



LAST VAN VERGETELIJKHEID

communicatie vanuit je hart

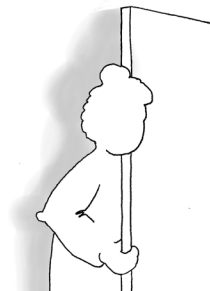
TINEKE VAN SLEEN

TINEKE VAN SLEEN

LAST VAN VERGETELIJKHEID

Communicatie vanuit je hart

Opgedragen aan Lies en Corrie

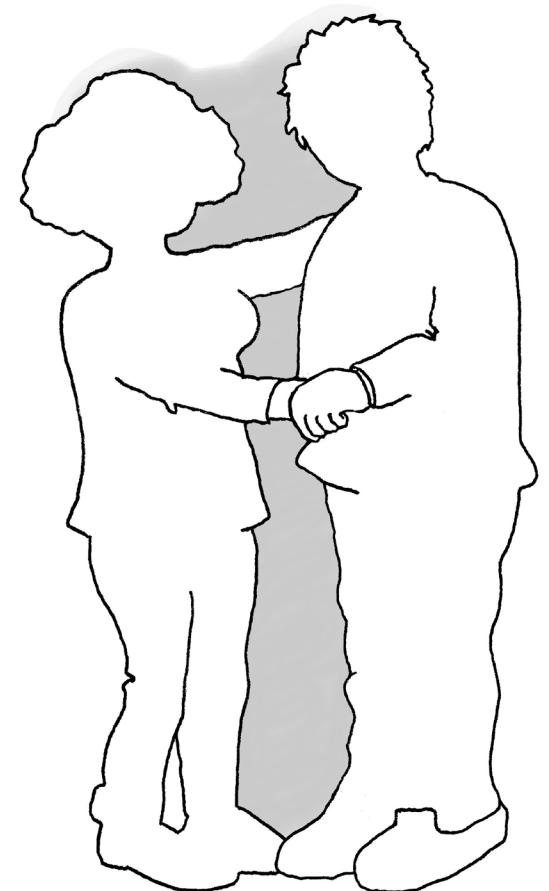


Copyright © 2017
Een uitgave van:
Van Sleen Training & Innovatie
John de Gelder Producties

Auteur: Simone van Nes, opgetekend naar de ervaringen van en met Tineke van Sleen

Ontwerp omslag, zetwerk: John de Gelder Producties
Illustraties: Fred Boer, aabcartoons.nl
Druk: Brave New Books

Niets uit deze uitgave mag verveelvoudigd worden en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, of op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de copyrighthouders



LAST VAN VERGETELIJKHEID

Communicatie vanuit je hart

Opgetekend door Simone van Nes
naar de ervaringen van en met Tineke van Sleen

‘Degene van wie je zo zielsveel houdt, glijdt langzaam van je weg. Je wilt grip krijgen, helpen, alles doen wat in je vermogen ligt om deze verschrikking tegen te gaan, maar je staat machteloos...
Steeds weer moet je een stukje loslaten.’

Bam! Dat komt binnen. Alsof je in een angstige scène in een speelfilm figureert: krampachtig houd je de armen vast van jouw lieve mens die boven een diepe afgrond bungelt. Je voelt de polsen door je handen glijden, zet alle kracht in je vingers en toch...

‘Dementie is een heel ernstige hersenaandoening. Eén die diep verdriet veroorzaakt. Denk je toch in: je raakt je geheugen kwijt, verliest emoties. Voelt je beroofd van taal. Van het contact met je dierbaren. Verlieservaringen stapelen zich op. Je verliest uiteindelijk jezelf. En als partner of kind de persoon die je kende. Die je liefhad. Hoe vreselijk is dat.’

Wist ik het dan niet? Was het nieuw voor mij? Er wordt zoveel gesproken en geschreven over dementie in de media. Tal van boeken worden gepubliceerd. Documentaires verschijnen op tv. Het is de manier waarop. Tineke ráákt je.

‘Dementie: je begint gedwongen aan een verwarrende reis vol verdriet, frustratie en onmacht en – afschuwelijk genoeg – terugkeer is niet mogelijk.’

Wanneer je zorgt voor iemand met dementie dan doe je dat van hart tot hart. Dat is wat Tineke ons laat voelen. We moeten bereid zijn het proces aan te gaan, waarbij fouten maken is toegestaan, zolang we ervan leren en het beste doen wat in ons vermogen ligt.

Tineke en dementie, voor mij een onlosmakelijke combinatie.

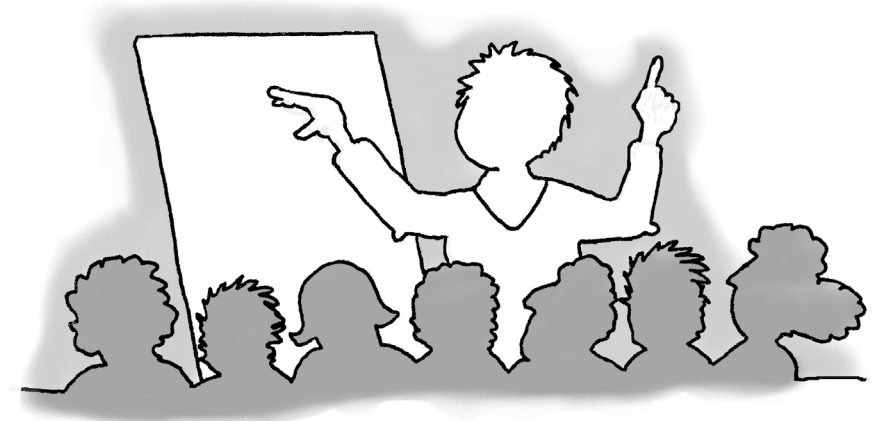
‘Je moet reflecteren op je eigen handelen. Wakker worden. Doen!’

