HET VERKENNEND GESPREK.

Je bent uitgenodigd voor een verkennend gesprek omdat je psychische klachten ervaart en mogelijk ook tegen andere uitdagingen aanloopt. In dit gesprek kijken we samen naar jouw situatie en wat jou kan helpen om verder te komen.



WAT IS EEN VERKENNEND GESPREK?

Samen brengen we jouw situatie in beeld vanuit een brede blik: niet alleen klachten, maar ook je dagelijks leven, zoals werk, wonen, relaties, gezondheid en geldzaken. We gebruiken hierbij de aanpak van Positieve Gezondheid. Jij bepaalt wat belangrijk is en houdt de regie. Je voert het gesprek met minimaal twee professionals:



Iemand die meedenkt over problemen in je dagelijks leven (sociaal domein);



Iemand die verstand heeft van psychische klachten en mentale gezondheid (GGZ).

Ervaringsdeskundige
Soms sluit ook een ervaringsdeskundige aan: iemand die zelf ervaring heeft met mentale problemen en herstel.

Het doel
Het doel is niet om een diagnose te stellen. Het is geen intake en geen verwijzing, maar een manier om overzicht te krijgen en te ontdekken wat jou kan helpen om verder te komen.

WAT GEBEURT ER IN HET GESPREK?

We bespreken samen:



- wat voor jou belangrijk is
- waar je je zorgen over maakt
- wat je al zelf probeert
- welke steun je hebt
- wat kan helpen in jouw situatie

Aan het einde van het gesprek maken we samen een plan. In dit plan staan afspraken en adviezen over waar je terecht kunt en krijg je handvatten om zelf stappen te zetten die passen bij jouw situatie. De afspraken uit het plan worden gedeeld met je huisarts.

Wil je iemand meenemen?
Je mag altijd iemand meenemen, zoals een partner, familielid of vriend. Dat kan steun geven tijdens het gesprek.

BELANGRIJK OM TE WETEN

Het verkennend gesprek wordt vergoed uit het basispakket van de zorgverzekering. Ook betaal je hiervoor geen eigen risico.

Wil jij je voorbereiden?
Vul dan vooraf de vragenlijst van Positieve Gezondheid in. Scan de QR-code voor meer informatie.

WAAR VINDT JE GESPREK PLAATS?

Gemeente Uithoorn
Uithoorn voor Elkaar
De Kuyper - Kuyperlaan 50
0297 303 044

Gemeente Amstelveen
Participe Amstelland
Dr. W. Dreesweg 2
020 543 0430