



Groepspraktijk voor psychologische
hulpverlening en gedragstherapie

Relatie- en gezinstherapie

In relatietherapie en gezinstherapie komen partners of heel het gezin samen op gesprek. Deze vorm van therapie is aangewezen als problemen zich afspelen in de interactie tussen mensen. De therapeut beluistert de verhalen van de partners of gezinsleden en kijkt dan niet alleen naar de inhoud van wat er gezegd wordt maar ook naar de relationele dynamieken die spelen en waar mensen zelf weinig zicht op hebben.

Binnen een relatie, binnen een gezin, beïnvloeden mensen elkaar. Gedachten, gedragingen, gevoelens en verwachtingen ontstaan in wisselwerking met elkaar en anderen uit onze omgeving. Dit is een heel complex proces waarbij problemen kunnen optreden. Er ontstaat bijvoorbeeld ruzie over wie wat zou moeten doen of over dat men zich niet begrepen voelt door de ander of geen vat heeft op de kinderen.... Daarbij kunnen psychische klachten ontstaan. In een relatie- of gezinstherapie worden de problemen altijd bekeken tegen de achtergrond van de wisselwerking met anderen.

Vanuit deze analyse formuleren we dan gemeenschappelijke doelen : waar willen jullie samen naar toe? Waar wil je werk van maken? We bekijken dan wie wat kan bijdragen aan het oplossen van de problemen.