



GGZ Friesland

Verbreed je kennis over  
geestelijke gezondheid en  
psychische problematiek

*Cursus  
op maat*

# Ongeveer de helft

van alle Nederlanders krijgt  
ooit te maken met psychische  
problemen.

Ongeveer de helft van alle Nederlanders krijgt ooit te maken met psychische problemen. Dit betekent dat u niet alleen in uw privéomgeving hiermee te maken kunt krijgen, maar ook tijdens uw werk, op de sportclub of gewoon op straat. Maar wat zijn eigenlijk veelvoorkomende psychische problemen? En hoe herkent u signalen bij iemand waarmee het niet goed gaat? Gaat u het gesprek aan? En zijn signalen van jongeren met een depressie eigenlijk anders dan bij ouderen?

Kortom, het herkennen van signalen en hoe te handelen in bepaalde situaties kan best lastig zijn. Daarom heeft GGZ Friesland een cursusaanbod, bestaande uit diverse kiesbare modules ontwikkeld.

**Het herkennen  
van signalen en  
hoe te handelen  
in bepaalde  
situaties kan  
best lastig zijn.**



# Het cursusaanbod

bestaat uit verschillende modules.

## Ons aanbod

Het cursusaanbod bestaat uit verschillende modules die allemaal een ander onderwerp behandelen.

### Jeugdpsychiatrie

Tijdsduur: 14 uur (verdeeld over verschillende dagdelen)

### Ouderenpsychiatrie

Tijdsduur: 2 uur

### Depressie

Tijdsduur: 2 uur

### Zelfdoding

Tijdsduur: 2 uur

### Rouw

Tijdsduur: 2 uur

De basis is van iedere module hetzelfde. Dat betekent dat elke cursus begint met een stuk algemene informatie over GGZ Friesland. Dit wordt opgevolgd door een onderdeel theorie waarbij o.a. cijfers, symptomen en risicofactoren aan bod komen. Zo leert u hoe u bepaalde signalen kunt opvangen en herkennen. De theorie wordt ondersteund met videomateriaal en praktijkvoorbeelden. Daarnaast wordt er in elke module aandacht besteedt aan het actieplan GAVEN.

### Psychose

Tijdsduur: 2 uur

### Eetstoornissen

Tijdsduur: 2 uur

### Angststoornissen

Tijdsduur: 2 uur

### Psychiatrie en verslaving

Tijdsduur: 2 uur

## GAVEN

Dit actieplan is een houvast dat men kan gebruiken bij het contact met iemand met psychische problemen. De vijf pijlers zijn voor iedere module gelijk, maar is voor iedere situatie en/of problematiek anders in te vullen. Daarom wordt er tijdens iedere cursus veel tijd besteed aan het oefenen met het GAVEN-actieplan. Deelnemers aan een cursus gaan dus niet alleen naar huis met meer kennis, maar ook met handvatten waar ze in het dagelijks leven en/of in het werkveld echt iets aan hebben.

## Trainers

Elke cursus wordt gegeven door twee professionals die naast hun werkzaamheden binnen GGZ Friesland veel ervaring hebben met het geven van trainingen en cursussen. Vanuit hun kennis en jarenlange ervaring zorgen zij ervoor dat vragen niet onbeantwoord blijven en dat theorie met voorbeeldsituaties beeldend gemaakt wordt.

## Mogelijkheden

U kunt kiezen voor een of meerdere modules en op die manier uw eigen cursus samenstellen. Een cursus kan aangevraagd worden voor minimaal 4 en maximaal 10 personen. Op die manier is er tijdens de cursus voldoende ruimte voor interactie. Uiteraard kunnen we bij een aanvraag voor meer dan 10 personen meerdere groepen maken.

Vanzelfsprekend adviseren wij u graag bij het maken van uw keuze en overleggen wij graag met u wat het beste bij uw vragen/wensen aansluit. Is er bijvoorbeeld al bepaalde basiskennis en wilt u meer de verdieping in, of wilt u bijvoorbeeld graag tijd toevoegen aan de cursus voor het bespreken van casuïstiek; alles is mogelijk.

U kunt vrijblijvend contact met ons opnemen voor meer informatie of een offerte.

## Meer informatie

GGZ Friesland  
Locatie Marshallweg  
Marshallweg 9  
8912 AC Leeuwarden  
058-2848715

[cursus@ggzfriesland.nl](mailto:cursus@ggzfriesland.nl)  
[www.ggzfriesland.nl](http://www.ggzfriesland.nl)



[facebook.com/ggzfriesland](https://facebook.com/ggzfriesland)



[twitter.com/ggzfriesland](https://twitter.com/ggzfriesland)

# Zet je GAVEN in



## **G**esprek

Ga het gesprek aan en maak contact



## **A**anwezigheid

Wees en blijf beschikbaar



## **V**eiligheid

Zorg voor de veiligheid van de ander en jezelf



## **E**mpathie

Toon begrip en laat iemand in zijn waarde



## **N**aasten

Betrek belangrijke personen