

## MENTALISEERGROEP

Gericht op volwassenen die sterker willen worden in 'mentaliseren'. Dit mentaliseren verwijst naar het in contact staan met en het kunnen reflecteren over gevoelens en gedachten bij zichzelf, bij anderen en in relaties.

Hulpverleners: Kristof De Pauw en Jannes Rymenans, therapeuten inde Volwassenenzorg.  
Instroom via intakegesprek.  
Duurtijd: 12 sessies (deels online)

## ACT GROEP

Acceptatie – en commitmenttherapie (ACT) gaat over het maken van keuzes in je leven, om een leven te leiden dat voor jou kwaliteitsvol is en de onvermijdelijke tegenslagen die daarbij horen erbij te nemen. Het doel is niet in de eerste plaats het verminderen van negatieve gevoelens of gedachten, maar om er flexibeler mee te kunnen omgaan.

Hulpverleners: Irina Pasyugina, Anja Fonteyn, Jan Bosman, therapeuten inde Volwassenenzorg.  
Instroom via intakegesprek.  
Duurtijd: 11 sessies

## DGT GROEP

Dialectische gedragstherapie (DGT) is een training die zich richt op het aanleren van vaardigheden om emoties te reguleren, beter relaties te leren aangaan met anderen en moeilijke, emotionele momenten door te komen.

Hulpverleners: Therapeuten Jan Bosman (Volwassenenzorg), Anja Michiels en Evi Naeyaert (Categorieale zorg)  
Instroom enkel in samenspraak met de behandelende hulpverlener.  
Duurtijd: 23 sessies

## ERVARINGSGERICHTE GROEP

Deze groep richt zich tot volwassenen (+25) met ernstige psychische en/of psychiatrische problemen, die veelal te kampen hebben met hechtingsmoeilijkheden en een traumatisch verleden met zich meedragen. De groep vormt een veilige plek waarin basisbehoeften (veiligheid, steun, plaats, vertrouwen, grenzen,...) beantwoord kunnen worden via de verbinding met de therapeut, andere groepsleden en zichzelf.

Hulpverlener: Manuella De Clerc, therapeute Volwassenenzorg  
Instroom: via intakegesprek.  
Duurtijd: +/- 1 jaar

## OP ZOEK NAAR ZIN

Aanbod naar 60+-ers met vragen rond zingevingsproblemen die zich vaak uiten in klachten als depressie, angst, relationele problemen ...

Hulpverlener: Kirsten Adriaenssens therapeute uit het ouderenteam.  
Instroom: via intakegesprek.  
Duurtijd: 12 sessies.

## VEERKRACHTGROEP

De groep vertrekt vanuit de positieve psychotherapie en richt zich op deelnemers die op een krachtgerichte manier willen leren omgaan met moeilijkheden in het leven.

Hulpverleners: Evi Van Mierlo en Irina Pasyugina therapeuten in de Volwassenenzorg  
Instroom: via intakegesprek.  
Duurtijd: 15 sessies



## Afdeling Volwassenen en Ouderen—Groepsaanbod

### GROEP SCHEMATHERAPIE

Schematherapie is een gedragstherapeutische methode die bedoeld is als behandeling voor cliënten met complexe psychische problemen zoals persoonlijkheidsstoornissen en trauma's. In deze groepstherapie gaan we werken met concepten (schema's) die de cliënten hebben ontwikkeld over zichzelf, de anderen en de wereld.

Hulpverleners: Anja Fonteyn, Ellen Sannen en Irina Pasyugina therapeuten in de Volwassenenzorg

Instroom: via intakegesprek

Duurtijd: 24 sessies