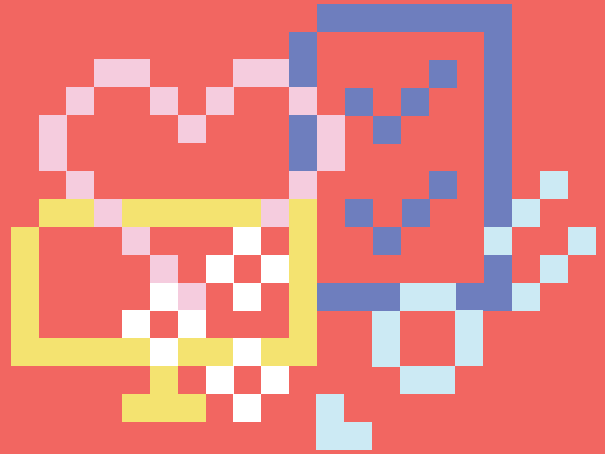


# Gezins- beeldschem- analyse (GBA)

handleiding & vragen



# Handleiding

## BESCHRIJVING —

De Gezinsbeeldschermanalyse (GBA) is een topiclijst waarmee in kaart wordt gebracht hoe er binnen een gezin of systeem wordt omgegaan met beeldschermgebruik.

Het instrument bestaat uit vragen die zijn ondergebracht in vijf onderdelen:

- 1) Beeldschermgebruik: hoeveel, wie, wat waar?
- 2) Regels en afspraken
- 3) Impact
- 4) Wensen
- 5) Extra vragen

## POSITIONERING → ←

De GBA is in eerste instantie ontwikkeld voor de specialistische jeugdverslavingszorg om meer zicht te krijgen op de wederkerige invloed tussen de jongere die in zorg komt vanwege overmatig beeldschermgebruik en zijn omgeving. Met de GBA kan de behandelaar vanuit een houding van meerzijdige partijdigheid en een contextuele blik hypothesen stellen over de samenwerking met het gezin en de aanmeldreder, waaronder het overmatig beeldschermgebruik van de jongere. De GBA biedt een goed startpunt om vervolgens in de behandeling vanuit de triade te werken waarbij de jongere en gezin samen een effectieve bijdrage leveren aan een gemeenschappelijk doel.

Bij jongeren die in behandeling komen vanwege een verslavingsprobleem wordt in de regel een systeem-intake afgenomen. Bij jongeren die zijn aangemeld vanwege gameproblematiek wordt aangeraden om tijdens deze systeem-intake gebruik te maken van de GBA.

## DOEL

Met de GBA wordt informatie verkregen over de gezinssituatie van de jongere, zoals gezinssamenstelling, gezinssituatie t.a.v. beeldschermgebruik, regels en afspraken en manier van samenwerken. De GBA is bedoeld om te werken naar consensus met zowel de jongere als het gezin over de analyse van het probleem en het bespreken van mogelijke interventies richting de oplossing. In het gesprek wordt afgestemd over ieders aandeel in de problematiek en het bereiken van de oplossing. Hierin gaat het systeem met elkaar samenwerken.

1

### Inventarisatie

Er wordt met gezinsleden verkend wat zij zoal doen via beeldschermen, of er duidelijke afspraken zijn over hoe kinderen en andere gezinsleden omgaan met beeldschermgebruik en hoe ze deze ervaren. De afspraken kunnen bijvoorbeeld gaan over wat er wel of niet mag op welke leeftijd en of er geld mag worden besteed en zo ja, hoeveel en waaraan. Bij het inventariseren van de afspraken wordt ook stilgestaan bij het omgaan met sociale druk rond het spelen en afronden en wat er wordt gedaan aan de balans met overige (sociale) offlineactiviteiten. Indien er onvoldoende afspraken zijn en dit aanleiding geeft tot discussies en strijd binnen het systeem, zal het opstellen van een plan met afspraken onderdeel uitmaken van de interventie. Het is van belang om daarin ook afspraken te maken over beeldschermloze momenten.

