

# de Zin van Verlangen

## een afstemming

Kortdurende therapeutische groep binnen de terugbetaalde psychologische zorg.  
6 sessies, 15 euro

In ons verlangen ontmoeten we onze angst. In onze angst ontmoeten we ons verlangen.  
Verlangen en angst vormen een polariteit. Ze horen bij elkaar.

Aan de ene kant staat de angst,  
de angst om verlaten te worden,  
de angst om niet goed genoeg te zijn,  
de angst voor controleverlies.

Aan de ander kant staat het verlangen,  
het verlangen naar verbinding,  
het verlangen om geliefd te zijn,  
het verlangen naar overgave en vertrouwen.

### Voor wie?

- Voor volwassenen die vastzitten in hun leven.
- Voor volwassenen die hun verlangen willen exploreren in een groep.

### Wat willen we bereiken?

- Inzicht verwerven in het eigen functioneren.
- Wat is mijn verlangen? Wat is mijn angst? Hoe vind ik de juiste afstemming?
- Hoe de oude pijn die me vasthoudt omzetten naar nieuwe mogelijkheden?

### Hoe wordt er gewerkt?

- Psycho-educatie over psychische processen en de functie van verlangen, angst en oude pijn.
- We vertrekken steeds van het verlangen. Welk verlangen past er hier en nu bij mij?
- Het verlangen wordt tot een zin gemaakt waarbij elk woord betekenis heeft.
- Met ondersteuning van de groep wordt het verlangen uitgezet in de ruimte. Blokkades en hulpbronnen worden zichtbaar.
- We schenken ruim aandacht aan de integratie van het verkregen inzicht.
- We zorgen voor basisveiligheid en leermomenten.
- We werken vanuit een ervaringsgerichte en trauma sensitieve visie.
- We vragen een engagement voor de hele reeks.

**Aantal deelnemers: 6 tot 8**

### Praktisch:

**Waar:** Groep HFO  
Britselei 28  
2000 Antwerpen

**Wanneer:** 6 sessies op dinsdagnamiddagen van 13 tot 14u30:  
30/4 – 7/5 – 14/5 – 21/5 – 28/5 – 4/6

**Prijs:** 15€ voor 6 sessies

### Begeleiders:



Jeff Bernaerts ( psycholoog, psychotherapeut)



Evi Plasschaert (psychotherapeut, relatietherapeut)

### Interesse?

Mail naar: [jeff.bernaerts@psycholoog.be](mailto:jeff.bernaerts@psycholoog.be) en [evi\\_plasschaert@skynet.be](mailto:evi_plasschaert@skynet.be)  
Na aanmelding word je uitgenodigd voor een intakegesprek.