

Uitleg Rehabilitatieplan

GGZ Friesland heeft Rehabilitatie en herstelondersteunende zorg speerpunt gemaakt in het zorgaanbod voor mensen met Ernstige Psychiatrische Aandoeningen (EPA). Rehabilitatie gaat uit van de mogelijkheden van mensen, in plaats van hun beperkingen.

GGZ Friesland werkt in de begeleiding volgens de Individuele Rehabilitatie Benadering, ook wel afgekort tot IRB (Anthony et al, 2002). Deze benadering richt zich specifiek op maatschappelijk en sociaal rolherstel, vanuit de persoonlijke, individuele wens van de cliënt. Het verwezenlijken van doelen op de volgende vijf levensgebieden staat centraal:

1. Wonen
2. Werken
3. Leren
4. Sociale contacten en
5. Vrije tijd

Om hier handen en voeten aan te geven is er een Rehabilitatieplan ontwikkeld door **MindUp**, onderdeel van **GGZ Friesland** en de **Innovatiewerkplaats Maatschappelijke Participatie voor mensen met psychische beperkingen**. Dit rehabilitatieplan kunnen cliënten en hun persoonlijk begeleiders samen opstellen. In dit plan worden deze vijf doelgebieden nader uitgewerkt. Er komt in het plan te staan aan welke doelgebieden de cliënt gaat werken. Het aantal doelen/wensen waaraan gewerkt wordt, hangt af van de persoonlijke situatie. Er hoeft dus niet op ieder doelgebied iets te worden ondernomen. Soms is een cliënt ook nog niet in staat een doel te stellen. In dat geval werken de begeleider en de cliënt aan 'doelvaardigheid'. Dit betekent dat de begeleider de cliënt actief ondersteunt bij het oriënteren op wensen en/of met de cliënt onderzoekt wat de reden is dat er nog geen doel kan worden gesteld of nog geen wens kan worden geuit. Het identificeren en oplossen van die drempel kan dan een mooie start zijn van de begeleiding.

Bij het vastleggen van een doel op wonen, werken, leren, sociale contacten en/of vrije tijd, wordt ten eerste concreet het uiteindelijke doel of de wens aangegeven, het **rehabilitatiedoel**, of de **rehabilitatiewens**. Bijvoorbeeld: *Ik wil zelfstandig gaan wonen* of *Ik wil mijn opleiding volhouden* of *Ik wil andere dagbesteding* of *Ik wil het contact met mijn familie verbeteren*.

Daarnaast worden –volgens de IRB methode- de volgende aspecten vastgelegd:

- ✓ In welke fase bevindt het doel zich: gaat het om verkennen, kiezen, verkrijgen of behouden?
 - Verkennen: iemand weet nog niet wat hij/zij wil, maar moet nog onderzoek verrichten naar de eigen wensen en mogelijkheden (bv oriënteren op mogelijke opleidingen, oriënteren op dagbesteding) OF iemand heeft een veranderwens, maar twijfelt omdat hij/zij niet gelooft in eigen kunnen of niet

