

# WHO CARES?



Deze lesbrief en film zijn ontwikkeld door:

**Centrum 16 • 22**

Zelf • Bewust • Samen • Leven

Met de les 'Who Cares' besteed je aandacht aan mantelzorg onder jongeren. Je studenten komen te weten wat mantelzorg is en of het hen betreft. Het onderwerp mantelzorg is een goede aanleiding om elkaar als klas beter te leren kennen en verschillen en overeenkomsten in de thuissituatie te ontdekken. Op deze manier gaat de les over iedereen in de klas.

Het 'Who Cares?'-project sluit aan bij de MBO-kerndoelen 35 en 42 vastgesteld door het Ministerie OCW. Deze les past goed bij algemene studieloopbaan lessen en lesuren burgerschap.

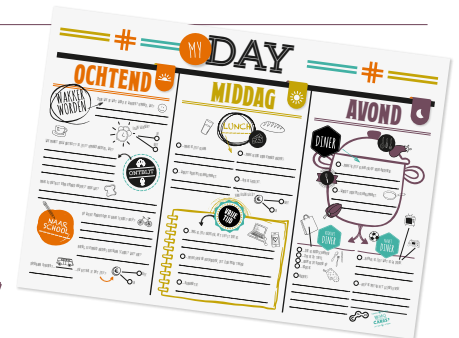
Tijdsduur van de les; minimaal 50 minuten, maximaal 65 minuten.

## DOELEN

- Studenten weten wat mantelzorg is.
- Studenten krijgen inzicht in de taken die zij hebben in hun privéleven en die van hun klasgenoten.
- Studenten erkennen dat er verschillen en overeenkomsten zijn in het privéleven van zichzelf en hun klasgenoten.
- Studenten erkennen de pijnpunten in het leven van jonge mantelzorgers en van hun zorgende klasgenoten.
- Studenten kunnen persoonlijke en/of gevoelige onderwerpen met elkaar delen en bespreken.

## BENODIGDHEDEN

- Deze lesbrief
- Smartboard / Afspeelmogelijkheid video
- My day-werkblad, 1 per deelnemer



## INTRODUCTIE

1 MIN

*In deze les gaan wij kijken naar het onderwerp 'mantelzorg'; hoe en of de studenten daar mee te maken hebben. We onderzoeken jouw sociaal leven; wie heb je om je heen en met wie heb je rekening te houden? Welke verantwoordelijkheden heb je thuis en in de rest van je leven? En we kijken naar de verschillen in de klas.*

## BORDOPDRACHT OF DIGITALE MINDMAP

5-10 MIN

### DOEL

- Studenten associëren op het onderwerp mantelzorg, wat zij ervan weten en welke onderwerpen met mantelzorg te maken hebben.

### WERKWIJZE

- Schrijf mantelzorg op het bord en prikkel de studenten zo breed mogelijk te associëren: de verschillende praktische onderdelen, gevoelens en voorbeelden uit hun eigen omgeving. Denk aan termen als; hulp, familie, burens, opvoeden, gehandicapt, hulpverlening, altijd, soms, onbetaald, vrijwillig, verantwoordelijkheid, liefde, zorgen hebben over, huishouden (verschillende voorbeelden), administratie, regels, etcetera.

Om zoveel mogelijk associaties uit studenten zelf te krijgen, ook als zij geen idee hebben wat mantelzorg is, zijn dit stimulerende vragen;

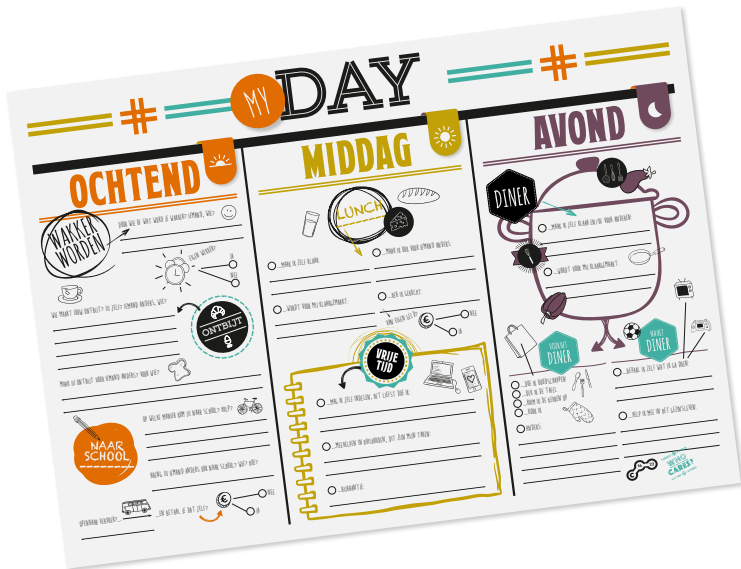
- Op welke manier kun je voor iemand zorgen, wat doe je dan, waar bestaat dat uit?
- Welke ziektes komen veel voor?
- Welke ziektes zijn psychisch en welke lichamelijk? Kun je voorbeelden geven van beide?
- Wat is het verschil tussen tijdelijke en chronische ziektes? Welke voorbeelden ken je uit je omgeving?
- Wat zouden de gevolgen voor jonge mantelzorgers kunnen zijn?
- Discussieer over het feit of het nou echt vrijwillig is of een keuze is.

