

Cognitieve gedragstherapie bij angst en depressie, hoe werkt dat eigenlijk?

Gz-psycholoog, in opleiding tot specialist/klinisch psycholoog en cognitief gedragstherapeut VGCT, werkzaam bij GGZ Noord-Holland-Noord

Toelichting:

Uit wetenschappelijk onderzoek is gebleken dat cognitieve gedragstherapie (CGT) bij depressie of bij angst werkt. Maar hoe dan? En hoe ga je te werk in een CGT-behandeling en hoe sluit je aan bij elke individuele patiënt en zijn of haar specifieke klacht? De presentatie betreft een kort overzicht waarbij wordt stilgestaan bij de belangrijkste (werkzame) ingrediënten van deze vorm van therapie.

CV:

***Janneke Ferwerda** werkt sinds 2007 bij GGZ Noord-Holland-Noord. Ze studeerde in 2006 af als psycholoog aan de Rijksuniversiteit Groningen. Daarna volgde ze verschillende opleidingen, waaronder de opleiding tot cognitief gedragstherapeut en de postdoctorale opleiding tot gz-psycholoog en nu tot klinisch psycholoog. Janneke heeft een ruime ervaring in het geven van individuele en groepsbehandelingen bij mensen met uiteenlopende psychische klachten. Ze is gespecialiseerd in de behandeling van psychose en posttraumatische stress. In haar behandelingen werkt ze vanuit de cognitieve gedragstherapie en maakt ze veel gebruik van EMDR en schemagerichte cognitieve therapie.*

**Contactgegevens:**

Organisatie: GGZ Noord-Holland-Noord
Adres: Oude Hoeverweg 10
Postcode en plaats: 1816 BT Alkmaar
E-mailadres: J.Ferwerda@ggz-nhn.nl
Telefoonnummer: (088) 656 50 10