**Cursus**

**EuREKA: EmotieREgulatie training bij Kinderen en Adolescenten**

**Omvang cursus:** 1 dag (+ 0.5 dagen theorie in vorm van online presentatie)

**Korte wervende tekst: (o.a. voor op onze website, om geïnteresseerden goed te informeren over de inhoud van de cursus)**

Op basis van wetenschappelijke studies en de reeds goed geëvalueerde Affect Regulatie Training voor volwassenen werd aan de Universiteit Gent een nieuw protocol ontwikkeld dat focust op het stimuleren van emotieregulatie vaardigheden bij kinderen en adolescenten. Emotieregulatie is als transdiagnostisch mechanisme betrokken bij verschillende vormen van psychopathologie. Dit maakt het huidige protocol ruim inzetbaar in de klinisch praktijk. Het doel van deze tweedaagse cursus is het opleiden van klinisch hulpverleners in het programma.

**Doelgroep:** Klinisch psychologen, orthopedagogen en kinderpsychiaters

**ALGEMENE INFORMATIE**

**Inhoud cursus**

Het doel van deze cursus is het opleiden van klinische hulpverleners in het EuREKA protocol. Hierbij wordt er gefocust op *wanneer* het protocol wordt toegepast (indicatiestelling, inclusie en doelen), de *inhoud* van het protocol, de *toepassingen* van deze inhoud en het bespreken van mogelijke valkuilen/hindernissen. De inhoud bestaat uit zeven belangrijke emotieregulatie vaardigheden, namelijk ontspannen, bewust worden van emoties, aanvaarden van emoties, zichzelf op een liefdevolle manier ondersteunen, het analyseren van een situatie en het actief veranderen van een emotie. In deze cursus wordt de rationale, theoretische achtergrond en specifieke toepassing van elke vaardigheid doorlopen, beoefend vanuit hulpverlener- en cliëntperspectief en stil gestaan bij mogelijke valkuilen.

**Vorm**

Workshop

**Toets**

Permanente evaluatie

**Doelstelling**

* Deelnemers weten *wanneer* een emotieregulatie training kan worden ingezet
* Deelnemers kennen de belangrijkste *emotieregulatie vaardigheden* en bijhorende rationale
* Deelnemers weten *hoe* ze deze vaardigheden kunnen aanleren en mogelijke hindernissen kunnen overkomen

**LITERATUUR**

**Boeken:**

*Verplicht*:

Braet, C. & Berking M. (2019). Emotieregulatietraining bij kinderen en adolescenten. Therapeutenboek. Bohn Stafleu: Utrecht.

*Aanbevolen*:

**Syllabus:**

Boelens et al. (2019). Emotieregulatietraining bij kinderen en adolescenten. Werkboek. Bohn Stafleu: Utrecht.

**PROGRAMMA**

1. **online presentatie (.5 dag)**

**Onderwerpen**

Theoretische inleiding

* Deel 1: theorie emotieregulatie
	+ Definitie & ontwikkeling
	+ Invloed van kind- en omgevingsfactoren
	+ Link met psychopathologie
	+ Emotieregulatie als transdiagnostic mechanisme
	+ Casus
* Deel 2: emotieregulatie in kaart
	+ Instrumenten
	+ Integratief beeld
	+ Casus
* Deel 3: emotieregulatie in de praktijk
	+ Behandeling
	+ Casus
	+ Onderzoek

**Leerdoelen**

Na afloop van deze presentatie:

1. Deelnemers *kennen* de theoretische achtergrond van emotieregulatie
2. Deelnemers *kunnen* emotieregulatie in kaart brengen
3. Deelnemers *weten* wanneer ze het protocol kunnen inzetten
4. Deelnemers *kennen* de effectiviteit/onderzoeksbevindingen van het protocol

**Literatuur**

**Vooraf bestuderen:**

Hoofdstuk 1 – 3 in het boek

* Braet, C., & Goossens, L. (2019). Emotieregulatie bij kinderen: ontwikkeling en definities. In *Emotieregulatietraining bij kinderen en adolescenten* (pp. 3-17). Bohn Stafleu van Loghum, Houten.
* Van Beveren, M. L., Vervoort, L., & Braet, C. (2019). Het meten van emotieregulatie bij kinderen en jongeren. In *Emotieregulatietraining bij kinderen en adolescenten* (pp. 19-39). Bohn Stafleu van Loghum, Houten.
* Van Beveren, M. L., Wante, L., Goossens, L., Volkaert, B., Van Malderen, E., Debeuf, T., & Verbeken, S. (2019). Emotieregulatie bij klinische groepen. In *Emotieregulatietraining bij kinderen en adolescenten* (pp. 41-59). Bohn Stafleu van Loghum, Houten.
1. **Interactieve workshop (1 dag)**

