

Groepstherapie voor jongeren



Voor wie?

Deze behandelgroep is bedoeld voor jongeren vanaf 14 jaar die meer inzicht willen krijgen in zichzelf en willen leren omgaan met verschillende uitdagingen in het dagelijks leven. In de praktijk blijkt dat dit vaak prettig en helpend is in een groep met andere jongeren die soortgelijke ervaringen hebben.

De uitdagingen kunnen bijvoorbeeld te maken hebben met:

- Prikkelverwerking
- Sociale vaardigheden
- Identiteitsontwikkeling
- Omgaan met veranderingen
- Het vinden van balans tussen school, sociale contacten en eventuele bijbanen.

De groep bestaat uit een individuele kennismaking met de groepstherapeuten, gevolgd door acht tweewekelijkse bijeenkomsten van één uur. Het traject wordt afgesloten met een individueel eindgesprek.

