

Keuzehulp modules voor volwassen GGZ binnen Karify/Digitale Zorg SDB groep

Stress

Modules	Denk ook eens aan...
Omgaan met stress [TB_Stress]	Mijn daginvulling [TB_04]
Piekeren [PIE]	Thuisarts.nl
Mindfulness [MIN]	Pharos kennisbank
Slapen [SLA]	
Omgaan met schulden [SCHU]	
Omgaan met geld [GELD]	

Stemmingsklachten

Modules	Denk ook eens aan...
Zelfhulpmodule somberheid [ZH_SOM]	Thuisarts.nl
Burnout [BUR]	Pharos kennisbank
Overspannenheid [OVE]	Module dagstructuur [TB_DAGSTR]
Depressie [STEM_DEP]	Slaaphygiëne [FACT_SH]
Sociale Vaardigheden [TB_SV]	Omgaan met schulden [SCHU]
Omgaan met verlies [VERLIES]	Verander je gokgedrag [CGT_GOK]
Wat houdt verslaving in? [PE_VER]	Zelfhulp minderen met alcohol [ZH_ALCOHOL]
Werken aan je relatie [REL_VE]	Wat moet je weten over cocaïne [VER_COC]
Schematherapie [PHS_ST]	Geweld in je relatie [GEW_RE]

Angst

Modules	Denk ook eens aan...
Wat houdt angst in [PE_ANG]	Thuisarts.nl
Piekeren [PIE]	Pharos kennisbank
Gegeneraliseerde angst [ANGST_GAS]	
Paniek [ANGST_PAN]	
OCS [ANGST_OCS]	
Sociale Angst [ANGST_SOC]	
Angst [ANG]	
Minder angst na kanker [HDI_MA]	

Somatisatie

Modules	Denk ook eens aan...
Omgaan met SOLK [SOLK]	Thuisarts.nl