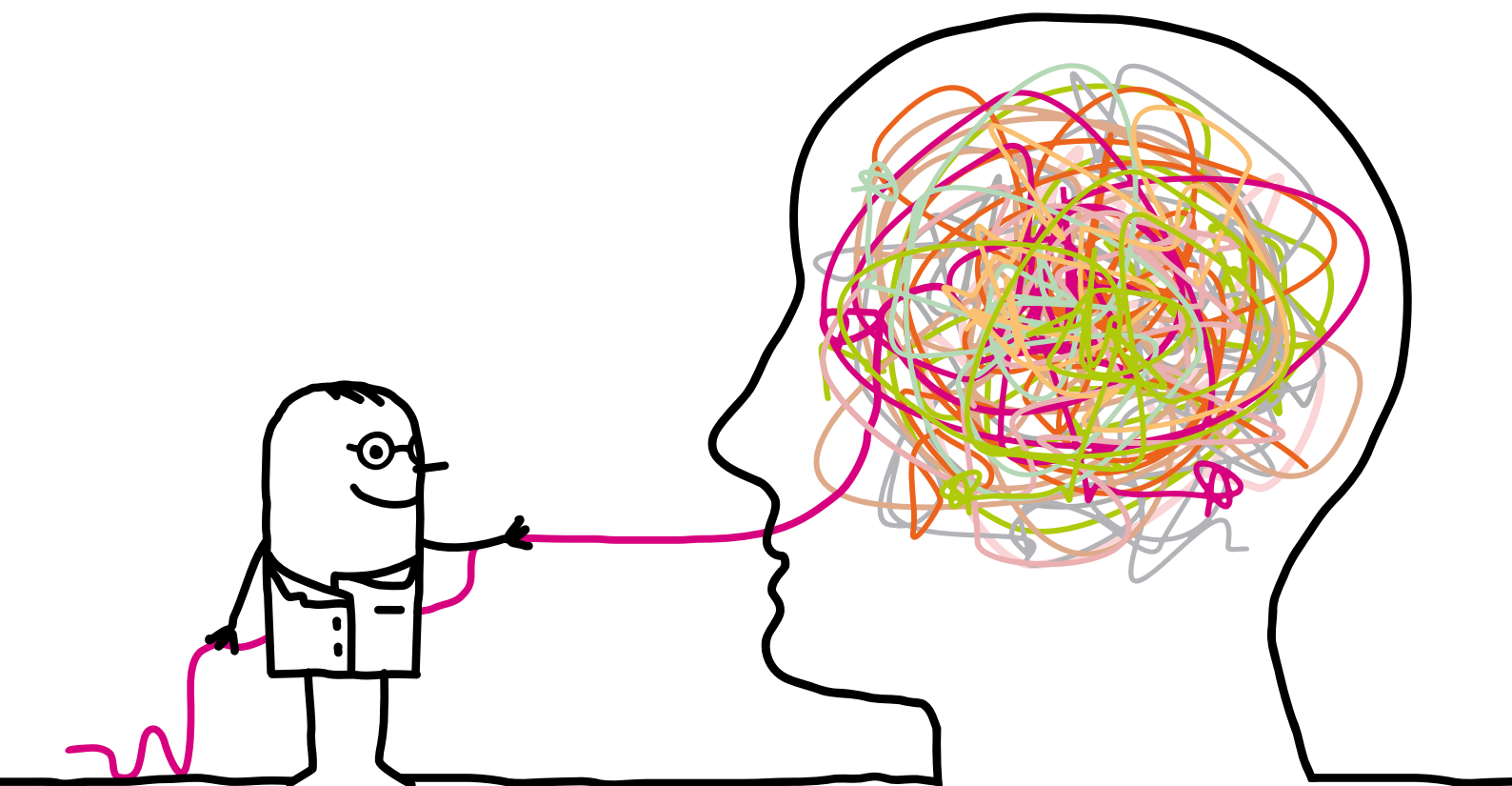


Nascholing voor de huisarts en de POH-GGZ



7^E EDITIE

OP DE SOFA

VAN DE HUISARTS EN DE POH-GGZ

Aan de slag met eerstelijns psychologische zorg

VRIJDAG 1 DECEMBER 2017

POSTILLION UTRECHT BUNNIK

Accreditatie wordt aangevraagd voor 5 uur (op pagina 4 vindt u de relevante beroepsgroepen waarvoor accreditatie wordt aangevraagd)

U KUNT ZICH AANMELDEN OP WWW.MARKTWO.NL

Beste huisarts en praktijkondersteuner GGZ,

Het verlenen van psychische hulpverlening vraagt om regelmatig opfrissen en verdiepen van uw kennis en expertise. Daarom besteden we op vrijdag 1 december 2017, tijdens een nieuwe editie van de nascholing 'Op de sofa van de huisarts en de POH-GGZ' weer volop aandacht aan een aantal veelvoorkomende psychische problemen waar u in de huisartspraktijk mee te maken kunt krijgen.

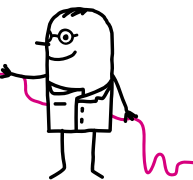
We gaan het bijvoorbeeld hebben over het begeleiden van mensen met relatieproblemen en over het rouwverwerkingsproces bij (echt)scheiding. Maar ook over patiënten met faalangst of mensen die vastlopen omdat ze alcohol langdurig hebben ingezet als een vorm van zelfmedicatie bij hun psychische problemen. Er valt weer genoeg te kiezen.

U bent van harte welkom.

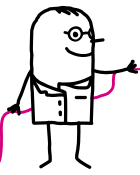
Namens de programmacommissie
Steven Korteling, cursusmanager Mark Two Academy



Programma



09.00 uur	Aankomst, registratie en koffie
09.30 uur	Naar de zalen (er is geen plenaire opening)
09.45 uur	Start lesronde 1
11.00 uur	Pauze
11.30 uur	Start lesronde 2
12.45 uur	Lunch
13.30 uur	Start lesronde 3
14.45 uur	Pauze
15.00 uur	Start lesronde 4
16.15 uur	Einde programma, borrel



Keuzesessies (kies 4 uit 7)



1. Rouwverwerking bij (echt)scheiding

Partner weg, huis te koop, co-ouderschap, kinderen verdrietig, familie boos, vrienden verdeeld. Eén op de drie koppels gaat uit elkaar en leeft verder op de puinhopen van wat ooit een bijzondere verbintenis was. Dit ingrijpende verlies verwerken, betekent een rouwproces doormaken. In die rouwperiode kunnen grote onzekerheden, negatieve gevoelens en (deels irrationele) angsten over hoe het allemaal verder moet de kop opsteken. Deze les gaat over psychische hulp aan mensen die door hun scheiding in een neerwaartse spiraal terechtkomen. We leggen uit waar mensen met verliesverwerking tegen aan kunnen lopen en hoe u ze kunt bijstaan in dit rouwproces. De behandeladviezen die u krijgt kunt u ook toepassen bij andere vormen van verlies.

2. Relatietherapie: als het even niet zo lekker loopt

Ook als het even niet zo lekker loopt in de relatie weten koppels hun weg naar de huisartspraktijk te vinden. Aan u de taak om de partners weer dichtert tot elkaar te brengen. Om dit proces in goede banen te leiden is het belangrijk dat u kennis heeft van negatieve interactiecirkels die kunnen spelen tussen partners. Daarom organiseren wij een les over de behandeling van relatieproblemen in de POH- en huisartspraktijk waarbij er gebruik gemaakt wordt van het internationaal vermaarde model van Emotionally Focused Therapy (EFT). In 75 minuten maakt u kennis met het model, wordt er aandacht besteed aan het inzetten van de interactielemniscaat van EFT en worden de belangrijkste interventies uitgelicht.

3. Hoezo roze wolk?

Ze hebben er negen maanden vol verwachting naar uitgekeken, maar toch kunnen ouders bij een zo levensveranderende gebeurtenis als het krijgen van een kind, overvallen worden door stress en andere psychische klachten. De ernst hiervan kan sterk verschillen, van een dagje kraamtranen tot een heftige Postnatale-depressie. Ook kan de kraamvrouw na een traumatische bevalling een posttraumatische stress-stoornis krijgen. Het gevoel om een poesje in een emotionele achtbaan te zitten na de geboorte van je kind is heel normaal en meestal keert de rust gelukkig vanzelf terug. In deze les leer je wat je kunt doen om ouders hierin gerust te stellen en tips te geven; bijvoorbeeld hoe belangrijk het is om tijd te nemen voor zichzelf en voor elkaar. Ook wordt besproken in welke gevallen het belangrijk is om door te verwijzen, bijvoorbeeld naar een psycholoog of gynaecoloog.

4. Drinken om je zorgen te vergeten

Er is niks mis met af en toe een drankje (of twee) nemen om los te komen van de waan van de dag of te ontspannen na gedane arbeid. Maar soms is er meer aan de hand. Ook dan helpt de verdovende en dempende werking van alcohol om een hardnekkige sombere stemming of andere psychische klachten even niet te voelen. Tenminste, op korte termijn. Op de lange termijn werkt het averechts: systematisch alcoholgebruik om psychische of psychiatrische klachten te onderdrukken versterkt vaak bestaande psychische en psychiatrische problemen of het veroorzaakt nieuwe, zoals depressies of angststoornissen. Deze les gaat dieper in over hoe u probleemdrinken kunt herkennen en behandelen.

5. Omgaan met onzekerheid en faalangst

Iedereen voelt zich wel eens onzeker, maar wie daar altijd last van heeft, heeft mogelijk psychische ondersteuning nodig. Want er is iets te doen aan extreme verlegenheid en chronisch gebrek aan zelfvertrouwen, en de schaamte, schuld, boosheid, somberheid en faalangst die daaruit kunnen voortkomen. In deze les gaan we in op mensen wier leven beheerst wordt door het idee dat ze nooit voldoende presteren, altijd minder kunnen dan anderen, erg onzeker zijn, en last hebben van angst wanneer ze een prestatie moeten leveren, omdat ze denken dat ze zullen falen. We laten u zien waar gevoelens van onzekerheid en faalangst mee te maken hebben en bespreken de mogelijkheden die u hebt om het zelfbeeld en het zelfvertrouwen van patiënten een duw in de goede richting te geven.

6. Praten over pijn kan helend werken!

Chronische pijn heeft naast een biomedische ook een psychosociale component. Gevoelens van boosheid, angst of depressie kunnen de beleving van pijn negatief beïnvloeden. Ook sociale factoren, zoals het ontbreken van steun van een partner of een slechte financiële situatie, kunnen een negatieve invloed hebben op de pijnbeleving en op de wijze waarop de patiënt met pijn omgaat. Aandacht voor de niet-lichamelijke factoren is dan ook een essentieel onderdeel van de diagnostiek en behandeling van pijnklachten. Daarom gaan we tijdens deze les praten over pijn. Kennis en begrip van chronische pijn geven de patiënt namelijk meer mogelijkheden om met de pijn te leren omgaan. Daarnaast bevordert het de kans dat behandeladviezen goed worden opgevolgd.

7. De psychische impact van (cyber)pesten

Een kind dat gepest wordt voelt zich vaak alleen staan en kan last krijgen van somberheid, een laag zelfbeeld, angstaanvallen en depressieve klachten. In ernstige gevallen kan (cyber)pesten zelfs leiden tot zelfmoord. Zo beroofde een vijftienjarig meisje zichzelf van het leven nadat er naaktfoto's van haar waren verspreid op social media. Om zulke destructieve gevolgen tot een minimum te beperken, is snel en vroeg ingrijpen en ondersteuning bieden belangrijk. Aan de hand van voorbeelden laten we zien wat de psychische gevolgen van pestgedrag kunnen zijn en hoe u kinderen/jongeren kunt helpen om zich daar beter tegen te wapenen. Daarnaast gaan we in op het herkennen van signalen en het bespreekbaar maken van het probleem, omdat een kind dat gepest wordt daar niet altijd voor uit durft te komen.

ALGEMENE INFORMATIE:

**Datum:**

Vrijdag 1 december 2017

Locatie:

Postillion Utrecht Bunnik

Doelgroep:

Huisartsen, Praktijkondersteuners-GGZ, Verpleegkundig Specialisten GGZ, Sociaal Psychiatrisch Verpleegkundigen.

Accreditatie:

Wordt aangevraagd voor 5 uur bij:

KNMG (cluster 1) voor huisartsen.

Landelijke Vereniging POH-GGZ

Verpleegkundig Specialisten Register (cluster GGZ)

Kwaliteitsregister V&V voor Sociaal Psychiatrisch Verpleegkundigen

Aanmelden:

U kunt zich aanmelden via onze website www.marktwo.nl.

Kosten:

Cursustarief huisartsen: €225,-

Cursustarief POH-GGZ: €195,-

Cursustarief overige beroepen: €195,-

Dit bedrag is inclusief consumpties, lunch en cursusmateriaal.

Mark Two is als geregistreerde instelling voor kort beroepsonderwijs vrijgesteld van BTW.

Annuleren:

Tot twee weken voor de bijeenkomst kunt u, uitsluitend schriftelijk, annuleren. Wij brengen dan €50,- annuleringskosten in rekening. Daarna bent u het volledige registratiebedrag verschuldigd. U kunt dan nog wel een collega in uw plaats laten deelnemen. Neemt u daarvoor contact op met ons secretariaat.

Meer informatie:

MarkTwo  Academy

Steven Korteling, cursusmanager

Postbus 358

3830 AK Leusden

Tel. 033 4345730

Fax. 033 4345720

Email: skorteling@marktwo.nl

Website: www.marktwo.nl

