



Handvat document

Keurmerk Kortdurende Generalistische GGZ 2024

Tijdig afsluiten

Tips om de behandeling tijdig te kunnen afsluiten



1 Wat is tijdig afsluiten?

Tijdig afsluiten is het afronden van een behandeling wanneer het behandeldoel van een cliënt is behaald, of wanneer blijkt dat de vooruitgang van een cliënt op zijn behandeldoel afvlakt of stagneert en er geen reële verwachting is op verdere verbetering binnen het kortdurende behandeltraject.

Het doel van kortdurend generalistisch behandelen is ervoor te zorgen dat cliënten zo snel mogelijk op eigen kracht verder kunnen. Hiervoor wordt met de behandeling ingezet op het vermogen van cliënten om met zelfregie met de uitdagingen die bij het leven horen om te gaan. De maatschappelijke boodschap is: pijn en moeilijke gedachten en gevoelens horen bij het leven, het gaat erom deze het hoofd te kunnen bieden.

Het tijdig afsluiten van behandelingen is belangrijk om verspilling van tijd en middelen tegen te gaan aan behandelingen die weinig tot geen gezondheidswinst meer opleveren. Dit voorkomt dat cliënten onnodig lang afhankelijk zijn van zorg (op de verkeerde plek) en vermindert de wachttijd voor anderen.^{1, 2, 3, 4} Daarom is tijdig afronden ook een onderwerp in het Keurmerk Kortdurende Generalistische GGZ. Norm 1 van het Keurmerk Kortdurende Generalistische GGZ 2024 vraagt aanbieders te laten zien dat en hoe de behandelaar behandelingen zo tijdig mogelijk afsluit (zie [Handboek Keurmerk Kortdurende Generalistische GGZ 2024](#), pagina 12).

Handvatdocument Tijdig afsluiten

Wat is ervoor nodig om behandelingen tijdig af te kunnen sluiten? Waar zet je als behandelaar op in? Wat moet je als organisatie faciliteren of stimuleren? Dit Handvatdocument geeft richting en concrete tips. Om je te helpen prioriteiten te stellen, maken we daarbij onderscheid tussen wat in elk geval noodzakelijk is om tijdig af te kunnen sluiten en wat daarnaast ook wenselijk is om in te richten of aandacht voor te hebben in de dienstverlening.

Dit document is een leidraad, bedoeld om (potentiële) dragers van het Keurmerk Kortdurende Generalistische GGZ te ondersteunen. De informatie is tot stand gekomen in samenwerking tussen Stichting KIBG en de Adviescommissie Kortdurend Generalistisch Behandelen.



2 Wat moet je in elk geval doen?

Om op een goede manier tijdig te kunnen afsluiten is het noodzakelijk om:

- ◆ [Eigenaarschap te creëren >](#)
- ◆ [Verwachtingen te managen >](#)
- ◆ [Duidelijke afspraken te maken en voortgang te evalueren >](#)

Hieronder volgt per onderwerp een beknopte toelichting met voorbeelden hoe je hier vorm aan kan geven in de dagelijkse praktijk. Voor meer achtergrond en concrete, praktische tips raden wij aan de [literatuur](#) waaraan wordt gerefereerd en de in de tekst vermelde bronnen te raadplegen.

Eigenaarschap creëren

Om tijdig af te kunnen sluiten is het noodzakelijk om vanaf de start van de behandeling de verantwoordelijkheid voor het therapieproces met cliënten te delen.^{2,3,4}

Hoe doe je dat? Voorbeelden:

- Cliënten als 'co-therapeut' positioneren. De cliënt is eigenlijk in therapie om zijn eigen therapeut te worden; hij leert de vaardigheden om in het vervolg zichzelf (beter) te kunnen helpen. Zie ook: <https://www.kortdurendbehandelen.nl/de-therapeut-die-zichzelf-overbodig-maakt/>.
- Samen met de cliënt beslissen over de duur van de behandeling en het moment van afsluiten en dit bespreken aan de start en gedurende de behandeling. Het gesprek gaat dan over verwachtingen, waarbij de behandelaar richtinggevend is en het doel is tot een gezamenlijk vertrekpunt te komen.

