

Inwonersinformatie
Het Verkennend Gesprek

Versie: 1.0

Datum: 15-04-2026

Evaluatiedatum: 31-12-2027

Herzien op:



Het Verkennend gesprek – Wat je kunt verwachten	3
Wat is een verkennend gesprek?	3
Voor wie is een verkennend gesprek bedoeld?	3
Wat levert het op?	4
Praktische informatie	4
Contact	5

Het Verkennend gesprek – Wat je kunt verwachten

Je huisarts heeft voorgesteld dat je een verkennend gesprek voert. In deze folder lees je wat dat is, wat je kunt verwachten, en welke keuzes je hebt.

Wat is een verkennend gesprek?

Als je psychische klachten en mogelijk ook andere problemen hebt, kan het fijn zijn om met deskundigen te praten over wat er in jouw leven speelt. In een verkennend gesprek vertel jij jouw verhaal. Jouw huisarts kan je hiervoor aanmelden.

Tijdens het gesprek vertel je wat lastig voor je is, maar ook wat goed gaat en wat jouw sterke kanten zijn. Samen kijken we wat je nodig hebt en wat je graag wilt veranderen. We onderzoeken samen welke doelen je wil bereiken, wat je daarbij zelf kunt doen en wie jou het beste kan helpen. Je praat met professionals die ervaring hebben met mentale vraagstukken en andere levensproblemen. Zij luisteren, denken met je mee en helpen je ontdekken wat de volgende stap kan zijn.

Na afloop krijg je een persoonlijk advies. Daarin staat wat je zelf kunt doen om verder te komen en waar je, indien nodig, terecht kunt voor passende hulp of begeleiding.

Een verkennend gesprek is dus géén intakegesprek voor behandeling of zorg, maar een moment om samen te kijken welke stappen jij zelf kunt zetten.

Aan het gesprek doen altijd meerdere mensen mee: jijzelf, een professional uit de ggz, een professional uit het sociaal domein en bij voorkeur ook een naaste van jou. Iedereen kijkt mee vanuit zijn of haar eigen kennis of ervaring.

Voor wie is een verkennend gesprek bedoeld?

Een verkennend gesprek is er voor iedereen die psychische klachten en daarbij ook andere problemen ervaart in het dagelijks leven.

Denk aan:

- moeite met werk of studie
- spanning in gezin of relaties
- verlies of ziekte van een naaste
- financiële zorgen
- lichamelijke gezondheid

We raden je aan om iemand mee te nemen naar het gesprek, bijvoorbeeld een familielid of vriend. Zij zijn er om je te steunen, niet alleen tijdens het gesprek maar juist ook daarna zodat je samen aan de slag kunt en je naaste je daarbij ondersteunt.

Wat levert het op?

Na een verkennend gesprek heb je:

- Meer inzicht in je eigen situatie.
- Meer duidelijkheid over wat op dit moment belangrijk is.
- Een advies dat past bij jouw behoeften en mogelijkheden.

Veel mensen ervaren na het gesprek meer rust, overzicht en hoop. Ze weten beter wat ze zelf kunnen doen en als dat nodig is en waar welke hulp beschikbaar is.

Praktische informatie

Aanmelden

Je meldt je aan via je huisarts. Die kijkt samen met jou of een verkennend gesprek past bij jouw situatie.

Locatie en duur

We plannen het gesprek op een plek bij jou in de regio.

Kosten

Een verkennend gesprek bij Mentiek wordt betaald vanuit jouw zorgverzekering en valt niet onder het eigen risico.

Het advies

Tijdens het verkennend gesprek maken we samen een advies. Dit advies krijg je mee naar huis. We sturen het ook naar je huisarts. Daar geef je toestemming voor als je het gesprek inplant. Wil je die toestemming intrekken? Dan kun je dat zeggen tijdens het gesprek.

Privacyverklaring en privacyreglement

Mentiek gaat vertrouwelijk om met persoonsgegevens van betrokkenen. Onze algemene uitgangspunten zijn dat we alleen die persoonsgegevens verwerken die nodig zijn, dat we vertrouwelijk omgaan met de gegevens en dat we ons houden aan wet- en regelgeving. In onze [privacyverklaring](#) vindt je een samenvatting van welke persoonsgegevens wij verwerken. In ons [privacyreglement](#) lees je wat wij doen met die persoonsgegevens.

Privacygegevens bij wetenschappelijk onderzoek

Hoe gaat Mentiek om met jouw gegevens wanneer je meewerkt aan een wetenschappelijk onderzoek? [Lees het antwoord hier.](#)

Contact

Wil je meer weten over Mentiek?

Neem dan contact op met "Zorgadministratie Mentiek". We zijn bereikbaar op werkdagen van 9.00 - 17.00 uur via: 088 4054056.

U kunt ook uw vragen mailen naar contact@mentiek.nl