

DRAAIBOEK



OPLEIDING
ACT4KIDS+

leer kinderen en jongeren hun  te volgen
www.ACT4kids.nl

Monique Samsen
Arnhem, maart 2018

Illustraties: Hester van der Grift



Inhoudsopgave

De opleiding ACT4kids+	4
Over de opleider	4
Websites	5
Startdata	6
Vereisten voor deelname	6
Studiebelasting	6
Toetsing	6
Verplichte literatuur voor deelnemers	6
Algemeen leerdoel	7
Subdoelen theorie	7
Subdoelen diagnostiek	7
Subdoelen behandeling	7
Programma	8
Dag 1	8
Dag 2	8
Dag 3	9
Dag 4	9
Dag 5	10
Dag 6	11
Literatuurlijst	12

De opleiding ACT4kids+:

ACT4kids+ is een 6 daagse opleiding Acceptance & Commitment Therapy (ACT) met nadruk op de begeleiding van kinderen en jongeren.

In de opleiding leer je de basisbeginselen van de theoretische achtergrond en praktische toepassing van Acceptance & Commitment Therapy – of kortweg: ACT.

Met de basis maak je tegelijkertijd kennis met het ACT4kids-model. Dit model is toepasbaar voor iedereen die kinderen en/jongeren begeleidt. Het geeft structuur aan je begeleiding en maakt belangrijke processen binnen ACT ook voor kinderen begrijpelijk, omdat het is aangepast aan de neurologische en psychologische ontwikkeling van kinderen . Door gebruik te maken van spel en metaforen sluit het tevens beter aan bij hun belevingswereld.

ACT is Engels voor 'doen'. In de opleiding draait alles om ervarend en spelend leren.

Wanneer je actief deelneemt aan de opleiding door het doen van opdrachten tussen de opleidingsdagen, door uit te wisselen wat je eerste ervaringen zijn in het uitvoeren van het geleerde en door samen te oefenen, leer je vaak het meest. Ik zorg voor inzicht gevende, grappige of spannende opdrachten en als je er zelf één weet: deel!

Na afloop weet je veel meer over Relational Frame Theory (RFT), de zes kernprocessen uit het ACT model, hoe je een functionele analyse maakt na intake, hoe je een begeleidingsplan opstelt en hoe je zelf metaforen kunt bedenken.

Je leert de uil, de olifant en het hart kennen, net als andere hoofdrolspelers op het Eiland: een metafoor voor het leven. Je hebt kennis opgedaan over andere ACT-gerichte methodieken voor jongeren en over het ACT4kids-protocol voor wanneer je met groepen wilt werken en je hebt ondertussen ook zelf gewerkt aan je eigen vaardigheden om psychologische flexibiliteit te vergroten.

Over de opleider:

Drs. Monique Samsen (1976) is beeldend therapeut, buitencoach en psycholoog. Ze vertaalde op basis van jarenlang werken met Acceptance and Commitment Therapy (ACT) en kinderen en jongeren de ACT-hexaflex naar een model dat veel beter aansluit deze doelgroep: ACT4kids.

Ze schreef meerdere hoofdstukken over de toepassing van ACT bij kinderen en jongeren in handboeken over ACT en in 2017 verscheen van haar hand - in samenwerking met orthopedagoog Janneke de Heus - het boek: "Acceptance and Commitment Therapy bij kinderen en jongeren".

Monique werkt sinds 2003 met ACT en was één van de eerste psychologen in Nederland die de methodiek in de praktijk toepaste. Ze werkte op verschillende plaatsen als gezinsvervangende tehuizen, kamertrainginscentra, kinderopvang, psychiatrische crisisopvang en op scholen.

Momenteel werkt ze alweer vele jaren in haar eigen psychologiepraktijk en leidt ze daarnaast mensen op tot ACT therapeut/coach.



Publicaties:

Samsen, G.M., & De Heus, J.L. (2017). *Acceptance and Commitment Therapy bij kinderen en jongeren*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Samsen, G.M. (2015). *ACT bij kinderen en jongeren*. In: J. A-Tjak (red.). *Acceptance & Commitment Therapy. Theorie en praktijk*. (pp. 153-159). Houten: Bohn Stafleu van Loghem.

