

Last

Wat Is Last en Wat Kun Je Ermee?

Suzanne de Ruig¹

¹*Factor-i, Amersfoort, Nederland* | ²*Faculteit der Maatschappij- en Gedragwetenschappen (FMG), Universiteit van Amsterdam, Amsterdam, Nederland*

Samenvatting In de jeugdhulpverlening praten we veel over problemen en doelen, maar opvallend weinig over waar mensen daadwerkelijk last van hebben. Terwijl juist daar vaak de kern ligt van wat iemand in beweging brengt. In dit artikel beschrijf ik wat met *last* bedoeld wordt en waar jongeren, ouders, JIM's (Jouw Ingebrachte Mentors: een door de jongere gekozen vertrouwenspersoon, belangenbehartiger en adviseur) en professionals in de jeugdzorg last van hebben. De uitwerking van dit concept is gebaseerd op kwalitatief onderzoek dat ik met collega's uitvoerde onder veertig deelnemers én mijn jarenlange praktijkervaring met gezinnen. Beschreven wordt hoe last kan worden begrepen en hoe het toegepast kan worden in de dagelijkse praktijk van de jeugdzorg.

Trefwoorden last, jeugdzorg, kwalitatief onderzoek

Artikelgeschiedenis

Ontvangen: 6 maart 2026
Geaccepteerd: 17 mei 2026
Online: 1 juli 2026

Contactpersoon

Suzanne de Ruig, suzanne@factor-i.org

Copyright

© Author(s); licensed under Creative Commons Attribution 4.0. This allows for unrestricted use, as long as the author(s) and source are credited.

Financiering Onderzoek

Deze publicatie werd is onderdeel van het promotieonderzoek van De Ruig dat gefinancierd wordt door: *BOvenregionaal Expertisenetwerk Gelderland* (BOEG).

Belangen

De auteur heeft geen conflicterende belangen te vermelden.

1 Van Probleem naar Last

In de jeugdzorg wordt vaak gestart met een probleem- of behoefteanalyse. Professionals proberen te begrijpen wat er speelt en formuleren op basis daarvan doelen voor verandering. Problemen zijn meestal goed te verwoorden: jongeren, ouders en professionals kunnen vaak benoemen wat er misgaat of waarover zij zich zorgen maken. Toch leidt het benoemen van problemen niet altijd tot beweging, zeker niet in situaties waarin vragen of relaties complex zijn. In dit artikel wordt daarom een andere ingang verkend: de vraag naar iemands last.

Last verwijst naar datgene wat iemand persoonlijk raakt of belemmert in een situatie: een gevoel dat iets schuurt, energie kost of niet klopt. Anders dan een probleem ligt deze last niet vanzelf op tafel. Het onderzoeken ervan vraagt van professionals dat ze andere vragen stellen en niet automatisch meegaan in de neiging om het probleem verder te verkennen. Van hulpvragers wordt gevraagd dieper na te denken wat erbij henzelf schuurt of last geeft. Dit is het verschil tussen een *probleem* van een vader, bijvoorbeeld: 'Mijn kind spijbelt en luistert niet naar mij' en een *last* van een vader: 'De relatie met mijn kind is aan het verslechteren en ik heb geen invloed meer.'

Wanneer iemand woorden geeft aan zijn of haar last, wordt vaak duidelijker wat er op het spel staat en ontstaat ruimte voor doelen die meer verbonden zijn met motivatie, verantwoordelijkheid en eigenaarschap. Vragen naar iemands last maakt ook dat iemand zich gehoord en erkend voelt, dat duidelijk wordt wat er in de weg zit en dat er verbinding ontstaat. Het helpt bovendien voorkomen dat mensen vast komen te zitten in terugkerende interactiepatronen, waarbij betrokkenen elkaar onbedoeld versterken in machteloosheid, verwijt of overmatige verantwoordelijkheid. Je zou kunnen zeggen dat last de 'motor van verandering' is. Als iemand zich bewust wordt waar hij last van heeft, gaat dat vaak gepaard met emotie, motivatie en eigenaarschap om in beweging te komen.

2 Kwalitatief Onderzoek naar Last

In een onderzoek in de gespecialiseerde jeugdzorg, brachten wij de ervaren last van jongeren, ouders, JIM's en professionals in beeld waarbij twee vragen centraal stonden: hoe voelt last en waarvan hebben mensen last (de Ruig et al., 2025)? Daartoe namen we semigestructureerde interviews af bij veertig deelnemers: 10 jongeren, 10 ouders, 10 JIM's en 10 professionals die met een JIM samenwerken. We analyseerden de interviews thematisch en inductief, door uit te gaan van wat deelnemers zelf als last ervoeren en dit te vertalen naar terugkerende thema's. Zowel de jongeren, hun ouders, de JIM's, als de professionals ervoeren last op drie niveaus: 1) emotioneel (zoals angst, boosheid, verdriet en stress), 2) mentaal (zoals frustratie, machteloosheid) en 3) fysiek (zoals hoofdpijn, hartkloppingen en vermoeidheid). Bij jongeren en ouders werd last vooral mentaal ervaren door frustraties, bijvoorbeeld doordat een ingezet traject op ieder moment kon veranderen, omdat professionals van gedachten veranderden over wat goed is om te doen. Professionals noemden onder andere fysieke last, zij gaven aan moe te worden van het werk. JIM's gaven vooral voorbeelden van mentale last, zoals gefrustreerd raken door de traagheid van hulpverleningsprocessen.

Uit de interviews bleek dat iedereen last had van 1) een gebrek aan autonomie en het gevoel niet zelfstandig beslissingen te kunnen nemen, 2) een samenwerking die niet goed loopt en 3) verwachtingen die men heeft over de hulpverlener en de jeugdzorg. Jongeren, ouders en JIM's voelden zich betutteld, niet gezien of overruled. Ook professionals gaven aan het gevoel te hebben om er alleen voor staan in het complexe jeugdzorgsysteem. JIM's hadden soms last van de samenwerking met de professional, terwijl professionals juist last ervoeren in de samenwerking met andere professionals. Veelal onbesproken verwachtingen die niet uitkwamen bleken voor alle groepen een belangrijke bron van last. Ook professionals hebben hoge verwachtingen van zichzelf en het systeem, die zij niet altijd kunnen waarmaken, wat leidt tot stress, boosheid en frustratie. Denk aan toegenomen bureaucratie, gebrekkige samenwerking tussen organisaties en onduidelijke communicatie.

3 Wat Kun Je als Professional met Last in Je Praktijk?

Alleen al het bespreken van last is helpend. Je komt op dieperliggende thema's door deze vraag. Vraag als professional dus door op de last van jongeren, ouders en JIM's. Dat kan met vragen als: Waar lig je 's nachts wakker van? Waar schuurt het? Wanneer voel je je onmachtig?

Daarnaast laat het onderzoek zien dat er een verschuiving nodig is in macht. Als professional heb je vrijwel altijd een voorsprong in kennis, positie en systeemlogica. Wees je hiervan bewust en streef naar gelijkwaardige samenwerking. Dat betekent ook dat je expliciet aandacht hebt voor verwachtingen en rollen: Vraag wat jongeren, ouders en JIM's van je verwachten en wees helder over wat wel en niet haalbaar is. Zij brengen ervaringskennis in; jij brengt professionele en theoretische kennis in.

In de praktijk merk ik dat hulpverleners vaak huiverig zijn om expliciet aandacht te geven aan last. Last wordt al snel gezien als iets negatiefs: iets dat je moet verminderen, oplossen of liever vermijden. Daarmee missen we echter waar verandering begint. Wanneer we last niet wegpoetsen, maar erkennen als een legitiem en betekenisvol signaal, kan het functioneren als een kompas in de jeugdhulpverlening. Door last centraal te houden, blijven doelen verbonden aan wat mensen daadwerkelijk raakt en voorkomt het dat hulpverlening losraakt van eigenaarschap van de hulpvrager. Op de korte termijn kan dit ongemakkelijk zijn, omdat het geen snelle oplossingen biedt. Op de langere termijn versterkt het juist autonomie en verantwoordelijkheid. Last is daarmee een motor voor duurzame verandering in de hulpverlening.

Literatuur

de Ruig, S., van Rooij, F., van Hattum, M., Bres, J., & Kuiper, C. (2025). Burden: A qualitative analysis. *Children and Youth Services Review*, 175, Article 108353. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2025.108353>