

Emotieregulering in de praktijk: lichaam en geest in balans

2019/143

Type vorming	Workshop
Code	143
Wanneer	26/11/2019 tot 02/12/2019
Uur	09:30 tot 16:30
Waar	Sig Gijzegem
Prijs	€ 282,00 - € 225,00 voor participanten
Uiterste inschrijvingsdatum	23/11/2019
Aantal uren vorming	12,00 uur

Extra info

[Afdrukbare
fiche](#)

Trefwoorden

Emotieregulatie /emotieregulering / lichaam / emoties / mentaliseren / (zelf)reflectie

Inhoud

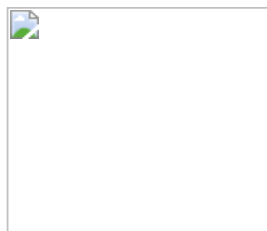
Emotieregulering en (zelf)reflectie zijn belangrijke elementen bij de behandeling van verschillende psychopathologieën. Er wordt beknopt ingegaan op recente wetenschappelijke inzichten rond deze transdiagnostische factoren. Vanuit de verschillende psychotherapeutische stromingen, en ook vanuit lichaamsgericht werken worden concepten aangereikt die een rode draad vormen doorheen het therapeutische handelen.

Daarnaast worden er technieken aangereikt waarmee je bij diverse problematieken aan de slag kunt gaan. Ook de emotieregulering en mentalisatie bij de therapeut worden onder de loupe genomen. Wat doen cliënten met ons en hoe kunnen we daar mee omgaan? Hoe kunnen we deze vaardigheden in ons eigen leven integreren, en op een doorleefde manier bij cliënten aanbrengen?

In deze ervaringsgerichte workshop leer je hoe emotionele vaardigheden en mentalistievermogen verstoord kunnen zijn, en wat mogelijke manieren zijn om de balans geest-lichaam beter in evenwicht te brengen.

Door wie?

An Cornelis



Privépraktijk

Psychologe-psychotherapeute

An volgde diverse psychotherapeutische opleidingen (Korzybski, Hypnose, EMDR, Trauma opleiding). Zij werkte in diverse settings waaronder 15 jaar in CAR Oostakker waar zij met mensen met NAH en kinderen met ASS werkte. Momenteel werkt zij in een privé-praktijk en specialiseert zij zich verder in lichaamsgericht werken.

Voor wie?

Psychiaters, psychologen, orthopedagogen, psychotherapeuten die voor zichzelf en hun cliënten geïnteresseerd zijn in het leren reguleren van emoties - op een ervaringsgerichte manier.

Over wie?

Alle leeftijden

Praktisch

Informatiemap, broodjeslunch en koffiepauzes inbegrepen.

