



INCLUSIE IN-ZICHT

sig-net.be

## Boost Camp - Train de trainer

### Emotieregulatievaardigheden versterken in de klas

Type vorming	Workshop
Code	131
Wanneer	15/10/2024
Uur	09:30 tot 16:30
Waar	Sig Gijzegem
Prijs	€ 200,00 - € 200,00 voor participanten
Uiterste inschrijvingsdatum	14/10/2024
Aantal uren vorming	6,00 uur

#### Extra info

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

- "Heel **vlotte spreker** met een enorme theoretische bagage die de materie goed en levendig kan overbrengen."
- "Praktisch, heel relevant en **meteen toepasbaar**."
- "Een **ideale combinatie** tussen theorie en praktijk, die heel **helder** wordt gebracht. Het draaiboek is een goede **praktische tool**."

#### Trefwoorden

Emotieregulatie / training / adolescenten / schoolcontext

#### Inhoud

Emotie, gedrag en cognitie zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden, ook in de school- en klasomgeving. Om succesvol lesgeven mogelijk te maken is het belangrijk om op school - naast de bestaande focus op gedrag en cognitie - ook aandacht te besteden aan emoties.

Om emotieregulatievaardigheden te stimuleren in een klascontext, werd het **Boost Camp**-programma ontwikkeld. Boost Camp is een school-gebaseerd preventieprogramma dat zich focust op het versterken van emotieregulatievaardigheden bij leerlingen tussen de 10 en 15 jaar. Het doel is de mentale gezondheid versterken en het risico op de ontwikkeling van psychische klachten reduceren. Het programma bestaat uit 10 lessen, waarin kinderen hun gevoelens leren kennen en de nodige handvaten krijgen om ermee aan de slag te gaan. Meer specifiek leren ze de verschillende vaardigheden die opgenomen zijn in de Boost Camp-cirkel, namelijk ontspannen, beleven, aanvaarden, supporteren voor jezelf, analyseren en reguleren (zie onderstaande figuur).



De train-de-trainer opleiding is bedoeld voor leerkrachten, zorgcoördinatoren en/of ondersteuners die graag het Boost Camp-programma willen implementeren in de klas of de school.

Na de opleiding hebben deelnemers:

- meer begrip en kennis over het mechanisme emotieregulatie en waarom het belangrijk is om erop in te zetten in de schoolse context;
- meer inzicht in en vaardigheden om een goede emotiecoach te zijn voor leerlingen in de klas;
- praktische handvatten om het Boost Camp-programma te implementeren in de klas.

Meer informatie over het interventieprogramma EuREKA en het preventieprogramma Boost Camp vind je via <http://eurekablandecare.com>.

In samenwerking met de [UGent](http://www.ugent.be).

### Door wie?

#### Laura Wante

UGent en Universitair Psychologisch Centrum 'Kind & Adolescent'  
Klinisch psycholoog en onderzoeker

### Voor wie?

Leerkrachten, zorgcoördinatoren, CLB-medewerkers of ondersteuners

Hulpverleners die interesse hebben om een emotieregulatieprogramma te organiseren in de klinische praktijk zijn meer gebaat bij het volgen van de train de trainer EuREKA.

### Over wie?

Boost Camp is ontwikkeld als preventieprogramma en kan aangeboden worden bij adolescenten tussen 10 en 15 jaar binnen een schoolse context.

## Praktisch

Documentatie, broodjeslunch en koffiepauzes inbegrepen.

**Maximum 15 deelnemers**



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.