

**2024-2025**

# Groepen Seksueel Geweld



Centrum **Seksueel Geweld**  
Amsterdam-Amstelland







# Voorwoord

De gids Groepen Seksueel Geweld 2024-2025 wordt aangeboden door het Centrum Seksueel Geweld Amsterdam-Amstelland. In deze gids vindt u het aanbod van therapie- en lot-genotengroepen van verschillende organisaties uit de regio.

Wij geven in de gids de informatie weer zoals die door de instellingen is opgegeven. Vermelding in de gids geeft geen oordeel over de kwaliteit van dit aanbod.

Gratis extra exemplaren (maximaal 5) kunt u aanvragen via onderstaand emailadres.

Het Centrum Seksueel Geweld biedt professionele hulp aan iedereen die een nare seksuele ervaring heeft meegemaakt. Het maakt niet uit of dat nu kort of langer geleden is gebeurd. Slachtoffers en hulpverleners kunnen 24 uur per dag contact opnemen door te bellen naar 0800 0188.

In het najaar van 2024 openen wij in Amsterdam onze inlooplocatie voor slachtoffers van seksueel geweld. Hier werken professionals uit diverse disciplines – medisch, juridisch, psychisch – samen om de zorg voor slachtoffers te optimaliseren. Tijdens kantooruren kan iedereen terecht op onderstaand adres voor zorg, vragen, overleg of informatie met betrekking tot beleid.

We hebben ook een kaart gemaakt met meer aanbod rond hulp bij seksueel geweld in de regio. Kijk op [amsterdamamstelland.socialekaartcsg.nl](https://amsterdamamstelland.socialekaartcsg.nl).

augustus 2024

## **Centrum Seksueel Geweld Amsterdam-Amstelland**

Elisabeth Wolffstraat 4  
1052RR Amsterdam

[csg@ggd.amsterdam.nl](mailto:csg@ggd.amsterdam.nl)  
[centrumseksueelgeweld.nl](https://centrumseksueelgeweld.nl)



| Type Groep           | Instelling                     | Start                                                                                              | Leeftijd | Soort groep                        | Pag. |
|----------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------------------------------|------|
| <b>voor kinderen</b> | Kinder- en Jeugdtrauma-Centrum | bij voldoende deelname                                                                             | 4-17     | therapiegroep                      | 7    |
| <b>voor meiden</b>   | BRight GGZ Jeugd en Gezin      | bij voldoende deelname                                                                             | 15-20    | therapiegroep                      | 8    |
|                      | BRight GGZ Jeugd en Gezin      | bij voldoende deelname                                                                             | 13-18    | therapiegroep                      | 9    |
| <b>voor vrouwen</b>  | Blijf Groep                    | doorlopend                                                                                         | 18+      | weerbaarheidsgroep                 | 13   |
|                      | Clarify Therapy                | nog te bepalen                                                                                     | 18+      | therapiegroep                      | 14   |
|                      | Clarify Therapy                | nog te bepalen                                                                                     | 18-60    | therapie- en herstelgroep          | 15   |
|                      | Praktijk Voelmoedig            | bij voldoende deelname                                                                             | 18+      | ondersteuningsgroep                | 16   |
|                      | Praktijk Voelmoedig            | De Voelmoedig therapie-groep start op 21/9/24, 7/3/25 en 5/9/25. De online groep start op 21/1/25. | 16+      | therapiegroep                      | 17   |
|                      | Praktijk Voelmoedig            | bij voldoende deelname                                                                             | 18+      | online ondersteuningsgroep         | 18   |
|                      | Psychotherapy & Movement       | september 2024                                                                                     | 18+      | therapiegroep                      | 19   |
|                      | Scharlaken Koord               | september 2024 en januari 2025                                                                     | 18-65    | verwerkings- en weerbaarheidsgroep | 20   |
|                      | Safe Space Club                | nog te bepalen                                                                                     | 18+      | therapiegroep                      | 21   |
| <b>voor mannen</b>   | Mainline                       | doorlopend                                                                                         | 18+      | chemsex praatgroep                 | 24   |





|  | Type Groep                                          | Instelling                | Start                        | Leeftijd | Soort groep                         | Pag. |
|--|-----------------------------------------------------|---------------------------|------------------------------|----------|-------------------------------------|------|
|  | voor iedereen                                       | Adagio                    | september 2024 en maart 2025 | 18+      | therapiegroep                       | 25   |
|  |                                                     | Adagio                    | doorlopend                   | 18+      | yogagroep                           | 26   |
|  |                                                     | Blijf Groep               | doorlopend                   | 18+      | praatgroep                          | 27   |
|  |                                                     | BRight GGZ Jeugd en Gezin | bij voldoende deelname       | 18-30    | lotgenotengroep                     | 28   |
|  |                                                     | Scharlaken Koord          | bij voldoende deelname       | 18-65    | bewustwordings- en empowermentgroep | 29   |
|  |                                                     | Verweren kun je Leren     | bij voldoende deelname       | 12+      | weerbaarheids- en empowermentgroep  | 30   |
|  |                                                     | Slachtofferhulp Nederland | meerdere malen per jaar      | 18+      | lotgenotengroep                     | 31   |
|  | voor mensen met een LVB                             | MEE Amstel en Zaan        | nog te bepalen               | 18+      | weerbaarheidsgroep                  | 10   |
|  |                                                     | MEE Amstel en Zaan        | bij voldoende deelname       | 18+      | weerbaarheidsgroep                  | 11   |
|  |                                                     | MEE Amstel en Zaan        | bij voldoende deelname       | 12-18    | weerbaarheidsgroep                  | 12   |
|  | voor slachtoffers van mensenhandel en vluchtelingen | ARQ Centrum'45            | bij voldoende deelname       | 18-65    | lichaamsgerichte therapiegroep      | 32   |
|  |                                                     | ARQ Centrum'45            | doorlopend                   | 18+      | pre-therapiegroep                   | 33   |
|  |                                                     | ARQ Centrum'45            | doorlopend                   | 18-65    | schematherapie                      | 34   |
|  | voor familieleden en naasten van slachtoffers       | Praktijk Voelmoedig       | bij voldoende deelname       | nvt      | ondersteunings- en informatiegroep  | 35   |
|  | voor familieleden en naasten van plegers            | Stop it Now & de Waag     | bij voldoende deelname       | nvt      | lotgenotengroep                     | 36   |
|  | voor plegers                                        | De Waag                   | bij voldoende deelname       | 18+      | therapiegroep                       | 37   |
|  |                                                     | De Waag                   | bij voldoende deelname       | 18+      | therapiegroep                       | 38   |







# Kinder- en Jeugdtraumacentrum

## onderdeel van Kenter Jeugdhulp

Bij voldoende aanmeldingen biedt het Kinder- en Jeugdtraumacentrum gestructureerde, gesloten **therapiegroepen voor kinderen en jongeren van 4 t/m 17 jaar die seksueel misbruik binnen of buiten het gezin hebben meegemaakt en voor hun ouders (geen pleger-ouder)**. De groepen worden zoveel mogelijk aangeboden per leeftijdsgroep; aan kinderen en jongeren van 4 t/m 7 jaar, van 8 t/m 12 jaar en van 13 t/m 17 jaar. Tot de middelbare schoolleeftijd zijn de groepen gemengd en toegankelijk voor jongens en meisjes. Vanaf 12 jaar splitsen we de groep.

**Diakenhuisweg 23  
2033 AP Haarlem  
088 2434044**

### Intake criteria

Er is volgens het kind zelf, de verzorger en de verwijzer sprake geweest van seksueel misbruik, waarbij uitgegaan wordt van 'klinische zekerheid'. Er hoeft geen juridische zekerheid te zijn (dus een veroordeling). Het misbruik is beëindigd en er is sprake van tenminste één steunfiguur/ouder die deelneemt aan de oudergroep.

### Contra indicaties

Emotioneel (nog) niet in staat zijn deel te nemen aan een groep, alcohol of drugsmisbruik, (dusdanig ernstige) psychiatrische problematiek die het kind belemmert om te profiteren van groepstherapie of seksuele gedragsproblemen als gevolg van het misbruik die voor onveiligheid voor groepsgenoten zou kunnen zorgen.

### Doelstelling

Emotionele verwerking van het seksueel misbruik binnen een veilige omgeving van leeftijd- en lotgenoten en het

verminderen van emotionele en/of gedragsproblemen die (mede) zijn ontstaan door het misbruik en de commotie rondom het bekend worden ervan.

### Werkwijze

De groepen zijn traumagericht, cognitief gedragstherapeutisch en er wordt veel gewerkt met lichaamsgerichte oefeningen. Dat wil zeggen dat vanaf de start van de groep het misbruik directief door de therapeuten aan de orde wordt gesteld en er wordt gewerkt aan de hand van thema's, o.a.: verschillende gevoelens zoals boosheid, schuld en schaamte, geheimen, leren ontspannen, lichaamsbeleving, grooming en internetwijsheid. De groep verloopt volgens een vaste structuur.

### Methodieken

Praten, tekenen, toneelspelen, zingen, bewegen en gebruik van een werkboek.

**Aantal  
bijeenkomsten:** 15  
**Duur:** 1,5 uur  
**Frequentie:** 1 x per week  
**Dagdelen:** wisselend  
**Aanmelden:** Kenter Jeugdhulp: [kenterjeugdhulp.nl/aanmelden](https://kenterjeugdhulp.nl/aanmelden)

**Kosten:** geen  
**Deelname:** niet regio gebonden. Behandeling kan ook in Haarlem of Heemskerk  
**Bijzonderheden:** parallel aan de kindergroepen zijn er groepen voor verzorgende (niet pleger) ouders om hen te ondersteunen en adviseren. Deelname van een steunfiguur aan de oudergroep is verplicht



voor meiden

# BRight GGZ Jeugd en Gezin Amsterdam

Bij voldoende belangstelling start BRight GGZ een half gestructureerde, gesloten **therapiegroep 'Niet de Enige!'** voor jonge vrouwen van ongeveer 15 tot ongeveer 20 jaar die seksueel misbruik door familieleden en/of goede bekenden van het gezin hebben meegemaakt.

