

Fasegericht behandelen

Voorjaarscongres VGCt 2026

‘Van behandelplan naar Mijn herstelplan’

Thera Koetsier & Marieke Noort

A colorful illustration of a coastal cityscape. In the foreground, a red-tiled roof with a skylight shows a person looking out. The middle ground features a green park with a windmill, a small pond, and a bicycle. The background shows a city skyline with buildings, a factory with smokestacks, and a beach with dunes and a person walking. The sky is blue with white clouds and a small airplane flying.

PROGRAMMA

- 11.00 – 11.05 uur Voorstellen, uitleg programma
- 11.05 - 11.40 uur Uitleg Fasegericht behandelen
- 11.40 - 11.45 uur Inzoomen: herstelondersteunende basishouding
- 11.45 - 12.00 uur Uitleg Mijn herstelplan
- 12.00-12.30 uur Zelf oefenen
- 12.30-12.45 uur Nabespreken+ evaluatie



FASEGERICHT BEHANDELEN

Kern is een herstelondersteunende inhoudelijke focus brengen en houden in alle behandelingen (bij GGZ NHN).

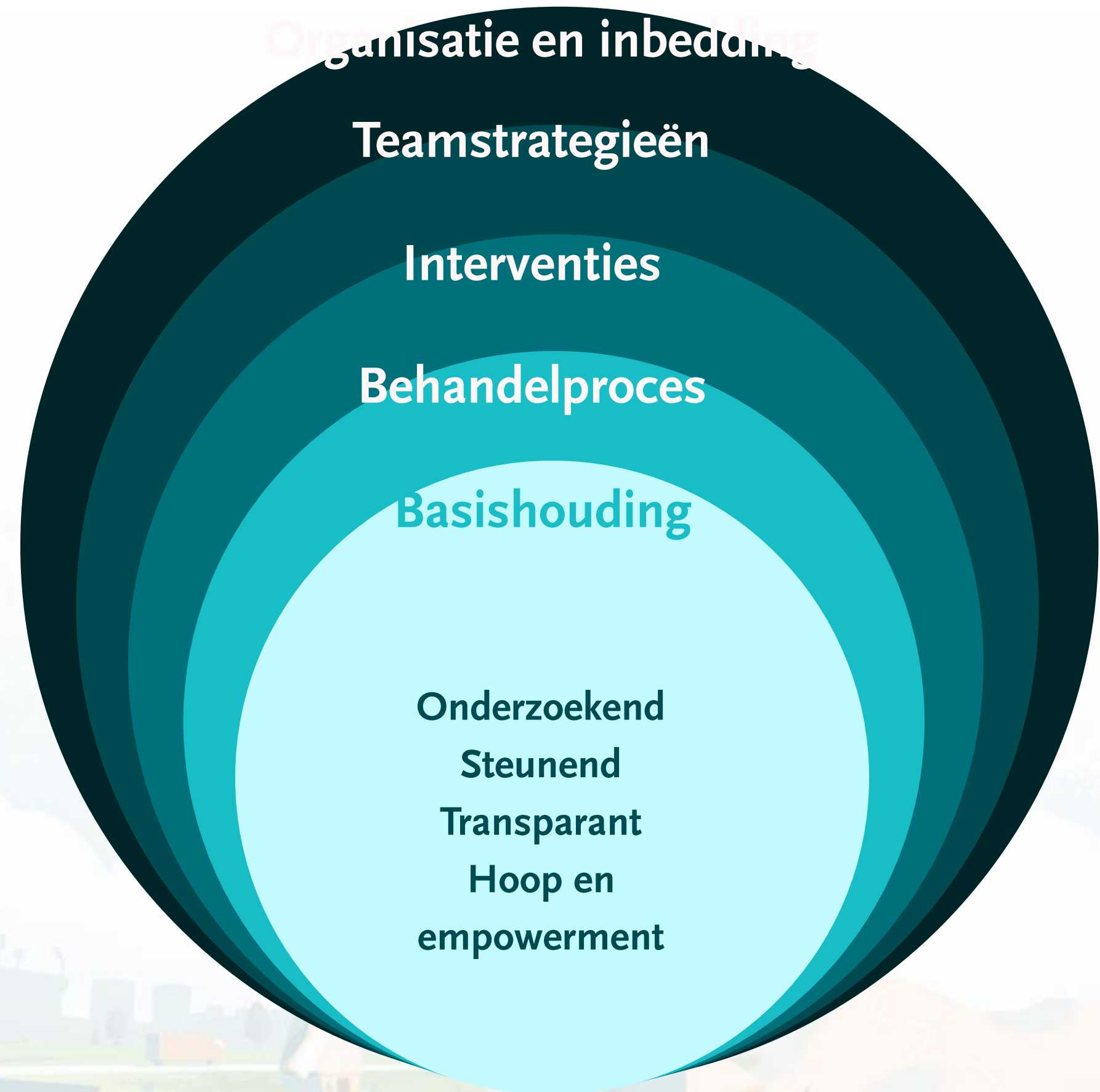
Fasegericht behandelen is een behandelkader waarbinnen veel initiatieven een plek kunnen krijgen (doorontwikkeling).



