



Mantelzorg vraagt om bijzondere ondersteuning

Tekst Yvette Wittenberg en Rick Kwekkeboom

Vergeleken met de gemiddelde mantelzorger voelen mantelzorgers van mensen met psychische problemen zich zwaarder belast. Dat blijkt uit onderzoek van Yvette Wittenberg en Rick Kwekkeboom, van de Hogeschool van Amsterdam, en het Sociaal en Cultureel Planbureau. De zorg is vaak intensief en langdurig. De mantelzorgers vragen ondersteuning die aansluit bij hun eigen, specifieke situatie en gemakkelijk toegankelijk is.

De meeste mantelzorgers zorgen voor een oudere, vaak hun vader of moeder. Ze hebben hun handen vol aan het draaiende houden van het huishouden en de persoonlijke verzorging en verpleging. Voor mantelzorgers van mensen met een verstandelijke beperking of met psychiatrische problemen is de zorg veelal anders. Ze zorgen langdurig en intensief -het gaat vaak om hun kind-, begeleiden, houden toezicht en geven emotionele steun.

Zwaardere last

Deze mantelzorgers ervaren de ondersteuning die ze geven als een zware last. Eenderde tot bijna de helft van deze mantelzorgers geeft aan niemand anders te kennen die de zorg kan overnemen als de zorgverlener zelf uitvalt. Als ze wel anderen kennen die zouden kunnen helpen, vragen ze lang niet altijd hulp. Ze doen het liever zelf, anderen zullen het wel te druk hebben of niet veel zin hebben om te helpen. Er lijkt sprake te zijn van een vorm van vraagverlegenheid, zeggen de onderzoekers. Bijna de helft van deze mantelzorgers staat er alleen voor. Ze ervaren dat als een grote last. Voor een eigen sociale leven is nauwelijks of geen tijd.

Onvrede over hulpverleners

Mensen die voor iemand met een verstandelijke beperking of een psychiatrische problematiek zorgen, hebben vaak met veel verschillende hulpverleners te maken. Ze moeten zich een weg banen door de bureaucratie, zeggen de onderzoekers, en ook dat wordt als een zwaardere last ervaren. Uit de vraaggesprekken met de mantelzorgers blijkt onvrede over de samenwerking met de professionele hulpverlening. Een belangrijk probleem is dat de mantelzorgers zich niet erkend voelen. Ze worden niet gezien als deskundig, ook al zorgen ze al jaren voor hun zoon of dochter, broer of zus of een andere bekende. Ze ervaren het contact met de professional soms zelfs als een machtsstrijd. Dat maakt de zorg er niet lichter op. De mantelzorgers vragen om een betere afstemming met de hulpverleners. Ze hebben behoefte aan een grotere betrokkenheid bij de zorg waarbij hun deskundigheid wordt erkend en ze vragen om



praktische steun. Een ondersteuning die aansluit bij hun eigen, specifieke situatie en gemakkelijk toegankelijk is.

Familiebeleid

De onderzoekers bepleiten dat gemeenten, die via de Wmo de begeleiding in portefeuille hebben, de ondersteuning aan deze mantelzorgers verbreden. Gemeenten kunnen hun aanbod verbreden en op de behoefte van deze mantelzorgers laten aansluiten. Ze zorgen langdurig en intensief - het gaat vaak om hun kind - en begeleiden, houden toezicht en geven emotionele steun. Erkenning van de deskundigheid van de mantelzorgers zal de relatie alleen maar ten goede komen, denken de onderzoekers. Ook voor cliëntenraden is een rol weggelegd. Zij kunnen familiebeleid op de agenda zetten bij het overleg met het management. In veel zorginstellingen is familiebeleid nog niet erg ontwikkeld. Uit ervaringen blijkt dat het goed betrekken van de familie bij de zorginstelling goed is voor de cliënten: de vraag naar zorg vermindert. Een goede afstemming tussen professionele hulpverleners en mantelzorgers van een cliënt leidt niet alleen tot betere zorg voor de cliënt maar ook tot minder belasting voor de mantelzorger.

Het rapport Bijzondere mantelzorg is te downloaden via www.hva.nl/communitycare.