

Hoe werkt de (eerstelijns)psycholoog?

Een (eerstelijns)psycholoog is een vrijgevestigde hulpverlener die u concreet helpt bij psychische problemen. In een aantal gesprekken met de eerstelijnspsycholoog groeit uw vermogen om weer op eigen kracht verder te kunnen.

Een psycholoog kan helpen als u last heeft van:

- angst- en paniekaanvallen
- depressie, schuldgevoel, somberheid, rouw
- overspannenheid, 'burnout'
- vage lichamelijke klachten, zoals hoofdpijn, maagpijn en benauwdheid
- dwangmatig handelen of terugkerende gedachten
- problemen in uw relatie/vriendschappen, waaronder seksuele problemen
- psychische problemen rondom werk/werkloosheid of studie
- opvoedingsproblemen
- levensfaseproblematiek

Diagnose en behandeling

In het eerste gesprek legt u uw situatie en probleem voor. De psycholoog stelt daarna - soms met behulp van psychometrisch onderzoek - de diagnose. Vervolgens werkt u samen aan een oplossing. Hoe komt het dat u er niet op eigen kracht uitkomt? Welke persoonlijke capaciteiten kunnen u helpen? De psycholoog denkt met u mee en helpt u om in uw situatie het hoofd te bieden aan klachten en problemen. Vijf tot vijftien gesprekken zijn meestal voldoende om zonder hulp weer verder te kunnen. Eén gesprek duurt ongeveer 45 minuten.

Het team van Zoetermeerse psychologen in de eerstelijns maakt gebruik van intercollegiale raadpleging en kwaliteitsbewaking en werkt in overleg met uw huisarts.

Kosten

Met ingang van 2008 geldt dat de eerste 8 gesprekken binnen de basisverzekering vallen (mits u door de huisarts wordt verwezen). U betaalt meestal wel zelf € 10 eigen bijdrage per gesprek. Daarna vergoedt soms de aanvullende verzekering nog enkele keren. Het is van belang dat u zich goed informeert bij uw verzekeraar en dit meldt aan de psycholoog.

Meer informatie?

Wilt u meer informatie over het werk van de psycholoog, bezoek dan www.roephaaglanden.nl