INBEDDING OP 5 NIVEAU'S



1. BASISHOUDING



Kenmerk

Nieuwsgierig en onderzoekend

Empathisch, steunend en validerend

Transparant en authentiek

Hoop en empowerment

Betekenis

Behandelaar probeert echt te begrijpen wat er aan de hand is en hoe de cliënt dat beleeft. Dus eerst goed luisteren en niet gelijk vanuit je eigen kennis en ervaring invullen

Behandelaar kan daardoor ook teruggeven aan de cliënt dat hij begrijpt hoe de cliënt zich voelt.

Behandelaar is open over zijn eigen gedachtes, gevoelens, grenzen en staat authentiek in contact.

Behandelaar stimuleert hoop en optimisme bij de client
En herkent en stimuleert het benutten van eigen kracht van de cliënt.

Houding

Ik wil je echt begrijpen.

Ik voel mee met de last (van de emoties) die je ervaart.

Ik zeg wat ik doe en doe wat ik zeg.

Ik zie jou als een gelijkwaardige gesprekspartner met jouw kwaliteiten en vaardigheden.

2. BEHANDEL- PROCES



Kenmerk

Doelgericht

Evaluatie

**Gefaseerd en
intermittent**

Betekenis

Behandeling focust zich op hersteldoelen (van de cliënt!), vastgelegd in Mijn herstelplan. Probleemanalyse is hulpmiddel hierbij.

Regelmatig evalueren van hersteldoelen: feedback van cliënt, behandelaar, naastbetrokkenen en HIB. Hersteldoelen bijstellen waar nodig.

Behandelproces is gefaseerd (begin/midden/einde) en (zo nodig) in episodes van zorg.

FASEN

Startfase
Aanmelding,
zelfhulp, screening
en HOI

Behandelfase 1
Contracteerfase:
samen begrijpen wat
er aan de hand is

Behandelfase 2
Uitvoer van
Mijn Herstelplan

Behandelfase 3
Evaluatie en
Uitstroom fase

Herstel zonder
zorg van
GGZ NHN

Startfase GGZ NHN

Aanmelding

Vorbereiding screening

Screening

Welkomsmodule+zelfhulp

Vorbereiding intake

Herstelondersteunende intake

Duidelijke communicatie naar cliënten
(wie is waar verantwoordelijk voor?
Wat gaat er precies gebeuren?)
Uitleg via Minddistrict/folders/brieven

Hoe lange wachttijden/ breuken in de
overgang te vermijden? Wachttijd =
'werk'tijd?

Startfase



MODULE zelfhulp

Vorbereiding op je eerste gesprek (screening)

📱 geschikt voor mobiele app

Zelfhulp voor cliënten, Volwassenen, Ouderen +1 ander trefwoord...



MODULE zelfhulp

Welkom bij GGZ Noord-Holland-Noord

📱 geschikt voor mobiele app

Zelfhulp voor cliënten



MODULE zelfhulp

Vorbereiding op je intake

📱 geschikt voor mobiele app

Zelfhulp voor cliënten

Deel 1: Algemene vragen
Deel 2: inhoudelijke vragen

Uitleg over de aanmelding (filmpje)
Uitleg over herstel
Wie kan je helpen bij herstel?

Wat kan ik zelf doen?

- Online zelfhulpmodules volgen
- Cursussen bij de herstelacademie, bv. de WRAP
- Dagbesteding volgen bij Maatwerk
- Organisaties buiten GGZ-NHN
- Waar je bij vragen terecht kan

Uitleg HOI
Vorbereiding op je intake: de vier vragen van de HOI
Uitleg Fasegericht behandelen
Herhaling Wat kan ik zelf doen?

