Tijd

De psychodramagroep is 2 uur per week op woensdag van 16.00-18.00 uur op de zolder van Lasondersingel 94 in Enschede.

Begeleiding Gerdi Tuender

- Opleidingen op het gebied van drama-therapie en psychodrama.
- Ruim 25 jaar ervaring als dramatherapeut en psychodramatherapeut in de GGZ.
- Certified Practitioner in psychodrama en senior geregistreerd dramatherapeut bij de SRVB, Mdth.
- Lidmaatschap NVGP sector psychodrama, VVP en FVB/NVDT.

Kosten

€ 30 per groepssessie van 2 uur.
Deels te declareren als u een aanvullende zorgverzekering hebt.

Aanmelding

Aanmelding gebeurt direct of via de (hoofd)-behandelaar bij de begeleider van de psycho-dramagroep. Daarna wordt u uitgenodigd voor een kennismakingsgesprek, dit is vrijblijvend.

www.gerdituender.nl
info@gerdituender.nl

PSYCHODRAMA GROEP

Waarom?

Psychodrama is een geschikte therapievorm als u heel gemakkelijk praat maar ook als het juist heel moeilijk is om te verwoorden wat er in u omgaat. Bijvoorbeeld als het moeilijk is om keuzes te maken of als u door vroegere gebeurtenissen gehinderd wordt in het dagelijkse functioneren. Het 'doen' en de ervaring is het belangrijkste middel om de problemen aan te pakken.

Werkwijze

Psychodrama is een psychotherapeutische methode waarin deelnemers in een veilige situatie aangemoedigd worden om datgene wat hen bezighoudt en beweegt met rollenspellen in scène te zetten. Hierbij wordt zowel gebruikgemaakt van verbale als non-verbale communicatie. Er kunnen diverse scènes neergezet worden. Bijvoorbeeld voorstellingen van specifieke gebeurtenissen uit het verleden, situaties die onaf voelen, innerlijke conflicten, fantasieën, dromen en voorbereidingen op spannende toekomstige situaties. Er worden technieken toegepast zoals rolwisseling, dubbelen, spiegelen en alleenspraak (dat is het vormgeven aan eigen gedachten en gevoelens). In een groepsbijeenkomst zijn de volgende fasen te onderscheiden: warming-up, actie, doorwerken, afsluiting en delen.

Enkele groepsregels

- De groep bestaat uit minimaal 4 en maximaal 8 deelnemers.
- De groep gaat altijd door tenzij de therapeut afwezig is. U wordt dan tijdig gebeld. Langere afwezigheid zoals vakantie wordt van tevoren besproken.
- Voor de continuïteit van de therapie en het groepsproces is het van belang dat iedereen altijd aanwezig is. Wanneer u verhindert bent , dient u dit ruim van tevoren aan de groep te melden. In elk geval moet u zich minimaal 24 uur van tevoren afmelden.
- Er is een geheimhoudingsplicht voor de deelnemers van de groep. U vertelt dus niet aan anderen buiten de groep wie er aan de groep deelneemt en waar groepsleden mee bezig zijn.
- Het is af te raden om buiten de groep contact te hebben met de groepsleden om zo de veiligheid in de groep niet op het spel te zetten. Hebt u wel contact, dan wordt van u verwacht dat u dit in de groep bespreekt.
- Het is niet toegestaan om onder invloed van alcohol of drugs aan de groep deel te nemen.

- Als u er over denkt de therapie te beëindigen, dan is het de bedoeling dat u dit ruim van tevoren aankondigt in de groep. Dit is nodig om de therapie goed af te kunnen ronden en afscheid te nemen van de groepsleden en de therapeut.