



NAH en de betekenis van emoties

Dirk Liessens

Guy Lorent

**Cerenah, Zorggroep Sint Kamillus, Bierbeek
Oktober 2022**

Stress en frustraties

- Medische psychiatrische benadering
 - *Pathologie*
 - *Symptoomdenken*
 - *DSM*
- Psychotherapeutische benadering
 - *Persoonsgericht*
 - *Levensgeschiedenis*
 - *PDM*

BTS



'Ware ik'

- Zoektocht naar identiteit
- Los van elke 'beïnvloeding'
- Puur
- Emotionele kracht?

Wat ?

Persoonlijkheid?

Transdiagnostische factoren?

Emoties: wat?

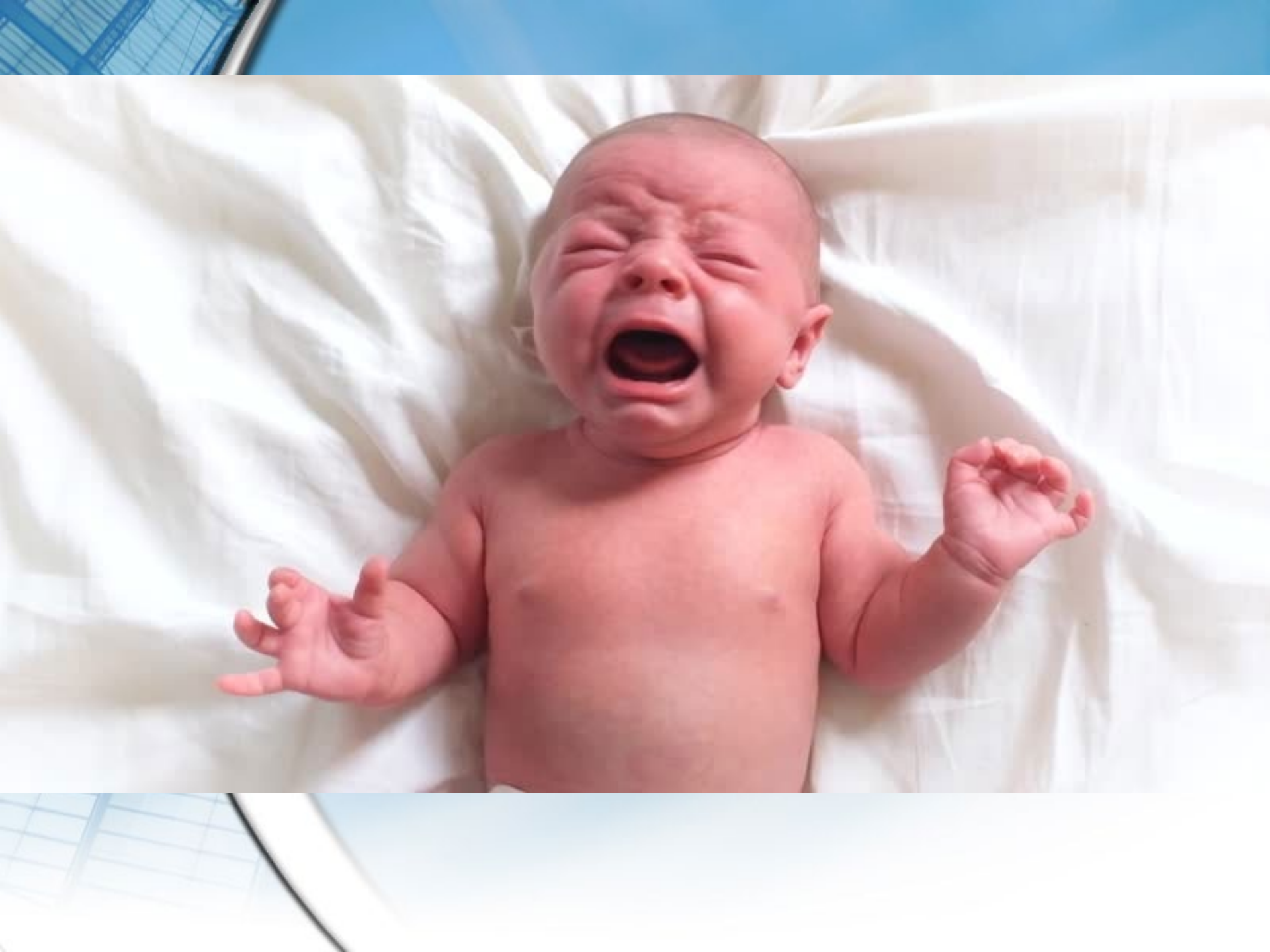
A horizontal dotted line consisting of small white dots, spanning the width of the slide.

- Verschillende benaderingen
- Onderscheid emoties en affect
- Damasio
- Ekman
- Panksepp
- Solms











Basisemoties



- Jaak Panksepp:
 - *Dieren zijn 'eerlijk'*
 - *Geen hypocrisie*
 - *Tenzij afgericht*
 - *7 'basisemoties'*

Basisemoties?

- Emoties:
 - *Gevoelens*
 - Primaire
 - Secundaire – aangeleerde
 - Tertiare – morele
 - *Fysieke sensaties*
 - Honger – dorst
 - Pijn
 - Lichaam – diepe gevoeligheid - schema
 - Hormonen

Basisemoties

- Marc Solms:
 - *Eerste reactie is altijd emotioneel*
 - Dirty route (Ledoux)
 - 250 msec.
 - *Welke emotie = Jaak Panksepp of Paul Ekman*
 - *Tweede reactie is cognitief: 'vrije wil'?*
 - Long route (Ledoux)
 - 450 msec.
 - Tweede reactie is altijd te laat

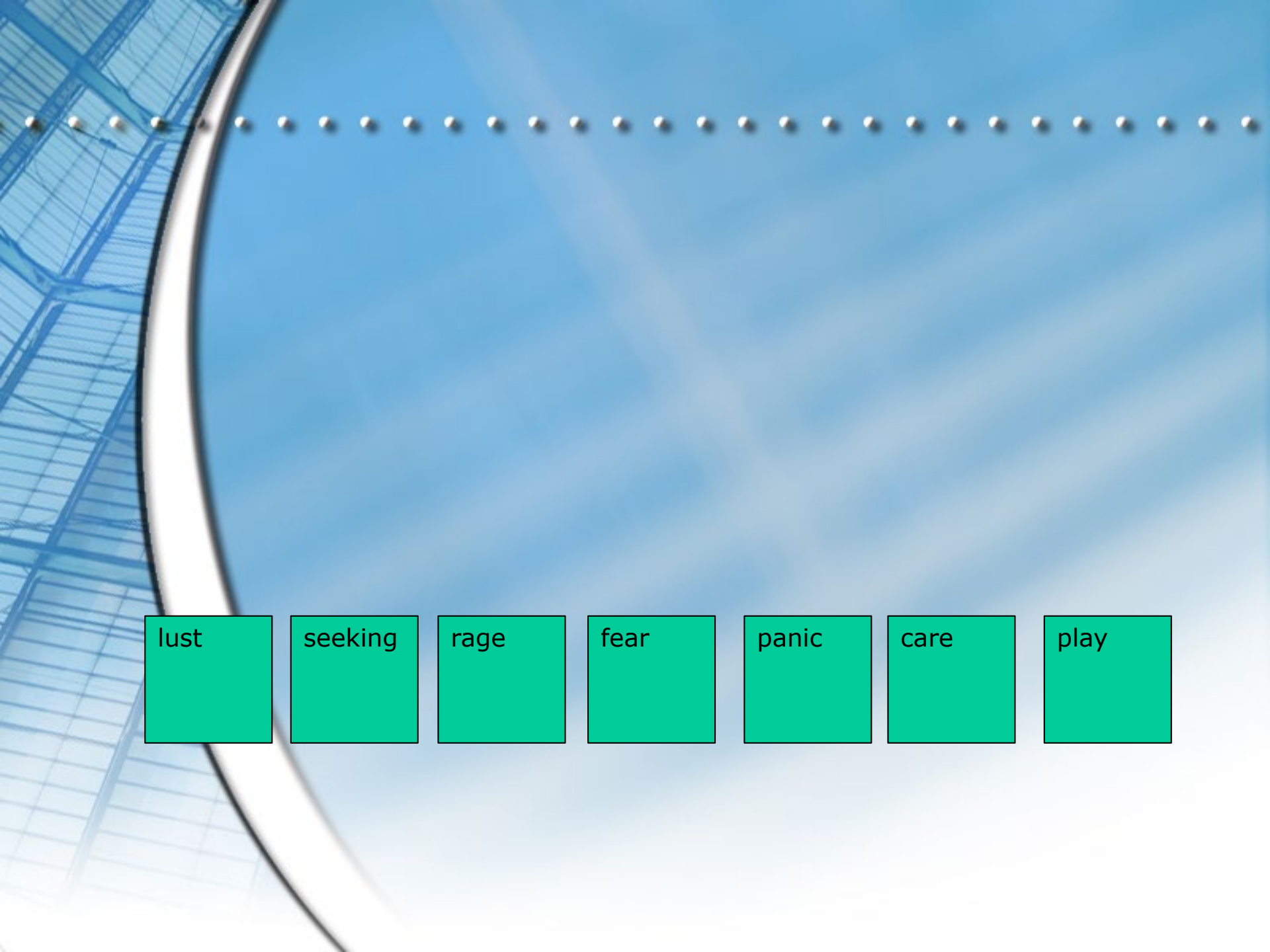
basispersoonlijkheid

- Genetisch bepaald – ‘fabrieksinstellingen – ‘ware ik’?
- Gesitueerd in hersenstam en verbinding met hypothalamus
- Talrijke varianten mogelijk
- Koppeling met lichamelijke sensaties
- Vanaf geboorte ook koppeling met sensoriek = conditioneringen
 - *Eerst honger, dorst, koude, aanraking, licht, pijn,...*
 - *Later complexere stimuli*

basisemoties

- Jaak Panksepp:
 - *7 basisemoties:*
 - Lust
 - Seeking
 - Rage
 - Fear
 - Panic/grief
 - Care
 - Play (corona!)

Relatieve verhouding = ware 'ik' ?

The background of the slide features a blue sky with soft, wispy white clouds. A thick white arc curves from the top left towards the bottom left. A horizontal dotted line of small white dots spans the width of the slide, positioned in the upper third.

