

Komen tot een behandelovereenkomst (Anton Hafkenscheid)

Een exemplaar van de behandelovereenkomst dat volgens de eigen noden en situatie mag worden aangepast:

Behandelovereenkomst

Uw naam: _____

A. Doelen van de behandeling

Globaal gaat het in elke therapie bijna altijd om een of meer van de volgende doelen:

1. ___ Beter met trauma's, onrecht en kwetsingen uit mijn verleden kunnen omgaan.
2. ___ Beter met mijn klachten, symptomen en gevoelens kunnen omgaan.
3. ___ Meer bewust worden van valkuilen in mijn voelen, denken, handelen.
4. ___ Doorbreken van gedragspatronen waarmee ik mijzelf schade doe.
5. ___ Doorbreken van gedragspatronen waarmee ik anderen schade doe.
6. ___ Mijn grenzen in de contacten met anderen beter leren aangeven.
7. ___ Mijn behoeftes in de contacten met anderen beter leren aangeven.
8. ___ Behoeftes (verlangens) en/of grenzen van anderen beter leren aanvoelen.
9. ___ Beter in staat zijn om mijn leven zo goed mogelijk vorm en inhoud te geven.
10. ___ _____ *
11. ___ _____ *
12. ___ _____ *

* Anders, namelijk ... (zelf invullen)

Gelieve een rondje aan te kruisen als het desbetreffende doel voor jou van toepassing is. Voor de doelen die je hebt aangekruist: graag rangordnummers op de lijntjes plaatsen, waarbij 1 = het nu meest belangrijke doel, 2 = het nu een na meest belangrijke doel, ...

B. Aanpak/werkwijze

1. In elk gesprek bepaal jij in principe de agenda. Je vertelt over de ervaringen die op dat moment het meest dringend of belangrijk voor je zijn: gevoelens, herinneringen, gebeurtenissen die je hebben geraakt, dingen waar je je zorgen over maakt, hoe je je voelt bij onze gesprekken...
2. Samen kijken we naar de mogelijke betekenis van de ervaringen waarover je vertelt. Ik probeer je te helpen om jezelf (je klachten, gevoelens en gedragspatronen) beter te begrijpen.
3. Zo nodig probeer ik je te helpen om de gevoelens en gedragingen van anderen beter te begrijpen. Dat kan wenselijk zijn als de verstandhouding met mensen die in jouw leven belangrijk zijn (geweest) verstoord is of vastzit.
4. Elk mens heeft in sommige situaties 'blinde vlekken'. Het effect van je gedrag op de ander kan anders zijn dan je bedoeling is. Als je je bewust wordt van de mogelijke effecten van je gedrag kun je je gedrag meer afstemmen op wat je wilt of bedoelt. Ik zal je daarom zo nu en dan wijzen op de effecten van je gedrag op mij.
5. Ook elke therapeut heeft 'blinde vlekken'. Je kunt mij door jouw feedback helpen om als therapeut zo goed mogelijk aan te sluiten bij jouw behoeftes en grenzen.

Ik zal je daarom af en toe uitnodigen om iets te zeggen over hoe je mijn doen en laten als therapeut ervaart.

6. Het kan voorkomen dat ik je teleurstel, kwets of niet begrijp, zonder mij daarvan bewust te zijn. Ik nodig je nadrukkelijk uit om mij daarop aan te spreken (zie ook punt 5).
7. In onze gesprekken kan ik je eventueel voorstellen een meer gestructureerde oefening te doen, bijvoorbeeld een concentratioefening of een kort rollenspel.
8. Ik kan je eventueel vragen om thuis bepaalde dingen te registreren of uit te proberen.
9. Ik kan je eventueel voorstellen om iemand die in jouw leven belangrijk is mee uit te nodigen voor een kennismaking.
10. Regelmatig bekijken we samen in hoeverre jouw doelen zijn bereikt. Ook bekijken we dan of de doelen nog goed geformuleerd zijn.
11. Samen kijken we regelmatig naar het aantal gesprekken dat nog nodig lijkt te zijn. We kijken ook hoe vaak en voor welke tijdsperiode verdere gesprekken wenselijk zijn.
12. Jij en ik vullen elk gesprek korte scoringslijstjes in. Die lijstjes zijn een hulpmiddel om het verloop van onze gesprekken en van jouw leven buiten de therapie samen te volgen, aan de hand van grafiekjes.

C. Te verwachten resultaten

De onder B beschreven werkwijze is naar verwachting de beste aanpak om jouw doel(en) optimaal te bereiken. Van tevoren valt niet te zeggen hoeveel tijd daarvoor nodig is. Dat hangt van diverse factoren af: hoe lang jouw klachten al bestaan, hoe vroeg en hoe ernstig in je leven je tekortgekomen bent, je huidige levensomstandigheden, ...

D. Andere mogelijkheden in plaats van deze behandeling

Naast individuele gesprekken biedt het ... (naam van het centrum) medicamenteuze behandeling (pillen), echtpaargesprekken, gezinsgesprekken, poliklinische groepsbehandeling, dagbehandeling en klinische opname. Ook andere werkvormen (psychomotorische therapie, creatieve therapie beeldend of drama) behoren tot het behandel aanbod. Het voorstel aan jou om individuele gesprekken te voeren is na zorgvuldige afweging tot stand gekomen. Mocht je desondanks het gevoel hebben dat een andere behandelvorm of andere behandelaar je beter zou helpen, dan kun je dat op elk moment bij mij aankaarten. Omgekeerd zal ik ook zelf bij jou aankaarten wanneer ik het idee heb dat er betere alternatieven voor je zijn. Soms is ook een combinatie van behandelingen wenselijk.

E. Risico's en bijwerkingen van deze behandeling

De behandeling kost inspanning, tijd en soms ook frustratie. In de gesprekken kun je je bewust worden van emotionele pijn en gekwettheid. Er kunnen herinneringen bovenkomen die verdriet, pijn, boosheid en/of somberheid oproepen. Met dergelijke gevoelens word je eveneens geconfronteerd als je merkt dat ik je niet begrijp of voor jou tekortschiet. Deze gevoelens zijn meestal voorbijgaand of worden minder belemmerend als we er in onze gesprekken serieus aandacht aan schenken.

F. Rechten, plichten, professionele grenzen

Ik ben lid van ... (bijvoorbeeld het Nederlands Instituut van Psychologen (NIP) en de Nederlandse Vereniging voor Psychotherapie (NVP)). Ik onderschrijf daarmee de beroeps codes van ... (bijvoorbeeld het NIP en NVP). Ik ben aan deze beroeps codes gebonden. Als behandelaar van het ... (naam van het centrum) ben ik gebonden aan de

professionele regels en grenzen die binnen het ... (naam van het centrum) worden gehanteerd.

Het ... (naam van het centrum) werkt met een Elektronisch Cliënten Dossier (ECD). In het ECD wordt het verloop van jouw behandeling door mij bijgehouden. Je hebt recht op inzage in je ECD. Tegen betaling van de kopieerkosten kun je eveneens beschikken over documenten uit jouw ECD. Het ... (naam van het centrum) kent het recht om een klacht over de behandeling in te dienen. Daarnaast kun je bij onvrede over de behandeling de Patiënt VertrouwensPersoon (PVP) inschakelen. Je hebt te allen tijde het recht om deze behandelovereenkomst te ontbinden.

Ik heb deze behandelovereenkomst gelezen en ben ermee akkoord,

Datum: _____ Evaluatiedatum: _____

Jouw naam: _____ Geboortedatum: _____

Uw handtekening: _____

Mijn handtekening: _____