



Centrum voor Opleiding, Preventie en Psychotherapie

GROEPSTHERAPIE

Wat is groepstherapie?

Groepstherapie is therapie in groepsverband. Een beperkt aantal deelnemers, vaak acht tot tien, vormt samen met een groepstherapeut een therapiegroep die regelmatig bij elkaar komt. Meestal is er één keer per week een bijeenkomst die anderhalf tot twee uur duurt. Tijdens de zitting bespreken en/of behandelen de groepsleden belangrijke onderwerpen met elkaar onder begeleiding van de therapeut.

In deze therapievorm spelen niet alleen de cliënt en de therapeut, maar alle groepsleden een rol. Met het gegeven dat de therapie plaats vindt in en met een groep, werkt iedereen wel aan zijn of haar eigen problemen.

In een therapiegroep gebeuren dingen in het contact met anderen, die vergelijkbaar zijn met het gewone leven buiten de therapie. Mensen zeggen dingen en doen dingen die anderen beïnvloeden en waarbij gevoelens van herkenning, boosheid, verdriet of genegenheid kunnen ontstaan. Omdat alle deelnemers hun eigen persoonlijkheid, levensgeschiedenis en problemen meebrengen, reageren zij ieder op een eigen specifieke wijze op de ander hetgeen voor iedereen een zeer actief en leerzaam proces kan zijn. Natuurlijk zal tijdens de bijeenkomsten ook afwisselend aandacht zijn voor de afzonderlijke deelnemers. De ene keer zal de een meer aan bod komen, de andere keer de ander.

Praktisch

- De groep bestaat uit min. 6 en max. 10 groepsleden.
- Een cyclus groepstherapie bestaat uit 10 sessies. Na elke cyclus is er de mogelijkheid om af te ronden, of in te stappen.
- Een groepssessie duurt 2 uur, van 19u00 uur tot 21u00, en gaat om de twee weken (met uitzondering van de eerste twee en laatste twee sessies) door op woensdagavond.
- Voorafgaand vindt een intakegesprek plaats.
- De groepstherapieën gaan door in COPP (Martelarenlaan 11/301, 3010 Kessel-Lo), en worden begeleid door een erkend klinisch psycholoog - psychotherapeut.
- Een nieuwe cyclus groepstherapie start eind februari, met volgende data onder voorbehoud: 27/2, 6/3, 20/3, 3/4, 24/4, 8/5, 22/5, 5/6, 19/6, 26/6.
- Het bedrag voor de volledige cyclus groepstherapie van 10 sessies bedraagt €350 (= €17,50/uur of €35/sessie). Dit bedrag mag in twee schijven worden betaald; € 200 bij aanvang van de groepstherapie en €150 in de helft van de cyclus. Bij afwezigheid, kan een sessie niet worden terugbetaald. Het intakegesprek kost €50. Via sommige ziekenfondsen is een (gedeeltelijke) terugbetaling mogelijk. Voor een overzicht met betrekking tot terugbetalingen bij diverse mutualiteiten:
<http://vlaamspatientenplatform.be/themas/geestelijke-gezondheid#Terugbetaling>
psychotherapie
- Indien minder dan 6 deelnemers bij de aanvang van een nieuwe cyclus, wordt de startdatum van de cyclus verplaatst of wordt de gehele cyclus geannuleerd.

Inschrijving

- De inschrijving gebeurt via het contactformulier op de website, met vermelding van 'groepstherapie' als onderwerp: <https://www.copp.be/contact/>
- Nadien word je uitgenodigd voor een intakegesprek.

