Samen voor de jeugd Thema

SJS Samenwerkende Jeugdzorg Specialisten Midden-Brabant

Fontys Hogeschool Pedagogiek

WELKOM

20 juni 2019

signaLEREN app

signaLEREN app

Natalie van Hilst
Brigitte Blijlevens

signaLEREN

Natalie van Hilst
GZ-psycholoog, CGT
nhilst@koraal.nl
013-5232913

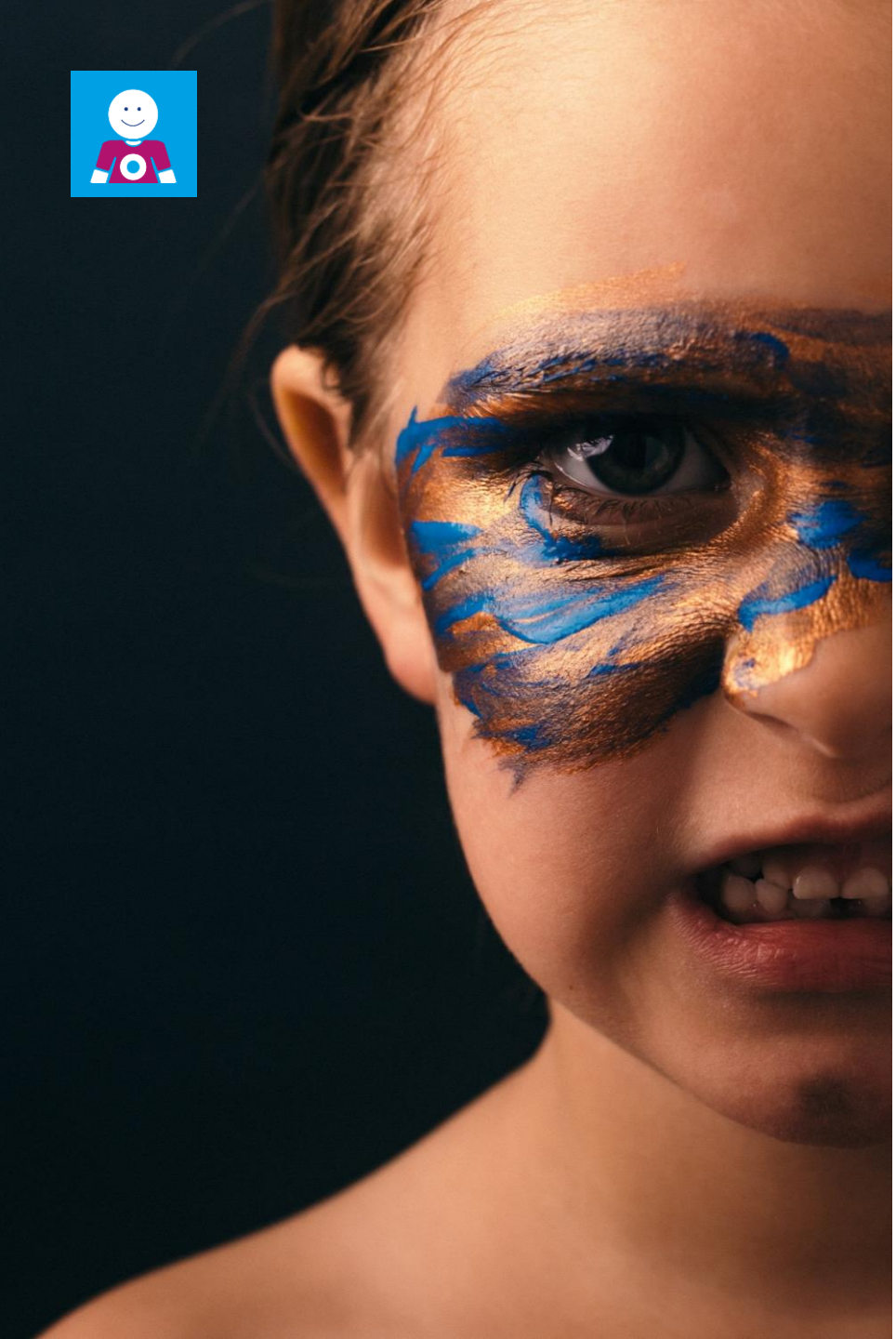
Brigitte Blijlevens
SI-therapeut
bblijlevens@koraal.nl
0135232888

www.signalerenapp.nl

www.signalerenapp.nl

Programma

- Theoretisch kader
- App signaLEREN



Wat is het doel van een signaleringsplan?

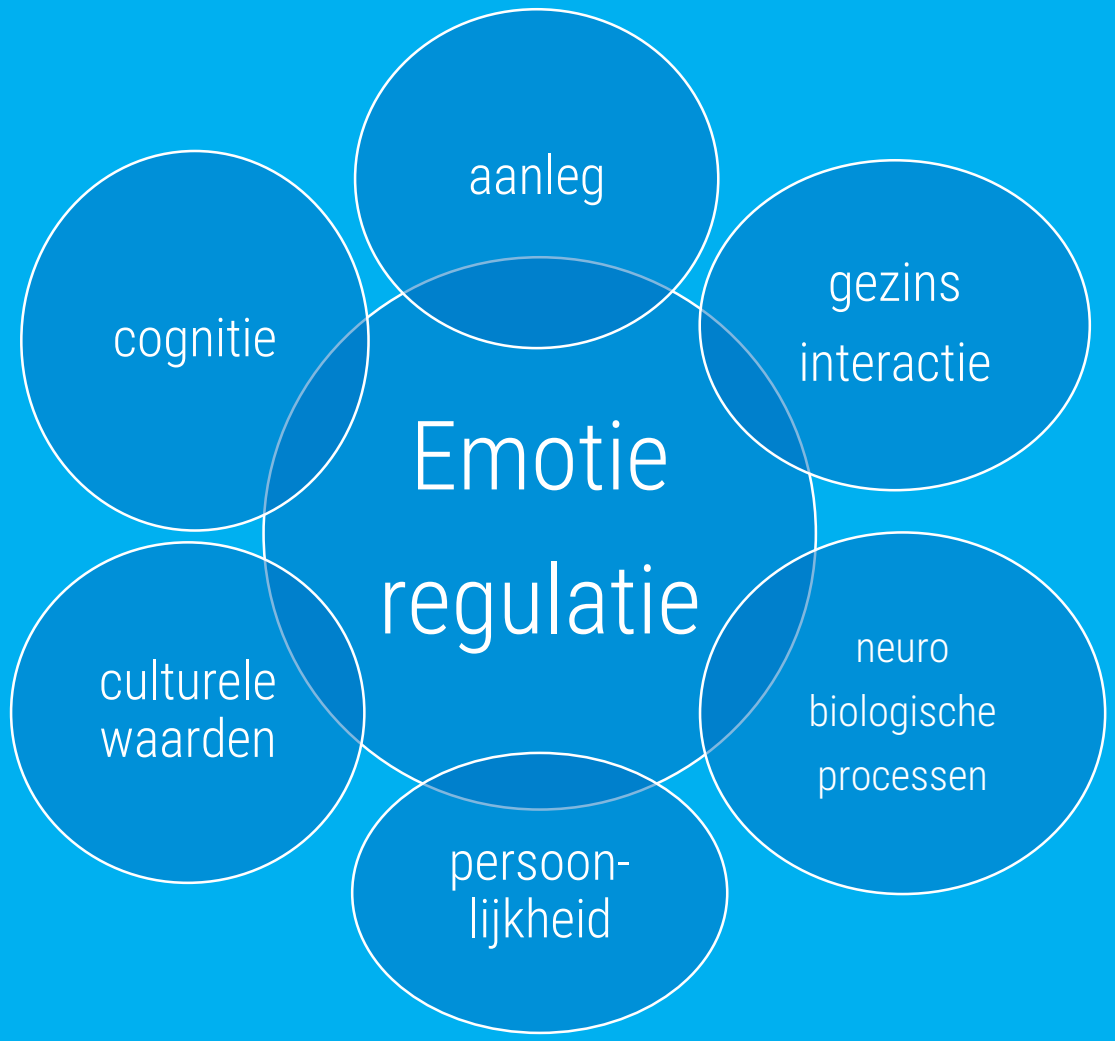
Vroegtijdige onderkenning van spanning & aanreiken van alternatieven

- Voorkomen van negatief gedrag
- Minder inzet van dwang- en drangmaatregelen
- Verbeteren van de emotieregulatie

signaLEREN is een app die jeugdigen in staat stelt om hun eigen spanning te signaleren en te reguleren

Emotieregulatie

Regulatie is de vaardigheid om tot een ‘normale’ of evenwichtige toestand te komen wanneer we uit balans worden gebracht. Regulatie staat centraal in ieders leven, vaak zonder dat we het beseffen.


aanleg
gezins interactie
cognitie
Emotie regulatie
culturele waarden
neuro biologische processen
persoon-lijkheid

Drie vormen van reguleren

1. **Auto-regulatie**
   Sabbelen, zuigen, duimen

2. **Co-regulatie**
   Liefdevol en adequaat inspelen op emoties van het kind, geruststellen, troosten, etc.

3. **Zelfregulatie**
   Kind reguleert zelf de emoties

Adaptieve strategieën

Wanneer een strategie om de emoties te reguleren functioneel is, spreken we van een adaptieve strategie. Er zal dan herstel van het emotionele evenwicht optreden.