Verwachtingen managen

Om goed tijdig af te kunnen sluiten is het noodzakelijk om vanaf de start van de behandeling de verwachtingen over het behandelresultaat en de -duur van cliënten te managen.^{2,3,4}

Hoe doe je dat? Voorbeelden:

- Realistische verwachtingen creëren van het resultaat door aan te geven dat de focus ligt op het versterken van het vermogen om met zelfregie met de uitdagingen die bij het leven horen om te gaan. Bijvoorbeeld door gebruik van de metafoor 'de wissel omzetten': doel is om cliënten op het juiste spoor krijgen van waaruit ze zelf verder kunnen (niet om samen het eindstation te bereiken). Zie ook: <https://www.youtube.com/watch?v=XWOWMZpiJg>.
- Positieve, realistische, gedragen en duidelijke verwachtingen te creëren over de behandelduur. Bijvoorbeeld door aan te geven in hoeveel sessies je gewend bent klachten van deze ernst te behandelen, of door te vragen aan cliënten hoeveel behandelingen zij denken dat passend is.



Het bespreken van de behandelduur stimuleert inzet vanaf de start, daarmee is de behandelduur zelf onderdeel van de behandeling (een therapeutisch hulpmiddel). Zie ook: <https://kennis.kibg.nl/artikelen/subsessie-in-een-notendop-verwachtingen-als-ontbrander>.

Duidelijke afspraken maken en voortgang evalueren

Om tijdig af te kunnen sluiten is het noodzakelijk om aan de start van de behandeling duidelijke afspraken over de behandeling te maken en hier gedurende het traject aan te refereren en op te sturen.^{2, 3, 4}

Hoe doe je dat? Voorbeelden:

- Op basis van de door de cliënt geformuleerde hulpvraag, samen met de cliënt concrete en gedragsmatige behandeldoelen opstellen en hier gedurende de behandeling aan refereren en vasthouden. Zie ook: <https://www.kortdurendbehandelen.nl/doelen-stellen/>.
- Uiterlijk halverwege het aantal verwachte sessies een uitgebreide evaluatie – idealiter kwalitatief en kwantitatief (met een gevalideerd meetinstrument) – uitvoeren. Bij een negatief of tegenvallend tussenresultaat een doorbraak proberen te forceren of durven te stoppen en bij een positief tussenresultaat starten met afronden. Voor tips over evalueren zie bijvoorbeeld de folder [Evalueren in de behandeling van Akwa](#).
- Bij dreigende overschrijding van het verwachte aantal sessies de casus bespreken in het team of in intervisie.



3 Wat is wenselijk om ook te doen?

Om op een goede manier tijdig te kunnen afsluiten is het wenselijk om:

- ◆ [Duidelijk en transparant te communiceren >](#)
- ◆ [Gedurende de hele behandeling toe te werken naar afronding >](#)
- ◆ [Af te sluiten met aandacht >](#)

Hieronder volgt per onderwerp een beknopte toelichting met voorbeelden hoe je hier vorm aan kan geven in de dagelijkse praktijk. Voor meer achtergrond en concrete, praktische tips raden wij aan de [literatuur](#) waaraan wordt gerefereerd en de in de tekst vermelde bronnen te raadplegen.

Duidelijk en transparant communiceren

Om goed tijdig af te kunnen sluiten is het wenselijk om cliënten en verwijzers goed te informeren over de werkwijze kortdurend generalistisch behandelen en de inzet hierbij op het tijdig afsluiten van behandelingen.²

Hoe doe je dat? Voorbeelden:

- Informatie op de website publiceren over kortdurend generalistisch behandelen en tijdig afsluiten, ten behoeve van verwachtingsmanagement in een zo vroeg mogelijk stadium. Zie bijvoorbeeld de informatie hierover op de KiBG-voorbeeldwebsite: <https://stichtingkibg.wixsite.com/website/kortdurend-generalistische-behandeling>.
- Bespreken en beschrijven van de wijze waarop een praktijk/instelling invulling geeft aan kortdurend generalistisch behandelen (en tijdig afsluiten) op een manier die voor behandelaren duidelijk en ondersteunend is.