2

### Bewustwording

Het vergroten van de bewustwording van het eigen beeldschermgebruik en de eigen voorbeeldfunctie t.a.v. andere gezinsleden (broers, zussen) en bij ouders het

vergroten van de bewustwording van hun ouderrol. Met elk gezinslid wordt onderzocht wat de persoonlijke functie is van het beeldschermgebruik (werk, school, ontspanning, vermijden van moeilijke sociale situaties en emoties, etc.). Er wordt stilgestaan bij hoe elk gezinslid zich verhoudt tot de beeldschermen en het effect daarvan op het persoonlijk functioneren en op het functioneren van het gezin en de andere gezinsleden. Ook wordt onderzocht of de gezinsdynamiek door het beeldschermgebruik is veranderd en hoe dit elkaar beïnvloedt.

Daarmee verschuift een te sterke focus van ouders en andere leden uit het systeem op de problemen van het kind, naar een breder perspectief waarin het probleem wordt geanalyseerd vanuit de dynamiek binnen het systeem ('ontschuldigen').

3

### Samenwerking

Met de verkregen informatie en toegenomen bewustwording van de eigen rol en ervaringen bespreekt de behandelaar met de gezinsleden wat de wensen en vervolgstappen kunnen zijn voor verdere behandeling.

## DOELGROEP

Jongeren (12 t/m 22 jaar) die in behandeling komen vanwege problematisch gamen die bij ouders / gezin of met partner / huisgenoten wonen.

## EXCLUSIECRITERIA

In de praktijk zijn tot op heden geen exclusiecriteria zichtbaar geworden. In het geval van een aanmelding i.v.m. overmatig beeldschermgebruik is het advies om altijd een GBA af te nemen.

## VOORWAARDEN

### informatie

- Geef het systeem en de jongere vooraf een heldere uitnodiging voor het gesprek en een brief met informatie over het doel en de opzet van het gesprek.
- Het is raadzaam om de GBA zo snel mogelijk, voorafgaand aan de behandeling af te nemen. Het systeem wordt hiervan op de hoogte gebracht door de behandelaar en krijgt op schrift nogmaals de uitleg en doelstellingen van de GBA aangeleverd.
- In de uitnodiging, informatiebrief en introductie van de GBA is het belangrijk om te benadrukken dat het gaat om gezamenlijk ervaren problematiek waarvoor ieders inzet en aanwezigheid noodzakelijk is om tot een gezamenlijke oplossing te komen.
- Plan voldoende tijd in zodat er ruimte is om het gezamenlijke gesprek goed en zorgvuldig met alle gezinsleden te voeren.

### behandelaar

- De GBA wordt bij voorkeur afgenomen door een systeemtherapeut. Bij afwezigheid van de systeemtherapeut kan de GBA ook door een systeemtherapeutisch medewerker worden afgenomen.
- De therapeut die de GBA afneemt (heeft):
  - Ervaring in het werken met gezinnen
  - Een houding van meerzijdige partijdigheid
  - Inlevingsvermogen en contextuele sensitiviteit
  - Oog voor de wederkerige invloed van individu en omgeving
  - Is zich bewust van de invloed die het eigen gedrag als zorgverlener heeft op de cliënt en zijn omgeving.

### face-to-face / online

- Gezien de aard van de problematiek en om voldoende zicht te krijgen op de onderlinge interactiepatronen in het gezin, verdient een fysieke afspraak met de jongeren en zijn gezin de voorkeur.
- Mochten er zwaarwegende redenen zijn om toch te kiezen voor afname van de GBA via beeldbellen dan moet er gelet worden op de volgende zaken:
  - Zorg dat ieder gezinslid dat deelneemt aan het gesprek met de GBA duidelijk in beeld is (liefst allemaal in één beeld)
  - Maak duidelijke afspraken over etherdiscipline
  - Houd er rekening mee dat het gesprek wellicht langer zal duren omdat er ingezoomd moet worden op interacties en non-verbale signalen via beeldbellen minder goed zichtbaar zijn voor de behandelaar.

