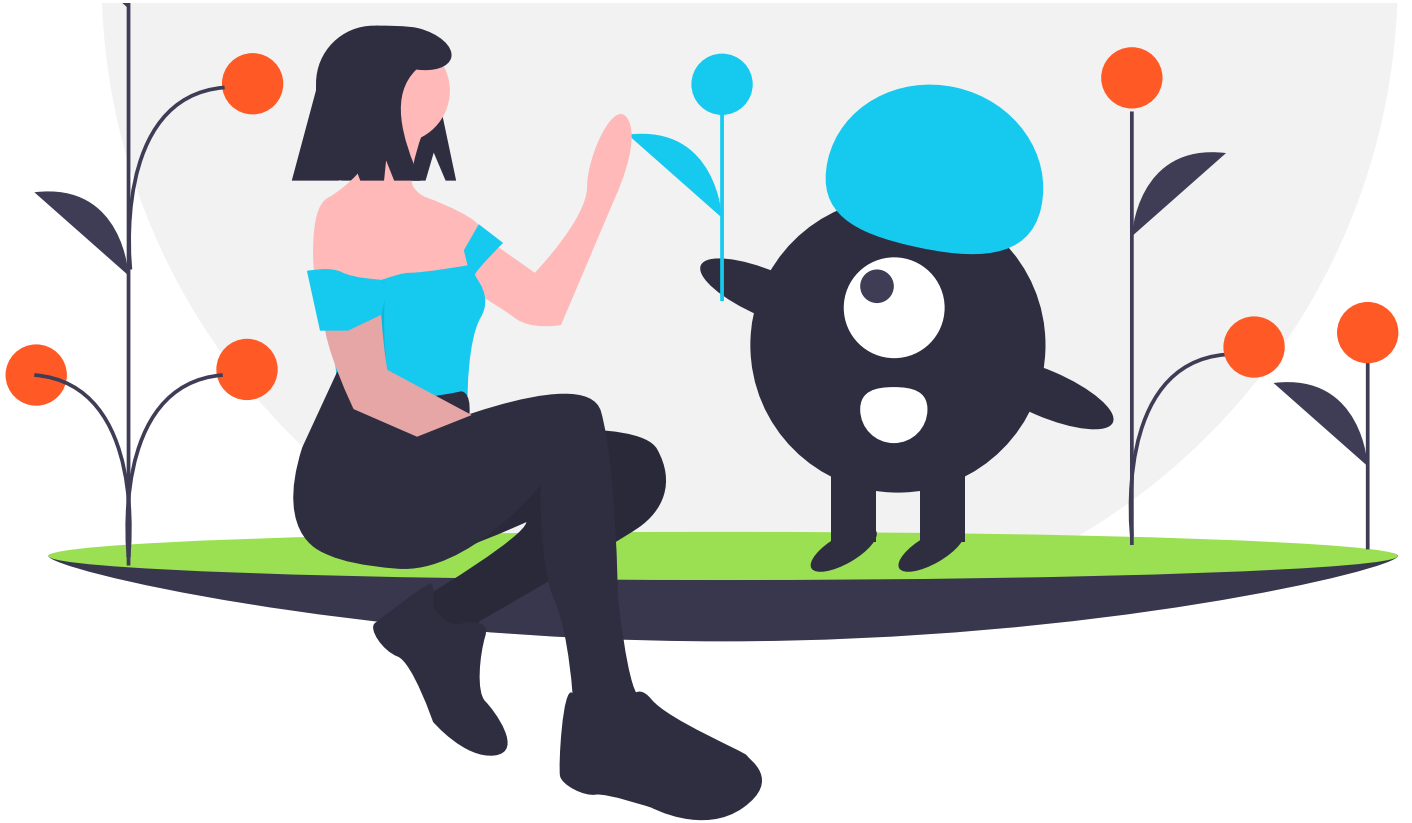


Herstelgroep



Een herstelgroep is er voor iedereen die behoefte heeft aan het krijgen van meer inzicht in zijn of haar persoonlijk proces. De groep komt wekelijks op een vast tijdstip en vaste plek bij elkaar. Je gaat met elkaar in gesprek en wordt daarin ondersteund door ervaringsdeskundigen. De basis van een herstelgroep begint bij het creëren van een veilige omgeving waarin je de ruimte kunt voelen om te delen. Een omgeving waarin je je serieus genomen voelt, gehoord en gezien wordt. Respect voor jezelf en voor elkaar. Het delen van ervaringen zorgt ervoor dat er een proces van erkenning en herkenning ontstaat. Je komt erachter dat je niet de enige bent. Er ontstaat ruimte om je te kunnen ontwikkelen op jouw eigen manier. Dit is het proces van inzicht en bewustwording. Je krijgt inzicht in datgene waar je daadwerkelijk last van hebt door het delen van je ervaring en kunt daarmee ook anderen verder helpen in hun proces.

De groep bestaat uit maximaal 10 personen ondersteund door 2 ervaringsdeskundigen.

Aanmelden kan via het inschrijfformulier op website LIV:

www.leveninverandering.nl