

NiceDay: Elke therapeut zo goed als de beste

*Effectiever, efficiënter en persoonlijker behandelen in
de GGZ met NiceDay*



Inhoudsopgave

1.	NiceDay in de GGZ	3
2.	De visie van NiceDay	4
3.	Technologie als onderdeel voor betere zorg	6
4.	Het zorgprestatie­model en NiceDay	9
5.	NiceDay Way: een gevalideerd behandel­concept	11

NiceDay in de GGZ

Twintig jaar geleden werden de eerste zelfhulpprogramma's voor mentale klachten geïntroduceerd. Sindsdien heeft de digitale zorg in Nederland een enorme ontwikkeling doorgemaakt. Een aantal hiervan was innovatief, maar de echte doorbraak bleef uit. Voor de zorgprofessional was de digitale zorg vaak 'iets erbij'. Men dacht vanuit de huidige kaders: "Hoe doen we het nu?" en "Wat kunnen we daarvan ook digitaal doen?". Daarmee werd onvoldoende gekeken naar de toegevoegde waarde en mogelijkheden die technologie biedt.

De digitalisering van de samenleving wordt steeds groter en COVID-19 heeft een grote verandering gebracht in digitaal werken. Daarnaast zijn er andere factoren die een noodzaak geven tot aanpassing van de manier van werken in de GGZ. Factoren zoals de eisen van hogere effectiviteit, lagere kosten en de behoefte aan regie van de cliënt. Dit biedt kansen om met behulp van technologie de behandeling van mentale klachten beter, slimmer en persoonlijker te maken.

Het is tijd voor een transformatie; van 'het digitale erbij doen' naar een nieuwe manier van behandelen.

Er is behoefte aan een duidelijke visie op deze nieuwe manier van behandelen, met de juiste technologie die dit faciliteert. NiceDay heeft de visie en de technologie in huis voor deze transformatie die bijdraagt aan de effectiviteit van behandelingen tegen lagere kosten. Onze NiceDay Way gaat verder dan de traditionele aanpak en biedt nieuwe mogelijkheden voor zowel de cliënt als de professional.

De visie van NiceDay

Wij geloven in een wereld waarin iedereen de regie heeft over zijn eigen mentale welzijn. We willen impact maken door het mentale welzijn en veerkracht van zoveel mogelijk mensen te versterken: iedereen heeft recht op een 'Nice Day'. We willen de geestelijke gezondheidszorg toegankelijker, effectiever en betaalbaarder maken. En daarmee een verschil maken in het leven van cliënten, zorgprofessionals en werkgevers.

Stel je voor dat een behandelaar kan zien hoe zijn cliënt zich voelt tussen sessies door en interventies kan uitvoeren wanneer de impact het grootst is. NiceDay biedt een geïntegreerd behandelconcept waarbij, door slim gebruik van technologie, bewezen en effectieve interventies ingezet kunnen worden op die momenten waarop ze de meeste impact hebben.

Met onze ervaring in technologie, design, psychologie en onderzoek kunnen we elke behandelaar zo goed maken als de beste en cliënten in staat stellen de regie over hun eigen mentale welzijn te nemen!

Een totaalconcept waarin behandelinhoud en technologie samen komen

Wij hebben deze visie vertaald in de **NiceDay Way**; een concept waarin behandelinhoud en technologie samenkomen.

We hebben gekeken naar wat werkt in de traditionele GGZ, hoe technologie dit nog beter kan maken en naar mogelijkheden die juist ontstaan door technologie. De NiceDay Way focust zich op **laagdrempelig en flexibel contact tussen professional en cliënt**. De cliënt werkt samen met de professional aan persoonlijke groei en herstel.

Naast contact faciliteert de technologie **meer inzicht** voor cliënt en professional. Dankzij de registraties die de cliënt in NiceDay maakt, ontstaat er meer zelfinzicht en regie. Tegelijkertijd geven deze registraties de professional unieke realtime informatie, die in de reguliere GGZ niet of in mindere mate beschikbaar is. Deze informatie biedt handvatten om snel te signaleren en te reageren, wat ervoor zorgt dat het traject per cliënt gepersonaliseerd kan worden.

