

Persoonlijkheidsstoornissen bij ouderen (3)

Niemand ziet mij staan

Heb je om met ouderen die een persoonlijkheidsstoornis hebben? In dit derde en laatste artikel beschrijven Bas van Alphen en Sylvia Heijnen de stoornissen die worden gekenmerkt door angst: ontwijkend, afhankelijk en dwangmatig (obsessief) gedrag. Eerdere afleveringen van deze serie verschenen in DENKBEELD 2005/4 en 2006/1.

door Bas van Alphen en Sylvia Heijnen

In cluster C van de *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM, zie ook het eerste artikel in deze serie) zijn de persoonlijkheidsstoornissen ondergebracht die gekenmerkt worden door angstig en nerveus gedrag. Vergeleken met de persoonlijkheidsstoornissen uit cluster A en B vertonen mensen met deze stoornissen het meest aangepaste gedrag. Ouderen met dergelijke persoonlijkheidsstoornissen hebben doorgaans voldoende inzicht in hun eigen functioneren. Toch komen zij in de problemen door hun gedrag en kunnen hulpverleners in de praktijk moeite hebben met hen om te gaan.

De afhankelijke persoonlijkheidsstoornis

De cartoon (zie p. 31) laat een onzekere, ietwat angstige vrouw zien die met koekjes en andere lekkernijtjes klaarstaat voor iemand die zich dit laat welgevalen. De oudere dame wil dolgraag aardig gevonden worden en laat zich voor allerlei karretjes spannen omdat ze erg bang is door anderen in de steek te worden gelaten. Het afhankelijke type zal alles doen om niet afgewezen te worden en stelt zich daarom naar anderen uitermate dienstbaar op. Dergelijke personen hopen met dit gedrag te bewerkstelligen dat de ander altijd bij hen blijft en beslissingen voor hen neemt. Mensen met een afhankelijke persoonlijkheidsstoornis vinden het erg moeilijk een eigen mening te vormen en voor zichzelf op te komen. Veroudering wordt enerzijds als erg lastig ervaren door het overlijden van naasten op wie men kan steunen, anderzijds is het in deze levensfase makkelijker om verzorging te krijgen. Deze ouderen maken dankbaar gebruik van alle mogelijkheden die er zijn, zoals de dagopvang of een opname in een verzorgingshuis. Daar vertonen ze nogal eens claimend gedrag.

De ontwijkende persoonlijkheidsstoornis

De angstige dame op de achtergrond van de cartoon heeft dezelfde kleding en accessoires aangetrokken als de andere vier vrouwen en probeert op afstand contact te krijgen met het groepje. Zij durft niet dichterbij te komen en haar stemgeluid is zo zacht en hikkend dat zij niet wordt opgemerkt. Iemand met een ontwijkende persoonlijkheidsstoornis wil niets liever dan geaccepteerd worden door anderen, maar is zo bang om afgewezen te worden dat ze het contact met anderen niet

aandurft. Deze mensen zoeken veelal op een onopvallende manier aansluiting bij anderen. Ze ontwijken discussies of conflicten en proberen ten koste van alles de lieve vrede te bewaren. Met name sociale situaties gaan ze liever uit de weg. Gevoelens van minderwaardigheid spelen hierbij een belangrijke rol. Ouderen met deze problematiek zullen niet snel een beroep doen op de somatische of geestelijke gezondheidszorg. Dat komt ten dele doordat ze veelal de problemen niet onder ogen durven zien, maar ook doordat ze te verlegen zijn om een beroep te doen op anderen.

De obsessieve-compulsieve persoonlijkheidsstoornis

In de cartoon staat iemand nauwkeurig op te meten of alles goed staat, de boekenkast is keurig geordend, alles kent zijn vaste plaats. De kleding is conservatief, de haardracht wordt gekenmerkt door een kaarsrechte scheiding en het model bril is afkomstig uit de jaren vijftig van de vorige eeuw. Orde, netheid, punctualiteit en zuinigheid zijn het devies van personen met een obsessieve-compulsieve persoonlijkheidsstoornis. Daarbij staat perfectionisme hoog in het vaandel, evenals normen en waarden. Dit maakt deze mensen weliswaar zeer betrouwbaar, maar ook inflexibel en star en moeilijk om mee samen te werken. Op latere leeftijd zijn zij vaak bang voor controleverlies over zowel lichaam als geest en hebben zij veel moeite met veranderingen.

