

# APPENDICES

# **TACKLING LONELINESS AMONGST ADOLESCENTS**

A SYSTEMIC CO-DESIGN APPROACH  
FOR GEMEENTE DELFT



## TABLE OF CONTENT

<b>Appendix A:</b> Project brief	5
<b>Appendix B:</b> The stakeholder maps	12
<b>Appendix C:</b> Relevant quotes	14
<b>Appendix D:</b> The process that led to the causal system map	18
<b>Appendix E:</b> The invitation for the sessions	22
<b>Appendix F:</b> The systemic design toolkit (2019) process	23
<b>Appendix G:</b> Script en templates of session 1	24
<b>Appendix H:</b> Script en templates of session 2	30
<b>Appendix I:</b> Extensive evaluation of the research outcomes	36
<b>Appendix J:</b> Ideas to monitor the intervention of JGZ	38





# APPENDIX B: THE STAKEHOLDER MAPS

The stakeholder maps made by 13 interviewees.

## PROCEDURE

First, the interviewees were asked to write down the actors that are involved with loneliness amongst adolescents on tiny stickers. Next, they placed the actors on the stakeholder map, based on their level of responsibility to act upon the problem. The reasoning behind this was discussed. The maps reveal which parties are necessary to involve in the project.

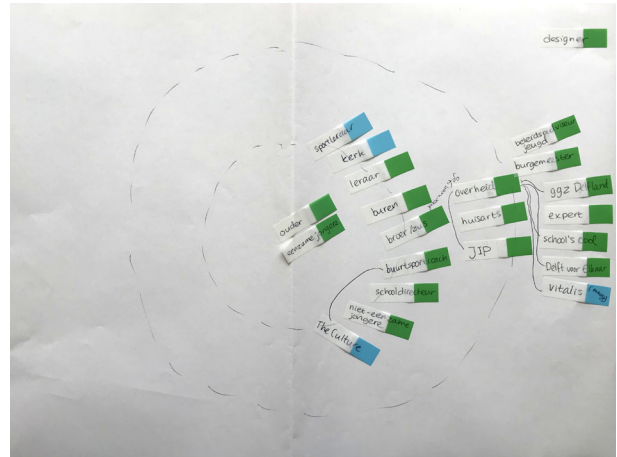


Figure 3. From Gemeente Delft

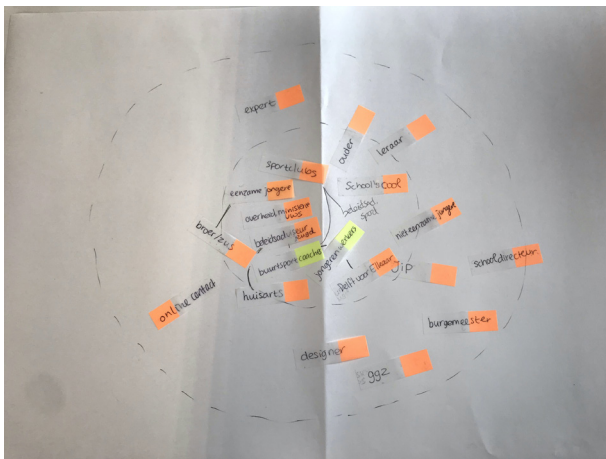


Figure 1. From Gemeente Delft

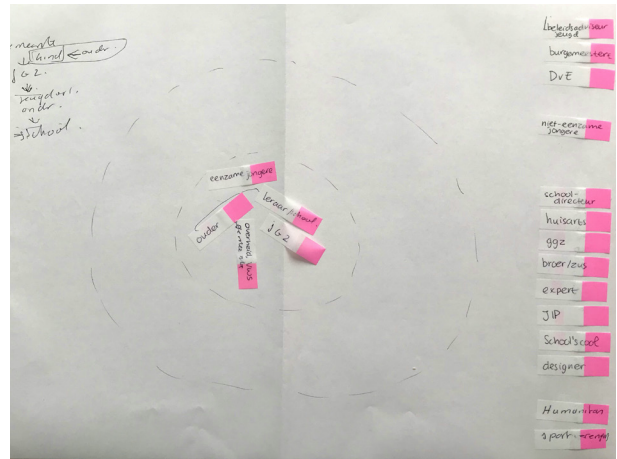


Figure 4. From Gemeente Delft

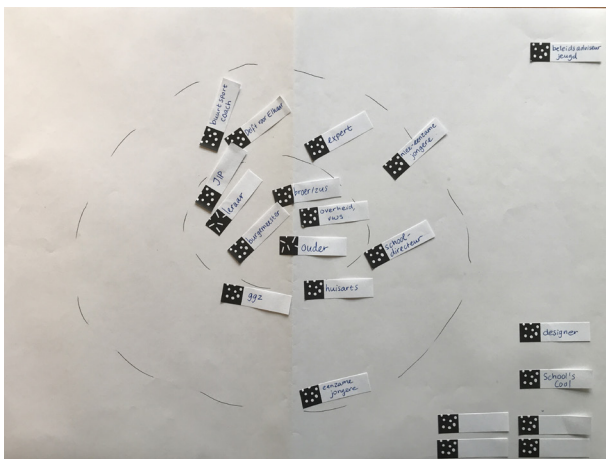


Figure 2. From a sportcoach

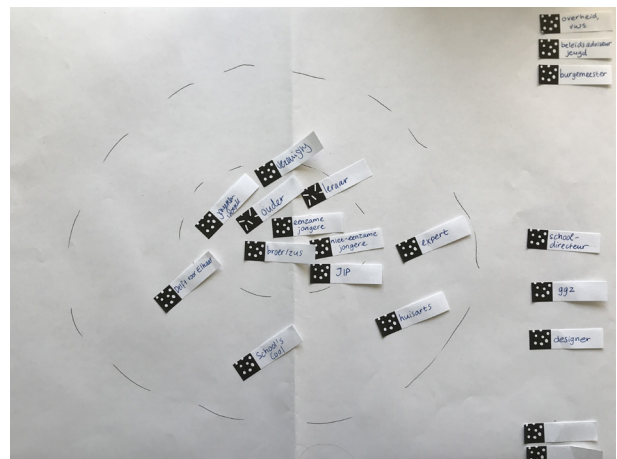


Figure 5. From welfare organization Delft voor Elkaar

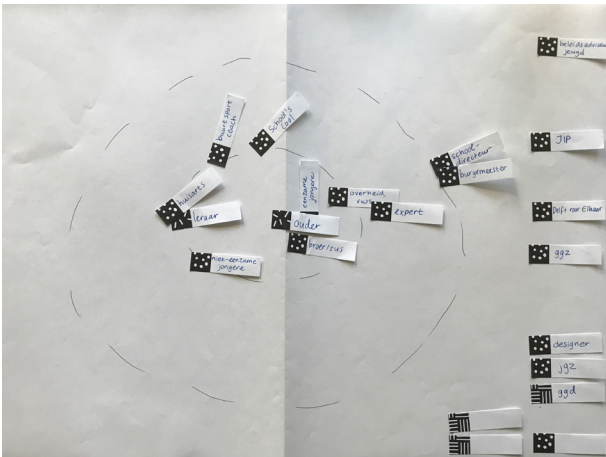


Figure 6. From a trustperson, high school

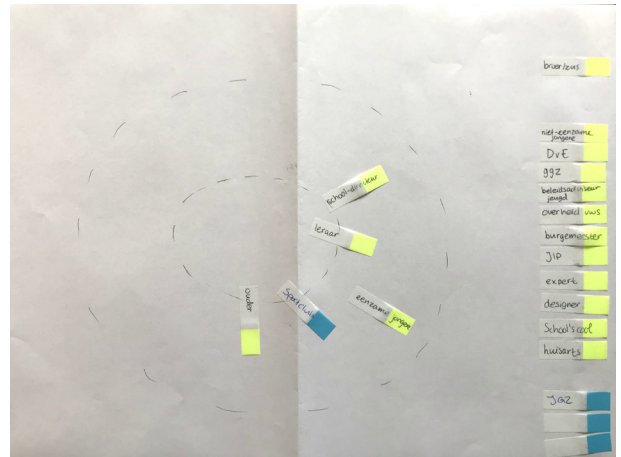


Figure 10. From JIP (Jongeren Informatie Punt)

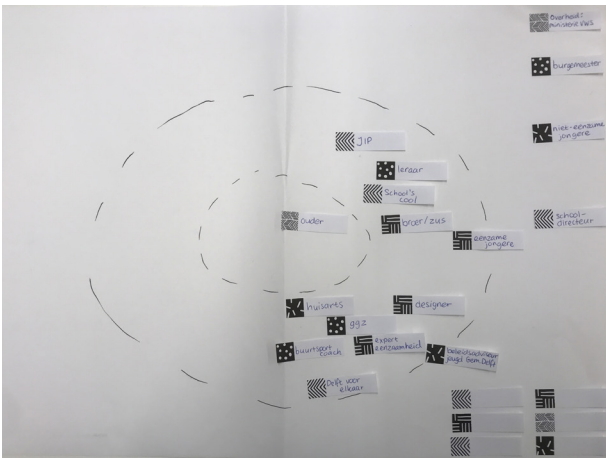


Figure 7. From a School's Cool mentor

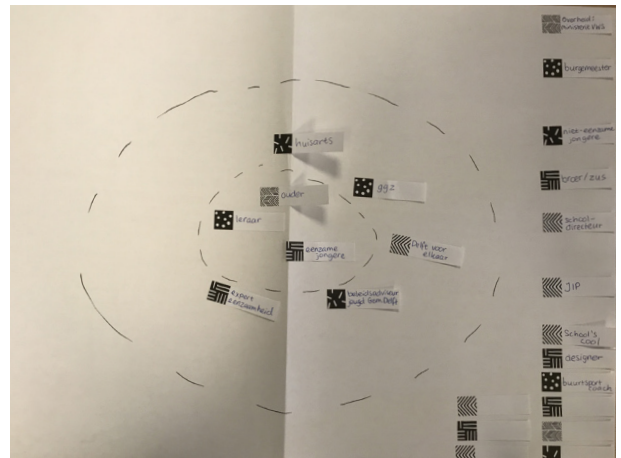


Figure 11. From a loneliness expert

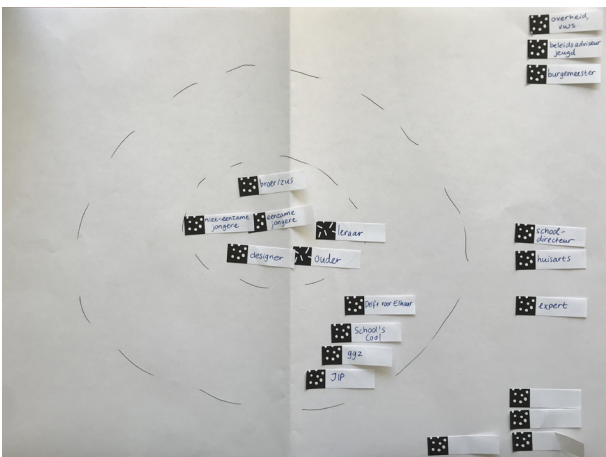


Figure 8. From JGZ (Jeugd Gezondheids Zorg)

