



VINCENT
VAN
GOGH

voor geestelijke
gezondheid

Tussen afstand en nabijheid: familie, verslaving en de 5 stappen

Hoe blijf je dichtbij als verslaving alles verandert?

Marie-André van Tuel; ervaringsdeler

Ylaise Huberts; preventiewerker

Anita Boom; preventiewerker



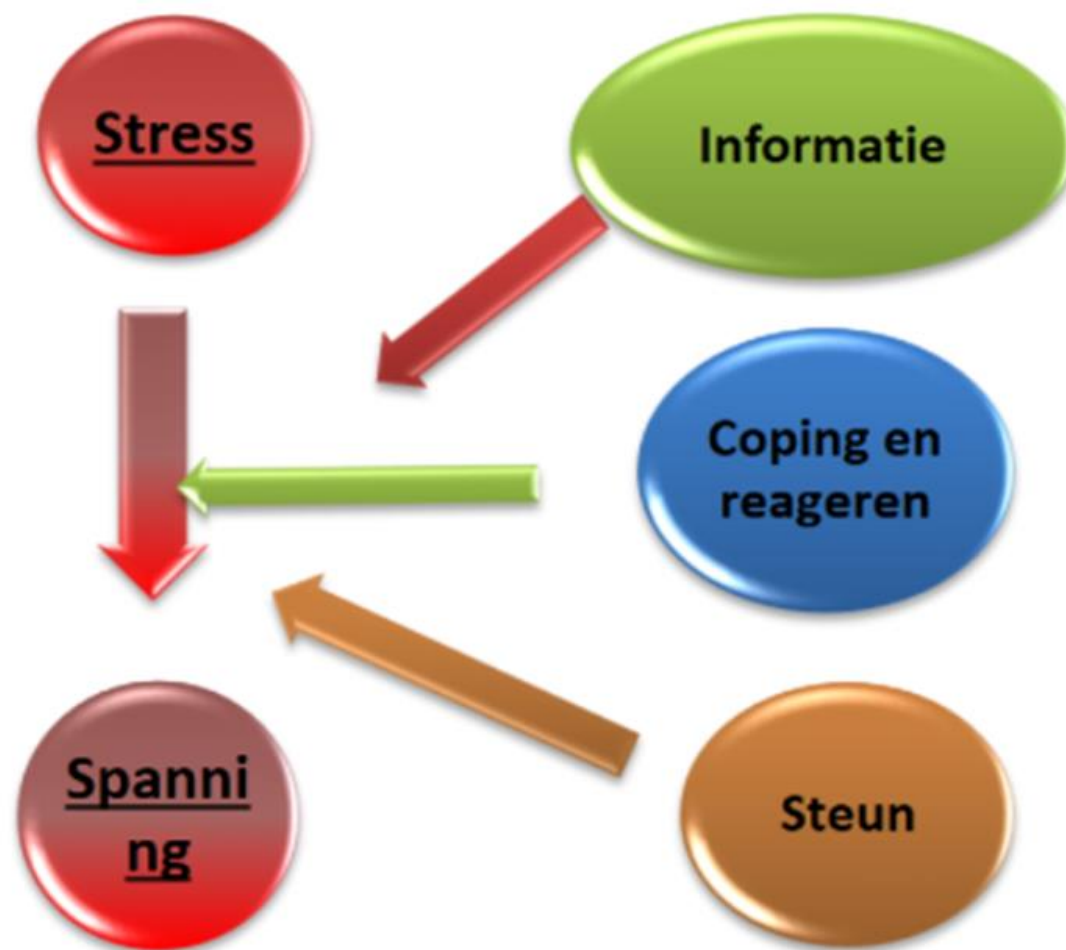
VINCENT
VAN
GOGH
voor geestelijke
gezondheid

Ervaringsverhaal Marie-André van Tuel

Initiatiefneemster 'Naasten bij Verslaving' Weert



Figuur 1: Stress-Strain-Information-Coping-Support (SSICS) Model



5 stappen

1. Situatie in kaart brengen

De invloed van problematisch middelengebruik op jou en je familie

2. Kennis en inzicht vergaren

Toegespitste informatie om meer begrip te krijgen en misverstanden en angsten te voorkomen of verminderen

3. Omgaan met de situatie

Hoe ga je nu om met de situatie? Zijn er voor- en nadelen om er op deze manier mee om te gaan? Zijn er nog alternatieve manieren om er mee om te gaan?

4. Steun zoeken bij anderen

Welke steun zoek je? Welke is helpend en welke niet? Zijn er nog andere vormen van steun waar je behoefte aan hebt?

5. Verdere ondersteuning

Verkennen welke steun jij en je familieleden nog meer nodig hebben in de omgang met problematisch middelengebruik.

