



GROEPSAANBOD **18-25**
JARIGEN

Nadenken en
spreken over wat jij
en de ander denkt
en voelt



MENTALISEREN
bevorderende
groepstherapie



Ben je tussen 18 en 25 jaar?

Wil je jezelf en anderen beter begrijpen?

Weet je niet goed wie je bent?

Loop je soms vast in relationele patronen?

Wil je zicht krijgen op jezelf in relaties?

Dan is dit groepsaanbod iets voor jou!

Mentaliseren omvat het kunnen nadenken en reflecteren over onszelf en anderen in termen van gedachten, gevoelens, verlangens, wensen, enz. Dit vermogen komt onder druk te staan wanneer we intense emoties ervaren. Ons gedrag, onze gevoelens en onze relaties worden hierdoor beïnvloed. In deze groepsessies willen we het mentaliseren verstevigen.

Waar?

Overkop Gent, Drabstraat 18

Wanneer?

Maandag van 9u30 tot 11u30

Kostrpijs?

25 euro voor 10 sessies

Inschrijven?

Mail naar Els.Devriendt@cggadentro.be
of Ferdy.Marysse@karus.be