### Afsluiting

Weten jullie nu wat mantelzorg is? Laat studenten voorbeelden geven.

## WERKBLAD MY DAY

20-35  
MIN



### DOEL

- Studenten erkennen dat er verschillen en overeenkomsten zijn in het privéleven van zichzelf en hun klasgenoten.

### WERKWIJZE

- Laat het werkblad zien en vertel dat zij gaan invullen hoe zij een gemiddelde doordeweekse dag doorbrengen. Alle dingen die regelmatig voor komen, vullen ze in 10 minuten, in volledige stilte, in. Zo worden ze niet beïnvloed door anderen en geven zij een realistische weergave van hoe hun dag/week er gemiddeld uitziet. Vertel hen dat de opdracht over hun eigen leven gaat en dat er straks genoeg ruimte is om uit te wisselen. Loop langs om vragen te beantwoorden en stimuleer hen zo uitgebreid mogelijk antwoord te geven.
- Bespreek het werkblad na op overeenkomsten en verschillen en bepaal gezamenlijk wat mantelzorgtaken zouden kunnen zijn:
  - Wat zijn je huishoudelijke taken? Wie heeft het idee dat je veel doet en wie denkt er dat je weinig doet voor anderen

binnen jouw gezin? Hoe komt dit en waarom ligt dit bij iedereen zo anders?

- Heb je broertjes en zusjes? Help je hen met bijvoorbeeld huiswerk, ontbijt maken of naar bed brengen? Wat is jouw positie binnen het gezin (oudste, middelste, etcetera)? Hierbinnen zou ook een gesprek kunnen ontstaan over scheiding en/of samengestelde gezinnen. Is er verschil bij je vader of moeder?
- Heb je een huisdier? Wat zijn de dingen die je moet doen voor je huisdier? Uitlaten/voeren?
- Krijg je zakgeld? Wat doe je hiermee? Wie verdient er eigen geld? Wat heb je voor een bijbaantje? Mag je zelf weten waar je dat geld aan besteedt?

### Aandachtspunten

Vraag hen of zij het overkoepelende thema van het My Day-werkblad zien: wat doe je voor jezelf, voor een ander en wat doen anderen voor jou?

Is de klas te groot of hebben zij grote moeilijkheden naar elkaar te luisteren, laat hen dan in groepjes nabespreken.

### Extra werkvorm n.a.v. My Day

#### Wie is het? Van wie is dit werkblad?

Haal alle werkbladen op. Schud ze door elkaar, kies er 1 uit en lees de antwoorden van het werkblad voor. Laat de klas raden van welke klasgenoot de antwoorden komen.

## FILM KIJKEN 'CHRIS'

15-20  
MIN

### DOEL

- De studenten erkennen de pijnpunten in het leven van jonge mantelzorgers en van hun klasgenoten.

### Introductie

Om studenten verder te informeren over jonge mantelzorgers kijken jullie eerst naar **deze korte informatieve animatie**. (<https://www.youtube.com/watch?v=bCuGM05dwhs>)

### Film kijken

De studenten gaan kijken naar Chris zijn leven. Hij zit in 4havo en heeft een hulpbehoevende broer.

De kijkopdrachten voor de studenten zijn;

- Hoe ziet Chris zijn leven eruit?
- Wat doet Chris voor zijn broer?
- Wat vind jij daarvan of voel jij daarbij?



<https://vimeo.com/190713693> (wachtwoord: renske)

**Nabespreken film**

Vragen voor het nabespreken van de film:

- Wat heb je gezien?
- Wat vind je van het leven van de hoofdpersoon?
- Wat is je het meest opgevallen?
- Wat zou jij doen als je in de situatie van Chris zat?
- Vinden jullie het knap wat Chris doet? Waarom wel/waarom niet?
- Wat zijn de effecten van het mantelzorgen op Chris zijn leven?
- Kennen jullie jongeren die mantelzorgen? Wat weet je van zijn of haar situatie?

Thema's die nog naar voren kunnen komen en besproken kunnen worden: schuldgevoel, schoolprestaties, burn-out, zelfstandigheid en op kamers willen gaan.

**Afsluiting**

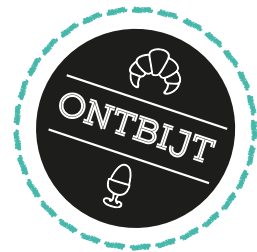
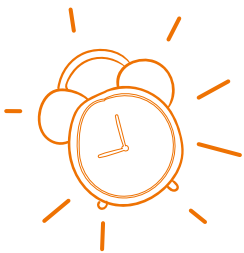
Loop met hen de doelen na; zijn deze behaald? Wat hebben zij geleerd over mantelzorg? En over jonge mantelzorgers in het bijzonder?

Wat doe je als een student zichzelf, of jij als docent een student, herkent als jonge mantelzorger?

Spoor de student aan dit kenbaar te maken bij jou, schoolmaatschappelijk werk en/of zorgcoördinator. Het is belangrijk dat de opleiding op de hoogte is van de zorgsituatie van de student. Zo kan er meer begrip zijn en evt. hulp/maatwerk voor de student worden aangeboden.

Voor advies en ondersteuning kunnen zij ook terecht bij MantelzorgNL; de landelijke vereniging voor iedereen die zorgt voor een naaste.

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



#  
**WHO CARES?**  
#