

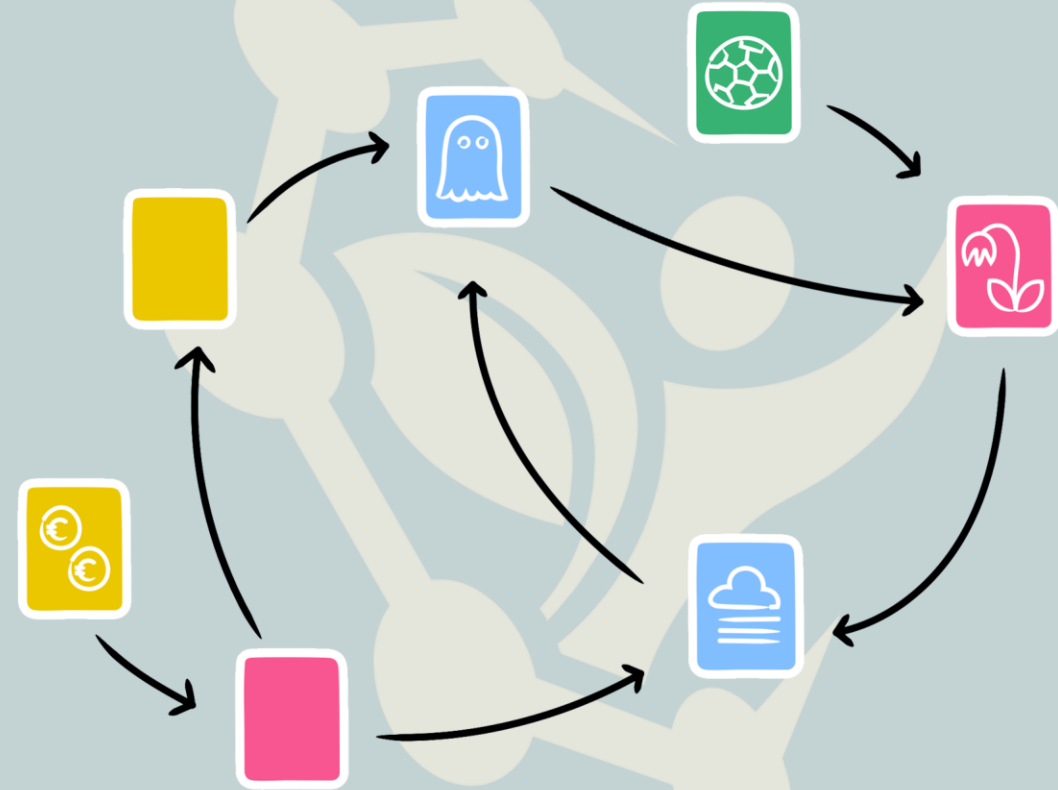


Patterns of Life

***Actorschap als motor van
transformatie:***

***regie van cliënten versterken
binnen CGT***

***Marloes Verhaar &
Lianne Abeling***



Even voorstellen...



Marloes Verhaar

Klinisch Psycholoog & programmaleider

Lianne Abeling

GZ-psycholoog & promovenda

Belangenverstrengeling; geen financiële belangen, loondienst Parnassia Groep.

Warming up

**Wat versta jij onder
actorschap?**

5 min subgroepjes + nabespreking

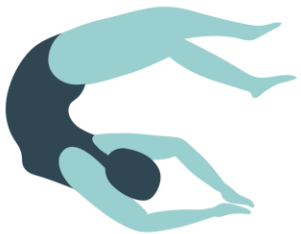
● mensen hebben **actorschap** (agency)

het vermogen om te handelen naar de doelen die je stelt, maar ook om je doelen en waarden te herzien door nieuwe dingen over jezelf te leren.

Zulke doelen en waarden bepalen in onze visie wanneer iets een probleem is voor een persoon, in plaats van de mate waarin het afwijkt van een medische norm.

redesigning psychiatry

Door te anticiperen op de toekomst in plaats van te reageren op de problemen van vandaag willen we laten zien hoe het anders kan.

