanpak-mentale-gezondheid-van-ons-allemaal.pdf>
- Ryan, R.M., Deci, E.L. (2000). "Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being". *American Psychologist*, 55, 68–78.  
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Van Bon-Martens, M., Menco, L., Schields-Zeeman, L., Kleinjan, M., van den Brink, C. (2021). "'Mentale gezondheid' in kaart gebracht. Een participatieve benadering via group concept mapping". *Trimbos instituut*
- Van Dale, D., Shields-Zeeman, L., Schokker, D., Smit, F., Storm, I., van Bon-Martens, M. (2022). "Effectieve interventies en beleid mentale gezondheid en preventie. Een overzicht van kansen en mogelijkheden per levensfase & economische baten". *Trimbos instituut en GGD GHOR Nederland*
- Van de Velde, D., Schouten, M. (2023). "Ontmoetingen binnen MDT". *Impact Centre Erasmus*, in opdracht van Ministerie van OCW – onderzoek naar de effectiviteit van MDT.
- Waterman, A.S., Schwartz, S.J., Conti, R. (2008). "The implications of two conceptions of happiness (hedonic enjoyment and eudaimonia) for the understanding of intrinsic motivation". *Journal of Happiness Studies*
- Wong, N.T., Zimmerman, M.A. Parker, E.A. (2010). "A typology of youth participation and empowerment for child and adolescent health promotion".
- Woudenberg, S., van der Scheun, M., Ihle, A. (2020). "Wat zijn de factoren die bijdragen aan de mentale gezondheid van studenten in de leeftijd van 17-25 jaar?".

## Bijlage

In de bijlage zijn de werkzame elementen per impactgebied verder uitgewerkt en wordt er voorbeeld gegeven hoe gemeten kan worden in hoeverre het werkzame element geborgd is in de aanpak.

### Werkzame elementen: Sociale verbindingen

#### 1. Versterken van psychosociale competenties

Psychosociale competenties, zoals mentale veerkracht en assertiviteit, zijn een belangrijk onderdeel van het bevorderen van de mentale gezondheid en het voorkomen van psychische aandoeningen (van Dale et al., 2022).

**Meten:** Het aantal activiteiten dat zich specifiek richt op het ontwikkelen van psychosociale vaardigheden & het aantal jongeren dat hieraan deelneemt

#### 2. Ontmoetingen buiten eigen leefwereld

Ontmoetingen tussen verschillende groepen (buiten de eigen leefwereld) leiden over het algemeen tot een vermindering aan vooroordelen. Het faciliteren van deze ontmoetingen onder specifieke voorwaarden, waaronder gelijkwaardigheid, versterkt dit (Pettigrew & Tropp, 2006).

**Meten:** Het aantal ontmoetingen buiten eigen leefwereld die plaatsvinden

#### 3. Samenwerken aan betekenisvolle doelen

Samenwerken aan betekenisvolle projecten met jongeren van verschillende achtergronden laat een vorm van samenwerking zien waarbij de er een gezamenlijke controle plaatsvindt: beslissingen nemen en elkaars unieke expertise benutten om maatschappelijke verandering teweeg te brengen (Cahill & Dadvand, 2018; Petintseva & Roose, 2020)

**Meten:** Het aantal activiteiten waarin wordt samengewerkt tussen jongeren met verschillende achtergronden binnen de pijler 'iets doen voor een ander en/of de samenleving' & het aantal jongeren dat hieraan meedoen

#### 4. Ertoe doen en erbij horen

Het gevoel dat jongeren ertoe doen en serieus genomen worden zijn voorwaarden voor hun betrokkenheid en een belangrijk onderdeel van succesvolle jeugdprogramma's. Politieke en maatschappelijke betrokkenheid ontstaat niet vanzelf bij jongeren, zij moeten de persoonlijke beloning ervaren van het hebben van een betekenisvolle rol en het gevoel dat hun bijdrage impact heeft op gedeelde waarden (Sherrod et al., 2002).

