



Afsluiten van behandeling in de ggz

Check 'Samen wijzer in de GGZ' voor meer inspiratie



Waarom is zorgvuldig en tijdig afsluiten belangrijk?

Zorgvuldig afsluiten betekent: samen met de patiënt bewust toewerken naar het einde van de behandeling, op het moment dat het doel is bereikt, of wanneer verdere verbetering niet te verwachten is, of wanneer de behandeling moet worden overgedragen.

- Het voorkomt overbehandeling en onnodige afhankelijkheid van zorg
- Het geeft de patiënt regie over herstel en toekomst en houdt professionals scherp
- Het geeft richting aan wat nodig is om zelfstandig verder te kunnen
- Sluit aan bij goede zorgprincipes uit richtlijnen en standaarden
- Het maakt SMART behandelen makkelijker door duidelijke doelen en grenzen.
- Er ontstaat ruimte om nieuwe patiënten aan te nemen.

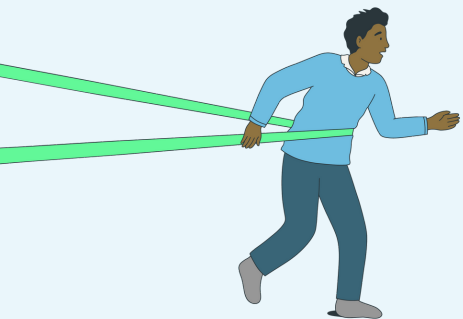
De behandeling zorgvuldig afsluiten is een onderdeel van professioneel handelen: het vraagt aandacht, reflectie en soms moed. Een afsluiting markeert een overgang: van samen werken aan verandering, naar zelfstandig verder gaan met vertrouwen. Het levert veel op voor de patiënt én de behandelaar.

'Een bijkomend voordeel van tijdig en zorgvuldig afsluiten is dat dit de doorstroom in de zorg bevordert.'

Wat zijn de essentiële elementen van 'tijdig en zorgvuldig afsluiten'?

- **Begin bij het begin:** Bespreek bij de start hoe de behandeling eruitziet, inclusief verwachte duur. Formuleer samen haalbare, meetbare doelen. Soms is het 'omgaan met klachten' meer haalbaar dan 'klachtenvrij' zijn. Introduceer afsluiten als iets positiefs en gewenst.
- **Structureel evalueren:** Maak evaluatie een vast onderdeel van het behandeltraject. Evalueer niet alleen doelen en klachten, maar ook werkrelatie en inzet en motivatie. Gebruik vragenlijsten of zelfrapportages. Bespreek regelmatig: is afsluiten of een andere stap aan de orde?
- **Werk stapsgewijs toe naar zelfstandigheid:** Verminder de behandelfrequentie in de afsluitende fase. Geef meer verantwoordelijkheid aan de patiënt (fading out). Verken alternatieve steun: netwerk, WMO-begeleiding, huisarts, digitale zorg, herstelinitiatieven. Stel samen een terugvalpreventieplan op, met daarin afspraken bij wie de patiënt in welke situatie kan aankloppen. Neem ook de naasten mee bij het maken van dergelijke nazorgafspraken.
- **Sluit bewust af:** Reflecteer samen op wat geleerd is en hoe dat vastgehouden wordt. Bied ruimte voor passende afsluiting (bijv. brief, ritueel, terugblik). Geef vertrouwen mee: 'Je kunt dit zelf.' Bespreek terugkeergarantie als vangnet.
- **Zorg voor een warme overdracht (bij overdracht van behandeling):** Wanneer de behandeling wordt overgedragen, hoort dit óók bij zorgvuldig afsluiten. Een warme overdracht betekent dat de continuïteit en veiligheid voor de patiënt wordt geborgd. Dit kan door gezamenlijk overleg, overdrachtsgesprekken of een schriftelijk en mondelinge overdracht waarbij patiënt en nieuwe behandelaar beide betrokken zijn.





Welke uitdagingen kan je als behandelaar tegenkomen?

Zorgvuldig afsluiten vraagt ook iets van jou. Soms loop je daarbij onbewust tegen eigen overtuigingen aan:

- Je voelt je verantwoordelijk voor volledig herstel.
- Je wil de patiënt niet teleurstellen of loslaten.
- Je bent bang voor een heftige reactie of suïcidaliteit.
- Je twijfelt of je wel genoeg hebt gedaan.
- Je hebt gehecht aan het contact of ervaart het als rustpunt in je werk.
- Je wil vermijden dat afsluiten voelt als 'falen' of een harde boodschap.

Deze gevoelens zijn normaal. Maar ze kunnen ook leiden tot uitstel of verlenging van de therapie.

Intervisie, overleg en beleid helpen om deze gevoelens te onderzoeken en weloverwogen keuzes te maken. Het kan je helpen om het gesprek aan te gaan met de patiënt op een open en positieve manier. Het gesprek met de patiënt wordt vaak positiever ontvangen dan verwacht.

Afsluiten van behandeling in de ggz

Praktische tips

- **Bespreek afsluiten vanaf het begin:** Zonder voorbereiding voelt het einde abrupt of als iets dat je overkomt.
 - Leg de verwachte duur en het doel vast in het zorgplan. Benoem afsluiten als iets wenselijks, bijvoorbeeld: "We gaan er samen naartoe werken dat ik overbodig word."
 - Wees altijd transparant dat afsluiten onderdeel is van de behandeling. Bij patiënten met negatieve zorgervaringen of wantrouwen kan het helpen om het onderwerp in het begin luchtig te brengen en later uitgebreider uit te werken. Zo voelt het niet als afwijzing.
- **Gebruik concrete doelen als ankerpunt:** Zonder duidelijke doelen wordt afsluiten ongrijpbaar.
 - Formuleer samen met de patiënt doelen concreet en gedragsmatig, en zorg dat ze binnen een bepaalde periode haalbaar zijn.
- **Maak evaluatie leidend:** Zonder evaluatie blijft afsluiten vaag en schuift het vooruit.
 - Bespreek regelmatig: 'Zijn we nog aan het juiste werken?' of 'Is afsluiten in zicht?'
 - Maak afsluiten ook een thema in teamoverleg of intervisie.
- **Werk toe naar zelfstandigheid:** Afsluiten voelt soms als 'loslaten'.
 - Bouw de behandeling geleidelijk af (fading out) en maak samen afspraken over steun en terugvalmogelijkheden.
- **Maak afsluiten een bekrachtiging van herstel:** Afsluiten kan voelen als verlies, maar is juist een teken van vertrouwen en groei.
 - Gebruik een ritueel, terugblik of afsluitbrief en benadruk: 'Je kunt dit én je weet ons te vinden.'
- **Wees alert op eigen aarzelingen:** Loyaliteit of twijfel kan afsluiten onbewust vertragen.
 - Bespreek je twijfels in MDO of intervisie en vraag een collega om mee te denken.
- **Erken dat afsluiten moeilijk kan zijn:** Hechte samenwerking maakt loslaten lastig, maar juist dat laat zien dat jullie een goed team zijn geweest.
 - Leg uit dat, net als in de sport, ook goede teams uiteindelijk uit elkaar gaan om verder te groeien.