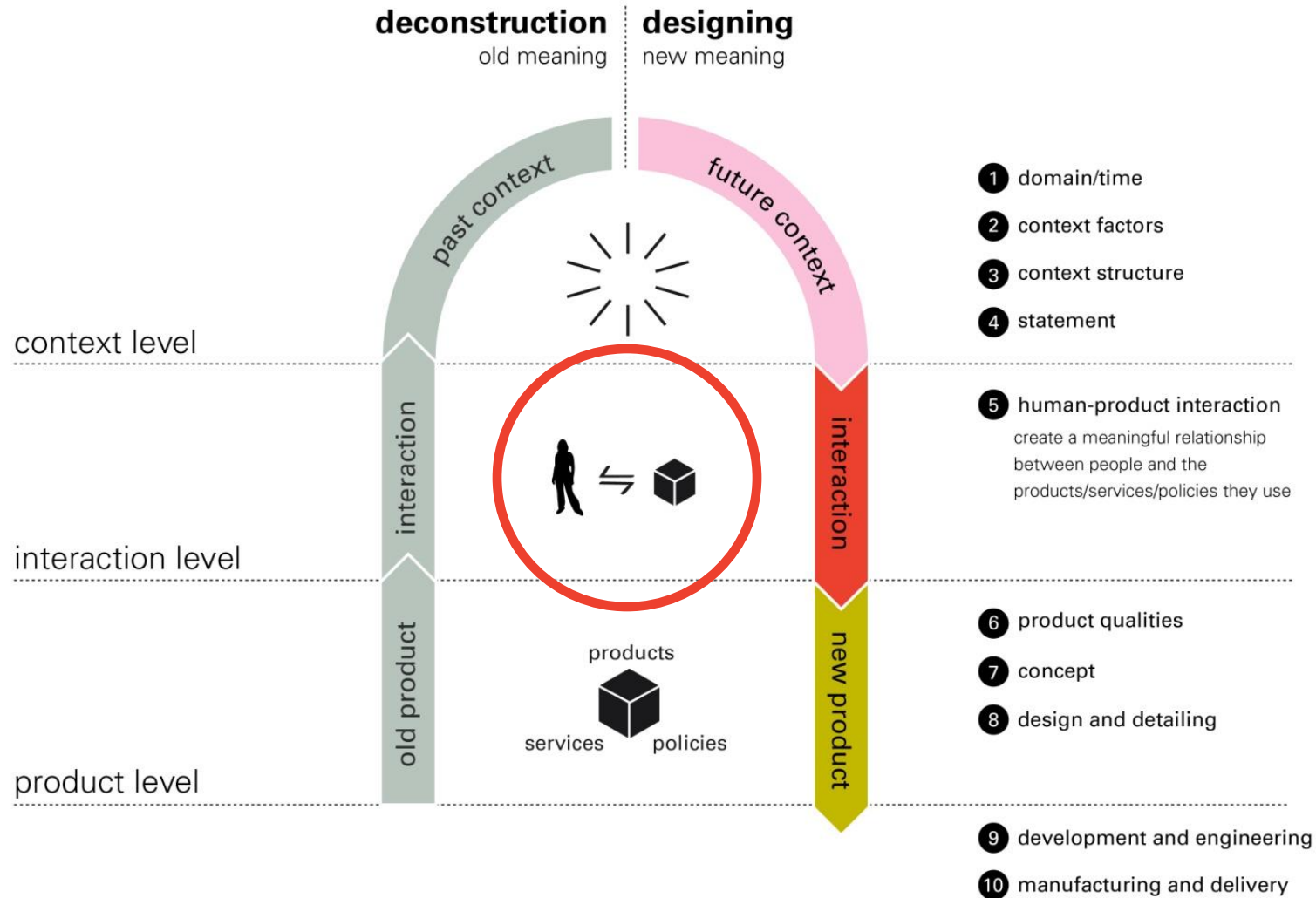


An illustration of a person with a backpack climbing a mountain peak. The person is wearing a brown shirt and dark pants, and is holding a white object. The background is a stylized landscape with dark blue mountains and a light brown sky with white clouds. The overall style is modern and graphic.

GGZ innovatie roept allerlei (ethische) vragen op

- Wat is mentale gezondheid? En wat zijn mentale problemen?
- Wat betekent het om iemands problemen te classificeren?
- Hoe bepalen we wie wel en wie geen recht heeft op hulp?
- Hoe verhouden professionals zich tot zorggebruikers?
- Waar is de GGZ wel en niet verantwoordelijk voor?
- Taal: Wat betekent het bijvoorbeeld om iemand een patiënt te noemen?