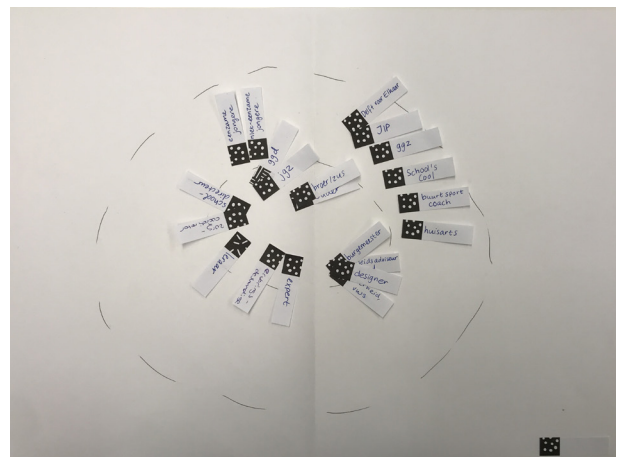


Figure 12. From GGZ Delfland (Geestelijke Gezondheids Zorg)

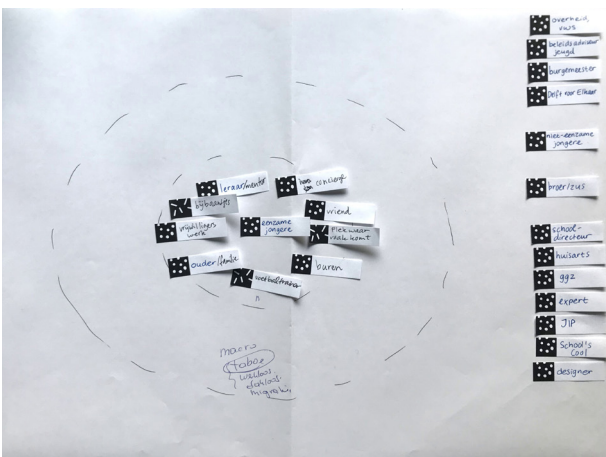


Figure 9. From advisor ministry VWS

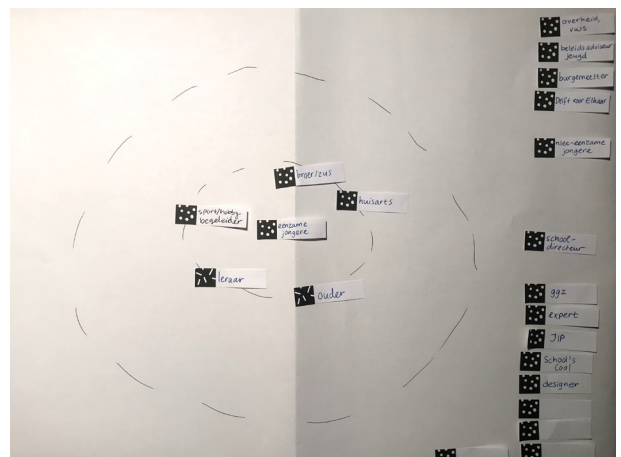


Figure 13. From a parent

## APPENDIX C: RELEVANT QUOTES

Relevant quotes that were derived from the interviews were used to create the system map with, see next appendix. Some interesting quotes are shared here.

### DELFT VOOR ELKAAR, WELZIJSORGANISATIE, PROJECTLEIDER

“Jongerenwerkers werken zowel ambuland, dus op straat, en op vindplaatsen, bijvoorbeeld onderwijsinstellingen en ze werken in jongerencentra. En ik denk dat de jongeren die zij treffen echt een hele andere doelgroep is als het JIP.”

“Voor jongeren en om doorverwezen te worden zijn wij nog onvoldoende zichtbaar. Daar hebben we echt nog een taak te verrichten.”

“Het beeld van de jongerenwerker is best wel verouderd. Ze organiseren niet meer alleen activiteiten, maar focussen juist op coaching en waar de talenten van de jongeren zitten. Het is best wel beeldvorming, en het is lastig te doorbreken.”

“Wij zijn het vangnet voor die jongere die thuis niet dat kopje thee krijgt, geven hen aandacht. Gaat om contact, het vertrouwen en babystapjes. Hoe krijgen we iemand zodanig dat hij als volwassenen zelfstandig beslissingen kan nemen.”

“Nog niet veel contact met middelbare scholen, wel basisscholen. Cliëntondersteuning voor gezin. Leraren geven dat aan bij ouders en DvE.”

“Huisartsen weet niet dat ze jongeren kunnen door koppelen naar DvE”

### VERTROUWENSPERSOON EN LERAAR, MIDDELBARE SCHOOL

“We zijn met drie docenten die kinderen opvangen die sociaal emotioneel in de knoop raken met zichzelf. En dan hebben ze natuurlijk een mentor, maar wij hebben extra opleiding gedaan en hebben dus wat meer expertise.”

“De mentor gaat naar de zorg coördinator en die kijkt

wie er van ons (leerlingbegeleiders) tijd heeft wie een bepaalde expertise heeft. Dat is de gebruikelijke weg. Maar soms komen de leerlingen gewoon zelf.”

Wordt leraren een signalerende functie aangeleerd: “Beperkt. Wel wat moet je doen als iemand geheimhouding aan je vraagt, wat doe je als je dit ziet, wat voor soort vragen stel je. En dan leren we ze eigenlijk om altijd even buiten de cijfers te gaan kijken en te vragen naar de thuis. En dat is geen automatisme dus dat leren wij ze aan en dan hopen we dat ze dat doen.”

“Wat ik als advies heb meegegeven is om samen een stamboom te tekenen van een kind. En dan kom je erachter dat inderdaad niet alleen kinderen eenzaam zijn maar ook gezinnen als geheel eenzaam kunnen zijn. Noem je ze dan eenzaam? Nee, maar het sociale netwerk is dan wel vrij klein. Dat zie je ook wel regelmatig. Als je dan vraag ben je eenzaam zullen ze nee zeggen. Maar hun netwerk is dan wel vrij beperkt.”

Over zorgaanbieders: “Het wordt wel goed gecoördineerd, maar je hebt wel veel en ik denk ook wel eens wie is nou precies wat. En ook zijn er behoorlijk wat wisselingen en dat maakt het niet altijd even makkelijk.”

“In klas 2 spreekt de schoolverpleegkundige alle kinderen tenzij ze bezwaar hebben, maar meestal niet. Sommigen spreekt ze dan meerdere keren en dan kan zij weer doorverwijzen. Maar dit is eigenlijk buiten ons om.”

Over signaleren: “Ik denk dat je het niet ziet aan de snuitjes, maar je kan wel zien in de klas wie er wat minder contacten heeft. En zo’n tool als een sociogram, wat niet alle mentoren doen denk ik, heel veel mentoren misschien wel niet, daardoor zie je het wel makkelijker.”

Over opleiding tot leraar: “Naar mijn mening zou de lerarenopleiding een deel moeten bevatten van hoe geef ik mijn lessen, maar ook hoe manage ik een klas en dat doen ze allemaal wel. Maar ook hoe ben ik mentor, want bijna al die docenten worden mentor.”



“Je krijgt niet van ‘oh we gaan allemaal kijken wie er eenzaam is, we gaan kijken wat we eraan kunnen doen’, want dan zeggen ze vaak dat dat buiten school valt. We zijn een opleidingsinstituut. Mensen die eenzaam zijn, daar zullen toch ouders of andere mensen iets aan moeten gaan doen. Moeten wij dat als school wel? Daar zijn de meningen behoorlijk verdeelt over.”

“Op de mavo ben je veel meer bezig met de kinderen als persoon. En op het gymnasium ben je veel meer bezig met het overbrengen van je lesstof. (...) Dus daar zullen ze het veel eerder doorhebben, die eenzaamheid.”

“Als de kinderen eenmaal komen, kunnen we heel veel. De kinderen waarvan je het niet ziet, ik denk dat heel veel daarvan hun mond houden. En als ze zouden komen kunnen we ze helpen, maar ze komen niet.”

“De overheid zou tools kunnen ontwikkelen om de leraar te ondersteunen in hoe signaleer ik bepaalde problematiek. Door sowieso te zorgen dat de mentoren genoeg uren krijgen, de school te ondersteunen in uren. Zodat niet door urengebrek kinderen tussen wal en schip vallen.”

“Bij Schools’ Cool kom je echt in het gezin. Maar dat is een hele lastige positie, want je kan niets.”

“De jonge docenten horen het meeste, want die staan nog dichtbij.”

Over psychologen: “Sommigen hebben geen aansluiting of snappen gewoon zo’n kind niet en dan ben je ze een beetje kwijt. Zeker de zorg coördinator loopt daar wel tegenaan.”

### **LEERLINGEN, MIDDELBARE SCHOOL**

Leerlingen weten niet dat er een sociale vaardigheidstraining er is.

Leraar: “Dat weet je niet als dat nooit voor jou belangrijk is geweest.”

Leerling: “Maar hoe weet de school nou of dat belangrijk is voor jou...”

Leraar: “Dat zou de mentor dan bij jou moeten zien.”

Leerling: “Nou nee, er is 1 persoon voor 30 leerlingen. Ik denk het niet.”

“Eigenlijk moet school gewoon een kinderpsycholoog hebben, zo iets. Gewoon een iets jongere kinderpsycholoog die los van de lessen op school staat.”

