

Wanneer gaat de gespreksgroep door?

De groep gaat door in CGG Andante Merksem op dinsdagen van 16u30-18u00, jaarlijks van november tot en met maart.

Tussen de wekelijkse zittingen is er een stapdag, een stapweekend en een stapweek en vervolgens nog een terugkomdag.

Stapgroep 2018-2019 start op 6/11/18 t.e.m. 26/3/19.

- Sessies: 6/11, 13/11, 27/11, 11/12, 18/12; een onderbreking in de kerstvakantie; 15/1, 22/1, 29/1, 5/2, 12/2, 19/2, 26/2, 19/3, laatste sessie op 26/3/19.
- stapdag dinsd. 20/11
- stapweekend vrijd. 7/12 t.e.m. zo. 9/12
- stapweek ma. 4/3/19 t.e.m. za. 9/3/19

Het is essentieel dat je alle bijeenkomsten bijwoont. Indien nodig kan er voor school of werk een attest gemaakt worden.

Informatie-avond steunfiguren(ouders, vrienden)

Deze groepstherapie biedt de mogelijkheid nieuwe ervaringen op te doen die helpen groeien in persoonlijkheid en relaties. Verandering vraagt echter ook engagement en energie. Soms impliceert dit ook dat de jongere een moeilijke periode doormaakt, waarbij steun van de omgeving helpend is. Deze steunfiguren (ouders, vriend/in, partner) kunnen het veranderingsproces beter ondersteunen als ze weten wat de groepstherapie inhoudt, hoe ze betrokkenheid kunnen tonen en als ze de begeleiders kunnen ontmoeten.

Ouders of andere steunfiguren kunnen dan een informatiebrochure krijgen met alle details van het traject. Indien gewenst kunnen zij samen met jou een gesprek krijgen bij een van de therapeuten.

Dit infomoment vindt plaats aan het begin en einde van de groepstherapie, op 13/11/2018 en 19/3/2019, aansluitend aan de sessies.

Hoeveel bedraagt de deelname in de kosten?

De prijs voor het hele traject is 480 €, alles inbegrepen. Je betaalt zo alleen de extra kosten voor verblijf, maaltijden en de vervoersonkosten voor de stapmomenten. Alle andere kosten worden door Andante betaald. Indien dit bedrag een echt een probleem vormt zoeken we samen met jou naar een oplossing.

Inschrijven kan enkel na een intakegesprek en is vervolgens pas bevestigd na een betaling van het voorschot van 180€ vóór de start van de groep.

Waar gaat de groep door?

De sessies gaan door in CGG Andante Merksem Bredabaan 579, 2170 Merksem.

De stapmomenten (stapdag, stapweekend en stapweek gaan door op verschillende locaties in België).

Contact opnemen?

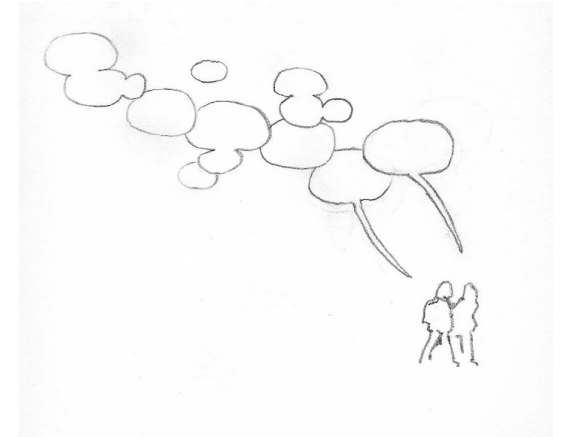
Aanmelden voor deze groepstherapie gebeurt best telefonisch op het centraal onthaal van CGG Andante: [03/361 11 11](tel:033611111).

Een hulpverlener van de volwassenenteams is dan beschikbaar voor overleg van 11.00u tot 12.00u en van 14.00u tot 15.00u.

De groepstherapeuten zijn Suzy Van der Meeren en Aje Vloeberghs.



Samen op weg



Een ervaringsgericht groepstherapeutisch traject voor jongeren tussen 18 en 25 jaar.

**CGG Andante
Tel: 03/361 11 11**



Is deze groep iets voor jou?

Als je tussen 18 en 25 jaar bent, sta je voor keuzes die je verder leven richting geven.