Reframing Methode / Vision In Product design



‘Standing on the
shoulders of giants’



Patterns of Life

Interdisciplinair Team

Redefining
Psychiatry



patroondiagnostiek

model
&
taal

van classificeren

naar

patroondenken

relatie

van bovenpositie
professional

naar

**gelijkwaardige inbreng
van kennis en ervaring**

procedure

van passief
gediagnosticeerd worden

naar

**actieve deelname aan
de diagnostiek**

Actorschap bevorderen door samen het verhaal van de persoon te verduidelijken



samen een verhaal ontwikkelen over



wie je bent en hoe je bent vastgelopen



wat je problemen nu in stand houdt



wat je belangrijk vindt en waar je naartoe wilt

● mensen hebben actorschap (agency)

het vermogen om te handelen naar de doelen die je stelt, maar ook om je doelen en waarden te herzien door nieuwe dingen over jezelf te leren.

Zulke doelen en waarden bepalen in onze visie wanneer iets een probleem is voor een persoon, in plaats van de mate waarin het afwijkt van een medische norm.

**Hoe zet je dat door in het gehele
zorgtraject?**

Wat vraagt dat van onze houding?



Korte reflectieoefening

- Ga terug naar een situatie waarin een cliënt actorschap toonde

In 2-tallen

- Wat maakte dit moment mogelijk?
- Wat deed jij als therapeut dat dit kon ontstaan?



**Welke patronen zien we in hoe
actorschap ontstaat?**

Wat is onze rol als hulpverlener?

VGC †

voorjaarscongres

20 maart 2026



**TRANSFORMEREN
TRENDS FORMEREN**

Hoe CGT en Actorschap elkaar versterken

CGT is in essentie een therapie die
actorschap vergroot



Structuur en doelen

CGT werkt doelgericht en gestructureerd, wat mensen helpt om weer grip te ervaren

Doorbreken van hulpeloos makende denkpatronen

Disfunctionele gedachten als “Ik kan dit niet” of “Het heeft toch geen zin” uitdagen en vervangen

Actief experimenteren en invloed ervaren

Gedragsexperimenten laten cliënten ervaren dat hun acties effect hebben → directe boost in acterschap

Versterken van zelfeffectiviteit

Door nieuwe vaardigheden te oefenen ervaart iemand dat verandering mogelijk is

Autonomie centraal

De cliënt leert, oefent en verandert zelf. De therapeut begeleidt, de cliënt handelt. Vrijheid ervaren in het maken van keuzes.

Stellingen over Actorschap

Stellingen

slido



Code 1567953



Een CGT-therapeut die te veel stuurt, ondermijnt het actorschap van de cliënt



Actorschap bevorderen betekent dat de therapeut soms minder ‘efficiënt’ moet werken



Actorschap wordt te vaak verward met 'je best doen'



Actorschap bevorderen is niet bij alle cliënten mogelijk of wenselijk



**'Actorschap bevorderen' overschat
individuele controle en overschat
structurele beperkingen**



**Het betrekken van naasten kan
actorschap van de cliënt versterken,
maar ook ondermijnen**



Een therapie zonder huiswerk is in feite een therapie zonder actorschap



Een client kan pas actor zijn als de context dat toelaat

Ondersteunen van actorschap

Medisch
model:
'Expert' versus
'Leek'?



Leidt tot:



- Machteloosheid, passiviteit
- ‘Learned helplessness’
- (Zelf)stigma
- Gebrek aan hoop / perspectief op herstel



Balans tussen groeps kennis en individueel patroon

#bescheiden zelfvertrouwen als professional
in de balans tussen weten en niet weten

Scenario

Th: "Wat heb je nodig?"

Cl: "Weet ik veel! Zeg jij het maar, anders zat ik hier niet!"

