

Jouw ervaring als jonge mantelzorger telt!

Jongeren onder de 24 jaar die opgroeien met iemand in hun directe omgeving met een chronische ziekte, beperking, psychische kwetsbaarheid of verslaving worden beschouwd als jonge mantelzorgers. Dit betekent dat je rekening houdt met hun situatie, je je zorgen maakt over thuis of dat je plannen soms moeten wijken. Je hoeft niet per se intensief te zorgen voor een dierbare om toch een jonge mantelzorger te zijn (JMZ Pro, z.d.). Ongeveer één op de vier jongeren tussen de 16 en 24 jaar groeit op als jonge mantelzorger. Onder studenten is er dus al veel ervaring als informele zorgverlener aanwezig. Het is belangrijk hoe zij deze ervaring in het werk kunnen gebruiken (Kennis Informele Zorg, z.d.).

Volgens het Nederlands Jeugdinstituut (z.d) maken professionals een uitdagende persoonlijke en professionele ontwikkeling door als ze hun ervaringskennis bewust gaan inzetten. Het betekent dat zij moeten leren reflecteren op hun eigen verhaal, grenzen moeten bewaken en moeten afwegen wat passend is om te delen. Deze ontwikkeling vraagt tijd, reflectie en moed.

Als student in het sociaal domein kun je die ervaring meenemen in je vak. Maar hoe doe je dat op een bewuste en professionele manier? En wanneer zet je het in of juist niet? Op deze pagina vind je inspiratie, tips en praktijkvoorbeelden die je daarbij helpen. De 7 voorbeelden hieronder zijn speciaal geschreven voor studenten in het sociaal domein die jonge mantelzorger zijn of waren.

1. Zelfzorg

Wat hiermee bedoeld wordt:

Als (voormalig) jonge mantelzorger ben je misschien gewend om vooral voor anderen te zorgen. Die ervaring neem je mee in de opleiding en het werk, maar in het sociaal domein is het essentieel dat je ook goed voor jezelf zorgt. Zelfzorg betekent niet egoïstisch zijn. Het betekent grenzen kennen, signalen van stress herkennen en tijdig bijtanken. Want alleen als jij in balans bent, kun je er echt zijn voor een ander. Zelfzorg hoort bij professioneel handelen. Het helpt je om bewust om te gaan met wat jouw ervaring met je doet, zodat je kunt blijven luisteren, afstemmen en handelen vanuit jouw ervaring.

Mogelijke situatie:

Je werkt bij een organisatie en krijgt te maken met een gezin waarin een jongere veel zorgtaken op zich neemt. Het verhaal raakt je; je herkent veel vanuit de situatie. Je merkt dat je in de avond blijft piekeren; je wil nog meer voor de jongen doen en voelt je uitgeput. Maar je zegt er niets over tegen anderen, want 'anderen hebben het ook druk'.

Wat gebeurt hier?

Je raakt emotioneel betrokken, omdat je oude ervaringen worden getriggerd. Je reageert

vanuit een vertrouwd patroon: verantwoordelijkheid nemen, zorgen, blijven doorgaan. Je negeert mogelijk de signalen van je eigen stress of vermoeidheid. Zonder het te merken raak je uit balans, wat ten koste kan gaan van je welzijn en van de kwaliteit van je begeleiding.

Hoe zet je jouw kracht hierin goed in?

- Herken je grenzen: leer de signalen van overbelasting bij jezelf kennen. Vermoeidheid, irritatie, piekeren of moeite met loslaten zijn waarschuwingssignalen.
- Plan momenten voor zelfzorg. Neem bewust pauzes, reflecteer, doe iets wat je energie geeft. Dit zorgt ervoor dat je veerkrachtig blijft en professioneel kunt blijven handelen, ook in emotioneel beladen situaties.
- Deel je gevoelens met anderen. Bespreek wat je raakt in intervisie, bij je stagebegeleider of mentor. Professioneel zijn is ook je kwetsbaarheid kunnen delen.
- Gebruik je ervaring als kracht, niet als drijfveer om jezelf voorbij te lopen.
- Wees mild voor jezelf, je mag geraakt worden en je hoeft het niet perfect te doen.

