

Verschijningsvormen en basisassumpties

- Verschijningsvormen:
 - Smetvrees
 - Controledwang
 - Herhalingsdwang
 - Agressieve dwanggedachten
 - Verzameldwang
 - Primaire dwangmatige traagheid
- Basisassumpties:
 - Verantwoordelijkheid
 - Overschatting van gevaar
 - Overwaardering van het belang van gedachten
 - Overwaardering van het belang om volledige controle te hebben over de eigen gedachten
 - Perfectionisme
 - Niet kunnen verdragen van onzekerheid

Kenmerken van dwang

- Dwang = dwingende (“ik moet”), geconcentreerde respons, gericht op bevestiging en vermijding, en daardoor sterk angstreducerend
- dwang wordt met uiterste concentratie uitgevoerd
- dwang kan uitgesteld worden, als het als genant wordt beleefd bvb in aanwezigheid van andere mensen
- dwang = ego-dystoon, wordt beleefd als absurd, irreëel
- gaat vaak gepaard met sterke schaamtegevoelens
- dwangers zijn meestal perfectionistisch, nauwgezet, faalangstig, rationeel, blijven hangen in cognitieve distorties en hebben een vernauwd perspectief
- opgelet: coöperatie van de klant kan leiden tot nieuw dwanggedrag: vb registratie-opdrachten
- onderscheid in dwanghandelingen:
 - Checkers / Cleaners

Cleaners en Checkers

- Cleaners: angst refereert naar fobie
 - dwang vaak zeer plotseling begonnen, naar aanleiding van zeer specifieke gebeurtenis
 - snelle afbouw via doorgedreven exposure is succesvol
 - uitvoeren van dwangritueel heft angst nagenoeg volledig op
 - kan meestal goed in aanwezigheid van therapeut
- Checkers: wie is er verantwoordelijk voor de ramp?
 - ontstaan van dwang is meestal geleidelijk ontstaan, ingeslopen
 - exposure moet vaak langdurig; resultaat pas na verloop van tijd merkbaar; probleem van de transfer
 - falen in dwangritueel blijft steeds mogelijk; het komt voor dat checking op de duur eerder angstuitlokkend dan vermijdend is: angst om gek te worden vanwege het absurde van de dwang
 - aanwezigheid van therapeut kan complicaties geven: verantwoordelijkheid – cognitieve geruststellingen spelen een rol

