

# Psychoeducatie van Verslaving Lessen uit de Neurobiologie

Paul Van Deun, klinisch psycholoog, auteur

Het Gekaapte Brein, verslavingsgedrag beter begrijpen. 2018

Dopamine, verlangen en verslaving, werken aan herstel. Nov 2024



## The principles and practices of psychoeducation with alcohol or other drug use disorders:

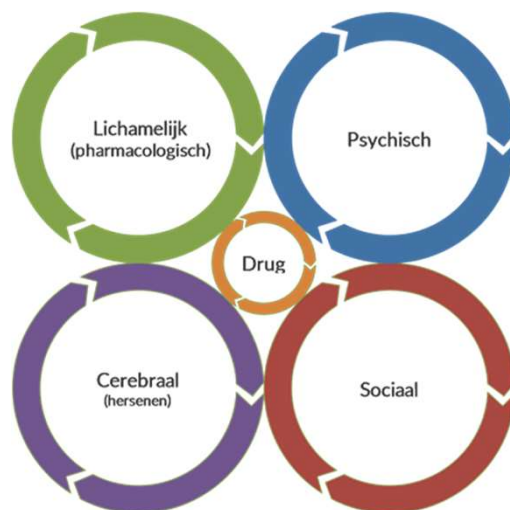
A review and brief guide Molly Magill a, Steve Martino, Bruce Wampold

Psychoeducation is:

- empowering ,
- well-informed,
- understandable,
- brief,
- interactive,
- tailored to individual needs

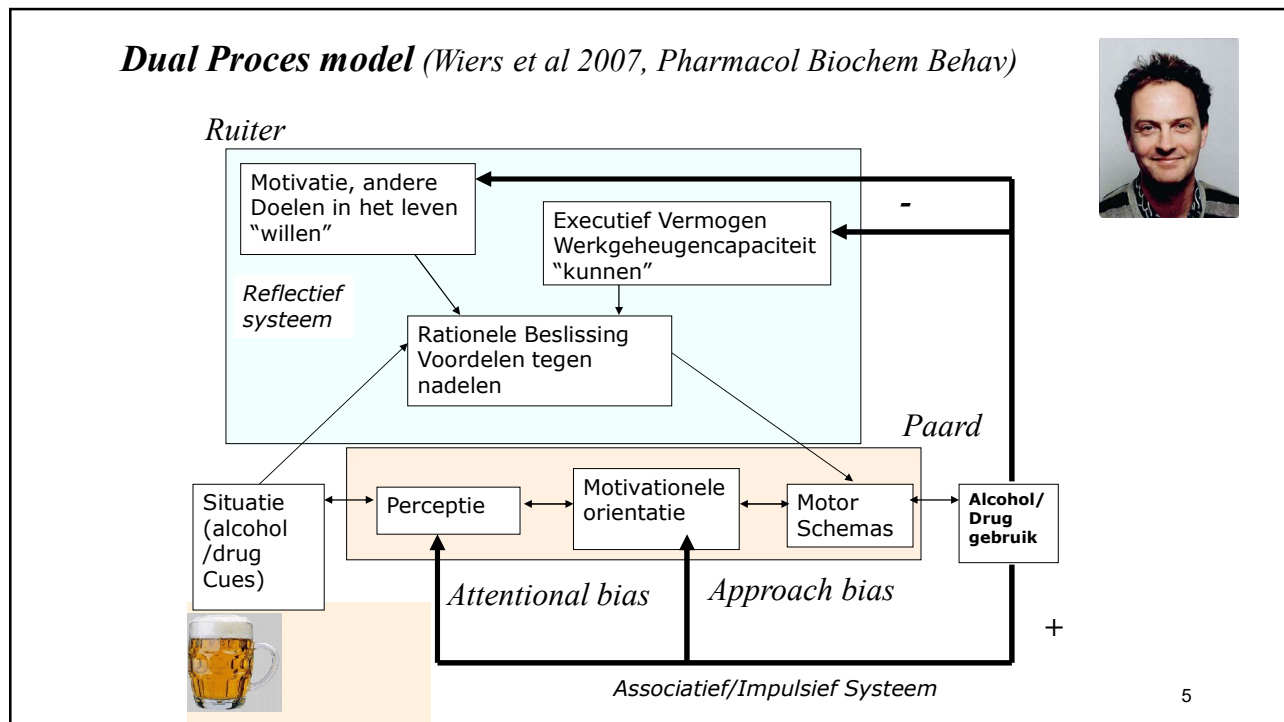
## Verslaving Complexe Interacties

Wat is er mis met de gebruiker?

