

# Online hulpverlening in CGG Litp

**Emma listens**<sup>TM</sup>  
Verbeter therapie. Leer jezelf kennen.



# Waarom?

- Via collega's met neus voor innovatie
- Online bewegingen in het GGZ-veld
- Nood bij bepaalde doelgroepen (jongeren, jongvolwassenen, senioren)
- Zelfwerkzaamheid cliënt vergroten
- Minder FTF-sessies nodig?
- Mogelijke oplossing voor problemen (wachttijden, drempel verlagen, ...)

# Hoe?

[www.emmalistens.com](http://www.emmalistens.com)

## Werkgroep

- Pilootproject: oefenen
- Inventariseren andere vormen online hulp
- Aanleg bibliotheek met (online) therapiemateriaal
- Integratie met outcome metingen
- Intervisie

# Opportunities

- bepaalde doelgroep beter bereiken
- drempel verlagen
- wachttijd tot intake opvangen
- zelfwerkzaamheid van mensen verhogen
- alle info op veilige online plek: evolutie mee volgen a.h.v. outcome
- minder FTF-gesprekken nodig
- tool die flexibel kan ingezet worden, want het lege doos met heel wat mogelijkheden

# Weerstand

- onbekend is onbemind: therapeuten soms bang voor veranderingen zoals online werken
- vraag om (kleine) aanpassingen in het systeem (maar voordeel: nauwe samenwerking met IT)
- kosten voor cliënt (echter beperkt)

# Wat?

- **Waar zijn we mee bezig:**
- ‘Blended’ therapie (praktijkvoorbeeld)
  
- **Ambities:**
- Aanmelding voor online therapie (website)
- Online aanbod in wachtperiode
- Team online hulp

# Praktijkvoorbeeld

- Cliënte is een gehuwde vrouw van 34 jaar met dochtertje
- Haar hulpvraag: 'Mijn hart kunnen luchten over het compulsief gedrag en -denken van mezelf'
- Tijdens de sessies:
  - Een waterval van woorden (overtuigen hoe moeilijk zij het heeft)
  - Haar gedachten zijn niet te structureren
  - Vragen worden niet beantwoord
- Voorstel om online-dagboek te gebruiken:
  - Plaats om te ventileren
  - Waar ze kan nadenken over vragen rond gedachten en gedrag
  - Plaats voor psycho-educatie
  - Plaats om opdrachten te maken
- Spreiding van sessies FTF: voorheen 2-wekelijks, nu om de 2 maanden