

GEDRAGSVERSLAVINGEN: DE STAND VAN ZAKEN IN WETENSCHAP EN PRAKTIJK

RAPPORT

Het rapport 'Gedragsverslavingen: de stand van zaken in wetenschap en praktijk' beschrijft een inventarisatie van de stand van zaken rondom gedragsverslavingen en eetverslaving in de wetenschappelijke literatuur en in de Nederlandse praktijk, anno 2014. Dit rapport is opgesteld door IVO* in opdracht van Resultaten Scoren, en geeft een overzicht van de zes meest bekende gedragsverslavingen en eetverslaving: (1) gokken (incl. online gokken, poker, belegging); (2) internetverslaving algemeen; (3) video gameverslaving; (4) social mediaverslaving; (5) seksverslaving inclusief online pornografie (6) eetverslaving. Daarnaast is er geïnventariseerd of er nog andere gedragsverslavingen voorkwamen. Ook zijn de meest recente theoretische inzichten en bestaande preventie- en behandelprogramma's in kaart gebracht, met als doel het verkrijgen van overzicht en het scheppen van een helder conceptueel kader als leidraad voor de Nederlandse verslavingszorg.

De leidende onderzoeksvragen:

- 1 Welke gedragsverslavingen komen voor in de Nederlandse behandelpraktijk en de literatuur?
- 2 Wat betreft de verschillende typen gedragsverslaving:
 - a Wat zijn de heersende theorieën over gedragsverslaving?
 - b Welke algemene (diagnostische) criteria worden onderscheiden voor gedragsverslaving?
 - c Hoe verschillen de typen gedragsverslaving?
- 3 Welke evidence- en practice-based behandel- en preventiemethoden worden gebruikt?
- 4 Welke aanbevelingen kunnen worden gedaan aan de verslavingszorg met betrekking tot het behandel- en preventieaanbod voor gedragsverslavingen?

Definitie

De vraag welke theorieën over gedragsverslavingen gangbaar zijn gaat uit van de definitie van het begrip verslaving: *het verlies van controle over bepaald gedrag met negatieve consequenties voor de persoon zelf en zijn directe omgeving*. Belangrijke kenmerken van (aan middelen gerelateerde) verslaving worden ook bij gedragsverslavingen (met name bij gokverslaving) vaak waargenomen: tolerantie, terugval, stemmingsbeïnvloeding, onthoudingsverschijnselen, preoccupatie, en het gedrag roept conflicten op.

Inventarisatie

De besproken verslavingen vormen slechts een beperkt deel van de totale cliëntenpopulatie binnen de Nederlandse verslavingszorg; deze worden niet alleen als primaire maar ook regelmatig als secundaire problematiek gezien. Gokken is het meest substantieel qua aantallen: er waren hiervoor zo'n 2300 cliënten in behandeling in de reguliere zorg in 2012. Verschillende studies laten duidelijke parallellen zien tussen gokverslaving

en alcoholverslaving. Ook van enige omvang zijn online gameverslaving (enkele honderden cliënten), online gokverslaving en in mindere mate verslaving aan online pornografie / seksverslaving. De laatste problematiek wordt vaak doorverwezen naar de GGZ. Eetverslaving wordt binnen de private verslavingszorg relatief veel behandeld, maar komt zeer weinig voor binnen de reguliere verslavingszorginstellingen. Daarentegen komt het binnen de GGZ weer vaker voor als vorm van eetstoornis. Meerdere instellingen verwachten dat de besproken verslavingen de komende jaren zullen toenemen. De prevalentie van de problematiek die samenhangt met de onderzochte gedragingen in de algemene bevolking is aanzienlijk hoger dan het aantal mensen dat met een gedragsverslaving in behandeling is bij de verslavingszorg.

Behandelaanbod

Veel studies benadrukken het belang om deze cliënten niet te stigmatiseren en de behandeldrempel te verlagen. Cognitieve gedragstherapie is de meest frequent aangeraden therapie. De therapie biedt cliënten inzicht in hoe zij hun leefomgeving beter kunnen structureren om op die manier te laten zien hoe zij hun dwangmatig gedrag beter kunnen beheersen. Cliënten leren om risicovolle situaties te onderkennen. Voor alle voorgaand besproken verslavingen wordt voorlopig een gecombineerde behandeling geadviseerd waarbij evidence-based gedrags- of cognitieve gedragstherapie telkens de basis vormt. Alleen wanneer nodig wordt dit gecombineerd met een farmacologische behandeling. Er is een sterke behoefte aan meer onderzoek op de volgende gebieden: effectiviteit van behandelstudies en replicaties van behandelstudies voor verschillende doelgroepen, verschillende gedragsverslavingen en in verschillende culturele contexten.



Aanbevelingen

In het slothoofdstuk doet het rapport aanbevelingen voor beleid en verder onderzoek naar gedragsverslavingen in Nederland. Naast de overstijgende conclusies kunnen hoofdstuk 3 en 4 van de rapportage ook dienen als naslagwerk bij het opstellen van beleid rondom gedragsverslavingen voor de individuele verslavingszorginstellingen.

- **Aanbeveling:** Een universele geprotocolleerde registratiemethode om de ontwikkeling van gedragsverslavingen binnen de zorg te monitoren.
- **Aanbeveling:** Gezien de relatief hoge prevalentie in de algemene bevolking van problemen die samenhangen met deze gedragingen is het verstandig dat de verslavingszorg hier een behandel-aanbod voor heeft.
- **Aanbeveling:** Afstemming tussen de preventieprogramma's en onderzoek gericht op specifieke, veel belovende, theoretisch onderbouwde programma's kan een belangrijke stap vooruit zijn in de kwaliteit van preventie.
- **Aanbeveling:** Train hulpverleners in de behandeling van de specifieke problematiek van gedragsverslavingen. Hierdoor kunnen zij beter rekening houden met de belevingswereld van de patiënten, de specificiteit van het klinische beeld en de unieke karakteristieken van de verschillende gedragingen.
- **Aanbeveling:** Cognitieve- en gedragstherapie als basis voor de behandeling van gedragsverslavingen, eventueel aangevuld met medicatie. Om over dit laatste een aanbeveling te kunnen doen voor seks-, internet- en gameverslaving is nader onderzoek nodig.
- **Aanbeveling:** De mogelijkheid dient opengehouden te worden om minder ernstige vormen van de onderzochte verslavingen binnen de basis GGZ te behandelen.
- **Aanbeveling:** Gedragsverslavingen zouden in principe een vergelijkbare indicatiestelling en aanpak kunnen krijgen als gokverslavingen of middelgebonden verslavingen, rekening houdend met de specifieke kenmerken van de verslaving.

Gedragsverslavingen: de stand van zaken in wetenschap en praktijk

Van Rooij, T., DeFuentes-Merillas, L., Meerkerk, G-J., Nijs, I., Van de Mheen, D., Schoenmakers, T.

Het rapport is te downloaden via www.resultatenscoren.nl.