



Werkkaart: ondersteunen van naasten/mantelzorgers

Waar sociaal domein en ggz elkaar aanvullen en versterken

Een werkkaart om de professionals uit de ggz en het sociaal domein inzicht te geven in elkaars werk met de expliciete uitnodiging om lokaal of regionaal de samenwerking rondom de naasten/mantelzorgers op te starten.

De werkkaart is ontwikkeld in het kader van de zorgstandaard Naasten in samenwerking met:



Werkkaart

Ondersteuning van naasten/mantelzorgers doen we samen

Waar sociaal domein en ggz elkaar aanvullen en versterken

Psychische of verslavingsproblemen raken niet alleen degene die ze ondervindt, maar ook naasten: partners, ouders, (volwassen) kinderen, vrienden, broers en zussen. Naasten zijn het eerste vangnet, voordat iemand bij de professionele zorg terecht komt. Door hun band springen naasten vaak automatisch in een zorgrol. Daarbij worstelen ze met hun eigen grenzen en worden ze geconfronteerd met een rollercoaster aan gevoelens. Dit maakt hen kwetsbaar en daarom hebben zij ook ondersteuning nodig. Zowel de gemeente als de ggz hebben hierin een verantwoordelijkheid. Deze werkkaart is bedoeld voor professionals in de ggz en het sociaal domein, met als doel een brug te slaan tussen beide sectoren, zodat alle naasten/mantelzorgers optimaal ondersteund worden,

Inleiding

Het zorgen voor iemand kan veel vragen. Waardoor extra ondersteuning nodig is om zelf te blijven staan.

Voor naaste/mantelzorgers maakt het niet uit waar die steun vandaan komt, als deze er maar komt. Hiervoor is aanbod vanuit zowel de gemeente als de ggz. In deze werkkaart nodigen we professionals uit om bij elkaar in de keuken te kijken om elkaar regionaal en lokaal aan te vullen en versterken.



Naaste/mantelzorgers

Een naaste is iemand die zich in het sociale netwerk van iemand met psychische of verslavingsproblemen bevindt. Als een naaste deze persoon (actief) ondersteunt of zich zorgen maakt over deze persoon, dan wordt een naaste mantelzorgers genoemd. Er is een verschil tussen naasten en mantelzorgers, tegelijkertijd kan het ook één en dezelfde persoon zijn.

Als een naaste ook mantelzorgers is dan moet er ook aandacht zijn voor eventuele ondersteuningsbehoeftes van de mantelzorgers. Passende ondersteuningsmogelijkheden zijn zowel te vinden binnen het sociaal domein als binnen de ggz.

Niet alle mensen met psychische of verslavingsproblematiek zijn in zorg bij de ggz. daarom kunnen naasten/mantelzorgers ook steun krijgen vanuit de gemeente.

Steun vanuit de gemeente

Gemeenten hebben de taak om mantelzorgers zoveel mogelijk in staat te stellen hun taken als mantelzorgers uit te voeren.



Gemeenten kunnen dit onder andere doen door:

- het bieden van een luisterend oor
- het bieden van respijt: een adempauze voor de mantelzorgers
- lotgenotencontact tussen mantelzorgers te faciliteren
- informatie en advies bieden over de ondersteuningsmogelijkheden die er zijn in de gemeente
- mensen bewuster maken van hun rol als mantelzorgers

Steun vanuit de ggz

De ggz werkt vanuit een herstelgerichte visie, waarin herstel breder is dan alleen het aanpakken van de ziekte. Herstel is een individueel proces waarin mensen veerkracht ontwikkelen, leren omgaan met de aandoening en het leven weer oppakken na ontwrichtende ervaringen.

Herstellen doet een cliënt in de eigen sociale omgeving, dus samen met naasten. De ggz draagt bij aan herstel door:

- samen te werken met naasten
- naasten te ondersteunen zodat er een sterke sociale omgeving ontstaat waar de cliënt als nodig op kan terugvallen.

Vervolg: Werkkaart - Ondersteuning van naasten/mantelzorgers doen we samen

Waar sociaal domein en ggz elkaar aanvullen en versterken

Gemeenschappelijk doel, gedeelde verantwoordelijkheid

Het sociale domein en de ggz hebben een gedeeld doel: tijdig passende ondersteuning bieden aan mensen die naast iemand staan met psychische en/of verslavingsproblemen.

Door samen te werken aan het gedeelde doel, wordt én de doelgroep beter ondersteund én kunnen het sociale domein en de ggz elkaar ondersteunen. Samenwerken vanuit de gedeelde verantwoordelijkheid.

Hoe doe je dit?

Stel de vraag

Vraag aan de naasten/mantelzorgers hoe het met ze gaat:



Wees je ervan bewust dat het antwoord op deze vraag anders kan zijn als de zorgvrager erbij zit.

Neem de tijd om de situatie te bekijken

Vaak beseffen naasten/mantelzorgers zich niet dat ze een (enorme) last dragen of kunnen dit niet onder woorden brengen. Ook professionals zijn zich er niet altijd van bewust. Dus vraag verder:



Erkennen en herkennen

Breng de situatie in kaart. Weet wie betrokken zijn bij de zorg en zie, hoor en betrek, ook jonge, naasten/mantelzorgers. Vraag wat de situatie met hen doet.



Inventariseren

Bespreek stigma, taboe en wensen ten aanzien van het ondersteuningsaanbod.



