



Sociaal en Cultureel Planbureau

Mantelzorgers in het vizier

Beleidssignalement mantelzorg



Mantelzorgers in het vizier

Beleidssignalement mantelzorg

Alice de Boer, Inger Plaisier, Mirjam de Klerk

Het Sociaal en Cultureel Planbureau is een interdepartementaal, wetenschappelijk instituut, dat – gevraagd en ongevraagd – sociaal-wetenschappelijk onderzoek verricht. Het scp rapporteert aan de regering, de Eerste en Tweede Kamer, de ministeries en maatschappelijke en overheidsorganisaties. Het scp valt formeel onder de verantwoordelijkheid van de minister van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. Het scp is opgericht bij Koninklijk Besluit op 30 maart 1973. Het Koninklijk Besluit is per 1 april 2012 vervangen door de ‘Regeling van de minister-president, Minister van Algemene Zaken, houdende de vaststelling van de Aanwijzingen voor de Planbureaus’.

© Sociaal en Cultureel Planbureau, Den Haag 2019

scp-publicatie 2019-15

Opmaak binnenwerk: Textcetera, Den Haag

Figuren: Mantext, Moerkapelle

Omslagontwerp: Textcetera, Den Haag

Foto omslag: David Rozing | Hollandse Hoogte

ISBN 978 90 377 0929 2

NUR 740

Copyright

U mag citeren uit scp-rapporten, mits u de bron vermeldt.

U mag scp-bestanden op een server plaatsen mits:

- 1 het digitale bestand (rapport) intact blijft;
- 2 u de bron vermeldt;
- 3 u de meest actuele versie van het bestand beschikbaar stelt, bijvoorbeeld na verwerking van een erratum.

Data

scp-databestanden, gebruikt in onze rapporten, zijn in principe beschikbaar voor gebruik door derden via DANS www.dans.knaw.nl.

Contact

Sociaal en Cultureel Planbureau

Postbus 16164

2500 BD Den Haag

www.scp.nl

info@scp.nl

Via onze website kunt u zich kosteloos abonneren op een elektronische attendering bij het verschijnen van nieuwe uitgaven.

Inhoud

Samenvatting en conclusies	4
1 Druk op mantelzorgers	8
Noten	9
2 Bereidheid om mantelzorg te geven	10
Noten	14
3 Overbelasting	15
4 Ondersteuning van mantelzorgers	19
Literatuur	28
Publicaties van het Sociaal en Cultureel Planbureau	32

Samenvatting en conclusies

Mantelzorg (alle hulp aan een hulpbehoevende door iemand uit diens directe sociale omgeving) is onmisbaar. In deze publicatie bespreken we belangrijke beleidsthema's die spelen bij mantelzorg, gebaseerd op de kennis die het Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP) hierover heeft verzameld. Dit zijn de bereidheid en de mogelijkheden om mantelzorg te bieden, de belasting van mantelzorgers en de ondersteuning van mantelzorgers, drie thema's die direct verband houden met de inzetbaarheid van mantelzorgers en de voorwaarden daarvoor.

Dat veel mensen bereid zijn om elkaar te helpen, blijkt onder meer uit het feit dat ongeveer een op de drie Nederlanders mantelzorg geeft. Dit is de laatste jaren niet veranderd. Hoewel de bereidheid om te helpen groot is, zeker als het om naaste familie gaat, zijn er ook grenzen waar mensen tegenaan lopen waardoor zij geen of niet meer hulp kunnen bieden. Het betreft thema's waarmee mantelzorgers zelf ook worstelen, bijvoorbeeld een gebrek aan tijd, een ervaren belasting, een gebrek aan competenties of een hulpbehoevende die geen mantelzorg wil ontvangen. Het is dus maar de vraag hoeveel meer mantelzorg er mogelijk is.

Met veel mantelzorgers gaat het goed. Ze krijgen een fijn gevoel door het helpen. Ongeveer een op de tien ondervindt een hoge belasting. Die uit zich onder andere in gezondheidsproblemen, een hoge tijdsdruk, verzuim op het werk of achterblijvende studie-uitkomsten. Dit kan ook gevolgen hebben voor hulpbehoevenden; overvraagde mantelzorgers lopen een risico om hun geduld te verliezen bij moeilijk gedrag. Bij overbelasting denken mensen vaak aan het helpen van iemand die last heeft van dementie of geheugenproblemen. Dementie maakt mantelzorg inderdaad heel zwaar. Ook helpers van mensen met psychische problemen en mantelzorgers die hulp bieden vanwege een terminale situatie, verzorgers van partners en intensieve mantelzorgers lopen een risico op overbelasting.

Er zijn verschillende mogelijkheden om de last te verlichten, bijvoorbeeld het delen van hulp met andere mantelzorgers of met professionals. Deze samenwerking verloopt vaak goed, maar er zijn ook verbeterpunten, vooral als het gaat om het oog hebben voor mantelzorgers of het delen van informatie. Medewerkers van de thuiszorg, maar ook huisartsen kunnen een signalerende functie hebben en mantelzorgers die te zwaar belast (dreigen te) worden adviseren (meer) hulp te organiseren en hen over mogelijke ondersteuning informeren. Een op de vijf mantelzorgers kan de hulp niet met anderen delen. Verzorgers van een partner of kind behoren vaak tot deze 'alleenhelpers', mede doordat de hulpbehoevende geen hulp van anderen wil of er niemand anders beschikbaar is.

Gemeenten hebben de taak om mantelzorgers te ondersteunen. Het kan gaan om draaglast verlichtende ondersteuning (respijt zorg en financiële of materiële tegemoetkomingen) en draagkracht versterkende ondersteuning (bv. cursus, informatie en advies, lotgenotencontact). Het gebruik van ondersteuning is gering. De vindbaarheid van het aanbod speelt

daarbij een rol. Een kwart van de mantelzorgers die geen ondersteuning hebben maar deze wel zouden willen, kent de weg naar ondersteuning niet.

Ook de werkgever kan een rol spelen in het ondersteunen van mantelzorgers. Er zijn mogelijkheden voor zorgverlof en er is een wet die flexibel werken mogelijk maakt. Van de verlofregelingen wordt echter weinig gebruikgemaakt, en niet iedere werksituatie leent zich voor flexibel werken. Ook heeft niet iedere mantelzorger hieraan behoefte. Contact met en begrip van leidinggevendenden blijkt een belangrijke vorm van ondersteuning. Daarvoor is het belangrijk dat de mantelzorg bespreekbaar is, zodat de mantelzorger met vragen hierover op een leidinggevende durft af te stappen. Ook jonge mantelzorgers die onderwijs volgen, vinden het bespreekbaar maken van het thema en begrip tonen van belang. Het is dan ook nodig om te blijven investeren in ‘mantelzorgvriendelijke’ arbeidsorganisaties en onderwijsinstellingen. Daar kunnen mensen die hulp bieden aan naasten in gesprek (denk aan een voortgangsgesprek op het werk of mentorgesprek op school) gaan om oplossingen voor hun situatie te vinden als dat nodig is. Dit helpt werkende en studerende mantelzorgers om zowel op de werkvloer als in de thuissituatie goed te blijven functioneren.

Reflectie

Deze stand van zaken laat zien dat velen hulp aan zieke naasten geven en dat dit vaak goed gaat. Uit het onderzoek blijkt ook dat er een groep burgers is die nu geen hulp geeft, maar ervoor openstaat om te gaan helpen. In 2016 geeft een kwart van de ‘niet-helpers’ aan te willen en kunnen helpen: deze groep is daartoe bereid, beschikt over tijd en heeft geen gezondheidsproblemen. Overigens gaat het om zeg-gedrag en is niet goed in te schatten of men echt hulp zal geven. Mensen kunnen wellicht verleid worden om te helpen, maar moeten dan wel iemand met een hulpvraag (her)kennen. Drempels om hulp te geven, kunnen liggen in handelingsverlegenheid: stel dat iemand zich door het aanbieden van hulp beledigd voelt? En weten mensen ook wát zij zouden kunnen doen? Mensen kunnen meer bewust gemaakt worden van het belang van mantelzorg, en onjuiste voorstellingen over het geven van mantelzorg kunnen worden weggenomen. Denk aan het idee dat mantelzorg verplicht is en dat de hulp neerkomt op ‘het wassen van de billen van de buurman’. Dat een deel van de mensen niet wil of kan helpen of de hulpvraag niet ziet, is geen probleem als andere mensen uit het netwerk bijspringen of betaalde dienstverlening een optie is. Technologie en aanpassingen in huis kunnen soms ook een oplossing bieden. Als er geen andere mogelijkheden zijn, kan een beroep worden gedaan op (publiek gefinancierde) professionele thuiszorg. Het is echter ook mogelijk dat de hulpbehoevende minder hulp krijgt dan gewenst.

Om mensen te verleiden om hulp te gaan geven, moet wel rekening worden gehouden met hun grenzen, zoals hun tijd en gezondheid, maar ook met de dingen die zij wel en niet willen doen en voor wie en welke kennis en competenties daarvoor nodig zijn. We kunnen daarbij veel leren van de personen die momenteel hulp geven en van wie een deel dagelijks tegen de eigen grenzen aanloopt, bijvoorbeeld over voorwaarden om de hulp op een verantwoorde wijze te kunnen bieden.

De verwachting is dat de druk op de mantelzorg in de komende jaren zal toenemen en daarmee waarschijnlijk ook de belasting die hiermee gepaard gaat. Dit wordt onderbouwd door de ramingen van het Sociaal en Cultureel Planbureau en het Planbureau voor de Leefomgeving die voorspellen dat er minder gevers per hulpbehoevende zullen zijn (Kooiker et al. 2019). De toenemende druk zal onder meer zichtbaar worden bij ouderen die in toenemende mate hulp gaan geven aan hun partner of leeftijdsgenoten. Het afnemend potentieel aan mantelzorgers maakt ook dat zij vaker de enige helper zijn, wat het risico vergroot dat niemand zicht heeft op hun welzijn. In de zogenoemde krimpregio's, waar het aandeel ouderen nog meer zal toenemen dan elders, zal de druk het meest voelbaar zijn. Dat laatste werpt een nieuw vraagstuk op: hoe staat het met regionale verschillen in mantelzorg en de ondersteuning daarvan en welke alternatieven zijn er als mantelzorg niet voldoende 'beschikbaar' is? Kunnen hulpbehoevenden dan terecht bij professionele zorg (thuis of in een instelling)? En wat zijn de mogelijkheden van vrijwilligers en buurtinitiatieven?

Het is overigens maar de vraag of de oplossing voor de problemen van (potentiële) mantelzorgers altijd te vinden is in formele vormen van ondersteuning. Er ligt ook verantwoordelijkheid bij de mantelzorg zelf (let op je eigen grenzen) en de hulpbehoevende (die soms ook zorg van anderen zal moeten accepteren). Maar het is niet altijd gemakkelijk om die grens te stellen, en er zijn mensen die zich in een 'klem' bevinden: 'als ik het niet doe, is er niemand anders'.

Met betrekking tot de combinatie van werk en mantelzorg zijn de mogelijkheden voor zorgverlof en flexibeler werk recent uitgebreid. Bekend is echter dat werk ook een hulpbron is: het zorgt voor afleiding, sociale contacten en natuurlijk inkomen. Mantelzorgers willen dan ook niet altijd hun werk aanpassen om te kunnen zorgen. De vraag hoe mantelzorgers kunnen blijven werken, lijkt minder in de belangstelling te staan dan de vraag hoe werkenden 'erbij' kunnen mantelzorgen.

Om te blijven werken, lijken dan ook niet alleen flexibel werken en verlof van belang om de zorgtaak te verlichten, zeker als het verlof onbetaald is. Het gaat ook om meer thuiszorg of respijtzorg, versterking van competenties, erkenning en duidelijkheid over de taken en het delen van informatie, bijvoorbeeld inzage in de Persoonlijke Gezondheidsomgeving (PGO) van de zorgontvanger. Dat zijn oplossingen die buiten de zeggenschap van werkgevers liggen en een bredere discussie vergen, waarin zowel werk als zorgoplossingen worden bekeken.

Kennishiaten

In de afgelopen jaren zijn we veel te weten gekomen over mantelzorgers en de hulp die zij geven, maar er zijn ook kennishiaten. Zo weten we nog weinig over specifieke groepen mantelzorgers die potentieel kwetsbaar zijn, zoals mantelzorgers met een migrantenachtergrond en oudere mantelzorgers. Als we zouden weten of zij voldoende toegang tot ondersteuning ervaren, of deze aansluit bij hun behoeften en in hoeverre dit voorkomt dat mantelzorg andere vormen van participatie (bv. werk, studie, sociale contacten, sport) in de

weg staat, dan zouden we tot een zinvolle differentiatie in ondersteuning kunnen komen. Daarnaast is inzicht nodig in de effectiviteit van interventies zoals mantelzorg-ondersteuning.

Een ander punt van aandacht is de preventie van overbelasting. Het scp volgt al enige jaren de ontwikkelingen in onder meer de ervaren belasting van mantelzorgers, maar onderzoek naar het verloop van deze belasting op langere termijn en de factoren die daarmee samenhangen ontbreekt. Omdat zorgtrajecten vaak meerdere jaren omvatten, is longitudinaal onderzoek van belang. Dit soort onderzoek kan ook in beeld brengen of ondersteuning vanuit het netwerk, het werk, de school en beroepskrachten in de zorg op bepaalde momenten in het zorgtraject nodig is of goed uitpakt en dus hoe overbelasting het best kan worden voorkomen.