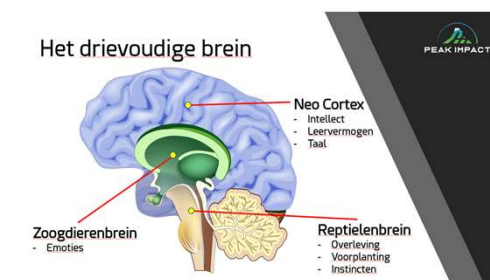


Wat maakt het middel zo sterk?

Cirkels van Van Dijk



## Kritiek op Paard Ruiters Metafoor



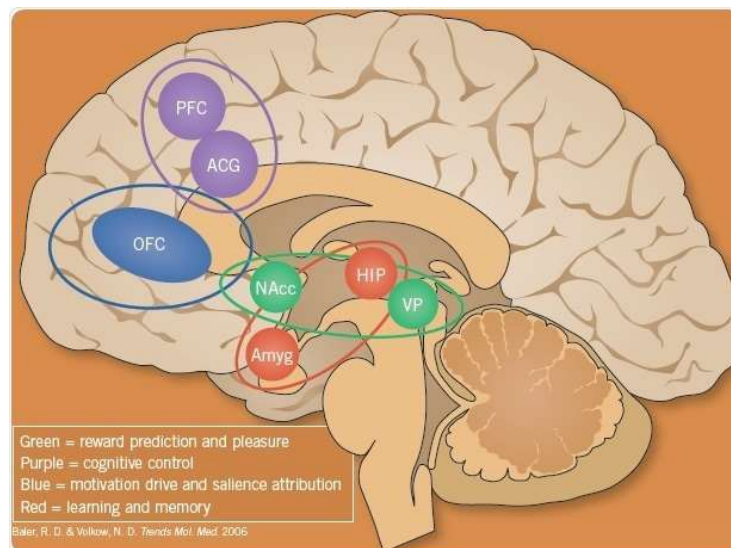
De Amerikaanse neurobioloog [Paul MacLean](#) lanceerde in de jaren '60 de theorie van 'The Triune Brain'. Volgens deze nog veel aangehaalde theorie bestaat ons menselijk brein uit drie min of meer afzonderlijke 'gestapelde' breinen..... Hersenwetenschappers weten echter al vele jaren dat de theorie niet correct is omdat hij een onjuiste voorstelling geeft van de ontstaansgeschiedenis van ons brein, en een te versimpelde weergave is van ons [stresssysteem](#).

Al deze middelen  
komen doorheen de hersen-bloed barrière  
in het ganse brein terecht!



## Neurobiologie van Verslaving

Veel kernen en  
neurotransmitters  
betrokken, een selectie  
dringt zich op....



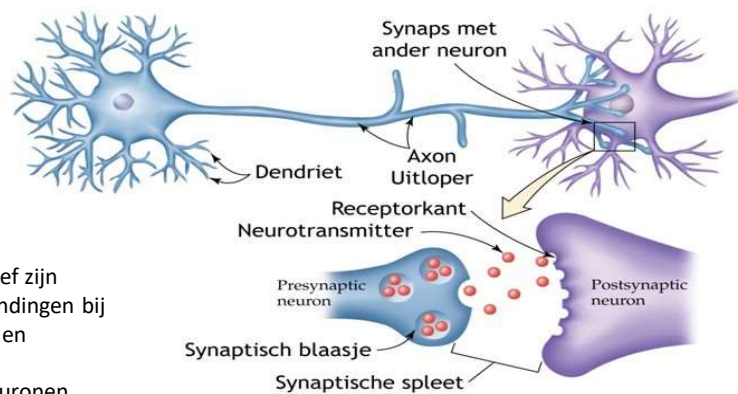
## Neurobiologie van de Verslaving

- *Olds & Milner, Roy Wise*      Genotscentrum
- *DiChiarra & Imperato,*      Dopamineverhoging
- *Berridge & Robinson,*      Incentive sensitization, Wanting en Liking
- *Volkow & Goldstein,*      PFC functies en anhedonie
- *Bechara, Noël & Brevers*      Loss of willpower
- *Wiers,*      Dual Proces, Automatische  
toenaderingstendens
- *Schultz*      Reward Prediction Error
- *Robbins & Everitt,*      Van gericht naar automatisch gedrag

