

Alexianen

ZORGGROEP TIENEN





Alexianen

ZORGGROEP TIENEN

22 oktober 2015

R-Impuls

Therapie ter regulatie van impulsen

Kristen Vos

Rudi Vanmarsenille

Voorstelling

Kristen Vos

- Klinisch psychologe (volwassenen)
- Postgraduaat Cognitieve Gedragstherapie KUL
- Psychologe van Team Verslavingszorg: observatie + behandelgroep (groep C)

Rudi Vanmarsenille

- Bewegingstherapeut
- Vakgroepverantwoordelijke PMT - kiné - dienst vrije tijd
- Observatie, groep A, groep C en Kwadraat

Voorstelling afdeling en groep C

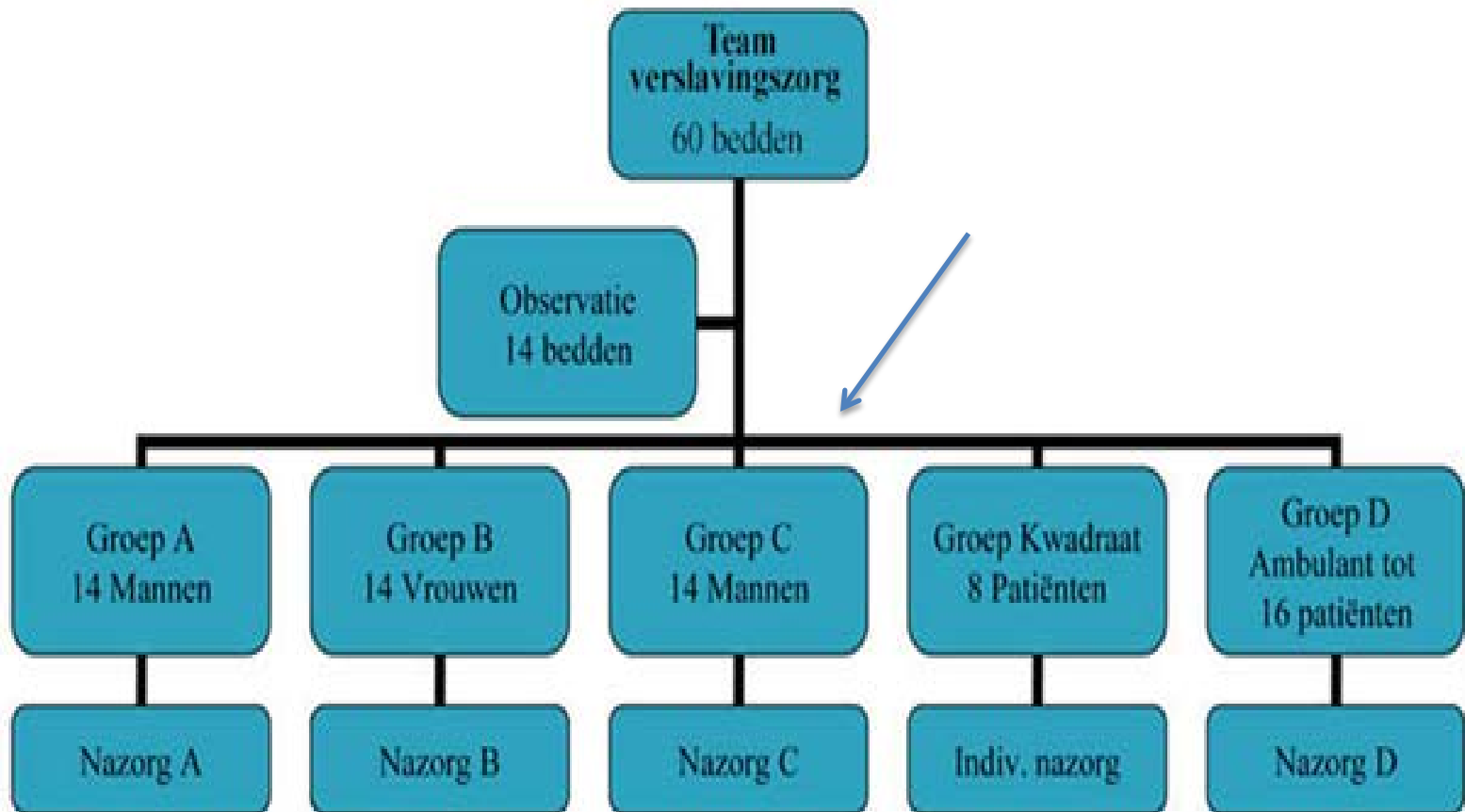
Team Verslavingszorg (zie figuur)

Vroeger 'Ter Dennen'

= afdeling voor mensen met middelenafhankelijkheid

Groep C

- Mannengroep, maximum 14 patiënten
- Open groep, 6 weken
- Cognitief gedragstherapeutisch
- Groepstherapie centraal
- Programma (zie figuur)



Samenwerking psycho - PMT

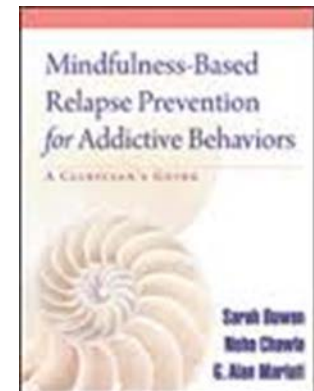
Reeds bestaande aanbod in therapieprogramma:

