Een signaleringsplan is **een hulpmiddel** dat als doel heeft ervoor te zorgen dat het optreden van een psychische crisis in de toekomst voorkomen wordt. Er bestaat geen garantie op succes, maar een signaleringsplan kan wel zinvol zijn bij het voorkomen van een nieuwe crisis.Het signaleringsplan is **een intens werkinstrument in regie van de cliënt, geassisteerd door de naastbetrokkenen en de hulpverlening.**

Een signaleringsplan bestaat uit twee delen:

* een beschrijving van de vroege voortekenen van een crisis in afzonderlijke fasen
* een beschrijving wat best gedaan kan worden bij zo’n dreigende crisis in de afzonderlijke fasen die aan de crisis voorafgaan

In het signaleringsplan worden een aantal termen gebruikt die verduidelijking moeten krijgen:

* **vroege voortekenen**: veranderingen in de beleving of het gedrag van de cliënt die een naderende crisis aankondigen
* **vroege signalering**: inspanningen die verricht worden om de voortekenen van een crisis in een zo vroeg mogelijk stadium te ontdekken
* **vroege interventies**: acties die bij de vroege voortekenen per fase ondernomen worden

Uitgangspunten

* het **vertrekpunt is de belevingswereld van de cliënt**
  + de dagelijkse realiteit van de cliënt ( bv. achterdocht, wanen, …. )
  + de doelen die de cliënt zelf stelt ( wat is zijn hulpvraag, wat is zijn toekomstperspectief )
  + de ontwikkelingsfase: intelligentieniveau, sociaal-emotionele ontwikkeling
* het is een plan **op maat**
  + er bestaan geen standaard signaleringsplannen
  + moet afgestemd worden op de individuele situatie van de cliënt
  + de cliënt moet met het signaleringsplan willen werken
  + de cliënt moet de meerwaarde van het signaleringsplan kennen en ervaren
* het werken met een signaleringsplan is een **gezamenlijke activiteit** van de cliënt, zijn sociaal netwerk en de behandelaar
  + in de voorbereidende fase moet er geïnvesteerd worden in de contacten met cliënt en zijn sociaal netwerk
  + voorwaarde: die contacten moeten voor de cliënt veilig zijn
* het signaleringsplan is een **dynamisch** plan wat betekent dat het voortdurend bijgesteld moet worden
  + op basis van actuele gegevens
  + op basis van de gezondheidstoestand van de cliënt
* de hulpverlener moet een **positief waarderende houding** aannemen
  + veel aandacht voor de aspecten die niet lukken, leidt tot ontmoediging en demotivatie
  + de hulpverlener dient waardering te uiten voor alle inspanningen die door de cliënt geleverd worden om met het signaleringsplan te werken

**Voorbereiding wanneer men met een signaleringsplan wil werken:**

* geef uitleg aan de cliënt en zijn sociaal netwerk over het werken met een signaleringsplan en de betekenis ervan voor de terugvalpreventie in een voor de cliënt en zijn sociaal netwerk begrijpelijke taal
  + men kan pas werken met een signaleringsplan als de cliënt weet wat er van hem verwacht wordt
* leg in een begrijpelijke taal voor de cliënt uit wat een signaleringsplan inhoudt en wat vroege signalen en interventies zijn
* geef uitleg over de stappen die gevolgd moeten worden om een signaleringsplan op te stellen en er effectief gebruik van te gaan maken
  + voorbereiding
  + inventariseren van vroege voortekenen en vroege interventies
  + het opstellen van het signaleringsplan
* het bespreken van mogelijke positieve effecten die het werken met een signaleringsplan kunnen opleveren voor de cliënt en zijn sociaal netwerk
  + voorkomen of uitstellen van terugval
  + toename autonomie
  + minder afhankelijkheid van de hulpverlening
  + meer mogelijkheden om zich op de toekomst te richten
* geef uitleg over de bijdrage van de cliënt, het sociaal netwerk en de begeleiding bij het werken met een signaleringsplan
* maak een aantal praktische afspraken
  + aan de cliënt en het sociaal netwerk vragen of ze bereid zijn tot samenwerking bij het opstellen van een signaleringsplan
  + inventariseer de mogelijkheden die de cliënt en zijn sociaal netwerk hebben en welke bijdrage ze kunnen en willen leveren
  + nagaan op welke wijze zij betrokken willen worden bij het opstellen van het signaleringsplan
* tot slot nagaan of de cliënt en zijn sociaal netwerk de informatie goed begrepen hebben in hun eigen woorden.

