

WEERBAARHEID IN RELATIES MET ANDEREN

Voor wie?

Deze groepsreeks is voor jonge vrouwen tussen 18-35j die inzichten willen verkrijgen in:

- hun eigen terugkerende relationele patronen (in alle soorten relaties)
- de elementen van een goede relatie en het verschil met dysfunctionele relaties
- het eigen vermogen om (huidige en toekomstige) relaties te bevorderen

Psycholoog Safaa El Mhassani en psychologisch consulent Soumia Ben Touhami starten deze groepsreeks vanuit de nieuwe riziv conventie.

Het groepsaanbod wil vrouwen samenbrengen die moeite hebben met nee zeggen, zich vaak onzeker voelen in relaties met anderen en over weinig assertiviteit beschikken. De groep biedt een veilig kader aan waarin geoefend wordt met de relationele dynamieken. De kracht hiervan ligt in het delen van de eigen ervaringen, waarbij het belangrijk is dat ieder groepslid onderling steun, (h)erkenning en feedback geeft en ontvangt. We hanteren hierbij een strikt beroepsgeheim, dwz dat alles wat binnen de groep besproken wordt ook binnen de groep moet blijven. We werken met een wekelijkse, vaste groep van maximum 10 deelnemers en verwachten dat iedereen zich voor alle 5 sessies kan engageren.

Wanneer? We starten in november met 5 groepssessies, telkens op maandag van 13-15u: 6/11 - 13/11 - 20/11 - 27/11 - 4/12

Locatie:

**Ontmoetingscentrum Nova
Schijfstraat 105
2020 Antwerpen**

Kostprijs: 12,5 euro voor de hele reeks

**Praktisch: Inschrijven kan tot 15 oktober via mail:
praktijkamana@gmail.com.**

Intakegesprekken gaan door op 16 oktober vanaf 13u tot 16u en 23 oktober van 13u tot 18u.