“Je hoeft niet perse alleen te zijn, maar het is dat je denkt dat je alleen bent. Dat de mensen om je heen je niet begrijpen.”

### **OUDER VAN JONGERE**

“Heel belangrijk dat er een naam aan gegeven wordt. Dat het een label heeft waar kinderen van kunnen zeggen: hee maar dat ben ik.”

“Ik kan me goed voorstellen dat een ouder het gewoon niet ziet. Dat het niet duidelijk is welke signalen aangeven dat een kind eenzaam is.”

“Op de lagere school kun je heel betrokken zijn als ouder (...), en op de middelbare school stuur je ze weg en moet het maar gewoon vanzelf gaan. Dus als ouder sta je veel meer op afstand.”

“Dat maakt je rol ook lastiger, want je krijgt een vervelende puber thuis die school stom vindt, welk deel is dan het leren (...) en welk deel is het sociale stuk dat niet lekker loopt.”

“Helaas zijn ouders daar wel verantwoordelijk voor (iets doen tegen de eenzaamheid van hun kind), maar er niet rechtstreeks toe in staat over het algemeen.”

### **BUURTSPORTCOACH, DELFT VOOR ELKAAR**

“Qua eenzaamheid, heb ik er niet zo heel goed zicht op hoe dat zit. (...) Je hebt natuurlijk wel altijd leerlingen die er een beetje buiten vallen, dat kan een indicatie zijn dat dat in hun sociale leven misschien ook zo is.”

“Ik denk voornamelijk dat het al belangrijk is dat je onder die doelgroep laat zien dat het bestaat. En dan

kunnen jongeren bij zichzelf te rade gaan, zit ik in die situatie of niet en hoe komt dat.”

### **GGZ DELFLAND**

“Alle dingen die wij doen, wij geven dus voorlichting, en we geven trainingen, en eigenlijk allemaal met het idee om die psychische klachten te voorkomen.”

“En daarnaast geven we heel veel voorlichting op scholen over allerlei onderwerpen, dus ik kan me heel goed voorstellen dat eenzaamheid daar ook bij gaat horen.”

“We hebben ook leraren voorgelicht. (...) Moet van twee kanten komen, want je kan best iets met die leerlingen gaan doen, maar dan weten de leraren er niets over.”

Over leraren: “Dat is ook gewoon een van je taken eigenlijk, de zorgtaak. Of in ieder geval een signalerende functie.”

“Over vriendschap hebben we het wel ja, (...), maar het woord eenzaamheid, ik denk dat dat nog nooit gevallen is. Maar ik stuur er ook niet op aan.”

“Wij zijn niet op alle VO scholen bijvoorbeeld. Er zijn dus ook scholen die er niet voor kiezen om op gezondheidsthema's in te zetten, terwijl dat natuurlijk bizar is, want als je naar de landelijke trend kijkt is het eigenlijk een soort van je kop in het zand steken.”

Over doorverwijzen naar DvE: “Ik heb geen cijfers of dat dan ook gebeurd. Ik verwijs wel eens door en zij zeggen dat ze het ook wel eens bij ons doen. Maar that's it. Dus in die samenwerking valt nog heel wat te halen.”

“Werken met ervaringsdeskundigen wordt steeds meer gedaan en het blijkt ook heel effectief te zijn.”

### **JIP, DELFT**

“Als je kijkt naar eenzaamheid, ik denk dat je altijd de jongeren nodig hebt om het op te kunnen lossen. We kunnen wel van alles bedenken wat er kan

helpen, aan activiteiten, maar dan sluit je eigenlijk sowieso niet aan want ze hebben niet meegedacht.”

“Het juist verweven in lessen en dat het juist een normaal iets is wat besproken wordt”

“Het is ook wel een onderwerp waar van alles bij komt denk ik, de kaders zijn moeilijk te bepalen denk ik.”

### **GEMEENTE DELFT, VERSCHILLENDE AMBTENAREN**

“Sociale visie geldt voor alle sociale activiteiten, is heel breed, op een enorm abstractieniveau.”

“Een gezamenlijke visie ontwikkelen, nou dat kost soms heel veel tijd. Het ligt er een beetje aan hoe mensen tegen zo'n probleem aankijken.”

“Dat ketenpartners zeggen: bij jou is het A en bij een andere adviseur is het B, dat kan natuurlijk niet zo zijn. Je kunt wel in stijl anders zijn, maar soms zie je dat je daardoor ook andere keuzes maakt en het proces anders organiseert.”

Waarom er niet specifiek aandacht wordt besteed aan eenzaamheid: “Het (eenzaamheid) is een symptoom zegmaar, waar je wel aandacht voor moet hebben. Alleen als er geen één jongere meer eenzaam is dan hebben we nog steeds jongeren die jeugdhulp krijgen of die een vorm van ondersteuning nodig hebben. Dus daarom is de opgave om kinderen gezond en veilig en blij op te laten groeien, die is niet getackeld met het oplossen van eenzaamheid.”

“Dat is het standpunt wat je als gemeente hebt: dat burgers in principe op eigen kracht moeten kunnen acteren.”

“Wij moeten randvoorwaarden creëren om te zorgen dat hulp georganiseerd is.”

“Doel is gezonde en blij kinderen die in veiligheid opgroeien en gebruik maken van de ontwikkelkansen, zodat ze zich optimaal kunnen

ontwikkelen.”

“Door te sparren met een collega kom ik op ideeën en we krijgen elke maand minimaal één email van VWS met nieuwe ontwikkelingen en over een gemeente met goede ideeën en congressen waar je naartoe kan. Dus ideeën daar is geen gebrek aan.”

“Bij grotere gemeentes kan ik me 100% voorstellen dat er verkokering plaatsvindt. Bij kleinere gemeenten kan dat ook gebeuren, want het is maar net in hoeverre je spart met je collega's, maar ik denk dat omdat ik op zo'n centrale plek zit dat het in Delft niet snel zal verkokeren.”

“Vanuit het niets weet je niet wie er verantwoordelijk is voor welk thema bij de gemeente, ik adverteer niet dat ik op (domein) en (domein) zit dus vaak komt dat (een mail) gewoon ergens algemeen binnen en dan is het hopen dat het bij de juist persoon terecht komt.”

Over coalitie meeting: “Ik wil er zelf heel veel uithalen uit die vergadering omdat ik op de achtergrond heel erg veel uren hiermee bezig ben en dat weten zij natuurlijk allemaal niet.”

“Wat je hoopt is dat DvE van alle initiatieven afweet die gaande zijn en dat ze daar ook een soort verbindende partij in kunnen spelen.”

“Die visies zijn heel algemeen. Wat we altijd zeggen is wij gaan over wat de welzijnsorganisatie moet doen en zij gaan over hoe ze dat gaan doen. En daarom blijven we daar ook als gemeente abstract in omdat we vinden dat zij als professionals wel kunnen bepalen hoe ze dat het beste kunnen doen. Maar dat zorgt ervoor dat we nu eigenlijk wel een beetje op elkaar aan het wachten zijn.”

“Ik denk dat de overheid veel invloed heeft, want als zij beslissen dat er een actieplan moet komen voor een bepaald onderwerp moeten gemeentes hier tijd aan besteden.”

# APPENDIX D: THE PROCESS THAT LED TO THE CAUSAL SYSTEM MAP

## PROCEDURE

First I performed made my own assumption map, see figure 14, in which I wrote down everything I already knew or assumed about loneliness.

Next, I organized two sessions with friends where the participants took different roles (a lonely teenager, a school teacher, a parent and a general practitioner) to figure out what assumptions they made and which questions would arise. See figure 15-18.

With all these assumptions and questions I was able to ask the right questions during interviews and search for the right info in literature to get interesting insights for the system map, see figure 19. The system map is a collection of all relevant insights from 16 interviewees. Every insight was now turned into an element of the system. Based on a template from IDEO.org (workshop Service Design

Days Challenge, October 26th 2019), I divided the system map in four categories, based on whether the insights were user-, community-, service- or institutional related.

The interconnected system visualized the complexity of the problem. To create overview in which elements and relationships are maintaining loneliness, I made clusters that described the rootcauses, which resulted in the causal system map, see figure 20.

