**Positieve cognitieve gedragstherapie: the next generation**

De positieve cognitieve gedragstherapie integreert de positieve psychologie en oplossingsgerichte therapie binnen een cognitief gedragstherapeutisch kader. Op vrijdagmiddag 7 juni 2019 organiseert de nieuwe sectie positieve cgt haar eerste jaarlijkse studiedag. Van 13.30 tot 17.00 uur kan je (verder) kennismaken met deze vorm van cgt, ook wel de vierde generatie cgt genoemd, en heb je de gelegenheid ermee te oefenen.
Het wordt een praktische middag met bruikbare toepassingen, ook geschikt voor collega’s die nog niet zo werken.

De sprekers van de studiemiddag zijn:

*Fredrike Bannink* over haar model van positieve cgt

*Hidde Kuiper* over de toepassingen van positieve cgt

*Nicole Geschwind* over onderzoek aan de Universiteit van Maastricht naar de vergelijking tussen positieve cgt en tradionele cgt

**Programma**

|  |  |
| --- | --- |
| **13.00 – 13.30 uur** | Aankomst en registratie |
| **13.30 – 13.45 uur** | Welkom en programmaoverzicht door voorzitter sectie Fredrike Bannink |
| **13.45 – 14.00 uur****14.00 – 14.30 uur****14.30 – 15.00 uur****15.00 - 15.15 uur****15.15 - 15.45 uur****15.45 – 16.15 uur** | Start met één van de toepassingen van positieve cgt door Hidde KuiperHet model van positieve cgt, deel 1 door Fredrike BanninkKwantitatief onderzoek: vergelijking positieve en traditonele cgt door Nicole GeschwindpauzeHet model van positieve cgt, deel 2 door Fredrike BanninkToepassingen van de positieve cgt door Hidde Kuiper |
| **16.15 – 16.45 uur****16.45 – 17.00 uur**  | Kwalitatief onderzoek: vergelijking positieve en traditionele cgt door Nicole GeschwindWat neem je mee van vandaag en afsluiting |
|  |  |

**Abstracts studiedag sectie PCGt 7-6-2019**

*Fredrike Bannink* presenteert (in twee delen) haar model van positieve CGt. Ze laat zien hoe ook in de cognitieve gedragstherapie de focus verlegd kan worden van wat er mis is met cliënten en wat er niet werkt naar wat er wel goed gaat en wel werkt in hun leven. In de positieve CGt, ook wel de vierde generatie gedragstherapie genoemd, bieden twee veelbelovende stromingen, de positieve psychologie en de oplossingsgerichte therapie, een nieuw perspectief op de traditionele CGt.

In het eerste deel zal zij haar model van positieve CGt presenteren, met het positief gedragstherapeutisch proces. Daarin is onder andere de fase van probleeminventarisatie en probleemkeuze vervangen door de fase van doelformulering en wordt er gezocht naar uitzonderingen op het probleem. Er is ook gelegenheid hiermee te oefenen.

In het tweede deel gaat zij verder in op het vinden van uitzonderingen met zelfregistraties en het maken van positieve functieanalyses. Ook hiermee zal kort geoefend worden.

Tot slot licht zij alvast een tipje van de sluier op over het behandelprotocol dat in het onderzoek aan de Universiteit van Maastricht werd gebruikt. Samen met Nicole Geschwind schrijft zij hierover een boek, dat tijdens de Najaarsconferentie van de VGCt 2019 zal worden uitgebracht.

*Hidde Kuiper* presenteert enkele toepassingen van de positieve CGt en nodigt de deelnemers uit er kort mee te oefenen. Deze toepassingen werden alle opgenomen in het behandelprotocol positieve CGt. Denk aan de volgende toepassingen: “Je best mogelijke zelf”, “Drie goede dingen”, “Zelfcompassie-oefening” en “Iets aardigs doen voor een ander”.

*Nicole Geschwind* geeft een presentatie (in twee delen) met als thema: “Positieve CGt: van positieve emoties naar mentale gezondheid”. In het eerste deel spreekt zij over het belang van positieve emoties in het bevorderen van weerbaarheid tegen psychische klachten, met de broaden-and-build theory of positive emotions als theoretisch kader.
Verder spreekt zij over de resultaten van de studie aan de Universiteit van Maastricht waarin 49 deelnemers met een depressieve stoornis zowel traditionele alsook positieve CGt kregen (in twee blokken van acht sessies, volgorde gerandomiseerd).

De uitkomstmaten waren zowel de mate van afname van de depressieve klachten en negatief affect, alsook de mate van toename van indicatoren van positieve geestelijke gezondheid (zoals positief affect en optimisme).
In het tweede deel licht Nicole de uitkomsten van een kwalitatieve (interview-)studie toe. Hierin gaat het over de vraag hoe de cliënten positieve CGt hebben ervaren, en zoomt ze in op de redenen voor hun voorkeur voor positieve CGt.