Baarsjesweg 224  
2<sup>e</sup> verdieping  
1058 AA Amsterdam  
020 - 7728147

## Intake criteria

Klachten die een gevolg zijn van het meegemaakt hebben van seksueel misbruik, behoefte aan contact met andere meisjes die misbruik hebben meegemaakt, het seksueel misbruik moet gestopt zijn, deelname aan de groep moet gesteund worden door (tenminste iemand uit) de omgeving van het meisje.

## Contra indicaties

Overheersende verslavingsproblematiek of ernstige psychiatrische problematiek.

## Doelstelling

Het (gaan) delen van de misbruikervaringen, het verkleinen van het isolement, het leren omgaan met problemen die met het misbruik te maken hebben, het verwerken van de ervaringen.

## Thema's

Het seksueel misbruik, de verhouding tot de ouder(s), de verhouding tot degene die het misbruik gepleegd heeft, omgaan met leeftijdgenoten, seksualiteit, agressie, het eigen lichaam, vertrouwen in jezelf, vertrouwen in anderen.

## Methodieken

Groepsgesprekken, rollenspelen, schrijf- en tekenoefeningen, ontspanningsoefeningen, huiswerkopdrachten en psycho-educatie.

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen met  
**Lennie Staats: 020-7728147 of**  
**[lenniestaats@brightggz.nl](mailto:lenniestaats@brightggz.nl)**

**Aantal  
bijeenkomsten:** 15  
**Duur:** 1,5 uur  
**Frequentie:** 1 x per week  
**Dagdelen:** nog niet bekend  
**Aantal deelnemers:** minimaal 6,  
maximaal 8

**Aanmelden:** via telefonisch spreekuur 020 7728147 van 12.00 – 13.00 uur  
(ma. t/m do.) of [info@brightggz.nl](mailto:info@brightggz.nl)  
**Kosten:** geen, deelname wordt voor jeugd betaald door de gemeente  
en voor volwassenen vanuit de basisverzekering, gaat wel ten  
koste van eigen risico  
**Deelname:** Amsterdam en omstreken  
**Begeleiding:** Lennie Staats en co-therapeut

voor meiden

# BRight GGZ Jeugd en Gezin Amsterdam

Bij voldoende belangstelling biedt BRight GGZ een half gestructureerde, gesloten **therapiegroep voor meiden van 13 tot 18 jaar die te maken hebben gehad met (eenmalig) seksueel geweld.**

**Baarsjesweg 224  
2<sup>e</sup> verdieping  
1058 AA Amsterdam  
020 - 7728147**

## Intake criteria

PTSS-klachten als gevolg van een (eenmalige) seksueel geweldervaring door een niet-gezinslid, participatie van de ouder(s).

## Contra indicaties

Traumaproblematiek gerelateerd aan eerder chronisch (seksueel) geweld.

## Doelstelling

Het verminderen van de PTSS-klachten, het versterken van de coping vaardigheden, het vergroten van de (seksuele) weerbaarheid, inzicht krijgen in het effect van het meemaken van seksueel geweld op emoties, cognities en gedrag, het gaan delen van ervaringen.

## Thema's

Uitleg over seksueel geweld en post traumatische stressklachten. Omgaan met de gevolgen van seksueel geweld, coping vaardigheden. PTSS en gezinssysteem: hoe ga je om met reacties van je gezinsleden/vrienden? Herkennen van en vasthouden aan eigen grenzen zoals herkennen van risicosituaties in social media.

## Methodieken

Lotgenotencontact, psycho-educatie (voor deelnemers en ouders), oefenen met weerbaarheidstechnieken en coping vaardigheden.

**Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen met BRight GGZ: 020 7728147, [lenniestaats@brightggz.nl](mailto:lenniestaats@brightggz.nl) of [carolinepoleij@brightggz.nl](mailto:carolinepoleij@brightggz.nl)**

**Aantal bijeenkomsten:** afhankelijk van grootte van de groep en behoefte van de deelnemers worden er bijeenkomsten voor opvoeders georganiseerd  
**Duur:** 2 uur per bijeenkomst  
**Frequentie/dagdelen:** nog nader te bepalen  
**Aantal deelnemers:** minimaal 4, maximaal 8

**Aanmelden:** telefonisch of via: [info@brightggz.nl](mailto:info@brightggz.nl)  
**Kosten:** geen, financiering via gemeente vanuit de Jeugdwet  
**Deelname:** Amsterdam en omstreken  
**Begeleiding:** twee behandelaars BRight



# MEE Amstel en Zaan

MEE Amstel en Zaan biedt een half gestructureerde, gesloten **mentale en fysieke weerbaarheidstraining voor (zeer) moeilijk lerende meiden van 12 tot 18 jaar met incest- en/ of (seksueel) geweldervaring.**

**Derkinderenstraat 10-18  
1062 DB Amsterdam  
020 5127272**

## Intake criteria

Kunnen participeren in een groep, gemotiveerd om aan deze groep deel te nemen en mobiel/niet rolstoel gebonden.

### Contra indicaties

Gebruik van medicijnen die de motoriek ernstig beïnvloeden, veel absences/dissociatieve storingen, teveel woede/angst of teveel problemen in het hier en nu die om voorrang vragen.

## Doelstelling

De deelnemer heeft geoefend met het aanleren van gevechts- en verdedigingstechnieken, de deelnemer is zich bewust van haar kracht, houding en stemgebruik. De deelnemer heeft geoefend met het herkennen en aangeven van haar grenzen.

## Thema's

Mentale weerbaarheid (grenzen aangeven, nee-zeggen, groepsdruk, loverboys), fysieke weerbaarheid (vechten en verdedigingstechnieken).

## Methodieken

Rollenspelen, lichaamsgerichte, ontspanningsoefeningen.

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen via: [cursus@mee-az.nl](mailto:cursus@mee-az.nl).

**Aantal bijeenkomsten:** 8, in samenwerking met scholen  
**Duur:** 1,5 uur  
**Frequentie:** 1 x per week  
**Dagdelen:** nog niet bekend  
**Aantal deelnemers:** minimaal 6, maximaal 12  
**Aanmelden:** schriftelijk, digitaal via [meeaz.nl](http://meeaz.nl)

**Kosten:** geen  
**Deelname:** niet regio gebonden  
**Bijzonderheden:** deze groep wordt ook in de regio's Haarlemmermeer, Amstelland en Zaanstreek & Waterland van MEE Amstel en Zaan aangeboden. Ook mensen uit andere regio's kunnen aan deze groep deelnemen

# MEE Amstel en Zaan

MEE Amstel en Zaan biedt een half gestructureerde, gesloten **mentale en fysieke weerbaarheidstraining voor (zeer) moeilijk lerende vrouwen vanaf 18 jaar met incest- en/of (seksueel) geweldervaring.**

**Derkinderenstraat 10-18  
1062 DB Amsterdam  
020 5127272**

## Intake criteria

Kunnen participeren in een groep, gemotiveerd om aan deze groep deel te nemen en mobiel/niet rolstoel gebonden.

## Contra indicaties

Gebruik van medicijnen die de motoriek ernstig beïnvloeden, veel absences/dissociatieve storingen, teveel woede/angst of teveel problemen in het hier en nu die om voorrang vragen.

## Doelstelling

De deelnemer heeft geoefend met het aanleren van gevechts- en verdedigingstechnieken, de deelnemer is zich bewust van haar kracht, houding en stemgebruik. De deelnemer heeft geoefend met het herkennen en aangeven van haar grenzen.

## Thema's

Mentale weerbaarheid (grenzen aangeven, nee-zeggen, groepsdruk, loverboys), fysieke weerbaarheid (vechten en verdedigingstechnieken).

## Methodieken

Rollenspelen, lichaamsgerichte, ontspanningsoefeningen.

**Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen via: [cursus@mee-az.nl](mailto:cursus@mee-az.nl).**

**Aantal bijeenkomsten:** 8, in samenwerking met scholen  
**Duur:** 1,5 uur  
**Frequentie:** 1 x per week  
**Dagdelen:** nog niet bekend  
**Aantal deelnemers:** minimaal 6, maximaal 12  
**Aanmelden:** schriftelijk, digitaal via [meeaz.nl](http://meeaz.nl)

**Kosten:** geen  
**Deelname:** niet regio gebonden  
**Bijzonderheden:** deze groep wordt ook in regio's Haarlemmermeer, Amstelland en Zaanstreek & Waterland van MEE Amstel en Zaan aangeboden. Ook mensen uit andere regio's kunnen aan deze groep deelnemen



voor mensen met een LVB

# MEE Amstel en Zaan

MEE Amstel en Zaan start in het najaar 2023 een half gestructureerde, gesloten **mentale en fysieke weerbaarheidstraining voor (zeer) moeilijk lerende mannen vanaf 18 jaar met incest- en/of (seksueel) geweldervaring.**

**Derkinderenstraat 10-18  
1062 DB Amsterdam  
020 5127272**

## Intake criteria

Kunnen participeren in een groep, gemotiveerd om aan deze groep deel te nemen en mobiel/niet rolstoel gebonden.

## Contra indicaties

Gebruik van medicijnen die de motoriek ernstig beïnvloeden, veel absences/dissociatieve storingen, teveel woede/angst of teveel problemen in het hier en nu die om voorrang vragen.

