

psyHAG



HUISARTSEN ADVIES GROEP
GEESTELIJKE GEZONDHEIDSZORG

ZIN in GGZ



Symposium
Huisarts
en POH-GGZ:
Samen Sterker!

LUSTRUM

Donderdag 20 april 2023
De Basiliek, Veenendaal

Thema's:

Zingeving

Vaardigheden

Nieuwe GGZ

Zelfzorg

Intimiteit



Beste collega,

Op donderdag 20 april vindt de feestelijke lustrum-editie plaats van het landelijke PsyHAG symposium 'Huisarts en POH-GGZ: Samen sterker!'. De locatie is de Basiliek in Veenendaal, ideaal gelegen midden in het land. Dit lustrumjaar staat het symposium in het teken van 'ZIN in GGZ'.

Het programma is opgebouwd uit vijf pijlers:

1. Zingeving
2. Vaardigheden
3. Nieuwe GGZ
4. Zelfzorg
5. Intimiteit

De deelsessies zijn in deze pijlers opgesplitst. Daarbinnen kun je je eigen programma samenstellen. Inspirerende onderwerpen komen aan bod, zoals zingeving in de palliatieve fase: 'Hoe leef je door met een beperkt levensperspectief?' en 'Zeg JA bij dementie'. We gaan het hebben over intimiteit: 'Genderdysforie' en 'Zin in seks'. Je kunt je therapeutische vaardigheden versterken met 'Een taal erbij, systemisch werken met poppetjes' en 'Tekenen je boodschap' over de kracht van beeldtaal in de spreekkamer. Je kunt meer te weten komen over de eerste ervaringen met de nieuwe GGZ (GEM) en het herstelondersteunende gesprek. Ook zelfzorg-sessies over zelf-compassie en de kracht van een powernap ontbreken natuurlijk niet.

Op deze feestelijke dag is er volop ruimte om elkaar te ontmoeten en je te laten inspireren. Het wordt ook een bijeenkomst met momenten van samenzijn en verbinden. Wij verwelkomen je graag op 20 april in Veenendaal.

De programmacommissie,

Carla van Beurden, huisarts, kaderarts GGZ

Marlies Bles, POH-GGZ

Nelly van der Gaarden, verslavingsarts, kaderarts GGZ

Onno Kastelein, POH-GGZ

Lidewij Wind, huisarts, kaderarts GGZ

Peter Seinen, SCEM

Programma

- 08.45 uur Registratie en ontvangst
- 09.30 uur Opening symposium • *bestuur PsyHAG*
- 09.45 uur Zingen 'het nieuwe medicijn'
Het is de missie van Bert van de Wetering om mensen bewust te maken van de genezende kracht van de stem en mensen te laten ontdekken dat je hier vrij de beschikking over hebt. Hij heeft hiervoor tools ontwikkeld die je elke dag kunt toepassen.
• *Bert van de Wetering, muziekdocent klassieke zang aan het conservatorium in Zwolle, founder 'Zing als vanZelf'*
- 10.30 uur Pauze
- 11.00 uur Workshops, parallelronde 1

A. Zeg JA bij dementie

Hoe sluit je aan bij de belevingswereld van patiënten met dementie, LVB, psychiatrische problematiek of onbegrepen gedrag? Door volgens de SPEELS-methode jouw patiënt te benaderen zet je zijn of haar belevingswereld centraal en heb je echt contact. Zo stuit je op minder weerstand of onbegrip, loopt de zorg soepeler en draag je tot in de laatste levensfase bij aan een betekenisvol leven. Hanneke van de Pol is wijkverpleegkundige, trainer, coach. Freya Flach is improvisatie-acteur, trainer en welzijnsmedewerker ouderenzorg. Samen zijn ze auteur van het boek 'Zeg JA bij dementie'.

- *Hanneke van de Pol, (wijk)verpleegkundige en Freya Flach, welzijnswerker*

B. Systeemtherapie, hoe blijf je in verbinding?

Hoe blijf je in verbinding als het onderlinge contact is verstoord. Wat kun je als huisarts of POH-GGZ in 20 minuten bereiken als gezinsleden met elkaar in conflict zijn? In deze workshop leer je wat je eerst zelf kunt doen voordat je de patient verwijst.

- *Téo Visser, systeemtherapeut*

C. 'Best practices' samenwerking huisarts en Sociaal Domein

In deze workshop bespreken we twee mooie voorbeelden waarin de samenwerking tussen de huisarts/POH GGZ en het Sociaal Domein een succes is. 'BuurtGeluk' en 'Welzijn op recept' zijn beide een groot succes. Het verhoogt de kwaliteit van leven en de gezondheid van de patiënt, het vermindert de druk op het spreekuur en voorkomt onnodig zorggebruik. Kortom, laat u inspireren.

