



Scelta Den Haag - Groepstherapie A

Informatie voor patiënten

Het is de bedoeling om in de eendaagse groepstherapie A aan de slag te gaan met jezelf, je gedachten en je gevoelens. Om zo minder in conflict te komen met mensen om je heen, op je werk etc. Je leert ánders (adequater) om te gaan met je gedachten en gevoelens. Je krijgt hierover uitleg en vervolgens ga je oefenen in de groep. Daarna ga je oefenen in je eigen omgeving.

Doelgroep

De groepstherapie A is bedoeld voor mensen met persoonlijkheidsproblematiek die elke keer opnieuw conflicten krijgen met hun omgeving. En waarbij behandeling met alleen gesprekken niet voldoende is om de vastgeroeste patronen te doorbreken.

Het is van belang dat je merkt dat je klachten zoals angst of depressie én je functioneren in het dagelijks leven (vooral in je contacten met anderen) met elkaar te maken hebben.

Open groep

De behandelgroep is een zogenaamde open groep van maximaal 9 personen. Dat wil zeggen dat er tussentijds nieuwe deelnemers kunnen bijkomen als er plaatsen vrij komen.

Er zijn 2 aparte groepen:

- Maandag van 9.30 tot 15 uur;
- Vrijdag van 9.30 tot 15 uur.

Elke 6 maanden wordt er een evaluatiezitting gedaan.

Duur

Elke 6 maanden evalueren we de voortgang van de behandeling. Op dat moment overleggen met elkaar of beëindigen of doorgaan gewenst is.

Werkwijze

We werken in deze groep met cognitieve en lichaamsgerichte therapie. Centraal staat de gedachte dat iedereen verantwoordelijkheid is voor zijn of haar eigen gedachten, gedragingen en gevoelens.

De medische eindverantwoordelijkheid is in handen van een psychiater.

Voorwaarden voor deelname

Je dient:

- de gehele periode aan de groep kunnen deelnemen
- respectvol met iedereen om gaan.
- te houden aan 'wat in de groep gezegd wordt blijft in de groep'.

Na elke 3 maanden deelname aan de groep krijg je een evaluatieonderzoek (ROM).



Aanmelding

Aanmeldingen verlopen via de hoofdbehandelaar door middel van een verzoek bij:

- Voor de maandaggroep: Hettie van der Mark, psychomotore therapeut
- Voor de vrijdaggroep: Annemieke Starrenburg, klinisch psycholoog.

Daarna volgt een uitnodiging voor een screeningsgesprek.

Contact

Scelta Den Haag
Van de Spiegelstraat 19
2518 ES Den Haag
Telefoon: 088 - 933 2200