

Mantelzorgers van ouders met een niet-westerse migratieachtergrond

Bron Oktober 2021 Geron

<https://gerontijdschrift.nl/artikelen/mantelzorgers-van-ouders-met-een-niet-westerse-migratieachtergrond>

Het aantal ouderen met een niet-westerse migratieachtergrond stijgt snel. Hierdoor neemt in deze groep de behoefte aan zorg en ondersteuning toe. Net als bij andere ouderen die zorg nodig hebben, helpen hun kinderen vaak. Dit artikel beschrijft hun kenmerken en ervaringen op basis van kwantitatief onderzoek onder deze groep mantelzorgers.

Ruim 200.000 mantelzorgers

Mantelzorg is alle hulp aan hulpbehoevenden door iemand uit de sociale omgeving. Het Sociaal en Cultureel Planbureau deed onlangs onderzoek naar het geven van mantelzorg (De Boer e.a. 2020). Hoewel de respons onder personen met een niet-westerse migratieachtergrond wat lager was en de enquêtes alleen in het Nederlands waren opgesteld, is het met deze data mogelijk om mantelzorgers met en zonder niet-westerse migratieachtergrond te vergelijken. Het SCP berekende dat in totaal ongeveer 2,2 miljoen mensen in 2019 hulp gaven aan hun ouders. Van hen heeft ongeveer een op de tien mantelzorgers een niet-westerse migratieachtergrond (230.000 personen). Zijzelf of hun ouders kwamen ooit bijvoorbeeld uit Turkije, Suriname, Marokko of de voormalige Nederlandse Antillen. Het betreft zowel mantelzorgers van de eerste als de tweede generatie. In deze bijdrage hanteren we een brede definitie van mantelzorg; het gaat zowel om hulp bij persoonlijke verzorging, als om hulp bij huishoudelijk werk, regeltaken en administratie. Bij 'ouders' wordt meestal de eigen ouder bedoeld (84%), maar kan het ook gaan om een schoonouder (14%) of stiefouder (2%).

Langdurige lichamelijke beperkingen komen vaak voor

Ruim de helft van de mantelzorgers met een niet-westerse migratieachtergrond rapporteert in 2019 dat hun ouder een langdurige lichamelijke beperking heeft (55%; zie tabel). Ook tijdelijke lichamelijke problemen, bijvoorbeeld als gevolg van een ongeval of operatie, worden door verschillende groepen mantelzorgers redelijk vaak genoemd (21%), maar bij een tweetal problemen zien we verschillen. Mantelzorgers met een niet-westerse migratieachtergrond geven minder vaak dan anderen aan dat hun ouder hulp nodig heeft vanwege dementie of geheugenproblemen (14% versus 24%). Dit kan komen doordat hun hulpbehoevende ouders jonger zijn, waardoor de kans dat ze met dementie te maken hebben kleiner is. Anderzijds komt dementie relatief vaak voor bij mensen met een niet-westerse migratieachtergrond (Uysal 2016). Opmerkelijk is verder dat deze mantelzorgers relatief vaak melden dat hun ouders psychische problemen zoals een depressie of angststoornis hebben (17% versus 10%). Dit kan samenhangen met stress, armoede en discriminatie en het gemis dat ook lang na migratie uit het land van herkomst gevolgen kan hebben. Mogelijk zijn deze percentages nog een onderschatting, omdat het benoemen van psychische problemen, geheugenproblemen en dementie onder mensen met een niet-westerse migratieachtergrond, mede door taboes en schaamte (Van Wieringen & Grondelle 2014), niet altijd vanzelfsprekend is.

	Met niet-westerse migratieachtergrond (n=323)	Zonder niet-westerse migratieachtergrond (n=1440)
<i>Geboden hulp</i>		
Uur per week (gemiddelde)	7,5	5,1
Aantal jaren (gemiddelde)	6,2	4,9
Hulpbehoevende woont met mantelzorg(er) (%)	24%	8%
<i>Mantelzorgers</i>		
Leeftijd (gemiddelde)	39	49
Betaald werk (%)	75	83
Inwonende kinderen (%)	46	33
<i>Hulpbehoevenden</i>		
Leeftijd (gemiddelde)	69	78
Langdurige lichamelijke beperkingen (%)	55	52
Psychische problemen (%)	17	10
Dementie of geheugenproblemen (%)	14	24
<i>Gevolgen</i>		
Ernstig belast (%)	13	7
Positieve ervaringen (%)	40	24
Helpt samen met andere mantelzorgers (%)	58	42
Hulpontvanger krijgt al met al voldoende hulp (%)	63	72

Kerncijfers van mantelzorgers van (schoon)ouders naar migratieachtergrond, 2019 (in gemiddelden en procenten). Bron: SCP/CBS (IZG'19)

Tabel 1: Kerncijfers van mantelzorgers van (schoon)ouders naar migratieachtergrond, 2019 (in gemiddelden en procenten). Bron: SCP/CBS (IZG'19)

