

*Ben jij minstens 14 en maximum 17 jaar?
Lig je soms overhoop met je gedachten en gevoelens?
Voel je je vaak slecht en weet je niet goed wat je
hieraan kan doen? Verlies je soms de controle over je gevoel?*



Adelante
Groepspraktijk Bierbeek

OVERHOOP

Misschien is onze therapiegroep “Overhoop” iets voor jou! Samen met 3 tot max 9 andere jongeren gaan we in gesprek om te ontdekken hoe je kan omgaan met lastige gedachten en gevoelens. We luisteren naar elkaars ervaring, bekijken dit vanuit een ander perspectief en leren hoe je ook in je leven buiten de groep dingen anders kan aanpakken.

PRATEN ‘OVER HOOP’ EN OVER ‘OVERHOOP’ LIGGEN MET JEZELF

*In groep praten is in het begin vaak erg spannend
en dat houdt je misschien wel tegen...
En toch... Je kan veel van elkaar leren!*

Vraag je je af of dit iets voor jou is? We bespreken dit graag met je tijdens een kennismakingsgesprek.

OVERHOOP
Therapiegroep
voor jongeren
van 14 tot 17 jaar