FASEN



Behandelfase I: contracteerfase GGZ NHN

Minddistrict modules:

- Mijn probleemanalyse
- Mijn herstelplan

Pilot Startgroep

- Verdere aanvulling van de vier vragen van de HOI:
 - ✓ *Wat is er gebeurd en tot welke klachten heeft dat geleid?*
 - ✓ *Wie ben ik (krachten en kwetsbaarheden)?*
 - ✓ *Waar wil ik naartoe?*
 - ✓ *Wat heb ik nodig?*
- Informatie delen over behandeling en kader (ook schriftelijk mee)
- Hersteleducatie
- Psychiatrische screening, somatische screening
- Crisisbeleid, drop-outbeleid
- Gesprek met naastbetrokkenen
- Aandacht voor ambivalentie en voor regierol van de cliënt voor eigen herstelproces
- Kindcheck

Optioneel:

- Psychologisch testonderzoek.
- Medicatiebehandeling
- Probleemanalyse

Leidt tot een ingevuld Mijn herstelplan.

Behandelfase 1: de contracteerfase



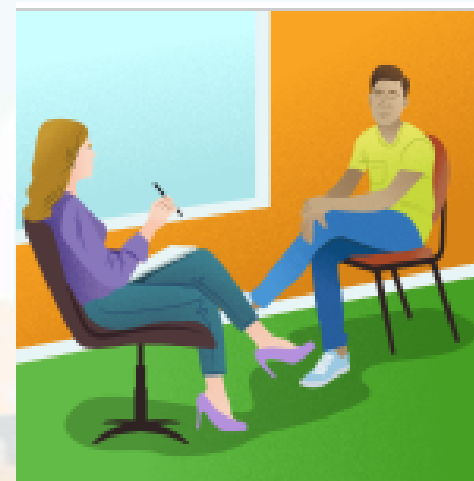
MODULE

In behandeling bij GGZ NHN - Mijn Probleemanalyse

Samen begrijpen wat er aan de hand is

 geschikt voor mobiele app

Volwassenen, Ouderen, Jongeren +3 andere trefwoorden...



MODULE

In behandeling bij GGZ NHN - Mijn Herstelplan

Samen begrijpen wat er aan de hand is

 geschikt voor mobiele app

Volwassenen, Ouderen, Jongeren +3 andere trefwoorden...

PROBLEEMANALYSE

Wat had invloed op het ontstaan van mijn klachten?

Erfelijkheid:
Gezin van herkomst:
Betekenisvolle gebeurtenissen:

Wat heb ik vroeger geleerd?

Over mezelf:
Over anderen:
Over de wereld:
Leefregels:

Ik doe dan meestal dit:

Overgave: bevestiging te zoeken voor wat ik heb geleerd, want dat is vertrouwd. Dit doe ik door

Vermijding: uit de weg gaan van situaties, gedachten en/of gevoelens die ik eerder heb meegemaakt uit angst om daarmee geconfronteerd te worden. Dit doe ik door

Overcompensatie: het tegenovergestelde te doen van wat ik eerder heb geleerd. Dit doe ik door

Welke gebeurtenissen versterken mijn overtuigingen en/of gedrag:

Daardoor heb ik last van:

MIJN HERSTELPLAN

Naam:

Wat is er gebeurd en tot welke klachten heeft dat geleid?

Waar wil ik naartoe?

Wie ben ik?

Wat heb ik nodig?



Persoonlijke diagnose/mijn verhaal

Persoonlijke hersteldoelen

- 1.
- 2.

Hoe werk ik aan deze doelen en wie steunt mij daarbij?

- 1.
- 2.

Startdatum:

Einddatum:

FASEN



Behandelfase II: uitvoer van mijn herstelplan GGZ NHN

- Nog geen duidelijke structuur en invulling
- Zijn we aan het ontwikkelen

Minddistrict evaluatiemodule:
Goed op weg

Behandelfase 2: uitvoer Mijn herstelplan



MODULE

Goed Op Weg

Content ID: 686ef8e8c6804e5f90fab0e4986c6c7a

Evaluatiemodule GGZ Noord-Holland-Noord

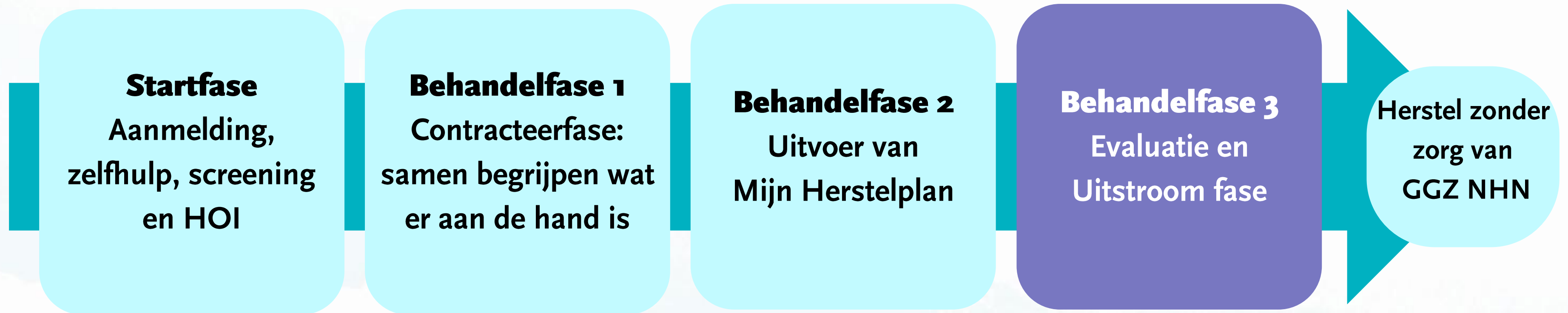
 geschikt voor mobiele app

Volwassenen, Ouderen

Evaluatiemodule

Nog in de maak. Wordt op dit moment aan gewerkt

FASEN



Behandelfase III: uitstroomfase GGZ NHN

- Generalisatie van het geleerde naar het dagelijks leven (sociaal en maatschappelijk)
- Voldoende ondersteuning in eigen omgeving!
- Goed afscheid nemen: aandacht voor loslaten van behandelaren en groepsgenoten

Minddistrict module: Herstel zonder zorg

Behandelfase 3: uitstroomfase



MODULE

Herstel zonder zorg

Content ID: fd3379a8d28c4c6e9a0d60c200be93db

Een module over uit zorg gaan.

Deze module richt zich op belangrijke aspecten van het uit zorg gaan: het managen van verwachtingen en het voorkomen van terugval.

Evaluatiemodule voor einde van de behandeling
Gaaf nog in de revisie

3. INTERVENTIES

Organisatie en inbedding



Teamstrategieën

Interventies

Ondersteunend aan hersteldoelen
Transdiagnostisch
Stap voor stap
Behandelingen in de groep

