**Zelfonderzoek bij jongeren met de ZKM**

De ZKM is een transdiagnostische methode om jongeren via zelfinzicht te motiveren tot actie. De opleiding tot ZKM coach is voor therapeuten, psychologen en pedagogen die jongeren in de begeleiding een eigen stem willen geven en vanuit een narratieve basis willen werken. In de ZelfKennisMethode-ZelfKonfrontatieMethode (ZKM) staat de eigen beleving van de jongere centraal. Het unieke persoonlijke verhaal van de jongere is het uitgangspunt waarmee gewerkt wordt. Jongeren leren de betekenis van hun eigen gevoelens kennen met als resultaat dat zij zelf beter regie kunnen nemen in hun eigen leven. Jongeren komen in korte tijd tot relevante inzichten en zijn gemotiveerd voor verandering.

De ZKM biedt het beste van twee werelden: ruimte voor het eigen verhaal van de jongere, gecombineerd met een evidence based methodische aanpak. Een uitstekende basis en verenigbaar met uiteenlopende werkwijzen.

Wat biedt de ZKM Opleiding? Inspiratie. Kennis. Vakmanschap. Je leert werken met de ZKM: de theoretische, wetenschappelijke achtergrond en je doet veel praktijkervaring op. Onze opleiding besteedt uitgebreid aandacht aan eigen persoonlijke groei en professionele ontwikkeling. Met de ZKM heb je een solide methode in handen die structuur en richting geeft aan de begeleiding van jongeren.

Via de dialoog met de ZKM coach zet de jongere zelf, actief en doelgericht, veranderingsprocessen in gang om zijn eigen welbevinden te verbeteren. Op onovertroffen wijze participeert de jongere via de ZKM in zijn eigen ontwikkelingsproces.

De ZKM wordt succesvol ingezet bij: faalangst, onzekerheid, pesten, gecompliceerde rouw, motivatieproblemen, onderpresteren bij hoogbegaafdheid, keuze problemen, identiteitsontwikkeling, bij multiculturele vragen.

**Onderdelen de opleiding tot ZKM coach**

**Inhoud**

De ZKM opleiding bestaat uit een grondige kennismaking met de Waarderingstheorie en de Zelfkennismethode in een afwisselende vorm van theorie, vaardigheden, reflectie en discussie.

De hoofdonderdelen die in de opleiding naar voren komen zijn:   
• Oefeningen in de narratieve attitude en de werkwijze voor de ZKM-coach  
• Het uitvoeren van twee oefenzelfonderzoeken als ZKM-coach (onder supervisie)   
• Het ondergaan van twee oefenzelfonderzoeken als cliënt (onder supervisie)   
• Instructie en vaardigheden in de ondersteunende computerprogramma’s   
• Een gezamenlijke studie van de onderliggende theorie van de Zelfkennismethode aan de hand van het studieboek Self Narratives: the Construction of meaning in Psychotherapy; Hubert J.M. Hermans en Els Hermans-Jansen.

• Afsluitende toetsing

De ZKM-R&A opleiding heeft een ambachtelijke werkwijze: ‘handen en voeten aan coaching’. Veel oefenen en leren door ervaren.

De opleiding start met minimaal 4 en maximaal 8 deelnemers.

**Certificatie**

Na afronding van de opleiding is de cursist toegerust om zelfonderzoeken te doen en kan als gecertificeerd ZKM coach gebruik maken van de faciliteiten van het computerprogramma en lid worden van de beroepsvereniging ZKM Vereniging.

**Tijdsinvestering ZKM opleiding**

**Contacturen opleidingsdagen: 93 uur**

Blok 1: 1x3 en 1x2 aaneengesloten dagen (12 dagdelen)

Blok 2: 2x3 aaneengesloten dagen (14 dagdelen)

Blok 3: 1x2 aaneengesloten dagen (5 dagdelen)

**Supervisie: 12 uur**

Twee trajecten van 6 uur bij twee verschillende supervisors

**Intervisie: 12 uur**

Vier intervisie-bijeenkomsten met collega-cursisten

**Literatuur en toetsen:  45,5 uur**

Literatuur: 27,5 uur  (studieboek Self Narratives 275 pagina’s)

Toetsen en eindverslag plus eindgesprek: 18 uur

Tijdens de opleiding wordt verschillende, verdiepende achtergrondliteratuur verstrekt.

**Totaal aantal contact- en studie-uren:  162,5 uur**

**Praktijk:**

Na blok 2 kan de cursist onder supervisie in de eigen werkomgeving ZKM’s uitvoeren. Om het certificaat te behalen voert de cursist zelfstandig 6 ZKM’s uit.

**Prijzen en locatie**

Totale prijs ZKM opleiding: Privé en zzp’ers € 3900, plus supervisie € 840.

Zakelijk € 4600, plus supervisie €1200.

Masterclasses optioneel na de opleiding: privé en zzp’ers € 550. Zakelijk €700.\*

\* Betalen in termijnen of voor losse onderdelen is mogelijk.

De opleiding wordt grotendeels gegeven in Zeist, Zusterplein 22.

**De contact docenten**  
Drs. S. Roenhorst, registerpsycholoog NIP, A&O ( M 0647084349)  
Drs. D. Pieters, orthopedagoog /psycholoog NVO ( M 0627047437)

Voor gecertificeerde ZKM coaches verzorgen wij verdiepende tweedaagse masterclasses.

www.opleidingzelfkennismethode.nl email: info@opleidingzelfkennismethode.nl