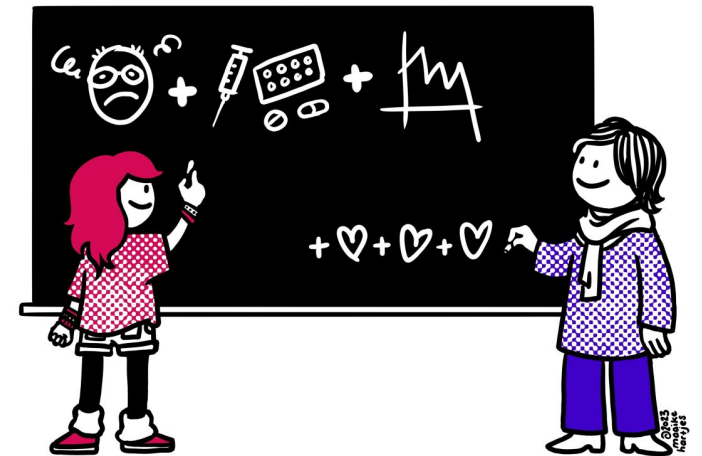


Hoe leren we op school de jonge mantelzorger ontzorgen?



Wie zijn wij



Nadenkvraag

1. Stel; je zus is opgenomen in een kliniek: met wie praat je daarover?
2. Stel; een van je ouders is ernstig ziek geworden: wat ziet men aan je op je werk? Wat heb je nodig van je werkgever?



Jonge mantelzorgers

1. Zorgen voor
2. Zorgen maken
3. Zorgen missen



Waarom aandacht voor de jonge mantelzorger op school?

In meer of mindere mate problemen bij het combineren van school- en zorgtaken;

- Minder tijd voor huiswerk, opdrachten te laat inleveren
- Slecht concentreren en snel afgeleid
- Meer verzuim (te laat komen/spijbelen)
- Slechtere schoolprestaties, doubleren, afzakken naar lager niveau
- Lagere kwaliteit van leven, groter risico op psychische/lichamelijke problemen

- Keuze voor vervolgopleiding vaak aangepast naar zorgsituatie thuis
- Studenten vaak thuiswonend en financieel afhankelijk

- Ervaren onvoldoende rekening houden met- vanuit de school. Zoeken zelf vaak geen ondersteuning

Mantelzorg beknopt bezien vanuit de ontwikkelingspsychologie

Een aantal belangrijke begrippen

- Parentificatie
- Zelfbeeld
- Hechting

Belangrijk om van te voren te benoemen

- Het zijn geen 1-op-1 relaties of directe oorzaak-gevolg relaties
- Geen oordelen, maar beschrijvingen van wat gemiddeld meer kans heeft bij deze doelgroep voor te komen
- Perspectief vanuit de wetenschappelijke literatuur & ontwikkelingspsychologische theorie, maar de praktijk is divers
- Elke situatie is anders, ieder kind en iedere ouder reageert anders

Parentificatie

- Kind neemt gedeeltelijk de rol van de ouder over
- Dit gaat vaak stapsgewijs: eerst helpen met klusjes of in het huishouden, maar het kan ook over serieuze verantwoordelijkheden gaan zoals geldbeheer of de zorg voor een jonger broertje of zusje
- De rol is dubbel voor het kind: het levert veel positieve waardering op maar is gezien vanuit de ontwikkeling niet passend als het een te grote last wordt. De grens daarin is zeker niet altijd even makkelijk zichtbaar



Zelfbeeld

- Hoe kinderen leren naar zichzelf te kijken heeft veel te maken met hoe hun omgeving op hen reageert, zeker met dat waar ze positieve waardering voor krijgen
- Voor hun rol als 'helper' binnen het gezin krijgen ze vaak veel positieve waardering. Dat is niet gek, het is ook knap als ze dit kunnen doen naast het 'gewone' opgroeien
- Echter, als dit door de drukte binnen het gezin het enige (of een van de weinige dingen) is waarvoor ze 'gezien' worden dan worden ze maar beperkt gezien voor wie ze als persoon **zijn**, in plaats van voor wat ze **doen**
- Later kan dit zorgen voor verwarring en negatieve gevoelens over zichzelf:
 - wie ben ik nu eigenlijk zonder dat 'hulp bieden', wat is eigenlijk mijn identiteit?
 - wie ziet mij voor wie ik ben, wie kent mij werkelijk?
 - ben ik goed zoals ik ben van mezelf, word ik als persoon gewaardeerd?