Gedurende de hele behandeling toewerken naar afronding

Om goed tijdig af te kunnen sluiten is het wenselijk om vanaf de start van behandelingen als onderdeel van de behandeling toe te werken naar de gezamenlijke afronding ervan.^{2, 3, 4}

Hoe doe je dat? Voorbeelden:

- Het integreren in de behandeling van het op een oplossingsgerichte manier evalueren van de voortgang door frequent gestructureerd te toetsen hoe de vlag erbij hangt, wat er goed gaat en wat er beter kan. Voor tips over evalueren zie bijvoorbeeld de folder [Evalueren in de behandeling van Akwa](#).
- Waar mogelijk de behandelfrequentie verlagen en behandelduur per sessie verkorten vanaf het moment waarop de cliënt een toegenomen gevoel van zelfregie bemerkt. Bijvoorbeeld door als voldoende vooruitgang geboekt is geregeld de vraag stellen: wil je nog een volgende



afpraak? Hiermee communiceer je het uitgangspunt dat een volgende afspraak geen vanzelfsprekendheid (meer) is.

- Waar mogelijk de therapievorm aanpassen aan de fase van de behandeling. Waar een behandelaar aan het begin de regie voert, kan deze bij vooruitgang steeds meer bij de cliënt worden gelegd (*fading out*).

Afsluiten met aandacht

Om tijdig af te kunnen sluiten is het wenselijk om de gezamenlijke afsluiting een wezenlijke plek in de behandeling te geven.^{2, 3, 4}

Hoe doe je dat? Voorbeelden:

- Vertrouwen uitspreken in het vermogen van cliënten om met de problemen om te gaan.
- eHealth blijvend beschikbaar te stellen zodat cliënten zelfstandig aan hun mentale gezondheid kunnen blijven werken en benoemen: 'alles wat je geleerd hebt staat in de app'.
- Focus leggen op het positief geformuleerde 'Behoud van resultaat' en 'Wat heb je geleerd' in plaats van negatief geformuleerde termen als 'terugvalpreventie' te gebruiken. Van laatstgenoemde gaat een negatief-verwachtingseffect uit (het zogenaamde nocebo-effect) wat de kans op daadwerkelijk terugval vergroot en daarmee een selffulfilling prophecy kan worden.
- Terugkeergarantie bieden. D.w.z. geen terugkeerafspraak inplannen, maar afsluiten en benoemen dat iemand zich mag melden als het nodig is.
- Afsluitingsrituelen toepassen om van de afsluiting iets moois te maken. Denk aan: het schrijven van een brief aan jezelf, kaarsjes, muziek, et cetera.
- (Indien nodig) Bespreken dat een ander verdere ondersteuning kan bieden (POH, sociaal domein, partner, herstelacademies, etc.).



4 Literatuur

- 1) Robinson, L., Kellet, S. & Delgadillo, J. (2020) Dose-response patterns in low and high intensity cognitive behavioral therapy for common mental health problems. *Depress Anxiety*, 37(3), 285-294. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/da.22999>
- 2) Reinders, M., Boot, K. (2020) Korter behandelen of efficiënter behandelen? *Gedragstherapie jaargang 53 – nummer 2*, 103-113. https://www.tijdschriftgedragstherapie.nl/inhoud/tijdschrift_artikel/TG-2020-2-4/Korter-behandelen-of-efficiënter-behandelen
- 3) Arts, W., Reinders, M. (2012) Het afsluiten van eindeloze behandelingen. *Gedragstherapie jaargang 45 – nummer 4*, 405 – 416. https://www.tijdschriftgedragstherapie.nl/inhoud/tijdschrift_artikel/TG-2012-4-5/Het-afsluiten-van-eindeloze-behandelingen
- 4) Hutschemaekers, G., Nekkers, M. & Tiemens, B. (2019) *Handboek generalistische GGZ: Werken aan zelfregie: een bijzonder specialisme*. Houten, Nederland: Bohn Stafleu van Loghum