**Congres De inzet van emotieregulatie training bij kinderen en volwassenen**

**25 januari 2018, De Werelt, Lunteren**

09.00uur Ontvangst en registratie met koffie & thee

09.30uur **Opening door de dagvoorzitter**

Caroline Braet, klinisch psycholoog en gedragstherapeut en als hoogleraar verbonden aan de Universiteit Gent, vakgroep Ontwikkelings-, Persoonlijkheids- en Sociale Psychologie.

09.45uur **Emotieregulatie: een belangrijke transdiagnostische factor in de behandeling**

Caroline Braet, klinisch psycholoog en gedragstherapeut en als hoogleraar verbonden aan de Universiteit Gent, vakgroep Ontwikkelings-, Persoonlijkheids- en Sociale Psychologie.

Steeds meer blijken in de behandeling transdiagnostische processen van belang te zijn, waarbij naast informatieverwerkingsprocessen en leerprocessen, emotieregulatie aanleren een centrale methodiek blijkt te zijn die de behandeling kan optimaliseren van zowel angst, depressie, eetstoornissen, en agressieproblemen. Vaak gebeurt dit nu zonder een duidelijk protocol, zonder een goede wetenschappelijke rationale. Matthias Berking werkte aan een heel gefundeerde wetenschappelijke onderbouwing voor het uitvoeren van een emotieregulatietraining en opzet van de dag is hierover nieuwe inzichten en vaardigheden te verwerven.

10.15uur  **Deficits in Emotion Regulation - A Transdiagnotic Target in the Treatment of Mental**

**Disorders?** Prof. dr. Matthias Berking, Professor for Clinical Psychology and Psychotherapy, Friedrich-Alexander-University Erlangen-Nuremberg.

Emotion regulation is currently much discussed as a putative maintaining factor for a broad range of mental disorders. The purpose of the talk is to make the audience familiy with ways to define the broad concept of emotion regulation and with research working to clarify to what extent deficits in emotion regulation can be considered a transdiagnostic maintaining factor as well as a promising target for psychological treatments of various mental disorders.

What do you learn after you have heard this session?

•Able to identify responses to undesired emotions likely help maintain/restore mental health.

•Understand why deficits in emotion regulation skills be assumed to contribute to the development and maintenance of mental disorders.

•Know the evidence for the transdiagnostic importance of emotion regulation skills.

11.15uur Pauze

11.45uur **Transdiagnostisch werken**

Theo Bouman, adjunct hoogleraar, Rijksuniversiteit Groningen.

Op welke manier komen angststoornissen, depressieve stoornissen en andere problemen overeen? Diagnostiek en behandeling op grond van categorische classificatie kent een aantal beperkingen. Veel psychologische stoornissen mogen dan verschillen in de symptomen die hen kenmerken, anderzijds vertonen zij ook grote overeenkomsten in onderliggende mechanismen. Deze zogenaamde transdiagnostische factoren lijken beter te verklaren waarom de behandelingen van op het oog verschillende stoornissen zo op elkaar lijken. Ook maken zij inzichtelijk waarom er ogenschijnlijk zoveel comorbiditeit tussen stoornissen voorkomt.

Wat heeft u geleerd na het bijwonen van deze lezing?

•Begrijpen wat transdiagnostische factoren zijn.

•Inzien hoe deze sturend kunnen zijn in het begrijpen en behandelen van psychopathologie.

•Ontwikkelen en toepassen van transdiagnostische interventies.

12.15uur **Emotieregulatie en gehechtheid: het belang van interpersoonlijke processen**

Prof. dr. Guy Bosmans, gedragstherapeut en hoofddocent, KU Leuven.

De strategieën die kinderen hanteren om hun emoties te reguleren worden ontwikkeld in de context van de gehechtheidsrelatie. Veilig gehechte kinderen leren om hulp te zoeken tijdens stress. Die hulp draagt bij tot het reguleren van negatieve emoties zodat kinderen weerbaarder worden tegen de impact van stress. Onveilig gehechte kinderen hanteren vaak alternatieve strategieën die een negatieve impact heeft op de emotieregulatie. In deze lezing wordt uitgelegd hoe het leren vertrouwen op hulp van gehechtheidsfiguren jongeren terug weerbaar maakt.

Wat heeft u geleerd na het bijwonen van deze lezing?

•Gehechtheid weerspiegelt de mate waarin kinderen een cognitief script over zorg ontwikkelen

•Veilig gehechte kinderen kunnen makkelijker hulp zoeken tijdens stress, een emotieregulatie strategie die de weerbaarheid van kinderen vergroot

•Onveilig gehechte kinderen lopen meer risico op de ontwikkeling van gedrags- en emotionele problemen

12.45uur Lunch

13.45uur Workshop ronde 1

•Internet-based Emotieregulatietraining: rondleiding door en oefenen met een innovatieve online module

•The Affect Regulation Training – An Introductory Workshop

•Emotieregulatie bij kinderen en adolescenten

•Emoties en eten; geen hap door je keel of juist teveel happen door je keel?

