

hoe aanmelden?

Telefonisch: 02 344 46 74
Per mail: zuid@cgg-brussel.be

Twee verkennende intake-gesprekken worden gepland bij één van de therapeuten.

praktisch

Wie?

Anke De Both en Lieke Vervaeke
Klinisch psychologen CGG Brussel

Waar?

CGG Zuid-Brussel
Van Volxemlaan 169
1190 Vorst
Tel.: 02/344 46 74
e-mail: zuid@cgg-brussel.be

Wanneer?

elke woensdagochtend vanaf 08/11/2023
van 10u tot 11u30

Prijs:

€11 per sessie, € 4 voor studenten en/of mensen die zich in een financieel kwetsbare situatie bevinden.

groepsaanbod: Groepstherapie voor jongvolwassenen

voor wie?

- Jongeren tussen 18 en 28 jaar (uitzonderingen zijn mogelijk)
- 8 deelnemers
- Voor wie regelmatig vastloopt in het aangaan en/of behouden van relaties
- Voor wie zoekende is naar identiteit, individualiteit en verbinding
- Voor wie steun zoekt in het loskomen van thuis en het aangaan van uitdagingen die volwassenheid met zich meebrengt
- Voor wie emoties overspoelend kunnen zijn en lastig om mee om te gaan

wat bieden we aan?

We bieden graag een mogelijkheid aan om met andere jongvolwassenen te spreken over gemeenschappelijke en individuele thema's.

De bedoeling is om in contact te treden met anderen. De groep fungeert hier als middel om jou te laten experimenteren met nieuwe manieren van in relatie treden tot anderen en jezelf. Iedereen heeft hierin een ander tempo, waar we graag rekening mee houden.

We vragen een engagement van minstens drie maanden om jouw persoonlijk proces en het vertrouwen in de groep een kans te geven te groeien.

doel van het aanbod

Via het opbouwen van zelfkennis, inzicht in innerlijke processen en in jouw krachten en valkuilen willen we je een beter beeld geven van wie je bent en waar je naartoe wil in het leven.

De focus op gesprek, verbinding en het groepsproces heeft tot doel om een groter inzicht te verkrijgen in menselijke relaties. Na afloop van de groepstherapie begrijp je beter hoe deze in elkaar zitten en wat daarin voor jou moeilijk of juist gemakkelijk loopt. Bovendien willen we een manier vinden om met de moeilijke emoties, die uitgelokt kunnen worden in relatie met anderen, om te gaan.

We hopen dat iedere deelnemer zich na afloop van de groepstherapie steviger in zijn schoenen voelt staan, om hetgeen ze uitprobeerden tijdens de groepstherapie mee te nemen en verder te laten groeien in hun dagelijkse leven.