Dit alles laat zien dat er, 25 jaar nadat de stichting LOT (Landelijke Organisatie Thuisverzorgers) werd opgericht, nog steeds aandacht nodig is voor (de ondersteuning van) mantelzorgers. De verwachting is dat de druk op mantelzorgers de komende jaren zal toenemen door het langer thuis wonen van ouderen met complexe gezondheidsproblemen en meer chronische aandoeningen, het afnemend aantal gevers per hulpontvanger, het tekort aan zorgpersoneel en de stijgende zorgkosten. Dit maakt het van belang om mantelzorgers in het vizier te houden.

1 Druk op mantelzorgers

Elk jaar op 10 november staan we in Nederland stil bij mantelzorg. In het kader van die ‘Dag van de mantelzorg’ vraagt het Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP) aandacht voor mantelzorgers in deze publicatie, die is gebaseerd op kennis die het SCP in de afgelopen jaren over dit onderwerp heeft verzameld. Dat doen we ook omdat we willen stilstaan bij de vorderingen die in 25 jaar tijd zijn gemaakt in de emancipatie van de mantelzorger. In 1994 werd de stichting LOT (Landelijke Organisatie Thuisverzorgers) opgericht door een groepje familieleden van mensen die ondersteuning nodig hadden. Zij stelden als eersten in Nederland de mantelzorger centraal in plaats van de verzorgende te zien als verlengstuk van de hulpbehoevende. De stichting LOT is de voorloper van wat later Mezzo werd en wat we nu kennen als MantelzorgNL, de door het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) gesubsidieerde landelijke vereniging voor mantelzorgers en vrijwilligerszorg. Zij zetten zich op allerlei manieren in voor de erkenning en ondersteuning van mantelzorgers. Het begrip ‘mantelzorg’ valt niet bij iedereen in goede aarde (het zou een beleids-term zijn waarin mensen die hun naasten helpen zich niet herkennen), maar is zo ingeburgerd dat ook het SCP het gebruikt.¹

De komende jaren neemt het aantal ouderen toe. Ouderen wonen bovendien langer zelfstandig, ook met complexe gezondheidsproblemen, zoals meerdere chronische aandoeningen. Er zijn zorgen of er in de toekomst voldoende mensen zijn om hen te helpen (De Jong en Kooiker 2018). De Koning vroeg zich in 2018 in de Troonrede af of we in Nederland wel voldoende met elkaar en niet te veel naast elkaar leven. Het is duidelijk dat in de nabije toekomst minder mantelzorgers de taken met elkaar zullen moeten oppakken, terwijl zij deze vaak moeten combineren met andere bezigheden zoals betaald werk, onderwijs, zorg voor een gezin of zij – als het gaat om partners die elkaar helpen – zelf al op leeftijd zijn en misschien beperkingen hebben. Dat er personeelstekorten in de zorg ontstaan, laat zien dat informatie over de bijdrage van mantelzorgers steeds belangrijker wordt (Daalhuizen et al. 2019). Immers, een te groot beroep op mantelzorgers kan hen overbelasten. De overheid erkent dat ook en heeft beleid ontwikkeld om mantelzorgers te ondersteunen, zoals verwoord in de Wet maatschappelijke ondersteuning 2015. De uitvoering van dit beleid is aan de gemeenten: zij zijn verantwoordelijk voor de advisering aan en de ondersteuning van mantelzorgers. Daarnaast heeft de overheid regelingen in het leven geroepen om mantelzorg beter met betaald werk te combineren, zoals zorgverlof en de Wet flexibel werken.

Het veld zelf staat ook niet stil. We geven enkele voorbeelden die dit illustreren. De stichting Werk&Mantelzorg (gefinancierd door de ministeries van VWS en Sociale Zaken en Werkgelegenheid) stimuleert dat werkgevers zich inspanden om het predictaat ‘mantelzorgvriendelijk’ te verdienen, zodat werknemers hun werk en mantelzorg beter kunnen combineren. Met behulp van een ZonMw-subsidie en in samenwerking met v&vn wordt

momenteel de ‘richtlijn overbelaste mantelzorger’ voor verpleegkundigen, verzorgenden en verpleegkundig specialisten ontwikkeld. In januari 2019 vroeg het Landelijk Netwerk Studentenwelzijn aandacht voor studenten die een zieke naaste helpen en deed de aanbeveling om deze groep extra ondersteuning te bieden. MantelzorgNL startte in april 2019 een bewustwordingscampagne om het taboe op het voeren van een gesprek over mantelzorg te doorbreken (Van Vliet 2019). Movisie en Vilans ondersteunen in het programma ‘In voor mantelzorg-thuis’ de lokale samenwerking tussen professionals en mantelzorgers en tussen zorg, welzijn en gemeente.²

Deze activiteiten laten zien dat mantelzorg een niet meer weg te denken plek heeft ingenomen in de zorg voor ouderen en mensen met een beperking. Dat was altijd al het geval, maar mantelzorg heeft zich in de afgelopen 25 jaar ontwikkeld van ‘onzichtbare spontane en vanzelfsprekende naastenhulp’ tot ‘erkende, noodzakelijke onbetaalde hulp die de zorg betaalbaar moet houden’. Door een sterker beroep te doen op de onbetaalde bijdrage van mantelzorgers wordt de hulpbereidheid van burgers ‘verzilverd’. Zonder deze hulp zouden de kosten voor de zorg voor hulpbehoevenden immers veel hoger zijn. Burgers die bereid zijn om hun naasten te helpen, zijn dus heel waardevol.

Bij de hervormingen in de langdurige zorg zijn doelen geformuleerd die betrekking hebben op informele hulp. De overheid verwacht dat mensen meer voor elkaar gaan zorgen. Wat weten we over de bereidheid van mensen om elkaar te helpen en over de factoren die daarop van invloed zijn? Tegelijkertijd wil de wetgever mantelzorgers beschermen tegen overbelasting. Wat is bekend over deze overbelasting en de oorzaken daarvan? De regering zet ook in op de ondersteuning van mantelzorgers en op het beter verbinden van informele en formele ondersteuning en zorg. Welke informatie hebben we over het gebruik van ondersteuning en eventuele verklaringen voor het niet gebruiken daarvan?

In deze publicatie proberen we met de kennis die bij het SCP is opgedaan over mantelzorgers antwoord te geven op die drie vragen. We nemen daarbij de stand van zaken van 2016 als uitgangspunt, het meest recente jaar waarover we gegevens op dit vlak hebben.³ Op basis van de antwoorden formuleren we aandachtspunten voor het beleid en benoemen we de belangrijkste thema’s waarover de komende tijd (meer) kennis nodig is.

Noten

- 1 Opgemerkt moet worden dat het SCP in zijn enquêtes het begrip ‘mantelzorg’ níet gebruikt; daarin wordt gesproken over ‘hulp aan zieke naasten’ (zie hoofdstuk 2).
- 2 Dit is een onderdeel van het programma Langer Thuis van het ministerie van vws (TK 2018/2019).
- 3 In het najaar van 2019 verzamelen het SCP en het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) nieuw materiaal over het geven van mantelzorg; hierover zal het SCP eind 2020 rapporteren.

2 Bereidheid om mantelzorg te geven

Mantelzorg vatten we op als alle hulp aan een hulpbehoevende die wordt gegeven door iemand uit diens directe omgeving. Het gaat dus om intensieve en minder intensieve, kortdurende en langdurende hulp en hulp aan huisgenoten en aan uitwonende familieleden, burens of vrienden, aan zelfstandig wonenden en aan bewoners van zorginstellingen (De Klerk et al. 2017). De hulp kan veel verschillende activiteiten omvatten, zoals gezelschap houden en hulp bij administratie, vervoer, douchen of het nemen van medicijnen. Mantelzorg gaat verder dan de hulp die naar algemeen aanvaarde opvattingen in redelijkheid mag worden verwacht van de partner, ouders van inwonende kinderen of andere huisgenoten (de ‘gebruikelijke zorg’).

In dit hoofdstuk kijken we naar de huidige mantelzorgers en veranderingen in de hulp die zij bieden. Vervolgens gaan we in op de bereidheid van burgers om (meer) mantelzorg te geven.

Ongeveer een op de drie Nederlanders geeft mantelzorg

In 2016 geeft ongeveer een derde van de van de 16-plussers in Nederland mantelzorg, en dat aandeel is niet veranderd ten opzichte van twee jaar daarvoor.¹ Dit wil zeggen dat er per jaar zo’n 4,4 miljoen mantelzorgers zijn in Nederland. Kijken we naar het moment van de enquête, dan gaat het om ongeveer 3 miljoen mensen. Circa 750.000 mensen (17% van de mantelzorgers) helpen langdurig (langer dan drie maanden) en intensief (meer dan acht uur per week). Gemiddeld geven mantelzorgers zeven uur per week hulp. Ze helpen gemiddeld vijf jaar.

Circa een kwart van degenen die helpen, ziet zichzelf als mantelzorger; drie op de vier mantelzorgers herkennen zichzelf niet als zodanig. Bij degenen die intensief helpen of hele naaste familie helpen, is het aandeel dat zichzelf als mantelzorger ziet iets hoger (De Klerk et al. 2017).

45-64-jarigen en vrouwen geven relatief vaak hulp

Voorals 45-64-jarigen geven relatief vaak mantelzorg; in die leeftijdsgroep krijgen mensen vaak te maken met gezondheidsproblemen van hun (schoon)ouders. Mantelzorg wordt echter ook gegeven door heel oude mensen en door jongeren. Zo groeit ongeveer een op de vijf scholieren op met een langdurig zieke naaste en geeft ongeveer 3% intensieve hulp (De Roos et al. 2020).

Vrouwen helpen vaker dan mannen, maar van alle mantelzorgers is ongeveer 45% man. Onder de partnerhelpers zijn mannen oververtegenwoordigd, onder de andere groepen de vrouwen (De Klerk et al. 2017). Een reden dat vrouwen vaker hulp geven, kan zijn dat zij eerder signaleren dat er hulp nodig is. Vrouwen hebben hierin vaker een proactieve houding: mannen helpen vooral als het ze wordt gevraagd (Matthews 2002; De Klerk et al. 2015). Mannen geven ook vaker aan dat ze helpen niet leuk vinden en denken vaker dan vrouwen dat ze er niet goed in zijn (De Klerk et al. 2015).

Mantelzorgen is vaak vanzelfsprekend, maar niet verplicht

Circa 80% van de mantelzorgers vindt het fijn en vanzelfsprekend om voor een naaste te zorgen (De Boer en De Klerk 2015). Twee derde zegt te helpen omdat het zo hoort; dat speelt iets meer bij helpers van familie dan bij helpers van vrienden of buren. Hoewel mantelzorg nooit kan worden verplicht, ervaren sommige mantelzorgers het wel zo – zij voelen zich gevangen in een ‘mantelzorgklem’ (Knipscheer 2010). Dit speelt bijvoorbeeld als de hulpbehoevende alleen door deze mantelzorger geholpen wil worden, als er niemand anders beschikbaar is of als de mantelzorger door zijn of haar hulp de inzet van professionele zorg wil voorkomen of uitstellen. Vooral helpers van kinderen en van partners noemen dit soort motieven relatief vaak.

Aandeel mantelzorgers stabiel, opvattingen veranderen wel

Een belangrijk motief voor de hervormingen in de langdurige zorg per 1 januari 2015 is het vergroten van de betrokkenheid in de samenleving: mensen zouden meer voor elkaar moeten zorgen en zich minder afhankelijk moeten opstellen van professionele zorg (Kromhout et al. 2018). Tussen 2014 en 2016 zijn er geen veranderingen in het aandeel volwassenen dat mantelzorg geeft of in de intensiteit van de hulp die mantelzorgers bieden (De Klerk et al. 2017). Ook als we naar de afgelopen tien jaar kijken, is het aandeel informele helpers redelijk constant. Wel veranderden de opvattingen: mensen vinden vaker dat men voor elkaar moet zorgen. Mensen vinden echter niet dat de zorg zo veel mogelijk van het sociale netwerk moet komen – informele hulp zou vooral aanvullend moeten zijn op professionele hulp. Ongeveer twee derde vindt de zorg voor hulpbehoevende ouders vooral een taak van de overheid en niet van familie. Mensen vonden dit in 2016 over het algemeen iets minder vaak dan in 2014 en 2010 (De Klerk 2017). Het hangt er hierbij vanaf om welke taken het gaat.

In de toekomst meer druk op mantelzorg

In de toekomst zal het aantal ouderen (en daarmee het aantal hulpvragers) stijgen, maar het aantal mensen in de potentiële beroepsbevolking (en daarmee het aantal hulpgevers) dalen (De Jong en Kooiker 2018; Kooiker et al. 2019). Was de verhouding tussen gevers en ontvangers in 2015 nog ruim vijf gevers op één mantelzorgontvanger, volgens de meest recente ramingen zal die verhouding in 2040 gedaald zijn tot ongeveer één op drie. Dit betekent dat de druk op de mantelzorg toeneemt: er zijn minder mensen beschikbaar om deze zorg mee te delen. Die druk zal vooral voelbaar zijn in de zogenoemde krimpregio's, aan de randen van Nederland, waar het aandeel ouderen nog meer zal toenemen dan elders.

