

GROEPSAANBOD

“Eb en vloed
in het gemoed”



voor mensen met een bipolaire kwetsbaarheid

Mensen met een stemmingskwetsbaarheid botsen soms op onbegrip en angst in zichzelf en omgeving. Zij kunnen kampen met conflicten die ontstaan zijn tijdens episoden. Er is een verlangen naar ‘erkenning’ en ‘herkenning’. Deelnemers krijgen de mogelijkheid om ervaringen uit te wisselen en via het verbindend contact met anderen te groeien in én door de relatie met anderen.

Deze groepscontext kan nieuwe perspectieven in zich dragen en de veerkracht versterken o.a. via het bevorderen van mentalisatie.

Enkele thema's die aan bod kunnen komen zijn:

- Wat betekent deze diagnose voor mij en voor mijn omgeving? Hoe schommelen tussen hoop en angst, tussen aanvaarding en ontkenning?
- Hoe worden de relaties, dynamieken en rollen binnen mijn familie beïnvloed door de stemmingsschommelingen?
- Welke impact heeft dit alles op mijn identiteit en zelfwaarde gevoel?
- Wat is de impact ervan op mijn schoolse en/of professionele context?
- Hoe kan ik omgaan met instabiliteit en opnieuw een ritme vinden?
- Hoe kan ik/mijn omgeving preventief optreden in perioden van verhoogde kwetsbaarheid? Hoe leer ik stressoren herkennen en hoe kan ik hiermee aan de slag aan?

Inschrijven: tineke.stuyven@praktijk-thevillage.be
of elyn.smets@praktijk-thevillage.be

12 Donderdagen van 10u-11u30 **Praktijk The Village**, Hagelandstraat 20, 3012 Wilsele
Begeleiding: **Tineke Stuyven** (psycholoog-psychotherapeut), **Elyn Smets** (psycholoog-psychotherapeut)
Eerste verkennend gesprek = **gratis**. (1 gratis intake gesprek mogelijk bij een ELP psycholoog per 12 maanden)
Kostprijs: Het groepsaanbod met intake gesprek valt binnen de conventie. Alle informatie over tarieven:
<https://www.riziv.fgov.be/nl/thema-s/verzorging-kosten-en-terugbetaling/wat-het-ziekenfonds-terugbetaalt/geestelijke-gezondheidszorg/eerstelijns-psychologische-zorg-in-een-netwerk-voor-geestelijke-gezondheid>

