



GGNet

Wat mag je van ons verwachten tijdens je behandeling?

Als je bij ons komt voor hulp werken we echt met jou samen. We doen dat in de behandelkamer, maar ook buiten de behandelkamer. De mensen om jou heen kunnen daarbij helpen. Als het nodig is, vragen we ook andere organisaties om hulp. Iedereen heeft een eigen taak bij de behandeling. We vertellen je daar graag meer over. Dan weet jij precies wat iedereen voor jou kan doen. En kun je makkelijker kiezen welke hulp jij precies wilt.

De 6 stappen van de behandeling

GGNet kan jou helpen met dingen die jij lastig vindt in je leven. Iedere behandeling bestaat uit 6 stappen. We zetten de stappen hier kort onder elkaar. Verderop vertellen we je er meer over.

1. Aanmelding
2. Screening
3. Intake, diagnose en advies
4. Behandeling
5. Kijken hoe het met je gaat (dit noemen we ook wel een evaluatie)
6. Afronding

ONTDEK WAT GGNET VOOR JOU KAN DOEN

Stap 1: Aanmelding bij GGNet

Hoe word ik aangemeld bij GGNet?

Als je hulp wilt van GGNet heb je een verwijsbrief nodig. Voor de verwijsbrief ga je naar je huisarts of naar een medisch specialist. Je vertelt dan welk probleem je hebt en welke hulp je graag wilt. Daarna kijken jullie samen of GGNet jou die hulp kan geven. Als dat zo is, word je aangemeld bij GGNet. Jouw huisarts of specialist stuurt dan meteen de verwijsbrief mee.

Wat gebeurt er na mijn aanmelding?

Als wij jouw aanmelding hebben ontvangen, bellen we je op. In dat gesprek regelen we de officiële inschrijving bij GGNet. Je krijgt dan ook meer informatie over de volgende stappen. Wil je alvast meer weten over de andere 5 stappen? Ze staan verderop allemaal uitgelegd.

Heeft GGNet wachttijden?

GGNet heeft vaak een wachttijd. Als de wachttijd lang is, overleggen we met jou over de mogelijkheden. We vragen je huisarts of specialist ook om mee te denken over de beste oplossing.

- Je kunt wachten op behandeling bij GGNet.
- Je kunt kiezen voor een andere zorgaanbieder. Je huisarts of specialist zorgt dan voor een nieuwe verwijsbrief en aanmelding.
- Je vraagt zorgbemiddeling aan bij je zorgverzekeraar of CJG (voor jeugd).

Wil je meer weten over de wachttijden? Kijk dan op www.ggnet.nl/wachttijden.

Bij wie kan ik terecht tot de behandeling begint?

Heb je hulp nodig vóór je intake-gesprek bij GGNet? Dan kun je terecht bij de huisarts of specialist die jou heeft aangemeld bij GGNet. Op onze website vind je zelfhulpmodules (ggnet.nl/zelfhulpmodules).



Wat doe ik als mijn situatie vóór de intake sterk achteruit gaat?

Als jouw situatie sterk achteruit gaat, bel je naar de huisarts of specialist die jou heeft aangemeld bij GGNet. Deze dokter helpt jou dan verder.

Wat kan ik zelf doen tijdens de wachttijd?

- Vul de vragenlijsten die je krijgt heel precies in. En stuur ze terug. We kunnen de intake met jou dan goed voorbereiden.
- Kijk rond op MijnGGNet. Je vindt daar handige informatie en oefeningen waar je veel aan kunt hebben. Bijvoorbeeld om beter te slapen, lekker te ontspannen en gezond te bewegen.

Stap 2: Screening

Wat is een screening?

Jij hebt psychische klachten of problemen. Wij willen jou zo snel mogelijk de beste hulp geven. Daarom vragen we jou al vóór de intake om wat meer informatie. Dit noemen we de screening. Je kunt de informatie op verschillende manieren geven. Meestal vragen we je om via de computer vragenlijsten in te vullen. Maar het kan ook zijn dat we je uitnodigen voor een gesprek. Een screening wordt soms ook triage genoemd.

