Start identiteitsversterkende groepstherapie (2026–2027)

Voor (jong)volwassenen met angst-, stemmings- en persoonlijkheidsproblematiek

Vanaf maandag 7 september 2026 start een wekelijks, gesloten groepstraject (8–12 deelnemers), lopend tot en met 28 juni 2027. Tijd: 16:30-18:00. Cliënten committeren zich dus voor 10 maanden.

Deze groep is bedoeld voor (jong)volwassenen (begin twintig tot begin dertig) met sociaal-emotionele problematiek voorkomend uit angst-, stemmings- en persoonlijkheidsproblematiek die, mogelijk ook na een individuele behandeling, worstelen met identiteitsvragen en vastlopen in relationele patronen.
Denk aan cliënten die:

- sterk afhankelijk zijn van bevestiging of juist moeite hebben zich te verbinden
- worstelen met zelfbeeld, schaamte of bestaansrecht
- wel functioneren in studie of werk, maar innerlijk zoekend of onzeker blijven

Voorwaarde voor deelname is dat iemand een opleiding volgt en/of werkzaam is. Contra-indicaties zijn problematiek passend bij de verslavingszorg en cliënten met een verhoogd risico op crisis of noodzaak tot acute zorg.

Werkwijze en therapeutisch kader

De groep is semi-gestructureerd en ontwikkelingsgericht. In de beginfase brengen deelnemers hun persoonlijke en intergenerationele context in kaart via het werken met een genogram. Dit biedt zicht op de oorsprong van te benoemen relationele thema's en zelfbeeld issues.

Aansluitend werken we met *Outsider Witness*-methodiek van Michael White. Binnen dit narratieve kader fungeren groepsleden als betekenisvolle getuigen van elkaars verhalen. Door het gezamenlijk herdefiniëren van zoals de methodiek het noemt, *dominante probleemverhalen*, ontstaat ruimte voor identiteitsversterking en nieuwe positionering.

De groep biedt een veilige en soms confronterende context waarin interpersoonlijke dynamiek direct zichtbaar en bewerkbaar wordt — juist voor cliënten die in individuele therapie cognitief goed kunnen reflecteren, maar in contact met anderen vastlopen.

Praktisch

De groep wordt begeleid door Jannet Terweij en Hanke Geertsema, beiden werkzaam aan de Nieuwe Keizersgracht 58. Voor aanmelding of de wens tot telefonisch overleg vooraf kunt u een mail sturen naar: hankegeertsema@online.nl of jterweij@live.nl

We zullen elke aanmelding onderzoeken en als er reden is om te denken aan deelname een intakegesprek inplannen in de maanden mei en juni 2026.