Zelfbindingsverklaring

U heeft een psychische kwetsbaarheid en maakt goede en minder goede periodes door. Nu het goed met u gaat, kunt u afspraken maken over uw behandeling voor momenten dat het minder goed gaat. Deze afspraken worden vastgelegd in een zelfbindingsverklaring.

Wat is zelfbinding?

Zelfbinding betekent dat u – samen met uw behandelaar en eventueel uw familie of naasten – van tevoren vastlegt welke zorg u wilt als het slechter met u gaat. Dit geldt ook als u op dat moment geen toestemming voor die zorg wilt geven. De geneesheer-directeur beoordeelt of deze afspraken haalbaar en verantwoord zijn.

Waarom nu?

Als u zich goed voelt, kunt u rustig nadenken over wat u nodig heeft om gezond te blijven. U kunt dan ook bepalen welke zorg u wilt als uw situatie verslechtert. Zo zorgt u ervoor dat u, als het minder goed gaat, de minst belastende verplichte zorg krijgt. Op deze manier houdt u zoveel mogelijk de regie over uw eigen zorg.

Wat kunt u en uw omgeving doen?

Om ervoor te zorgen dat uw zelfbindingsverklaring goed werkt, is het belangrijk dat u en de mensen om u heen weten wat te doen.

1. Signaleren: herken de eerste tekenen van terugval.
Uw naasten en behandelaren kunnen u helpen de eerste signalen van een terugval op tijd te herkennen. Door samen te bespreken welke veranderingen erop wijzen dat het minder goed met u gaat, kunnen zij u ondersteunen wanneer dat nodig is.

2. Overleggen: bespreek uw wensen en grenzen.
Het is belangrijk om met uw behandelaren en naasten te bespreken wat u nodig heeft in moeilijke periodes. Denk na over vragen zoals:

- Hoe wilt u dat mensen u benaderen als het slechter gaat?
- Welke vormen van ondersteuning vindt u prettig en welke niet?
- Wie mag namens u beslissingen nemen als u zelf minder goed kunt aangeven wat u wilt?

Door dit vooraf te bespreken, voorkomt u dat er in een crisismoment keuzes worden gemaakt waar u zich later niet goed bij voelt.

3. Afspraken vastleggen: bepaal de juiste zorg.
U kunt vooraf aangeven welke zorg u wilt als u een moeilijke periode doormaakt. Dit kan gaan over:

Vragen of hulp bij het opstellen of wijzigen van de zelfbindingsverklaring?

Denk u na over een zelfbindingsverklaring, of heeft u er al een en wilt u iets aanpassen? Dan kunt u hulp vragen aan een patiëntenvertrouwenspersoon (pvp). De pvp kan u uitleg geven over zelfbinding en de gevolgen ervan. Ook kan de pvp u ondersteunen als u uw zelfbindingsverklaring wilt wijzigen of intrekken. Weet u niet wie uw pvp is? Neem dan contact op met de helpdesk PVP via T. 0900-444 8888 of E. helpdesk@pvp.nl.

Ook kunt u een familielid, naaste of uw behandelaar vragen om u te helpen bij het opstellen of aanpassen van de verklaring.

Blijf in gesprek

Een zelfbindingsverklaring is niet in beton gegoten. Uw situatie en wensen kunnen veranderen. Bespreek daarom regelmatig met uw behandelaar of de verklaring nog bij uw situatie past en pas deze zo nodig aan.

Zo houdt u zelf de regie over uw zorg, zelfs als het tijdelijk minder goed met u gaat.

Uw gegevens

Naam:

Geboortedatum:

Adres:

Postcode/woonplaats:

Telefoonnummer:

E-mailadres (evt.):

Gegevens wettelijk vertegenwoordiger (indien van toepassing)

Naam vertegenwoordiger:

Adres:

Postcode/woonplaats:

Telefoonnummer:

E-mailadres (evt.):

Verplichte zorg voorkomen

1 Wat kunt u zelf doen om verplichte zorg te voorkómen?

Uitleg: Ik herken de signalen bij mezelf niet altijd. Ze zeggen dat ik niet meer op afspraken kom / veel geld uitgeef / veel ruzie maak met mensen, etc. Wat kan ik zelf doen als ik merk dat dit gebeurt? Aan wie vertel ik dit en wat moet die persoon doen?

Voorbeeld: ik vertel mijn broer dat ik mezelf terugtrek / onnodige uitgaven doe / in conflict kom met anderen.

2 Wat kunnen familie of naasten doen om verplichte zorg te voorkómen?

Voorbeeld: Mijn broer mag dan de hulpverlening bellen en krijgt de sleutel van mijn huis / mijn pinpas tijdelijk in beslag nemen / bemiddelen in ruzies.

Voorbeeld: Als het minder goed met me gaat krijg ik vaak ruzie in de buurt. Dan mag mijn buurvrouw bij de eerste ruzie de zorg bellen.