lust

seeking

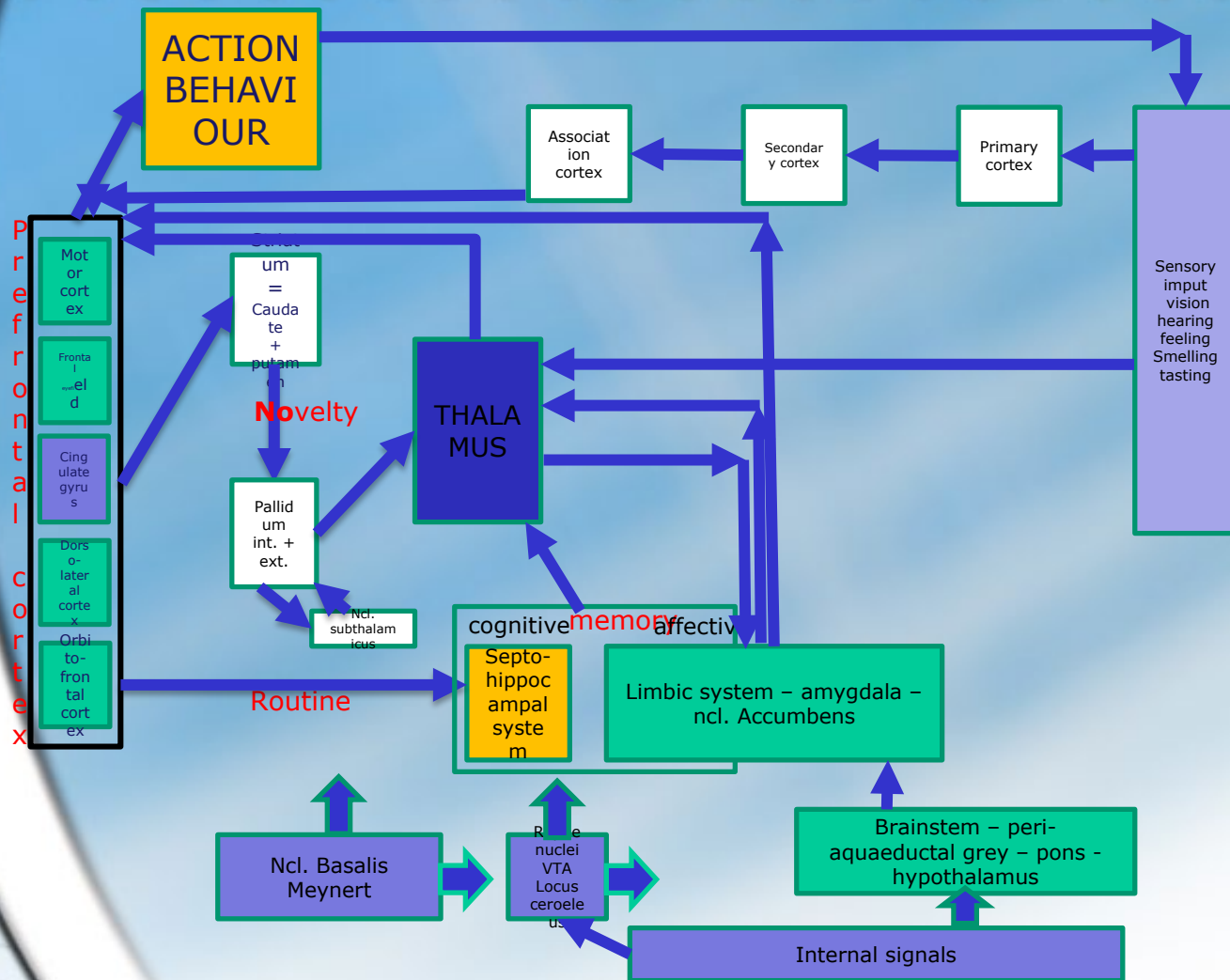
rage

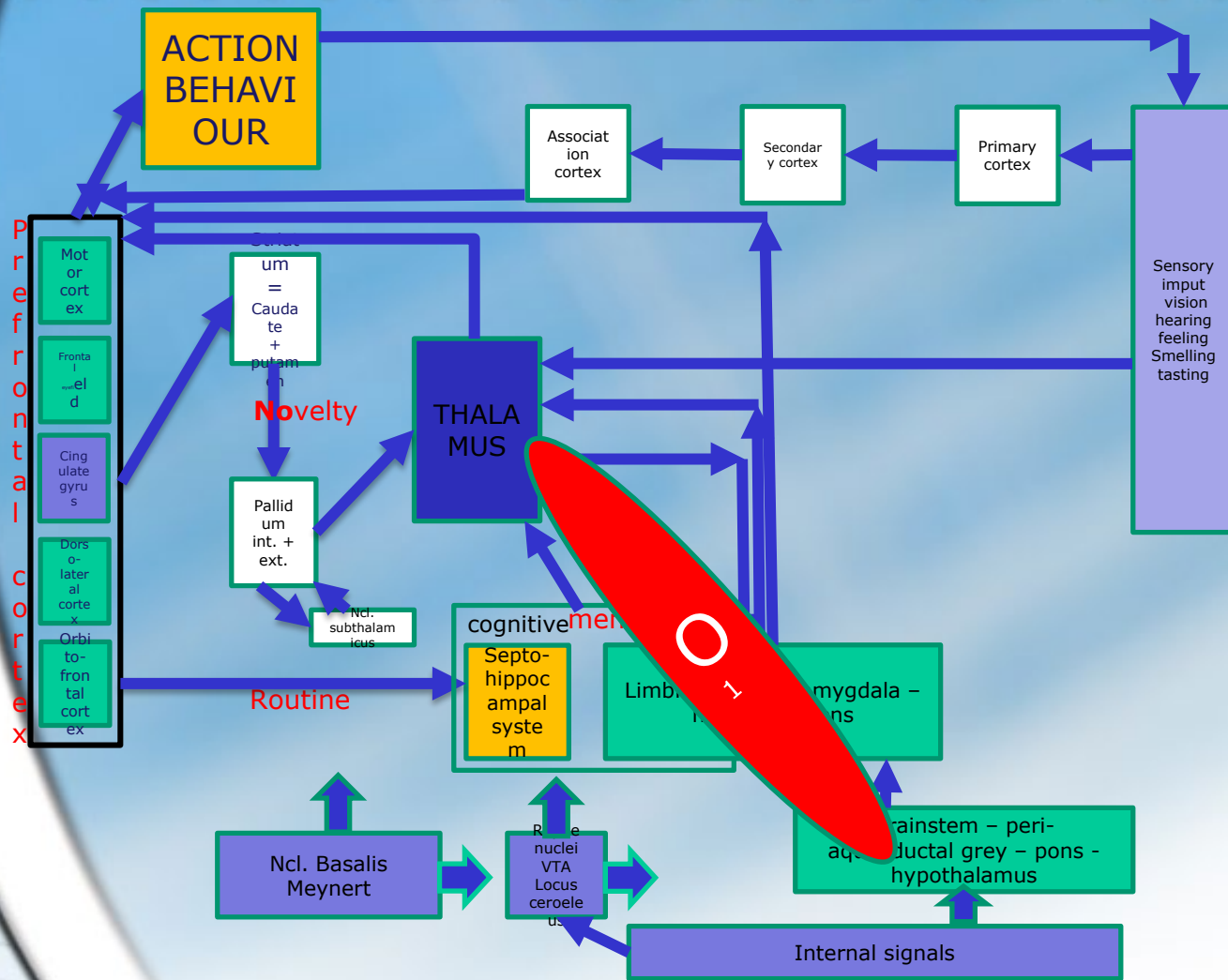
fear

panic

care

play





Angstige karakter

lust

seeking

rage

fear

panic

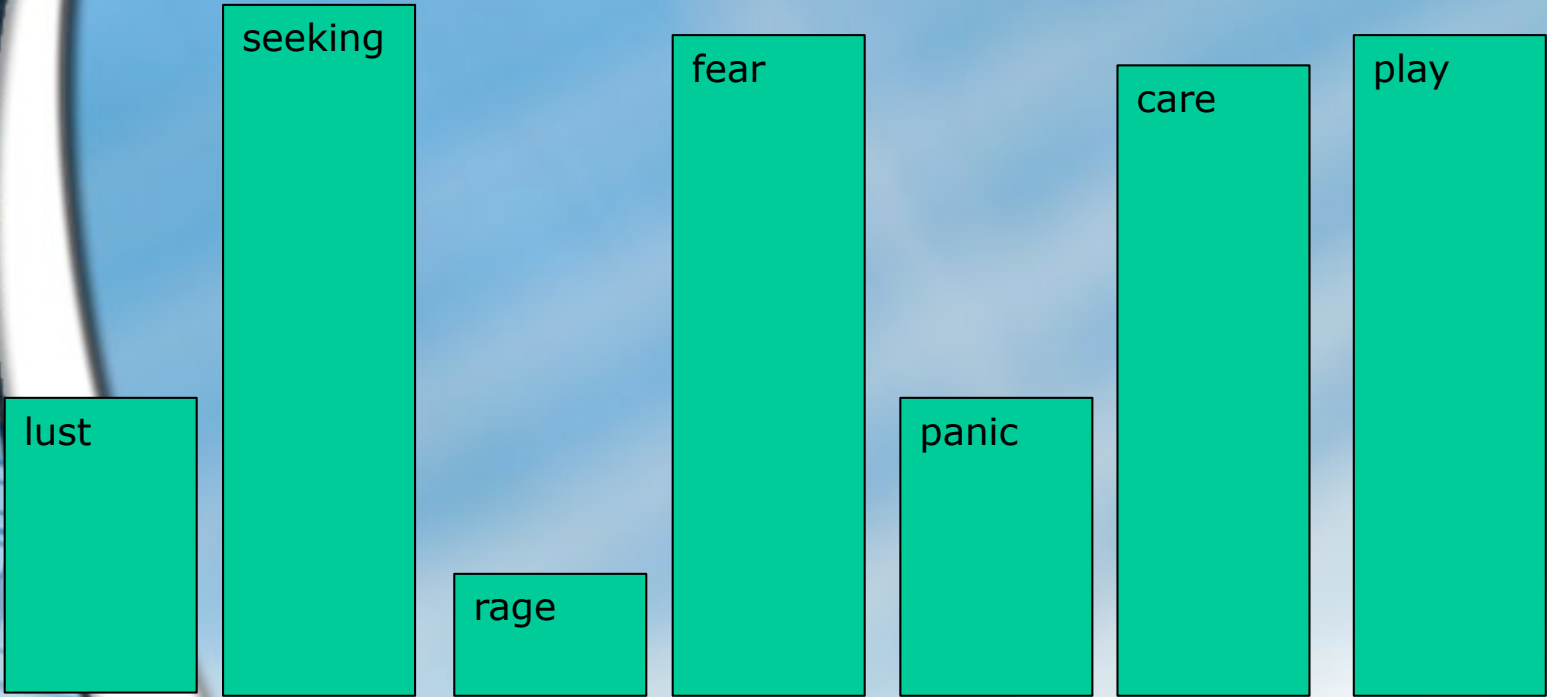
care

play

veldmuis



Avontuurlijke karakter



Stokstaartjes



Zorgzaam karakter

lust

seeking

rage

fear

panic

care

play



man

lust

rage

seeking

panic

fear

care

play

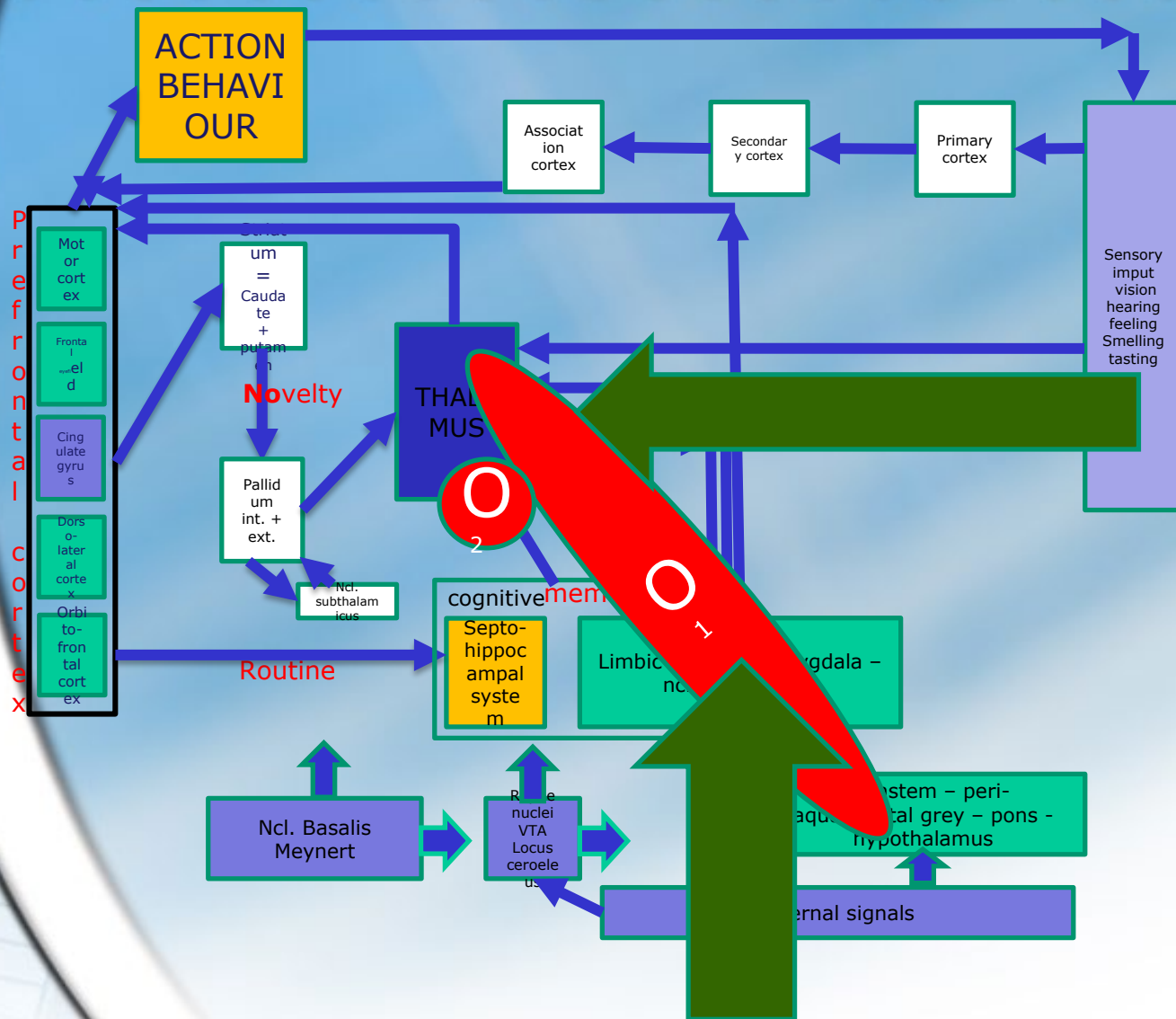


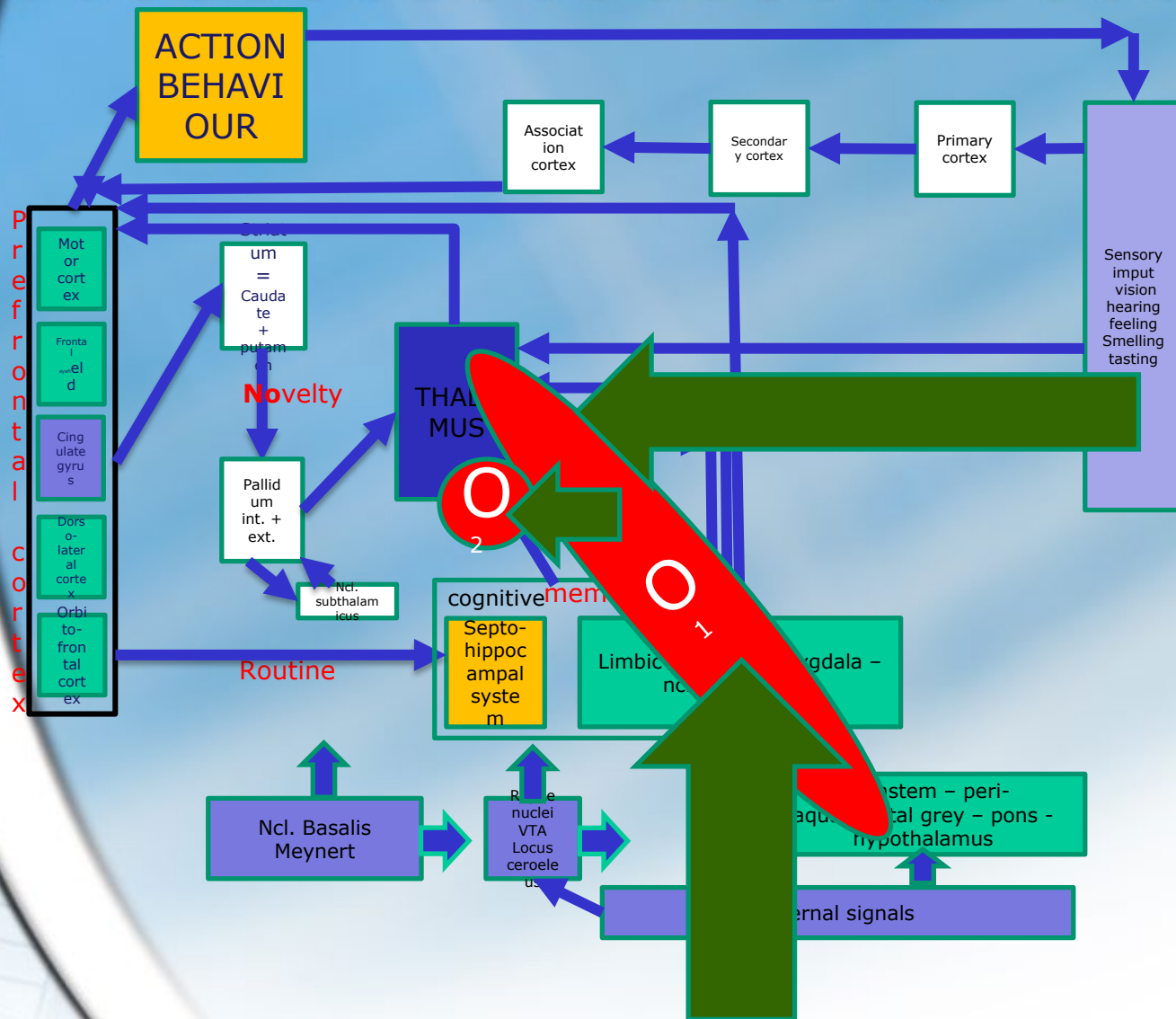
basispersoonlijkheid

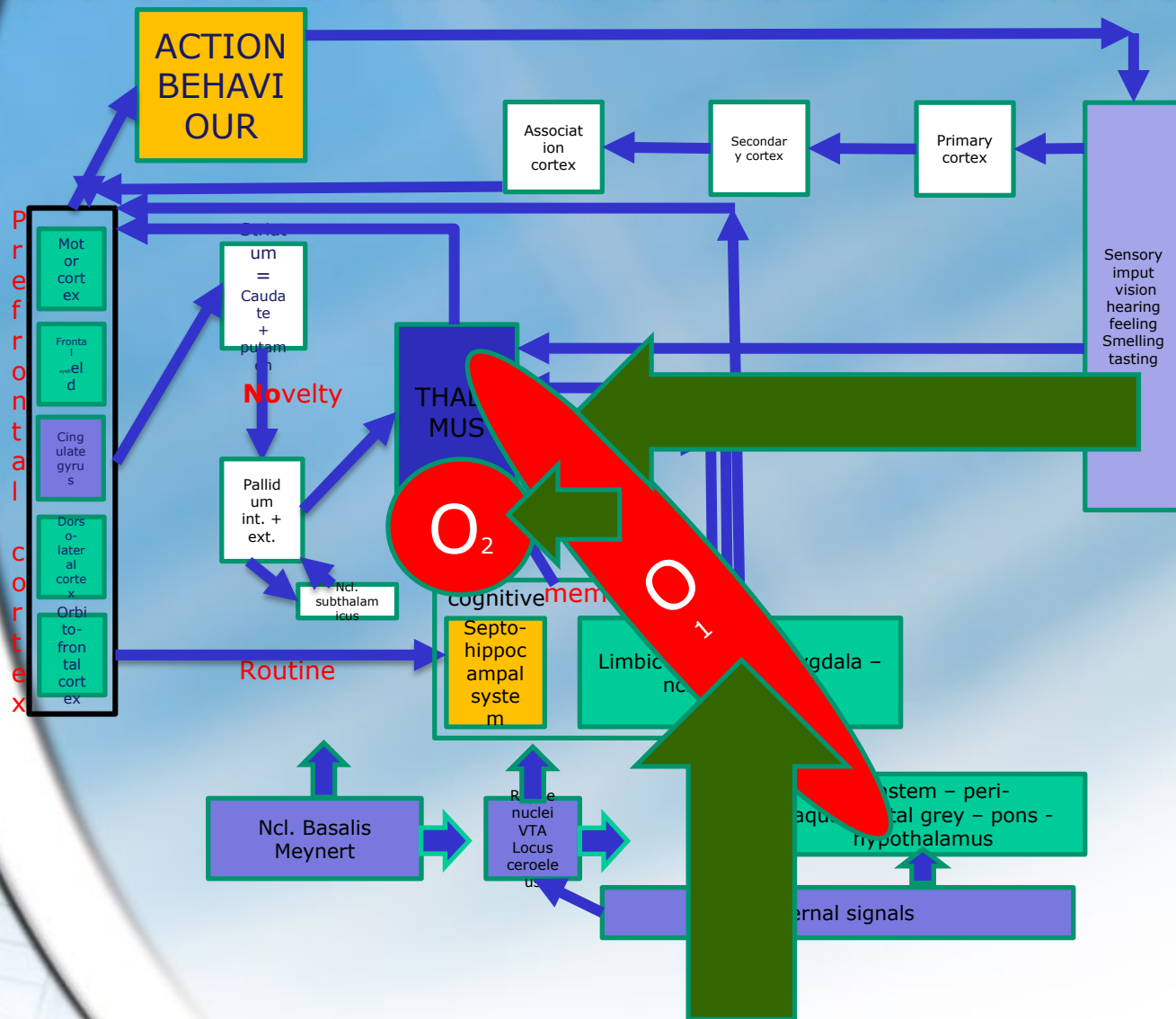
- Genetisch bepaald – ‘fabrieksinstellingen – ‘ware ik’?