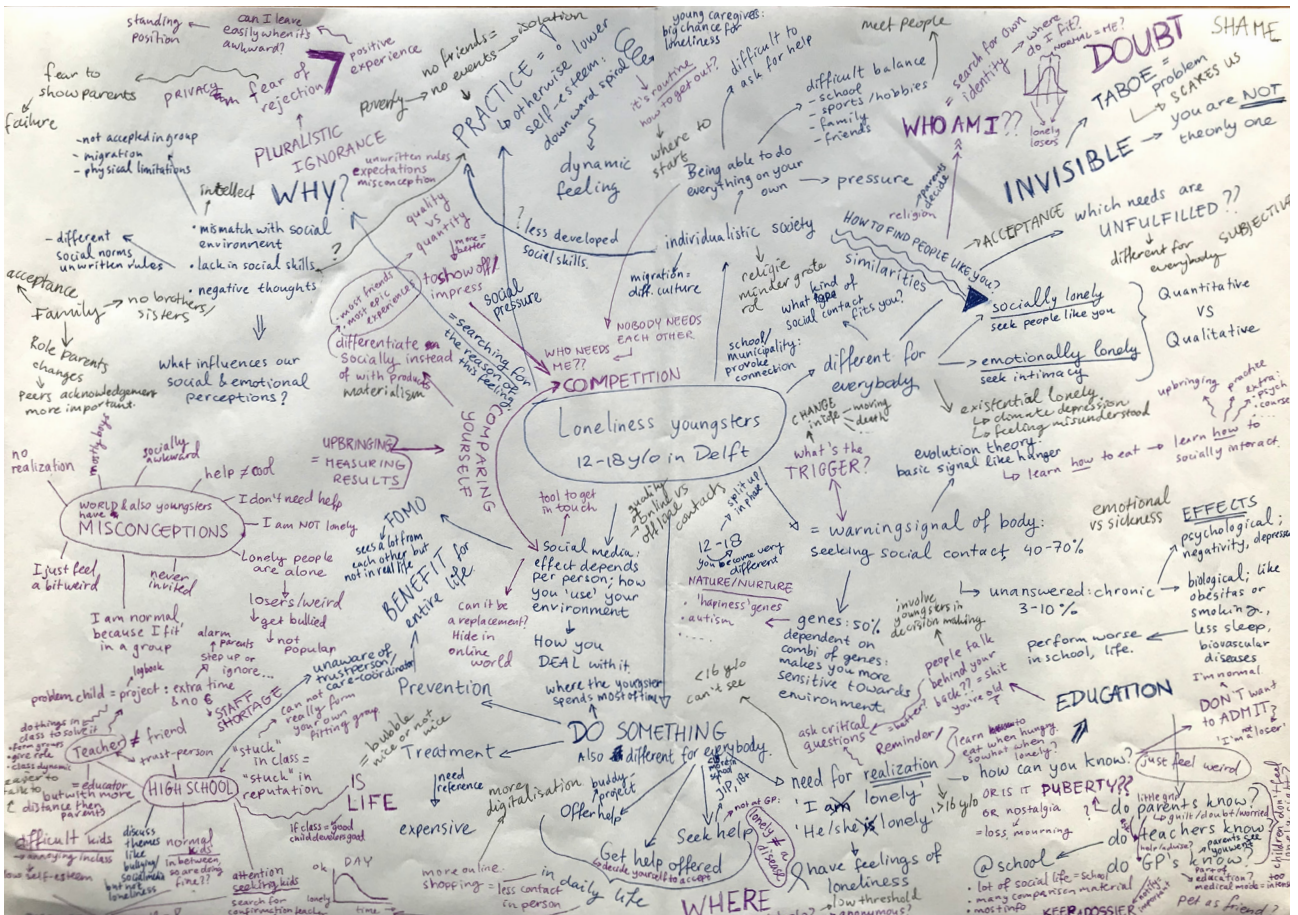


Figure 14. Assumption map





Figure 15. Session 1 with friends



Figure 17. Session 2 with friends

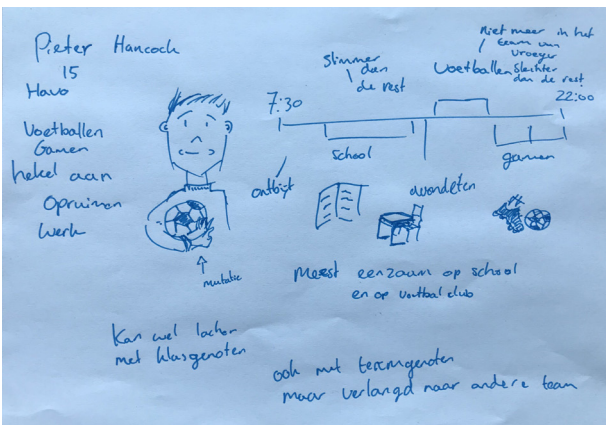


Figure 16. A persona made during session 1 with friends

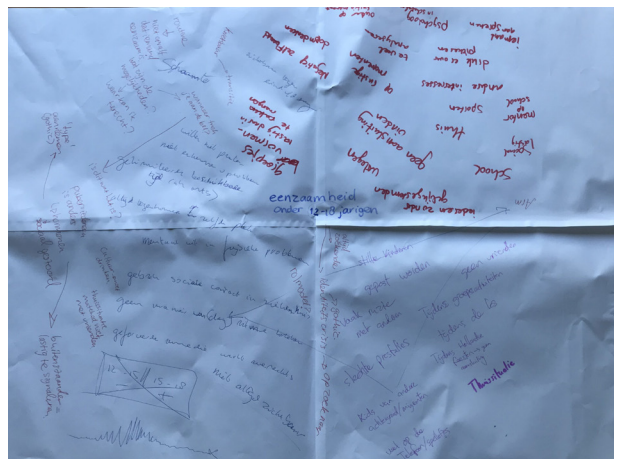


Figure 18. A map made in session 2 with friends



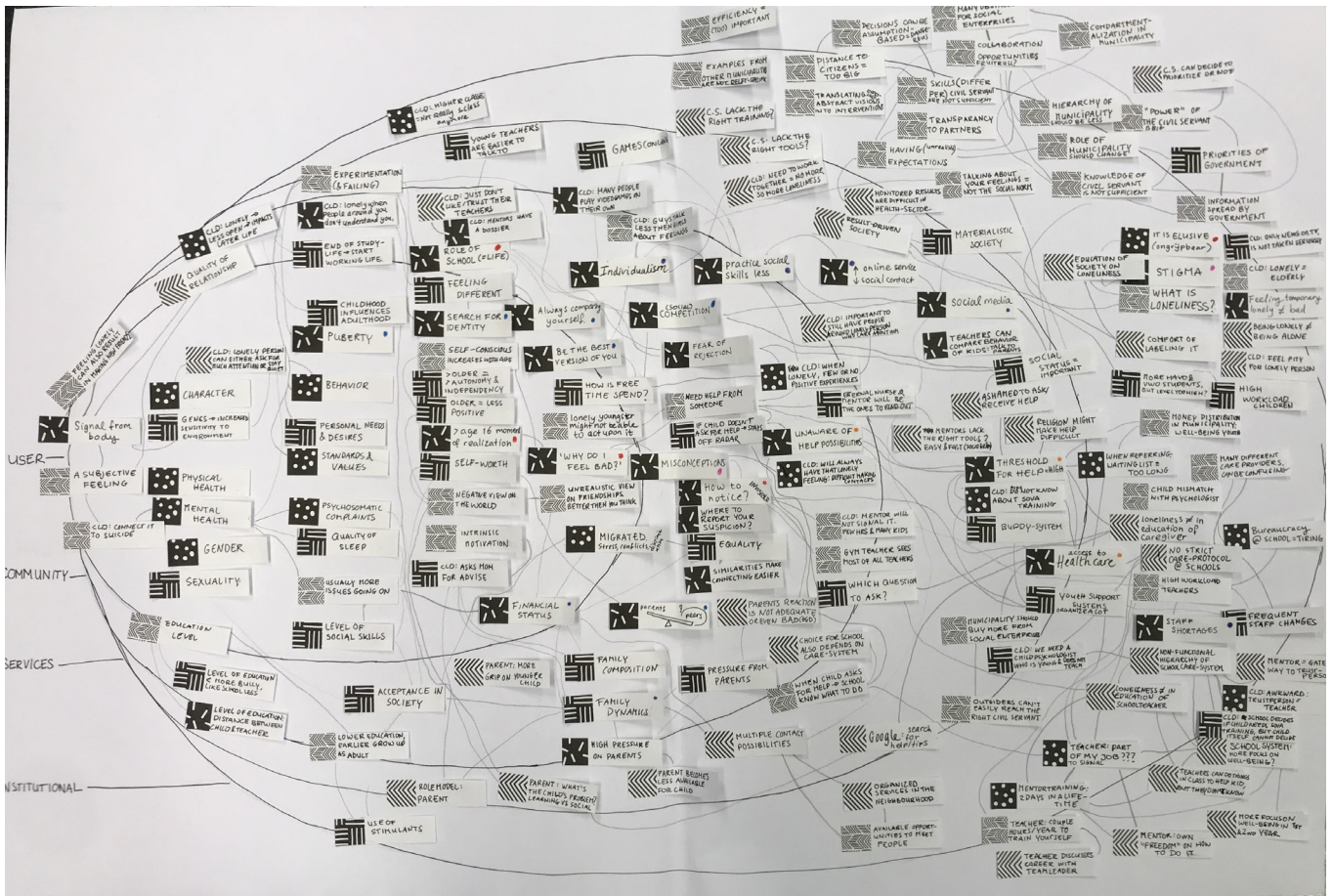
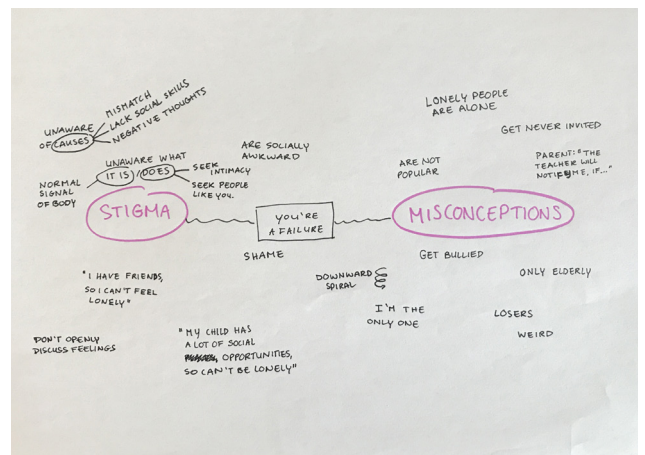
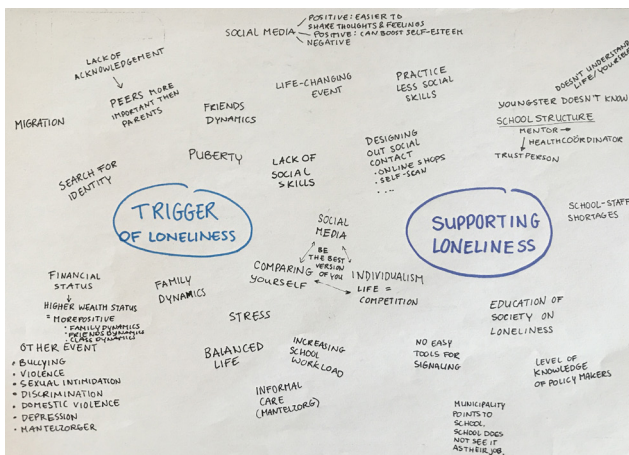
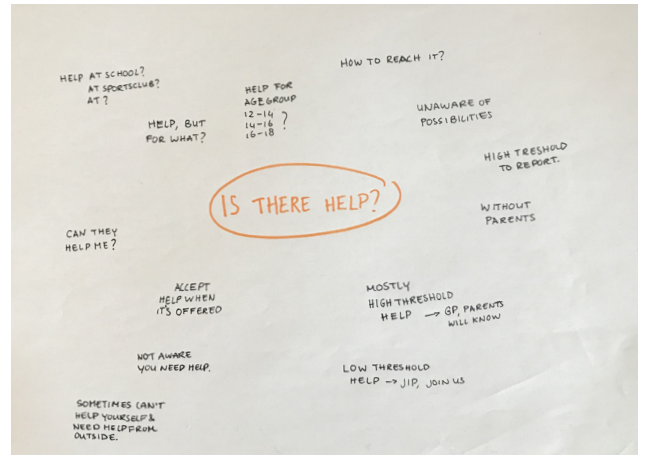
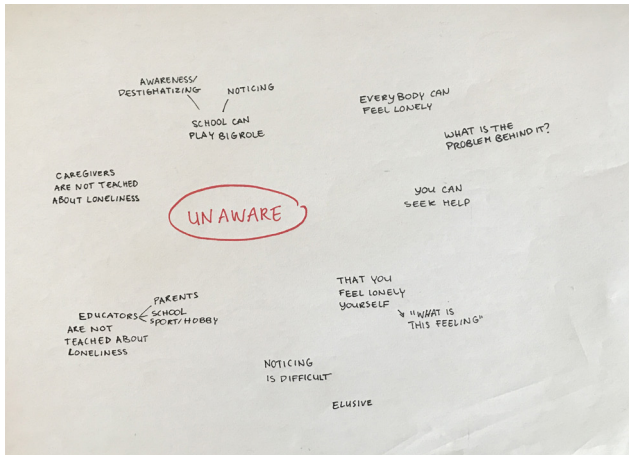
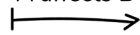


