



INCLUSIE IN-ZICHT

sig-net.be

## EuREKA - Train de trainer (o.b.v. hernieuwde uitgave handboek 2024) Emotieregulatietraining

Type vorming	Workshop
Code	098
Wanneer	28/10/2025
Uur	09:30 tot 16:30
Waar	Sig Gijzegem
Prijs	€ 200,00 - € 200,00 voor participanten
Uiterste inschrijvingsdatum	26/09/2025
Aantal uren vorming	6,00 uur

### Extra info

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

### 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 uitoefenen 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 (**let op: hernieuwde uitgave 2024**) 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 heeft als doel het verhogen van de emotionele weerbaarheid en kan bovenop de lopende standaardbehandelprogramma's ingericht worden.

De train de trainer opleidingen bestaan altijd uit **twee delen**. Het **eerste deel** focust op theorie: de deelnemers ontvangen verschillende filmfragmenten/kennisclips 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 (recent vernieuwde) handboek 'Emotieregulatie bij kinderen en adolescenten in de praktijk' van Caroline Braet en Matthias Berking (kostprijs niet inbegrepen in de prijs van de workshop) is optioneel en online te bestellen via <https://www.bsl.nl/shop/emotieregulatie-bij-kinderen-en-adolescenten-in-de-praktijk-9789036830409>

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

We organiseren deze workshop in samenwerking met de UGent.

**Niet te missen, want ...**

- "**Inhoudelijk heel sterk**, alles was duidelijk en goed uitgewerkt. Er was ook voldoende ruimte voor eigen inbreng, vragen en interactie."
- "Heel relevant voor de klinische praktijk; **meteen toepasbaar.**"
- "Duidelijke uitleg, **interactief**, goede afwisseling met oefeningen. Inspireert om te gaan inzetten!"

### Door wie?

**Dr. Marie-Lotte Van Beveren**

Postdoctoraal onderzoeker - UGent

### Voor wie?

Psychologen, orthopedagogen, kinder- en jeugdpsychiaters

Hulpverleners die interesse hebben om een emotieregulatieprogramma te organiseren op scholen zijn meer gebaat bij het volgen van de train de trainer Boost Camp. Het programma Boost Camp is de preventieve vorm van het EuREKA programma.

### 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.

Accreditering werd aangevraagd bij de Vlaamse Vereniging voor Gedragstherapie (VVGt).

DV.O 214110



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). Uitlenen is gratis.