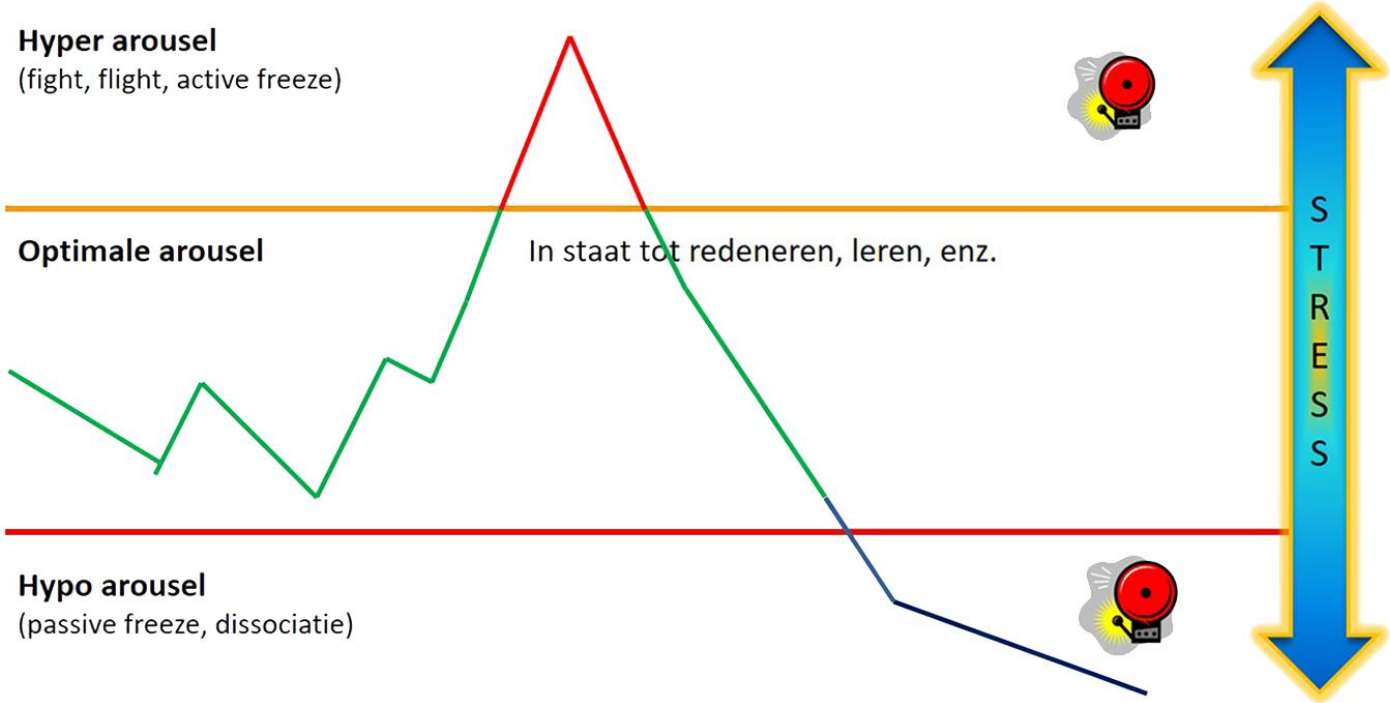
- Acceptatie
- Probleemoplossing
- Her-evaluatie

Maladaptieve strategieën

Emotie-regulatiestrategie die tot klachten en symptomen van psychopathologie leidt.

- Vermijding
- Onderdrukking
- Ruminatie
- Zelfdevaluatie
- Agressie

Window of Tolerance



Vluchten, vechten, angst

Herkennen, leren en REGULEREN

Prikkel blijft onopgemerkt

Vluchten, vechten, angst

Herkennen, leren en REGULEREN

Prikkel blijft onopgemerkt

Met de app kan een jeugdige

Signaleren

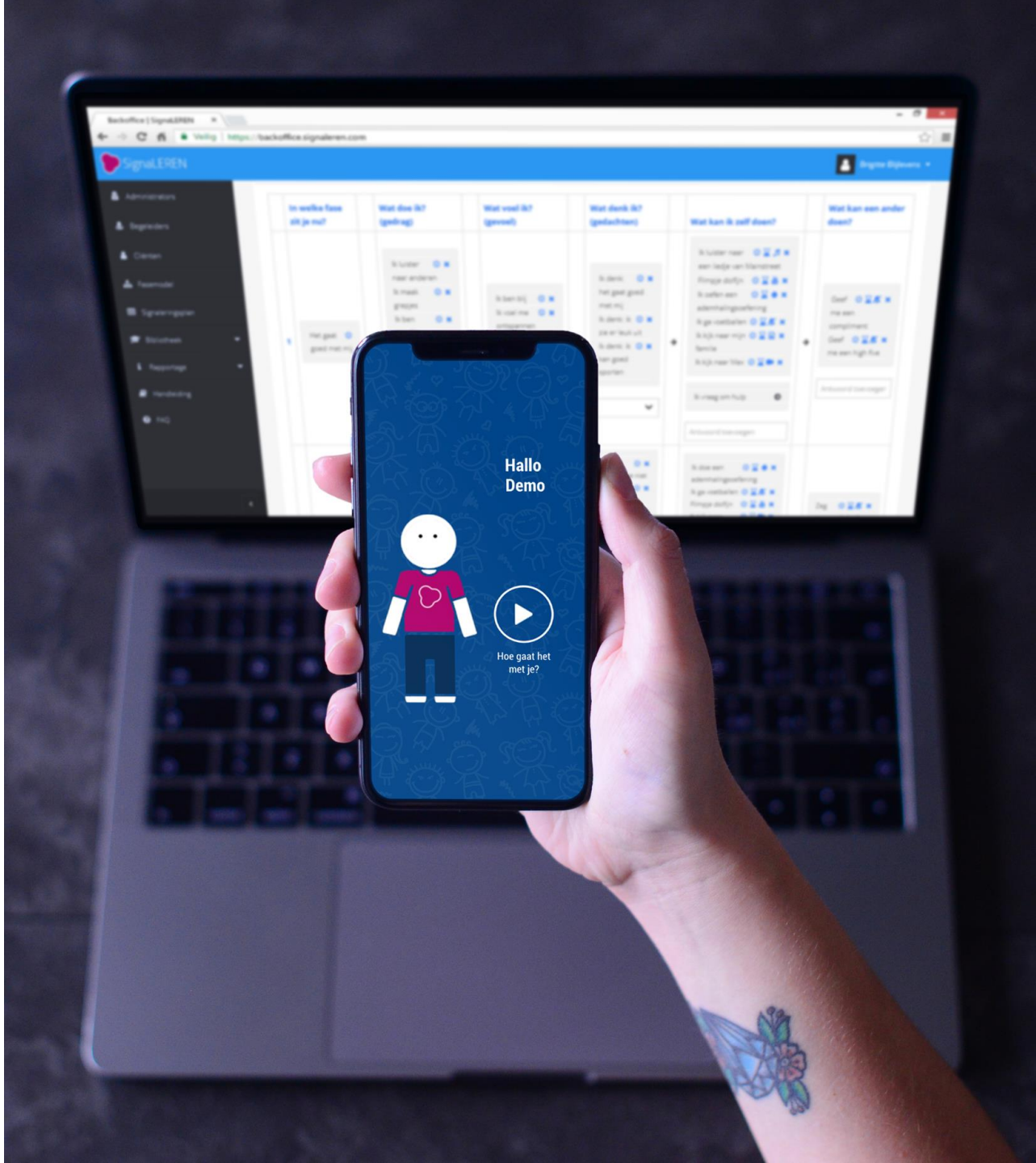
- Wat doe ik, wat voel ik en wat denk ik

Reguleren

- Wat kan ik zelf doen en/of wat kan een ander doen

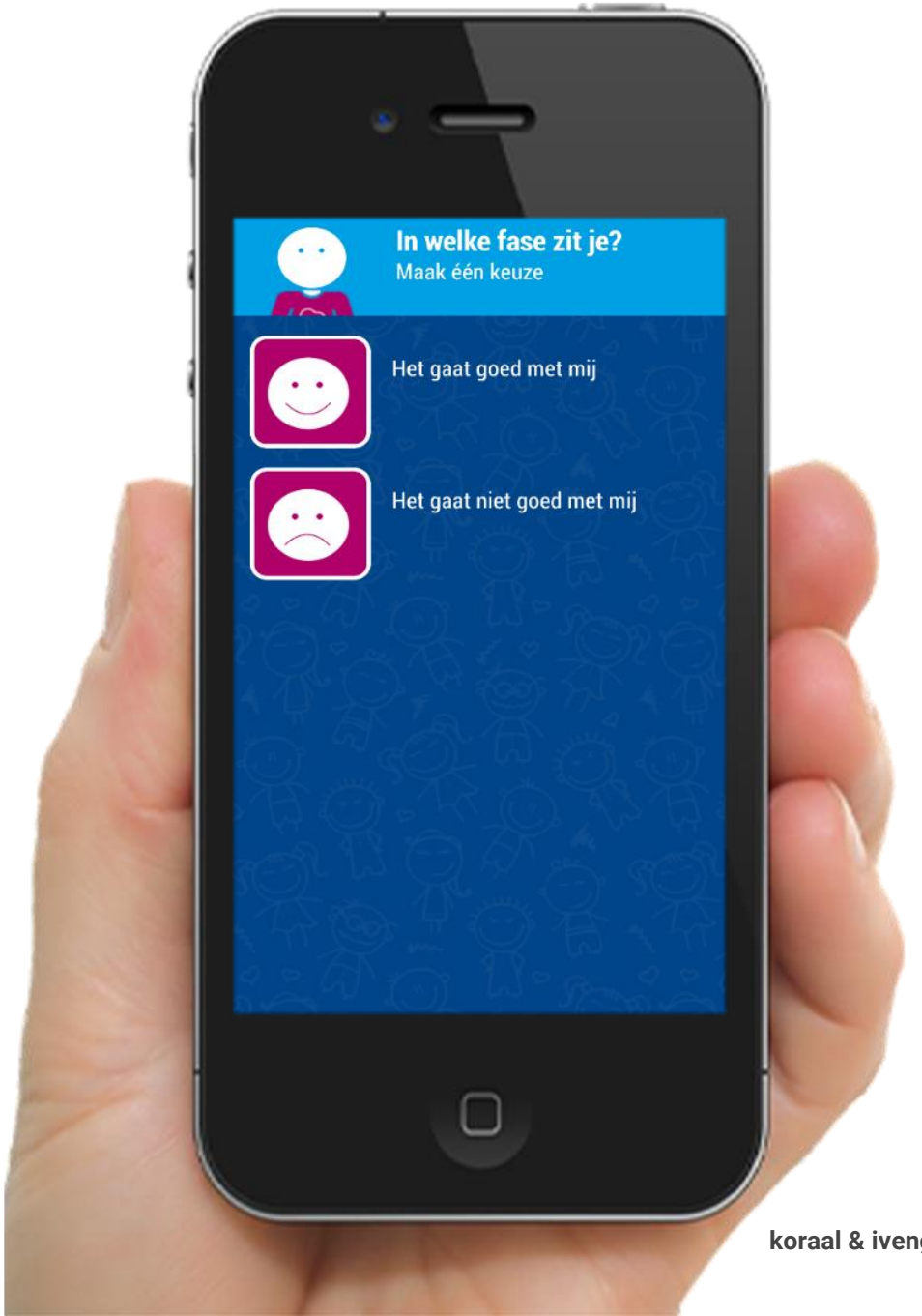
Backoffice

In de backoffice wordt het fasenmodel van de jeugdige geselecteerd, waarna signalen en regulatiestrategieën worden gekozen.



