

Leertherapiegroep najaar 2025 - Nijmegen

In het najaar van 2025 starten Dick Aartsma en Hanke de Haan een leertherapiegroep (25x) voor werkenden - al dan niet in opleiding - in de GGZ: GZ-psycholoog, klinisch psycholoog, psychotherapeut, verpleegkundig specialist, basis-psycholoog, (huis)arts, groepspsychotherapeut.

Doel

Het doel is om zicht te krijgen op adaptieve en dis-adaptieve patronen in je leven en in je werk. Je leert om de dis-adaptieve patronen los te laten en zo meer open te staan voor je eigen gevoelens en die van anderen. Hierdoor ben je beter in staat om je te verbinden en je autonomie te ontwikkelen en deze te bewaren. Het maakt je tot een therapeut met een meer open blik op de werkelijkheid van de ander en dieper inzicht in je eigen binnenwereld.

Op je werk functioneer je ook in verschillende groepen, waaronder je team. Het voordeel van leertherapie in een groep is dat je een groter bewustzijn ontwikkelt voor groepsprocessen en je eigen manier van positioneren in een groep.

Methode

De groepspsychotherapie is volgens het Affect Fobie Therapie model, een kortdurende psychodynamische psychotherapie ontwikkeld door McCullough (1997) en is gebaseerd op langdurig wetenschappelijk onderzoek. Zij beschouwt emoties als het belangrijkste motivatiesysteem bij het leren van mensen. Emoties vormen innerlijke, lichamelijke, signalen die ons bewust kunnen maken over onze relatie met de ander. Als wij die emoties en gevoelens en de benoeming van de emoties afweren en niet in ons bewustzijn laten komen, missen we de adaptieve kracht van deze signalen in contact met de ander. De AFT conflict driehoek helpt ons bij bewustwording van dit mechanisme. We werken aan de afweer om zo toegang te krijgen tot de adaptieve gevoelens.

Iets voor u?

Wilt u nader kennismaken of meer informatie? Bel of mail voor een afspraak: aartsma-psychotherapie.nl