Behandelp proces

Basishouding

Kenmerk

Ondersteunend
aan hersteldoelen

Transdiagnostisch

Stap voor stap

Behandelingen
in de groep

Betekenis

Interventies ondersteunen de cliënt bij het behalen van zijn hersteldoelen

Behandelen van onderliggende factoren: problemen met voelen, denken en doen

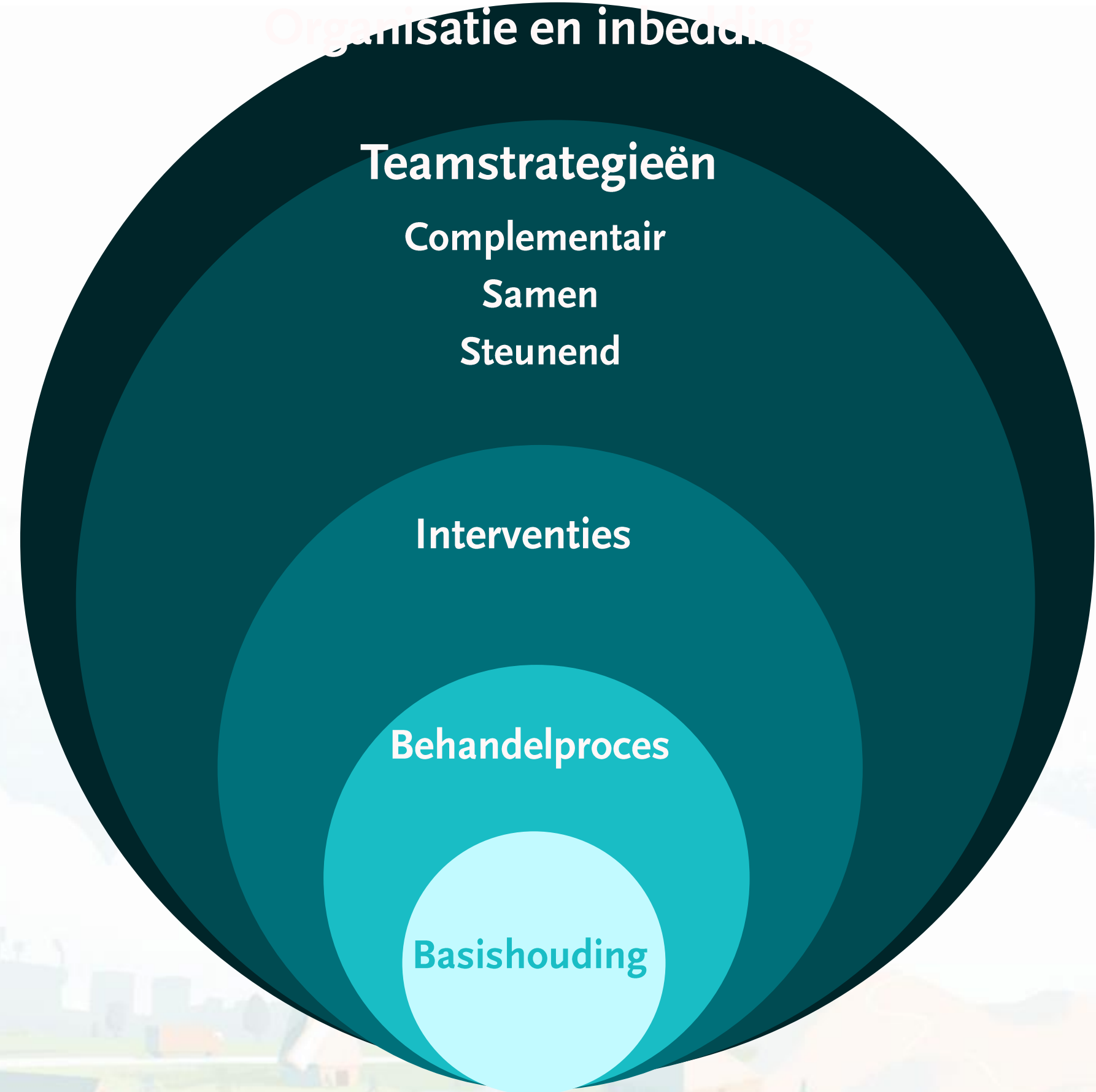
Eerst evalueren, dan pas volgende interventie

Efficient en effectief



4. TEAM- STRATEGIEËN

Organisatie en inbedding



Kenmerk

Complementair

Samen

Steunend

Betekenis

Team zorgt ervoor dat alle (beladen) perspectieven op tafel komen en probeert de verschillen te begrijpen voor er beleid wordt gemaakt.

Team bespreekt processen, emoties, cultuur, interacties in en tussen teamleden.

Behandelaar checkt acties die afwijken van reguliere afspraken en structuren bij een collega (vb extra crisisafspraken).

Strategie

Procesbewaker

Practice what you preach

Intercollegiaal overleg

Waar

MDO

Intervisie

Check bij collega CT overleg

5 ORGANISATIE EN INBEDDING



Kenmerk

Structuur

Betekenis

Duidelijke en voorspelbare kaders, grenzen, rollen, taken, bezetting, ...

Steun

Goede inbedding en steun in instelling, bv. Zorgondersteuning, ICT

Integratie

Afstemmen binnen (vb. verschillende interventies) en tussen (vb. ketenpartners) programma's

**Wat is dus een
Herstelondersteunende
basishouding?**



Kenmerken herstel- ondersteunende zorg door professionals (naar Boevink et al., 2009)

Een professional...

- heeft een attitude van hoop en optimisme.
- is present (aandachtig aanwezig).
- maakt ruimte voor, ondersteunt het maken van en sluit aan bij het eigen verhaal van de cliënt (probeert het perspectief van de cliënt echt te begrijpen en voelt mee met de last van de emoties die de cliënt ervaart).
- gebruikt zijn professionele referentiekader op een terughoudende en bescheiden wijze (anders kan je niet van binnenuit begrijpen).

Kenmerken herstel- ondersteunende zorg door professionals (naar Boevink et al., 2009)

Een professional...

- herkent en stimuleert het benutten van eigen kracht van de cliënt (empowerment) zowel individueel als collectief.
- erkent, benut en stimuleert de ontwikkeling van ervaringskennis van de cliënt.
- erkent, benut en stimuleert de ondersteuning van de cliënt door belangrijke anderen.
- is gericht op het verlichten van lijden en het vergroten van eigen regie/autonomie.

