

YourSkills

Kunnen we de effectiviteit van CGT voor kinderen met agressie vergroten?

Met virtual reality?



dr. Sophie Alsem



Delinquentie

**Mentale
problemen**

**Middelen
misbruik**

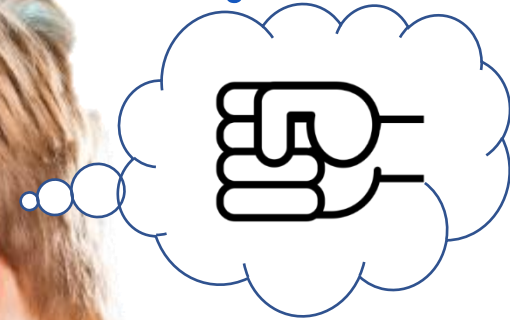
**Laag academisch
functioneren**

Hoge kosten

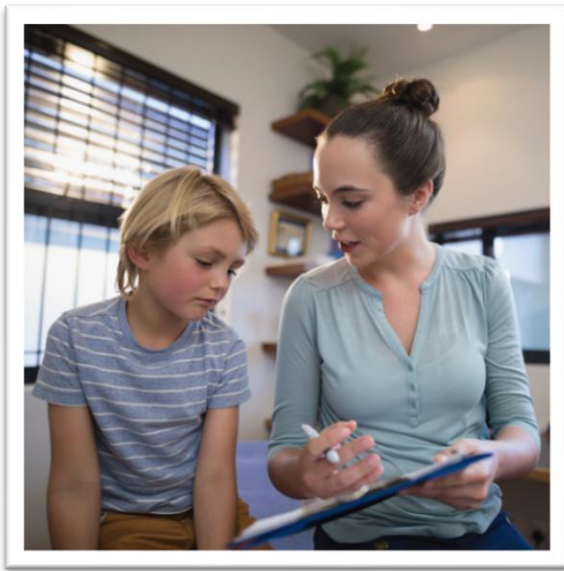
Cognitieve gedragstherapie



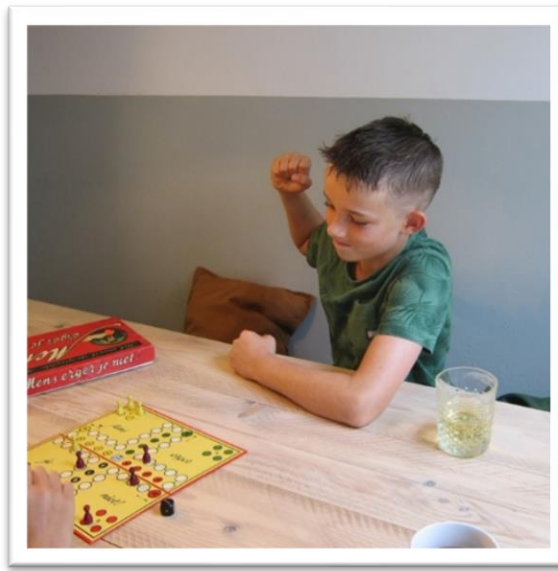
Cognitieve gedragstherapie



CGT effectiviteit



Individuele
behandeling



Oefenen in emotie-
opwekkende situaties



Leuk en motiverend

**YOUR
SKILLS**



<https://www.youtube.com/watch?v=5L7L9ecsLUM&t=3s>

YourSkills Training

Doelgroep



- Kinderen van 8 – 13 jaar
- Aggressieve gedragsproblemen
- Moeite met boosheidsregulatie

YourSkills



- Focus op boosheidsregulatie
- 1 startsessie met ouders
- 10 sessies met het kind
(45 min)

