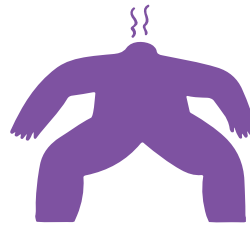
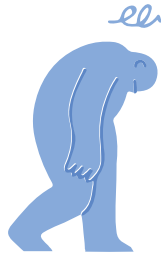


OMGAAN MET HEFTIGE EMOTIES



Groepstraining voor volwassenen die in het dagelijkse leven worstelen met heftige emoties en emotie-regulatiemoeilijkheden.

Gedurende 4 sessies zetten we in op inzichten verkrijgen in onze emoties en leren we vaardigheden voor het verdragen en accepteren van crisis, spanning, frustratie en overweldigende emoties. Op het einde van de reeks werk je zo een persoonlijk 'houvastplan' uit.

DOELGROEP:

Volwassenen

We werken in groepen van minimum 4 en maximaal 6 deelnemers.

DOOR WIE:

Kim Vos - Klinisch psycholoog en gedragstherapeut

Ruth Roosen - Klinisch psycholoog en systeemtherapeut

KOSTPRIJS:

10 euro (2.5 euro per sessie, cursusmateriaal inbegrepen)

Voorafgaand vindt een intakegesprek plaats en bij afronding volgt een eindgesprek (aan de tarieven van de conventie).

Deze prijzen worden mogelijk gemaakt door het ELP-project van de overheid

DATA:

4 vrijdagen van 9u tot 11u
Van 20 november t.e.m. 11 december

LOCATIE:

Praktijk Lunis
Waterstraat 65 b2
3740 Munsterbilzen

VOOR MEER INFORMATIE:

Mail naar kim.vos@lunis.be

Met vermelding "aanmelding groepstraining omgaan met heftige emoties"