**Onderwerpen**

Het protocol

* Deel 1: opbouw
* Deel 2: inhoud

**Leerdoelen**

Na afloop van deze bijeenkomst:

1. Deelnemers *kennen* het EuREKA protocol en geïncludeerde oefeningen
2. Deelnemers *kunnen* het EuREKA protocol en geïncludeerde oefeningen

**Literatuur**

**Vooraf bestuderen:**

\

**Programma:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | Activiteit | **Leerdoel** | **Werkvorm** |
| 09.00 – 9u30 | Kennismaking en ruimte voor vragen | Deelnemers kunnen vragen/bedenkingen over de inhoud van de online presentatie richten tav. de docenten | Groepsgesprek  |
| 9.30 – 10.00 | Stap 1: ontspan | Het aanleren van de eerste stap in de ER sequens (ONTSPAN) met als doel deze na het volgen van de workshop zelfstandig te kunnen begeleiden (Buikademhaling, spierontspanning)  | Theorie a.d.h.v. slides, video, rollenspel, oefeningen  |
| 10.00 – 10.45 | Stap 2: beleef | Het aanleren van de tweede stap (BELEEF) in de ER sequens met als doel deze na het volgen van de workshop zelfstandig te kunnen begeleiden(gevoelens identificeren, differentiëren, lichaams-beleving, onbevooroordeelde waarneming) | Theorie a.d.h.v. slides, video, rollenspel, oefeningen Theorie a.d.h.v. slides, video, rollenspel, oefeningen |
| 10.45 – 11.00 | Pauze  |  |  |
| 11.00 – 12.00 | Stap 3: aanvaard | Het aanleren van de derde stap (AANVAARD EN HOU VOL) in de ER sequens met als doel deze na het volgen van de workshop zelfstandig te kunnen begeleiden (functie van gevoelens, verdraagzinnen)  | Theorie a.d.h.v. slides, video, rollenspel, oefeningen |
| 12.00 – 12.45 | STAP 4: supporter voor jezelf | Het aanleren van de vierde stap (SUPPORTER VOOR JEZELF) in de ER sequens met als doel deze na het volgen van de workshop zelfstandig te kunnen begeleiden (zelfwaarde, zelfzorg, effectieve zelfondersteuning)  | Theorie a.d.h.v. slides, video, rollenspel, oefeningen |
| 12.45 – 13.30 | Pauze |  |  |
| 13.30 – 14.00  | Stap 5: Analyseer | Het aanleren van de vijfde stap (ANALYSEER) in de ER sequens met als doel deze na het volgen van de workshop zelfstandig te kunnen begeleiden (GGGGG-schema)  | Theorie a.d.h.v. slides, video, rollenspel, oefeningen |
| 14.00 – 15.00 | Stap 6: reguleer  | Het aanleren van de zesde stap (AFLEIDING ZOEKEN) in de ER sequens met als doel deze na het volgen van de workshop zelfstandig te kunnen begeleiden (adaptief afleiding zoeken en dit inoefenen) | Theorie a.d.h.v. slides, video, rollenspel, oefeningen |
| 15.00 – 15.15 | Pauze  |  |  |
| 15.15 – 16.00 | Stap 6: reguleer  | Het aanleren van de zesde stap (ANDERS DENKEN) in de ER sequens met als doel deze na het volgen van de workshop zelfstandig te kunnen begeleiden (gedachten herkennen, beoordelen als helpend of niet-helpend en herbeoordelen) | Theorie a.d.h.v. slides, video, rollenspel, oefeningen |
| 16.00 – 16.45  | Stap 6: reguleer  | Het aanleren van de zesde stap (PROBLEEMOPLOSSING) in de ER sequens met als doel deze na het volgen van de workshop zelfstandig te kunnen begeleiden (probleem herkennen, plannen maken, plan kiezen, uitvoeren en evalueren) | Theorie a.d.h.v. slides, video, rollenspel, oefeningen |
| 16.45 – 17.00 | Afsluiting  |  |  |