

# Individuele Cognitieve Gedragstherapie bij Middelengebruik en Gokken

## Dagdeel 1

# Voorstellen

- Naam
- Kennis en kunde in Cognitieve gedragstherapie
- Eventuele specifieke leerwensen
- Maximaal 2 minuten

# Evidence based interventies middelen

- Cognitieve gedragstherapie
- Motiverende Gespreksvoering
- Contingency management

# Resultaten Scoren

- Kenniscentrum Verslaving
- Alle grote verslavingszorginstellingen
- *Cognitieve gedragstherapie bij middelengebruik en gokken vervangt leefstijltrainingen*

# Rationale CGT middelen

## Stimulus – Response – Consequence

- **Operante conditionering (bekräftiging)**
  - Toename van iets prettigs (positieve bekräftiging) +S+
  - Afname van iets vervelend (negatieve bekräftiging): -S-
  - iets onaangenaams blijft uit (negatieve bekräftiging): <sup>0</sup>S-
- **Klassieke conditionering (gedragsroutines)**
  - UCS (voedsel) → UCR (speeksel)
  - CS (bel) + UCS (voedsel) → > UCR (speeksel)
  - CS (bel) → CR (speeksel)
- **Sociaal leren (observeren en imiteren)**

# Componenten

- Motiveren tot gedragsverandering
- Veranderdoelen
- Zelfcontrole-maatregelen
- Functie-analyse
- Noodmaatregelen
- Omgaan met trek
- Helpende gedachte
- Weigeren aangeboden middelen
- Evaluatie behandeling
- Keuzeonderwerpen

# Componenten

## Keuzeonderwerpen:

- Sociale vaardigheden
- Emoties
- Effectief problemen oplossen
- Omgaan met terugval (verdieping)

# Opbouw behandelbijeenkomst

- Introductie
- Huiswerkbepreking:
  - registratie middelengebruik
  - component vorige bijeenkomst
- Introductie (nieuw) component
- Huiswerkopdracht:
  - registratie middelengebruik
  - (nieuw) component.



# Programma dagdeel 1

- **Introductie en protocol**
- **Motiveren tot gedragsverandering:**
  - Inventarisatie nadelen gebruik en voordelen verandering.
  - Uitleg rationale en inhoud van de behandeling.
  - Instructie registratieopdracht, plenaire oefening.

# Bijeenkomst 1:

## Motiveren tot gedragsverandering

- Kennismaking
- Samenvatting intake en bevestiging behandelafspraken
- Nadelen gebruik en voordelen verandering
- Inventarisatie middelengebruik
- Rationale behandeling
- Instructie registratie middelengebruik
- Huiswerk
- Agendapunt cliënt
- Afsluiting

# Motiveren tot verandering

## Voorspeller van resultaat:

- Hoeveelheid uitgesproken verandertaal (Amrhein *et al.*, 2003)
- Verandering verhouding verandertaal/behoudtaal (Moyers, 2007)

## Voorspeller van terugval (Matzger *et al.*, 2005):

- Als abstinentie opgelegd was.
- Als cliënt zelf voor- en nadelen van verandering inventariseert.

## Voor- en nadelen balans niet verstandig:

- Verhouding verandertaal – behoudtaal perfect in balans
- Voorspelt terugval

# Motiveren tot gedragsverandering

- Motiverende gespreksvoering (MGV) richt zich specifiek op het uitlokken van uitspraken die gaan over verandering (verandertaal).
- Basisvaardigheden MGV:
  - Open vragen
  - Reflecties
  - Bevestigen
  - Samenvatten
  - Informatie en advies

# Motiveren tot gedragsverandering

## Strategieën uitlokken van verandertaal:

- Uitlokkende vragen
- Nadelen probleemgedrag en voordelen verandering
- Gedetailleerd uitwerken / uitvragen
- Extremen
- Terugkijken
- Vooruitkijken
- Meetlat

# Motiveren tot gedragsverandering

## Categorieën verandertaal:

- willen
- kunnen
- redenen
- moeten
- commitment
- actiebereidheid
- stappen zetten

# Motiveren tot gedragsverandering

## Rollenspel

- Nadelen van gebruik en voordelen verandering
- Zelfde casus uit modelgesprek van trainers
- Help elkaar om te oefenen (geen moeilijke cliënt)
- Feedbackregels
  - Eerst hulpverlener stoom afblazen
  - Vervolgens cliënt
  - Wat ging goed?
  - Wat kan beter?