Mijn herstelplan



Mijn herstelplan is gebaseerd op de vier vragen vanuit de Herstelondersteunende Intake (HOI):

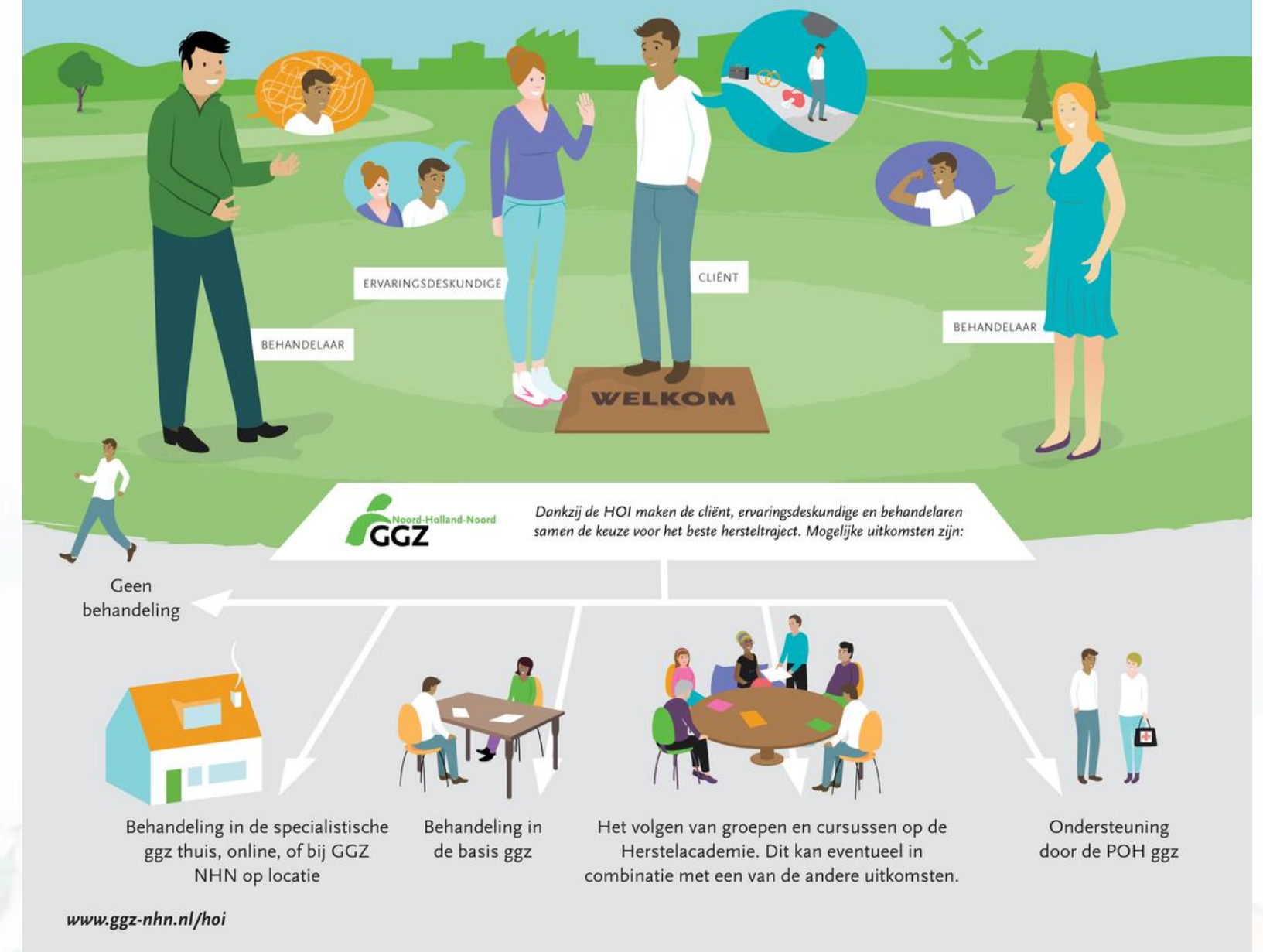
1. Wat is er met je gebeurd?
2. Wat is je kwetsbaarheid en je weerbaarheid?
3. Waar wil je naartoe?
4. Wat heb je nodig en van wie?

DE HERSTELONDERSTEUNENDE INTAKE (HOI)

Hèt intakegesprek gericht op het verhaal van de cliënt en samen begrijpen wat er aan de hand is.