Hulpmiddelen

- Het *Hoofd-Hart-Handen-model* helpt je om balans te creëren tussen denken, voelen en doen. Je kunt dit model gebruiken om jezelf weer in evenwicht te brengen. Door bewust stil te staan bij wat je denkt, voelt en doet, krijg je meer grip op hoe jouw ervaring invloed heeft op jouw professionele handelen. Lees meer via: <https://www.desteven.nl/persoonlijke-ontwikkeling/autonomie/hoofd-hart-handen>
- Maak een *persoonlijk zorgplan*. Een persoonlijk plan maakt zichtbaar wat jij nodig hebt om goed voor jezelf te zorgen. Door vooraf te bedenken wat voor jou werkt, vergroot je je veerkracht en voorkom je overbelasting. Het plan helpt je mogelijk ook waar je dreigt terug te vallen in oude patronen. Lees hier meer: <https://www.femma.be/nl/hoe-maak-je-een-zelfzorgplan>

2. Jouw kwaliteiten bewust inzetten

Wat hiermee bedoeld wordt:

Je hebt door je ervaring als jonge mantelzorger veel kwaliteiten ontwikkeld, zoals zorgzaamheid, alertheid en een sterk invoelend vermogen. Het is belangrijk dat je deze kwaliteiten niet alleen herkent, maar ze ook bewust en professioneel inzet in je werk of stage. Soms kan het lastig zijn om precies te weten hoe je deze kwaliteiten het beste toepast.

Mogelijke situatie:

Je merkt dat mensen om je heen jouw zorgzaamheid of alertheid waarderen en benoemen. Je wilt deze kwaliteiten inzetten in de praktijk, bijvoorbeeld tijdens gesprekken met cliënten of het samenwerken met collega's. Maar je weet nog niet precies hoe je dat professioneel doet.

Wat gebeurt hier?

Je hebt een waardevolle kwaliteit, maar je voelt je onzeker over de manier waarop je die kan gebruiken. Misschien twijfel je of je er te veel mee doet, of juist te weinig. Dit kan ervoor zorgen dat je kansen mist om jouw kracht goed in te zetten of dat je juist over je grenzen gaat.

Hoe zet je jouw kracht hierin goed in?

- Neem de tijd om jouw kwaliteiten bewust te herkennen en te benoemen. Denk bijvoorbeeld aan de vragen: *ik ben goed in...*, *Andere waarderen dat ik...*, *In moeilijke momenten blijf ik...*, *Ik wil deze kracht vaker bewust inzetten...*
- Praat hierover met je stagebegeleider of collega's. Zij kunnen je helpen om te bepalen wanneer en hoe je deze kwaliteit het beste gebruikt.
- Reflecteer regelmatig op je ervaringen met behulp van reflectiemodellen, zo krijg je meer inzicht in wat goed werkt en waar je nog kunt groeien
- Wees niet bang om feedback te vragen over hoe jij je kwaliteiten inzet.

Hulpmiddelen

- Maak gebruik van reflectiemodellen zoals *STARR* of *Korthagen* om situaties te analyseren waarin je jouw kwaliteiten hebt ingezet.

3. Signalen herkennen

Wat hiermee bedoeld wordt:

Als je zelf jonge mantelzorger bent of geweest, heb je vaak een verfijnd gevoel ontwikkeld voor gedrag of signalen die anderen misschien niet direct opvallen. Die ervaringskennis geeft je een voorsprong in het maken van echt contact en het stellen van de juiste vragen.