1. Situatie in kaart brengen

De invloed van problematisch middelengebruik op jou en je familie

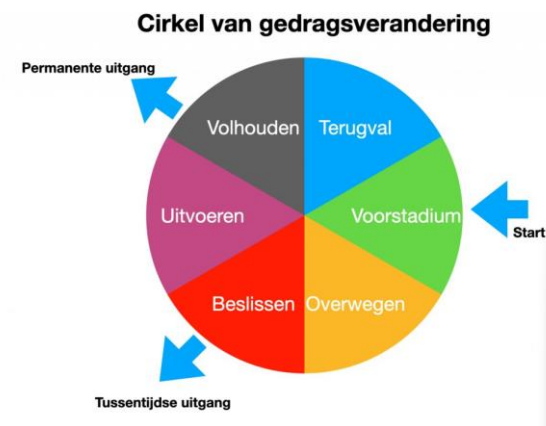
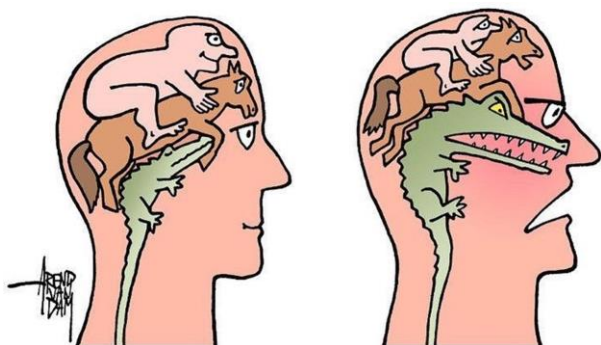
- In gesprek over:
 - Welk gedrag van je naaste (voortkomend uit het gebruik) is het meest stressvol voor jou?
 - Welk gevoel levert je dat op?
 - Welke klachten/lasten heb je door deze situatie?
 - Welk gevoel heb je daarbij?



VINCENT
VAN
GOGH
voor geestelijke
gezondheid

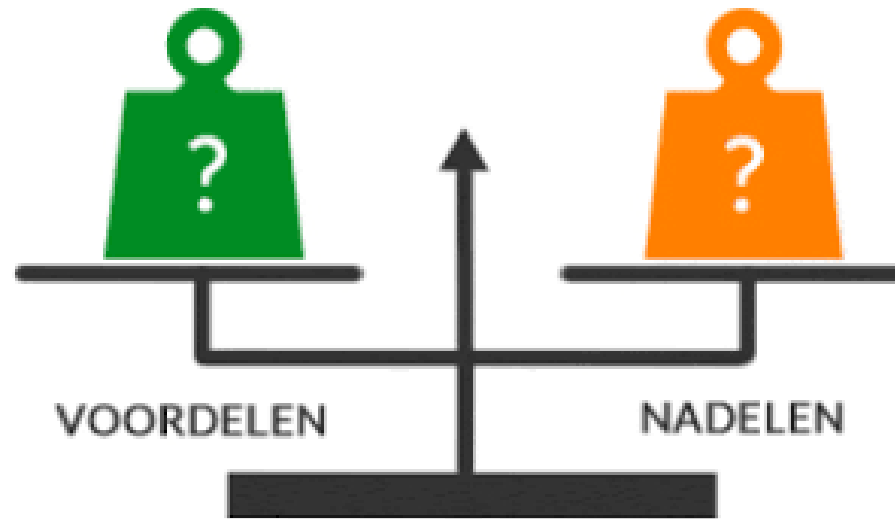
2. Kennis en inzicht vergaren

Toegespitste informatie kan ervoor zorgen dat je veelvoorkomende angsten en misverstanden beter leert inzien

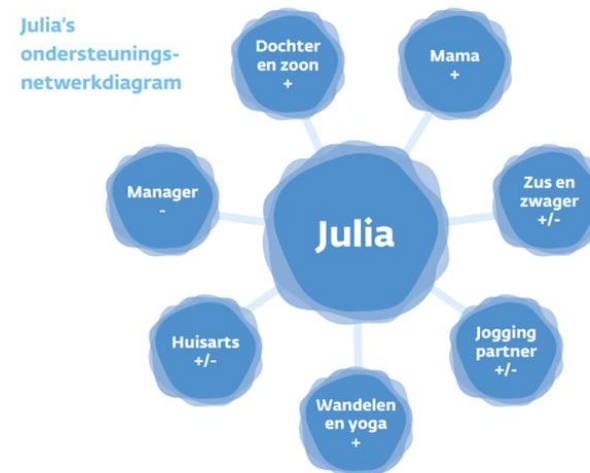


3. Omgaan met de situatie

Hoe ga je om met de situatie?



4. Steun zoeken bij anderen



Welke steun zoek je?

Welke is helpend en welke niet?

Zijn er nog andere vormen van steun waar je behoefte aan hebt?

5. Verdere ondersteuning

- Welke steun meer nodig is in omgang met problematisch middelengebruik

Wat kan je doen om deze ondersteuning te krijgen?

- Evaluatie



VINCENT
VAN
GOGH
voor geestelijke
gezondheid

Interview



VINCENT
VAN
GOGH
voor geestelijke
gezondheid





VINCENT
VAN
GOGH

voor geestelijke
gezondheid

Naasten bij Verslaving

- Elke 2e dinsdag van de maand
- Cwartier in Weert
- van 19.30u tot 21.30