

Agressief gedrag

Samenvatting

Hieronder hebben we de inhoud van de aflevering 'Agressief gedrag' samengevat. Gemakkelijk om er nog eens bij te pakken.

Wat is agressief gedrag?

Dementie kan ervoor zorgen dat mensen agressief reageren in situaties en naar andere mensen toe, terwijl zo'n reactie vroeger helemaal niet (zo heftig) zou zijn geweest. De ziekte zorgt ervoor dat ze situaties niet helemaal meer kunnen overzien, of dat ze zich bedreigd voelen. Mensen met dementie reageren ongeremder op bedreigingen. Dit kan afwerend of agressief gedrag tot gevolg hebben. Voorbeelden van dit gedrag zijn schoppen, slaan of schelden.

Jullie contact verandert

Het is goed om je te realiseren dat je naaste dit gedrag niet altijd bewust vertoont. De persoon voor wie je zorgt is niet meer dezelfde als voor de ziekte. Veel mantelzorgers hebben het hier moeilijk mee. Onbewust gaan ze vaak nog lange tijd op dezelfde manier om met hun naaste als voor de ziekte.

Om beter met het agressieve gedrag van je naaste om te gaan, is het belangrijk dat je begrijpt waar het gedrag vandaan komt.

Oorzaken en mogelijke oplossingen

Zes verschillende factoren veroorzaken het agressieve gedrag van mensen met dementie: de dementie zelf, hun levensloop, hun persoonlijkheid, de ruimte om hen heen, de mensen om hen heen en hun lichaam.

Niet aan alle factoren kun je iets doen. Zo kun je niets veranderen aan de levensloop van mensen, hun persoonlijkheid of aan de ziekte zelf. Het is wel belangrijk om aandacht te hebben voor deze oorzaken, zodat je beter begrijpt waar het gedrag vandaan komt.

Dementie

Agressief gedrag kan worden veroorzaakt door de dementie zelf. Je naaste wordt steeds meer geconfronteerd met de dingen die hij of zij niet meer begrijpt, herkent of overziet en verliest de grip op zijn/haar omgeving. Wanneer het geheugen je naaste in de steek laat, kunnen verdriet, frustratie en onmacht hierover omslaan in een agressieve reactie. Ook kan de rem wegvallen en komen emoties meer aan de oppervlakte te liggen.

Levensloop

Wat mensen hebben meegemaakt in hun leven kan van invloed zijn op het agressieve gedrag. Iemand die bijvoorbeeld veel in bedreigende situaties is geweest en op televisie met oorlogsbeelden wordt geconfronteerd, kan hierdoor boos of agressief worden.

Persoonlijkheid

Iemand die vroeger altijd graag de touwtjes in handen had, zal eerder gefrustreerd zijn als hem of haar dingen uit handen worden genomen. En als de persoon met dementie altijd al een kort lontje had, dan kan het nu gebeuren dat kleine irritaties al genoeg zijn voor een agressieve reactie.

Andere factoren zijn wel te beïnvloeden, met andere woorden: daar kun je mogelijk wel iets aan doen.

Ruimte om iemand heen

De ruimte waarin iemand met dementie zich bevindt, kan invloed hebben op het agressieve gedrag. Het is er te rommelig, te druk of juist te rustig. Te warm, of juist te koud. Je naaste kan zich geïrriteerd voelen, doordat er iets niet klopt. En doordat je naaste niet kan vertellen wat er mis is, kan een agressieve reactie ontstaan.

Wees alert op het feit dat de ruimte van invloed is op het gedrag van je naaste. Merk je dat hij of zij onrustig wordt in een bepaalde ruimte, kijk dan of er teveel of te weinig prikkels zijn. En grijp dan ook in, rustig en op tijd.

Mensen om iemand heen

Jouw gedrag, of dat van iemand anders in de omgeving van je naaste, kan van invloed zijn op het agressieve gedrag. Mensen met dementie kunnen schrikken van onverwachte situaties. Zoals een bekende die opeens verschijnt en een gesprek begint. Mogelijk herkent je naaste de bekende niet (direct) en voelt zich hierdoor bedreigd. En als mantelzorgers kun je ook teveel taken van je naaste overnemen, terwijl deze (eventueel met enige begeleiding) nog prima door hem of haar kunnen worden uitgevoerd. Dit kan leiden tot frustratie omdat je naaste dit het liefst zelf wilt blijven doen.

