

Rouwproces bij mantelzorgers

Wanneer je geconfronteerd wordt met iemand die lijdt aan dementie dan gaat in de eerste plaats veel aandacht naar de omgang en opvang van die persoon. Maar ook als mantelzorger kun je deze ervaringen beleven als een ingrijpend gebeuren en als een verlieservaring in je leven.

Het samen-leven en samen-zorgen voor iemand met dementie vraagt een specifieke houding en deskundigheid, en vergt veel energie, geduld, inlevings- en aanpassingsvermogen.

De persoon waar je in het verleden een specifieke band mee hebt opgebouwd wordt meer en meer afhankelijk van jou als mantelzorger en dit raakt je op heel wat manieren. Je wordt geconfronteerd met allerlei gevoelens, gedachten en belevingen waarmee je niet altijd terecht kan bij iemand in je nabije omgeving.

Wat is dit rouwproces? Hoe kunnen we van negatieve naar positieve emoties en belevingen.

