

## Je behandeling loopt beter met jouw inbreng

Omdat jij jezelf het best kent, is het belangrijk dat jij meebeslist tijdens je behandeling. **Samen beslissen** betekent dat jij, eventueel samen met een naaste (familie, partner of vriend), en je hulpverlener kijken welke behandeling bij jou past. Als je samen keuzes maakt die passen bij jouw situatie en wat je bezighoudt, zoals je werk, school, hobby of de zorg voor kinderen of dieren, dan is de kans groter dat de behandeling goed gaat helpen.

**Samen beslissen** doe je ook tijdens de behandeling, om te bepalen of de behandeling voldoende helpt, of dat blijkt dat een andere aanpak beter past. Jouw inbreng helpt om de behandeling te kiezen die voor jou het beste werkt.



## Meer over Samen beslissen voor jou als hulpverlener

Ieder mens is uniek, met een persoonlijk verhaal en een eigen sociale omgeving. Ieder mens kent zijn eigen herstelproces. Samenwerken vanuit een gelijkwaardige relatie creëert ruimte voor de unieke inbreng van patiënt en naaste. Zo krijgen zij meer grip op de situatie en komt er gezamenlijk gedragen verantwoordelijkheid tijdens het herstelproces. **Samen beslissen** stimuleert gelijkwaardig contact en eigen regie. **Samen beslissen** vindt plaats tijdens het gehele behandelproces vanaf de intake tot aan afsluiting en nazorg.

Er zijn verschillende hulpmiddelen om samen beslissen in de praktijk te brengen.

Op de website [www.akwaggz.nl/samenbeslissen](http://www.akwaggz.nl/samenbeslissen) vind je onder andere gratis trainingen voor jou en je team, hulpmiddelen, een webinar en ervaringen van patiënten en professionals. Je kunt daar ook meer van deze folders bestellen.

**Bekijk alle ondersteuning en bestel gratis deze folder.**  
[www.akwaggz.nl](http://www.akwaggz.nl)

# Samen beslissen in de praktijk



## Meer weten over Samen beslissen?

Bekijk samen deze video

[www.vimeo.com](http://www.vimeo.com)

Duur: 3 minuten

[www.thuisarts.nl](http://www.thuisarts.nl)

Informatie en tips over psychische klachten

Bestel gratis keuzehulpen Samen beslissen

[www.akwaggz.nl](http://www.akwaggz.nl)

- Informatie over verschillende psychische klachten
- Overzicht van behandelingen en tips



**Voor patiënt, naaste en hulpverlener**  
Hoe gaat samen beslissen in de praktijk?



# Samen beslissen



**1**  
**Expliciet bespreken**  
Wat heb jij nodig? Welke naaste(n) betrek je? Benoem dat je samen wilt beslissen.

**2**  
**Behandelen hersteldoelen bepalen**  
Wat werkt wel en niet? Bepaal jouw vragen en doelen en bespreek deze samen.

**3**  
**Opties voor behandeling en begeleiding bespreken**  
Samen kies je wat bij jou past.

**4**  
**Regelmatig evalueren**  
Zit je op de goede weg? Kom je dichterbij je doelen?

**Vertrouwen**

**Delen van kennis en expertise**

**De patiënt kent zichzelf het beste**

**Van elkaar leren**

**Echt contact**

**Van elkaar leren**

**Echt contact**

**Van elkaar leren**

**Echt contact**

**Van elkaar leren**

**Echt contact**

**Van elkaar leren**

**Echt contact**



## Wat kan je doen als patiënt?



## Wat kan je doen als naaste?



## Wat kan je doen als hulpverlener?



Verbeterde kwaliteit van de behandeling en het herstel



Meer plezier en energie in je werk als professional