

# Beter leren omgaan met mensen met dementie of niet aangeboren hersenletsel



## Beter leren omgaan met mensen met dementie of niet aangeboren hersenletsel.

*Door: Annerieke van Wijhe i.s.m. Hille Valstar (specialist ouderengeneeskunde)*

Als mensen ouder worden en als gevolg van dementie of een andere vorm van niet aangeboren hersenletsel, veranderd hun brein dusdanig dat zij zorg nodig hebben die aansluit bij hun functionele (on)mogelijkheden. Naast een goede diagnostiek van de aard van het hersenletsel en de gevolgen daarvan voor het functioneren, is inzicht in de persoonlijkheid van groot belang, want bepaalde persoonlijkheidstrekken blijven herkenbaar ook als verschillende vormen van hersenletsel het brein verder aantasten.

## Wat verstaan we onder persoonlijkheid?

Onder 'de persoonlijkheid' verstaan wij een structuur waarin specifieke talenten, drijfveren, behoeften, angsten en afweermechanismen aanwezig zijn op het moment dat iemand geboren wordt, die zich in de loop van iemands leven verder ontwikkelt in relatie tot iemands omgeving. Gebeurtenissen in iemands leven kunnen ervoor zorgen dat de structuur van de persoonlijkheid vanuit angst (als afwendstrategie) of juist vanuit vertrouwen ingezet wordt.

## Wat is doorgaans de invloed van iemands persoonlijkheidsstructuur bij het ouder worden?

Bij het ouder worden is er sprake van een normale persoonlijkheidsverandering waarbij mensen aangeven dat:

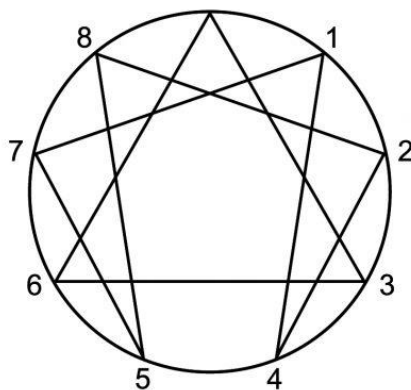
- ze introverter worden;
  - activiteiten in aantal afnemen;
  - ze minder initiatieven nemen;
  - ze minder of soms meer impulsief handelen;
  - de controle van emoties verandert;
  - ze meer op hun hoede zijn
- Daarnaast kan er sprake zijn van een pathologische persoonlijkheidsverandering als gevolg van neurodegeneratieve ziekten. Op basis van deze veranderingen ontstaan ouderdomsziekten zoals:
- Verschillende vormen van dementie: Alzheimer, Fronto Temporale Dementie, Lewy Body Dementie, Cortico Basale Degeneratie.
  - Parkinson.

## Diagnostiek van de degeneratieve ziekten

Een goede diagnostiek van het degeneratieve proces is van belang om een duidelijk beeld te schetsen van de biologische processen die een rol spelen bij het gedrag en de wijze waarop dit eventueel met medicatie beïnvloed kan worden. Het is bekend dat bij de aantasting van het brein verschillende gebieden aangedaan kunnen worden. Door goede medische diagnostiek ontstaat een kader waarbinnen de mens met de structuur van zijn of haar persoonlijkheid 'gezien' kan worden. Er is een onderscheid tussen de 'mechanische problemen' en de 'niet mechanische problemen' die door de omgeving ondersteund en beïnvloed kunnen worden.

De 'mechanische problemen' kunnen opgevat worden als defecten die niet meer veranderlijk zijn. De 'niet mechanische problemen' komen voort uit niet vervulde behoefte en/of kwetsingen gedurende de levensloop, deze zijn beïnvloedbaar door in te spelen op onderliggende behoeften waardoor het welzijn vergroot wordt.

## De persoonlijkheidsstructuur en het enneagram.



Het enneagram is een eeuwenoude wijsheid die binnen de Soefitraditie werd doorgegeven. Zij ontdekten negen verschillende patronen waardoor de mens zich van God afwendde. Deze negen verschillende patronen werden in een later stadium beschreven en

als negen verschillende persoonlijkheidsstructuren weergegeven. De gedachte achter het enneagram is dat alle mensen alle negen verschillende patronen in zich hebben, maar zich het meest zullen herkennen in één van de beschreven gedragsstructuren. Dit wordt de basispersoonlijkheid of kernstructuur genoemd.

## Drie centra

Het enneagram is opgebouwd vanuit drie centra:

- Een fysiek centrum (de buiktypen/doeners)
- Een gevoelscentrum (de harttypen/voelers)
- Een intellectueel centrum (de hoofdtypen/denkers)

De basisgedachte is dat in ieder mens alle drie centra aanwezig zijn, maar mensen een specifiek thema hebben in één van de centra waardoor deze nadrukkelijker aanwezig is. Binnen de drie centra worden verschillende mechanismen onderscheiden. Zo heeft binnen ieder centrum iemand de neiging om het eigen centrum uit te vergroten, het te onderdrukken of zich ervan te ontkoppelen. Dit kan op de volgende wijze tot uiting komen:

<b>Fysieke centrum</b>	<b>Gevoelscentrum</b>	<b>Intellectuele centrum</b>
Centrale thema: boosheid	Centrale thema: verdriet	Centrale thema: angst
Heeft de neiging tot vechten tegen de realiteit	Heeft de neiging tot het vervormen van de realiteit	Heeft de neiging om te vluchten voor de realiteit
Willen graag zelf bepalen en zoeken naar autonomie	Willen aardig gevonden worden en vinden de relatie belangrijk	Willen graag zekerheid en vooral weten wat er gaat gebeuren
Reageren instinctief	Sensitief voor sfeer en uitstraling	Zijn gericht op kennis
Zoeken naar de eigen verhouding tot de ander	Zoeken naar verbinding	Zoeken naar duidelijkheid en voorspelbaarheid in het contact
Hebben behoefte aan respect en controle	Hebben behoefte aan erkenning en waardering	Hebben behoefte aan structuur.

