

Naam methodiek	Korte omschrijving	Type ondersteuning methodiek: GGB, interventie, behandeling?	Doelgroep	Uitgewerkt pakket: groepssessies, individueel of zelf nog dingen te ondernemen?	Geschikt voor gemeenschapsgerichte interventie?	Bijkomende vorming nodig?
onlinepsyhulp	Onlinepsyhulp is een webpagina met een ruim aanbod gaande van informatie, zelftests, zelfhulp tot een chathulp en zelf blendende begeleiding. Bij de blendend begeleiding wordt gewerkt via modules die u samen met de cliënt doorloopt. <a href="https://onlinepsyhulp.be/">https://onlinepsyhulp.be/</a>	GGB en behandeling	Volwassenen, kinderen en jongeren	Uitgewerkte modules, individueel aanbod	Nee	Nee
familieriflex	Een richtlijn die aanbevelingen aanreikt hoe je de context van een zorggebruiker kan betrekken in de zorg.	GGB, deskundigheidsbevordering	Hulpverleners die werken met Volwassenen, ouderen, kinderen en jongeren	Infoborchures, campagnemateriaal Toe te passen in elk contact met zorggebruikers	Nee	Mogelijkheden tot infosessies, implementatietrajecten, verdiepende vormingen mogelijk
Richtlijn suïcidepreventie + e-learning	Deze multidisciplinaire richtlijnen en adviezen en bijhorende e-learnings bieden hulpverleners in de gezondheidszorg handvatten voor het detecteren, bespreken en behandelen van suïcidale gedachten en gedrag. Naast een algemene richtlijn, zijn er specifieke richtlijnen voor de kwetsbare doelgroepen 1) kinderen en jongeren, 2) personen met autisme en 3) ouderen	deskundigheidsbevordering, interventie	Volwassenen, ouderen, kinderen en jongeren, personen met ASS	Toe te passen in elk contact met zorggebruikers	Nee	Ja, e-learningsmodules. Ook praktijkgericht.
Toekomstgerichte Training suïcidepreventie	Toekomstgerichte Training voor suïcidale personen: Opleiding voor hulpverleners. Deze groepstraining is gebaseerd op technieken uit de cognitieve gedragstherapie, probleemoplossende therapie en positieve psychologie. De opleiding biedt je specifieke kennis om suïcidale personen te leren denken in mogelijkheden, het leren een beeld te vormen van wat wél zou kunnen in de toekomst door het opstellen van kleine persoonlijke doelen. Een ander belangrijk onderdeel vormt het opmaken van een safety plan waarmee deelnemers stap voor stap geleerd wordt om een suïcidale crisis te herkennen en die crisis beter het hoofd te bieden. De training werd ontwikkeld aan de Vrije Universiteit Amsterdam en door VLESP aangepast en onderzocht voor gebruik in Vlaanderen	Interventie	Volwassenen - personen met suïcidegedachten	Uitgewerkt pakket: opleiding voor hulpverleners om groepstraining te kunnen geven aan personen met suïcidegedachten.	Ja	Ja, uitgewerkte vorming beschikbaar
LOES	Leidraad voor Opvang en Evaluatie Suïcidaliteit (LOES) biedt ondersteuning en handvaten voor hulpverleners om in gesprek te gaan over suïcidaliteit.	Interventie	Volwassenen, kinderen en jongeren			
Serious game Silver	Dit is een game die de geestelijke gezondheid van jongeren tussen 12 en 16 jaar wil versterken. In Silver krijgen jongeren op een creatieve en interactieve manier meer inzicht in hun gedachten, emoties en gedrag door het volgen van een aantal personages en verhaallijnen. Silver bouwt, op basis van cognitieve gedragstherapie, aan het herkennen en aanpakken van denkgewoontes en het reguleren van emoties en indirect aan het probleemoplossend denken en sociale vaardigheden. Kan individueel of in groep worden toegepast. Wordt momenteel al in de schoolcontext gedissemineerd. Momenteel wordt onderzocht of Silver ook bruikbaar is in de hulpverlening.	GGB en interventie	jongeren 12-16 jaar	VLESP onderzoekt momenteel of Silver ook bruikbaar is binnen de hulpverlening	Ja	

