

EMOTIEREGULATIE EN INTERMENSELIJKE EFFECTIVITEIT



Vaardigheidstraining in groep Consultatieteam

Tijdens deze vijfdaagse verdiepen we ons intensief in twee essentiële modules van Dialectische Gedragstherapie (DGT): Emotieregulatie en Intermenselijke Effectiviteit.

- Emotieregulatie

We leren vaardigheden aan om op een nieuwe, constructieve manier met emoties om te gaan. Denk aan het herkennen en erkennen van je gevoelens, het toelaten en doorvoelen van emoties zonder angst, en het reguleren van intense emotionele reacties.

- Intermenselijke Effectiviteit

Deze module richt zich op het versterken van sociale vaardigheden: inzicht krijgen in intermenselijke situaties, hindernissen en sterktes herkennen, en op een gezonde manier assertief zijn in contact met anderen.

Daarnaast oefenen we in het opstellen en begeleiden van DGT-vaardigheidstrainingen in groep, en verdiepen we ons in de werking van het DGT-consultatieteam.

DOELGROEP

Deze intensieve training is bestemd voor psychiaters, psychotherapeuten, psychologen, verpleegkundigen, maatschappelijk werkers en non-verbale therapeuten die met de DGT aan de slag willen gaan. Een basis- of vooropleiding gezondheidszorg is noodzakelijk.

DATA

Zaterdag 24 januari

Vrijdag 13 februari

Vrijdag 6 maart

Zaterdag 28 maart

Vrijdag 24 april

DEELNAMEPRIJS

Module: 600€

Hand-outs, koffie, thee en lunch met soep en broodjes inbegrepen.

LOCATIE

Campus Gent
Beukenlaan 20, 9051 Sint-Denijs-
Westrem



MODULE IN 5 DAGEN

DAG 1

Doel: emotieregulatie
Theorie over emoties, primaire en secundaire emoties,
observeren en beschrijven Emotie (EOV) + Functie
Emoties

DAG 2

Emotionele mythes
Acceptatie en loslaten emotioneel lijden (surfen)
Tegengesteld handelen
Vaardigheidstraining emotieregulatie

DAG 3

Doel: Intermenselijke effectiviteit
Intermenselijke mythes

DAG 4

BETOVER OOST - VIVO - OEWW vaardigheden
Vaardigheidstraining Intermenselijke Effectiviteit

DAG 5

Opzet Consultatieteam
Intervisie Consultatieteam

Theorie en praktijk worden evenwichtig aangeboden.
De specifieke meditatieën worden aangeleerd en
aangepaste Experientiële Lichaamsoefeningen
geoefend en geïntegreerd.



WIE ZIJN WE?

Valerie Fonteyne is klinisch psychologe, therapeutisch verantwoordelijke op de afdeling Cadans bij KARUS. Ze is DGT-trainer en -therapeut met specialisatie in Lichaamsgerichte Experientiële Psychotherapie.

Marleen De Winne is psychotherapeute, psychomotorisch therapeute, mindfulness-trainer en eveneens DGT-trainer en -therapeut. Ze is gespecialiseerd in Existentiële Psychotherapie. Samen met Valerie Fonteyne is ze mede-auteur van het boek Borderline in evenwicht/Evenwicht in Borderline (uitg. Standaard).

Binnen de afdeling persoonlijkheidsproblematiek Cadans van KARUS bouwden ze DGT uit en ontwikkelden ze de lichaamsgerichte module, De Lichaamsbeleving, specifiek afgestemd op mensen met een borderlinepersoonlijkheidsproblematiek.

Daarnaast verdiepten ze zich in Compassion Focused Therapy (P. Gilbert) en volgden ze de opleiding Compassietraining/MBCL bij I AM Gent onder begeleiding van Erik Van Den Brink en Frits Koster. Dit resulteerde in de module Zelfcompassie bij Borderline, een vertaling binnen het DGT-kader, op maat van de doelgroep.

Ingrid Claeys is psychiatrisch verpleegkundige en mindfulness-trainer. Sinds 2004 is ze actief als DGT-coach en -trainer op Cadans. Ze werkte mee aan de ontwikkeling van de module 'eetvaardigheden'.

Fien Van Heddegem is klinisch psychologe, DGT-trainer en -therapeut. Ze werkt zowel op Cadans als in het ambulante DGT-dagtherapiecentrum Gaandeweg. Ze begeleidt daarnaast individuele . Daarnaast is ze werkzaam als ambulant individuele DGT-coach/-therapeut. Ze heeft een specialisatie postgraduaat Gedragstherapie op zak.

CONTACTGEGEVENS EN INSCHRIJVING

Marleen De Winne

E-mail:

marleen.de.winne@karus.be

GSM: 0476 / 60 60 62

Inschrijven is mogelijk per module en pas definitief na betaling op het rekeningnummer BE52 2900 1619 7809 met vermelding van je naam en de gekozen module.

Inschrijven kan per mail bij Marleen De Winne met vermelding van je vooropleiding, werkterrein, praktijkervaring en motivatie.