



'Mijn broer is al 20 jaar ziek. Eerlijk gezegd kan ik het bijna niet meer opbrengen om met hem om te gaan. Ik ben al een paar keer tegen zijn vreemde ideeën ingegaan. Maar dat hielp niet. En nu denkt hij dat ik ook in het complot zit tegen hem. Ik ben gaan googelen en kwam jullie vereniging tegen. Wat kan ik doen?'

**YPSILON
ADVIESDIENST**
adviesdienst@ypsilon.org
088 000 21 20

'Ik ben zo blij dat ik jullie heb gevonden. Ik word direct lid!'

Adviesdienstmedewerker: 'Kent u de **Ypsilonbrochure en workshop Hoezo ziek?** Daarin leren familieleden hoe ze gesprekken met hun zieke naaste kunnen voeren. Er is ook een gespreksgroep speciaal voor broers en zussen.'

'Ik ben aan het eind van mijn latijn! / Hoe krijg ik mijn zoon zover om naar de dokter te gaan? / Waarom gaat de hulpverlener niet bij mijn zus langs? / Ik ben het niet eens met de behandeling van mijn partner, maar ze praten niet met mij zonder hem erbij! / Ik wil niet meer naar mijn moeder toe als ze psychotisch is. / Zijn huis is zo'n puinhoop, hoe regel ik hulp? / Waar kan mijn dochter naartoe na de opname?'

tekst Annemiek de Kruif | yn@ypsilon.org foto 123rf

ADVIESDIENST YPSILON

Van tien tot vier een luisterend oor

Vanaf de oprichting, bijna 35 jaar geleden, is de adviesdienst een belangrijke poot van de activiteiten van Ypsilon. De aard van de vragen verandert door de jaren heen. Waar mensen in de beginjaren informatie over de aandoening zochten, bijvoorbeeld over het verschil tussen psychose en schizofrenie, zijn de vragen nu specialistischer. Wat hetzelfde blijft is de behoefte van mensen aan een luisterend oor, van iemand die precies weet waar het over gaat, aan wie je niets hoeft uit te leggen. Algemene informatie kan iedereen op internet vinden. De combinatie van kennis over de aandoening en de gevolgen daarvan voor naasten, die vind je alleen bij Ypsilon.

De adviesdienst heeft kennis en informatie over honderden onderwerpen in relatie tot psychose en familie. Van au-

tisme of autorijden tot zorgverzekering en zwangerschap. En alle letters uit het alfabet daartussen. Elk jaar beantwoorden de medewerkers van de telefonische adviesdienst zo'n 1300 vragen. En drie vrijwilligers beantwoorden de vragen die binnenkomen via e-mail.

Kant-en-klaar

Vaak is een concrete vraag of probleem de inleiding van een gesprek over veel meer. Over verdriet, ongerustheid, boosheid, radeloosheid. Er is niet voor ieder probleem een kant-en-klare oplossing. Maar het helpt als er iemand - met kennis van zaken - met je meedenkt, je in een andere richting laat kijken, mogelijkheden aandraagt of gewoon luistert.

Adviesdienstmedewerker **Marjo Markx**: 'Naast ons luisterende oor beschikken we over veel informatie in de vorm van

brochures, folders, webpagina's, enzovoort. In de loop van de bijna 35 jaar van ons bestaan hebben we een schat aan kennis verzameld over zeer uiteenlopende onderwerpen. We zijn goed op de hoogte van wat Ypsilon én andere instanties en organisaties te bieden hebben. We hebben ervaring op het gebied van gesprekstechnieken, weten veel van bijvoorbeeld privacyregels, Wmo-verstrekking, woonmogelijkheden. En als we iets niet weten denken we in elk geval mee over de mogelijkheden of proberen het antwoord alsnog te vinden.

Het is fijn als we iemand hebben kunnen helpen met advies en informatie. Maar soms willen mensen alleen hun verhaal kwijt. Sommigen zijn al jaren aan het tobben en voelen zich dan enorm gesteund door zo'n gesprek.

LEES VERDER →

→ VERVOLG

Ze zijn blij als ze horen dat ze niet de enigen zijn, dat er gespreksgroepen zijn in veel delen van het land, speciale groepen per familieband, e-mailgroepen en dat Ypsilon ze ook daarmee kan steunen.'

De adviesdienst is er voor de leden. Dankzij uw steun kan Ypsilon de dienst in stand houden. De adviesdienst probeert een steun voor u te zijn. Maak er gebruik van en bel of mail ons! *



088 000 21 20

Als u ons belt dan krijgt u **Marja Hasert, Hennie Kleijwegt, Annemiek de Kruif, Marjo Markx of Heleen Schönau** aan de telefoon.



adviesdienst@ypsilon.org

Stuurt u ons een e-mail dan zal **Elli Bootsman, Hein Koger of Erin Wagenaar** uw vragen, vaak binnen 48 uur, beantwoorden.

'Ik heb al een poosje vrijwel geen contact met mijn zieke zoon. Hij wil het niet en ik weet niet wat ik kan doen om het contact te herstellen. Iedereen zegt dat ik hem los moet laten maar hij is ziek! Je kunt je kind toch niet zomaar uit je leven bannen? Mensen weten niet waar ze het over hebben! Ik heb het gevoel dat ik me steeds moet verdedigen. Ook tegenover zijn vader die helemaal geen contact meer heeft.'

Na wat verdiepende vragen waarop mevrouw vrijuit kan vertellen en de bevestiging krijgt dat dit vervelend is en veel vaker voorkomt, merkt de adviesdienstmedewerker dat mevrouw 'lucht' krijgt. Samen bespreken ze welke mogelijkheden er zijn om voorzichtig toch weer toenadering te zoeken. Aan het eind van het gesprek zegt mevrouw dat ze zo blij is dat ze nu toch eindelijk heeft gebeld. Ze was dit al veel eerder van plan maar verwachtte er niet zoveel van. Dat ze nu heeft kunnen delen wat haar al zo lang machteloos maakt zorgt voor veel opluchting. 'Het was heel fijn. Bedankt dat u naar me heeft willen luisteren!'

'Mijn zus woont zelfstandig. Ze veroorzaakt steeds meer overlast in haar flat. 's Nachts schreeuwt ze en bonkt op de muren. Buren hebben al een paar keer de politie gebeld. Ze weigert alle hulp en is gestopt met de medicatie. Ze is al eens eerder uit huis gezet. Ik ben heel bang dat dit nu weer gaat gebeuren. Mijn zus woont in Noord-Holland, zelf woon ik in Limburg. Ik kan niet de hele tijd naar haar toe gaan.'

Neem contact op met de wijkagent. Er is een website waar alle wijkagenten in Nederland met hun contactgegevens op staan. Zo kun je ze gemakkelijk vinden. De wijkagent heeft ervaring met mensen die in de war zijn en overlast bezorgen. Hij kan overleggen met sociale wijkteams. De woningbouwcorporatie kan misschien ook hulp bieden.