

Betekenis van zorg

1. De impact van zorg

Zorg dragen voor iemand met een ziekte of handicap brengt heel wat met zich mee.

Er is al heel wat onderzoek verricht naar de impact van zorg en naar de draaglast en de stress dat zorg met zich meebrengt. Die negatieve impact is een realiteit die moet erkend worden en die zeker niet onderschat mag worden.

Om de impact van zorg op het leven van een ouder/mantelzorgers te illustreren en te concretiseren geven we een aantal cijfers mee uit het Prisma-onderzoek¹. Uit dit onderzoek weten we dat:

- 65.1% van de mantelzorgers aangeeft een slaapttekort te hebben
- 81% geeft aan soms of vaak emotionele problemen te ondervinden, zoals: depressieve gedachten, rusteloosheid, piekeren, angsten,...
- 25% geeft aan nooit een paar uur vrije tijd te hebben voor sociale contacten buiten het gezin
- 36% van de ouders/mantelzorgers meer taken wenst uit te besteden aan hun sociaal netwerk, en zo'n 61% aan professionelen.
- 43% van hen geeft aan dat een tijdelijke verlichting van de zorgtaak hen goed zou doen.

Uit het Prisma onderzoek komt eveneens naar voor dat zorg een grote invloed heeft op de werksituatie. Uit het onderzoek komt naar voor dat:

- 37% van de mantelzorgers het zorgen combineert met werken
- Van deze 37% werkt er meer dan de helft, 52%, halftijds of meer
- En werken wordt door mantelzorgers positief ervaren: hoe hoger de tewerkstellingsgraad, hoe lager men de draaglast evalueert.

2. De betekenis van zorg

Er is ook een andere kant aan zorgen. Een kant die als buitenstaander misschien wat minder zichtbaar is. Zorg dragen voor iemand, mantelzorgers zijn, kan een zeer grote positieve betekenis hebben.

Zorg mag niet gereduceerd worden tot een hinderpaal voor professioneel werken. Zorg heeft voor veel ouders/mantelzorgers namelijk een belangrijke intrinsieke waarde. Zo draagt zorg ertoe bij dat je een betekenisvolle rol kan opnemen ten aanzien van iemand die je dierbaar is. Door te zorgen voor iemand groei je als persoon, je wordt sterker. Het is bijvoorbeeld belangrijk om als mantelzorgers prioriteiten te kunnen stellen. Je leert jezelf en je situatie kennen en leert begrijpen wat belangrijk is in het leven.

¹ Afgenomen bij 129 mantelzorgers tussen 21-90 jaar van personen met een beperking; Hermans, Demunter, Maes, Van Puyenbroeck & Smits, 2014

In onderstaande getuigenissen van ouders/mantelzorgers kan je lezen wat zorg voor iemand kan betekenen.

Hij is 7. Hij is nog zo klein. Nu wil ik voor hem zorgen. Nu kan het nog.

Ik ken haar door en door. Ik kan haar verbinden met de wereld. Als ik bij haar ben dan voelt ze zich veilig en kan ze groeien, durft ze net dat beetje meer.

Wat ik wil is niet zo uitzonderlijk. Je wil gewoon dat kinderen hun weg in het leven vinden. Met hem is het soms een heftig avontuur

Ik werk echt samen met de juffen. We overleggen en gaan er samen voor. En we genieten samen van de stappen vooruit. Het geeft me zoveel voldoening.

Steeds opnieuw operaties. Zo veel pijn. Dan wil ik er zijn. Om te troosten. Om een slokje water te geven. Om zijn hand vast te houden. Om te zingen.

Het vraagt allemaal veel tijd. Een bad geven, aankleden, pamper verversen, eten geven, en zo veel meer. Ik neem de tijd om het op haar tempo te doen. Haar de kans geven om "mee te doen", contact te maken en ervan te genieten. Zo worden het ook voor mij intieme momenten om te koesteren.

Het belangrijkste besluit is dat het erg belangrijk is voldoende aandacht te geven aan het belang dat ouders zelf hechten aan het geven aan goede zorg. Dat basisverlangen erkennen en respecteren is een belangrijk vertrekpunt. Van daaruit kan dan bekeken worden hoe die zorg gerealiseerd wordt en of er een andere invulling aan kan gegeven worden die voor een betere zorg-werk-leven balans kan zorgen.