

# BEHANDELPLAN

## SAMEN BESLISSEN OVER JOUW BEHANDELING



### ● WAT IS EEN BEHANDELPLAN

Bij de opstart van de behandeling maak je samen met je hulpverlener een behandelplan op. Als je daarvoor open staat, kan je hiervoor ook een naaste betrekken (iemand die belangrijk voor je is).

Jij brengt in wat jouw hulpvraag is. De hulpverlener gaat mee op zoek naar de zaken die niet goed gaan en wat hierin een rol speelt. Jullie gaan voornamelijk in gesprek, maar je krijgt soms ook vragenlijsten, die kunnen meer inzicht geven. Op basis van deze dialoog bepalen jullie de focus van de behandeling en de manier van aanpak. Zo is de kans het grootst dat je de vooropgestelde doelen haalt.

We bekijken niet alleen wat er moeilijk loopt. Het is belangrijk om oog te hebben voor wat goed loopt, dit is vaak een hulpbron naar herstel.



*Heb je vragen of bezorgdheden? Spreek zeker jouw hulpverlener aan!*

## BEHANDELPLAN ALS KOMPAS

Tijdens de therapie kan je steeds teruggrijpen naar je behandelplan. Het helpt bij de evaluatie, waarbij volgende vragen centraal staan: helpt de behandeling voldoende? Zijn er aanpassingen nodig wat betreft de doelen, afspraken,...? Hoe gaat de behandeling vooruit? Samen evalueren helpt om te kijken naar de evolutie van je herstel. De verantwoordelijkheid voor het herstelproces ligt bij jou maar je hulpverlener helpt je hierbij; van het eerste gesprek tot aan de afsluiting van de behandeling en de nazorg.

### Wat kan je doen als patiënt?



## WAT KUN JE TERUGVINDEN IN EEN BEHANDELPLAN?

In je behandelplan staan de moeilijkheden waar je op botst en hoe die er voor zorgen dat het niet goed met je gaat. Er is ook aandacht voor wat wel goed loopt. Je vindt er welke doelen je wil bereiken en hoe jullie aan deze doelen zullen werken. Je behandelplan is een “kompas” voor de behandeling.

## ZELFZORG

In het behandelplan is er ook ruimte om samen stil te staan bij “zelfzorg”: waarom moet je voor jezelf zorgen, wat kan je doen om goed voor jezelf te zorgen? Wat kan je doen als het moeilijk gaat?