



## **JAARLIJKS CONGRES – COPING EDITIE 2022**

7 april 2022  
Jaarbeurs, Utrecht

Elk mens is uniek. En dat geldt ook voor de manier waarop elk mens omgaat met z'n eigen psychische kwetsbaarheid.

Hoe iemand met problemen en stress omgaat wordt in de psychologie 'coping' genoemd. Coping is voornamelijk gericht op het direct veranderen van een probleem, het veranderen van de wijze waarop men het probleem beleeft of op het hanteren van door het probleem opgeroepen emoties. Daarbij geldt dat hoe iemand reageert op een stressvolle situatie, niet of nauwelijks wordt bepaald door de aard van het probleem, maar veel meer door de copingstrategie van die persoon.

Bij stress zoeken mensen vaak naar afleiding. Sommige mensen reageren passief, anderen juist actief. De een reageert emotioneel, de ander juist rationeel. De één zoekt steun bij familie of vrienden en de ander zoekt zijn toevlucht in het gebruik van alcohol of drugs om de problemen even te vergeten of de pijn voor een moment te verzachten. Copingstijlen lopen dus door elkaar heen.

Maar welke kennis is beschikbaar, wat kunnen we hiermee en wat is de beste aanpak? Dit zijn vragen die centraal staan tijdens het congres over coping. Ervaren sprekers uit wetenschap en praktijk gaan dieper in op het fenomeen coping, waarbij onderzoeksresultaten worden gekoppeld aan toepassing in de praktijk.

### **Doelgroep**

Dit congres is bedoeld als bij- en nascholing voor hbo- en academisch opgeleide professionals die binnen de hulpverlening of het onderwijs werken.

### **Leerdoelen**

- Herkenning van stresstypen herkennen en de behandeling van stress en burn-out
- Neurologische processen bij stress en coping
- Het effect van stress bij ouders op kinderen
- Verschillen in copingstrategieën bij stress van jongens en meisjes
- Copingmechanismen vanuit verschillende culturen
- Omgevingsfactoren die van belang zijn in relatie tot de ontwikkeling van veerkracht bij kinderen en jongeren
- De aanpak van stress bij leerlingen op school

## **Programma**

09.15 uur Registratie en ontvangst met koffie en thee

10.00 uur Opening congres door dagvoorzitter Dr. Guido van de Luitgaarden [Euregionaal Congresburo]

10.15 uur Mr. Dr. Carien Karsten [StroomQ] - Herkenning van stresstypen herkennen en de behandeling van stress en burn-out

11.10 uur Dr. Fabiënne Naber [UMC Utrecht] - Coping en het brein

12.05 uur Pauze

12.20 uur Drs. Paulien Kuipers [Kinderleven] - Het effect van stress bij ouders op kinderen

13.15 uur Lunchbuffet

14.00 uur Deelsessies

Deelsessie 1A Dr. Tibor Brunt [Universiteit van Amsterdam] - Copingstrategieën van jongens en meisjes

Deelsessie 1B Prof. Dr. Frank Kortmann [Radboud UMC] - Coping en cultuur

15.00 uur Pauze

15.30 uur Deelsessies

Deelsessie 2A Dr. Joost Hutsebaut [DeViersprong] - Veerkrachtige jongeren in veerkrachtige omgevingen

Deelsessie 2B Drs. Peter Mol [Gedragondersteuning] - De aanpak van stress bij leerlingen op school

16.30 uur Afsluiting

17.00 uur Einde

*Deelnemers aan het live congres dienen na afloop de gemiste deelsessies online nog te volgen. Pas na het doorlopen van het volledige programma zal de deelnemer een bewijs van deelname en eventuele registerpunten ontvangen.*