Hechting

- Een veilige hechting is de basis waarop elk kind zich ontwikkelt
- Centraal hierin staat de interactie tussen ouder/opvoeder en kind
- Langdurige ziekte in het gezin (kan ouder of een ander gezinslid zijn) belemmert deze interactie omdat de ouder in het algemeen minder aanwezig kan zijn, minder sensitief-responsief naar het kind toe: de situatie vraagt namelijk om meer energie en aandacht voor zichzelf of een ander gezinslid
- Een ontwikkeling de andere kant op is ook mogelijk: juist een sterkere band doordat er meer contact is vanwege de zorg voor; deze moet dan wel evenwichtig zijn, bovendien is dit niet per se hetzelfde als een goede hechtingsontwikkeling)
- Als een hechtingsrelatie zich onvoldoende ontwikkelt zet dit het kind vermoedelijk op een groter risico voor verschillende soorten ontwikkelingsproblematiek later in het leven, m.n. op sociaal-emotioneel vlak

Wat zeggen jonge mantelzorgers nodig te hebben van/op school?

- Dat leerkrachten en medeleerlingen herkennen dat een zorgsituatie thuis invloed kan hebben op school
- Erkenning voor het feit dat zij het op alle plekken goed proberen te doen en begrip dat dit soms niet lukt
- Vragen naar wat een hij/zij nodig heeft (van school)
- Samen zoeken naar ruimte voor flexibiliteit
- Soms ondersteuning binnen of buiten de school
- Adviespunt op (hoge)school

Wat zijn signalen & wat doe je ermee als
(onderwijs)professional?



Signalen

- IJverige leerling
 - Wil het graag goed doen
 - Sociaal
 - Behulpzaam
 - Veerkrachtig
 - Snel afgeleid
 - Te laat/spijbelen
 - Huiswerk niet of niet op tijd af
 - Clownesk/druk gedrag in de klas
 - Verminder(en)de prestaties
- * Blijft op school 'hangen' of gaat juist heel snel naar huis
- * Neemt geen vrienden mee naar huis

Signalen

- Hoe het op school gaat is vaak deels een uiting van de situatie thuis: bijvoorbeeld veel boos zijn en ruzie zoeken, of juist erg teruggetrokken
- Denk ook aan het volgende:
 - Ouder komt niet vaak op gesprek, in plaats daarvan een kennis/familielid
 - Kind regelt ogenschijnlijk 'kleine' dingen zoals brieven, het doorgeven van afspraken e.d.
 - Weinig of slecht contact met school (soms is er wantrouwen vanuit lange geschiedenis met hulpverlening)



Wat kun je doen als onderwijsprofessional

1. De leerling **zien**, aankaarten van de signalen. Geen vermoedens uitspreken maar vertellen wat je ziet in de klas, vragen hoe het thuis gaat, en de leerling laten vertellen
2. De juiste persoon betrekken: gedragswetenschapper, schoolarts, zorgcoördinator, studentenbegeleider, mantelzorgconsulent (!). Weten waar je moet zijn; het verschilt per school
3. Kleine aanpassingen in rooster/huiswerk/verplichtingen kan om te beginnen al een hele hoop schelen voor de leerling
4. Vergeet niet de ouders zelf betrokken te houden/contact met hen te zoeken. Focus is het welzijn van de leerling op school: dat is waar je je zorgen over maakt en waar je als school in eerste instantie invloed op kan hebben. Te direct praten over de thuissituatie schrikt ouders in het begin vaak af.
5. Bewustwording vergroten onder collega's en leerlingen

Wat kun je als consulent doen voor/met school

- Ondersteunen bij vergroten bewustwording/informereren over impact jong mantelzorgen
- Bekend maken wat jullie aan ondersteuning bieden en hoe je gevonden kan worden
- Maak gebruik van contacten die je al hebt of zoek contact met zorgcoördinator/IB-er/schoolmaatschappelijk werker of iemand met affiniteit
- Soms tijd nodig om noodzaak duidelijk te maken
- Koppelen aan een bestaand(e) les/thema
- Samen met jonge mantelzorger
- Wees duidelijk in wat jij de school te bieden hebt/wat meerwaarde is van samenwerking
- Mantelzorgagenda kan helpend zijn en werkagenda inclusief onderwijs

Wat valt op na Pilot Jonge mantelzorgvriendelijke school (bewustwordingsles)