Samsen, G.M., & Jansen, G. (2015). *ACT en pubers/adolescenten*. In: G. Jansen, & T. Batink. *Time to ACT. Het basisboek voor professionals*. (pp. 367-368). Zaltbommel: Thema.

Websites:

www.ACT4kids.nl

www.psycholoogarnhem.nl

Startdatum:

Donderdag 17 mei 2018

Donderdag 6 september 2018

Vereisten voor deelname:

- Hbo/WO-opleiding
- Werkervaring met gesprekstechnieken en coaching/begeleiding.

Studiebelasting:

Theorie	11	
Diagnostiek	6	
Behandeling	17,5	
Totaal contacturen (zonder pauzes)		34,5
Literatuurstudie	10 – 15	
Praktische uitvoering	10 – 20	
Totaal uren in eigen tijd		20 – 35

Toetsing:

De deelnemer is in staat om aan het eind van de opleiding een casusconceptualisatie op te stellen en een begeleidingsplan te ontwerpen. De deelnemer levert beide schriftelijk in bij de opleider.

Bij voldoende blijk van kunnen wordt een certificaat (van deelname en voldoende kunde en kennis) aan de deelnemer uitgereikt.

Verplichte literatuur voor deelnemers:

- Samsen, G.M. & De Heus, J.L. (2017). Acceptance and Commitment Therapy bij kinderen en jongeren. Houten: Bohn Stafleu van Loghum. (131 pagina's)

- Jansen, G., & Batink, T. (2014). Time to ACT! Het basisboek voor professionals. Zaltbommel: Thema. (442 pagina's)

Totaal verplicht te bestuderen aantal pagina's: 573

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:

- Basiskennis en -toepassing van de theoretische achtergrond van Acceptance and Commitment Therapy (zes kernprocessen, psychologische flexibiliteit als doel, Relational Frame Theory, Creatieve Hulpeloosheid)
- Verschillen en overeenkomsten kennen in de toepassing van ACT bij volwassen 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 de rol van context hierin mee kunnen nemen.
- Kunnen opstellen van casusconceptualisatie aan de hand van ACT4kids model.

Subdoelen behandeling:

- Kunnen opstellen van begeleidingsplan.
- Verschillende begeleidingsoefeningen 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.

Programma:

Dag 1

10:30 – 12:30	Inleiding en kennismaking deelnemers a.d.h.v. kinder/jeugdfoto + katoefening “daruma” (met werkblad).
12:30 – 13:30	pauze
13:30 – 14:30	Relational Frame Theory; de achterliggende theorie + verschil pijn en lijden & introductie van mindfulness & de boom en het verstand & de uil.
14:30 – 15:30	Creatieve Hulpeloosheid: wat als niets helpt? Hoe stimuleer je dit in het algemeen en specifiek bij kinderen en jongeren?
15:30 – 15:45	pauze
15:45 – 17:15	Psychologische Flexibiliteit en introductie van de hexaflex + uiloefening “monsterbal” + uiloefening “hoe herken je de uil?” (met werkblad).
17:15 – 17:30	Afronding en uitleg regel gestuurd gedrag t.b.v. thuisopdracht

Thuiswerk:

Doen:	uiloefening “levensleuzen” (+ bijbehorend werkblad)
Lezen:	Time to ACT : H 1 en 2 ACT bij kinderen en jongeren: H 1, 2 en 6 “de uil”

Dag 2

10:30 – 12:00	bespreken thuiswerk, terugblik op de afgelopen week, ruimte voor casuïstiek + boomoefening “zien – in touw”
12:00 – 12:30	De hexaflex vs. ACT4kids-model + introductie waarden & het hart.
12:30 – 13:30	pauze
13:30 – 15:45	In tweetallen de hartoefening “wat heb ik in mijn hart?” + introductie van zelf-als-context + het zelf. Zelfoefening “ander perspectief”.
15:45 – 16:00	pauze
16:00 – 17:15	Introductie van acceptatie en defusie + de olifant, toegewijde actie en compassie + de kat. Katoefening “de controller van je leven” (met werkblad).
17:15 – 17:30	Afronding en uitleg thuisopdracht.

