

Aan de slag met **autisme**

Emotieregulatie

Workshop Caroline Schuurman

Emotieregulatie bij autisme

Emotieregulatie is voor veel mensen met autisme ingewikkeld. Ze ervaren vaak óf te veel óf te weinig emoties. Daardoor kunnen ze snel overspoeld raken. Het kan ook leiden tot een chronisch hoog stressniveau en het vermijden van situaties. Maar emoties zijn essentieel om te overleven en motiveren ons tot verandering. Emoties sporen ons aan tot sociaal gedrag, ze helpen ons te weten wat we wel of niet willen.

Om je emoties te kunnen beïnvloeden, moet je ze kunnen herkennen. De ontwikkeling van voelen, herkennen, reguleren en uiten van emoties verloopt bij mensen met autisme anders. De specifieke informatieverwerkingsstijl van mensen met autisme speelt hierbij een rol.

Dinsdag 2 oktober geeft Caroline Schuurman een workshop over emotieregulatie bij autisme. Welke emotieregulatieproblemen hebben mensen met ASS? Waardoor komt dat? Wat hebben cognitieve gedragstherapieën (CGT) te bieden? Hoe kun je mensen met autisme helpen hun emoties beter te reguleren?

Schrijf u in op 11congressen.nl

PROGRAMMA DINSDAG 2 OKTOBER 2018

13.00 Registratie en koffie

13.30 **Emoties en emotieregulatie bij ASS**

15.00 Pauze

15.15 **Emotieregulatietechnieken**

16.45 Einde

Caroline Schuurman is gz-psycholoog, cognitief gedragstherapeut VGCT en senior schematherapeut. Ze is werkzaam in haar eigen psychologiepraktijk in Winterswijk en heeft ruim 20 jaar ervaring met de behandeling van jongeren en volwassenen met ASS. Ze is auteur van het boek *Cognitieve gedragstherapie bij autisme* en redacteur van *Behandeling van volwassenen met een autismespectrumstoornis*.

Deelname kost € 129,-. Voor inschrijvingen voor 1 juli geldt het vroegboektarief van € 115,- ! Dit is inclusief koffie, thee en vrij van btw.