



## Tips om je eerste gesprek voor te bereiden

Het eerste gesprek met ons is een gesprek met een behandelaar. We zijn benieuwd wie jij bent, waar je tegenaan loopt en wat je graag anders zou zien. We luisteren naar jouw verhaal en vertellen je meer over hoe wij werken en wat er mogelijk is.

We begrijpen als geen ander dat het lastig kan zijn om psychiatrische klachten onder woorden te brengen. Weet dat we je daarbij helpen en dat we ruim de tijd nemen. Het helpt ook als je vooraf alvast nadenkt over wat je ons wil vertellen en vragen. Hier vind je voorbeelden van vragen.

### Voorbeelden van vragen die we je kunnen stellen

- Welke klachten ervaar je?
- Hoe lang heb je daar al last van?
- Op welke manier belemmeren of ontregelen die klachten jou in je dagelijkse leven?
- Kun je voorbeelden geven?
- Hoe ga je nu met de klachten om?

- Zijn er familieleden of andere naasten betrokken?
- Heb je eerder een behandeling gehad?
- Wat wil je bereiken met deze behandeling?
- Wil je dat je partner, kinderen of ouders bij je behandeling betrokken worden?
- Sta je open voor een groepsbehandeling?
- Wat vind je nog meer belangrijk om aan ons te vertellen?
- Op welke tijdstippen kun je echt niet?

### Tips:

Neem gerust iemand mee naar het gesprek.  
Neem een pen en opschrijfboekje mee.

### Voorbeelden van vragen die je aan ons kan stellen

- Wat denkt de behandelaar dat er met mij aan de hand is?
- Aan welke behandeling denkt de behandelaar?
- Wat houdt de behandeling in?
- Waarom deze behandeling?
- Zijn er alternatieven?
- Hoelang duurt de behandeling?
- Is er informatie te vinden over mijn klacht(en) of de behandeling?
- Wat wordt er van mij verwacht?
- Wat kan ik van de hulpverlener verwachten?

### Vragen die je kunt stellen over het vervolg

- Hoe gaat het nu verder?
- Zijn er wachttijden?
- Wie kan ik bellen als ik vragen hebt? Wie is mijn contactpersoon?
- Welke informatie geeft de behandelaar door aan mijn huisarts?
- Wat moet ik doen als het heel slecht met me gaat (crisis)?

*Tot ziens bij het gesprek.*



GGZ Rivierduinen  
Postbus 405  
2300 AK Leiden  
071 890 88 88  
info@rivierduinen.nl  
www.rivierduinen.nl