Waarom is een screening nodig?

Bij de screening beantwoord jij verschillende vragen. Wij snappen daardoor beter wat jouw probleem is en wat je wilt bereiken. Zo bepaalt GGNet hoe en door wie jij het beste geholpen kunt worden.

Hoe werkt een screening?

GGNet belt jou om een afspraak te maken voor de screening. We leggen je dan ook uit wat je precies kunt verwachten. Screening gebeurt meestal via digitale vragenlijsten. Wij mailen de vragen naar jou en jij beantwoordt ze via de computer. Het kan ook zijn dat we een gesprek met je inplannen. Dat kan een telefoongesprek zijn, of een gesprek bij jou thuis of op je werk. Jouw antwoorden helpen ons om beter te snappen welke klachten je hebt en hoe groot je probleem is. We bepalen daarna welke behandeling nodig is en of GGNet die kan geven.

Wat gebeurt er na de screening?

Als de screening laat zien dat GGNet jou kan helpen, nodigen we je uit voor een intake-gesprek. Het kan ook zijn dat jij beter op een andere manier geholpen kunt worden. Wij laten dat dan weten aan de huisarts of specialist die jou bij ons heeft aangemeld. Jullie kunnen dan samen kijken waar jij wel de juiste hulp kunt krijgen.



Stap 3: Intake, diagnose en advies

Hoe ontvang ik de uitnodiging voor een intake-gesprek?

Je ontvangt de uitnodiging per brief of via e-mail. Kijk eventueel ook in je Spam-box.



Welke informatie krijg ik bij de uitnodiging voor een intake?

In de brief staat:

- Dag, tijd en plaats van de intake.
- De naam van degene met wie je de afspraak hebt. En hoe lang het gesprek duurt.
- Wat je mee moet nemen naar de afspraak (ID-bewijs of paspoort en verzekeringsspas).
- Hoe je de afspraak kunt verzetten.
- Contactgegevens.
- Routebeschrijving.

Soms zitten er ook folders bij de brief.

Wat is een intake-gesprek?

Een intake is een kennismakingsgesprek. Je praat dan met de hulpverlener(s) van GGNet. Soms is één gesprek voldoende. Soms zijn meer gesprekken nodig. Tijdens de intake vertel je wat je klachten zijn en welke hulp je van ons wilt. Je spreekt ook altijd met de regiebehandelaar. Je leest verderop wat de regiebehandelaar precies voor jou doet.

Wat is een advies-gesprek?

Het advies-gesprek gebeurt na de intake-gesprekken. Je praat dan met de hulpverlener(s) die je al kent van de intake. Jullie kijken samen naar de behandeling die GGNet kan bieden: past die bij wat jij nodig hebt, wilt en kunt? Ook kijken we naar welke hulp je nog meer kunt gebruiken. Je krijgt alle ruimte om vragen te stellen. Aan het eind van het gesprek beslis je of je bij GGNet behandeld wilt worden. En welke behandeling en ondersteuning je dan precies krijgt.

Mag ik iemand meenemen naar het intake-gesprek?

Je mag altijd iemand meenemen naar de intake. Dat mag een familielid zijn, een vriend(in) of iemand anders die je vertrouwt. Mensen die dicht bij jou staan, kunnen jou steunen. We betrekken hen daarom graag bij de behandeling. Maar natuurlijk alleen als jij dat goed vindt.

Wat is een regiebehandelaar?

De regiebehandelaar is jouw contactpersoon. Deze hulpverlener zorgt dat de behandeling goed en volgens planning verloopt. Bij de intake hoor je wie jouw regiebehandelaar is en hoe je hem/haar kunt bereiken.

Mag ik mijn regiebehandelaar zelf kiezen?

Meestal kun je niet zelf kiezen wie jouw regiebehandelaar wordt. Dat komt omdat we kijken welke regiebehandelaar tijd heeft om jou te helpen.