Deze realtime informatie zorgt er ook voor dat professionals bewezen interventies nog effectiever in kunnen zetten. Wanneer cliënten bijvoorbeeld oefeningen uitvoeren in situaties die belangrijk zijn in het dagelijkse leven, wordt de impact van oefeningen vergroot. Denk aan het live begeleiden van de cliënt tijdens een exposure oefening, of het sturen van een chatbericht voorafgaand een belangrijk moment.

NiceDay volledig online of blended

Wij zijn gestart met 100% online teams, binnen een afgeschermdde omgeving om de NiceDay Way te testen. Na een succesvolle opstart met goede resultaten is gekozen voor een brede, blended uitrol. Met NiceDay kun je een behandeling bieden die verder gaat dan wekelijkse sessies in de spreekkamer. De principes van de NiceDay Way zijn zowel 100% online als blended in te zetten, een combinatie van face-to-face contact en online. Met de beschikbare informatie (zoals registraties in NiceDay) en via de chat kun je beter inspelen op de situatie van je cliënt en de behandeling meer personaliseren. Zo is het behandelinhoudelijk soms juist nuttig om een cliënt in de spreekkamer te zien. In de behandeling van bijvoorbeeld een paniekstoornis kan het drempelverlagend werken om eerst samen in de spreekkamer een oefening te doen, om vervolgens je cliënt te vragen deze oefening zelfstandig te doen. Maar denk ook aan drop-out en vermijding, die door slim gebruik van blended mogelijk ook verkleind worden.

WEBINAR

[Klik hier](#) of scan de QR-code en bekijk ons webinar "**Hoe kan werken met NiceDay jouw behandelingen verrijken?**".



Technologie als onderdeel voor betere zorg

Bij NiceDay zetten we technologie faciliterend in om het welzijn van de cliënt te volgen en hiermee een behandeling op maat in te richten. Via NiceDay houdt de cliënt registraties bij, denk hierbij aan beweging (stappenteller), gevoelens (stemmingsregistraties/dagboekregistraties), gedachten en gedrag (gedachteschema) en geplande activiteiten (exposure). De professional heeft direct inzicht in de voortgang van de cliënten.

Tijdens de contactmomenten tussen professional en cliënt zijn registraties belangrijke aanknopingspunten voor behandeling of interventies.



Samenwerking en meer regie bij de cliënt

Naast dat de professional deze informatie tijdens het traject kan in zetten, ziet de cliënt zelf ook hoe het is gegaan de afgelopen dagen en is er duidelijk zicht op de voortgang gedurende het hele traject. Dit vergroot (en versnelt) het zelfinzicht, de zelfreflectie en het gevoel van controle. Ook biedt het de mogelijkheid aan de cliënt om bepaalde informatie tijdens de sessie te bespreken, zoals een gevoelsregistratie of de evaluatie van een exposure-event. Er is meer samenwerking, waarbij de cliënt in grotere mate regie over de behandeling ervaart.

Educatie en artikelen

Binnen NiceDay bestaan de nodige psycho-educatie en artikelen ter ondersteuning van de behandeling. Deze zijn vrij beschikbaar. Zo kan de professional, wanneer relevant voor de behandeling, de educatie en/of artikelen delen met de cliënt. Ook kunnen cliënten zelf op zoek naar voor hen relevante artikelen. De educatie kan in een vroeg stadium inzicht geven in helpende factoren en belemmerende factoren, om gedragsverandering te bevorderen. Dit inzicht kan hen motiveren de regie over hun behandeltraject te nemen. De educatie wordt door de behandelaar ingepland, waarna de cliënt de educatie kan lezen in NiceDay. Daarnaast verwijzen de daily tips ook regelmatig naar blogartikelen voor cliënten.



