

nieuws

In dit nummer

Hoe ga je als mantelzorger om met NAH

NAH (Niet Aangeboren Hersenletsel) en communiceren

MAF methode helpt mantelzorgers



Samen verder na hersenletsel

.....

Grappen ineens niet meer begrijpen, meer met zichzelf bezig zijn of niet aanvoelen dat iemand een arm om zich heen kan gebruiken... Het zijn tekenen dat mensen met niet-aangeboren hersenletsel (NAH) soms moeite kunnen hebben met het herkennen en begrijpen van sociale signalen, zoals gezichtsuitdrukkingen en lichaamstaal. Hierdoor weten ze vaak niet goed hoe ze in sociale situaties moeten reageren.

Dit verschijnsel staat bekend als problemen met sociale cognitie. Soms zijn deze veranderingen overduidelijk, soms zo subtiel dat alleen de partner het opmerkt. “Dat kan ertoe leiden dat partners zich erg alleen voelen,” vertelt Sophie Rijnen, senior wetenschappelijk onderzoeker bij het Expertisecentrum Hersenletsel en Neuropsychiatrie binnen GGZ Oost Brabant.

Gedragsveranderingen zorgen er vaak voor dat partners elkaar minder goed begrijpen. Voor de partner is het lastig dat deze veranderingen door anderen niet worden herkend of erkend, terwijl ze wel invloed hebben op de relatie. Daarom doet het Expertisecentrum H&NP samen met Maastricht Universiteit onderzoek naar de rol van sociale cognitie in partnerrelaties na hersenletsel. Met steun van de Hersen-

stichting zijn op basis van dit onderzoek, een **praatplaat** en **gesprekskaarten** ontwikkeld. Die helpen mensen met NAH en hun partners om veranderingen bespreekbaar te maken en meer grip te krijgen op hun communicatie. Dat werkt positief op hun relatie.

Grip krijgen

Niet alleen voor mensen met NAH en mantelzorgers is het onderzoek van belang. “Met het onderzoek willen we ook dat zorgverleners meer bewustwording en kennis hebben over dit onderwerp.” Sociaal psychiatrisch verpleegkundigen Frank Wiendels en Bram Reijnen zetten zich daar dagelijks voor in.

Er was geen informatie bekend over NAH en de invloed op de relatie met de partner en dat was een belangrijke aanleiding voor onderzoek. Sophie: “Mensen met hersenletsel en hun naasten ervaren negatieve gevolgen van sociale cognitieproblemen. Ze ontdekken meer problemen in hun relatie en het scheidingspercentage ligt hoger dan gemiddeld.” Daar wil het Expertisecentrum H&NP verandering in brengen. “Met de gesprekskaarten en praatplaat kunnen we hen op een makkelijke manier bereiken en ondersteunen” vertelt Sophie. Frank vult aan: “Als mensen bij ons komen, leren we hen kennen en krijgen inzicht in hun manier van communiceren. De gesprekskaartjes helpen mensen om weer grip te krijgen én die positieve punten in hun relatie te ont-

dekken. Sophie vult aan: “In de interviews vertelden sommige koppels toch ook over lichtpuntjes. Dat vond ik heel mooi.”

Helder communiceren

Sophie, Frank en Bram benadrukken dat een goede diagnose bij problemen met sociale cognitie belangrijk is. Zo nodig kan een professional ingeschakeld worden voor begeleiding of behandeling. Daarnaast is het voor partners belangrijk dat ze goed voor zichzelf zorgen. Het delen van ervaringen tijdens lotgenotenbijeenkomsten, zoals bij Café Brein, kan ook helpen. Daar is telkens een spreker te gast met informatie over de gevolgen van hersenletsel. Daarnaast speelt heldere communicatie een sleutelrol in het omgaan met iemand met NAH. Zij kunnen uitspraken letterlijk nemen of moeite hebben met figuurlijke taal, grapjes of subtiële hints. Wensen en gevoelens zo helder en concreet mogelijk verwoorden, zorgt voor meer begrip en voorkomt misverstanden. Hierdoor kan de band tussen de partners versterken in een relatie die door NAH is veranderd.

Foto: Jos Lammers