Mogelijke situatie:

Tijdens je werk bij het wijkteam valt je iets op tijdens een intakegesprek met een moeder die kampt met een depressie. Haar 15-jarige dochter zit erbij, lijkt stil, beleefd en zegt steeds "alles gaat goed". Maar jij merkt subtiele dingen op, ze checkt constant haar moeders stemming, is alert, en zegt dingen als "ik zorg dat ze haar medicatie op tijd neemt".

Wat gebeurt hier?

Je collega gaat door op de hulpvraag van de moeder, maar jij voelt intuïtief aan dat hier meer aan de hand is.

Hoe zet je jouw kracht hierin goed in?

- Je deelt je observaties en zorgen met collega's en zoekt samen naar passende ondersteuning en vervolgstappen.
- Het kan relevant zijn om bij collega's een check te doen, omdat jouw ervaring het interpreteren van signalen erg kan kleuren. Dit kan helpen om het echt een kwaliteit te laten zijn en de valkuilen hiervan te beperken.

Hulpmiddelen

Observatielijsten en signaleringsinstrumenten. Deze hulpmiddelen helpen je om je intuïtieve observaties objectief te onderbouwen. Binnen veel organisaties en praktijkplekken wordt al gewerkt met specifieke observatie- of signaleringsinstrumenten. Heb je daar op dit moment geen toegang tot, neem dan een kijkje op de website:

https://www.nji.nl/zoeken?keyword=&f%5B0%5D=entity_filter_bundle%3Ainstrument Let op: welk instrument geschikt is hangt af van de doelgroep.

4. Oplossingsgericht werken

Wat hiermee bedoeld wordt:

Als (voormalig) jonge mantelzorger ben je waarschijnlijk gewend om voortdurend alert te zijn, problemen op te lossen en verantwoordelijkheid te nemen. Deze ervaring heeft je waarschijnlijk een sterk oplossingsgericht vermogen gegeven, dat is een kracht. Jonge mantelzorgers leren omgaan met complexe thuissituaties en het anticiperen op onverwachte veranderingen, wat hun probleemoplossend vermogen en flexibiliteit versterkt (Vilans, 2024). Je weet hoe zwaar het is om jonge mantelzorger te zijn en wil graag helpen, daardoor wil je soms te snel met oplossingen komen. In de hulpverlening heeft iemand niet altijd direct behoefte aan een oplossing.

Mogelijke situatie:

Situatie 1: Je werkt bij een welzijnsorganisatie en spreekt met een kind dat veel zorgen heeft over zijn thuissituatie. Het kind heeft zijn verhaal gedeeld en vraagt nu samen te kijken naar mogelijke oplossingen. Vanuit jouw eigen ervaring herken je zijn situatie en beseft je dat het belangrijk is om eerst samen te verkennen wat hij belangrijk vindt en wat bij hem past.

Situatie 2: Een jongere vertelt dat ze het moeilijk vindt om de zorg voor haar broertje te combineren met school. Je herkent haar gevoel direct en begrijpt haar zorgen goed. Vanuit je eigen ervaring denk je meteen aan oplossingen, zoals het inschakelen van haar mentor of het aanpassen van haar schooltaken. Maar beseft je niet direct dat zij misschien eerst gewoon gehoord wil worden, zonder meteen naar een oplossing te gaan.

Wat gebeurt hier?

Situatie 1: Je maakt gebruik van jouw probleemoplossend vermogen en gaat aan de slag. Je herkent de situatie, maar je beseft dat wat jou in het verleden hielp, niet automatisch voor de ander werkt. In plaats van direct jouw oplossingen aan te dragen, focus je op de behoefte van het kind.

Situatie 2: Je herkent het probleem en je bent gemotiveerd om te helpen, maar je reageert vanuit je eigen eerdere behoeften of je bent gewend om snel oplossingsgericht te denken. Daardoor loop je het risico voorbij te gaan aan wat de jongere op dat moment echt nodig

heeft: de ruimte om zijn of haar verhaal te doen, zonder direct geconfronteerd te worden met oplossingen.

Hoe zet je jouw kracht hierin goed in?

