

MARC BOSMA, SHARON WALHOUT & JOHAN VAN ZANTEN

# GRIP

voor hulpverleners

HANDREIKING  
BIJ DE BEGELEIDING EN  
BEHANDELING VAN MENSEN MET  
AUTISME EN VERSLAVINGS-  
PROBLEMEN

 hogrefe

# Inhoud

Inleiding	7
-----------	---

## Deel I Visie

1	Visie op verslaving bij autisme	11
2	Visie op behandeling en begeleiding bij verslaving en autisme	15
3	Over autisme	25
4	Handvatten binnen de verschillende speelvelden	45
5	Houding en spelregels	55
6	Algemene aanpak	61
7	Aandachtspunten voor de hulpverlener: voorbeelden uit de praktijk	67

## Deel II Praktische toepassing

8	(Groeps)behandeling autisme en verslaving: het intakegesprek	77
9	Overzicht, opzet en structuur van (groeps)bijeenkomsten	83

## De afzonderlijke bijeenkomsten

Bijeenkomst 1	Introductie, weten waarom je wil minderen of stoppen, persoonlijk doel & registreren	91
Bijeenkomst 2	Persoonlijk doel en patronen in gebruik	95
Bijeenkomst 3	Registreren en maatregelen om direct grip te krijgen op je gebruik	98

Bijeenkomst 4	Maatregelen om direct grip te krijgen op gebruik	103
Bijeenkomst 5	Maatregelen om direct grip te krijgen op gebruik & helpende gedachten toepassen	106
Bijeenkomst 6	Helpende gedachten & effectief weigeren	112
Bijeenkomst 7	Effectief weigeren & patronen in mijn gebruik	115
Bijeenkomst 8	Patroon in mijn gebruik & stress (h)erkennen	117
Bijeenkomst 9	Stressbronnen (h)erkennen & stress aanpakken: een druk hoofd en lege tijd	119
Bijeenkomst 10	Stress aanpakken: een druk hoofd en lege tijd	122
Bijeenkomst 11	Stress aanpakken: een druk hoofd en lege tijd & stress aanpakken: sociaal ongemak	124
Bijeenkomst 12	Stress aanpakken: sociaal ongemak	127
Bijeenkomst 13	Stress aanpakken: sociaal ongemak, signaleringsplan & afronding groepsbehandeling	129
Bijeenkomst 14	Terugkomdag – Volhouden	132
Onderbouwing		133
Literatuur en aanbevelingen		135
Bijlage Fasen van gedragsverandering		141

# Inleiding

Naarmate de aandacht voor autisme groeit, komt verslavingsproblematiek bij mensen met autisme<sup>1</sup> ook vaker in beeld. Recent Zweeds (Butwicka et al., 2017) en Taiwanees onderzoek (Huang et al., 2021) heeft zichtbaar gemaakt dat mensen met autisme bijna twee keer zoveel kans hebben op het ontwikkelen van een verslavingsprobleem dan andere mensen binnen een steekproef van de bevolking. In de dagelijkse praktijk van begeleiding en behandeling van mensen met autisme blijkt dat veel hulpverleners nog handelingsverlegenheid ervaren als autisme en verslavingsproblemen samengaan. In de autismezorg kan men zich onzeker voelen over het bespreekbaar maken van verslavingsproblemen, en in de verslavingszorg is het vaak onwennig zoeken naar bejegening en behandeling die aansluiten bij autisme. We herkennen dit vanuit onze eigen zoektocht naar passende zorg voor deze doelgroep in de afgelopen vijftien jaar. We hebben veel mensen individueel ondersteund bij het krijgen van grip op hun gebruik. Onder andere op grond van die ervaringen hebben we daarnaast een groepsaanbod ontwikkeld, begeleid door verkennend onderzoek naar de effectiviteit ervan (Walhout et al., 2022).

---

1 Omwille van de leesbaarheid gebruiken we het begrip autisme, wat verwijst naar autismespectrumstoornis, ook vaak afgekort als ASS. We spreken in deze handreiking van 'mensen met autisme' (dit wordt '*person-first language*' genoemd). Een andere veelvuldig gebruikte formulering is 'autistische mensen' of 'autisten' (dit wordt '*identity-first language*' genoemd). Het verschilt van persoon tot persoon aan welke omschrijving men de voorkeur geeft. We respecteren beide zienswijzen maar hebben omwille van de leesbaarheid ervoor gekozen dezelfde formulering te hanteren als in het boek *GRIP*.