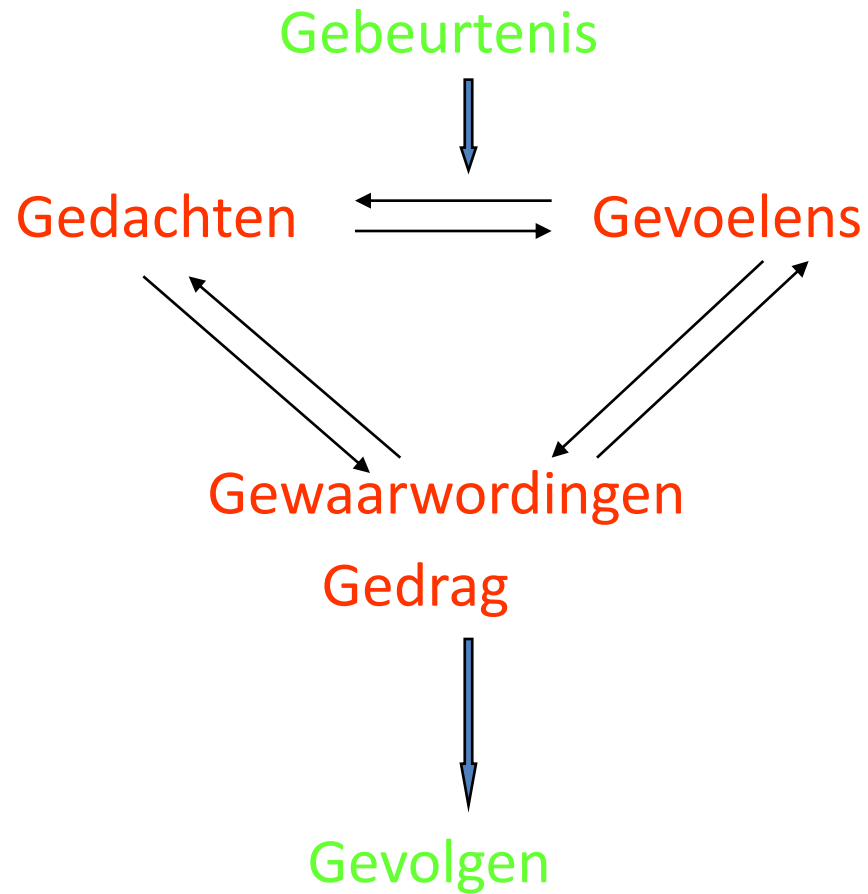
Holistische theorie

- Zeer zelden geïsoleerd als klacht; veel comorbiditeiten: sociale angst, faalangst, perfectionisme, gebrek aan assertiviteit, emotionele geremdheid, eenzaamheid, passiviteit, depressie, problemen in de sociale omgang, eetproblemen, tourette, autisme
- daarom zeker ook aandacht voor:
 - lijdensdruk; andere klachten
 - prioriteit van de te behandelen klachten volgens de klant
 - eigen ziekte theorie
 - is de therapeutische relatie reeds bestand tegen lastige opdrachten
 - actuele draagkracht
 - sociale ondersteuning / context ondersteunend of bevestigend

Gedragstherapeutische benadering

- Klassieke conditionering => betekenis-analyse vh gedrag
 - CS> UCS/UCR> CR
- Operante conditionering => functie-analyse vh gedrag
 - Sd> R> Sr
- Specifiek:
 - CS> CER> CAR <..... -S-
- belang van ABC-schema's
- belang van G-schema's:
 - gebeurtenis - gewaarwordingen - gedachten - gevoelens - gedrag - gevolgen (korte en lange termijn)
 - vaardigheden aanleren om vanuit inzicht tot alternatief en gewenst gedrag te komen.

G-schema



Topografische analyse en registratie

- Doel: exacte aard van dwanggedrag in kaart te brengen
- inventariseren van alle vormen van vermijdingsgedrag en ontsnappingsgedrag
- aandacht voor communicatief en interactioneel aspect met andere mensen: eigen verantwoordelijkheid of delen van verantwoordelijkheid
- dwangrituelen: mogelijks een verwijzing naar symbolische betekenis
- specifieke problemen bij de registratie van dwangklachten:
 - schaamte om het volledige repertoire te melden
 - G-schemas'; daarnaast ook turven en chronometreren
 - grafiek
 - dwang varieert door situationele bepaaldheid: vermoeidheid, stress, ...

Functie- en betekenisanalyse

Actieve vermijding:

trigger => obsessionele gedachte => angst =>

dwanggedrag / dwanggedachte / vragen stellen =>

angstreductie => stress => fixatie => trigger

Passieve vermijding:

anticipatie op trigger => vermijding

Behandeling: exposure met responspreventie

Behandeling 1

- psycho-educatie: obsessies en compulsies: continuum
- visualiseren: territoriumtheorie: OCD heeft territorium van klant overwonnen; doel is territorium terugwinnen
- gevolgen van zich laten overweldigen door angst: tunneldenken en tunnelperceptie: visualiseren
- OCD buiten persoon leggen:
 - metafoor vd kapotte pc; bijnaam bedenken voor OCD
- hiërarchisch oplopende situaties of topics van angstaanjagende situaties: ook als huiswerk
- strategie om OCD te overwinnen: de angstberg met de gereedschapskist
- zich identificeren met een krachtig figuur:
 - Hillary en mount Everest; formule 1 en Michael Schumacher

Behandeling 2

- Maak OCD het probleem en niet het kind
- Bespreek hoe OCD andere belangrijke domeinen beïnvloedt: gezin, school, vrienden, vrije tijd
- maak de hiërarchie:
 - kijk naar OCDgedrag dat niet meer voorkomt
 - kijk naar situaties waar OCD soms wel/niet wint: werkzone
 - kijk naar situaties waar OCD op dit moment steeds wint
 - heb daarbij aandacht voor alle triggers
- twee gedaanten van OCD
 - maakt angstig voor rampen
 - kind moet zaken op welbepaalde manier doen
- geef ook uitleg dat OCD zeer leep is en vaak nieuwe dwang wil installeren of kind wil laten struikelen

Behandeling 3

- Cognitieve training
 - realistische constructieve positieve zelfspraak
 - cognitieve herstructurering: analyseer de catastrofes en rampen / kijk naar de realistische verantwoordelijkheid voor dat gevaar / welke andere zaken leiden ook tot dergelijke catastrofes / de taartpuntechniek: %
 - loskomen van OCD : 'niet ik, maar de kapotte pc; OCD maakt zich terug zorgen; de kronkelgedachten; ik ga iets leuk doen terwijl OCD terug weg kan gaan'
- steeds aandacht blijven hebben voor de hiërarchie en veranderingen er in / nieuwe dingen er in / dingen weg
- zichzelf prijzen bij overwinnen
- huiswerk: situaties waar kind / OCD het wint en daarbij de cognitieve training oefenen

