

keuzehulp GGZ volwassenen



Dit is het basispakket GGZ Volwassenen - versie voorjaar 2025

Programma's gemarkeerd met 'A' vallen buiten dit basispakket en kunnen een passende aanvulling zijn. Bekijk ook de keuzehulp 'Aanvullende pakketten'.

Nog op de wachtlijst?

- E-volve - Voortraject
- Eerste stap naar herstel
- Eetstoornissen - op de wachtlijst **A**

Voor bij de intake

- Intake formulier
- Eerste stap naar herstel

Angst, Dwang en Paniek

Denk ook eens aan:

Bijhouden van paniekaanvallen
Dwang
Faalangst
Gegeneraliseerde angst
Paniek
Sociale angst
Specifieke fobie
Ziekteangst

Angst voor tandarts **A**
G-schema
taartdiagram
Piekeren
Stop keuzestress **A**

Liever geen heel protocol?

Introceptieve exposure

Methode

ACT (+ losse thema's) **A**
ACT: van klacht naar veerkracht **A**
Activatie
EMDR
G-schema (6 technieken)

Gedragsexperiment
Interoceptieve exposure
Mindfulness
Schematherapie
Signaleringsplan
Terugvalpreventie

ADHD

Denk ook eens aan:

ADHD
Druk en afgeleid

Mindfulness
Overprikkeling
Planning en structuur **A**

Autisme

Denk ook eens aan:

Autisme

Autisme in de partnerrelatie **A**
Communiceren **A**
Overprikkeling
Planning en structuur **A**

Zelfbeeld

Denk ook eens aan:

Boost je zelfvertrouwen
Zelfbeeld
Zelfcompassie - minder streng voor jezelf

Accepteren
G-schema
meerdimensionaal
Kernkwadranten

Verslaving

Denk ook eens aan:

Alcoholverslaving
De Bottom-line opdracht
Gameverslaving
Gokverslaving
Middelengebruik
Ongewenste gewoontes
Stoppen met roken

Alcohol onder controle **A**
Ontspanning
Seks- en/of porno verslaving **A**
Sociale angst
Zelfbeeld

keuzehulp GGZ volwassenen



Stress en overspanning

Denk ook eens aan:

Ontspanning
Overspanning en burn-out
Overspanning en burn-out
- studenten
StressLes
Piekeren
Overprikkeling
Werkhervattingsplan

Balans **A**
Opkomen voor jezelf
Planning en structuur **A**

Levensfase

Denk ook eens aan:

Dementie: hulp bij je
diagnose
Dementie bij je naaste
Overgang
Uit elkaar - de ander wil
uit elkaar
Uit elkaar - ik wil uit
elkaar

18! en nu? **A**
Overgang **A**

Somatiek

Aanhoudende (pijn)
klachten - Mind-body
benadering
EHBOorsuizen - contro-
le over tinnitus
Hersenletsel (NAH) -
Psychosociale
veranderingen
Hersenletsel (NAH) -
Cognitieve
veranderingen
Hersenletsel (NAH)-
Mantelzorg
Omgaan met
vermoeidheid (E-coach)
SOLK/ALK -
gevolgenmodel

Mijn client heeft kanker
Kanker 1 - na de
diagnose **A**
Kanker 2 - tijdens de
behandeling **A**
Kanker 3 - na de
behandeling **A**

Persoonlijkheidsproblematiek

Andere gespecificeerde
pp
Afhankelijke PP
Vermijdende PP
Dwangmatige PP
Borderline
Narcisme

**Eventueel aangevuld
met:**
Schematherapie
Schematherapie
- de gezonde
volwassene

Persoonlijke ontwikkeling

Denk ook eens aan:

30 min: Aandacht voor
geluk
30 min: jouw belans
Acceperen
Dankbaarheid
Doelen behalen
Gefocust te werk
Kernkwadranten
Opkomen voor jezelf

Loopbaancoaching **A**
Mijn sociale
omgeving **A**
Omgaan met geld **A**
Pesten en agressie op
de werkvloer **A**
Relatieboost **A**
Talenten ontdekken **A**
Veerkracht **A**

Trauma

EMDR
Intensieve traumabehandeling - online werkbezoek
PTSS
herstellen na online seksueel misbruik

keuzehulp GGZ volwassenen



Voor naasten

Afhankelijk PP - sociale omgeving

Andere gespecificeerde PP - sociale omgeving

Angst bij je naasten

Autisme in de partnerrelatie **A**

Burn-out bij je naaste

Dementie bij je naaste

Dwangmatige PP - sociale omgeving

Eetstoornissen - gezinsondersteuning **A**

Gokverslaving bij je naaste

Geldzorgen bij je naaste

Hersenletsel bij je naaste

Mantelzorg **A**

Middelengebruik bij je naaste

Omgaan met een

suïcidale naaste

PTSS bij je naaste

Psychose bij je naaste

Rouw bij je naaste

Vermijdende PP - sociale omgeving

Stemming en rouw

Denk ook eens aan:

Afbouwen antidepressiva

Depressie - CGT

Moodbooster voor de donkere maanden

Rouw

Somberheid

Verlies

Activatie

Dankbaarheid

Depressie - IPT **A**

Eenzaamheid **A**

(Geen) Zin in seks **A**

G-schema's

(6 technieken)

Gemis tijdens speciale momenten

Lekker slapen

Rouw na moord en

doodslag **A**

Rouw na suicide **A**

Zelfbeeld

Leefstijl

Grip op je leefstijl

Leefstijl

Leefstijl 60+

lekker slapen

Winterwelzijn: Actief en gelukkig

Psychose

Psychose

Emotieregulatie

Emotie eten

Omgaan met emoties