Professionals ervaren dat netwerk vaak niet meer kan doen

Meer beroep doen op mantelzorgers kan lastig zijn. Zo doen gespreksvoerders vaak geen beroep op het sociale netwerk, omdat dat al veel doet en niet meer aankan of niet geschikt is voor (meer) zorg. Soms ontbreekt het cliënten aan een sociaal netwerk. Als dat er wel is,

speelt mee dat cliënten aangeven het heel vervelend te vinden om bepaalde intieme handelingen te laten uitvoeren door naasten (Bredewold et al. 2016).

Ook zorginstellingen constateren dat het lastig kan zijn om het sociale netwerk meer bij de zorg te betrekken. Voor mantelzorgers van mensen die al lang in een instelling verblijven, kan dit een omslag vragen. Ook kunnen familieleden op leeftijd en zorgbehoevend zijn, overbelast zijn, weinig tijd hebben of ver weg wonen (Gijzel et al. 2017). Vooral in de geestelijke gezondheidszorg is vaak sprake van een beperkt sociaal netwerk door gebrekkige familiecontacten (Lemmens et al. 2017). Doordat mensen met beperkingen vaker en langer zelfstandig wonen, neemt de belasting toe, vooral bij de zorg voor ouderen, aldus zorgprofessionals in kwalitatief onderzoek (Lemmens et al. 2017, Gijzel et al. 2017).

Meer hulp geven hangt onder meer af van beschikbare tijd

In 2016 is aan mantelzorgers gevraagd of zij, indien nodig, meer hulp zouden kunnen geven. Een kwart geeft te kennen (beslist) niet meer hulp te kunnen geven, circa drie op de tien zeggen dat (beslist) wel te kunnen doen. De helft zegt dat het afhangt van de situatie, waarmee vooral wordt bedoeld op de afweging of dit met het werk kan worden gecombineerd en of de eigen gezondheid het toelaat. Gebrek aan tijd is dus een belangrijke belemmering voor het verlenen van (meer) hulp (De Boer en De Klerk 2017).

Tijd speelt ook belangrijke rol bij bereidheid onder niet-helpers

Aan degenen die geen mantelzorger zijn en geen vrijwilligerswerk in de zorg en ondersteuning doen, is een aantal stellingen voorgelegd om na te gaan hoe zij denken over het geven van hulp. Circa 70% zegt bereid te zijn een ander te helpen (waarbij sprake kan zijn van sociaal wenselijke antwoorden) en bijna 60% zegt dat het geven van hulp hem of haar leuk lijkt (De Klerk 2017). Bijna de helft wil echter alleen incidenteel helpen. Een deel loopt tegen praktische bezwaren aan. Zo zegt ongeveer een op de drie geen tijd te hebben om te helpen en zegt bijna een op de vijf niet te kunnen helpen in verband met gezondheidsproblemen. Het aandeel mensen dat niet wil helpen, is klein (De Klerk 2017). Redenen om niet te willen helpen kunnen zijn dat men zichzelf niet geschikt vindt of een moeizame relatie met de hulpvrager heeft. Ook kan de hulpbehoevende geen mantelzorg willen ontvangen. Zo heeft de meerderheid van de mensen met een beperking een voorkeur voor verpleging of begeleiding door een beroepskracht (Putman et al. 2016).

In 2016 geeft een kwart van de 'niet-helpers' aan te willen en kunnen helpen: deze groep is daartoe bereid, beschikt over tijd en heeft geen gezondheidsproblemen (De Klerk 2017). Ruim vier op de tien mensen zegt wel te willen helpen, maar niet te kunnen. Mannen en vrouwen verschillen daarin niet. Mensen met kinderen en 35-64-jarigen geven vaker aan niet te kunnen of willen helpen dan anderen. Dit geldt ook voor mensen met een (grote) baan. Ander onderzoek laat eveneens zien dat een (lange) werkweek mensen ervan kan weerhouden om zorgtaken op te pakken en dat dit losstaat van de investeringen in de thuiszorg (Josten en De Boer 2015; Verbeek-Oudijk et al. 2019).

Bereidheid om te helpen hangt af van sociale relatie

Een op de zes 16-plussers helpt zijn of haar ouder(s). Verder zegt 40% desgevraagd zijn of haar ouders beslist te willen en kunnen helpen (wekelijks een halve dag) en 17% dat het ervan afhangt en stelt 9% beslist geen hulp te willen en kunnen geven (De Boer en De Klerk nog te verschijnen).² Bij het antwoord ‘hangt ervan af’ noemen de respondenten verplichtingen (werk), de reisafstand, de eigen gezondheid en de mogelijkheid dat anderen (broers en zussen) gaan helpen (Kooiker en De Klerk 2015).

In 2016 gaf 6% hulp aan een buurman- of vrouw. Van degenen die deze hulp niet geven, zegt ruim een op de drie beslist incidentele burenhulp te willen en kunnen geven, van wie 40% zegt dat ook wekelijks te willen en kunnen doen. Bij burenhulp is belangrijk om welke buurman- of vrouw het gaat: mensen willen vooral burenhulp geven als zij de burenen kennen en aardig vinden (De Klerk 2017). Voor de bereidheid om te helpen is de sociale relatie dus van groot belang.

Wat weten we over de bereidheid en mogelijkheden om mantelzorg te geven?

Of men helpt en welke hulp men geeft, wordt sterk door de context bepaald:

- De kans om iemand met een hulpbehoefte te kennen, stijgt met de leeftijd. Mantelzorg wordt relatief vaak gegeven door 45-64-jarigen, die dikwijls (schoon)ouders op leeftijd hebben.
- Vrouwen bieden vaker mantelzorg dan mannen, onder meer omdat zij eerder opmerken dat hulp nodig is. Mannen zeggen minder affiniteit te hebben met het geven van hulp.
- Helpen is niet verplicht, maar sommige mantelzorgers hebben het gevoel dat zij niet anders kunnen.
- Het beroep op mantelzorg loopt bij sommige groepen tegen grenzen aan, zoals bij ouderen en mensen met ernstige psychische problemen.
- Door demografische veranderingen zal de druk om mantelzorg te verlenen toenemen, vooral voor de ‘randen’ van het land.
- De hulpbereidheid hangt af van de mogelijkheden (zoals of men tijd heeft), maar ook van de relatie met de hulpbehoevende: mensen zijn vaker bereid om (heel) naaste familie te helpen dan vrienden of burenen.

Wat weten we niet?

Het voorgaande overziend kunnen we zeggen dat we al veel weten over de hulpbereidheid van burgers en de mantelzorg die zij bieden. Dit laat onverlet dat er over bepaalde groepen mantelzorgers relatief weinig kennis is. Het gaat dan bijvoorbeeld om migrantenmantelzorgers en oudere mantelzorgers, die in het programma Langer Thuis van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport worden genoemd als groepen waarvoor extra aandacht nodig is (TK 2018/2019). Zo zijn er indicaties dat onder migranten de schoondochters, die de meeste zorgtaken hebben, zwaarbelast zijn; ook zou sprake zijn van verwaarlozing en zelfs mishandeling (Fokkema 2019).

Een ander, minder makkelijk te onderzoeken punt is dat het lastig is om het potentieel aan mantelzorgers goed in te schatten: mensen kunnen wel aangeven of zij in principe zouden willen en kunnen helpen en waar dat laatste mee samenhangt, maar het is moeilijk in te schatten of ze dat daadwerkelijk gaan doen. Veel zal van de exacte omstandigheden afhangen: wie vraagt wat wanneer en waarom? Omdat het potentieel aan mantelzorgers zal afnemen, is het belangrijk om de bereidheid en het daadwerkelijk bieden van mantelzorg te blijven volgen. Zodoende kunnen we goed zicht houden op de verdeling van de druk op mantelzorgers naar bijvoorbeeld sekse, leeftijd, arbeidsparticipatie en migratieachtergrond en op groepen die ondersteuning nodig hebben.

Noten

- 1 Het aandeel mantelzorgers hangt sterk samen met de gekozen definitie. Zo komt het CBS op kleinere aantallen, doordat het in zijn enquêtes vraagt of iemand acht uur per week of meer of drie maanden of langer mantelzorg geeft (CBS 2016).
- 2 Gevraagd is of mensen hun hulpbehoevende ouders zouden kunnen en willen helpen bij het huishouden, boodschappen, klusjes doen of vervoer gedurende een halfjaar elke week een halve dag.

3 Overbelasting

Veel mensen helpen een naaste met gezondheidsprobleem of willen helpen, maar er zijn ook grenzen aan wat mogelijk is. In dit hoofdstuk gaan we in op wat er gebeurt als mantelzorgers tegen hun grens aanlopen – overbelasting – en op de factoren die hiermee samenhangen. We bespreken specifieke groepen die een groter risico op overbelasting hebben. In deze publicatie gebruiken we de termen overbelasting, hoge, ernstige of zware belasting, waarmee we hetzelfde bedoelen.

Een op de tien mantelzorgers overbelast

In 2016 voelt een op de tien mantelzorgers zich ernstig belast (ongeveer 380.000 mensen) (De Boer en De Klerk 2017). Een eerste teken van overbelasting is het gevoel van de mantelzorger nooit te worden losgelaten door de hulpsituatie en nooit vrij te zijn van verantwoordelijkheden (De Boer et al. 2012a). Een volgende fase is als mensen huishouden, gezin en werk moeilijk kunnen combineren en te moe zijn om in hun vrije tijd iets te ondernemen. De zwaarste vorm van belasting is als iemand conflicten thuis of op het werk ervaart door de zorgtaak, als de gezondheid achteruit gaat, of als iemand ziek of overspannen wordt door het helpen.

Overigens hebben veel mantelzorgers ook positieve ervaringen (De Boer et al. 2012b). Zo zegt vijf op de zes helpers te genieten van de leuke momenten met de hulpbehoevende en krijgt 80% een goed gevoel door het helpen.

Hulpbehoevenden kunnen ook onder overbelasting lijden

Een op de drie mantelzorgers geeft toe weleens het geduld te verliezen bij het helpen en 9% geeft toe dat dit kan leiden tot schreeuwen of een ruwe behandeling (Plaisier et al. 2015). Iemand die zich overbelast voelt, heeft een grotere kans zijn of haar geduld te verliezen. Ongeduld bij de mantelzorger kan leiden tot verwaarlozing, verkeerde behandeling of zelfs mishandeling van de hulpbehoevende. Dit hoeft niet meteen ‘ontspoorde mantelzorg’ zijn, maar kan daartoe wel leiden (Plaisier en De Klerk 2015).

Intensief helpen is risico voor overbelasting

Mantelzorgers die intensief helpen (minstens acht uur per week en langer dan drie maanden), hebben een grotere kans om overbelast te raken. De intensiteit van de mantelzorg hangt samen met de sociale relatie tussen geveer en ontvanger. De zorg voor de partner (13% van de mantelzorgers) is vaak intensief, gemiddeld bijna twintig uur per week, en duurt op het moment van de enquête gemiddeld bijna zes jaar (De Klerk et al. 2017). Mantelzorgers van kinderen (6% van de mantelzorgers) helpen vaak langdurig en intensief: gemiddeld bijna elf jaar en circa veertien uur per week. Hulp aan ouders (42% van de mantelzorgers) wordt gemiddeld vijf uur per week gedurende vier jaar gegeven en wordt relatief vaak gedeeld met beroepskrachten van een zorginstelling. Als de sociale afstand tot de hulpbehoevende groter is, neemt de intensiteit van de mantelzorg af. Helpers van

vrienden of buren (17% van de mantelzorgers) geven ongeveer vier uur per week hulp (De Klerk et al. 2014).

Geen 'overall' veranderingen in belasting, wel bij subgroepen

Gemiddeld genomen is de ervaren belasting van mantelzorgers niet veranderd tussen 2014 en 2016 (De Boer en De Klerk 2017). Uit onderzoek van het Nivel blijkt wel dat onder mantelzorgers van dementerenden het aandeel zwaarbelaste mantelzorgers toenam van 10% in 2011 tot 16% in 2016 (Jansen et al. 2016). Professionals geven signalen af dat de belasting mogelijk toeneemt onder mantelzorgers van specifieke groepen die zorgen voor mensen met een zware hulpbehoefte die thuis blijven wonen, waar ze voorheen misschien zouden zijn opgenomen (Kromhout et al. 2018). Harde cijfers ontbreken echter.

Hogere belasting bij vrouwen

Vrouwen geven niet alleen vaker hulp dan mannen (zie hoofdstuk 2), ze ondervinden ook een hogere belasting. Dit komt niet doordat vrouwen meer helpen; vrouwen en mannen geven gemiddeld evenveel uren hulp (De Klerk et al. 2015). Wellicht speelt mee dat vrouwen minder keuzemogelijkheden ervaren wat betreft de mantelzorg, omdat hun omgeving meer van hen verwacht (De Boer 2017). Een andere (deels hiermee samenhangende) verklaring is dat mannen op een taakgerichte en oplossende manier helpen, terwijl vrouwen een meer emotionele en persoonlijke wijze van helpen hebben, waardoor de belasting van mannen minder hoog oploopt. Zo helpen mannen vaker bij administratie en vervoer en vrouwen bij bezoeken aan arts, persoonlijke verzorging en begeleidende taken – taken die minder goed in te plannen zijn (De Boer en De Klerk 2015). Er zijn ook aanwijzingen dat vrouwen en mannen anders omgaan met het gebruik van ondersteuning waardoor het verschil in belasting kan worden verklaard (zie hoofdstuk 4).

Dementie maakt mantelzorg heel zwaar...

