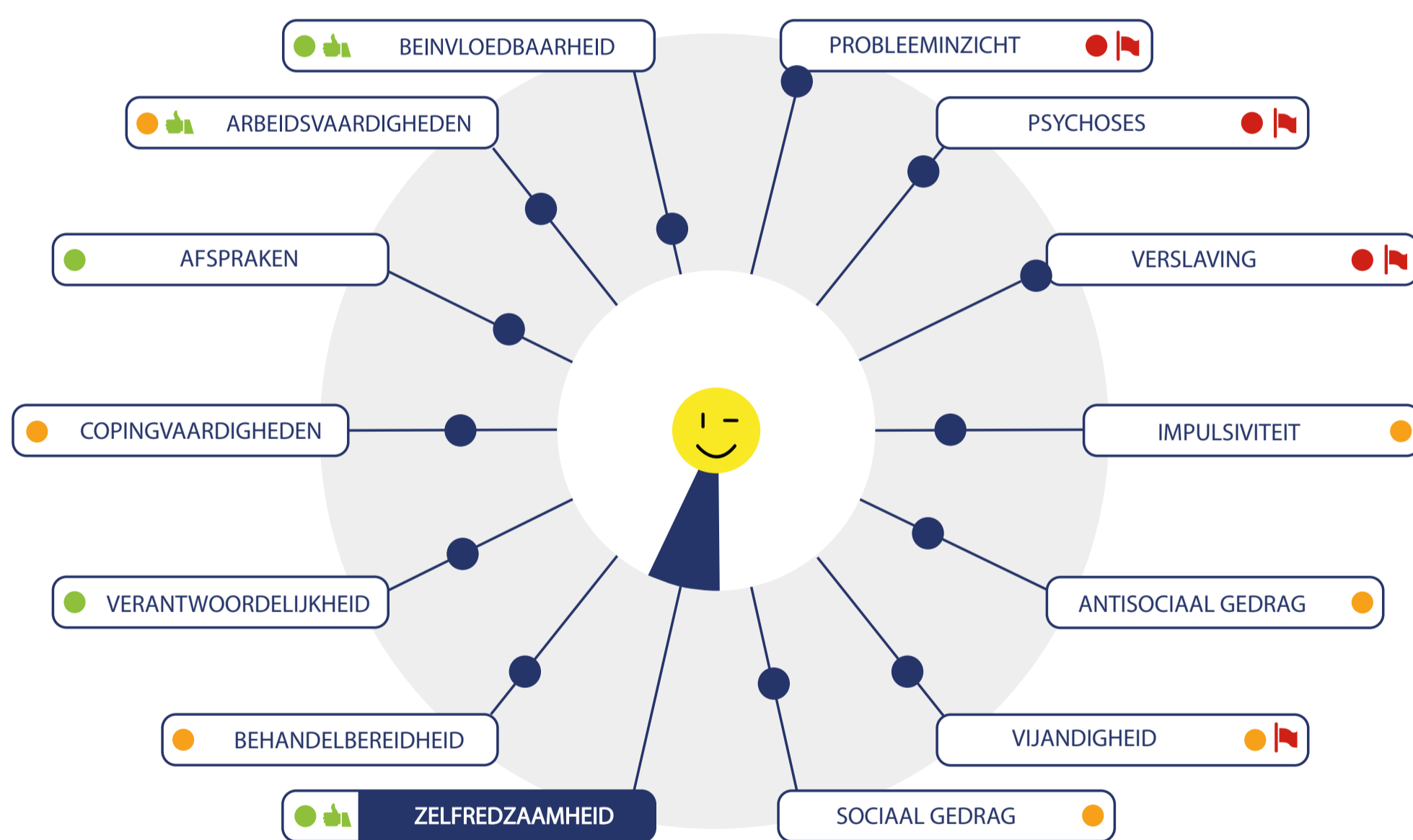


GEEF ZELF STURING AAN JE BEHANDELING

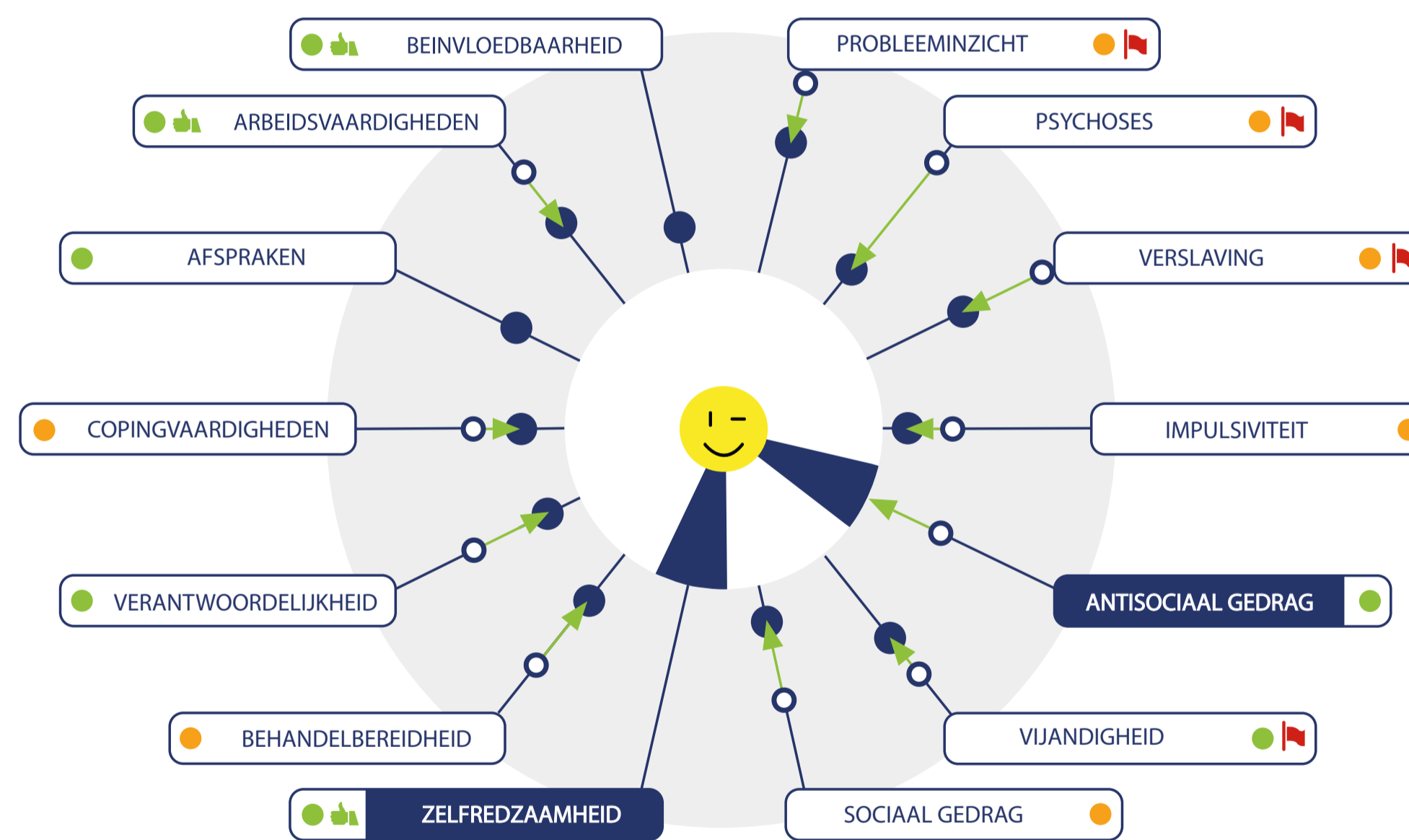
DE WOEN
SEL
POORT
SE

HKT-R* 'SPIN'**app

Bij opname gebruik je de app. Daarmee kun je een plaatje van jouw situatie maken, voorbeeld:



Als het goed is, gaat het gedurende de behandeling steeds meer de goede kant op 🟢 en heb jij daarin op steeds meer gebieden zelf de regie 🟢, voorbeeld:



Aan het einde van de ideale behandeling ken je jouw risico's 🚩 en houd je ze nu zelf onder controle 🟢, voorbeeld:



- H** = Historie/verleden
- K** = Klinisch/hier en nu
- T** = Toekomst
- R** = Revisie/De HKT-R is de nieuwere versie van het 'oude' instrument HKT-30
- 'Spin'** = Plaatje dat weergeeft hoe jij vindt dat je ervoor staat

Het is de bedoeling dat de bolletjes ● gedurende de behandeling naar het midden bewegen. Dan gaat het vooruit! Bewegen deze bolletjes niet, maar zijn er nu meer beschermende factoren 🟢 en/of staan er nu minder stoplichten op 🚩 of 🟡 of zelfs op 🟢? Dan gaat het ook vooruit!

De 'big smile' 😊 in het midden van de spin geeft aan dat je over alles hebt nagedacht.

Er is ook een folder over de HKT-SPIN app beschikbaar. Vraag er naar bij je behandelaar.

*HKT-R Spreen M, Brand E, Ter Horst P, Bogaerts S. Handleiding en Methodologische Verantwoording HKT-R, Historisch, Klinische en Toekomstige - Revisie. Groningen: Dr. van Mesdag kliniek 2014.

** Ter Horst P, van Ham M, Spreen M, Bogaerts S. Tijdschrift voor psychiatrie (56) 2014.