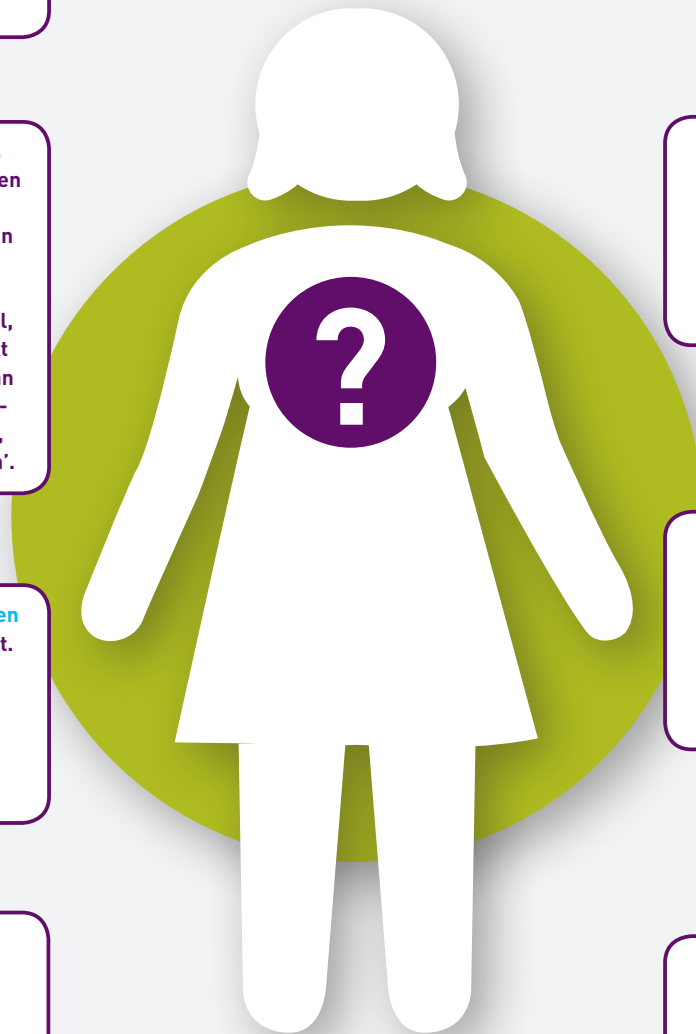


De vrouwelijke mantelzorg in de zorg



..vindt mantelzorg heel vanzelfsprekend. Ze herkent zich niet in de aanduiding 'mantelzorg'. Door focus op de zorgvrager heeft ze ook het gevoel dat ze niet mag 'zeuren'. Zij is immers niet hulpbehoevend?

..heeft grote zorgbereidheid. Zij is immers kennis-expert en voor de hand liggende mantelzorg. Zij heeft kennis van zaken, affiniteit met zorg. Ze beschikt over de juiste mantelzorg-kwaliteiten: liefdevol, geduldig, bekwaam. Ze denkt eerder aan een ander dan aan zichzelf. Ze kan zichzelf wegcijferen en kan tegen 'ziekte, bloed, zweet, poep en tranen'.

..wil werk en privé gescheiden houden. Bewust en onbewust. Omdat het 'erbij hoort' is er geen eigen prikkel/bewustzijn om om hulp te vragen. Ze moet het zelf oplossen en 'volhouden'.

..werkt parttime en heeft de mogelijkheid minder uren te werken. Ze werkt vaak al parttime (vanwege mantelzorg). Zorgorganisaties vinden 'kleine' contracten fijn, omdat het hen flexibiliteit geeft in de inzet. Ze kan werk eenvoudiger aanpassen aan de situatie thuis dan in andere sectoren.

..associeert mantelzorg met haar werk.

Met de mantelzorg van de cliënt. En betreft het niet op zichzelf.

..heeft grote vraagverlegenheid. Niemand kan zo goed zorgen als zij dat kan. Dat vindt ze zelf en de zorgvrager en omgeving gaan daar in mee. Dat maakt de drempel hoog om om hulp te vragen.

..neemt geen of weinig tijd voor zichzelf. Ze zorgt dag en nacht: op het werk en thuis. Gunt zichzelf niet de tijd om op te laden. Ze ziet niet in dat dat nodig is om vitaal en veerkrachtig te blijven.

..heeft geen reguliere 9 tot 5 baan. Ze kan ook avond- en nachtdiensten draaien. Daardoor ontstaat het gevaar dat ze alleen maar bezig is met werken en zorgen. Juist het onregelmatig (kunnen) werken, trekt een wissel op de werk privé balans.