

De Online Poli

Informatie voor patiënten



Op de Online Poli van GGZ Drenthe gaat de behandeling helemaal digitaal. Je doet opdrachten op je computer, tablet of mobiele telefoon en spreekt je behandelaar via beeldbellen.

De Online Poli is er voor inwoners uit Drenthe met psychische problemen, zoals angst of dwang, een depressie, of een psychisch trauma. Behandeling op de Online Poli bestaat uit gesprekken met je behandelaar en therapie met behulp van online behandelmodules, zoals de modules van Therapieland. Sommige behandelingen gaan in een groep.

Behandeling op de Online Poli

Screening

Nadat je bent verwezen naar de Online Poli, beoordelen we binnen vijf werkdagen of wij jou de juiste hulp kunnen bieden en aan welke behandeling en hulpverlener we denken. Daarna volgt de screening. Dat is een telefoongesprek van een half uur waarin we kennismaken, kort bespreken wat er speelt, waarin je vastloopt en wat jouw klachten mogelijk veroorzaken of in stand houden en of je akkoord gaat met de voorwaarden voor behandeling op de Online Poli.

Intake

Als uit de screening blijkt dat de Online Poli een passende behandelplek voor jou is, volgt een intakegesprek via beeldbellen. Vooraf vragen we je een online vragenlijst in te vullen. Soms is ook een lichamelijk onderzoek nodig op een polikliniek van GGZ Drenthe. Tijdens de intake bespreken we de uitkomsten van de screening en jouw antwoorden op de vragen. Ook bespreken we hoe jouw naasten bij de behandeling betrokken kunnen worden.

Diagnose en start van de behandeling

Uit de intake volgt een diagnose en we doen een behandelvoorstel. Daarin staan jouw doelen en wensen voor de behandeling en welke behandelaar jou het beste hulp kan bieden. Vaak is dit al duidelijk aan het eind van de intake. Soms is het nodig de uitkomsten van de screening eerst met het behandelteam te bespreken. Daarna kan de behandeling meteen beginnen.

Digitale behandeling

Een behandeling op de Online Poli gaat helemaal digitaal. De meeste behandelingen zijn individueel. Je volgt één of meer behandelmodules en hebt contact met je behandelaar via beeldbellen. Een module bestaat uit het zelfstandig opdrachten doen op je pc, laptop, tablet of smartphone. Je bepaalt zelf wanneer je de modules het beste kunt doen. Je behandelaar bespreekt met jou welke behandelmodules je volgt, of daarnaast groepsbehandeling helpend kan zijn en wanneer jullie contact hebben. Mogelijk heb je ook medicijnen nodig. Het doel is dat we samen met jou zo snel en goed mogelijk werken aan je herstel.

Voorwaarden voor behandeling op de Online Poli

- Je staat ervoor open om de behandeling volledig online te volgen.
- Je hebt een smartphone, pc, laptop of tablet om de online behandelmodules te volgen en contact te hebben met je behandelaar en eventueel je behandelgroep.
- Bij gesprekken met je behandelaar of groep ben je goed bereikbaar, zodat je deze in alle rust kunt voeren.
- Informatie over jouw behandeling en opdrachten vind je in het [patiëntenportaal](#). Hiervoor moet je een account en wachtwoord aanmaken.
- De behandelmodules volg je in een aparte beveiligde online omgeving. Je behandelaar stuurt je een uitnodiging.

Na de behandeling

Een behandeling op de Online Poli duurt maximaal zes maanden. Het meeste effect is er in de eerste maanden. Mogelijk zijn aan het eind van de behandeling nog niet al je klachten verdwenen, maar meestal zijn ze wel zoveel afgenomen dat je zelf weer vooruit kunt in het dagelijks leven.

Wil je je afspraak verzetten?

Kun je niet op de geplande afspraak? Bel dan zo snel mogelijk, maar uiterlijk 48 uur vóór de afspraak, met het secretariaat om de afspraak te verzetten via **(0528) 85 77 05** of **(0528) 85 77 11** (van maandag t/m vrijdag tussen 09.00 en 17.00 uur). Je kunt een afspraak alleen telefonisch verzetten.