Niet doen

- Te veel verantwoordelijkheid overnemen
- Gewoontes en regels veranderen
- De kritische kijk van de bewoner op zichzelf bevestigen
- Willekeurige afspraken maken
- Nadruk leggen op iemands creatieve vermogens

Altijd beleefd en dankbaar

In de onderstaande casus wordt een oudere vrouw besproken met verschillende kenmerken van een persoonlijkheidsstoornis uit cluster C. Het betreft een beschrijving uit de dagelijkse praktijk in een verzorgingshuis. De omgangsproblemen en het hanteren hiervan staan in deze casus centraal.

Mevrouw Fokkema is een 85-jarige weduwe die in een verzorgingshuis woont. Zij komt uit een gezin met vijf kinderen van wie zij het enige meisje was. Thuis heeft ze altijd meegeholpen in het huishouden en de verzorging van haar broers. Ze vindt dat ze een plezierige jeugd heeft gehad, ook al moest ze hard werken. Mevrouw Fokkema is altijd een verlegen meisje geweest, dat zich strikt aan de schoolregels hield en bang was om te zondigen. Voor haar huwelijk heeft ze nog een tijdje als secretaresse op een kantoor gewerkt. Daarna was ze huisvrouw. Ze heeft één dochter en haar gezin was haar lust en haar leven. Zelf was ze altijd netjes en ze zorgde ervoor dat haar huis, haar man en haar dochter tot in de puntjes verzorgd waren. Mevrouw Fokkema en haar man hadden weinig sociale contacten. Ze hadden het altijd goed samen en leefden volgens een vast patroon: om half acht opstaan en om acht uur ontbijten, boodschappen doen, wandelen en elke avond een spelletje waarbij ze één borrel dronken. Om elf uur gingen ze altijd naar bed. Drie jaar geleden heeft haar echtgenoot een herseninfarct doorgemaakt en is tijdelijk opgenomen geweest in een verpleegkliniek. Mevrouw kon het niet accepteren dat haar man tot minder in staat was. Een jaar later werd hij getroffen door een tweede herseninfarct en is hij overleden. Sindsdien voelt mevrouw Fokkema zich gespannen en gejaagd. Ze gaat op tijd naar bed, maar als ze halverwege de nacht wakker wordt, begint ze te piekeren en kan ze de slaap niet meer vatten. Ook heeft ze last gekregen van maagklachten, duizeligheid en hartklachten. Daarnaast is ze in veel mensen teleurgesteld: vroeger stond ze zelf altijd voor iedereen klaar, nu is er niemand die haar komt helpen. Haar dochter wil wel graag helpen, maar woont ver weg en kan niet vaak komen door haar eigen werk en gezin. Mevrouw Fokkema voelt zich eenzaam en besluit mede gezien haar lichamelijke achteruitgang

naar een verzorgingshuis te verhuizen.

In het verzorgingshuis is ze altijd beleefd en dankbaar, maar niet echt gezellig. Ze heeft veel bevestiging nodig en vraagt voortdurend of ze alles goed doet. Mevrouw Fokkema zou wel aan activiteiten willen deelnemen, maar durft niet bij de groep te gaan zitten omdat ze bang is dat anderen haar niet aardig vinden. Het liefst is ze alleen op haar kamer en probeert ze alles zoveel mogelijk zelf te doen. Bovendien is zij van mening dat de verzorgenden slordig werken en niet grondig genoeg schoonmaken. Ze durft hier echter niet direct iets van te zeggen.