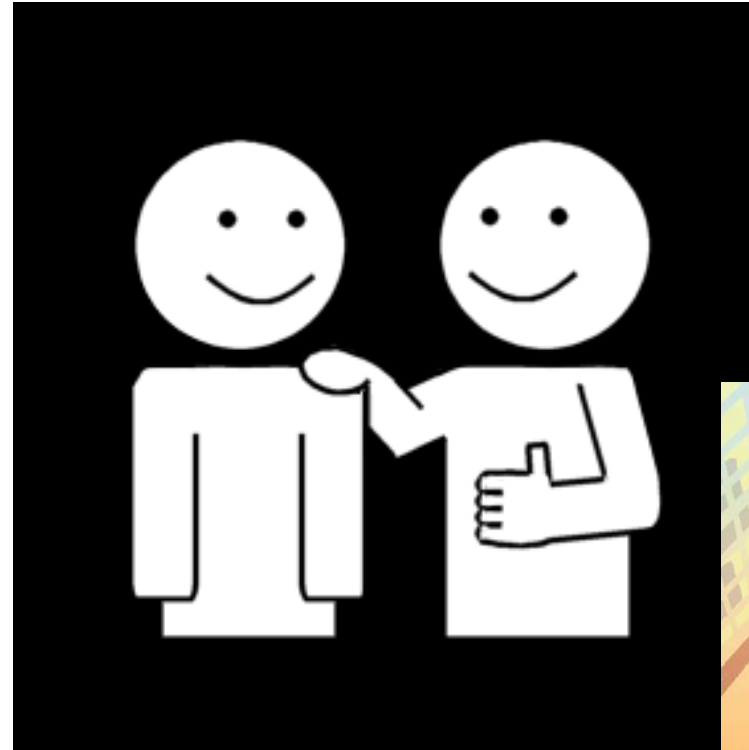
Gebrek aan actorschap

(hulpeloosheid, alles aan de ander overlaten)

Neiging?

Keuze voor hulpverlenend
beroep

Mensen willen helpen;
iets voor mensen willen
betekenen



Herstel- ondermijnende reflexen

Overnemen-reflex

Handreiking Autonomie Bevorderend Beleid

Deze handreiking beschrijft hoe op een zorgvuldige manier een autonomie bevorderend beleid (ABB) opgesteld kan worden bij patiënten met chronische suïcidaliteit. De handreiking is bedoeld voor hulpverleners binnen de specialistische GGZ die regelmatig te maken hebben met patiënten met chronische suïcidaliteit, maar kan ook gebruikt worden door beleidsmakers (management) of mensen met een toetsende rol (bijvoorbeeld geneesheer-directeuren). Het doorlopen van deze handreiking kan bijdragen aan het formuleren van een autonomie bevorderend beleid door te helpen bij het stellen van de juiste indicatie, het inhoudelijk beschrijven en vastleggen ervan, en bij het definiëren danwel identificeren van (rand) voorwaarden voor een zorgvuldig beleid. Hiertoe worden terminologie, doelstelling, de risico's en zorgvuldigheidseisen besproken. De handreiking ABB kan ook als onderlegger dienen voor uitleg over specifieke aspecten van specialistische zorg aan derden die wel te maken hebben met deze specifieke patiëntengroep, maar niet als hulpverlener in de GGZ werken.

Introductie

Wanneer een patiënt zegt suïcide te zullen plegen, en hiertoe een plan gemaakt heeft, is dit een acute en levensbedreigende situatie die vraagt om beschermende maatregelen. Deze zijn vaak gepast en helpen de patiënt door een crisis heen. Bij chronische suïcidaliteit kunnen beschermende maatregelen echter op gespannen voet staan met behandeldoelen op de lange termijn. In dergelijke gevallen wordt met enige regelmaat de vraag gesteld of er een autonomie bevorderend beleid gevoerd moet worden.

Bij chronische suïcidaliteit zien we soms dat beschermende maatregelen om gevaren op de korte termijn weg te nemen, op gespannen voet kunnen staan met behandeldoelen op de lange termijn. In extremis kan het zijn dat behandeldoelen op de lange termijn nooit aan bod komen,

Scenario

Cl: "Ik wil (vul in)."