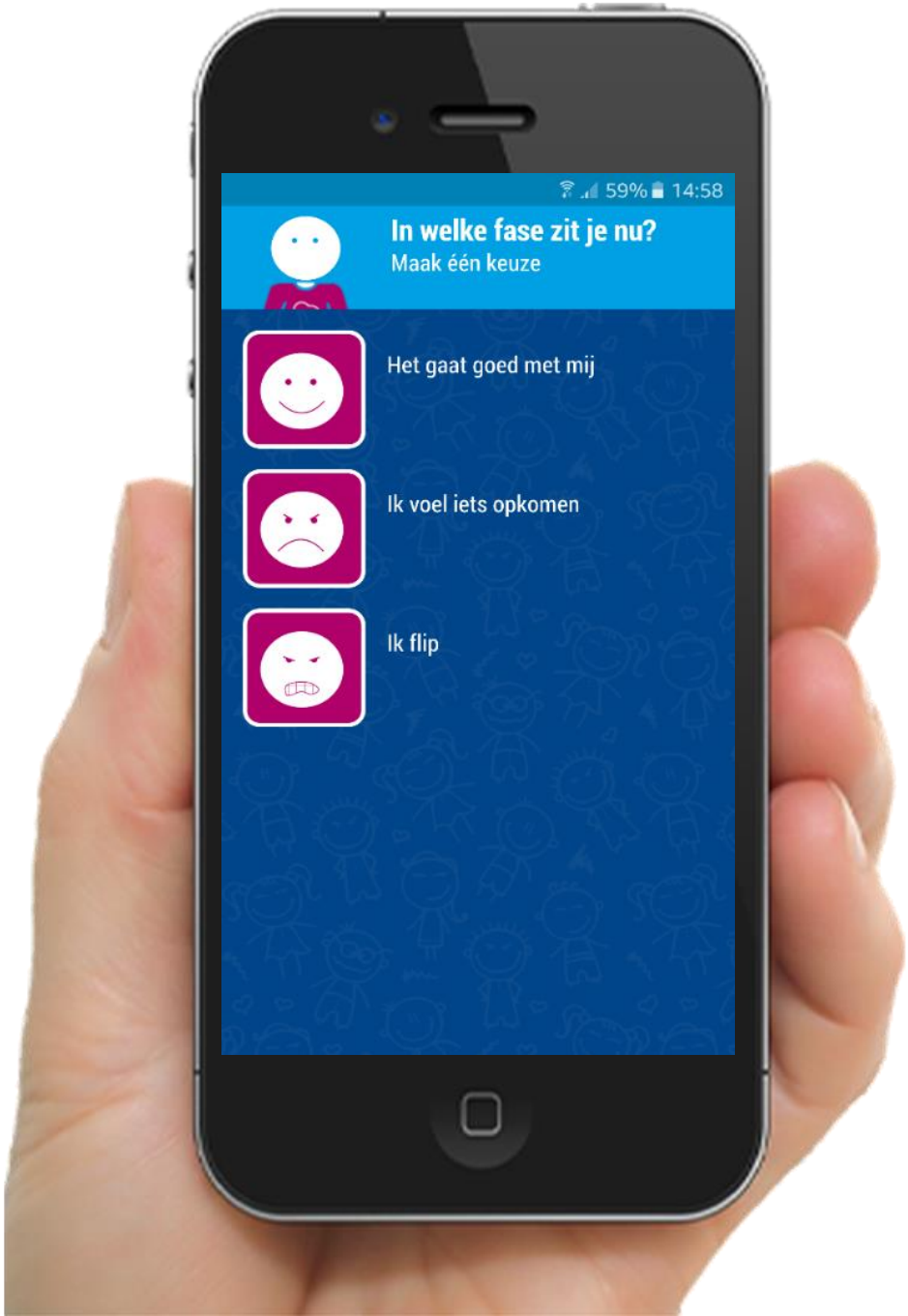
2 fasenmodel

Hierbij heeft een jeugdige keuze uit twee opties.



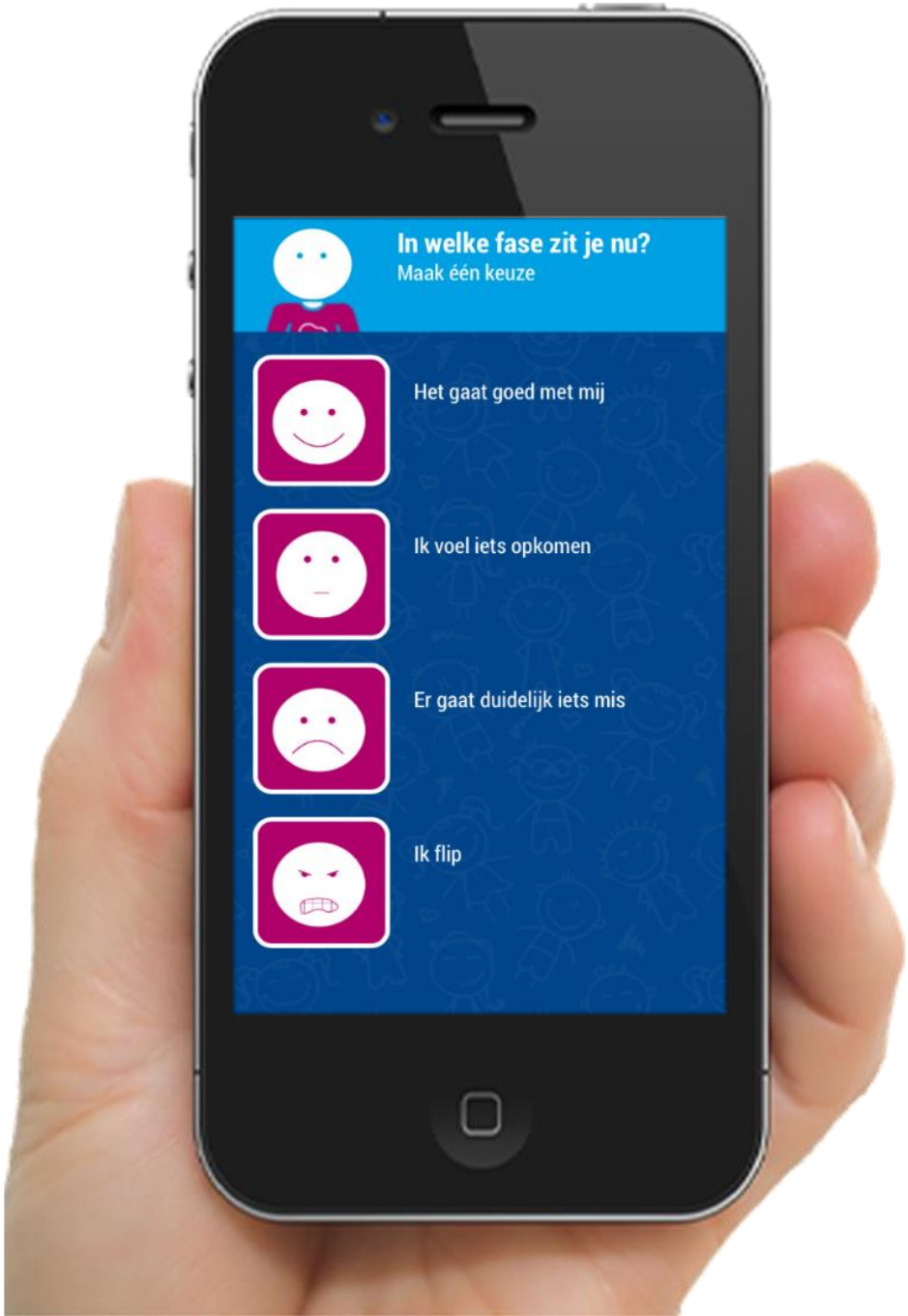
3 fasenmodel

Hierbij heeft een jeugdige keuze uit drie opties.



4 fasenmodel

Hierbij heeft een jeugdige keuze uit vier opties.