## **Sprekers**

Dr. Carien Karsten

*Bijdrage: Stresstypen herkennen en de behandeling van stress en burn-out*

Carien Karsten is psychotherapeut en coach en richt zich op preventie van stress en burn-out. Zij studeerde Nederlands Recht en Klinische psychologie aan de Universiteit van Groningen en promoveerde op de wijze waarop heroïneprostituees zich door het leven slaan. Kern van het proefschrift is de invloed van trauma's op hun leven en overlevingsgedrag. Traumatisering en de invloed ervan op ontwikkeling en psychisch lijden is een doorgaand thema in haar werk. Carien heeft verschillende boeken op haar naam staan. Wat verstaan we onder stress en welke types stress zijn er? Waaraan herken je verschillende soorten stress en waarom is het belangrijk om daar onderscheid in te maken? Wanneer spreek je van een burn-out of een bore-out? Carien zal in haar bijdrage nader ingaan op deze begrippen en uitleggen op welke manieren je deze vormen van stress bij een cliënt of leerling tegemoet kunt treden.

Dr. Fabiënne Naber

*Bijdrage: Coping en het brein*

Fabiënne Naber is van huis uit biologe en werkt als Universitair Hoofddocent aan het UMC Utrecht.

Fabiënne zal in haar bijdrage stilstaan bij de rol van het brein in stress. En dan niet alleen de gedachten die mensen hebben, maar ook hoe het brein bijvoorbeeld stresshormonen beïnvloedt. Welke neurologische processen spelen bij stress en coping? En wat kun je in de hulpverleningspraktijk met deze inzichten?

Dr. Joost Hutsebaut

*Bijdrage: Veerkrachtige jongeren in veerkrachtige omgevingen*

Joost is opgeleid tot klinisch psycholoog en deed zijn promotieonderzoek aan de K.U. Leuven. Hij werkt als behandelaar en onderzoeker bij de Viersprong en is als zodanig ook verbonden aan het Kenniscentrum Persoonlijkheidsstoornissen.

Elke ouder wil zijn of haar kind helpen om op te groeien tot veerkrachtige pubers en jongvolwassenen. Ook scholen besteden steeds meer aandacht aan de socio-emotionele ontwikkeling van kinderen. Maar wat is veerkracht en welke omgeving kan kinderen en jongeren helpen om meer veerkracht te ontwikkelen? Wat kan jij zelf doen, als ouder, hulpverlener, leerkracht, buurvrouw...? In deze presentatie maken de deelnemers kennis met een visie op veerkracht vanuit de gehechtheidsliteratuur. Er wordt ingegaan op het belang van een mentaliserende omgeving rond kinderen en jongeren en wat ieder van ons daarin kan betekenen.

Dr. Tibor Brunt

*Bijdrage: Copingstrategieën van jongens en meisjes*

Tibor Brunt heeft een biomedische achtergrond en studeerde aan de Universiteit van Amsterdam (UvA). Daarna heeft hij onder meer gewerkt aan de UvA als docent en later als onderzoeker bij de afdeling Criminologie. In 2005 is hij als wetenschappelijk medewerker begonnen bij het Trimbos instituut op het gebied van drugs en verslaving. In 2009 is Tibor een promotietraject gestart bij Wim van den Brink bij de afdeling Psychiatrie aan het Academisch Medisch Centrum van de UvA. Dit traject heeft hij na drie jaar succesvol afgerond en in 2012 heeft hij de doctorsgraad verkregen binnen de Geneeskunde. Vanaf 2008 heeft hij talloze publicaties geschreven binnen de domeinen verslaving, druggebruik en drugsmisbruik met de focus op psychofarmacologische effecten. Hij heeft ook een certificaat als psychofarmacoloog (2008). Daarnaast heeft Tibor talloze lezingen verzorgd als keynote spreker en nascholingen voor onder meer artsen, verpleegkundigen, ambulancepersoneel en GGZ professionals. Hij heeft meerdere hoofdstukken in medische handboeken op zijn naam staan en geaccrediteerde nascholingen, zowel mondeling als schriftelijk.

