

Verkennen – Hulpmiddel 1

Hindernissen overwinnen

Blijkt in het gesprek met de cliënt dat hij/ zij nog niet toe is aan verandering? Bedenk dan samen activiteiten waardoor de actiebereidheid mogelijk toeneemt. Bespreek na elke activiteit het effect op de actiebereidheid. De activiteiten hieronder zijn ter inspiratie. Belangrijk is dat de cliënt de gelegenheid krijgt zelf over relevante activiteiten na te denken.

Noodzaak ontwikkelen

- Bij interne noodzaak: wordt in principe niet ontwikkeld binnen rehabilitatie. Dit zou namelijk betekenen dat er activiteiten uitgevoerd worden om de cliënt of belangrijke anderen meer ontevreden te maken.
- Bij externe noodzaak: een afspraak organiseren met relevante anderen om de onvrede op waarde te schatten.

Enthousiasme ontwikkelen

Verlangen vergroten

- Informatie verzamelen over de verschillende mogelijkheden.
- Relevante plekken bezoeken.
- Mensen spreken die actief zijn op het desbetreffende levensterrein.

Positieve verwachtingen en zelfvertrouwen vergroten

- In gesprek gaan met (ex)cliënten die succesvol zijn op het desbetreffende levensterrein.
- Deelnemen aan herstelgroepen onder leiding van een ervaringsdeskundige.
- Kleinere leer-, werk-, woon- en sociale contacten trajecten uitvoeren om positieve ervaringen op te doen.
- Een cursus volgen om vaardigheden te ontwikkelen.
- Psycho-educatie volgen of een crisispreventieplan opstellen.
- In behandeling gaan.

Steun vergroten

- Een gesprek organiseren met belangrijke anderen die de wens onvoldoende steunen.

Begeleidingsbehoefte ontwikkelen

- Bespreken wat er anders kan in de begeleiding.
- Vragen om een andere hulpverlener.