Een op de vijf mantelzorgers helpt iemand (vaak een (schoon)ouder) met dementie of geheugenproblemen. Mantelzorgers van mensen met dementie of geheugenproblemen voelen zich relatief zwaar belast (De Klerk et al. 2017). Deze mensen vragen veel aandacht, doordat zij bijvoorbeeld steeds hetzelfde vertellen en het voeren van een goed gesprek niet langer mogelijk is. Dat mantelzorg aan dementerenden zwaar is, blijkt ook uit het feit dat mantelzorgers uit deze groep zeggen dat hun relatie met de hulpbehoevende verslechterd is, dat ze weinig terugkrijgen van de persoon die ze hulp geven en dat ze de hulp geen jaar meer kunnen volhouden. Zij vinden zichzelf bovendien vaak niet kundig genoeg en zeggen kennis te missen. Zo maken ze zich bijvoorbeeld zorgen of het wel verantwoord is om 'hun' hulpbehoevende alleen thuis achter te laten en weten ze niet hoe ze het best kunnen omgaan met diens beperking.

... maar dat geldt ook voor psychische problemen...

Een groep mantelzorgers die veel minder in beeld, maar vaak ook zwaar belast is, is die van de mantelzorgers van mensen met psychische problemen (De Boer en De Klerk 2017).

Een op de acht mantelzorgers helpt iemand (relatief vaak een zoon of dochter) met een psychisch probleem (zoals depressie, angststoornis of psychoses) of een psychosociaal probleem (zoals eenzaamheid of verslaving). Deze mantelzorgers voelen zich vaak niet kundig genoeg, omdat de personen die zij helpen dikwijls ingewikkelde (gedrags)problematiek ondervinden. Ook hebben zij het gevoel er alleen voor te staan: ze zeggen vaak dat er niemand is die hun mantelzorg kan overnemen als zij uitvallen. Dit hangt onder andere samen met de omstandigheid dat mensen met een psychisch probleem moeite hebben met het onderhouden van een netwerk, maar ook vanwege hun privacy en het taboe op hun problematiek niet zomaar bij iedereen om hulp willen aankloppen. De mantelzorgers van mensen met psychische problemen ondervinden dan ook meer dan gemiddeld drempels om hulp aan anderen te vragen (Plaisier en Schyns 2015).

... en terminale zorgsituaties

Een kleine groep mantelzorgers (6%) biedt hulp vanwege een terminale ziekte (De Boer en De Klerk 2017). Zij geven vaak intensieve en complexe hulp aan een naaste die zal overlijden (De Klerk et al. 2017) en rapporteren vaak een hoge belasting en een kortere volhoudtijd, hoewel de hulp dikwijls wordt gedeeld met professionals. Ongeveer de helft van deze mantelzorgers ervaart een tekort aan kennis over de ziekte van hun naaste, een lacune die met cursussen of specifieke informatie kan worden aangevuld.

Kwetsbare partnerverzorgers

Partnerhelpers kunnen kwetsbaar zijn. Zij geven vaak intensieve hulp en delen de zorg relatief weinig met anderen, ook omdat de hulpbehoevende dikwijls graag door hen wordt geholpen (Plaisier et al. 2015). Het gaat in veel gevallen om ouderen die mogelijk zelf ook gezondheidsbeperkingen hebben.

Combinatie werk en mantelzorg lastig als zorgtaak intensief is

Twee op de drie mantelzorgers hebben betaald werk (De Klerk et al. 2017). Ongeveer een op de drie werkende mantelzorgers helpt vrijwel altijd op (of na) een werkdag. Mantelzorgers met een baan (van 12 uur per week of meer) werken wekelijks gemiddeld 33 uur en besteden 6 uur aan mantelzorg; bij intensieve helpers zijn dat respectievelijk 31 en 21 uur (De Boer et al. 2019). Hoewel werkende mantelzorgers hun taken over het algemeen goed te combineren vinden, ervaren zij een hogere tijdsdruk dan werkenden die geen mantelzorg zijn; dat geldt zeker voor de intensieve helpers (De Boer et al. 2019). Ook oordelen werkenden met een intensieve mantelzorgtaak negatiever over hun eigen gezondheid dan voordat zij die taak op zich namen (Josten en De Boer 2015). Verder neemt het langdurend werkverzuim (van twee weken of meer) sterk toe als mensen (intensieve) mantelzorg gaan geven, vooral als zij die twee jaar later nog geven.

Negatieve gevolgen bij jongeren

Jonge mantelzorgers (hier opgevat als scholieren of studenten met een zieke naaste) rapporteren een slechtere gezondheid en meer psychische klachten, zoals emotionele proble-

men, depressie en angst (De Roos et al. 2013; De Roos et al. 2016; Van Tienen et al. 2018). Dit geldt vooral voor jongeren die opgroeien met een psychisch ziek gezinslid (De Roos et al. 2013). Mantelzorgende studenten hebben een minder hoog studietempo, halen lagere cijfers en overwegen vaker hun opleiding te staken dan leeftijdsgenoten die niet met zo'n situatie te maken hebben (Van Tienen et al. 2018).

Wat weten we over overbelasting?

We weten het volgende over mantelzorgers en overbelasting:

- Mensen die intensief helpen, verzorgers van partners en vrouwen zijn oververtegenwoordigd onder de overbelaste mantelzorgers.
- De belasting onder mantelzorgers in het algemeen is de laatste jaren niet veranderd; er zijn wel aanwijzingen dat bij subgroepen de belasting is toegenomen.
- Mantelzorgers van personen met dementie, psychische problemen of terminaal zieken ondervinden een hoge belasting.
- Combinatie van werk en het geven van mantelzorg kan leiden tot hogere tijdsdruk, langdurig verzuim en een slechtere ervaren gezondheid, vooral bij intensieve mantelzorg.
- Scholieren en studenten die opgroeien met een zieke naaste kunnen te maken krijgen met een slechtere gezondheid en slechtere studieprestaties.

Wat weten we niet?

Hoewel we al veel weten over negatieve gevolgen van het helpen bij mantelzorgers, ook bij specifieke groepen helpers, ontbreekt longitudinaal onderzoek, waarmee beter zou kunnen worden vastgesteld waardoor en wanneer bijvoorbeeld de belasting en de behoefte aan ondersteuning bij helpers toenemen. In zo'n onderzoek zouden ook de gevolgen van werk voor mantelzorg en andersom goed te bestuderen zijn.

4 Ondersteuning van mantelzorgers

Met de meeste mantelzorgers gaat het goed. Zij weten de hulp aan hun naaste in balans te houden met bijvoorbeeld betaald werk, zorg voor jonge kinderen, sociale activiteiten en ontspanning. Zoals het hoofdstuk hiervoor laat zien, zijn er echter ook mantelzorgers die negatieve gevolgen ondervinden van het helpen en zich bijvoorbeeld overbelast voelen. Mantelzorgers kunnen baat hebben bij ondersteuning. In dit hoofdstuk beschrijven we welke vormen van ondersteuning voor mantelzorgers beschikbaar zijn en in hoeverre deze worden gebruikt. Ondersteuning kan geboden worden door andere helpers of gemeenten, maar is er ook op het werk of bij de studie.

Mantelzorgers helpen vaak met anderen

De meeste mantelzorgers (69%) delen de hulp met andere mantelzorgers, vaak in een ‘informeel hulpnetwerk’ dat bestaat uit alleen mantelzorgers of in een ‘gemengd hulpnetwerk’ dat bestaat uit zowel verschillende mantelzorgers als professionele helpers van bijvoorbeeld de thuiszorg (Plaisier 2017). Een klein deel van de mantelzorgers wordt alleen ondersteund door professionele helpers. Hun hulp betreft relatief vaak een huisgenoot (partner of kind) en dikwijls iemand met dementie of een verstandelijke beperking. De mantelzorgers die het zonder hulp van anderen doen (12%), helpen vaak huisgenoten, zoals partner of kind. Deze helpers staan er in veel gevallen alleen voor omdat de hulpbehoevende geen hulp van anderen wil of omdat niemand anders beschikbaar is. Een substantiële groep mantelzorgers durft geen hulp aan anderen te vragen of kan dat niet omdat er niemand beschikbaar is. Het vaakst gaat het dan om mensen die iemand helpen met een psychisch probleem: een op de vijf van hen ervaart zo’n drempel (Plaisier en Schyns 2015).

Mantelzorgers van iemand in een zorginstelling delen de hulp met professionals, maar vaak ook met andere mantelzorgers. Ook zij kunnen zich zwaar belast voelen en behoefte hebben aan ondersteuning (Broese van Groenou 2010). Deze mantelzorgers zijn vaak ouder dan 65 jaar en helpen vaak iemand met dementie of met een verstandelijke beperking.

Afstemmen met anderen en oog hebben voor de mantelzorger heeft aandacht

Het delen van hulp met anderen kan een goede vorm van ondersteuning voor mantelzorgers zijn, maar dan moet die hulp wel goed onderling kunnen worden besproken en afgestemd. Bij de meeste mantelzorgers lukt dat, maar een op de drie heeft wel eens een meningsverschil met andere mantelzorgers – dit zijn vaak mensen die burens of vrienden helpen. Minder dan een op tien ervaart afstemmingsproblemen met andere mantelzorgers – vaak mensen die iemand helpen met een psychisch probleem.

Driekwart van de mantelzorgers die te maken hebben met professionals (bv. van de thuiszorg, een casemanager of een arts) zegt de zorg goed met die professionals te kunnen bespreken en negen op de tien mantelzorgers kunnen de zorg goed met de thuiszorg

afstemmen (Plaisier 2017). Een klein deel (4%) geeft aan vaak een verschil van mening te hebben met een professional. Minder positief lijken mantelzorgers te zijn over de mogelijkheid om mee te beslissen over de zorg (bijna de helft kan dit niet) en het gevoel dat zorgprofessionals oog voor hen hebben (ruim de helft heeft dit niet).

Ook onder mantelzorgers van mensen in een zorginstelling zegt een deel (een op de vijf) slechts soms te kunnen overleggen met professionals en meestal niet het gevoel te hebben dat er oog is voor zijn of haar welzijn (Plaisier 2017). Een op de vijf vindt dat er zelden of nooit oog is voor zijn of haar welzijn en 5% zegt zelden of nooit met professionals te kunnen overleggen.

Privacywetgeving staat informatie uitwisselen soms in de weg

Om het contact en de afstemming in de zorg met verschillende helpers te ondersteunen, kan men gebruikmaken van digitale hulpmiddelen zoals CarenZorgt of Quli, die ook wel een persoonlijke gezondheidsomgeving (PGO) worden genoemd. Met een PGO kunnen hulpbehoevenden en medewerkers van een zorgaanbieder informatie delen, ook met mantelzorgers. Per 1 januari 2020 moet iedere zorgaanbieder een PGO aanbieden. Een mantelzorger heeft toestemming van de hulpbehoevende nodig om privacygevoelige informatie, zoals medische gegevens, in te zien. Privacywetgeving kan mantelzorgers ook wel in de weg staan, bijvoorbeeld als zij hun zorgen met een (huis)arts willen delen. Het is niet altijd duidelijk over welke informatie een mantelzorger mag beschikken en welke informatie hij of zij mag delen. De aard van de relatie speelt hierbij ook een rol (een partner heeft een andere status dan de buurvrouw).

Een grotere rol voor de huisarts

In de ondersteuning van mantelzorgers kunnen huisartsen en hun praktijkondersteuners een belangrijke en wellicht grotere rol spelen dan nu vaak het geval is. Zij kunnen het welzijn van mantelzorgers van hun patiënten in de gaten houden en hen wijzen op mogelijkheden voor ondersteuning door bijvoorbeeld de gemeente. Van alle professionals wordt de huisarts het vaakst genoemd als de persoon die oog heeft voor het welzijn van mantelzorgers, al gaat het slechts om 9% van de mantelzorgers (Plaisier 2017). Vrijwilligers, gemeenten en mantelzorgsteunpunten worden het minst vaak genoemd. Ongeveer een op de drie mantelzorgers die door anderen zijn gewezen op de mogelijkheden van ondersteuning, kreeg het advies daarover van de huisarts; veel vaker kreeg men dit advies van bekenden, zoals familieleden, kennissen of burens (ruim 80%).

Voldoende (professionele) hulp is belangrijk

Voldoende (professionele) hulp is ook een belangrijke vorm van ondersteuning van mantelzorgers. Alles overziend vindt 70% van de mantelzorgers dat 'hun' hulpbehoevende voldoende hulp krijgt (Plaisier en De Boer 2017). Ongeveer twee op de tien vindt dat dit niet het geval is en 13% weet het niet. Vooral mantelzorgers die hulp bieden aan iemand met dementie of een psychisch probleem ervaren de hulp relatief vaak als onvoldoende. Deze mantelzorgers voelen zich ook relatief vaak zwaar belast (zie hoofdstuk 3).

