

De Vraagbaak over:

Wisselingen in de zorg

Hoe ervaren jongeren met psychische klachten de wisselingen van behandelaren en organisaties? 24 Jongeren en jongvolwassenen van gemiddeld 24 jaar delen hun ervaringen en adviezen.

12 van de **24** jongeren benoemden dat het wisselen zorgde voor **minder vertrouwen** in de hulpverlening en hun omgeving. Ook benoemden ze **gedemotiveerd raken**, **school- of studieproblemen** en **mindere sociale contacten**.

Mijn vrienden hadden een bijbaan of spraken af, maar ik had telkens weer nieuwe afspraken met nieuwe mensen waar ik van moest bijkomen.

Als ik degene die mij zouden moeten helpen al niet kan vertrouwen, wie dan wel? Ik raakte dus veel meer nog in mezelf gekeerd. Mijn hele motivatie om ergens voor te vechten was weg.

19 van de **24** jongeren moesten door het wisselen **opnieuw een vertrouwensband opbouwen of wennen**. Vaak moesten ze hun verhaal opnieuw vertellen, was het een **zoektocht naar passende hulp en behandelaar** en zorgde het voor **tijdsverlies**.

Je krijgt moeite met hechten/open stellen wat ik daarvoor nooit had. Maar door die wisselingen heb ik uiteindelijk wel een geweldige behandelaar en plek gevonden die nu echt het beste aansluit van alle die ik heb gehad.

Mijn eigen motivatie voor de behandeling nam vaak af, waardoor de behandeling ook minder effectief werd.

Gemiddeld:

8 jaar in behandeling
4x gewisseld van organisatie
13x gewisseld van behandelaar

De meerderheid vond dit (veel) **te veel**

14 van de **24** jongeren gaven aan dat hun klachten tijdens het wisselen veel of een beetje zijn verslechterd.

Eigenlijk zijn mijn klachten vooral verslechterd omdat de behandeling stil kwam te staan. Daarnaast zorgden alle wisselingen met veel onvoorspelbaarheid voor een toename aan stress en daardoor aan klachten.

Het constante, plotselinge wisselen beschadigde mijn vertrouwen en de band met de behandelaren, waardoor ik minder vaak om hulp vroeg en minder vertelde over hoe het echt met me ging.

Stel: jij hebt het voor het zeggen

Wat is je belangrijkste advies aan professionals bij wisselingen?

Geef de wisseling op tijd door en neem er voldoende tijd voor

Het werd tijdig gecommuniceerd en er was ook altijd ruimte voor mijn gevoelens over het wisselen. Behandelaren vonden het vaak zelf ook moeilijk en waren hier open over.

Zorg voor een geleidelijke overgang om te kijken of de wisseling goed loopt, met veel evaluaties in het begin.

Heb achteraf nog contact om te zien of het wisselen goed is gegaan en het bevalt.

Betrek de jongeren en geef ze inspraak

Er werd gevraagd wat ik belangrijk vond. Daar werd naar geluisterd en er werd gezamenlijk gekeken naar wat belangrijk was bij de wisseling en hoe lang ik daar de tijd voor nodig had.

Deel de redenen, vervolgstappen en geef updates

Maak duidelijk wat er gebeuren gaat en wanneer, wat er van mij wordt verwacht en ik van hen kan verwachten.

De keren dat het in overleg was, werd ik in iedere stap meegenomen. Er werd uitgelegd waar ik heen verwezen werd, waarom en mocht daarin zelf ook meebeslissen.

Zorg sámen voor een goede overdracht en betrek de jongere daarbij

Ze wisten veel maar lieten alsnog mij een deel vertellen. Zo hoefde ik niet mijn hele levensverhaal opnieuw te vertellen, maar wel hoe ik me erbij/erover voelde.

Dat er een overdrachtsgesprek was waar ruim de tijd voor werd genomen, waarin de belangrijkste punten behandeld werden en waarbij we alle drie aanwezig waren.

Meer weten?

[NJI: Stabiele ondersteuning](#)
[Leidraad continuïteit van zorg](#)

De Vraagbaak is een panel van NJR Hoofdzaken en het Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie.

We verzamelen ervaringskennis over de zorg voor jongeren met psychische klachten en delen de adviezen met iedereen die het aangaat. Benieuwd naar de uitgebreide resultaten van deze peiling, meer informatie over De Vraagbaak of wil jij zelf je ervaringen met ons delen? Check dan njr.nl/vraagbaak. Resultaten van volgende Vraagbaak-peilingen rechtstreeks in je mailbox? Meld je aan voor de mailinglist via hoofdzaken@njr.nl.



njr
hoofdzaken



kenniscentrum
kinder- en
jeugdpsychiatrie