

MIDDELENGEBRUIK EN LVB MIJ EEN ZORG?

Bespreekbaar maken van
middelengebruik, gamen en gokken



**Jellinek Preventie in samenwerking met
Amsta Karaad en Cordaan
Amsterdam, 2e druk 2024
Philip Goedhoop en Anita Oliemans
www.jellinek.nl**

**kennispleingehandicaptensector.nl/onderzoek/
gewoon-bijzonder/lvb-in-het-vizier/leidraad-lvb-vizier**

Grafisch ontwerp: Jacqueline Elich



BRONVERMELDING

**Richtlijn Effectieve Interventies LVB
(De Wit, Moonen, & Douma, 2011).**

Cognitieve Gedragstherapie (Beck, A. T.)

CGT+ (Drs. van der Nagel J.E.L. en Drs. Kiewik M.)

Sumid Q (Tactus, Avelein, ZonMW, Radboud Universiteit)

BEN JE WERKZAAM IN DE JEUGDZORG OF VG SECTOR?

Deze waaier is bedoeld voor zorgprofessionals in de Jeugdzorg en voor beroepskrachten in de VG-sector. Deze tool kan je helpen bij de begeleiding van middelengebruik van je cliënt. In elke fase van de begeleiding van je cliënt kan deze tool je ondersteunen bij een gesprek over middelengebruik, gamen of gokken. Deze tool helpt je het best als je eerst deskundigheidsbevordering hebt gehad van de verslavingsinstelling in jouw omgeving.

WIST JE DAT?

Mensen met een lichte verstandelijke beperking komen eerder in de problemen als zij middelen gebruiken. Dat komt bijvoorbeeld doordat deze groep moeite heeft met 'eerst denken, dan doen'. Ze zijn vaak weinig weerbaar en sociaalvaardig en hebben meestal weinig beschermende factoren in hun omgeving. Daarnaast komen een laag zelfbeeld of juist zelfoverschatting, sombere gevoelens en weinig sociale aansluiting veel voor bij deze groep. Gebruik van alcohol en drugs compenseert hiervoor. LVB gaat vaak gepaard met aan autisme verwante stoornissen. Het aanpassen aan stressvolle situaties is voor hen moeilijker. Houd rekening met het begripsniveau van iemand van 8 à 12 jaar oud.

CIJFERS

Ongeveer 15 procent van de Nederlandse bevolking heeft een IQ lager dan 85. Het gaat om ongeveer 55.000 mensen met een IQ tussen 50 en 70 (lichte verstandelijke beperking) en ongeveer 2,2 miljoen mensen met een IQ tussen 70 en 85 (zwakbegaafdheid). Zij hebben minder sociale aanpassingsvaardigheden.

50 ↔ 70





HOE STEM IK BETER AF OP MIJN CLIËNT?

TIPS IN DE OMGANG MET IEMAND MET EEN LVB



Stel één vraag tegelijk

Gebruik geen spreekwoorden



Gebruik tekeningen en plaatjes

Zelfgemaakte tekeningen geven houvast en structuur aan de sessies



Wees bedacht op beperkingen in lees- en schrijfvaardigheid

De woordenschat is vaak klein



Probeer de theorie te koppelen aan concrete ervaringen van de cliënt uit zijn dagelijks leven



Geef de cliënt het gevoel dat hij altijd zelf een keuze heeft

Organiseren, plannen en probleemoplossend vermogen zijn beperkt



Pas het tempo aan, neem kleine stapjes en wees bereid te herhalen



Focus op positieve ervaringen

Maak doelen concreet en haalbaar

Doe het samen



Betrek anderen



VOORWAARDE VOOR EEN GOED GESPREK VOELT JE CLIËNT ZICH OP ZIJN GEMAK?



