

Eline Biesheuvel

Psychologiepraktijk



Van wachttijd naar starttijd binnen praktijk Biesheuvel!

Helaas is er al langere tijd sprake van oplopende wachttijden binnen de GGZ. En hoewel wij er alles aan doen deze zoveel mogelijk te beperken, wordt ook u als cliënt met wachttijd geconfronteerd. Dit is lastig omdat de behoefte aan hulp er is. Er is frustratie, angst dat de klachten erger worden en het gebrek aan perspectief kan machteloos maken.

Binnen psychologiepraktijk Eline Biesheuvel zijn we dan ook een pilot gestart: van wachttijd naar starttijd!

Doel van de pilot is om u, als cliënt, direct vanaf de aanmelding in beweging (letterlijk en figuurlijk) te krijgen waardoor u meer regie gaat krijgen over uw klachten en welbevinden. Wij hebben ons voor deze pilot laten inspireren door het goede werk van GGNet.

Hoe ziet deze pilot eruit?

De behandelaren die inhoudelijk verantwoordelijk zijn voor de pilot zijn Nancy Breetveld (psychiatrisch verpleegkundige en wandeltherapeut en coach) en Eline Biesheuvel (Gz-psycholoog/regiebehandelaar en praktijkhouder). De pilot start met een kennismaking /intake met Nancy Breetveld. Tijdens deze intake worden uw klachten en doelen in kaart gebracht en krijgt u extra informatie over de pilot. Daarna zal een tweede gesprek worden ingepland met Eline Biesheuvel. Na dit tweede gesprek start de begeleiding door Nancy Breetveld.

Nancy maakt tijdens de pilot gebruik van wandeltherapie. Waar de gesprekken voornamelijk op gericht zijn is het leren voelen en herkennen van wat je lichaam je wilt vertellen. Welke behoeften jij hebt en hoe daarnaar te luisteren. Je krijgt vanuit vertrouwen, een meer open mindset waardoor nieuwsgierigheid ontstaat en je uitdagingen als kansen en ontwikkel mogelijkheden kan zien i.p.v. als problemen.

Doel van de sessies is voornamelijk rust kunnen vinden. In jezelf, in je omgeving in je dagelijkse activiteiten. Waardoor je leert om te voelen, om de reacties van je lichaam te herkennen. Alleen met ontspanning en rust ben je in staat om te voelen wat je wél en niét wilt waardoor balans ontstaat.

Door stapsgewijs de benadering in te zetten, werken wij duurzaam richting herstel. Duurzaam houdt hierbij in dat er een sterke basis gecreëerd wordt vanuit jezelf waardoor je met vertrouwen door het

leven kunt gaan. De verbinding met jezelf en met anderen herstelt en ook je persoonlijke doelen worden helder. Je ontwikkelt een basisvertrouwen in jezelf en in het leven. Het traject bestaat uit 5 sessies van 1,5 uur. Na dit traject wordt samen met u bekeken of vervolg behandeling gewenst is binnen de psychologiepraktijk.

Uw aanmelding door huisarts of POH GGZ is door ons beoordeeld en op basis hiervan komt u in aanmerking voor deelname aan de pilot. Indien u hiervan gebruik wil maken willen we u vragen dit door te geven via de mail: secretariaat@psychologiebiesheuvel.nl of telefonisch op 072-8200371.

De sessies worden vergoed vanuit de basisverzekering waarbij wel eerst uw eigen risico wordt aangesproken.

Naast therapie en coaching door Nancy Breetveld kan gebruik worden gemaakt van digitale ondersteuning middels vragenlijsten, e-health en apps.

Wilt u ook direct aan de slag met het verminderen van uw klachten en regie pakken over uw mentale gezondheid, wees welkom deel te nemen aan deze pilot!