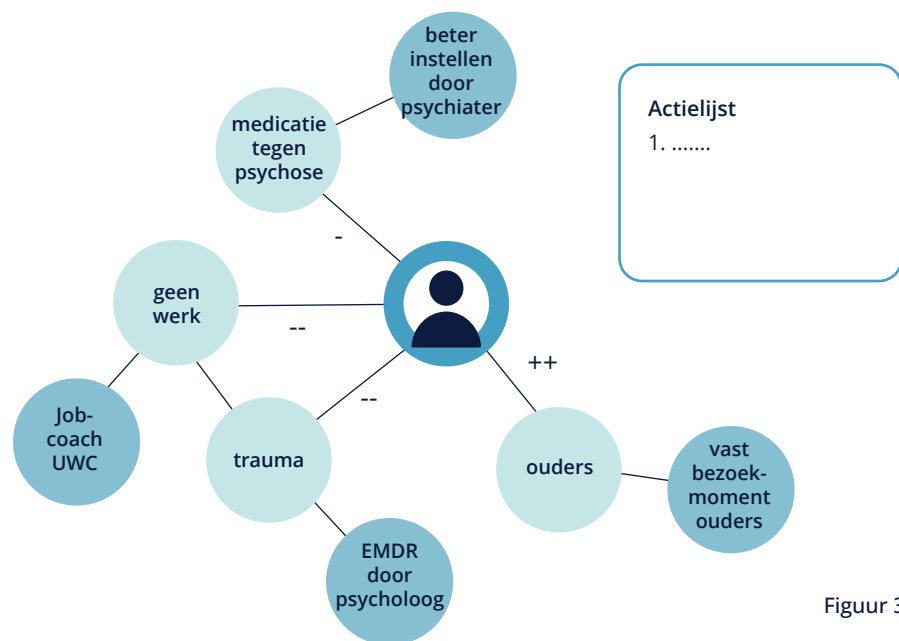


### 3) ACTIEPLAN MAKEN

In deze stap verdeel je samen de taken per veranderwens of doel. De eerste vraag is altijd wat iemand zelf denkt te kunnen doen in de gewenste veranderingen. Vervolgens bespreek je wat mensen in de nabije persoonlijke kring (familie, vrienden of een andere vertrouwenspersoon) kunnen doen om gewenste veranderingen teweeg te brengen en ten derde vraag je wat professionele hulpverleners nog kunnen toevoegen. Dit kan variëren van huisarts, sociaal werker, jobcoach van het UWV tot psycholoog of psychiater. In een actielijst schrijf je per doel wie, welke actie, wanneer gaat doen.



Figuur 3

Deze stap kan meer tijd vragen als mensen hulp afhouden. Motiverende gespreksvoering kan nodig zijn om hulp te aanvaarden, maar ook als dit tijd kost kan toch al een begin gemaakt worden met het toevoegen van informele hulpverleners aan het netwerk. Het netwerk kan immers steeds weer op- of afgeschaald worden en dus kan ook gefaseerd ontstaan, afhankelijk van de fase van hulpvragen en behoeften van de patiënt.

## Netwerkintake

De Netwerkintake is een gespreksvorm om bij de start van een zorgtraject, een second opinion of een andere behandelvorm een breed beeld te krijgen van de problemen die spelen en wie er bij betrokken zijn. De Netwerkintake biedt een ander kader dan de DSM en ruimte voor dialoog.

### Wat is het resultaat?

Een gelijkwaardige dialoog die een helder en breed beeld geeft van de thema's die spelen voor de patiënt en hoe die samenhangen. Hieruit volgen de thema's waaraan de patiënt wil werken en wat iemand daarin zelf kan doen, wat naasten kunnen doen en wat professionele hulp kan toevoegen.

### Wat levert het op?

Patiënten ervaren meer vrijheid om zaken te benoemen die voor hen belangrijk zijn, ook als deze niet direct lijken samen te hangen met de klachten. Door de problematiek vanuit meerdere perspectieven te bekijken, komen nieuwe oplossingsrichtingen in beeld met het netwerk.

### Globaal stappenplan

#### 1) Inventarisatie van belemmerende en helpende thema's

- Voorbeeldvragen zijn:
- Wat is uw verhaal?
  - Is de tekening zo compleet missen er nog belangrijke thema's?

#### 2) Scoren en veranderwensen bepalen

- Voorbeeldvragen zijn:
- Is het thema positief, negatief of neutraal en in welke mate?
  - Op welke thema's wil je het liefst verandering realiseren?

#### 3) Een actieplan maken

- Voorbeeldvragen in onderstaande volgorde:
- Wat wil en kun je zelf bijdragen aan de verandering?
  - Wat kunnen je naasten hierin doen?
  - Wat is aanvullend nog nodig van professionele hulpverlening (wie doet wat)?