3 Wat kan de GGZ doen om verplichte zorg te voorkómen?

Voorbeeld: Als het goed met me gaat, wil ik u niet zien. Als ik bel is er echt iets aan de hand en moet u me snel terugbellen. Als u me dan zegt 'ik maak me zorgen' word ik boos. We spreken dan af op kantoor.

Voorbeeld: Uw familie wil dat u na een gedwongen opname medicatie blijft nemen. U ziet zelf geen verband tussen uw herstel en medicatie en wilt hiermee stoppen. U bent bereid om samen met familie een plan te maken zodat u zelf tijdig erkent wanneer het niet goed met u gaat, terwijl u medicatie slikt.

Familie en naasten

(Personen met wie de zorgverantwoordelijke contact zal opnemen bij omstandigheden genoemd in hoofdstuk 'verplichte zorg')

1.1

Naam:

** deze persoon wordt als 'eerste contactpersoon' benaderd*

Relatie:

Adres:

Postcode/woonplaats:

Telefoonnummer:

E-mailadres (evt.):

Wanneer moet er nog meer met deze persoon contact opgenomen worden?

Wat doet deze persoon voor u?

Als het goed met u gaat:

Als het minder goed met u gaat:

1.2

Naam:

Relatie:

Adres:

Postcode/woonplaats:

Telefoonnummer:

E-mailadres (evt.):

Wanneer moet er nog meer met deze persoon contact opgenomen worden?

Wat doet deze persoon voor u?

Als het goed met u gaat:

Als het minder goed met u gaat:

1.3

Naam:

Relatie:

Adres:

Postcode/woonplaats:

Telefoonnummer:

E-mailadres (evt.):

Wanneer moet er nog meer met deze persoon contact opgenomen worden?

Wat doet deze persoon voor u?

Als het goed met u gaat:

Als het minder goed met u gaat:

Mijn familie en naasten hebben de volgende wensen voor mij en de zorg:

Zorgverantwoordelijke

Naam:

Werkadres:

Telefoonnummer:

E-mailadres (evt.):

Handtekening

Als uw zorghulpverlener vind ik dat dit met u aan de hand is:

in begrijpelijke taal omschrijven van de stoornis en in begrijpelijke taal omschrijven wat het ernstig nadeel is

Verplichte zorg

1.1 Omstandigheden waaronder u wilt dat verplichte zorg aan u wordt verleend:

Uitleg: Het doel van de verplichte zorg is om risico of gevaar (ernstig nadeel) voor uzelf of een ander te voorkomen. Beschrijf duidelijk bij welke omstandigheden u denkt dat (verplichte) zorg nodig is. Maak ook duidelijk welk risico of gevaar dan dreigt.

Voorbeeld: Ik wil dat ik medicatie onder toezicht krijg als blijkt dat ik ben gestopt met medicatie en ik mezelf en anderen in problemen breng met berichten via social media en stalkgedrag jegens mijn ex.

Voorbeeld: Ik wil dat mijn medicatie in depotvorm wordt gegeven als ik mijn medicatie in tabletvorm heb gestopt en ik zo angstig word dat ik niet meer durf te slapen en de neiging krijg om mezelf iets aan te doen.

Voorbeeld: Ik wil dat ik word opgenomen als ik agressieve neigingen heb naar mijn ouders, zodat ik bij hen kan blijven wonen.

1.2 Omstandigheden waaronder u nog niet wilt dat er verplichte zorg aan u wordt verleend:

2 Wie kan het beste inschatten wanneer verplichte zorg nodig is?

Uitleg: Benoem duidelijk wie een signalerende rol heeft. Denk hierbij aan familie, vrienden, buren, hulpverleners vanuit de GGZ, huisarts, thuiszorg, wooncoöperatie, wijkagent, etc.

Voorbeeld: Ik heb het zelf niet door, maar mijn vrienden merken het op als ik erg druk word. Mijn buren klagen bij met de wooncoöperatie en de wijkagent heeft eerder bemiddeld met buren om te voorkomen dat het uit de hand liep. Dan moet er eigenlijk meteen iets gebeuren en mijn behandelaar worden gealarmeerd, die aandringt op inname van slaapmedicatie. Mijn beste vriend mag van mij de ggz bellen om ervoor te zorgen dat het niet meer zover komt.

Voorbeeld: Ik merk het zelf als ik mijn bed niet meer uit kom en nergens zin in heb. Als dit meer dan een week duurt dan bel ik zelf met mijn behandelaar. We spreken af dat deze of diens vervanger de volgende dag langs komt. Dan bespreken we of samen wandelen op dagelijkse basis voldoende lijkt of medicatie moet worden aangepast.

Voorbeeld: Ik kom niet meer op afspraken. Als ik de tweede keer afzeg, mag mijn behandelaar of diens vervanger mij thuis bezoeken binnen een week. Als ik de deur niet opendoe (terwijl ik wel thuis ben), dan wordt het nog een keer (bij voorkeur de volgende dag) geprobeerd. Als ik dan weer niet opendoe, dan mag de sleutel bij mijn ouders worden opgevraagd om naar binnen te gaan.

