

A close-up photograph of a woman's face, focusing on her eyes and hair. A semi-transparent yellow horizontal band is overlaid across the middle of the image, containing text.

Emma Listens & Onlinebegeleiding.Vlaanderen

onlinebegeleiding op maat van de cliënt

Heidi Windmolders & Hannelore Janssens

Intro

Belg wacht gemiddeld 10 jaar om nr GGZ te stappen

1/3 ooit te maken met psychische problematiek

Lang wachten op hulp =

- > Kans op verergering klachten
- > Vermindering kwaliteit van leven

<https://www.bfp-fbp.be/zijn-wij-onze-patienten-waard>

Mogelijke redenen voor de cliënt

Drempel nr hulp = vaak nog te hoog

Naar buiten komen en praten = moeilijk

GGZ = vaak nog te ver van leefwereld van mensen

Lange wachttijden en/of hoge kostprijs

Terzelfdertijd bij de hulpverlener

Agenda's slibben dicht

Wachlijsten lopen op

HV wil meer hulp bieden mr geen tijd

Mensen haken af

Uitdaging en tegemoetkoming

Uitdaging: cliënt én hulpverlener tegemoet komen

Mogelijk antwoord: Therapieplatform Emma Listens & het project Onlinebegeleiding.vlaanderen (OBV)

<http://www.demorgen.be/technologie/online-therapie-een-stapje-weg-van-drempelvrees-bfd0be65/>

Therapietool: Emma Listens

Geesteskind van Sam Jongstra

Initieel: CL kan tussen twee sessies in gedachten delen met HV

Verder op punt gesteld mbv Heidi Windmolders (intra-extra.be), CGG groep

Litp (litp.be) en kritische bedenkingen van CLtn

Nu: volwaardig online therapieplatform vr CL én HV (beveiligd en goedgekeurd dr Privacycommissie)

Blended hulpverlening sinds 2013 in psychologenpraktijk Intra-Extra en sinds 2015

CGG's groep Litp

www.onlinebegeleiding.vlaanderen

Start 2015: Heidi Windmolders ondersteund dr Emma listens
Eerst onlinetherapie.vlaanderen -> uitgetest door Hannelore Janssens
Met hulp van innovatiecentrum.be -> nu: onlinebegeleiding.vlaanderen
OBV-team = psychologen-psychotherapeuten of ervaren bachelor HV met therapie-
opleiding, allen oplossingsgericht of gedragstherapeutisch opgeleid
Enkel online-HV maar doorverwijzing nr FTF-HV indien nodig

Intentie OBV

Drempel verlagen / Stepped care
Focus op preventie
Doelgericht werken
Wachttijd overbruggen
>Zelfwerkzaamheid en zelfredzaamheid
HV kan meer CLtn helpen in zelfde werktijd

OBV biedt

Gratis account + korte vragenlijsten (lets voor mij? Mijn doel?)
Korte betalende kennismaking met een OBV-HV via skype
Intekenen voor 1 maand online begeleiding
Doorverwijzing nr meer gepaste hulp in eigen regio ind. nodig
In geval van overbrugging wachttijd: overgang nr FTF ind. plaats vrij

De online tool bestaat uit

Berichten/Dagboek + richtlijnen/feedback van HV

Opdrachten: online word doc en online excel doc

Bibliotheek: info, website links, filmpjes, interessante apps...

Vragenlijsten: doelen stellen, evaluatie vn therapeutisch proces en vooruitgang

Herinnering: boodschap, bezorgdheid, vraag, reminder, beloning

De online tool is

Werkinstrument vr CL

1 CL – 1 HV connectie

“Lege doos” op maat vn CL gebruikt en ingevuld

CL kiest zelf of hij/zij info deelt met HV

Disconnectie door CL en/of HV (o.a. einde begeleiding)

CL kan inhoud bewaren of wissen

Prille ervaringen + verwachtingen

CLtn werken gemiddeld 1 à 2 maanden online
CLtn appreciëren de flexibiliteit, de anonimiteit
24u/dag ad slag, onafhankelijk vn plaats of tijd
Ervaren de minimale begeleiding toch als nabij
> zelfstandigheid + betere zelfredzaamheid

Prille ervaringen + verwachtingen

Sommige CLtn: online begeleiding volstaat

Andere CLtn: online is eerste stap nr intensievere hulp

Bij blended therapie -> daling FTF-afspraken

Online Therapie tijdens wachttijd -> minder FTF-afspraken nadien

HV kan meer CLtn begeleiden in dezelfde werktijd

Hinderpalen en tekortkomingen

CL: zelfstandig knn werken + zelfdiscipline

CL: knn verwoorden + minimale PC kennis

Niet geschikt voor complexe problematieken

-> FTF-hulp / multidisciplinaire aanpak

Niet geschikt voor crisisinterventie : OBV-team is niet continu online / geen chat

Voor jou en/of je cliënten? 4 opties

1) Zelf blended hulp met Emma Listens organiseren?

-> sam@emmalistens.com - GSM: 0499 33 48 10

2) Cliënten doorverwijzen naar OBV?

-> www.onlinebegeleiding.vlaanderen - vraag gratis flyers aan

3) Gratis praktische eigen OBV-URL om cliënten tijdens wachttijd bij jou al aan het werk te zetten onder begeleiding van het OBV-team, rapportering inbegrepen?

-> hello@onlinebegeleiding.vlaanderen

4) Wens je actief deel uit te maken van het OBV-team?

-> www.onlinebegeleiding.vlaanderen/therapeuten of

-> hello@onlinebegeleiding.vlaanderen

Literatuur over ervaringen met Emma Listens

Artikel in Mind magazine Groep Litp: 'Emma Listens' in CGG Litp (2016)
->aanvragen via h.windmolders@groeplitp.be

Eindwerk Bachelor Maatschappelijk Werk (PXL): Onlinehulpverlening geïntegreerd in de geestelijke gezondheidszorg. De ervaringen van hulpverleners en cliënten met 'Emma Listens' (Lara Ratajczak - 2016)

Bedankt voor jullie aandacht! Vragen?

Heidi Windmolders

Klinisch psycholoog / Oplossingsgericht psychotherapeut, oprichtster www.intra-extra.be en www.onlinebegeleiding.vlaanderen, verbonden als psycholoog aan CGG groep Litp (www.litp.be). Email: heidi.windmolders@intra-extra.be

Hannelore Janssens

Klinisch psycholoog / Oplossingsgericht psychotherapeut i.o., verbonden aan www.intra-extra.be en coördinator van www.onlinebegeleiding.vlaanderen. Email: hannelore.janssens@intra-extra.be