weet welke ondersteuning hij/zij nodig heeft om te werken aan de veranderingen

- Kiezen: iemand weet wat hij/zij wil, maar er zijn meerdere mogelijkheden (bv helemaal zelfstandig wonen of samenwonen, opleiding tot helpende of dierenverzorger, werken op de zorgboerderij of vrijwilligerswerk in het verzorgingshuis etc.)
 - Verkrijgen: iemand weet wat hij/zij wil, keuze is gemaakt en nu de stappen om het doel te verwezenlijken (bv. Inschrijven bij de woningbouw/reageren op woningen, inschrijven bij de gewenste opleiding/regelen stufi, contact zoeken met dagbesteding)
 - Behouden: iemand wil graag de huidige situatie handhaven en heeft daar ondersteuning van zijn netwerk bij nodig (bv. Begeleiding bij zelfstandig wonen, begeleiding op de opleiding (begeleid leren), begeleiding in de dagbesteding)
- ✓ Wie is er bij de doel- of wensverwezenlijking betrokken en wat is de rol van de betrokkenen?
- Hier wordt afgesproken wie er betrokken zijn bij het verwezenlijken van dit doel, en wat diegene doet. Dat is eigenlijk altijd de cliënt zelf, en daarnaast mensen uit zijn sociale en professionele netwerk. Zo leg je vast wat eenieder doet en kun je dit ook met elkaar evalueren. Dit kan bijvoorbeeld ook helpen bij het betrekken van familie bij de begeleiding. Ook zij hebben vaak een ondersteunende rol, die in het plan wordt beschreven.
- ✓ Wanneer moet het doel behaald/de wens vervuld zijn?
- Er wordt afgesproken wanneer het doel moet zijn behaald. Dit maakt het mogelijk de voortgang goed in de gaten te houden en na te gaan of de begeleiding nog op schema is. Het is de bedoeling dat het plan ieder half jaar wordt bekeken. Het behalen van een doel hoeft niet per se in dat halve jaar plaats te vinden, maar de streefdatum is heel belangrijk voor de evaluatie en de voortgang.
- ✓ Wanneer wordt er geëvalueerd?
- Er wordt standaard ieder half jaar geëvalueerd. Een datum wordt hiervoor altijd in het plan vastgelegd.
 - Er wordt vastgelegd of het doel behaald is en of dat voor de cliënt en begeleider hetzelfde ervaren wordt.

Daarnaast zijn er **rehabilitatieondersteunende doelen**. Dit zijn voorwaardenscheppende doelen die bijdragen aan het behalen van een rehabilitatie doel of wens. Dit zijn doelen op het gebied van:

- Psychische gezondheid (o.a. symptomen, medicatie)
- Lichamelijke gezondheid (o.a. lichamelijke klachten, beperkingen)
- Financiën (o.a. administratieve ondersteuning/begeleiding, bewindvoering, schuldhulpverlening)
- Zelfzorg (o.a. ADL, persoonlijke hygiëne)
- Reactivering (weer aan de slag met werk, dagbesteding etc.)

Deze doelen kunnen betrekking hebben op meerdere rehabilitatiedoelen. Als iemand met schulden bijvoorbeeld een rehabilitatiedoel/-wens heeft op het gebied van wonen 'ik wil

zelfstandig wonen' en leren 'ik wil een opleiding volgen', dan is het voor deze doelen belangrijk dat de financiën goed op orde worden gebracht en dat er bijvoorbeeld schuldhelpverlening is. Dan kun je bij deze doelen aankruisen dat financiën belangrijk zijn. Er kunnen meerdere rehabilitatieondersteunende doelen worden aangevinkt.

Hieronder een voorbeeld van een rehabilitatiedoel ohgv wonen:

Wonen

Rehabilitatiefase:

- Verkennen **Verkrijgen** (iemand wil iets nieuws behalen)
 Kiezen Behouden

Rehabilitatiedoel/-wens: **Ik wil over een jaar zelfstandig wonen**.....

Betrokken rehabilitatieondersteunende doelen (subdoelen):

- Psychische gezondheid Lichamelijke gezondheid
 Financiën Zelfzorg

Termijn voor verwezenlijking: een half jaar 1 jaar anderhalf jaar

Betrokken partijen

Ikzelf, mijn ouders, mijn persoonlijk begeleider, mijn woonbegeleider

Taken/rolverdeling

Ik: ik ga het komende half jaar vaardigheden leren die ik nodig heb als ik zelfstandig woon. Het gaat woonvaardigheden en omgaan met geld.

Persoonlijk begeleider: informeert bij mij naar de voortgang, lukt het mij om deze taken op te pakken? En helpt mij zo nodig te kijken welke ondersteuning mij verder kan helpen om mijn doelen te behalen.

Woonbegeleider: maakt samen met mij elke maand een schema, zodat ik weet wanneer ik welke taken moet doen om mijn einddoel te behalen. Hij/zij helpt mij om me aan dit schema te houden. Ze vraagt er naar en stimuleert mij om dit op te pakken, ook als ik er geen zin in heb of me er niet toe in staat voel. Hij/zij is mijn stok achter de deur.