**Meten:** Het aantal jongeren dat het gevoel heeft ertoe te doen en erbij te horen

#### 5. Houvast bieden

Om onzekerheid in sociale situaties te voorkomen, is het bieden van houvast belangrijk. Georganiseerde ontmoetingen kunnen namelijk spannend zijn en kunnen vragen oproepen wat een jongere moet doen en of ze het wel kunnen. Wanneer deze onzekerheid de overhand krijgt, ondermijnt dit het plezier en de ontspanning van de ontmoeting (Blonk et al., 2019)

**Meten:** Het aantal georganiseerde ontmoetingen & het aantal jongeren dat aangeeft goed begeleidt te zijn voor/tijdens deze georganiseerde ontmoetingen

#### 6. Gelegenheid en ruimte om terug te trekken



De mogelijkheid om je terug te trekken is belangrijk wanneer sociale ontmoetingen een te groot beroep doen op de vermogens van jongeren. Dit zorgt ervoor dat jongeren zich veilig voelen in een situatie die voor hen spannend of hectisch is (Blonk et al., 2019).

**Meten:** Het aantal projecten dat aangeeft ruimte in te bouwen in hun begeleiding om het mogelijk te maken voor de jongeren om zich terug te trekken wanneer dit nodig is & het aantal jongeren dat aangeeft dat die mogelijkheid er is.

## Werkzame elementen: Zingeving

### 1. Verkennen van waarden en levensdoelen

Het expliciet onderzoeken van waarden en levensdoelen is een fundamenteel onderdeel van het bereiken van welzijn en levensvreugde. Dit proces wordt voornamelijk besproken vanuit het perspectief van het vinden van betekenis en nastreven van zelfrealisatie (Waterman et al., 2008; Pascha, 2020).

**Meten:** Het aantal sessies waarin jongeren reflecteren op waarden en levensdoelen & aantal jongeren dat heeft deelgenomen

### 2. Bijdragen aan anderen

De deelname van jongeren aan activiteiten waarin zij bijdragen aan anderen is een essentieel onderdeel van floreergedrag en een belangrijke pijler voor welzijn (Norrish et al., 2013).

**Meten:** Het aantal activiteiten gericht op bijdrage leveren aan anderen & aantal jongeren dat heeft deelgenomen.

### 3. Reflecteren op positieve en negatieve gebeurtenissen

Het inzetten van reflectieve oefeningen zijn een essentieel onderdeel van het bevorderen van welzijn en persoonlijke groei. Het reflecteren op positieve ervaringen helpt bij het versterken van het gevoel van zingeving en tevredenheid in het leven. Het reflecteren op negatieve gebeurtenissen is vooral gericht op het ontwikkelen van veerkracht en emotionele regulatie (Norrish et al., 2013; Waterman et al., 2008; Pascha, 2020).

**Meten:** Het aantal jongeren dat heeft deelgenomen aan de reflectiesessies gefocust op positieve en negatieve gebeurtenissen & Aantal reflectiesessies uitgevoerd binnen het project.

### 4. Herkennen en inzetten sterke kanten

Het herkennen en inzetten van persoonlijke sterke kanten in verschillende situaties helpt jongeren zich bewust te worden van hun unieke capaciteiten en leert hen deze doelgericht toe te passen in uiteenlopende contexten. Dit consistente gebruik van karaktersterktes draagt bij aan een hoger welzijn, meer veerkracht, effectievere doelrealisatie en rijkere sociale interacties (Norrish et al., 2013).

**Meten:** Het aantal momenten waarop leerlingen hun karaktersterktes expliciet inzetten.

### 5. Toekomstgerichte oefeningen

Toekomstgerichte oefeningen, zoals het stellen van doelen, een belangrijke rol spelen bij het vergroten van richting, motivatie en welzijn. Deze oefeningen moeten zowel gericht zijn op het formuleren van doelen en aandacht besteden aan de haalbaarheid (Debats, 1993; Norrish et al., 2013).

**Meten:** Het aantal sessies waarin jongeren doelen hebben opgesteld & aantal jongeren dat heeft deelgenomen

### 6. Sociale verbondenheid

Sociale verbondenheid is essentieel voor motivatie, groei en welzijn. De sociale verbondenheid wordt versterkt door een combinatie van het creëren van een

ondersteunende omgeving en het aanleren van concrete sociale en emotionele vaardigheden (Ryan & Deci, 2001; Norrish et al., 2013).