## Doelstelling

De deelnemer leert gevechts- en verdedigingstechnieken en wordt zich bewust van zijn kracht, houding en stemgebruik. De deelnemer heeft geoefend met het herkennen en aangeven van zijn grenzen.

## Thema's

Mentale weerbaarheid (grenzen aangeven, nee-zeggen, groepsdruk), fysieke weerbaarheid (vecht- en verdedigings-technieken).

## Methodieken

Rollenspelen, lichaamsgerichte, ontspanningsoefeningen.

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen via: [cursus@mee-az.nl](mailto:cursus@mee-az.nl).

**Aantal bijeenkomsten:** 8, in samenwerking met scholen  
**Duur:** 1,5 uur  
**Frequentie:** 1 x per week  
**Dagdelen:** nog niet bekend  
**Aantal deelnemers:** minimaal 6, maximaal 12  
**Aanmelden:** schriftelijk, digitaal via [meeaz.nl](http://meeaz.nl)

**Kosten:** geen  
**Begeleiding:** n.t.b.  
**Bijzonderheden:** deze groep wordt ook in de andere regio's van MEE Amstel en Zaan aangeboden. Ook mensen uit de regio's Haarlemmermeer, Amstelland en Zaanstreek & Waterland kunnen aan deze groep deelnemen

voor vrouwen

# Blijf Groep Amsterdam

Blijf Groep biedt een half gestructureerde, gesloten **weerbaarheidsgroep 'Sterk' voor vrouwen vanaf 18 jaar met (huiselijk-) geweldservaringen, of incest- en/of seksueel misbruikervaring(en).**

**Tollensstraat 59a  
1053 RS Amsterdam  
088 2342400**

## Intake criteria

Vrouwen die problemen hebben met het voelen of stellen van grenzen en daardoor op een of meer levensgebieden problemen ondervinden.

## Contra indicaties

Twee vrouwen uit één systeem. Onvoldoende Nederlands spreken om het groepsgesprek te kunnen volgen.

## Doelstelling

Vergroting weerbaarheid, vermindering transgeneratiele overdracht van geweld, toegang hulpverlening vereenvoudigen, uitbreiding persoonlijk netwerk. Informatie geven over geweld en effecten en taboe doorbreken om over mishandeling te praten. Leren omgaan met eigen ervaringen en die een plek geven. Cursus gaat uit van wat vrouwen kunnen.

## Thema's

Grenzen stellen naar bekenden en onbekenden, omgaan met gevoelens van woede, angst, schuld en schaamte, effecten mishandeling/geweld, gezonde en ongezonde relaties,

opkomen voor jezelf in het dagelijks leven en ruimte nemen voor jezelf, opkomen voor jezelf in situaties waar anderen je grenzen overschrijden.

## Methodieken

In deze psycho-fysieke weerbaarheidstraining wordt zowel gewerkt aan individuele fysieke en psychische weerbaarheid als aan empoweren op groepsniveau. Aan bod komen o.a. lijfwerk, zelfverdediging, rollenspelen, ontspanningsoefeningen en groepsgesprekken. Sterk is onderkend als Goed Onderbouwd door de onafhankelijke erkenningscommissie Maatschappelijke ondersteuning, participatie en veiligheid. Interventiebeschrijving kan worden gedownload via [mavisie.nl/interventie/sterk](http://mavisie.nl/interventie/sterk).

**Voor een folder of nadere informatie over een groep in een van de stadsdelen kunt u contact opnemen met de Blijf Groep, 06 31973341 of [weersterk@blijfgroep.nl](mailto:weersterk@blijfgroep.nl) of via [blijfgroep.nl](http://blijfgroep.nl). In de (digitale) folders staan contactgegevens van de begeleidsters voor meer informatie en aanmelding**

**Aantal bijeenkomsten:** 12  
**Duur:** 2,5 uur  
**Frequentie:** 1 x per week  
**Dagdelen:** er zijn 6 - 7 groepen gelijktijdig in verschillende stadsdelen  
**Aantal vrouwen:** minimaal 8, maximaal 14  
**Aanmelden:** via maatschappelijk werk of [blijfgroep.nl](http://blijfgroep.nl)

**Kosten:** geen  
**Deelname:** regio gebonden, buurtbewoners hebben voorrang  
**Begeleiding:** docente weerbaarheid Blijf Groep samen met een maatschappelijk werkster  
**Bijzonderheden:** de groep wordt aangeboden in samenwerking met verschillende buurtteams

voor vrouwen

# Clarify Therapy

Clarify Therapy biedt een gesloten, gestructureerde **therapiegroep voor meiden en vrouwen vanaf 18 jaar met incest- en/of seksueel geweldervaring(en)**.

**IJsselmeerweg 100**  
(praktijkruimte Green Fitt)  
**1411 DL Naarden**  
**06 47714459**  
**clarifytherapy.com**

## Intake criteria

Alle vrouwen met deze ervaring die hier in het heden nog klachten van ondervinden kunnen zich aanmelden.

## Contra indicaties

Suïcidaliteit, instabiele thuisomgeving (in een voorgesprek kan samen nader onderzocht worden in hoeverre dit een contra-indicatie is), psychose, sterke dissociatieve klachten, middelenmisbruik.

## Doelstelling

Verwerking van het seksueel misbruik, vermindering van de klachten ten gevolge van het seksueel misbruik en het seksueel misbruik een passende plek geven binnen het levensverhaal. Het zelfbeeld dat negatief beïnvloed is verbeteren, leren grenzen herkennen en leefstijl interventies om de negatieve effecten van het seksueel misbruik te doorbreken.

## Thema's

PTSS, trauma, schaamte en schuld, seksualiteit, lichaamsbeleving, cognitie, zelfbeeld, kernovertuigingen, exposure, lotgenoten contact.

## Methodieken

Lijfwerk, schrijf oefeningen, ontspanningsoefeningen, huiswerk opdrachten, cognitieve gedragstherapie, exposure therapie elementen, psycho-educatie, lichaamsgerichte opdrachten, regulatievaardigheden, creatieve therapietechnieken en algemene psychotherapie.

**Voor meer informatie over de groep kunt u terecht bij**  
**Claire van Slagmaat: 06 47714459 of**  
**clairevanslagmaat@clarifytherapy.com**

**Aantal bijeenkomsten:** 10  
**Duur:** 1,5 uur  
**Start:** nog nader te bepalen  
**Frequentie:** 1 x per week  
**Dagdelen:** overdag op maandag of woensdag  
**Aantal deelnemers:** minimaal 6, maximaal 12  
**Aanmelden:** via website of mail

**Kosten:** € 1.022,40, gedeeltelijke vergoeding afhankelijk van zorgverzekering.  
**Deelname:** Amsterdam en Naarden  
**Begeleiding:** therapeuten van Clarify Therapy gespecialiseerd in trauma/PTSS en specifiek seksueel misbruik  
**Intake:** ja, eventueel EMDR-behandeling voorafgaand aan de groep.



voor vrouwen

# Clarify Therapy

Clarify Therapy biedt een gesloten, gestructureerde **therapiegroep voor meiden en vrouwen van 18 tot 60 jaar met incest- en/of seksueel geweldervaring(en)**.

**IJsselmeerweg 100**  
(praktijkruimte Green Fitt)  
**1411 DL Naarden**  
**06 47714459**  
**clarifytherapy.com**

## Intake criteria

Moeite met het aangaan van intieme relaties, seksualiteitsbeleving en een negatieve lichaamsbeleving na het meemaken van seksueel grensoverschrijdende ervaring(en). De deelnemer heeft al voldoende traumaverwerking gehad voor behandeling van herbelevingen (middels EMDR, CGT, Exposure, IMRS).

## Contra indicaties

Suïcidaliteit, instabiele thuisomgeving (in een voorgesprek kan samen nader onderzocht worden in hoeverre dit een contra-indicatie is), psychose, sterke dissociatieve klachten, middelenmisbruik.

## Doelstelling

Deze behandelgroep focust zich op het herstel van intimiteit en seksualiteit. Er is o.a. aandacht voor zelfzorg, lichaamsbeleving en het (h)erkennen van grenzen en wensen. Hierdoor verkleint de kans op herhaling van seksueel geweld. Het

delen van ervaringen met lotgenoten biedt waardevolle steun en bevordert het herstel in bovengenoemde thema's.

## Thema's

Psycho-educatie, lichaamsbewustzijn, zelfzorg en ontspanning, ik en de ander, (h)erkennen van grenzen, verbeteren van lichaamsbeleving, herstel van intimiteit en seksualiteit.

## Methodieken

Lijfwerk, ontspanningsoefeningen, huiswerkopdrachten, psycho-educatie, lichaamsgerichte en ervaringsgerichte therapie.

**Voor meer informatie over de groep kunt u terecht bij**  
**Claire van Slagmaat: 06 47714459 of**  
**clairevanslagmaat@clarifytherapy.com**

**Aantal bijeenkomsten:** 14  
**Duur:** 2 uur  
**Start:** nog nader te bepalen  
**Frequentie:** 1 x per week  
**Dagdelen:** maandagmiddag of -avond  
**Aantal deelnemers:** minimaal 6, maximaal 12  
**Aanmelden:** via website of mail

**Kosten:** € 1.910,00 gedeeltelijke vergoeding afhankelijk van zorgverzekering.  
**Deelname:** regio Amsterdam  
**Begeleiding:** Claire van Slagmaat (Clarify Therapy) en Manon Willemsen (Bodhi Therapy)  
**Intake:** ja

voor vrouwen

# Praktijk Voelmoedig

Praktijk Voelmoedig start een gesloten, half gestructureerde **therapiegroep voor meiden en vrouwen vanaf 16 jaar tot 88 jaar met incest- en seksueel geweldervaring.**

**Ekangala 20  
1103 AZ Amsterdam  
06 30191300  
info@praktijkvoelmoedig.nl  
praktijkvoelmoedig.nl**

## Intake criteria

Iedereen kan meedoen.

