

Gezondheidspsychologie Minisymposium

31 maart 2017



Programma Minisymposium

- | | | |
|-------|--|---------------------|
| 14.30 | Intro master GP | Lilian Lechner |
| 14.40 | Lezing ' <i>Positieve gezondheid</i> ' | Trijntje Völlink |
| 15.20 | Posters studenten en borrel | 4 studenten, Lounge |
| 15.50 | Lezing ' <i>Chaos in je hoofd</i> ' | Marjan Nijkamp |
| 16.30 | Lezing ' <i>eHealth</i> ' | Catherine Bolman |



Wie zijn wij: Vakgroep Gezondheidspsychologie



Open Universiteit

www.ou.nl

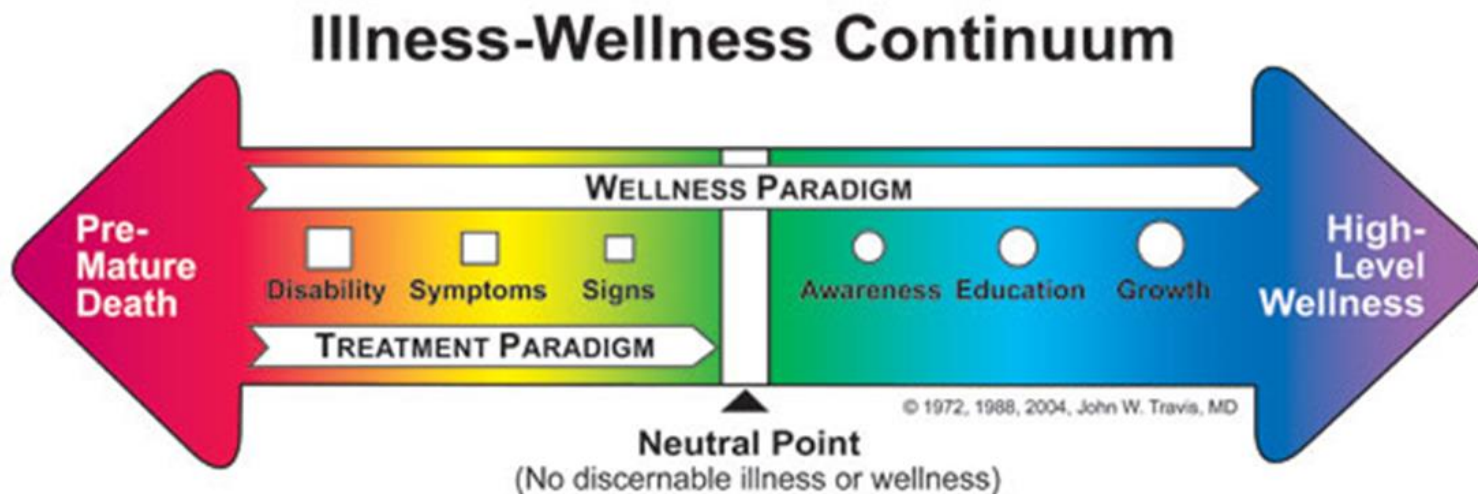


Gezondheidspsychologie

Relatie tussen psychische, biologische en sociale factoren enerzijds en gezondheid en ziekte anderzijds.

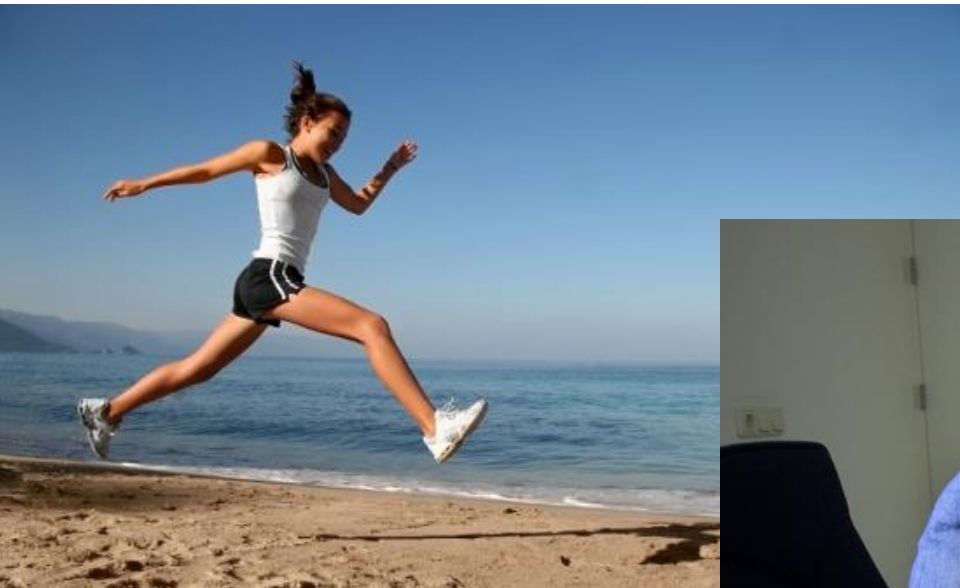
-> begrijpen gedrag -> bevorderen en stimuleren gezondheid

Gezondheid = toestand van volledig lichamelijk, mentaal en sociaal welzijn en niet slechts de afwezigheid van ziekte of andere lichamelijk gebreken (WHO)



