



# Mantelzorg & studie

## Toolkit voor studentbegeleiders

Rianne Hanning en Jamielee Que Siam

8 februari 2020

# Studenten en mantelzorg

1 op 5 jongeren zorgt voor een familielid, partner, vriend of kennis vanwege zijn of haar gezondheidsproblemen

Deze studenten:

- hebben extra zorgtaken (van emotionele en praktische aard)
- maken zich vaker zorgen (over de ander en over de eigen toekomst)
- blijven langer thuis wonen en beginnen eigenlijk niet aan hun eigen volwassen leven



[www.menti.com](https://www.menti.com)



Vraag: Welke knelpunten kunnen studenten hebben als zij hun opleiding combineren met zorg voor een naaste?



# Studenten en mantelzorg

Risico op:

- lagere studieresultaten
- lager studietempo
- meer afwezigheid
- minder tijd voor extra curriculaire activiteiten
- stoppen met de studie
- lichamelijke klachten (zoals uitputting en algehele slechte gezondheid)
- psychische klachten (zoals depressieve klachten en angst)
- moeilijkheden bij aangaan en onderhouden van sociale contacten

Let op: ook positieve gevolgen!!



# Studenten, mantelzorg en corona

*Uit landelijke peiling onder jonge mantelzorgers:*

- *71% ervaart een (veel) grotere emotionele belasting en maakt zich meer zorgen*
- *56% heeft meer (zorg)taken dan voor Corona*
- *40% mist zorg en aandacht voor zichzelf.*

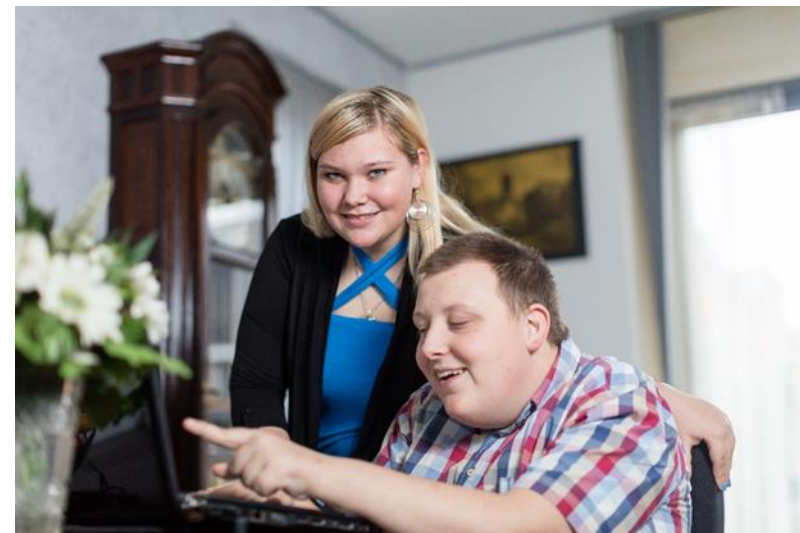
*“Soms voel ik me zelf de maatschappelijk werker van mijn ouders! Ook al is het boodschappen doen en koken minder geworden, het is er thuis niet veel leuker of beter op geworden. Zo zijn er meer ruzies, gaat de gezondheid van mijn moeder slechter en heeft mijn zusje veel last van haar autisme.”*

*Jongemantelzorger, 21jaar*



# Studenten, mantelzorg en corona

- Veel meer thuis
  - *soms voordelig*
  - *vaak zwaarder*
- Bang om kwetsbare naaste te besmetten
- Minder contact tussen student en begeleider
- Gaan straks, als er wel weer wat mag, later beginnen



# Conclusie:

- Mantelzorgende studenten hebben ook nu (of juist nu) ondersteuning nodig
- En zij hebben, ook als er geen corona meer is, ondersteuning nodig bij het succesvol afronden van hun opleiding





# De ervaringen van Jemielee





# Toolkit voor studentbegeleiders



- **Waarom?**

- Vervolg op onze toolkits basisonderwijs en voortgezet onderwijs (2019)
- Uit onderzoek komt:
  - combinatie van studie en zorgen komt steeds vaker voor
  - gemiddeld lagere cijfers, lager studietempo en vaker gezondheidsproblemen
  - deze studenten trekken pas heel laat aan de bel

- **Hoe ontwikkeld?**

- Brownpapersessie met verschillende HBO's, universiteiten
- Meelezers uit de praktijk (ook studenten)

- **Eindresultaat beschikbaar op**

[www.mantelzorg.nl/onderwijs](http://www.mantelzorg.nl/onderwijs) en

<https://mantelzorg.nl/pagina/voor-professionals/week-van-de-jonge-mantelzorger/toolkit-voor-studentbegeleiders>



# Toolkit voor studentbegeleiders



Rick Kwekkeboom, lector Langdurige zorg & Ondersteuning  
jonge mantelzorg en studie



*“De studenten stuiten op onbegrip. Docenten realiseren zich niet dat mantelzorg niet alleen een zaak is van vrouwen van middelbare leeftijd, die zorgen voor hun ouders of schoonouders. Maar dat ook jongeren mantelzorger kunnen zijn.”*

