

**Angst na Kanker**

***Wat te doen bij angstklachten na ziekte?***

Angst na ziekte, zoals na kanker, komt veel voor en is begrijpelijk. Veel patiënten zijn bang dat de ziekte terugkomt of erger zal worden. Zo'n een op de drie kankerpatiënten heeft jarenlang last van forse angstklachten die hun leven in de weg zitten, ook bij curatieve behandelingen. Die patiënten piekeren veel, laten zich niet makkelijk geruststellen, hebben slaapproblemen, controleren zichzelf overmatig en hebben spanningsklachten. Toch is nog onbekend dat angst voor recidive goed te begeleiden en te behandelen is.
In deze cursus leer je angsten herkennen en behandelstrategieën toepassen zodat patiënten minder last hebben van onzekerheid en angst over de toekomst. Dit wordt gedaan aan de hand van het acroniem HOPPA. HOPPA staat voor Herkennen, Onderzoeken, Praten, Proberen en Accepteren. Je krijgt inzicht in de online zelfhulp training [www.minderangstnakanker.nl](https://www.hdi.nl/minder-angst-na-kanker/), die jouw cliënten kunnen volgen. Ook leer je hoe je jouw cliënten hierin kunt begeleiden met cognitief gedragstherapeutische interventies.

**Doel**
Meer inzicht in de ondersteuning van patiënten met angst voor kanker.

**Doelgroep**
Gz-psycholoog BIG, Basispsycholoog, Geestelijk verzorger, POH-GGZ, Hbo-verpleegkundige en Maatschappelijk werker

**Inhoud**
Introductie, kennismaking, doelen, uitleg acroniem HOPPA:

* Herkennen: prevalentie en symptomatologie
* Onderzoeken: diagnostiek en differentiaal diagnostiek. Waarin overlapt angst voor recidive met andere angsten? Hoe leer je de specifieke angst van jouw cliënt kennen? In welke context kun je dit plaatsen? Wanneer verwijs je door?
* Praten en Proberen: begeleiding en behandelstrategieën. Wat kun je doen en hoe kun je jouw cliënten helpen? Een inventarisatie van mogelijkheden.
* Accepteren: omgaan met de menselijkheid van de cliënt en van jou als hulpverlener. Hoe help je jouw cliënten zich te verhouden tot een toekomst met onzekerheid en die eindig kan zijn? Angst in de palliatieve fase.
* Online begeleiding met www.minderangstnakanker.nl. Hoe begeleid ik mijn cliënten met e-health? Oefenen met online. Een kijkje in de keuken van cognitieve gedragstherapeutische interventies.

**Docent**
bc. Coen Völker - Gz-psycholoog, eerstelijnspsycholoog. Werkzaam bij het Helen Dowling Instituut en in een eigen psychologenpraktijk.

**Certificaat**
Je ontvangt een certificaat indien je minimaal 90% aanwezig bent geweest en de cursus met goed gevolg hebt afgerond.

**Literatuur**
Tijdens de cursus dien je te beschikken over:
Verhulst. J. & Völker. C. (2018). Angst na kanker. Lannoo. ISBN: 9789401446877

**Meer informatie**
Kijk op www.rinogroep.nl voor meer en actuele informatie of neem contact op met de infodesk via 030 230 84 50 of infodesk@rinogroep.nl.