Als je een andere regiebehandelaar wilt, kun je twee dingen doen:

- Je wacht tot de regiebehandelaar die jij wilt wél beschikbaar is. Dat betekent dat je pas later kunt beginnen met de behandeling.
- Of je kiest ervoor om niet in behandeling te gaan bij GGNet.

Hoe weet ik of mijn behandelaar goed in zijn/haar werk is?

Al onze hulpverleners hebben de opleiding die nodig is voor hun werk bij GGNet. Wij controleren dat vóór ze bij ons gaan werken. We doen dat op twee manieren:

- Veel zorgprofessionals moeten volgens de wet een BIG-registratie hebben. Je krijgt alleen een BIG-registratie als je een diploma hebt. De BIG-registratie is verplicht voor bepaalde beroepen. Bij GGNet gaat het dan om de artsen, psychologen, orthopedagogen, psychotherapeuten en verpleegkundigen. Wij controleren of zij inderdaad in het BIG-register staan.
- Er zijn ook zorgverleners die geen BIG-registratie hoeven te hebben. Wij checken dan of ze het goede diploma hebben.

Verder zorgen we met (bij)scholing dat al onze hulpverleners hun kennis op peil houden en vergroten. Jij kunt daardoor altijd rekenen op een goede behandeling.

Wie schakelt andere hulp in als dat nodig is?

Het kan zijn dat GGNet jou niet de hulp kan bieden die je nodig hebt. Het kan ook zijn dat je extra hulp nodig hebt. Jouw regiebehandelaar zorgt er dan voor dat jij wordt doorverwezen naar de juiste hulpverlener. Je kunt ook worden terugverwezen naar de huisarts of specialist die jou heeft aangemeld bij GGNet.

Kan ik van (regie) behandelaar veranderen?

Als je niet tevreden bent over je behandelaar, bespreek dit dan met hem of haar. Je mag vragen om iemand anders. Wij proberen je dan te koppelen aan een behandelaar met wie je een betere klik hebt.



De intake laat zien dat behandeling door GGNet niet nodig is. Wat nu?

Het kan zijn dat we tijdens de intake ontdekken dat specialistische behandeling van GGNet niet bij jou past. Je regiebehandelaar kan verschillende dingen doen:

- Je doorverwijzen naar de basis-ggz.
- Je doorverwijzen naar hulpverleners buiten de GGZ
- Je terugverwijzen naar je huisarts of specialist

Je kunt voor basis-ggz ook bij GGNet terecht: www.basisdichtbij.nl. Maar je kunt ook kiezen voor een andere organisatie.



Wie stelt de diagnose?

Jouw regiebehandelaar en het behandelteam stellen de diagnose. Dat betekent dat zij onderzoeken wat er precies met jou aan de hand is. Ze doen dat door met jou te praten. Ze kijken ook naar jouw antwoorden op vragenlijsten die je in moet vullen. Als jij het goed vindt kijken ze ook naar informatie over jouw eerdere behandelingen (als je die gehad hebt). Zodra jouw regiebehandelaar de diagnose weet, krijg jij daar duidelijke uitleg over.

Is de regiebehandelaar mijn verdere aanspreekpunt? En is hij/zij verantwoordelijk voor de behandeling?

Ja, jouw regiebehandelaar is jouw eerste aanspreekpunt. Hij/zij is ook verantwoordelijk voor jouw behandeling. Soms is het handiger om iemand anders aan te wijzen als aanspreekpunt. Dat bespreken we dan met jou.

Wat gebeurt er als ik na de diagnose niet gelijk kan beginnen met de behandeling?

Je kunt niet altijd meteen starten met de behandeling. Je overlegt dan met jouw regiebehandelaar welke ondersteuning je in de tussentijd nodig hebt. Je bespreekt dan ook wat je kunt doen als jouw situatie verslechtert.

Ik twijfel over de diagnose. Kan ik overleggen met een andere hulpverlener?

Dat kan. Je mag altijd een andere hulpverlener vragen om een second opinion.

