
Heeft u hier wel eens last van?

Een eerstelijnspsycholoog behandelt de veel voorkomende problemen die mensen uit balans brengen. U kan last hebben van:

- Overspannenheid, burn-out
- Rouw- of aanpassingsproblemen
- Angsten
- Depressieve gevoelens
- Relationale problemen
- ...

Met andere woorden, de eerstelijnspsycholoog kan u helpen wanneer u door bepaalde zorgen of omstandigheden even het noorden kwijt bent.

Zowel kinderen, volwassenen als ouderen kunnen bij de eerstelijnspsycholoog terecht.

Maak een afspraak!

Wanneer u in contact wil komen met de eerstelijnspsycholoog is het best om daarover te spreken met uw huisarts. Hij/zij zal het nodige doen om u een afspraak te bezorgen.

Kosten

Wat kost een sessie (± 45 min.) bij de eerstelijnspsycholoog?

Er worden drie tarieven gehanteerd afhankelijk van jouw inkomen, nl. €11, €4 of €0. Gelieve een klevertje van de mutualiteit en uw verwijfsbrief mee te brengen naar uw eerste afspraak.

LET OP! Wanneer u uw afspraak wenst te annuleren, gelieve dit ten laatste 72u op voorhand te doen. Voor een consultatie die niet tijdig wordt geannuleerd, zal een administratieve bijdrage van €10 aangerekend worden.

Uw eerste afspraak:

Datum:

Uur:

Adres: H. Spilleboutdreef 34 te Roeselare

Met medewerking van de stad Roeselare



***Even het noorden kwijt?
De eerstelijnspsycholoog helpt!***



Spreek erover met uw huisarts



Huisartsenhuis
H. Spilleboutdreef 34
8800 Roeselare

Wat is eerstelijnspsychologische zorg?

Eerstelijnspsychologische zorg is kortdurende, oplossingsgerichte behandeling van mensen die in hun leven **even het noorden kwijt** zijn.

Psychologische zorg door een eerstelijnspsycholoog is toegankelijk **voor iedereen**. U wordt zo snel als mogelijk geholpen, net als bij de huisarts. De eerstelijnspsycholoog werkt heel nauw samen met uw huisarts en zal mits uw toestemming geïnformeerd worden over het verloop van onze contacten.

Soms is het mogelijk dat de eerstelijnspsycholoog aangeeft dat u beter geholpen kan worden door een andere hulpverlener. In overleg met u en uw huisarts gaan we samen op zoek naar een **gepaste doorverwijzing**.

Een eerstelijnspsycholoog...

Is een psycholoog die kortdurend en oplossingsgericht werkt zodat uw klachten **dragelijk worden of verminderen**. Vaak zijn een relatief klein aantal gesprekken voldoende om u terug op weg te helpen.

Denk niet te lang 'Ik moet dit hier alleen oplossen' of 'Morgen zal het wel weer beter zijn'. Juist als u er **vroeg bij** bent, kan de eerstelijnspsycholoog u goed helpen!

Wanneer u twijfelt of misschien al beslist hebt hulp in te roepen, kunt u dit bespreken met uw huisarts. Hij/zij zal u met een **verwijsbrief** op zak naar de eerstelijnspsycholoog toe sturen.



Zo werkt een eerstelijnspsycholoog

In een eerste gesprek worden samen met u de problemen verkend aan de hand van **gesprek** en indien nodig enkele **vragenlijsten**. Na overleg met de huisarts gaat de eerstelijnspsycholoog in de behandelfase samen met u op zoek naar de mogelijke oplossingen of antwoorden op uw vragen.

Eerstelijnspsychologen werken:

- praktisch
- oplossingsgericht
- in overleg met de huisarts

Gemiddeld zijn drie gesprekken voldoende om op eigen kracht het **evenwicht** terug te vinden en te behouden. Een standaard gesprek met een eerstelijnspsycholoog duurt ongeveer drie kwartier.