



Inzichtgevende Psychodynamische Leertherapie-groep

Psychotherapie is een complex proces voor zowel cliënt als behandelaar. Iedereen is uniek met een eigen unieke levensgeschiedenis dus iedereen ontwikkelt een eigen manier om met klachten en problemen om te gaan. In deze leertherapie-groep werk je middels psychodynamische psychotherapie (aangepaste affectfobie therapie en mentalisation based treatment) aan je eigen thema's, triggers en valkuilen. We kennen allemaal interne conflicten die ons handelen bepalen: aan de ene kant hebben we onze afweermechanismen om remmende gevoelens zoals angst en schaamte niet te hoeven ervaren en anderzijds de onderliggende *wens* om in contact te komen met onze gevoelens en behoeftes die hier vaak haaks op staan. Om hiermee aan de slag te kunnen gaan speelt het mentaliserend vermogen een belangrijke rol. Door beter te mentaliseren over ons eigen gedrag (bewust) kunnen we makkelijker onderzoeken welke gedachten en gevoelens erachter schuilgaan (onbewust).

In leertherapie werk je aan je persoonlijke leerdoelen en breng je naast professionele ook persoonlijke vraagstukken in. Wij hebben gekozen voor een leertherapie-groep omdat je leert van feedback van anderen en omdat je jouw patronen leert herkennen in relatie met anderen. Soms kan er gewerkt worden rond één gemeenschappelijk thema waar iedereen het moeilijk mee heeft. Maar ook verschillende of uiteenlopende thema's zijn mogelijk.

Doelstelling: Deze leertherapie-groep heeft als doel het ontwikkelen van vaardigheden die noodzakelijk zijn bij het werken met cliënten met psychische klachten. Als therapeut ben jij een onderdeel van de behandelrelatie. Het is dus belangrijk dat jij van jezelf weet wat je triggers, talenten en valkuilen zijn. Tijdens de groepssessies maken je onder ander gebruik van jouw verleden, heden en toekomst zodat je meer inzichten krijgt in jezelf en hoe je met relaties omgaat.

Werkwijze: Je neemt telefonisch contact op met een van de leertherapeuten. In dit gesprek vindt er een kennismaking plaats. Als je besluit om door te gaan met deze groepsleertherapie dan wordt er een intake gepland met beide leertherapeuten. In het intakegesprek worden onder andere jouw leerdoelen besproken en hoeveel groepssessies je wilt (24 tot en met 49). Het betreft een open groep. Dit houdt in dat je op meerdere momenten in de groep kan instromen.

Wij hanteren de wettelijke kaders met betrekking tot privacy en voldoen aan de eisen voor de opleiding tot Psychiater, Klinisch Psycholoog, Psychotherapeut en Verpleegkundig Specialist.

Praktisch:

- **Doelgroep:** Psychiater io, Klinisch Psycholoog io, Psychotherapeut io, Verpleegkundig Specialisten io.
- **Groepsgrootte:** 5 tot 7 deelnemers.
- **Instroom mogelijkheden:** in overleg.
- **Dag en tijdstip:** maandag van 16:30 – 18:00 uur.
- **Aanmelding en intake:** aanmelding vindt plaats via telefonisch contact. Bij het intakegesprek zijn beide leertherapeuten aanwezig.
- **Locatie:** Brouwershuys, Linker Rottekade 292, 3034 CV Rotterdam.
- **Kosten:** 24 sessies incl. intake: 1950; 29 sessies incl. intake: 2340; 49 sessies incl. intake: 3900,-.
- **Leertherapeuten:** Marina Marinkovic www.jouwpsychotherapeut.nl Telefoonnummer: 06-48559244 en Suzanne Stok www.escutar.nl Telefoonnummer: 06-57017258.