9

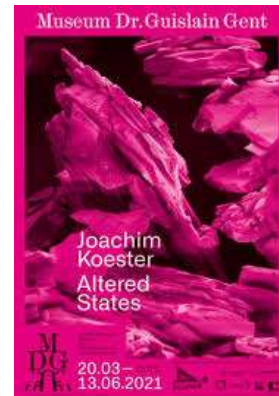
## Neurotransmitters & Neuroplasticiteit

**NEUROPLASTICITEIT**  
Zenuwcellen die actief zijn (vuren) maken verbindingen bij via extra receptoren en dendrieten. Als roesmiddelen neuronen activeren worden we steeds in de roeseffecten.



## Korte termijn gewenst effect: Roes

- Stoffen dringen de hersenen binnen via de bloedbaan
- Trekken fel op lichaamseigen neurotransmitters
- Ze gaan in concurrentie voor de bezetting van de receptoren
- Roesmiddelen veranderen het contact met:
  - de wereld rondom, de werkelijkheid
  - de sociale context
  - onzelf



## Verslavende middelen ook Dopamineverhoging

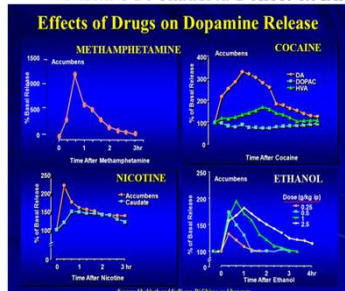


*Proc. Natl. Acad. Sci. USA*  
Vol. 85, pp. 5274-5278, July 1988  
Neurobiology

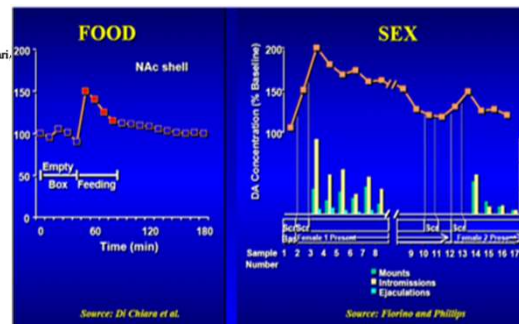
### Drugs abused by humans preferentially increase synaptic dopamine concentrations in the mesolimbic system of freely moving rats

(amphetamine / cocaine / ethanol / nicotine / opiates)

GAETANO DI CHIARA AND ASSUNTA IMPERATO



University of Cagliari



Tonische Dopamineverhoging

The neural basis of drug craving:  
 an **incentive-sensitization theory of addiction**

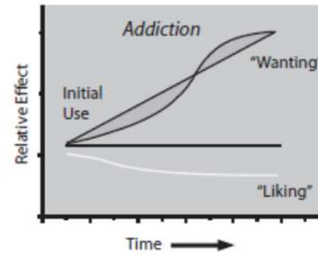
Terry E. Robinson and Kent C. Berridge

Department of Psychology and Neuroscience Program, The University of Michigan, Neuroscience Laboratory Building, Ann Arbor, MI 48104-1687 (USA)



Duo behind addiction theory win 2019 psychology Grawemeyer Award

(Accepted 20...)



Bron: Berridge, K. C., & Robinson, T. E. (2016). Liking, wanting, and the incentive-sensitization theory of addiction. *American Psychologist*, 71(8).

Wolfram Schultz , Reward Prediction

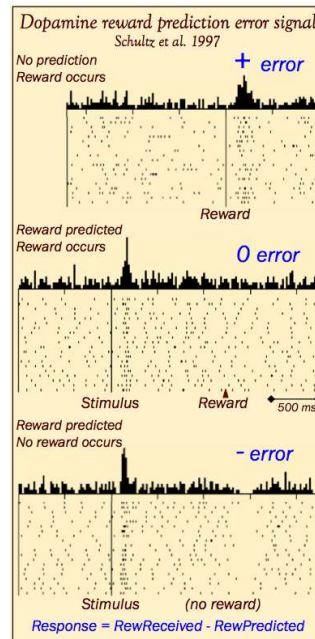


-Dopamine neuron circuits signaleren de bruikbaarheidswaarde van beloningen (utility value) op basis van wat wordt voorspeld.

