

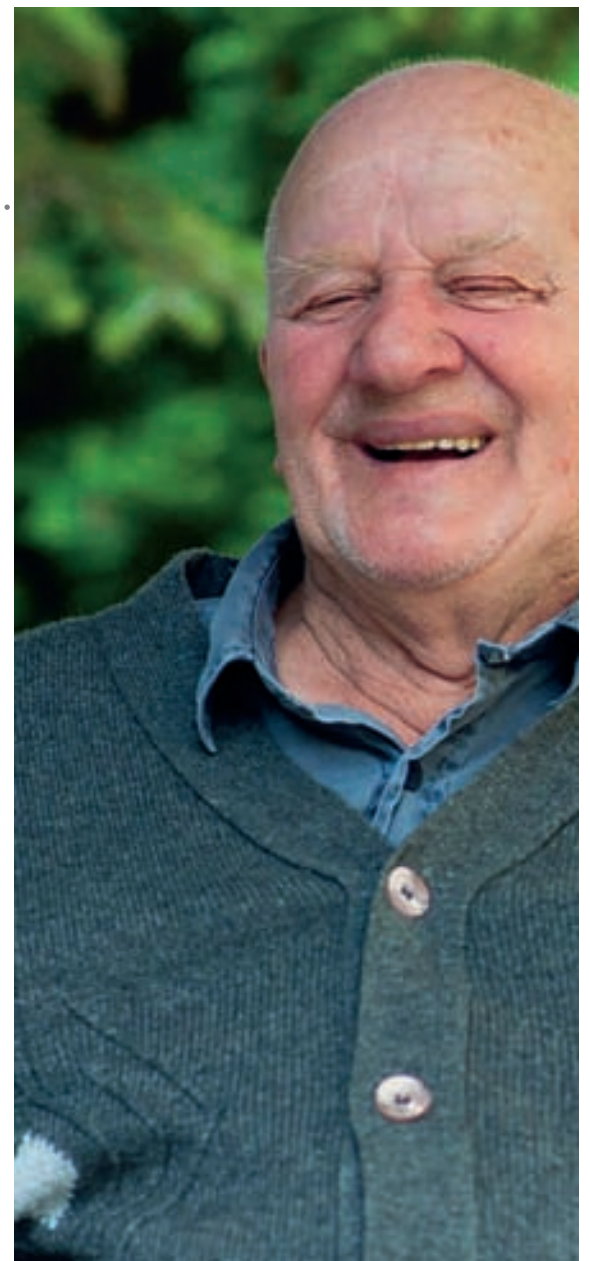
Dementie is niet alleen maar achteruitgang

# Gevoel en intuïtie nemen toe

*Bij mensen met dementie gaat er veel achteruit. Toch gaat er ook iets vooruit. Dat is het gevoels- en emotielevens. Bij de meeste mensen met dementie wordt dit belangrijker en gaat het beter functioneren. De toenemende gevoelens en emoties staan centraal in het boek 'Handig bij dementie'. Voor het ondernemen van activiteiten met mensen met dementie is het toegenomen gevoelsleven van groot belang.*

**H**et menselijk lichaam zit buitengewoon knap in elkaar. Functioneert een bepaald onderdeel van het lichaam minder, dan gaan andere delen van het lichaam dit compenseren. Er zijn veel voorbeelden: bij iemand die blind is gaan het gehoor en de tastzin erop vooruit, bij iemand die maar één nier heeft gaat de andere nier harder werken, bij iemand van wie de blindedarm verwijderd is nemen andere organen de rol daarvan over. Ook in de hersenen werkt het zo. Wanneer een deel van de hersenen wordt aangetast zullen andere onder-

delen van de hersenen dit verlies gaan compenseren. Dit verklaart waarom het gevoels- en emotielevens van mensen met dementie er in de regel op vooruitgaat. De delen van de hersenen die ons gevoels- en emotielevens regelen worden bij de diverse ziektes die leiden tot dementie vaak pas laat of zelfs helemaal niet aangetast. Dit geldt bijvoorbeeld voor de amygdala, onze amandelvormige kern. De amygdala speelt onder meer een belangrijke rol bij onze intuïtie en ons gevoel. Omdat ons geheugen en onze beredeneercapaciteit erop achteruitgaan bij dementie, gaan de delen van onze hersenen die het gevoels- en emotielevens



Ook in groepsprocessen speelt het toegenomen gevoelsleven

regelen deze tekorten compenseren. Iemand met dementie gaat daarom steeds meer af op zijn gevoel en intuïtie.

