



INCLUSIE IN-ZICHT

sig-net.be

EuREKA - Train de trainer

Emotieregulatietraining

Type vorming	Workshop
Code	101
Wanneer	10/10/2023
Uur	09:30 tot 16:30
Waar	
Prijs	€ 200,00 - € 200,00 voor participanten
Uiterste inschrijvingsdatum	02/10/2023
Aantal uren vorming	6,00 uur

Extra info

Goed nieuws! We organiseren deze workshop nog eens op 7 december in Gijzegem (zie vorming [code 182](#)). Liever in 2024 volgen? Schrijf meteen in voor de workshop op 22 maart 2024 in Drongen ([code 196](#)) of op 25 oktober 2024 in Gijzegem ([code 197](#)).

Trefwoorden

Emotieregulatie / training / kinderen / adolescenten

Inhoud

Emoties horen bij het leven en iedereen krijgt ooit wel eens te maken met intense emotionele gebeurtenissen die gepaard gaan met verschillende gevoelens zoals verdriet, angst en/of boosheid. De manier waarop we met die emoties omgaan, zal invloed uit oefenen op hoe jongeren ontwikkelen. Emotieregulatie speelt dan ook een belangrijke rol in de ontwikkeling en instandhouding van verschillende psychische problemen, zoals depressieve klachten, angst, eet- en gewichtsproblemen, verslaving, zelfverwondend gedrag, gedragsproblemen en verschillende pijn- en gezondheidsklachten.

De huidige emotieregulatietraining is gebaseerd op de geëvalueerde Affect Regulatie Training (ART) voor volwassenen, ontwikkeld door Berking en Whitley (2014) en combineert verschillende modules uit de Cognitieve Gedragstherapie, Acceptatie en Commitment Therapie, Emotiegerichte therapie, oplossingsgerichte therapie en positieve therapie. Het doel van de training is het aanleren van zes cruciale emotieregulatie basiscompetenties, met name BC1) ademhalings- en spierontspanning, BC2) emotioneel bewustzijn, BC3) aanvaarden, BC4) effectieve zelfondersteuning, BC5) analyseren en BC6) het gebruiken van emotieregulatiestrategieën. De uitgebreide en diepgaande emotieregulatietraining beoogt het verhogen van de emotionele weerbaarheid en kan bovenop de reeds lopende standaard behandelprogramma's ingericht worden.

De train de trainer opleidingen bestaan steeds uit **twee delen**. Het **eerste deel** focust op theorie: hierbij ontvangen de deelnemers een online presentatie die zij op een zelf gekozen moment thuis of op het werk kunnen bekijken voor de start van deel 2. Het **tweede deel** focust op praktijk: tijdens een interactieve dag maken de deelnemers kennis met het protocol aan de hand van oefeningen.

Materiaal: het handboek 'Emotieregulatietraining bij kinderen en adolescenten' van Caroline Braet en Matthias Berking (kostprijs niet inbegrepen in de prijs van de workshop) is optioneel en online te bestellen via

<https://www.springer.com/gp/book/9789036823074>

Voor meer informatie omtrent het interventieprogramma EuREKA en het preventieprogramma Boost Camp kan u terecht op de volgende webpagina: <http://eurekablendedcare.com/>

In samenwerking met de UGent

Door wie?

Eva Van Malderen

Doctoraal onderzoeker

Vakgroep klinische ontwikkelingspsychologie - UGent

Voor wie?

Psychologen, (ortho)pedagogen en kinder- en jeugdpsychiaters

Over wie?

EuREKA is ontwikkeld als interventieprogramma en kan aangeboden worden bij kinderen en adolescenten tussen 10 en 16 jaar oud binnen een klinische context.

Praktisch

Documentatie, broodjeslunch en koffiepauzes inbegrepen.

Maximum 15 deelnemers

Deze vorming is geaccrediteerd door de Vlaamse Vereniging voor Gedragstherapie (VVGt).



Op zoek naar meer achtergrondinformatie rond geestelijke gezondheid? 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). Uitleen is gratis.