- Docenten en leerlingen weten beter wat jong mantelzorgen inhoudt
- Docenten hebben behoefte aan praktische handvatten
- Leerlingen herkennen meestal niet zichzelf als jonge mantelzorger na gastles maar wel anderen
- Leerlingen praten niet of nauwelijks op school over thuis. Kiezen hiervoor iemand die ze vertrouwen; meestal vrienden.
- Leerlingen denken met volwassene op school te praten als die hen kan helpen/hun situatie dan beter begrijpt

Wat valt op na Pilot Jonge mantelzorgvriendelijke school

- Samenwerking met jonge mantelzorger in gastles is een pré
- Probeer niet téveel informatie in een les verwerken en maak het interactief
- Heb aandacht voor (cultuur)verschillen
- Check hoelang een lesuur duurt en pas het programma erop aan

Tips en materialen

- Presentatie gastles en voorlichting onderwijsprofessionals JMZ vriendelijke school is beschikbaar (PO, VO, MBO) inclusief suggesties voor filmpjes, interactieve oefeningen en posters. Mail naar info@jnzpro.nl
- Chill boxen MantelzorgNL (PO): [Chillbox voor kinderen op de basisschool - MantelzorgNL](#)
- Mantelzorgovereenkomst Studerende Jonge mantelzorgers: [Modelovereenkomst studerende mantelzorgers – MantelzorgNL](#)
- Alle hierboven genoemde informatie is vandaag te vinden op de kennistafels van resp. JMZ Pro, MantelzorgNL en ECIO



Tips en materialen

- Advies van jonge mantelzorgers aan het PO:
[Je kunt beter sterke kinderen bouwen, dan gebroken volwassenen repareren.docx \(jmzpro.nl\)](#)
- Advies van jonge mantelzorgers aan het VO
[Advies-VO-Klankbordgroep-JMZ-Pro.pdf \(jmzpro.nl\)](#)
- [Signaalkaart-jonge-mantelzorgers-primair-onderwijs.pdf](#)
- [signaalkaart-jonge-mantelzorgers-voortgezet.pdf](#)
- [Studeren-en-Mantelzorg-voor-studentbegeleiders_mbo.pdf](#)
- Algemene info (PO, VO en MBO): [Onderwijs | Stichting JMZ Pro](#) en [www.jongemantelzorgvriendelijkeschool.nl](#) (wordt najaar 2023 aangevuld)

Geraadpleegde bronnen

Nicolai, N. J. (2001). Hechting en psychopathologie: de reflectieve functie. *Tijdschrift voor psychiatrie*, 43(10), 705-714.

Nicolai, N. (2004). Hechting en psychopathologie: een literatuuroverzicht. *Tijdschrift voor psychiatrie*, 333-342.

Jacobs, D. (2002). Hechting en hechtingsstoornissen. *TOKK: Tijdschrift voor orthopedagogiek, kinderpsychiatrie en klinische kinderpsychologie*, 27(1), 2-16.

Ireland, M. J., & Pakenham, K. I. (2010). Youth adjustment to parental illness or disability: The role of illness characteristics, caregiving, and attachment. *Psychology, Health & Medicine*, 15(6), 632-645.

Schofield, G., & Walsh, J. (2010). Young carers-or children in need of care-decision making for children of parents with mental health problems. *Child & Fam. LQ*, 22, 223.

Bjorgvinsdottir, K., & Halldorsdottir, S. (2014). Silent, invisible and unacknowledged: experiences of young caregivers of single parents diagnosed with multiple sclerosis. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 28(1), 38-48.

Rose, H. D., & Cohen, K. (2010). The experiences of young carers: A meta-synthesis of qualitative findings. *Journal of youth studies*, 13(4), 473-487.

Boumans, N. P., & Dorant, E. (2018). A cross-sectional study on experiences of young adult carers compared to young adult noncarers: Parentification, coping and resilience. *Scandinavian journal of caring sciences*, 32(4), 1409-1417.

Geraadpleegde bronnen

- [Wat werkt bij de ondersteuning van jonge mantelzorgers? | Movisie](#)
- [Bezorgd naar school | Publicatie | Sociaal en Cultureel Planbureau \(scp.nl\)](#)
- Leestips:
- [VO-Magazine-34-artikel over jonge mantelzorgers](#)
- [Wat je kunt doen voor jouw leerling met zorgtaken | De Algemene Onderwijsbond \(aob.nl\)](#)
- ['Soms bestaat steun simpelweg uit een gesprekje' | Specials \(rijksoverheid.nl\)](#)