- Gesitueerd in hersenstam en verbinding met hypothalamus
- Talrijke varianten mogelijk
- Koppeling met lichamelijke sensaties
- Vanaf geboorte ook koppeling met sensoriek = conditioneringen
 - *Eerst honger, dorst, koude, aanraking, licht, pijn,...*
 - *Later complexere stimuli*

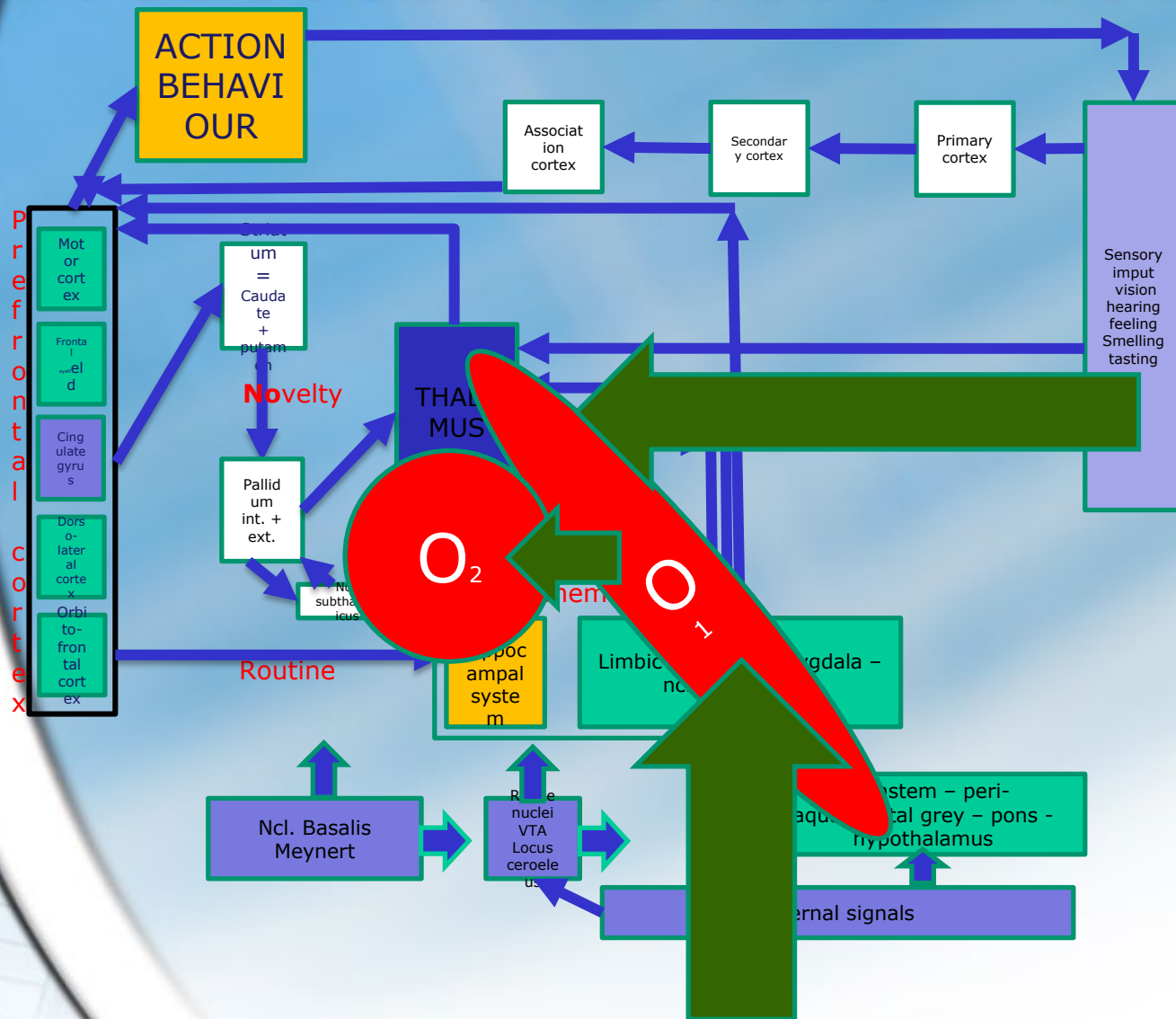
conditionering

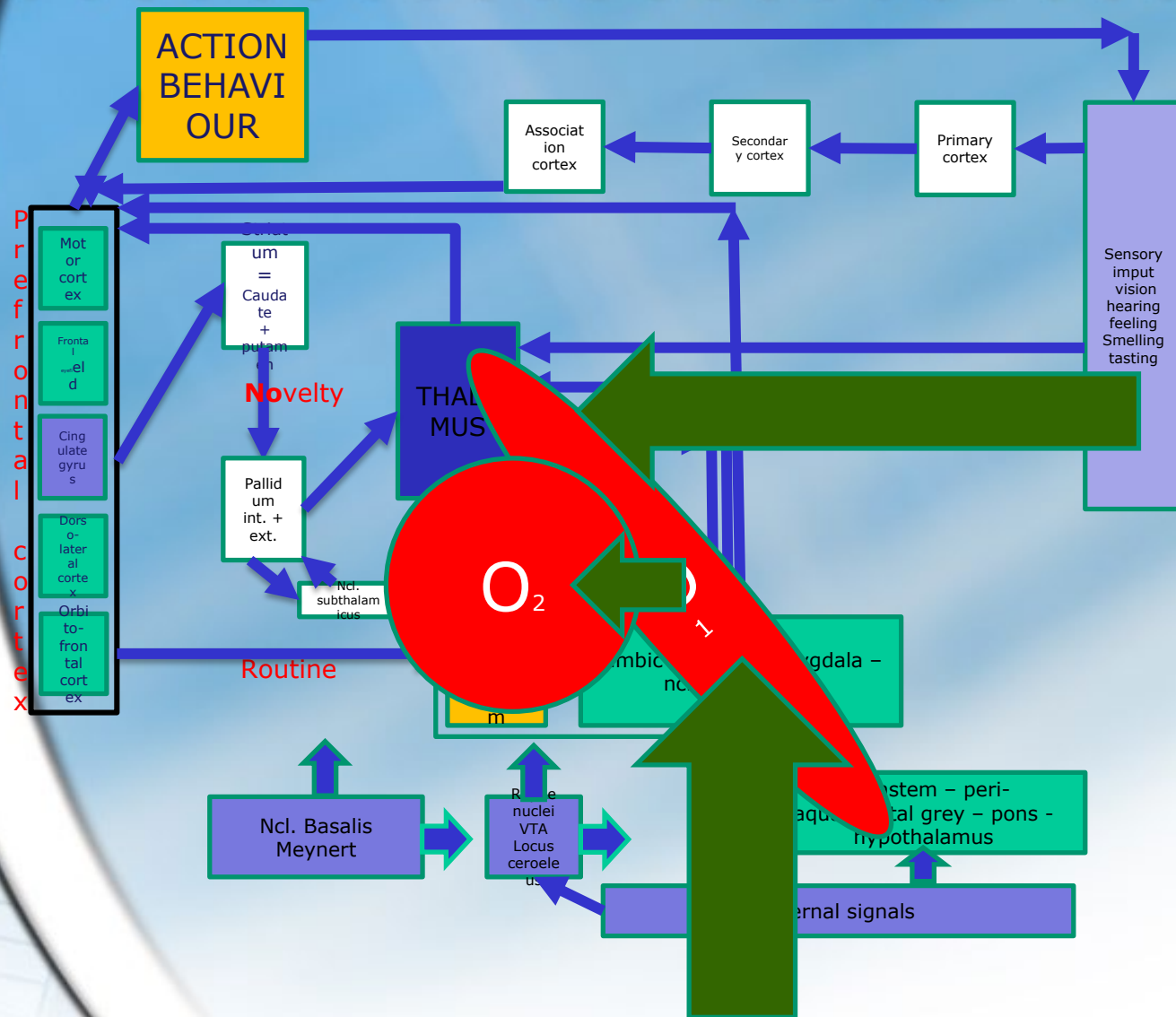
- Koppeling van:
 - *Lichamelijke stimuli aan gedragspatronen*
 - *Sensorische stimuli aan gedragspatronen*
 - *Arsenaal aan 'snelkoppelingen'*
 - *Gesitueerd in amygdala (emotie) en hippocampus (feitelijkheden)*