Figure 19. System map with insights from the interviews and literature research, in which six themes were found, see the pictures below



# CAUSAL MAP

A affects B  


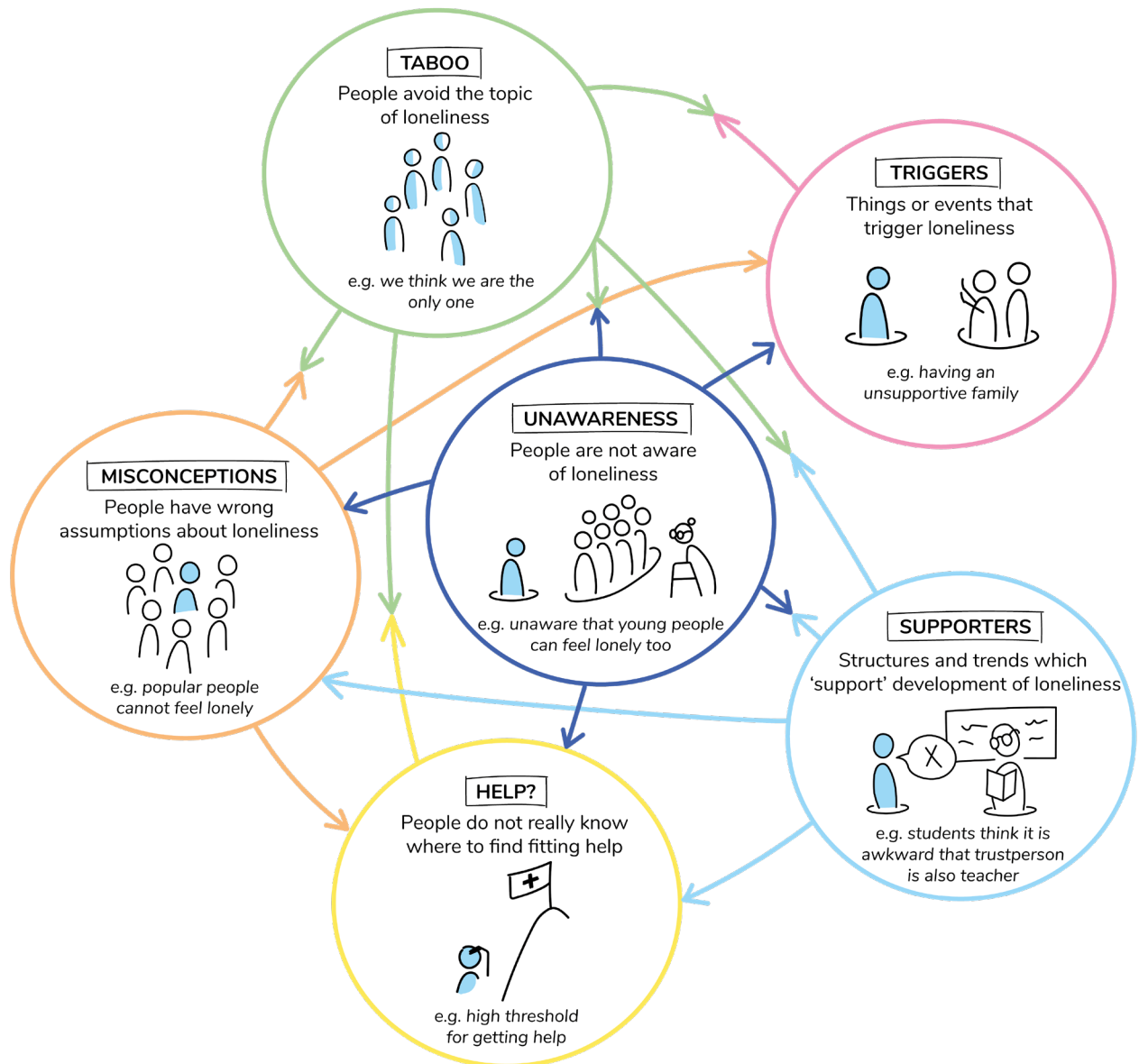


Figure 20. Causal system map with six rootcauses



# APPENDIX E: THE INVITATION FOR THE SESSIONS

Invitation for the sessions I sent to people in the network.

## UITNODIGING

Beste mevrouw, meneer,

Naar aanleiding van mijn afstudeerproject over eenzaamheid onder jongeren in Delft, in opdracht van de Gemeente Delft, nodig ik je graag uit voor twee bijeenkomsten.

Vriendelijke groet,  
Eva Legemaate

06-52360664  
evalegemaate@gmail.com

### Bijeenkomst 1

#### Eenzaamheid onder 12-18 jarigen in Delft: onze visie

Wanneer 2 december 2019  
Hoe laat 13:30 - 16:00 uur  
Waar Stadhuis Delft, Markt 87

### Bijeenkomst 2

#### Eenzaamheid onder 12-18 jarigen in Delft: onze interventie

Wanneer 13 januari 2020  
Hoe laat 13:30 - 16:00 uur  
Waar Stadhuis Delft, Markt 87



Figure 21. A general version of the invitation I sent to possible members of the co-creation team

# APPENDIX F: THE SYSTEMIC DESIGN TOOLKIT (2019) PROCESS

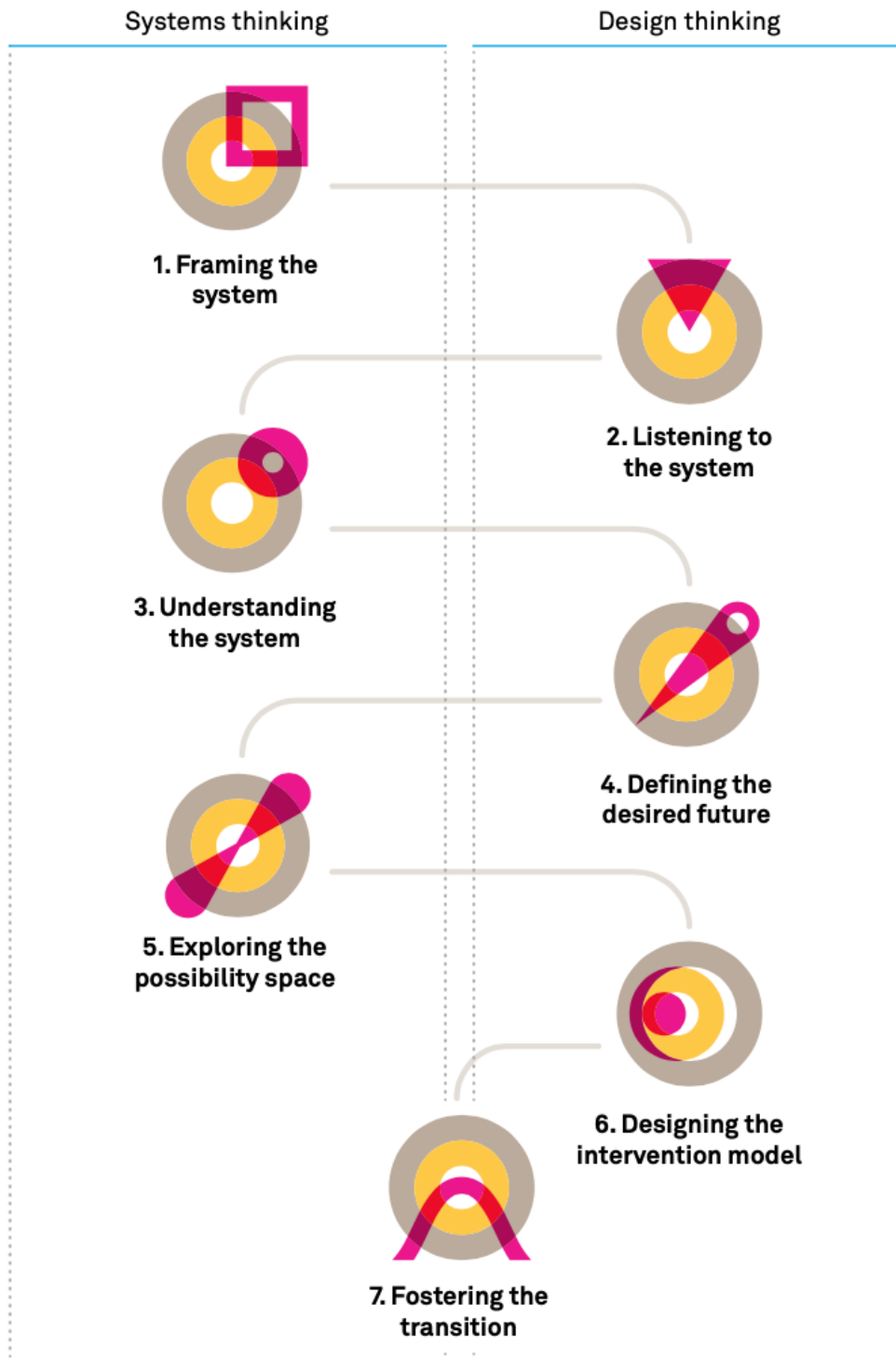


Figure 22. Seven steps of the Systemic Design Toolkit (2019) process, based on systems thinking and design thinking

Systemic Design Toolkit. (2019). Methodology. Retrieved October 22, 2019, from <https://www.systemicdesigntoolkit.org/methodology>

## APPENDIX G: SCRIPT EN TEMPLATES OF SESSION 1

### PHASE B: EXPLORING THE PROBLEM FIELD

Contact me for the PowerPoint presentation I gave during the session.

