

OVER SENSITIEF GROEPSAANBOD

www.tessaract.be



DOELGROEP

Over sensitief is een groepstraject specifiek voor meisjes tussen 16 en 19 jaar.

De groep is voor meisjes die regelmatig worstelen met onzekerheden en zorgen, het gevoel hebben 'anders' te zijn of er niet bij te horen. Om deze redenen kunnen ze zich slecht in hun vel voelen, moeilijk aansluiting vinden of kan naar school gaan een ware uitdaging vormen.

PROGRAMMA

Eerst vindt er een intake plaats om de psychologen te leren kennen, gevolgd door 9 groepsessies met iedere sessie één vast thema. De 10de sessie verwelkomen we de groep terug voor een terugkomdag.

Iedere sessie bestaat uit psychoeducatie - concrete oefeningen - praatgroep (lotgenotencontact)

De thema's die aan bod komen zijn:
Zelfbeeld & identiteit, (faal)angst, ik & de ander, innerlijke criticus, alleen zijn & eenzaamheid.

We baseren ons op principes uit EFT (Emotional Focused Therapy) & systeemtherapeutische methodieken.

PRAKTISCH

De intakes om deel te nemen aan deze groep vinden plaats op 16 februari 2024.

Wanneer?

De sessies vinden plaats op maandagen (18:30) en woensdagen (17:00) en duren 90 minuten.

Data: 6/3 - 11/3 - 25/3 - 15/4 - 24/4 - 8/5 - 13/5 - 29/5 - 3/6 + terugkomdag

Waar?

Tessaract: groepspraktijk voor psychologen en psychotherapeuten
Binnenlaan 19
3600 Genk

TER INFO

KOSTPRIJS

- Gratis

JOYCE GEEBELN

Klinisch psycholoog - systeemtherapeut i.o.
Joyce.geebelen@tessaract.be
0492101575

SIENNA SCHIFFELEERS

Klinisch psycholoog
sienna.schiffeleers@tessaract.be
0468 34 15 46