Geluksdriehoek en de website Geluksdriehoek.be	<p><b>De Geluksdriehoek</b> is een theoretisch en educatief model dat het concept mentaal welbevinden op een behapbare manier voorstelt. Het model benoemt de belangrijkste onderdelen van ons mentaal welbevinden en geeft suggesties om deze te versterken.</p> <p><b>Geluksdriehoek.be</b> is een online platform en biedt burgers vanaf 16 jaar de mogelijkheid om aan hun mentaal welbevinden te werken. Het bevat verschillende thema's, ondersteund door video's, tips van experts, getuigenissen en een toolbox met oefeningen. Gebruikers kunnen een persoonlijk dashboard aanmaken om onder andere hun resultaten voor de 'geluksmaat' bij te houden..</p>	GGB	Volwassenen vanaf 16 jaar	individueel	Nee	Een individu kan de fysieke workshop of de e-learning Geluk zit in een klein driehoekje volgen. De workshop kan ook op vraag lokaal woden gegeven. De workshop geeft deelnemers niet enkel informatie over de bouwblokken van geluk, maar zet de gebruiker ook onmiddellijk aan tot (zelf)reflectie en actie: <a href="https://www.gezondlevenacademie.be/enrol/index.php?id=37">https://www.gezondlevenacademie.be/enrol/index.php?id=37</a>
Workshop Geluk zit in een klein driehoekje	<p>In de e-learning en de workshop 'Geluk zit in een klein driehoekje' van het Vlaams Instituut Gezond Leven leren deelnemers de geluksdriehoek vandichtbij kennen: van zaken die ons gelukbrengen tot zaken die ons soms uit balans brengt. Op interactieve wijze maken de deelnemers kennis met verschillende gewoontes en oefeningen die hun geluksgevoel kunnen bevorderen. <a href="https://www.gezondlevenacademie.be/enrol/index.php?id=37">https://www.gezondlevenacademie.be/enrol/index.php?id=37</a></p>	GGB	Volwassenen vanaf 16 jaar	Groepsessies en individueel	ja, de workshop kan ook op vraag lokaal worden gegeven.	/
Blended werken met de Geluksdriehoek	<p>Een methodiek ontwikkeld voor hulpverleners, psychologen, leerlingbegeleiders, zorgcoaches, en anderen die één-op-één gesprekken voeren met volwassenen vanaf 16 jaar en op zoek zijn naar extra tools om hun cliënten te helpen ter bevordering van de geestelijkegezonheid. Het doel van de methodiek is om cliënten sterker te maken en meer (zelf)inzicht te geven.</p>	GGB en interventies	Hulpverleners die werken met volwassenen vanaf 16 jaar	individueel	Ja	Hoeft niet maar men kan de workshop Blended werken volgen. De workshop biedt deelnemers een diepgaand begrip van het platform en concrete strategieën voor het geïntegreerd gebruik ervan in hun gesprekken met cliënten. zie: <a href="https://www.gezondlevenacademie.be/course/view.php?id=105">https://www.gezondlevenacademie.be/course/view.php?id=105</a>
Gezondleven? Check het even!	<p>Een methodiek die bestaat uit een online vragenlijst die peilt naar aspecten van fysiek, mentaal en sociaal welzijn. Ze wordt afgenomen in kader van het systematisch consult bij leerlingen 3e middelbaar. De leerlingen krijgen nadien een antwoord op maat gericht op 1) bevestigen van gezond gedrag, 2) informeren over mogelijke gedragsverandering of steun (doorverwijzen naar websites PO) en 3) verdere begeleiding door CLB als er een inschatting wordt gemaakt van een probleem.</p>	GGB en interventies	Hulpverleners die werken met jongeren Jongren	Train the trainer om zelf workshops (dus gemeenschapsgerichte interventies) in elkaar te steken rond mentaal welbevinden met het bestaande aanbod van Gezond Leven	Ja. Hierrond kunnen Trainde-trainer gegeven worden hoe ze zelf een workshop in elkaar konden steken rond mentaal welbevinden van jongeren 1ste graad SO	
Geluk in de klas	<p>Geluk in de klas is een platform voor leraren van het lager en secundair onderwijs. Op deze website vinden ze heel wat informatie rond mentaal welbevinden (en hoe hiermee in de klascontext om te gaan), tips, antwoorden op veelgestelde vragen en kant-en-klare materialen</p>	GGB	leerkrachten	Groepsessies en individueel	De methodieken in het pakket kunnen zeker gebruikt worden in andere groepen.	Er is een vorming beschikbaar om aan de slag te gaan met alle materialen.

