

Kortdurende behandeling

Informatie voor cliënten en verwijzers

Bas.

Voor wie is Bas?

Bas is er voor iedereen vanaf achttien jaar die te maken heeft met lichte tot matig ernstige psychische klachten*. Iedereen kan daar op een zeker moment in zijn leven mee te maken krijgen. Soms voel je je somber en heb je weinig energie. Of je bent sinds een nare gebeurtenis vaak angstig en durft minder te ondernemen. Vaak gaan deze klachten na verloop van tijd vanzelf over. Maar als dat niet zo is en je klachten blijven je dagelijkse leven belemmeren, dan kan Bas je helpen zodat je weer verder kan met wat voor jou belangrijk is.

Bij Bas bieden we kortdurende behandeling gericht op een groter welbevinden, het aanleren van nieuwe vaardigheden en het vergroten van de veerkracht voor tegenslagen. We geloven erin dat het krachtigst is om de regie over de behandeling bij jou als cliënt neer te leggen. Daarom staat in onze behandeling niet jouw klacht, maar jouw hulpvraag centraal en maken we samen concrete doelen voor jouw behandeling. Hierbij bieden we naast individuele gesprekken ook diverse groepen aan. Van elkaar kun je namelijk leren.



Zelf aan de slag met Minddistrict

Naast deelname aan een groep of individuele gesprekken ga je ook zelf aan de slag in het online platform Minddistrict.

Je begint jouw behandeling met een digitale welkomstmodule en voorbereiding op de intake. Ook kun je hier ook vast starten met zelfhulpmodules. Gedurende de behandeling ga je in Minddistrict ook aan de slag met opdrachten, die jouw behandelaar voor je klaarzet.

Ook kun je de behandeling volledig online volgen met Minddistrict, de gesprekken met jouw behandelaar gaan dan via beeldbellen.

Evalueren met vragenlijsten

Gedurende jouw behandeling vul je via Minddistrict vragenlijsten in, over hoe het met je gaat. Deze kun je gebruiken om samen met jouw behandelaar te kijken naar jouw voortgang over de tijd.

Bas is dichtbij

We bieden onze zorg dicht bij jou in de buurt. We werken in wijken, dorpen en steden. Zie voor een overzicht van onze huidige locaties de website. Je kunt zelf de locatie kiezen waar je geholpen wilt worden.

Wil je aan de slag met Bas?

Voor meer informatie, onder andere over de kosten, zie onze website: basisdichtbij.nl
Aanmelden kan via de website of via jouw huisarts. In beide gevallen heb je een verwijfsbrief nodig van de huisarts.

- * Om in behandeling te kunnen komen bij Bas is het nodig dat jouw klachten passen bij een classificatie uit het handboek DSM-5.



Contact Bas



088-933 1880



basisdichtbij@ggnet.nl



basisdichtbij.nl