Mantelzorgondersteuning is een taak van gemeenten

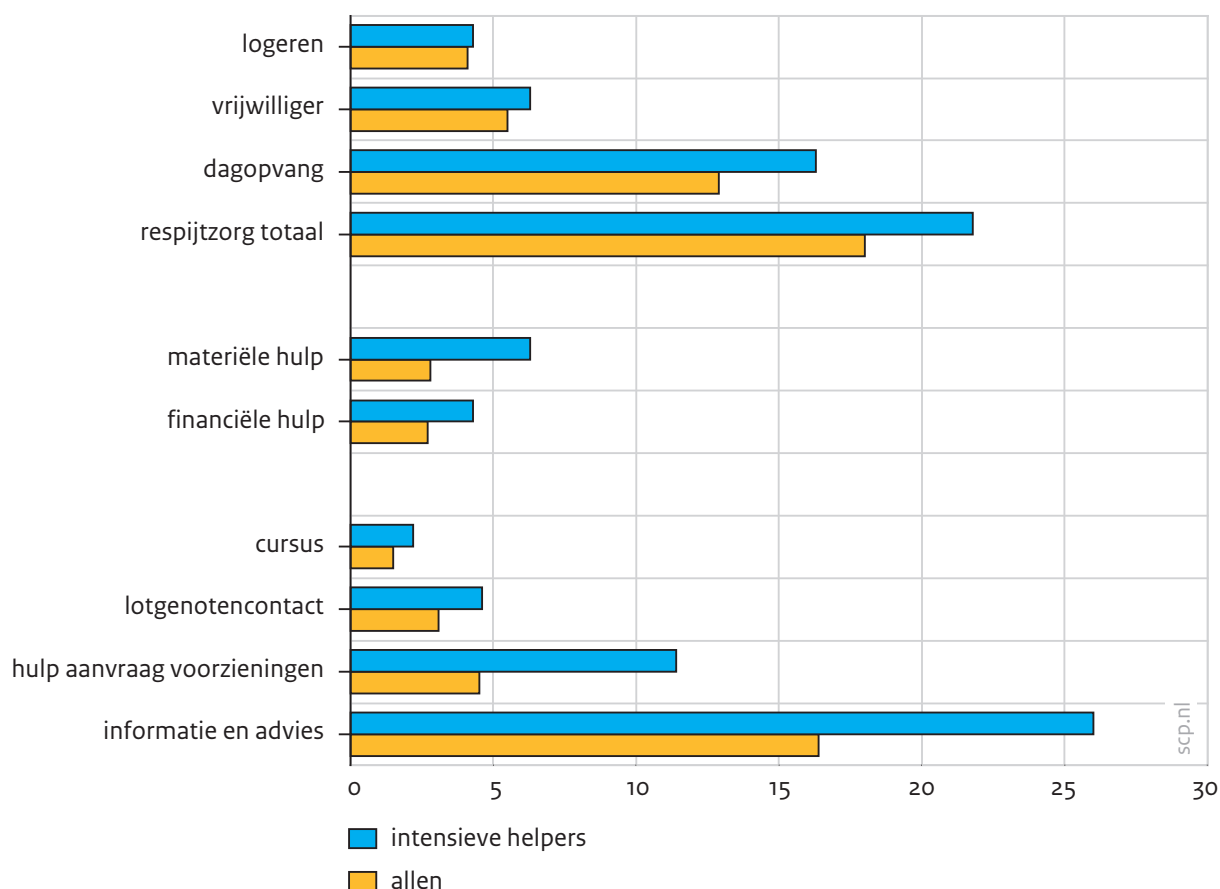
Gemeenten hebben volgens de Wmo 2015 de plicht om mantelzorgers te ondersteunen om overbelasting te voorkomen of te verminderen. Ze kunnen bijvoorbeeld de draaglast van mantelzorgers verminderen door respijtzorg te bieden (waarbij de zorg tijdelijk wordt overgenomen, zoals bij een logeeropvang of dagopvang) of iemand financieel of materieel tegemoetkomen (bv. met kortingen of een parkeerpas). Andere vormen van ondersteuning zijn gericht op het versterken van de draagkracht, door bijvoorbeeld lotgenotencontact of informatie en advies. Ook het vergroten van competenties en vaardigheden door bijvoorbeeld het volgen van een cursus of training kan ondersteunend zijn. Sommige vormen van ondersteuning zijn gericht op specifieke groepen, zoals helpenden van dementerenden (denk aan Alzheimer Cafés, casemanagers en de dementia-app) (Vernooij-Dassen et al. 2017) of jonge mantelzorgers (zoals Roos Radeloos) (Van Tienen et al. 2019; De Roos en De Boer 2019).

Weinig gebruik van mantelzorgondersteuning door gemeenten

Vrijwel alle gemeenten bieden een of meer vormen van mantelzorgondersteuning, bijvoorbeeld via mantelzorgsteunpunten of welzijnsorganisaties, maar het aantal mensen dat hiervan gebruikmaakt is meestal relatief klein (figuur 4.1). Draaglast verminderende ondersteuning betreft vaak dagopvang van de hulpbehoevende. Intensieve helpers maken hiervan iets vaker gebruik dan niet-intensieve helpers. De meest gebruikte vormen van draagkracht versterkende ondersteuning zijn informatie en advies, wellicht ook omdat die laagdrempelig zijn. Hiervan maken intensieve helpers eveneens vaker gebruik. Als mensen eenmaal gebruikmaken van mantelzorgondersteuning zijn ze daarover (heel) positief (De Klerk et al. 2009). Ze kunnen de zorg beter aan, oordelen positiever over de hulp die zij geven en voelen zich minder belast. Verder zeggen mantelzorgers nogal eens dat zij achteraf bezien te lang hebben gewacht met inschakeling van professionele hulp (De Klerk et al. 2014).

Figuur 4.1

Gebruik van diverse vormen van ondersteuning door mantelzorgers, totale groep en intensieve mantelzorgers (in procenten, n=2430)



Bron: SCP/CBS (IZG'16)

Onvervulde behoefte aan ondersteuning, ook door onbekendheid

Er is ook sprake van een onvervulde behoefte aan ondersteuning: bijna zes op de tien mantelzorgers van melders van de Wmo 2015 hebben behoefte aan een vorm van ondersteuning die zij niet ontvingen (Feijten et al. 2017). Het gaat vaak om een financiële tegemoetkoming, maar ook om iemand die de zorg af en toe overneemt. De onvervulde behoefte aan ondersteuning verhoogt de ervaren belasting bij mantelzorgers (Plaisier en De Boer 2017).

De belangrijkste redenen om geen gebruik te maken van gemeentelijke mantelzorgondersteuning zijn onvoldoende kennis over de mogelijkheden, onvoldoende of onduidelijke informatie hierover en bureaucratie rond de aanvraag van de ondersteuning (Feijten et al. 2017). Drie op de tien mantelzorgers is niet op de hoogte van een of meer typen mantelzorgondersteuning (Plaisier en De Boer 2017). Van degenen die ondersteuning nodig hebben en deze nu niet krijgen, zegt een kwart de weg niet te kennen. Mensen die hun kind helpen of een naaste met een verstandelijke beperking zijn vaker op de hoogte van de ondersteuningsmogelijkheden dan helpers van (schoon)ouders of naasten met een terminale ziekte. Vaak is het iemand uit eigen kring die mantelzorgers op het ondersteuningsaanbod wijst. De rol van professionals zoals de huisarts, wijkverpleging of gemeente is

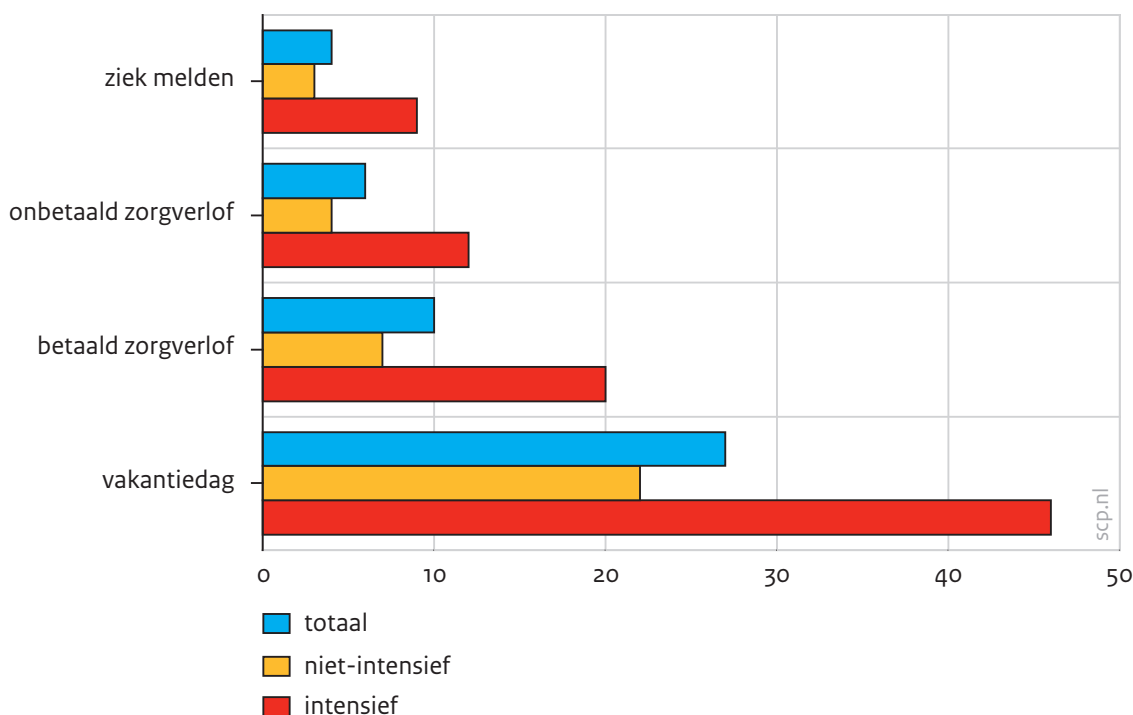
hierin beperkt. Ook kan meespelen dat mensen niet beseffen dat zij mantelzorgers zijn (zie ook hoofdstuk 2) en dus in aanmerking kunnen komen voor mantelzorgondersteuning.

Werkende mantelzorgers maken weinig gebruik van regelingen

In hoofdstuk 3 kwamen de relatief hoge tijdsdruk van werkenden met een intensieve mantelzorgtaak aan de orde (zie ook De Boer et al. 2019). In de maatschappelijke discussie wordt zorgverlof nogal eens genoemd als ‘oplossing’ voor de combinatie van werk en mantelzorg. Toch blijkt het gebruik van deze formele regelingen gering: ongeveer 10% van de werkende mantelzorgers maakt gebruik van betaald verlof en nog minder van onbetaald verlof (Van Thor et al. 2018; De Boer et al. 2019). Verreweg de meeste mantelzorgers zeggen daar ook geen behoefte aan te hebben. Vaker nemen werknemers vakantiedagen op om hulp te kunnen geven: ongeveer een kwart doet dit (De Boer et al. 2019). Dit zou ermee te maken kunnen hebben dat zorgverlof doorgaans (deels) onbetaald is, en dus ten koste gaat van het inkomen. Een vakantiedag opnemen is bovendien relatief gemakkelijk. De intensieve helpers maken globaal twee keer zo vaak gebruik van zorgverlof of vakantie dan de minder intensieve helpers. Als zorgen ten koste gaat van vakantie zou dat voor een werknemer extra belastend kunnen zijn. Zich ziek melden om te kunnen helpen komt ook voor; 4% van de mantelzorgers heeft dat weleens gedaan, intensieve helpers iets vaker dan niet-intensieve helpers (figuur 4.2).

Figuur 4.2

Gebruik van ‘verlof’ in verband met mantelzorg naar al dan niet intensief helpen, werknemers (≥ 12 uur per week) die mantelzorg geven, 2016 (in procenten; n = 957)



Bron: SCP/CBS (IZG'16)

Flexibel werken is niet altijd mogelijk

Om werkende mantelzorgers ruimte te geven en hen te helpen werken en mantelzorg beter te combineren, is in 2016 de Wet flexibel werken in het leven geroepen. Uit onderzoek onder werkgevers blijkt dat in een op de vijf organisaties werknemers zelf hun begin- en eindtijden kunnen bepalen (Van Echtelt en De Voogd-Hamelink 2017). Ook werken steeds meer mensen vanuit huis (Van Echtelt et al. 2016). Flexibel werken zou het combineren van werk en zorgtaken makkelijker kunnen maken en combinatiedruk kunnen voorkomen. De helft van de werkende mantelzorgers kan onverwacht een dagje vrij nemen als dat nodig is voor de zorgsituatie en een op de vijf kan de eigen werktijden geheel zelf bepalen (De Boer et al. 2019). Dit hangt uiteraard af van het type beroep dat men heeft.

Reduceren van werkuren vooral door vrouwen als oplossing gekozen

Een andere manier om ruimte te maken voor mantelzorgtaken is het reduceren van werkuren. Tijd voor hulpbehoevende ouders en andere naasten is voor veel vrouwen (ook) een reden om voor een deeltijdbaan te kiezen (Van Thor et al. 2018). Mannen die zich zwaar belast voelen door het geven van mantelzorg nemen vaker een dagje vrij of maken afspraken met hun leidinggevende en gaan minder vaak in deeltijd werken dan zwaar belaste vrouwen (Plaisier et al. 2017).

Werkende mantelzorgers hebben vooral behoefte aan begrip

Aan werknemers hebben we gevraagd wat volgens hen de beste manier is om werk met mantelzorg te combineren. Het meest genoemd werd begrip van leidinggevenden en collega's. Ruim de helft van de ondervraagden bespreekt de mantelzorg met de leidinggevende en driekwart daarvan ervaart begrip. Vooral helpers van familieleden in de eerste graad (partner, ouder of kind) en van terminaal zieken zeggen dat zij begrip ondervinden (De Boer et al. 2019). Voor hen is de urgentie om de zorgtaak te melden groot en voor werkgevers is hier sprake van herkenbare situaties waarvoor zij ruimte zullen willen bieden. Werkende mantelzorgers die iemand helpen die geen naaste familie is of die helpen bij een gezondheidsprobleem dat minder als zodanig herkend wordt (zoals psychische of psychosociale problemen), ervaren minder begrip van hun werkgever.

