

Systeem- & relatietherapie

Katrien Aelvoet





Zit je in de knoop met jezelf? Lijkt de fut uit je relatie? Is er geen land meer te bezeilen met je kind?

Misschien kan ik je helpen.

Ik ben Katrien Aelvoet, relatie-, familie- en systeempsychotherapeut, licentiaat klinische psychologie (RUG) en erkend psycholoog.

Je kan bij mij terecht met je persoonlijke, relationele en gezinsproblemen. Ik help zowel volwassenen, kinderen en jongeren - apart of samen met hun ouders.

Waarvoor kan je bij mij terecht?

Volwassenen

- > Emotionele problemen (depressie, eenzaamheid, angst, stress ...)
- > Rouw- en verliesverwerking
- > Zingevingsvragen en persoonlijke ontwikkeling
- > Relatie- of gezinsproblemen
- > Moeilijkheden door belangrijke veranderingen in je leven
- > Moeilijkheden bij het begin van een nieuwe levensfase (samenwonen, kinderen krijgen, lege nest, ouder worden, scheiding ...)
- > ...

Kinderen & jongeren, apart of met hun ouders

- > Emotionele problemen (somberheid, depressie, minderwaardigheidsgevoelens, angsten, woedeaanvallen ...)
- > Rouw- en verliesverwerking na echtscheiding of overlijden
- > Gedragsproblemen (problemen met gezag, agressie, pesten, liegen,...)
- > Relationale moeilijkheden met leeftijdsgenoten of thuis (nieuw samengestelde gezinnen)
- > Opvoedingsmoeilijkheden, problemen op school
- > ...



Wat mag je verwachten?

Je kan bij mij terecht voor individuele psychotherapie, voor partnerrelatie- en gezinstherapie, kinderverpsychotherapie en opvoedingsondersteuning.

Individuele psychotherapie

Samen met jou ga ik op zoek naar de onderliggende betekenis van je klachten en problemen. Je krijgt de kans om gevoelens te uiten en over moeilijke thema's te praten. Zonder een gevoel van bedreiging kan je je verhaal kwijt. Ik luister zonder te oordelen.

Alleen al door te verwoorden wat je denkt en voelt, kan je tot nieuwe inzichten komen. Samen met jou help ik je je innerlijke krachten te vinden waardoor je de situatie kan veranderen en oplossingen vinden. Nooit dring ik oplossingen op. Wel stimuleer ik je om verandering te brengen.



Partnerrelatie- en gezinspsychotherapie

Bij deze vorm van therapie kom je samen met je partner en/of andere leden van het gezin bij mij om zo de moeilijkheden aan te pakken. Ieders verhaal en visie komt aan bod.

Ik luister naar jullie en zoek naar jullie sterktes als koppel of als gezin.

Samen met jullie zoeken we naar nieuwe oplossingen, in een sfeer van wederzijds begrip voor ieders eigenheid.



Kinderpsychotherapie en opvoedingsondersteuning

Als je kind het moeilijk heeft of je hebt opvoedingsvragen dan kan je bij mij terecht voor individuele kinderpsychotherapie.

Bij deze vorm van therapie laat ik je kind niet alleen praten maar laat ik het ook zijn creativiteit gebruiken. Door verhalen te vertellen, te tekenen, te boetseren... kan het kind zich uiten. Alles gebeurt op maat van het kind. Op zijn ritme.

Je kan bij mij ook terecht voor opvoedingsondersteuning. Dat wil zeggen: je krijgt informatie, advies en ondersteuning bij vragen of moeilijkheden die je ervaart bij de opvoeding van je kind.

Hoe werkt het?

Neem contact met me op en dan maken we een afspraak voor een verkennend gesprek. Tijdens dit gesprek kan je je vragen en je verwachtingen uiten. Vervolgens stel ik samen met jou een behandelingsplan op voor verdere gesprekken.

Een individueel gesprek duurt 45 minuten, een koppelgesprek ongeveer een uur.

Contactgegevens

Katrien Aelvoet
tel. 0499/26 20 92
e-mail: katrienaelvoet@systeempsychotherapie.be
www.systeempsychotherapie.be

Praktijkadressen

Ankerslaan 76 in 9000 Gent
Abdijstraat 15 in 9700 Oudenaarde



design: www.omygod.be / fotografie: www.sxh.hu