Ik heb verdere behandeling nodig van een andere hulpverlener. De regiebehandelaar verwijst mij door. Mag ik zeggen welke hulpverlener ik graag wil?

Ja, doorverwijzing gebeurt altijd in overleg met jou.

LET OP:

De screening en de intake kosten geld. De zorgverzekering trekt de kosten af van jouw eigen risico. Het kan zijn dat je na de intake besluit om niet bij GGNet in behandeling te gaan. Of we ontdekken dat behandeling bij GGNet niet passend is. Ook dan trekt de zorgverzekeraar de kosten voor de screening en intake af van jouw eigen risico. Kijk voor mee informatie op www.ggnet.nl/kosten.

Stap 4: Behandeling en Stap 5: Kijken hoe het met je gaat

Wie stelt mijn behandelplan op?

In jouw behandelplan staat welke hulp jij graag van ons wil. Vaak kun je kiezen uit verschillende behandelingen. Jouw regiebehandelaar vult het behandelplan in. Dat gebeurt altijd samen met jou. Je mag hierbij hulp vragen van iemand die dicht bij jou staat. Bijvoorbeeld een familielid of iemand anders die jou goed kent. Jouw behandelplan is maximaal 6 weken na de intake klaar. De regiebehandelaar en jij moeten het samen eens zijn over de inhoud.

Mag ik meedenken over het behandelplan?

Jij mag zeker meedenken over jouw behandelplan. Jouw regiebehandelaar vraagt wat jij belangrijk vindt. Je behandelaar vertelt wat hij/zij belangrijk vindt. Dan stel je samen het behandelplan op. In het behandelplan staat wat jullie afgesproken hebben. Het behandelplan is pas definitief als jij het hebt goedgekeurd.

Krijg ik een kopie van mijn behandelplan?

GGNet werkt zoveel mogelijk digitaal. Je kunt jouw behandelplan bekijken via MijnGGNet op onze website. Je regiebehandelaar legt jou uit hoe dat werkt. Je kunt jouw behandelplan ook op papier krijgen. Je familie of andere naasten kunnen met je meekijken via MijnGGNet.

Krijgt mijn huisarts of specialist informatie over mijn behandeling?

Na de behandeling bij GGNet wordt jouw huisarts of specialist weer je eerste contactpersoon. Jij beslist of de regiebehandelaar informatie over jouw behandeling met hen mag delen. Jouw huisarts of specialist kan jou beter helpen als ze weten hoe je behandeling bij GGNet is gegaan.

Wie kunnen mijn behandelplan bekijken?

Alleen jouw eigen behandelaars kunnen jouw behandelplan bekijken. En jijzelf natuurlijk. Alleen als jij het wilt, wordt jouw behandelplan gedeeld met anderen. Bijvoorbeeld met een familielid of andere mensen die je vertrouwt.

Ik heb meerdere problemen. Hoe gaat mijn regiebehandelaar daarmee om?

De regiebehandelaar stemt af tussen jouw hulpverleners. Dat gebeurt in overleg met jou. De regiebehandelaar zorgt ook dat de hulp goed op elkaar aansluit. De regiebehandelaar maakt daar afspraken over met jou en jouw hulpverleners. Die afspraken staan ook in jouw behandelplan.





Hoe lang gaat mijn behandeling duren?

De lengte van je behandeling is afhankelijk van de behandeling die je krijgt. Bij de intake hoor je hoe lang jouw behandeling gaat duren. We schrijven dat ook op in je behandelplan.

Wie houdt bij of de behandeling goed werkt?

Het is belangrijk om regelmatig te kijken hoe de behandeling loopt. Gaat alles volgens planning? En ga jij genoeg vooruit? Je bespreekt dat met je regiebehandelaar. Dat gebeurt op vaste momenten. En soms ook tussendoor, als dat nodig is. Bij het gesprek gebruiken jullie ook de vragenlijsten. Jouw antwoorden helpen om te zien of jij je al beter voelt. Je mag altijd iemand meenemen naar het gesprek met de regiebehandelaar.

Na hoeveel tijd is er een evaluatie?

