

# Thema therapeutische relatie

## Werkvorm: De bouwstenen



De kwaliteit van de therapeutische relatie heeft – los van methode of diagnose – grote impact op de behandelresultaten. Wat maakt de relatie ‘goed’ of juist ‘moeizaam’?

### Doel

Samen verkennen welke factoren bijdragen aan een sterke therapeutische relatie en welke uitdagingen daarin een rol spelen.

### Tijdsindicatie

1 tot 1,5 uur (afhankelijk van voorbereiding en tijdsbewaking)

### Benodigdheden

- Pen en papier (of laptop/tablet)
- Flap-over of digitaal bord (Miro/Jamboard)
- Post-its en stiften

### Stappenplan

#### STAP 1: Start – Ervaringen ophalen (15 min)

Individueel: Denk terug aan een moment in je werk waarbij de therapeutische relatie heel goed werkte óf juist moeizaam was. Schrijf in steekwoorden:

- Wat was de situatie?
- Wat maakte de relatie goed of juist moeizaam?
- Wat deed jij, en wat deed de patiënt?

In duo's of trio's: vertel elkaar in 5 minuten je verhaal. Luister zonder oordeel.

#### STAP 2: Reflectie – Wat maakt een relatie ‘goed’ of ‘moeizaam’? (15 min)

Bespreek in groepjes of plenair:

- Welke kwaliteiten of gedragingen droegen bij aan een goede relatie?
- Welke factoren maken een relatie kwetsbaar of moeilijk?
- Hoe ervaar je de balans tussen afstand en nabijheid?

Noteer terugkerende woorden zichtbaar voor de groep.

#### STAP 3: Verkenning van facetten (20 min)

Ga met elkaar in gesprek over:

- Wat verstaan wij onder een ‘goede therapeutische relatie’?
- Hoe houd je de relatie sterk, ook bij spanning of wisselingen in behandelaren?

Werk samen toe naar 5–6 succesfactoren of kernwoorden.

→ z.o.z.

# Thema therapeutische relatie

## Werkvorm: De bouwstenen

(vervolg stappenplan)

### **Stap 4: Extra verdieping (optioneel, 10 min)**

Lees de paragraaf De therapeutische relatie uit de Zorgstandaard Zingeving (HD 7.2.1).

Bespreek aansluitend:

- Hoe draagt de therapeutische relatie in jouw werk bij aan de zingeving of zelfaanvaarding van je patiënt?

### **Stap 5: Afronding - Wat neem ik mee (10 min)**

- Individueel: Bedenk één facet dat je bewuster wilt inzetten in je werk.
- Groepsgesprek: deel wat je meeneemt of wilt uitproberen in de praktijk.

## **Leestip**

Waarom de therapeutische relatie zo'n krachtige factor is in de effectiviteit van de behandeling:

- Evidence-Based Therapy Relationships – Norcross & Lambert et al.

Deze meta-analyse laat zien dat de kwaliteit van de therapeut-patiëntrelatie minstens zo bepalend is voor behandeluitkomsten als de gebruikte methode zelf.