Kies een goed moment, waarbij de voorwaarden het gunstigst zijn

Kies het moment waarop de cliënt niet- of zo min mogelijk onder invloed is

Wees een voorbeeld; gebruik zelf ook geen sigaretten in het bijzijn van een cliënt



Houd rekening met vermoeidheid of andere gevoelens



Druk niet je eigen agenda door

Kies een plek die voor beiden prettig is

Toon begrip en empathie



Oordeel niet

Ga met iemand in gesprek, los van de regel die misschien is overtreden



Bepaal samen de inhoud van de agenda

Wees nieuwsgierig naar de reden van gebruik



Vraag naar de effecten van het middel



Luister goed



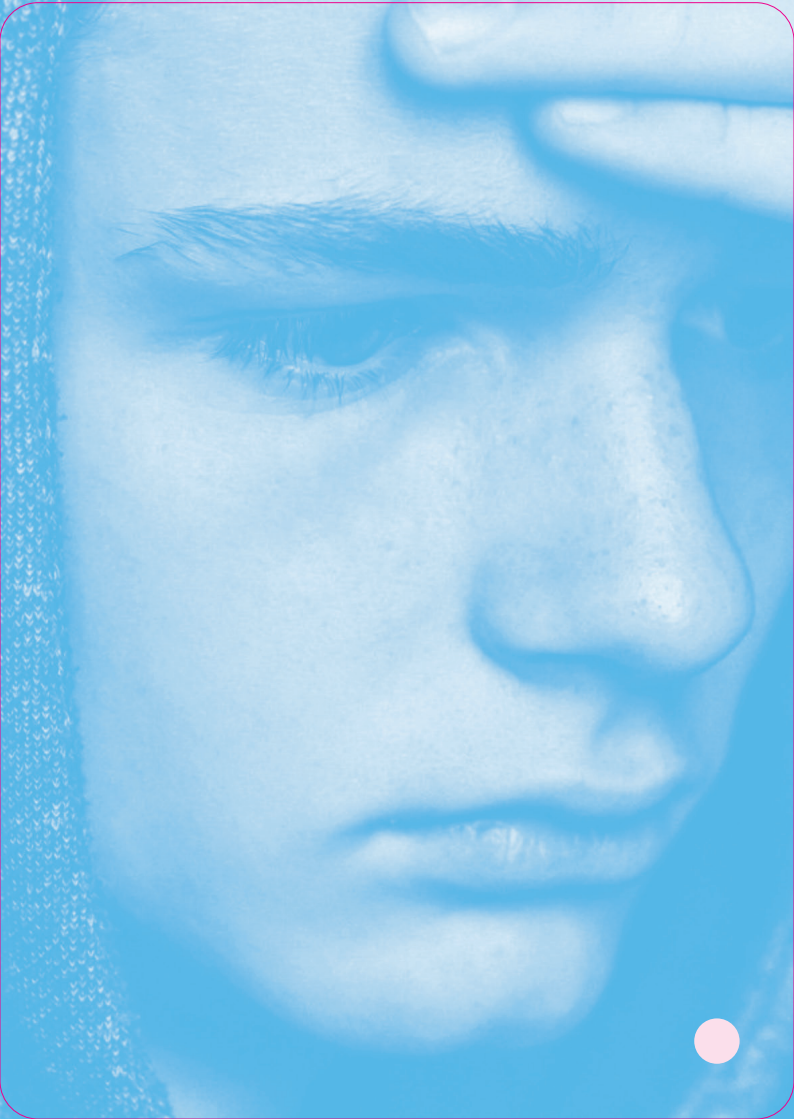
Durf het onderwerp direct ter sprake te brengen



Stel open vragen, gebruik na elke vraag 2 reflecties

Vat regelmatig samen

Doorvragen
(vermijd de waarom-vraag)



NOG EEN VOORWAARDE VOOR EEN GOED GESPREK TIPS ALS JE CLIËNT TOCH ONDER INVLOED IS



Wanneer kan ik met je afspreeken als je het meest nuchter bent, dan kunnen we elkaar beter begrijpen

Wat is de beste tijd om dan af te spreken?



Toch onder invloed: complimenteer dat hij zijn best heeft gedaan om te komen

We houden het nu kort en op een ander moment praten we verder, is dat oké?