Tijd	Duur	Activiteit	Doel	Facilitator	Materiaal	Format	Opmerkingen
13:30	15 min	Inloop			Naam op tape		
13:45	5 min	Intro - Voorstellen - doel sessie 1, 2 - Planning - Design regels - Goedkeuring foto's - Vragen?		Eva	Powerpoint		
13:50	5 min	Wie ben ik: passies, thuis, dromen.	Kennis maken	Eva	Zelf al ingevuld	12x A3	
13:55	10 min	Plenair delen		Eva			
14:05	2 min	Woorden opschrijven eenzaamheid	Loskomen, associaties maken	Eva	filmen?	10x A3	
14:10	5 min	Plenair delen: iedereen noemt zijn woorden op		Eva	filmen?		
14:15	10 min	Ervaringen delen. Beschrijf situatie waarin te maken met eenzaam persoon	Inleven in eenzaamheid	Eva	Voorbeeld laten zien	10x A3	
14:25	5 min	Delen in duo's			filmen?		
14:30	10 min	Break: herhaal wat gedaan, straks doen		Eva			
14:40	10 min	Template van 12- en 18 jarige. Aannames doet geeft niet, laat dat je niet tegenhouden. Zijn dingen die je eigenlijk nog moet onderzoeken. Tips: thuissituatie, financieel, gezondheid, karakter, omgeving, welbevinden, de	Achter huidige situatie eenzame jongeren komen	Eva en Wies		2x 10x A2	

Figure 23. Script session 1, part 1

		maatschappij, schoolbeleving, social media					
14:50	20 min	Plenair: neem 3 post-its mee per categorie en per template. Wij clusteren, vragen stellen (wat mist er nog?), nieuwe post its schrijven	Hoofdlijnen ontdekken	Eva en Wies		2x A1	
<b>Foto</b>	<b>!!!!</b>	<b>FOTO MAKEN</b>	FOTO MAKEN	Eva	FOTO MAKEN		
15:10	15 min	Ieder deelnemer pakt 1 post it die hem aanspreekt. Wat vind jij belangrijk om aan te pakken? Plak op template. Teken de situatie hoe het op dit moment is. Zet dit vervolgens om naar een toekomstbeeld. Wat gun jij deze persoon in die situatie?	Nadenken over toekomst	Eva	Ook terugkijken naar ervaringen opdracht: wat maakte helpen moeilijk?	10x A3	
15:25	5 min	In duo's, twee toekomstbeelden: samen een visie formuleren over eenzaamheid onder jongeren. Abstract is niet erg. wwwwhh hulpmiddel	Visie formuleren. Volgende sessie mee verder	Wies	Slide WWWWH	5x leuk flyertje	
15:30	20 min	Recap Reflectie: format invullen Iedereen twee woorden zeggen over sessie wil iemand iets delen?	Waarde van sessie inzien	Eva		10x A4	
15:50		Afsluiting	Afsluiting		Bedankje		
		Groepsfoto					
		Foto van duo met visie					

Figure 24. Script, part 2

Planning van vanmiddag	
13:15	Inloop
13:30	Introductie
	Kennis maken
	Ervaringen delen
14:30	Pauze
14:40	Eenzaamheid nu
	Toekomstbeeld
	Visies
	Recap & reflectie
15:50	Afsluiting

Figure 25. Planning of the day

Wie ben ik  
Schrijf en teken over jezelf

Figure 26. Template 1 - Getting acquainted

Woordenstorm  
Schrijf in korte tijd zoveel mogelijk woorden op

Hier denk ik aan bij  
**Eenzaamheid**

Figure 27. Template 2 - Associating

De huidige situatie: waarom voelen jongeren zich nu eenzaam?  
Bedenk hoe het is om Amina te zijn en plak er op los met post-its. Niets is fout!

Naam: **Amina**  
Leeftijd: **18 jaar**  
School: **6 VWO**

**WAARDOOR**  
Waarom zou Amina zich eenzaam voelen? Schrijf zoveel mogelijk redenen op.

**WANNEN EN WAAR**  
Wanneer en waar zou Amina zich eenzaam voelen? Schrijf zoveel mogelijk redenen op.

**WAT**  
Wat kan Amina doen om haar eenzaamheid te verminderen? Schrijf zoveel mogelijk ideeën op.

*16.20.2021 verhuizen*

Figure 29. Template 4A - The current situation

Mijn ervaringen met eenzaamheid  
Beschrijf een situatie waarin je te maken hebt gehad met iemand die eenzaam was (op werk, school, hobby- of sportvereniging, thuis of misschien jijzelf wel). Vul vervolgens de andere kaders in.

De situatie

+ Hoe kon je deze situatie positiever maken?

- Wat maakte het lastig om iets aan de situatie te veranderen?

Figure 28. Template 3 - Sharing experiences

**De huidige situatie: waarom voelen jongeren zich nu eenzaam?**  
 Bedenk hoe het is om Max te zijn en plak er op los met post-Its. Niets is fout!

Naam: Max  
 Leeftijd: 19 jaar  
 School: 1VMBO-I

**WAARDOOR**

Waarom zou Max zich eenzaam kunnen gaan voelen?  
Schrijf zoveel mogelijk redenen op.

Staat leeg  
maak op los!

**WANNEER EN WAAR**

Wanneer en waar zou Max zich eenzaam kunnen voelen?  
Schrijf zoveel mogelijk redenen op.

**WAT**

Wat zou Max anders kunnen doen?  
Schrijf zoveel mogelijk redenen op.

Figure 30. Template 4B - The current situation

## Reflectie sessie 1 - Visie

Naam: \_\_\_\_\_

Bedankt voor vandaag! Onderstaande vragen hebben als doel om even te stil te staan bij wat we zojuist gedaan hebben en wat we er van hebben geleerd.

Hoe kijk ik terug op deze bijeenkomst?

Hoe voelde het om mee te doen aan deze sessie?

Wat voor inzichten kan ik hier voor mezelf uit halen? Wat heb ik geleerd?

Kan ik die inzichten toepassen in mijn dagelijks leven?

Mijn favoriete onderdeel of moment was ...

Opmerkingen, suggesties of verbeterpunten?

Figure 33. Template 7 - Reflection form

**Van nu ...**  
 Pak 1 post-it van de vorige opdracht die jou aanspreekt.

Wat ik belangrijk vind om aan te pakken

plak post-it hier

Tekenen en beschrijf hoe de situatie er op dit moment uit ziet voor deze jongere

**... naar de toekomst**  
 Wat gun jij deze persoon in de toekomst? Visualiseer dit toekomstbeeld.

Figure 31. Template 5 - The future image

## ONZE VISIE

---

“ In 2021 gunnen wij de jongeren in Delft .....

”

Figure 32. Template 6 - Vision



# SOME FILLED IN TEMPLATES

## Wie ben ik

Schrijf en teken over jezelf

## Woordenstorm

Schrijf in korte tijd zoveel mogelijk woorden op

Hier denk ik aan bij

**Eenzaamheid**

Alleen zijn

Samen zijn

Omringt door anderen en toch alleen

Verdriet

Onbegrepen

Taboe

Pijn

Angst

Donker

Pesten

Anderen & jongeren

Scheiding

Psychische kwetsbaarheid



# Mijn ervaringen met eenzaamheid

Beschrijf een situatie waarin je te maken hebt gehad met iemand die eenzaam was (op werk, school, hobby- of sportvereniging, thuis of misschien jijzelf wel). Vul vervolgens de andere kaders in.

De situatie  
 Mijn oud huisgenoot studeerde niet meer had ook geen werk en zag heel op keer mensen in huis verhuizen en dus wel groeien en verder gaan

+ Hoe kon je deze situatie positiever maken?  
 door met hem in gesprek te blijven gaan over zijn situatie en laten merken dat hij gezien en gehoord wordt

- Wat maakte het lastig om iets aan de situatie te veranderen?  
 dat mensen snel verhuizen in studenten huizen, zodat hij elke keer opnieuw kon doen alsof er niets aan de hand was. hij was niet eerlijk over hoe het met hem ging. hij viel in de psychische zorg overal een beetje tussen veel jonge mensen in huis die ook niet wisten wat ze ervan aan moesten

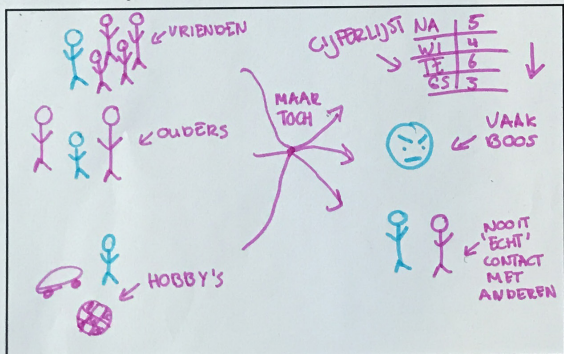
## Van nu ...

Pak 1 post-it van de vorige opdracht die jou aanspreekt.

Wat ik belangrijk vind om aan te pakken



Teken en beschrijf hoe de situatie er op dit moment uit ziet voor deze jongere



## ... naar de toekomst

Wat gun jij deze persoon in de toekomst? Visualiseer dit toekomstbeeld.



## APPENDIX H: SCRIPT EN TEMPLATES OF SESSION 2

### PHASE C: EXPLORING THE SOLUTION SPACE

Contact me for the PowerPoint presentation I gave during the session.

