

## Emotie Regulatie Training (ERT)

### Voor wie?

Voor cliënten van 18 jaar en ouder met emotie regulatie problematiek waarvoor de VERS I training te moeilijk is. Bijvoorbeeld omdat er sprake is van een verstandelijke beperking.

### Doel

Door met elkaar te oefenen:

- vroegtijdig herkennen en erkennen van de eigen emoties en gedrag;
- op een andere wijze leren reguleren van oplopende emoties waardoor acting out-/delict gedrag voorkomen kan worden;
- zicht krijgen op eigen schema's.

### Cliënten leren:

- wat zijn emoties, de 4 B's;
- waar kan ik dit aan herkennen, signalen in het lijf en gedrag herkennen;
- inzicht in eigen handelen, G-schema's;
- schema lijst, welke schema's zijn bij mij actief;
- mindfulness oefeningen, creatief, sportief, spel en 'zen';
- ontdekken van mogelijkheden om te komen tot ander gedrag.

### Werkwijze

De training bestaat uit 9 bijeenkomsten van anderhalf uur. De training wordt gegeven door 2 behandelaren. Naast de training zijn er individuele contacten. Er zit een opbouw in het aanbieden van de verschillende onderdelen verspreid over de weken. Iedere week komt het behandelde onderdeel van de vorige week/weken terug. Door de herhaling leren de patiënten met de verschillende onderdelen te werken in het hier en nu. Na iedere bijeenkomst krijgt de patiënt huiswerk mee om thuis mee te oefenen.

## **Programma**

De training bestaan uit 9 bijeenkomsten van anderhalf uur en 2 steungroep avonden. We sluiten af met een diploma.

De groep bestaat uit maximaal 8 deelnemers.

## **Kosten**

De financiering van AFPN behandelingen vindt op verschillende wijzen plaats:

- bij vrijwillige behandeling betaalt meestal de zorgverzekeraar. Afhankelijk van de polis kan er wel een verplicht eigen risico gelden voor dit type gespecialiseerde zorg. Als dit van toepassing is, ontvangt de cliënt hiervoor van de zorgverzekeraar een rekening;
- bij behandeling vanwege een justitiële maatregel vergoedt Justitie in veel gevallen de zorg. Kosten van het gebruik van medicatie vallen in dit geval meestal onder de zorgverzekering.

## **Aanmelden**

Aanmelden voor de cursus kan door contact op te nemen met het Forensisch Aanmeld en Informatie Centrum (FAIC) per e-mail: [MU\\_faic@ggzdrenthe.nl](mailto:MU_faic@ggzdrenthe.nl). Er is een verwijfsbrief nodig van een huisarts, behandelaar of reclassering.

## **Contactgegevens**

Voor meer informatie over deze cursus kunt u contact opnemen met de AFPN Emmen.

Telefoon: 0591 85 63 85

E-mail: [afpn.emmen@ggzdrenthe.nl](mailto:afpn.emmen@ggzdrenthe.nl)

