

“Het gaat niet alleen om de *zorgtaken*, maar juist om het zorgen maken’.

Kinderen van Ouders met Psychische Problemen (KOPP) en Kinderen van Ouders met een Verslaving (KOV) zijn jonge mantelzorgers. Niet alleen nemen zij in huis taken over, ook maken zij zich vaak enorm veel zorgen om hun vader of moeder. En vooral voor dat laatste punt vraagt Eveline Vermeeren graag aandacht.

Eveline, psycholoog en preventiemedewerker bij Ypse vertelt:

“We zetten ons in voor kinderen van ouders met psychiatrische klachten of een verslaving. We vinden het belangrijk dat zij over hun thuissituatie kunnen praten en dat ze zich gehoord voelen. Door in groepen ervaringen te delen, kunnen we ze handreikingen geven en laten zien dat ze niet alleen staan.”

Het is niet vanzelfsprekend dat kinderen naar deze KOPP/KOV groepen toe gaan. Eveline legt uit: “Vanuit ouders is er vaak angst dat kinderen uit huis worden geplaatst. En kinderen zijn vanuit loyaliteit angstig om over de thuissituatie te praten. Daarom vragen we waar de kinderen bij zijn aan de ouders om toestemming te geven. Zo voelt het kind dat de weg vrij is.”

Rolomkering ouder - kind

Kinderen in deze situatie nemen thuis vaak zorgtaken over. Dat maakt ze een mantelzorger. Een groter gevaar vindt Eveline echter het zorgen maken, het emotionele aspect: “Wat ik zie, is dat kinderen die zo opgroeien echt in de knel zitten. Zeker jonge kinderen hebben de neiging om de schuld bij zichzelf te zoeken. ‘Als ik maar heel lief en aardig doe of heel erg mijn best doe op school, wordt papa of mama misschien beter.’ Maar ook piekeren: ‘hoe is papa of mama als ik na school thuiskom’. Deze kinderen maken zich echt heel erg zorgen en dat weegt zwaar. Net als in de zorgtaken zie je daar ook een rolomkering tussen ouder en kind.”

Oproep voor professionals

Professionals die deze ouders als cliënt hebben, kunnen zeker ook iets voor de kinderen betekenen. Eveline: “Als er iemand in een gezin psychische problemen heeft, werkt dat op het hele gezin door. We horen vaak dat kinderen zich niet gezien voelen. En daar kunnen professionals een belangrijke rol in spelen. Natuurlijk hoeven ze niet van alles met dat kind te doen, dat kan ook niet, maar er even aandacht voor hebben is al voldoende. Een aai over de bol, een knipoog, even kijken naar de tekening die is gemaakt, een korte vraag stellen. Zo voelen kinderen zich gezien.”

Ervaringsgroepen

Ken of ben jij een jonge mantelzorger die in deze situatie zit? Er starten regelmatig nieuwe ervaringsgroepen. Kijk hier voor meer informatie: [KOPP/KOV-groepen – Ypse](#)

Ook zijn er chillmiddagen voor jonge mantelzorgers in Cuijk, bij Cyou. In 2022 is dit op 18 maart, 17 juni, 16 september en 25 november.