Cliënt neemt actorschap, maar niet volgens
de richtlijnen

of

niet bevorderend voor het gestelde doel

Rollenspel

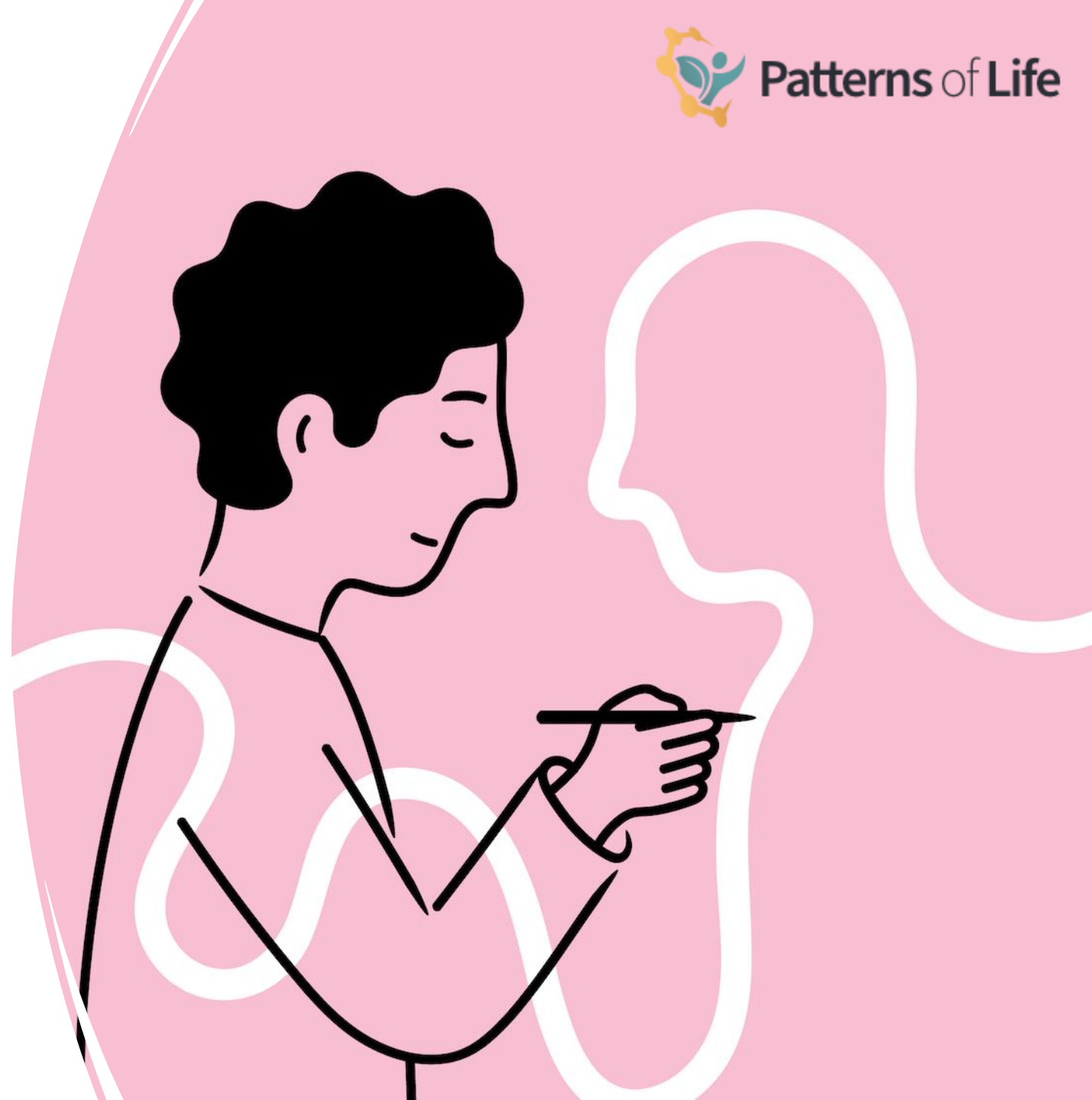
In 3-tallen

Hulpvrager: "Wat moet ik doen?"

Behandelaar:

1. 10 sec. wachten
2. Keuze expliciet maken: "Zullen we samen drie opties verkennen waar jij uit kunt kiezen?"
3. Eigenaarschap terugleggen: "Wat zou voor jou het meest helpend zijn om mee te beginnen?"
4. Mini-gedragsexperiment: "Welke kleine eerste stap wil je deze week proberen, puur als experiment?"

Observator



CGT Werkblad Cirkel van Invloed & Acterschap

1. Situatie

2. Cirkel van Invloed

3. Acterschap bevorderen

Welke kleine keuze kan ik hier maken?

.....

Wat kan ik doen dat 1% verschil maakt?

.....

Welke gedachte kan ik onderzoeken of uitdagen?

.....