## **Positief en negatief**

Het feit dat het gevoels- en emotielevens toeneemt, heeft grote gevolgen voor de omgang met mensen met dementie. Wie werkt met mensen met dementie zal herkennen dat dit zowel in positieve als in negatieve zin kan zijn. In negatieve zin hebben wij het over achterdocht, boosheid, agressie, onzekerheid (faalangst) en frustratie. Ook verklaart het toenemende gevoelsleven waarom mensen met dementie extra kwetsbaar zijn voor depressies. In positieve zin gaat het om intensiever van iets kunnen genieten, genegenheid tonen, trots en vervoering. Dat deze gevoelens en emoties van groot belang zijn voor het welzijn van mensen met dementie moge duidelijk zijn.

*De toename van gevoelens en emoties heeft grote gevolgen voor de omgang met mensen met dementie*



1 een belangrijke rol.

Veel activiteiten vinden plaats in een groep. Ook in groepsprocessen speelt het toegenomen gevoelsleven een belangrijke rol. Het gedrag dat iemand vertoont is in de regel een reactie op gedrag van zorgverleners en medebewoners, of het wordt opgeroepen door de omgeving. Dat iemand van tijd tot tijd boos is, vanwege de situatie waarin de betrokkene zich bevindt, maar ook vanwege het eigen rouwverwerkingsproces over de achteruitgang, is niet meer dan logisch. Sterker nog, het is goed dat iemand dat soort gevoelens uit. Toch kan het uiten van boosheid heel storend zijn in het groepsproces. Misschien heb je als activiteitenbegeleider de neiging om te zeggen: 'Het is niet aardig dat u zo boos bent.' Dat is echter niet de handigste reactie. Beter is het om de gevoelens serieus te nemen en te zoeken naar een andere manier om ze te uiten, een manier die minder storend is voor het groepsproces.

## Hoe ga je om met het toegenomen gevoelsleven?

Ook tijdens activiteiten speelt het toenemende gevoelsleven van mensen met dementie op meerdere manieren een rol. Hoe kun je hier als activiteitenbegeleider het beste mee omgaan?

- Sluit zo goed mogelijk aan bij wat iemand nog wel kan; laat de betrokkene in zijn/haar waarde. Confronteer die persoon niet met diens eigen tekortkomingen. Individueel maatwerk is noodzakelijk.
- Zorg dat iemand zich nuttig voelt. Om die reden kan het bijvoorbeeld heel zinvol zijn om een kunstwerk met een doel te maken (bijvoorbeeld verkoop voor een goed doel).
- Zorg dat in een groep een veilige sfeer heerst, waar mensen zichzelf kunnen zijn.
- Laat mensen elkaar onderling helpen.
- Schroom niet om een of meer mensen in een activiteitengroep de rol te geven van vrijwilliger, in plaats van die van cliënt.
- Leg niet te veel uit, maar zorg dat dingen op logische plekken in logische volgorde klaarliggen.
- Inactieve mensen met dementie gaan na verloop van tijd vanzelf 'probleemgedrag' veroorzaken. Houd mensen dus actief.
- Boos worden hoort bij het verwerkingsproces (rouwproces) van de eigen dementie en de daarbij horende tekortkomingen. Zeg dus niet tegen mensen die tijdens activiteiten boos worden: wilt u dat niet doen. Ga op zoek naar andere uitingsvormen van de boosheid, bijvoorbeeld door iemand zich even te laten 'afreageren'.
- Steeds meer activiteitenbegeleiders zitten in de rol van coach/begeleider van verzorgenden, vrijwilligers en familie. Zorg dat ook zij met bovenstaande punten rekening houden.



