

Werken aan je zelfbeeld, COMET voor kinderen en jongeren

Interne code

Accreditatiepunten	Behandeling	Diagnostiek	Overig	Literatuur	Herregistratie
NIP(K&J) / NVO (OG) ID-nummer:					
Doelstelling	<ul style="list-style-type: none"> • Cursist kan de training ‘Werken aan je zelfbeeld, COMET voor kinderen en jongeren’ toepassen, zowel individueel als in groepsverband • Cursist kan de verschillende stappen van COMET benoemen. • Cursist kan de theorie achter contraconditionering uitleggen aan zowel collega’s, ouders als kinderen en jongeren • Cursist kan een kind of jongere begeleiden in het toepassen van de verschillende stappen die bij de COMET horen • Cursist kan de indicaties en contra-indicaties van de COMET benoemen, uitvragen bij kinderen en jongeren en een juiste beslissing nemen aangaande het wel of niet inzetten van deze module 				
Inhoud	<p>‘Werken aan je zelfbeeld, COMET voor kinderen en jongeren’ is een behandelmodule voor kinderen en jongeren met een negatief zelfbeeld. De methode is gebaseerd op COMET (Competitive Memory Training) van Kees Korrelboom die bewezen effectief is gebleken bij volwassenen. Ook bij kinderen en jongeren met verschillende diagnoses worden positieve resultaten gemeten in de eerste onderzoeken.</p> <p>Werken aan je zelfbeeld is een cognitief gedragstherapeutische training, waarbij kinderen en jongeren/adolescenten leren om positiever over zichzelf te denken en meer zelfvertrouwen te ontwikkelen. Bij de behandeling van psychische stoornissen wordt er doorgaans vanuit gegaan dat wanneer men de stoornis behandelt, een ontstaan negatief zelfbeeld als vanzelf zal mee veranderen. Toch blijkt dit in veel gevallen niet vanzelfsprekend te zijn. Aangezien bij kinderen een negatief zelfbeeld in de klinische praktijk veelvuldig wordt gesignaleerd, is de behoefte aan een programma voor kinderen en jongeren groot. Een negatief zelfbeeld wordt veelal gerelateerd aan het hebben of krijgen van een depressie en is een belangrijke component van verschillende andere psychische stoornissen. Bovendien zijn er kinderen en jongeren</p>				