De regiebehandelaar bespreekt met jou na hoeveel tijd gecheckt wordt hoe jouw behandeling verloopt. Dit schrijven we ook op in jouw dossier.

Hoe weet ik of mijn behandeling gelukt is?

Bij de intake heb jij hulp gevraagd voor de dingen die je lastig vindt in je leven. Je hebt ook verteld wat je graag wilt bereiken. Jij bepaalt zelf of je vindt dat jij je doel hebt bereikt. Je praat daar ook over met je regiebehandelaar. En met je familie of andere mensen die dicht bij jou staan. De vragenlijsten helpen daarbij. Jouw antwoorden laten zien wat je al bereikt hebt.

Wie is mijn aanspreekpunt tijdens de behandeling?

De regiebehandelaar is jouw aanspreekpunt. In het behandelplan staat welke afspraken jullie samen maken. Het kan zijn dat de regiebehandelaar hulp inroept van een coördinerend behandelaar. Dit wordt dan met jou besproken. De coördinerend behandelaar is dan jouw eerste aanspreekpunt.

Wanneer kan ik contact opnemen met mijn regiebehandelaar?

Je kunt bij jouw regiebehandelaar terecht als je iets wilt vragen of bespreken over jouw behandeling. Als het goed is, hebben jullie afspraken gemaakt over hoe en wanneer je je regiebehandelaar kunt bereiken.

Bij wie kan ik terecht als mijn regiebehandelaar ziek is of op vakantie?

Jij krijgt een vervanger als jouw regiebehandelaar wat langer afwezig is.

Ik heb meerdere hulpverleners. Hoe stemmen zij samen af?

Jouw regiebehandelaar zorgt dat alle hulp goed op elkaar aansluit. Het kan zijn dat de regiebehandelaar deze taak doorgeeft aan een coördinerend behandelaar. Ze laten jou dat dan weten.

Wat kan ik doen als mijn hulpverleners niet goed afstemmen?

Als de afstemming niet goed is, vraag je hulp van je regiebehandelaar. Lukt dat niet of wil je dat niet? Neem dan contact op met de manager van de afdeling.

Mijn behandeling bestaat uit verschillende delen. Wie is verantwoordelijk?

Iedere behandelaar is verantwoordelijk voor zijn/haar deel van de behandeling. Je regiebehandelaar zorgt dat de behandelingen volgens afspraak gebeuren. Je kunt de afspraken teruglezen in jouw behandelplan.

Wat kan ik doen als ik extra hulp nodig heb?

Het kan zijn dat de hulp die jij krijgt niet genoeg (meer) is. Je hebt dan ook andere ondersteuning nodig. Je kunt dat bespreken met je regiebehandelaar. Jullie kijken dan samen hoe jouw behandeling moet worden aangepast.



Het kan zijn dat ik achteruit ga tijdens de behandeling. Is daar een plan voor?

Jouw regiebehandelaar bespreekt met jou wat er moet gebeuren als een crisis dreigt. En legt dit vast in een signaleringsplan.

- In het signaleringsplan staat hoe jij zelf kunt merken dat het minder goed met je gaat. En wat je dan kunt doen. Misschien merk je dat je slechter slaapt. Je kunt dan overdag wat meer rust nemen. Of je voelt dat je sneller boos wordt. Je kunt daar dan met iemand over praten of gaan sporten.
- In het signaleringsplan staat ook wat jouw behandelaren en de mensen om je heen kunnen doen als ze zien dat jij het moeilijk hebt.

Het signaleringsplan wordt opgesteld door de regiebehandelaar. Dat gebeurt samen met jou en liefst ook met iemand die dicht bij jou staat. Het signaleringsplan wordt in jouw dossier gezet.

Wie kan ik bellen bij een crisis?

Natuurlijk proberen we een crisis zoveel mogelijk te voorkomen. Als het tóch gebeurt, kun je tijdens kantooruren bellen met het secretariaat van de afdeling. Buiten kantoor tijden bel je met de huisarts of de huisartsenpost.

