

DE MANNELIJKE MANTELZORGER

Ruim 40 procent van de mantelzorgers is man. Dat is aanmerkelijk meer dan de meeste mensen denken. En zij besteden evenveel uren aan zorg als vrouwen. 'Vrouwen kunnen van mannen leren de mantelzorg wat meer los te laten.'

Mannen vormen 42 procent van de mantelzorgers. Hoewel dit percentage al jaren constant is, blijft de beeldvorming hardnekkig dat zij aanmerkelijk minder doen dan vrouwen. 'Veel mensen denken dat mannen slechts 10 of hooguit 20 procent van de mantelzorg voor hun rekening nemen', vertelt Wilco Kruijswijk, projectleider en onderzoeker sociale zorg bij Movisie. Tot de pensioenleeftijd ligt de bijdrage van mannen aan mantelzorg met 33 procent wat lager. Dat komt doordat zij gemiddeld meer werken. Verder zorgen mannen wel even vaak voor hun partner, maar minder vaak voor hun (schoon)ouders. Van deze zorg nemen zij 36 procent op zich en 29 procent als het gaat om intensieve en langdurige zorg.

Percentages zeggen volgens Kruijswijk echter niet alles, omdat mannen ook vaak indirect bij mantelzorg betrokken zijn. 'Neem de dochter zonder rijbewijs die voor haar demente vader gaat zorgen. Haar man rijdt dan en is daar dus net zoveel tijd mee kwijt. Toch wordt dan al snel alleen de dochter gezien als mantelzorg.'

Mannelijke mantelzorgers besteden evenveel tijd aan de zorg. Zij doen wat vaker praktische klussen, zoals rijden of de administratie, en vrouwen wat vaker verzorgen-

de werkzaamheden. Maar dit ligt niet zo zwart-wit, benadrukt Kruijswijk. 'Als een man bijvoorbeeld een telefoon met grotere knoppen regelt voor een ouder is dat praktisch, maar ook zorgzaam.'

Belasting

Dat vrouwen vaker verzorgende taken vervullen, komt volgens Kruijswijk ook doordat vrouwen wat meer in de zorg werken. 'Mensen krijgen doorgaans taken toegeschoven waarbij ze zich vertrouwd voelen, of waarin ze expertise hebben. Ook spelen verwachtingspatronen en gewoontes binnen families een rol.'

Over het algemeen zijn mannelijke mantelzorgers wat meer taakgericht en vrouwelijke wat meer relatiegericht. 'Mantelzorgende vrouwen blijken zich onder gelijke omstandigheden wat eerder zwaar belast, of zelfs overbelast te voelen. Dat komt doordat veel vrouwen zich persoonlijk sterk betrokken voelen bij de zorg, waardoor ze het zich wat meer aantrekken als er iets niet goed gaat.'

Vrouwen zouden volgens Kruijswijk van mannen kunnen leren om de mantelzorg wat meer los te laten. 'Net als mannen zouden ze wat bewuster hun grenzen kunnen aangeven en de zorg wat meer kunnen opvatten als een taak die niet altijd perfect gedaan hoeft te worden.'



Omdat de centrale mantelzorg vaak een vrouw is, zien professionals mannen volgens Kruijswijk nog wel eens over het hoofd. Hij adviseert ze verder om stil te staan bij hun verwachtingen rond mantelzorg en gender. 'Anders kunnen zij er ten onrechte van uitgaan dat mannen bepaalde taken niet op zich willen of kunnen nemen. Professionals moeten niet vasthouden aan clichés, maar zich realiseren dat mannelijke mantelzorgers een diverse groep vormen.' ■

Meer informatie in het rapport Mannen en mantelzorg? niet te missen!, een publicatie van Movisie en Emancipator, te downloaden via: www.movisie.nl.

Meer lezen over over mantelzorg: zorgwelzijn.nl/mantelzorg.