

Thema afronden

Werkvorm: Meer focus met concrete doelen



Samen met de patiënt haalbare doelen formuleren is een krachtig instrument om behandelingen tijdig af te ronden. Het maakt de voortgang inzichtelijk, stimuleert tussentijdse evaluatie en versterkt de actieve rol van de patiënt in het herstelproces. Zo wordt voorkomen dat zorg onnodig lang wordt.

“Een behandeling waarbij concrete, gedragsmatige doelen zijn gesteld is een behandeling met de wind in de rug.”

— Errez Bar, GZ-psycholoog

Doel

Ontdek hoe je gedragsmatige behandeldoelen SMART kunt formuleren – Specifiek, Meetbaar, Acceptabel, Realistisch en Tijdgebonden – en hoe gedeelde doelen bijdragen aan een heldere koers en tijdige afronding van de behandeling.

Tijdsindicatie

60-75 minuten (afhankelijk van voorbereiding en tijdsbewaking).

Benodigdheden

- Geprint artikel: Doelen stellen: een leuke uitdaging met een dankbaar resultaat - Akwa GGZ
- Stiften en een flip-over of (online) whiteboard

Stappenplan

STAP 1: Reflectie op eigen praktijk (20 min – eventueel voorafgaand aan bijeenkomst)

Individueel - Vul het werkblad in met reflectievragen:

- Welke behandeldoelen werden gesteld in een recent afgeronde casus?
- Hoe zichtbaar en richtinggevend waren deze doelen tijdens het traject voor patiënt en jezelf?
- Hoe heb je de doelen benut bij het evalueren en afronden van de behandeling?
- Wat werkte goed? Wat zou je de volgende keer anders doen?
- Waren de doelen geformuleerd in begrijpelijke taal van de patiënt?

Duo's - Bespreek samen één belangrijk inzicht of dilemma dat je tegenkwam in je praktijk.

STAP 2: Conceptualiseren – van abstract naar meetbaar (40 min)

Individueel - Lees het artikel “Doelen stellen: een leuke uitdaging met een dankbaar resultaat”. Markeer zinnen die jou inspireren of prikkelen.

Duo's of trio's – Kies een vaag doel (uit eigen praktijk of een voorbeeld) om te concretiseren.

“Ik wil minder somber zijn”

“Ik wil meer mezelf zijn”

“Ik wil weer gelukkig worden”

- Maak het doel concreet aan de hand van deze vragen:
- Wat is het zichtbare, gewenste gedrag?
- Hoe zou de patiënt dit in eigen woorden beschrijven?
- Hoe weet jij én de patiënt wanneer dit doel behaald is?
- Is het doel nu Specifiek, Meetbaar, Acceptabel, Realistisch en Tijdsgebonden?

Plenaire - Elke groep deelt één concreet geformuleerd doel. Bespreek gezamenlijk:

- Hoe was het om een duidelijk en concreet doel te formuleren?
- Kan dit helpen om beter focus te houden op de behandeldoelen?
- Hoe ga je om met aanvullende hulpvragen?

Thema afronden

Werkvorm: Meer focus met concrete doelen

(vervolg stappenplan)

STAP 3: Afronding en toepassing (10 min)

Noem allemaal één zin, actie of inzicht dat hij/zij meeneemt uit de werkvorm.

Willen jullie je verder verdiepen in het stellen en evalueren van doelen?

Lees het artikel: [Samen koers bepalen én vasthouden: het belang van behandeldoelen](#) – Akwa GGZ.

Bekijk de informatie over [Doelen stellen](#) en [Focus behouden](#) op KiBG Kennisnet.