

# INFORMATIEKAART JONGE MANTELZORG

Wanneer een gezin uit balans raakt door psychische of verslavingsproblematiek van de ouder(s), kan het zo zijn dat de kinderen een mantelzorgtaak krijgen. In de zorgstandaard Zorg voor ouders met psychische en/of verslavingsproblematiek en hun (volwassen) kinderen (KOPP/KOV) wordt speciale aandacht gevraagd voor deze groep.

## 1 Begrip jonge mantelzorgers

Thuiswonende kinderen of jongeren die zorgen voor een langdurig ziek of gehandicapt familielid.



Ernstige lichamelijke chronische ziekte(n) of handicaps



Chronische psychiatrische klachten



Ernstige alcohol-, drugs-, of andere verslaving

## 2 Brus

Een broer of zus van een zorgintensief kind.



Later meer kans op burn-out, depressiviteit en angstklachten



Voelen zich alleen, niet gezien en niet gehoord



Meehelpen in verzorging, cijferen zichzelf weg

## 3 Speciale groep KOPP / KVO

Kinderen van ouders met psychiatrische- en/of verslavingsproblematiek.



Slechte thuissituatie



Geringe informatie



Gebrek aan geruststelling en steun



Verhoogd risico emotionele- en gedragsproblemen

## 4 Aantallen

1,2 mln. 577.000 250.000 - 400.000



Jongeren onder de 25 jaar met een ouder met psychiatrische diagnose



Kinderen onder de 18 jaar met tenminste één ouder met een psychische aandoening of verslaving



Kinderen en jongeren met een chronisch zieke of gehandicapte broer of zus jonger dan 25 jaar

## 5 Wat doet een jonge mantelzorgers?

Jonge mantelzorgers kunnen de meest uiteenlopende taken en verantwoordelijkheden hebben.



Huishoudelijk werk



Persoonlijke verzorging van het zieke gezinslid



Zorgen voor andere kinderen in het gezin



Zaken buitenshuis regelen



Emotionele steun

## 6 Wat doet het met je?

De ontwikkeling van jonge mantelzorgers kan op verschillende manieren gestagneerd worden.



Praktisch



Psychisch



Fysiek



Relationeel



Sociaal

## 7 Overbelasting

Bij jonge mantelzorgers die overbelast zijn of dreigen te raken is vaak sprake van:



Vermoeidheid, concentratieproblemen en schoolverzuim



Teruggetrokken gedrag en isolement



Externaliserend gedrag



Psychosomatische klachten

## 8 Risico's



Kind zorgt en denkt voor de ander



Angst door onveilige thuissituatie



Negatief zelfbeeld



Weinig zekerheden, onvoorziene situaties

## 9 Positieve gevolgen



Superkid



Compassie



Zelfstandig



Geduld

De zorgstandaard Zorg voor ouders met psychische en/of verslavingsproblematiek en hun (volwassen) kinderen (KOPP/KOV) is terug te vinden op [ggzstandaarden.nl](http://ggzstandaarden.nl)

De informatiekaart is gemaakt door Jolanda Groen, mantelzorg- en kindercoach. Contactgegevens: [jmraatgever@kpnmail.nl](mailto:jmraatgever@kpnmail.nl), tel: 0624384329.

Ontwerp kaart door Camiel Derkx, [camielderkx.com](http://camielderkx.com)

**Akwa**  
**GGZ** Alliantie kwaliteit  
Geestelijke  
Gezondheidszorg