

Lust en Leven

*Therapiegroep voor christelijke mannen
die worstelen met seksverslaving*

Waarom?

“Als uw oog u tot zonde verleidt, ruk het uit.” Als we dit letterlijk zouden nemen, zouden velen van ons blind zijn. De meeste mannen, christen of niet, zijn gevoelig voor seksuele prikkels. In onze maatschappij worden we bedolven onder seksuele prikkels. Ook met de komst van internet, waarbij seks op elk moment van de dag op een simpele manier toegankelijk is, komt verleiding heel dichtbij. De cijfers liegen er niet om. Volgens ruwe schattingen heeft zo'n 50% van de christelijke mannen in meer of mindere mate te maken (gehad) met een vorm van seksverslaving.

Seksverslaving leidt tot schaamte, schuldgevoelens, vernedering, ongelooftwaardigheid, verlies van eigenwaarde en onbevangingheid en afzondering; juist in relatie tot de mensen die het dichtst bij staan en tot God. Reden genoeg om de strijd aan te gaan met het verslavingsgedrag. Deze strijd is niet geschikt om alleen te voeren. Mannen hebben elkaar nodig om eerlijk en volhardend te kunnen zijn. Niet om elkaar de les te lezen, maar om elkaar te bemoedigen en te leren van elkaars falen en succes.

Voor wie?

Wanneer ben je seksverslaafd en heb je hiervoor hulp nodig? Eigenlijk zijn hier geen objectieve criteria voor vast te stellen. Belangrijkste reden om aan deze groep deel te nemen is dat je last hebt van dwangmatig gedrag, waarbij je tegen je wil in steeds weer toegeeft aan seksuele verleiding (internet, TV, prostitutiebezoek, 06-lijnen, seks-dating) en gemotiveerd bent om te leren op een goede manier met seksualiteit om te gaan. Hierbij is het belangrijk dat je bereid bent om naar de dieperliggende oorzaken van de verslaving te kijken alsmede de consequenties van je gedrag onder ogen te komen. De groep is niet bedoeld voor mannen die wegens seksueel overschrijdend gedrag met justitie in aanraking zijn gekomen. Ook is de groep niet geschikt voor mannen met psychiatrische problematiek.

Waarover?

Eenzijdig heeft de groep een gedragsmatige aanpak. Hoe verminder je het verslavingsgedrag? Hierbij leren de deelnemers concrete en haalbare doelen te stellen om oud gedrag af te leren en nieuw gedrag aan te leren.

Hiernaast is de groep gericht op inzicht in de oorzaken van de verslaving en de factoren die hierbij een rol spelen. Hierbij komen de gevoelens, gedachten en gebeurtenissen aan de orde die een rol spelen in de verslaving. Tenslotte wordt in de cursus dieper ingegaan op thema's als schaamte, schuld, identiteit en de relatie met God.

Hoe?

De bijeenkomsten hebben een duidelijke structuur. Het eerste deel van de avond bestaat uit een korte inleiding van het thema. Hierna vindt discussie plaats aan de hand van persoonlijke vragen en het bespreken van praktijkopdrachten. Het tweede deel wordt besteed aan het concretiseren van de onderwerpen met behulp van creatieve en afwisselende werkvormen, waarbij de vertaling van theorie naar praktijk centraal staat. Tussen de bijeenkomsten door worden praktijkopdrachten meegegeven.

Praktisch

Wanneer: 10 bijeenkomsten op maandagavond van 20.00-21.30:
2005: 28 nov, 12 dec 2006: 9 en 23 jan, 6 feb,
6 en 20 mrt, 10 april, 29 mei en 4 sept

Waar: Christelijke Praktijk voor Psychologie in Almere,
Aantal: max. 8 deelnemers

Door wie: Cees Doornhein en Albert-Jan Vink. Beiden GZ-psycholoog-BIG en Eerstelijnspsycholoog NIP.

Prijs: € 500,00 (vaak is vergoeding via Ziektekostenverzekeraar mogelijk).

Aanmelding: Tel: 06-29070019 (AJ Vink) of 06-23640583 (C. Doornhein)
Email: aeni.vink@planet.nl of cdoornhein@planet.nl

Lust en Leven is een initiatief van ELIAGG, een samenwerkingsverband van vrijgevestigde christelijke psychologen en psychotherapeuten. Voor meer informatie:
www.eliagg.nl