3.1 Wat wilt u dat verplicht wordt ingezet in uiterste nood?

Welke vormen van verplichte zorg mogen worden verleend als de omstandigheden zich voordoen die u heeft beschreven hierboven bij punt 1.1.

Voorbeeld: Ik wil dat op tijd de medicatie wordt geëvalueerd en eventueel verhoogd, zodat ik niet opgenomen hoef te worden. Ik stem in met opschaling van de zorg en dagelijkse inname van medicatie onder toezicht tot dit niet meer nodig is. Het is voor mijn familie het beste als zij deze taak niet op zich nemen.

Voorbeeld: Een korte opname van circa een week is wat mij helpt. Dan ben ik even uit de situatie. Dat hoeft niet in een gesloten kliniek, maar een logeerbed in de beschermde woonvorm of bij mijn oom en tante heeft dan de voorkeur.

Voorbeeld: Ik wil liever niet opgenomen worden maar als het nodig is, dan is dat beter dan te lang thuis blijven met oplopende ruzies met de buren. Als ik opgenomen ben, word ik vaak heel boos uit angst en sta ik de vechtstand. Hierdoor heb ik in het verleden meerdere malen in de separeer gezeten. Wat me helpt is als mensen niet te dichtbij me komen, duidelijk benoemen wat ze van me verwachten en geruststelling bieden.

Voorbeeld: Ik heb een depot. Ik vind het heel vervelend als ik telkens door iemand anders word geholpen. Graag wil ik dat mijn vaste casemanager mij voortaan het depot geeft en dat wanneer deze niet beschikbaar is, ik hier vooraf over word geïnformeerd. Als ik het depot weiger, wil ik graag eerst hierover in gesprek met mijn casemanager en psychiater voor de overweging wordt uitgesproken dat dit kan leiden tot een opname.

3.2 Wat wilt u dat er juist niet gebeurt?

Voorbeeld: niet dreigen met een opname als ik mijn medicatie niet neem. Van dreigen word ik angstig.

Voorbeeld: niet wegblijven als ik me terugtrek en aangeef dat ik geen behoefte heb aan contact.

3.3 Wat is belangrijk voor u? Wat zorgt ervoor dat u zich beter/slechter voelt?

4 Wanneer vindt u dat verplichte zorg weer gestopt kan worden?

Beschrijf hier de omstandigheden waaronder de verplichte zorg weer kan worden beëindigd.

Voorbeeld: De medicatie wordt verhoogd als het slechter gaat. Dat is goed. Maar na drie maanden van stabiliteit wil ik met mijn behandelaar de medicatie evalueren en weer terug naar mijn eerdere onderhoudsdosering, waar ik jarenlang stabiel op heb gefunctioneerd.

Voorbeeld: Ik stem in met wekelijkse huisbezoeken als mijn moeder zich zorgen maakt dat ik mezelf verwaarloos en mijn huis vervuilt. Maar als mijn gewicht gezond is en ik thuiszorg toelaat, dan wil ik in principe alle afspraken op kantoor.

Voorbeeld: Ik wil graag snel met ontslag als ik opgenomen ben. Ik weet dat ik na drie weken nog niet helemaal stabiel ben, maar dan is mijn eigen omgeving beter voor mijn herstel. Hierna stem ik in met inname van medicatie onder toezicht, als ik maar thuis kan zijn tot ik weer goed slaap en stemming stabiel is.

Patiëntenvertrouwenspersoon

De patiëntenvertrouwenspersoon heeft u

- ○ wel bijgestaan bij het opstellen van deze verklaring.
- ○ niet bijgestaan bij het opstellen van deze verklaring.

Geldigheidsduur van deze zelfbindingsverklaring

Deze zelfbindingsverklaring vervalt op:

Als u deze zelfbindingsverklaring wijzigt of intrekt voor die datum, dan vervalt deze verklaring op de datum waarop u het wijzigt of intrekt.

Ondertekening

Opgesteld door de betrokkene samen met de zorgverantwoordelijke, familie en/of naasten en (indien van toepassing) met de vertegenwoordiger

Cliënt	**Zorgverantwoordelijke**	**Vertegenwoordiger**
Datum	Datum	Datum
Plaats	Plaats	Plaats
Handtekening	Handtekening	Handtekening

Eventueel voor gezien familie en naasten

Naam:

Datum:

Plaats:

Handtekening

Onafhankelijk arts / klinisch psycholoog in het kader van de wilsbekwaamheidsbeoordeling

Ik heb op cliënt gesproken over deze zelfbindingsverklaring. Cliënt heeft de inhoud van deze verklaring bevestigd, snapt wat hierin staat en overziet de consequenties. Daarom vind ik cliënt wilsbekwaam met het oog op deze verklaring.

Naam:

Datum:

Plaats:

Handtekening

Geneesheer directeur

Naam:

Datum:

Plaats:

Handtekening

Bijlagen:

Zorgplan d.d.

Origineel naar (betrokkene):

Gewaarmerkt afschrift naar:

Vertegenwoordiger:

Gezinsvoogdijwerker:

Zorgaanbieder:

Officier van Justitie: