

Ervaringsverhalen van Mantelzorgers - Dementelcoach

Mevrouw van U., haar man heeft dementie:

"Of het heeft geholpen, de ondersteuning van Dementelcoach? Dat weet ik wel zeker. Het was toen heel erg fijn om aan iemand je verhaal kwijt te kunnen, zonder dat je hoeft te selecteren wat je zegt. Want dat dóe je, bij je kinderen en vrienden. Ik wilde niet dat mijn kinderen zich zorgen gingen maken om hun moeder; ik wilde tegenover mijn vrienden niet een zielige partner zijn. Iemand zei tegen mij, goed bedoeld hoor: 'als je partner dementie heeft, heb je het allebei.' Maar dat wilde ik absoluut niet. Nee, met mijn Dementelcoach kon ik vrijuit praten, raakte ik veel emoties kwijt, was ik veel in tranen. Ik brak mijn schouder, ik brak mijn heup, maar ik dacht: 'niet piepen, ik moet het volhouden.' Het was pure vermoeidheid. Mijn man is toen even opgenomen, zodat ik kon herstellen. En door Dementelcoach denk ik dat zijn opname ongeveer 2,5 jaar is uitgesteld. Uiteindelijk is hij dus toch opgenomen in een verpleeghuis en kan ik hem goed en veel bezoeken.

En hoe het nou met mij is? Ja, het verdriet blijft, maar het gaat goed met me, al heb ik wel een jaar nodig gehad om weer te kunnen slapen."

Mevrouw M.L., haar moeder heeft dementie:

"Ik ben toe aan mijn negende gesprek met mijn coach. Over twee weken het laatste, jammer! Ik ben iemand die moeilijk afscheid kan nemen... in allerlei situaties. Zeker nu, na een aantal erg fijne en heel persoonlijke gesprekken van de afgelopen maanden met mijn coach, waaraan ik heel veel heb gehad.

Ik heb uiteraard een en ander gelezen over het proces van dementeren, maar tijdens de gesprekken met mijn coach heb ik geleerd om een andere kijk te krijgen op mijn dementerende moeder. Met meer geduld, begrip en vooral liefde heb ik haar kunnen benaderen.

Ik had behoefte om te sparren, te spuien en mijn emoties te delen met iemand die ter zake kundig is en klaar staat dingen met je te delen. Zelfs meer dan dat. Veel begrip en steun. Ik ga onze gesprekken zeker missen en wil haar van harte bedanken! Ik weet ook dat ik nu alleen verder kan."

Mevrouw Spielberg, haar man had dementie:

"Ik zeg altijd dat dementie de vreselijkste ziekte is. Je kunt niet meer met je partner praten. Dat ben je kwijt. Toen mijn man nog leefde voerde ik gesprekken met een coach. Dat vond ik verrukkelijk. Met haar kon ik alles bespreken. Je hebt het ook nodig dat iemand je gelooft. Anderen maakten vaak niet mee dat mijn man zo boos kon zijn en vreemd kon doen. Je vertelt weinig aan je omgeving en de gekke dingen vertel je al helemaal niet. Tegen haar vertelde ik dat wel en zij geloofde me ook. Je merkte dat ze veel ervaring heeft. Ze kwam ook op dingen terug. Dat was erg fijn. Mensen in mijn omgeving snoerden me vaak de mond. Ik kreeg dan een opmerking als: 'En hij was zo gezellig vorige week.' Maar ja, hij hield zich ook beter als anderen erbij waren."

Mevrouw Niemeyer, haar schoonmoeder en buurvrouw hadden dementie:

Mevrouw Niemeyer weet wat het is om te zorgen voor iemand met dementie: "Zowel mijn buurvrouw als mijn schoonmoeder waren afhankelijk van mijn hulp. Ik vond het moeilijk om ze iedere keer weer alleen te laten, was bang dat het mis zou gaan. Mijn buurvrouw liet ook niemand anders in haar huis. Als ik op vakantie was, dan belde ze me heel vaak."

"Je merkt dat er nog veel onbekend is over dementie. Mensen in mijn omgeving vonden het moeilijk om er mee om te gaan. Voor mij was het lastig om met mijn man over zijn moeder te praten. Schaamte speelt daarbij ook een rol. Bijvoorbeeld omdat mijn schoonmoeder zichzelf begon te verwaarlozen. Het is dan goed als je met een deskundige buitenstaander kunt praten; je verdriet en zorgen kunt delen. Een coach, die de situatie kent, is dan prettig. Zo hoef je niet steeds van voor af aan te beginnen. Dementelcoach vind ik daarom een erg goed initiatief."