Behandeling 4

- Maak de huidige werkzone zeer concreet: werkzone verschuift naarmate meer situaties, triggers overwonnen zijn
- uitleg imaginaire en in vivo exposure
- de gereedschapskist: therapeut = model
 - 1 specifieke situatie uit de werkzone
 - angstthermometers: voor, tijdens en na
 - relaxatie: in en uit ademen / progressieve relaxatie
 - identificatie met een krachtig persoon / dier: territorium verdedigen
 - gedachtenstop
 - positieve slogan: weg met OCD, Ik kan dat wel (t.a.v. elke topic)
- voer exposure in therapie uit: tot angst effectief daalt!
- zelfde exposure buiten sessie oefenen

Behandeling 5

- Elke sessie huiswerkopdracht overlopen
 - slechts overgaan tot nieuwe exposure als angst voor de vorige is overwonnen
 - checken of motivatie om te vechten nog OK is
 - checken of de scores op de angstthermometers adequaat zijn
 - checken in welke mate anderen meespelen
 - checken of OCD zich niet verplaatst of verschuift
- telkens hiërarchie updaten
- aandacht voor goed werkende beloningen
- bespreek hoe OCD andere domeinen beïnvloedt: gezin, school, vrije tijd, vrienden: is daar al verandering in?
- introduceer andere technieken: satiatie; audiotape; ...

Behandeling 6

- Andere technieken:
 - satiatie: alle dwanggedachten telkens opnieuw laten opschrijven met doel verzadiging te bekomen, intussen mogen geen dwanghandelingen gesteld worden
 - audiotape: deze gedachten opnemen en sessies organiseren waarbij dat bandje wordt afgedraaid, intussen mogen geen dwanghandelingen gesteld worden
 - therapieschrift: dwanggedachten laten opschrijven, tekenen en hen ook laten opschrijven, tekenen waarom deze dwanggedachten niet realistisch zijn
 - gedachtenstop evt tezamen met een elastiek om de pols die losgelaten wordt om aandacht van dwang af te leiden.

Behandeling 7

- Aandacht voor moeilijkheden:
- er is geen verandering in de angstmeting bij exposure:
 - bij exposure moet kind steeds de dingen blijven doen tot de angstthermometer minimaal 2 of minder aanwijst; voordien niet stoppen: gebeurt dit?
 - Gebruikt het kind cognitieve vermijdingstechnieken of rituelen
 - misschien is de exposuretaak op dit ogenblik te moeilijk
- aandacht voor comorbide psychopathologie en hun invloed op de dwang: therapie op maat

Behandeling 8

- ouders inschakelen in de behandeling:
 - OCD en niet het kind is een probleem
 - eerst exposure t.a.v. gebieden waar kind het meest last van heeft; daarna ook t.a.v. gebieden waar anderen last van hebben
 - positieve bekrachtiging: beloningen
 - kleine beloningen en grote beloningen voor plateaus
 - significante anderen op de hoogte brengen van de vorderingen
 - aandacht hebben voor de vorderingen op alle domeinen: gezin, school, vrije tijd, vrienden
 - hebben ouders gewoontes, ... die OCD gedrag ondersteunen, uitlokken....
 - ouders moeten zich uit OCDrituelen terugtrekken op een manier die haalbaar is voor het kind

Behandeling 9

- Responsepreventie
- een struikeling of herval betekent geen faling, maar hoort bij OCD, dat gebeurt nu eenmaal
- steeds blijven aandacht hebben voor alle zaken in de gereedschapskist, zodat die ook op zo'n momenten gebruikt kunnen worden
- train dit in een imaginaire sfeer
- regelmatig booster sessies
- informeer ook de ouders ivm struikeling of terugval

psychofarmaca

- SSRI
- Indien SSRI geen effect
 - Clomipramine
 - Antipsychotisch middel indien ticgerelateerd
- Neurochirurgie: therapieresistente OCD: Loes Gabriels (UZA)
nu KUL (Gasthuisberg)

Literatuur

- “A cognitive behavioral Treatment Manual”, John March & Karen Mulle (Guilford Press, 1998).

=> “The Power Programme”, children ‘s Workbook, Tracy Waters, Paula Barrett, John March
- Praktijkreeks Gedragstherapie: deel 17:
“de dwangstoornis”, Walter Arts & Else de Haan (Bohn Stafleu Van Loghum – Standaard Uitgeverij)