14.45uur Pauze

15.15uur **Workshop** **ronde 2**

•Internet-based Emotieregulatietraining: rondleiding door en oefenen met een innovatieve online module

•The Affect Regulation Training – An Introductory Workshop

•Emotieregulatie bij kinderen en adolescenten

•Emoties en eten; geen hap door je keel of juist teveel happen door je keel?

16.15uur **Einde programma**

**Workshops:**

1. **Internet-based Emotieregulatietraining: rondleiding door en oefenen met een innovatieve online module**

Carolien Christ, Promovenda/Psycholoog , Arkin & GGZ inGeest.

De internet-based Emotieregulatietraining (iERT) is een verkorte, online versie van de Affect Regulation Training (ART/TEC) van Matthias Berking. In zes sessies en onder begeleiding van een online therapeut leert de cliënt vier essentiële vaardigheden: het zich bewustzijn, accepteren, analyseren en moduleren van negatieve emoties. Dankzij het innovatieve ontwerp met video’s, geluidsfragmenten en oefeningen oogst de training lof bij patiënten en clinici. Kijk, luister en oefen mee!

Na afloop van deze workshop heeft u:

•Een helder beeld gekregen van de opzet, de inhoud en toepassing van de transdiagnostische internet-based Emotieregulatietraining (iERT).

•Kunnen zien hoe video’s, geluidsfragmenten en online oefeningen gebruikt kunnen worden om ingewikkelde informatie over emotieregulatie en andere vormen van psycho-educatie effectief aan de patiënt over te brengen.

•Zelf geoefend met de iERT-vaardigheden in de online behandelomgeving, en heeft u geoefend met het begeleiden van een patiënt daarbij.

1. **The Affect Regulation Training – An Introductory Workshop**

Prof. dr. Matthias Berking, Professor for Clinical Psychology and Psychotherapy, Friedrich-Alexander-University Erlangen-Nuremberg.

Based on theories and findings indicating that fostering emotion regulation skills qualifies as a promising treatment goal for a broad range of mental disorders, the Affect Regulation Training (ART) was developed as a stand-alone or adjunctive (group-based) intervention. The workshop aims to familiarize participants with the theoretical underpinnings auf the treatment, with its basic structure and with typical strategies and interventions used in the training.

What do you learn after you have heard this session?

•Know the theoretical underpinnings of ART.

•Understand the basic structure of ART.

•Be familiar with elementary strategies and techniques used in ART.

1. **Emotieregulatie bij kinderen en adolescenten**

Marie-Lotte Van Beveren, klinisch psychologe/ doctoraatsstudente, Universiteit Gent.

Laura Wante, klinisch psychologe/ doctoraatsstudente, Universiteit Gent.

Tijdens deze workshop gaan Marie-Lotte & Laura dieper in op de kennis die zij tot nu toe hebben over de verschillende emotieregulatiestrategieën en hoe deze gerelateerd zijn aan psychisch functioneren. Vervolgens illustreren zij hoe emotieregulatiestrategieën in kaart gebracht kunnen worden en hoe u deze aan kinderen en jongeren kan aanleren. De dames sluiten af met een discussie en gaan in op de vraag wat diagnostiek en behandeling van emotieregulatiestrategieën betekent in onze handelingsgerichte benadering van kinderen en adolescenten met internaliserende klachten zoals depressie, agressie of psychosomatiek en welke vragen er nog leven.

Wat heeft u geleerd na het bijwonen van deze workshop?

•Recente wetenschappelijke inzichten omtrent emotieregulatie bij kinderen en jongeren.

•Diagnostiek van emotieregulatie bij kinderen en jongeren.

•Concrete handvaten voor het aanleren van adaptieve emotieregulatievaardigheden bij kinderen en jongeren.

1. **Emoties en eten; geen hap door je keel of juist teveel happen door je keel?**

Hermien Elgersma, klinisch psycholoog, onderzoeker, Accare.

Een onderdeel van een behandeling van mensen met een eetstoornis kan zijn om mensen anders met hun emoties om te leren gaan dan door teveel of te weinig te eten. In deze workshop maakt u kennis met twee mogelijke interventies; cognitieve therapie en cue-exposure. De interventies worden toegelicht aan de hand van een voorbeeld en u kunt zelf ervaring hiermee opdoen.

Wat heeft u geleerd na het bijwonen van deze workshop?

•Plaats bepaling emotie regulatie in totale behandeling eetproblematiek.

•Overzicht van mogelijke interventies.

•Voorbeeld gezien en zelf geoefend.