Leidinggevenden zouden kunnen investeren in de bespreekbaarheid van mantelzorg op het werk en informatie over regelingen die beschikbaar zijn. In het contact met een leidinggevende kunnen afspraken gemaakt worden over (tijdelijk) aanpassen van het werk of over tijdens werkuren bellen met de hulpbehoevende of zorgverleners. Contact met een leidinggevende over mantelzorgtaken blijkt ook een factor om tijdsdruk te reduceren (De Boer et al. 2019).

... maar ook aan flexibiliteit op de werkvloer

Flexibele werktijden worden eveneens vaak genoemd als meest gewenste manier van ondersteuning op het werk, vaker dan vrije dagen en verlof (De Boer et al. 2019). Dit kan een aanwijzing zijn dat werknemers hun werk niet willen 'inleveren' om te kunnen zorgen.

Bekend is dat werken ook als afleiding van een zware zorgsituatie kan dienen (Greenhaus en Powell 2006).

Een deel van de mantelzorgers, zoals zzp'ers, heeft geen leidinggevende of directe collega's. Er zijn aanwijzingen dat sommigen zelfstandig ondernemer zijn geworden vanwege de zorgtaak (ZZP 2017). Zij kunnen echter geen aanspraak maken op allerlei regelingen en faciliteiten die voor werknemers wel toegankelijk zijn.

Ondersteuning van scholieren niet optimaal

Studenten met een zorgtaak melden in kwalitatief onderzoek dat bekendheid en begrip van de onderwijsinstelling hen zou kunnen helpen, net als meer flexibiliteit in het onderwijs (Van Tienen et al. 2019). Het belang van meer zichtbaarheid van jonge mantelzorgers op school wordt onderstreept door experts op dit gebied (Hoefman en Van Zoest 2019a,b). Mentoren en zorgcoördinatoren stellen dat zij alerter zouden kunnen zijn als bij scholieren sprake is van een zorgsituatie thuis en dat zij daarover tijdig het gesprek met hen zouden kunnen aangaan (De Roos et al. 2017; Van Tienen et al. 2019). Uit een recent rapport van de Kinderombudsvrouw (2019) blijkt dat kinderen en jongeren die opgroeien bij een ouder met problemen, willen dat er sneller wordt ingegrepen als het thuis niet goed gaat. Ook willen ze dat samen met hen gekeken wordt naar wat zij nodig hebben, zodat ze net als hun ouders hulp, informatie en ondersteuning krijgen. Scholieren met een ziek gezinslid maken, vergeleken met scholieren zonder ziek gezinslid, vaker gebruik van professionele hulp, zoals psycholoog en jeugd-ggz, Centrum voor Jeugd en Gezin, pedagogisch of schoolmaatschappelijk werker of gezinsvoogd (De Roos et al. 2016). Zij hebben ook vaker behoefte aan meer ondersteuning. Tot slot zijn er aanwijzingen dat studenten andere keuzes maken in verband met het geven van mantelzorg. Zij gaan bijvoorbeeld niet op kamers of kiezen ervoor geen opleiding in een andere stad te volgen (Van der Eijnde 2019).

Wat weten we over ondersteuning van mantelzorgers?

Mensen met een mantelzorgtaak hebben ruimte nodig om die taak te kunnen uitvoeren en kunnen baat hebben bij ondersteuning. Deze kan komen van andere helpers, gemeenten, werkgevers en onderwijsinstellingen, maar ook de huisarts kan een rol spelen. We weten het volgende over mantelzorgers en hun ondersteuning:

- De meeste mantelzorgers delen de hulp met anderen, maar sommige mantelzorgers staan er alleen voor. Dit zijn vaak helpers van huisgenoten.
- Overleg en afstemming met professionals over wie wat en wanneer doet verlopen vaak goed, maar over meebeslissen met professionals zijn mantelzorgers minder tevreden.
- Ruim de helft van de mantelzorgers vindt dat professionals te weinig oog voor hen hebben.
- De beschikbare mantelzorgondersteuning in gemeenten wordt relatief weinig gebruikt. Redenen daarvoor zijn een gebrekkige of ontoegankelijke informatievoorziening en vraagverlegenheid bij mantelzorgers.

- Voor ondersteuning op het werk kan formeel verlof worden ingezet, maar daarvan wordt maar weinig gebruikgemaakt. Vaker nemen mantelzorgers vakantiedagen op om te kunnen helpen.
- Flexibel werken is niet voor alle werkenden mogelijk. De helft van de werkende mantelzorgers kan onverwacht een dag vrij nemen als dat nodig is en een op vijf kan de eigen werktijden bepalen.
- Contact met de leidinggevende is belangrijk. De helft van de werkende mantelzorgers bespreekt de zorgtaak met de leidinggevende en daarvan ontvangt driekwart begrip. Dit kan helpen om de tijdsdruk bij werkende mantelzorgers te reduceren. Zzp'ers hebben geen leidinggevendenden of directe collega's en staan er wat dat betreft dus alleen voor.
- Scholieren die opgroeien met een zieke naaste hebben vaak een onvervulde behoefte aan ondersteuning. Studenten met een zorgtaak hebben onder andere behoefte aan meer flexibiliteit en begrip van de onderwijsinstelling.

Wat weten we niet?

We gaan ervan uit dat mantelzorgers baat hebben bij ondersteuning, maar toch weten we nog maar weinig over de effecten van verschillende vormen van ondersteuning. Helpt het bijvoorbeeld altijd om de hulp met anderen te delen? In hoeverre verminderen het bevorderen van kennis en kunde en het ontlasten van mantelzorgers met respijtzorg de belasting die mantelzorgers ervaren? In hoeverre speelt de regio waarin men woont een rol bij de mantelzorgondersteuning? In de databank 'Effectieve sociale interventies' staan maar weinig interventies voor mantelzorgers die als goed worden beoordeeld. Meer kennis over de effecten van verschillende vormen van ondersteuning kan helpen om het ondersteuningsaanbod beter passend te maken.

We weten weinig over het ontvangen van gemeentelijke ondersteuning door jonge mantelzorgers, zoals respijtzorg of informatie en advies. Diverse experts op het terrein van jonge mantelzorgers geven wel aan dat behoeften van jongeren met een zorgtaak anders zijn dan die van volwassen mantelzorgers, maar er is nog weinig (kwantitatief) zicht op wat die verschillen precies inhouden (Hoefman en Van Zoest 2019a,b).

Ook wat betreft de behoeften van werkende mantelzorgers is sprake van onbeantwoorde vragen. We hebben bijvoorbeeld geen goed zicht op de redenen waarom de bestaande verlofregelingen relatief weinig worden gebruikt. Misschien hebben werknemers behoefte aan iets anders. Er zijn aanwijzingen dat mannen en vrouwen voor andere oplossingen kiezen om arbeid en mantelzorg beter te combineren, maar het inzicht daarin is nog maar beperkt.

Verder is de rol van diversiteit in behoefte aan mantelzorgondersteuning onderbelicht: we weten niet goed of de geboden vormen van ondersteuning aansluiten bij mantelzorgers met een migratieherkomst, of dat deze helpers andere behoeften hebben.

Tot slot is onduidelijk in hoeverre mantelzorg de emancipatie en arbeidsparticipatie door vrouwen, jonge mantelzorgers en in het bijzonder vrouwen met een migratieherkomst in de weg staat. Antwoorden op zulke vragen zouden kunnen helpen een effectiever

ondersteuningsaanbod te creëren. Dit onderstreept het belang van het dossier *Wat werkt van Movisie*, waarin werkzame interventies bij mantelzorgers worden beschreven, ook voor jonge mantelzorgers (Movisie 2017).

Literatuur

- Boer, Alice de (2017). *Wie maakt het verschil? Sociale ongelijkheid in condities en consequenties van informele hulp*. Den Haag/Amsterdam: Sociaal en Cultureel Planbureau/Vrije Universiteit.
- Boer, Alice de en Mirjam de Klerk (2015). Mantelzorgers: wie helpt wie, waarmee en hoe. In: Mirjam de Klerk, Alice de Boer, Inger Plaisier, Peggy Schyns en Sjoerd Kooiker (red.), *Informele hulp: wie doet er wat? Omvang, aard en kenmerken van mantelzorg en vrijwilligerswerk in de zorg en ondersteuning in 2014* (p. 65-88). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Boer, Alice de en Mirjam de Klerk (2017). Mantelzorgers en de hulp die zij geven. In: Mirjam de Klerk, Alice de Boer, Inger Plaisier en Peggy Schyns (red.), *Voor elkaar? Stand van de informele hulp in 2016* (p. 78-98). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Boer, A. de en M. de Klerk (nog te verschijnen). Zorgen voor elkaar: mantelzorg. *Inleiding in de gerontologie en geriatrie*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Boer, A. de, D. Oudijk, J. Timmermans en A.M. Pot (2012a). Ervaren belasting van mantelzorg; constructie van de EDIZ-plus. In: *Tijdschrift voor Gerontologie en Geriatrie*, jg. 43, nr. 2, p. 77-88.
- Boer, A.H. de, D. Oudijk, M.I. Broese van Groenou en J. Timmermans (2012b). Positieve ervaringen door mantelzorg; constructie van een schaal. In: *Tijdschrift voor Gerontologie en Geriatrie*, jg. 43, nr. 5, p. 243-255.
- Boer, Alice de, Inger Plaisier en Mirjam de Klerk (2019). *Werk en mantelzorg. Kwaliteit van leven en het gebruik van ondersteuning op het werk*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Bredewold, Femmianne, Thomas Kampen, Loes Verplancke, Evelien Tonkens en Jan Willem Duyvendak (2016). *Een mooie gedachte. Wat professionals denken over zelfredzaamheid en wat ze vervolgens (niet) doen*. Amsterdam/Utrecht: Universiteit van Amsterdam/Universiteit voor Humanistiek.
- Broese van Groenou, M. (2010). Mantelzorg in het tehuis. In: *Tijdschrift voor Gezondheidswetenschappen, TSG*, jg. 88, nr. 6, p. 329-335.
- cbs (2016). *Een op zeven mantelzorgers vindt zichzelf zwaarbelast*. Geraadpleegd 10 september 2019 via <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2016/45/een-op-zeven-mantelzorgers-vindt-zichzelf-zwaarbelast>
- Daalhuizen, Femke, Frank van Dam, Carola de Groot, Frans Schilder en Marieke van der Staak (2019). *Zelfstandig thuis op hoge leeftijd. Verkenning van knelpunten en handelingsperspectieven in beleid en praktijk*. Den Haag: Planbureau voor de Leefomgeving.
- Jong, Andries de en Sjoerd Kooiker (2018). *Regionale ontwikkelingen in het aantal potentiële helpers van oudere ouderen tussen 1975-2040*. Den Haag: Planbureau voor de Leefomgeving.
- Echtelt, Patricia van en Marian de Voogd-Hamelink (2017). *Arbeidsmarkt in kaart: werkgevers 2017*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Echtelt, Patricia, van, Simone Croezen, Jan Dirk Vlasblom en Marian de Voogd-Hamelink (2016). *Aanbod van arbeid 2016; werken, zorgen en leren op een flexibele arbeidsmarkt*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Eijnde, Charlotte van der (2019). *De ervaringen van studerende mantelzorgers: verrijking of belasting? Een kwalitatief onderzoek naar de factoren achter positieve en negatieve ervaringen van studerende mantelzorgers met en zonder migratieachtergrond*. Amsterdam: Vrije Universiteit.
- Feijten, Peteke, Roelof Schellingerhout, Mirjam de Klerk, Anja Steenbekkers, Peggy Schyns, Frieke Vonk, Anna Maria Marangos, Alice de Boer en Liesbeth Heering (2017). *Zicht op de Wmo 2015. Ervaringen van mellders, mantelzorgers en gespreksvoerders*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Fokkema, Tineke (2019). *Migranten van het eerste uur: een verloren generatie op leeftijd?* (oratie). Rotterdam: Erasmus Universiteit Rotterdam.
- Gijzel, Hinke, Henk Herman Nap, Marjolein Herps, Sander Mulder, Moniek van Klink, Sanne Schrijer-Snoeijs, Karina Kuperus en Mirella Minkman (2017). *De Wet langdurige zorg in de verzorging, verpleging en gehandicaptenzorg. Ervaringen uit de praktijk*. Amstelveen: KPMG/Tranzo.

