

**José Leijten** (58) sloot zich lange tijd op in huis, omdat zij zich schaamde voor haar slechte gehoor. Sinds ze zich heeft verdiept in spiritualiteit vertelt ze iedereen eerlijk over haar handicap.

“Rond mijn 38ste ontdekte ik dat ik ernstig slechthorend ben. Daar gingen veel misverstanden en geïrriteerde reacties van vrienden aan vooraf. Na de diagnose kreeg ik meteen twee grote hoortoestellen. Omdat ik niet wilde dat iemand die zou zien, droeg ik mijn haar altijd over mijn oren. In dezelfde periode was ik op zoek naar een baan en begon ik met een omscholingscursus. Bij de toelating tot de cursus durfde ik niets te zeggen over mijn slechte gehoor. Maar tijdens de cursus merkte ik dat ik niet goed kon meekomen. Ik verstond bijna niets en durfde niet te vragen of er harder kon worden gesproken. Hierdoor voelde ik me steeds beperkter wat betreft mijn toekomstmogelijkheden en raakte ik erg gestrest. Als gevolg daarvan kreeg ik paniekaanvallen en werd ik depressief. Om daaruit te komen, ben ik me gaan verdiepen in spiritualiteit. Overal in huis hing ik spreuken op zoals: ‘Ik ben goed zoals ik ben’, ‘Ik ben trots op mezelf’. Dit zorgde ervoor dat ik zekerder werd en rond mijn 45ste ging ik weer voorzichtig aan de slag. In het begin koos ik voor veilige baantjes, waarbij het niet uitmaakte of ik mensen goed verstond. Maar twee jaar

‘Ik heb mijn haar laatst heel kort geknipt, **zodat iedereen mijn gehoorapparaten kan zien**’

geleden wilde ik meer uitdaging in mijn werk. Ik wilde me niet langer laten weerhouden door mijn slechte gehoor. Tijdens mijn sollicitatie voor een functie achter de balie bij een vrouwenfitnesscentrum heb ik aarzelend verteld dat ik ‘minder goed kon horen’. Mijn bazin vond dat, tot mijn grote verbazing, geen probleem. Maar toen ik de baan eenmaal had, merkte ik dat ik klanten soms echt niet kon verstaan. Toen heb ik eindelijk besloten mijn schaamte opzij te zetten. Ik spelde buttons op mijn borst met de tekst: ‘Spreek duidelijk, dan versta ik u beter’. Zo kwamen er positieve gesprekken met klanten op gang.

Ik laat mijn haar de laatste jaren erg kort knippen, zodat iedereen mijn gehoorapparaten kan zien. Daardoor is het voor mensen gemakkelijker om rekening met mij te houden. Ik kan mijn handicap nu accepteren en voel me een gelukkig mens. Ik wil midden in de maatschappij staan en dat kan ook. Ik moet alleen wel eerlijk zijn over mijn handicap. Schaamte beperkt me en levert niets op.”



José