

---

### ***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.

---

### ***Maak een afspraak via uw huisarts!***

---

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 via het online boekingsysteem of telesecretariaat.

Uw eerste afspraak:

Datum:

Uur:

Adres: H. Spilleboudreef 34 te Roeselare

---

### ***Kosten***

---

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

Er worden drie tarieven gehanteerd afhankelijk van uw inkomen, nl. €11, €4 of €0. Gelieve een klevertje van uw 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.

Met medewerking van de stad Roeselare



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



**Spreek erover met uw huisarts**



Huisartsenhuis  
H. Spilleboudreef 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 mogelijk geholpen, net als bij de huisarts. De eerstelijnspsycholoog werkt heel nauw samen met uw huisarts en hij/zij zal mits uw toestemming geïnformeerd worden over het verloop van de 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 wordt samen op zoek gegaan 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 uw 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 (maximum vijf gesprekken). Een standaard gesprek met een eerstelijnspsycholoog duurt ongeveer drie kwartier.

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