Jongens en meisjes hanteren vaak verschillende copingstrategieën als ze geconfronteerd worden met stress. Dat vraagt ook om verschillen in begeleiding door professionals. Hoe maak je dat onderscheid en wat doe je dan concreet anders in de bejegening en de begeleiding / behandeling?

Prof. Dr. Frank Kortmann

*Bijdrage: Coping en cultuur*

Frank studeerde geneeskunde en volgde aansluitend de opleiding tot psychiater. Hij werkte onder andere als wetenschappelijk hoofdmedewerker bij de afdeling Psychiatrie aan de Rijksuniversiteit Groningen en was associate professor aan de Ethiopia University (Addis Ababa). Hij was zes jaren algemeen directeur en geneesheer-directeur van Pro Persona, waarna hij werd benoemd tot hoogleraar en afdelingshoofd Psychiatrie in het RadboudUMC. Vanwege zijn ervaring als docent en praktiserend psychiater in veel niet-westerse landen,

droeg Frank in belangrijke mate bij aan de transculturele psychiatrie in Nederland. Momenteel is hij ook werkzaam als psychotherapeut voor allochtone tbs-ers. Coping verschilt niet alleen vaak tussen mannen en vrouwen, maar ook van cultuur tot cultuur. Wat in de ene cultuur een volstrekt normale copingstrategie is, daar rust in de andere cultuur een taboe op. Frank gaat in zijn bijdrage in op coping vanuit verschillende culturen en het omgaan met het taboe rondom het zoeken van psychische hulp.

#### Drs. Paulien Kuipers

##### *Bijdrage: Coping: het effect van stress bij ouders op kinderen*

Paulien is GZ-psycholoog/kinderpsycholoog en als directeur verbonden aan de Stichting Kinderleven. Deze stichting heeft als focus de ouder-kind relatie en biedt ondersteuning bij de totstandkoming van een positieve verbinding tussen ouders en kind. Stress heeft een enorme invloed op de gehechtheid van kinderen. Wanneer ouders stress hebben en daar op een disfunctionele manier mee omgaan, dan kan dat het vertrouwen en het gevoel van veiligheid van een kind aantasten. Paulien deelt met de deelnemers hoe je ouders ondersteunt om stress op een zodanige manier te hanteren, dat de kinderen daar zo weinig mogelijk last van hebben.

#### Drs. Peter Mol

##### *Bijdrage: De aanpak van stress bij leerlingen op school*

Peter is orthopedagoog, directeur van Gedragondersteuning, columnist en auteur van diverse boeken over onderwijs. Als docent heeft hij in vrijwel alle vormen van (speciaal) onderwijs veel ervaring opgedaan.

De school kan voor een kind of jongvolwassene een stressvolle plek zijn. Druk van ouders, afgerekend worden door leraren, beoordeeld worden door klasgenoten. Spreekbeurten. Gymlessen. Peter Mol gaat in zijn bijdrage in op de verschillende stressoren die leerlingen zoal ervaren en wat je daar als leerkracht, begeleider, hulpverlener of behandelaar mee kunt.

#### Dr. Guido van de Luitgaarden

##### *Bijdrage: Dagvoorzitter*

Guido van de Luitgaarden is opgeleid als sociaal-pedagogisch hulpverlener en werkte in die hoedanigheid onder meer in het sociaal-cultureel werk. Hij was gedurende 16 jaar als senior onderzoeker en docent werkzaam bij Zuyd Hogeschool, lectoraat Sociale Integratie. Guido promoveerde aan de University of Salford (VK) op een proefschrift over oordeels- en besluitvorming bij vermoedens van kindermishandeling. Sinds 2006 is hij verbonden aan het Euregionaal Congresburo en het Centrum voor Educatie en Supervisie. Daarnaast is hij echtgenoot en (pleeg)vader. Ook is hij voorzitter van de Raad van Toezicht van het Steunpunt Mantelzorg Zuid.