

SCHEMATHERAPIEGROEP VOOR MAMA'S

met meer vertrouwen, rust en verbinding
in het moederschap staan

VOOR WIE?

Het moeder worden is een bijzondere, maar ook intensieve periode. Naast liefde en geluk kun je gevoelens ervaren van onzekerheid, schuld, somberheid of angst. Je kan het gevoel hebben dat je tekortschiet als moeder, partner of op je werk.

In deze schematherapiegroep onderzoeken we samen hoe ervaringen uit je eigen jeugd invloed kunnen hebben op hoe je jezelf ziet en hoe je omgaat met je kindje, partner en omgeving.

Je krijgt inzicht in patronen die je belemmeren en leert beter begrijpen welke behoeften en gevoelens daaronder liggen. Daarnaast leer je de behoeften en binnenwereld van je kindje beter begrijpen; samen zorgt dit voor meer vertrouwen in jezelf, meer verbinding met anderen en een hechtere verbinding met je kindje.

VORM EN OMVANG

- 👥 Maximaal 8 deelnemers
- 🕒 21 wekelijkse groepsbijeenkomsten van 120 minuten
- 👤 10 individuele sessies naast de groep
- 📅 Follow-up bijeenkomst na 3 maanden
- 📅 Start: najaar 2026 (vrijdagmiddag)
- 📍 Locatie: Centrum 't Ven, Venlo (Schoolweg 148 te Venlo)

WAT LEVERT HET OP?

- 🌿 Meer vertrouwen in jezelf als moeder
- 🌿 Meer inzicht in hardnekkige patronen
- 🌿 Beter begrijpen van je gevoelens en behoeften
- 🌿 Meer begrip voor de behoeften van je kindje
- 🌿 Meer rust en verbinding in het gezin
- 🌿 Herkenning en steun van andere moeders
- 🌿 Gezondere manieren om met emoties om te gaan



CONTACT



Tielke de Clerck

GZ-psycholoog en senior schematherapeut
✉ info@psychologiepraktijktielke.nl
🌐 www.psychologiepraktijktielke.nl



Manon Budy

Klinisch psycholoog en psychotherapeut
✉ info@viorapsychologie.nl
🌐 www.viorapsychologie.nl