## Contra indicaties

Psychotische fase bij psychose, zwaar middelengebruik.

## Doelstelling

Doordat interactie in de groep plaatsvindt, wordt er zichtbaar gemaakt wat door het misbruik onzichtbaar en zonder stem is gebelevd. Dit wordt gedaan met behulp van psychodramamodelle die hier speciaal voor ontwikkeld zijn. Tevens wordt er een theoretisch kader aangeboden, zodat je terugkijkend de schade van het misbruik en de impact daarvan op het leven gaat begrijpen. Er is geen goed of fout in deze groep, er wordt geen oordeel geveld over wat er aangetroffen wordt. Samen wordt er gewerkt aan het verwerken van dit trauma en op zoek gegaan naar wie je werkelijk bent.

## Methodieken

Lichaamsgericht, schrijfoefeningen, rollenspelen, psychodrama, ontspanningsoefeningen en huiswerkopdrachten.

## Thema's

Geheim, schuld, schaamte, seksualiteit, identiteit, zelfbescherming, veiligheid/onveiligheid, interne daderstem, boosheid, aanwezigheid in je lijf.

**Voor meer informatie over  
de groep kunt u terecht bij Jeannette Dijkstra:  
06 3019 1300 of info@praktijkvoelmoedig.nl en  
Marjan van Maaren: 0613844089 of  
info@marjanvanmaaren.nl**

**Aantal bijeenkomsten:** 6  
**Duur:** 7 uur  
**Frequentie:** 1 x in de twee weken  
**Aantal deelnemers:** minimaal 6 en maximaal 8  
**Start:** 21 september en 7 maart  
**Dagdelen:** vrijdag of zaterdag inloop 9.30 tot 16.30 uur, bij voorkeur om de week

**Aanmelden:** via Praktijk Voelmoedig  
**Kosten:** € 1150. Betalen in termijnen is mogelijk  
**Deelname:** niet regio gebonden  
**Begeleiding:** Jeannette Dijkstra en Marjan van Maaren  
**Intake:** ja, via beeldbellen  
**Bijzonderheden:** praktijk Voelmoedig werkt met professionals die tevens ervaringsdeskundige zijn

voor vrouwen

# Praktijk Voelmoedig

Praktijk Voelmoedig start een gesloten, half gestructureerde, **ondersteunende ondersteuningsgroep (zwangerschap) voor meiden en vrouwen vanaf 18 jaar tot 88 jaar die ooit zwanger zijn geweest door incest- en seksueel geweld.**

**Ekangala 20  
1103 AZ Amsterdam  
06 30191300  
info@praktijkvoelmoedig.nl  
praktijkvoelmoedig.nl**

## Intake criteria

Alle vrouwen met deze ervaring kunnen zich aanmelden.

## Doelstelling

Door het delen van de ervaring en de aanwezigheid van de groep wordt erkenning gegeven voor een trauma in een trauma. Bij ongeveer 2% van vrouwelijke incest/seksueel misbruikte slachtoffers ontstaat een zwangerschap wat kan leiden tot taboe en geheimen. Door in een groep te werken wordt dit geheim doorbroken en wordt er recht gedaan aan het feit dat het slachtoffer ooit kind, vrouw en moeder tegelijk was.

## Methodieken

Delen, luisteren en erkennen.

## Thema's

Een trauma in een trauma, moederschap, ontkenning door omstanders en verder alles wat door de deelnemers wordt ingebracht.

**Voor meer informatie over  
de groep kunt u terecht bij  
Jeannette Dijkstra: 06 30191300 of  
info@praktijkvoelmoedig.nl**

**Aantal bijeenkomsten:** 3  
**Duur:** 4 uur  
**Frequentie:** 1 x in de twee weken  
**Aantal deelnemers:** minimaal 4  
**Start:** 2 x per jaar bij voldoende deelnemers  
**Dagdelen:** in overleg met de deelnemers  
**Aanmelden:** via praktijkvoelmoedig.nl

**Kosten:** € 500,00  
**Deelname:** niet regio gebonden  
**Begeleiding:** Jeannette Dijkstra  
**Intake:** ja



voor vrouwen

# Praktijk Voelmoedig

Praktijk Voelmoedig start een gesloten, half gestructureerde, **online ondersteuningsgroep (met live dag) voor vrouwen vanaf 18 jaar met incest- en seksueel geweldervaring.**

**Ekangala 20  
1103 AZ Amsterdam  
06 30191300  
info@praktijkvoelmoedig.nl  
praktijkvoelmoedig.nl**

## Intake criteria

Iedereen kan meedoen.

## Contra indicaties

Psychotische fase bij psychose, zwaar middelengebruik.

## Doelstelling

Leren zien en ervaren dat veel gedrag een reactie is op de traumatische gebeurtenis. Begrijpen wat er na seksueel misbruik nodig is om te herstellen. Mogelijke gevoelens van eenzaamheid doorbreken. Leren spreken over wat er is gebeurd tijdens het misbruik. Je bepaalt zelf wat je wilt vertellen, alles is welkom maar het is niet verplicht.

## Methodieken

Lichaamsgerichte oefeningen, schrijf oefeningen, psychodrama, huiswerkopdrachten en het getraumatiseerde kind in jezelf leren beschermen.

## Thema's

Geheim, schuld, schaamte, eenzaamheid, seksualiteit, veiligheid/onveiligheid, daderstem, verlangen en keuzemogelijkheid, NEE en JA.

**Voor meer informatie over  
de groep kunt u terecht bij Jeannette Dijkstra:  
06 30191300 of info@praktijkvoelmoedig.nl,  
of Marjan van Maaren: 0613844089 of  
info@marjanvanmaaren.nl**

**Aantal bijeenkomsten:** 4 online bijeenkomsten, 1 individuele online sessie en 1 live dag  
**Duur:** 2 uur, individuele sessie 45 minuten  
**Frequentie:** 1 x in de twee weken  
**Aantal deelnemers:** minimaal 6 en maximaal 10  
**Start:** 21 januari 2025  
**Dagdelen:** maandag, dinsdag of woensdag van 19.00 uur – 21.00 uur

**Aanmelden:** via de website  
**Kosten:** € 575. Betalen in termijnen is mogelijk  
**Deelname:** niet regio gebonden  
**Begeleiding:** Jeannette Dijkstra en Marjan van Maaren  
**Intake:** ja, via beeldbellen  
**Bijzonderheden:** Praktijk Voelmoedig werkt met professionals die tevens ervaringsdeskundigen zijn

voor vrouwen

# Psychotherapy & Movement

Psychotherapy & Movement biedt een gesloten, half gestructureerde **therapiegroep voor volwassenen met incest- en/of seksueel geweldervaring van 18 tot 85 jaar.**

Sarphatistraat 27A  
1018 EV Amsterdam  
020 5285231  
[psychotherapymovement.nl](mailto:info@psychotherapymovement.nl)  
[info@psychotherapymovement.nl](mailto:info@psychotherapymovement.nl)

## Intake criteria

In bezit zijn van een verwijfsbrief via huisarts.

## Contra indicaties

Actieve suïcidaliteit, (forse) automutilatie.

## Doelstelling

Leren beter te functioneren in het “hier en nu” op diverse levensgebieden, trauma- gerelateerde klachten verminderen en copingsvaardigheden vergroten.

## Thema's

Seksueel geweld, incest, fysiek geweld, omgaan met traumatische jeugdervaringen en daaruit voortkomende klachten.

## Methodieken

Rollenspelen, schrijf oefeningen, co-counselen, ontspanningsoefeningen en huiswerkopdrachten.

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen via:  
[info@psychotherapymovement.nl](mailto:info@psychotherapymovement.nl)  
([psychotherapiemovement.nl](mailto:psychotherapiemovement.nl))

**Aantal bijeenkomsten:** 16  
**Duur:** 1,5 uur  
**Start:** september 2024  
**Frequentie:** 1 x per week  
**Dagdelen:** dinsdagochtend of avond  
**Aantal deelnemers:** minimaal 8, maximaal 12  
**Aanmelden:** via [info@psychotherapymovement.nl](mailto:info@psychotherapymovement.nl)

**Kosten:** bij een geldige verwijfsbrief wordt groepspsychotherapie in principe vergoed door zorgverzekeraar  
**Deelname:** niet regio gebonden  
**Begeleiding:** drs. Paula de Jong, klinisch psycholoog, drs. Mellony van Hemert (GZ psycholoog/ psychotherapeut) en drs. Luciano Zoon arts/psychotherapeut

voor vrouwen

# Scharlaken Koord

Scharlaken Koord start bij voldoende aanmeldingen de gesloten, gestructureerde **verwerkings- en weerbaarheidsgroep voor vrouwen van 18 jaar tot 65 jaar met een verleden in de prostitutie.**

**Oudezijds Voorburgwal 241  
1012 EZ Amsterdam  
020 6226897  
info@scharlakenkoord.nl  
scharlakenkoord.nl**

## Intake criteria

Een verleden in prostitutie.

## Contra indicaties

Actieve suïcidaliteit, zware verslaving of zware psychiatrische problematiek waardoor deelname in groepsverband niet mogelijk is.

## Doelstelling

Het ontwikkelen of versterken van een positief zelfbeeld en zelfvertrouwen, het (opnieuw) leren herkennen en aangeven van eigen gevoelens, wensen en grenzen, het verwerken van het verleden.

## Thema's

Identiteit, zelfvertrouwen, assertiviteit, omgaan met prostitutieverleden, (seksuele) relaties, trauma's, verleden en emoties.

## Methodieken

Rollenspelen, schrijf oefeningen, ontspanningsoefeningen, huiswerkopdrachten, themabesprekingen, doe-opdrachten.