## WERKWIJZE

### Circulaire causaliteit

De behandelaar dient de topic-lijst door middel van een circulair interview uit te vragen. Vanuit een houding van meerzijdige partijdigheid, met als doel de onderlinge verhoudingen in het gezin, de gezinscultuur, de samenwerking en de wensen en mogelijkheden t.a.v. verandering zichtbaar te krijgen. Hierbij moet ook aandacht zijn voor eventuele afwezige gezinsleden en hoe zij zich in dit verhaal verhouden. Circulair kan ook uitgevraagd worden welke bronnen het systeem gebruikt om voor zichzelf te weten wat goed / niet goed is in de manier waarop zij omgaan met schermen.

### Afwisseling

Vermijd een statisch vraag-antwoordgesprek. Stel eventueel luchtige vragen tussendoor of gebruik de vragen uit het onderdeel 'Extra vragen'. Het gaat tenslotte niet om het verzamelen van een feitenrelaas, maar om het komen tot een constructieve samenwerking aan een gemeenschappelijk doel. Gebruik humor, metaforen of passende beeldspraak om samen met de jongere en zijn familie het verhaal te maken. Het is belangrijk om een gemeenschappelijk betekenisvol verhaal te maken waar iedereen zich in kan vinden.

## CONCLUSIE

Geef de verschillende systeemleden de ruimte te reflecteren op het gesprek, op verworven inzichten en op de wensen t.a.v. de toekomstige behandeling. Sluit af met een korte samenvatting van het gesprek en vertel wat er met de uitkomsten van het gesprek wordt gedaan in de verdere behandeling. Geef of stuur het gezin - indien wenselijk - een schriftelijk verslag van de belangrijkste punten uit het gesprek.

## AANDACHTSPUNTEN & TIPS

### Veel personen aanwezig

- Wees vanaf de start duidelijk over de noodzaak van de betrokkenheid van het gezin / context voor de verdere behandeling. Communiceer dit al naar de verwijzer, in de uitnodiging voor de intake, en laat het terugkomen in de communicatie / afstemming tussen de coördinerend behandelaar, de regiebehandelaar en systeemtherapeut. Bijvoorbeeld als het gaat om de beslissing om een afspraak niet te laten doorgaan als er onvoldoende gezinsleden aanwezig zijn.
- Zorg voor een ruimte waar iedereen een plek kan hebben. Geef duidelijk aan dat dit systeemgesprek langer duurt dan een standaard behandelgesprek.

### Afwezige gezinsleden

- Bij het organiseren van het gesprek moet helder worden voor welke gezinsleden het van belang is dat zij daarbij aanwezig zijn. Het kan functioneel zijn om hier strikt over te zijn.
- Bij gescheiden ouders dienen bij voorkeur beide ouders aanwezig te zijn mits de relatieproblemen het gesprek niet te veel in de weg zullen staan. Het is van belang bij het maken van afspraken dat beide ouders bereid zijn om gezamenlijk voor het kind samen te werken. Wanneer er bij meerdere kinderen in het gezin sprake is van problematisch beeldschermgebruik en hierover afspraken gemaakt gaan worden, dan is het noodzakelijk dat de andere kinderen ook aanwezig zijn zodat zij mee kunnen praten en beslissen. De afspraken gelden immers voor alle gezinsleden. Het is een gezamenlijk probleem en niet alleen het probleem van de jongere die is aangemeld.

### Comorbiditeit

- Gamen kan bij comorbide stoornissen, zoals bij voorbeeld depressie, ASS en ADHD een belangrijke functie hebben bij het hanteren van de comorbide problematiek. Het maken van afspraken over hoe om te gaan met beeldschermgebruik kan daarom niet los staan van het maken van behandelafspraken omtrent de stoornis. Het samenwerken in een behandelteam is daarbij essentieel om de vastgestelde doelen met betrekking tot beeldschermgebruik te behalen.

