**Emotie Regulatie Training (ERT)**

**voor mensen met een verstandelijke beperking**

Oplopende spanning, uitgelaten blijdschap, ontploffingen van boosheid, passiviteit als gevolg van somberheid. Emotie regulatie problemen komen veel voor, soms gerelateerd aan psychiatrische aandoeningen, soms als gevolg van ontoereikende coping. Veel trainingen die helpen om meer controle te krijgen over emoties zijn cognitief te moeilijk voor zwakbegaafde / licht verstandelijk beperkte cliënten. De ERT training zoals die bij Rivierduinen (Centrum Kristal) is ontwikkeld, is aangepast aan deze doelgroep. Zowel individueel als in groepen bruikbaar.

**doelgroep**

GZ- & basispsychologen, orthopedagogen, vaktherapeuten, begeleiders werkzaam binnen de GGZ of de Zorg voor mensen met een verstandelijke beperking. De module is ontwikkeld als behandelmodule en komt in het kader van een behandelcontact het meest tot zijn recht. De ervaring leert echter dat begeleiders elementen uit de module ook toe kunnen passen in hun dagelijks werk.

**doelstelling**

Aan het einde van de cursus heeft u voldoende achtergrond informatie over het werkboek Controle over Emoties, zodat u het werkboek en ERT kunt toepassen bij zwakbegaafde/licht verstandelijk beperkte cliënten.

**inhoud**

U krijgt de beschikking over het werkboek. In de training nemen we de module door, krijgt u bij elke sessie achtergrondinformatie, tips, oefeningen en tips die u helpen om met de module te werken. Aan het eind van de dag kunt u met de module aan de slag.

**werkwijze**

U krijgt achtergrond informatie, we nemen het werkboek globaal door, u krijgt veel praktische tips over het gebruik ervan. Theorie en uitleg wordt afgewisseld met oefeningen, waarbij u ervaart hoe het is om met de module te werken.

**literatuur**

U ontvangt het werkboek Controle over Emoties.

Daarnaast raden wij u het volgende boek aan: Behandeling van patiënten met een laag IQ in de GGZ; Wieland, J., Aldenkamp, E.A., Brink, A. van den; bij Bohn Stafleu van Loghum, [ISBN 9789036816571](https://www.bsl.nl/shop/behandeling-van-patienten-met-een-laag-iq-in-de-ggz-9789036816571.html)