Situatie 1: Je zet je kracht in door samen te verkennen wat bij het kind past. Zo gebruik je jouw ervaring als basis om mee te denken, niet om in te vullen.

Situatie 2:

- Gebruik je ervaring om door te vragen in plaats van in te vullen. Wees empathisch en begripvol. Zorg ervoor dat je de focus behoudt op wat de behoefte is van de cliënt.
- Stel open vragen om de behoefte van de cliënt goed in kaart te brengen.

Hulpmiddelen:

Situatie 1:

- Gebruik oplossingsgericht werken, lees hier meer over:
<https://www.nji.nl/professionalisering/oplossingsgericht-werken>

Situatie 2:

- Maak gebruik van het *STARR-model* om gestructureerd te reflecteren op situaties die je snel wilt oplossen. Dit helpt je bewust te worden van je eigen reacties en beter af te stemmen op wat de cliënt echt nodig heeft. Lees hier meer over het STARR-model: <https://reflectiesite.nl/star/>
- Pas de *OMA- en NIVEAU- technieken* toe. Dit zijn communicatie vuistregels die je helpen om vooroordelen en aannames achterwege te laten. Deze ezelsbruggetjes ondersteunen je om niet direct met oplossingen te komen, maar eerst echt te luisteren en de cliënt te begrijpen. Meer over deze technieken lees je hier: <https://blijjetezien.nl/bjtz/2022/05/05/wat-hebben-oma-nivea-en-een-held-met-elkaar-te-maken/>

5. De cliënt centraal

Wat hiermee bedoeld wordt:

Je ervaring als jonge mantelzorger kan tijdens de praktijk herkenning oproepen, maar het draait om de ander. Het risico is dat je je eigen verhaal te veel deelt en niet genoeg luistert naar de behoefte van de ander.

Mogelijke situatie:

Een cliënt vertelt dat hij voor een zieke ouder zorgt. Je zegt meteen: “Oh dat herken ik, ik heb dat ook gehad...” en je begint jouw verhaal te delen.

Wat gebeurt hier?

Je wilt steun bieden vanuit herkenning, maar je neemt onbedoeld de ruimte van de cliënt

over. Dat kan ertoe leiden dat de cliënt zijn verhaal niet afdraagt of het gevoel krijgt dat zijn beleving ondergeschikt is aan jouw eigen ervaring.

Hoe zet je jouw kracht hierin goed in?

- Gebruik je ervaring als basis voor empathie, niet als leidraad.
- Herken je jezelf in een cliënt? Benoem dat niet altijd direct. Gebruik je ervaring om beter te luisteren, niet om het gesprek over te nemen.
- Blijf met volle aandacht bij het verhaal van de ander.

Hulpmiddelen:

- Pas de *presentiebenadering* toe: luister zonder meteen te handelen of in te vullen. Deze benadering kan je helpen om volledig aanwezig te zijn bij die cliënt en ruimte te geven aan zijn of haar verhaal en behoeften. Lees meer over deze methode via deze link: <https://www.handjehelpen.nl/userdata/file/De%20presentiebenadering%20in%20een%20notendop.pdf>
- Gebruik een reflectiemodel, zoals *het reflectiemodel van Korthagen* als hulpmiddel om stil te staan bij je eigen gedrag en gevoelens. Lees hier meer over het Korthagen model: <https://reflectiesite.nl/model-korthagen/>

6. Te veel verantwoordelijkheid nemen

Wat hiermee bedoeld wordt:

Als jonge mantelzorger ben je gewend om door te gaan en voor anderen te zorgen of je zorgen te maken. Deze rol kan veel verantwoordelijkheid vragen, ook als het zwaar is. Hoewel dit laat zien dat je betrokken bent, brengt het ook het risico mee dat je over je eigen grenzen gaat, vaak zonder het direct door te hebben. In je werk of stage kan dit ook doorslaan in het té veel willen doen, dit kan leiden tot overbelasting.