### Gevoeligheden

- Wees bedacht op gevoeligheden bij gezinsleden, zoals schaamte / schuldgevoel rond het eigen beeldschermgebruik en de eigen rol als opvoeder. Het kan zijn dat ouder(s) en /of de jongere juist minder open zijn in de aanwezigheid van de andere gezinsleden.
- Benadruk de gezamenlijkheid. We hebben samen deze uitdaging en we gaan er allemaal voor zorgen dat we er minder last van hebben.
- Sta met het systeem voldoende stil bij wat er al wel goed gaat, fijn is, de krachten / sterke punten van het systeem. Bij aanvang van behandeling is er vaak een verstoorde draagkracht / draaglast balans en dat maakt dat antwoorden op vragen wellicht meer negatief gekleurd zijn.

# TIPS

# Beeldscherm- gebruik

hoeveel, wie, wat, waar?



# Hoeveel beeldschermen zijn er in huis?



**BEELDSCHERMGEBRUIK**



# Wie gebruikt welke beeldschermen?



**BEELDSCHERMGEBRUIK**

# Waarvoor worden de beeldschermen gebruikt?



**BEELDSCHERMGEBRUIK**

Op welke momenten  
worden de beeld-  
schermen gebruikt?



**BEELDSCHERMGEBRUIK**

Is er verschil in  
doordeweekse dagen  
en het weekend?



**BEELDSCHERMGEBRUIK**

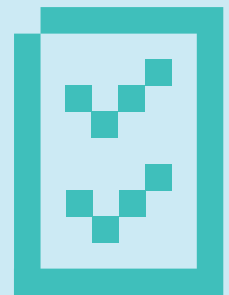
# Wat doen jullie als gezin samen online en offline?

Online: \_\_\_\_\_

Offline: \_\_\_\_\_



# Regels & Afspraken



# Zijn er afspraken over beeldschermgebruik?



**REGELS & AFSPRAKEN**

Staan deze afspraken  
op papier en zijn ze  
voor iedereen duidelijk?





# Gelden deze afspraken voor alle gezinsleden?



**REGELS & AFSPRAKEN**

Wie heeft deze regels  
opgesteld? Is iedereen  
het er mee eens?



Wat zijn de sancties als men zich niet aan de afspraken houdt?



# Wat zijn de afspraken over beeldschermloze momenten?



# Wordt er gesproken over online veiligheid?

Waarom wel / niet? Wat  
wordt besproken?



# Is bekend wat iedereen online doet?



**REGELS & AFSPRAKEN**

**Wat is er bekend  
over de games die  
er gespeeld worden?**

Mobiele games?

Gokspelletjes? Unibet?



# Hebben jullie interesse in elkaars online en offline activiteiten?

Online: \_\_\_\_\_

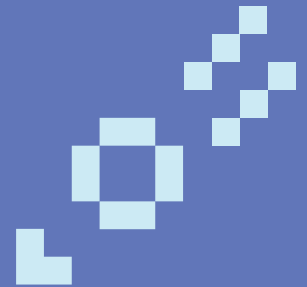
Offline: \_\_\_\_\_



**REGELS & AFSPRAKEN**



# Impact



# Wat is de impact van het beeldschermgebruik op het gezin?



IMPACT

Hoe kijkt ieder tegen  
beeldschermgebruik,  
gamen en  
'gameverslaving' aan?



IMPACT

Hoe kijkt de  
omgeving tegen  
beeldschermgebruik,  
gamen en  
'gameverslaving' aan?



IMPACT

# Is er begrip voor onderlinge verschillen?



**IMPACT**

In hoeverre zijn er  
irritaties over elkaars  
beeldschermgebruik?



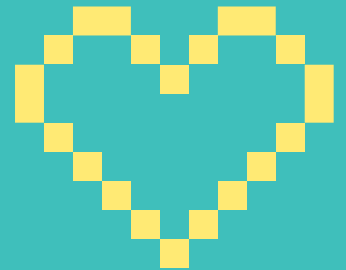
**IMPACT**

Hoe reageert ieder  
als hij / zij op  
beeldschermgebruik  
of gamen wordt  
aangesproken?



