

# DE PUZZEL

## Praktijk voor Psychotherapie

Oude Baan 38

3550 Heusden-Zolder

0470/09.85.24

[info@psychotherapiedepuzzel.be](mailto:info@psychotherapiedepuzzel.be)

[www.psychotherapiedepuzzel.be](http://www.psychotherapiedepuzzel.be)

### Sylvia Merckx

Integratief psychotherapeute  
LSCI-coach

### Niels Vanpol

Integratief psychotherapeut  
Criminoloog

### Laura Bex

Klinisch psychologe  
Psychodiagnostiek

### Fien Ceulemans

Seksuologe  
Oplossingsgericht therapeute i.o.

DE PUZZEL  
Praktijk  
voor  
Psychotherapie

*"Ik in therapie gaan?! Therara!  
Ik ben niet gek! Ik los mijn problemen  
zelf wel op!"*

Een zin die jou bekend in de oren klinkt?  
Jammer... Want in therapie gaan, staat niet  
gelijk aan gek zijn of je eigen problemen  
niet kunnen oplossen.

Psychotherapie betekent **samen** zoeken  
naar mogelijkheden om een probleem, een  
klacht of een moeilijke situatie **dragelijk te  
maken**.

We vertrekken vanuit **jouw behoefte** en  
gaan aan de slag met jouw verhaal. Zo hoef  
je je last niet langer alleen te dragen en leer  
je rust (terug) te vinden.

### Toch nog niet overtuigd?

Kom **gratis en vrijblijvend** langs voor een  
verkennend gesprek. Of informeer u bij uw  
huisarts.

**SAMEN ...**

**... tot het laatste stukje past!**

**Moeite met verwerken van een verlies ?**  
(overlijden, ontslag, (v)chtscheiding, ...)

**Moeite met verwerken van een ingrijpende gebeurtenis?**  
(ziekte, ongeval, seksueel misbruik, ...)

**Relatie- of gezinsproblemen?**

**Gevoelens van ontevredenheid of vermoeidheid?**  
(professioneel, relationeel of persoonlijk)

**Stress of psychosomatische klachten?**  
(hoofdpijn, gespannenheid, slapeloosheid, lusteloosheid, hyperventilatie, huilbuien, ...)

**Persoonlijke levensvragen** omtrent identiteit, zelfvertrouwen, seksualiteit, ...?

**Lastige levensfase?**  
(puberteit, volwassenheid, kinderen krijgen, midlifecrisis, kinderen loslaten, pensionering, ...)

**Angsten?**

**Depressie?**

...?

Iedereen met **kleine of grote levensvragen** is welkom!

**Jong en oud ...** en zowel als **individu**, als **paar** (eender welke relatie) of als **groep**.



**Jouw behoefte staat centraal, dus ook jouw wensen.**

**In overleg kijken we wat past;**

- **Praten, speltherapie, medicatie of een combinatie,**
- **Familie er wel of niet bij betrekken,**
- **Kortdurend klachtgericht of uitgebreid persoonsgericht werken,**
- **Wekelijks, tweewekelijks of maandelijks samenkomen,**
- **Individuele sessies, groepssessies, een vorming en/of een training volgen,**
- ...

**Naast therapie bieden we ook **vormingen en trainingen** aan voor bedrijven, scholen, voorzieningen, ...**

**Volgende thema's zijn een voorbeeld:**

**Sociale vaardigheden**

Niet zo handig met anderen? Vaak angst om anderen te benaderen? Of niet weten hoe anderen te benaderen?

**Communiceren, communiceren, ...**

**Wie zijn best doet, zal het leren!**

Communiceren doet iedereen iedere dag. Doch is het niet zo gemakkelijk als het lijkt...

**Omgaan met crisissituaties bij jongeren**

Een jongere in crisis... Wie heeft het nog niet meegemaakt? Maar... wie is er al in geslaagd hier op een goede manier mee om te gaan?

**Sterktegericht werken**

Iedereen heeft minpunten..., maar ook iedereen heeft pluspunten. Deze laatste vergeten we echter vaak.

**Constructief denken**

Vaak denken we negatief over onszelf, wat niet nodig is...

**Verhalen van hoop en herstel**

Mensen met een psychische kwetsbaarheid getuigen over hun veerkracht.

**We bekijken graag samen met jou je wensen aangaande het thema, de doelgroep en het aantal sessies.**