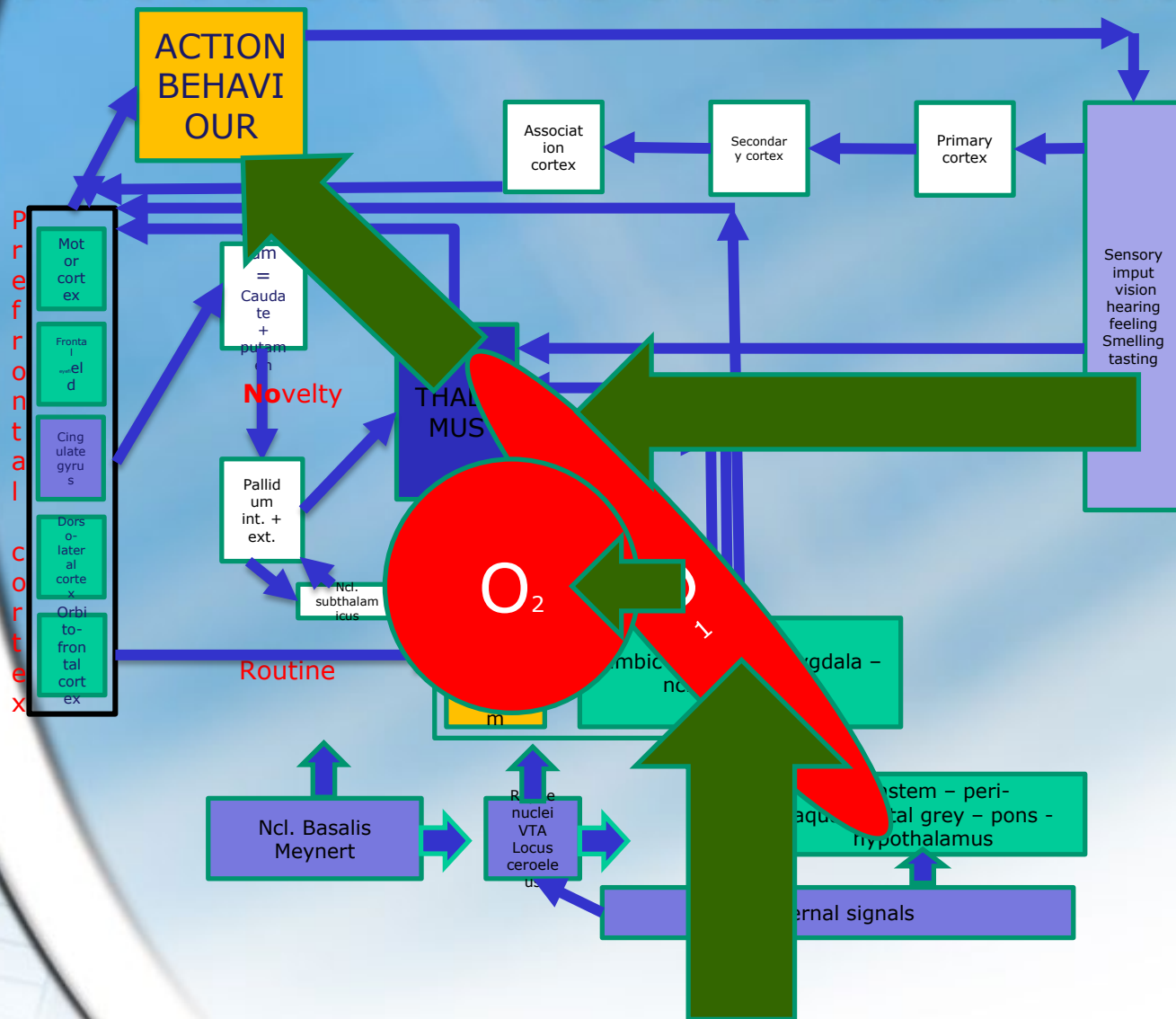


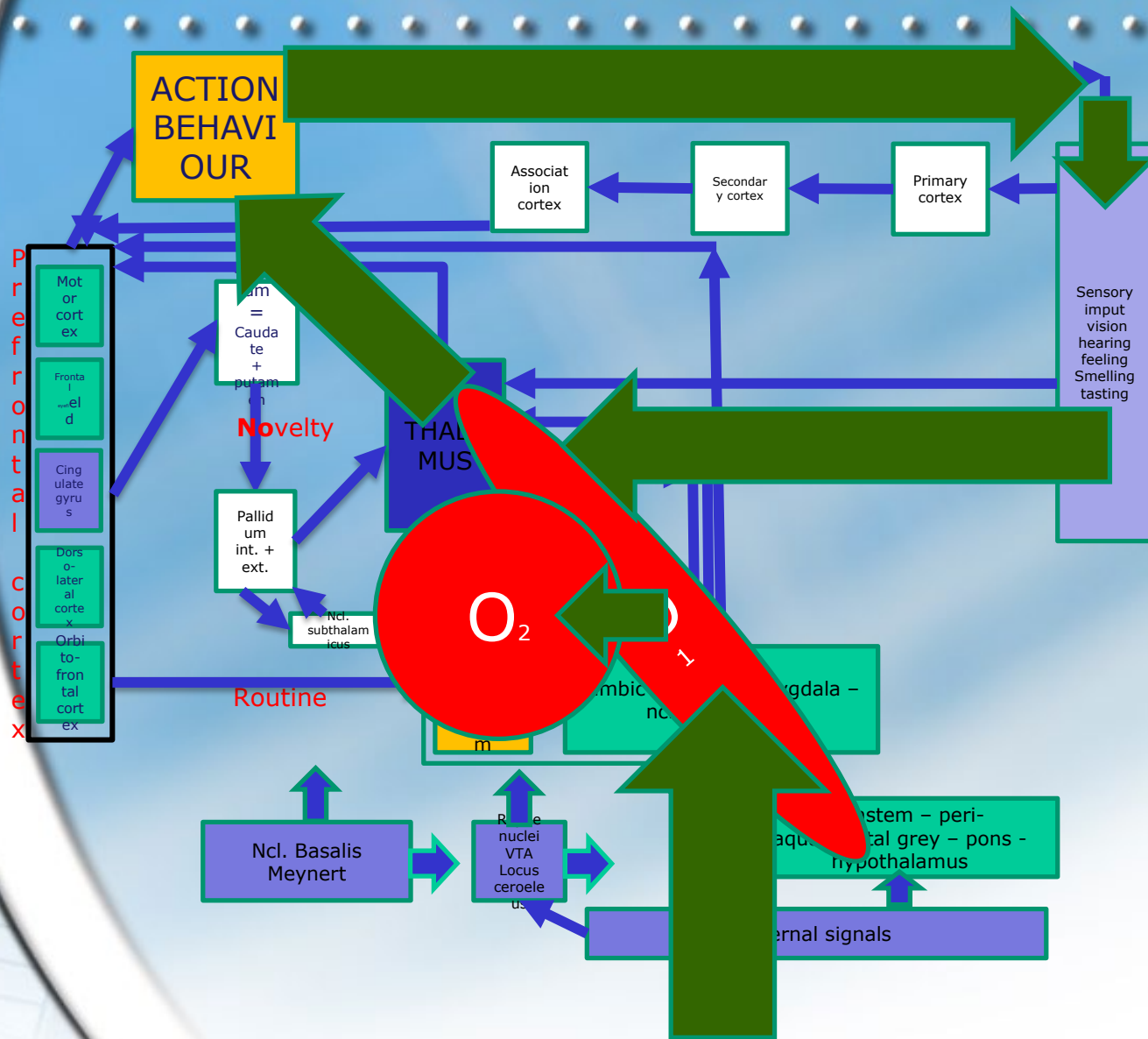










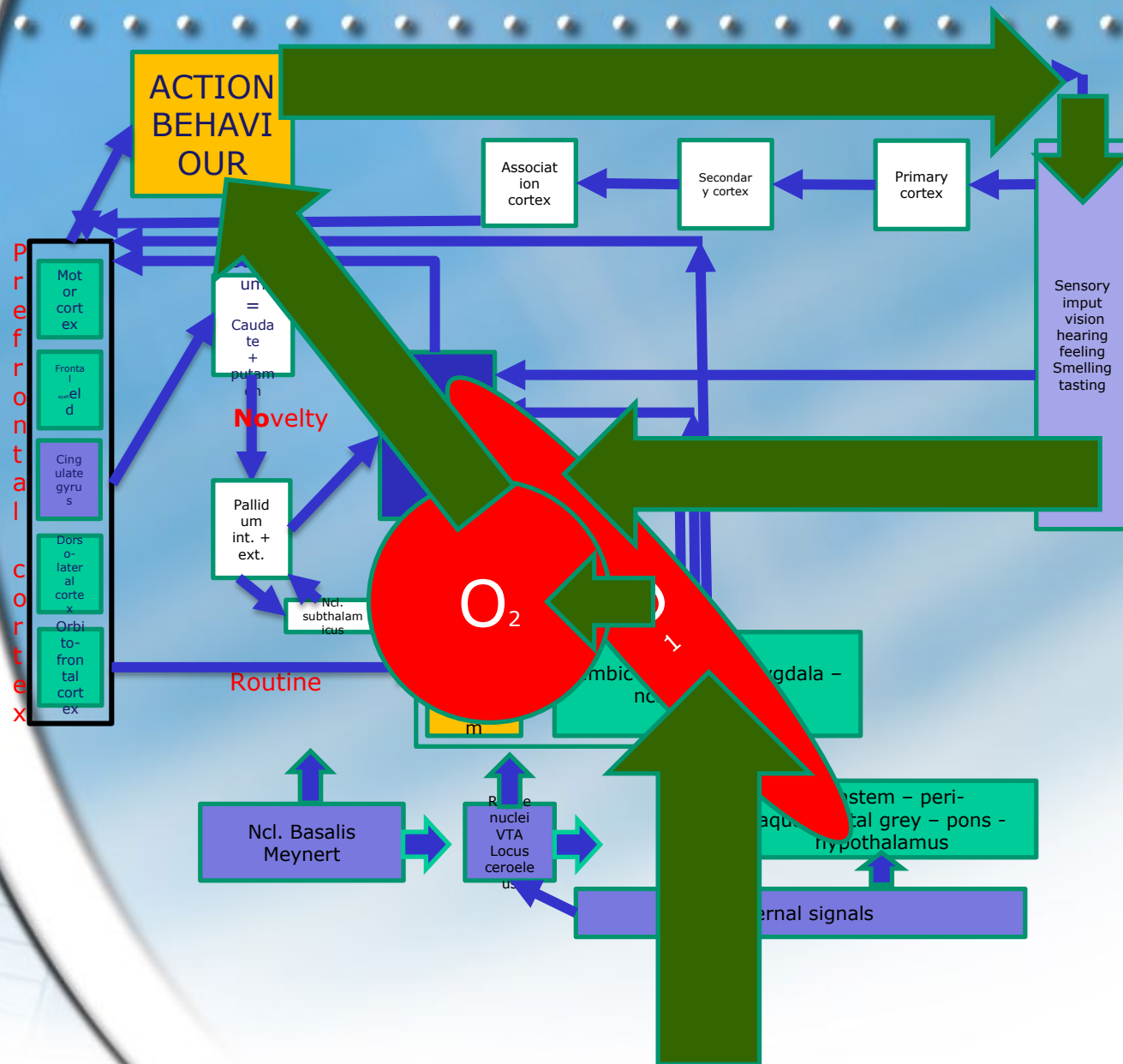


karakter



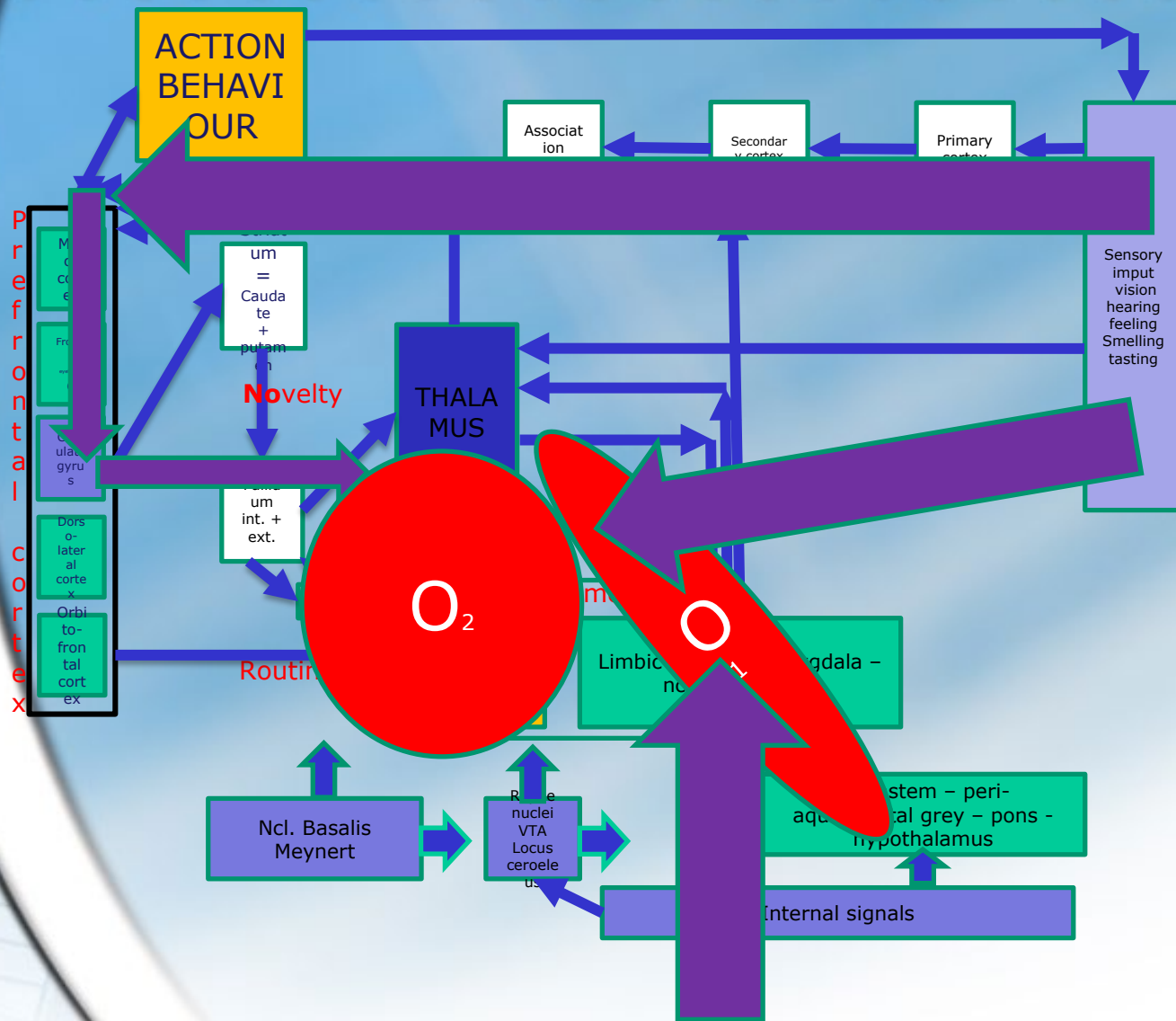
- Combinatie van
 - *Basispersoonlijkheid (driften – instincten)*
 - *Geleerd gedrag en context-gevoeligheid*
 - *Gaat levenslang door*