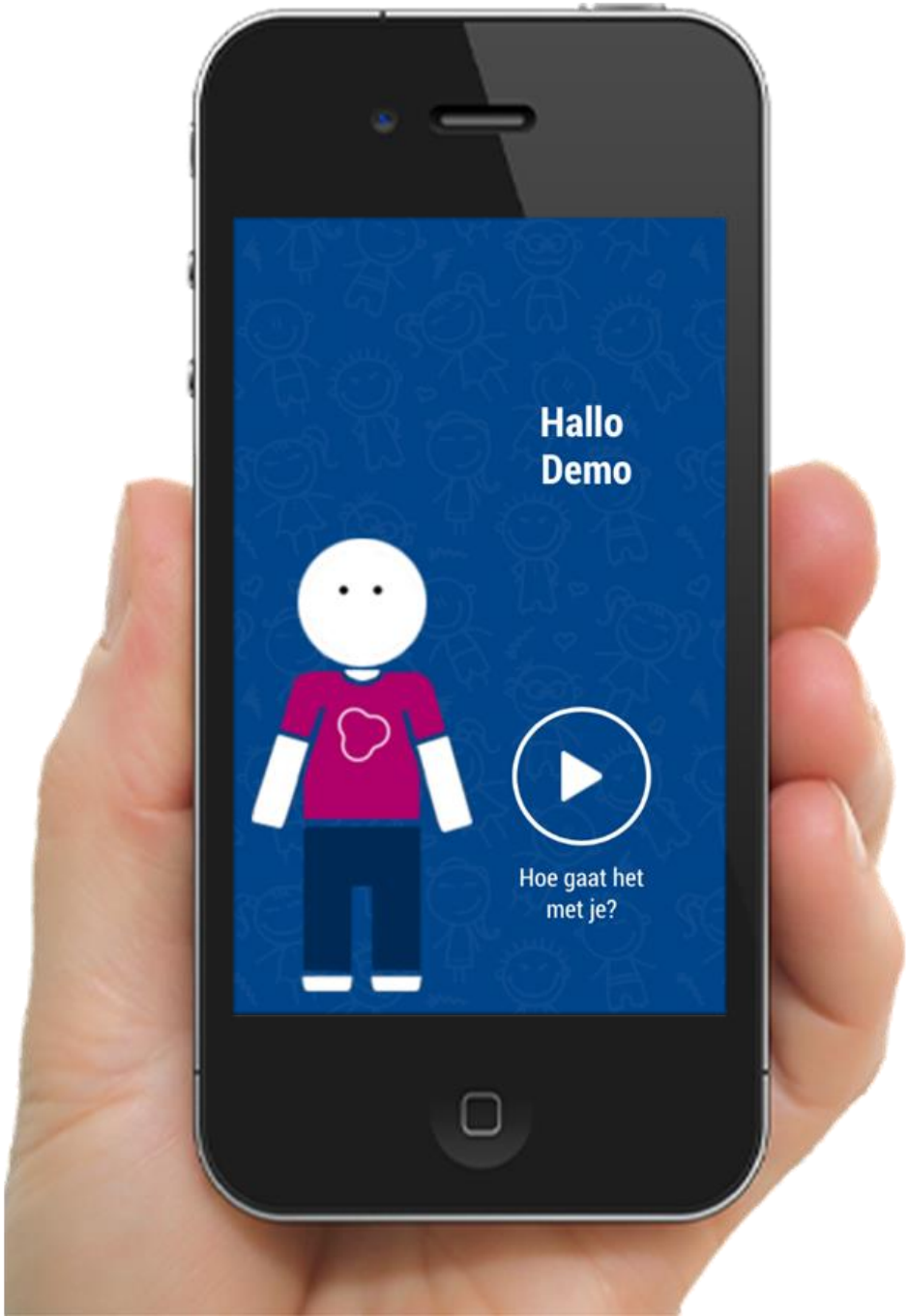


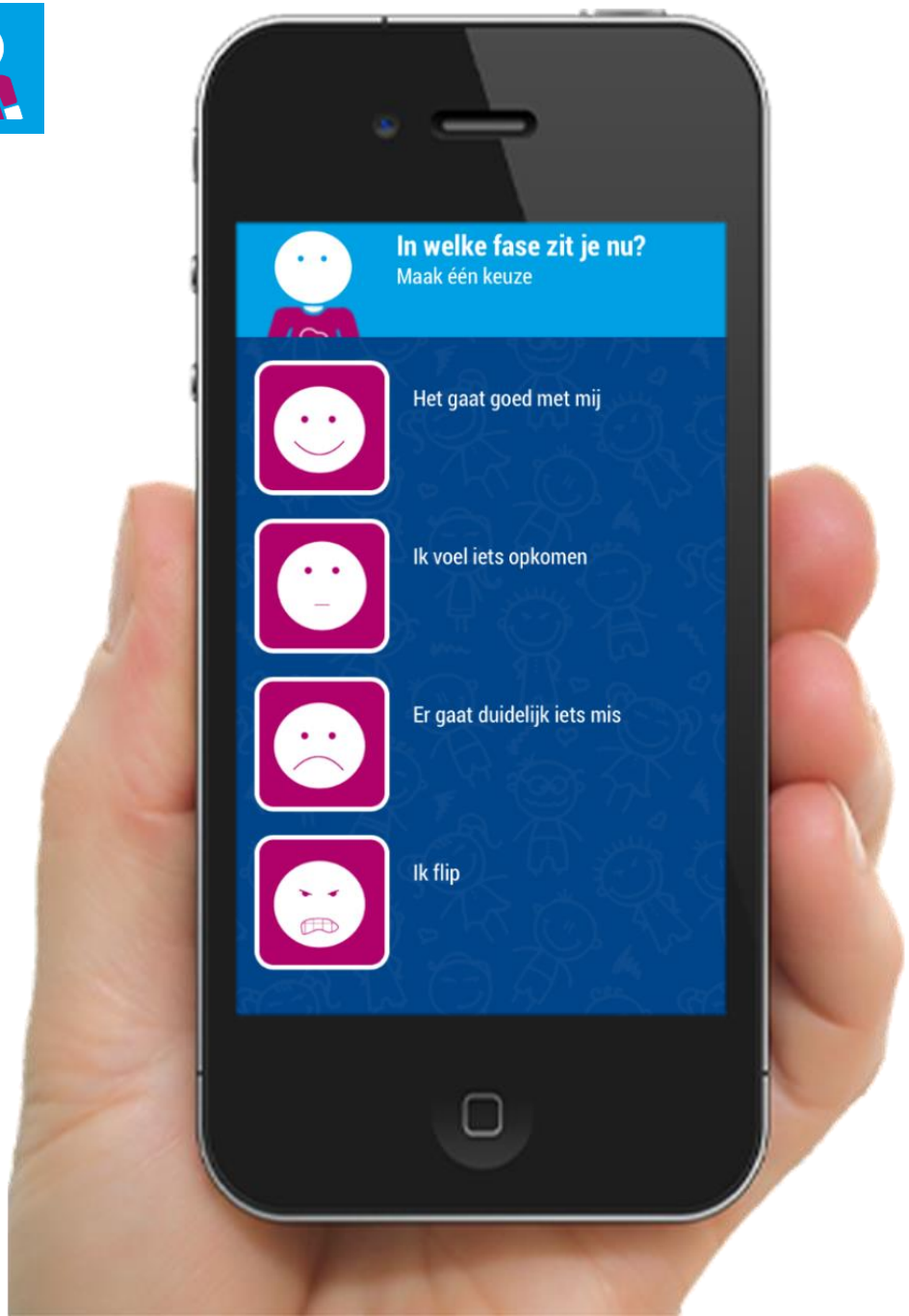
Mobiel

Door op het icoon op de smartphone te klikken opent de signaLEREN app.

Startscherm

Hier kan een jeugdige het fasenmodel starten.



