

‘Overhoop’

Therapiegroep voor jongeren van 14 tot 17 jaar

PRATEN ‘OVER HOOP’ EN OVER ‘OVERHOOP’ LIGGEN MET JEZELF

Wat is ‘Overhoop’?

‘Overhoop’ is een programma voor adolescenten van 14 tot en met 17 jaar. We praten over moeilijke emoties en gedachten om deze beter te begrijpen en samen te zoeken naar nieuwe manieren om daarmee om te gaan. Als je wil deelnemen, verwachten we dat je nieuwsgierig op zoek wil gaan naar jezelf. Je moet dus zelf gemotiveerd zijn om deel te nemen. Door naar elkaar te luisteren, ervaringen uit te wisselen en samen na te denken over thema’s, leer je jezelf beter kennen.

De individuele ervaringen die verteld worden, kunnen erg verschillend zijn. Toch leiden ze tot thema’s die voor de anderen herkenbaar zijn. Hierdoor kom je tot nieuwe inzichten die je kan gebruiken om met je eigen moeilijkheden om te gaan.

‘Overhoop’ is als een laboratorium waarin je kan experimenteren met nieuwe denkwijzen, nieuwe gevoelens en gedrag. Door de acceptatie en de herkenning die je ervaart, kan je meer vertrouwen krijgen in jezelf. De positieve ervaringen tijdens de groepssessies kan je meenemen naar je leven daarbuiten. Zo sta je sterker en durf en kan je ook mensen buiten de groep op een nieuwe manier benaderen.

Deelnemers van deze groep zijn voor de problemen waarmee ze worstelen meestal niet op zoek naar een groepstherapie en hebben toch die stap gezet. Hoewel jongeren het vaak het erg spannend vinden om in groep te spreken en die angst hen tegenhoudt, is zo’n groepsproces erg leerrijk.

Therapeuten

Het programma bestaat uit groepsgesprekken onder leiding van therapeuten die werkzaam zijn in Adelante Bierbeek. Zij stimuleren de interacties, bevorderen de verbinding en bewaken de structuur van de sessies.

- Sonja Custers, klinisch psychologe en systeemtherapeut
- Anneleen Beerten, klinisch psychologe en gedragstherapeut i.o.

Voorwaarden tot deelname

We verwachten een ernstig engagement van elke deelnemer door elke sessie aanwezig te zijn (met uitzondering van onvoorziene omstandigheden of ziekte). Om de kracht van de groep te bewaken, verwachten we dat je je als deelnemer minstens wil engageren voor 7 opeenvolgende sessies en je daarin bereid bent om (te leren) je eigen functioneren in vraag te stellen en om ook naar anderen te luisteren.

Instappen in dit programma kan enkel wanneer het voor de groep passend is om een nieuwe deelnemer op te nemen. De groepssessies vinden in totaal 2 of 3 keer per maand plaats, afwisselend op

- maandag van 17u30 tot 19u
- donderdag van 17u30 tot 19u

Er zijn geen sessies in de schoolvakanties. Wie inschrijft, volgt minimaal 7 sessies. In een individueel gesprek na de zesde sessie beslist de deelnemer (en zijn ouders) in samenspraak met de therapeut of de deelname verdergezet wordt.

De groep bestaat uit minimaal 4 en maximaal 10 deelnemers.

Instappen in de groep wordt voorafgegaan door een eerste intakegesprek met de jongere en ouders, het invullen van een vragenlijst en een tweede intakegesprek met de jongere. Indien hieruit blijkt dat groepsdeelname (nog) niet mogelijk is, zoeken we samen naar een alternatief.

Tarief

Totaalprijs 40 euro voor:

voor recente info:

- Eerste intake (gratis)
- Tweede intake.
- Verwerking vragenlijst
- De eerste 7 sessies van 1,5 uur
- Individueel evaluatiegesprek



Dit bedrag wordt betaald na de eerste intake. Er is geen terugbetaling bij afwezigheid.

Bijkomende prijs bij verlenging:

- Elk pakket van vier daaropvolgende sessies: 10 euro (4 x 2,5)
- Evaluatiegesprek 11 euro