Cliënten en naasten weten vaak zelf het beste wat goed voor ze is en kunnen zelf aangeven waar ze hulp bij nodig hebben. Wat is de kracht van de cliënt, wat zijn de

mogelijkheden van de cliënt en wat heeft deze nodig om aan herstel te werken? Bij de intake zijn twee behandelaren en een professionele ervaringsdeskundige aanwezig.



Mijn herstelplan

- Samen begrijpen wat er aan de hand is
- Tot concrete hersteldoelen komen, van de cliënt
- Plan van aanpak maken

NB: dit plan hoeft niet de volledige toekomstige behandeling te betreffen, maar wel de eerste stappen die nodig zijn (behandelperiode). Daarna evaluatie en, zo nodig, een nieuw Mijn herstelplan.

VALLEN EN OPSTAAN

**EN TUSSENDOOR
LEER IK
OOK NOG
KOPROLLEN**

Loesje

eindhoven@loesje.nl
www.loesje.nl/eindhoven

MIJN HERSTELPLAN

Naam:

Wat is er gebeurd en tot welke klachten heeft dat geleid?

Waar wil ik naartoe?

Wie ben ik?



Wat heb ik nodig?

Persoonlijke diagnose/mijn verhaal

Persoonlijke hersteldoelen

- 1.
- 2.

Hoe werk ik aan deze doelen en wie steunt mij daarbij?

- 1.
- 2.

Startdatum:

Einddatum:

Inzoomen op de onderdelen

Wat is er gebeurd en tot welke klachten heeft dat geleid?

**Wat heb ik meegemaakt (trauma's, opvoeding, gebeurtenissen, e.d.)?
Wat maakt dat ik nu hulp zoek?**

Welke klachten en problemen spelen er momenteel?

Inzoomen op de onderdelen

Wie ben ik (krachten en kwetsbaarheden)?

Waar ben ik goed in?
Wat zijn mijn sterke kanten? Waar krijg ik energie van?

Waar ben ik gevoelig voor?
Waar heb ik moeite mee?

Inzoomen op de onderdelen

Waar wil ik naartoe?

Waar wil ik naartoe? Wat voor leven wil ik leven? Wat is een waardevol leven voor mij?

Stip op de horizon. Concretiseren van gewenste situatie als de klachten en problemen verminderd zijn. Wondervraag.

Inzoomen op de onderdelen

Wat heb ik nodig?

Wat heb ik nodig om aan mijn doelen te kunnen werken?

Wat kan ik zelf inzetten? Denk hierbij ook aan je kwaliteiten. Wat heb ik daarin nodig van mijn omgeving/systeem?

Inzoomen op de onderdelen

**Mijn verhaal/
beschrijvende diagnose**

Dit is jouw verhaal.

**Een beschrijving van je klachten en problemen,
de oorzaken, de gevolgen, triggers en
onderliggende processen.**

Inzoomen op de onderdelen

**Persoonlijke
hersteldoelen**

Beschrijf wat je bereikt wil hebben
over een bepaalde tijd.

Schrijf het op als iets dat al gelukt is:
“Ik ben weer aan het werk”.

Inzoomen op de onderdelen

Hoe werk ik aan mijn doelen en wie steunt mij daarbij?

Welke acties ga jij uitvoeren om je doelen te bereiken? Wie gaat je erbij helpen?

Zo concreet mogelijk: Ik ga, ik maak, ik zoek.....

“Mijn partner en ik overleggen elke zaterdagochtend om 10.00 uur hoe de volgende week eruit gaat zien. We vullen daarna samen een weekschema in”

MIJN HERSTELPLAN

Naam: Marieke van Dam

Wat is er gebeurd en tot welke klachten heeft dat geleid?

Vader had depressies; Opvoeding: Niet zeuren maar doorgaan, seksueel trauma
Laatste jaren: Echtscheiding; ziekte moeder, ontslag
Klachten: ik zie het leven niet meer zitten.

Waar wil ik naartoe?

Ik weet wat ik moet doen om emotioneel in evenwicht te blijven.
Ik heb weer zin om leuke dingen te doen
Ik heb weer betaald werk

Wie ben ik?

Krachten: ik ben een doorzetter.
Ik heb een trouwe vriendgroep van de opleiding
Kwetsbaarheden: mezelf wegcijferen, te hard werken, overwerken, uiteindelijk overspannen raken



Wat heb ik nodig?

Steun van mijn vriendengroep
Iemand die me begrijpt
Ik heb mildheid naar mezelf nodig.

