



Dit is het volledige aanbod - voorjaar 2022.
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

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

Denk ook eens aan:

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

Liever geen heel protocol?

- Introceptieve exposure

ADHD

- ADHD
- Druk en afgeleid

Denk ook eens aan:

- Mindfulness
- Overprikkeling
- Planning en structuur

Autisme

- Autisme
- Autisme in de partnerrelatie

Denk ook eens aan:

- Communiceren
- Overprikkeling
- Planning en structuur

Stemming en rouw

- Afbouwen antidepressiva
- Depressie - CGT
- Depressie - IPT
- Moodbooster voor de donkere maanden
- Rouw
- Rouw na moord en doodslag
- Rouw na suicide
- Somberheid
- Verlies

Denk ook eens aan:

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

Methode

- ACT (+ losse thema's)
- ACT: van klacht naar veerkracht
- Activatie
- EMDR
- G-schema (5 technieken)

- Gedragsexperiment
- Interceptieve exposure
- Mindfulness
- Schematherapie
- Signaleringsplan
- Terugvalpreventie

Levensfase

- Overgang
- Uit elkaar - de ander wil uit elkaar
- Uit elkaar - ik wil uit elkaar

Trauma

- EMDR
- Intensieve traumabehandeling - online werkbezoek
- PTSS

Emotieregulatie

- Omgaan met emoties



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

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 cliënt heeft diabetes

Diabetes type 1 - jongvolwassenen
Diabetes type 2

Algemeen

Consultvoorbereiding
Kennis van gezondheid
Bewegen bij lichamelijke klachten

Verslaving

Alcohol onder controle
Alcoholverslaving
De Bottom-line opdracht
Gokverslaving
Middelengebruik
Slechte gewoontes
Seks- en/of porno verslaving
Stoppen met roken

Denk ook eens aan:

Alcohol verslaving VR
Ontspanning
Sociale angst
Zelfbeeld

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
Dankbaarheid
Doelen behalen
Eenzaamheid
Gefocust te werk
Geluk
Kernkwadranten
Loopbaancoaching
Mijn sociale omgeving

Omgaan met agressie
Omgaan met geld
Opkomen voor jezelf
Overprikkeling
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
Kernkwadranten

Dwang

Dwang

Leefstijl

Bewegen
Leefstijl
RSI preventie