Geef complimenten voor de bereidheid om dit onderwerp te bespreken



Ga niet in discussie over de toestand waarin je cliënt zich bevindt



Wees kort, maar wel respectvol





MIJN CLIËNT GEBRUIKT GEËEN MIDDELEN

Het kan zijn dat je cliënt niet gebruikt. Dan is het goed om dit te verstevigen, om te voorkomen dat hij toch gaat gebruiken

Bekrachtig de situatie van het niet-gebruiken (bijvoorbeeld: wat fijn dat je je fit voelt)



Ondersteun beschermende factoren (zelfvertrouwen, familie-omgeving, afspraken, mensen die je ondersteunen, duidelijke regels, dagbesteding, hobby's, structuur, vaardigheden)



Benadruk de gevolgen van gebruik, geef informatie wanneer dat nodig is

Er wordt om je heen wel gebruikt, wat vind jij daarvan?



Op welke manier heb jij last van gebruik in je omgeving? Hoe ga jij daarmee om?

Hoe denk jij verder over roken, gamen, alcoholgebruik en/of gokken?



Wat zie jij wel eens op straat?



Hoe lukt het jou om ervan af te blijven?

Zou jij het durven vertellen als hier iets in verandert? Ik vind het fijn als je me dat vertelt



Mag ik er een volgende keer nog eens met je over praten? Houd vinger aan de pols



MIJN CLIËNT GEBRUIKT WEL MIDDELEN (1)

Wat is de aanleiding voor het gesprek? Hoe start je?

OPENINGSVRAGEN ALS JE CLIËNT GEBRUIKT; GOOI EEN BALLETJE OP

Hoe gaat het eigenlijk met je?



Ik vraag me af wat er aan de hand is?

Ik zou het er graag met je over willen hebben is dat oké voor jou?
(belangrijke beginzin)

Hoe is er met jou gepraat over alcohol of drugs of gamen, hoe ging dat?

Vind je het vervelend om over je gebruik te praten? Zo ja welke redenen?



Ik wil graag met je kijken of het gebruik van ... invloed heeft op je wonen/dagbesteding

Wie zegt dat het late opstaan door jouw gebruik komt? Ik weet niet of dat zo is, want ik weet niet hoe je omgaat met ... (middel)

Daar zou ik dan eens met je over willen praten voordat ik die conclusie trek

BRENG DE AANLEIDING VOOR EEN GESPREK TER SPRAKE EN GEBRUIK DE ALGEMENE SIGNALEN (ZIE MODEL)



Ik zie dat je laat uit je bed komt

Ik zie dat je niet naar de dagbesteding bent gegaan

Wat me opvalt is dat je wat meer op je kamer zit



Wat me opvalt is dat je wat minder aanspreekbaar bent in de avond



Jeetje de laatste tijd lijkt je meer afwezig te zijn.
(je eigen wereldje)

De laatste tijd ben je niet meer zo vrolijk als voorheen



Klopt dat? Waar komt dat door? Wat is er aan de hand? Graag wil ik hier met je over praten



MIJN CLIËNT GEBRUIKT WEL MIDDELEN (2)

Wat is de aanleiding voor het gesprek? Hoe start je?

ALS JE IN GESPREK BENT HELPEN DE VOLGENDE VRAGEN

Wanneer was je laatste
gebruik van...(middel)

Hoe laat was je
laatste Joint?



We zien dat je laat
naar bed gaat, hoe
ga je dan om met
alcohol of drugs?

BRENG HET GEDRAG IN VERBAND MET HET GEBRUIKEN VAN ALCOHOL OF DRUGS

Je trekt je terug

Staat laat op

Je geld is eind van
de week op



Je bent soms geïrriteerd

Hoe denk jij dat dit kan? Wat
voor invloed heeft je gebruik
hierop?



Stel dat je niet zou
gebruiken, hoe zou je
leven er dan uit zien?

Hoe zou dat invloed
hebben op je dagbesteding,
je gevoel, je contacten, je
huis, je geld?

WE ONDERSCHIEDEN VERSCHILLENDE FASES VAN GEBRUIK (ZIE MODEL)

Graag neem ik de fases van
gebruik met je door

Vind je dat oké?

