

met

met ggz

de kortste lijn naar herstel

Vaktherapie Beeldend

Postbus 21
6040 AA Roermond
088 114 94 94
info@metggz.nl
www.metggz.nl

juli 2024

elkaar



Vaktherapie Beeldend maakt deel uit van uw behandeling bij MET ggz en wordt individueel aangeboden. Tijdens de vaktherapie gaat u samen met de vaktherapeut aan de slag met beeldende materialen. Op deze manier werkt u onder andere aan regie over het probleem, stressreductie, traumaverwerking of gedragsverandering.

Wat is Vaktherapie Beeldend?

Vaktherapie is een non-verbale vorm van therapie. Dat wil zeggen dat niet de nadruk ligt op het praten, maar op het doen. Samen met de vaktherapeut gaat u aan de slag met beeldende materialen: tekenen, schilderen, hout, klei, handvaardigheid.

Beeldende therapie is een ervaringsgerichte therapie. Het werkproces staat centraal en niet zozeer het creëren van iets moois of kunstzinnigs. Een sessie duurt 1 á 1,5 uur, afhankelijk van uw doelen.

Wat kan Vaktherapie Beeldend voor u betekenen?

Vaktherapie Beeldend is gericht op het opnieuw aanleren van structuur, (her)ontdekken en uitbreiden van uw mogelijkheden of het leren accepteren van grenzen en beperkingen. Ook doelen gericht op traumaverwerking, leren uiten of vormgeven van emoties, conflicthantering of versterking van de regie over uzelf kunnen aan bod komen.

Het werken met creatieve materialen biedt de mogelijkheid om afstand te nemen van uw persoonlijke situatie (bijvoorbeeld piekergedrag, slapeloosheid, spanningen) en daarna op een andere manier met uw situatie bezig te zijn.

Tijdens de therapie ontdekt u waar uw krachten liggen en wat voor u manieren zijn om met spanningsvolle situaties om te gaan.

U kunt ontdekken of deze manieren u helpen om zich sterker te voelen. We spreken met elkaar over uw ervaringen binnen de therapie en helpen u bij het vinden van uw weg in het alledaagse leven.

Voor wie is beeldende groepstherapie bedoeld?

De behandeling is bedoeld voor mannen en vrouwen die in behandeling zijn bij MET ggz. Vaktherapie wordt aangeboden als onderdeel van het bestaande behandelaanbod.



Aanmelden

De verwijzing naar vaktherapie verloopt via het behandelteam waarbinnen u besproken wordt. Na de aanmelding volgt een intakegesprek.

Tijdens dit gesprek spreekt u met de therapeut over uw klachten. Tevens krijgt u informatie over vaktherapie. Er wordt samen met u bekeken of vaktherapie voor u geschikt is en wanneer u wilt starten.

Aanwezigheid

Mocht u verhinderd zijn dan vragen wij u om dit tijdig (minimaal 24 uur van tevoren) telefonisch aan ons door te geven. Dit kan bij het secretariaat van MET ggz: telefoonnummer 088 114 94 94.

Meer weten?

Wilt u meer informatie over dit onderwerp, neem dan contact op met het secretariaat via telefoonnummer 088 114 94 94 of e-mail info@metggz.nl. U kunt ook een kijkje nemen op www.metggz.nl.