## **Werkboek GRIP**

Onze ervaringen in ons dagelijks werk in de verslavingszorg, in combinatie met kennis van effectieve behandelinterventies, hebben ons geïnspireerd tot het schrijven van een boek voor mensen met autisme die een verslavingsprobleem ervaren: *GRIP. Aan de slag met verslaving en stress bij autisme* (Bosma & Van Zanten, 2021). Het is een werkboek om grip te krijgen op verslavingsproblemen. De eerste drie hoofdstukken bieden relevante achtergrondinformatie. In het boek staat een herstelondersteunende benadering centraal, met als uitgangspunt dat iemand ervoor kiest zich te laten ondersteunen door een hulpverlener of naaste, maar zoveel mogelijk zelf regie houdt over zijn of haar proces. Het erkennen van deze behoefte aan autonomie en eigen regie is juist bij autisme essentieel. Een blijvende en vruchtbare samenwerking vraagt van de hulpverlener om flexibel aan te sluiten bij de persoon met autisme: bij wat de persoon bezighoudt en in zijn of haar tempo. Tegelijkertijd is het nodig dat je als hulpverlener duidelijkheid en overzicht biedt, richting en sturing geeft (directief bent zonder het 'over te nemen'). Naarmate je meer ervaring opdoet in de samenwerking met mensen met autisme en een verslavingsprobleem, zal het je gemakkelijker afgaan om zowel flexibel aan te sluiten en te improviseren als ondersteuning en duidelijkheid te bieden. Met deze handreiking willen we je daarbij ondersteunen.

### **Handreiking voor zorgprofessionals**

Deze handreiking dient als aanvulling op het boek *GRIP* en biedt handvatten aan hulpverleners in de autismezorg, ggz en verslavingszorg om mensen met autisme te helpen hun verslavingsproblemen te verminderen. Dat kan in individuele hulpverleningscontacten of in een groepsinterventie. *Verslavingsproblemen* worden hier breder opgevat dan hoe ze worden omschreven in de DSM-5. Het gaat hier om mensen met autisme die zorgen of problemen ervaren rond hun gebruik en/of verslavend gedrag, die willen onderzoeken hoe ze deze kunnen verminderen. Met het begrip *gebruik* verwijzen we zowel naar middelengebruik als naar gokken, gamen of ander verslavend gedrag dat een soortgelijke functie en effect lijkt te hebben.

We spreken bewust van een handreiking en niet van een handleiding of protocol. We willen niet suggereren dat er één specifieke geprotocolleerde *evidence-based* aanpak bestaat, omdat juist bij autisme individueel maatwerk nodig is.

### **Cruciale aandachtspunten voor de hulpverlener**

In onze visie zijn in de samenwerking van hulpverlener en persoon met autisme enkele aspecten cruciaal:

- Een open, waardenvrije, onderzoekende en nieuwsgierige houding van de hulpverlener; de hulpverlener handelt uiteraard vanuit zijn of haar deskundigheid, maar niet vanuit een 'rol'. Authenticiteit en ruimte voor een eigen stijl van werken van de hulpverlener zijn daarbij heel belangrijk.
- Hulpverlener en cliënt onderzoeken samen de functie van gebruik in het hanteren van andere stressbronnen en welke stappen (in individueel maatwerk) gezet kunnen worden om méér grip te krijgen op gebruik en op stress.
- De hulpverlener erkent en houdt rekening met iemands sterke behoefte aan controle en autonomie. De cliënt bepaalt zelf de doelen en het tempo in het proces. De hulpverlener helpt door overzicht en duidelijkheid te bieden. De hulpverlener helpt bij het maken en concretiseren van keuzes en doelen en helpt iemand om er ook daadwerkelijk mee aan de slag te gaan. Je blijft checken of je als hulpverlener de sturing en leiding biedt die iemand helpt en ook op prijs stelt.

## Leeswijzer

In het eerste deel van deze handreiking lichten we onze visie op (behandeling en begeleiding bij) verslaving en autisme toe. We geven ook de contouren van de verschillende 'speelvelden' waarbinnen cliënt en hulpverlener samen aan de slag gaan. Deze verwijzen naar de onderwerpen die aan bod kunnen komen en de condities voor een vruchtbare samenwerking.

In het tweede deel wordt een voorbeeld gepresenteerd van de manier waarop een groepsprogramma aangeboden kan worden. Het kan ook handvatten geven bij het vormgeven van individuele begeleiding en behandeling, maar zoals gezegd is het géén 'draaiboek' of protocol. Het zoeken van aansluiting bij de individuele cliënt dient voorop te blijven staan.

Als we het in deze handreiking hebben over het werkboek, dan bedoelen we daarmee het boek *GRIP*. Verder verwijzen we regelmatig naar literatuur of websites die voor nadere verdieping geraadpleegd kunnen worden. Een overzicht daarvan is te vinden in de literatuurlijst.