	<p>waarbij het negatieve zelfbeeld als primaire klacht kan worden beschouwd. Indien we in de vroege jeugd al invloed kunnen uitoefenen op een dergelijk negatief zelfbeeld, kan dit positieve effecten hebben in het verdere leven.</p> <p>In de training leren de deelnemers hoe ze kinderen en jongeren (8-24 jaar) met een negatief zelfbeeld kunnen helpen, waarbij gebruik wordt gemaakt van de werkboeken. In het eerste gedeelte wordt ingegaan op (de ontwikkeling van) het zelfbeeld, theoretische leerprincipes en de theorie achter de COMET. In het tweede gedeelte van de training wordt aandacht besteed aan de aanpassingen en toevoegingen die zijn gedaan om de training geschikt te maken voor kinderen en jongeren en het betrekken van de ouders. Tijdens de training wordt gebruik gemaakt van theoretische uitleg, casuïstiek, rollenspellen, videomateriaal en literatuur.</p>																												
Gehanteerde theorieën, methodieken	COMET aan de hand van de theorie van Kees Korrelboom Boeken 'Werken aan je zelfbeeld, COMET voor kinderen en jongeren'																												
Urentabel / draaiboek	<table> <tr> <td>9.00- 9.15 uur</td> <td>Kennismaking en korte opwarmingsoefening</td> </tr> <tr> <td>9.15-10.15 uur</td> <td>Theorie over zelfbeeld/ontwikkeling zelfbeeld</td> </tr> <tr> <td>10.15-10.30 uur</td> <td>Pauze</td> </tr> <tr> <td>10.30-10.45 uur</td> <td>Theoretische leerprincipes (FA/BA oefening)</td> </tr> <tr> <td>10.45-11.30 uur</td> <td>Theorie COMET (rollenspel)</td> </tr> <tr> <td>11.30-12.00 uur</td> <td>Indicaties en contra-indicaties (casuïstiek)</td> </tr> <tr> <td>12.00-12.45 uur</td> <td>Lunch</td> </tr> <tr> <td>12.45-13.30 uur</td> <td>COMET stap 1 t/m 5</td> </tr> <tr> <td>13.30-14.00 uur</td> <td>Oefening Imaginatie</td> </tr> <tr> <td>14.00-14.30 uur</td> <td>COMET stap 6</td> </tr> <tr> <td>14.30-14.45 uur</td> <td>Pauze</td> </tr> <tr> <td>14.45-15.30 uur</td> <td>Oefening contraconditionering</td> </tr> <tr> <td>15.30-16.15 uur</td> <td>Wetenschappelijke stand van zaken</td> </tr> <tr> <td>16.15-16.45 uur</td> <td>Evaluatie, uitleg eindtoets</td> </tr> </table>	9.00- 9.15 uur	Kennismaking en korte opwarmingsoefening	9.15-10.15 uur	Theorie over zelfbeeld/ontwikkeling zelfbeeld	10.15-10.30 uur	Pauze	10.30-10.45 uur	Theoretische leerprincipes (FA/BA oefening)	10.45-11.30 uur	Theorie COMET (rollenspel)	11.30-12.00 uur	Indicaties en contra-indicaties (casuïstiek)	12.00-12.45 uur	Lunch	12.45-13.30 uur	COMET stap 1 t/m 5	13.30-14.00 uur	Oefening Imaginatie	14.00-14.30 uur	COMET stap 6	14.30-14.45 uur	Pauze	14.45-15.30 uur	Oefening contraconditionering	15.30-16.15 uur	Wetenschappelijke stand van zaken	16.15-16.45 uur	Evaluatie, uitleg eindtoets
9.00- 9.15 uur	Kennismaking en korte opwarmingsoefening																												
9.15-10.15 uur	Theorie over zelfbeeld/ontwikkeling zelfbeeld																												
10.15-10.30 uur	Pauze																												
10.30-10.45 uur	Theoretische leerprincipes (FA/BA oefening)																												
10.45-11.30 uur	Theorie COMET (rollenspel)																												
11.30-12.00 uur	Indicaties en contra-indicaties (casuïstiek)																												
12.00-12.45 uur	Lunch																												
12.45-13.30 uur	COMET stap 1 t/m 5																												
13.30-14.00 uur	Oefening Imaginatie																												
14.00-14.30 uur	COMET stap 6																												
14.30-14.45 uur	Pauze																												
14.45-15.30 uur	Oefening contraconditionering																												
15.30-16.15 uur	Wetenschappelijke stand van zaken																												
16.15-16.45 uur	Evaluatie, uitleg eindtoets																												

Verplichte literatuur




P 1 - 66

Kuin & Peters, 2014; Zelfbeeldtraining voor kinderen en jongeren

Aanbevolen literatuur



Peters, 2014; Werken aan je zelfbeeld, COMET voor kinderen en jongeren (groepstraining)

	 <p>Kuin, 2014; Werken aan je zelfbeeld, COMET voor kinderen en jongeren (individuele training)</p>
Werkvormen: wijze van kennisoverdracht	Casuïstiek bespreken Rollenspellen Videomateriaal Casusverslag
Opdracht/toetsing	Een kort verslag (max 1 A4'tje) van een casus waarbij je COMET hebt toegepast of zou kunnen toepassen. Beschrijf kort de achtergrond, waarom deze casus geschikt is voor COMET (indicaties en contra-indicaties) en hoe je COMET hebt toegepast en wat het resultaat was, of hoe je het zou kunnen toepassen en wat hiervan je verwachtingen zijn.
Doelgroep	Gedragswetenschappers
Contacturen	7 uur
Uitgevoerd door (docenten)	Paulien Peters, GZ-psycholoog en Cognitief gedragstherapeut VGCT
Aantal deelnemers	14 - 20
Datum / data	8 mei in Eefde