

MINI-WORKSHOP

CARE FOR YOUTH



- positiviteit
- activatie
- verandering

Huisregels:

- Hand opsteken voor vragen
- Elkaar laten uitpraten
- Respecteer elkaar & elkaars verhalen

Programma!

- Inchecken!
- Wat is een jonge mantelzorgger?
- Opdracht!
- Vind de juiste weg naar een instantie!

ALS JE MI ECHT KENDE
DAN WEET JE DAT...

Jonge mantelzorgers?

- iemand van 0 tot 25 jaar
- opgroeien met een zieke familielid
- kan door lichamelijke, verstandelijke of psychische ziekte of verslaving.

Typerend voor JMZ:

- Verborgene zorgen
- Vragen zelden om hulp
- Zichzelf wegcijferen
- Ontevredener over het leven
- Signalering laat
- stress
- concentratie problemen

Noodzaak tot Balans!

Gevolgen:

- Hechtere familiebanden
- Verhoogde veerkracht
- Verhoogd sociaal gedrag
- Zelfstandigheid

Gevolgen:

- Internaliserend: isoleren, schuldig voelen, zorgen maken, angsten, jezelf vergeten
- Externaliserend: agressief, overactief, delinquent gedrag
- Parentificatie: een voortdurende rolomkering. JMZ zijn eindverantwoordelijk en doen daarmee taken die normaal gesproken horen bij de ouder.



WAT IS JE HET MEEST BIJ
GEBLEVEN?...

- positiviteit
- activatie
- verandering