

Cognitieve Adaptatie Training (CAT)

Compenseren kun je leren!

Marjan Hof

Verpleegkundige

Michelle van Dam

Psycholoog, promovendus



Introductie

- Verbeteren van dagelijks functioneren
- Ontwikkeld voor mensen met psychotische stoornissen in de ambulante zorg
- Onderzoek naar CAT als verpleegkundige interventie bij mensen in de langdurige zorg

- Vandaag: CAT als interventie

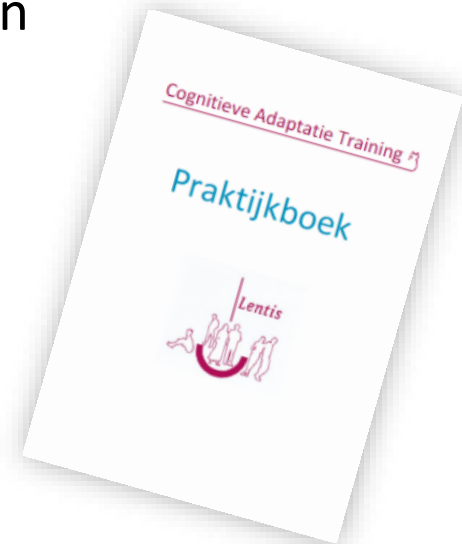


Wat is CAT?

- Werken aan dagelijkse functioneren
 - Zelfstandigheid, onafhankelijkheid
- Interventie: hulpmiddelen in de eigen leefomgeving ter ondersteuning van activiteiten
- Afhankelijk van de beperkingen van de persoon
 - Specifieke dagelijkse aandachtsgebieden
 - Cognitieve functies
 - Gedragstype

Specifieke aandachtsgebieden

- Douchen
 - Aankleden
 - Mondverzorging
 - Make-up
 - Toiletgebruik
 - Huishouden
 - Eten/tafelvaardigheden
 - Wassen
 - Boodschappen
 - Vervoer
 - Beheer van geld
 - Beheer van medicatie
 - Sociale vaardigheden
 - Vrijetijdsbesteding
 - Werkvaardigheden
 - Oriëntatie
- CAT start met één of twee doelen



Cognitieve stoornissen



- Executieve functies
 - Plannen van doelgericht gedrag
 - Volgorde aanbrengen in gedachten en gedrag
 - Monitoren van eigen vooruitgang
 - Flexibel kunnen denken
 - Doelgericht gedrag volhouden tijdens afleiding
 - Irrelevant of ongepast gedrag onderdrukken

Vertrek 06:46 → Aankomst 09:21
Donderdag 21 mei 2015 [Koop kaartje](#)

1 Dit reisadvies houdt geen rekening met wijzigingen in de treindienst op de dag zelf. Plan voor een actueel reisadvies uw reis vlak voor vertrek.

Tijd	Station / Halte	Spoor	Richting	Reisdetails	Prijs
06:46	Groningen	4b	Den Haag Centraal	Intercity (NS)	
07:43	Zwolle				
07:48	Zwolle	5	Rotterdam Centraal	Intercity (NS)	
08:41	Utrecht Centraal	8			
08:53	Utrecht Centraal	15	Heerlen	Intercity (NS)	
09:21	's-Hertogenbosch	6a			

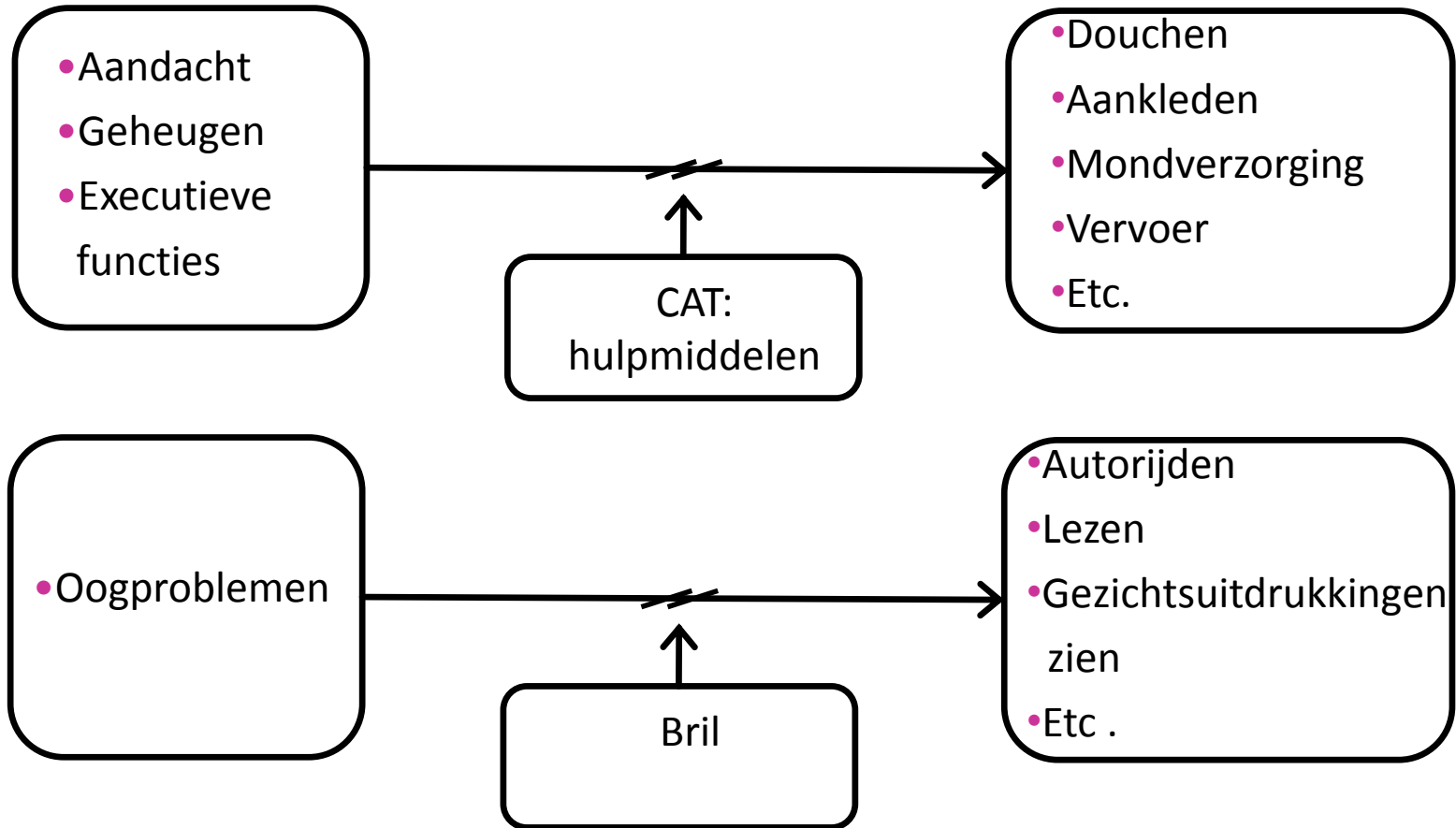
[Toon tussenstations](#) [Toon stationsinformatie](#) Totaal € 25,50