[www.menti.com](https://www.menti.com)

Stelling: Mijn onderwijsinstelling heeft voldoende aandacht voor studenten met mantelzorgtaken



# Rondleiding in de toolkit

- Verschillende onderdelen
  - Info voor studentbegeleiders
  - Voorbeeldtekst voor studenten
  - Kennismakingskaartjes
  - Flyer en posters
  - Achtergrondinformatie
  - Ervaringsverhalen en - filmpjes
  - Goede voorbeelden
  - E-learning

*Ook Engelse vertalingen beschikbaar*





# ! Nieuw Blended learning !

- Binnen je onderwijsinstelling samen aan de slag met het onderwerp mantelzorg
- Combinatie van online startbijeenkomst (1,5 uur), e-learning (1,5 uur), fysieke bijeenkomst (3 uur) en online intervisie (1,5 uur)
- Resultaat:
  - Eigen kennis en vaardigheden vergroten waardoor je eerder en beter studenten met mantelzorgtaken kunt ondersteunen op individueel niveau
  - Vergroten bewustwording studenten en collega's
  - Gezamenlijk nagaan wat er al goed gaat en wat er beter kan
  - plan van aanpak hoe de ondersteuning aan deze doelgroep verbeterd kan worden.

**45 min** STUDENT MET MANTELZORG TAKEN  
Toekomstdroom

**20** STAP 1: WAT KAN EEN STUDENT MET MANTELZORG TAKEN HELPEN OM DE OPLEIDING SUCCESVOL AF TE RONDEN?  
Bereid je voor op wat een student, die de opleiding combineert met zorgtaken, kan helpen om de opleiding succesvol af te ronden. Als alles kan en elke dag. Schrijf alle ideeën die je hebt op.  
Dit kan: ondersteuning, voorwerpen en afgelegen op andere manier, maar ook een bewustwording, informatieverzekering en communicatie.

**10** STAP 2: WAT DOEN JULIE AL?  
Wat kan je doen om de positieve maar ook de negatieve impact van het hebben van een mantelzorgtaak te beperken?

**10** STAP 3: BESPREKEN  
Hoe krijgen jullie dit? Hoe kunnen we mantelzorgende studenten eerder en beter ondersteunen?

**5** STAP 4: TOEKOMSTDROOM INGEKLEURD  
Neem de taken van STAP 3 over op de derde poster (zie ook de andere posters).

MantelzorgNL  
Helpt jou helpen

Bewustwording  
Communicatie  
Informatieverstrekking  
Individuele ondersteuning

**50 min** STUDENT MET MANTELZORG TAKEN  
Houdt de draad vast

**20** STAP 1: ROLSPLEELIJN  
Hoe kun je je rol spelen in het proces van het ondersteunen van mantelzorgende studenten? Hoe kun je je rol spelen in het proces van het ondersteunen van mantelzorgende studenten? Hoe kun je je rol spelen in het proces van het ondersteunen van mantelzorgende studenten?

**15** STAP 2: ROLSPLEELIJN  
Hoe kun je je rol spelen in het proces van het ondersteunen van mantelzorgende studenten? Hoe kun je je rol spelen in het proces van het ondersteunen van mantelzorgende studenten? Hoe kun je je rol spelen in het proces van het ondersteunen van mantelzorgende studenten?

**15** STAP 3: ACTIEPLAN  
Hoe kun je je rol spelen in het proces van het ondersteunen van mantelzorgende studenten? Hoe kun je je rol spelen in het proces van het ondersteunen van mantelzorgende studenten? Hoe kun je je rol spelen in het proces van het ondersteunen van mantelzorgende studenten?

MantelzorgNL  
Helpt jou helpen

Bewustwording  
Communicatie  
Informatieverstrekking

**30 min** STUDENT MET MANTELZORG TAKEN  
Actieplan

**Actieplan**  
Julie hebben op basis van de eerste resultaten van de eerste bijeenkomst een actieplan opgesteld om de ondersteuning van studenten met mantelzorgtaken te verbeteren. Het is belangrijk dat je dit plan uitvoert en de voortgang hiervan rapporteert.

**Wie moeten er betrokken worden om dit te bereiken? Wie van de aanwezigen gaat dit aanpak? Wanneer?**

Ondersteuning of voorzorgingen voor student	Antwoord	Wie betrokken	Aanpak	Wanneer

**Informatieverstrekking aan studenten of collega's**

Antwoord	Wie betrokken	Aanpak	Wanneer

**Bewustwording studenten of collega's**

Antwoord	Wie betrokken	Aanpak	Wanneer

**Communicatie**

Antwoord	Wie betrokken	Aanpak	Wanneer

**ACTIEPUNTEN OM STUDENTEN MET MANTELZORG TAKEN EERDER EN BETER TE ONDERSTEUNEN**

MantelzorgNL  
Helpt jou helpen



# Bedankt voor jullie aandacht



Nog vragen, tips of ideeën?

[r.hanning@mantelzorg.nl](mailto:r.hanning@mantelzorg.nl)

Succes!

