INSTITUTE FOR POSITIVE HEALTH

Heeft
‘POSITIEVE GEZONDHEID’
de potentie de GGZ te veranderen?

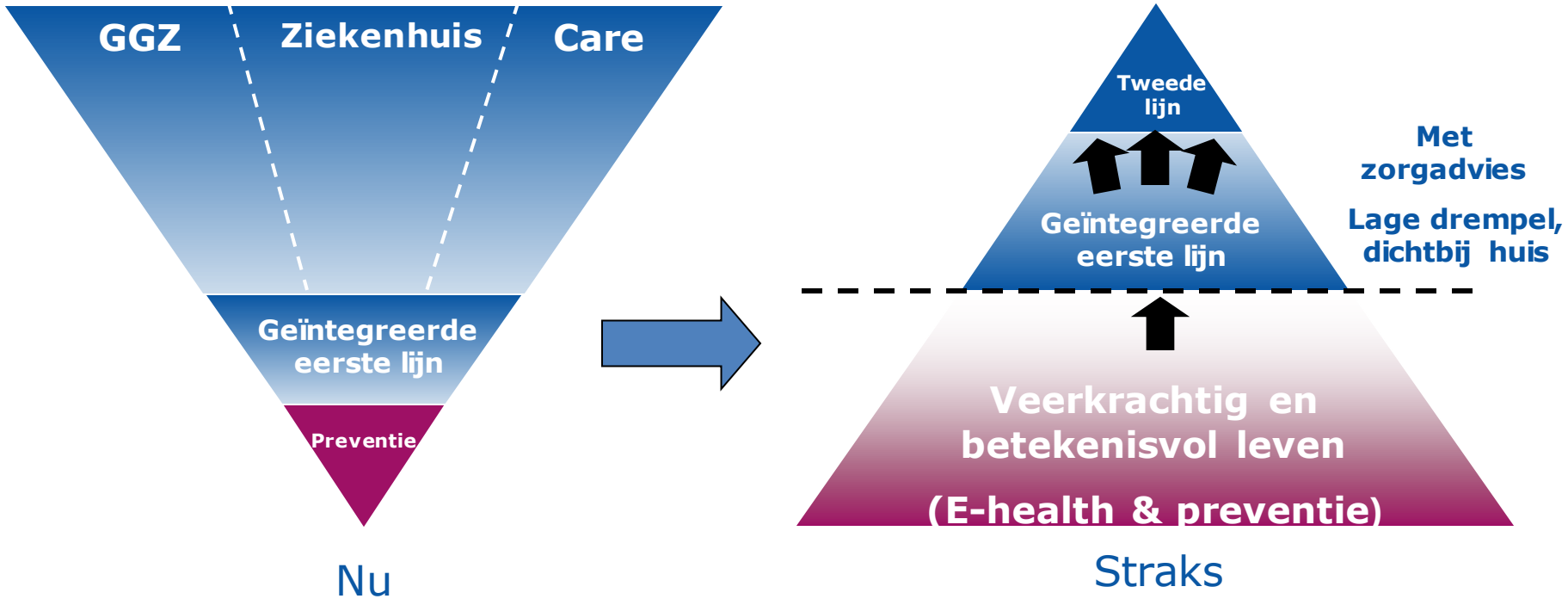
De Viersprong - Bewogen tijden! – 4 oktober 2019

Dr. Machteld Huber

Stelling

We spreken van gezondheidszorg,
maar in feite is het ziektezorg

VISIE OP (BETAALBARE) ZORG IN DE TOEKOMST - DE KOSTEN



Bron: Menzis, Bas Leerink, Raad van Bestuur

Wat weten we van ‘Gezondheid’?
3 keer een gezichtspunt …..

1. BLUE ZONES

Gebieden in de wereld waar mensen heel oud worden, zonder chronische ziekten en zonder mentale aftakeling:

<u>Sleutels</u>: Goed eten, natuurlijk bewegen, opstaan met een ideaal en vrienden hebben om dat ideaal mee te verwerkelijken.

2. Sense of Coherence (SOC) = Gevoel van samenhang / Veerkracht - Antonovsky

Mensen met **SOC** doorstaan moeilijke situaties relatief ‘goed’, en hebben dus een grotere veerkracht, als er sprake is van ….

