

Literatuur:

Signalen van (over) belasting Jonge Mantelzorgers, versie B.O en V.O, L. Tielen, Mezzo en Ginkgo Zorgprojecten, 2009

Jong en (on)bezorgd, steun aan kinderen met een chronisch ziek of gehandicapt familielid, N. Kleverlaan, en L. Tielen, Mezzo en Chronisch zieken en Gehandicapten Raad Nederland, Nieuwegein, 2006

Ouders van de Kook, Informatie voor professionals in onderwijs, kinderopvang, jeugdhulpverlening, gezondheidszorg, verslavingszorg en welzijnswerk, Brochure Trimbos-instituut, Utrecht, 2003

Klinische les, kinderen van chronisch zieke ouders: verborgen zorgen, Hekkert en van Genderen, Huisarts en Wetenschap, 46 (6), mei-2, 2003

Jonge mantelzorgers, Factsheet Expertisecentrum Informele zorg, L. Tielen, NIZW, 2003

Checklist van Steunpunt Informele Zorg Zwolle (www.informelezorg zwolle.nl)

Signaleringswijzer van Steunpunt Informele Zorg Hengelo (www.siztwente.nl)

Colofon:

De Signalenkaart Opgroeien met Zorg - Jonge Mantelzorgers is samengesteld door CMO Flevoland, Centrum Maatschappelijke Ontwikkeling Flevoland.

De signalenkaart is mede mogelijk gemaakt door bijdragen van Mezzo, CMO Flevoland en de Provincie Flevoland.

Auteur: Annick van der Hoeven en Greet Kamminga
 Vormgeving: Eddy Pijpstra

Derde druk: Lelystad, oktober 2010



CMO Flevoland • Neringpassage 107 • 8224 JB Lelystad • 0320 - 244259 • www.cmo-flevoland.nl

Contactgegevens: (vul hier de gegevens van uw lokale mantelzorgorganisatie in)

Waarom deze signalenkaart?

Een grote groep kinderen en jongeren in Nederland groeit op in een gezin met een ouder, broer of zus die chronisch ziek of gehandicapt is of psychische, psychiatrische en/of verslavingsproblematiek heeft. Deze kinderen en jongeren lopen het risico op overbelasting of ze missen de zorg en aandacht die kinderen in hun groei en ontwikkeling nodig hebben. Wanneer de signalen van (over)belasting onopgemerkt blijven, is de kans groot dat (op latere leeftijd) problemen ontstaan, zoals problematiek op korte en lange termijn: opgroei en opvoedproblemen, lichamelijke en emotionele klachten en op latere leeftijd psychische klachten met als gevolg relatie of carrièreproblemen. Daarom is het van belang dat deze problemen vroegtijdig gesignaleerd worden.

Voor wie is de signalenkaart?

Professionals die in aanraking komen met kinderen/jongeren (tot 23 jaar) en gezinnen.

De rol van de professional

U als professional/deskundige komt vaak in aanraking met de kinderen/jongeren en het gezin. Vanwege uw deskundigheid kunt u de eerste signalen opmerken. Soms zijn ouders zich niet bewust van de invloed van het opgroeien met een ziek of beperkt gezinslid op het gezin. En vaak vragen kinderen niet om hulp, de situatie 'is er gewoon'. Echter, ontlasting en steun uit de directe omgeving van het kind, kan bescherming bieden. Evenals het inzicht in en erkenning van wat er aan de hand is met het gezinslid en welke ondersteuningsmogelijkheden er zijn. Daarom zijn kinderen en jongeren erbij gebaat als professionals om hen heen weten welke risico's kinderen en jongeren kunnen lopen als ze opgroeien in een gezin waar sprake is van zorg.

Uitleg signalenkaart

De signalenkaart kan een hulpmiddel zijn om risico's vroegtijdig in beeld te krijgen. De signalen zijn ingedeeld in leeftijdscategorieën. Deze moeten uiteraard flexibel geïnterpreteerd worden.

- Kleuterleeftijd (hier hoeft nog geen sprake te zijn van het "zorgen voor", maar deze kinderen kunnen eerder zorg te kort komen door de zorgsituatie. Vanaf de kleuterleeftijd kunnen de signalen duidelijker naar voren komen, maar we adviseren om ook in de leeftijd van 0-4 jaar hier alert op te zijn.)
- Basisschoolleeftijd (6-10 en 10-12 jaar)
- Puberleeftijd (12-16 jaar)
- Adolescentie (16-23 jaar)

Wat te doen bij het herkennen van signalen:
Balansmodel Draagkracht - Draaglast (document 2a en 2b)

Als vervolg op de signalenkaart heeft CMO Flevoland het Balansmodel Draagkracht - Draaglast, Opgroeien met Zorg ontwikkeld. Dit model biedt professionals een handvat bij het in kaart brengen van de (gezins)situatie en het inschatten van beschermende- en risicofactoren. Het biedt u de mogelijkheid om een inschatting te maken op welk vlak evenwicht in een gezin is of waar extra aandacht nodig is.

