

## Sociale kaart individueel

### Polikliniek Psychiatrie ETZ

Module Sociale Kaart is een individuele ondersteuning onder begeleiding van de GGZ-agoog Xenia Makova, die werkzaam is op de polikliniek Psychiatrie.

De ondersteuning richt zich op de doelgroep patiënten die moeite hebben met het vinden van een passende (vrije) tijdsbesteding en opbouwen van hun sociale contacten.

In deze module staat het verbeteren van het dagelijks (sociaal) functioneren centraal. Het sociaal functioneren maakt een belangrijk onderdeel uit van ons leven. En uit praktijkvoorbeelden blijkt dat iemand beter beschermd is tegen stress en spanning als diegene is opgenomen in het sociale leven, en activiteiten onderneemt die zinvol zijn en energie geven.

Tijdens de module onderzoeken we samen wat er nodig is om de invulling van de (vrije) tijdsbesteding te verbeteren en sociaal netwerk te versterken. Daarnaast is er aandacht voor het creëren van de juiste balans tussen wat iemand zelfstandig kan en waarbij hij of zij hulp nodig heeft. Het kan gaan over een aantal uren vrijwilligerswerk of een andere hobby ontdekken. In sommige situaties blijkt er meer nodig te zijn. Dan is het mogelijk om hulp te krijgen bij de aanvraag voor een dagbesteding of andere begeleiding.

Het aantal individuele gesprekken kan variëren tussen drie en negen gesprekken.

Tijdens de gesprekken komen onder andere de volgende thema's aan bod:

- Ontdekken van persoonlijke interesses en vaardigheden;
- Vergroten van de motivatie en zelfvertrouwen;
- Dag-en weekstructuur verbeteren;
- Versterken van sociale contacten;
- Kennis van de sociale kaart in eigen leefomgeving;
- Stappen zetten richting een passende (vrije) tijdsbesteding;
- Handvatten creëren om een terugval te voorkomen.

De doorverwijzing gaat via een van de hoofdbehandelaars die werkzaam zijn binnen de zorgeenheid Psychiatrie. Het kan gaan om een specifieke verwijzing of in het kader van een nazorgtraject. Daarnaast is het belangrijk dat iemand voldoende stabiel is om deel te kunnen nemen aan deze module. In principe kan deze ondersteuning worden aangeboden tegelijkertijd met andere behandelingen.

### Belangrijke telefoonnummers

**ETZ (Elisabeth-TweeSteden Ziekenhuis):** (013) 221 00 00

**Secretariaat Psychiatrie:** (013) 221 03 50

**Locatie ETZ Elisabeth**  
**Route 84**

**Locatie ETZ TweeSteden**  
**Route 99**