**Voor nadere informatie over  
de groep kunt u contact opnemen via:  
020 6226897 of info@scharlakenkoord.n**

**Aantal bijeenkomsten:** 9  
**Duur:** 2 uur  
**Frequentie:** 1 x per week  
**Dagdelen:** nog niet bekend  
**Intake:** ja  
**Aantal deelnemers:** minimaal 4, maximaal 12

**Start:** september 2024 en januari 2025  
**Aanmelden:** per email naar info@scharlakenkoord.nl of telefonisch 020 6226897  
**Kosten:** geen  
**Deelname:** regio gebonden (Amsterdam moet bereikbaar zijn)  
**Begeleiding:** nog nader te bepalen

voor vrouwen

# The Safe Space Club

The Safe Space Club biedt een gesloten, half-gestructureerde **therapiegroep voor meiden en vrouwen vanaf 18 jaar met ervaring(en) met seksueel geweld en/of grensoverschrijdend gedrag.**

**Spaarndammerdijk 15A  
1013 ZM Amsterdam  
+31 6 13119384  
thesafespaceclub.nl  
contact@thesafespaceclub.nl**

## Intake criteria

Alle vrouwen van 18+ met deze ervaring kunnen zich aanmelden.

## Contra indicaties

Ernstige psychiatrische problematiek, verstandelijke beperking, actieve suïcidaliteit.

## Doelstelling

In onze groepstrajecten wordt psycho-educatie over seksueel trauma geboden, maken deelnemers kennis met verschillende vormen van therapie en kunnen ze verbinding maken met lotgenoten in een veilige omgeving. We bieden 3 verschillende trajecten aan, toegespitst op verschillende fasen/behoefte in het herstelproces na het meemaken van seksueel geweld.

## Thema's

Emotieregulatie; gevolgen seksueel trauma; positieve seksualiteit; grenzen aanvoelen en aangeven; trauma en het lichaam; negatieve gedachten omvormen; beeldende therapie; seks na seksueel geweld; body positivity.

## Methodieken

Lijfwerk, schrijf oefeningen, huiswerkopdrachten, co-counselen.

**Voor meer informatie over de groep kunt u terecht bij  
contact@thesafespaceclub.nl**

**Aantal bijeenkomsten:** 5-10

**Duur:** 2-4 uur

**Start:** Actuele data zijn per mail op te vragen en te vinden op ons Instagram account:  
@thesafespaceclub.nl

**Frequentie:** Een- of tweemaal per maand

**Dagdelen:** woensdagavond of zondagmiddag

**Aantal deelnemers:** minimaal 6, maximaal 12

**Aanmelden:** Aanmeldformulier website, social media, e-mail en telefoon  
**Kosten:** geen

**Deelname:** Niet regio-gebonden, maar bijeenkomsten vinden plaats in Amsterdam en fysieke deelname is vereist.

**Begeleiding:** Meerdere begeleiders zijn aanwezig tijdens de bijeenkomsten, tevens krijgen deelnemers 1-op-1 begeleiding van een persoonlijke begeleider.

**Intake:** Ja.











voor mannen

# Mainline

Mainline biedt een half gestructureerde, doorlopende **praatgroep voor mannen vanaf 18 jaar met een chemsex verleden.**

**Frederik Hendrikstraat 111  
1052 HN Amsterdam  
020-6822660  
chemsex@mainline.nl  
mainline.nl/chemsex-  
ondersteuning/**

## Intake criteria

Ervaring met chemsex (druggebruik tijdens seks).  
De meetings zijn alleen toegankelijk voor mannen en transpersonen die zijn gestopt met chemsex en in herstel zijn.

## Contra indicaties

In de drie dagen voor de meeting chemsex gehad.

## Doelstelling

Doel van de meeting is het delen van persoonlijke ervaringen en tips gericht op de opbouw van een drugsvrij (seks) leven. De meetings zijn niet op de 12 stappen gericht. Naast het rouwen, craving, uitglijders en schaamte, zijn seksueel geweld en grensoverschrijdend gedrag regelmatig terugkerende gespreksthema's.

## Thema's

Veel besproken thema's zijn: Hoe bouw je een (seks)leven op zonder drugs? Hoe ga je om drugsgebruik in je omgeving? Hoe te dealen met schaamte en schuldgevoel? Waar ontmoet ik anderen die niet (meer) gebruiken? Waar vind ik hulp op maat? Kan ik nog wel op datingapps? Hoe ga ik om met craving en uitglijders?

## Methodieken

Gespreksgroep

**Voor meer informatie over  
de groep kan men terecht bij:  
chemsex@mainline.nl / 06 111 633 41 (ook Whatsapp)**

**Duur:** 1,5 uur  
**Frequentie:** 1 x per week.  
**Dagdelen:** woensdagavond  
**Aantal deelnemers:** minimaal 3, maximaal 12  
**Aanmelden:** chemsex@mainline.nl / 06 111 633 41  
**Intake:** ja, via email/telefoon  
**Start:** doorlopend

**Kosten:** geen  
**Deelname:** niet regio gebonden  
**Begeleiding:** medewerkers en ervaringsdeskundigen  
**Bijzonderheden:** De wekelijkse meetings zijn afwisselend in Engels (elke 2de en 4de woensdag van de maand) en in Nederlands (elke 1ste en 3de woensdag van de maand).

voor iedereen

# Adagio Amsterdam

Adagio biedt een gesloten, gestructureerde **therapiegroep voor vrouwen en mannen vanaf 18 jaar met incest- en/of seksueel geweldervaring(en)**.

Plantage Middenlaan 52A  
1018 DH Amsterdam  
020 7761042  
adagioamsterdam.nl  
info@adagioamsterdam.nl

## Intake criteria

Er heeft al traumaverwerking plaatsgevonden. Flashbacks, nachtmerries, intrusies zijn afgenomen. De deelnemer heeft een eigen wens/hulpvraag in het werken aan herstel van intimiteit en seksualiteit.

## Contra indicaties

Geen behandeling ontvangen voor seksueel trauma: nog sterk aanwezige flashbacks, intrusies en nachtmerries.

## Doelstelling

Het bevorderen van een positief lichaamsbeeld en zelfzorg. Leren om wensen en grenzen (op seksueel gebied) aan te geven aan anderen.

## Thema's

Innerlijke verdeeldheid, veiligheid versus onveiligheid, ik en mijn lijf, ruimte, grenzen en steun, agressie, contactcirkel, intimiteit en seksualiteit

## Methodieken

Rollenspellen, psychodrama, lijfwerk, schrijf oefeningen, ontspanningsoefeningen en huiswerkopdrachten.

Voor meer informatie over de groep kunt u terecht bij [saskia@adagioamsterdam.nl](mailto:saskia@adagioamsterdam.nl)

**Aantal bijeenkomsten:** 13

**Duur:** 2 uur

**Start:** rond september en maart/april

**Frequentie:** 1 x per week

**Dagdelen:** woensdagmiddag van 15.30-17.30

**Aantal deelnemers:** minimaal 6, maximaal 8

**Aanmelden:** via [saskia@adagioamsterdam.nl](mailto:saskia@adagioamsterdam.nl)

**Kosten:**

Volledige of gedeeltelijke vergoeding afhankelijk van de zorgverzekering.

**Deelname:**

niet regio gebonden

**Begeleiding:**

Eveline Schildmeijer en Saskia Bieleveldt (psychomotorisch therapeuten)

**Bijzonderheden:**

De groep wordt gegeven in het Engels.



voor iedereen

# Adagio Amsterdam

Adagio biedt een gesloten, gestructureerde **trauma sensitieve yogagroep voor vrouwen en mannen vanaf 18 jaar met incest- en/of seksueel geweldervaring(en)**.

Plantage Middenlaan 52A  
1018 DH Amsterdam  
020 7761042  
adagioamsterdam.nl  
info@adagioamsterdam.nl

## Intake criteria

Client heeft wens om meer in contact te komen met zijn/haar lichaam en is minimaal 4 van de 6 sessies binnen een cyclus beschikbaar.

## Contra indicaties

Verslaving.

## Doelstelling

Het in een veilige omgeving verkennen van het eigen lichaam, het meer in contact komen met het eigen lichaam. Het verkennen en herkennen van wensen en grenzen en uiteindelijk het oefenen met hiernaar te handelen.

## Thema's

Het (weer) in contact komen met het lichaam, signalen leren herkennen en oefenen met hiernaar te luisteren, Trauma Sensitieve Yoga kan regulerend werken.

## Methodieken

Lijfwerk en Trauma Sensitieve Yoga.

Voor meer informatie over de groep kunt u terecht bij [tsy@adagioamsterdam.nl](mailto:tsy@adagioamsterdam.nl)

**Aantal bijeenkomsten:** 6 per cyclus, mag meerdere cycli meedoen  
**Duur:** 1 uur  
**Start:** doorlopend  
**Frequentie:** 1 x per week  
**Dagdelen:** dinsdagmiddag op locatie en woensdagochtend online  
**Aantal deelnemers:** minimaal 1, maximaal 8

**Aanmelden:** via [TSY@adagioamsterdam.nl](mailto:TSY@adagioamsterdam.nl)  
**Kosten:** 95 euro per cyclus  
**Deelname:** niet regio gebonden  
**Begeleiding:** Saskia Bieleveldt, Alice de Bree, Mara Kats, Marije Evers en Amber Koomen  
**Bijzonderheden:** Trauma Sensitieve Yoga is een evidence based behandeling.

voor iedereen

# Blijf Groep Amsterdam

+ Buurteam Oost, Buurteam Noord, Buurteam Nieuw-West, Buurteam Zuid

Blijf Groep biedt in samenwerking met bovenstaande partijen de half gestructureerde, open **praatgroep 'Je bent niet de enige' voor vrouwen en mannen vanaf 18 jaar die geestelijke en/of lichamelijke (seksuele) mishandeling hebben meegemaakt binnen een partnerrelatie.**

Tollensstraat 59 A  
1053 RS Amsterdam  
088 2342450

## Intake criteria

Voor vrouwen en mannen die een onveilige relatie hebben gehad en waar sprake was van geestelijk, lichamelijk en seksueel geweld. Deze groep is ook voor mensen die nog in hun relatie zitten.

