

Actorschap als motor van transformatie: regie van cliënten versterken binnen CGT

Marloes Verhaar

Lianne Abeling

Workshop

Cognitieve gedragstherapie blijft zich ontwikkelen. Dat vraagt van ons dat we vasthouden aan wat werkt, maar ook dat we nieuwe perspectieven en behandelvormen durven verkennen. Het voorjaarscongres inspireert ons om te transformeren én trends te vormen. In de dagelijkse praktijk blijkt dat echter niet altijd eenvoudig. Veel cliënten lopen vast in patronen van passiviteit, afhankelijkheid of vermijding. Hoe help je hen deze patronen te doorbreken en daardoor weer grip te ervaren op hersteldoelen in hun leven?

In deze interactieve workshop sluiten we aan bij de keynote van David van den Berg over patroondiagnostiek als transformatieve innovatie. We onderzoeken de centrale vraag: *hoe activeer je cliënten zodat zij zelf vormgever worden van hun veranderproces?*

We benaderen het bevorderen van actorschap als een essentieel proces binnen CGT: het vermogen van cliënten om invloed te ervaren op hun gedrag, keuzes en toekomst. We laten zien hoe therapeuten actorschap kunnen versterken door te denken vanuit modellen en zorgvuldige inzet van taal en gelijkwaardigheid in de samenwerking. Kleine verschuivingen in hoe je vragen stelt, opdrachten formuleert of keuzes deelt, kunnen grote gevolgen hebben voor het gevoel van regie.

Deelnemers krijgen praktische handvatten die direct toepasbaar zijn in zowel bestaande CGT-protocollen als in meer transdiagnostische, vernieuwende werkwijzen. Zij gaan naar huis met concrete interventies om actorschap te bevorderen en daarmee verandering te versnellen en te verdiepen.