

# Signaleringsplannen

## Netwerkvisie

### 1. BEGRIPPENKADER

De algemene term die we binnen netwerk GGZ Kempen hanteren is 'signaleringsplan'. Het veiligheidsplan en het noodplan kunnen, waar aangewezen, onderdeel uitmaken van het signaleringsplan.

#### SIGNALERINGSPLAN

Een signaleringsplan is een individueel de-escalatieplan. Het is een hulpmiddel om in een vroeg stadium een dreigende crisis of terugval te herkennen en te voorkomen. Het plan omschrijft wat de persoon, diens omgeving en hulpverleners kunnen doen om een crisis te voorkomen. De persoon leert met behulp van zijn signaleringsplan meer controle te krijgen over gedachten, emoties, gevoelens, gedrag en symptomen door vroegtijdige herkenning van signalen en inzicht in helpende acties.

#### Een signaleringsplan bevat minstens:

- de concrete omschrijving van signalen of vroege voortekenen
- de mogelijke acties of stabiliserende maatregelen in de verschillende fasen
- wat de persoon zelf kan doen
- wat de omgeving en hulpverleners kunnen doen

Opmerking: Voor het versterken van herkenbaarheid en zorgcontinuïteit wordt door alle zorgpartners de term 'signaleringsplan' gehanteerd.

Een signaleringsplan is steeds opgedeeld in een aantal fasen:

- Minimum 3 fasen, bv. *groen – oranje – rood*
  - ~ een plan met 3 fasen is gemakkelijker te begrijpen en uit te leggen
  - ~ een plan met 6 fasen geeft de mogelijkheid subtieler onderscheid te maken
- Allerlei vormen mogelijk → aansluiten bij persoon is noodzakelijk (kiezen voor wat werkt)  
verschillende visualisatiemogelijkheden (*stoplicht, foto's, thermometer,...*)
- Eventueel: integratie van een post-crisisfase (herstel na crisis)

Toelichting in functie van motivatie / medewerking:

#### ***Wat is het?***

- een hulpmiddel om te behouden wat goed gaat, wat werkt
- een hulplijn bij het toenemen van spanning, bij (dreigende) crisis
- een hulpmiddel om tot communicatie te komen
- een concreet uitgewerkt plan, herkenbaar en tekenend voor deze persoon
- een werkinstrument voor de persoon en zijn/haar omgeving

- validerend: krachten worden in kaart gebracht, zelfredzaamheid wordt gestimuleerd
- geen garantie tot succes, wel verhoging van kansen tot succes

### ***Doel***

- voorkomen van terugval, preventie van (psychische) decompensatie
- ernstige crisis voorkomen door doen wat werkt (houvast, orde in de chaos)
- signalen van (dreigende) crisis of terugval tijdig onderkennen
- tijdig en gepast interveniëren
- snel herstel van evenwicht door voorkomen van crisissituatie
- op een helpende manier leren omgaan met moeilijkheden
- op een gepaste manier leren hulp vragen
- op een gepaste manier hulp verlenen (zorgverleners)

### ***Meerwaarde (voor persoon, hulpverleners en omgeving)***

- meer grip op eigen situatie (door overzicht en keuzes maken in oplossingen)
- concrete houvast om eigen signalen te evalueren
- meer inzicht in eigen situatie en triggers die mogelijks leiden tot crisis of terugval
- inzetten op stabiliteit, voorkomen van controleverlies
- normaliseren van spanningen
- op adequate manier hulp vragen
- betrokkenheid van omgeving en informeel steunsysteem
- verbale stuk tot een minimum beperken bv. bij crisis
- ondersteuning van eigen kracht/ zelfmanagement
- hulpmiddel om persoon mee verantwoordelijk te maken voor preventie
- persoonsgerichte werkvorm door afstemming van zorg op wat werkt voor dit individu
- verbindende houvast
- zorgcontinuïteit (belangrijke informatie delen)
- hulpmiddel om tot communicatie te komen, geeft gemeenschappelijke taal
- breder inzicht in psychische kwetsbaarheid
- hulpmiddel om signalen van spanning vroegtijdig te herkennen
- houvast tot handelen (do's en don'ts)
- verduidelijking wederzijdse beïnvloeding bij spanning

