

# Logeren voor mensen met dementie om de mantelzorger te ontlasten - een goed idee maar hoe neem je die stap

Bron - Published on July 15, 2020

<https://www.linkedin.com/pulse/logeren-voor-mensen-met-dementie-om-de-mantelzorger-te-van-den-haak/?trackingId=CHVHBe4RI77Nzp2ZWKLH4Q%3D%3D>



**Het is soms lastig te bepalen bij welke ondersteuning of vorm van respijtzorg mantelzorgers van mensen met dementie het meeste baat hebben. De overbelasting is zichtbaar, de wanhoop wordt schoorvoetend verwoord maar de zorg tijdelijk overdragen lijkt een nog grotere opgave... Welke beren op de weg zien deze mantelzorgers en kun jij ze als professional zo ondersteunen dat ze een adempauze kunnen nemen van de steeds zwaarder wordende zorg voor hun naaste?**

Logeertzorg, een vorm van respijtzorg, is er nu steeds meer beschikbaar voor mensen met dementie. De persoon met dementie kan tijdelijk op vakantie in een kleinschalig logeershuis dat vaak in een prachtige omgeving ligt. Het verblijf heeft als doel om de mantelzorger voor een korte periode te kunnen ontlasten. Dit geeft een adempauze en vergroot de draagkracht om de zorg thuis langer vol te houden. Maar zo'n zorgpauze lijkt voor veel mantelzorgers niet gemakkelijk of haalbaar. Er zijn verschillende drempels die mantelzorgers kunnen ervaren in hun keuze voor logeertzorg. Waarom is het dan nodig om mantelzorgers toch te stimuleren om deze drempels te beslechten ondanks een schijnbaar gebrekkige interesse?

Door de intensieve en belastende zorgtaken geeft ruim 70% van de samenwonende mantelzorgers van een naaste met dementie aan de mantelzorgsituatie zoals deze nu is, niet langer dan een jaar te kunnen volhouden (Alzheimer Nederland, 2018). Het is belangrijk dat

we samen zoeken naar manieren die deze periode dragelijk houden voor de mantelzorgers. Er blijkt uit meerdere onderzoeken dat mantelzorgers die de zorgtaken delen met anderen, zich minder vaak overbelast voelen dan mantelzorgers die de zorg in hun ééntje dragen (Alzheimer Nederland, 2018; Boer, 2009; Cooke et al, 2001; Gallagher-Thompson, 2007; Kruijswijk et al, 2016). Veel mantelzorgers die de zorg tijdelijk hebben overgedragen door gebruik te maken van logeertzorg, zeggen achteraf dat ze ondanks de aanvankelijke weerstand heel tevreden zijn met de vrijheid die het ze bied.

*“In het begin gaf ik heel veel informatie mee over hoe ik hem thuis verzorg. Want ik ben er niet bij hoe hij alles daar ervaart. Maar nu hij eenmaal geweest is, zie ik hij het daar heel goed heeft en daardoor kan ik een paar dagen helemaal voor mezelf inplannen.”*

Om te kijken of mantelzorgers baat zouden hebben bij het tijdelijk overdragen van de zorg om even op adem te komen, kan je als betrokken zorgprofessional beginnen met het bespreken van een aantal punten om de behoefte in te schatten. Als na het bespreken van deze punten blijkt dat iemand behoefte heeft aan gebruik maken van het logeershuis maar nog worstelt met psychische onzekerheid of twijfel, kun je kijken naar interventies die ondersteunen bij de weerstand om de stap naar logeertzorg te maken. De interventies om mantelzorgers over de drempel te helpen naar logeertzorg, kunnen in twee categorieën worden verdeeld: praktische en psychologische drempels. In je aanpak is het belangrijk aandacht voor beide te hebben.

Uit onderzoek blijkt dat er onder mantelzorgers van mensen met dementie een aantal veelvoorkomende psychologische drempels zijn. Dit zijn morele verantwoordelijkheid (loyaliteit en trouwbeloften), schaamte- en schuldgevoelens (ik faal als ik het niet meer alleen aankan), de persoon met dementie wil het niet, de zorg niet los kunnen laten, er is tijd en energie te kort om een logeerverblijf te regelen en als laatste heerst er soms de overtuiging dat anderen niet kunnen of willen helpen.

Zorgprofessionals kunnen, juist door hun positie, een grote invloed hebben op het acceptatieproces: zij kunnen zelfs de stap naar logeertzorg ‘legitimeren’. Op basis van een combinatie van literatuur- en praktijkonderzoek heb ik = heeft Sofie van den Haak - samen met de King Arthur Groep zes stappen ontwikkeld die professionals ondersteunen in het omgaan met drempels van mantelzorgers die wel een adempauze willen maar het nog niet durven.

Nog meer weten hierover? Neem gerust contact op voor het volledige onderzoek.

Succes!



**SOFIE VAN DEN HAAK**

TOEGEPAST PSYCHOLOOG

sofievdenhaak@hotmail.com

06 33 87 26 74