Geef complimenten
voor de bereidheid
om dit onderwerp te
bespreken





ALGEMENE SIGNALEN MIDDELENGEBRUIK

Waarover ga je in gesprek? Gelden meerdere signalen voor jouw cliënt? Om te zien of het gebruik uit de hand loopt kun je deze signalen bekijken.



Te laat komen, afspraken niet nakomen

Spijbelen of niet verschijnen op dagbesteding

Ontwikkend, vermijdend gedrag



Stiekem doen, liegen, bedriegen

Verslechterde prestaties op het werk

Verminderde cognities (vergeetachtigheid, slechte concentratie)



Toename van passiviteit

Trage, slappe coördinatie

Veranderde/afname van interesse in omgeving

Veranderde vriendenkring of uitgaanspatroon

Is gefocust op alles wat met drinken/blowen/drugs/gamen te maken heeft

Plotselinge verandering in humeur (agressief, depressief)

Vervlakking van emoties

Verandering in uiterlijk (haar, kleding) en interesse (muziek)

Gestopt met vrijetijdsbesteding (hobby, sport)

Probeert regelmatig geld te lenen, of spullen te verpatsen

Vrienden staan bekend om te veel alcohol-of drugsgebruik



Veelvuldig doktersbezoek



Regelmatig om paracetamol of kalmeringsmiddelen vragen

Fysieke verslechtering en ontwenningklachten

Regelmatig ongevallen

Toename vermoeidheid

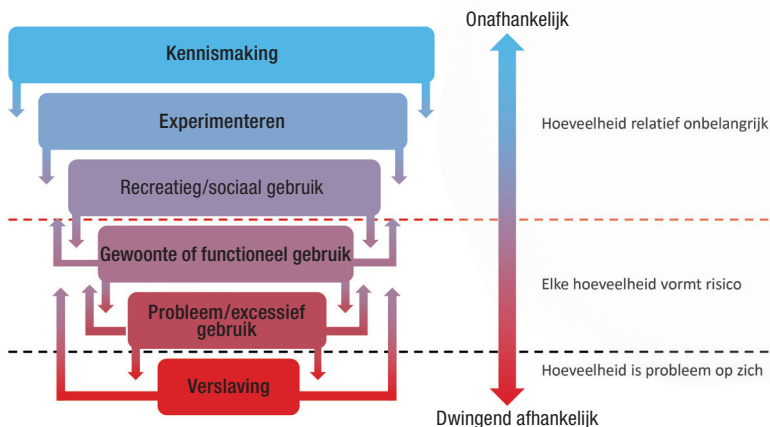


HET INSCHATTEN VAN GEBRUIK

Om te voorkomen dat je problemen ontwikkelt met een middel, kan het helpen om te begrijpen in wat voor fase je gebruik zit.

Wat voor type gebruiker ben je? Gebruik je regelmatig of onregelmatig, met vrienden of alleen? En wat is de reden van gebruik? Dit model laat de fases van gebruik zien en de mate van de voor- en nadelen van je gebruik. Als iemand in de rode zone verkeert, leid dan toe naar behandeling. In elke fase kun je de afdeling Preventie van de Verslavingszorg vragen je te ondersteunen.

Wanneer is het gebruik of gedrag riskant? Dit model laat zien dat je altijd terug kunt naar recreatief gebruik, maar dat het in je eentje erg moeilijk wordt om dat voor elkaar te krijgen zodra er sprake is van verslaving.





PERSOON - MIDDEL - OMGEVING

Wat maakt iemand weerbaar? Of juist kwetsbaar?
Versterk daar waar nodig is!

PERSOON



Erfelijkheid / genetische gevoeligheid

Vroeg beginnen

Coping stijlen

Psychische stoornis

Impulsiviteit

MIDDEL

Kenmerken middel: effect, snelheid en duur van effect

Tolerantie - onthoudingsverschijnselen - craving



Sterkte van effect op hersenen

Toedieningswijze

Beschikbaarheid en kosten

OMGEVING

Opvoeding, culturele achtergrond en ouders die gebruiken

Trauma's

Vrienden, peergroep en sociale druk

Relationele problemen en eenzaamheid

Beschikbaarheid





MAAK EEN RISICOTAXATIE

Iedere cliënt heeft zijn eigen verhaal, de een is kwetsbaarder dan de ander. Onderzoek wat er speelt. Stel vragen rondom Persoon, Middel en Omgeving.

