

CRA-procedure 1: Overzicht, Tevreden- heidslijst (TvL) en Behandeldoel(en)

Inleiding

Deze procedure heeft het doel om kennis te maken met de patiënt, CRA te introduceren en er een overzicht van te geven, de Tevredenheidslijst (TvL) af te nemen en aan de hand hiervan een bijbehorend plan (interventie en tijdspad) te maken dat resulteert in minstens één behandeldoel. De realisatie van dit doel dient de volgende sessie te worden geëvalueerd. De patiënt de TvL laten invullen is de eerste stap in het opstellen van een behandelplan dat nauw aansluit bij leefgebieden waaraan de patiënt wil werken. Het fungeert als een kompas in de behandeling. Hierbij kan de patiënt telkens aangeven hoe tevreden hij/zij op dit moment is met het desbetreffende leefgebied. Er zijn verschillende leefgebieden weergegeven op de TvL. Uiteraard kunnen sommige categorieën worden weggelaten of juist worden uitgebreid met andere, voor de patiënt relevante leefgebieden, bijvoorbeeld medicatie, ongewenste gedragingen zoals uitingen van agressie, specifieke hobby's en comorbide psychiatrische klachten zoals angst en depressie. Ieder leefgebied dient te worden beoordeeld aan de hand van een rapportcijfer (1-10). Er wordt in samenspraak met de patiënt minstens één probleemgebied geselecteerd om aan te werken. Als vuistregel geldt dat aan dat gebied een score is toegekend uit het middengebied. Zo krijgt de patiënt de mogelijkheid om te oefenen met het stellen van haalbare doelen tot realisatie van een verandering. Voorts wordt er een plan gemaakt om een positief en tijdgebonden geformuleerd behandeldoel te realiseren, waarbij ook aandacht is voor potentiële obstakels.

Verwijzing naar Meyers R.J. & Smith J.E. (2008). *Handboek voor de behandeling van alcoholverslaving: de Community Reinforcement Approach*. Nederlandse bewerking door P.J.G. Greeven, L. De Fuentes-Merillas & H.G. Roozen, hoofdstuk 5.

Taken en doelen voor CRA-procedure 1

De verschillende taken en doelen zijn hieronder uiteengezet:

- I Overzicht CRA:
 - a) kennismaken en doelstelling
 - b) typering van procedures
 - c) positieve verwachtingen
 - d) duur van de behandeling
 - e) identificeren van bekrachtigers.

- II Tevredenheidslijst (TvL):
 - a) introductie
 - b) bespreken van scores.
- III Huiswerkopdracht en afsluiten:
 - a) doelen stellen
 - b) behandelplan.

Materialen

- Tevredenheidslijst (TvL)
- Formulier Een ideaal leven
- Formulier Behandeldoelen
- Formulier Behandeldoelen (korte versie)

1a Overzicht CRA: kennismaken en doelstelling

- 1 Heet de patiënt welkom.
- 2 Maak kennis met de patiënt. Geef aan over welke informatie u beschikt.
- 3 Identificeer de bekrachtigers die voor de patiënt belangrijk zijn om zijn/haar leefstijl te veranderen (zoals geen alcohol en/of drugs meer drinken/gebruiken) en reden zijn om in behandeling te gaan.
- 4 Geef de invalshoeken van CRA, te weten:
 - een alternatieve, gezonde en meer prosociale leefstijl ontwikkelen (zonder gebruik van alcohol en/of drugs);
 - Door alternatieve activiteiten praktisch te ondernemen/uitproberen/samplen zal de patiënt ervaren dat hij/zij tevens bekrachtigd kan worden op een alternatieve manier (zonder alcohol en drugs):
 - betrek de omgeving (*community*) bij de behandeling, zoals vrienden, partner, familie, werk en verenigingsleven om het alternatieve leven (zonder middelen) aantrekkelijker te maken (*reinforcement*);
 - geef aan dat de CRA-behandeling gericht is op vervanging van het ongewenste (negatieve/destructieve) gedrag door positief gedrag;
 - maak expliciet dat alternatief gedrag ook positieve effecten teweeg kan brengen (net als het gebruik van alcohol en/of drugs),

Opmerking 1: Als de patiënt aangeeft niet op dit moment te willen werken aan doelen die direct gerelateerd zijn aan middelengebruik (zie ook TvL), dan is het raadzaam om aan doelen op andere leefgebieden te werken.

Opmerking 2: De omgeving bij de behandeling betrekken betekent niet automatisch dat partner, familieleden of vrienden onmiddellijk uitgenodigd dienen te worden om sessies bij te wonen. Belangrijk is wel dat er naar hun rollen met betrekking tot de patiënt wordt gevraagd en dat getaxeerd wordt hoe behulpzaam en steunend het netwerk is. Afhankelijk daarvan kan het uitnodigen van het sociale netwerk worden overwogen.

CHECKLIST (1-7)

- Gaf een overzicht van de informatie waarover u beschikt.
- Identificeerde bekrachtigers gekoppeld aan de hulpvraag/veranderwens.
- Gaf de doelstelling van CRA: ontwikkelen van een plezierige, gezonde en prosociale leefstijl.
- Gaf aan dat het 'samplen' van nieuwe activiteiten kan leiden tot een alternatieve, plezierige leefstijl:
 - a) Beschreef dat er rekening wordt gehouden met de rol van de omgeving om het leven aantrekkelijker te maken (*community*).
 - b) Maakte (impliciet) duidelijk dat negatieve gedragingen kunnen worden vervangen door positievere (gezondere) gedragingen.
 - c) Besprak dat alternatieve gedragingen ook positieve consequenties kunnen hebben.