

Alexandra van Halen

Preventiewerker

Quiz

| | | JA/ waar | Nee/ Niet waar |
|--|--|---------------------|---------------------------|
| | 1. In Nederland gebruikt 20% van de 18 + ers regelmatig cannabis | | |
| | 2. Na het drinken van 12 glazen bier ben je na 12 uur weer nuchter | | |
| | 3. Cannabis is legaal in Nederland | | |
| | 4. Ritalin heeft een opwekkende werking | | |
| | 5 4FMP is minder zwaar dan XTC | | |
| | | | |

Verlaving een verkenning

- Mening over verlaving wordt gedomineerd door emoties en morele opvattingen.
- Het is een stoornis, maar wordt vaak gezien als een keuze, een eigen verantwoordelijkheid.
- Associaties met maatschappelijke overlast, drugscriminaliteit en slonzige mensen met goedkope blikken bier op een bankje.
- Wetenschappelijk onderzoek heeft lang op zich laten wachten. (pas laatste 10 jaar).

KENNISMAKING

EXPERIMENTEREN

SOCIAAL GEBRUIK

GEWOONTE GEBRUIK

PROBLEMATISCH GEBRUIK

VERSLAVING

Jongeren(& jong-volwassenen) nemen relatief veel risico's



Studenten

- Risico gedrag bij jong-volwassenen, zeker bij studenten (boven-gemiddelde controle) is in het algemeen doelgericht
- Kan wel automatisch geactiveerd worden
- En “in the heat of the moment” lijken de risico’s ver weg/niet van toepassing
- Maar dat neemt niet weg dat om doelgericht gedrag gaat (anders dan bijv. bij LVB adolescent).

Voorwaarden om te signaleren

- ✓ Bereidwillige houding (willen en durven zien)
- ✓ Vaardigheden
- ✓ Verschil tussen persoonlijke en professionele mening
- ✓ Kennis en inzicht (leefwereld van) gebruikers
- ✓ Algemene en specifieke kennis over drugs

Aandachtspunten bij signalering van problematisch gebruik

- *Wees je bewust van je eigen normen over alcohol- en drugsgebruik.* Hoe je denkt over alcohol en drugs, beïnvloedt je mening over het middelengebruik van je cliënt. Daarnaast kan dat ook invloed hebben op je houding en de manier waarop je een gesprek voert.
- *Vraag alcohol- en drugsgebruik altijd uit.* Jongeren/studenten beginnen vaak zelf niet altijd over alcohol- en drugsgebruik. Vraag het daarom altijd uit. Kijk daarnaast naar mogelijke signalen van gebruik.
- *Wees alert op problemen bij de omgeving.* Alcohol- en drugsgebruik heeft vaak impact op het hele (gezins-) systeem. Vraag naar contact ouders, vrienden.

- **Belangrijke punten van afweging**
- Hoe vaak gebruikt men?
- Wat is de functie van gebruik voor iemand?
- Wat is de 'winst' op korte termijn, wat is 'het risico' op langere termijn?

Diagnostiek Comorbiditeit

- ✓ Trauma / PTSS, enkel-meervoudig
- ✓ ADHD
- ✓ Autisme (PDD NOS, ASS, M.Asperger)
- ✓ LVB / hoogbegaafdheid
- ✓ Psychose
- ✓ Stemmingsproblematiek
- ✓ Systeemproblematiek

Fasen in gedragsverandering

Prochaska en Diclemente



Voorbeschouwing: “Nee, er is niets aan de hand”

- Wil van zijn klachten af (slecht slapen, ruzies thuis)
- Ontkent nadelige gevolgen van het probleemgedrag
- Bagatelliseert zijn gebruik
- Uitspraken over gebruik zijn vooral positief (bier is lekker, niet drinkers zijn saai)
- Geen verband tussen probleem en gebruik

Voorbeschouwing; Doel van de begeleiding:

- Contact maken/houden
- Bevorderen eigenwaarde
- Bevorderen kennis en probleembesef

Tips:

- Ga niet in discussie
- Gebruik de gesprekstechnieken luisteren, niet moraliseren, samenvatten, open vragen stellen en objectieve informatie geven en openstaan voor beweegredenen

Overpeinzing: “Misschien, ik zal er eens over nadenken”

- Behoefte aan veranderen, maar hoe?
- Onzekerheid wordt vaak gemaskeerd door zelfverzekerdheid
- Angst om afhankelijk te raken breekt door
- Neiging voordelen te benoemen
- Er is verband tussen probleem en gebruik
- Gebruik is ontspannend en verlichtend

Overpeinzing; Doel van de begeleiding:

- Verminder de aantrekkelijkheid van middelengebruik
- Ambivalentie prikkelen (klein houden)
- Steun bieden
- Zelfvertrouwen ondersteunen
- Verbeter de eigen effectiviteit

Tips:

- Vergroot het bewustzijn van risico's van niet veranderen
- Vergroot de ongerustheid over de eigen situatie
- Gebruik de gesprekstechnieken doorvragen, concretiseren, samenvatten

Interventies ingezet door verschillende instellingen van verslavingszorg

Gegeven dat het bij studenten in het algemeen om doelgericht gedrag gaat:

- Motiverende gespreksvoering
- Korte CGT (evt. Online/blended)
- Normen; BV bevorderen veilig drinken strategieën(harm reduction)

**ASK MORE
QUESTIONS**

GET MORE ANSWERS
Answer to



Alexandra van Halen

Preventiewerker

Tactus Verslavingszorg

T 088 38 228 87

M 06 1000 7366

E a.vanhalen@tactus.nl

I www.tactus.nl



Tactus

verslavingszorg