

# Opleiding ACT4kids

## Algemeen leerdoel:

Het in beginsel kunnen toepassen van Acceptance and Commitment Therapy bij kinderen en jongeren gebruikmakend van de methodiek ACT4kids in zowel individuele als groepsgerichte begeleiding.

## Subdoelen theorie:

- Kennis en toepassing van de theoretische achtergrond van Acceptance and Commitment Therapy opfrissen
- Verschillen en overeenkomsten kennen in de toepassing van ACT bij volwassenen en de toepassing van ACT bij kinderen en jongeren, rekening houdende met de psychologische neurologische ontwikkeling.

## Subdoelen diagnostiek:

- Weten welke diagnostische instrumenten er bestaan en hoe deze in te zetten.
- Functionele analyse kunnen maken van gedrag van kinderen en jongeren en rol van omgeving hierin mee kunnen nemen.
- Kunnen opstellen van casusconceptualisatie aan de hand van ACT4kids model.

## Subdoelen behandeling:

- Kunnen opstellen van begeleidingsplan.
- Verschillende oefeningen kennen en kunnen uitvoeren.
- Therapeutische grondhouding kennen en voldoende kunnen uitdragen.
- Om kunnen gaan met knelpunten in en rondom begeleiding van kinderen en jonger (zoals motivatie, therapietrouw, buiten begeleiding om oefenen).
- Kennen en kunnen uitvoeren van protocol voor groepen.

## Literatuurstudie

Delen van of in zijn geheel:

- Botvinick, M., & Braver, T. (2015). Motivation and cognitive control: from behavior to neural mechanism. *Annual Review of Psychology*, 66, 83-113.
- Casey, B.J., Jones, R.M., & Hare, T.A. (2008). The adolescent brain. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1124, 111-126.
- Ciarrochi, J.V., Hayes, L., & Bailey, A. (2012). *Get out of your mind & into your life for teens. A guide to living an extraordinary life.* Oakland, CA: New Harbinger.
- Coyne, L., & Murrell, A. (2009). *The joy of parenting. An acceptance & commitment therapy guide to effective parenting in the early years.* Oakland, CA: New Harbinger.
- Coyne, L.W., McHugh, L., & Martinez, E.R. (2011). Acceptance and commitment therapy (ACT): Advances and applications with children, adolescents and families. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 20, 379-399.
- Greco, L.A., & Hayes, S.C. (2008). *Acceptance and mindfulness treatments for children and adolescents. A practitioner's guide.* Oakland, CA: New Harbinger.
- Hayes, L.L., & Ciarrochi, J. (2015). *The thriving adolescent. Using acceptance and commitment therapy and positive psychology to help teens manage emotions, achieve goals and build connections.* Oakland, CA: New Harbinger.
- Hayes, S.C., Strosahl, K.D., & Wilson, K.G. (1999). *Acceptance and Commitment Therapy. An experiential approach to behavior change.* New York: The Guilford Press.
- Jansen, G. (2009). *Verboden voor ouders. Leren leven (alleen voor pubers).* Zaltbommel: Thema.

- Jansen, G., & Batink, T. (2014). Time to ACT! Het basisboek voor professionals. Zaltbommel: Thema.
- MacLean, P.D. (1990). The triune brain in evolution: role in paleocelebral functions. New York: Plenum Press.
- Matthijssen, D. (2012). ACTief opvoeden: doen wat werkt voor jou en je kind. Amsterdam: Hogrefe Uitgevers BV.
- Matthijssen, D., & Bodden, D. (2015). Samsen ACTief in je gezin: Werkboek voor ouders en jongeren. Tiel: Lannoo.
- Murrel, A.R., Coyne, L.W., & Wilson, K.G. (2004). ACT with children, adolescents and their parents. In: S.C. Hayes & K.D. Strosahl (eds.) A practical guide to acceptance and commitment therapy (pp. 249-274). New York: Springer Science.
- Samsen, G.M.(2015). ACT bij kinderen en jongeren. In: J. A-Tjak (red.), Acceptance and Commitment Therapy. Theorie en praktijk (pp. 153-159). Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Samsen, G.M., & De Heus, J.L. (2013). Groepstraining "Durf te leven". ACT voor jongeren.
- Samsen, G.M. & De Heus, J.L. (2017). Acceptance and Commitment Therapy bij kinderen en jongeren. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Sedley, B. (2015). Stuff that sucks: Accepting What You Can't Change and Committing To What You Can. London: Robinson.
- Steeman, M. (2016). Denken, voelen, doen: aan de slag met Acceptatie en Commitment Therapie. Een lees- en doeboek voor kinderen en jongeren. Amsterdam: SWP.
- Steinbels, N., & Crone, E.A. (2016). The link between cognitive control and decision-making across child and adolescent development. Current Opinion in Behavioral Sciences, 10, 18-32.
- Swain, J., Hancock, K., Dixon, A., & Bowman, J. (2015). Acceptance and Commitment Therapy for children: A systematic review of intervention studies. Journal of Contextual Behavioral Science, 4, 73-85.
- Turrel, S.L., & Bell, M. (2016). ACT for adolescents. Treating teens and adolescents in individual and group therapy. Oakland: New Harbinger.