IMPACT

# Wensen





# Wat nemen jullie mee?



**WENSEN**

# Wat worden aandachtspunten in de behandeling?



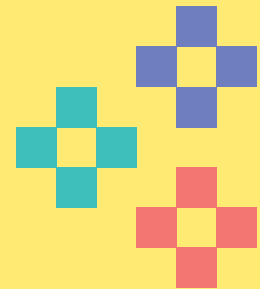
WENSEN

# Wat zijn wensen voor de nabije toekomst?



WENSEN

# Overige vragen



Aan gamende jongere:  
als jullie gezin een  
game zou zijn hoe zou  
dit er dan uit zien? Wie  
heeft de meeste gear etc.



OVERIGE VRAGEN

# Welke rol heeft het beeldscherm gespeeld in de opvoeding?



OVERIGE VRAGEN

# Hoe ziet het gezin (online) vriendschappen?



OVERIGE VRAGEN

Hoe wordt de scheiding  
tussen echte wereld en  
online wereld ervaren  
door gezin?



OVERIGE VRAGEN



Welke  
beeldschermactiviteiten  
zijn voor jullie een  
manier om afleiding te  
zoeken?



OVERIGE VRAGEN

# Hoe gaan de gezinsleden om met juist een prikkeloze situatie?



OVERIGE VRAGEN

# Wat noemen ouders alternatieven voor online zijn?



OVERIGE VRAGEN

# Wie betaalt de kosten van games?



OVERIGE VRAGEN

Is er aandacht voor het  
regelmatig controleren  
van spellen om te zien  
of alles online nog  
'okay' is?



OVERIGE VRAGEN

# Hoe ziet het sociale netwerk online eruit?



**OVERIGE VRAGEN**

In welke situaties of om welke redenen is het nuttig om afspraken te maken over beeldschermactiviteiten?



OVERIGE VRAGEN

Weten ouders wie er  
online ontmoet worden  
en of er sprake is van  
vriendschappen?



OVERIGE VRAGEN



Welke regels zou de  
jongere zelf hanteren  
als hij een ouder was?



OVERIGE VRAGEN

Zijn er regels over  
irritaties tijdens het  
gamen, hoe gaat  
jongere hiermee om?



OVERIGE VRAGEN

Wie in het gezin  
vertoont juist  
voorbeeldgedrag?



OVERIGE VRAGEN

Hoe gaan de  
gezinsleden om met  
'push-berichten'? Krijgt  
iedereen die?



OVERIGE VRAGEN

Weten ouders van de  
verschillende games die  
er zijn?



OVERIGE VRAGEN

Zijn ouders op de  
hoogte van de nieuwste  
ontwikkelingen in  
games?



OVERIGE VRAGEN

Wie in het gezin is het meest op de hoogte van games, nieuwe mogelijkheden en ontwikkelingen rond beeldschermactiviteiten?



OVERIGE VRAGEN

Zien ouders ook  
voordelen van games  
spelen?



OVERIGE VRAGEN



Is het gezin bekend met de rituelen van de jongere rond het gamen, wordt dit bespreekbaar gemaakt?



OVERIGE VRAGEN

# belangrijkste punten

Wat zijn volgens jongere en ouders de belangrijkste punten van het gesprek?

beeldschermgebruik



regels & afspraken



impact



wensen



vervolgstappen / overige opmerkingen



## Colofon

### Ontwikkelaar van de interventie

PG Jeugdverslavingszorg:

Brijder jeugd

[www.brijderjeugd.nl](http://www.brijderjeugd.nl)

Youz Verslavingszorg

[www.youz.nl/verslaving](http://www.youz.nl/verslaving)

PARC

[www.brijder.nl/wie-we-zijn/  
wetenschappelijk-onderzoek](http://www.brijder.nl/wie-we-zijn/wetenschappelijk-onderzoek)

### Contactpersoon

Ingeborg Destellirer

[i.destellirer@youz.nl](mailto:i.destellirer@youz.nl)

Dit instrument is ontwikkeld door Mariken Müller en Marianne Post in samenwerking met Ingeborg Destellirer, Jeanne de Jong-Tummers, Renske Spijkerman en Leontien Los.

### Vormgeving

Nina Schouten

[nina@redesigningpsychiatry.org](mailto:nina@redesigningpsychiatry.org)

(Redesigning Psychiatry)

### Datum

1 november 2021, Den Haag