



# Psychotherapie

(jong)volwassenen / adolescenten

*Isabelle Stiers*

Klinisch Psychologe / Integratief psychotherapeut (i.o.)

In het leven komt ieder van ons soms voor moeilijke perioden te staan. Soms lukt het je om zelf het evenwicht weer te vinden, op andere momenten vind je steun in je omgeving. Maar soms kan het gebeuren dat je je geen raad meer weet, dat je in cirkels blijft draaien, dat je zoekt naar de zin, de hoop,... naar jezelf.

Een psycholoog of psychotherapeut kan dan samen met jou de zoektocht aangaan, je helpen weer vat te krijgen op de dingen in je leven die je nu lijken te ontglippen. Een zoektocht die soms lang duurt, soms maar even. Die pijnlijk, maar ook bevrijdend kan zijn. Via gesprekken en beleven, via denken en doen, in veiligheid en vertrouwen, weer komen tot jezelf.

## Wie? Wat?

- ✓ Jongeren
- ✓ Jongvolwassenen
- ✓ Volwassenen
- ✓ Depressie
- ✓ Angst
- ✓ Stress / burnout
- ✓ Verslaving
- ✓ Moeilijke rouw
- ✓ Persoonlijkheidsproblemen / -stoornissen
- ✓ Moeilijkheden in relaties
- ✓ Verslaving
- ✓ ...



Ik geef voornamelijk individuele gesprekstherapie, maar ook in groep kan men bij mij terecht (later meer info). Het accent ligt op gesprekstherapie, maar ook voor relaxatie kan je bij mij terecht.

## Werkwijze

Ik werk volgens het **integratief denkkader**. Als integratief psychotherapeut (i.o.) integreer ik de 4 grote psychotherapeutische denkkaders: cliënt-centered, gedrags-, systeem- en psychoanalytische therapie.

Ik werk niet volgens het 'one-size-fits-all'-principe, maar vertrek vanuit de persoonlijkheid, de problematiek en de doelen van de cliënt. Ik werk vooral met 'wat werkt', waarbij de persoon achter het probleem voor mij altijd centraal staat.

## Praktisch

Ik ben verbonden als zelfstandig psychologe aan het Therapeutisch Centrum "BONFARTO" in Linkhout (Lummen). Voor een afspraak neem je best contact op via

**0489 220 676** of **isabelle.stiers@bonfarto.net**

**www.bonfarto.net**

