

**Soms heb je klachten die langduriger bestaan of hardnekkig terugkeren. Het kan lastig zijn hiermee om te gaan. Je kunt moeite hebben met jezelf en anderen, met je emoties of gedrag, met gezondheid of handicap, met werk, school of anderen dingen om je heen. Bij langdurige en terugkerende psychische klachten lukt het vaak niet om er op eigen kracht uit te komen. Praat er dan eens over met een GZ-psycholoog of psychotherapeut NIP.**

### **Heeft u hier wel eens last van?**

Als u last heeft van één van deze -of andere klachten, dan kan een psycholoog of psychotherapeut u helpen:

- \* Langdurige angst, fobie, paniek, schuldgevoel, somberheid, depressie;
- \* Zware overspannenheid/burnout/ME
- \* Ernstige problemen met werk, studie en werkeloosheid, politie/justitie;
- \* Landurige vage lichamelijke klachten waarvoor geen duidelijke verklaring is (bv. hoofd- of maagpijn, benauwdheid), pijnklachten, hyperventilatie, spanningsklachten;
- \* Ernstig dwangmatig handelen of gedachten die steeds terugkomen;
- \* Diepgaande problemen in uw relatie, gezin of vriendschappen;
- \* Langdurige seksuele problemen/genderproblematiek/fetisjisme
- \* Incest/verkrachting/aanranding;
- \* Ernstige opvoedingsproblemen met uw kinderen/psychische klachten van kinderen;

- \* Forse problemen met ouder worden/leven- en zingevingsproblematiek;
- \* Diepgaande verwerking van trauma, verlies (rouw), scheiding;
- \* Zwaarwegende identiteitsproblemen (negatief zelfbeeld, lage zelfwaardering, assertiviteit);
- \* Langdurige slaap- of eetproblemen/verslaving;
- \* Ernstige gedragsproblemen:
- \* Persoonlijkheidsproblematiek (schizoid, schizotypisch, antisociaal, borderline, teatraal, narcistisch, ontwijkend, afhankelijke, manisch/depressief, obsessief-compulsief)
- \* Autisme/ADHD/zwakbegaafdheid
- \* Studieproblemen/vaardigheden
- \* Reintegratie/financiële en juridische ondersteuning
- \* Acculturatieproblemen
- \* Stervensbegeleiding
- \* Ernstige aanpassingsproblematiek
- \* Stoornissen in de impulsbeheersing/periodiek exploderen/ agressie, woede
- \* Trichotillomanie
- \* Pathologisch gokken
- \* Dissociatieve stoornissen/nomiatie en somatoforme stoornissen
- \* Angst- en paniekstoornissen/Post traumatische stress stoornis (PTSS)
- \* Door een middel ontstane stoornis

## **PSYCHO INFORMA GROEP**

### **Waarom naar een GZ-psycholoog/ psychotherapeut**

Deze psycholoog/psychotherapeut werkt, net als uw huisarts, dicht bij u in de buurt. Hij/zij is volledig gediplomeerd en gespecialiseerd in behandelingen van langere duur en is direct bereikbaar. U krijgt deskundige hulp die u grondig helpt oorzaken helder te krijgen en patronen te doorbreken. In een aantal gesprekken wordt duidelijk vastgesteld wat er aan de hand is (diagnose) en daarna start een behandeling.

Met al uw gegevens wordt vertrouwelijk omgegaan. Niets van wat u vertelt komt zonder uw toestemming naar buiten.

Denk niet te snel 'ik moet er alleen uitkomen' of 'het moet eerst erger worden'. Juist als u er vroeg bij bent kan u goed worden geholpen!

### **Zo kan u worden geholpen**

Een psycholoog/psychotherapeut bespreekt samen met u uw situatie en stelt de diagnose. Samen werkt u vervolgens aan een oplossing. Wat maakt dat uw klachten/situatie langdurig is geworden? Welke patronen keren telkens weer terug? Hoe doorbreekt u dat? De psycholoog/psychotherapeut helpt u tot een oplossing te komen. Een gesprek duurt meestal drie kwartier. De psycholoog/psychotherapeut kan u adviseren, behandelen of testen en zonodig doorverwijzen naar derdelijns hulp.

### **Voor een afspraak of meer informatie**

U kunt zelf contact met ons opnemen voor meer informatie of om een afspraak te maken door tussen 9.00 en 17.00 uur te bellen met 0182-380265. Meestal heeft u binnen 2 weken een eerste gesprek.

## Kosten

De kosten worden vergoed door de ziektekostenverzekeraar. U moet dan wel een verwijzing/brief van de huisarts hebben.

Het is altijd mogelijk de kosten zelf te betalen. Vraag de eerstelijns psycholoog vooraf wat een gesprek kost.

## Hoe weet u of u een erkende psycholoog of psychotherapeut heeft ?

Als u goed geholpen wilt worden, zorg dan dat u een erkende hulpverlener inschakelt. In onze praktijk werken BIG-geregistreeerde psychologen en psychotherapeuten met een universitaire opleiding. Verder voldoet de praktijk aan:

- registratie in het register van het Nederlands Instituut van Psychologen, het NIP
- inschrijving in het BIG-register (Beroepen in de Individuele Gezondheidszorg) en vallen daarmee onder het tuchtrecht
- lidmaatschap van de Nederlandse Vereniging voor Psychotherapeuten (NVVP)

Heeft u een klacht over ons, dan kunt u deze bij de praktijkassistentes melden. Komen we er onderling niet uit, dan kunt u met uw klacht terecht bij zowel de NVVP als het NIP. Adres en verdere informatie hierover kunt u bij de praktijkassistentes opvragen.

## PSYCHO INFORMA GROEP



### Onze adressen zijn:

Nieuwe Singel 3, 2871 AX Schoonhoven  
Zaagmolenlaan 4, 3447 GS Woerden  
IJsselstraat 14, 3401 DK IJsselstein  
Beukstraat 94, 2565 ZD Den Haag  
De la Reyweg 170, 2571 GH Den Haag  
Thomsonplein 23, 2565 KV Den Haag

### Voor afspraken of informatie:

Hoofdkantoor tel. 0182-380265  
fax 0182-380109  
email: [info@psycho-informa-groep.nl](mailto:info@psycho-informa-groep.nl)  
internet: [www.psycho-informa-groep.nl](http://www.psycho-informa-groep.nl)

## PSYCHO INFORMA GROEP

Als u een langdurig, hardnekkig terugkerend probleem heeft, en er zelf niet goed uitkomt



... een tweedelijns  
BIG-geregistreeerde  
psycholoog / psychotherapeut  
kan helpen!