Wanneer een deel van de hersenen wordt aangetast zullen andere onderdelen van de hersenen dit compenseren.

### Dagbesteding

Als we het hebben over dagopvang en dagbehandeling vergt het toegenomen gevoelsleven ook een speciale aanpak. Hier

moet veel meer gekeken worden naar de individuele kwaliteiten van mensen met dementie, in plaats van standaard een vast programma aan te bieden. Er is veel weer-

stand bij mensen met dementie om naar de dagbesteding te gaan. In de traditionele dagbesteding hebben veel deelnemers het gevoel beziggehouden te worden, in plaats van met nuttige dingen bezig te zijn. Het toegenomen emotieleven raakt bij de dagbesteding ook een ander aspect: het vervoer. Het vervoer met busjes werkt vaak stigmatiserend. Lopend of op de fiets komen is soms een beter alternatief. Het laten brengen door een vrijwilliger in de eigen auto, tegen een kilometervergoeding, is een alternatief dat ook al op diverse plekken grootschalig wordt toegepast, met een heel andere beleving door betrokkene en daardoor veel minder weerstand tegen het gaan naar de dagbesteding. ■

**Tekst** Ruud Dirkse

*Ruud Dirkse is directeur van zorginnovatiebureau DAZ*

*Meer informatie: [www.handigbijdementie.nl](http://www.handigbijdementie.nl)*

## Handig bij dementie

Over dementie zijn al vele boeken geschreven.

*Handig bij dementie* wijkt af van andere boeken over dementie omdat het vooral gaat over wat mensen met dementie nog wel kunnen. Ondanks de ernst van de ziekte heeft het boek een positieve ondertoon.

In het boek staat centraal hoe de nog aanwezige capaciteiten van mensen met dementie zo veel mogelijk benut kunnen worden en wat dat vraagt van de omgeving. Naast psychologische en emotionele aspecten gaat het daarbij ook om de inzet van moderne hulpmiddelen en verstandige aanpassingen in de leefomgeving. Het boek bevat diverse korte praktijkvoorbeelden van de auteurs zelf en tientallen praktijkverhalen van familieleden en zorgverleners.



**Ruud Dirkse en Lenie Vermeer. Uitgeverij Kosmos. ISBN 9789021555034. Prijs: € 22,95.**

## Uit de praktijk

'Mijn man gaat sinds enkele weken naar de dagbesteding. De eerste keren zijn wij hier samen naartoe gelopen, want het is nog geen tien minuutjes lopen van ons huis. Inmiddels loopt mijn man alleen en dat gaat goed.

Een paar dagen geleden kwam mijn man helemaal ontderd thuis. Een van de medewerkers van de dagbesteding had tegen hem gezegd dat zij het eigenlijk niet zo veilig vond dat hij zelf kwam en dat het volgens haar beter was als hij voortaan door het busje werd opgehaald. Dat reed immers toch al en zo kwam iedereen daar. We zijn ruim vijftig jaar getrouwd, maar ik heb mijn man nog nooit zo boos gezien. Wat moest hij met een busje? Hij was toch niet gek? Moet het hele dorp zien dat hij ziek is? Het ergste was nog dat hij dacht dat ik met de medewerkster van de dagbesteding gebeld had, omdat ik het ook niet veilig vond.

Het heeft mij veel tijd en energie gekost om hem ervan te overtuigen dat hij gewoon kan blijven wandelen zo lang dat goed gaat. Met de medewerkster van de dagopvang, die op zich een schat is en hartstikke lief voor mijn man is, heb ik een stevig gesprek gehad. Zij had helemaal niet door hoe hard zij mijn man had geraakt met haar opmerking over het busje. We hebben nu wel voor ons beider gemoedsrust afgesproken dat zij in de ochtend even belt als mijn man gearriveerd is en ik dat in de middag doe als hij weer thuis is.'