

Het stresssysteem en biofeedback (bij kinderen & tieners)

Een theoretische en praktische verdieping in (de toepassing van) biofeedback bij kinderen en jeugdigen.

Docent: drs. Fanny Stempher-Westra, GZ-psycholoog/ Registerpsycholoog kind & jeugd

Doel van deze cursus: Inzicht geven in de achtergronden van biofeedback: wat is biofeedback en waarvoor gebruik je het? Wat is het stresssysteem? En hoe is biofeedback in te zetten om zo het stresssysteem te kalmeren? Hoe werkt dat bij kinderen en jongeren? Een mix van theorie en praktijk.

Opzet van de cursus: In de cursus wordt gebruik gemaakt van meerdere werkvormen met een combinatie van theorie en praktijk. De theorie zal in plenaire inleidingen gepresenteerd worden. De praktijk bestaat uit demonstraties van de besproken methoden en technieken, waarna de deelnemers zelf oefenen met de gepresenteerde interventies. Het geleerde wordt klassikaal in kwisvorm getoetst.

Tijdinvestering: de dagen wordt opgesplitst in 2 delen van 3 uur (10 tot 13 uur incl. ochtendpauze) en 14 tot 17 uur incl. middagpauze), waardoor de tijdsinvestering bestaat uit 12 contacturen en 4 uur thuisstudie/opdrachten (totaal 16 uur). Zie de scholingskalender voor data.

Verzorging: Deelnemers ontvangen een klapper met de presentatie en zowel theoretische als praktische informatie en hulpmiddelen. Er wordt voor een lunch gezorgd op beide dagen (13 tot 14 uur).

Kosten: €595,- inclusief materiaal, lunch, registratie en certificaat (zie Algemene Voorwaarden voor korting bij groepsdeelname).

Doelgroep: professionals werkzaam met kinderen of jongeren in de jeugdhulp/GGZ/ziekenhuis (HBO/WO). Maximale groepsgrootte is 20 personen. Minimum is 8 personen.

Accreditatie: Er wordt accreditatie aangevraagd bij SKJ/ NIP/ NVO.

Literatuur: wordt verzorgd door de academie.

Over de docent: Fanny Stempher-Westra is een bevlogen GZ-psycholoog gespecialiseerd in kinderen en jeugdigen. Ze heeft inmiddels bijna 30 jaar ervaring als kinder- en jeugdpsycholoog binnen vele werkgebieden (ziekenhuiswezen, kinderpsychiatrie, jeugdzorg, pleegzorg, adoptiezorg, (speciaal) onderwijs, residentiele zorg en dagbehandeling). Ze werkt al jaren met ontregelde stresssystemen bij zowel kinderen, jeugdigen als volwassenen, waarvoor zij ook biofeedback als methodiek gebruikt na meerdere opleidingen hierin te hebben genoten. Ook is ze lid (en voorzitter) van de Nederlandse Biofeedbackvereniging (BVN). Met deze opleiding hoopt ze haar enthousiasme en ervaring op een deskundige manier te kunnen delen met mede vakgenoten, die ook werken met kinderen en jongeren of biofeedback ook beter willen begrijpen c.q. inzetten. Naast het bieden van opleidingen verzorgt ze ook supervisie (voor de BAPD, GZ-psychologen i.o., Kinder- en Jeugdpsychologen NIP i.o. en ReAttach- therapeuten i.o.) en biedt zij binnen haar praktijk Masterpsychologen (i.o.) ruimte om zich te ontwikkelen middels stage of werkervaringsplaats. Naast biofeedbacktherapeut is zij ook ervaren in het gebruik van en gespecialiseerd in ReAttach-therapie, (medische) hypnose, EMDR en hechting/adoptie (vandaar dat zij ook op deze gebieden opleidingen aanbiedt).



Programma Dag 1 Het stresssysteem en biofeedback bij kinderen en jeugdigen (nadruk op theorie):

09.30-10.00 uur	Ontvangst met koffie/thee
10.00-11.00 uur	Het stresssysteem nader uitgelegd.
11.00-11.30 uur	Pauze
11.30-13.00 uur	Hoe werken hart- en breinsysteem bij stress?
13.00-14.00 uur	Lunchpauze
14.00-15.00 uur	Achtergronden van biofeedback: Wat is biofeedback? Hoe werkt het?
15.00-15.30 uur	Pauze
15.30-16.30 uur	Toepassingsgebieden van biofeedback? Indicaties en contra-indicaties.
16.30-17.00 uur	Discussie en vragen

Programma Dag 2 Het stresssysteem en biofeedback bij kinderen en jeugdigen (nadruk op praktijk):

09.30-10.00 uur	Ontvangst met koffie/thee
10.00-11.00 uur	Korte samenvatting dag 1 en introductie praktische toepassing biofeedback
11.00-11.30 uur	Pauze
11.30-13.00 uur	Wat wordt gemeten, waarom, waarmee en hoe?
13.00-14.00 uur	Lunchpauze
14.00-15.00 uur	Oefeningen om samen te doen... (ook met Apps)
15.00-15.30 uur	Pauze
15.30-16.30 uur	Stressprofielmeting, HRV-training en Firstbeat.
16.30-17.00 uur	Kenniskwis, uitreiking aanwezigheidscertificaat en evaluatieformulier.
17.00-17.30 uur	afsluiting en drankje