Krachtboom	Krachtboom!' is een praktisch hulpmiddel voor jobcoaches, trajectbegeleiders en maatschappelijk werkers om kwetsbare werklozen en jongeren in NEET-situaties te ondersteunen richting werk. Waarbij het traject kan worden aangepast aan de behoeften van de deelnemers en de context. Door te focussen op positieve verhalen en beschikbare hulpbronnen, helpt 'Krachtboom!' hen om veerkracht op te bouwen en om te gaan met tegenslagen. Krachtboom!' biedt maatwerk met de keuze tussen diverse werkvormen, een eenmalige sessie of een traject van vier sessies, geschikt voor zowel individuele begeleiding als groepsessies. Begeleiders hebben de vrijheid om te kiezen hoe ze het materiaal inzetten, en kunnen het aanpassen aan de specifieke noden, beschikbare tijd en verwachtingen van de doelgroep. De materialen dienen als inspiratie, zodat je flexibel kunt inspelen op de situatie.	GGB	Coaches of maatschappelijk werkers die werken met werklozen (NEET-doelgroep)	Groepsessies en individueel	ja. Hierrond kunnen Trainde-trainer gegeven worden hoe ze zelf een workshop in elkaar konden steken rond mentaal welbevinden van jongeren uit de eerste graad secundair onderwijs	Er zijn vormen beschikbaar.
Belevingsworkshop handelingsverlegenheid en mentale gezondheidbespreekbaar maken in cultuurdiverse context	Workshop van 5u waarbij welzijnswerkers ervaringgericht gaan werken rond handelingsverlegenheid binnen cultuurdiverse werkcontext. Aan de hand van oefeningen wordt handelingsverlegenheid onder de loep genomen, alsook de westerse kijk op mentale gezondheid. De welzijnswerkers ervaren hoe het voelt om advies te krijgen rond mentale gezondheid en krijgen tips om mentale gezondheid bespreekbaar te maken. we oefenen met mensgericht versus taakgericht werken.	GGB	welzijnswerkers die werken met mensen met een migratieachtergrond	Workshop	gericht op de intermediair	Nee
Intercollegiale coachingsmethodiek voor zelfstandige zorgverstrekkers	A.d.h.v. een intercollegiale coaching-methodiek brengt THL zelfstandige zorgverstrekkers samen in vier sessies van twee uur over bevoegdheid, omgaan met werkdruk, grenzen stellen en een meer constructieve houding naar jezelf. Het is een kortdurend traject waarbij de deelnemers samengebracht worden om aan de hand van ervaringgerichte oefeningen en denkoefeningen op individueel vlak kennis te verschaffen over het eigen functioneren. Daarnaast worden ervaringen en tips uitgewisseld aan de hand van praktische werkkaders. Een traject duurt een jaar, 4 sessies van 2u, met een interval van ongeveer minmaal 1 week en maximaal 2 maanden om met het geleerde aan de slag te gaan in de praktijk.	GGB en interventies	Zelfstandige zorgverstrekkers	groepsessies	gericht op de intermediair	Nee
Teamversterkingstraject van eerstelijns-zorgverleners	Groepsgerichte methodiek om met een team dat regelmatig met elkaar samenwerkt te leren werken aan teamzorg en samenwerking. Het traject bestaat uit twee sessies, waarbij de eerste sessie gericht is op het analyseren van het persoonlijk energiepeil en zelfzorg, het analyseren van het teamzorg gedrag met oog op het opzetten van acties (duo en individueel) om zelfzorg en teamzorg te vergroten. Daarnaast zetten we in de eerste sessie in het vaststellen van de drempels tot goede samenwerking en drempels in de context die het welbevinden van het team beïnvloeden. Ook hier is het doel om acties te ontwikkelen waarmee het team in tussentijd aan de slag kan. In de tweede sessie worden de actieplannen (individueel en teamniveau) geëvalueerd, alsook de drempels gedetecteerd. er wordt gekeken hoe bepaalde acties verankerd kunnen worden in de werking. De methodiek voor dit groepstraject is procesmatig, eerder dan inhoudelijk en kan dus meermaals herhaald worden in hetzelfde team.	GGB en interventies	Eerstelijnszorgverstrekkers die in een team werken	groepsessies	gericht op de intermediair	Nee