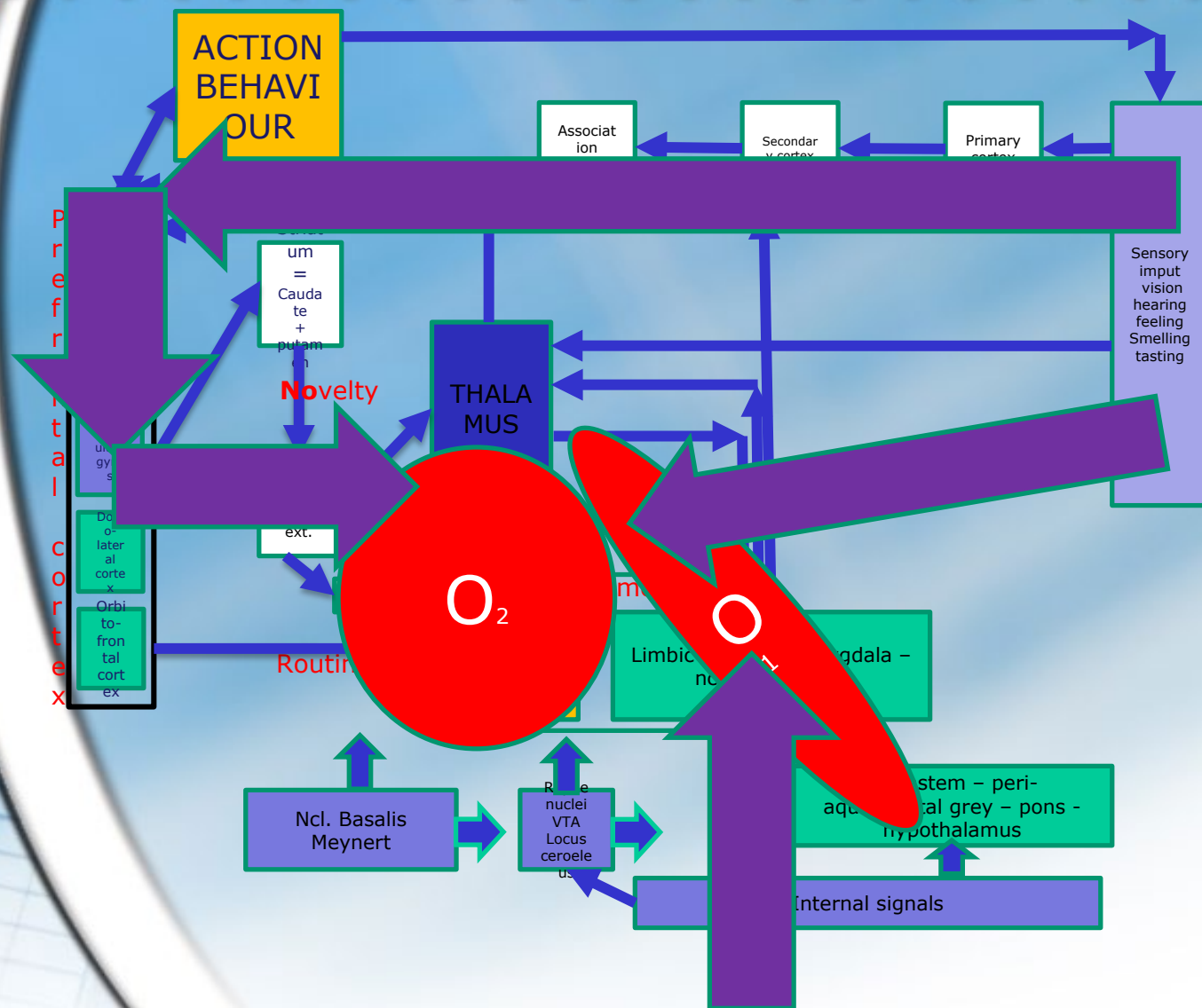
Emotion driven behavior

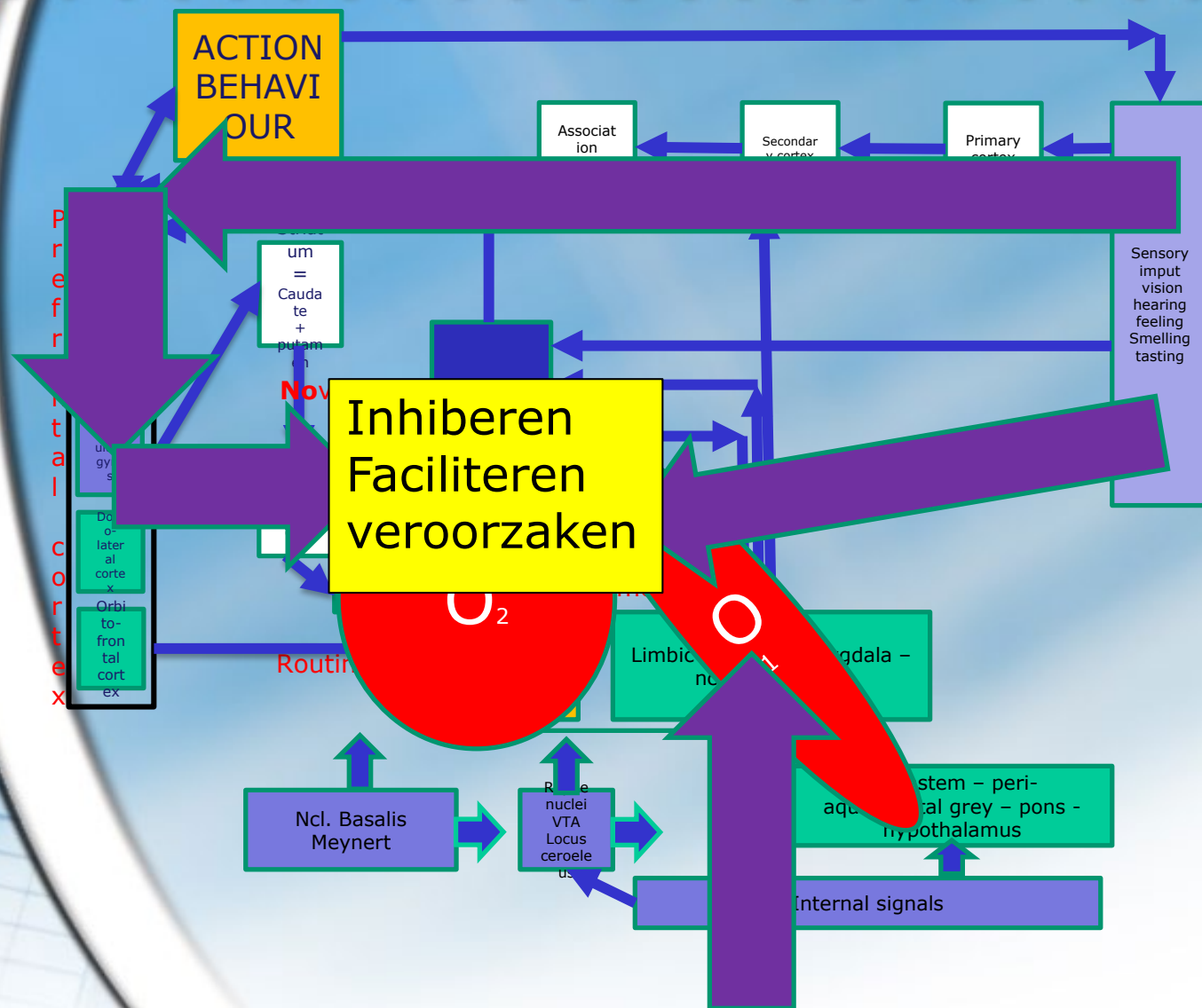


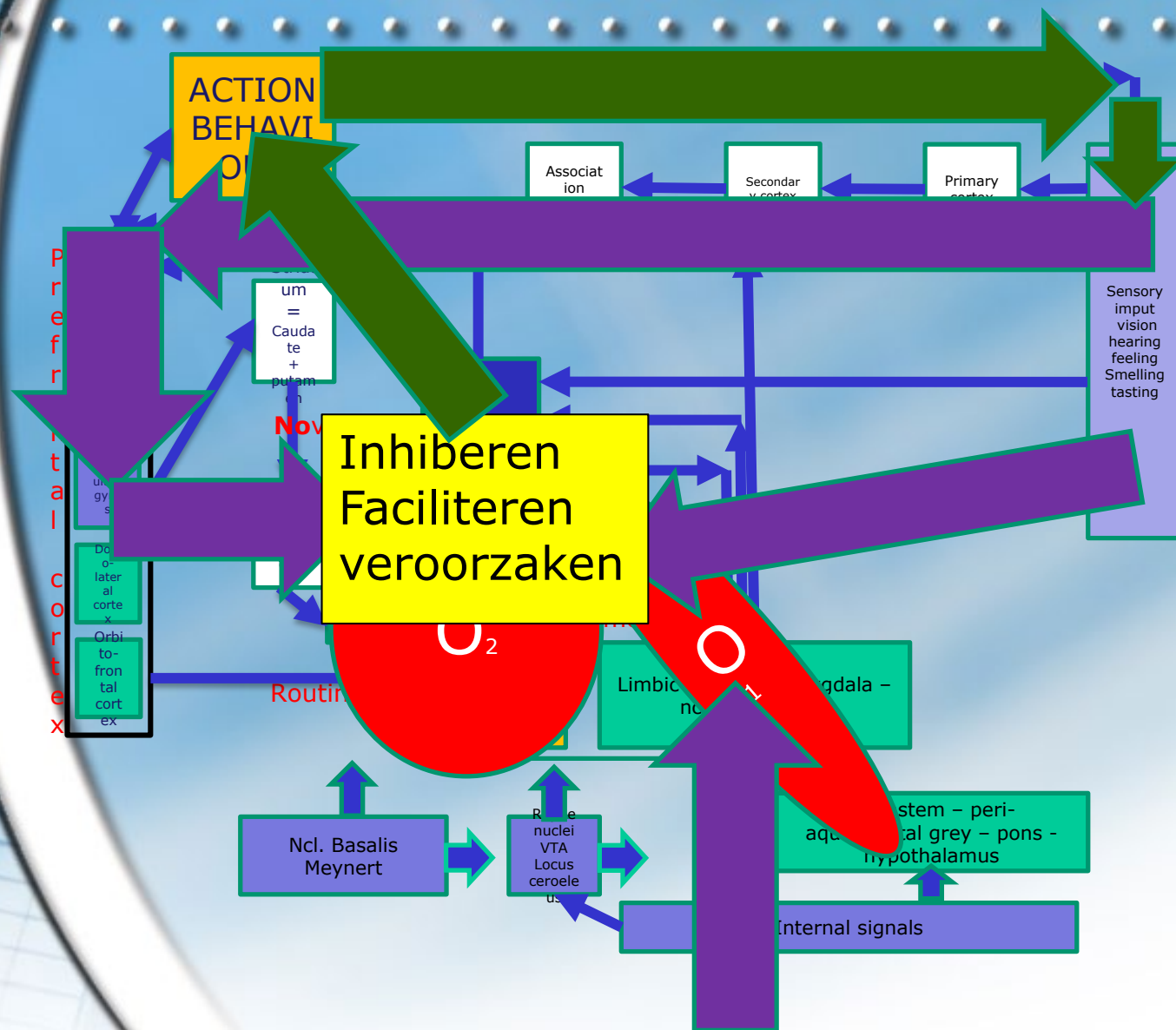
Corticale controle

- Toenemende corticale invloed: menselijke eigenschap!
- Sterk vanaf puberteit
- Kan emotionele reactie
 - *onderdrukken*
 - *faciliteren*
 - *in gang zetten*