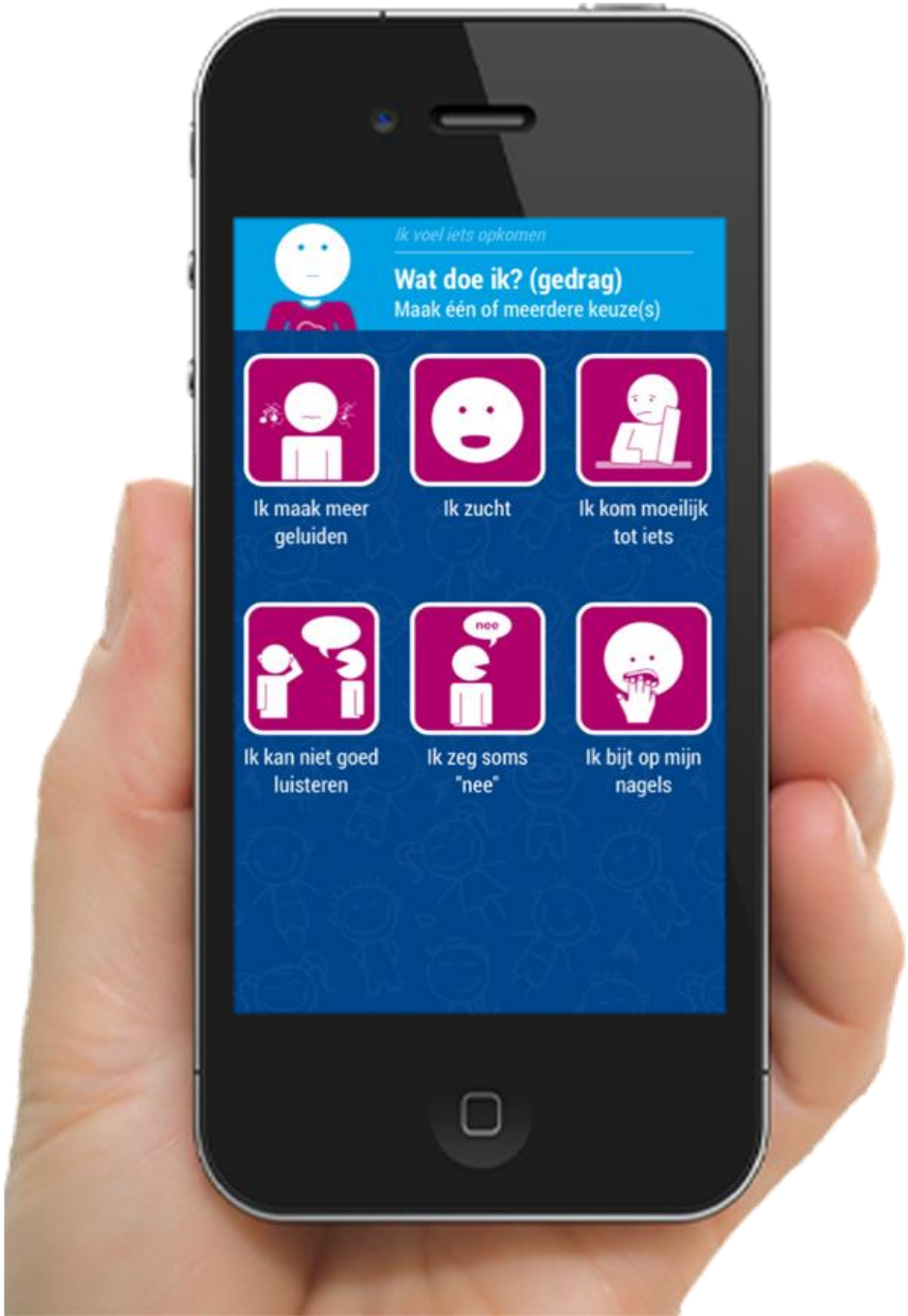


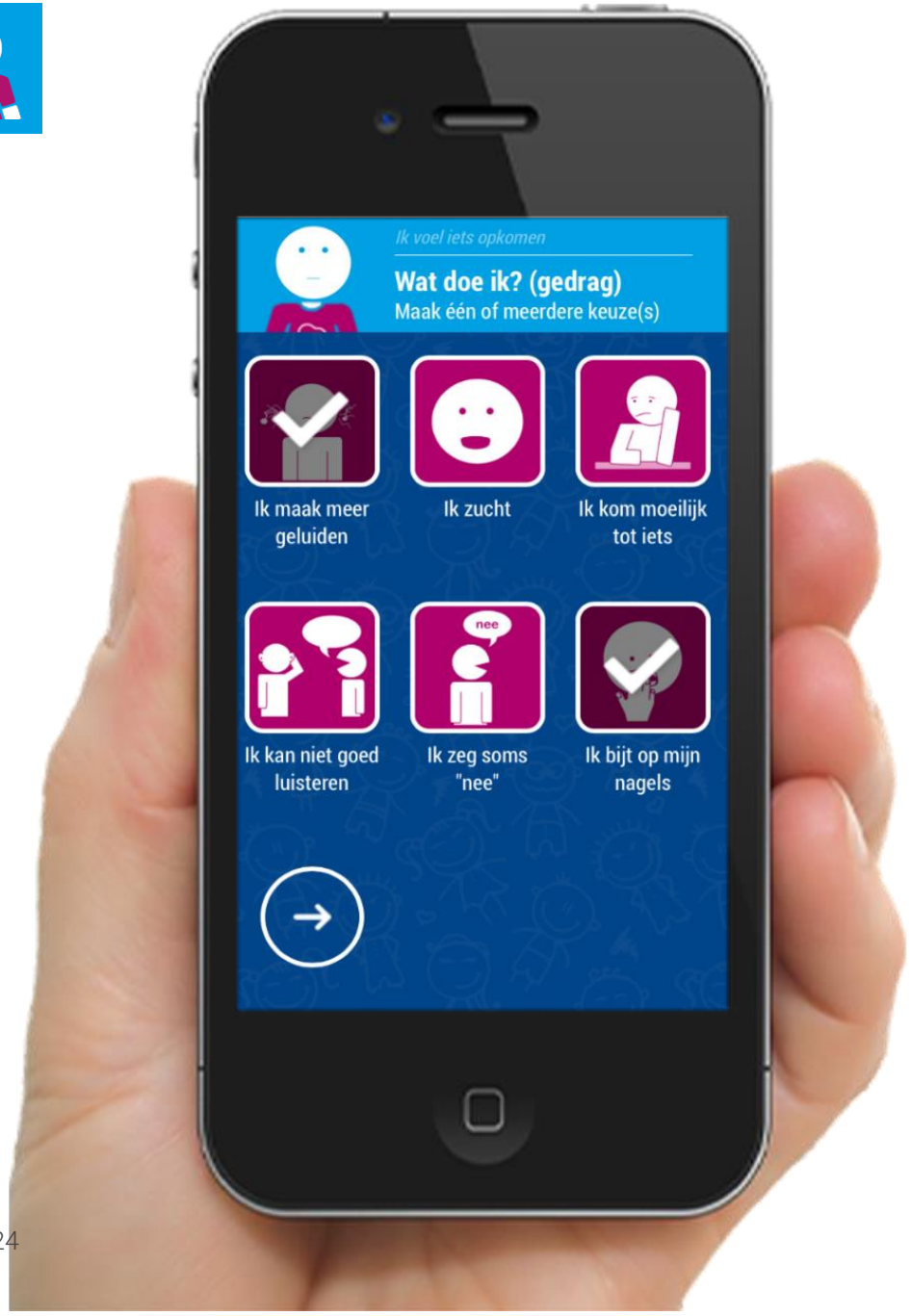
In welke fase zit je nu?

In het voorbeeld gaan we uit van het 4 fasenmodel, waarbij de jeugdige voor de keuze “Ik voel iets opkomen” gaat.

Wat doe ik?

De jeugdige moet nu aanklikken wat op dat moment van toepassing is.



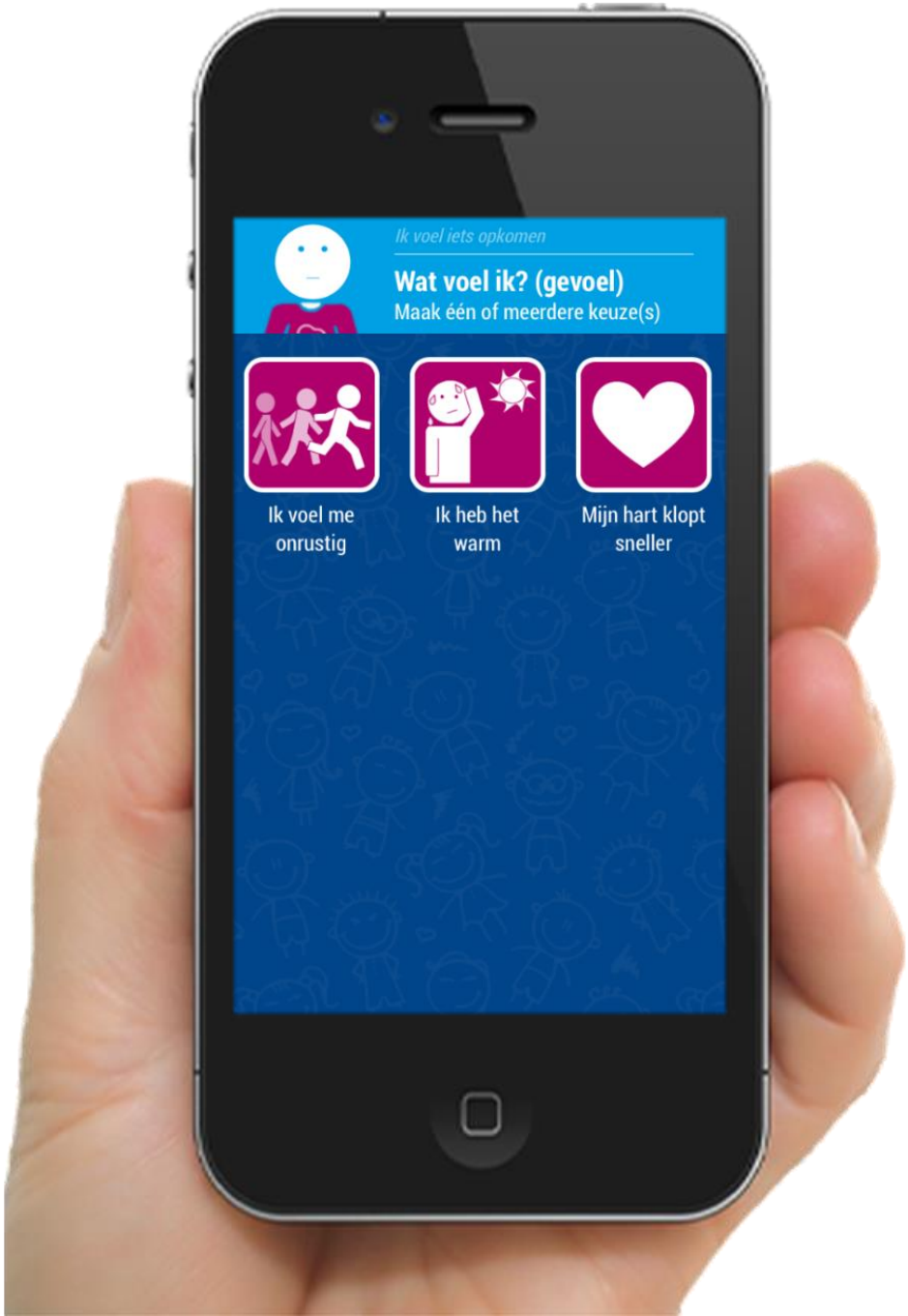


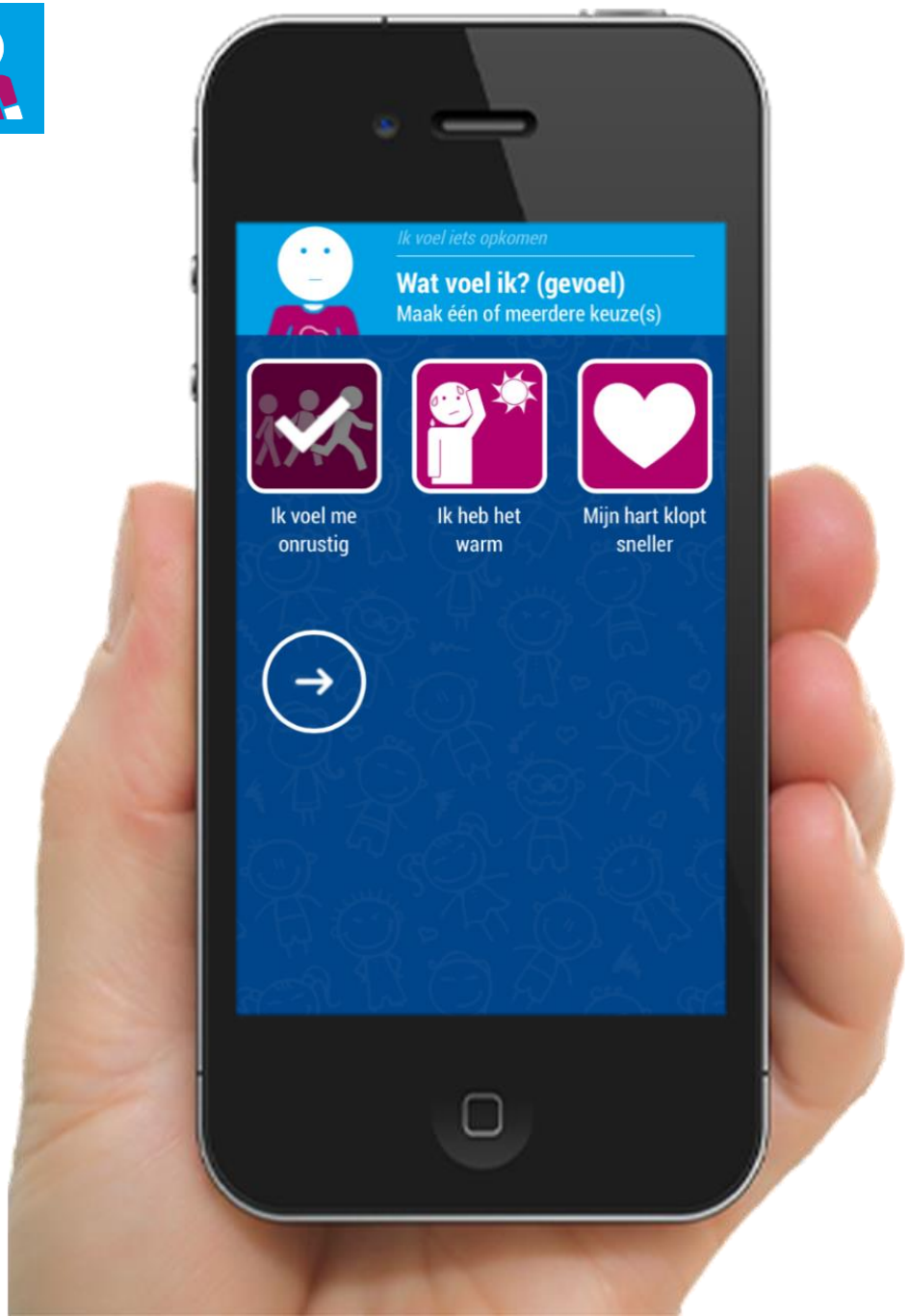
Wat doe ik?

