**Algemene informatie 4 daagse cursus Exposure in Vivo bij chronische pijn.**

**Algemene cursus informatie**

**Doelstelling cursus Exposure in Vivo bij chronische pijn:**

Welk theoretisch kader ligt ten grondslag aan de Exposure in Vivo behandeling?

Hoe achterhaal ik angsten, cognities en verwachtingen t.a.v. pijn of andere lichamelijke sensaties, bewegen / actief zijn, (hernieuwd) letsel en de toekomst?

Hoe leg ik de rationale van de Exposure in Vivo behandeling uit aan de patiënt?

Op welke manier wordt een gedragsexperiment opgesteld?

Deze en vele andere vragen komen aan bod in de cursus. De trainingen hebben als doel de Exposure in Vivo behandeling te kunnen toepassen bij mensen met chronische pijn.

**Werkvormen binnen de cursus:**

O.a. Literatuurbespreking, casuïstiekbespreking, videofragmenten, rollenspel, demonstraties.

**Cursus materiaal:**

De cursisten ontvangen zowel digitaal als schriftelijk het volledige cursusmateriaal, het boek ‘Graded Exposure: Een cognitief gedragsmatige aanpak van chronische pijn’ (Verbunt JA & Smeets RJEM, editors; Bohn Stafleu van Loghum, Houten 2017) en de Factsheet ‘Exposure: nieuwe inzichten’. Het cursusmateriaal fungeert als (verplichte) voorbereiding, ondersteuning en naslagwerk.

**Voorbereiding op de cursus:**

Van de cursisten worden de volgende voorbereidingen op de cursus verwacht:

* Lezen van de inleiding en deel 1 (hoofdstuk 2 t/m 7) uit het boek ‘Graded Exposure: Een cognitief gedragsmatige aanpak van chronische pijn’ (Verbunt JA & Smeets RJEM, editors; Bohn Stafleu van Loghum, Houten 2017).
* Lezen Factsheet VGCT ‘Exposure: nieuwe inzichten’ (Lotte Hendriks, 2018).
* Filmen van een behandelsessie / behandelsessies waarbij onderdelen van de Exposure in Vivo aan bod komen. Indien patiënt geen toestemming geeft voor het filmen het beschrijven van één of meerdere behandelsessies.
* Lezen cursusmateriaal.

**Interessante literatuur (niet verplicht):**

Via de IASP Press te bestellen (www.iasp-pain.org):

* Vlaeyen JWS, Morley SJ, Linton SJ, Boersma K & de Jong JR. Pain-Related Fear; Exposure-Based Treatment of Chronic Pain. IASP Press, Seatle, USA, 2012. (DVD met demonstraties is hierbij inbegrepen)

**Overzicht cursusdag 1**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Duur**  **(min)** | **Onderdelen** | **Vorm** |
| 30 | Welkom, kennismaking en Agenda cursusdagen 1 t/m 5 | Plenair |
| 30 | Casusbeschrijvingen | Plenair |
| 180 | Uitleg theoretische achtergrond Exposure in Vivo bij chronische pijn | Plenair |

Cursusdag 1: 240 minuten = 4 uur

**Overzicht cursusdag 2**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Duur**  **(min)** | **Onderdelen** | **Vorm** |
| 30 | Uitleg intake | Plenair |
| 45 | Opdracht intake | Werkgroepen |
| 30 | Nabespreken opdracht intake | Plenair |
| 30 | Uitleg toepassen PHODA | Plenair |
| 60 | Opdracht PHODA | Werkgroepen |
| 30 | Nabespreken opdracht PHODA | Plenair |
| 30 | Uitleg educatie revalidatiearts | Plenair |
| 45 | Opdracht educatie revalidatiearts | Werkgroepen |
| 15 | Nabespreken opdracht educatie revalidatiearts | Plenair |
| 30 | Uitleg behandelrationale | Plenair |
| 45 | Opdracht 1 uitleg behandelrationale | Werkgroepen |
| 30 | Tussenevaluatie opdracht 1 uitleg behandelrationale | Plenair |
| 45 | Opdracht 2 uitleg behandelrationale | Werkgroepen |
| 30 | Nabespreken uitleg behandelrationale | Plenair |
| 25 | Evaluatie dag 2 | Plenair |

Cursusdag 2: 420 minuten = 7 uur (exclusief pauzes)

**Overzicht cursusdag 3**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Duur**  **(min)** | **Onderdelen** | **Vorm** |
| 30 | Uitleg Exposure in Vivo en gedragsexperimenten | Plenair |
| 60 | Opdracht 1 Exposure in Vivo en gedragsexperimenten | Werkgroepen |
| 30 | Tussenevaluatie opdracht Exposure in Vivo en gedragsexperimenten | Plenair |
| 60 | Opdracht 2 Exposure in Vivo en gedragsexperimenten | Werkgroep |
| 30 | Tussenevaluatie opdracht Exposure in Vivo en gedragsexperimenten | Plenair |
| 60 | Opdracht 3 Exposure in Vivo en gedragsexperimenten | Werkgroepen |
| 60 | Nabespreking opdracht Exposure in Vivo en gedragsexperimenten | Plenair |
| 60 | Uitleg en bespreken terugvalpreventie | Plenair |
| 30 | Evaluatie cursusdag 2 en 3 | Plenair |

Cursus dag 3: 420 minuten = 7 uur (exclusief pauzes)

**Overzicht cursusdag 4**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Duur**  **Totaal**  **(min)** | **Onderdelen** | **Vorm** |
| 420 | Bekijken (video en/of in vivo) / beluisteren (audio) / bespreken casuïstiek  Meekijken bij Exposure in Vivo behandelingen cursisten op locatie  Evaluatie Exposure in Vivo behandelingen cursisten  Evaluatie cursusdag 5 en de algehele cursus Exposure in Vivo | Plenair  Werkgroepen  Plenair  Plenair |

Cursus dag 4: 420 minuten = 7 uur (exclusief pauzes)