

## Relatie- en Gezinstherapie

Zicht krijgen op het probleem

De Nederlandse Vereniging voor Relatie- en Gezinstherapie (NVRG) is een beroepsvereniging voor relatie- en gezinstherapeuten met ruim 2000 leden. De NVRG bewaakt de kwaliteit van de opleiding en haar leden en zorgt voor nascholing volgens de meest recente inzichten en therapieën. Bij de NVRG geregistreeerde therapeuten voldoen aan strenge opleidings- en vakbekwaamheidseisen. Een therapeut is een onafhankelijke en onpartijdige derde, die niet oordeelt en respect toont voor de zienswijze van alle betrokken partijen.

### Herken de signalen

Herken je je in een of meerdere van onderstaande situaties? Dan is het inzetten van een NVRG geregistreeerde therapeut raadzaam:

- Ik heb het gevoel dat mijn partner en ik in een negatief patroon terecht gekomen zijn mijn partner en ik maken dikwijls ruzie op een heftige manier en daar heb ik last van de lijst met onderwerpen waarover we niet kunnen praten wordt steeds langer:
- Ik zie er tegenop om naar huis te gaan.
- Ik ben bang voor mijn partner.
- Mijn partner en ik vrijen niet meer en daar heb ik last van.
- Mijn partner irriteert mij heel snel.
- Mijn partner liegt tegen mij; ik lieg tegen mijn partner.
- Ik voel mij onzeker als ik bij mijn partner ben.
- We hebben veel meegemaakt en het lukt ons niet goed om dat samen een plek te geven.
- Mijn partner (of ik) gaat vreemd.

### Aanbod

Een bij de NVRG geregistreeerde therapeut helpt je zicht te krijgen op het probleem, hoe het probleem is ontstaan en wat er nodig is om gewenste veranderingen tot stand te brengen en wie daar welk aandeel in heeft. De therapeut helpt je om patronen te herkennen en voor iedereen helder te maken hoe de onderlinge relatie(s) in elkaar zitten en hoe de relatie of het gezin functioneert zodat je weloverwogen de volgende stap kunt zetten. Dit kan ook betekenen dat je tot de conclusie komt dat je samen geen toekomst meer hebt.

### Kosten

De kosten voor een consult van 1 uur zijn circa € 100. Informeer bij de therapeut over zijn/haar tarief.

### Resultaat

- De juiste gesprekken worden weer gevoerd.
- Er is weer wederzijds begrip.
- Het vertrouwen in elkaar komt terug.
- Je kunt elkaar weer veiligheid bieden.
- Er is weer respect.
- Er is weer rust in de relatie.
- En mogelijk ook weer liefde.