4. Mijn concrete actie

5. Mini-gedragsexperiment

6. Reflectie

van een **statische** naar een **dynamische** visie op mentaal welzijn en mentale problemen

de adaptieve cyclus

heroriëntatie

balans/evenwicht



ontwikkeling/ groei

ontregeling

veerkracht & actorschap!



opvangen (incasseren)
omgaan met tegenslag



aanpassen (adapteren)
aanpassen aan verandering



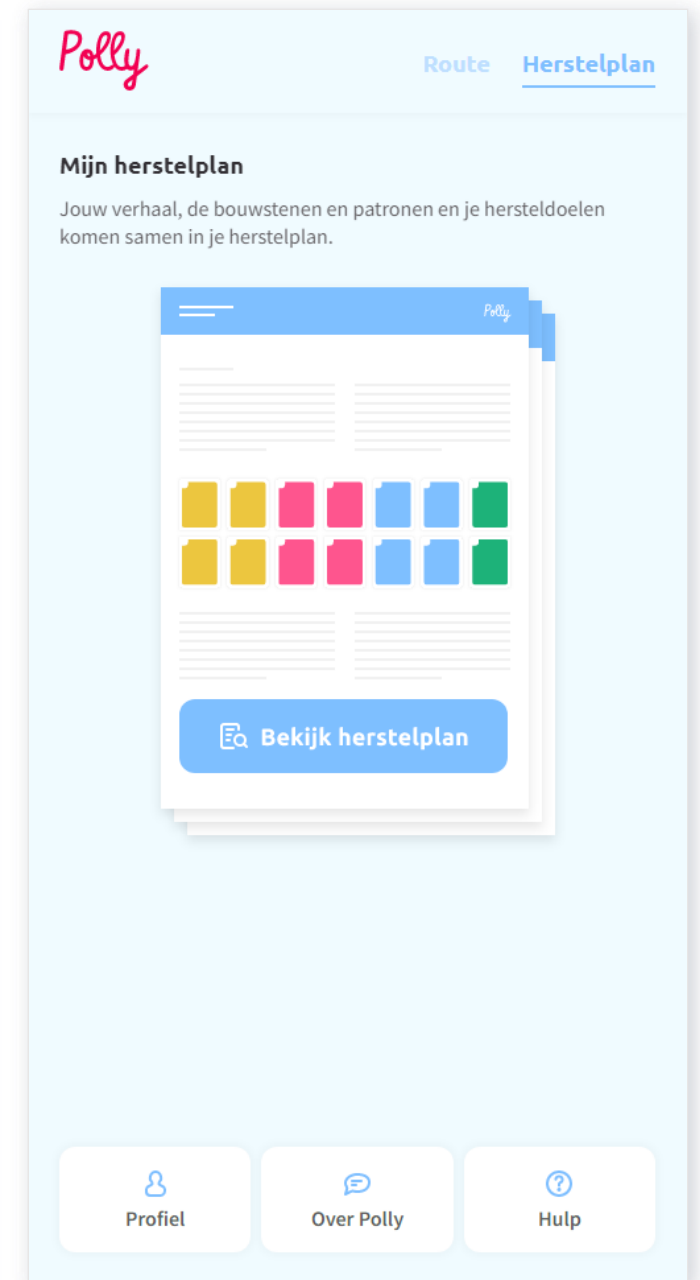
veranderen (transformeren) vinden
van nieuw evenwicht