Mogelijke situatie:

Een collega vraagt op het laatste moment of jij een gesprek kan overnemen. Je zegt ja, ook al heb je het te druk.

Wat gebeurt hier?

Je bent behulpzaam en betrokken, maar gaat over je eigen grenzen heen.

Hoe zet je jouw kracht hier goed in?

- Wees je bewust van je betrokkenheid en leer om 'nee' te zeggen zonder schuldgevoel. Oefen met 'nee' zeggen op een respectvolle manier, bijvoorbeeld: "Ik hoor dat je iets van me vraagt, maar daar moet ik eerlijk in zijn en dit kan ik nu niet doen."

- Zie grenzen stellen als professioneel, niet egoïstisch. Binnen het sociaal domein is het juist belangrijk dat je realistisch bent over wat je aankunt, voor jezelf en voor de cliënt.
- Reflecteer op situaties waarin je automatisch 'ja' zegt.

Hulpmiddelen:

- Gebruik het *STOP-model* om even pas op de plaats te maken.
 1. Stop, sta even stil bij wat er gebeurt.
 2. Toets, Wat wordt er gevraagd?
 3. Overweeg, wat voel ik, wat kan ik aan?
 4. Praat, geef op een rustige manier je grens aan.
- Zet *ik-boodschappen* in om je grenzen effectief en respectvol te communiceren. Dit helpt om duidelijk te zijn zonder de ander te kwetsen. Lees meer over het gebruik van ik-boodschappen: <https://www.carrieretijger.nl/functioneren/communiceren/mondeling/vaardigheden/ik-boodschap>
- Organiseer *Intervisie* met medestudenten of collega's om ervaringen te delen en elkaar te ondersteunen bij het stellen van grenzen. Door samen te reflecteren leer je hoe anderen hiermee omgaan en hoe jij dit professioneel kunt toepassen.

7. Omgaan met triggers

Wat hiermee bedoeld wordt:

Als sociaal professional met ervaring als jonge mantelzorger heb je vaak een sterke intuïtie. Je voelt situaties goed aan, maar je kunt ook geraakt worden of automatisch reageren zonder dat je het door hebt. Dat kan je gedrag sturen, je raakt emotioneel en handelt vanuit emoties die verbonden zijn aan jouw eigen ervaring. Een trigger kan een herinnering oproepen aan je eigen situatie of gedrag activeren dat binnen jouw ervaring als jonge mantelzorger helpend was, maar nu niet passend is.

Mogelijke situatie:

Je werkt in de jeugdhulp. Een cliënt vertelt dat haar moeder ernstig ziek is, net zoals jouw moeder. Je voelt verdriet opkomen en merkt dat je emoties de overhand krijgen in de situatie.

Wat gebeurt hier?

Je wordt geraakt, jouw eigen ervaring wordt geactiveerd. Je reageert automatisch vanuit emoties die bij jouw ervaring horen. Je bent mogelijk niet meer volledig in het hier en nu met de cliënt.

Hoe zet je jouw kracht hierin goed in?

- Herken de trigger, wat voel ik en waar komt dit vandaan. Het gebruikmaken van een reflectiemodel kan hierbij ondersteunend zijn. Dit zorgt ervoor dat je weet hoe je hier de volgende keer mee om kan gaan.
- Kies bewust hoe je handelt. Wat heeft deze cliënt nu nodig en wat is mijn rol? Zo blijf je gericht op de cliënt en voorkom je dat je onbedoeld grenzen overschrijdt of de situatie overneemt.

