

Signalen van (over)belasting Jonge Mantelzorgers – Versie voortgezet onderwijs

Wanneer de signalen van (over)belasting onopgemerkt blijven, is de kans groot dat op latere leeftijd ernstige problemen ontstaan, zoals voortijdig schoolverlaten, relatieproblemen, verslavingsproblematiek en depressiviteit. Daarom is het van groot belang alert te zijn op de eerste signalen van belasting of ontregeling bij deze kinderen:

- problemen op school, zoals concentratieproblemen, negatief gedrag en ruzies met andere jongeren, smoezen verzinnen, niet naar school willen en spijbelen;
- verstoring van sociale contacten of gebrek aan sociale contacten,
- bijvoorbeeld niet spontaan met vrienden op stap kunnen
- slaapproblemen, waaronder nachtmerries en slaapwandelen;
- eetproblemen, zoals teveel of te weinig eten;
- depressief en angstig zijn
- laag zelfbeeld, problemen met identiteit;
- lichamelijke klachten, zoals buikpijn, hoofdpijn en lusteloosheid;
- terugval in eerder ontwikkelingsstadium, zoals zich extreem afzetten tegen ouders;
- zorgelijk gebruik van genotsmiddelen als alcohol en drugs;
- vaker denken aan suïcide en vaker suïcidepogingen;
- extreem groot verantwoordelijkheidsgevoel en te volwassen gedrag.

Extra aandacht verdienen jongeren – vooral allochtone meisjes op het VMBO – die zeer teruggetrokken zijn en juist een groot verantwoordelijkheidsbesef vertonen (naar binnen gekeerd gedrag). Jongens hebben eerder de neiging zich juist opvallend te gaan gedragen (naar buiten gekeerd gedrag).

Mezzo en Ginkgo Zorgprojecten - 2009