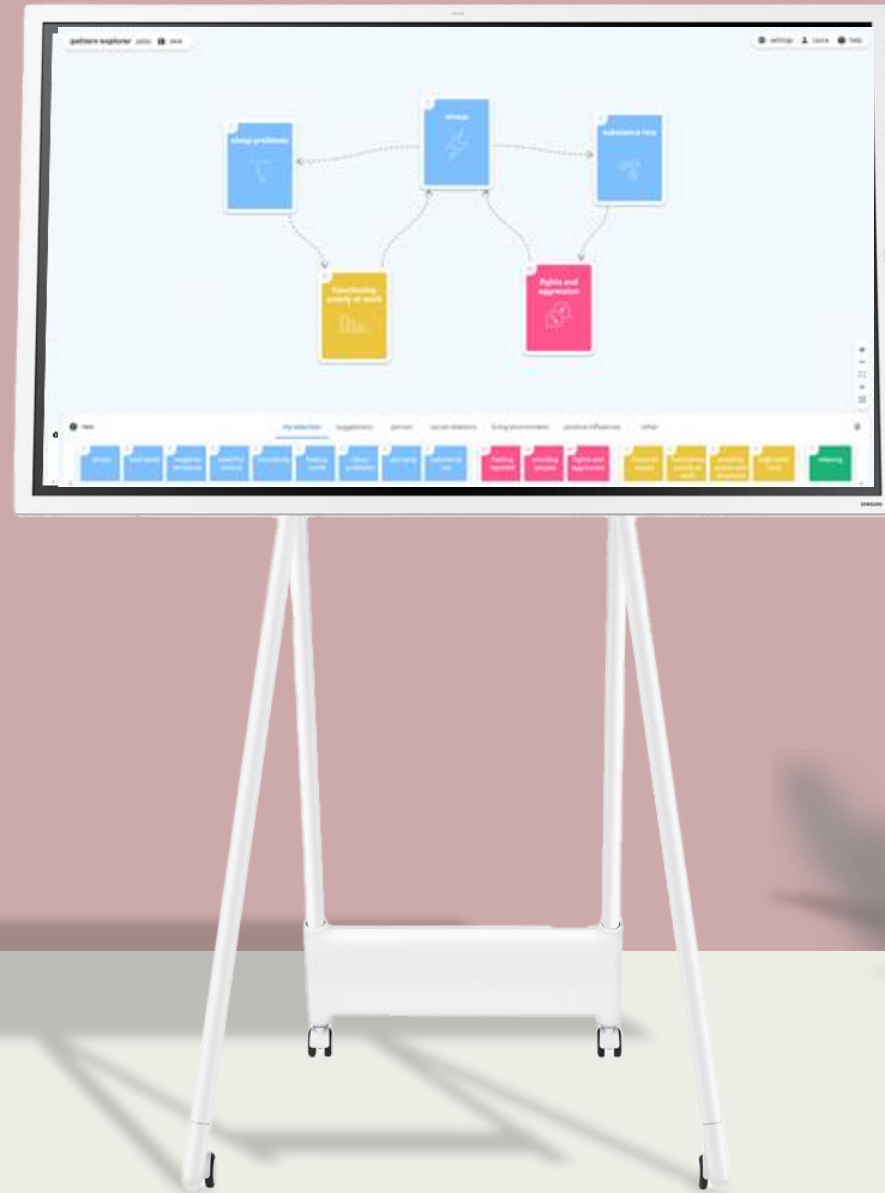
Polly App

- Vormt rode draad door gesprekken heen
- Draagt bij aan actorschap en inzicht

“Je bent er vooraf al mee bezig, je leeft er naartoe. Het proces duurt langer maar je kan een beter beeld schetsen wat er speelt. Je voelt je niet gedwongen ineens je verhaal te vertellen ”

deelnemer Pilot





patiënt

naam

ziek

vastgelopen

~~stoornis~~

probleem
instandhoudend
patroon

~~behandeld worden~~

patronen doorbreken en
opbouwen

Nieuwe taal



- Patronen en interacties i.p.v. symptomen en syndromen
- Vastlopen in, of worstelen met patronen i.p.v. een psychische stoornis hebben
- Gewenste en ongewenste evenwichten i.p.v. ziekte of gezondheid
- Strategieën, patronen doorbreken of opbouwen i.p.v. interventies of behandelingen
- Ontregeling i.p.v. crisis of terugval
- Opvangen, aanpassen, veranderen, veerkracht vergroten i.p.v. genezen

patroondiagnostiek

model
&
taal

van classificeren

naar

patroondenken

relatie

van bovenpositie
professional

naar

**gelijkwaardige inbreng
van kennis en ervaring**

procedure

van passief
gediagnosticeerd worden

naar

**actieve deelname aan
de diagnostiek**



Wat kun je morgen al anders doen?

- 1 Help mensen hun verhaal vorm te geven
- 2 Probeer actorschap te bevorderen
- 3 Gebruik andere taal

Dank voor
jullie
aandacht!

Meer weten?

patroondiagnostiek@parnassiagroep.nl



The screenshot shows the website interface for 'Patterns of Life'. At the top left is the logo 'Patterns of Life' with a stylized orange and blue icon. To the right are navigation links: 'Wat we doen', 'Patroondiagnostiek', and 'Over ons', followed by a language dropdown menu set to 'NL'. The main heading reads 'Innovatie op het gebied van diagnostiek in de GGZ'. Below this is the subtitle 'Het nieuwe denken over mentale problemen gaat over patronen'. Two buttons are visible: 'Ontdek Meer' and 'Onze Brochure'. On the right side of the page, there is a circular diagram with six icons connected by arrows in a clockwise cycle. The icons represent: a yellow square, a blue ghost, a green soccer ball, a pink brain, a blue cloud with a list, and a yellow square with two Euro symbols.



Website