Als bijlage bij het balansmodel is een overzicht toegevoegd van ondersteunings- of doorverwijzingsmogelijkheden. (document 3)

Kleuterleeftijd 4-6 jaar

1. Geen of weinig contact met leeftijdsgenoten
2. Negatief gedrag
3. Teruggetrokken gedrag of aandacht eisend gedrag
4. Psychosomatische klachten:
 - Lichamelijke klachten, zoals buikpijn, misselijkheid, hoofdpijn en lusteloosheid, stoelgang inhouden
 - Slaapproblemen, waaronder nachtmerries en slaapwandelen
 - Eetproblemen
5. Terugval in eerder ontwikkelingsstadium
6. Angstig zijn (gevoel van onveiligheid)

Basisschoolleeftijd 6-10 jaar (onderbouw)

1. Geen of weinig contact met leeftijdsgenoten
2. Negatief gedrag, zoals ruzies met andere kinderen
3. Teruggetrokken gedrag of aandacht eisend gedrag
4. Psychosomatische klachten:
 - Lichamelijke klachten, zoals buikpijn, hoofdpijn, lusteloosheid en vermoeidheid
 - Slaapproblemen, waaronder nachtmerries en slaapwandelen
 - Eetproblemen
5. Terugval in eerder ontwikkelingsstadium
6. Angstig zijn (gevoel van onveiligheid)
7. Beginnend besef van verantwoordelijkheidsgevoel (niet passend bij de leeftijd)
8. Concentratieproblemen
9. Verstoring van sociale contacten of gebrek aan sociale contacten, zoals vriendjes of vriendinnetjes niet (meer) mee naar huis nemen
10. Leert niet voor zichzelf op te komen

Basisschoolleeftijd 10-12 jaar (bovenbouw)

11. Besef dat de situatie thuis anders is dan bij anderen
12. Toenemend verantwoordelijkheidsgevoel (niet passend bij de leeftijd)
13. Smoezen verzinnen, niet naar school willen en spijbelen
14. Zeer terug getrokken gedrag (vooral meisjes) of naar buiten gekeerd, opvallend gedrag (vooral jongens)

Puberleeftijd 12-16 jaar

1. Verstoring van sociale contacten of gebrek aan sociale contacten, bijvoorbeeld niet spontaan met vrienden op stap willen of kunnen
2. Negatief gedrag, zoals spijbelen, druk en agressief gedrag
3. Een verstoorde identiteitsontwikkeling: de eigen identiteit wordt onvoldoende ontwikkeld door het zorgen voor een ander; het eigen 'ik' wordt ondergeschikt gemaakt aan de ander (laag zelfbeeld). Jongeren herkennen eigen wensen en behoeften minder of niet meer
4. Gevolgen van stressfactoren:
 - Lichamelijke klachten, zoals buikpijn, misselijkheid, hoofdpijn en vermoeidheid
 - Psychische klachten, zoals gespannenheid, depressieve klachten en angsten
 - Concentratieproblemen
 - Slaapproblemen
5. Een toenemend verantwoordelijkheidsgevoel (parentificatie, het kind neemt de ouderrol op zich)
6. Vaker denken aan suïcide en vaker poging tot suïcide door het ervaren van mentale/ sociale dwang
7. Ontbreken of uitstellen van normale puberteitsverschijnselen.
8. Bovengemiddeld gebruik van genotsmiddelen zoals alcohol en drugs
9. Zeer teruggetrokken gedrag (vooral meisjes) of naar buiten gekeerd, opvallend gedrag (vooral jongens)

Adolescentie 16-23 jaar

1. De jongere kan niet/moeilijk voor zichzelf kiezen en eigen grenzen bewaken
2. De identiteit is onvoldoende ontwikkeld
3. Ondanks de persoonlijke competenties van de jongere loopt hij/zij vast in de studie of eerste baan of zetten hun ervaringen om in een baan in de zorg
4. Een extreem verantwoordelijkheidsgevoel (parentificatie: het kind neemt de ouderrol op zich)
5. Zich volledig afzetten tegen de mantelzorgsituatie, banden doorsnijden en 'kiezen' voor zichzelf
6. Problemen in het opbouwen en behouden van relaties
7. Verhoogd risico op psychische problemen, zoals depressie, angst of eetstoornis

Risicogroepen

- Kinderen van ouders met psychische, psychiatrische of verslavingsproblematiek
- Kinderen die tussen de tien en zestien jaar oud zijn (in deze leeftijdsfase ontstaat het besef van verantwoordelijkheidsgevoel en onderscheid van anderen)
- Kinderen die opgroeien met één ouder
- Kinderen die te maken hebben met een laag of sterk dalend gezinsinkomen
- Kinderen die een dochter of zoon van een zieke moeder zijn
- Kinderen van migranten met taalproblemen
- Kinderen die in een gezin leven waar religieuze en/of culturele bezwaren bestaan tegen het gebruik van voorzieningen

Deze groepen krijgen vaak weinig of geen hulp krijgen van anderen, binnen of buiten het gezin.