enda
© 2015 NS / ProRail



- Slecht vs. redelijk executief functioneren

Hoe werkt CAT?





Gedragstype: apathie

- Moeite met motiveren
- Moeite met initiatief nemen

“Lui”

“Zou het wel kunnen als hij maar probeerde”

“Niet vooruit te branden”

“Ziet het werk niet”

“Die man ligt de hele dag alleen maar op bed, daar erger ik mij al jaren aan”

“Volgens mij is ‘ie hartstikke gelukkig op die bank, want daar ligt ‘ie altijd”



Compensatiestrategie apathie

- Aansporen tot gedrag (makkelijker maken om met gedrag te beginnen)
- Ondersteunen van de volgorde van verschillende stappen (makkelijker maken om met de verschillende stappen te beginnen)



Gedragstype: disinhibitie

- Snel afgeleid
- Ongeremd gedrag

“Kan zijn hoofd er niet bijhouden”
“Maakt nooit iets af”
“Warhoofd”
“Onbetrouwbaar”

Compensatiestrategie disinhibitie

- Omgeving gebruiken om activiteiten te stimuleren (aandacht richten op de activiteit)
- Afleiding wegnemen





Mogelijke combinaties

	Apathie	Disinhibitie	Gemengd
Redelijk executief functioneren	Apathie/redelijk	Disinhibitie/redelijk	Gemengd/redelijk
Slecht executief functioneren	Apathie/slecht	Disinhibitie/slecht	Gemengd/slecht

→ Basis voor interventies/hulpmiddelen in te zetten voor persoonlijke doelen.

Context / omgeving



Context & omgeving



Krachten



wensen

EFA



Executief
functioneren

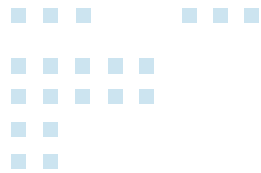
TESTS



Oorzaak
problemen
dagelijks
functioneren:
Gedragstype

FRSBE





Voorbeelden van CAT in de praktijk

CAT-interventies: I

- Casus Marja
 - Vrouw van middelbare leeftijd
 - Chronisch psychotisch
- Gedragstype: apathie
- Executief functioneren: slecht

- Interventiegebieden
 - Moeilijk zelf veranderwens bedenken
 - Douchen
 - Overzicht handelingen met pictogrammen

Douchen



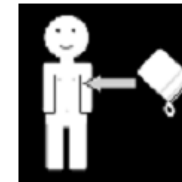
1. Haren wassen



2. Gezicht wassen



3. Douchegel pakken



4. Armen wassen



5. Borst/buik wassen



6. Benen wassen



7. Geslachtsdelen



8. Billen wassen



9. Douchegel afspoelen



10. Afdrogen



CAT-interventies: II

- Casus Jan
 - Man van middelbare leeftijd
 - Vergeetachtig door veelvuldig middelenmisbruik
 - Ervaart chaos in zijn hoofd (ADHD)
 - Gemotiveerd voor verandering
- Gedragstype: disinhibitie
- Executief functioneren: Redelijk
- Interventiegebieden
 - Kameronderhoud

CAT-interventies Jan



Kameronderhoud Jan

Dagelijkse checklist:

- Vuile was in de wasmand doen
- Bed opmaken
- Gordijnen open doen
- Vuile glazen naar de woonkamer brengen
- Afval in de prullenbak doen

Elke donderdag samen met verpleegkundige kameronderhoud:

- Meubels afnemen met een sopje
- Afval opruimen
- Bed verschoneren
- Geen spullen op grond laten slingeren



CAT-interventies: III

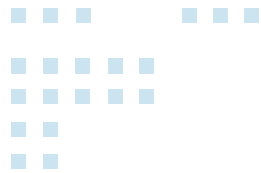
- Casus Willem
 - Man met diagnose schizofrenie
 - Dwangmatig in handelen
 - Verzamelt veel in broekzakken
- Gedragstype: apathie
- Executief functioneren: slecht
- Interventiegebieden
 - Dagstructuur





Zelf aan de slag met CAT!

- Aan de slag in tweetallen
- Vragenlijst FrSBe voor één persoon
 - Executief functioneren
 - Gedragstype



Bedankt!

Michelle van Dam & Marjan Hof
Mt.vandam@lentis.nl