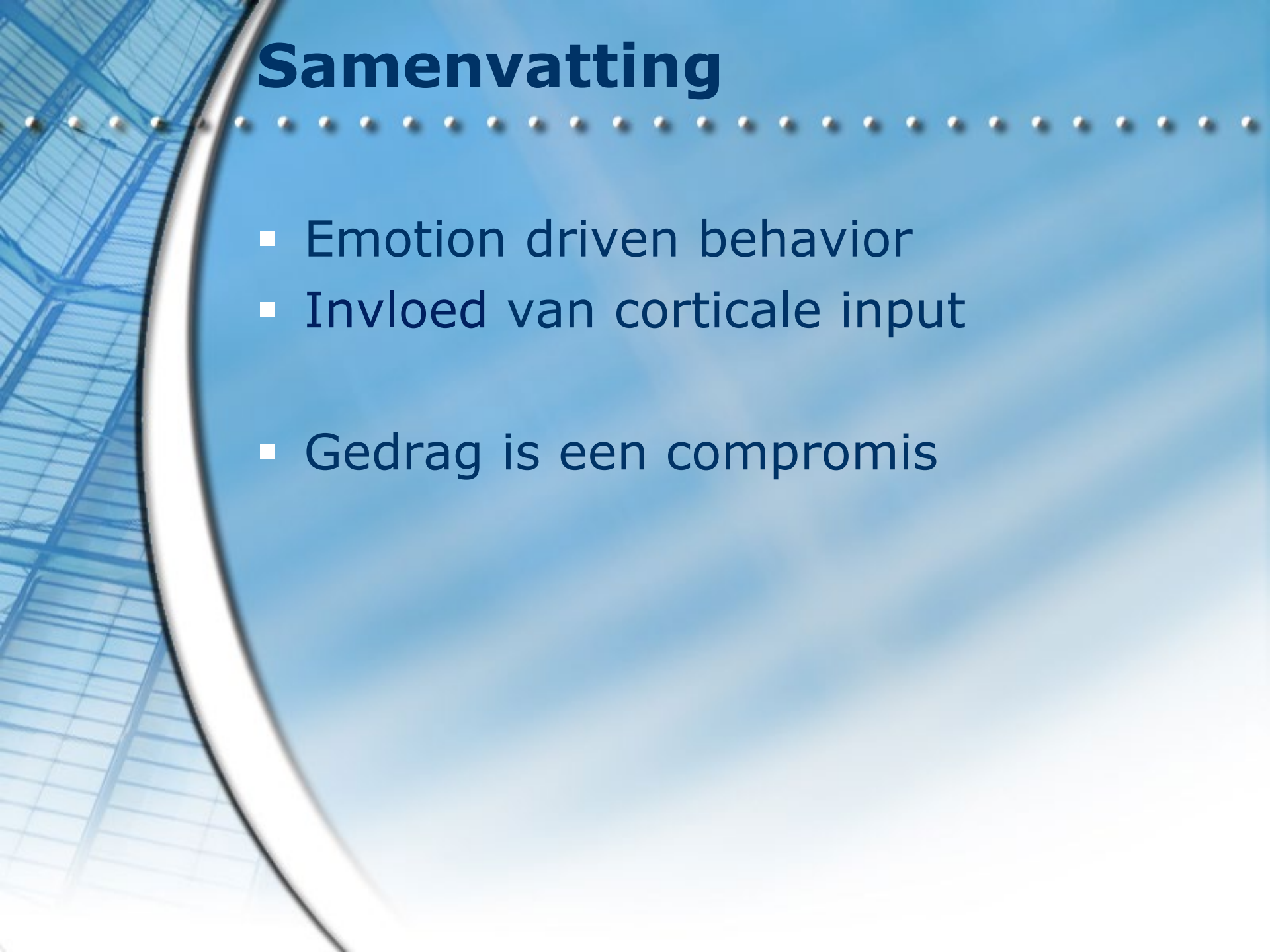




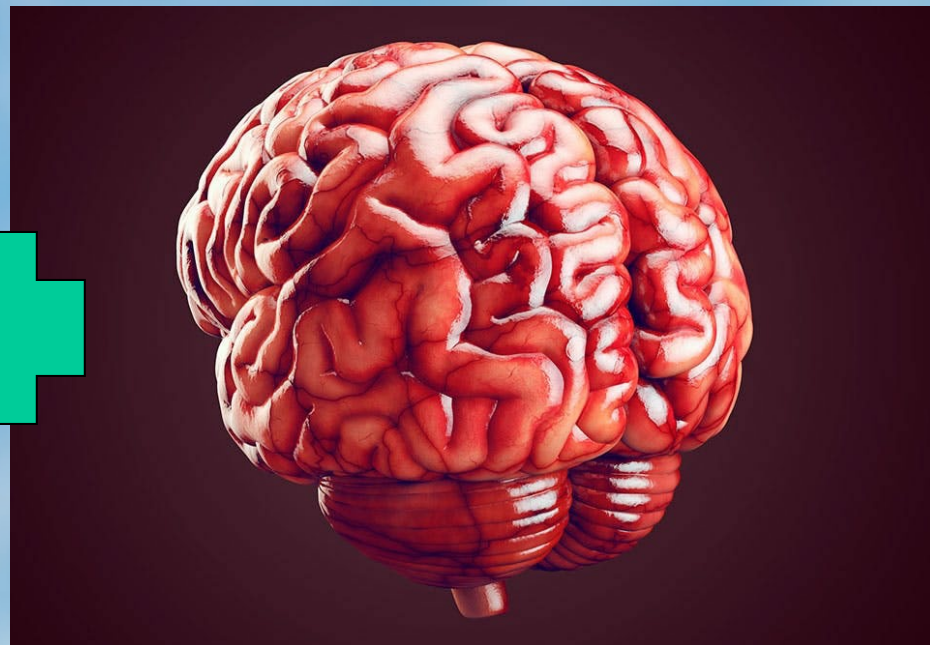
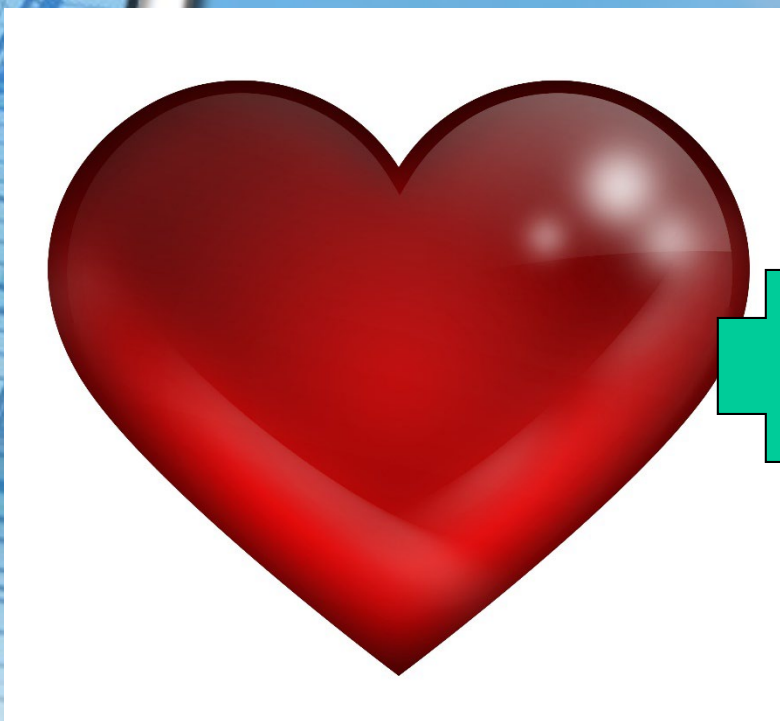




Samenvatting

The background of the slide features a blue sky with soft, white clouds. A prominent white curved line, resembling a stylized 'C' or a partial circle, sweeps across the left side of the frame. Along the top edge of this curve, a series of small, white, circular dots are spaced out, creating a dotted line effect that extends towards the right side of the slide.

- Emotion driven behavior
- Invloed van corticale input
- Gedrag is een compromis



Globaal



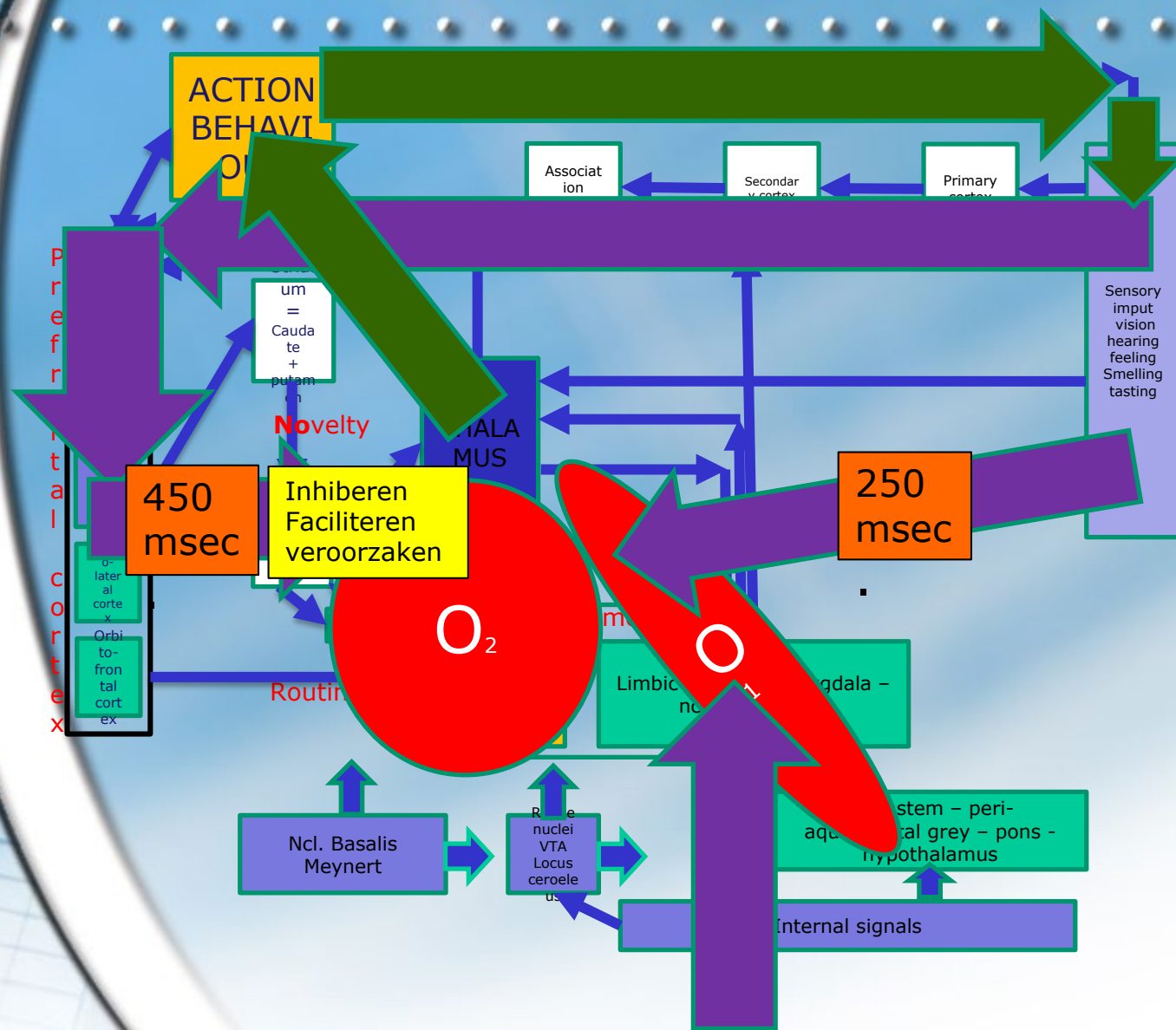
- Routine en geheugen is snel
- Novelty is trager

- Verschillen rechter/linker hemisfeer

Globaal

- Emotionele reactie = 250 msec.
- Cognitieve invloed = 450 msec.

Emotionele reactie op externe of interne stimulus is altijd eerst!

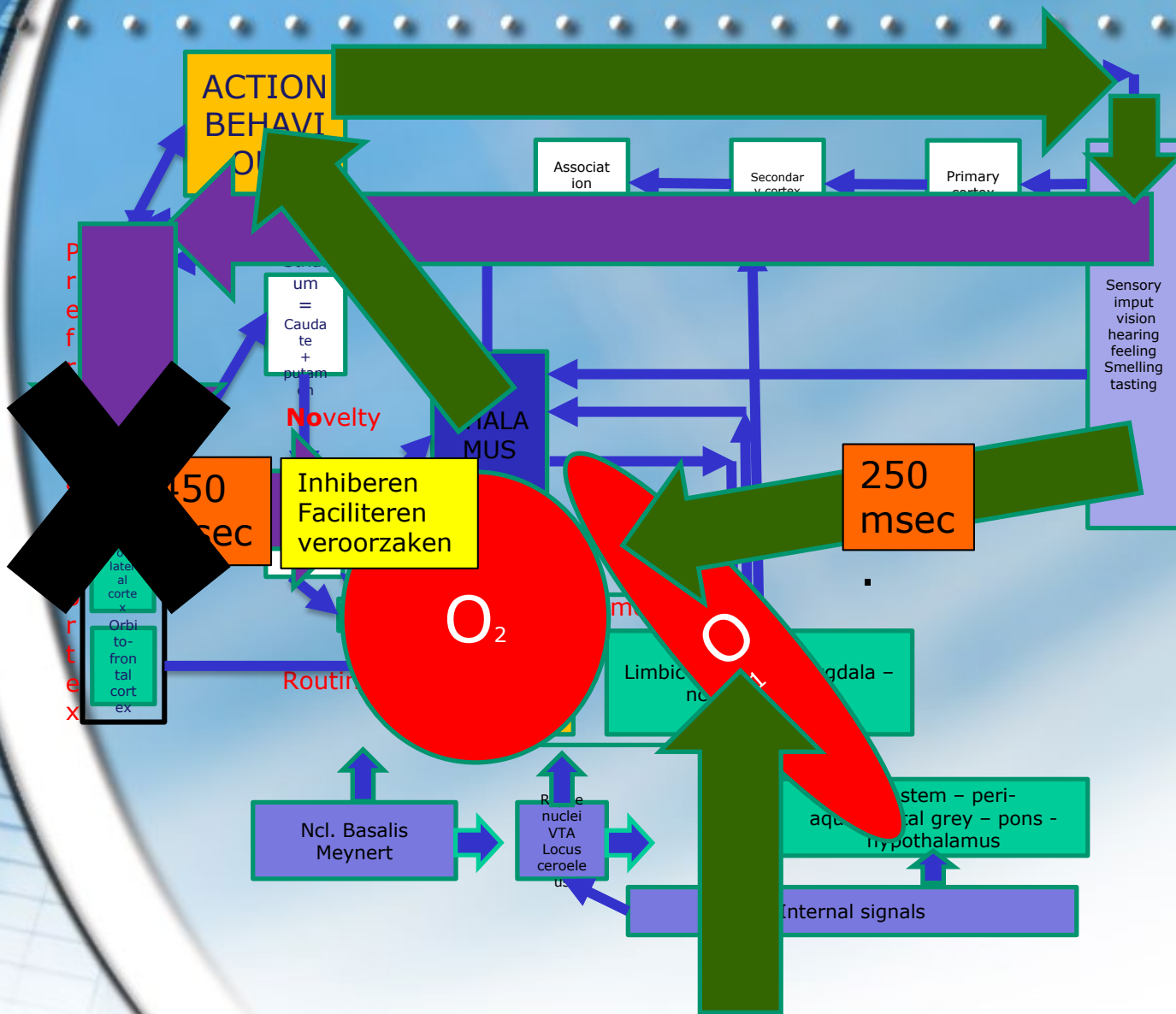




Mensen en vooral mensen met een hersenletsel

NAH letsel

- Vaak corticaal
- Grotere vertraging tussen emotionele reactie en corticale invloed
- = 'emotion driver behavior' komt terug op de voorgrond