Flexibiliteit

De technologie biedt ook een kijkje in de leefomgeving van de cliënt: er is meer zicht op de thuissituatie, een partner kan makkelijk aanhaken in een sessie en is er bijvoorbeeld zicht op de interacties tussen cliënt en de partner en/of kinderen. Daarnaast is er de optie om tijdens een exposure-oefening “mee” te gaan, doordat men tijdens de oefening kan (video)bellen of chatten. Vanuit de literatuur weten we: hoe dichter op het gedrag de interventie plaatsvindt, hoe effectiever deze is en de kans op blijvende verandering vergroot.

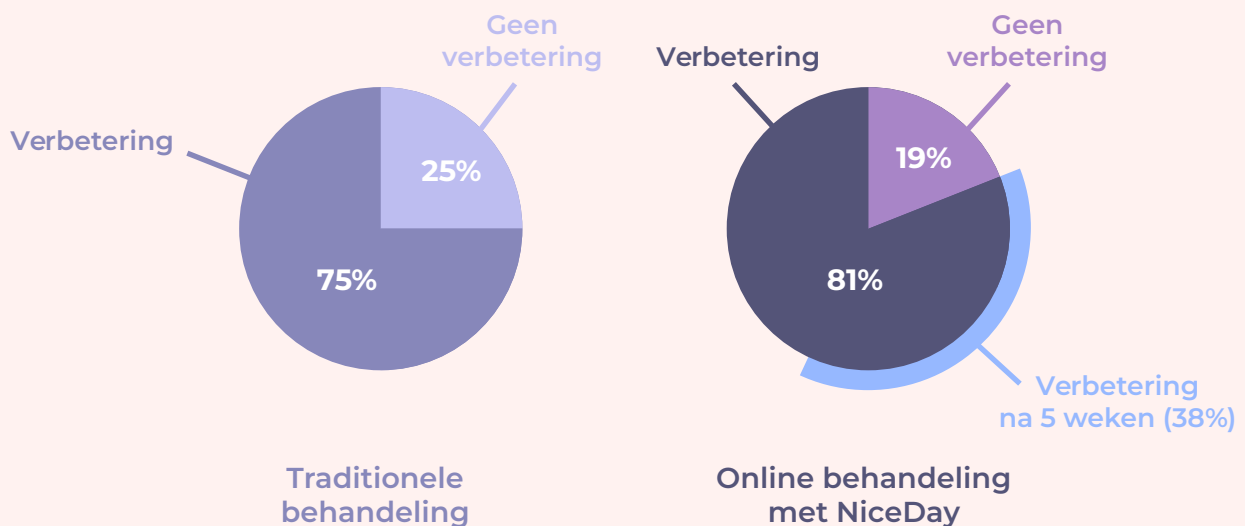
Het kan ook de andere kant op werken: heeft de cliënt de opdracht niet gedaan? Dan kan de professional tussentijds aanmoedigen om toch aan de slag te gaan of even controleren of er vragen zijn. Is er geen behoefte aan een sessie omdat het beter gaat dan gedacht? Dan kan de sessie makkelijk worden verzet.

PODCAST

[Klik hier](#) of scan de QR-code om aflevering 1 van onze podcast te luisteren. De oprichters van NiceDay hebben de kansen die technologie biedt, ingezet om de cliënt en de professional zo goed mogelijk te helpen. Hoe doet NiceDay dat? Hoe wordt de kloof tussen zorg en technologie verkleind? En wat is de toekomstvisie van NiceDay? **Erik Kuperus** gaat in gesprek met voormalig CEO van NiceDay Nederland **Jan-Peter Larsen** en GZ-psycholoog **Ayla Hoogenboom**.



Cliënten ervaren meer verbetering bij een behandeling met NiceDay



Het zorgprestatie­model en NiceDay

Sinds 1 januari 2022 is het nieuwe zorgprestatie­model voor bekostiging in de GGZ gestart. Het doel is om de bekostiging van de zorg eenvoudiger en transparanter te maken. De NiceDay Way wordt uitstekend vergoed onder het zorgprestatie­model, waarbij een belangrijke plek wordt gegeven aan tussentijdse, korte contacten in de vorm van digitale, asynchrone zorg.

Met de NiceDay Way heb je als zorgprofessional flexibele tijd in je agenda om interventies in te zetten op die momenten dat ze de meeste impact hebben, ook buiten de geplande sessies om. Je maakt gebruik van unieke technologie om een optimale en persoonlijke behandeling in te richten. In NiceDay heb je namelijk realtime inzicht in relevante informatie van jouw cliënten: denk aan dagboekregistraties, de stappenteller of ingevulde g-schema's. Je kan de flexibele tijd in je agenda gebruiken om:



via de chat te reageren op cliënten, of naar aanleiding van een belangrijke oefening proactief de cliënt te benaderen;



registraties van de cliënt te lezen en hierop te reageren;



gespreksnotities van cliënten te lezen en hierop te reageren;



gespreksnotities voor je cliënt te schrijven en te delen.

Dit asynchrone contact telt als directe tijd. Per dag hou je dus bij hoeveel tijd je per cliënt besteedt aan dit soort activiteiten.

Tijdsregistratie in NiceDay

Om de behandelaar te ondersteunen bij de administratie rondom het ZPM hebben wij de tijdsregistratie functionaliteit in NiceDay ontwikkeld. Deze functionaliteit maakt tijdsregistratie eenvoudig in te voeren in NiceDay en uit te draaien voor de zorgaanbieder. We hebben het zo makkelijk en efficiënt mogelijk gemaakt, zodat je als zorgprofessional zo min mogelijk tijd hoeft te besteden aan administratie. [Kijk deze video](#) voor meer uitleg!



The illustration shows a woman with long brown hair, wearing a red top and dark blue pants, holding a laptop. She is standing next to a calendar titled 'Agenda: maart 2022' and a summary table titled 'Vergoeding: maart 2022'.

Agenda: maart 2022

7 ma.	8 di.	9 wo.	10 do.	11 vr.	12 za.

Vergoeding: maart 2022

	Sessie 07/03/22 setting duur beroep type consult	...€
	Flexibele tijd 07/03/22 setting duur beroep type consult	...€
	Flexibele tijd 08/03/22 setting duur beroep type consult	...€
	MDO 09/03/22 setting duur beroep type consult	...€
	Flexibele tijd 09/03/22 setting duur beroep type consult	...€
	Sessie 10/03/22 setting duur beroep type consult	...€
	Flexibele tijd 10/03/22 setting duur beroep type consult	...€
	MDO 11/03/22 setting duur beroep type consult	...€
	Flexibele tijd 07/03/22 setting duur beroep type consult	...€
Totaal		...€

NiceDay Way: een gevalideerd behandelconcept

In november 2018 begon een klein team van vier professionals de eerste 100% online behandelingen via NiceDay. Inmiddels zijn er per januari 2022 meer dan 5.750 cliënten online behandeld binnen twaalf gespecialiseerde online teams, verspreid over heel Nederland. De resultaten zijn positief: een behandeling met NiceDay is minstens even effectief, met een hogere cliënttevredenheid (9,3 gemiddeld versus 8,2 in de traditionele zorg). Daarnaast zijn ook andere cijfers positief:



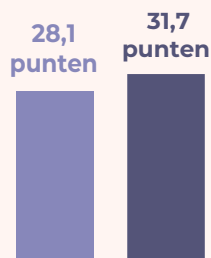
Traditionele behandeling sGGZ



Online behandeling met NiceDay

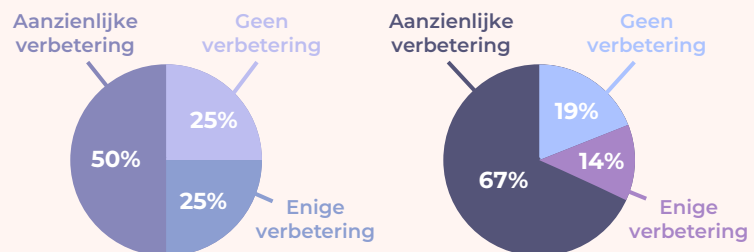
Effectiviteit

Vergelijkbare OQ-45 (ROM) verbeteringen



Dezelfde type populaties zijn gemeten, geen verschil tussen de groepen.