#### 4) Evaluatie

Spreek samen de evaluatiemomenten af en score op een vijfpuntsschaal per veranderdoel in hoeverre het doel is behaald (score 1: doel veel verder uit beeld – score 5: doel helemaal behaald). Bepaal samen of en zo ja welke aanpassingen er nodig zijn in de doelen, de ondersteuning en acties.

### Contact

Voor onze e-learning en meer informatie kun je terecht op: [www.netwerkintake.nl](http://www.netwerkintake.nl) of u kunt een e-mail sturen naar [netwerkintake@umcutrecht.nl](mailto:netwerkintake@umcutrecht.nl)

 [linkedin.com/company/netwerkintake](https://www.linkedin.com/company/netwerkintake)

## Stappenplan

# 1) INVENTARISEREN

Leg uit dat je de persoon graag wat beter wilt leren kennen en stel een open eerste vraag zoals: vertel uw verhaal; waar komt u vandaan? Waar bent u nu? Wat heeft hierbij een rol gespeeld? En waar zou u naar toe willen?

In het midden van de netwerktekening staat de naam van de persoon en gedurende het verhaal plaats je om de persoon heen alle thema's die hij of zij aanhaalt. Denk daarbij aan belangrijke gebeurtenissen of relaties, familie, vrienden, maar ook eerdere hulpverlening kan aan bod komen, ervaringen thuis, op school, op het werk, hobby's of religie. Ook tegenslag als verlies, trauma, schuld of schaamte kunnen een rol spelen, net als levensstijl, mentale of fysieke klachten en eventueel eerder gestelde diagnoses kunnen worden genoemd. Stem steeds af of het onderwerp een plek op de tekening verdient. Je schrijft hierover dus geen rapportage, maar plaatst de thema's in een cirkel om de persoon. Zo visualiseer je ter plekke wat van invloed is (geweest), zowel positief als negatief.



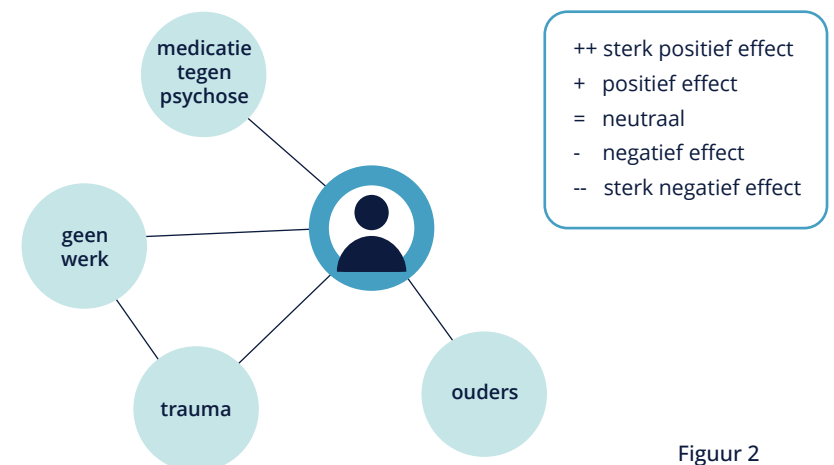
Figuur 1

### Check op volledigheid en samenhang

Stel de vraag of het plaatje of er wellicht nog iets mist op de tekening dat van belang is voor de persoon (niet persé op de klachten). Als de thema's als school/werk, wonen, familie, vrienden, levensstijl (slapen, social media, middelengebruik), hobby's nog niet spontaan aan de orde zijn geweest, kun je deze actief als voorbeeld noemen. Ook kun je de thema's onderling verbinden als ze elkaar beïnvloeden (bijvoorbeeld gepest worden op school en slaapproblemen door piekeren hierover).

# 2) SCOREN EN VERANDERWENSEN BEPALEN

Sta bij ieder los thema stil en bepaal samen of de invloed hiervan positief (+), negatief (-) of neutraal (=) is op de persoon. Zet per thema in de tekening de score (5-punts schaal: ++, +, =, -, --). De scores kunnen eventueel ook sterker of zwakker gemaakt worden om aan te geven waar de accenten liggen. Zie figuur 2 als voorbeeld. Op het moment dat positieve thema's lijken te ontbreken kun je hier actief naar vragen of naar zoeken in het verleden.



Figuur 2

Vervolgens vraag je aan de persoon waar hij graag verandering op zou willen zien. Krachtbronnen kunnen verder worden versterkt, neutrale elementen kunnen naar positief worden omgebogen en negatieve elementen zouden neutraal of zelfs positief kunnen worden gemaakt. Steeds is de eerste vraag of dit wenselijk is en vervolgens hoe haalbaar iemand het inschat. Het is belangrijk om vooraf uit te leggen dat het uitgangspunt is dat de persoon zelf bepaalt wat belangrijk is, welke volgorde daarin wenselijk is en wat iemand zelf als haalbaar ervaart. De gewenste veranderingen vertaal je samen in concrete doelen en voor de overzichtelijkheid is het advies dit te beperken tot twee of drie doelen per keer.

