



Dierbare herinneringen erkend als effectief instrument tegen depressie



De interventie Dierbare herinneringen is onlangs erkend door de Deelcommissie Ouderenzorg van Vilans en opgenomen in de databank als 'effectief volgens eerste aanwijzingen'.

Naar schatting een op de vier ouderen in verzorgings- en verpleeghuizen heeft last van depressieve klachten. De interventie Dierbare Herinneringen is ontwikkeld voor deze groep ouderen als behandeling voor klinisch relevante depressieve klachten.

Aan te leren vaardigheid

In een serie gesprekken met een getrainde vrijwilliger worden de verschillende levensfasen van de oudere doorgenomen. De aandacht richt zich in vijf gesprekken van een uur vooral op positieve zaken zoals vriendschap, bijzondere feesten, het krijgen van kinderen. Het ophalen van fijne herinneringen schept ruimte voor positieve gevoelens en is een vaardigheid die aan te leren is.

Onderbouwing en inzet

De methode is mede-ontwikkeld is door psycholoog en onderzoeker Gerben Westerhof en is door Universiteit Twente onderzocht op effectiviteit bij Waardigheid & trots-aanbieder Zorggroep Sint Maarten en Zorgcentrum De Posten. De methode is theoretisch goed onderbouwd en overzichtelijk in te zetten.

Er is een cursus ontwikkeld om Dierbare herinneringen te implementeren. De cursus bestaat uit een cursusboek, e-learning en bijeenkomsten.

Meer weten

- Download de [brochure over de cursus Dierbare herinneringen](#)
- Bekijk de deelnemerspagina met het vernieuwingsplan van W&t-aanbieder Zorggroep Sint Maarten

tags:

[Welzijn](#) (123)