= reward prediction error (RPE). Die is positief als er meer beloning is dan voorspeld.

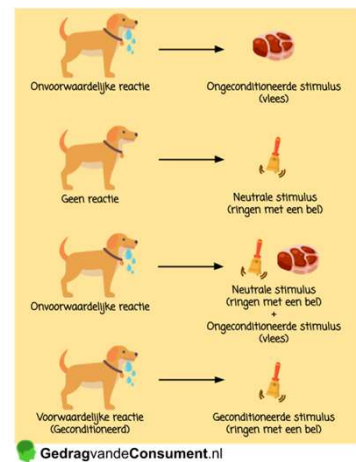
-Verhoogde dopamine signaleren altijd meer beloning -> **innamedrang**

-Als er geen beloning volgt, is er een onderdrukking van de activiteit!  
 -> **innamedrang wordt gehinderd**



## Dopamine is niet het geluks stofje!

- Dopamine heeft een over het algemeen een activerende rol
- Dopamine bevordert het associatief leren
- Dopamine codeert 'Wanting' of verlangen
- Dopamine activeert selectief zoek en gebruiks gedrag bij meer beloning dan verwacht. -of omgekeerd!



## En gedragsverslavingen dan?



The anticipatory dopamine response in addiction:

A common neurobiological underpinning of gambling disorder and substance use disorder. (Jacob Linnet, 2020)







**Dopamine codeert de goesting  
Beschikbaarheid maakt van goesting een drang**



## Verlangen wordt drang maar niet altijd

- Wel als:

je anderen ziet gebruiken  
 op gekende plaatsen  
 je er geld of tijd voor hebt  
 je voorraad hebt  
 je het onopsemerkt kan doen  
 als je jezelf toestemming geeft

- Niet als:

je gebruikers vermijdt  
 idem voor gebruiksplekken  
 iets anders te doen hebt  
 niets in huis hebt  
 als het meteen wordt gezien  
 je kiest voor anonimiteit

Psycho educatie verlangens

## Verkenning van Verlangen, Hindernissen en Drang.

### Verlavingsmechanismen

Psycho educatie verlangens

## Verschil tussen Verlangen en Drang

- Wat is verlangen?  
Van een acute nood tot het kompas dat je leven stuurt.
- Andere termen zoeken voor verlangen. Bv. goesting, lust, trek, enz.  
(er bestaan drank of drugs gerelateerde termen)
- Termen klasseren naar sterkte, bv.: zin in->trek.....drang->craving.

Psycho educatie verlangens

## Verlangens realiseren of niet ?

- Kan je altijd je verlangens realiseren?
- -> nee want het kan ongepast zijn
- -> nee want er kunnen hindernissen zijn
- -> nee want.....
- Wat gebeurt er als je naar iets verlangt en je wordt gehinderd?  
-emotie –stiekem –uitstellen .....

Psycho educatie verlangens

## Verlangens worden gewekt

- Rol van andere mensen (sociale media)
- Rol van reclame
- Gewoonte gedrag
- Grote beschikbaarheid bv. nachtwinkels
- .....

## Hindernissen

- Natuurlijke hindernissen -> de negatieve consequenties van gebruik
- Fysieke hindernissen: Geld, Antabuse, Epislijst, Gameblokker.
- Psychologische hindernissen: Openheid, geen tijd...
- Hindernissen zijn feilbaar (Voorbeeld gevangenis, ouders)
- De beste hindernis is een duidelijke keuze.

## Hoe geraak je van een verlangen af?

- Een beetje toegeven?
  - Onderdrukken?
  - Hinderen?
  - Uitstellen?
- 
- Je geraakt er niet van af  
je kan alleen andere verlangens sterker maken.

## Verlangens heroriënteren

- Verslaving zet verlangen naar product op plaats 1
  - Andere interesses raken op de achtergrond
  - Zelfs belangrijke waarden komen in de verdrukking (eerlijkheid, gezin)
- 
- Herstel is werken aan wat echt belangrijk is.  
Investeren in wat echt belangrijk is.