# Bijeenkomst 1:

## Motiveren tot gedragsverandering

- Kennismaking
- Samenvatting intake en bevestiging behandelafspraken
- Inventarisatie middelengebruik
- **Rationale behandeling**
- Instructie registratie middelengebruik
- Huiswerk
- Agendapunt cliënt
- Afsluiting



# Bijeenkomst 1:

## Motiveren tot gedragsverandering

### Rationale behandeling:

- uitlokkende factor – gedrag – in stand houdende factor  
(Stimulus – Response – Consequence)
- behandeling richt zich op verandering van uitlokkende en in stand houdende factor

# Bijeenkomst 1: Motiveren tot gedragsverandering

## Essentiële elementen in uitleg rationale:

- Doel en achtergrond behandeling
- Verandering middelengebruik
- Kernthema's en aantal zittingen
- Werkboek met huiswerkopdrachten
- Middelenregistratie en andere huiswerkopdrachten

# Bijeenkomst 1:

## Motiveren tot gedragsverandering

- Kennismaking
- Samenvatting intake en bevestiging behandelafspraken
- Inventarisatie middelengebruik
- **Rationale behandeling**
- Instructie registratie middelengebruik
- Huiswerk
- Agendapunt cliënt
- Afsluiting

# Bijeenkomst 1:

## Motiveren tot gedragsverandering

### Uitleg rationale van de behandeling

- Rollenspel cliënt - behandelaar - observator
- Observator let op:
  - essentiële elementen
  - protocoltrouw
- ± 10 min. rollenspel, ± 5 min. nabespreken, wissel

# Bijeenkomst 1:

## Motiveren tot gedragsverandering

- **Protocoltrouw?**
- **Essentiële elementen in uitleg rationale:**
  - Doel en achtergrond behandeling
  - Verandering middelengebruik
  - Kernthema's en aantal zittingen
  - Werkboek met huiswerkopdrachten
  - Middelenregistratie en andere huiswerkopdrachten

# Bijeenkomst 1:

## Motiveren tot gedragsverandering

- Kennismaking
- Samenvatting intake en bevestiging behandelafspraken
- Inventarisatie middelengebruik
- Rationale behandeling
- **Instructie registratie middelengebruik**
- Huiswerk
- Agendapunt cliënt
- Afsluiting

# Bijeenkomst 1:

## Motiveren tot gedragsverandering

Dag, datum, tijd	Externe situatie (waar, wat, met wie)	Interne situatie			Gedrag (wat deed u)
		Gedachte	Gevoel	Lichamelijke sensatie	

# Bijeenkomst 1: Motiveren tot gedragsverandering

## Observatieopdrachten:

- ORBSI
- Kernthema's
- Verandertaal



# Bijeenkomst 1: Motiveren tot gedragsverandering

## Registratieopdracht:

- Elke deelnemer maakt registratie a.d.h.v. eigen gedrag
- Registratie van de afgelopen week

# Wat is aan bod geweest?

- **Introductie en protocol**
- **Motiveren tot gedragsverandering:**
  - Inventarisatie nadelen gebruik en voordelen verandering
  - Uitleg rationale en inhoud van de behandeling
  - Instructie registratieopdracht, plenaire oefening.

# Programma dagdeel 2

## Registratieopdracht:

- Elke deelnemer maakt registratie a.d.h.v. eigen gedrag

# Programma dagdeel 2

- Veranderdoelen
  - Zelfcontrolemaatregelen
  - Functie-analyse
- 
- Handleiding 2, bijeenkomst 2 – 3 (pag. 25-44)
  - Werkboek 2, bijeenkomst 2 – 3 (pag. 15-38)