****

**ONLINE INTRODUCTIETRAINING zorgprogramma Angst, Dwang en PTSS**

**Exposurebehandeling volgens inhibitiemodel**

Een aantal keren per jaar wordt er door zorgprogramma angst, dwang en PTSS een trainingsdag georganiseerd voor alle nieuwe collega’s binnen het zorgprogramma en andere geïnteresseerden.

De training is verplicht voor alle medewerkers van het zorgprogramma angst, dwang en PTSS. Daarnaast zijn medewerkers van andere zorgprogramma’s, die in de dagelijkse praktijk ook angst behandelen, welkom. Bij voldoende plaatsen zijn ook master psychologie-stagiaires welkom.

Het doel is kennismaking met diagnostiek en behandeling van alle angststoornissen, obsessieve-compulsieve stoornis en posttraumatische stress stoornis en de werkwijze binnen het zorgprogramma.

**De introductietraining Angst, Dwang en PTSS wordt online gegeven, in blended vorm. Het eerste deel van de training bestaat uit theoretische online modules. Daarnaast is er een deel face-to-face via ZOOM, waarbij we vragen beantwoorden en interactief zullen gaan oefenen.**

Het online programma bestaat vooral uit theorie en informatie overdracht. Hierin wordt onder andere geleerd om een probleemanalyse op te stellen waarin triggers, vermijdings-, veiligheidsgedrag, en exposureoefeningen een plaats krijgen. Er wordt een eerste indruk gegeven van exposure. Er wordt uitleg gegeven over de sociale angststoornis, gegenaraliseerde angststoornis, paniekstoornis en obsessieve-compulsieve stoornis en hoe exposure binnen deze behandeling een plaats krijgt vanuit de leertheorie en het inhibitiemodel.

In het live ZOOM-programma worden vragen beantwoord en wordt er zelf geoefend in achtereenvolgens –imaginaire exposure, - interoceptieve exposure, - exposure en responsepreventie.

Er wordt literatuur verstrekt, deze dient vooraf bestudeerd te worden. Binnen de training wordt verwacht dat je bereid bent om in rollenspel de cliënt- en therapeutenrol te spelen.

Deze training vormt de basis voor de reguliere angstbehandelingen. Voor de intensieve behandelingen, ITB en FOCUS, is er een vervolgtraining.

Het theoretisch uitgangspunt binnen deze trainingsdag is het ‘inhibitiemodel’.

**Tijden dagprogramma**

10:00 – 16:00 uur

**Tijden middag/avondprogramma**

14:00 – 17:30 uur en wordt vervolgd van 19:30 – 20:45 uur

**Voorbereidende filmpjes**

Willen jullie ter voorbereiding op de training - naast het lezen van de reeds eerdere gestuurde documenten - onderstaande filmpjes bekijken en de vragen voorbereiden?

Onderstaande YouTube-links kopieer je in je browser:

* **Filmpje 1**- 26 min – Inleiding 1-daagse angsttraining en theoretische achtergrond inhibitiemodel - [**https://youtu.be/xfQEM-ArLXg**](https://youtu.be/xfQEM-ArLXg)
* **Filmpje 2**- 19 min - probleemanalyse in de praktijk - [**https://youtu.be/deDduzuqP-s**](https://youtu.be/deDduzuqP-s)
* **Filmpje 3-** 13 min - behandeling sociale angst - [**https://youtu.be/4QcTIQ6C-iA**](https://youtu.be/4QcTIQ6C-iA)
* **Filmpje 4** – 4 min -  behandeling GAS - [**https://youtu.be/86MFIM-zr5E**](https://youtu.be/86MFIM-zr5E)
* **Filmpje 5** – 24 min - Paniekstoornis, diagnostiek en behandelin**g:** [**https://youtu.be/o7SEyO0P5F8**](https://youtu.be/o7SEyO0P5F8)
* **Filmpje 6** –15 min **-** OCS uitleg dwang en behandeling, voorbeeld Salkovskis: [**https://youtu.be/\_iLNGfu5Bus**](https://youtu.be/_iLNGfu5Bus)
* **Filmpje 7** – 12 min Exposure in vivo bij slangenfobie [**https://www.youtube.com/watch?v=zKTpecooiec**](https://www.youtube.com/watch?v=zKTpecooiec)

Stel bij dit filmpje jezelf de volgende vragen:

* *In hoeverre wordt hier het inhibitiemodel gevolgd?*
* *Wat zou jij als therapeut anders doen?*

****

**ONLINE INTRODUCTIETRAINING zorgprogramma Angst, Dwang en PTSS online**

**Exposurebehandeling volgens inhibitiemodel**

**Programma**

**Voorbereiding:**

*Literatuur leestijd totale duur 2 uur*

*Online onderwijs via video module: totale duur 2 uur*

Theorie Inhibitiemodel 30 min

Obsessief compulsieve stoornis, diagnostiek en behandeling 20 min

Paniekstoornis, diagnostiek en behandeling 30 min

Sociale angststoornis, diagnostiek en behandeling 20 min

Gegeneraliseerde angststoornis, diagnostiek en behandeling 20 min

**Workshop dagprogramma van 10:00 – 15:30 uur**

10.00- 11.00 Kennismaking en bespreken van de literatuur. Vragen beantwoorden over de

Theorie-presentaties.

11.00- 11.15 PAUZE

11.15- 12.00 Demonstratie imaginaire exposure

12.00- 12.30 In tweetallen oefenen imaginaire exposure

12.30- 12.45 nabespreken

***12.45- 13.30 - lunchpauze***

13.30- 13.45 Demonstratie interoceptieve exposure

13.45- 14.00 Uitvoering interoceptieve exposure in een groep

14.00 – 14.15 PAUZE

14.15- 14.30 Exposure en response preventie met intrusies in de groep

14.30- 15.15 Plenair oefenen bij dwangstoornis ‘exposure en responsepreventie’

15.15 – 15.30 Afronden

**Trainers: Maarten Tulp en Anneke Bruinsma**

****

**Workshop middag-avondprogramma van: 14:00 – 17.30 en 19.30-20.45 uur**

14.00- 15.00 Kennismaking en bespreken van de literatuur. Vragen beantwoorden over de

theoriepresentaties.

***15.00- 15.15***  *PAUZE*

15.15- 16.00 Demonstratie imaginaire exposure

16.00- 16.30 In tweetallen oefenen imaginaire exposure

16.30- 16.45 nabespreken

***16.45-17.00*** *PAUZE*

17:00 – 17.15 Demonstratie interoceptieve exposure

17.15-  17.30 Uitvoering interoceptieve exposure in een groep

***17.30-  19.30*** *PAUZE*

19.30- 19.45 Exposure en response preventie met intrusies in de groep

19.45- 20.30 Plenair oefenen bij dwangstoornis ‘exposure en responsepreventie’

20.30 – 20.45 Afronden

**Trainers: Maarten Tulp en Anneke Bruinsma**