Voorzichtig begeleiden

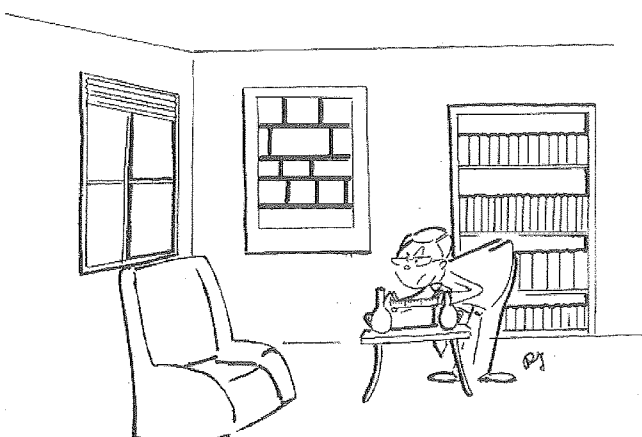
In de omgang met mevrouw Fokkema is het goed ons te realiseren dat zij erg veel behoefte heeft aan controle. Ze zal >



De afhankelijke persoonlijkheidsstoornis



De ontwijkende persoonlijkheidsstoornis



De obsessieve-compulsieve persoonlijkheidsstoornis

illustraties: Petra Swinnen

Wel doen

- Met kleine stapjes de zelfstandigheid bevorderen
- Zoveel mogelijk controle bij de betrokkene laten
- Zelfvertrouwen geven door nadruk te leggen op positieve eigenschappen
- Afspraken zoveel mogelijk op vaste dagen en tijdstippen, zelf stipt en correct zijn
- Nadruk leggen op nauwkeurigheid en vaardigheden als computeren of ansichtkaarten namaken

*Door mevrouw haar eigen gewoonten
en regels te laten behouden krijgt zij
meer rust*

zich netjes gedragen zoals het hoort en ze zal gesloten zijn over wat haar bezighoudt. Eventuele onvrede kan ze alleen indirect uiten. Verder heeft ze de neiging alles zelf te doen, weinig hulp te vragen en zich wat terug te trekken. Dit terwijl ze wel behoefte heeft aan sociaal contact. Het is belangrijk haar op haar gemak te stellen, omdat zij snel angstig, nerveus en gespannen wordt. Ook is het goed haar te helpen met het ondernemen van activiteiten en het toelaten van extra verzorging. Daarbij zijn 'kleine stapjes' zeer belangrijk: mevrouw Fokkema zal niet in één keer de controle uit handen geven of over haar angst heen stappen. Ook haar grote verantwoordelijkheidsgevoel zal haar belemmeren dingen aan anderen over te laten, ook al kan ze het niet alleen. Haar eigenwaarde dient vergroot te worden door betrokkenheid te tonen, veel positieve bekrachtiging te geven en structuur te bieden. Door mevrouw haar eigen gewoonten en regels te laten behouden krijgt zij meer rust. Veranderingen in haar situatie dienen van te voren met haar te worden besproken. Hierbij is het zaak mevrouw Fokkema zoveel mogelijk inspraak en eigen verantwoordelijkheid te geven. Op deze wijze kan angstig gedrag voor een groot deel worden verminderd.

Tot slot

In deze serie van drie artikelen hebben wij uiteengezet wat persoonlijkheidsstoornissen zijn, welke stoornissen er bestaan, wat hiervan de kenmerken zijn en welke omgangsadviezen kunnen worden gegeven. Steeds is hierbij expliciet de link naar ouderen gelegd, hoewel over persoonlijkheidsstoornissen bij ouderen nog weinig bekend is (zie ook de rubriek 'Op de hoogte' p.25). Diagnostiek en behandeling staan nog in de kinderschoenen en ook over de juiste manier van omgaan met dergelijke ouderen is onze kennis nog beperkt. Naast de uitbreiding van de zorg voor deze doelgroep dient ook de kwaliteit van die zorg verbeterd te worden. Dit zal onder meer moeten gebeuren door meer wetenschappelijk onderzoek naar persoonlijkheidsstoornissen bij ouderen. De winst hiervan kan groot zijn omdat persoonlijkheidsstoornissen niet alleen op zichzelf al een grote last kunnen zijn voor ouderen, maar ook een goede verzorging ernstig kunnen bemoeilijken. Door meer aandacht te schenken aan diagnostiek en behandeling en aan de juiste benadering van ouderen met een persoonlijkheidsstoornis snijdt het mes dus aan twee kanten.

Bas van Alphen en Sylvia Heijnen zijn werkzaam als psycholoog bij de divisie Ouderen van de Mondriaan Zorggroep te Heerlen.

