

Programma



Nascholing Emotie-eten de baas – basis

10.00 Wat wil jij bereiken?

10.30 Emotie-eter of eetstoornis (Boulimia Nervosa, Binge Eating Disorder)

10.45 Bespreekbaar maken van emotie-eten

11.00 7 stappen plan om emotie-eters te begeleiden

-Test 'Emotie-eter of verleidingseter?'

-Wat zijn de situaties waarin je teveel eet? Wat voel je? Wat is je echte behoefte?

-Omgaan met lastige emoties zonder naar eten te grijpen. Afleiding zoeken. Emoties verduren, Echte behoefte bevredigen

-Oefenen met casuïstiek van docent

Pauze

13.30 Vervolg 7 stappen model

-Oefenen met eigen casuïstiek

14.30 Viciuze cirkel: hoe haal ik mijn cliënt hieruit?

-Oefenen met Ouder Volwassene Kind model Transactionele Analyse

15.30 Alles of Niets patroon doorbreken

16.15 Grenzen stellen aan je begeleiding: welke cliënten begeleid je wel / niet.

16.45 Persoonlijke actiepunten, evaluatie en certificaten

17.00 Afsluiting

Praktische informatie:

Docent: Fenna Janssen, Diëtist – Therapeut, www.emotie-etendebaas.nl

Opzet: zeer interactieve nascholing voor 8-16 personen
inclusief boek "Liefde in plaats van chocola"

Studiebelasting: maximaal 1 uur voorbereidende opdracht

Meer info: <http://www.emotie-etendebaas.nl/nascholing-emotie-eten-de-baas/>

Accreditatie: ADAP-KP: 6 accreditatiepunten – BGN 2,5 punten
KABIZ Leefstijlcoaches BLCN: 6 punten