één of meerdere keuzes die de jeugdige maakt zullen worden aangevinkt.

Wat voel ik?

De jeugdige moet nu aanklikken wat op dat moment van toepassing is.



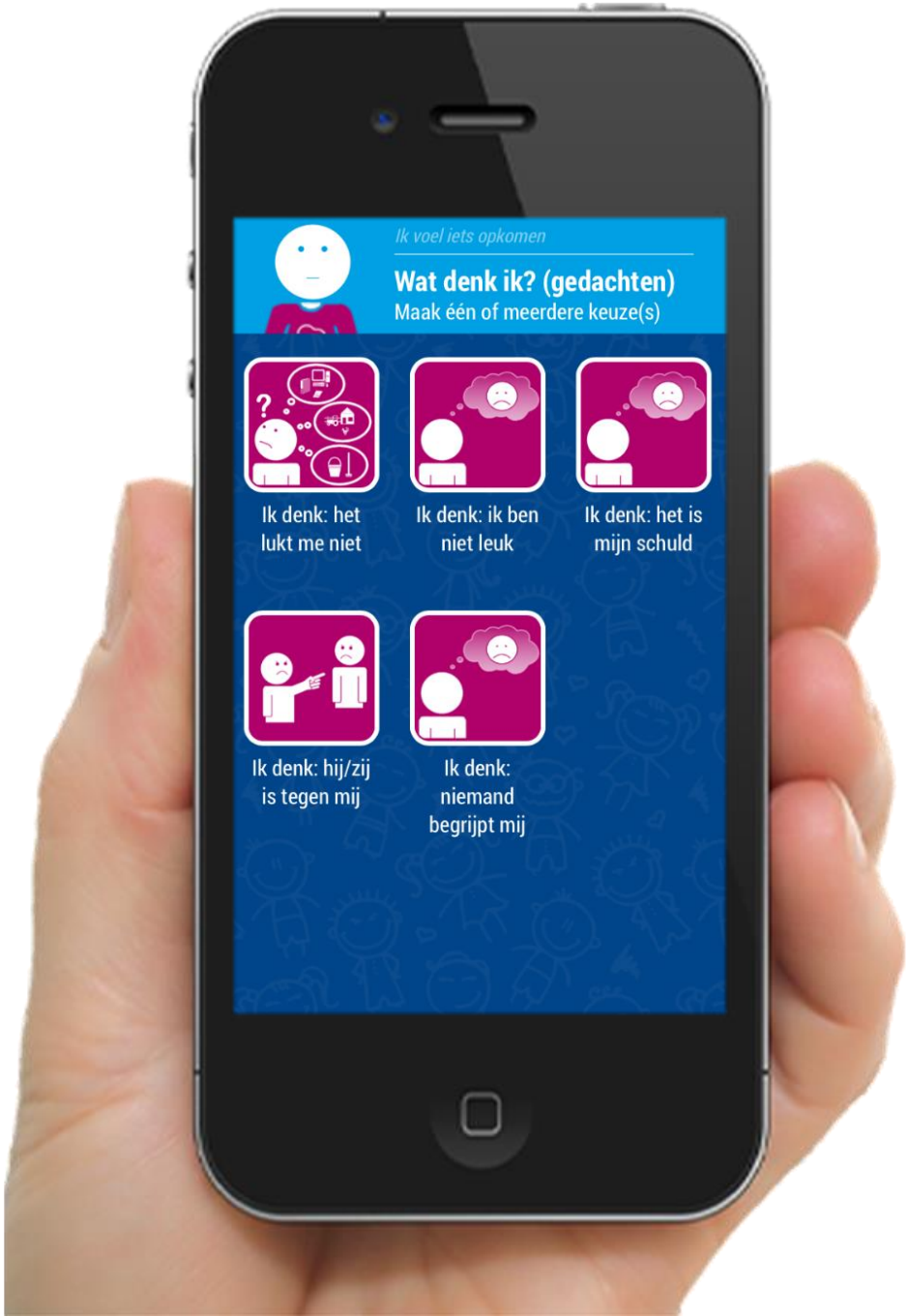


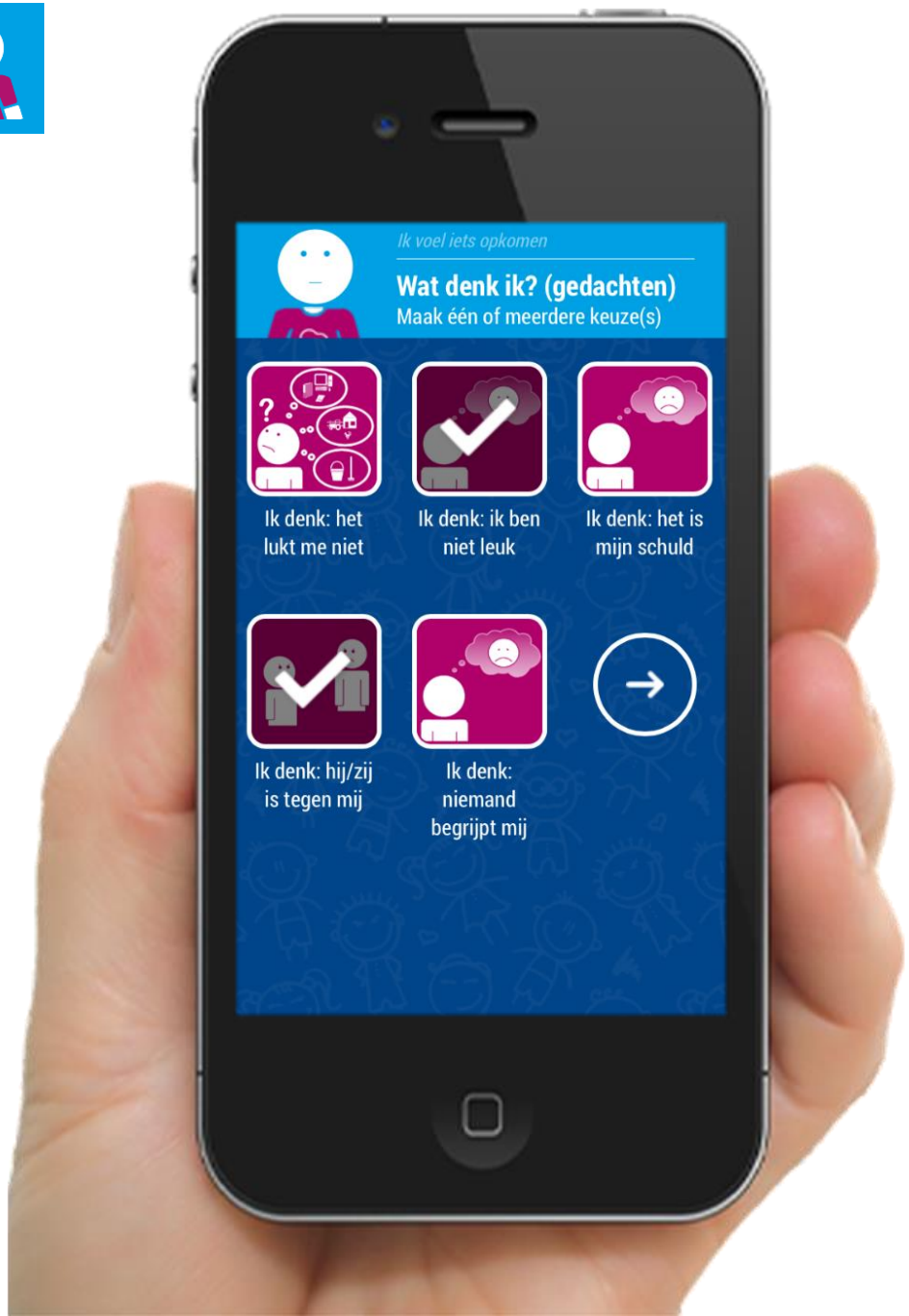
Wat voel ik?

één of meerdere keuzes die de jeugdige maakt zullen worden aangevinkt.

Wat denk ik?

De jeugdige moet nu aanklikken wat op dat moment van toepassing is.





Wat denk ik?

één of meerdere keuzes die de jeugdige maakt zullen worden aangevinkt.

Na signaleren komt reguleren

Er is een directe toegang tot

- Applicaties
- Mp3 bestanden
- Youtube filmpjes
- Video’s & afbeeldingen

Wat kan ik zelf doen?