Hulpontvangers en hun helpers zijn relatief jong

Bij mantelzorgers met een niet-westerse migratieachtergrond is de gemiddelde leeftijd van de ouder die zij helpen 69 jaar; hulpontvangende ouders zonder deze migratieachtergrond zijn bijna tien jaar ouder. Wellicht speelt bij de gemiddeld lagere leeftijd mee dat de alleroudsten in het land van herkomst wonen (al dan niet door remigratie), maar het zou ook een aanwijzing kunnen zijn voor meer en ernstiger gezondheidsproblemen onder deze ouders. De mantelzorgers zelf zijn ook flink wat jonger (gemiddeld 39 jaar, 17% tussen 16 en 24 jaar) vergeleken met mantelzorgers zonder niet-westerse migratieachtergrond (gemiddeld 49 jaar, 6% tussen 16 en 24 jaar). Driekwart van de mantelzorgers van ouders met een niet-westerse migratieachtergrond heeft een betaalde baan, hetgeen minder is dan de mantelzorgers zonder deze migratieachtergrond (83%). Dit verschil is er ook onder niet-mantelzorgers. Velen hebben inwonende kinderen die niet ouder zijn dan 18 jaar (46%; bij mantelzorgers zonder niet-westerse migratieachtergrond is dat 33%). Deze mantelzorgers lopen een risico op overbelasting, doordat zij hun (intensieve) hulpverlening combineren met andere verplichtingen en relatief vaak samenwonen met de hulpbehoevende; dat maakt de hulpverlening emotioneel zwaar.

Hulp aan ouders is intensief èn langdurig

Mantelzorgers met een niet-westerse migratieachtergrond helpen hun ouders gemiddeld circa 7,5 uur per week. Mantelzorgers van ouders zonder migratieachtergrond geven minder intensieve hulp: 5,1 uur. Een verklaring hiervoor is dat mantelzorgers met een niet-westerse migratieachtergrond vaker onder één dak wonen met ouders (Fokkema & Das, 2020). Een op de vier mantelzorgers van een ouder met een niet-westerse migratieachtergrond deelt het huishouden met de verzorgde; bij de andere mantelzorgers is dit bijna een op de tien.

Er zijn aanwijzingen dat binnen de Turkse en Marokkaanse cultuur de schoondochter een belangrijke zorgtaak heeft (Van Wieringen & Grondelle 2014). Onze data bevestigen dit, maar laten ook zien dat vrouwen met een niet-westerse migratieachtergrond per week significant meer uren besteden aan de hulp voor hun eigen ouders dan aan schoonouders (gemiddeld 8,4 uur hulp aan ouders en 7,4 uur aan schoonouders). Dit geldt ook voor mannen). Zonen bieden hun eigen ouders op weekbasis bijna 7 uur hulp en schoonzonen bijna 6 uur. De hulp van mantelzorgers van ouders met een niet-westerse migratieachtergrond is ook nog eens

langdurig; in 2019 hielpen zij gemiddeld ruim 6 jaar. Bij andere mantelzorgers is dat substantieel korter, een krappe 5 jaar.

Hoge belasting en positieve ervaringen

Er zijn aanwijzingen dat mantelzorgers met een niet-westerse migratieachtergrond relatief vaak zwaar- of zelfs overbelast zijn door de zorgtaak (Van Wieringen & Grondelle 2014). Onze data bevestigen dit: het aandeel ernstig belaste mantelzorgers met een niet-westerse migratieachtergrond is 13%; bij mantelzorgers zonder deze migratieachtergrond is dit 7%. Deze mantelzorgers hebben vaak het gevoel dat ze de situatie niet los kunnen laten en de hulp te veel op hun schouders neerkomt. Ook hebben zij vaak meer moeite om hun huishouden te regelen, en voelen zij zich minder gezond door het geven van de hulp. Toch ervaren mantelzorgers met een niet-westerse migratieachtergrond het bieden van hulp aan hun ouders niet alleen als negatief. Ongeveer 40% van deze groep benoemt (ook) positieve ervaringen bij het geven van hulp. Dat is veel meer dan de 24% bij mantelzorgers zonder migratieachtergrond. Ze geven bijvoorbeeld aan dat het zorgen hen een goed gevoel gaf, dat ze dicht bij de hulpbehoevende zijn komen te staan, dat ze hebben geleerd blij te zijn met kleine dingen, nieuwe dingen hebben geleerd en nieuwe mensen hebben leren kennen (Van Wieringen & Van Grondelle, 2014).