In dit boek hoort u Tineke.

Zit met haar aan tafel in een een-op-eengesprek, luister wanneer ze een lezing geeft in het Alzheimer Café. Zoals ik mocht doen, om haar inzichten aan u over te brengen.

Ervaar haar betrokkenheid, puur en oprecht, en u zult merken: u wordt zich steeds meer bewust van wat u verbindt met úw mens met dementie.

Simone van Nes



Introductie

LAST VAN VERGETELIJKHEID

Dementie rukt op. Nederland telt nu zo'n 260.000 mensen met dementie, maar dit aantal zal sterk stijgen. Wanneer onderzoekers geen behandelmethode of medicijn ontdekken loopt het aantal mensen met dementie op tot een half miljoen rond het jaar 2040, luidt de schatting van het ministerie van Volksgezondheid. Vergrijzing is de oorzaak van deze toename: hoe hoger onze leeftijd, hoe groter de kans op dementie.

Tineke van Sleen, trainer, coach en beroepsveranderaar, verdiept zich door haar grote betrokkenheid steeds verder in de wereld van communiceren met mensen met dementie. Bewustwording van je eigen handelen naar de mens met dementie vindt ze van het allergrootste belang.

'Nog steeds wordt niet erkend, hoe ziek mensen met dementie zijn!'

Voor haar is het helder: wij zijn verantwoordelijk voor de reactie van anderen, ook, nee, vooral in de relatie met iemand met dementie. 'Vraag niet aan de ander wat hij of zij je niet kan geven', drukt ze haar lezers en luisteraars op het hart.

'Leer denken over jouw eigen denken. Over je gedrag. Leer te veranderen. Wat is het ergste dat je kunt doen bij iemand die dementie heeft? Het antwoord is: iets doen wat niet werkt!'

PROLOOG

Tineke vertelt

IRENE

‘Ik word gebeld door een vriendin die ik ken uit een professioneel netwerk. ‘Tineke,’ vraagt ze, ‘wil jij eens op bezoek gaan bij Irene? Ik sprak Leo en het gaat niet zo goed. Of beter gezegd: helemaal niet goed. Knettergek wordt hij.’ We weten allebei hoeveel engelengeduld Leo heeft. Dus als hij aan de bel trekt, moet het wel ernstig zijn. Irene is onze gezamenlijke vriendin. Zij is nog betrekkelijk jong en woont alweer enige tijd met haar man Leo in een riant penthouse, alles even op en top verzorgd. Wat hebben die twee het goed voor elkaar, zou je denken.

Maar het dementieproces voltrekt zich in sneltreinvaart. Wanneer ik op bezoek kom, ontvangt Irene me allercharmantst, als de oplettende gastvrouw die zij altijd al was. ‘Ik heb bijzonder veel last van vergetelijkheid’, vertrouwt ze mij opgewekt toe. Even later begint zij mij rond te leiden in haar appartement, zoals ze ook bij het vorige bezoek deed. En de keer ervoor. Maar het wonderlijke nu is, dat zij zelf blij verrast lijkt bij elk detail. ‘Kijk eens hier,’ opent ze een deur (en ik zie dat ze geen idee heeft van wat zich achter de deur bevindt), ‘o ja, een handige kast. Heeft Leo ingericht, mooi hè?’ Ik geef een compliment. Met een trots gebaar sluit ze de deur. Maar in plaats van een paar passen vooruit, herhaalt exact dezelfde handeling zich. ‘Kijk eens’, en weer zwiert de deur open. ‘Heeft Leo gedaan.’ Tot acht keer toe! Ik besluit de leiding te nemen. En, vertel eens, wat is er achter déze deur? Irene volgt me met veel genoegen en zwaait de badkamerdeur open. Even later zitten we aan

de thee, die Leo gezet heeft. Zelf duikt hij in zijn krant. Wanneer ik weg ben, weten hij en ik, is die kans verkeken. Voortdurend, in de letterlijke zin van het woord: vóórt-durend, vraagt ze zijn aandacht. Hoe laat is het? Gaan we al naar huis? Het duurt niet lang meer of ze vraagt: meneer, hoe laat is het? Mij vertrouwt ze bijna samenzweerderig toe: ‘Mijn geheugen is helemaal weg.’ Ze zegt dat in dat uurtje zeker nog tien keer...

Ai, wat is dit toch moeilijk, zéker voor de naasten, realiseer ik mij dan eens te meer. Ik maak haar korte tijd mee, haar man Leo heeft de hele dag de zorg voor haar. Iedere dag, iedere nacht, week in, week uit.’