Tijd	Duur	Activiteit	Opmerking	Facilitator	Materiaal
13:30	15 min	Inloop			- Recorder aan
13:45	20 min (5 min voorstel)	Intro - Uitleg project - Uitleg sessies - Voorstelronde - Samenvatting sessie 1 - Reflectie - Resultaten: aanwijzen in visies - Doel + Set-up	Ellen: ouder perspectief Marion: veel ervaring met scholen	Eva	- Tape + stiften - Rosalie toekomstbeeld - Woordenstorm laten zien
14:05	10 min	Thema's definiëren: -	Groepjes: Meiden + Marijke: erkenning Ellen, DvE, sport: herkenning Marion, Dian, David: inzicht	Eva	- 3 A3 templates met begrippen. - Voorbeeld laten zien - Kookwekker
14:15		Papieren ophangen		Evy	
14:15	20 min	HKJ maken - Uitleg HKJ - Rond posters staan: leg situatieschets uit - Ladders: waarom? Opschrijven op post-its - Hierop HKJ's maken: post-it - 10 kiezen en op vellen papier schrijven	Kunnen deze gebruiken: HKJ iets herkennen HKJ iets leren HKJ iemand op de hoogte brengen HKJ je comfortabel voelen	Eva Evy	- Uitleg op PP - Post its - 10x A3 HKJ's - HKJ's op voorraad wanneer geen goede ertussen
14:35	15 min	HKJ's uitvoeren - Uitleg HKJ; nadruk op makkelijke ideeën. Iets wat het eerst in je op komt. - Opdelen in 2 groepen	- Denk gek: denk aan een aliën. - Zoveel mogelijk afkijken - tijd geven om ideeën te lezen voor de 2 min ingaan.		- Uitleg op PP - Wekkertje
14:50	10 min	Pauze	Dirk weg, reflectie en cadeautje	Eva Evy	Kamer indelen voor groepjes - 3 HKJ's per groep - stickertjes

Figure 34. Script session 2, part 1

15:00	10 min	Uitleg: nu conceptvorming. Selecteren - 3 random HKJ's - 3 stemmen per HKJ (1 gekke) - Als je iets niet snapt, vraag aan elkaar wat het betekent	Groepjes: - David, Eva, Ellen: A - Marijke, Ros, Dianne: B - Kel, Marion, Marit: C		Als je iets niet snapt, vraag maar aan elkaar wat het betekent
15:10	10 min	Combi's maken - Mix en match ideeën van verschillende HKJ's (HKJ's zijn deeloplossingen, dus nu weer 'samenvoegen') - Schetsen maken op A4 - Voorbeeld geven van combi, "Wat voor concept kunnen we hiervan maken?"		A4's	
15:20	10 min	Conceptvorming - Hebben nu schetsen voor zich - Gebruik wwwh om er verder over na te denken - Werk 1, 2 of 3 concepten wat verder uit		3x3 concept template	
15:30	10 min	Detaileren - Bepaal met welk concept jullie verder willen gaan - We gebruiken verschillende manieren om nog verder na te denken over dat concept. - Groep A storyboard schrijven, een verhaaltje maken en daardoor denk je automatisch na over hoe jullie concept gebruikt wordt, etc. - Groep B: kort rollenspel/toneelstukje bedenken. Jullie kunnen wat attributen knutselen van papier, op de gang. Kom zo nog langs voor meer uitleg - Groep C: concept bouwen met lego.	Eva uitleggen rollenspel: - attributen kunnen heel simpel zijn. Ik ben computer. - Hoeft niet alles precies uit te schrijven, improviseren werkt juist goed. Als je grote lijnen van verhaal weet.  Evy kijken bij storyboard en lego.	Goede wwwh slide	- Lego + papier + post-its - Storyboard + stiften + papier/post-its - papier + plakband + stiften
15:40	15 min	Presenteren en evalueren - vragen stellen aan elkaar - Antwoorden op post-its toevoegen aan de poster	Eva: filmen met telefoon Vragen: - Wie zou dit kunnen opzetten in Delft? - Hoe? - Welke skills nodig? - Nog andere partners nodig?  Evy: foto's maken		Post-its
15:55	5 min	Samenvatting - Bedankt voor ingezet tegen eenzaamheid in Delft. Magische boon voor een magische groep. Vond het erg bijzonder om zo samen met jullie te werken.		Evy foto's maken	Bedankje 10x
	5 min	Reflectie papier invullen - Tegelijkertijd polaroid maken per groepje: Eva. Groep B eerst - Evy: 3x kopie maken van concepten			Reflectie template 10x Polaroid Kopie concepten

Figure 35. Script session 2, part 2

## Planning bijeenkomst 2

13:15	Inloop
13:30	Start
	Thema's
	Ideeën genereren
	Pauze
	Ideeën selecteren
	Concepten maken
	Detailleren
	Presenteren
	Reflecteren
16:00	Einde

Figure 36. Planning of the day

## Doel van vandaag

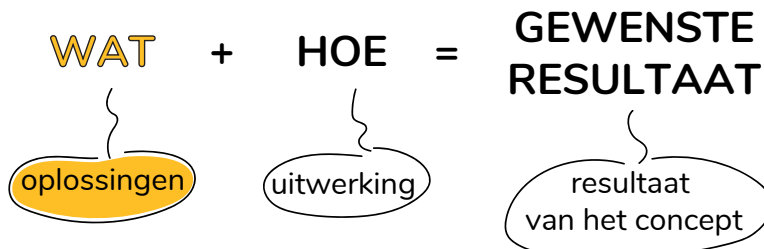


Figure 38. The simplified version of design abduction

## Het belang van 'INZICHT'

Geef een voorbeeld van een situatie waarin het hebben van inzicht in eenzaamheid van belang is.



.....

.....

.....

Figure 39. Template 1 - Researching the desired outcomes

## GEWENSTE RESULTAAT van het concept

### INZICHT

We **begrijpen** wat eenzaamheid is, een waarschuwings-sig-naal van ons lichaam, en dat **iedereen** zich eenzaam kan voelen. Hierdoor kunnen we sneller **inzien** wanneer we zelf eenzaam zijn of dat iemand anders eenzaam is.

### HERKENNING

We weten wat de **symptomen** van eenzaamheid zijn of weten wanneer iemand een **verhoogd risico** heeft en kunnen daardoor gevoelens van eenzaamheid **herkennen** bij onszelf en bij anderen. Hierdoor kunnen we zelf **op zoek** naar hulp of hulp kan makkelijker worden **aangeboden**.

### ERKENNING

Als we ons eenzaam voelen **durven** we dit zelf onder ogen te komen en zijn er **open** over naar anderen. Passende hulp kan ons zo **makkelijker bereiken** en we kunnen dit ook beter **accepteren**. Of we zoeken zelf **bewust** hulp op.

Figure 37. Definitions of the desired outcomes

## HKJ?

Bedenk zoveel mogelijk ideeën in twee minuten. Het gaat om kwantiteit (hoeveelheid) niet kwaliteit.

Hoe kun je .....

Figure 40. Template 2 - How to ...

**Het concept**  
 Gebruik WWWWWH om een concept verder uit te werken. Wat zal in de toekomst de eenzaamheid onder jongeren in Delft verminderen?

---

**Titel**

\_\_\_\_\_

**Hoe ziet het er uit?**

\_\_\_\_\_

**Wie zijn erbij betrokken?**

\_\_\_\_\_

**Doel van het concept**

\_\_\_\_\_

**Hoe werkt het?**

\_\_\_\_\_

Figure 41. Template 3 - The concept

**Reflectie bijeenkomst 2 - Oplossingen**

---

Naam: \_\_\_\_\_

Bedankt voor vandaag! Onderstaande vragen hebben als doel om even te stil te staan bij wat we vandaag hebben gedaan en het geeft mij informatie over hoe de sessie ging en wat ik kan verbeteren.

**Hoe kijk je terug op deze bijeenkomst?**

\_\_\_\_\_

**Hoe voelde het om mee te doen aan deze sessie?**

\_\_\_\_\_

**Hoe vond je het om samen te werken met de gemeente, de doelgroep en verschillende andere partijen die met het probleem te maken hebben?**

\_\_\_\_\_

**Heb je het gevoel dat je input hebt kunnen geven aan hoe de gemeente dit probleem zou kunnen aanpakken? Waarom wel/niet?**

\_\_\_\_\_

**Mijn favoriete onderdeel of moment was ... Waarom?**

\_\_\_\_\_

**Wat vond je lastig? Waarom?**

\_\_\_\_\_

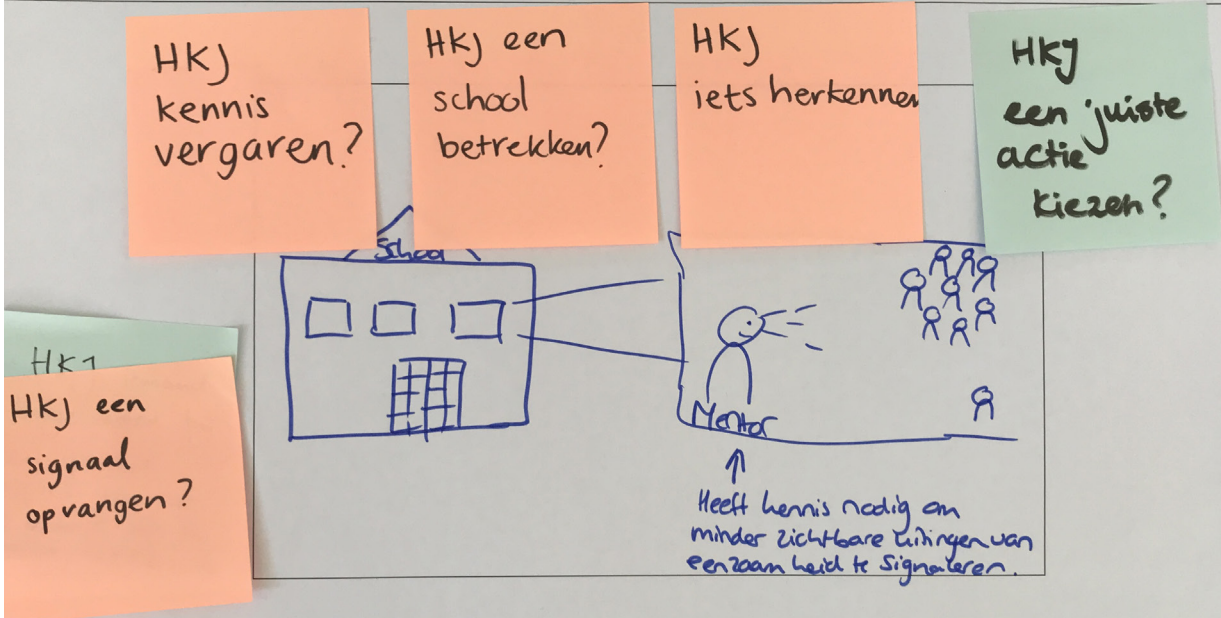
Figure 42. Template 4 - Reflection form



# SOME FILLED IN TEMPLATES

## Het belang van 'INZICHT'

Geef een voorbeeld van een situatie waarin het hebben van inzicht in eenzaamheid van belang is.



