

Weten wat werkt

Interventies en methodieken om in te zetten bij mensen met een LVB

Versie 1: oktober 2021



1. Weten wat werkt
2. Psychische & gedragsproblematiek
3. Seksualiteit & weerbaarheid
4. Middelengebruik & verslaving
5. Criminaliteit & delinquentie
6. Gezin & systeemproblematiek
7. Participatie
8. Psycho-educatie



1. Weten wat werkt

Interventies en methodieken die zijn ontwikkeld voor mensen zonder beperking zijn niet altijd effectief in te zetten bij mensen met een licht verstandelijke beperking (LVB). De kenmerken van een LVB, zoals een beperktere woordenschat en taalbegrip, behoefte aan meer verwerkingstijd en herhaling vragen om aanpassing van de hulpverlening.

Het Landelijk Kenniscentrum LVB bundelt in dit overzicht interventies en methodieken die in de praktijk worden gebruikt voor mensen met een LVB. In een zevental thema's wordt per interventie aangegeven:

- voor welke problematiek
- in welke mate de interventie effectief is
- voor wie het is bedoeld
- in welke setting
- hoeveel bijeenkomsten
- of de doelgroep betrokken was bij de ontwikkeling (met doelgroep).

Het overzicht is niet uitputtend en wordt geregeld bijgewerkt (zie de datum op het voorblad). Suggesties en opmerkingen zijn welkom en kunnen worden gemaïld naar info@kenniscentrumlvb.nl. Wij zijn niet verantwoordelijk voor wijzigingen die gevolg hebben voor de links of informatie in dit document.

Meer informatie over interventies in de richtlijn [Effectieve interventies LVB](#)

Werkwijze

Voor de selectie van interventies en methodieken is gezocht naar interventies gericht op mensen met een LVB in bestaande databanken: Databank Effectieve jeugdinterventies van het Nederlands Jeugdinstituut, databank langdurige zorg, databank effectieve sociale interventies, databank langdurige GGZ en databank Justitiële Interventies. Aanvullend is er gezocht bij de organisaties: Vilans, Movisie, Kwaliteit Forensische Zorg en het Kennisplein Gehandicaptenzorg.

De Nederlandse zoektermen 'methodieken', 'interventies', 'licht verstandelijke beperking' en 'LVB' zijn in combinatie met elkaar gebruikt. Deze gevonden interventies zijn opgenomen in een overzicht.

2. Psychische & Gedrags- Problematiek

Dit kan een gevolg zijn van langdurige overvraging, wat kan leiden tot negatieve gevoelens. Deze negatieve gevoelens kunnen zichtbaar worden in emotionele en gedragsproblemen. De juiste interventies en methodieken helpen hen hiermee om te gaan.

Effectief volgens eerste aanwijzingen	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
<u>Wie ben ik?</u> <i>Depressie of trauma</i>	Volwassenen	Individueel of groep	17 bijeenkomsten	Ja
<u>De Groeifabriek</u> <i>Mentale problemen (algemeen)</i>	12 – 23 jaar	Individueel (online)	7 bijeenkomsten en huiswerk	Ja
<u>Seeking Safety</u> <i>Trauma- en verslaving</i>	Vanaf 16 jaar	Individueel en groep	12 bijeenkomsten	Ja
Goed onderbouwd	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
<u>Agressie Regulatie op Maat - Plus</u> <i>Agressieproblematiek</i>	Volwassenen	Individueel	6 – 24 maanden	Ja
<u>Grip op agressie</u> <i>Agressieproblematiek</i>	18 – 25 jaar	Groep	12 – 24 maanden	Ja
<u>In Control! - LVB</u> <i>Agressieproblematiek</i>	12 – 22 jaar	Groep en individueel (residentieel)	26 bijeenkomsten	Nee
<u>Niet meer door het lint</u> <i>Agressieproblematiek</i>	Alle leeftijden	Groep	18 bijeenkomsten	Ja
<u>TACT Plus</u> <i>Agressieproblematiek, antisociaal gedrag</i>	12 – 23 jaar	Individueel (residentieel)	10 weken	Nee

