

# Overbelaste mantelzorger zoekt balans op werkvloer

## OPINIE MANTELZORGER

- Werkgever moet bij mantelzorger betrokken zijn
- Werknemers krijgen steeds meer zorgtaken

Door Heidi de Jong en Gretha van der Veer

Een baan in de zorg betekent vaak automatisch dat zorgpersoneel ook thuis voor zieke familieleden moeten zorgen, blijkt uit onderzoek van pensioenuitvoerder PGGM. De organisatie wil mantelzorgers ondersteunen met coaching. Maar de nijpende situatie van werkende mantelzorgers kan structureel worden verbeterd, wanneer ook de werkgever erbij wordt betrokken.

Uit het onderzoek van PGGM blijkt dat bijna tweederde van de zorgmedewerkers in de vrije tijd voor een ander zorgt. Voor een kwart van hen is dat dagelijkse routine. Ook tijdens onze trainingen binnen zorginstellingen zien we regelmatig zorgmedewerkers die door familieleden worden aangewezen als mantelzorger. 'Marie, moet het maar doen, want zij weet hoe het werkt in het ziekenhuis'. Deze taak is vaak emotioneel zwaar en moeilijk te combineren met werk. Er moet veel worden geregeld; van het ophalen van medicijnen tot het regelen van een doktersafspraak en het inschakelen van thuishulp.

Bijna de helft van de zorgmedewerkers bespreekt dit niet met de werkgever. Deze cijfers wijken niet af van de ervaring van werknemers uit andere sectoren – het is een probleem dat zich in alle lagen van de bevolking voordoet.

Ondertussen heeft de overheid het over de 'participatie-samenleving'. Het besef dringt door dat veel werknemers op den duur voor hulpbehoevende familieleden moeten zorgen. Maar de financiële middelen om ouderen te ondersteunen zijn beperkt. Nu al voelt 40 procent van de werknemers met mantelzorgtaken zich overbelast. Dit aantal zal in de toekomst alleen



▲ Veel mantelzorgers hebben het zwaar. Foto: Archief DvHN

maar toenemen. Deze nijpende situatie vraagt dan ook om structurele maatwerkoplossingen.

Pensioenuitvoerder PGGM wil de situatie van mantelzorgers verbeteren met een online forum en coaching. Ook tal van andere organisaties komen met oplossingen: Er zijn cursussen, boeken en lotgenootbijeenkomsten. Dat is fijn, maar er wordt vooral gekeken naar wat de mantelzorger zelf kan doen. Wanneer werknemers met mantelzorgtaken aangeven dat zij de combinatie werk en zorg moeilijk vinden, wordt het tijd te kijken hoe de werkgevers hierin kunnen anticiperen. Organisaties beseffen nog onvoldoende wat de impact is van mantelzorg op de thuissituatie en op de werkvloer. Werknemers met mantelzorgtaken voelen zich overbelast, waardoor ziekteverzuim op de loer ligt. Sommige mensen besluiten zelfs te stoppen met werken. En dat is een kostenpost, zeker nu bedrijven door de crisis zien dat er geïnvesteerd moet worden in kwaliteit op de werkvloer. Veel bedrijven weten ook niet dat veel werknemers thuis voor hulpbehoevende familieleden moeten zorgen. Het aantal werknemers dat zich in zo'n situatie bevindt, is twee maal zo groot als leidinggevenden en collega's denken, wijst onder-

zoek van Stichting Werk en Mantelzorg uit. Wat we nu nog vaak zien, is dat overbelaste mantelzorgers naar een psycholoog worden gestuurd of thuis maar even rust moeten nemen. Naar de thuissituatie wordt nauwelijks gevraagd.

De werkgever kan een eerste en belangrijke stap zetten door mantelzorg bespreekbaar te maken binnen de onderneming. De werknemer voelt zich gezien en weet dat de werkgever mee wil denken over de vraag hoe werk en privé het beste gecombineerd kan worden. Wij merken dat mantelzorgers erg opgelucht zijn, wanneer zij op het werk kunnen vertellen over hun thuissituatie.

Een volgende stap is het zoeken naar maatwerkoplossingen voor werknemers. Naast wettelijke voorzieningen zijn er ook tal van praktische maatwerkoplossingen, bijvoorbeeld door het anders invullen van ploegen- en nachtdiensten. Werkgevers kunnen actief doorverwijzen naar steunpunten mantelzorg, zorgmakelaars en zorgverzekeraar.

Pas wanneer bedrijven met hun werknemers bespreken hoe een balans tussen werk en privé kan worden gevonden, is er sprake van een volwassen arbeidsverhouding.

Heidi de Jong en Gretha van der Veer runnen Adviesbureau Jong en Veer

”  
Structurele aandacht voor werknemers met mantelzorgtaken is belangrijk