

# De Vraagbaak over:

## Afronden behandeling, nazorg en terugvalpreventie

Hoe ervaren jongeren met psychische klachten de afronding, nazorg en terugvalpreventie van hun behandeling? Wat werkt en welke adviezen hebben ze?

### Redenen voor afronding:

**6** van de 26 jongeren Voldoende vooruitgang volgens de jongere en behandelaar

**7** van de 26 jongeren Voldoende vooruitgang volgens alleen behandelaar

**8** van de 26 jongeren Maximale aantal behandelingen bereikt

**8** van de 26 jongeren Jongere werd te oud voor jeugdhulp

**10** van de 26 jongeren Behandelaar of locatie viel uit

**16 van de 26 jongeren** geven aan dat ze meer hadden willen meepraten en beslissen over het feit dat de behandeling werd afgerond.



“Ik had graag meer stilgestaan bij wat afronding van een behandeling voor mij betekende.”

**22 van de 26 jongeren** geven aan dat een concreet plan voor de nazorg niet voldoende gemaakt of besproken is. **20 van de 26 jongeren** hebben geen nazorg ontvangen.



“Ik wilde alleen dat er een vinger aan de pols wordt gehouden, en daarvoor mag ik niet in behandeling blijven zei de behandelaar.”

“Kijken hoe het gaat, of vervolg eventueel loopt/is opgestart, of het plan nog bijgesteld moet worden.”

**21 van de 26 jongeren** geven aan dat er niet voldoende is stilgestaan bij wat ze kunnen doen of waar ze terecht kunnen als ze terugvallen en **20 van hen** hebben geen terugvalpreventieplan gemaakt. **22 van de 26 jongeren** hebben uiteindelijk een terugval gehad, waarvan er **16** opnieuw hulp kregen.

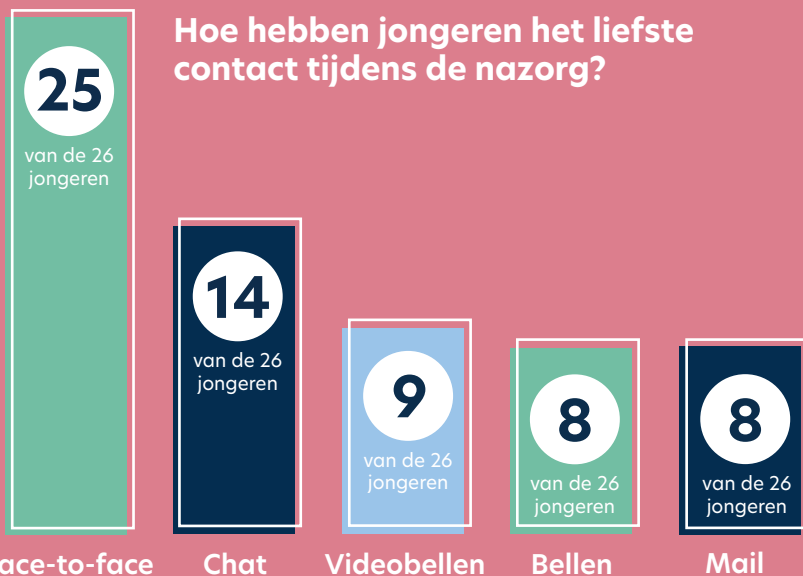
Gemiddeld rapportcijfer voor afronding, nazorg en terugvalpreventie



**5,5**



# Stel jij hebt het voor het zeggen:



## Wat is belangrijk in de afronding van een behandeling, nazorg, en terugvalpreventie

### Zorg voor een gevoel van warmte bij de afronding

"Ik vond het laatste gesprek erg fijn, er werd positief teruggeblikt en lieve woorden gewisseld maar ook gelachen en gekletst."

"Soms is het heel klinisch en voel je je heel erg 'patiënt', terwijl het toch gaat om afscheid nemen van iemand die je vaak beter kent dan veel mensen in je omgeving."

### Luister naar de jongere en beslis samen over een passende afronding

"Ik had het gevoel dat de keuzes voor mij gemaakt werden en er bovendien ook niet echt een andere optie was."

"In mijn laatste behandeling werd ik uitgenodigd om er mijn eigen invulling aan te geven, dingen anders te formuleren i.p.v. schema's in te vullen. Dat vond ik veel fijner."

"Langzaam verminderen van frequentie."

### Informeer over de opties na de behandeling, hoe opnieuw hulp te krijgen als dat nodig is en maak daarvoor een duidelijk plan

"Alleen omdat ik er zelf naar heb gevraagd, wist ik dat het mogelijk was om nog mailcontact te hebben."

"De nazorg opties waren vooral dingen die ik zelf kon doen, maar bij terugval voelde ik me daar in de praktijk niet altijd toe in staat. Meer informeren over wat de behandelaar of naasten konden betekenen zou ook fijn zijn geweest."

### Neem genoeg tijd voor een behandeling & laat een jongere niet wachten op hulp bij een terugval

"Het voelde erg alsof er een vaste tijd voor de behandeling stond en dan moest het afgerond zijn. Dat ik wist dat ik zou moeten stoppen, ook als ik niet beter zou zijn."

"In geval van een terugval zou ik sneller weer bij een behandelaar terecht willen komen, nu beland je weer achteraan de wachtlijst."

De Vraagbaak is een onderzoekspanel van NJR Hoofdzaken en het Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie. Hiermee verzamelen we ervaringskennis van jongeren en jongvolwassenen over mentale gezondheid, psychische kwetsbaarheden en behandeling in de jeugd- en/of jongvolwassenen-GGZ. De resultaten delen wij met hulpverleners, beleidsmakers, onderzoekers en docenten, om de zorg voor jongeren te verbeteren. De Vraagbaak werkt met online vragenlijsten, die anoniem verwerkt worden. Aan deze peiling deden 26 jongeren en jongvolwassenen mee met een gemiddelde leeftijd van 24 jaar.

