



INCLUSIE IN-ZICHT

sig-net.be

## SIESTA - Sleep IntervEntion as Symptom Treatment for ADHD

### Over slaap bij jongeren met ADHD

Type vorming	Workshop
Code	024
Wanneer	28/04/2025
Uur	09:30 tot 16:30
Waar	Sig Gijzegem
Prijs	€ 82,00 - € 66,00 voor participanten
Uiterste inschrijvingsdatum	28/03/2025
Aantal uren vorming	6,00 uur

#### Extra info

[Ik vind deze opleiding interessant, maar schrijf me niet in omdat... ->](#)

#### Inhoud

Deze workshop focust op slaap bij jongeren met ADHD. Tot wel 72% van die doelgroep heeft namelijk slaapproblemen, die op hun beurt een invloed hebben op het dagelijks leven van de jongere en diens context. De onderzoeksgroep ADHDynamisch van de KU Leuven ontwikkelde SIESTA (Sleep IntervEntion as Symptom Treatment for ADHD), een CGT slaapinterventie voor jongeren met ADHD. De training focust zich op het verbeteren van slaap en gerelateerde problemen (piekeren, plannen ...) en is gebaseerd op motiverende gespreksvoering en andere gedragstherapeutische principes.

We duiken tijdens deze workshop in de slaap van jongeren met ADHD en slaapproblemen. Hoe uit moeilijk slapen zich bij jongeren met ADHD? Hoe kan je het slaapprobleem in kaart brengen? Hoe begeleid je de jongere in het verbeteren van zijn of haar slaap? We gaan op al deze thema's in en geven je graag de laatste nieuwe bevindingen uit de onderzoekswereld. Je neemt concrete handvaten mee om aan de slag te gaan in het begeleiden van deze jongeren.

Voor meer info: <https://ppw.kuleuven.be/klip/siesta>



#### Door wie?

**Leni Raemen**

SIESTA

ADHDynamisch, KU Leuven, UZ Leuven

Klinisch psycholoog en gedragstherapeut

### *Voor wie?*

Klinisch psychologen, klinisch orthopedagogen en kinderpsychiaters

### *Over wie?*

Adolescenten van 13 tot 17 jaar met ADHD en slaapproblemen

### *Praktisch*

Documentatie, broodjeslunch en koffiepauzes inbegrepen.

**Maximum 30 deelnemers**



Op zoek naar meer achtergrondinformatie rond ADHD? 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). Uitlenen is gratis.