**Meten:** Het aantal jongeren dat meer verbondenheid ervaart met anderen binnen zijn MDT traject en daarbuiten.

## Werkzame elementen: Zelfrespect & Acceptatie

### 1. Gelijkwaardigheid centraal stellen

Gelijkwaardigheid is noodzakelijk om de volwassen-gerichte benadering te doorbreken. In deze benadering worden programma's en onderzoek vaak ontworpen vanuit een volwassen lens, waarbij de perspectieven en geleefde ervaringen van jongeren over het hoofd worden gezien (Wong et al., 2010; Cahill & Dadvand, 2018).

**Meten:** Het aantal jongeren dat aangeeft zich serieus voelen genomen en mee te mogen beslissen in evaluaties of enquêtes

### 2. Veilige omgeving creëren

Het creëren van een veilige omgeving gaat niet alleen over fysieke veiligheid, maar vooral door psychologische veiligheid, wederzijds vertrouwen en de validatie van de ervaringen van de jongere. Hiervoor is een verschuiving nodig in de relatie tussen jongeren en volwassenen (Wong et al., 2010; Petintseva & Roose, 2020).

**Meten:** Het aantal jongeren dat aangeeft zich veilig te voelen in evaluaties of enquêtes

### 3. Ruimte creëren voor open dialoog

Het creëren van een ruimte voor open dialoog en wederkerige uitwisseling beschreven als een proces van co-learning, waarbij de macht tussen jongeren en volwassenen gebalanceerd wordt om gezamenlijk tot nieuwe inzichten te komen (Cahill & Dadvand, 2018; Wong et al., 2010).

**Meten:** Het aantal sessies waarin jongeren en volwassenen samen komen om te evalueren en beslissingen te maken.

### 4. Tonen van interesse en vertrouwen

Oprechte interesse en vertrouwen in jongeren vormen de kern van een succesvolle samenwerking. Dit betekent dat volwassenen bereid moeten zijn om daadwerkelijke controle en besluitvorming te delen. Jongeren transformeren van passieve ontvangers tot actieve partners die medeverantwoordelijk zijn voor hun eigen ontwikkeling (Cahill & Dadvand, 2018; Wong et al., 2010).

**Meten:** Het aantal jongeren dat aangeeft zich gehoord en gezien te voelen beslissen in evaluaties of enquêtes

### 5. Ruimte bieden

Het bieden van ruimte voor eigen keuzes en verantwoordelijkheid is essentieel voor een gezonde identiteitsontwikkeling en de empowerment van jongeren. Dit proces werkt het meest effectief wanneer jongeren niet volledig worden gelaten, maar actieve partners worden in besluitvorming (Wong et al., 2010).

**Meten:** Het aantal jongeren dat aangeeft mee te mogen beslissen in evaluaties of enquêtes

### 6. Versterken van persoonlijke identiteit

Het versterken van persoonlijke identiteit wordt gezien als een essentieel onderdeel van het vergroten van de weerbaarheid van jongeren. Een positieve identiteit bestaat uit twee delen: het beeld dat iemand van zichzelf heeft (zelfbeeld) en het gevoel dat iemand bij dat beeld heeft (zelfwaardering) (Kovács et al., 2021; Ang et al., 2022).

**Meten:** Het aantal coaching gesprekken waarin persoonlijke interesses en drijfveren worden besproken

7. **Focussen op zelfbewustzijn**

Zelfbewustzijn is een belangrijk onderdeel van zowel persoonlijke veerkracht als professioneel succes. Het focussen op zelfbewustzijn in de breedste zin van het woord is essentieel om effectief te kunnen functioneren en groeien (Hughes et al., 2019)

**Meten:** Het aantal jongeren dat aangeeft nieuwe vaardigheden te hebben ontwikkeld & het aantal jongeren dat aangeeft te hebben ontdekt waar ze plezier in hebben