



samen brengen we de
carrosseriebranche vooruit



GESPREKSKAART MANTELZORG

Mantelzorg kan invloed hebben op hoe iemand zich voelt en functioneert op het werk. Soms is dat zichtbaar, soms niet. Deze gesprekskaart helpt leidinggevendenden om het gesprek op een open en respectvolle manier aan te gaan, zodat werk en zorgtaken beter in balans komen. Het doel is begrip en praktische oplossingen.

Wanneer gebruik je deze gesprekskaart?

- Je signaleert mogelijke overbelasting of verandering in gedrag.
- Een medewerker geeft zelf aan dat de combinatie werk en zorg zwaar is.
- Bij terugkerend verzuim, vermoeidheid of concentratieproblemen.

Gesprek openen

"Hoe gaat het met je, zowel op werk als privé?"

"Ik merk dat je het de laatste tijd druk hebt, klopt dat?"

"Zal ik eens met je meedenken over hoe werk en privé nu gaan?"

Doorvragen en luisteren

- Wat vraagt op dit moment de meeste energie?
- Hoe combineer je werk en zorgtaken nu?
- Waar loop je het meest tegenaan?
- Wat helpt je op dit moment al wel?

Samen verkennen van oplossingen

- Welke taken of momenten zijn het meest belastend?
- Waar zit ruimte in planning of flexibiliteit?
- Wat zou tijdelijk anders kunnen worden ingericht?
- Welke afspraken zouden helpend zijn?

Mogelijke oplossingsrichtingen

- Flexibelere werktijden of aangepaste planning.
- Tijdelijke aanpassing van taken.
- Mogelijkheid tot (deels) thuiswerken.
- Afspraken over bereikbaarheid of rustmomenten.
- Doorverwijzen naar ondersteuning of regelingen.

Afronden van het gesprek

- Vat samen wat is besproken.
- Maak concrete, haalbare afspraken.
- Spreek af wanneer jullie dit opnieuw bespreken.
- Bedank voor het delen en de openheid.

Belangrijk voor de leidinggevende

- Luister zonder oordeel.
- Oplossen hoeft niet direct, meedenken wel.
- Kleine aanpassingen kunnen al veel verschil maken.
- Blijf in contact, ook na het gesprek.

Succes!