## Contra indicaties

Zware verslaving, zware psychiatrische problematiek waardoor deelname in groepsverband niet mogelijk is.

## Doelstelling

Erkenning, herkenning en ondersteuning, doorbreken van isolement, beter aangeven van grenzen, inzicht krijgen in oorzaken, voorkomen van herhaling en verwerking.

## Thema's

Hoe kan ik voorkomen dat ik in een nieuwe relatie weer bedreigingen en/of agressie meemaak, hoe geef ik mijn

grenzen aan, hoe zorg ik dat ik mij niet meer schuldig voel en schaam, opkomen voor jezelf, nee zeggen en weer leren luisteren naar je intuïtie of onderbuikgevoel.

## Methodieken

Gesprekken naar aanleiding van de theorie, lichaamsgerichte oefeningen, ontspannings-oefeningen en huiswerkopdrachten.

Voor nadere informatie over de groep kunt u telefonisch of per mail contact opnemen met de trainers van Blijf Groep via: 088 234 26 50 of per e-mail [amsterdamtrainingeninbox@blijfgroep.nl](mailto:amsterdamtrainingeninbox@blijfgroep.nl)

**Aantal bijeenkomsten:** 10 bijeenkomsten

**Duur:** 2 uur

**Frequentie:** 1 x per week

**Dagdelen:** dinsdag, woensdag of donderdagochtend

**Aantal deelnemers:** minimaal 8, maximaal 12

**Aanmelden:** via [blijfgroep.nl/lotgenotengroep-je-bent-niet-enige](http://blijfgroep.nl/lotgenotengroep-je-bent-niet-enige)

**Start:** 4 keer per jaar

**Kosten:** geen

**Deelname:** niet regio gebonden

**Begeleiding:** trainers Blijf Groep Amsterdam

voor iedereen

# BRight GGZ Jeugd en Gezin Amsterdam

Bij voldoende belangstelling start BRight GGZ een half gestructureerde, gesloten **lotgenotengroep 'Hoe verder?' voor mannen en vrouwen van 18 tot 30 jaar die eenmalig seksueel geweld hebben meegemaakt door een bekende (m.u.v. gezinslid) of onbekende.**

**Baarsjesweg 224  
2<sup>e</sup> verdieping  
1058 AA Amsterdam  
020 - 7728147**

## Intake criteria

Klachten na het meemaken van een ingrijpende seksueel geweld gebeurtenis.

## Contra indicaties:

Trauma door eerder chronisch (seksueel) geweld, IQ lager dan 80, sterk op de voorgrond staande persoonlijkheidsproblematiek, verslaving en sterke dissociatieve klachten. Doelstelling: Het inzicht krijgen in het effect van het meemaken van seksueel geweld op emoties, cognities en gedrag. Het beter leren omgaan met de gevolgen, waaronder PTSS-klachten van dit geweld en deze nare gebeurtenis een plek geven. Uitvinden wat hierbij helpend is, het gaan delen van ervaringen en ervaren dat anderen, die hetzelfde hebben meegemaakt, je kunnen steunen.

## Thema's die onder andere aan bod komen:

Schuld- en schaamtegevoelens, Omgeving: wie vertel je het wel of niet. Reacties vanuit de omgeving, victim blaming.

Het is gebeurd, daar is niks aan te veranderen. Hoe verder, wat is helpend? Geleidelijk aan weer doen wat ik wil. Ik ben niet meer wie ik was, maar wie ben ik dan? Wordt seks weer ooit normaal? Terugval, terug bij af? Keuze thema's.

## Methodieken

Cognitief gedragstherapeutische technieken, praten, voorlichting krijgen over reacties, emotieregulatievaardigheden en psycho-educatie.

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen met  
**Caroline Poleij: 020 7728147 of  
carolinepoleij@brightggz**

**Aantal bijeenkomsten:** 4 bijeenkomsten

**Duur:** 1,5 uur

**Frequentie:** Nog nader te bepalen, waarschijnlijk eens per 2 weken

**Dagdelen:** N.t.b, waarschijnlijk van 17.00-18.30 uur

**Aanmelden:** Via telefonisch spreekuur 020 7728147 van 12.00 - 13.00 uur Ma t/m do of via [info@brightggz.nl](mailto:info@brightggz.nl)

**Aantal deelnemers:** Minimaal 4, maximaal 6

**Intake:** ja

**Kosten:** Gedekt vanuit de basisverzekering, gaat wel ten koste van eigen risico

**Deelname:** Amsterdam en omstreken

**Begeleiding:** Caroline Poleij en co-therapeut

**Bijzonderheden:** Afhankelijk van aanmeldingen is het streven de leeftijdscategorie op te splitsen in de leeftijd 18-24 jaar en 25-30 jaar.



voor iedereen

# Scharlaken Koord

Scharlaken Koord start bij voldoende aanmeldingen een open, half-gestructureerde **bewustwording-, empowerment- en weerbaarheidsgroep voor iedereen van 18 jaar tot 65 jaar met een ervaring van seksueel geweld tijdens sekswerk.**

Oudezijds Voorburgwal 241  
1012 EZ Amsterdam  
020 6226897  
info@scharlakenkoord.nl  
scharlakenkoord.nl

## Intake criteria

Werkzaam (geweest) in sekswerk. Ervaring met (seksueel) geweld en/of moeite met herkennen/voelen van of omgaan met eigen emoties.

## Contra indicaties

Onbehandelde psychotische stoornissen.

## Doelstelling

Bewustwording van eigen emoties rond trauma en (seksueel) geweldservaring in prostitutie. Het ontwikkelen of versterken van een positief zelfbeeld en zelfvertrouwen en het (opnieuw) leren herkennen en aangeven van eigen gevoelens, wensen en grenzen.

## Thema's

Identiteit, zelfvertrouwen, assertiviteit, weerbaarheid, omgaan met prostitutie-ervaringen, (seksuele) relaties, trauma's, verleden en emoties.

## Methodieken

Rollenspelen, lijfwerk, schrijf oefeningen, ontspanningsoefeningen, huiswerkopdrachten, themabesprekingen, psycho-educatie en doe-opdrachten.

Voor nadere informatie over  
de groep kunt u contact opnemen via:  
020 6226897 of info@scharlakenkoord.nl

**Aantal bijeenkomsten:** 4  
**Duur:** 2 uur  
**Frequentie:** 1 x per week  
**Dag:** woensdag  
**Intake:** ja  
**Aantal deelnemers:** minimaal 4, maximaal 12  
**Start:** september 2024 en januari 2025

**Aanmelden:** per email naar info@scharlakenkoord.nl of telefonisch 020 6226897  
**Kosten:** geen  
**Deelname:** regio gebonden (Amsterdam moet bereikbaar zijn)  
**Begeleiding:** nog nader te bepalen  
**Bijzonderheden:** deelname is mogelijk in het Nederlands, Engels en Spaans

voor iedereen

# Verweren Kun Je Leren

Verweren Kun Je Leren biedt namens Empowerment Self Defense Global een gesloten, gestructureerde **weerbaarheids- en empowermentgroep voor iedereen vanaf 12 jaar**.

06 2491 1021  
esdglobalselfdefense.org  
verwerenkunjeleren@gmail.com

## Intake criteria

Iedereen die wil werken aan het verbaal of fysiek aangeven van grenzen en daarbij ook meer inzicht wil krijgen in eigen behoeftes is welkom.

## Contra indicaties

Zware psychiatrische problematiek waardoor deelname in groepsverband niet mogelijk is.

## Doelstelling

Bewustwording van het belang van eigen grenzen herkennen en vaardigheden ontwikkelen om grenzen te communiceren en handhaven. Daarnaast bewustwording ontwikkelen van denkprocessen, lichaamshouding en intuïtie. Naast verbale technieken, leert de deelnemer ook fysieke zelfverdedigingstechnieken. Een veiliger gevoel voor de deelnemer creëren en meer vertrouwen in eigen kunnen ontwikkelen staat voorop.

## Thema's

Eigen grenzen herkennen en leren aangeven; opkomen voor jezelf en ruimte innemen; meer aarden in je eigen lichaam en stilstaan bij intuïtie.

## Methodieken

Lijfwerk, rollenspellen, psycho-educatie, vechtzelfverdedigingstechnieken, greepbevrijdingen, ontspanningsoefeningen, schrijf oefeningen, de-escalatiemethoden.

Voor meer informatie over de groep  
kunt u terecht bij Anniek Wieferink: 06 2491 1021 of  
verwerenkunjeleren@gmail.com

**Aantal bijeenkomsten:** 1 of 4  
**Duur:** 6 of 2 uur  
**Start:** Bij voldoende geïnteresseerden kan meerdere malen per jaar een nieuwe groep gestart worden.  
**Frequentie:** 1 x per week  
**Dagdelen:** woensdag overdag en 's avonds, vrijdag overdag

**Aantal deelnemers:** minimaal 4, maximaal 10  
**Aanmelden:** per email of telefoon  
**Kosten:** € 200 (eenmalige training) – € 250 (4x kortere trainingen)  
**Deelname:** Trainingen kunnen gegeven worden in Utrecht, Noord-Holland, Gelderland, Overijssel, Flevoland  
**Begeleiding:** Anniek Wieferink en/of Nina Wennink  
**Bijzonderheden:** Geen intake

voor iedereen

# Slachtofferhulp Nederland

Slachtofferhulp Nederland biedt diverse gesloten, half-gestructureerde **lotgenotengroepen voor iedereen die seksueel geweld heeft meegemaakt.** Ouders/verzorgers zijn ook welkom.

