

Werk en mantelzorg combineren is een vak apart

Steeds meer werkende mensen doen aan mantelzorg, omdat steeds meer zorg in de thuissituatie plaatsvindt. Deze trend zet de komende jaren door en het combineren van werk met mantelzorg is soms echt balanceren. Dit blijkt ook uit de ziekteverzuimcijfers. 18% van het verzuim wordt veroorzaakt door mantelzorg. Volgens Stichting Werk en Mantelzorg en het RIVM combineert één op de vier werknemers werk met zorg voor een dierbare en is vaak niet zichtbaar. Mantelzorg is immers vanzelfsprekend; de mantelzorger is niet ziek, het hoort erbij en hij/zij moet door in het zorgen voor de ander.

Kennis en ervaring

Er is geen opleiding tot mantelzorger, maar goede mantelzorg vergt kennis, ervaring en tijd. Zeker wanneer dit gecombineerd moet worden met een baan. Technische oplossingen om ook in de mantelzorg te innoveren zijn er, zo weet ik als programmamanager zorg bij FME. Deze zijn vooral ondersteunend. Op dit moment is er nog weinig aandacht voor mogelijke overbelasting van 'werkende mantelzorgers' vanuit werkgevers. Vaak komt er pas aandacht op het moment dat de medewerker dreigt uit te vallen, maar dan ben je al te laat. Leidinggevenden en HR-managers zouden hun werkende mantelzorgers goed moeten kennen en continu aandacht moeten hebben voor mogelijke overbelasting van werknemers. Als je problemen eerder signaleert en bespreekbaar durft te maken, kun je ze effectiever aanpakken en verzuim voorkomen.

Bewustwording en bespreekbaar

In veel gevallen is er niets aan de hand als je extra zorgtaken verricht. Werknemers ervaren mantelzorg vooral als belastend als het te lang, te structureel of te intensief wordt. De kans op uitval van werknemers neemt toe als er geen hulp is van familie en vrienden, informele zorg of als er geen sprake is van een flexibele houding van de werkgever of sociale steun vanuit collega's. Dan kan stress en overbelasting ontstaan en ligt uitval op de loer. Iets waar niemand op zit te wachten. Zowel werkgever als medewerker hebben baat bij bewustwording en het bespreekbaar maken. Ik denk dat een open en veilige werkcultuur dit makkelijker maakt. Ik zie dat werkgevers verschillend om gaan met werkende mantelzorgers. Ook leidinggevenden en werknemers handelen vanuit eigen perspectief en behoeften. Daarmee bestaat er nog geen eenduidig beeld van 'de werkende mantelzorger' en ook geen pasklare oplossing voor mogelijke problemen die de combinatie van werk en mantelzorg met zich mee kan brengen.

Hoe professionaliseren we de aandacht voor werkende mantelzorgers?

Werk en mantelzorg is een vak apart, met de nodige uitdagingen. Het kan en moet beter om de problemen die groter worden het hoofd te bieden. Binnen het programma STERK werkgeverschap en het cluster ZORG bundelen we onze krachten en daarom doen wij de oproep om mantelzorg als onderwerp op de agenda te zetten:

- Beschouw mantelzorg als een vak
- Zorg voor een open en veilige werkcultuur, waarin mantelzorg bespreekbaar is
- Ken je werkende mantelzorgers, en probeer overbelasting vroeg te signaleren
- Denk mee in (technische) oplossingen

Tijdens bedrijfsbezoeken zie ik goede oplossingen die werkende mantelzorgers kunnen ondersteunen. Van flexibele werkroosters om te zorgen voor ontspanning in de privésituatie tot hulp bij complexe aanvraagprocedures voor bijvoorbeeld huishoudelijke hulp, ondersteuning bij administratie of artsbezoek. Ook bestaan er mooie technische oplossingen. Denk hierbij aan apps, sociale robotica of innovatieve hulpmiddelen, die het vak van mantelzorger kunnen verlichten. Hoe zorgen we ervoor dat mantelzorgers deze verschillende vormen van ondersteuning vindt.