## Verslaving



Is als een ijsberg. Het grootste stuk is niet zichtbaar.

Neem nu een roker, die steekt af en toe een sigaret op. Je denkt dat het daarbij blijft? Hij of zij is zeer alert om plaatsen te vinden waar het nog mag, om voorraad te hebben, om het roken te doseren (rook ik nu of straks?) Die maakt zich ook zorgen over wat het kost, of die nu gaat stoppen of niet, misschien liegt die over zijn rokersgedrag, is selectief geworden in zijn vriendschappen, enz.

Een drinker moet nog meer opletten, moet recupereren van zijn kater, probeert met alcohol een zo normaal mogelijk leven te lijden, enz. Leef er maar eens mee, tegen beter weten in toch dingen doen die niet ok zijn.

Een ijsberg overleeft lang en is ook erg zwaar om dragen. Wat ook voor verslaving geldt

## Samenvatting

- Frequent middelengebruik maakt extra gevoelig aan beschikbaarheid.
- Het verlangen wordt gekaapt en wordt drang
- Middelen of verslavend gedrag komen op de eerste plaats.
- Mensen met een verslaving voelen zich machteloos en zien ervan af.
  
- De overgang tussen verlangen en drang leren kennen en voorkomen.
- Het kompas van verlangens heroriënteren.

## MANTRA

Men kan slimmer worden dan  
de verslavingsmechanismen

Nooit sterker dan het product



## Dank voor uw aandacht

- Meer weten?
- [Paul.Vdeun@gmail.com](mailto:Paul.Vdeun@gmail.com)
- [www.paulvandeun.be](http://www.paulvandeun.be)



- Tijdschrift: [www.TijdschriftVerslavingHerstel.eu](http://www.TijdschriftVerslavingHerstel.eu)

## Literatuur

- Berridge, K. C., & Robinson, T. E. (2016). Liking, wanting, and the incentive-sensitization theory of addiction. *American Psychologist*, *71*(8), 670–679.
- Di Chiara, G., & Imperato, A. (1988). Drugs abused by humans preferentially increase synaptic dopamine concentrations in the mesolimbic system of freely moving rats. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, *85*(July), 5274–5278.
- Rehm, J., Marmet, S., Anderson, P., Gual, A., Kraus, L., Nutt, D. J., ... Gmel, G. (2013). Defining Substance Use Disorders: Do We Really Need More Than Heavy Use? *Alcohol and Alcoholism*, *48*(6), 633–640.
- Schultz, W., Stauffer, W. R., & Lak, A. (2017). The phasic dopamine signal maturing: from reward via behavioural activation to formal economic utility. *Current Opinion in Neurobiology*, *43*, 139–148.
- Anselme, P., & Güntürkün, O. (2019). How foraging works: Uncertainty magnifies food-seeking motivation. *Behavioral and Brain Sciences*, *42*.
- Volkow, N. D., Wise, R. A., & Baler, R. (2017). The dopamine motive system: Implications for drug and food addiction. *Nature Reviews Neuroscience*.
- Everitt, B. J., & Robbins, T. W. (2016). Drug Addiction: Updating Actions to Habits to Compulsions Ten Years On. *Annual Review of Psychology*, *67*(1), 23–50.
- Noël, X., Brevers, D., & Bechara, A. (2013). A neurocognitive approach to understanding the neurobiology of addiction. *Current Opinion in Neurobiology*, *23*(4), 632–638.
- Connolly, C. G., Bell, R. P., Foxe, J. J., & Garavan, H. (2013). Dissociated Grey Matter Changes with Prolonged Addiction and Extended Abstinence in Cocaine Users. *PLoS ONE*, *8*(3)
- Linnet, J. (2020). The anticipatory dopamine response in addiction: A common neurobiological underpinning of gambling disorder and substance use disorder? *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, *98*(October 2019), 109802.
- Van Deun, P. (2017). Verslaving : van instrumenteel naar impulsief en automatisch gedrag. *Tijdschrift Klinische Psychologie*, *4*(december).
- Van Deun, P. (2020). "Mensen kunnen leren om de neurobiologische verslavingsmechanismen te slim af te zijn." *GZ - Psychologie*, *12*(2), 24–29.
- Van Deun, P. (2018). Het gekaapte brein: verslavingsgedrag beter begrijpen. Pelckmans Pro.