Mijn ouders: ik kan als dat nodig is 2 keer per week bij mijn ouders eten. Ze praten met mij over dingen die ik lastig vind, zodat ik weer verder kan.

Evaluatie: patiënt vindt het doel wel/niet behaald
begeleider vindt het doel wel/niet behaald

Toelichting:

Financiën

Rehabilitatiefase:

- Verkennen Verkrijgen
 Kiezen Behouden

Doel: **Ik wil over anderhalf jaar geen schulden meer hebben**.....

Heeft betrekking op rehabilitatiedoel(en) (meerdere opties mogelijk):

Werken & Leren Sociale contacten Recreëren Wonen

Termijn voor verwezenlijking: een half jaar 1 jaar anderhalf jaar

Betrokken partijen

Ikzelf, schuldhulpverlener, woonbegeleider

Taken/rolverdeling

Ik: ik leer mijn uitgaven bij te houden en te leven van het bedrag dat ik wekelijks te besteden heb. Hiervoor maak ik een huishoudboekje, dat ik dagelijks kan bijhouden.

Schuldhulpverlener: beheert mijn inkomsten en uitgaven en zorgt voor mijn zak- en kleedgeld

Woonbegeleider: ondersteunt mij in het leren omgaan met een huishoudboekje en neemt dat iedere week met mij door

Evaluatie: patiënt vindt het doel wel/niet behaald
 begeleider vindt het doel wel/niet behaald

Toelichting:

Zelfzorg

Rehabilitatiefase:

Verkennen Verkrijgen
 Kiezen Behouden

Doel: **Ik kan over een half jaar zelf mijn huishouden doen en mezelf verzorgen**

Heeft betrekking op rehabilitatiedoel(en) (meerdere opties mogelijk):

Werken & Leren Sociale contacten Recreëren Wonen

Termijn voor verwezenlijking: een half jaar 1 jaar anderhalf jaar

Betrokken partijen

Ik, persoonlijk begeleider, woonbegeleider

Taken/rolverdeling

Ik: ik ga het komende half jaar steeds meer huishoudelijke taken uitvoeren. Ik begin met het doen van boodschappen en koken, ik ga leren mijn uitgaven bij te houden en ik houd mijn kamer bij. Ik maak voor deze taken samen met de woonbegeleiding een schema, zodat ik weet wanneer ik wat moet doen.

Persoonlijk begeleider: informeert bij mij naar de voortgang, lukt het mij om deze taken op te pakken? En helpt mij zo nodig te kijken welke ondersteuning mij verder kan helpen om mijn doelen te behalen.

Woonbegeleider: ondersteunt mij met gesprekken en praktische hulp (maken van schema, iets samen oppakken als het mij niet lukt) om mijn doel te behalen.

Herinnert mij aan mijn doelstellingen en het schema, en helpt mij eraan te houden.

Hij/zij spreekt mij er op aan als het mij niet lukt, zoekt met mij uit wat ik kan doen om er wel aan te gaan werken.

Evaluatie: patiënt vindt het doel wel/niet behaald
 begeleider vindt het doel wel/niet behaald

Toelichting:

Bijlage 1 Rehabilitatieplan

GGZ Friesland Rehabilitatieplan Langdurige zorg

Datum: - -

Patiënt:

Begeleider:

Volgende evaluatiedatum (N.B. max 6 mnd verder): - -

ZZP-categorie: C B ZZP-zwaarte: 1 2 3 4 5 6 7

REHABILITATIEGEBIEDEN

Werken & Leren

Rehabilitatiefase:

- Verkennen Verkrijgen
 Kiezen Behouden

Rehabilitatiedoel:

Betrokken rehabilitatieondersteunende doelen (subdoelen):

- Psychische gezondheid Lichamelijke gezondheid
 Financiën Zelfzorg

Termijn voor verwezenlijking: een half jaar 1 jaar anderhalf jaar

Betrokken partijen

Taken/rolverdeling

Evaluatie: patiënt vindt het doel wel/niet behaald
begeleider vindt het doel wel/niet behaald

Toelichting:

Sociale contacten

Rehabilitatiefase:

- Verkennen Verkrijgen
 Kiezen Behouden

Rehabilitatiedoel:

Betrokken rehabilitatieondersteunende doelen (subdoelen):

- Psychische gezondheid Lichamelijke gezondheid
 Financiën Zelfzorg

Termijn voor verwezenlijking: een half jaar 1 jaar anderhalf jaar

Betrokken partijen

Taken/rolverdeling

Evaluatie: patiënt vindt het doel wel/niet behaald
begeleider vindt het doel wel/niet behaald

Toelichting:

Recreëren (vrije tijd)

Rehabilitatiefase:

- Verkennen Verkrijgen
 Kiezen Behouden

Rehabilitatiedoel:

Betrokken rehabilitatieondersteunende doelen (subdoelen):

- Psychische gezondheid Lichamelijke gezondheid
 Financiën Zelfzorg

Termijn voor verwezenlijking: een half jaar 1 jaar anderhalf jaar

Betrokken partijen

Taken/rolverdeling

Evaluatie: patiënt vindt het doel wel/niet behaald
begeleider vindt het doel wel/niet behaald

Toelichting:

Wonen

Rehabilitatiefase:

- Verkennen Verkrijgen
 Kiezen Behouden

Rehabilitatiedoel:

Betrokken rehabilitatieondersteunende doelen (subdoelen):

- Psychische gezondheid Lichamelijke gezondheid
 Financiën Zelfzorg

Termijn voor verwezenlijking: een half jaar 1 jaar anderhalf jaar

Betrokken partijen

Taken/rolverdeling

Evaluatie: patiënt vindt het doel wel/niet behaald
 begeleider vindt het doel wel/niet behaald

Toelichting:

REHABILITATIEONDERSTEUNENDE DOELEN

Psychische gezondheid

Rehabilitatiefase:

- Verkennen Verkrijgen
 Kiezen Behouden

Doel:

Heeft betrekking op rehabilitatiedoel(en) (meerdere opties mogelijk):

- Werken & Leren Sociale contacten Recreëren Wonen

Termijn voor verwezenlijking: een half jaar 1 jaar anderhalf jaar

Betrokken partijen

Taken/rolverdeling

Evaluatie: patiënt vindt het doel wel/niet behaald
 begeleider vindt het doel wel/niet behaald

Toelichting:

Lichamelijke gezondheid

Rehabilitatiefase:

- Verkennen Verkrijgen
 Kiezen Behouden

Doel:

Heeft betrekking op rehabilitatiedoel(en) (meerdere opties mogelijk):

- Werken & Leren Sociale contacten Recreëren Wonen

Termijn voor verwezenlijking: een half jaar 1 jaar anderhalf jaar

Betrokken partijen

Taken/rolverdeling

Evaluatie: patiënt vindt het doel wel/niet behaald
 begeleider vindt het doel wel/niet behaald

Toelichting:

Financiën

Rehabilitatiefase:

- Verkennen Verkrijgen
 Kiezen Behouden

Doel:

Heeft betrekking op rehabilitatiedoel(en) (meerdere opties mogelijk):

- Werken & Leren Sociale contacten Recreëren Wonen

Termijn voor verwezenlijking: een half jaar 1 jaar anderhalf jaar

Betrokken partijen

Taken/rolverdeling

Evaluatie: patiënt vindt het doel wel/niet behaald
 begeleider vindt het doel wel/niet behaald

Toelichting:

Zelfzorg

Rehabilitatiefase:

- | | |
|------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Verkennen | <input type="checkbox"/> Verkrijgen |
| <input type="checkbox"/> Kiezen | <input type="checkbox"/> Behouden |

Doel:

Heeft betrekking op rehabilitatiedoel(en) (meerdere opties mogelijk):

- Werken & Leren Sociale contacten Recreëren Wonen

Termijn voor verwezenlijking: een half jaar 1 jaar anderhalf jaar

Betrokken partijen

Taken/rolverdeling

Evaluatie: patiënt vindt het doel wel/niet behaald
 begeleider vindt het doel wel/niet behaald

Toelichting:
