

EHealth

E-Health is een ander woord voor internettherapie of internetbehandeling genoemd.

Het is een behandelingsmethode voor psychologische problemen waarbij het contact tussen u en de therapeut verloopt via een website, e-mail of chatprogramma. Schrijfoopdrachten maken daarbij deel uit van de behandelingsmethode.

THINK gebruikt E-health als ondersteuning aan de behandelingsgesprekken. THINK heeft afspraken met TelePsy, het Ehealth winkelcentrum en Minddistrict. Minddistrict is een landelijke en bekende aanbieder van E-health producten.

U kunt gebruik maken van diverse modules.

Kijkt u eens op

<https://www.minddistrict.com/professional/nl/?gclid=Cj0KEQiA3Y7GBRD29f-7kYuO1-ABEiQAodAvwMcPJywkUT77Li416BE0rSc8SrHFYqH0AvWbYOZIJAEaAlzs8P8HAQ>

Als u met e-health aan de slag wilt is belangrijk dat we vooraf met elkaar bespreken wat uw verwachtingen en doelen zijn. Hoe beter de inzet van e-health aansluit bij uw behoeften en wensen, hoe groter de kans dat u het volhoudt en meerwaarde kunt vinden in het gebruik van e-health.

Wanneer we afspreken dat u aan de slag gaat met e-health dan krijgt U toegang tot de online omgeving.

THINK heeft daar een module voor u klaargezet waarmee u aan de slag kunt.

De opdrachten zullen worden meegenomen in de gesprekken die u bij THINK heeft.

Wanneer kunt u geen gebruik maken van E-health (contra-indicatie):

Als u problemen heeft met het lezen, begrijpen en/of schrijven van de Nederlandse taal

Als u problemen heeft met het gebruik van een apparaat waarmee u online kunt

Als u geen beschikking heeft over een internetverbinding

Als u problemen heeft met een of meerdere zintuigen waardoor het voor u niet mogelijk is de opdrachten in te vullen

Als u erg onrustig bent en / of onvoldoende helder kunt denken

Het verdient de sterke voorkeur een rustige omgeving te hebben als u werkt met e-health, een omgeving waarin u niet teveel afgeleid wordt.