<u>Samen Stevig Staan</u> <i>Gedragsproblemen</i>	9 – 16 jaar én ouders	Groep	12 bijeenk. voor het kind 10 bijeenk. voor de ouder(s)	Nee
<u>Equipe Mont Ventoux</u> <i>Probleemgedrag</i>	12 – 23 jaar	Groep	6 maanden	Ja
<u>Systematisch rehabilitatie gericht handelen</u> <i>Psychische- en sociale kwetsbaarheid</i>	Alle leeftijden	Individueel	Afhankelijk van de cliënt	Ja
Geen beoordeling	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
<u>Psychomotorische therapie</u> <i>Agressieproblematiek</i>	Onbekend	Individueel of groep	Onbekend	Onbekend
<u>FACT LVB</u> <i>Gedrags- psychische- en Verslavingsproblematiek</i>	Volwassenen	Individueel	Onbekend	Ja
<u>Argos (methode)</u> <i>Hechtingsproblematiek</i>	Alle leeftijden	Voor begeleiders	-	Nee
<u>GRIP</u> <i>Probleemgedrag (extreem)</i>	12 – 18 jaar (jongens)	Individueel of groep (residentieel)	12 maanden	Ja
<u>EMDR</u> <i>Trauma</i>	Alle leeftijden	Individueel	Onbekend	Onbekend

3. Seksualiteit & weerbaarheid

Zeker bij jongeren met een LVB is het belangrijk om de ogen open te houden voor het risico op seksueel misbruik. De kwetsbaarheid die gepaard gaat met de beperking maakt dat deze jongeren 'makkelijke' slachtoffers kunnen zijn. Om de weerbaarheid te vergroten kun je onderstaande interventies inzetten.

Effectief volgens eerste aanwijzingen	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
Tot zover geen bekend				
Goed onderbouwd	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
<u>Pas op de grens</u> <i>Seksueel grensoverschrijdend gedrag</i>	Volwassenen (mannen)	Individueel of groep	9 – 18 maanden	Ja
<u>Je Lijf, Je Lief!</u> <i>Seksuele gezondheid</i>	12 – 14 jaar	Groep (onderwijs)	5 bijeenkomsten	Ja
<u>Girls' Talk+</u> <i>Seksuele weerbaarheid</i>	14 – 21 jaar (meisjes)	Groep	8 bijeenkomsten	Ja
<u>Make a Move+</u> <i>Seksuele weerbaarheid</i>	14 – 21 jaar (jongens)	Groep	8 bijeenkomsten	Ja
Goed onderbouwd	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
<u>Samen misbruik de baas</u> <i>Verwerking seksueel misbruik</i>	18+ Vrouwen	Groep	9 bijeenkomsten 1 terugkombijeenkomst	Ja

4. Middelengebruik & Verslaving

Mensen met een LVB kunnen moeite hebben met het overzien van consequenties, met 'nee' zeggen en vrienden maken. Ook zijn zij vaak minder weerbaar en hebben zij vaker een lager zelfbeeld. Doordat er verslavingsproblematiek ontstaat als gevolg van bijvoorbeeld een manier om aansluiting te vinden en om te gaan met hun beperking.