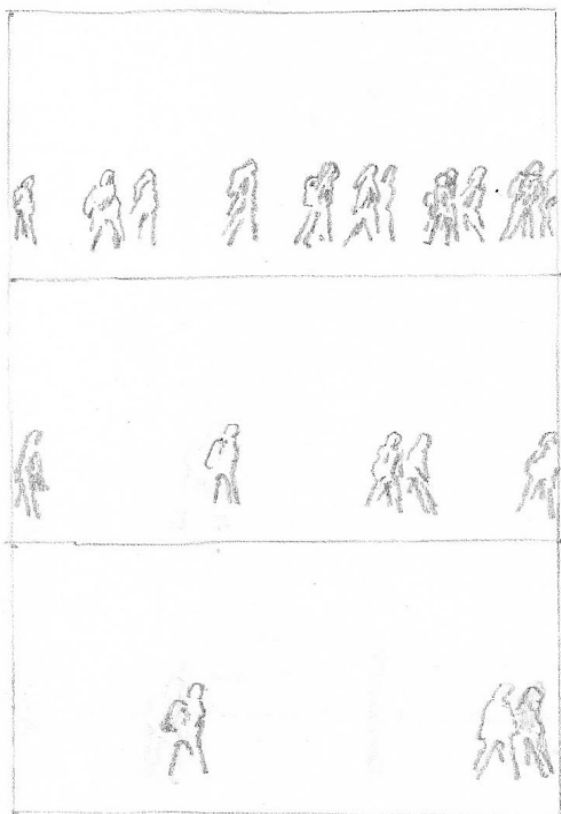
Relaties en sociale contacten zijn belangrijk maar lopen niet altijd zoals je zou wensen.

Zoals veel andere jongeren voel je misschien vertwijfeling, isolement en immobiliteit.

Je komt in conflict met anderen of met jezelf...

Je twijfelt aan jezelf en aan je keuzes, je voelt je angstig, in de war of depressief.

Als je deze problemen op een actieve manier samen met andere jongeren wil aanpakken, dan is deze groep misschien iets voor jou.



Wat is een ervaringstraject in groep?

Het is een therapeutische groepservaring waarbij je met leeftijdsgenoten letterlijk en figuurlijk op weg gaat en je doel bereikt. Deze therapie geeft je de kans om op een actieve manier je problemen aan te pakken. De groep wordt een veilige plaats waarmee je een begeleid traject aflegt. Letterlijk stappen, tochten maken maar ook stilstaan bij wat jou in je leven richting kan geven.

Het is een veilige groep waar:

- je ervaringen met anderen kan delen
- samen kan zoeken naar de betekenis van zowel huidige gebeurtenissen als gebeurtenissen uit het verleden
- na kan gaan hoe je omgaat met anderen en hoe anderen jou ervaren
- nieuwe ervaringen opdoet
- nieuwe dingen uit kan proberen om die te integreren in je eigen leven

Men leert in de groep vooral door onderlinge uitwisseling tussen de groepsleden zelf. De groepsleden bepalen zelf waaraan wordt gewerkt. Je wordt uitgenodigd om in de groep je eigen mening en gevoelens te laten zien.

Enkele tips van vorige deelnemers:

- ook als het moeilijk wordt, toch blijven komen: de band wordt sterker en je haalt er meer kracht uit.
- je moet wel je ervaringen en gevoelens met anderen willen delen.
- het kan intens worden en soms confronterend, maar het is de moeite waard.
- Dit had ik niet willen missen. Nu kan ik verder!

Hoe kan je deelnemen aan deze groep?

Deelname aan de groep kan enkel na een individueel gesprek bij één van de twee therapeuten. Samen met u wordt bekeken of wat jij nodig hebt, overeenkomt met dit aanbod. Bij interesse, kijk bij 'contact opnemen'.

Indien dit niet het geval is zoeken we met jou welke andere hulp voor jou meer geschikt is.

Enmaal je samen met hen beslist om deel te nemen, schrijf je je in voor de hele reeks en verbind je je om altijd aanwezig te zijn. Met het oog op een optimaal werkklimaat heeft de groep maximum 10 deelnemers.

De therapeuten ondersteunen, stimuleren en begeleiden het groepsproces en stippelen samen met jou een veilig traject uit waarin je aan je problemen kan werken.

