

Groepsaanbod

VAGGA

LEREN MENTALISEREN

Gericht op volwassenen die sterker willen worden in 'mentaliseren'.

Dit mentaliseren verwijst naar het in contact staan met én het kunnen reflecteren over gevoelens en gedachten bij zichzelf, bij anderen en in relaties.

Hulpverleners: Kristof De Pauw en Veerle Vinken, therapeuten in de Volwassenenzorg.

Instroom via intakegesprek.

Duurtijd: 12 sessies

ACT GROEP

Acceptatie - en commitment therapie (ACT) gaat over het maken van keuzes in je leven, die helpen 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.

Hulpverleners: Irina Pasyugina, Anja Fonteyn, Jan Bosman, therapeuten in de Volwassenenzorg.

Instroom via intakegesprek.

Duurtijd: 11 sessies

DGT GROEP

Dialectische gedragstherapie (DGT) is een training die zich richt op het aanleren van vaardigheden om emoties te reguleren, beter relaties te leren aangaan met anderen en moeilijke, emotionele momenten door te komen.

Hulpverleners: Therapeuten Jan Bosman (Volwassenenzorg), Anja Michiels en Evi Naeyaert (Categorieale zorg)

Instroom enkel in samenspraak met de behandelende hulpverlener.

Duurtijd: 23 sessies

ERVARINGSGROEP

Deze groep richt zich tot volwassenen (+25) met ernstige psychische en/of psychiatrische problemen, die veelal te kampen hebben met hechtingsmoeilikheden en een traumatisch verleden met zich meedragen. De groep vormt een veilige plek waarin basisbehoeften (veiligheid, steun, plaats, vertrouwen, grenzen,...) beantwoord kunnen worden via de verbinding met de therapeut, andere groepsleden en zichzelf.

Hulpverlener: Manuella De Clerc, therapeute Volwassenenzorg

Instroom: via intakegesprek.

Duurtijd: +/- 1 jaar

OP ZOEK NAAR ZIN

Aanbod naar 60+-ers met vragen rond zingevingproblemen die zich vaak uiten in klachten als depressie, angst, relationele problemen ...

Hulpverlener: Kirsten Adriaenssens therapeute uit het ouderenteam.

Instroom: via intakegesprek.

Duurtijd: 12 sessies.

VEERKRACHTGROEP

De groep vertrekt vanuit de positieve psychotherapie en richt zich op deelnemers die op een krachtgerichte manier willen leren omgaan met moeilijkheden in het leven.

Hulpverleners: Evi Van Mierlo en Irina Pasyugina therapeuten in de Volwassenenzorg

Instroom: via intakegesprek.

Duurtijd: 15 sessies

Groepsaanbod

GROEP SCHEMATHERAPIE

Schematherapie is een gedragstherapeutische methode die bedoeld is als behandeling voor cliënten met complexe psychische problemen zoals persoonlijkheidsstoornissen en trauma's. In deze groepstherapie gaan we werken met concepten (schema's) die de cliënten hebben ontwikkeld over zichzelf, de anderen en de wereld.

Hulpverleners: Anja Fonteyn, Ellen Sannen en Irina Pasyugina therapeuten in de Volwassenenzorg.

Instroom: via intakegesprek

Duurtijd: 24 sessies

GROEP INVLOED

Voor Jongvolwassenen (18 to 25 jaar) met vragen bij de invloed van hun psychisch lijden op hun identiteit en relaties. De sessies behandelen verschillende facetten van beïnvloeding: Wat ervaar ik als positief en negatief in mijn relatie met anderen? Wat maakt dat ik anderen onbedoeld soms tot last ben? Hoe communiceer ik hierover? ...

Hulpverleners: Nicky Van Havere, Emilou Gommeren, Melissa Vandenpanhuyzen, Raf Lambrecht therapeuten in het Jongvolwassenenteam.

Instroom: via intakegesprek.

Duurtijd: 12 sessies

DEPRESSIEGROEP

De groep is gefocust op enerzijds betekenis en anderzijds perspectief. Er wordt aan de cliënten gevraagd om na te denken over hoe hun zingevingssysteem geraakt is, wat ze kwijt zijn, wie ze nog zijn. In het 2e deel zullen cliënten bronnen van zingeving verzamelen, ervaringsoefeningen doen en waar interactie in de groep centraal staat.

Hulpverleners: Evi Van Mierlo, Loeka Snijders

Instroom: via intakegesprek

Duurtijd: 8 sessies

DOOR DE ANGST

Deze Gedragstherapeutische groep gaat aan de slag met angstklachten als paniekaanvallen, hyperventilatie, angstige gedachten en stressklachten, vermijdingsgedrag, gegeneraliseerde angst, De groep doorloopt 2 modules: een 'denkgroep' met 6 sessies psycho-educatie en een 'actiegroep' met 6 sessies gericht op oefenen en exposure.

Hulpverleners: Evi Van Mierlo en Anja Fonteyn, therapeuten in de Volwassenenzorg.

Instroom via intakegesprek.

Duurtijd: 12 sessies.