- *BuurtGeluk: Astrid Hertogh, kaderhuisarts GGZ*
- *Welzijn op Recept: Mirjam Dijkstra, producteigenaar Welzijn op Recept en Lotte Haagsma, welzijnsadviseur*

D. Herstelondersteunende begeleiding Autisme, do's and don'ts

Op jonge leeftijd kreeg Renate Visser de diagnose Autisme. In deze workshop geeft ze practice-based informatie wat herstelondersteunend werkt en wat niet. Er is voldoende ruimte om vragen te stellen. Geniet van een uniek inblikje in het dagelijks leven met autisme!

- *Renate Visser, onafhankelijk cliëntondersteuner, voorlichter en ervaringsdeskundige, werkzaam bij Kernkracht*

E. Zelfcompassie

Huisartsen en POH-GGZ houden van hun vak. Ondanks dat ervaart 70-80% van deze groep een te hoge werkdruk en herkent kenmerken van overspanning of burn-out bij zichzelf of een collega. Hoe komt het dat zorgprofessionals heel goed voor anderen kunnen zorgen, maar zo streng zijn voor zichzelf? Hoe kunnen we met meer zelf-compassie werken en daarmee onze werkstress verminderen en werkplezier vergroten? In deze workshop geven we inzicht, handvatten en praktische tips zodat je de volgende dag met meer zelf-compassie aan de slag kunt gaan.

• *Lidewij Wind, kaderhuisarts GGZ, ACT therapeut en Rian Hofma, kaderhuisarts GGZ*

F. Zin in seks?

Hoe divers mensen ook zijn wat betreft geslacht, seksuele oriëntatie, cultuur, religie of leeftijd, de enige constante in de expressie van seksualiteit is de wens tot autonomie en de vrijheid hier vorm aan te geven zonder dat dit door een ander wordt geschaad. In deze workshop leer je hoe je als huisarts en POH-GGZ aan de hand van casuïstiek seksuele gezondheid bespreekbaar kunt maken. • *Peter Leusink, huisarts, seksuoloog en Esma Küçük, POH-GGZ met seksuologie opleiding*

12.30 uur

Lunch

13.30 uur

Workshops, parallelronde 2

G. Doorleven bij beperkt perspectief

Dat palliatieve zorg meer is dan Thuiszorg, hoog-laagbed en bestrijding van klachten als pijn of misselijkheid, ondervond ik, toen ik 2,5 jaar geleden ernstig ziek werd. In mijn zoektocht hoe met deze nieuwe werkelijkheid om te gaan, werd mijn beeld over de palliatieve fase, waarin ik mij opeens bevond, heel anders. Hoe leef je dóór met een beperkt perspectief?

• *Christine Weenink, ervaringsdeskundige en kaderhuisarts GGZ*

H. Teken je boodschap

Het tekenen tijdens een behandeling of begeleiding draagt bij aan een grotere impact van de boodschap. Het ondersteunen van 'professionele' communicatie met simpele en sprekende tekeningen zorgt ervoor dat de informatie beter aankomt. Daarnaast geven de beelden inzicht en houvast tijdens het gesprek. In deze workshop leer je de basisbeginselen van zakelijk tekenen en ga je naar huis met een duidelijk beeld van de praktische meerwaarde van visueel werken. • *Dagmar Vriends, gedragstrainer en founder van 'teken je boodschap'*

I. Herstel van verslaving

Verslaving wordt vaak over het hoofd gezien, waardoor het opstarten van een andere therapie niet werkt zoals je verwacht. René is zowel ervaringsdeskundige als familie counselor. Hij legt uit hoe het ging met de late herkenning van zijn eigen verslaving. Wat hem heeft geholpen en wat juist niet. En hoe hij die ervaringen gebruikt in zijn huidige werk.

• *René van Collem, drummer Doe Maar, counselor*

J. De powernap paradox

Kasper Janssen laat in deze workshops zien dat een powernap je energie herstelt, maar ook je prestatie verbetert. Na de sessie weet je het verschil tussen slaap, een powernap REMmen en een full cycle nap. Daarnaast weet je hoe je de powernap kunt inzetten voor jezelf en voor je patiënten. (max. 25 dln.) • *Kasper Janssen, sportarts*

K. Spoken word, speelse rituelen

Spoken word is een vorm van artistieke expressie waarbij woorden worden gebruikt, meestal vergezeld van gebaren, gezichtsuitdrukkingen en stembuigingen. Het is een vorm van live performance-kunst die vaak elementen van verhalen vertellen, sociaal commentaar en persoonlijke expressie bevat. In deze workshop leer je hoe je dit kunt inzetten in de huisartsenpraktijk. (max. 25 dln.) • *Rik Zutphen, de Droominee en huisdichter*

L. Genderincongruentie

Jonge mensen met genderdysforie bevinden zich in een ontwikkelingsproces met enorme uitdagingen. Dit kan leiden tot mentale problemen en vragen naar fysieke veranderingen. Hoe maak je genderidentiteit op een respectvolle manier bespreekbaar in de spreekkamer? Welke rol kan de huisarts en POH-GGZ hebben in de wachttijd tot diagnose en behandeling in de 2e lijn? • *Peter Leusink, huisarts en seksuoloog NVVS en Denna, Merlijn en Yenny, ervaringsdeskundigen*

15.00 uur

Pauze

15.30 uur

Workshops, parallelronde 3

M. Zorg voor zingeving in de huisartsenpraktijk

Veel mensen worstelen wel eens met zingevingsvragen als “Waarom moet dit mij overkomen?”, Toch zal een patiënt zich zelden melden met de mededeling: “Dokter, ik heb een zingevingsvraag.” In deze workshop gaan we aan de slag met concrete vaardigheden die helpen om zingevingsvragen te signaleren en deze bespreekbaar te maken. Ook geven we inzicht in de mogelijkheden tot samenwerking met geestelijk verzorgers.

