

COGNITIEVE GEDRAGSTHERAPIE JEUGD

RICHTLIJN EN PROTOCOL VOOR DE BEHANDELAAR (NIET MIDDEL-SPECIFIEK)

Alcohol- en drugsgebruik en ook gokken komen relatief veel voor bij jongeren tussen de 12 en 18 jaar. Maar bij jongeren in het speciaal onderwijs en de jeugdzorg (12-16 jaar) is dat vier keer vaker dan bij andere jongeren. De laatste tijd doet zich, zowel in de algemene somatische gezondheidszorg als in de verslavingszorg, een toename van het aantal jongeren voor dat vanwege alcohol- en drugsproblematiek in behandeling komt. Er is dus een dringende behoefte aan een ambulante behandeling voor jongeren tot 18 jaar met problematisch alcohol- en druggebruik (inclusief gokken en compulsief internetgebruik), vandaar deze richtlijn met protocol.

Opzet

In deze behandeling staat het doel om jongeren aan te sporen tot gedragsverandering centraal. Daarvoor is in dit programma een aanbod van probleemoplossende vaardigheden ontwikkeld. Er zijn twee delen. In deel 1 gaat het over probleemoplossende vaardigheden gericht op motivatie, zelfcontrole en terugvalpreventie en deel 2 beschrijft een aantal vaardigheden om die doelen te bereiken. De behandeling kan gecombineerd worden met andere behandelingen in de jeugdzorg. De doelgroep voor deze gedragstherapeutische behandeling zijn jongeren:

- 1 tussen 12 en 18;
- 2 die problemen hebben met het gebruik van middelen op één of meer levensgebieden;
- 3 die contact hebben met niet-gebruikende leeftijdgenoten;
- 4 met voldoende begrip van het Nederlands.

Sessies dienen flexibel te verlopen; dus als dat nodig is kunnen zij twee of meer zittingen omvatten. Bij voorkeur vinden die wekelijks plaats. Bij de eerste zitting aan het begin van de behandeling kunnen de ouders/verzorgers uitgenodigd worden om aanwezig te zijn, daarna na het eerste deel en aan het einde, bij de laatste zitting. Richtlijn voor het gebruik van de twee onderdelen is:

- 1 Informeer de ouders of verzorgers bij het begin over de inhoud en de rolverdeling.
- 2 Iedere zitting start met het versterken van de motivatie.
- 3 Begin de derde sessie met een vragenlijst voor een typering als overwegend 'sombler en bang' of 'sensatiezoekend' (dat is de leidende typering voor de sessies 6 tot en met 13).
- 4 In de vijfde sessie kan de cliënt kiezen tussen stoppen of doorgaan met het tweede gedeelte.
- 5 Van het tweede deel worden in elk geval sessies 6 tot en met 9 gevolgd.

Na de negende sessie kan de behandeling afgesloten worden. De behandelaar kan daarnaast voortijdig afsluiten als de cliënt niet (meer) gemotiveerd blijkt; dan dient echter wel in een goed alternatief te worden voorzien.

Uiteraard is de cliënt verantwoordelijk voor het eigen proces en dient er sociale steun te worden geboden. Omdat uitglijders en terugval bij het veranderingsproces horen is het nodig daar direct aandacht aan te besteden; vaak zijn ze slecht voor de motivatie van de cliënt. Als hij onder invloed op een afspraak verschijnt, gaat de zitting niet door en wordt zo snel mogelijk samen met hem onderzocht hoe dit een volgende keer voorkomen kan worden. Urinecontroles kunnen alleen in overeenstemming met de cliënt plaats vinden en dienen geen controledoelen; ze zijn uitsluitend gericht op het ondersteunen van het programma. Er wordt niet over gecommuniceerd met de ouders. De behandeling is gericht op stoppen met het gebruik. De cliënt krijgt tussen de sessies huiswerk mee. Voor veel cliënten is het moeilijk dit te maken; de behandelaar moet de opgaven daarom samen met de cliënt goed voorbereiden.

Sessies deel 1

Er zijn in totaal, verdeeld over de twee delen, 14 sessies van 45 minuten. Vaste onderdelen zijn:

- 1 Welkom, introductie en eventueel huiswerk behandelen;
- 2 Inhoudelijke behandeling van een thema;
- 3 Terugblik en afronding.

De eerste sessie is een kennismaking en een informerend gesprek (bij voorkeur met belangrijke anderen, zoals bijvoorbeeld ouders), het verhelderen van de behandeling en een verduidelijking van datgene wat de jongere wil leren, een bekrachtiging van zijn inzet en een verkenning van zijn situatie en daarnaast een bespreking van het feit dat het in deze behandeling alleen om hemzelf gaat. In de volgende zittingen in het eerste deel komen achtereenvolgens aan de orde de huidige leefsituatie en de problemen van de jongere, onder andere door de presentatie van een aantal kaartjes met problemen die hij al dan niet ervaart. Ook een grondige inventarisatie van alle aspecten van het gebruik, zoals het soort en de bekostiging, wanneer voor het eerst gebruikt is, met wie wordt er gebruikt en wie er weten van het gebruik. In deze zitting wordt ook een kennisquiz voorgelegd. In een andere sessie wordt de balans van de voor- en nadelen van het gebruik van middelen, het gokken of het gamen opgemaakt, waarbij ook de korte- en lange termijn voor- en nadelen van het gebruik aan de orde komen. De toekomstverwachting van de jongere over een maand, een half jaar, een jaar en over vijf jaar

wordt besproken. In een volgende sessie komen moeilijke situaties en de mogelijke reacties daarop ter sprake. Ook wordt in een zitting de functie van het gebruik geanalyseerd om op basis daarvan het doel dat de jongere met de behandeling denkt te bereiken samen te beschrijven. In dat verband wordt ook een werkblad "Belang en vertrouwen" gepresenteerd en ingevuld, waarmee de jongere inzicht kan krijgen in het belang dat hij hecht aan veranderen en de mate van veranderen waartoe hij zich in staat acht. In een volgende zitting wordt na een bespreking een uitleg van het begrip 'craving' gegeven en daarna van het begrip zelfcontrole en het vermijden van hoog-risicosituaties.

Sessies deel 2

Daarna komen in deel 2 de vaardigheidstrainingen aan bod, waarbij eerst een keuze gemaakt is tussen de twee modules die eerder zijn omschreven als 'sensatiezoekend' of 'sombere en bang', maar als daar aanleiding voor is kunnen ook onderdelen van de andere module aangeboden worden. Bij de eerste sessie van dit deel kunnen weer belangrijke anderen uitgenodigd worden. Daarna wordt een overzicht gegeven van de vaardigheidstrainingen die op het programma staan. Daarin komen aan de orde: omgaan met groepsdruk, drugs of alcohol weigeren, een uitglijder of terugval opvangen, problemen oplossen, omgaan met sombere stemmingen (voor het eerste type), omgaan met negatieve gedachten en met angst (idem), omgaan met verveling (beide typen), 'stop, denk, doe' (type 2), omgaan met woede, vervolgens omgaan met geld en tenslotte een evaluatie van het hele programma.

MEER INFORMATIE

Cognitieve Gedragstherapie Jeugd, Richtlijn en protocol voor de behandelaar (niet middel-specifiek)
dr. J. de Jonge, drs. M. Zatout; ontwikkeld door
Verslavingszorg Noord Nederland (VNN) in opdracht
van Stichting Resultaten Scoren, Amersfoort, 2012.

Deze publicatie is te bestellen of (gratis) te downloaden
via www.resultatenscoren.nl