Train The Trainer (teamversterkingstraject en intercollegiaal coachingstraject)	We ontwikkelden twee train the trainers waarbij je opgeleid kan worden in 1 dag tot begeleider van ofwel teamversterkingstrajecten ofwel van intercollegiale coachingstrajecten. Op deze manier kan jij met verschillende teams aan de slag om hen te ondersteunen op een gezondheidbevorderende wijze. Dit is vooral interessant als je werkt binnen een organisatie waar bufferen tegen stress nodig is en waarbij er meerdere mensen op groepsniveau ondersteund kunnen worden.	GGB en interventies	zorgversterkers met affiniteit voor mentale gezondheid	Workshop	gericht op de intermediair	niet nodig maar op termijn wel beschikbaar
Workshop handelingsverlegenheid binnen een LGBTI-setting	Workshop gericht op het ervaren van handelingsverlegenheid in contact met iemand uit de LGBT-gemeenschap. Een lesgever van The human Link zal samen met een medewerker van Cavaria enkele thema's belichten zoals genderidentiteit, mentale gezondheid bespreekbaar maken en het opbouwen van vertrouwen. Dit gebeurt aan de hand van casussen en oefeningen.	GGB en interventies	welzijnswerkers die werken met lgbti-personen	workshop	gericht op intermediair	Nee
NokNok	Op <a href="http://www.noknok.be">www.noknok.be</a> kunnen jongeren (12-16 jaar) hun mentaal welbevinden en veerkracht versterken aan de hand van wetenschappelijk onderbouwde informatie, opdrachten en tips.	GGB	12-16 jarigen	Individueel of in groep. Kan ook in de schoolcontext worden toegepast: educatief pakket en vormingen zijn beschikbaar.	Ja	Ja
Blended werken met NokNok	Idem als blended werken met de gelukdriehoek maar dan voor jongeren van 12 – 16 jaar. Hierbij zijn er ondersteuning van psychologen ook een handleidingen en workshops Blended werken met NokNok beschikbaar die met jongeren werken en NokNok willen integreren in hun praktijk.	GGB	Hulpverleners die werken met 12-16 jarigen			Er is een vorming beschikbaar om aan de slag te gaan met alle materialen.
Gespreksleidraad motiveren aan de slag middelengebruik, gamen en gokken	Gespreksleidraad om als hulpverlener cliënten te motiveren om met hun middelengebruik, gamen, of gokken aan de slag te gaan. Zo kan hij of zij de impact ervan zoveel mogelijk beperken, en het gebruik of gedrag verminderen of volledig te stoppen. Met deze gespreksleidraad wordt er onder andere toe bijgedragen dat er vroegtijdig ingegrepen wordt bij signalen van problematisch gebruik. <a href="https://www.vad.be/artikels/detail/gespreksleidraad-helpt-clienten-motiveren-om-aan-de-slag-te-gaan-met-middelengebruik-gamen-of-gokken">https://www.vad.be/artikels/detail/gespreksleidraad-helpt-clienten-motiveren-om-aan-de-slag-te-gaan-met-middelengebruik-gamen-of-gokken</a>	interventie	hulpverleners (GGZ en niet GGZ)	gespreksleidraad individueel	Nee	Nee maar online aanbod beschikbaar
Terugvalpreventie middelengebruik, gamen en gokken	Terugvalpreventie is een basisstrategie in de hulpverlening bij problemen met middelengebruik, gamen of gokken. Veranderen van gedrag vraagt veel inspanningen, en terugval hoort bij het veranderproces. De interventies zijn gebaseerd op cognitieve gedragstherapie, en gericht op het ontwikkelen van vaardigheden om abstinentie of verminderd gebruik te behouden, en het risico op terugval te beperken <a href="https://www.vad.be/catalogus/detail/basismateriaal-voor-terugvalpreventie-bij-problemen-met-middelengebruik-gamen-of-gokken">https://www.vad.be/catalogus/detail/basismateriaal-voor-terugvalpreventie-bij-problemen-met-middelengebruik-gamen-of-gokken</a>	interventie	hulpverleners (GGZ en niet GGZ)	individueel	mogelijk	Nee maar online aanbod beschikbaar