Hoe gaat het eigenlijk met je?

Hoe oud was je toen je voor het eerst gebruikte?

Hoe was school voor jou?
Hoe ging je toen om met(middel)?

Komt het in jouw familie voor dat iemand niet kan stoppen met alcohol of met een ander middel?

 Hoe werd er vroeger bij jou thuis omgegaan met(middel)?

Als je met vrienden bent, hoe ga je dan om met alcohol? Wat doen jullie samen?

Met wie doe jij leuke dingen?

 Wat doe je overdag?

 Wat doe je in de avond?

 Hoe ga jij om met stress?

Doe je wel eens iets tegen je zin? Heb je dan iets gebruikt?

Ben je wel eens alleen, hoe ga je daar mee om?

 Hoe slaap jij?

Weet je wat ontwenningsklachten zijn? Ervaar je die?

Als je medicatie gebruikt, waar gebruik je deze voor?

 Moet je wel eens naar de dokter?

Waar ben jij heel goed in?

Wat vind jij moeilijk?

 Als je gedronken/gebruikt hebt, heb je dan wel eens ruzie?

Zijn er de laatste tijd dingen gebeurd waar je verdriet van hebt of boos over bent?



HET UITVRAGEN VAN GEBRUIK

LAAT DE CLIËNT VERTELLEN

Het is belangrijk om over een langere periode inzicht te krijgen in het gebruik van je cliënt. Je kan hierbij gebruik maken van het model "de fases van gebruik". Over het gebruik kun je heel veel open vragen stellen. We zetten ze voor je op een rijtje:



Wat gebruik je?



Wat is voor jou het belangrijkste middel om nu te bespreken?

Wat is het effect? Wat is prettig (kort houden) en wat is niet prettig?



Hoe vaak gebruik je per week? Teken de glaasjes of jointjes.



Maak een schemaatje



Hoe gebruik je het?

Hoeveel geld geef je eraan uit? Wanneer is je geld op?



Op welke dagen gebruik je meestal?

Op welke momenten van de dag gebruik je meestal?



Wat voel je als je gebruikt hebt?

Met wie gebruik je meestal?



Gebruik je verschillende dingen naast elkaar?



DE INVLOED VAN GEBRUIK OP LEEFGEBIEDEN

Wat zou er verbeteren als je bijvoorbeeld een maand niet zou gebruiken?



DAGBESTEDING: HOE LUKT HET OM JE WERK TE DOEN?

Hoe zit het met, niet kunnen opletten, moeheid, prestaties, te laat komen, vergeetachtigheid?



WOONSITUATIE: HOE LUKT HET OM PRETTIG SAMEN TE WONEN?

Is er wel eens ruzie met ouders, huisgenoten of begeleiding over je gebruik?



ANDEREN: WIE MAKEN ER WEL EENS OPMERKINGEN OVER JE GEBRUIK?

Hebben anderen last van je gebruik, wat merken anderen ervan? Wat zeggen ze erover?



VRIENDEN: HEB JE OOK VRIENDEN DIE NIET GEBRUIKEN?

Bijv. oude vrienden minder zien, alleen gebruikende vrienden opzoeken



STEMMING: WAT DOE JE ALS JE SOMBER, BANG, BOOS OF VERDRIETIG BENT?

Bijv. steeds trek hebben in blowen, moeheid, prikkelbaar?



ANDERS: WAT ZOU JIJ GRAAG NOG WILLEN BESPREKEN?

Bijv. eigen functioneren, fitheid, vrijetijdsbesteding





AFSPRAKEN MET CLIËNT

Maak afspraken over gebruik en vervolgesprekken over gewenste verandering en blijf monitoren. Hoe doe je dat? Let op! Bij twijfel over de risico's van stoppen of minderen, overleg met de verslavingsinstelling in jouw regio.