0900-0101  
[slachtofferhulp.nl/](https://slachtofferhulp.nl/)  
[lotgenotencontact@slachtofferhulp.nl](mailto:lotgenotencontact@slachtofferhulp.nl)

## Intake criteria

Iedereen die een ervaring heeft met een vorm van seksueel geweld kan zich aanmelden. Gekeken wordt naar een match tussen aanbod en verwachting en mate van aansluiting bij de groep. Deelnemers zijn in staat om te praten over de gebeurtenis en te luisteren naar anderen.

## Contra indicaties

Vergaande psychische problemen of gebruik van (verslavende) middelen die het functioneren belemmeren. Deelnemers die in therapie zijn en waarvan hun therapeut aangeeft dat lotgenotencontact op dit moment een contra-indicatie is.

## Doelstelling

Heb je een ingrijpende gebeurtenis meegemaakt en heb je behoefte om hierover te praten met mensen die vergelijkbare ervaringen hebben? Ben je benieuwd hoe anderen ermee omgaan en ben je op zoek naar steun? Vind herkenning en erkenning door lotgenotencontact.

Lotgenoten kunnen ervaringen met elkaar delen en van elkaar leren.

## Thema's

Naar wens van de groep. Vaak voorkomende thema's zijn: schuld en schaamte, emotionele gevolgen, relaties en intimiteit, reacties van en delen met je omgeving, victim blaming, strafproces, hulpverlening.

## Methodieken

Delen, luisteren en onderlinge steun.

Voor meer informatie over  
de groep kunt u terecht bij  
[lotgenotencontact@slachtofferhulp.nl](mailto:lotgenotencontact@slachtofferhulp.nl)

**Live of offline groepen:** één of zes bijeenkomsten  
**Duur:** 2 uur  
**Start:** meerdere malen per jaar  
**Frequentie:** om de week  
**Dagdelen:** verschilt per groep  
**Aanmelden:** via het formulier bij de agenda op de site: [slachtofferhulp.nl/emotionele-hulp/contact-met-lotgenoten/](https://slachtofferhulp.nl/emotionele-hulp/contact-met-lotgenoten/)

**Aantal deelnemers:** minimaal 4, maximaal 8  
**Kosten:** geen  
**Deelname:** niet regio gebonden  
**Begeleiding:** twee getrainde lotgenotenbegeleiders van Slachtofferhulp Nederland  
**Bijzonderheden:** Geen passende groep op de agenda? Vul dan op de website het 'blijf op de hoogte' formulier in.  
**Intake:** Ja, telefonisch, beeldbellen of fysiek voor de start van een groep.

# ARQ Centrum '45

ARQ Centrum'45 biedt een gestructureerde, gesloten module **'Herstel van Intimiteit' (lichaamsgerichte therapiegroep) voor vrouwen met incest- en/of seksueel geweldervaring (vluchtelingen en asielzoekers vanaf 18 jaar tot 65 jaar).**

Nienoord 5  
1112 XE Diemen  
020 6274974  
info@arq.org  
arq.org

## Intake criteria

Vrouwelijke slachtoffers van (vroegkinderlijk) misbruik, verwaarlozing en/of (seksueel) geweld die willen werken aan het verkrijgen van een positievere lichaams-, intimiteits- en seksualiteitsbeleving en die al een vorm van traumagerichte behandeling hebben gehad.

## Contra indicaties

Onbehandelde psychotische stoornissen, alcohol/drugs-verslaving, ernstige suicidaliteit.

## Doelstelling

Het ontwikkelen van een positievere lichaamsbeleving en intimiteitsbeleving door het opdoen van nieuwe ervaringen. Bespreekbaar maken van intimiteit en hieraan gerelateerde aspecten van lichamelijkeheid. Het inzicht krijgen in het verband tussen seksueel geweld of misbruik en huidige lichaams- en intimiteitsbeleving.

## Thema's

Lichaamsbeleving, grenzen, eigen wensen en behoeften, intimiteit en seksualiteit.

## Methodieken

Psychomotorische therapie, lichaamsgerichte, psychodrama en ontspanningsoefeningen.

Voor nadere informatie over  
de groep kunt u contact opnemen met  
Bureau Aanmelding of info@centrum45.nl

**Aantal bijeenkomsten:** 12  
**Duur:** 1,5 uur  
**Frequentie:** 1 x per week  
**Daagdelen:** woensdagochtend of donderdag-  
ochtend  
**Aantal deelnemers:** minimaal 4, maximaal 8  
**Intake:** ja

**Start:** 1 x per vier maanden (bij voldoende aanmeldingen)  
**Aanmelden:** Bureau Aanmelding 088 3305511,  
op werkdagen van 09.00-15.00 uur  
**Kosten:** geen  
**Deelname:** niet regio gebonden  
**Begeleiding:** psychomotorisch therapeut en psycholoog  
**Bijzonderheden:** voorwaarde is Nederlandse of Engelse taalbeheersing



# ARQ Centrum '45

ARQ Centrum '45 biedt een half gestructureerde, doorlopende **pre-therapiegroep voor vrouwen met een migratieachtergrond vanaf 18 jaar met incest- en/of seksueel geweldervaring**. In overleg staat de groep ook open voor mannen en andere genders of wordt een tweede groep gevormd.

Nienoord 5  
1112 XE Diemen  
020 6274974  
info@arq.org  
arq.org

## Intake criteria

Een migratieachtergrond en ervaring met incest- en/of seksueel geweld.

## Contra indicaties

Ernstige gedragsstoornissen, overmatig alcohol of drugsgebruik en/of suïcidaliteit.

## Doelstelling

Door middel van educatie en het opdoen van ervaringen, inzichten eigen maken die betrekking hebben op het kunnen reguleren van emoties en zich zo voorbereiden op trauma-therapie.

## Thema's

Window of Tolerance, sociogram, crisissignaleringsplan.

## Methodieken

Rollenspelen, ontspanningsoefeningen, huiswerkopdrachten, beeldende technieken en bewegingsgerichte interventies binnen een module gericht op voorbereiden op trauma-behandeling.

Voor meer informatie over  
de groep kan men terecht bij:  
a.zomer@arq.org

**Aantal bijeenkomsten:** minimaal 8 en maximaal 20  
**Duur:** 1,5 uur  
**Frequentie:** 1 x per week.  
**Dagdelen:** woensdagochtend  
**Aantal deelnemers:** minimaal 4, maximaal 10  
**Aanmelden:** via Bureau Aanmelding en Indicatie  
BAI@centrum45.nl

**Intake:** ja  
**Start:** doorlopende groep met om de 4 weken een instroommoment  
**Kosten:** geen  
**Deelname:** niet regio gebonden  
**Begeleiding:** Arnolda Zomer  
**Bijzonderheden:** er wordt gewerkt met tolken indien mensen onvoldoende Nederlands of Engels spreken

# ARQ Centrum '45

ARQ Centrum '45 biedt een half open, **gestructureerde schematherapiegroep (dagbehandeling) aan voor vrouwen en mannen met incest- en/of seksueel geweldervaring (vluchtelingen en asielzoekers vanaf 18 jaar tot 65 jaar).**

Nienoord 5  
1112 XE Diemen  
020 6274974  
info@arq.org  
arq.org

## Intake criteria

Deze groep is bedoeld voor patiënten die naast een PTSS last hebben van langdurige emotieregulatie-, impulscontrole en/of interpersoonlijke problemen passend binnen persoonlijkheidsproblematiek cluster B (en C), die ontstaan zijn in de vroege jeugd. Er dient sprake te zijn van reflectief, verbaliserend en mentaliserend vermogen en goede beheersing van Engelse en/of Nederlandse taal.

## Contra indicaties

Onbehandelde psychotische stoornissen, alcohol/drugsverslaving, ernstige suïcidaliteit.

## Doelstelling

Doel van de behandeling is het doorbreken van hardnekkige denk- en gedrag patronen die in de jeugd ontstaan zijn en die de bron vormen van heftige stemmingswisselingen, problemen in interpersoonlijke contacten en het gehele functioneren beïnvloeden. Het verwerken van traumatische ervaringen uit de jeugd, het verbeteren van het zelfbeeld en het anders leren omgaan met heftige emotionele reacties

op alledaagse situaties en in contact met anderen zijn, is hier onderdeel van.

## Thema's

Patronen herkennen in de manier van (emotioneel) reageren en oefenen met anders reageren. Psycho-educatie.

## Methodieken

Schematherapiegroep volgens model van Farrel and Shaw.

Voor nadere informatie over  
de groep kunt u terecht bij: [info@arq.org](mailto:info@arq.org)  
of Bureau Aanmelding

**Gedurende:** één jaar  
**Duur:** dagbehandeling 10.00-14.00 uur,  
aansluitend mogelijkheid voor  
individuele traumagerichte  
therapie (EMDR/NET)  
**Frequentie:** 1 x per week  
**Dagdelen:** dinsdagochtend- en middag  
**Aantal deelnemers:** minimaal 6, maximaal 9

**Intake:** ja  
**Start:** 1 x per vier maanden  
**Aanmelden:** Bureau Aanmelding 088 3305511,  
op werkdagen van 09.00-15.00 uur  
**Kosten:** geen, behalve eigen risico  
**Deelname:** niet regio gebonden  
**Begeleiding:** klinische psychologen/psychotherapeuten, GZ-psycholoog,  
arts, psychomotorisch therapeut, sociotherapeut  
**Bijzonderheden:** voorwaarde is Nederlandse of Engelse taalbeheersing

voor familieleden en naasten van slachtoffers

# Praktijk Voelmoedig

Praktijk Voelmoedig start een gesloten, half gestructureerde **ondersteunings- en informatiegroep voor moeders en vaders, partners, familie, vrienden en andere betrokkenen van een slachtoffer van seksueel geweld.**

**Ekangala 20  
1103 AZ Amsterdam  
06 30191300  
info@praktijkvoelmoedig.nl  
praktijkvoelmoedig.nl**

## Intake criteria

Iedereen is welkom.

