

Infographic Topografische Analyse

Waarom een topografische analyse?

Een **topografische analyse (TA)** helpt bij het in kaart brengen van **factoren en aanleidingen** van probleemgedrag. Daarnaast helpt de TA bij het **concretiseren** van klachten. De TA biedt **concrete aangrijppunten** om het probleemgedrag te **behandelen**.

Wanneer een topografische analyse?

Als iemand weinig zicht heeft op factoren die tot het probleemgedrag leiden. Zowel in de **diagnostische fase** als in de **behandelfase** is het uitvoeren van topografische analyses behulpzaam.

Zoals bij:

- > Middelenmisbruik
- > Eetbuien
- > Zelfverwonding
- > Delicten
- > Agressieproblemen
- > (Overmatig) overwerken
- > Dwanghandelingen
- > Enz enz.

Methoden TA:

- Een TA kan worden uitgevoerd dmv:
- Therapeutisch interview
 - Registratie
 - Imaginatie

Hoe een TA uit te voeren?

1. Leg uit wat je met een TA gaat doen, wat daarbij van cliënt wordt verwacht en vraag instemming.
2. Identificeer een concreet, liefst recent, voorbeeld van het probleemgedrag.
3. Bepaal wat er aan het gedrag voorafging. Maak hierbij onderscheid tussen:
 - A. *Externe triggers: situaties en gebeurtenissen buiten de cliënt (Wat gebeurde er toen? Wie deed wat? Waar was je?)*
 - B. *Interne triggers: situaties en gebeurtenissen binnen de cliënt (Wat dacht je toen? Hoe voelde je je?)*
 - C. *Het gedrag zelf: (Wat deed je toen? Hoe zag dat er concreet uit?)*
4. Vat de uitkomsten samen en schrijf ze op.

Instructie Topografische Analyse

Stap 1: Leg uit wat je met een topografische analyse gaat doen en vraag instemming.

Therapeut: *“Om meer inzicht te krijgen in het probleem waarvoor je je hebt aangemeld zou ik graag een oefening willen doen. Daarbij leggen we als het ware een vergrootglas op een voorbeeld-situatie. Dat kan in eerste instantie spannend zijn, maar zal ons meer inzicht gaan geven in wat in die situatie uiteindelijk tot het problematische gedrag heeft geleid.*

Vind je dat goed?”

Stap 2: Identificeer een concreet, liefst recent, voorbeeld van het probleemgedrag.

Therapeut: *“Wat is een concreet voorbeeld (van afgelopen week) waarop je last had van het gedrag waarvoor je hier bent?”*

Dan wil ik je vragen om terug te gaan naar die betreffende situatie, me te vertellen wat je ziet en me stap-voor-stap te beschrijven wat er gebeurt”.

Stap 3: Bepaal wat er aan het gedrag voorafging en tijdens het gedrag gebeurt. Maak onderscheid tussen:

- Externe gebeurtenissen
(Wat gebeurde er? Wat deed die ander?)
- Gebeurtenissen binnen cliënt
(Wat dacht je, wat voelde je?).
- Gedragingen van cliënt
(Wat deed je?).

Stap 4: Vat de uitkomsten samen en schrijf ze op.

Meer weten?

Bekijk het **kennisnet** van **Beldman Opleidingen**: www.beldmanopleidingen.nl/kennisnet. Hier vind je:

- ✓ Aanvullende materialen
- ✓ Video-lezingen met uitgebreide toelichting
- ✓ Demonstraties

Of kom voor nog meer materialen en demonstraties naar onze **Basiscursus Cognitieve Gedragstherapie** of **Vervolgcurcus CGT**.

★★★★★ volgens Google review.

Meer informatie: <https://beldmanopleidingen.nl/cursussen/>.

Tijdens onze cursussen ontvang je meer handige Infographics. En leer je meer over het model van Korrelboom, Ten Broeke & Van Dijk (Handboek GCGT) waar bovenstaande beschrijving op is gebaseerd.

Feedback?

Onze cursusmaterialen zijn continu **in ontwikkeling** en **op zoek naar verbetering**. Heb je aanbevelingen of suggesties? Mail me: gerben@beldmanopleidingen.nl

Ook voor **suggesties en wensen voor nieuwe materialen** mag je me mailen! 😊