

Bijlage 5: Voorbeeld uitnodiging informatiezitting

Aan: de steunfiguren van de deelnemers aan de ERT

Plaats, datum

Betreft: uitnodiging informatiezitting ERT

Beste steunfiguur,

Zoals je waarschijnlijk wel weet, ben ik sinds kort begonnen met de EmotieRegulatieTraining (ERT) voor jongeren die problemen hebben met het reguleren van hun emoties. Ik hoop dat ik met behulp van deze training meer grip zal krijgen op mijn emotionele buien.

Om goed te kunnen profiteren van de training is het van belang dat ik steun krijg van mensen die voor mij belangrijk zijn. Jij bent dat voor mij, en daarom wil ik je vragen of je naar de informatiezitting van de training wilt komen. Tijdens deze zitting wordt uitgelegd wat emotionele buien zijn en hoe aan de cursisten wordt geleerd om op een andere manier met hun buien om te gaan. Ook komt aan bod wat steunfiguren kunnen doen om mensen met emotieregulatie problemen te helpen.

De zitting zal zijn op (datum), van tot (tijd).

Adres:

Ik hoop dat je komt!

Met vriendelijke groeten, mede namens de trainers van de ERT,

..... (naam cursist)

.....

..... (namen trainers)