

Inhoud

Voorwoord	9
Inleiding	11
1 Het G-schema	13
1 Het 4G-schema	13
2 Het 5G-schema: de functieanalyse	18
3 Het 5G-schema, SCEGS-model en Gevolgenmodel: overeenkomsten en verschillen	21
4 Het G-schema in het consult	25
2 De positie van de klacht in het G-schema	33
1 De klacht als Gebeurtenis	33
2 Uitlokkende factoren	36
3 De klacht als Gevoel	37
4 De klacht als Gedrag	40
3 De G van Gebeurtenis	45
1 Verschillende soorten Gebeurtenissen	45
2 Keuze van te analyseren Gebeurtenissen: ernst en chronologie van de klacht	47
4 De G van Gedachten	53
1 Onderscheid feitelijke gebeurtenis en interpretatie	53
2 De invloed van Gedachten: voorzichtigheid geboden	55

Inhoud

3	Onderscheid Gedachten en Gevoelens	56
4	Het ontstaan van (problematische) opvattingen: het cognitieve model	60
5	Verschillende soorten Gedachten	64
6	Onderscheid problematische en niet- problematische Gedachten	70
5	Inventariseren van Gedachten	73
1	Inventariseren is interveniëren	73
2	Populaire obstakels	74
3	De socratische dialoog	86
4	Het gebruik van metaforen	93
6	De G van Gevoelens	97
1	Psychologiseren en somatiseren	97
2	Adequate en niet-adequate Gevoelens	98
3	Verzet tegen negatieve emoties: de draaikolk	99
7	De G van Gedrag	105
1	Modeling: leren door het anderen te zien doen	105
2	Klassieke conditionering	106
3	Operante conditionering: leren door de gevolgen van gedrag	110
4	Problematisch gedrag: combinatie van klassieke en operante conditionering	113
8	De G van Gevolgen	115
1	Verschillende soorten bekrachtiging	115
2	Positieve en negatieve Gevolgen: beloning en bestraffing	117
3	Waargenomen of vermeende Gevolgen versus feitelijke Gevolgen	119
4	Het effect van Gevolgen op korte en lange termijn	122

5	Soorten bekrachtigingsprocedures en het effect op de duurzaamheid van Gedrag	126
6	Het gedrag van de arts als bekrachtiger van ongewenst gedrag	133
9	Registreren met behulp van het G-schema	135
1	De registratieopdracht als zoektocht	135
2	Registreren is interveniëren	137
3	Het G-schema als instrument voor registratie	138
4	Duur en moment van registratie	139
5	Nabespreking van de registratie	144
10	Het G-schema van de dokter	149
1	Problematische Gedachten van de arts	150
2	Op zoek naar de onderliggende motivatie	150
3	Gebruik van het G-schema tijdens supervisie: ervaren discongruentie	152
	Literatuur	159
	Over de auteurs	163

Voorwoord

Dit boekje is primair bedoeld voor huisartsen. Echter, ontwikkelingen binnen de geestelijke gezondheidszorg hebben geleid tot de komst van de Praktijkondersteuner Huisarts - Geestelijke Gezondheidszorg (POH-GGZ). Veel patiënten met psychosociale problemen worden sindsdien begeleid door de POH-GGZ. We denken dat dit boekje dan ook voor de POH-GGZ zinvol kan zijn. We verwijzen in de tekst naar de arts met 'hij'. Echter, hier kan uiteraard ook 'zij' gelezen worden.

Wij willen onze collega's van de huisartsopleiding Groningen en de huisartsen in opleiding aldaar bedanken. Jullie hebben ons door de jaren heen gevoed en geïnspireerd tot het schrijven van dit boekje. Peter Wattel bedanken we in het bijzonder voor zijn stimulerende enthousiasme, de leerzame sparmomenten en zijn waardevolle feedback.

Zwaantje Regtop willen we bedanken voor de ideeën die we hebben opgedaan in de samenwerking met haar. Haar vakmanschap en liefdevolle betrokkenheid bij haar patiënten, vormden een speciale bron van inspiratie.

Linda Bange en Majella de Jong

Over de auteurs

Majella de Jong is cognitief-gedragstherapeut en gezondheidszorgpsycholoog. Ze werkt als teamleider en universitair docent bij de huisartsopleiding in Groningen. Daarnaast is ze als freelance docent werkzaam bij de Postmaster Psychologie Opleidingen Noord-Nederland (opleiding gz-psychologen) en de Hanzehogeschool (opleiding POH-GGZ). Vanuit haar eigen praktijk geeft ze coaching aan huisartsen en POH-GGZ. Ze is gepromoveerd op een onderzoek naar stress en stressmanagement. Daarnaast heeft ze zich bezig gehouden met het ontwikkelen en onderzoeken van cognitief-gedragstherapeutische interventies voor patiënten met een somatische aandoening.

Linda Bange is huisarts en supervisor. Ze werkt als universitair docent bij de huisartsopleiding in Groningen. Naast haar docentschap geeft ze supervisie aan groepen huisartsen in opleiding. Haar opleiding tot supervisor heeft ze gevolgd bij het Nederlandse Huisartsgenootschap (Kaderopleiding Supervisie & Coaching, NHG).