## PROGRAMMA

### Dag 1

- 10:30 – 12:30 inleiding en kennismaking deelnemers a.d.h.v. kinder/jeugdfoto + katoefening "daruma"
- 12:30 – 13:30 pauze
- 13:30 – 14:30 opfrissen basiskennis ACT
- 14:30 – 15:30 introductie van de zes actoren uit het ACT4kids model: boom, uil, hart, zelf, kat, olifant + bijbehorende oefeningen
- 15:30 – 15:45 pauze
- 15:45 – 17:15 vervolg van introductie van de zes actoren + bijbehorende oefeningen
- 17:15 – 17:30 afronding

### Dag 2

- 10:30 – 11:30 bespreken thuiswerk, terugblik op de afgelopen week, ruimte voor casuïstiek + boomoefening "zien – de meetlat"
- 11:30 – 12:30 stimuleren van creatieve hulpeloosheid bij kinderen en jongeren: tips and tricks.
- 12:30 – 13:30 pauze
- 13:30 – 15:30 ontwikkeling van het brein en de invloed hiervan op de kernprocessen van ACT (acceptatie, defusie, mindfulness, zelf-als-context, waarden, toegewijde actie).
- 15:30 – 15:45 pauze

15:45 – 17:15 de omgeving: ouders, vriendjes/vriendinnetjes, school, sport etc. Hoe spelen zij een rol in de totstandkoming dan wel verandering van gedrag en hoe betrek je de omgeving in de begeleiding?

17:15 – 17:30 afronding

### Dag 3

10:30 – 11:30 bespreken thuiswerk, terugblik op de afgelopen week, ruimte voor casuïstiek + uiloefening “weerbericht”

11:30 – 12:30 motivatie tot verandering bij kinderen en jongeren: hoe stimuleer je die, hoe houd je die vast? Hoe zorg je ervoor dat kinderen/jongeren buiten je begeleidingstijd om blijven oefenen?

12:30 – 13:30 pauze

13:30 – 15:30 “Het Eiland” als metafoor voor het leven, binnen het ACT4kids model: een introductie (met oefeningen)

15:30 – 15:45 pauze

15:45 – 17:15 kennismaking met het protocol voor groepen: wat zijn de randvoorwaarden? Hoe voer je het uit?

17:15 – 17:30 afronding

### Dag 4

10:30 – 11:30 bespreken thuiswerk, terugblik op de afgelopen week, ruimte voor casuïstiek + hartoefening “terugblik”

11:30 – 12:30 de therapeutische houding van een ACT begeleider bij kinderen en jongeren

12:30 – 13:30 pauze:

13:30 – 15:30 diagnostiek: welke instrumenten kun je gebruiken, welke factoren breng je in kaart?

15:30 – 15:45 pauze

15:45 – 17:15 diagnostiek: hoe maak je een functionele analyse van het gedrag van een kind of jongere? Hoe vertaal je dit naar een begeleidingsplan? Welke oefeningen zet je in? Hoe werk je dit uit in een casusconceptualisatie?

17:15 – 17:30 afronding

### Dag 5

10:30 – 11:30 bespreken thuiswerk, terugblik op de afgelopen week, ruimte voor casuïstiek + olifanten oefening “ballonbuik”

11:30 – 12:30 ACT4kids t.o.v. andere methodieken binnen ACT voor jongeren: DNA-V door Hayes & Ciarrochi, ACTief in je gezin door Matthijssen & Bodden.

12:30 – 13:30 pauze

13:30 – 15:30 toetsing: casuïstiekbespreking aan de hand van plenair rollenspel – kent de deelnemer de theoretische achtergrond van ACT in het algemeen en ACT4kids in het bijzonder voldoende? Kan hij/zij deze toepassen in de praktijk? Waar ligt de focus om verder te ontwikkelen in de toekomst?

15:30 – 15:45 pauze

15:45 – 17:00 vervolg toetsing

17:00 – 17:30 afronding en afscheid, katoefening “hartenwens”.

## **Wervende tekst: Inhoud opleiding**

"Gun jezelf en je werk een mooie 5-daagse opleiding dit najaar!

Je stapt met mij over het Eiland (metafoor voor het leven), leert spelenderwijs alles over het ACT4kids-model, we gaan dieper in op o.a. hoe je motiveert en bijvoorbeeld de ouders betreft, je doet een ton aan oefeningen en gedragsexperimentjes, je doet inzichten op over hoe en waarom ACT4kids aansluit bij de leefwereld en het

ontwikkelingsniveau van kinderen en jongeren, maar we gaan dit allemaal vooral op heel plezierige manier doen: spelen = leren!

Omdat we zullen voortborduren op de basiskennis van Acceptance and Commitment Therapy zoals die is voor volwassenen, is een gedegen basisopleiding bij SeeTrue of elders een voorwaarde om e.e.a. goed te kunnen volgen."

Drs. Monique Samsen (1976) is beeldend therapeut en psycholoog. Ze schreef meerdere hoofdstukken over de toepassing van ACT bij kinderen en jongeren in toonaangevende handboeken over ACT en recentelijk verscheen van haar hand - in samenwerking met orthopedagoog Janneke de Heus - het boek: "Acceptance and Commitment Therapy bij kinderen en jongeren". Het eerste boek ter wereld dat dit onderwerp op deze manier behandelt.

De opleiding van SeeTrue sluit hier nauw bij aan en is dan ook uniek in Nederland en België qua inhoud en opzet."