Probeer je rust te bewaren, oogcontact te maken en je stem niet te verheffen. Vertel je naaste dat je van het gedrag schrikt en stel voor het erover te hebben. Probeer de omgeving, familie en vrienden te vertellen over hoe zij het beste met jouw naaste kunnen omgaan. Zodat zij niet, met de beste bedoelingen, je naaste plotseling overvallen.

Neem niet teveel taken over als het niet hoeft en probeer ervoor te zorgen dat je naaste zich nuttig voelt. Bied pas hulp als iemand erom vraagt of als je iets geruisloos over kan nemen.

Lichaam

Agressie kan een manier zijn om uiting te geven aan lichamelijke klachten, omdat je naaste zelf niet goed meer kan aangeven of uitleggen wat er aan de hand is. Je kunt denken aan pijn, een blaasontsteking, ontregelde bloedsuikers of bepaald medicijngebruik. Het kan ook zijn dat iemand niet goed ziet of hoort en hierdoor boos of geïrriteerd reageert.

Wanneer je vermoedt dat je naaste een lichamelijke klacht heeft, probeer hier alert op te zijn en zo gericht mogelijk naar de oorzaak te vragen. Neem hiervoor de tijd. Raadpleeg de huisarts als je het gevoel hebt dat er ook een lichamelijke oorzaak is.

Zelf aan de slag

We hopen dat we je een beetje op weg hebben kunnen helpen om beter om te gaan met het agressieve gedrag van je naaste. Realiseer je goed dat niet alle oplossingen die je bedenkt (meteen) zullen werken.

Gebruik de bijgevoegde vragen en het schema om bij jezelf na te gaan wat de mogelijke oorzaken van het agressieve gedrag van jouw naaste zijn. Bedenk vervolgens manieren die jullie situatie kunnen verbeteren. Kom je er zelf niet uit? Je zou ook een familielid of goede vriend kunnen vragen je te helpen. Samen kom je vaak op meer en betere ideeën.

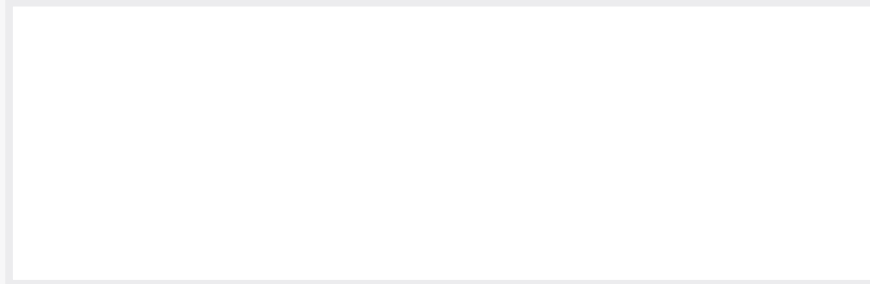
Aflevering terugkijken

Kijk gerust de video 'Agressief gedrag' nog eens terug. Hierin delen Anne-Margriet Pot (hoogleraar ouderpsychologie), Maritza Allewijn (GZ-psycholoog) en verschillende mantelzorgers hun kennis en ervaringen met agressief gedrag. Op dementie.nl vind je meer tips en informatie rondom agressief gedrag en hoe je hier als mantelzorgers beter mee kunt omgaan

Hulpvragen

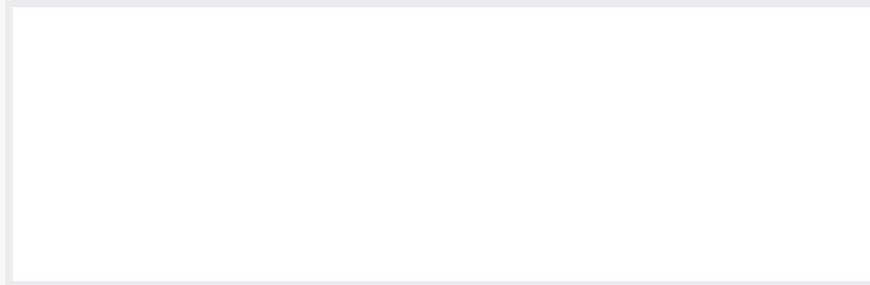
Vraag 1

Wat voor agressief gedrag merk je bij jouw naaste?