## MOGELIJKE ONDERDELEN VAN HET SIGNALERINGSPLAN

### VEILIGHEIDSPAN (OF SAFETYPLAN BIJ SUÏCIDALITEIT)

*Wat is het?*

- hulpmiddel om een crisissituatie veilig het hoofd te bieden
- indicatie: bij aanwezigheid van gevaar voor zichzelf of anderen (suïcidaliteit, middelenmisbruik,...)
- onderdeel van het signaleringsplan of aanzet tot, 1<sup>ste</sup> versie van signaleringsplan

*Wat voegt het toe aan het signaleringsplan?*

- wat de persoon zelf kan doen, waar en hoe gezelschap en afleiding
- afspraken om de omgeving veiliger te maken (*hoe zorg je dat het veilig blijft in een crisis? bv. toegang tot medicatie/ alcohol/ drugs beperken, omgeving verwittigen, gevaarlijke middelen verwijderen*)
- steunfiguren waarbij de persoon terecht kan (niet-professioneel)
- contactgegevens professionele hulp (incl. noodnummers)

### NOODPLAN

*Wat is het?*

- wederzijds afgesproken plan voor wanneer acties in de laatste fase niet helpend zijn en de laatste fase aanhoudt (crisis, escalatie, decompensatie, controleverlies)
- doordacht plan om zelf regie te houden wanneer anderen verantwoordelijkheden moeten overnemen
- onderdeel van het signaleringsplan

*Wat voegt het toe aan het signaleringsplan?*

- contactgegevens van niet-professionele steunfiguren, professionele hulp en noodnummers
- evt. voorkeuren bij nood/crisis (*medicatie, hulpverlening,...*)
- evt. aandacht voor praktische zaken (*zoals bv. zorg voor kinderen, huisdieren, planten, werk,...*)
- evt. noodmedicatie
- evt. BOR-afpraak, mogelijkheid en voorkeur tot opname of juist vermijden van opname

### NOODKAART

*Wat is het?*

Als houvast kan ervoor gekozen worden om een beknopte samenvatting van de elementen uit het noodplan op een overzichtelijke manier weer te geven voor de persoon en zijn omgeving. Dit kan bijvoorbeeld in de vorm van een noodkaart (bankkaart-formaat) waarop concrete informatie staat zoals noodafspraken, contactgegevens van steunfiguren, hulpverlening en noodnummers.

## 2. VISIE

Het werken met een signaleringsplan zit verweven in de herstelvisie. Het is een manier om psychisch kwetsbare personen echt centraal te stellen, erkenning en inspraak te geven voor hun moeilijke momenten. In die zin is het een meerwaarde voor alle partijen: de persoon zelf, de omgeving en het hulpverleners.

Een signaleringsplan is een werkinstrument voor de persoon en zijn omgeving. Idealiter is de persoon goed geïnformeerd en gemotiveerd om er mee aan de slag te gaan. De persoon krijgt zoveel mogelijk regie in eigen handen, leert werken met het plan, bv. door mogelijke acties te proberen, te trainen en in te oefenen in verschillende situaties. Er is ook aandacht nodig voor welke informatie met wie gedeeld mag worden.

Het plan kan helpend zijn om als zorgverlener de persoon op gepaste wijze te ondersteunen. Het zou een reflex van zorgverleners moeten zijn om te vragen of de persoon een signaleringsplan heeft. Als zorgverlener hoef je niet alles over te nemen of eenzijdig op te lossen, verantwoordelijkheid delen en leggen waar ze moet liggen, afhankelijk van de fase van herstel waarin de persoon zich bevindt. Vaak volstaat het om tijd te winnen, te vertragen of uitstellen te ondersteunen.

Een signaleringsplan wordt zo veel mogelijk in dialoog uitgewerkt (persoon, naaste, hulpverlener). Bij afwezigheid van toestemming om naasten te betrekken, kan de hulpverlener de context aanwezig stellen (in denken en taal van hulpverlener, bv. 'als uw partner nu hier in de kamer zou zitten...'). Wanneer een persoon nog niet in staat is om mee te werken aan het signaleringsplan, kunnen hulpverleners toch reeds starten met informatieverzameling, vanuit wat ze zelf observeren en vanuit de informatie van context (bv. luserende factoren van crisis, signalen, zichtbaar gedrag in crisis, helpende interventies in het verleden, ...).

Een crisis of terugval ontstaat niet uit het niets, maar bouwt meestal op, ontwikkelt zich over een tijd. Inzicht in crisisontwikkeling (signalen, triggers en helpende acties per fase) biedt heel wat mogelijkheden ten aanzien van preventie in de verschillende fasen van crisisontwikkeling.

Het doel is maximaal preventief te werken en escalatie of controleverlies bij een crisis te voorkomen.

Het werken met signaleringsplannen dient multidisciplinair gedragen te worden. Iedereen moet ermee trainen, erover praten, ermee bezig zijn, anders werkt het niet.

### 3. UITGANGSPUNTEN

Het werken met een **SIGNALERINGSPLAN ...**

#### **GEEN DOEL OP ZICH**

Signaleringsplannen zijn zo goed als de manier waarop ze gebruikt worden. Een signaleringsplan als doel op zich of als invuloefening, heeft geen toegevoegde waarde.

Bespreek het signaleringsplan regelmatig met elkaar en reflecteer hoe het in de praktijk blijkt te werken. Het is daarbij beter om een eenvoudig instrument consequent en eenduidig te gebruiken, dan een complexer instrument half en inconsequent.

#### **VOORBEREIDING**

Belang van contactgroei en opbouw van vertrouwen.

Onderzoek wie in het netwerk van de persoon een bijdrage kan leveren aan het signaleringsplan.

Vaardigheden zorgverlener: observatievermogen, alertheid, ervaring om kenmerken en dynamiek van spanning te herkennen (*hoe groter het inzicht in het proces van crisisonwikkeling, hoe groter het inzicht op mogelijkheden tot preventief handelen*)

#### **INTRODUCTIE**

Vooraleer er met een persoon aan een signaleringsplan gewerkt wordt, wordt hij/zij (en diens context) geïnformeerd over het 'wat?' en 'waarom?'. Bereidheid kan pas getoond worden als de persoon doel en meerwaarde begrijpt. Leg uit in verstaanbare taal en gebruik voorbeelden om te illustreren.

Hou rekening met situatie en toestandsbeeld: juiste moment, frequentie en intensiteit

#### **BELEVINGSWERELD VAN PERSOON**

Het plan moet aansluiten bij de dagelijkse realiteit van die persoon, diens hulpvraag, toekomstperspectief en niveau van functioneren (intelligentie, sociaal-emotionele ontwikkeling,...). Elke situatie is uniek en vraagt dat een signaleringsplan op maat van de persoon wordt opgesteld. Het maatwerk dient ook tot uiting te komen in het aanpassen aan het werktempo en de mogelijkheden van deze persoon.

#### **AANDACHT VOOR HET GOEDE**

Zorg dat er voldoende aandacht gaat naar de eerste ('goede') fase van evenwicht. Wat heeft de persoon nodig om het goed te houden? Wat kan hij/zij zelf doen? Wat kunnen anderen doen? Wat kan de persoon best vermijden om het goed te houden (bv. bepaalde triggers)?

#### **POSITIEF WAARDERENDE HOUDING HULPVERLENER**

In het werken met een signaleringsplan ligt de nadruk op het vergroten van de controle t.a.v. psychische problemen en de gevolgen ervan voor het leven van de persoon. Een positieve waardering voor de inspanningen van de persoon om het signaleringsplan in de praktijk toe te passen, heeft het beste resultaat. Te veel aandacht voor aspecten die mislukken, leidt tot ontmoediging en demotivatie.

#### **GEZAMENLIJKE ACTIVITEIT**

Het opstellen van een signaleringsplan gebeurt door het actief samenwerken van de persoon, zijn naasten en alle betrokken teamleden. In de voorbereiding is het belangrijk om contact te maken en vertrouwen op te bouwen met de persoon en diens context. Er wordt bekeken welke bijdrage alle betrokkenen kunnen leveren. Uiteraard is het van belang dat alle partijen voldoende geïnformeerd zijn over het wat en waarom van het plan. Het is een gedeelde verantwoordelijkheid van alle netwerkpartners om te informeren naar het bestaan van een signaleringsplan, dit te gebruiken en

hierop verder te werken indien aanwezig. GGZ-partners zijn verantwoordelijk voor het opstellen van een signaleringsplan bij de opstart van een GGZ-traject (of tijdens het lopende traject indien er in de voorafgaandelijke GGZ- zorgtrajecten nog geen signaleringsplan (kon) opgesteld worden).

