

Inleiding

Vanuit het gedachtengoed van **Positieve Gezondheid (PG)** staat het ondersteunen van patiënten bij het op weg helpen naar een betekenisvol leven centraal. Gezondheid wordt vanuit een breed perspectief bekeken, waarbij naast de fysieke en psychische situatie van een patiënt ook aandacht is voor andere domeinen van het leven, zoals het dagelijks functioneren en zingeving. Het perspectief van de patiënt op zijn eigen situatie, zijn veranderwensen en behoeften zijn onderdeel van een consult en staat centraal.

Met meer tijd tijdens het spreekuur is het mogelijk om een patiëntgericht gesprek te voeren en passende zorg in te zetten. Positieve Gezondheid wordt al langer in de regio gestimuleerd, zoals binnen het project PlusPraktijk, blauwe zorg, bij de POH-GGZ en bij de POH-Somatiek.

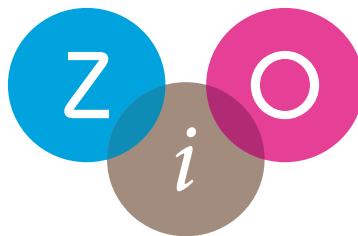
1. Opzet

Doel

- Niet de ziekte, maar het betekenisvolle leven van de patiënt centraal stellen. De nadruk ligt op de veerkracht, eigen regie en het aanpassingsvermogen van de mens en niet op de beperking, problemen of ziekte zelf.
- Gezondheid benaderen vanuit een breed perspectief, inclusief lichamelijke functies, mentaal welbevinden, zingeving, kwaliteit van leven, dagelijks functioneren en sociaal meedoen.
- Het voeren van 'het andere gesprek': een patiëntgericht gesprek waarin veranderwensen, behoeften en veerkracht centraal staan.

Doelgroep

- Patiënten met chronische aandoeningen
Bijvoorbeeld diabetes, COPD, hart- en vaatziekten. Bij deze groep is het belangrijk om niet alleen naar medische klachten te kijken, maar ook naar hoe mensen hun leven ervaren en ermee omgaan.
- Patiënten met psychosociale problemen
Denk aan stress, burn-out, depressie, eenzaamheid of problemen in de thuissituatie. Positieve Gezondheid helpt om breder te kijken dan alleen de psychische klachten.
- Patiënten met een hulpvraag die niet direct medisch is
Bijvoorbeeld mensen met SOLK/ALK of die zich "niet lekker in hun vel" voelen, maar waarvoor geen duidelijke medische oorzaak is.
- Patiënten waarbij zingeving, eigen regie of veerkracht een rol speelt
Bijvoorbeeld mensen die op zoek zijn naar meer betekenis in hun leven, of moeite hebben met het omgaan met veranderingen.

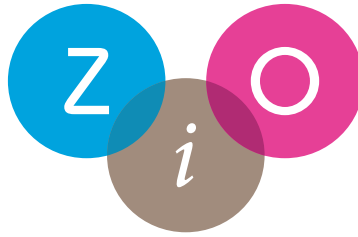


2. Opbrengst

Korte termijn opbrengst	Lange termijn opbrengst
• <i>Meer ruimte voor eigen regie en veerkracht</i> voor de patiënt • <i>Snellere herkenning van niet-medische hulpvragen</i> Zoals stress, eenzaamheid of zingevingsvragen, die anders onder de radar blijven. • <i>Meer diepgang in het consult</i> Door het voeren van ‘het andere gesprek’ ontstaat een rijker beeld van de patiënt, inclusief diens leefomgeving, zingeving en sociale context. • <i>Betere afstemming van zorg</i> Zorg wordt meer afgestemd op wat voor de patiënt belangrijk is, wat leidt tot meer passende interventies.	• <i>Duurzamere zorgrelaties</i> Vertrouwen en continuïteit in de relatie met patiënten nemen toe. • <i>Minder afhankelijkheid en consumptie van medische zorg</i> Door versterking van zelfredzaamheid en coping.

