

# MODULE GROEP

## Vrij kind bevrijden!



### HET NUT VAN SPELEN

Je zit veel in je hoofd, hebt sterke behoefte aan controle en je stelt hoge eisen aan jezelf en je omgeving. Je denkt meer in 'moeten' dan in 'mogen' en bent het liefst nuttig bezig. Ontspanning staat onderaan je prioriteitenlijstje en ALS je er al aan toe komt, weet je eigenlijk niet goed hoe je het moet aanpakken. Voor je het weet zit je achter je beeldscherm en vervliegt de tijd. Het geeft een moment van rust maar naderhand bekruipt je een onvoldaan gevoel. Je voelt je beperkt om je te uiten, vrij te kunnen bewegen en om te doen waar je zin in hebt.

Wanneer heb je eigenlijk voor het laatst gespeeld, gezongen, gedanst of gelachen? Weet je nog waar jij van geniet? Waar je blij van wordt of waar je rust in vindt? Welke beren staan er op jouw weg? En als die er niet meer zouden staan, wat zou je dan willen doen?

In de module 'Vrij kind bevrijden' staan deze vragen centraal. Samen met de groep en twee therapeuten, ga je op zoek naar jouw eigen Vrije kind. Een praktisch onderzoek waarin we je laten ervaren en doen, zowel binnen de groep als in je eigen thuisomgeving.

“

*Als alles  
gedaan is,  
dan kan ik  
iets voor  
mezelf gaan  
doen...*

**MOGEN  
IPV  
MOETEN**



# BOS GEZOCHT VOOR ALLE BEREN OP DE WEG!

**DONDERDAGAVOND  
17:00 - 19:00**

**KLAAR VOOR DE START**

**VERSIEREN**

**SPELEN**

**ONTDEKKEN**

**DROMEN**

**WILLEN**

**MOGEN**

**DOEN**

**VOELEN**

**GROEIEN**

**ONTSPANNEN**

**STROMEN**

## WIE, WAT, WAAR

De module bestaat uit ongeveer 8 bijeenkomsten. De eerste bijeenkomst staat in het teken van kennismaking en formuleert ieder een of meerdere persoonlijke doel(en). Tijdens de overige sessies gaan we ervaringsgericht aan de slag met het thema en de daar aan gelinkte basisbehoeften. In de module 'Vrij kind bevrijden' gaat het voornamelijk om de basisbehoeften zelfexpressie en spontaniteit & spel. We gaan oefenen met improvisatie, jezelf uiten, spelen, samenspel en DOEN i.p.v. denken. In de laatste bijeenkomst evalueren we ieders doel(en) en ronden we de module in stijl af.

Ben jij nieuwsgierig naar jouw Vrije kind en gemotiveerd om dit deel van jezelf te ontdekken en de ruimte te geven? Ben je ertoe bereid om samen met de groep buiten je comfortzone te treden en spelenderwijs te experimenteren met ander gedrag? Dan is de modulegroep 'Vrij kind bevrijden' wellicht iets voor jou!

Deelname aan de module is uitsluitend voor patiënten met een lopende behandeling binnen Syma. Het is een aanvullende interventie gericht op een of meerdere behandeldoelen uit je individueel behandelplan. Het is van belang dat je in staat bent om binnen een groep van maximaal 8 personen te functioneren. Daarnaast vinden we het belangrijk dat je zelf kan verwoorden waarom deelname voor jou passend zou zijn.

Denken jij en je regiebehandelaar dat deze groepsmodule van toegevoegde waarde is op jouw behandeling? Laat het ons weten!