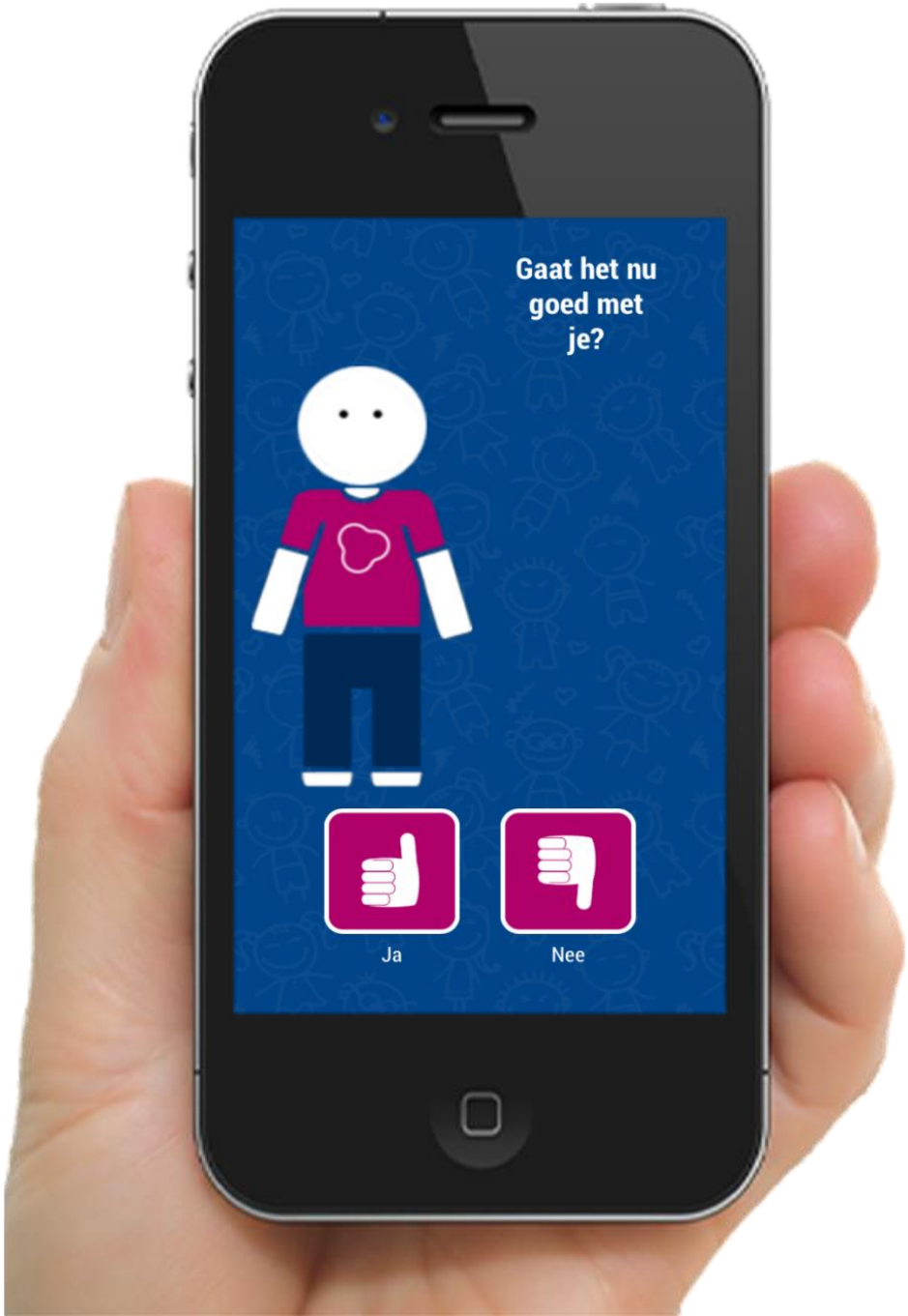
De jeugdige klikt aan wat hij of zij wil doen om spanning te verminderen.

Ontspannings oefening

De jeugdige kan direct een ontspanningsoefening doen.

Evaluatie

Na iedere activiteit wordt geëvalueerd of de spanning is afgenomen.



Wat kan ik zelf doen?

De jeugdige kiest nu een andere activiteit om spanning te verminderen.

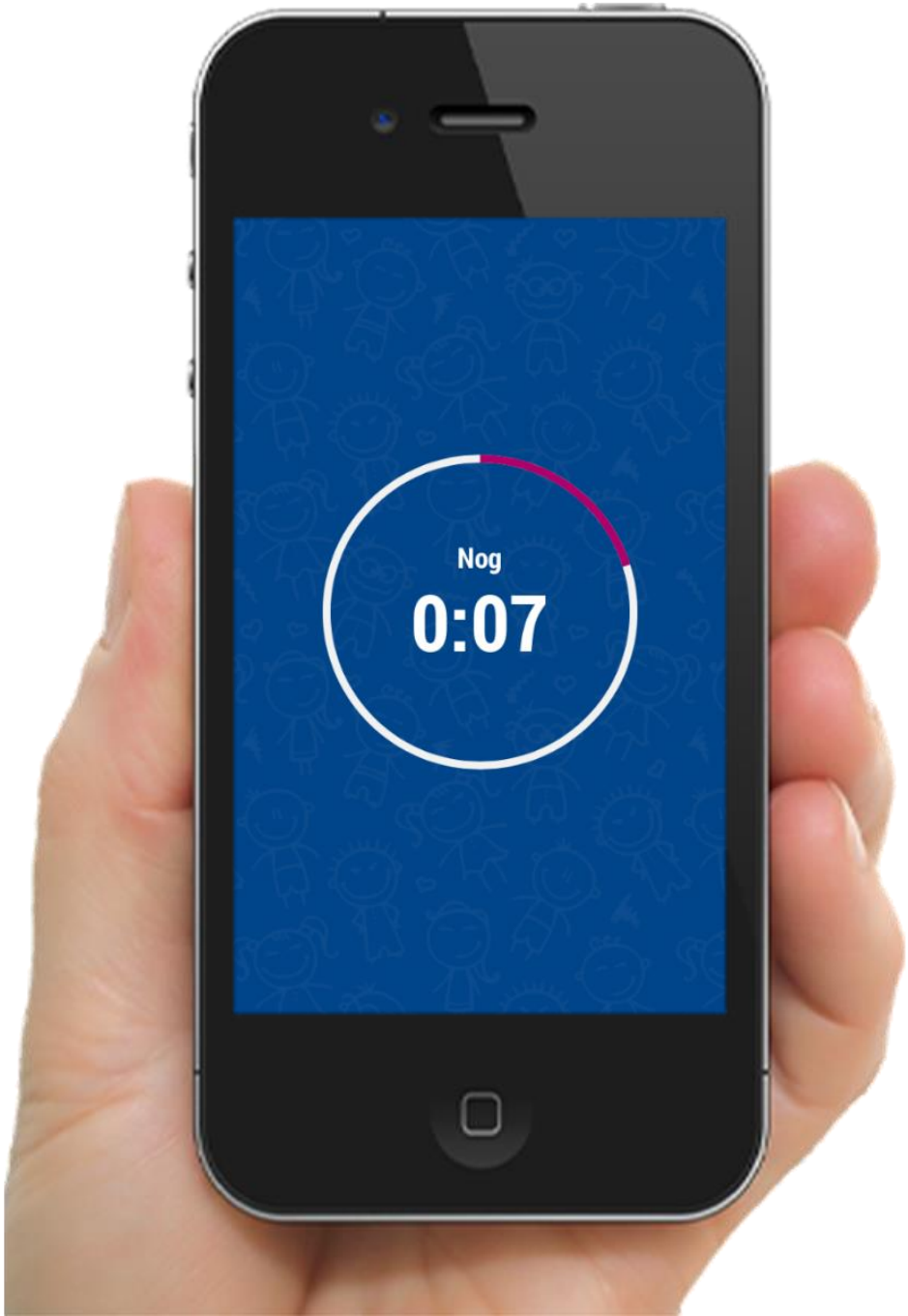
Muziek

Als de jeugdige kiest voor muziek wordt deze direct afgespeeld.

Activiteit duur

Bij elke activiteit wordt de duur van de activiteit ingesteld.

Als de activiteit is afgelopen krijgt de jeugdige een geluidssignaal.

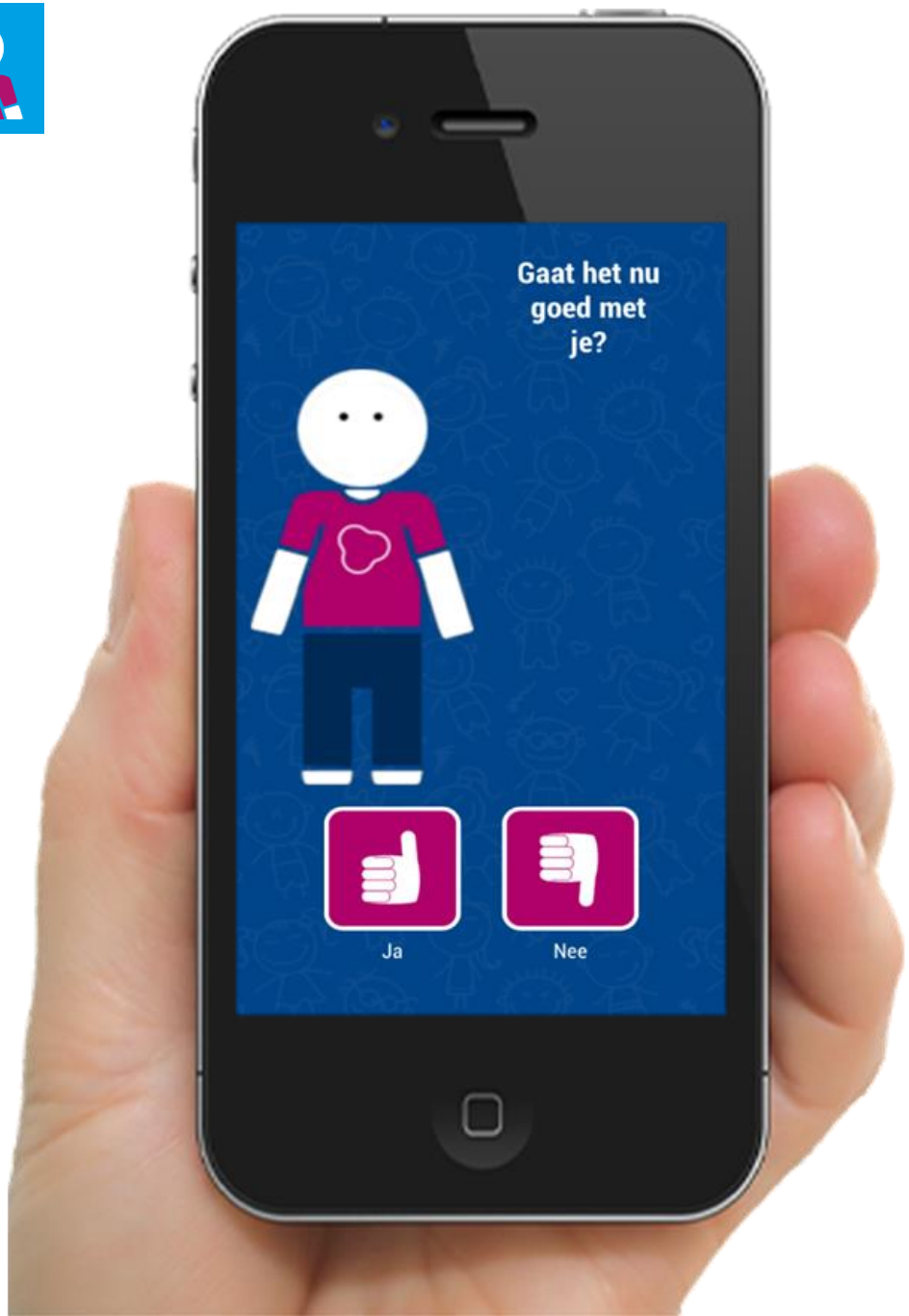


Wat kan ik zelf doen?

