

Keuzehulp

Volwassenen



Dit is het volledige aanbod - zomer 2021.
Een selectie van de programma's staat in jouw basispakket.

Nog op de wachtlijst?

- Eerste stap naar herstel
- Eetstoornissen - op de wachtlijst



Voor bij de intake

- Intake formulier
- Eerste stap naar herstel



Angst en Paniek

Denk ook eens aan:

- Angst voor de tandarts
- Faalangst
- Gegeneraliseerde angst
- Paniek
- Sociale angst
- Specifieke fobie
- Stop keuzestress

- G-schema
- taartdiagram
- Piekeren
- Verschillende
- VR modules

Liever geen heel protocol?
Introceptieve exposure

ADHD

Denk ook eens aan:

- ADHD
- Druk en afgeleid

- Mindfulness
- Planning en structuur

Autisme

Denk ook eens aan:

- Autisme
- Autisme in de partnerrelatie

- Communiceren
- Planning en structuur

Stemming en rouw

Denk ook eens aan:

- Afbouwen antidepressiva
- Depressie - CGT
- Depressie - IPT
- Rouw
- Rouw na moord en doodslag
- Rouw na suicide
- Somberheid

- Activatie
- Eenzaamheid
- (Geen) Zin in seks
- G-schema's (4 technieken)
- Lekker slapen
- Zelfbeeld

Methode

- ACT (+ losse thema's)
- Activatie
- EMDR
- G-schema (4 technieken)
- Gedragsexperiment

- Interceptieve exposure
- Mindfulness
- Schematherapie
- Signaleringsplan
- Terugvalpreventie

Trauma

- EMDR
- PTSS

Emotieregulatie

- Omgaan met emoties

Levensfase

- Overgang

Dwang

- Dwang



Keuzehulp

Volwassenen



Stress en overspanning

Ontspanning
Overspanning en burn-out
StressLes
Omgaan met coronastress

Denk ook eens aan:

Mentale ondersteuning zorgprofessionals - corona
Balans
Opkomen voor jezelf
Planning en structuur

Verlaving

Alcohol onder controle
Alcoholverlaving
De Bottom-line opdracht
Gokverlaving
Middelengebruik
Slechte gewoontes
Seks- en/of porno verlaving
Stoppen met roken

Denk ook eens aan:

Alcohol verlaving VR
Ontspanning
Sociale angst
Zelfbeeld

Somatiek

Chronische pijn
EHBOorsuizen - controle over tinnitus
SOLK

Mijn cliënt heeft kanker

Kanker 1 - na de diagnose
Kanker 2 - tijdens de behandeling
Kanker 3 - na de behandeling

Mijn client heeft diabetes

Diabetes type 1 - jongvolwassenen
Diabetes type 2

Algemeen

Consultvoorbereiding
Kennis van gezondheid
Bewegen bij lichamelijke klachten

Persoonlijkheidsproblematiek

Andere gespecificeerde PP + sociale omgeving
Afhankelijke PP + sociale omgeving
Vermijdende PP + sociale omgeving
Dwangmatige PP + sociale omgeving

Borderline
Narcisme

Eventueel aangevuld met:

Schematherapie
Schematherapie - de gezonde volwassene

Persoonlijke ontwikkeling

Accepteren
Balans
Communiceren
Doelen behalen
Eenzaamheid
Gefocust te werk
Geluk
Loopbaancoaching
Mijn sociale omgeving

Omgaan met agressie
Omgaan met geld
Opkomen voor jezelf
Pesten en agressie op de werkvloer
Piekeren
Planning en structuur
Relatieboost
Veerkacht

Zelfbeeld

Zelfbeeld
Zelfcompassie - minder streng voor jezelf

Denk ook eens aan:

Accepteren
G-schema
meerdimensionaal

Leefstijl

Bewegen
Leefstijl
RSI preventie