Psychotherapie

- Cognitieve gedragstherapie
- Psycho-educatie (afhankelijkheid, zelfbeleving, context)
- (Sociale) vaardigheidstraining
- Bilans en werkplannen (10 levensdomeinen)
- Acceptance and Commitment Therapy

Psychomotorische Therapie

- Bewegings-, sport- en spelvormen
- C-Mindfulness



Theoretisch kader

Cfr. Voordracht van Dr. Santens in voormiddag

- Duale procesmodellen
- Metafoor van paard en ruiter
- Lichaam in beweging: lichaamsbeleving



Duale procesmodellen (Kalvas&Volkow, 2005; Evans&Coventry, 2006)

Automatische processen

- Een aandachtsbias voor verslavingsrelateerde stimuli
- Geheugenassociaties
- Automatisch in gang gezette actietendensen (toenadering of verwijdering)

Controlerende processen

- Vermogen
- Motivatie

Metafoor van paard en ruiter

Paard

- Automatisch in gang gezette mentale operaties, impulsief systeem
- Buiten bewustzijn
- Krachtig, snel en reageert op wat zich voordoet; steeds geneigd om in de richting te bewegen

Ruiter

- Onder controle houden van een impuls tot actie
- Bewust

Wisselwerking

- Uit evenwicht
- Zelfoverschatting van Ruiter, onderschatting van Paard
- Probleemgedrag = een hevig Paard en een zwakke Ruiter

Lichaam in beweging: Lichaamsbeweging

Verstoorde lichaamsbeleving bij diverse ziektebeelden

Middelenafhankelijkheid, lichaamsbeleving en PMT

Bij impulscontrole is het van belang om spanningssignalen te registreren en op geleide hiervan te kunnen handelen (Berkmortel e.a., 2010)

Een kwalitatief onderzoek (Bongaertz, Scheffers, 2012)

Lichaamsbewustzijn is slecht tot matig ontwikkeld, lichaamswaardering groeit bij langere abstinente, lichaamscontact wordt afgehouden

Uitgangspunt R-Impuls

- Verslaving = verstoorde balans tussen controlerende en automatische processen
- Naast controlerende processen, ook meer oog willen hebben voor rol van automatische processen in therapie en herstel van patiënten
- Samenwerking psycholoog en bewegingstherapeut: naast psycho-educatie, ook ervaring belangrijk

=> 'R-Impuls' = regulatie van impulsen

R-Impuls

1. Opbouw van sessies
2. Inhoud van sessies
3. Stand van zaken en discussie

1. Opbouw van sessies

- Algemene inleiding
- Oefenen, trainen, beleven, ervaren
- Nabespreking en vooral de link met mijn verslaving en het dagelijks leven

2. Inhoud van sessies

- Lichaam (2 sessies)
- Aandacht (1 sessie)
- Automatismen in gedrag (3 sessies)

Lichaam (2 sessies)

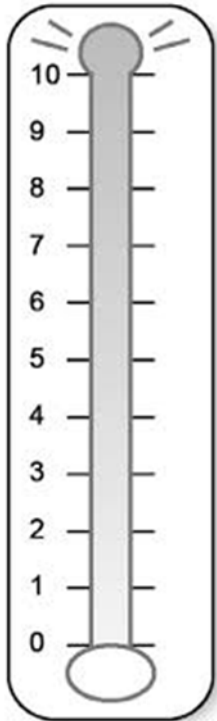


Doel:

- Leren herkennen, bewust worden van lichamelijke sensaties en (opbouw van) spanning (mogelijke alarmsignalen van herval)
- Link maken met craving, automatische processen en gebruik
- Zoeken naar alternatieve actiestrategieën

Methode:

- Voorbeeld: Boksen, oogcontact (oefenen!)
- Hulpmiddel: Spanningsthermometer



Aandacht (1 sessie)



Doel:

- Bewust maken van aandachtsbias
- Normaliseren van bias en craving
- Zoeken naar manieren om aandacht terug weg te trekken
- Link maken met gebruik en dagelijks leven

Methode:

- Voorbeeld: Basketbal met projectie
- Hulpmiddel: Metafoor van Paard en Ruiter

Automatismen in gedrag (3 sessies)

Doel:

- Bewust maken en ervaren van automatismen en inhiberen van automatismen
- Bewust worden dat doorbreken van gewoonten energie en motivatie kost
- Leren beheersen van impulsieve neigingen en veiligheden inbouwen

Methode:

- Voorbeeld: Stroop, spelvormen (links) met wisselend spanningsniveau
- Hulpmiddel: Metafoor van paard en ruiter, coachfunctie

Stroop

GEEL **BLAUW** **ORANJE**
ZWART **ROOD** **GROEN**
PAARS **GEEL** **ROOD**
ORANJE **GROEN** **ZWART**
BLAUW **ROOD** **PAARS**
GROEN **BLAUW** **ORANJE**

3. Stand van zaken en discussie

- De samenwerking, een meerwaarde
- Theoretische onderbouw
- Uitgevoerd met praktische evolutie
- Inleiding en bespreking erg belangrijk om link te maken met middelengebruik
- Draaiboek van 6 sessies = beperkt, als ze al alles kunnen volgen
- Onderzoek in toekomst is nodig
- Artikel in Tijdschrift Verslaving?

Vragen?





Alexianen

ZORGGROEP TIENEN