Toepassingsgebieden Gezondheidspsychologie

- Gezondheidsbevordering algemeen publiek/risicogroepen: het voorkómen van ziekte door het bevorderen van gezond gedrag (leefstijl: bewegen, voeding, roken, stress, zonnen, etc)
- Gezondheidspsychologie bij patiënten: patiënten optimaal helpen om te gaan met hun ziekte (communicatie, zelfmanagement, leefstijl, omgaan met distress, kwaliteit van leven)



Self-management

Coping

Perceived environment

Resilience

Self-efficacy

Social support

Attitude

Self-control

Intention

Intrinsic motivation

Self-regulation

Awareness

Goal setting

Action plans

Coping plans



Open Universiteit

www.ou.nl



Onderzoek bij gezondheidspsychologie

Lopend promotieonderzoek, aio's

- **Kanker Nazorg Wijzer**, zelfmanagement na kanker
- **Kanker Nazorg Wijzer**, leefstijl na kanker
- **Actief plus**, bewegeadvies-op-maat voor 65+ & beperking (effecten cognitie)
- **OncoActief**, bewegeadvies prostaat-/darmkankerpatiënten
- **I-move & I-eat**, aanpak voeding en beweging met Motivational Interviewing
- **Snackimpuls**, ESM naar onbewuste snack-motieven (ism levensloop)
- **Alcoholimpuls**, ESM naar relatie alcohol, stress & gezondheid (ism levensloop)



Open Universiteit
www.ou.nl



Gezondheidspsychologie buitenpromovendi

- Rob van Bree: *Rol van gewoonte bij beweeggedrag*
- Karen Goebels Prak: *Bewegen bij fibromyalgie patiënten*
- Elja van de Wolf: *Welbevinden binnen de Gerontopsychiatrie*
- Vincent van Buul: *Voeding, misvattingen en consequenties*
- Marga Keeman: *Optimaliseren nazorg kankerpatiënten*
- Lilian Jans-Beken (ism Levensloop): *Dankbaarheid*
- Janet Boekhout: *Actief plus voor 65+ beperking, effect bewegen eenzaamheid*



Opleiding Gezondheidspsychologie

Studeren OU

- Studeren in deeltijd
- Online begeleiding
- Bijeenkomsten online of lokaal
- Ruimte voor eigen indeling, eigen tempo
- Structuur waar nodig



Open Universiteit
www.ou.nl



Opleiding Gezondheidspsychologie

Bachelor of Science Psychologie

- Inleiding gezondheidspsychologie
- Psychologie van arbeid en gezondheid
- eHealth
- Gezondheidsgedrag: interactie individu en omgeving
- Adolescentie
- Psychogerontologie
- Inleiding in de seksuologie
- Bachelor thesis



Opleiding mastervariant Gezondheidspsychologie



Master of Science

- Gezondheidsbevordering: theorie en toepassing
- Ziektebeleving & patiëntbegeleiding
- Psychodiagnostiek
- Interventies in de praktijk: positieve psychologie
- Stage
- Scriptieplan en scriptie



Stage en scriptie

- Veel onderzoek in lopende onderzoekslijnen (AIO's): eHealth
- Verklaren en beïnvloeden (on)gezond gedrag
- Patiënt communicatie & zelfmanagement
- Indien mogelijk op werkplek studenten



Open Universiteit
www.ou.nl



Carrière perspectief

- gezondheidscoach bedrijf/eigen praktijk
- psycholoog ziekenhuis (bijv. medische psychologie)
- ontwikkelaar interventies/materialen (bijv. KWF kankerbestrijding)
- trainer bij een arbodienst
- psycholoog in de ouderenzorg
- adviseur of consultant voor gemeenten/bedrijven (bijv. zorgverzekeraars)
- beleidsmedewerker/coördinator (bijv. GGD, RIAGG, Voedingscentrum)
- onderzoeker universiteit/instituut (RIVM, TNO, CBS)



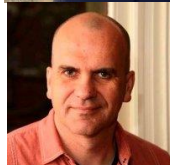
Loopbaan na Master Gezondheidspsychologie



Bram Tilburgs, intensive care verpleegkundige →
Promovendus - 'Meer regie voor de patiënt met dementie' (RadboudUMC)



Janna Steinbusch, Zorgregisseur, afdeling HRM, Regiopolitie Amsterdam →
Strategisch Adviseur, Veilig en Gezond Werken (Nationale Politie)



Jan van Riet, Consultant → Opleiding tot GZ-psycholoog →
Psycholoog, specialist in persoonlijkheid, gedrag en gezin (De Viersprong)



Sandra Wölke, OK-verpleegkundige & Diëtiste →
Praktijk Ondersteuner Huisarts GGZ (Huisartsenpraktijk Tilburg)



Rob van Bree, Leerkracht & medewerker psychosociale hulplijn →
Extern promovendus – 'Beweeergedrag: Planning en gewoonte' (OU)



Doriene van der Kaaden, Logopediste →
Psycholoog (eerstelijnspsychologenpraktijk Leeuwarden) & projectleider
Kennisorganisatie (Revalidatie Friesland)



prof Irma Verdonck-de Leeuw, Onderzoeker →
Psycholoog en professor 'Leven met kanker' (bijz. leerstoel VU Medisch Centrum)

Opleiding mastervariant Gezondheidspsychologie

Toegang via:

- Bachelor Psychologie
- Voor aanverwante opleidingen
 - Verkorte Bachelor Psychologie
 - Premaster
- Adviesgesprek studievoorzitter



Open Universiteit
www.ou.nl