- Greenhaus, J.H. en G.N. Powell (2006). When work and family are allies. A theory of work-family enrichment. In: *Academy of Management Review*, jg. 31, nr. 1, p. 72/92.
- Hoefman, R.J. en F. van Zoest (red.) (2019a). *Summary report of 'Enabling young carers to pursue their goals in life and reach their full potential – Converting research findings into policy actions. Country Focus: The Netherlands' – Results WP1 & WP3 (Hoe is het om adolescente jongere te zijn die zorgt? & Wat zijn veelbelovende strategieën voor het verbeteren van welzijn van jonge mantelzorgers?)*.
- Hoefman, R.J. en F. van Zoest (red.) (2019b). *Summary report of 'Enabling young carers to pursue their goals in life and reach their full potential – Converting research findings into policy actions. Country Focus: The Netherlands' – Results WP2 (Wat zegt wetgeving over adolescente jonge mantelzorgers?)*.
- Jansen, Daniëlle, Wendy Werkman en Anneke L. Francke (2016). *Dementiemonitor mantelzorg 2016. Mantelzorgers over zorgbelasting en ondersteuning*. Utrecht: Nivel.
- Josten, Edith en Alice de Boer (2015). *Concurrentie tussen mantelzorg en betaald werk*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Kinderombudsvrouw (2019). *Hoor je mij wel? Kinderen van ouders met een ziekte, verslaving of beperking*. Geraadpleegd 12 september 2019 via <http://dekinderombudsman.nl>
- Klerk, Mirjam de (2017). Bereidheid en mogelijkheden om te helpen. In: Mirjam de Klerk, Alice de Boer, Inger Plaisier en Peggy Schyns (red.), *Voor elkaar? Stand van de informele hulp in 2016* (p. 61-77). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Klerk, Mirjam de, Anna Maria Marangos, Martha Dijkgraaf en Alice de Boer (2009). *De ondersteuning van Wmo-aanvragers, een onderzoek onder aanvragers en hun mantelzorgers (Wmo-evaluatie, derde tussenrapportage)*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Klerk, Mirjam de, Alice de Boer, Sjoerd Kooiker, Inger Plaisier en Peggy Schyns (2014). *Hulp geboden. Een verkenning van de mogelijkheden en grenzen van (meer) informele hulp*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Klerk, Mirjam de, Alice de Boer, Inger Plaisier, Peggy Schyns en Sjoerd Kooiker (2015). *Informele hulp: wie doet er wat? Omvang, aard en kenmerken van mantelzorg en vrijwilligerswerk in de zorg en ondersteuning in 2014*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Klerk, Mirjam de, Alice de Boer, Inger Plaisier en Peggy Schyns (2017). *Voor elkaar? Stand van de informele hulp in 2016*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Knipscheer, K. (2010). Weerkaatst plezier. In: *Tijdschrift voor Gezondheidswetenschappen*, tsg, jg. 88, nr. 6, p. 306-308.
- Kooiker, Sjoerd en Mirjam de Klerk (2015). Bereid en in staat om te helpen. In: Mirjam de Klerk, Alice de Boer, Inger Plaisier, Peggy Schyns en Sjoerd Kooiker (red.), *Informele hulp: wie doet er wat? Omvang, aard en kenmerken van mantelzorg en vrijwilligerswerk in de zorg en ondersteuning in 2014* (p. 195-225). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Kooiker, Sjoerd, Andries de Jong, Debbie Verbeek-Oudijk en Alice de Boer (2019). *Toekomstverkenning mantelzorg aan ouderen in 2040. Een regionale toekomstverkenning voor de komende 20 jaar*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Kromhout, Mariska, Nora Kornalijnslijper en Mirjam de Klerk (red.) (2018). *Veranderde zorg en ondersteuning voor mensen met een beperking. Landelijke evaluatie van de Hervorming Langdurige Zorg*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Lemmens, Karin, Marijke Bos, Jaap van Weeghel, Mirjam Siesling en Karina Kuperus (2017). *De Wet langdurige zorg in de geestelijke gezondheidszorg. Ervaringen uit de praktijk*. Amstelveen: KPMG/Vilans.
- Matthews, S.H. (2002). Brothers and parent care. An explanation for sons' underrepresentation. In: B.J. Kramer en E. Thompson jr. (red.), *Men as caregivers*. New York: Prometheus Books.
- Movisie (2017). *Wat werkt bij mantelzorgondersteuning*. Geraadpleegd 16 oktober 2019 via <https://www.movisie.nl/publicatie/wat-werkt-mantelzorgondersteuning>

- Plaisier, Inger (2017). Hulpnetwerken en afstemming van hulp. In: Mirjam de Klerk, Alice de Boer, Inger Plaisier en Peggy Schyns (red.), *Voor elkaar? Stand van de informele hulp in 2016* (p. 99-119). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Plaisier, Inger en Alice de Boer (2017). Kennis, vaardigheden en ondersteuning van mantelzorgers. In: Mirjam de Klerk, Alice de Boer, Inger Plaisier en Peggy Schyns (red.), *Voor elkaar? Stand van de informele hulp in 2016* (p. 120-141). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Plaisier, Inger en Mirjam de Klerk (2015). *Ouderenmishandeling in Nederland. Inzicht in kennis over omvang en achtergrond van ouderen die slachtoffer zijn van ouderenmishandeling*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Plaisier, Inger en Peggy Schyns (2015). Hulp delen. In: Mirjam de Klerk, Alice de Boer, Inger Plaisier, Peggy Schyns en Sjoerd Kooiker (red.), *Informele hulp: wie doet er wat? Omvang, aard en kenmerken van mantelzorg en vrijwilligerswerk in de zorg en ondersteuning in 2014* (p. 110-128). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Plaisier, Inger, Alice de Boer en Mirjam de Klerk (2015). Gevolgen van mantelzorgen. In: Mirjam de Klerk, Alice de Boer, Inger Plaisier, Peggy Schyns en Sjoerd Kooiker (red.), *Informele hulp: wie doet er wat? Omvang, aard en kenmerken van mantelzorg en vrijwilligerswerk in de zorg en ondersteuning in 2014* (p. 146-169). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Plaisier, Inger, Alice de Boer en Mirjam de Klerk (2017). Gender verschillen in gebruik van strategieën op het werk door mantelzorgers. In: *Tijdschrift voor Genderstudies*, jg. 20, nr. 2, p. 147-163.
- Putman, Lisa, Debbie Verbeek-Oudijk, Mirjam de Klerk en Evelien Eggink (2016). *Zorg en ondersteuning in Nederland: kerncijfers 2014*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Roos, S. de en A. de Boer (2019). Jonge mantelzorgers in het voortgezet onderwijs. In: *oJ Actueel*, jg. 1, p. 10-11.
- Roos, S.A. de, S.M. Bot en A.H. de Boer (2013). Psychisch welbevinden van jongeren met een langdurig ziek gezinslid. In: *Tijdschrift voor Orthopedagogie*, jg. 52, nr. 5, p. 212-223.
- Roos, S. de, A.H. de Boer en S.M. Bot (2016). Well-being and need for support of adolescents with a chronically ill family member. In: *Journal of Child and Family Studies*, jg. 26, nr. 2, p. 405-415.
- Roos, S. de, A. de Boer en H. Janssens (2017). Zorgcoördinatoren over de signalering van jonge mantelzorgers. In: *Bij de les*, jg. 13, nr. 7, p. 9-11.
- Roos, Simone de, Ingrid van Tienen en Alice de Boer (te verschijnen). *Kwaliteit van leven van scholieren met een ziek gezinslid (werktitel)*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Tienen, I. van, A. de Boer, S. de Roos, C. van der Heijde en P. Vonk (2018). *Gezondheids- en studie-uitkomsten bij mantelzorgende studenten*. Amsterdam/Den Haag: Vrije Universiteit/Sociaal en Cultureel Planbureau/Universiteit van Amsterdam.
- Tienen, Ingrid van, Simone de Roos en Alice de Boer (2019). *Studie en mantelzorg is uitdaging voor student én voor de instelling*. Geraadpleegd 12 september 2019 via <https://www.scienceguide.nl/2019/05/studie-en-mantelzorg-is-uitdaging-voor-student-en-voor-de-instelling/>
- TK (2018/2019). *Plan van aanpak Programma Langer Thuis*. Tweede Kamer, vergaderjaar 2018/2019, Bijlage bij 31765, nr. 349.
- Thor, Jesper van, Wil Portegijs en Brigitte Hermans (2018). Willen vrouwen meer werken (en mannen minder)? In: Wil Portegijs en Marion van den Brakel (red.), *Emancipatiemonitor 2018*. Den Haag: Centraal Bureau voor de Statistiek/Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Vliet, L. van (2019). *Onderzoek: zorgen voor elkaar (Eenvandaag Opiniepanel Rapport)*. Geraadpleegd 12 september 2019 via https://eenvandaag.avrotros.nl/fileadmin/Rapportage_mantelzorg2.pdf
- Verbeek-Oudijk, Debbie, Isolde Woittiez en Alice de Boer (2019). The effect of public home care expenditure on unpaid caring, Differences between the over 50s in work or not. In: *International Journal of Care and Caring*, jg. 3, nr 2, p. 203-224.
- Vernooij-Dassen, Myrra, Alice de Boer, Marjolein E. de Vugt, Franka J.M. Meiland en Rose-Marie Dröes (2017). Mantelzorg bij dementie en de kracht van sociale gezondheid. In: *Nederlands Tijdschrift voor Geneeskunde*, 161:D1878.

zzp (2017). *Combinatie werk en mantelzorg ook lastig voor zzp-er*. Geraadpleegd 15 september 2019 via <https://www.zzp-nederland.nl/nieuws/combinatie-werk-en-mantelzorg-ook-lastig-voor-zzper>

Publicaties van het Sociaal en Cultureel Planbureau

SCP-publicaties

Onderstaande lijst bevat een selectie van publicaties van het Sociaal en Cultureel Planbureau. Deze publicaties zijn in gedrukte vorm verkrijgbaar bij de (internet)boekhandel en zijn als pdf gratis te downloaden via www.scp.nl. Een complete lijst is te vinden op www.scp.nl/publicaties.

SCP-publicaties 2019

- 2019-1 *Werk en mantelzorg. Kwaliteit van leven en het gebruik van ondersteuning op het werk* (2019). Alice de Boer, Inger Plaisier en Mirjam de Klerk. ISBN 978 90 377 0904 9 (pdf)
- 2019-2 *Opgestaan, plaats vergaan ... Uitstroom van vrouwen en mannen in leidinggevende functies* (2019). Ans Merens. ISBN 978 90 377 0907 0 (pdf)
- 2019-3 *Zorgen voor thuiswonende ouderen. Kennissynthese over de zorg voor zelfstandig wonende 75-plussers, knelpunten en toekomstige ontwikkelingen* (2019). Mirjam de Klerk, Debbie Verbeek-Oudijk, Inger Plaisier en Maaïke den Draak. ISBN 978 90 377 0908 7 (pdf)
- 2019-4 *Opnieuw beginnen. Achtergronden van positieverschillen tussen Syrische statushouders* (2019). Emily Miltenburg, Jaco Dagevos en Willem Huijnk (red.), Nathalie Boot en Zoë Driessen (CBS), Sanne Noyon en Mieke Maliepaard (WODC), Jaco Dagevos, Roxy Damen, Willem Huijnk en Emily Miltenburg (SCP), Ellen Uiters en Alet Wijga (RIVM). ISBN 978 90 377 0910 0 (pdf)
- 2019-5 *Informeel zorg ontvangen en verlenen: is de context van invloed?* (proefschrift) (2019). Debbie Verbeek-Oudijk. ISBN 978 90 377 0909 4 (pdf)
- 2019-6 *Het aantal mensen met een licht verstandelijke beperking: een schatting. Notitie ten behoeve van het IBO-LVB* (2019). Isolde Woittiez, Evelien Eggink, Michiel Ras. ISBN 978 90 377 0905 6 (pdf)
- 2019-7 *Grenzen aan een leven lang leren* (2019). Ralf Maslowski. ISBN 978 90 377 0913 1 (pdf)
- 2019-8 *Wat willen Nederlanders van de Europese Unie? Een verkenning met enquêtes, een onlinedialoog en focusgroepen* (2019). Paul Dekker en Josje den Ridder. ISBN 978 90 377 0914 8 (pdf)
- 2019-9 *Publiekssamenvatting Legitimiteit en pensioenhervormingen. Vignettenstudie naar voorkeuren voor het pensioenstelsel van zelfstandigen en werknemers* (2019). Martin Olsthoorn. ISBN 978 90 377 0915 5 (pdf)
- 2019-10 *Denkend aan Nederland: Een bundeling van analyses, thematische verkenningen en essays* (2019). Sjoerd Beugelsdijk (RUG), Joep de Hart, Pepijn van Houwelingen en Maroesjka Versantvoort (red.). ISBN 978 90 377 0916 2 (pdf)
- 2019-11 *Wonen met zorg* (2019). Inger Plaisier en Maaïke den Draak. ISBN 978 90 377 0919 3 (pdf)
- 2019-12 *Onder de pannen zonder gas? Woningeigenaren en hun afwegingen voor aardgasvrije alternatieven* (2019). Anja Steenbekkers en Samantha Scholte. ISBN 978 90 377 0920 9 (pdf)
- 2019-13 *Kansen op sportieve groei. Een verklarend model van sportdeelname* (2019). Annet Tiessen-Raaphorst, Isolde Woittiez, Frieke Vonk en Ine Pulles (Mulier Instituut). ISBN 978 90 377 0922 3 (pdf)
- 2019-14 *De sociale staat van Nederland* (2019). Annemarie Wennekers, Jeroen Boelhouwer, Jeanet Kullberg en Cretien van Campen (red.). ISBN 978 90 377 0923 0 (pdf)
- 2019-16 *Toekomstverkenning mantelzorg aan ouderen in 2040. Een regionale toekomstverkenning voor de komende 20 jaar* (2019). Sjoerd Kooiker, Andries de Jong (PBL), Debbie Verbeek-Oudijk, Alice de Boer. ISBN 978 90 377 0930 8 (pdf)

