



INCLUSIE IN-ZICHT

sig-net.be

## Slaapproblemen bij het jonge kind

Type vorming	Studiedag
Code	022
Wanneer	07/03/2024
Uur	09:30 tot 16:30
Waar	Sig Gijzegem
Prijs	€ 122,00 - € 105,00 voor participanten
Uiterste inschrijvingsdatum	22/02/2024
Aantal uren vorming	6,00 uur

### Extra info

#### Trefwoorden

**Slaapproblemen / ouderschap / regulatie / slaapcoaching**

#### Inhoud

Slaapproblemen zijn veelvoorkomend in de eerste levensjaren van kinderen. In de zoektocht naar informatie en hulp hebben ouders vaak al “alles geprobeerd en werkt er niets”. Daarbij zien ze op den duur het bos door de bomen niet in heel wat tegenstrijdige adviezen en hebben ze vaak al een heel medisch parcours afgelegd. Slaap is een vaardigheid die moet groeien bij het jonge kind: biologisch en neurologisch.

'Slaap-issues' zijn vaak een symptoom van een veel **ruimer en complexere problematiek** met een dysregulatiemechanisme aan de basis dat je niet met eenvoudige adviezen kan oplossen. Slechts 5 % van de slaapproblemen hebben een somatische diagnose of slaapstoornis als oorzaak. Van de andere 95 % van de slaapproblemen wordt vaak gezegd dat “er niets mankeert”, dat kinderen er wel “uitgroeien” en dat het “een fase is”. Vaak wordt ook het advies van de huilmethode meegegeven.

Slaapproblemen zijn gelinkt aan een verhoogd risico op parentale burn-out, depressie en een algemene slechte gezondheid van ouders. Ook hebben slaapproblemen een grote impact op ouder-kind-relatieproblemen en is het een risicofactor voor minder kwalitatieve hechtingsrelaties en mishandeling. Slaapproblemen worden daarom best op jonge leeftijd aangepakt via ouderbegeleiding waarbij er een breed en specifiek plan uitgewerkt wordt.

Tijdens deze interactieve studiedag worden de deelnemers volledig ondergedompeld in de wetenschappelijke kennis over de werking van slaap. We gaan ook in op de praktische aanpak van slaapproblemen in de klinische praktijk aan de hand van casusmateriaal.

#### Door wie?

##### Ina Van Humbeeck

*Kinderpsychologe/slaapcoach*

Ina heeft tien jaar ervaring in de kinderpsychologie. Sinds 2019 is ze slaapcoach ('The baby sleep consultant training' uit Nieuw Zeeland) in haar zelfstandige praktijk.

#### Voor wie?

Voor elke professional die geïnteresseerd is in of betrokken is bij de begeleiding van jonge kinderen

## *Over wie?*

0 - 4 jaar

## *Praktisch*

Informatiemap, broodjeslunch en koffiepauzes inbegrepen.

*Terugbetaling KMO-portefeuille wordt aangevraagd.*



Op zoek naar meer achtergrondinformatie? Neem een kijkje in de [catalogus](#) van de [Sig-bib](#). Spring gerust binnen tijdens de openingsuren (elke werkdag van 9 tot 12 uur, behalve op woensdag). Uitleenen is gratis.