ZOEKEN, VERZAMELEN, VERSTOPPEN

Zoeken (soms erg aanhoudend), verzamelen en verstoppen zijn gedragingen die kunnen optreden bij de ziekte van Alzheimer of een verwante aandoening. Ze kunnen voor de omgeving soms onlogisch of vervelend lijken. Een beter begrip van de mogelijke redenen kan helpen om creatief om te gaan met de inrichting van de omgeving en met de manier waarop men reageert.

Mogelijke redenen voor dit gedrag:

- Het geheugen: de persoon vergeet bijvoorbeeld waar bepaalde dingen liggen en gaat ze zoeken. Omdat de persoon kan denken dat spullen gestolen worden (omdat ze onvindbaar zijn), kan hij of zij ze bovendien gaan verstoppen om ze veilig te stellen. De persoon kan ook vergeten dat er bijvoorbeeld al een koekje opzijgelegd is en zo geleidelijk koekjes gaan verzamelen;
- Verveling: de persoon houdt zich bezig en stelt zichzelf mogelijk gerust over zijn of haar plaats en rol in de omgeving;
- Angst en ongerustheid: omdat de persoon de eigen emoties niet goed kan herkennen en/of uitdrukken, zoekt hij of zij een « toevlucht » in deze herhaalde gedragingen, die geruststellend kunnen werken;
- Onrust: de persoon raakt op die manier een « teveel » aan energie kwijt;
- Een gevoel van leegte of verlies: door te zoeken en te verzamelen probeert de persoon die leegte symbolisch en onbewust op te vullen;
- Identiteitsverlies of veranderende rollen: de persoon verzamelt voorwerpen die verband houden met zichzelf, met wie hij of zij is en met herinneringen, in een onbewuste poging om de eigen identiteit « vast te houden »;
- De behoefte om orde te scheppen, veiligheid te waarborgen of het overzicht te bewaren;
- Enz.

Wat kunt u doen?

In het algemeen

Houd voor ogen dat dit gedrag altijd betekenis heeft voor de persoon. Het kan veel helpen de persoon te observeren, mogelijke oorzaken te zoeken (zie onder meer de lijst hierboven) en na te denken over welke aspecten problemen kunnen opleveren (bijvoorbeeld belangrijke documenten niet meer terugvinden). Sommige gedragingen verstoren het dagelijks leven nauwelijks. Voor andere kan het echter nuttig zijn enkele kleine aanpassingen te doen.

© All rights reserved

Mogelijke aanpassingen en manieren van reageren

- Bewaar waardevolle documenten en voorwerpen op een veilige plaats: een geplastificeerde kleurenkopie van de identiteitskaart kan bijvoorbeeld volstaan voor de persoon. Ook een gelijkaardig, minder waardevol sieraad kan voldoening geven (soms telt het dragen van een sieraad meer dan het sieraad zelf);
- Zorg van bepaalde dingen voor een tweede exemplaar (bijvoorbeeld een leesbril);
- Zoek de « favoriete verstopplaatsen » van de persoon, maar verander er indien mogelijk niets aan. Zo weet u eenvoudigweg waar u kunt zoeken als een voorwerp zoek is;
- Wanneer de persoon spullen niet meer terugvindt, kan hij of zij naasten gaan wantrouwen en denken bestolen te zijn, omdat elke herinnering aan het opbergen of verstoppen ontbreekt. Om dit wantrouwen weg te nemen en de persoon gerust te stellen, kan het helpen samen te zoeken en het verloren voorwerp samen terug te vinden. Probeer beschuldigingen in elk geval zo weinig mogelijk persoonlijk op te vatten en er niet met tegenargumenten op te reageren. De persoon helpen en begeleiden bij het zoeken kan voldoende zijn om rust te brengen;
- Zelfs als de persoon de tijd niet meer kan aflezen op een horloge, een portefeuille niet meer kan gebruiken of geen handtas meer nodig heeft, behouden deze voorwerpen een belangrijke symbolische waarde en bieden ze houvast. Het is dus zinvol ze ter beschikking te laten;
- Bied de persoon een doos of bak aan waarin hij of zij naar wens dingen kan verzamelen en opnieuw kan gaan rommelen wanneer die behoefte ontstaat;
- Voorzie opbergruimten en oplossingen waarbij de persoon de opgeborgen voorwerpen rechtstreeks kan zien;
- Berg voorwerpen op die niet nodig of onmisbaar zijn (bijvoorbeeld winterkleding in de zomer);
- Stel een afleidende activiteit voor;
- Stel de persoon gerust met een rustige en empathische houding;
- Enz.

Net als bij andere uitingen van de ziekte van Alzheimer of een verwante aandoening draait het bij dit gedrag om observatie, creativiteit, het uitproberen van oplossingen en het bijsturen op basis van de reacties. Fouten maken hoort bij het proces. Zie ze niet als mislukkingen, maar als constructieve elementen in het omgaan met de ziekte.

Alles blijft voortdurend veranderen: een idee dat op een bepaald moment niet werkte, kan later wel doeltreffend zijn, en omgekeerd.

Aanvullende informatie

Le guide des aidants, Alzheimer Europe, uitgave 2013, 158 p.

www.alzheimer.ca

© All rights reserved