3. Stappenplan volgens PDCA

Fase	Kernactiviteit	Wie
Plan	Voorbereiding 1. Formuleer doelen voor de implementatie van Positieve Gezondheid in de huisartsenpraktijk. Wat willen we bereiken met Positieve Gezondheid tijdens het spreekuur? 2. Bepaal welke doelgroep(en) binnen de praktijk met Positieve Gezondheid gaan werken. Denk aan specifieke patiëntengroepen of situaties waarbij Positieve Gezondheid het meest impactvol kan zijn. Bijvoorbeeld patiënten met chronische aandoeningen of psychosociale problemen. 3. Plan (zo nodig) een workshop over Positieve Gezondheid: ZIO Kwaliteit en Scholing organiseert deze workshop in samenwerking met LEVANTOgroep. De workshop wordt verzorgd door een (IPH-gecertificeerde) trainer die daarnaast ook zelf werkzaam is (geweest) als zorgverlener. Zowel de coach als de trainer hebben ruime ervaring in het werken met positieve gezondheid en zijn gespecialiseerd in de procesbegeleiding hiervan. Oók individuele coaching is mogelijk! De trainers/coaches zijn: Cisca van der Meijs en Mischa Deusings-Klerks 4. Zorg ervoor dat de benodigde middelen beschikbaar zijn, zoals trainingsmaterialen, tools, literatuur voor Positieve Gezondheid, maar denk ook na over hoe je de tijdsinvestering inplant.	Huisarts, POH, praktijk-manager
Do	Uitvoering 1. Ga aan de slag met positieve gezondheid bij de door de praktijk beoogde patiëntenpopulatie. Kies met het team bijv. 10 patiënten waarmee je als praktijk aan de slag wil. 2. Gebruik het spinnenweb of andere tools tijdens het consult.	Huisarts, POH
Check	Terugkoppeling en evaluatie 1. Reflecteer als team; Wat werkt goed? Wat kan beter? 2. Verzamel feedback van patiënten. Wat is de ervaring van de patiënt? 3. Bespreek casuïstiek in MDO.	Team
Act	Bijstellen 1. Pas werkwijze aan op basis van feedback. 2. Breid zo nodig toepassing uit naar bredere patiëntengroepen. 3. Veranker Positieve Gezondheid in werkprocessen en protocollen. 4. Plan zo nodig een vervoltraining in	Team



4. Ondersteuning

ZIO biedt ondersteuning bij de organisatie en implementatie van Positieve Gezondheid door het aanbieden van een praktische handreiking voor het toepassen van Positieve Gezondheid en het organiseren van een praktijkgerichte workshop Positieve Gezondheid.

- **Workshop positieve gezondheid voor de huisartsenpraktijk**

ZIO Kwaliteit en Scholing organiseert deze workshop in samenwerking met LEVANTOgroep. De workshop wordt verzorgd door een (IPH-gecertificeerde) trainer die daarnaast ook zelf werkzaam is (geweest) als zorgverlener. Zowel de coach als de trainer hebben ruime ervaring in het werken met positieve gezondheid en zijn gespecialiseerd in de procesbegeleiding hiervan.

Onze trainers/coaches zijn:

Cisca van der Meijs, trainer en implementatiecoach

Mischa Deusings-Klerks, implementatiecoach

Prijzen

Prijs voor organisatie: € 1100,- voor de gehele (2 x 2 uur) workshop (u zorgt voor een eigen ruimte)

Overig aanbod

Naast de workshop en training is ook individuele coaching mogelijk. De coach biedt ondersteuning en geeft advies over hoe Positieve Gezondheid kan worden verweven in het werk- of zorgproces.

Interesse in de praktijkgerichte workshop?

Neem dan contact op met *Brigitte Paulissen* | Medewerker nascholing ZIO

(T 043-3506924 M 06-82500443 E B.Paulissen@zio.nl)

- Meer informatie over Positieve Gezondheid: [MijnPositieveGezondheid.nl](https://mijnpositievegezondheid.nl)
- Kijk hier voor de verschillende soorten vragenlijsten van Mijn Positieve Gezondheid: <https://vragenlijsten.mijnpositievegezondheid.nl/>
- Een onderzoek naar drie modellen voor persoonsgerichte gespreksvoering: [TRI61-011-Rapport-Het-brede-gesprek-in-de-huisartsenpraktijk.pdf](https://tr161-011-Rapport-Het-brede-gesprek-in-de-huisartsenpraktijk.pdf)

5. Monitoring

Monitoring binnen de toegankelijkheid en communicatie is essentieel om inzicht te krijgen in de voortgang en kwaliteit van de zorg voor specifieke patiëntengroepen. Het doel is om tijdig knelpunten te signaleren, goede voorbeelden te delen en ondersteuning te bieden waar nodig.

De monitoring vindt plaats op twee manieren:

1. Vragenlijst

Binnen PlusPraktijk 2.0 wordt jaarlijks een brede vragenlijst afgenomen die betrekking heeft op de praktijk als geheel. De uitkomsten bieden een beeld van de huidige situatie en helpen praktijken om richting te bepalen in de doorontwikkeling die zij willen realiseren. Enkele vragen hebben betrekking op de toepassing van Positieve Gezondheid.

2. Praktijkbezoek

ZIO organiseert praktijkbezoeken om in gesprek te gaan met de praktijken (onderdeel van de gebruikelijke praktijkbezoeken). Tijdens deze gesprekken bespreken we:

- **Voortgang en stand van zaken:** Wat gaat goed? Waar liggen uitdagingen?
- **Ondersteuningsbehoefte:** Waarin kan ZIO ondersteunen?

Praktijkbezoeken vinden **minimaal één keer per jaar** plaats. Na elk bezoek wordt een terugkoppeling gedeeld met de praktijk en meegenomen in de regionale rapportage.