



12 maart 2024, 19.30 uur

Themabijeenkomst

de helende kracht van co-regulatie.



Een eetstoornis is een zware belasting. Tegelijk is het een onbewuste oplossing voor iets dat kennelijk nog minder te dragen is. Je hoeft niet precies te weten wàt er is, om te begrijpen dàt het er is. Het lichaam doet niet zomaar iets.

Als naaste kan je een belangrijke rol spelen in het helpen (ver)dragen wat er te dragen is. Dat is de helende kracht van co-regulatie! In deze themabijeenkomst neem ik je mee in hoe je deze hulpbron kan zijn en wat je kan doen om je positieve impact te versterken. Ieder beetje helpt! Ook leg ik je uit hoe emotieregulatie werkt en de rol van overlevingsmechanismen.

- **Tijd: 19.30 - 21.30**
- **Speciaal voor ouders en naasten**
- **Aanmelden is verplicht via de website**
- **Deelname € 12,50 per persoon of € 25 per gezin (max 4 personen)**

Door Irene van de Schaar

Irene van der Schaar heeft een praktijk in brainspotting en istdp, een krachtige combinatie van methodes om de onderliggende bronnen van emotionele en lichamelijke pijn, stress, angst te verwerken. Irene werkt met cliënten met de meest uiteenlopende klachten of belemmeringen, met en zonder medische diagnose.