Vanwege de ruimte noemen we hier één voorbeeld. Het gaat hier om iemand die vanuit het denken de wereld benaderd en door regressie verder in het denken verstrikt raakt. Wanneer de balans tussen de drie centra wordt hersteld, wordt het welzijn vergroot. Iemand heeft meer ruimte om interne en externe prikkels en indrukken te verwerken, is meer weerbaar en daardoor neemt de levenskwaliteit ook toe.

## Persoonlijkheidstype 5

Hij is iemand die geneigd is om het intellectuele centrum uit te vergroten en zijn houvast in het denken te zoeken. De wereld moet eerst begrepen worden voor het betreden kan worden. Dit uit zich in het lezen van boeken, het volgen van studies en zich terugtrekken om na te kunnen denken. Onderliggend speelt het 'angstthema' dat iemand de wereld om zich heen onvoldoende begrijpt. Deze persoon voelt zich snel overspoeld en overweldigd door emoties en heeft tijd nodig om de wereld te duiden.

Mensen met dit persoonlijkheidstype hebben behoefte aan een rustige voorspelbare omgeving waarin uitleg wordt gegeven op een wijze die aansluit bij hun cognitieve vermogens. Herhalende ritmes op de dag helpen hen om de wereld te ordenen.

## Het enneagram als narratieve diagnostiek.

Bij narratieve diagnostiek gaat het om de ontdekking van iemands verhaal. Ieder mens is uniek en heeft een eigen verhaal te vertellen. Mensen die te maken hebben met neurodegeneratieve processen, kunnen vaak via verbale informatie hun eigen verhaal niet meer vertellen. De begeleider heeft dus meerdere kanalen nodig om dit verhaal toch te kunnen beschrijven en ontdekken.

Een begeleider kan zichzelf een vragende houding aanmeten door het aangaan van een vraaggesprek met iemands partner en/of kinderen in de vorm van een type interview. Met diezelfde vragende houding kan hij ook de interactie aangaan met de persoon die het betreft. De volgende observatievragen kunnen hierbij helpen:

- Wat is bij deze persoon het centrale thema in de interactie? Is dat het fysieke centrum (boosheid), het gevoelscentrum (verdriet) of het intellectuele centrum (angst)?
- Op welke wijze wendt iemand zich af bij stress? Is dat het vechten tegen de wereld (fysieke centrum), het uit de wereld vluchten (intellectuele centrum) of de wereld om zich heen zo te vervormen dat de eigen wil doorgang vindt (gevoelscentrum)?
- Wat is de 'winst' van het gedrag dat wordt vertoond? Is dat het creëren van veiligheid (het intellectuele centrum), het zoeken naar controle en autonomie (fysieke centrum) of juist het verwerven van aandacht en waardering (gevoelscentrum)?
- Welke behoefte lijkt hieraan ten grondslag te liggen?
- Welke specifieke talenten en kwaliteiten zie je terug als iemand ontspannen is?

## Ieder mens een eigen verhaal

We zijn ons bewust dat ieder mens een eigen verhaal heeft en dit eigen verhaal vertelt en zichtbaar maakt in zijn gedrag, ook als sprake is van cognitieve achteruitgang waardoor taal niet langer beschikbaar is.

Het is aan de begeleider om het individuele verhaal te blijven horen met behulp van verschillende signalen die uit het gedrag af te lezen zijn. Het enneagram helpt om deze signalen te duiden en inzicht te krijgen in onderliggende behoeften en drijfveren. We leren hierdoor beter om te gaan met mensen met dementie of aangeboren hersenletsel, wat hun welzijn vergroot en zijn positieve weerslag heeft op hun gezondheid.

## Over Annerieke van Wijhe

Ze is orthopedagoog/enneagram coach.

*Binnen de Geestelijke Gezondheidszorg is het enneagram voor mij een middel om aan te sluiten bij de gezonde ontwikkeling van mensen. Ik zie het als mijn missie om deze inzichten te delen. [www.veritha.nl](http://www.veritha.nl)*

Annerieke werkt mee aan de [themadag Omgaan met dementie op 3 oktober te Zwolle](#).

## Literatuur

- Het ware enneagram – *David Daniëls*,
- De wijsheid van het enneagram – *Russ Hudson en Don Riso*,
- Kleine ego's grote zielen – *Elly Voorend en Piet van Haaster*,
- Het enneagram als weg naar verandering – *Willem Jan v/d Wetering*
- Ouderenpsychiatrie: de praktijk – *Martin Kat*

*Dit artikel is in aangepaste vorm geplaatst in TCC-magazine\* 2020 editie 2.*