Meer cliënten met een aanzienlijke ROM verbetering* en minder cliënten zonder ROM verbetering



Gemeten met andere vragenlijsten, andere populatie.

* Aanzienlijke verbetering wordt vastgesteld wanneer er meer dan 10 punten verschil zit tussen de eerste en de laatste ROM meting.

NiceDay als manier om de wachtlijst op te lossen



24% kortere doorlooptijd (significant)



8% minder directe minuten



Hoge cliënttevredenheid (8,9)



Minstens even effectief

Om kwaliteit te waarborgen worden professionals getraind met een uitgebreid e-learningprogramma, waarin zij worden klaargestoomd in het werken met NiceDay. Daarnaast zijn in samenwerking met experts van onder andere PsyQ, Synaeda en Mondriaan, verschillende behandelprotocollen ontwikkeld. Hierin vind je antwoorden op vragen zoals: “Hoe richt je de behandeling in?”, “Op welke manier kun je als professional je tijd organiseren tijdens de dag?” en “Hoe zorg je voor eigenaarschap bij je cliënt?”. Deze uitleg, maar ook andere instructies, handleidingen, protocollen, webinars en meer vind je terug in de NiceDay-helpdeskomgeving voor professionals. Ook organiseren we regelmatig webinars, trainingen en kennisdagen. Het gaat immers niet alleen om het leren gebruiken van de technologie, maar om het begrijpen en inzetten van de technologie om deze nieuwe manier van zorg te kunnen verlenen.

Hieronder delen we een aantal ervaringen vanuit de behandelaars:

“ De technologie vervangt de behandelaar niet, integendeel; het geeft de behandelaar de juiste tools om expertise nog meer op maat in te zetten.

Als laatste kan technologie de behandeling ook goed ondersteunen. Denk hierbij aan een CGT behandeling, waarbij je in de reguliere setting je patiënt bij wijze van spreken achter de broek aan moet zitten met allerlei formulieren. NiceDay ondersteunt hierin met o.a. reminders voor opdrachten. Je hebt alle ingevulde ‘formulieren’ overzichtelijk bij elkaar en deze zijn ten alle tijden beschikbaar voor zowel behandelaar als patiënt. ”

GZ-psycholoog i.o.t. Specialist en teamleider Digitale poli Synaeda.

Sandra Kuipers.



PODCAST

[Klik hier](#) of scan de QR-code

om aflevering 2 van onze podcast te luisteren.

Wat vindt de cliënt eigenlijk

van de volledige online

behandeling? **Erik Kuperus**

gaat in gesprek met **ex-client**

Bibi. We komen erachter hoe

het voor haar was om online

behandeld te worden. Waar

online behandeling soms

het idee van extra ‘afstand’

tussen cliënt en behandelaar

oproept, lijkt Bibi dat heel

anders te hebben ervaren.



“ Een volledig online behandeling werkt niet voor iedereen. In het begin was ik dus ook huiverig dat alles per se online moest. Maar ik merkte al snel dat het zoveel toevoegt wat ik zonder NiceDay niet had kunnen bereiken. Doordat ik tussentijds contact kan hebben met mijn patiënten, krijg ik inzichten die ik hiervoor niet had.. Daarnaast dwingt NiceDay je niet om volledig online te behandelen, maar geeft je juist de vrijheid om dit zelf te bepalen. Ik heb wel patiënten waarbij ik alles online doe en dat werkt ook hartstikke goed. Maar voor anderen werkt dit niet en het zou heel gek zijn als je dat zou moeten afdwingen. Het gaat meer om flexibel en effectief behandelen, in plaats van volledig online of blended. ”

Lea Jabbarian.
Basis psycholoog i.o.t GZ-psycholoog MiSi Neuropsy.



Meer informatie?

Wij blijven ontwikkelen en optimaliseren om steeds betere, effectieve zorg te bieden!
Wil jij dat ook voor jouw organisatie en meer weten over behandelen met NiceDay?
Kom in contact met **Lisa den Boer**, zij vertelt je graag meer over NiceDay.



+31 10 303 0600 

lisa@nicedaynederland.nl 