Het opmaken van een signaleringsplan start niet nu maar is gebaseerd op het verleden. Iedere cliënt kent zijn / haar voortekenen zelf, of in de context zijn er mensen die ze kennen.

Het is goed dat die gekende voortekenen meegenomen worden in de bespreking met zijn allen om zo tot een eerste signaleringsplan te komen. Indien er reeds eerder een signaleringsplan gemaakt werd kan dit gebruikt worden om verder op te werken.

Om een eerste signaleringsplan op te maken zijn er verschillende bronnen waar men de informatie kan halen:

* de cliënt zelf
* het sociaal netwerk
* hulpverleners die eerder contacten hadden met de cliënt

Deze verschillende informatiebronnen zijn aanvullend op elkaar.

Er wordt gepeild naar de voortekenen die eigen zijn aan een bepaalde toestand van de cliënt. Deze voortekenen worden omschreven in termen van concreet gedrag en de betekenis die eraan gegeven wordt.

Om het signaleringsplan hanteerbaar te maken richt men zich gewoonlijk naar vijf vroege voortekenen.

Deze inventarisatie doet men samen en op maat van de cliënt.

Indien het niet mogelijk is deze inventarisatie samen te maken, lijst de cliënt, de sociale context en de hulpverleners elk hun “top 5” op om zo te komen tot een gezamenlijke lijst.

Deze vroege voortekenen moeten verder uitgewerkt worden.

Belangrijk hierbij:

* gradaties aanbrengen in de ernst waarin het voorteken optreedt.
* het gedrag, de beleving van de cliënt bondig, concreet in een begrijpelijke taal in de “ik-vorm” omschrijven
* omschrijving in de gebruikelijke fasen van het signaleringsplan indien dit nodig en zinvol is. ( soms is een bepaald gedrag enkel een voorteken in een bepaalde fase )
  + fase 0: de situatie is normaal, er is evenwicht
  + fase 1: er is een of meerdere vroege voortekenen aanwezig ( dreigende crisis )
  + fase 2: er is een of meerdere vroege voortekenen in ernstige mate aanwezig ( crisis )

Bovenstaande opmaak, actualisatie van het signaleringsplan moet met de nodige tijd en aandacht opgenomen worden door zowel de cliënt, de sociale context, als de hulpverleners. Dit vormt immers de basis om verder mee te werken.

Wanneer de top X ( gemiddeld 5 ) is opgesteld van de belangrijkste vroege voortekenen gaat men acties formuleren wanneer de vroege voortekenen optreden. Deze acties zijn geen exclusiviteit van de cliënt maar kunnen ook gericht zijn op het sociaal netwerk en de hulpverleners.

De acties die voorgesteld worden moeten duidelijk zijn voor iedereen:

* duidelijke omschrijving van de actie
* wie voert de actie uit? of welk deel van de actie neemt wie op?
* hoe moet de actie uitgevoerd worden?
* wanneer moet de actie uitgevoerd worden?
* moet de actie meerdere keren uitgevoerd worden?

Omwille van de dynamiek van een signaleringsplan is het in deze fase eveneens belangrijk dat er afspraken gemaakt worden betreffende de evaluatie en eventuele actualisatie van het signaleringsplan.

Elementen die opgenomen kunnen worden in het signaleringsplan

* gezondheidsbeleving en gezondheidsinstandhouding
* voeding- en stofwisselingspatroon
* uitscheidingspatroon
* activiteitenpatroon
* slaap- en rustpatroon
* cognitie- en waarnemingspatroon
* zelfbelevingspatroon
* rollen- en relatiepatroon
* seksualiteit- en voortplantingspatroon
* stressverwerkingspatroon
* waarden- en levensovertuigingenpatroon