Twee systemen in één hoofd	Waarom is een verslaving moeilijk te doorbreken? Twee systemen in één hoofd. Hulpverleners kunnen deze brochure gebruiken om visueel uit te leggen dat ons gedrag gestuurd wordt door twee systemen: automatische processen en bewuste gedragingen <a href="https://vad.be/catalogus/waarom-is-een-verslaving-moeilijk-te-doorbreken-twee-systemen-in-een-hoofd/">https://vad.be/catalogus/waarom-is-een-verslaving-moeilijk-te-doorbreken-twee-systemen-in-een-hoofd/</a>	interventie	volwassenen	individueel	mogelijk (psycho-educatie)	Nee maar online aanbod beschikbaar

Online cursus voor jeugdhulpverleners	Middelengebruik in de jeugdhulp: signalen opmerken en bespreken. Concrete handvatten om signalen van middelengebruik, risicovol gamen en gokken te herkennen en bespreekbaar te maken. Je krijgt een aantal aandachtspunten mee over het interpreteren van deze signalen en gesprekstips om ze bespreekbaar te maken. <a href="https://vad.be/artikels/nieuwe-online-cursus-versterkt-het-vormingsaanbod-voor-jeugdhulpverleners/">https://vad.be/artikels/nieuwe-online-cursus-versterkt-het-vormingsaanbod-voor-jeugdhulpverleners/</a>	deskundigheidsbevordering	hulpverleners (jeugdhulp)	individueel	Nee	Nee maar online beschikbaar
De invloed van Mens-Middel-Milieu	Er is een map over Mens-Middel-Milieu gemaakt voor hulpverleners om samen met cliënten en naastbetrokkenen te gebruiken <a href="https://www.vad.be/catalogus/detail/de-invloed-van-mens-middel-en-milieu-mmm-op-druggebruik-en-drugproblemen">https://www.vad.be/catalogus/detail/de-invloed-van-mens-middel-en-milieu-mmm-op-druggebruik-en-drugproblemen</a>	interventie	jongeren, volwassenen en hulpverleners	mogelijkheid om te gebruiken in groepsinterventies	Ja	Nee maar online beschikbaar
Gids voor preventiewerkers om vorming rond omgaan met alcohol te geven aan ELP	Overzicht van materialen waar ELP verder mee aan de slag kunnen <a href="https://www.vad.be/assets/gids-vormingsaanbod-alcohol-voor-elp">https://www.vad.be/assets/gids-vormingsaanbod-alcohol-voor-elp</a>	deskundigheidsbevordering	hulpverleners		Nee	nee, draaiboek (voor preventiewerkers, gericht op ELP)
Me-assist	Website voor artsen en welzijnswerkers om cliënten te screenen op alcohol, tabak of ander middelengebruik en het gesprek aan te gaan	interventie	hulpverleners	individueel	Nee	Nee
Game(L)over	Game(L)over is een online tool, gericht op jongeren die riskant of beginnend problematisch gamen, én hun ouders. We willen vroegtijdig interveniëren opdat het gedrag niet escaleert en gamen leuk kan blijven. <a href="https://vad.be/catalogus/gamelover/">https://vad.be/catalogus/gamelover/</a>	interventie	jongeren	individueel	Nee	Nee, webinar beschikbaar
Iedereen drinkt, iedereen blowt	Gesprek voeren over alcohol of cannabis, ongeacht of je een vermoeden hebt dat de jongere in kwestie drinkt of blowt en ongeacht zijn of haar probleembesef. Dit materiaal is bij elke jongere bruikbaar. <a href="https://vad.be/catalogus/iedereen-drinkt-iedereen-blowt/">https://vad.be/catalogus/iedereen-drinkt-iedereen-blowt/</a>	interventie	jongeren	individueel	Nee	Nee
SEM-J	Indicatie van de ernst en de nood aan doorverwijzing bij alcohol en drugs. Dit materiaal is voornamelijk gericht op jongeren waarvan je weet dat ze gebruiken.	screening	jongeren	individueel	Nee	Nee