Druk op het informele netwerk

De lasten van het helpen kunnen verlicht worden door de hulp met anderen te delen. Dat is echter niet voor iedereen mogelijk of vanzelfsprekend. Een op de tien mantelzorgers staat er alleen voor; dit is 5% bij mantelzorgers zonder migratieachtergrond. Mantelzorgers met een niet-westerse migratieachtergrond delen de zorg vooral met andere mantelzorgers (58% versus 42%). Dit verschil is goed te begrijpen als je bedenkt dat zij met meer broers en zussen zijn om de hulp mee te delen. Mantelzorgers kunnen de hulp ook delen met professionals van de thuiszorg of wijkverpleging of met een casemanager. Dat doen mantelzorgers met een niet-westerse migratieachtergrond juist minder vaak (een op de vier, bij anderen is dat een op drie). Vaak wordt gedacht dat Turkse en Marokkaanse ouderen niet bereid zijn om naar een zorginstelling, zoals verpleeghuis, te verhuizen, omdat zij liever door hun

kinderen worden verzorgd. In onze data zien we dat een zeer kleine groep mantelzorgers met een niet-westerse migratieachtergrond (5%) een ouder helpt die in een zorginstelling verblijft. Dit aandeel ligt hoger (ongeveer 15%) bij andere mantelzorgers. Niet duidelijk is hoe dit komt; kenmerken van de hulpbehoevende kunnen een rol spelen, maar ook normen en waarden over de zorg, kennis over hulpopties en taalbarrières.

In de enquête is aan mantelzorgers ook de vraag gesteld of de hulpontvanger al met al voldoende hulp krijgt. Mensen met een niet-westerse migratieachtergrond vinden de hulp minder vaak voldoende dan andere groepen mantelzorgers (63% vs 72%). Daarnaast zegt 18% van de mantelzorgers met een niet-westerse migratieachtergrond dat zij *niet weten* of de hulp voldoende is en dat komt vaker voor dan bij mantelzorgers zonder deze achtergrond (11%). Mantelzorgers met een niet-westerse migratieachtergrond geven vaak aan dat zij meer hulp thuis van familie, vrienden of vrijwilligers zouden willen (47%), een antwoord dat mantelzorgers zonder deze migratieachtergrond minder vaak geven (22%). Andere vormen van hulp, zoals meer thuiszorg of een beschermde woonvorm, zouden beide groepen even vaak willen hebben.

Drie verschillen op een rij

Nu de groep oudere migranten met een niet-westerse migratieachtergrond groter wordt, nemen ook de mantelzorgers die voor hen zorgen in aantal toe. Als we deze mantelzorgers vergelijken met mantelzorgers zonder deze migratieachtergrond, dan valt op dat de migranten-ouders gemiddeld tien jaar jonger zijn.

Hulpgevers van ouders met een niet-westerse migrantenachtergrond zijn bijna veertig jaar. Gezien hun leeftijd is te verwachten dat zij de hulp voor hun ouders vaak combineren met andere taken, zoals gezin, werk of studie. Onderwijsinstellingen en werkgevers hebben een rol om eventuele overbelasting te signaleren en mantelzorgers te ondersteunen, zeker als zij intensief helpen, bijvoorbeeld omdat zij samenwonen met hun ouders en daardoor een extra groot risico lopen om overbelast te raken (De Boer e.a., 2020). Hoewel mantelzorgers van ouders met een niet-westerse migratieachtergrond hun hulp vaak als positief ervaren, voelen zij zich ook relatief vaak ernstig belast door de hulp die zij geven (12% versus 7% bij andere mantelzorgers). Dit komt mogelijk doordat zij vaker intensief en langdurig helpen. Ondersteuning van mantelzorgers met een niet-

westerse migratieachtergrond kan bijdragen aan het verminderen van de ervaren belasting, maar ook aan een zo optimaal mogelijke ontwikkeling in hun opleiding en duurzame inzetbaarheid op het werk.

De mantelzorgers met een niet-westerse migratieachtergrond delen de zorg vaker met andere mantelzorgers en minder vaak met professionals. Relatief frequent vinden zij dat 'hun' hulpbehoevende onvoldoende hulp krijgt. Zij vormen een aandachtsgroep voor bijvoorbeeld mantelzorgsteunpunten en gemeenten, waarbij gedacht kan worden aan het breed verspreiden van informatie en het verbeteren van communicatie en vertaling. Professionals zouden met een meer proactieve werkwijze de ondersteuningsvragen van deze groep mantelzorgers beter in kaart kunnen brengen en daarbij meer zicht krijgen in hun (cultuur)specifieke behoeften. Hierbij dient onder andere rekening te worden gehouden met de hoge verwachtingen die ouderen met een niet-westerse migratieachtergrond vaak van hun kinderen hebben (Yerden 2014). Bij de mantelzorgers die al wèl contact hebben met zorgprofessionals zal het wellicht gaan helpen dat de beroepsvereniging Verzorgenden & Verpleegkundigen Nederland (V&VN) binnenkort een nieuwe richtlijn Mantelzorg publiceert, met handvatten om mantelzorgers tijdige en passende ondersteuning te bieden. Dit artikel laat zien dat mantelzorgers met een niet-westerse migratieachtergrond en hun hulpbehoevenden bijzondere aandacht verdienen. Hoewel we mogelijk een relatief goed functionerende groep (Nederlands sprekende) mensen met een niet-westerse migratieachtergrond in beeld hebben, geeft dit onderzoek wel een goede indruk van de verschillen tussen mantelzorgers met en zonder een niet-westerse migratieachtergrond.