

## Praktisch

De groep gaat door op dinsdag van 13.00u. tot 14.30u.

Op feestdagen en in de herfstvakantie, kerstvakantie, krokusvakantie en paasvakantie gaat de groep niet door. Een zomerstop wordt in overleg met de groepsleden afgesproken.

## Kostprijs

We hanteren de tarieven van de CGG-sector. Er wordt voor elke sessie 11 euro aangerekend. In specifieke situaties, is het verminderd tarief van 4 euro van toepassing.

## Meer informatie

**CGG Largo Roeselare**  
Sint-Hubrechtsstraat 20 • 8800 Roeselare  
T 051 25 99 30 • F 051 25 99 39  
roeselare@cgglargo.be

Het secretariaat is elke werkdag telefonisch bereikbaar tussen 8u30 - 12u en 13u - 17u.

**INFO** [WWW.CGGLARGO.BE](http://WWW.CGGLARGO.BE)

leper • Roeselare • Veurne - Diksmuide

# Groeps- psychotherapie

CGG

Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg

Largo

## Voor wie?

Heb je weinig zelfvertrouwen?  
Voel je je vaak minderwaardig t.o.v. anderen?  
Krijg je soms wel eens te horen dat je erg kritisch bent voor jezelf en/of voor anderen?  
Vind je het moeilijk om je grenzen aan te geven?  
Zou je meer nee willen leren zeggen?  
Denk je regelmatig terug aan onopgeloste problemen met belangrijke personen uit je verleden?  
Vind je het moeilijk om je door anderen te laten helpen?  
Klamp je je vaak vast aan anderen en vind je het moeilijk om afscheid te nemen?  
...

Verhinderen deze problemen je dagelijks functioneren op verschillende vlakken?  
Lukt het niet om op eigen kracht of met behulp van je omgeving deze patronen te doorbreken en ben je ouder dan 18, dan kan deze groep iets voor u betekenen.

## Meerwaarde?

Groepspsychotherapie is een therapievorm waarin je via de ontmoeting met andere mensen werkt aan jezelf. Therapeuten en groepsleden creëren samen een respectvolle en open ruimte om stil te staan bij zichzelf en hierover in gesprek te gaan met anderen.

Door de interactie met andere groepsleden krijg je een duidelijker zicht op jouw manier van omgaan met jezelf en met andere mensen. In de veilige ruimte van de groep krijg je de kans met ander, meer voldoening gevend, gedrag te experimenteren.

Wanneer je dit hebt aangedurfd, is het vaak gemakkelijker om dezelfde stap ook in de buitenwereld te zetten. De betrokkenheid van de groepsleden kan hierin een extra steun voor je betekenen.

De inhoud van de sessies ligt niet op voorhand vast. Er worden vooraf geen thema's, opdrachten of oefeningen uitgewerkt door de therapeuten. Je brengt je eigen thema's mee, die op dat moment in je leven om aandacht vragen. De kracht van de groepstherapie hangt af van wat je er zelf in investeert.

## Groepsafspraken

- Een groep bestaat uit min. 4 deelnemers.
- Men schrijft in voor 4 sessies. De betaling gebeurt via overschrijving voor aanvang van de eerste sessie.
- Je wordt elke sessie verwacht en je neemt deel aan de gehele reeks.
- Er is groepszwijgplicht tegenover derden.
- Groepstherapie wordt niet gecombineerd met individuele therapie.

## De therapeuten

**Katrien Parmentier:** Klinisch psycholoog, systeem psychotherapeut.

**Griet Cardon:** Klinisch psycholoog, cliëntgericht experiënteel therapeut.