Sociale, verbale, non-verbale etc. wijzingen herkennen en verbinden...  
aan acties. Dat kan alleen met de juiste kennis.

## HKJ?

Bedenk zoveel mogelijk ideeën in twee minuten. Het gaat om kwantiteit (hoeveelheid) niet kwaliteit.

Hoe kun je iets bespreekbaar maken?

dag van de eenzaamheid

Neem een niet verzorgde fouten toegeven

talkshow

reclame

ervaring van dit gedeel

benoemen wat je ziet, zonder waarde oordeel

Blog schrijven + reacties vragen

Maak eerst een praatje over minder zwaar liegende onderwerpen

open vragen stellen + luisteren

Veel tegen komen in media/op straat

⇒ Het moet 'normaal' worden om er over te praten

Button: Ik was eenzaam. Spreek me aan

## Het concept

Gebruik WWWWWH om een concept verder uit te werken. Wat zal in de toekomst de eenzaamheid onder jongeren in Delft verminderen?

Titel

Optreden bekende vlogger/artiest week vd eenzaamheid

Hoe ziet het er uit?

Lied over eenzaamheid  
vanuit eigen ervaring

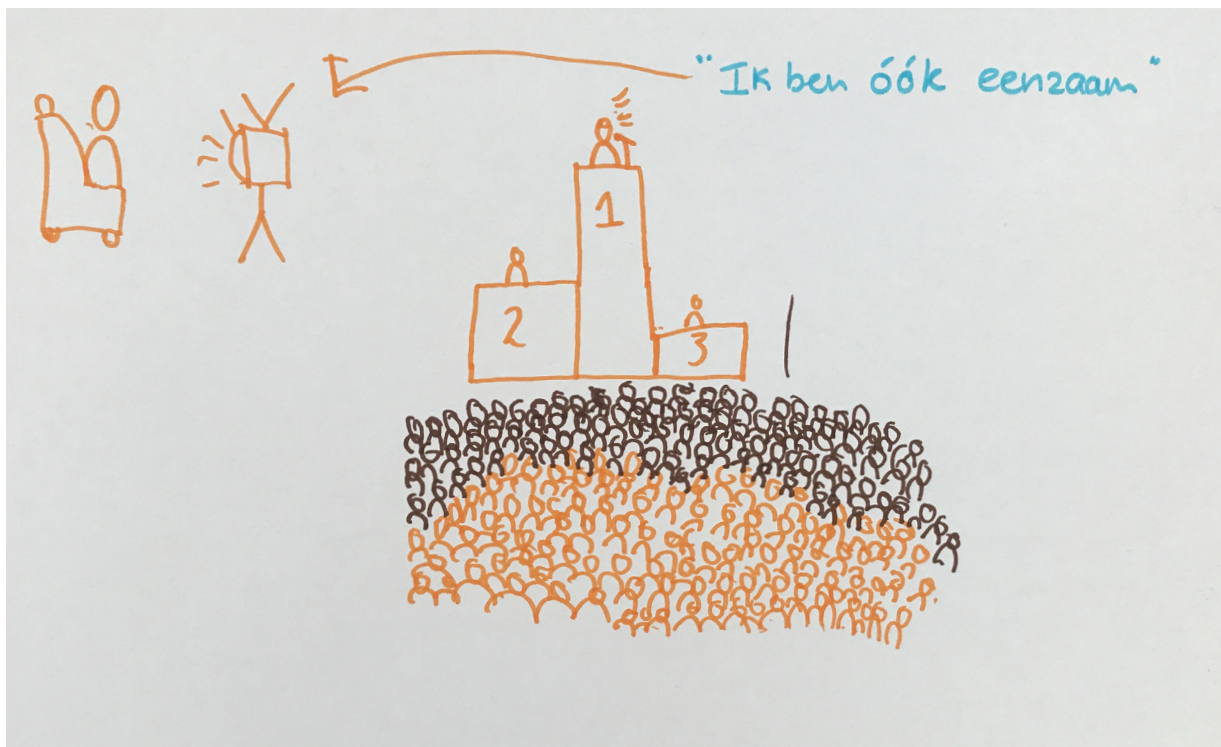
Wie zijn erbij betrokken?

artiest theater de Veste  
jongeren

Doel van het concept

\*Normaliseren v eenzaamheid  
\*bespreekbaar maken

Hoe werkt het?





# APPENDIX I: EXTENSIVE EVALUATION OF THE RESEARCH OUTCOMES

## EVALUATION OF THE LIST OF REQUIREMENTS

### 1. BASE PROCESS ON THE SYSTEMIC DESIGN TOOLKIT PROCESS

Keep the process based on the systemic design process, but with some changes and additions.

- Spread the process over 5 meetings with the whole co-creation team instead of 1.
- Make the process cyclic, as the current situation of complex problems is dynamic and interventions can also influence it, it is necessary to start from step 1 every couple of years. For this, agreements on monitoring have to be made and an evaluation session needs to take place.

### 2. INVOLVE PARTIES FROM THE START

- Create a small team with representatives from the network: the network can become very big, however a fruitful co-creation team consists of about 10 people. Pick each representative from the network with caution, to involve as many different perspectives as possible.
- Involve the team in every step through co-creation, until Team Youth and the relevant actors decide upon the actions. In the performed process, the team was involved until the idea generation. It could also be interesting to organize a meeting after that one, to discuss together for which solution and which actors actions should be created.
- Sensitize every participant: this will increase the participation of the actors during the first meeting. Next to that, you already have an idea of what type of person it is, which is useful for the team composition.
- Explain co-creation 'rules': as this approach is also new for the actors, explain the rules (mentioned in presentation) so they feel more at ease.

**3. Organize and guide as a facilitator, but also bring in skills if needed**  
change to:

INVOLVE ANOTHER CIVIL SERVANT AS PARTICIPANT, SO YOU CAN FOCUS ON

## FACILITATOR TASKS

- The facilitator does not have much opportunity to get involved.
- Involving a third civil servant or other employee to act as a facilitator buddy is recommended to help with the set-up, during the session and evaluate afterwards.

### 4. MAKE THE NETWORK READY FOR IMPLEMENTATION BY KEEPING THEM INFORMED AND INVOLVED

How:

- Be transparent about the set up of the entire process and the progress
- Keep the team updated via e-mail, in case someone could not attend. Keep the whole network updated in case you need them later.
- Implement evaluations to get to know their thoughts on the result. Also regularly discuss if the team thinks actors are missing in the network or during the sessions
- Implement reflections to find out what they think about the approach
- Start a session with a recap so each teammember memorizes the process so far
- End a session with a closure to make the group aware of the progress. To make them remember the session, it is possible to give them some sort of summary or homework.

### 5. CREATE A DIVERSE NETWORK: END-USERS, PARTNERS, FAR-AWAY CONNECTED PARTIES

How:

- Involve people in the creation of the network: they have/make interesting connections
- Put effort in involving the target group: their influence in the session is highly valuable. It was not explicitly mentioned, however I think their attendance also made it easier for the other participants to empathize with the target group.

### 6. FOCUS THE PARTICIPATORY EXERCISES ON SHARING KNOWLEDGE TO CREATE MUTUAL UNDERSTANDING

How:

- Sharing personal experiences enables participants to empathize with each other
- Collaboration creates connection
- Mix teams regularly so the actors build different relationships
- If choices need to be made, do it in a democratic way, e.g. through voting

## 7. MAKE LIVELY PARTICIPATION AND COLLABORATION POSSIBLE

How:

- Create a welcoming space to make the participants feel at ease
- Spend time, especially the first time, on getting acquainted with each other
- It can be beneficial for the results to look at the characters of the participants when dividing them in teams. Especially for the idea generation it is valuable to create a balanced group, as it depends per person if they feel comfortable enough to express their creativity
- To keep the participants active, switch between the levels of interaction: individual, in teams or plenary
- Make a time planning to keep the group going and also to reach the final goal of the session

## 8. Focus the participatory exercises on creating new insights together to come to a collective vision

Change to:

### FOCUS THE PARTICIPATORY EXERCISES ON CREATING NEW INSIGHTS TOGETHER TO COME TO A COLLECTIVE VISION AND DESIRED RESULTS

- Let the group decide on which desired outcomes result from their vision.

## 9. FOCUS THE PARTICIPATORY EXERCISES ON GENERATING IDEAS TO GET AN INDICATION OF THE POSSIBILITIES

How:

- It was noticeable that the participants found it hard to let go of the context and think out of the box. Experiment with the set up of exercises to get the group in a creative mood.

- Mixing the teams helped, as there was the opportunity to inspire each other and let more confident participants activate the others
- The idea generation which focused on 3 desired outcomes was fruitful, however, I think it will give more focus for the participants to address one desired outcome per idea generation session. However, to complement the fact that for a complex problem there is not just one desired outcome (Rittel & Webber, 1973), multiple idea generation sessions can be organized.

## ADDITION TO THE LIST OF REQUIREMENTS

As written in the thesis.

## APPENDIX J: IDEAS TO MONITOR THE INTERVENTION OF JGZ

Agreements have to be made between Team Youth and the JGZ on how to monitor the effect of the intervention. This is a suggestion on how to measure the effect of the informative activity on loneliness:

- When the survey shows that at a certain high school in Delft many students feel lonely, JGZ sets up a survey at that school to get insight in how loneliness is perceived. This is the baseline measurement.
- Next the activity will take place.
- Another survey is spread amongst the attendees to measure the effect. Did their perception on loneliness change? However, because of the first survey, the attendees have probably been more aware of loneliness in the time in between. This should be taken into account.

The JGZ will evaluate the effect. Did it increase their insight in loneliness? Was it relevant and valuable? Was it effective and efficient? They can think of improvements and other recommendations, which they can discuss with Team Youth (step 7 of the model).