Effectief volgens eerste aanwijzingen	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
<u>Seeking Safety</u> <i>Trauma- en verslaving behandeling</i>	Vanaf 16 jaar	Individueel en groep	12 bijeenkomsten	Ja
Goed onderbouwd	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
<u>Training Sterker dan de kick</u> <i>Motiveren gedragsverandering</i>	Alle leeftijden	Individueel	10 bijeenkomsten	Ja
<u>Wat vind ik van mijn roken</u> <i>Motiveren gedragsverandering</i>	Alle leeftijden	Individueel	5 bijeenkomsten	Ja
<u>Brains4use</u> <i>Terugdringen middelengebruik</i>	12 – 23 jaar	Individueel (residentieel)	12 weken	Ja
<u>Take it personal!</u> <i>Verminderen middelengebruik</i>	14 – 30 jaar	Individueel of groep	6 weken	Ja
<u>Open en Alert</u> <i>Voorkomen en verminderen middelengebruik</i>	Begeleiders Jongeren 12 – 25 jaar	In de organisatie	5 bijeenkomsten	Ja

Geen beoordeling	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
<u>Gesprekswaaijer Mij een zorg</u> <i>Deskundigheidsbevordering</i>	Begeleiders Alle leeftijden	Individueel	-	Nee
<u>Cognitieve gedrags- therapie</u> <i>Gedragsverandering</i>	Vanaf 8 jaar	Individueel	Onbekend	Nee
<u>Lijfstijltraining+</u> <i>Gedragsverandering</i>	Volwassenen	Individueel	Afhankelijk van de cliënt	Ja
<u>Minder drank of drugs (methode)</u> <i>Gedragsverandering</i>	Volwassenen	Individueel en groep	12 individuele bijeenkomsten 12 groepsbijeenkomsten	Ja
<u>Gezonderleven 16+</u> <i>Terugdringen middelengebruik</i>	Vanaf 16 jaar	Groep	7 modules	Ja

5. Criminaliteit & delinquentie

Mensen met een LVB komen gemiddeld vaker in aanraking met justitie dan mensen zonder een beperking. Overvraging, minder zelfcontrole, zelfvertrouwen en inlevingsvermogen, en soms ook minder goede agressieregulatie kunnen een rol spelen. Onderstaande interventies kunnen mensen met een LVB helpen niet terug te vallen in oud gedrag om zo recidive te voorkomen.

Effectief volgens eerste aanwijzingen	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
<u>Alleen jij bepaalt wie je bent</u> <i>Verkleinen delinquent gedrag</i>	12 – 18 jaar	In de wijk	12 maanden	Ja
<u>Betere start</u> <i>Voorkomen recidive</i>	Ex-gedetineerde moeders met kinderen tot 10 jaar	Groep en individueel	14 groepsbijeenkomsten 4 huisbezoeken	Ja
Goed onderbouwd	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
<u>So-Cool</u> <i>Recidive voorkomen, leerstraf</i>	12 – 23 jaar	Individueel	26 – 33 bijeenkomsten	Ja
Geen beoordeling	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
<u>Woord & Beeldverhaal</u> <i>Communicatie</i>	Jongeren	Individueel	Onbekend	Ja
<u>Helpers en Helden</u> (methodiek) <i>Gedragsverandering</i>	Volwassenen	Groep	Fase 1: 19 groepsbijeenkomsten Fase 2: Afhankelijk van cliënt	Ja

<u>Nieuwe perspectieven bij terugkeer (methode)</u> <i>Gedragsverandering</i>	16 – 23 jaar	Individueel (met netwerk)	12 maanden	Onbekend
<u>CoVa Plus</u> <i>Recidive voorkomen</i>	Volwassenen	Individueel en groep	12 individuele bijeenkomsten 18 groepsbijeenkomsten	Ja

6. Gezin- & systeem- problematiek

Wanneer kind(eren) en/of ouder(s) een LVB hebben, kan er extra ondersteuning nodig zijn binnen het gezin. Vaak gaat het dan om het vergroten en versterken van de opvoedvaardigheden.

Om ouders in hun kracht te zetten en kinderen de begeleiding te bieden die zij soms nodig hebben tijdens het opgroeien. Onderstaande interventies helpen deze gezinnen.