hersenenletsel

- Input vanuit
 - *Lichaam (interoceptief)*
 - *Sensoriek (exteroceptief)*

geeft eerst emotionele reactie

STRESS en FRUSTRATIE

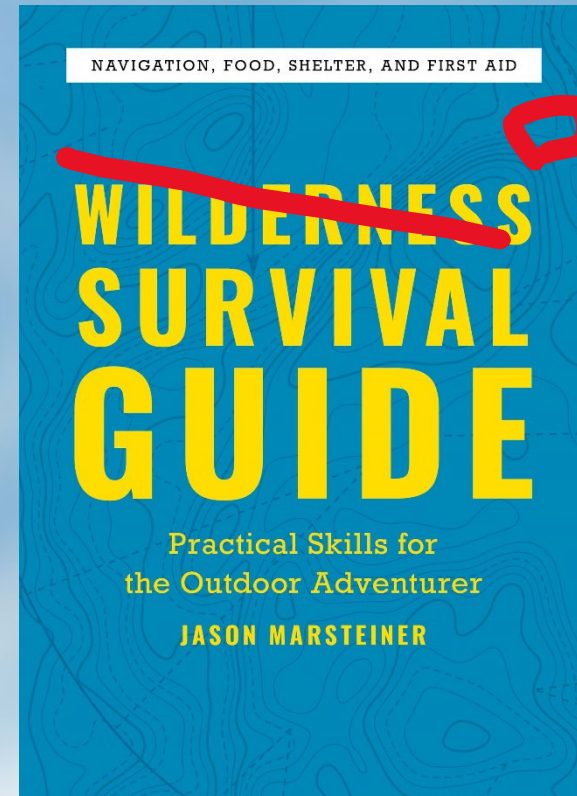
Stress en frustratie

Wat verstaan we onder stress en frustratie?

- *Breedbeeld:*
 - Elke verandering is stress/spanning
 - Elke onvoorspelbaarheid is stress
 - = Goed!
 - Motiveert ons tot actie, aanpassen, bewegen,..
 - Veelal merken we stress nauwelijks op, kleine verschillen in de wereld.
- *Doel: maximale adaptatie*

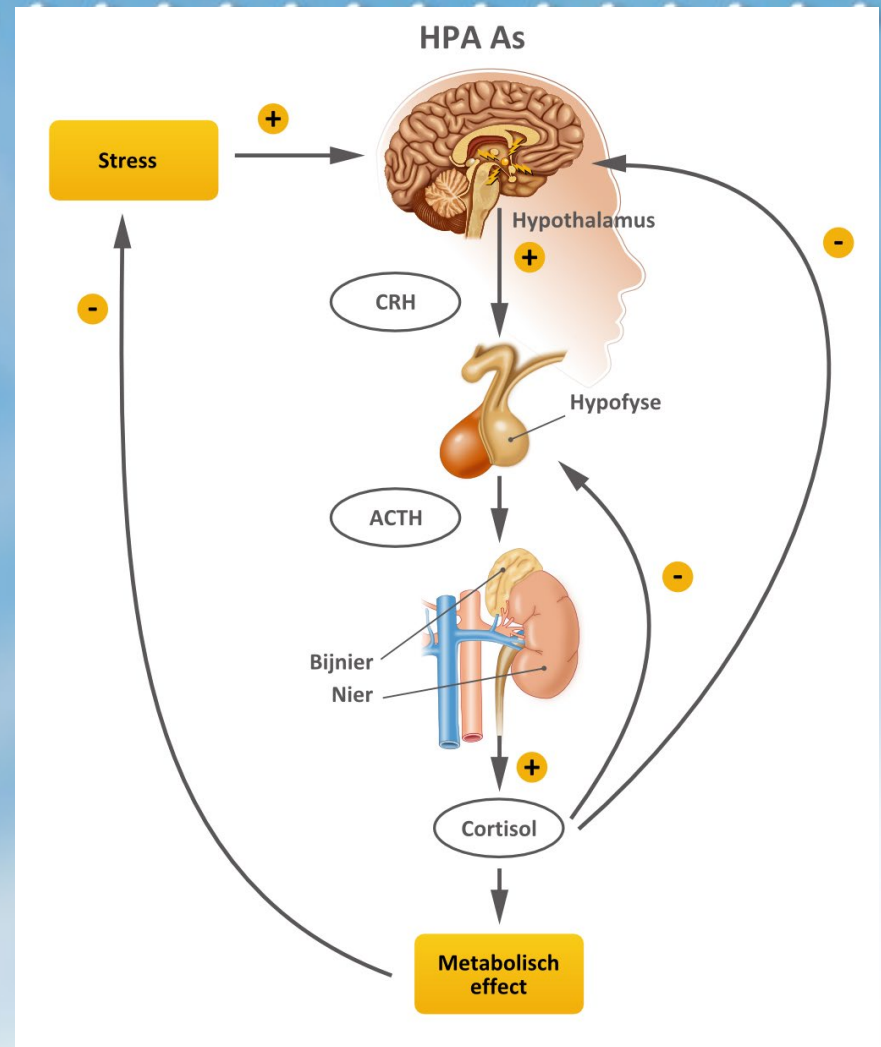
Stress en frustratie

Deze stress kan
groter worden en
aanleiding geven
tot
overlevingsgedrag



Stress

Stress stimuleert hypothalamus tot vrijgeven Cortisol Releasing Hormone (CRH), stimuleert hypofyse tot productie adrenocorticotroop hormoon (ACTH), zorgt voor afgifte cortisol (traag systeem= 30min), cortisol zet door negatieve feedback naar hypothalamus de stressreactie weer uit. Effecten op cognitie, emotie, gedrag,...





Stress en frustratie

Deze stress kan groot zijn/cumuleren in emotioneel gedrag = frustratie

- *Emotionele reactie, gekleurd vanuit aanleg en leertraject, omgeving en eigen noden*
 - Wanhoop
 - Verzet
 - Ontkenning
 - Irritatie
 - Vermijding
 - ...

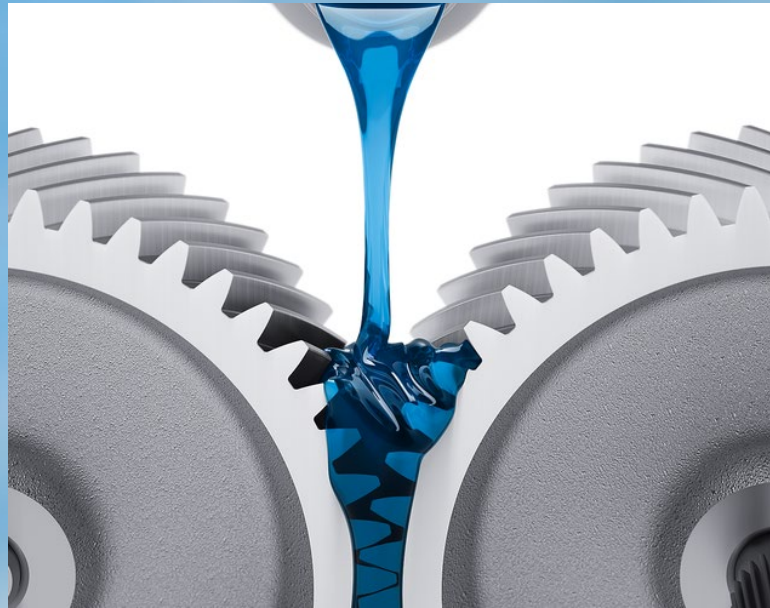
Stress en frustraties

Mate van emotionele reactie kan groot zijn na hersenletsel, groter dan in gemiddelde populatie

Enkele cijfers

	Ciurli, P. et al.(2011)	Cantagallo &Dimarco (2002)	Kohnen et al. (2020)
apathie	42%	47%	47%
irriteerbaar	37%	60%	28%
depressie	29%	59%	
agitatie	24%	51%	81%
angst		38%	
agressie	51%		

Stress en frustraties

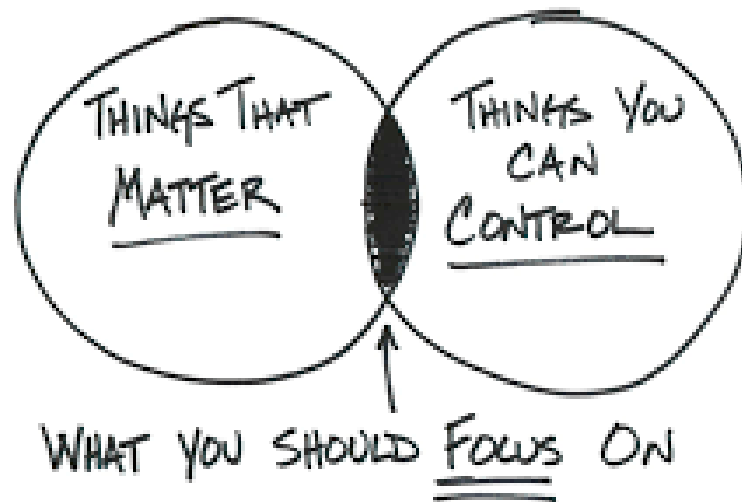


Preventie is belangrijkste.
Situaties van overmatige stress en
frustratie vermijden

Aandachtspunten

Stress en frustratie vermijden.

Er zijn dingen die we kunnen vermijden en dingen die we niet kunnen vermijden





Aandachtspunten

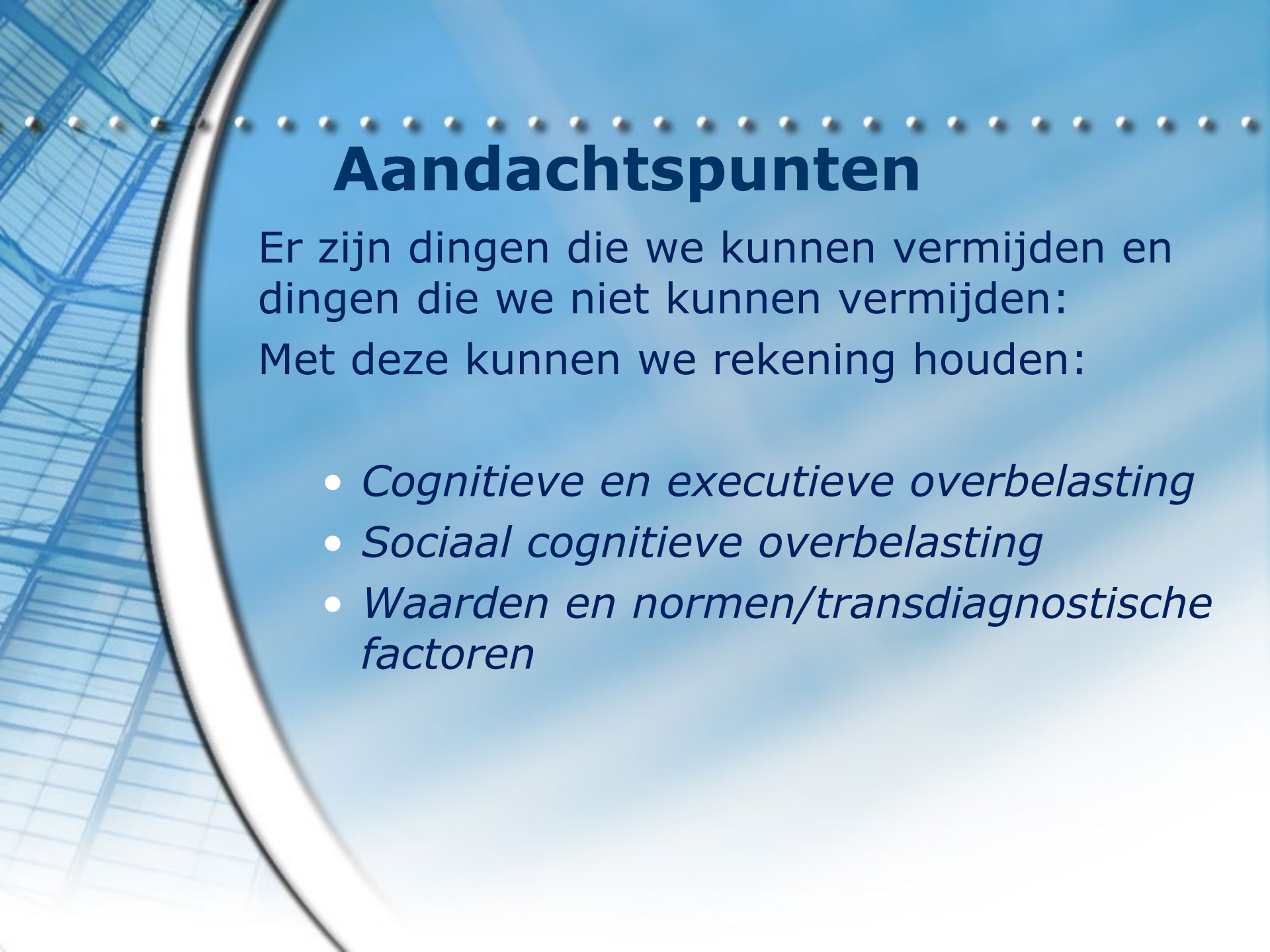
Niet te vermijden:

- *Fysieke lasten*
- *Rouwreacties*
- *Confrontaties met beperkingen*
- *Anosognosie*



Aandachtspunten

- Niet te vermijden:
 - *Fysieke lasten*
 - *Rouwreacties*
 - *Confrontaties met beperkingen*
 - *Anosognosie*
- Het betekent niet dat we helemaal niets kunnen doen:
 - *aanwezig zijn, luisteren, begrip,..*



