



Vierdaags programma Sociale Angst

Informatiebrochure voor patiënten



Wat is het vierdaags programma Sociale Angst?

Dit is een vierdaags programma waarbij er wordt gewerkt rond sociale angsten. De doelstellingen zijn:

- De jongere zicht laten krijgen op zijn angsten en op hoe deze zijn functioneren beïnvloeden.
- Handvatten aanleren om deze angsten te overwinnen.

Voor wie?

De groepstraining richt zich op jongeren tussen 12 en 17 jaar, die last hebben van sociale angst en hierdoor niet meer functioneren of geïsoleerd geraken.

Voorwaarden

- normaalbegaafde jongeren
- willen stilstaan bij hun angst en bereid zijn hieraan te werken, zowel in de groep als thuis via huiswerkopdrachten
- geen acuut middelenmisbruik of ernstige psychotische stoornissen

Wat is de werkwijze van de groepstherapie?

- We leren relaxatietechnieken en cognitieve technieken aan.
- We gaan zeer intensief aan de slag via exposure van de angsten. We gaan ook buiten het ziekenhuis oefenen in sociale situaties.

Wanneer gaat de groepstherapie door?

Tijdens de kerstvakantie op 29, 30, 31 december 2025 en 2 januari 2026.

Waar gaat de therapie door?

Alle sessies gaan door in ZAS Universitaire Kinder- en Jeugdpsychiatrie Antwerpen:
ZAS UKJA Site Middelheim
Lindendreef 1, 2020 Antwerpen
We gaan ook oefenen in de stad.

Wat is de deelnemersprijs?

Ambulante jongeren worden voor de duur van het programma opgenomen als dagpatiënt. De prijs is conform RIZIV-tarief (ev. tussenkomst hospitalisatieverzekering).
Voor residentiële patiënten zit dit vervat in hun opname.

Begeleiding

De begeleiding wordt verzorgd door psychologen - psychotherapeuten en/of artsen van de Zorgeenheid voor Internaliserende Problematieken onder supervisie van een kinder- en jeugdpsychiater van de zorgeenheid.

Hoe inschrijven?

Deelname kan pas na een intakegesprek, waarbij gekeken wordt of de groepstherapie aansluit bij de verwachtingen.

Externe verwijzers en/of ouders kunnen aanmelden via:

De deadline voor aanmeldingen is 15/12/2025.



Nog vragen? Dan kan je altijd mailen naar zna.ukja-groepstherapie@zas.be

De verwijzer blijft het aanspreekpunt voor het totaalpakket van je behandeling.

ZIEKENHUIS aan de STROOM