Hulpmiddelen:

- Gebruik een reflectiemodel, ook hier kan je het *reflectiemodel van Korthagen* gebruiken. Dit model kan je helpen om stil te staan bij wat er gebeurt, wat je voelt en hoe dat samenhangt met eerdere ervaringen. Door deze zelfreflectie kun je leren je emoties te herkennen zonder er automatisch naar te handelen.
- Je kunt ook de *RET-methode* gebruiken: deze leert je om belemmerende gedachten die door emoties worden aangewakkerd te herkennen en te vervangen door realistische, helpende gedachten. Zo blijf je effectief en in balans in emotioneel beladen situaties. Lees hier meer over de RET-methode: https://www.kessels-smit.com/files/Handout_RET.pdf

Waar kun je terecht voor steun of hulp?

Het inzetten van je ervaring als jonge mantelzorger vraagt ook om goede ondersteuning. Je hoeft het niet alleen te doen! Er zijn verschillende plekken waar je terecht kunt:

- Schooldocent of stagebegeleider: bespreek jouw vragen en behoeften aan ondersteuning.
- Ervaringsdeskundige coach: veel scholen bieden coaching aan door iemand die zelf ervaringsdeskundige is. Dit kan helpend zijn om jouw ervaring te verdiepen en bewust in te zetten
- Jongerenwerker of huisarts: ook buiten school/werk kun je terecht. Een jongerenwerker in het wijkteam of huisarts kan meedenken als je merkt dat je vastloopt, emotioneel geraakt bent of behoefte hebt aan ondersteuning.
- Mantelzorgorganisaties of platforms kunnen hulp of advies aanbieden, zoals: <https://www.mantelzorg.nl/onderwerpen/doelgroepen/voor-jonge-mantelzorgers/> of <https://www.regelhulp.nl/mantelzorgers/over-mantelzorg/jonge-mantelzorgers>

De tips, adviezen en voorbeelden in deze webpagina zijn gebaseerd op een praktijkgericht onderzoek. De input komt voort uit interviews met studenten die zelf jonge mantelzorger ervaring hebben en met professionals van organisaties die werken met deze doelgroep.

Aanbevelingen voor implementatie

1. Ondersteunen van de inhoud met passende literatuur

Het is aan te raden om allereerst de tips en adviezen verder te onderbouwen met wetenschappelijke literatuur of erkende praktijkmodellen. In eerdere feedback vanuit Lo-fi prototyping, werd het belang genoemd van theoretische onderbouwing. Dit versterkt de inhoudelijke kwaliteit, verhoogt de betrouwbaarheid en draagt bij aan de erkenning van ervaringskennis als waardevolle bron binnen het sociale domein.

2. Formaliseren van samenwerking met betrokken organisaties

Neem contact op met organisaties als MantelzorgNL, Handje Helpen en Welzijnswartier om formele toestemming te verkrijgen voor het noemen van hun naam en inhoudelijke bijdrage op de webpagina. Het benoemen van de organisaties verhoogt de betrouwbaarheid en geloofwaardigheid van de webpagina. Studenten, docenten, en andere gebruikers zien daarmee dat de inhoud gebaseerd is op input van erkende deskundige partijen met praktijkervaring. Dit sluit ook aan bij de feedback van Mariet: "Ik denk dat je wel een verwijzing naar de theorie zou moeten opnemen? En misschien willen de organisaties wel graag genoemd worden, of juist niet?"

3. Professionaliseren en aantrekkelijker maken van de webpagina

Voor de volgende stap wordt aanbevolen om samen te werken met een webdesigner of iemand die de pagina visueel aantrekkelijk en gebruiksvriendelijk kan vormgeven. Hierbij kan gedacht worden aan het gebruik van kleuren, iconen of een speelsere opmaak.

Tijdens de IKS-conferentie gaf een deelnemer aan benieuwd te zijn naar de creatieve aanpak van de webpagina, zie bijlage 7 voor de feedback. Deze feedback onderstreept het belang van een aantrekkelijke en speelse vormgeving. Door de pagina visueel sterker te maken, kan niet alleen de bruikbaarheid vergroot worden, maar is de kans ook groter dat de webpagina prettiger en uitnodigender wordt om te verkennen. Uit theorie blijkt bovendien dat jonge mantelzorgers visuele elementen van een website belangrijk vinden, zoals kleurgebruik (Nederlands Jeugdinstituut, z.d.).

