



## Programma

9.00 uur

### **Ontvangst en Kennismaking**

*uitwisselen doelstellingen, verwachtingen, casussen en toelichting op programma & materiaal*

9.15 – 11.00 uur

### **Angst belicht (deskundigheid vergroot)**

*Kennismaking met theoretische achtergrond van angst algemeen en specifiek bij kanker.*

De volgende onderdelen worden toegelicht:

- Angst als basisemotie bij kanker: waar hebben we het eigenlijk over?
- Oorzaken en gevolgen van angst
- Vroegtijdige signalering & begeleiding bij symptomen
- Verschijningsvormen en gedragskenmerken van angst bij kanker
- Zelfzorg-ondersteuning bij het verdragen van angst bij kanker
- Copingstijlen en copingmechanismen

11.15 – 12.45 uur

### **Angst gecoacht (vaardigheden getraind)**

*Coachen vanuit een verpleegkundige rol. Inzicht in verschillende aspecten van coaching en gesprekstechnieken die inzetbaar zijn in de begeleiding van angst bij kanker. Aansluitend worden deze technieken en vaardigheden geoefend aan de hand van casussen uit de (eigen) praktijk.*

- Toepassing van verschillende methoden en interventies, waaronder mindfulness
- Methoden, technieken en vaardigheden voor ondersteuning & coaching van oncologiepatiënten en hun naasten
- Casussen uit de praktijk en vaardigheden trainen!

12.45 – 13.00 uur

### **Wrap up!**

*Evaluatie en feedback op de aangeboden stof en afspraken voor toepassing in de praktijk!*