Digitale publicaties 2019

- Trends in de ouderenzorg 2018-2030* (infographic). Mirjam de Klerk, Debbie Verbeek-Oudijk, Inger Plaisier en Maaïke den Draak. ISBN 978 90 377 0911 7, publicatiedatum 17-4-2019
- Een week in kaart – editie 2* (cardstack). Anne Roeters, Freek Bucx, m.m.v. Jan Dirk Vlasblom, Marian de Voogd-Hamelink. ISBN 978 90 377 0903 2, publicatiedatum 2-5-2019
- Arbeidsmarkt in kaart: wel- en niet-werkenden – editie 1* (cardstack). Edith Josten, Wil Portegijs, Ans Merens en Marian de Voogd-Hamelink. ISBN 978 90 377 0917 9, publicatiedatum 28-6-2019
- Time use in the Netherlands – edition 2* (cardstack). Anne Roeters, Freek Bucx, m.m.v. Jan Dirk Vlasblom, Marian de Voogd-Hamelink. ISBN 978 90 377 0925 4, publicatiedatum 24-7-2019
- Armoede in kaart 2019* (cardstack). Stella Hoff, Benedikt Goderis, Bart van Hulst en Jean Marie Wildeboer Schut. ISBN 978 90 377 0926 1, publicatiedatum 3-9-2019
- De sociale staat van Nederland 2019* (infographic). Annemarie Wennekers, Jeroen Boelhouwer, Jeanet Kullberg en Cretien van Campen (red.). ISBN 978 90 377 0924 7, publicatiedatum 10-9-2019
- Arbeidsmarkt in kaart: werkgevers editie 2* (cardstack). Patricia van Echtelt, Lisa Putman, Marian de Voogd-Hamelink. ISBN 978 90 377 0927 8, publicatiedatum 9-10-2019

Overige publicaties 2019

- Burgerperspectieven 2019 | 1* (2019). Paul Dekker, Josje den Ridder. ISBN 978 90 377 0906 3
- Burgerperspectieven 2019 | 2* (2019). Josje den Ridder, Pepijn van Houwelingen, Sjoerd Kooiker en Paul Dekker. ISBN 978 90 377 0918 6
- Burgerperspectieven 2019 | 3* (2019). Paul Dekker, Quita Muis, Inge Sieben en Pepijn van Houwelingen. ISBN 978 90 377 0928 5

SCP-publicaties 2018

- 2018-1 *Werken aan de start. Jonge vrouwen en mannen op de arbeidsmarkt* (2018). Ans Merens en Freek Bucx (red.). ISBN 978 90 377 0859 2
- 2018-2 *Lees:Tijd. Lezen in Nederland* (2018). Annemarie Wennekers, Frank Huysmans en Jos de Haan. ISBN 978 90 377 0858 5
- 2018-3 *De Wmo 2015 in praktijk. De lokale uitvoering van de Wet maatschappelijke ondersteuning* (2018). Lia van der Ham, Maaïke den Draak, Wouter Mensink, Peggy Schyns en Esther van den Berg. M.m.v. Pepijn van Houwelingen en Isabella van de Velde. ISBN 978 90 377 0856 1
- 2018-4 *Jezelf zijn in het verpleeghuis* (2018). Lisette Kuyper, Debbie Verbeek-Oudijk en Cretien van Campen. ISBN 978 90 377 0855 4 (pdf)
- 2018-5 *Maatschappelijke ondersteuning: keuzes van cliënten en beleid van gemeenten* (2018) (handelseditie proefschrift). Anna Maria Marangos. ISBN 978 90 377 0846 2 (pdf)
- 2018-6 *Een lokaal sociaal contract. Voorwaarden voor een inclusieve samenleving* (2018). Kim Putters. ISBN 978 90 377 0861 5
- 2018-7 *The social state of the Netherlands 2017* (2018). Rob Bijl, Jeroen Boelhouwer en Annemarie Wennekers (red.). ISBN 978 90 377 0862 2 (pdf)
- 2018-8 *Net als thuis. Wooninitiatieven opgezet door ouders voor hun kinderen met een beperking* (2018). Inger Plaisier en Mirjam de Klerk. ISBN 978 90 377 0863 9
- 2018-9 *Bouwend aan een toekomst in Nederland. De leefsituatie van Poolse migranten die zich na 2004 in Nederland hebben ingeschreven* (2018). Mérove Gijsberts, Iris Andriessen, Han Nicolaas (CBS) en Willem Huijnk. ISBN 978 90 377 0864 6 (pdf)

- 2018-10 *Publieke voorkeuren. Een methodologische en inhoudelijke verkenning van voorkeuren voor publieke voorzieningen* (2018). Martin Olsthoorn en Ab van der Torre. ISBN 978 90 377 0867 7 (pdf)
- 2018-11 *De religieuze beleving van moslims in Nederland. Diversiteit en verandering in beeld* (2018). Willem Huijnk. ISBN 978 90 377 0868 4 (pdf)
- 2018-12 *Opvattingen over seksuele en genderdiversiteit in Nederland en Europa* (2018). Lisette Kuiper. ISBN 978 90 377 0866 0 (pdf)
- 2018-13 *Verhalen blijven vertellen en elkaar willen begrijpen* (2018). Kim Putters, Andries van den Broek, Ab van der Torre, Martin Olsthoorn, Esther van den Berg, Wouter Mensink, Lotte Vermeij, Marcel Coenders en Annemarie Wennekers. ISBN 978 90 377 0872 1
- 2018-14 *Syriërs in Nederland. Een studie over de eerste jaren van hun leven in Nederland* (2018). Jaco Dagevos, Willem Huijnk, Mieke Maliepaard (wOdc) en Emily Miltenburg. ISBN 978 90 377 0869 1
- 2018-15 *Tijdelijk werk geven. Invloed van laagconjunctuur en langdurende ziektegevallen* (2018). Edith Josten en Jan Dirk Vlasblom. ISBN 978 90 377 0870 7 (pdf)
- 2018-16 *Kwetsbaar en eenzaam? Risico's en bescherming in de ouder wordende bevolking* (2018). Cretien van Campen, Frieke Vonk en Theo van Tilburg (vu AMSTERDAM). ISBN 978 90 377 0874 5
- 2018-17 *Veranderde zorg en ondersteuning voor mensen met een beperking. Landelijke evaluatie van de Hervorming Langdurige Zorg* (2018). Mariska Kromhout, Nora Kornalijnslijper en Mirjam de Klerk (red.). ISBN 978 90 377 0875 2
- 2018-18 *An international comparison of care for people with intellectual disabilities. An exploration* (2018). Isolde Woittiez, Evelien Eggink, Lisa Putman en Michiel Ras. ISBN 978 90 377 0871 4 (pdf)
- 2018-19 *Van sociale werkvoorziening naar Participatiewet. Hoe is het de mensen op de Wsw-wachlijst vergaan?* (2018). Klarita Sadiraj, Stella Hoff en Maroesjka Versantvoort. ISBN 978 90 377 0880 6 (pdf)
- 2018-20 *Lastige kwesties. Acht focusgroepen over vertegenwoordiging en stemmen* (2018). Paul Dekker en Josje den Ridder. ISBN 978 90 377 0878 3 (pdf)
- 2018-21 *Kijk op kinderopvang. Hoe ouders denken over de betaalbaarheid, toegankelijkheid en kwaliteit van kinderopvang* (2018). Anne Roeters en Freek Bucx. ISBN 978 90 377 0876 9 (pdf)
- 2018-22 *Verdeeldheid en verbinding. Terugblik op de rol van de civil society bij de komst van vluchtelingen* (2018). Wouter Mensink. ISBN 978 90 377 0882 0 (pdf)
- 2018-23 *Als werk weinig opbrengt. Werkende armen in vijf Europese landen en twintig Nederlandse gemeenten* (2018). Cok Vrooman, Edith Josten, Stella Hoff, Lisa Putman en Jean Marie Wildeboer Schut. ISBN 978 90 377 0881 3
- 2018-24 *Het culturele leven. Hoe 10 culturele domeinen gezien vanuit 14 kernthema's* (2018). Andries van den Broek en Yvette Gieles. ISBN 978 90 377 0890 5 (pdf)
- 2018-25 *De sociale staat van Nederland 2018. Hoofdpijnen* (2018). Annemarie Wennekers, Jeroen Boelhouwer, Cretien van Campen en Rob Bijl (red.). ISBN 978 90 377 0886 8
- 2018-26 *Eritrese statushouders in Nederland. Een kwalitatief onderzoek over de vlucht en hun leven in Nederland* (2018). Leen Sterckx, Merhawi Fessehazion, m.m.v. Bet-El Teklemariam. ISBN 978 90 377 0888 2
- 2018-27 *LHBT-monitor 2018. De leefsituatie van lesbische, homoseksuele, biseksuele en transgender personen in Nederland* (2018). Gabriël van Beusekom en Lisette Kuiper. ISBN 978 90 377 0891 2 (pdf)
- 2018-28 *Overall rapportage sociaal domein 2017. Wisselend bewolkt* (2018). Evert Pommer, Jeroen Boelhouwer, Evelien Eggink, Anna Maria Marangos en Ingrid Ooms. ISBN 978 90 377 0895 0

- 2018-29 *Samenvatting Overall rapportage sociaal domein 2017. Wisselend bewolkt* (2018). Evert Pommer, Jeroen Boelhouwer, Evelien Eggink, Anna Maria Marangos en Ingrid Ooms. ISBN 978 90 377 0896 7
- 2018-30 *De scp-methode voor het meten van armoede. Herijking en revisie* (2018). Benedikt Goderis, Bart van Hulst, Jean Marie Wildeboer Schut en Michiel Ras. ISBN 978 90 377 0900 1 (pdf)
- 2018-31 *Rapportage sport 2018* (2018). Hugo van der Poel (Mulier Instituut), Resie Hoeijmakers (Mulier Instituut), Ine Pulles en Annet Tiessen-Raaphorst. ISBN 978 90 377 0893 6
- 2018-32 *Christenen in Nederland. Kerkelijke deelname en christelijke gelovigheid* (2018). Joep de Hart en Pepijn van Houwelingen. ISBN 978 90 377 0894 3
- 2018-33 *Ons geld. Vrouwen en mannen over het belang van inkomen en economische zelfstandigheid voor vrouwen* (2018). Wil Portegijs. ISBN 978 90 377 0889 9
- 2018-34 *Alle ballen in de lucht. Tijdsbesteding in Nederland en de samenhang met de kwaliteit van leven* (2018). Anne Roeters (red.). ISBN 978 90 377 0899 8

Digitale publicaties 2018

- Verhalen blijven vertellen en elkaar willen begrijpen* (infographic). Kim Putters, Andries van den Broek, Ab van der Torre, Martin Olsthoorn, Esther van den Berg, Wouter Mensink, Lotte Vermeij, Marcel Coenders en Annemarie Wennekers. ISBN 978 90 377 0873 8, publicatiedatum 4-5-2018
- Een (on)gezonde leefstijl* (card stack). Stéfanie André (RU), Gerbert Kraaykamp (RU), Roza Meuleman (RU). ISBN 978 90 377 0879 0, publicatiedatum 10-7-2018
- De sociale staat van Nederland 2018* (card stack). Annemarie Wennekers, Jeroen Boelhouwer, Cretien van Campen en Rob Bijl (red.). ISBN 978 90 377 0885 1, publicatiedatum 11-9-2018
- (Un)healthy lifestyles. Education as a dividing line* (card stack). Stéfanie André (RU), Gerbert Kraaykamp (RU), Roza Meuleman (RU). ISBN 978 90 377 0897 4, publicatiedatum 22-10-2018
- Publiek voorzien. Ontwikkelingen in de uitgaven en dienstverlening van 27 publieke voorzieningen* (digitaal gelaagd rapport). Evelien Eggink, Ingrid Ooms, Lisa Putman, Michiel Ras, Ab van der Torre en Sytske Wierda. ISBN 978 90 377 0892 9, publicatiedatum 6-11-2018
- Armoede in kaart 2018* (cardstack). Stella Hoff, Benedikt Goderis, Bart van Hulst en Jean Marie Wildeboer Schut. ISBN 978 90 377 0902 5, publicatiedatum 23-11-2018
- Emancipatiemonitor 2018* (cardstack). Wil Portegijs (scp) Marion van den Brakel (CBS) ISBN 978 90 377 0901 8, publicatiedatum 14-12-2018

Overige publicaties 2018

- Burgerperspectieven 2018 | 1* (2018). Paul Dekker, Lia van der Ham en Annemarie Wennekers. ISBN 978 90 377 0865 3
- Burgerperspectieven 2018 | 2* (2018). Josje den Ridder, Evelien Boonstoppel en Paul Dekker. ISBN 978 90 377 0877 6
- Burgerperspectieven 2018 | 3* (2018). Josje den Ridder, Paul Dekker en Evelien Boonstoppel. ISBN 978 90 377 0883 7
- Burgerperspectieven 2018 | 4* (2018). Paul Dekker, Josje den Ridder, Pepijn van Houwelingen en Patricia van Echelt. ISBN 978 90 377 0898 1
- Verdringing op de arbeidsmarkt. Beschrijving en beleving* (2018). Wiljan van den Berge, Jan Dirk Vlasblom, Jos Ebregt, Lisa Putman, Jochem Zweerink en Marloes de Graaf-Zijl. ISBN 978 90 377 0887 5 (pdf)