

Cursus

Goed Gestemd Ouder Worden ... DAT KAN

Masterclass 18 juni 2019

Inleiding:

Een op de drie ouderen kampt met depressieve (somberheid) en angstklachten en veel ouderen denken dat deze klachten nu eenmaal horen bij het ouder worden. Dat is zeker niet het geval. Depressieve en angstklachten beïnvloeden in ernstige mate negatief de kwaliteit van leven. Bovendien kunnen de klachten een voorbode zijn van een volwaardige depressie of angststoornis. Reden genoeg dus om 'er op tijd bij te zijn'. Echter, het herkennen van stemmingsproblematiek is lastig, niet alleen voor de oudere zelf, maar ook voor diens naasten en voor zorgverleners. Gelukkig zijn hier diverse hulpmiddelen voor.

Op het herkennen van somberheid of angst volgt 'erkennen' en dat is een vereiste om actief en gemotiveerd aan de slag te gaan om de stemming te verbeteren. Er bestaan verschillende methoden die effectief zijn gebleken bij het verminderen van depressieve en angstklachten. In deze training voor zorgverleners komt een aantal van deze methoden aan bod.

Inhoud/programma

Tijdens deze bijeenkomst worden effectieve stemmingsverbeterende methoden besproken en geoefend: Cognitieve Gedragstherapie, de probleem-oplos-techniek "PST" en de Reminiscentie techniek "Dierbare Herinneringen". Ook wordt aandacht besteed aan het herkennen van somberheid en angst, het de oudere helpen erkennen van de problematiek en het begeleiden van de oudere bij het oppakken van een stemmingsverbeterende methode. Tijdens de training wordt gebruik gemaakt van het werk- en begeleidersboek Goed Gestemd Ouder Worden (GGOW).

Doel:

Na afloop van deze cursus:

- ⤴ bent u op de hoogte van oorzaken van stemmingsproblematiek bij ouderen.
 - ⤴ bent u beter in staat om stemmingsproblematiek te herkennen en te helpen erkennen.
 - ⤴ heeft u kennisgemaakt met de drie interventies die in GGOW beschreven worden: Cognitieve Gedragstherapie, de probleem-oplos-techniek "PST" en de Reminiscentie techniek "Dierbare Herinneringen".
-

Meer informatie

Wenckebach Instituut
UMCG Postgraduate School of Medicine
(t) 050-3610265
(e) paog@umcg.nl

Programma

Dinsdag 18 juni 2019

15.30 Ontvangst en inschrijving

16.00 – 18.00

- Korte bespreking boek “Goed Gestemd Ouder Worden”
- Stemmingsproblematiek bij ouderen en het (h)erkennen ervan
- Stemming verkennen en verbeteren
- Drie stemmingsverbeterende technieken, aangepast aan ouderen
- Wat komt er kijken bij 'begeleiden'
- Techniek B (Problem Solving Treatment)
- Techniek C (Reminiscentie, Life Review techniek)
- Afronding en afspraken betreffende thuis oefenen
- Vragen
- Bespreken thuisoefeningen

Docent

Dr. P.J. (Nelleke) van 't Veer-Tazelaar, psychologe, verpleegkundige.

Zie www.copperbeechpsychology.nl

Organisatie

Wenckebach Instituut, UMCG Postgraduate School of Medicine, in samenwerking met dr. P.J. (Nelleke) van 't Veer –Tazelaar en de Hanze Hogeschool Groningen.

Doelgroepen

Verpleegkundigen, verpleegkundig specialisten, huisartsen, praktijkondersteuners, maatschappelijk werkers, thuiszorg- en wijkverpleegkundigen.

Accreditatie

U ontvangt na afloop een digitaal bewijs van deelname.

Plaats

De cursus vindt plaats in het UMCG.

18 juni: lokaal 6

(intern UMCG-adres: Winkelstraat 1).

Parkeren/Openbaar vervoer

U kunt de auto parkeren in Parkeergarage Noord, bereikbaar via de Vrydemalaan (betaald parkeren). Van daaruit volgt u de bewegwijzering naar “Ingang UMCG”. Maakt u gebruik van het openbaar vervoer raadpleeg dan www.9292.nl.

Kosten

Deelname aan deze cursus kost € 50,- per persoon inclusief koffie, thee. U kunt online (via IDEAL of credit card) betalen.

Inschrijving

U kunt zich tot **1 juni 2019** via www.wenckebachinstituut.nl inschrijven.

Deelname is aan een maximum aantal (30) gebonden, inschrijving vindt plaats op volgorde van binnenkomst. Wij informeren u zo snel mogelijk over plaatsing.

Annulering van uw inschrijving is mogelijk tot 1 juni 2019. In dat geval worden administratiekosten (€ 15,-) in rekening gebracht. Bij annulering na deze datum is geen restitutie mogelijk. Bij verhindering kan een vervanger uw plaats innemen.