

Groepstherapie Man en meer



Voor

Voor mannen met allerlei seksuele klachten als seksverslaving, erectieproblemen of vroegtijdige ejaculatie, waarbij bijvoorbeeld angst of stemmingsklachten een rol spelen.

Doel

Vrij en ontspannen om kunnen gaan met seksualiteit en alles wat daarmee te maken heeft. Toename van zelfwaardering en regie over eigen seksueel functioneren.

Werkvorm en inhoud

Aan de hand van de methode 'het Vat van Zelfwaardering' van Gert-Jan van Zessen, wordt in twaalf weken gewerkt aan zelfwaardering, het nemen en ervaren van regie en het vertrouwen in eigen mogelijkheden. We beginnen met het verhelderen van jouw eigen wensen en eindigen met een persoonlijke evaluatie en passend vervolgadvis. Soms worden nog een aantal sessies relatietherapie of bijvoorbeeld EMDR (traumatherapie) aanbevolen om positieve ontwikkelingen verder te bestendigen.

Waarom een groep?

Seksuele klachten zijn vaak een uiting van onderliggende mechanismen (gedachten en gedrag; hoe je jezelf manifesteert ten opzichte van jezelf en anderen). Juist in de groep openbaren die mechanismen zich snel en kun je er meteen mee aan de slag.

Verwijzing, Locatie en Tijd

Verwijzing kan via de huisarts of specialist. Het betreft 12 wekelijkse sessies van twee uur. Locatie Kanaalstraat 5 te Sneek. Er start een groep bij minimaal vier deelnemers (maximaal vijf). Ieder voorjaar en najaar start een nieuwe groep op maandagavond.

Trainers:

De groep wordt verzorgd door een seksuoloog of consulent seksuele gezondheid NVVS en een psychomotorisch therapeut (PMT).

Inlichtingen: info@kien.nu / 06-53921643