Ik ben anders gaan denken over mijn behandeling of behandelaar. Wat nu?

Het kan zijn dat je niet meer tevreden bent over je behandeling of over je behandelaar. Misschien zie jij niet genoeg vooruitgang of wil je een ander soort hulp. Je kunt daar over praten met je regiebehandelaar. Jullie kijken dan samen wat de beste oplossing is.

- De behandeling kan worden aangepast of gestopt.
- Of de behandeling wordt overgenomen door een andere behandelaar.

Wil je snel praten met je regiebehandelaar?

Maak dan een extra afspraak. Heb je geen grote haast? Wacht dan tot de afspraak die al in je agenda staat.

Ik heb een klacht over mijn behandeling of behandelaar. Waar kan ik terecht?

Wat vervelend dat je niet tevreden bent. Je kunt je klacht het beste bespreken met je (regie)behandelaar. Als je dat moeilijk vindt, kun je iemand meenemen die je vertrouwt.

Kom je er niet uit met de (regie)behandelaar? Dan kun je de klacht bespreken met de leidinggevende van je hulpverlener. Je kunt ook vragen of de klachtenfunctionaris van GGNet wil bemiddelen. Kijk voor meer informatie over de klachtenprocedure op www.ggnet.nl/klacht.

Hoe is medicatie geregeld?

Het kan zijn dat je medicijnen nodig hebt. Het recept krijg je dan van een psychiater, een arts of een verpleegkundig specialist van GGNet. Of via je huisarts. Heb je vragen of twijfels bij je medicatie? Vraag dan uitleg aan degene die het recept voor je schreef.



Stap 6: Afronding

Hoe stopt de behandeling?

Je overlegt met jouw regiebehandelaar of de behandeling gestopt kan worden. Neem gerust iemand mee naar dat gesprek. Jullie kijken samen of jij je doelen hebt bereikt. En of je nog vervolgstappen wilt zetten. Als jij het goed vindt, brengt de regiebehandelaar jouw huisarts of specialist op de hoogte.



De behandeling is klaar, maar ik heb niet alle doelen (helemaal) bereikt. Wat nu?

Het komt vaker voor dat niet alle doelen worden gehaald. Je hebt dan verschillende mogelijkheden. Samen met je regiebehandelaar kijk je naar de beste oplossing.

Er zijn vier mogelijkheden:

- We kunnen de behandeling verlengen.
- We kunnen meer onderzoek doen om jouw problemen beter te begrijpen.
- We kunnen jou doorverwijzen voor een andere behandeling, binnen of buiten GGNet.
- We kunnen de behandeling toch afronden.

Welke informatie krijgt mijn huisarts (of andere verwijzer) over mijn behandeling?

Als jij het goed vindt, informeren we jouw huisarts (of andere verwijzer) over de resultaten van jouw behandeling.

Ik kies voor een andere hulpverlener. Wat nu?

Jij hebt besloten dat je overstapt naar een hulpverlener buiten GGNet. Als jij het goed vindt, sturen wij een brief aan jouw nieuwe hulpverlener. De brief is bedoeld om de hulp goed over te dragen. In de brief staat welke vraag je aan GGNet gesteld hebt (jouw diagnose) en welke behandeling je daarvoor kreeg. We schrijven ook wat er moet gebeuren als jij een terugval of crisis hebt. We kunnen in de brief ook meer informatie over jou opnemen. Dat gebeurt altijd in overleg met jou.

Mijn behandeling is pas geleden afgesloten. Ik heb nu een terugval. Wat moet ik doen?

Neem bij een crisis of terugval contact op met je huisarts of specialist. Je kunt dat zelf doen of overlaten aan iemand die dicht bij jou staat.

MEER INFORMATIE

Heb je vragen of wil je meer weten? Kijk op onze [website!](#) Je vindt er veel informatie, ook voor de mensen om jou heen. Vind je op de website niet wat je zoekt? Dan helpt je regiebehandelaar je graag verder.

Uitgave:
Communicatie GGNet
Maart 2024