



Masterclass: Angst & Paniek

Masterclass: Angst

Gedurende deze masterclass behandelen we het thema angst, enerzijds als een normaal psychologisch fenomeen, maar daarnaast ook als psychiatrisch probleem en geven we toelichting bij diagnostiek, hantering, preventie en behandeling.

Angst is een veel voorkomend fenomeen dat zeer verschillende gradaties en verschijningsvormen kent. Iedereen wordt er wel eens mee geconfronteerd, zij het in zijn persoonlijke omgeving, als opvoeder of ook in de professionele context als leerkracht, zorgmedewerker of hulpverlener. De omgang met angst is in dit opzicht een beduidend thema waarrond veel vragen en minstens evenveel meningen circuleren. Maar hoe zit angst nu in elkaar? Wanneer is het echt een probleem? Hoe herken je het? En wat kan je dan het beste doen?

Leeruitkomsten van de training?

- De cursist heeft kennisgenomen van wat angst is en welke onderliggende cognitieve en biologische werkingsmechanismen hierbij een rol spelen.
- De cursist maakt kennis met verschillende uitingsvormen van angst en krijgt een beknopt overzicht met betrekking tot de verschillende angststoornissen.
- De cursist leert onderscheid te maken tussen normale angst en angst als probleem.
- De cursist heeft meer zicht gekregen op mogelijke interventiemogelijkheden bij angst.
- De cursist heeft zicht gekregen op eigen handelingsmogelijkheden bij angst, passend bij de betreffende context en zijn eigen professionele rol.
- De cursist heeft kennisgenomen van naslagwerken als de Multidisciplinaire richtlijn diagnostiek en behandeling van angst bij jongeren.

Masterclass: Sociale Angststoornis

Gedurende deze masterclass behandelen we het thema sociale angst en geven we toelichting bij diagnostiek, hantering, preventie en behandeling. De sociale angststoornis is de meest voorkomende angststoornis. Ongeveer 4% van de mensen in Nederland heeft een sociale angststoornis. Ook bij kinderen en jeugdigen komen we deze stoornis vaak tegen. Bij 50% van de volwassenen was de stoornis al op 11-jarige leeftijd aanwezig en bij 80% is de stoornis voor het 18^e levensjaar ontstaan. Een sociale angststoornis wordt vaak niet gemakkelijk herkend omdat cliënten juist niet willen opvallen en zich terugtrekken. Ze schamen zich vaak voor hun angst en denken dat deze niet te behandelen is, daarom is het extra belangrijk hier als hulpverlener oog voor te hebben.

Hoe herken je een sociale angststoornis? Wanneer is iemand meer dan alleen 'schuchter' of 'onzeker', wanneer is het echt een probleem? En wat kan je dan het beste doen?

Leeruitkomsten van de training?

- De cursist heeft kennisgenomen van de kenmerken van sociale angst en welke onderliggende cognitieve en biologische werkingsmechanismen hierbij een rol spelen (met inbegrip van het cognitieve model).
- De cursist is zich bewust van de specifieke rol van selectieve aandachtsprocessen bij het ontstaan en in stand houden van de sociale angst.
- De cursist kan jongeren met sociale angst in de praktijk herkennen.
- De cursist heeft meer zicht gekregen op mogelijke interventies bij sociale angst en kan hier meer informatie over geven.
- De cursist heeft zicht gekregen op eigen handelingsmogelijkheden bij sociale angst, passend bij de betreffende context en zijn eigen professionele rol.
- De cursist heeft kennisgenomen van naslagwerken als de Multidisciplinaire richtlijn diagnostiek en behandeling van sociale angst bij jongeren.

Masterclass: Paniekstoornis

In deze masterclass besteden we aandacht aan de verschillende kenmerken van een paniekaanval en paniekstoornis. Aan de hand van het cognitieve model van de paniekstoornis (ook wel de paniekcirkel genoemd) leren de deelnemers begrijpen hoe een paniekstoornis ontstaat en wat de rol is van vermijdingsgedrag en/of veiligheidsgedrag.

Dit model kan ook gebruikt worden bij het geven van meer informatie aan jongeren; welke factoren versterken de klachten en houden de klachten in stand? Op welke manier kunnen jongeren de vicieuze cirkel waar zij in zijn beland, doorbreken?

Hieraan gekoppeld willen we de deelnemers kennis laten maken met verschillende interventiemogelijkheden, waaronder cognitieve therapie en (interoceptieve) exposure. De werkzame elementen hiervan worden verder toegelicht. Tot slot zullen er tips gegeven worden met verwijzingen naar verdiepende literatuur.

Leeruitkomsten van de training?

- De cursist heeft kennisgenomen van wat een paniekstoornis inhoudt en welke onderliggende cognitieve en biologische werkingsmechanismen hierbij een rol spelen (met inbegrip van het cognitieve model).
- De cursist is zich bewust van de specifieke rol van vermijdingsgedrag en veiligheidsgedrag bij het ontstaan en in stand houden van de paniekstoornis.
- De cursist kan jongeren met panieklachten in de praktijk herkennen.
- De cursist heeft meer zicht gekregen op mogelijke interventies bij een paniekstoornis en kan hier meer informatie over geven.
- De cursist heeft zicht gekregen op eigen handelingsmogelijkheden in de omgang met paniek, passend bij de betreffende context en zijn eigen professionele rol.
- De cursist heeft kennisgenomen van naslagwerken als de Multidisciplinaire richtlijn diagnostiek en behandeling van een paniekstoornis bij jongeren.

Door wie?

De training wordt gegeven door Wendy Notermans (GZ-Psycholoog, Cognitief gedragstherapeut en supervisor VGCT) en Johannes Koch (GZ-Psycholoog, Cognitief gedragstherapeut en supervisor VGCT). Beiden zijn momenteel werkzaam bij Care4Kidz en werken als docent voor RINO Zuid.

Voor wie?

Hulpverleners in de jeugdzorg en docenten/leerkrachten met minimaal een HBO- of MBO-niveau 4 achtergrond.

Accreditatie:

De driedaagse training Angst en Paniek is geaccrediteerd bij het SKJ voor 18 punten onder kenmerk: SKJ216539.

De driedaagse training Angst en Paniek is geaccrediteerd bij NIP K&J/NVO OG herregistratie voor 18 punten onder kenmerk id: 623500.

Waar?

De trainingen vinden plaats op onze (nieuwe) locatie aan de Vijverweg 28, 6133 AR te Sittard. Parkeerplaatsen kunt u vinden in de omliggende straten. Let s.v.p. goed op of parkeren in betreffende straat is toegestaan.

Wanneer?

De complete training Angst en Paniek bestaat uit 6 dagdelen, onderverdeeld in 3 dagen.

- donderdag 10 september, donderdag 24 september en donderdag 8 oktober 2026 (alle data: 09.30 - 16.30 uur).

Kosten:

De kosten voor deelname aan de training bedragen € 799 (incl. lunch).

Voor incompany, informatie en aanmelden, mail naar:

opleidingen@care4kidz.nl