- **Comprehensibility - je situatie te begrijpen**
- **Manageability - het gevoel hebben dat je iets kunt doen**
- **Meaningfulness - zingeving ervaren**

Het **tegenovergestelde** is:

- **Verwarring**
- **Machteloosheid**
- **Zinloosheid**

3. Definitie van gezondheid

GEZONDHEID’ IS NOG STEEDS GEDEFINIEERD MET DE WHO-DEFINITIE VAN **1948**:

‘A state of complete physical, mental, and social well-being and not merely the absence of disease, or infirmity.’

Sindsdien vaak bekritiseerd, maar nooit gewijzigd.

ALS ‘GENERAL CONCEPT’ IS VOORGESTELD:

‘Health as the ability to adapt and to self manage,
in the face of social, physical and emotional challenges’

of

‘Gezondheid als het vermogen om je aan te passen en
je eigen regie te voeren, in het licht van de sociale, fysieke en
emotionele uitdagingen van het leven’

HET VERVOLGONDERZOEK

ZonMw gaf opdracht om het draagvlak te toetsen van:

‘Health as the ability to adapt and to self manage, in the face of social, physical and emotional challenges’

en een stap te zetten naar operationalisering.

IN TOTAAL WERDEN
7 GROEPEN BELANGHEBBENDEN BENADERD:

1. Patiënten
2. Behandelaars
3. Beleidsmakers
4. Verzekeraars
5. Public Health actors
6. Burgers
7. Onderzoekers

In een <u>kwalitatief</u> en een <u>kwantitatief</u> onderzoek.

RESULTATEN KWALITATIEF ONDERZOEK

Vraag 1. Het oordeel over het concept:

Positief:

- *De **mens** staat centraal, niet de ziekte.*
- *Ik voel mij als patiënt **in mijn kracht** aangesproken, in plaats van in mijn zwakte.*
- *Ik heb **naast mijn ziekte** ook nog **een heel stuk gezondheid** en dát wordt hiermee aangesproken.*
- *Het benadrukt het **potentieel**.*

RESULTATEN KWALITATIEF ONDERZOEK

Vraag 1. Het oordeel over het concept:

Negatief:

- *Waar blijft de **ziekte** met deze omschrijving?*
- ***Kan iedereen dit wel?** Grote groepen ontberen de noodzakelijke basale gezondheidsvaardigheden die hiervoor nodig zijn.*
- *Is er wel aandacht voor de **sociale omgeving** of moet iedereen het zelf maar uitzoeken?*

- ***Maar ook een advies …***

ADVIES:

Neem gezondheid niet als doel op zich, maar ***als middel****…*
namelijk opdat ***iemand 'zijn/haar ding kan doen'.***

RESULTATEN KWALITATIEF ONDERZOEK

Vraag 2. Indicatoren van gezondheid:

- In totaal werden **556 indicatoren** voor gezondheid verzameld.
- Deze werden **gecategoriseerd** in een **consensus proces** i.s.m. het **NIVEL**.
- Resultaat: **6 Hoofddimensies** van gezondheid, gedifferentieerd in **32 Aspecten.**

RESULTATEN KWALITATIEF ONDERZOEK

De **6 Hoofddimensies** van gezondheid:

Lichaamsfuncties

Mentale functies en –beleving > Mentaal welbevinden

Spiritueel-existentiële dimensie > Zingeving

Kwaliteit van leven

Sociaal-maatschappelijke participatie > Meedoen

Dagelijks functioneren

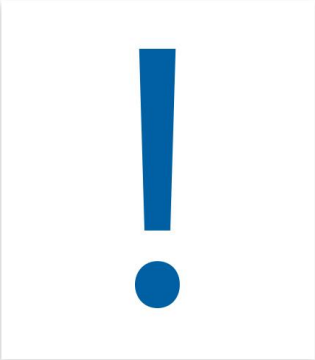
KWANTITATIEF ONDERZOEK

Vraag: Worden deze resultaten bevestigd door de stakeholdergroepen?

Een survey **vragenlijst** werd voorgelegd aan de **zeven stakeholder domeinen**.