#### DYNAMISCH PLAN

Het proces van het opmaken van het plan is even belangrijk als het product. Het plan is dynamisch, het is nooit echt 'af'. Het gaat om een groeiproces, over zoeken naar wat werkt nu, voor deze persoon, door voortdurend bij te sturen met nieuwe inzichten.

Een eenmalig opgesteld plan kan niet gezien worden als een eindproduct. Het dient een 'levend' instrument te zijn, het vraagt voortdurende bijstelling op basis van de actuele situatie van de persoon. In de loop van de tijd kan er nieuwe informatie komen over karakteristieke signalen, de persoon kan nieuwe coping vaardigheden aanleren, het netwerk kan wijzigen, ... Al deze ontwikkelingen zijn aanleidingen om het signaleringsplan te actualiseren.

## 4. ZORGCONTINUÏTEIT

### ADVIEZEN OM ZORGCONTINUÏTEIT TE WAARBORGEN

- Warme zorgoverdracht bij transfer: Proactieve overdracht in aanwezigheid van de persoon, waarbij signaleringsplan expliciet aan bod komt, is altijd het streven.
- Item bij intake/ opname: Steeds te bevragen of er reeds een signaleringsplan is zodat hierop verder gewerkt kan worden.
- Centrale plaats: Meest recentste versie van het signaleringsplan wordt bij voorkeur op een centrale plaats (digitaal) bewaard (naast bij de persoon zelf).
- Eenduidige terminologie: Het gebruik van één term 'signaleringsplan' door verschillende zorgpartners in de regio, kan op termijn de herkenbaarheid van deze vraag vergroten.
- Aanwezigheid van signaleringsplan rapporteren: In zorgcommunicatie met andere hulpverleners wordt zoveel mogelijk verwezen naar de aanwezigheid van een signaleringsplan. Het delen van het plan met andere hulpverleners kan na toestemming van de betrokken persoon.
- Transities proactief voorbereiden: Transities in zorg worden samen met de persoon zorgvuldig voorbereid. Er wordt samen bekeken of het signaleringsplan voldoende aangepast is (bv. zijn de acties haalbaar? blijven de steunfiguren hetzelfde? ...). Daarnaast is belangrijk om alle betrokkenen (ook familie) goed te informeren en het belang van delen i.f.v. zorgcontinuïteit te doorspreken. Hiervoor wordt met de persoon afspraken gemaakt rond wat er met wie gedeeld wordt op welke manier.
- Werk verder op het bestaande plan: Het geniet de voorkeur om door te werken met het bestaande plan van de persoon. Begin niet opnieuw alsof er nog geen signaleringsplan bestaat. Het is niet de bedoeling dat de persoon zich moet aanpassen aan een andere structuur, behouden wat werkt is de boodschap.

### DELEN VAN SIGNALERINGSPLAN AAN DERDEN

*Spanningsveld: ENERZIJD*/ Delen van signaleringsplan kan helpen om zorgverleners en omgeving mee te betrekken en een groter vangnet te creëren; bijkomend dient de persoon niet steeds hetzelfde verhaal te herhalen.

*ANDERZIJD*/ Een signaleringsplan bevat heel persoonlijke informatie, waarvan je niet wil dat deze voor iedereen zichtbaar is en blijft (voorbeeld ervaringsdeskundige: schaamte over wat er in laatste fase – controleverlies- staat; belang van zelf regie te houden over wat je wenst te delen met welke personen).

*Juridisch standpunt delen signaleringsplan:*

Voor het delen van een signaleringsplan met familieleden, huisarts, school, thuiszorg,... is steeds toestemming nodig van de persoon zelf. Bij voorkeur deelt de persoon zelf het signaleringsplan met steunfiguren en relevante hulpverleners.

**DATA**

**UITWERKING DOOR: WERKGROEP SIGNALERINGPLANNEN**

Opdrachtgever: Netwerkteam GGZ Kempen

Leden WG signaleringsplannen: Bart Buyens, Inge Peeters, Annelies Delronge, An Vercammen, Chris Wuyts, Marijke Vandervoort, Jos Bortels, Gunther Proost, Katrien Mulders, Lindsey Mertens, Laurien Melis, Anna Vanlommel, Hannelore Keustermans, Joke Wens, Koen Dirx, Tina Mangelschots, Els Gullentops en Riet Willems

Referentie: RICHTLIJN SIGNALERINGSPLANNEN OPZ GEEL

Laatste aanpassing op: 10/10/2022 Netwerkteam Netwerk GGZ Kempen