• *Gaby Jacobs, hoogleraar humanistisch geestelijke verzorging, Jos Somsen, POH-GGZ en Pieter Barnhoorn, huisarts*

N. Een Taal Erbij, Systemisch werken met poppetjes

‘Een Taal Erbij’ is een methode waarbij je met duplo-poppetjes thema’s bespreekt met de patiënt en deze visueel maakt. Daarbij heeft Janet Schmidt een beleevingswereld-KAART ontwikkeld, die je als extra methodiek kunt inzetten om de innerlijke wereld van een patiënt nog beter in beeld te krijgen. Samen met de patiënt kun je ‘op reis’ gaan op de kaart en in beeld brengen waar de patiënt naar toe wil reizen. In deze workshop maak je kennis met beide methodieken en gaan we oefenen met de poppetjes op de kaart.

• *Janet Schmidt, rouw- en traumatherapeut*

O. GEM en herstelondersteunend gesprek

Frits Kloppert en Dorien Cohen Stuart praten over hun eerste ervaringen met GEM: Ecosysteem Mentale Gezondheid. Over hoe anders de intake gaat, waarbij iedereen dezelfde gespreksvoering doet. Met vragen die in de GGZ nooit gesteld worden. Frits vertelt hoe hij zijn leven heeft opgepakt na zijn alcoholisme en depressie en welke vragen hem hebben geholpen.

• *Dorien Cohen Stuart, kaderhuisarts GGZ en ervaringsdeskundige Frits Kloppert*

P. De powernap paradox

Kasper Janssen laat in deze workshops zien dat een powernap je energie herstelt, maar ook je prestatie verbetert. Na de sessie weet je het verschil tussen slaap, een powernap REMmen en een full cycle nap. Daarnaast weet je hoe je de powernap kunt inzetten voor jezelf en voor je patiënten. (max. 25 dln.) • *Kasper Janssen, sportarts*

Q. Spoken word, speelse rituelen

Spoken word is een vorm van artistieke expressie waarbij woorden worden gebruikt, meestal vergezeld van gebaren, gezichtsuitdrukkingen en stembuigingen. Het is een vorm van live performance-kunst die vaak elementen van verhalen vertellen, sociaal commentaar en persoonlijke expressie bevat. In deze workshop leer je hoe je dit kunt inzetten in de huisartsenpraktijk. (max. 25 dln.) • *Rik Zutphen, de Droominee en huisdichter*

R. De hormonale rollercoaster

Hoe komt het dat vrouwen in de overgang zoveel psychische klachten ervaren? Wat zijn de emotionele signalen? Wat is het effect van stressreducerende psychologische interventie bij een vrouw met 8 opvliegers per dag? Kunnen deze interventies ook toegepast worden door de huisarts en POH-GGZ? Hoe verhoudt zich hormonale behandeling ten opzichte van psychofarmaca en niet medicamenteuze behandeling? • *Wilma Smit, gynaecoloog en Pauline Ottervanger, gynaecoloog*

16.45 uur	Plenaire afsluiting • bestuur PsyHAG en een performance van 'de Droominee'
17.00 uur	Borrel
18.00 uur	Einde

Praktische informatie

Doelgroep

Huisartsen, POH-GGZ, SPV, huisartsen i.o., eerstelijnspsychologen en overige belangstellenden

Accreditatie

Aangevraagd voor huisartsen, POH-GGZ, SPV en eerstelijnspsychologen

Inschrijfgeld

Het inschrijfgeld bedraagt:

Huisarts	€ 295
POH-GGZ	€ 235
Huisarts in opleiding	€ 225
Overige belangstellenden	€ 295

Gereduceerd tarief

- Zorggroepen: bij gelijktijdig inschrijven van 5 deelnemers uit één organisatie wordt het inschrijfgeld verlaagd met € 25 p.p. (inschrijven meerdere deelnemers via blauwe knop onderaan stap 2)
- Duo huisarts en POH-GGZ: gereduceerd inschrijfgeld voor POH-GGZ € 205, neem hiervoor contact op met de deelnemersadministratie: registratie@scem.nl

Kortingen kunnen niet worden gecombineerd en groepskorting wordt niet achteraf toegekend.

Voor meer informatie en inschrijven

SCEM | www.scem.nl | Tel: 0345-576642 | E-mail: scem@scem.nl
PsyHAG | www.psyhag.nl