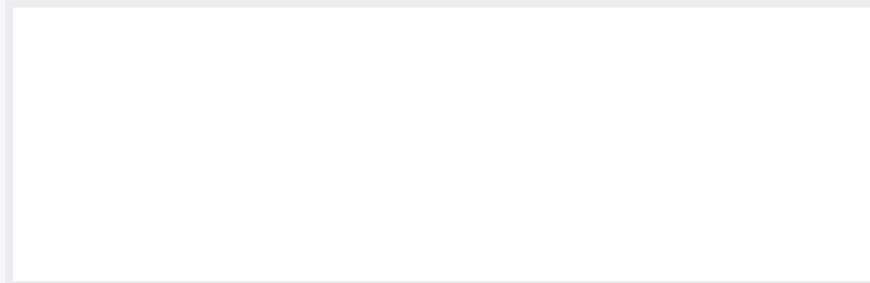
Vraag 2

Wat kunnen de oorzaken hiervan zijn?



Vraag 3



Hoe kun je met dit gedrag omgaan?



Omgaan met veranderend gedrag bij dementie

Agressief gedrag

Het invullen van onderstaand schema kan je helpen om beter met het agressie gedrag van je naaste om te gaan. We hebben een aantal mogelijke oorzaken van het gedrag én mogelijke manieren om met het gedrag om te gaan alvast voor je ingevuld. Gebruik deze informatie wanneer je over jullie situatie nadenkt.

	Wat zijn mogelijke oorzaken?	Wat zijn mogelijke manieren om ermee om te gaan?	Mogelijke oorzaken bij mijn naaste: <i>Vul zelf in</i>	Mijn oplossingen: <i>Vul zelf in</i>
 Dementie	<ul style="list-style-type: none">• Confrontatie met onvermogen.• Verliezen van grip.• Rem valt weg en emoties komen meer naar de voorgrond.			
 Levensloop	<ul style="list-style-type: none">• Iemand die veel in bedreigende situaties is geweest.• Iemand die veel conflicten heeft gehad.• Iemand die de oorlog heeft meegemaakt.			



Persoonlijkheid

- Iemand die graag touwtjes in handen heeft.
- Iemand die altijd al een kort lontje heeft.



Ruimte om je heen

- Teveel onprettige prikkels in de omgeving.
- Onverwacht bezoek in vertrouwde omgeving.

- Stel gerichte vragen over dat wat er niet klopt, probeer ervoor te zorgen dat iemand zich wel prettig voelt in de ruimte. Blijf zelf rustig, neem de tijd voor jullie gesprek.
- Probeer je naaste niet te verrassen. Geef duidelijk aan dat je/wie er binnenkomt. Probeer oogcontact te maken en zachtjes te praten.



Mensen in je omgeving

- Onverwachte ontmoetingen.
- Overnemen van taken door mantelzorgers.

- Geef duidelijk aan dat je binnenkomt. Probeer oogcontact te maken en zachtjes te praten.
- Vertel jullie omgeving hoe zij jouw naaste het beste kunnen benaderen.
- Neem niet teveel of iets te snel uit handen.



Lichaam

- Lichamelijke klachten; pijn, blaasontsteking, onregelde bloedsuikers, medicatie.
- Niet goed zien of horen, dus minder contact met de omgeving.

- Stel gerichte vragen naar de oorzaak. Wees alert op pijn, blaasontsteking, onregelde bloedsuikers, medicijngebruik. Let erop dat iemand zich niet geïsoleerd voelt. Bij twijfel, ga naar de huisarts.