

Groepstherapie voor jongvolwassenen

Doel en doelgroep?

Jongvolwassenen tussen 18 en 25 jaar die het moeilijk hebben op vlak van sociale contacten en/of zelfbeeld en waarbij sprake is van depressieve klachten, angstklachten of sociaal isolement.

Hulpverleners?

Denise Dermaut, Nourit Vandenbussche en Raf Lambrecht (therapeuten van het jongvolwassenenteam).

Opmerking: deze groep is niet rechtstreeks toegankelijk.

Back on track

Doel en doelgroep?

De Back On Track steungroep is een kortdurende groepstherapie voor jongvolwassenen tussen 18 en 25 jaar, waarbij de focus ligt op hoe we verder op weg kunnen ondanks moeilijkheden. Hierbij wordt vooral aandacht besteed aan het (her) ontdekken van eigen krachten en het opstellen van doelen naar de toekomst toe.

Hulpverleners?

Nourit Vandenbussche en Jessica Van Aerschot (therapeuten van het jongvolwassenenteam).

Opmerking: deze groep is niet rechtstreeks toegankelijk.

DGT groep

Doel en doelgroep?

'Dialectische gedragstherapie (DGT)' is een programma gericht op mensen die moeilijkheden ondervinden in het omgaan met hun (vaak overweldigende) emoties en in relaties met andere mensen. Het is een training van zes maanden die bestaat uit vier modules: aandachtvaardigheden (of mindfulness), intermenselijke vaardigheden, emotieregulatie vaardigheden en crisisvaardigheden. Het programma is bedoeld voor mensen die al individueel in behandeling zijn in CGG Vagga.

Hulpverleners?

Sofie Robijn, Anja Michiels en Irina Pasyugina (therapeuten van het volwassenenteam).

Opmerking: deze groep is niet rechtstreeks toegankelijk.

Ervaringsgerichte groep voor volwassenen

Doel en doelgroep?

Onze groep richt zich tot volwassenen (+25j) met ernstige psychische en/of psychiatrische problemen, die veelal te kampen hebben met hechtingsproblemen en een traumatisch verleden met zich mee dragen (in kindertijd en/of volwassen leven).

Hulpverleners?

Manuella De Clerc en Ben Morsink (therapeuten van het volwassenenteam)

Opmerking: deze groep is niet rechtstreeks toegankelijk.

PRAKTISCHE INFO:

- * Ons groepsaanbod is een deel van onze bredere werking. Je kan **niet rechtstreeks aanmelden** voor de meeste groepen. Neem telefonisch contact op voor een algemene aanmelding (03 256 91 20).
- * De standaard cliëntbijdrage voor 1 sessie is 11 euro, de verminderde bijdrage is 4 euro.
- * De groepen vinden plaats in de Belgiëlei 147a, Antwerpen, tenzij anders vermeld.

ACT

Doel en doelgroep?

De ACT-cursus gaat over keuzes maken in je leven, om een leven te leiden dat voor jou kwaliteitsvol is en de onvermijdelijke tegenslagen die daarbij horen erbij te nemen. Het doel is niet in de eerste plaats het verminderen van negatieve gevoelens of gedachten, maar om er flexibeler mee te kunnen omgaan. Het is een uitnodiging om ondanks de problemen, toch jouw energie te steken in die zaken die voor jou belangrijk zijn.

Hulpverleners?

Miek Thys en Anja Fonteyn (therapeuten van het volwassenen- en ouderenteam)

Opmerking: deze groep is niet rechtstreeks toegankelijk.

Door de angst

Doel en doelgroep?

‘Door de angst’ is een gedragstherapeutische groepstraining voor mensen met stress- en angstklachten. In acht tot tien sessies combineren we theorie (psycho-educatie) met praktische oefeningen die zich richten op het beter leren omgaan met angstklachten, het doorbreken van vermijding en het verbeteren van de levenskwaliteit.

Hulpverleners?

Sofie Robijn en Kate De Loore (therapeuten van het volwassenenteam).

Opmerking: deze groep is niet rechtstreeks toegankelijk.

experimenterende psychodynamische groepstherapie

Doel en doelgroep?

Deze groep is bedoeld om door middel van contact met jezelf en anderen te groeien in je persoonlijk proces. Dit gebeurt door middel van gesprek en oefeningen die je interne proces helpen versnellen. Het is de bedoeling om zo te komen tot meer integratie en ik-sterkte om zo je leven beter te kunnen sturen. De groep is een oefenterrein om het geleerde later in de buitenwereld te kunnen toepassen.

Hulpverleners?

Linda Van Nuffel (therapeut van het volwassenenteam).

Opmerking: deze groep is niet rechtstreeks

Op zoek naar zin (60+)

Doel en doelgroep?

Deze groepstherapie is bestemd voor mannen en vrouwen vanaf 60 jaar, die te kampen hebben met klachten van depressie, angsten, ... , die op zoek zijn naar de zin van hun leven en zich afvragen hoe ze om moeten gaan met de tijd die nog voor hen ligt.

Hulpverleners?

Kirsten Adriaenssens en Rein Wils (therapeut van het ouderenteam).

Opmerking: deze groep is rechtstreeks toegankelijk.

PRAKTISCHE INFO:

- * Ons groepsaanbod is een deel van onze bredere werking. Je kan **niet rechtstreeks aanmelden** voor de meeste groepen. Neem telefonisch contact op voor een algemene aanmelding (03 256 91 20).
- * De standaard cliëntbijdrage voor 1 sessie is 11 euro, de verminderde bijdrage is 4 euro.
- * De groepen vinden plaats in de Belgiëlei 147a, Antwerpen, tenzij anders vermeld.

Een licht op depressie (60+)

Doel en doelgroep?

In deze groep gaan we op zoek naar wat depressie boven 60 jaar kan inhouden. We maken ruimte voor informatie en uitwisseling, staan stil bij wat er zich binnen onszelf kan afspelen en hoe dit samenhangt met de relatie tussen ons en onze omgeving. De groepstherapie is bestemd voor mannen en vrouwen vanaf 60 jaar, die te kampen hebben met klachten van depressie.

Hulpverleners?

Kirsten Van Acker, Rein Wils, Kirsten Adriaenssens, Miek Thys, Christ'l Sewerin en Kim Buts (therapeuten van het ouderenteam)

Opmerking: deze groep is niet rechtstreeks toegankelijk.

PRAKTISCHE INFO:

- * Ons groepsaanbod is een deel van onze bredere werking. Je kan **niet rechtstreeks aanmelden** voor de meeste groepen. Neem telefonisch contact op voor een algemene aanmelding (03 256 91 20).
- * De standaard cliëntbijdrage voor 1 sessie is 11 euro, de verminderde bijdrage is 4 euro.
- * De groepen vinden plaats in de Belgiëlei 147a, Antwerpen, tenzij anders vermeld.

toegankelijk.