De respons bedroeg 1938 reacties:

- 643 Behandelaren - artsen, fysiotherapeuten, verpleegkundigen & verzorgenden (panels)
- 575 Patiënten (panel)
- 430 Burgers (panel)
- 106 Onderzoekers
- 89 Gezondheidsvoorlichters
- 80 Beleidsmakers
- 15 Verzekeraars

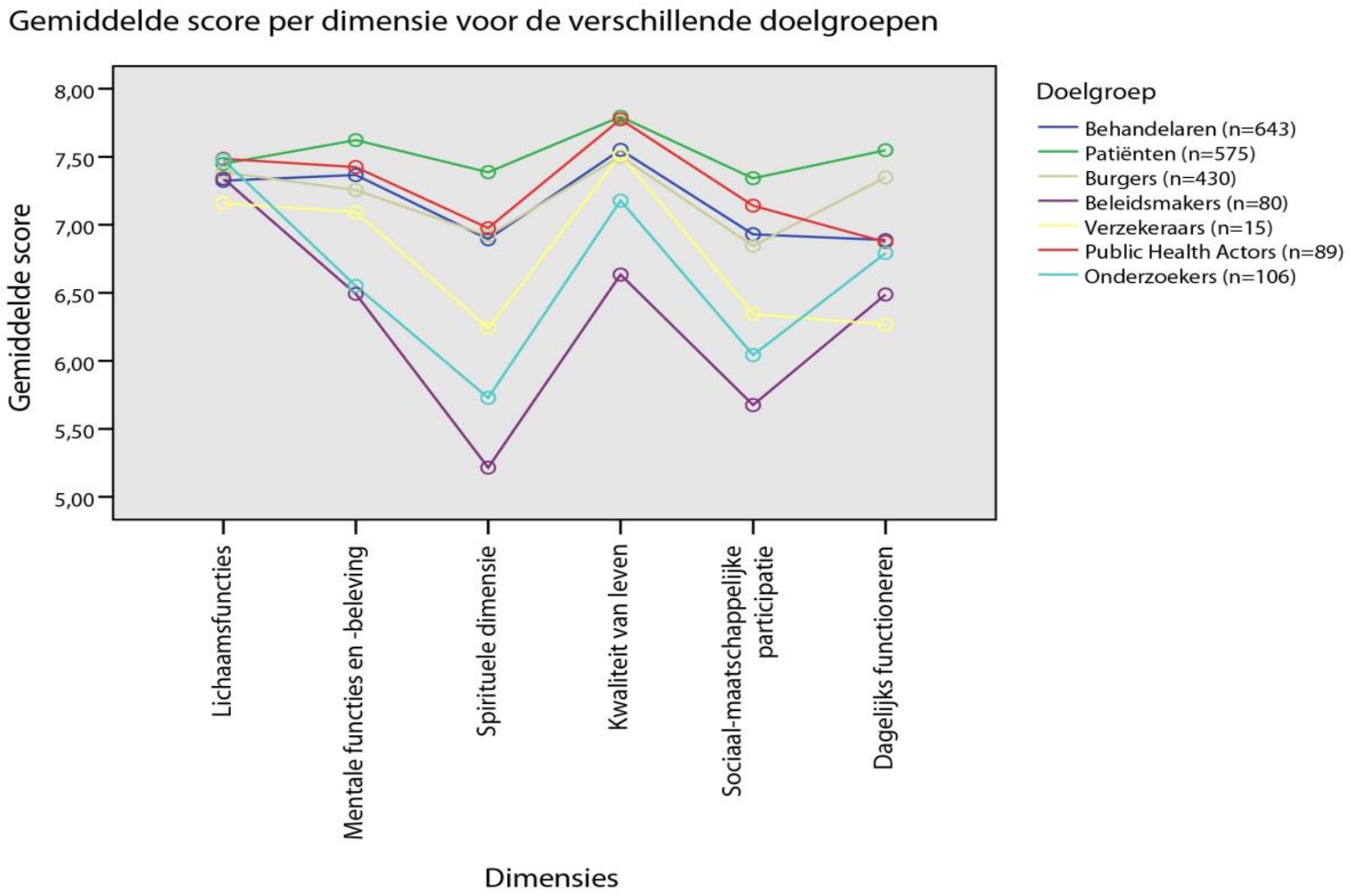


RESULTATEN KWANTITATIEF ONDERZOEK

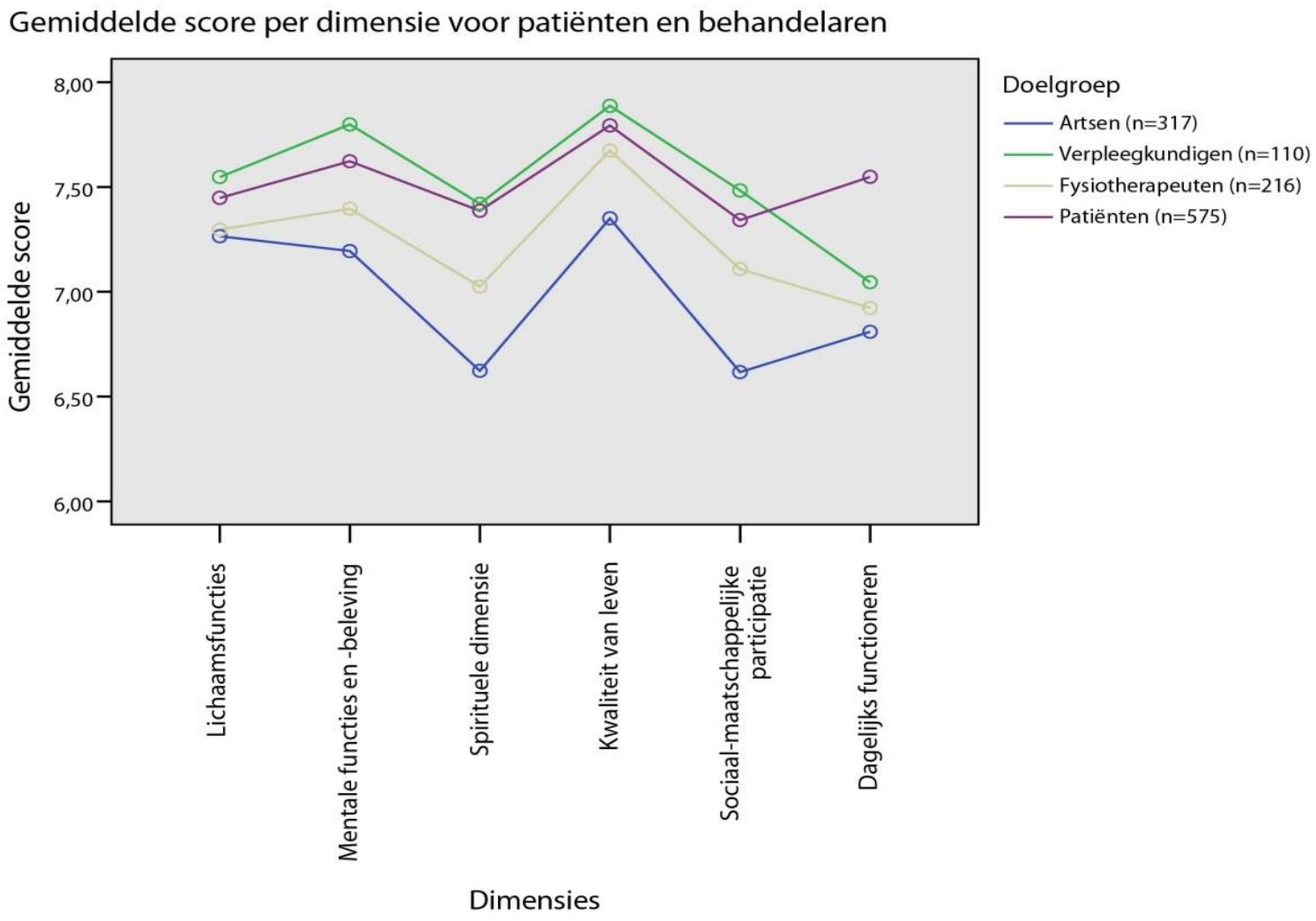
- **Over het algemeen werden de <u>positieve</u> en <u>negatieve</u> oordelen gedeeld.**