4. Vaststellen van de definitieve publicatieplek

Nu het oorspronkelijke plan om de webpagina op het Kennisplein te publiceren niet door lijkt te gaan, is het noodzakelijk om een alternatieve plek te bepalen. Denk aan platforms zoals:

- De Hogeschool Utrecht (canvas)
- Beroepsgerichte kennisbanken (zoals Movisie)

Een toegankelijke en logische plek kan de kans vergroten dat studenten de webpagina makkelijk kunnen vinden en daadwerkelijk gebruiken. Dit sluit aan bij de behoefte die naar voren kwam uit het interview met een respondent: "Ik zou graag toegang willen tot tips of advies over hoe ik mijn ervaring daarbij kan inzetten". Een zichtbare en toegankelijke plek kan ervoor zorgen dat studenten hun eigen ervaringskennis beter kunnen benutten en versterkt het praktische nut van het ontwerp.

5. Verhogen van de zichtbaarheid

In deze stap wordt aanbevolen om docenten, stagebegeleiders en/of leerteambegeleiders onder de aandacht te brengen van de webpagina bij studenten binnen het sociaal domein met een jonge mantelzorger ervaring.

In hoofdstuk 1.1 kwam duidelijk naar voren dat jonge mantelzorgers binnen onze samenleving lang niet altijd worden (h)erkend. Jonge mantelzorgers blijven vaak onzichtbaar binnen onze samenleving (De Jong, 2024). Het ligt voor de hand dat dit dan ook het geval is binnen het onderwijs en dus ook op de Hogeschool Utrecht. Door onderwijsprofessionals actief te informeren over het bestaan van de webpagina, kunnen zij deze specifieke groep studenten gericht ondersteunen. Dit kan bijdragen aan zowel de zichtbaarheid als de erkenning van jonge mantelzorgers binnen het hoger onderwijs.

6. Verzamelen van feedback van de doelgroep na publicatie

In deze stap wordt aanbevolen om actief feedback te verzamelen van de doelgroep. Dit kan bijvoorbeeld via een feedbackformulier of een kort evaluatiegesprek na gebruik. Door feedback direct van de doelgroep op te halen, kan de inhoud van de webpagina beter worden afgestemd op hun ervaringen, behoeften en taalgebruik. Dit kan de relevantie, toepasbaarheid en effectiviteit van de webpagina verhogen. Tijdens dit gehele ontwerpproces bleek al hoe waardevol het is om de doelgroep actief te betrekken bij de inhoudelijke ontwikkeling.

7. Monitoring van gebruik

Zodra de webpagina is gepubliceerd en alle stappen zijn doorlopen, is het raadzaam om te monitoren hoe vaak deze webpagina wordt bezocht en welke onderdelen of links het meest worden aangeklikt. Monitoring geeft inzicht in het daadwerkelijke gebruik van de webpagina. Door bijvoorbeeld Google Analytics te koppelen, kunnen anonieme klikgegevens worden verzameld. Deze data bieden niet alleen aanknopingspunten voor doorontwikkeling, maar laten ook zien of de webpagina daadwerkelijk wordt gebruikt en of deze voldoende toegankelijk is voor de doelgroep. Zo kan bijvoorbeeld worden beoordeeld of het gekozen publicatieplatform goed aansluit op de studenten.

Met dit plan worden concrete handvatten geboden om de webpagina daadwerkelijk te implementeren in de praktijk. Door te investeren in toegankelijkheid, samenwerking, visuele aantrekkelijkheid, feedback en monitoring wordt de kans vergroot dat het ontwerp zijn beoogde verandering bereikt: dat studenten binnen het sociaal domein met jonge mantelzorger ervaring op een toegankelijke manier concrete, toepasbare tips en adviezen kunnen vinden die hen helpen hun ervaring professioneel in te zetten.