Sessie

Inhoud

1. Jezelf kennen

2. Gevoel checken

3. Pauze nemen

4. Relaxt maken

5. Sterk denken

6. Groene bril opzetten

7. Makkelijk doen

8. Samen doen

9. Pro training

10. Expert training

Kennismaken en emoties herkennen

Boosheid herkennen

Opmerkingen en gevoelens herkennen

Time-out nemen

Ontspanningsoefeningen

Helpende gedachten inzetten

Regulatie aanleren

Vrijwillige interpretatie brengen

Meebuigen met een ander

Hulp vragen aan volwassene

Herhalen geleerde skills

Vaardigheden inslijten

Herhalen geleerde skills

Regulatie aanleren



Twee manieren

Virtual reality



Rollenspellen

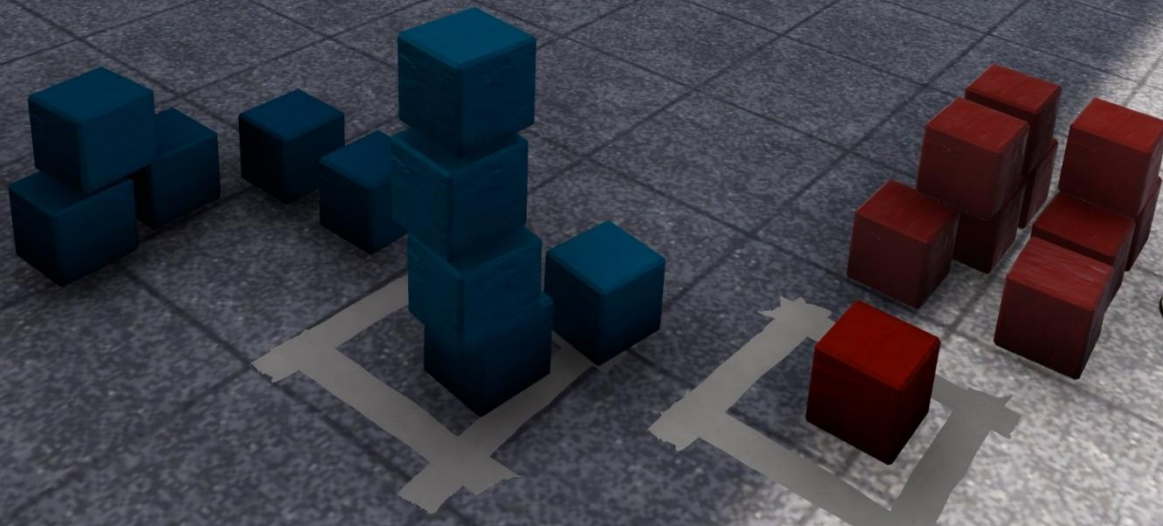


Virtual reality





Zullen we een wedstrijdje
doen?





JE VERLIEST!



Hahaha loser!



Zet je skill in!

Time out nemen

“Ik loop even
weg!”

Helpende gedachte

Ik laat me niet
gek maken

Rollenspellen





Vaardigheden inslijten

SKILLS	STARTER	PRO	EXPERT
 Jezelf kennen	☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆
 Gevoel checken	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆
 Pauze nemen	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆
 Relaxt maken	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆
 Steek denken	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆
 Groene beil opzetten	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆
 Makkelijk doen	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆
 Samen doen	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆

Onderzoek naar YourSkills



In de praktijk!



**Werkt het beter dan
wat nu gedaan wordt?**



ggz
delfland

DE OPVOEDPOLI



15 GGZ locaties



31 behandelaren



115 kinderen





115 kinderen

YOUR
SKILLS
☆☆☆



YourSkills
virtual reality

40

YOUR
SKILLS
☆☆☆



YourSkills
rollenspel

41

Standaardzorg

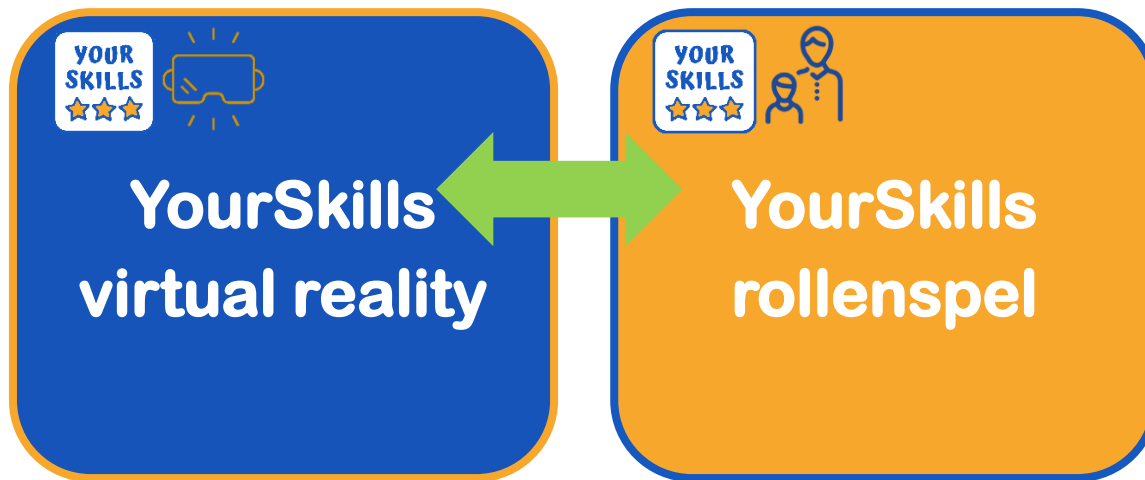
34

Is YourSkills effectiever dan standaardzorg?



Ja, waarschijnlijk wel!

Is virtual reality effectiever dan rollenspel?



We zien enige aanwijzingen.

YourSkills

- Zowel virtual reality als rollenspellen YourSkills erg leuk!
- Meer inleving en boosheid in virtual reality
- Kinderen vinden *oefenen* in VR leuker

8.4

8.7

8.1

6.9



Maar...

Virtual reality komt met hoge (jaarlijkse) kosten

Extra tijd voor opzetten/afbouwen voor behandelaren

Terwijl: In afname agressie en waardering behandeling weinig verschil...

Daarom: Beide in de praktijk inzetbaar!



YourSkills inzetten?

- YourSkills opleidingsdag bij jullie op locatie mogelijk!
 - Rollenspel: 1 dag, max 16 behandelaren, ong €225 pp inclusief materialen
 - Virtual reality: 2 dagen, max 12 behandelaren, ong €475 pp
Software/apparatuur kosten bij CleVR (ong €9000 per jaar)
- Neem een kijkje op de website:
www.yourskillstraining.nl
- Spreek mij zo even aan of stuur een mailtje: (s.c.alsem@uva.nl)



www.yourskillstraining.nl



UNIVERSITEIT VAN AMSTERDAM

Bedankt!



Sophie Alsem

S.C.Alsem@uva.nl

Alsem, S. C., van Dijk, A., Verhulp, E. E., Dekkers, T. J., & de Castro, B. O. (2023). Treating children's aggressive behavior problems using cognitive behavioral therapy with virtual reality: A multicenter randomized controlled trial. *Child Development*, in press.

Alsem, S. C., van Dijk, A., Verhulp, E. E., & de Castro, B. O. (2020). Using virtual reality to treat aggressive behavior problems in children: A feasibility study. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 26(4), 1062-1075.