De jeugdige kiest weer een andere activiteit om spanning te verminderen.

Video

Als de jeugdige kiest voor een video wordt deze direct afgespeeld.

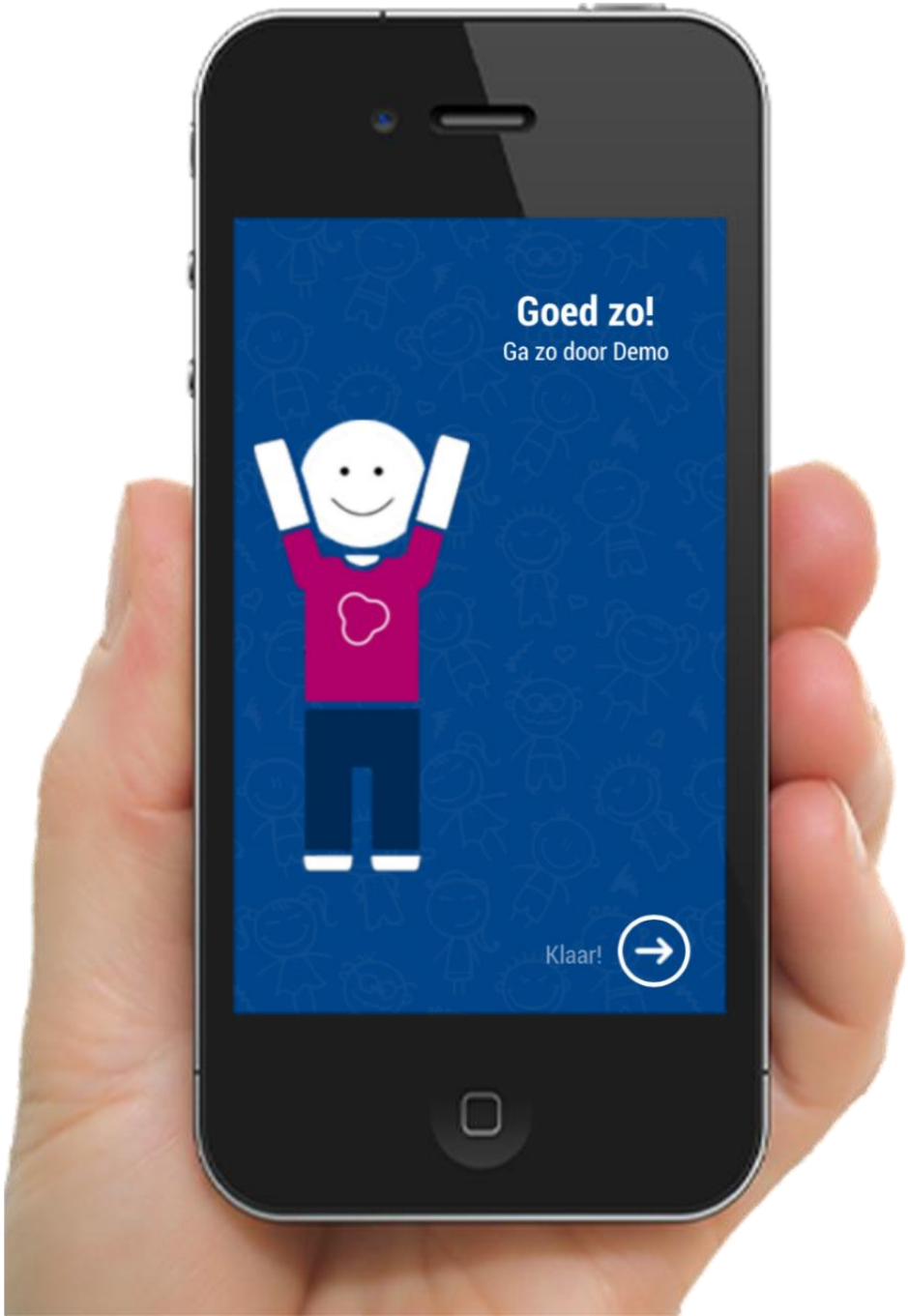


Evaluatie

De activiteit wordt weer geëvalueerd.

Beloningsscherm

Als bij de evaluatie blijkt dat de spanning bij de jeugdige is afgenomen komt het beloningsscherm in beeld



Ik voel iets opkomen

Wat kan een ander doen?

Maak één keuze

Duidelijk en rustig praten

Geef mij tips

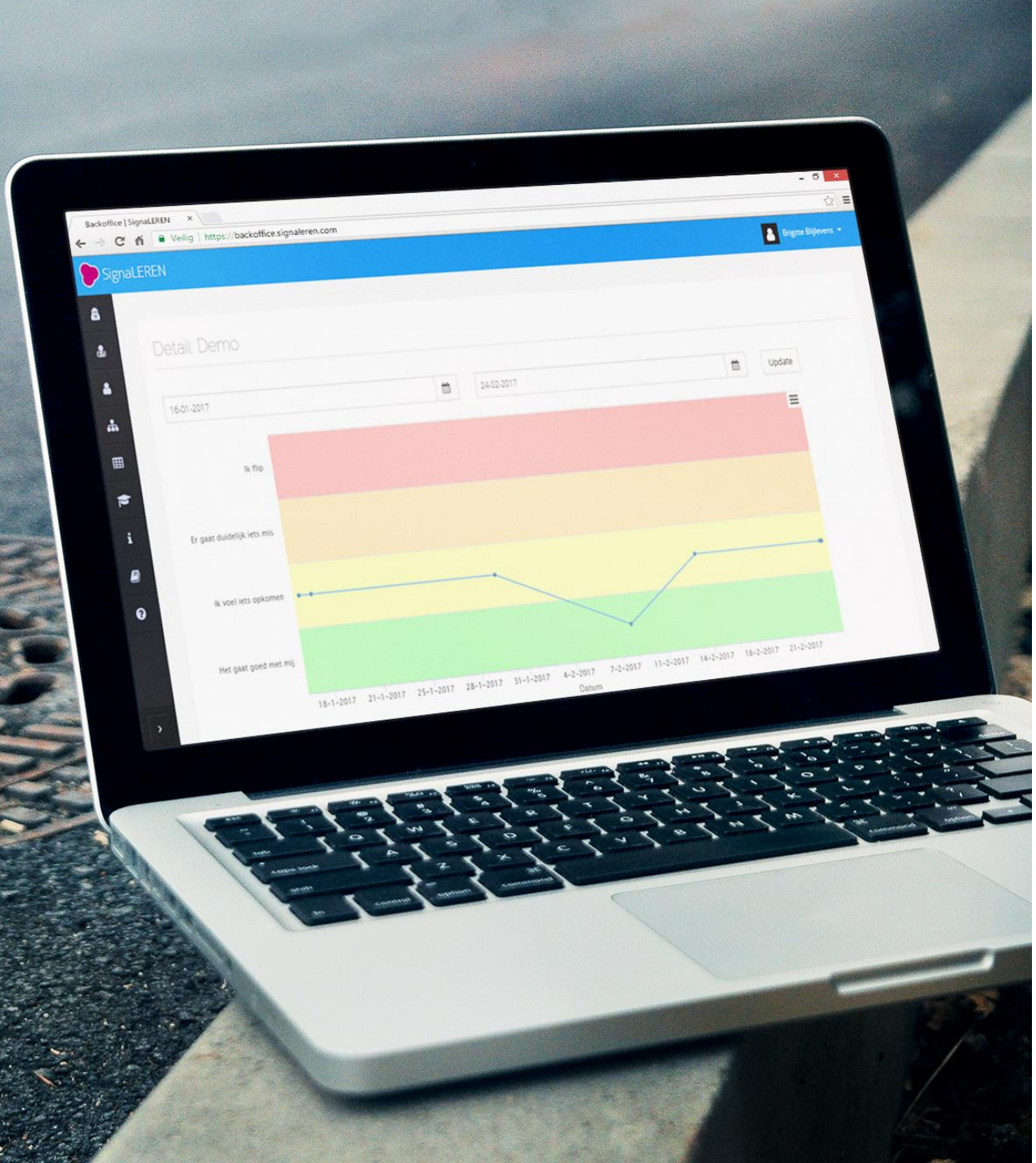
Zeggen wat ze aan mij zien

Zeg mij: ik ben er voor jou

Zeggen wat ze verwachten

Zeg mij: ik kom straks terug

autonomie
#140466



Volgsysteem

Via het volgsysteem kan de spanning over een bepaalde periode van een jeugdige worden bij gehouden.

Effectiviteitsonderzoek

van Koraal in samenwerking met Universiteit Amsterdam

Stap 1: N=1 studies
Stap 2: Effectmeting (vergelijken van groepen)

Onderzoekspopulatie
Jeugdigen met regulatie problemen

Loop onderzoek
2018 - 2020

Stap 1: N=1 studies

Verzenden toestemmings-formulier → Voormeting → Start gebruik app signaLEREN → Tussenmeting → Nameting → Verwerken gegevens → Communiceren van bevindingen

Stap 2: Effectmeting

Behandelgroep

Controlegroep

Gebruik app signaLEREN behandelgroep

Verzenden toestemmings-formulier → Voormeting → Start gebruik app signaLEREN → Tussenmeting → Nameting → Verwerken gegevens → Communiceren van bevindingen

Vragen?

nhilst@koraal.nl
0135232913

bblijlevens@koraal.nl
0135232991

Samen voor de jeugd Thema

Samen voor de jeugd Thema

SJS Samenwerkende Jeugdzorg Specialisten Midden-Brabant

Fontys Hogeschool Pedagogiek

TOT ZIENS!