Aandachtspunten

Er zijn dingen die we kunnen vermijden en
dingen die we niet kunnen vermijden:

Met deze kunnen we rekening houden:

- *Cognitieve en executieve overbelasting*
- *Sociaal cognitieve overbelasting*
- *Waarden en normen/transdiagnostische factoren*



Aandachtspunten

Met deze kunnen we rekening houden:

- *Cognitieve en executieve overbelasting*
 - Evenwicht rust en inspanning
 - Geheugen – concentratie
 - Snelheid van infoverwerking
 - Abstract denken
 - Overprikkeling
 - Executieve mogelijkheden
 - Mogelijkheden goed inschatten/niet overbevragen

Aandachtspunten

Vermoeidheid

- Aandacht voor slaap en voor actieve ontspanning, slaap is basis
- Tot 70% van mensen met NAH worstelt met vermoeidheid
- Situaties met meer mensen en meer prikkels, vragen nadien om meer rust
- Rustige omgeving bij concentratie
- Kijk wat belangrijk is in je leven, knip in de rest

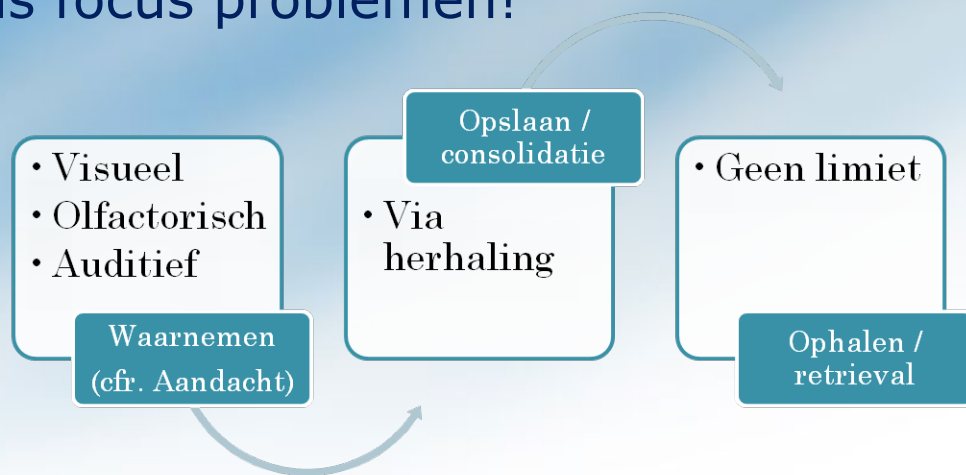


Aandachtspunten

Geheugenklachten

- Evidente zaken worden niet meer onthouden, hou hier rekening mee
- Meer herhaling, gebruik maken van agenda, post-it, memobord, verslag, ...

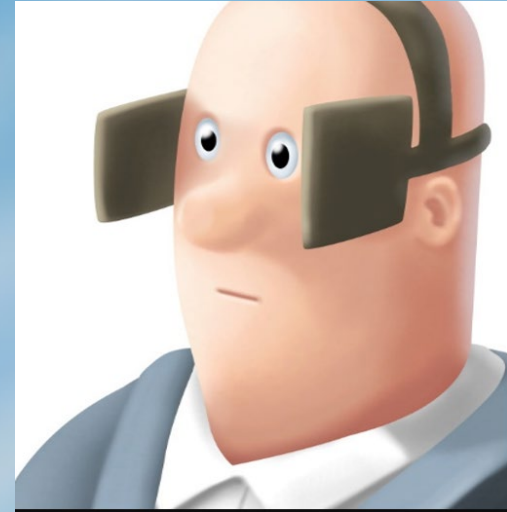
Dikwijls focus problemen!



Aandachtspunten

Aandacht en concentratie

- Wees alert op afleiders, zelfs de kleine
- Zorg voor rustige omgeving als aandacht nodig is
- Eén ding tegelijk
- Als het niet meer lukt:
communiceren en pauzeren, niet forceren



Aandachtspunten

Prikkelgevoeligheid:

- Wees alert op hoeveelheid prikkels in de omgeving
- Zoek regelmatig prikkelarme omgeving op
- Voldoende rust
- Vermijdt prikkels niet volledig: doseren



[illegible]

- Ernstige beperking
- Gevoel van chaos in het hoofd
- Dingen niet meer kunnen vatten, overzien
- Probleemoplossing, organisatie, planning, vooruitkijken, kleden,

(Thiery & Anthonis, 2008)

Aandachtspunten

Plannen en organiseren

- Keep it simple
- Veel risico op overschatting en overbelasting
- Zoek hulp bij het organiseren
- Vraag ondersteuning bij beslissingen
- Bouw rituelen in,
- Zoveel mogelijk structuur in je dag (80/20 pareto)
- Een manager aan je zij: "dat zou helpen!"



Aandachtspunten

Stress en frustratie vermijden.

Er zijn dingen die we kunnen vermijden en dingen die we niet kunnen vermijden:

Met deze kunnen we rekening houden:

- *Cognitieve en executieve overbelasting*
- *Sociaal cognitief:*
 - Rolveranderingen en overbevraging
 - Rolverandering en verlies aan status
 - Emotionele besmetting
 - Emoties herkennen
 - Commentaar en kritiek

Aandachtspunten

Sociaal cognitief:

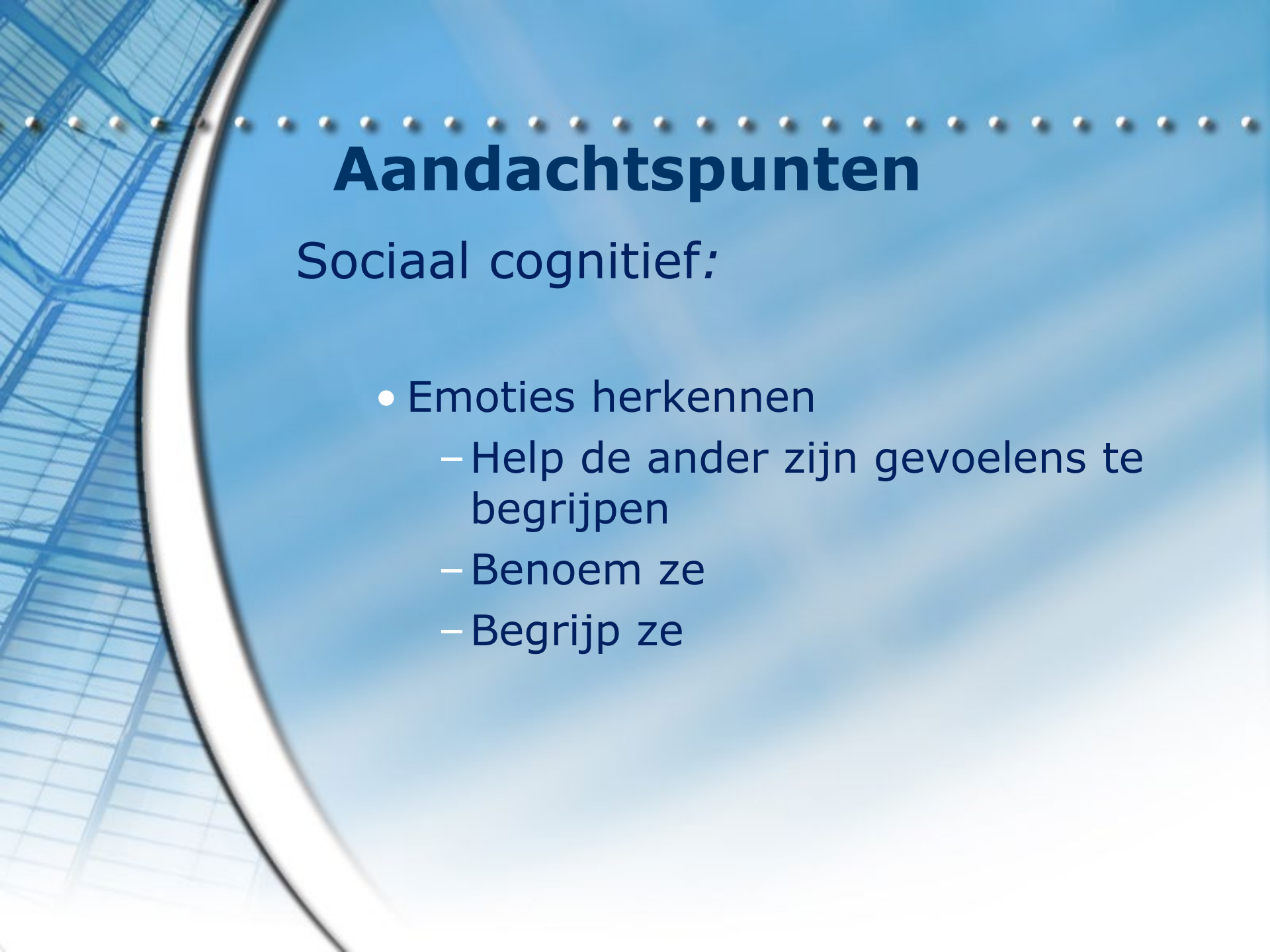
- Rolveranderingen en overbevraging
 - All of the above
- Rolverandering en verlies aan status
 - Maak het bespreekbaar
 - Blijf iemand aanspreken op zijn titel in het gezin
 - Kijk hoe via alternatieven eenzelfde rol kan ingevuld worden

Aandachtspunten

Sociaal cognitief:

- Emotionele besmetting
 - Wees alert op je eigen emotie: ze is besmettelijk
 - Pos: je kan ander beïnvloeden door je eigen optimisme





Aandachtspunten

Sociaal cognitief:

- Emoties herkennen
 - Help de ander zijn gevoelens te begrijpen
 - Benoem ze
 - Begrijp ze

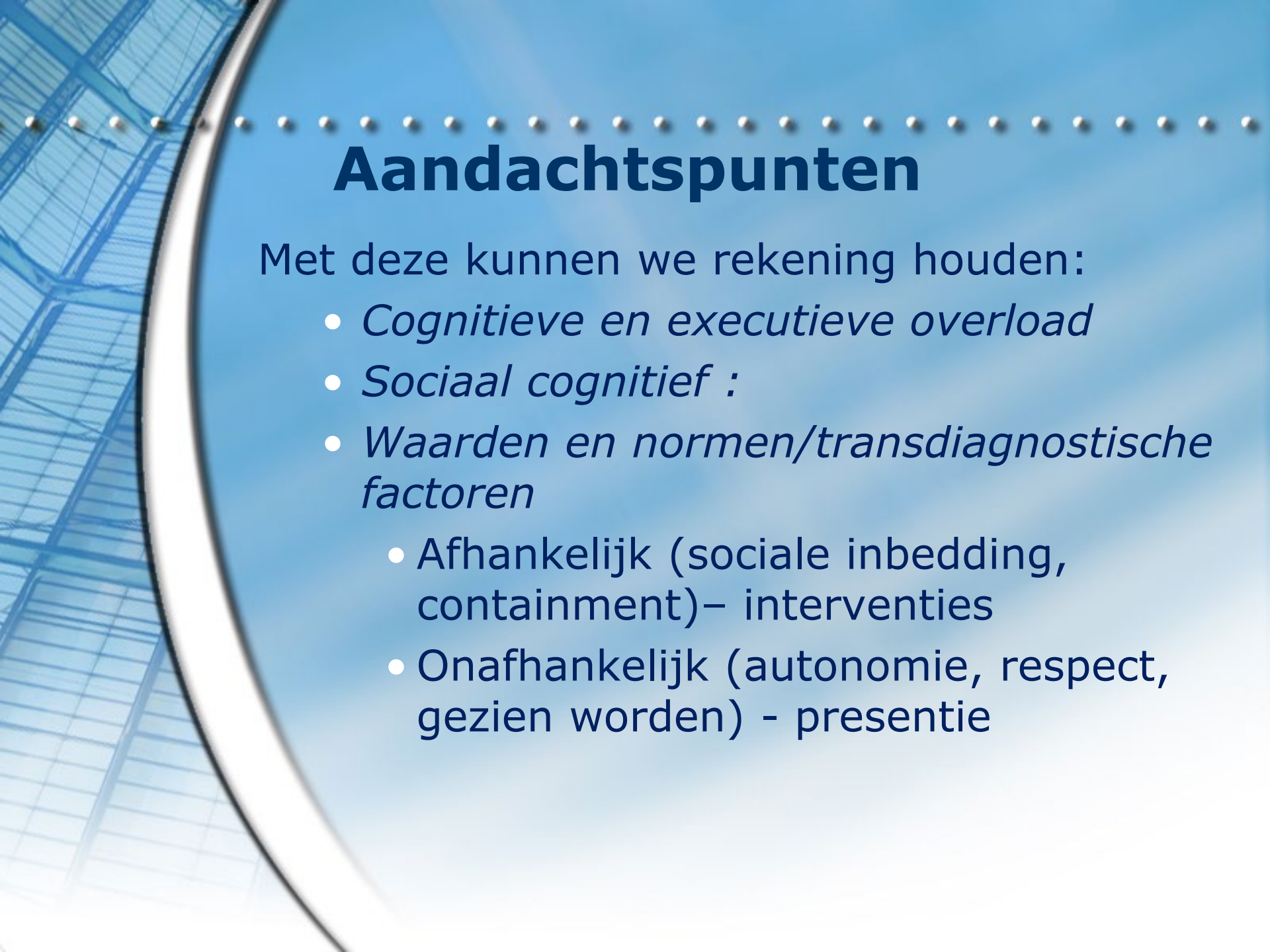


Aandachtspunten

Sociaal cognitief:

Commentaar en kritiek:

- Wees zuinig met kritiek
- Bespreek vanuit een willen weten
- Kijk samen wat wel mogelijk is
- Tolereer



Aandachtspunten

Met deze kunnen we rekening houden:

- *Cognitieve en executieve overload*
- *Sociaal cognitief :*
- *Waarden en normen/transdiagnostische factoren*
 - Afhankelijk (sociale inbedding, containment)– interventies
 - Onafhankelijk (autonomie, respect, gezien worden) - presentie