Persoonlijke diagnose/mijn verhaal

Ik ben een 37 jarige vrouw die vastgelopen is in het leven. Ik kom uit een gezin wat getekend werd door de depressies van mijn vader die arbeidsongeschikt raakte toen ik 8 jaar was. Het hele gezin hield rekening met het feit dat hij vaak op bed lag en niet aanspreekbaar was. Mijn moeder had het druk met het huishouden en de zorg voor de 2 kinderen, waarvan ik de jongste ben. Daarnaast was ze 4 dagen per week gastouder. Ik heb geleerd om niet te zeuren en door te gaan. Van mijn 8e tot mijn 11e jaar ben ik seksueel misbruikt door mijn 4 jaar oudere broer. Ik heb hier nooit over gepraat. Op mijn 17e jaar begon ik verpleegkundeopleiding, kreeg ik een relatie met mijn ex- man en ben ik het huis uit gegaan. Toen is het een hele periode goed gegaan, maar mijn man en ik groeiden uit elkaar en hij ontmoette een nieuwe vrouw. Toen de echtscheiding in 2020 uitgesproken werd, in 2021 mijn moeder ernstig ziek werd en overleed, en mijn horecazaak in 2022 failliet ging, werd het me allemaal teveel. Mijn klachten blijken te passen bij een depressie.

Persoonlijke hersteldoelen

1. Ik begrijp beter waarom het in 2020 me teveel werd en wat misschien aanknopingspunten voor mij zijn om minder depressief te worden en uiteindelijk een depressie in de toekomst te voorkomen
2. Ik heb (iets) meer plezier in dingen
3. Ik heb contact met de jobcoach

Hoe werk ik aan deze doelen en wie steunt mij daarbij?

1. Ik maak samen met een de coördinerend behandelaar een probleemanalyse
2. Ik krijg een depressiebehandeling van een psycholoog en ga door de weeks actief aan de slag met wat ik aangereikt krijg.
3. Ik neem deel aan de Lotgenotengroep van de Herstelacademie
4. Ik neem contact op met de Reintegratiecoach van het UWV

Oefenen

In groepjes van twee (cliënt, behandelaar)

Degene die de cliënt is heeft een eigen cliënt in gedachten

De behandelaar ondersteunt de cliënt bij het invullen van het Mijn
herstelplan

- Je bent een 26-jarige, werkende, alleenstaande vrouw. Je hebt last van somberheid, een je vind jezelf erg dom en stom, je stelt hoge eisen aan jezelf en anderen, je hebt last van lichamelijke spanningsklachten en angst. Je hebt al veel behandeling gehad, waaronder CGT en schematherapie. Ondanks dat de klachten wel iets verbeterd zijn, blijven ze bestaan. Je denkt zelf dat dit misschien door een autismespectrumstoornis komt, maar hier is nog niet eerder onderzoek naar gedaan.
- In je jeugd werd door je ouders ook altijd hoge eisen aan jou en je zusje gesteld, maar je hebt ervaren dat dit meer bij jou gebeurde dan bij je zus. Je ouders werden bijvoorbeeld boos op je als je lager dan een 8 haalde als cijfer op school en zij keurden voortdurend af wat je in je vrije tijd deed. Ouders waren ook in je vrije tijd erg gericht op (sport)prestaties. Aan de andere kant heb je juist dat je ouders weinig betrokken waren, omdat zij los van de prestaties niet veel interesse in je toonden. Daarnaast was je vader veel weg voor zijn werk en je moeder dronk regelmatig teveel. Hierdoor voelde je niet goed genoeg en onbelangrijk. Sinds je puberteit ben je voortdurend bang om iets fout te doen en hierover negatieve opmerkingen te krijgen van anderen. Hierdoor werk je erg hard, doe je heel veel voor anderen en ga je over je grenzen. Je zou de lat liever wat lager willen leggen voor jezelf, maar dat durf je niet. Het is lastig om samen te werken met je collega's omdat je aan hen dezelfde hoge eisen stelt als aan jezelf. Wel haalt je veel plezier uit je werk en je bent trots op het werk dat je neerzet en het bedrijf waar je voor werkt.
- Je hebt een steunende vriendengroep die haar dwangmatige kant accepteren. En je herkent van jezelf ook heel open en acceptierend naar je vrienden te zijn.

**Voor meer informatie
over**

**FASEGERICHT BEHANDELEN
EN MIJN HERSTELPLAN**

Mail naar: t.koetsier@ggz-nhn.nl

