Behandeling

Groepsbehandeling 'revalideren is leren'

Bij de groepsbehandeling 'revalideren is leren' werken revalidanten bij Tolbrug samen aan hun eigen behandeldoelen.

Binnen de groepsbehandeling werkt u aan uw herstel. U leert om te gaan met uw diagnose en u leert (weer) zo zelfstandig mogelijk te functioneren in het dagelijks leven. Daarbij ontmoet u andere revalidanten en leert u van elkaar. Uw initiatief en motivatie om te trainen zijn daarbij onmisbaar. Uw naasten, zoals uw partner of gezinsleden, betrekken en begeleiden we in het omgaan met de beperkingen die u ervaart.

We werken volgens het principe van revalideren is leren (https://youtu.be/L4XZqzMUc3I). U kiest aan het begin van iedere behandeldag, of soms per week, waar u aan wilt gaan werken.

Hoe verloopt groepsbehandeling?

Voorbereiding

Startdag(en) of startweek

Om u voor te bereiden op de groepsbehandeling, kunt u thuis al bedenken wat u met de revalidatie wilt bereiken. Welke leervragen en doelen heeft u?

Dat kunnen leervragen zijn op lichamelijk gebied zoals: ik wil weer naar de supermarkt kunnen lopen of fietsen; ik wil weer makkelijk kunnen omdraaien in bed; ik wil weer de spullen van het bovenste plankje in de kast kunnen halen; ik wil weer aardappels kunnen schillen.

Maar het kan ook gaan om vragen zoals: hoe zorg ik dat aan het einde van de dag nog wat energie heb; ik wil graag weer een boek kunnen lezen; hoe zorg ik dat ik dingen beter kan onthouden?

Voorafgaand aan de groepsbehandeling is er een startdag of startweek. U maakt dan alvast kennis met een aantal behandelaren van de groep en u deelt uw leervragen. Zo raakt u al een beetje vertrouwd met de behandelaren en zij met u.

Melden

Bij iedere groepsbehandeling meldt u zich vooraf bij de balie van Tolbrug. Zo weten de behandelaren dat u aanwezig bent. Daarna neemt u in de wachtkamer plaats. Bij de eerste afspraak haalt de behandelaar u hier op.

Hoe ziet de behandeling eruit?

Behandeldoelen opstellen

Er revalideren maximaal 14 mensen tegelijk in een groep. U en uw mede-revalidanten stromen op verschillende momenten in en uit de groep. De deelnemers hebben verschillende diagnoses. U stelt samen met uw behandelaren doelen op waaraan u in die periode wil werken. Samen met uw mede-revalidanten geeft u richting aan de invulling die de groepsbehandeling krijgt. Daarbij kijken we naar de doelen die iedere revalidant heeft. Soms hebben meerdere revalidanten dezelfde doelen en kunt u daar met elkaar aan werken. Soms oefent u alleen met een behandelaar.

Het dagdeel is ingedeeld in verschillende thema's. U kiest thema's die passen bij uw doelen, of we vragen u om zelf thema's in te brengen voor die dag. U krijgt hierover meer uitleg bij de start van de behandeling.

Tijdens de eerste periode wordt u gekoppeld aan een coach; dit is een behandelaar uit de groep. U bespreekt uw doelen met de coach en heeft regelmatig contact over hoe het gaat. Elke 6 à 8 weken is er een teambespreking met uw revalidatiearts, coach, behandelaren en naasten. Hier bespreekt u of uw doelen van de afgelopen periode zijn behaald en of er nog nieuwe doelen moeten worden opgesteld.

Wie zijn er bij uw behandeling betrokken?

Bij de groepsbehandeling zijn verschillende behandelaren betrokken, zoals een fysiotherapeut, bewegingsagoog / psychomotorisch therapeut, ergotherapeut, psycholoog, logopedist en maatschappelijk werker. In een aantal groepen is ook een logopedist en/of maatschappelijk werker. Ook sluit er regelmatig een ervaringsdeskundige aan.

Het kan zijn dat u soms een specifieke behandeling nodig heeft die niet in de groep geboden kan worden. Of dat we een behandelaar willen betrekken die geen deel uitmaakt van de groepsbehandeling. Dit bespreken we dan samen met u. Bepaalde onderzoeken en behandelingen zoals neuropsychologisch onderzoek, arbeid, ARABO vinden daarom soms buiten de groep plaats.

Naasten

Naasten kunnen wekelijks aansluiten bij de groepsbehandeling. Dit is op vaste momenten. Welke momenten dit zijn, hoort u bij start van de groep. Als het nodig is om uw naasten vaker te betrekken, kunt u hier afspraken over maken met de behandelaren van de groep.

Daarnaast organiseren we eens in de paar weken (per groep verschillend) een naastendag. U mag dan iemand meenemen uit uw directe omgeving. Er komen thema’s aan bod die u, uw mede-revalidanten en naasten belangrijk vinden. Tolbrug organiseert ook partnergroepen, waarbij de nadruk ligt op omgaan met de revalidant als naaste. Heeft uw naaste hier interesse in, dan kunt u dit met een van uw behandelaren bespreken.

Hoe lang duurt de behandeling?

Een groepsbehandeling vindt 1 of 2 keer per week plaats, afhankelijk van uw situatie. De behandeling duurt 3 uur.

De totale duur van het revalidatietraject is voor iedereen verschillend. Dit hangt af van uw behandeldoelen en we bepalen dit samen met u tijdens de teambespreking.

Na het revalidatietraject

Controleafspraak

Als uw revalidatietraject is afgerond, kijkt u samen met uw behandelaren naar wat er nodig is om uw behaalde doelen thuis voort te kunnen zetten. Ook kunnen we samen met u een toekomstplan opstellen.

Na ongeveer 3 maanden heeft u nog een controleafspraak bij de revalidatiearts.

Waar kunt u terecht als u vragen heeft?

Heeft u nog vragen over de groepsbehandeling, dan kunt u terecht bij uw behandelend revalidatiearts of bij een van uw behandelaren.

Code REV-600

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis