

Gedragsactivatie in beweging: maak een trend van gedragsactivatie. En transformeren de behandeling van individueel naar de groep.

Floor de Wit ¹, dr. Inge Jager ²

¹Amsterdam UMC

²GGZ inGeest

nummer

10

Kernwoorden

Gedragsactivatie, depressie, groep, stemmingsstoornissen

Doelgroep

mensen met weinig ervaring met het onderwerp

Inhoud workshop

Gedragsactivatie is een van de meest effectieve interventies bij depressie. Toch is het nog niet de onmisbare trend waar behandelaars stevast op inzetten. Waarom eigenlijk niet?

Hoe maken we er samen de trend van die zo'n jarenlang bewezen effectieve interventie verdient?

In deze interactieve workshop laten we zien hoe gedragsactivatie niet alleen een krachtig antwoord biedt op de toenemende druk op de GGZ en wachtlijsten, maar ook hoe het groepsgewijs inzetten van deze methode nieuwe energie en inspiratie kan brengen – voor zowel patiënt als behandelaar.

Gedurende de workshop ligt de nadruk op het actief oefenen van vaardigheden, het delen van ervaringen en het uitwisselen van praktische tips. We laten zien hoe je als behandelaar het imago van gedragsactivatie kunt opfrissen en de waarde ervan kunt vergroten, zodat deze interventie weer wat meer in de belangstelling komt te staan.

Leerdoel: Na afloop van deze workshop hebben deelnemers praktische handvatten en vernieuwende werkvormen geleerd om gedragsactivatie effectief en aantrekkelijk in te zetten in groepsverband, met speciale aandacht voor sociale activatie en het doorbreken van het stoffige imago.

Invulling workshop

Opzet Workshop:

Het is een actieve workshop met diverse werkvormen:

- plenaire uitleg theoretische achtergrond en wetenschappelijke evidentie gedragsactivatie
- patiënt video's (groepsinterventie/individuele interventie)
- plenaire demonstratie sociale activatie
- in kleine groepjes oefenen mbv rollenspelen en feedback
- plenaire brainstorm, discussie en vragen.