Effectief volgens eerste aanwijzingen	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
<u>Intensieve Ambulante Gezinsbehandeling</u> <i>Verminderen problemen</i>	0 – 23 jaar	In huis	5 – 7 maanden	Nee
Goed onderbouwd	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
<u>HouVast</u> <i>Verminderen problemen</i>	0 – 23 jaar	In huis	6 – 12 maanden	Nee
<u>Systeemgerichte gezinscoaching</u> <i>Verminderen problemen</i>	0 – 23 jaar	In huis	12 maanden	Nee
Geen beoordeling	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
<u>Multidimensionele Familie Therapie – LVB MDFT)</u> <i>verminderen problemen</i>	12 – 23 jaar	In huis	Onbekend	Onbekend

7. Participatie

Mensen met een LVB willen net als iedereen meedoen in de maatschappij. Door alle veranderingen, zoals de digitalisering, wordt dit voor veel mensen ook uitdagender. Verschillende interventies en methoden zijn erop gericht mensen met een LVB te versterken door bijvoorbeeld het zelfvertrouwen te vergroten.

Effectief volgens eerste aanwijzingen	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
<u>Individuele Rehabilitatiebenadering</u> (methode) <i>Ondersteuning bij doelen</i>	Alle leeftijden	Individueel	-	Ja
Goed beschreven	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
<u>Talenten samen benutten</u> <i>Vergroten mogelijkheid vrijwilligerswerk</i>	Volwassenen	Groep	12 weken	Ja
Geen beoordeling	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
<u>Gemixt talent</u> <i>Deelname aan lokale samenleving</i>	Volwassenen	In de wijk	13 stappen	Nee
<u>Eigen kracht conferentie</u> <i>Vergroten eigen regie</i>	Gezinnen Jongeren	In huis	3 fasen	Nee
<u>Eigen initiatief model</u> <i>Vergroten zelfredzaamheid</i>	Volwassenen	Onbekend	Onbekend	Nee

<u>Op eigen benen</u> (methode) <i>Vergroten zelfredzaamheid</i>	Volwassenen	Individueel	3 fasen	Nee
<u>Begeleid werken</u> (methode) <i>Toeiden naar betaald werk</i>	Volwassenen	Individueel	Onbekend	Nee



Meer lezen:

In de brochure [Aansluiten bij een LVB...\(hoe\) doe jij dat?](#), vind je handvatten voor (hulpverlenings)gesprekken.

In de [Richtlijn Effectieve Interventies](#) staan de kenmerken van een LVB en de wijze waarop interventies hierop kunnen worden aangepast beschreven.

8. Psycho- educatie

Een licht verstandelijke beperking. Wat betekent dat en wat betekent het vooral niet? Een vorm van psycho-educatie kan mensen met een LVB en hun naasten helpen te begrijpen wat een LVB inhoudt en om te gaan met hun mogelijkheden en ondersteuningsbehoefte.

Effectief volgens eerste aanwijzingen	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
Voor zover geen bekend				
Goed onderbouwd	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
<u>Weet wat je kan</u> <i>Over een LVB</i>	Vanaf 16 jaar en netwerk	Individueel of groep	Individueel 6 – 13 bijeenkomsten Groep 11 – 24 bijeenkomsten	Ja
Geen beoordeling	Doelgroep	Setting	Duur	Met doelgroep
<u>Beautiful me!</u> <i>Over overvraging bij LVB</i>	Jongeren en netwerk	Individueel of groep	8 filmpjes	Ja
<u>Straatwijzer</u> <i>Over psychische problematiek en LVB</i>	Vanaf 12 jaar en ouders	Individueel (online)	Onbekend	Ja

Dit is een publicatie van het Landelijk Kenniscentrum LVB.

Wij zetten ons in voor het aanjagen, bundelen en toegankelijk maken van kennis voor professionals, waarmee we een zo volwaardig mogelijke participatie van iedereen met een licht verstandelijke beperking stimuleren.

Kijk voor meer informatie op [onze site](#).

En [volg ons op LinkedIn](#) voor dagelijks actueel nieuws over LVB.