Signaleren

Bespreek de ervaren belasting en voldoening door de naasten/mantelzorgers. Eventueel ondersteund door meetinstrumenten, zoals de [CarerQol](#).



Informereren

Geef naasten/mantelzorgers informatie over de klachten/ziektebeelden, de zorg en mogelijke mantelzorgondersteuning.



Warm verwijzen

Ken de sociale kaart voor mantelzorgondersteuning en zorg voor een warme verwijzing.

Dit kan bijvoorbeeld door de partij waar je naar verwijst zelf de mantelzorg te laten bellen.

Let op de verschuiving in rol

Het is belangrijk om te beseffen dat de naaste/mantelzorg(e)r eigenlijk partner, ouder, (volwassen) kind, vriend, broer of zus is. Tot op het moment dat er hulp en ondersteuning nodig is.

Dan treedt er een verschuiving op en dat valt vaak zwaar. Er komen extra zorgen en een vertrouwde structuur valt (gedeeltelijk) weg. Onderzoek samen de ondersteuningsbehoefte en -mogelijkheden.

- Vraag hoe men omgaat met de rol van mantelzorg(e)r

Zie de verschillen in behoeftes

Er is een grote diversiteit in de doelgroep naasten/mantelzorgers. Divers qua leeftijd, daginvulling (werk, opleiding etc), financiële mogelijkheden, (culturele) achtergrond, kennis over zorg(mogelijkheden) etc. Luister goed naar ze en houd rekening met de verschillen in behoeftes.

- Vraag naar grenzen en naar mogelijkheden
- Bekijk samen (welke) hulpbronnen benut kunnen worden.

Zoek passende expertise bij de behoeftes.

Vervolg: Werkkaart - Ondersteuning van naasten/mantelzorgers doen we samen

Waar sociaal domein en ggz elkaar aanvullen en versterken

Expertise van gemeente en ggz

De gemeente (sociaal domein) draagt zorg voor de mantelzorgondersteuning. Deze ondersteuningstaken zijn regionaal of lokaal verschillend belegd.

- Als professional vind je meer informatie op: [Mantelzorgbeleid en -ondersteuning in jouw gemeente - MantelzorgNL](#)
- Als je wil weten hoe jouw organisatie er voor staat op het gebied van mantelzorgondersteuning in de ggz én praktische tips wil ontvangen. Doe dan de [Quickscan Welzijn: GGZ-mantelzorg](#)
- Als de naaste/mantelzorger zelf wil kijken, verwijst ze dan naar: [Ondersteuning van je gemeente - MantelzorgNL](#)

De ggz heeft kennis over ggz-problematiek en kan:

- kennis over de aandoening vergroten
- eventueel verandering in gedrag of communicatie uitleggen
- over en weer zorgen voor meer begrip
- overige ondersteuningsmogelijkheden toelichten en uitleggen waar de naaste/mantelzorger terecht kan.

Samenwerking sociaal domein en ggz

Het sociaal domein en de ggz weten elkaar niet altijd te vinden, terwijl zij juist van elkaars expertise kunnen leren.

Om de samenwerking te bevorderen, komt per 1 januari 2024 een domeinoverstijgende vergoeding beschikbaar vanuit de ZVW: [de consultatiefunctie ggz](#).

Ondersteuningsmogelijkheden

Er is lokaal en regionaal een verscheidenheid aan ondersteuningsmogelijkheden. Zorg dat je weet waar en waarvoor je terecht kunt in de buurt:

- De praktijkondersteuner van de huisarts (poh-ggz) kan ondersteunen en kent de sociale kaart goed
- Binnen de ggz werken (familie/naaste) ervaringsdeskundigen die op basis van eigen ervaring naasten/mantelzorgers kunnen ondersteunen en wegwijs maken.

- Er zijn laagdrempelige voorzieningen waar men kan praten met gelijkgestemden in zelfregiecentra en herstelacademies
- Mantelzorgconsulenten kennen vaak de sociale kaart en de ondersteuningsmogelijkheden. Zij kunnen helpen de juiste professional in te schakelen.
- In het geval van een zorgmachtiging of crisismaatregel, kan men ook terecht bij de [landelijke stichting familie Vertrouwen personen](#).
- Er zijn verschillende cliënten en naastenorganisaties waar men terecht kan. Deze zijn terug te vinden op website van [wijzijnmind](#).

Tot slot

Als hulpverlener ben je passant. Zorg voor een bijdrage zodat de persoon en diens naasten/mantelzorgers in de eigen sociale context worden versterkt.

Dit draagt bij aan het herstel én aan een stevigere basis om de toekomst tegemoet te treden.

Zorgstandaard Naasten

In de ggz is een zorgstandaard geschreven over het samenwerken en ondersteunen van naasten. Deze is te vinden op [ggzstandaarden.nl](#). Voor het ondersteunen is de belangrijkste boodschap dat er rekening gehouden moet worden met de draag- en veerkracht van de naaste.

Raadpleeg ook de werkkaarten:

- [Samenwerken en ondersteunen van naasten](#)
- [Wat heeft een naaste nodig?](#)
- [Handvatten voor naasten](#)

Relevante websites

- [Mantelzorg.nl](#)
- [Online community Boven-Jan](#) voor vragen en onderling contact
- [Naasten in kracht](#)
- [Een inblikje in verschillende groepen mantelzorgers](#)
- [Factsheet mantelzorgers GGZ](#)
- [Welke professionals helpen mantelzorgers?](#)