Beschrijf zo concreet mogelijk: hoeveelheid, hoe vaak, wanneer, specifieke situaties, hoe, met wie, wat als hij afspraak verbreekt, welke beloningen wil je inzetten?

VOORBEELDAFSPRAKEN



Ik ... niet overdag omdat ik me dan steeds zo moe voel



Ik mag maximaal ... euro uitgeven aan ...



Als ik drink dan mag ik max ... (glas/glazen) drinken



Ik start met mijn afspraken op ... (dag)



Ik ga deze afspraken volhouden tot en met ... (dag)



Als mij dit lukt dan beloon ik mijzelf met ...



Als mij dit niet lukt dan bespreek ik dit met mijn begeleider



De volgende afspraak met mijn begeleider is op ... (dag)





AANBOD VOOR BEROEPSKRACHTEN



NEEM GERUST CONTACT OP MET EEN PREVENTIEWERKER VAN JELLINEK VOOR:

- Adviesgesprekken
- Moti-4: motiverende gesprekken voor LVB cliënten*
- Folders: Goed om te weten over.... (www.trimbos.nl)
- Het spel Trip
- Webapp: gebruik-en-verslaving-lvb.cordaan.nl/
- Behandeling specifiek voor LVB: www.jellinek.nl
- Denk ook eens aan het afnemen van de Sumid Q

* WAT IS MOTI-4?

Moti-4 bestaat uit maximaal vier individuele bijeenkomsten van 1 uur, waarin de cliënt met een preventiewerker zijn gebruik kritisch zal onderzoeken. In de gesprekken wordt een inventarisatie van de problematiek en het middelengebruik gemaakt. Vervolgens zijn de gesprekken gericht op kennisoverdracht, bewustwording en het versterken van de weerbaarheid van de cliënt door middel van motiverende gespreksvoering. Het traject wordt op maat uitgestippeld. De cliënt bepaalt zelf hoe en waaraan hij/zij wil werken. Hij/zij wordt gesteund door de preventiewerker bij het opstellen van een plan van aanpak. Via een 'follow up' gedurende een aantal maanden wordt bekeken of de doelen uit het plan van aanpak behaald zijn. Ook kan er met het netwerk van de cliënt gecheckt worden of de doelen behaald zijn. Moti 4, is er voor jongeren tot 24 jaar. Moti 4 is er ook voor volwassenen tot 30 jaar, met een LVB.



VOOR DE INSTELLING



NEEM GERUST CONTACT OP MET EEN PREVENTIEWERKER VAN DE VERSLAVINGSINSTELLING IN JOUW REGIO.

- Ondersteuning bij het ontwikkelen van een duidelijk en breed gedragen alcohol-en drugsbeleid voor de instelling
- Deskundigheidsbevordering (scholing) zodat medewerkers meer kennis hebben van middelen, hun effect, afhankelijkheid, en minder handelingsverlegen zijn
- Ondersteuning bij het verkrijgen van vaardigheden in het beheersen van het signaleren en bespreekbaar maken van middelengebruik
- Opzetten van een structurele samenwerking met de verslavingszorg zodat er duidelijke afspraken zijn over consultatie, doorverwijzing en behandeling.
- Jellinek Preventie maakt gebruik van Open en Alert (Trimbos)

SAMEN ZOEKEN NAAR INFORMATIE

JE KAN OOK BESLUITEN OM SAMEN MET JE CLIËNT NAAR INFORMATIE TE ZOEKEN ONLINE. WE GEVEN JE EEN PAAR TIPS:

Jellinek advieslijn..... 088 505 1220

Middeleninformatie... jellinek.nl

Spel Trip..... te koop via: Trimbos.nl

Drugdancer..... dancer.drugsinfo.nl/#/

Webapp Cordaan..... gebruik-en-verslaving-lvb.cordaan.nl

Folders..... [trimbos.nl/goed om te weten over alcohol](http://trimbos.nl/goed-om-te-weten-over-alcohol)