Thuiswerk:

Doen: olifanttoefening “Gekke grappige gerrit – geef je uil een naam”

Lezen: Time to ACT : H 3 en 4

ACT bij kinderen en jongeren: H 3, 4 en 6 “boom en hart”

Dag 3

- 10:30 – 11:30 Terugblik op de afgelopen week, ruimte voor casuïstiek + uiltoefening “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? Rollenspel: oefenen met kinderen die geen thuiswerk doen.
- 12:30 – 13:30 pauze
- 13:30 – 15:30 “Het Eiland” als metafoor voor het leven, binnen het ACT4kids model + in tweetallen aan de slag met het tekenen van het Eiland en inrichten: Het Belangrijke Mensen-dorp en Het Whaaah-woud (met werkbladen).
- 15:30 – 15:45 pauze
- 15:45 – 17:15 De therapeutische houding van een ACT begeleider algemeen en specifiek bij kinderen en jongeren. Rollenspel: oefenen met compassie, self-disclosure, richten op proces i.p.v. inhoud.
- 17:15 – 17:30 Afronding en voorbespreking thuiswerkopdracht: waar ga jij mee oefenen?

Thuiswerk:

Doen: olifanttoefening “oefenen met acceptatie” (met werkblad)

Lezen: Time to ACT : H 5, 6 en 7

ACT bij kinderen en jongeren: H 5 en 10

Dag 4

- 10:30 – 11:30 Bespreken thuiswerk, terugblik op de afgelopen week, ruimte voor casuïstiek.

11:30 – 12:30	Protocol voor groepen “durf te leven”: Wat zijn de randvoorwaarden? Voor wie? Waar? Hoe voer je het uit?
12:30 – 13:30	pauze:
13:30 – 15:30	Diagnostiek: welke instrumenten kun je gebruiken, welke factoren breng je in kaart? Hartoefening “ansichtkaarten”
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? Rollenspel: oefenen met ouders die een andere visie hebben.
17:15 – 17:30	Afronding

Thuiswerk:

Doen:	hartoefening “mijn leven in foto’s”
Lezen:	Time to ACT : H 8, 9 en 10 ACT bij kinderen en jongeren: H 9

Dag 5

10:30 – 11:30	Terugblik op de afgelopen week, ruimte voor casuïstiek + olifantenoefening “ballonbuik”
11:30 – 12:30	Rollenspel: bespreek in tweetallen de thuisopdracht en extraheer waarden uit dat wat je cliënt jou vertelt.
12:30 – 13:30	pauze
13:30 – 15:30	Diagnostiek: hoe maak je een functionele analyse van het gedrag van een kind of jongere? Hoe werk je dit uit in een casusconceptualisatie? Hoe vertaal je dit naar een begeleidingsplan? Welke oefeningen zet je in? Uitwerken in tweetallen.
15:30 – 15:45	pauze
15:45 – 17:15	Ontwikkeling van het brein en de invloed hiervan op de kernprocessen van ACT .
17:15 – 17:30	Afronding en overleg thuiswerk: wat wordt verwacht? Hoe ga je het invullen?

Thuiswerk:

Doen: Opstellen casusconceptualisatie en begeleidingsplan

Lezen: Time to ACT: H 11 en 12

Dag 6

10:30 – 11:30	Terugblik op de afgelopen week + olifantenoefening “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: bespreken begeleidingsplan in tweetallen: welke knelpunten zijn er, welke vragen liggen er nog? Uitwerken in plenair rollenspel.
15:30 – 15:45	pauze
15:45 – 17:00	Vervolg plenair rollenspel.
17:00 – 17:30	Afronding en afscheid + katoefening “wensboom”.

Literatuurlijst:

- 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 paleocerebral functions*. New York: Plenum Press.
- Matthijssen, D. (2012). *ACTief opvoeden: doen wat werkt voor jou en je kind*. Amsterdam: Hogrefe Uitgevers BV.
- Matthijssen, D., De Rooij, E., & Bodden, D. (2018). *ACT your way. Doen wat werkt voor jou*. Amsterdam: Boom Uitgevers.
- Matthijssen, D., & Bodden, D. (2015). *Samen ACTief in je gezin: Werkboek voor ouders en jongeren*. Tiel: Lannoo.
- Murrell, 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"*. www.ACT4kids.nl.
- 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.



**LAAT JE
DROMEN
LOS**

EN VOLG ZE