BackPac	Interventie die je kan gebruiken bij jongeren waarvan je weet dat ze alcohol of cannabis gebruiken, maar die dit nog niet problematisch doen. Aan de hand van elementen uit de cognitieve gedragstherapie en de motiverende gespreksstijl geef je de jongere met BackPAC inzicht in zijn persoonlijkheid en zijn copingstijl. Het is een vorm van geïndiceerde preventie, geen behandeling. <a href="https://vad.be/catalogus/backpac-in-gesprek-met-jongeren-die-experimenteren-met-alcohol-en-cannabis/">https://vad.be/catalogus/backpac-in-gesprek-met-jongeren-die-experimenteren-met-alcohol-en-cannabis/</a>	interventie	jongeren	individueel	Nee	Nee
Motiverende gespreksvoering	Online vorming. Inzicht in wat maakt dat mensen veranderen en wat motiverende gespreksvoering tot een effectieve gespreksstijl bij verandering maakt. We staan stil bij de basishouding of geest, de verschillende processen die een kompas kunnen zijn in je begeleiding en de belangrijkste gespreksvaardigheden. Per proces illustreren we hoe je deze gespreksvaardigheden doelgericht kan inzetten. <a href="https://vormingen.vad.be/vormingen/motiverende-gespreksvoering/">https://vormingen.vad.be/vormingen/motiverende-gespreksvoering/</a>	deskundigheidsbevordering	hulpverleners	individueel	Nee	Nee

Praten over middelengebruik, gamen en gokken. Inspiratiebox voor jeugdhulpverleners	Deze inspiratiebox ondersteunt jeugdhulpverleners die met jongeren willen praten over middelengebruik, gamen en gokken. Het eerste deel beschrijft de verschillende stappen in een begeleidingsproces rond middelengebruik, risicovol gamen of gokken en de motiverende gespreksstijl waarmee je dit best aanpakt. In het tweede deel vind je gespreksmethodieken om samen met de jongere stil te staan bij zijn middelengebruik, risicovol gamen of gokken. De methodieken zijn ingedeeld volgens de verschillende stappen in een begeleidingstraject zoals dat beschreven wordt in deel 1, namelijk 'Opmerken, aankaarten en inschatten', 'Motivatie tot verandering versterken' en 'Een veranderplan maken'. Deze inspiratiebox is beschikbaar als een interactieve pdf. Je kan gericht doorklikken naar de informatie die jij zoekt. <a href="https://vad.be/catalogus/praten-over-alcohol-drugs-en-gamen-inspiratiebox-voor-jeugdhulpverleners/">https://vad.be/catalogus/praten-over-alcohol-drugs-en-gamen-inspiratiebox-voor-jeugdhulpverleners/</a>	deskundigheidsbevordering en interventies	jeugdhulpverleners (GGZ en niet-GGZ)	individueel	Nee	Nee
Mijn cliënt en middelengebruik, gamen en gokken: leidraad & inspiratiebox om te gebruiken bij mensen met een beperking	Hoe vul je met je cliënt met een verstandelijke beperking een begeleiding in als je vermoedt dat hij problematisch middelen gebruikt, gamet of gokt? <a href="https://vad.be/catalogus/mijn-client-en-middelengebruik-gamen-en-gokken-leidraad-inspiratiebox-om-te-gebruiken-bij-mensen-met-een-beperking/">https://vad.be/catalogus/mijn-client-en-middelengebruik-gamen-en-gokken-leidraad-inspiratiebox-om-te-gebruiken-bij-mensen-met-een-beperking/</a>	deskundigheidsbevordering en interventies	hulpverleners (GGZ en niet GGZ) die cliënten begeleiden met een verstandelijke beperking	individueel	Nee	Nee
Brochures VAD	brochures over diverse thema's (zie website: <a href="https://vad.be/catalogus/?cat-type=folder-brochure">https://vad.be/catalogus/?cat-type=folder-brochure</a> ). Deze kunnen door eerstelijnspsychologen gebruikt worden tijdens consultaties en meegegeven worden aan cliënten	ondersteund aan interventies, BBG	hulpverleners			Nee