## Contra indicaties

Wanneer de omstander ook dader is.

## Doelstelling

Door het geven van informatie krijgt men meer zicht op de schade en de gevolgen daarvan voor het slachtoffer en de mensen daar omheen. Ook willen wij bereiken dat direct betrokkenen weten wat wel en niet bijdraagt in de ondersteuning van een slachtoffer tijdens het verwerkingsproces.

onzekerheid over seksualiteit, familietrauma, collectief NEE/ontkenning. Wat merkt een direct betrokkene hiervan: woede of zwijgen, defect in de zelfbescherming, verpakte boodschappen, onvermogen tot het aangaan van echte verbinding en contact. En wat men verder nog ter sprake wil brengen.

## Methodieken

Geven van informatie over de schade en de gevolgen daarvan op het slachtoffer en de omgeving, psychodrama.

## Thema's

Waar het slachtoffer last van heeft: geheim, schuld, schaamte, interne daderstem, moeite met zichzelf kenbaar maken,

**Voor meer informatie over  
de groep kunt u terecht bij Jeannette Dijkstra via:  
06 30191300 of info@praktijkvoelmoedig.nl**

**Aantal bijeenkomsten:** 2  
**Duur:** 4 uur  
**Frequentie:** 1 x in de twee weken  
**Aantal deelnemers:** minimaal 6 en maximaal 10  
**Start:** 2 x per jaar bij voldoende deelnemers  
**Dagdelen:** zaterdag van 10.00 uur tot 14.00 uur

**Aanmelden:** via Praktijk Voelmoedig, info@praktijkvoelmoedig.nl  
**Kosten:** € 145,00  
**Deelname:** niet regio gebonden  
**Begeleiding:** Jeannette Dijkstra  
**Intake:** nee  
**Bijzonderheden:** praktijk Voelmoedig werkt met professionals die tevens ervaringsdeskundigen zijn

# Stop it Now & de Waag

Stop it Now begeleidt bij voldoende deelnemers, in samenwerking met de Waag, gesloten, half gestructureerde **lotgenotengroepen voor partners, familie en naasten van personen die seksueel gedrag vertonen naar minderjarigen** (denk aan mensen die seksueel kindermisbruik hebben gepleegd of kijken naar seksueel misbruikbeelden van minderjarigen).

[Stopitnow.nl](https://stopitnow.nl)

## Intake criteria

Onderlinge vertrouwelijkheid in de lotgenotengroep is essentieel.

## Doelstelling

Vergeten groep van partners, familieleden en directe naasten met elkaar in contact brengen. Verhalen en ervaringen delen. Het bieden van steun en informatie over het ontstaan van (online) seksueel kindermisbruik.

## Thema's

Gedurende vijf bijeenkomsten worden er verschillende thema's besproken, zoals hoe komt iemand tot het kijken van misbruikbeelden of het plegen van misbruik, risicosignalen herkennen, en positieve doelen stellen.

## Methodieken

Naast het verstrekken van informatie, het meedenken over moeilijke situaties en het bieden van een luisterend oor, is er

met name veel ruimte voor erkenning en herkenning onder de lotgenoten. De groepen staan onder begeleiding van professionals van de Waag en Stop it Now met specifieke kennis op dit gebied.

## Aanmelden

Op de website van Stop it Now is een contactformulier te vinden om je aan te melden voor de lotgenotengroep.

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen via: 0800 2666436. Zie [stopitnow.nl](https://stopitnow.nl) voor de actuele openingstijden.

**Aantal bijeenkomsten:** 5  
**Duur:** 1,5 uur  
**Frequentie:** twee wekelijks  
**Dagdelen:** kantooruren, dag nader te bepalen met deelnemers  
**Aantal deelnemers:** minimaal 4  
**Intake:** ja

**Aanmelden:** verwijzing via Stop it Now of vanuit de Waag  
**Kosten:** geen  
**Deelname:** niet regio gebonden  
**Begeleiding:** wisselt per vestiging  
**Bijzonderheden:** De groep vindt plaats op een van de locaties van de Waag.



voor plegers

# De Waag

Centrum voor Ambulante Forensische Psychiatrie

De Waag biedt bij voldoende deelnemers een gesloten, half gestructureerde **therapie-groep voor ouders/plegers die kindermisbruikplaatjes (ofwel kinderporno) hebben gedownload**.

Zeeburgerpad 12-B  
1018 AJ Amsterdam  
020 4626333  
info@dewaagamsterdam.nl  
dewaagnederland.nl

## Intake criteria

Er moet sprake zijn van het downloaden van kindermisbruikplaatjes (kinderporno).

## Contra indicaties

Ernstige psychiatrische stoornis zoals psychose, ernstige suïcidaliteit of andere crisisgevoeligheid, middelengebruik op de voorgrond, verstandelijke beperking.

## Doelstelling

Wij streven na dat groepsleden verantwoordelijkheid (gaan) nemen over hun downloadgedrag, begrijpen hoe zij tot dit gedrag zijn gekomen en hoe zij herhaling kunnen voorkomen. Het werkboek gericht op deze problematiek helpt om inzichten te verwerven. De groepsstructuur maakt dat deelnemers op positieve manier van elkaar kunnen leren, kritisch worden bevraagd maar ook steun kunnen ervaren. Doel is dat de kans op recidive wordt verlaagd.

## Thema's

De gevolgen van het downloaden in het heden en de achtergrond van kindermisbruikplaatjes, achtergrond en motivatie tot het downloaden van kindermisbruikplaatjes, factoren die het downloaden in stand houden, de functies van het downloaden en wat daar aan te doen. De positieve doelen die mensen nastreven en veiligheid op lange termijn.

## Methodieken

Aan de hand van het werkboek.

Voor nadere informatie over  
de groep kunt u con-tact opnemen met Anne Maurice  
van Eck: [avaneck@dewaagnederland.nl](mailto:avaneck@dewaagnederland.nl)

**Gedurende:** een half jaar  
**Duur:** 1,5 uur  
**Frequentie:** 1 x per week  
**Dagdelen:** nader te bepalen  
**Intake:** ja  
**Aantal deelnemers:** minimaal 5, maximaal 8

**Aanmelden:** via de intake-coördinator (via het secretariaat van de Waag Amsterdam). Evt. kan ook met één van de behandelaars worden overlegd worden vergoed door de zorgverzekeraar of Justitie  
**Kosten:** regio gebonden  
**Deelname:** twee behandelaars uit het team seksueel grensoverschrijdend gedrag.  
**Naam begeleiders:** de Waag heeft ook een individueel behandelaanbod voor deze plegers  
**Bijzonderheden:**

voor plegers

# De Waag

Centrum voor Ambulante Forensische Psychiatrie

De Waag biedt bij voldoende deelnemers een doorlopende open, half gestructureerde **therapiegroep voor mannen die seksueel grensoverschrijdend gedrag (dreigen te) vertonen in de leeftijd vanaf 18 jaar.**

**Zeeburgerpad 12-B  
1018 AJ Amsterdam  
020 4626333  
info@dewaagamsterdam.nl  
dewaagnederland.nl**

## Intake criteria

Er is sprake (geweest) van seksueel grensoverschrijdend gedrag.

## Contra indicaties

Ernstige psychiatrische stoornis zoals psychose, ernstige suïcidaliteit of andere crisisgevoeligheid, verstandelijke beperking, middelengebruik staat op de voorgrond.

## Doelstelling

Inzicht krijgen in de totstandkoming van het seksuele grensoverschrijdende gedrag en het voorkomen van recidive. Meer grip krijgen op de problemen die je in je leven tegenkomt door het verbeteren van de oplossingsvaardigheden, gezonder functioneren op seksueel gebied, verbeteren van de relationele vaardigheden, verminderen van vervormende cognities, verkrijgen van meer controle over je emoties en het realiseren van je eigen empowermentplan en toekomstplan.

## Thema's

Invloed van het denken, goedpraters en attitude, leren van je delict, werken aan een betere probleemoplossing, meer balans in je stijl van leven, seksualiteit, relationele vaardigheden, emoties en toekomstplan.

## Methodieken

Rollenspelen, schrijf oefeningen, ontspanningsoefeningen, huiswerk opdrachten veelal vanuit de cognitieve gedrags therapie.

**Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen via de Waag met Anne Maurice van Eck:  
avaneck@dewaagnederland.nl**

**Aantal bijeenkomsten:** varieert  
**Duur:** 1,5 uur  
**Frequentie:** 1 x per week  
**Dagdelen:** nader te bepalen  
**Intake:** ja  
**Aantal deelnemers:** minimaal 4, maximaal 8  
**Aanmelden:** via Justitie of via huisarts

**Kosten:** bij aanmelding via de huisarts wordt de behandeling vergoed door de verzekering en kan wel het jaarlijks eigen risico worden aangesproken.  
**Deelname:** regio gebonden  
**Naam begeleiders:** twee behandelaars uit het team seksueel grensoverschrijdend gedrag  
**Bijzonderheden:** de Waag heeft ook een individueel behandelaanbod voor deze plegers









Centrum **Seksueel Geweld**  
**Amsterdam-Amstelland**

## Colofon

Uitgave: Centrum Seksueel Geweld  
Amsterdam-Amstelland  
Grafisch ontwerp: Vorm de Stad  
Amsterdam 2024