- **Op de vraag in hoeverre de 32 aspecten deel uitmaken van gezondheid werd geantwoord:**

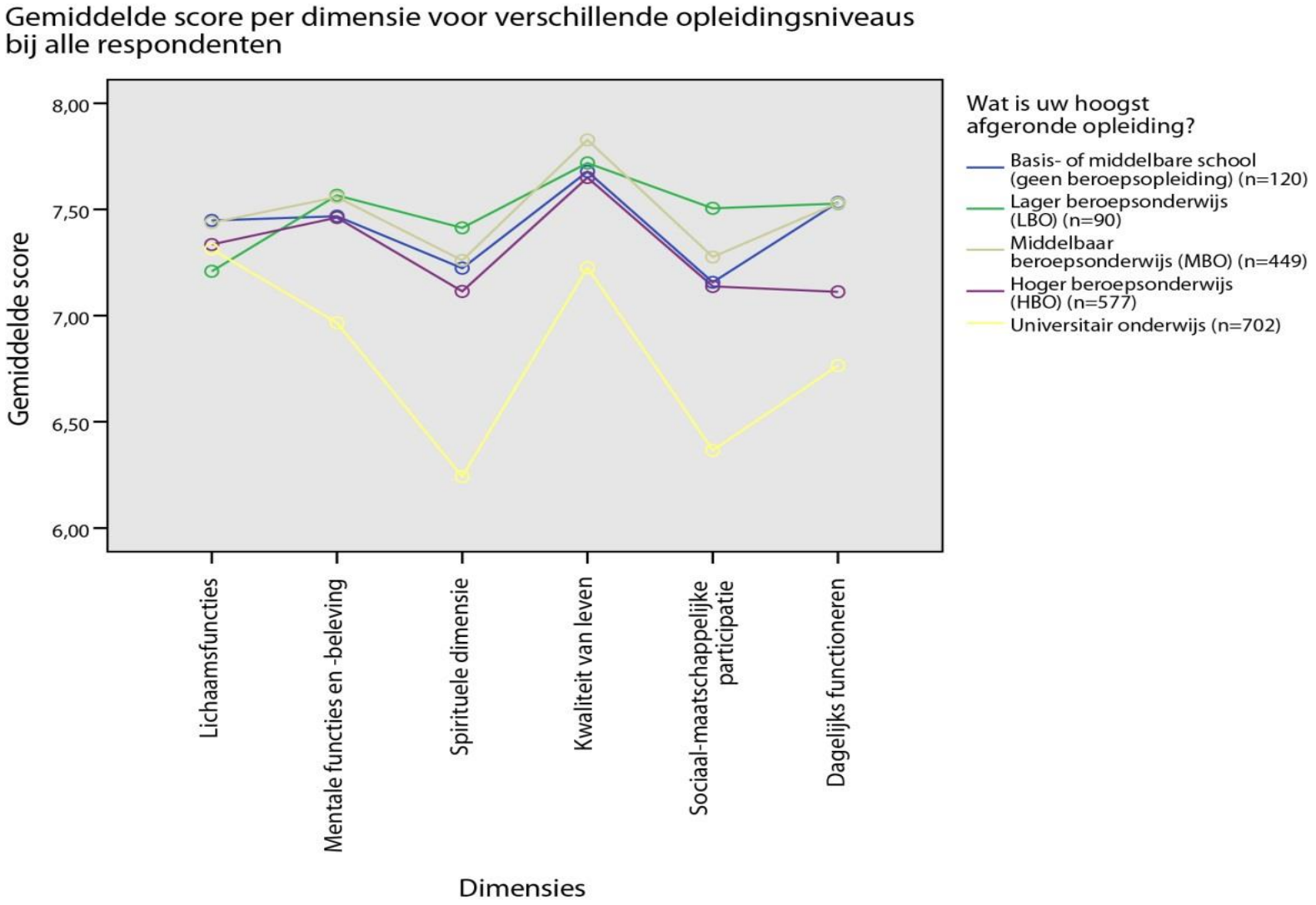
RESULTATEN KWANTITATIEF ONDERZOEK



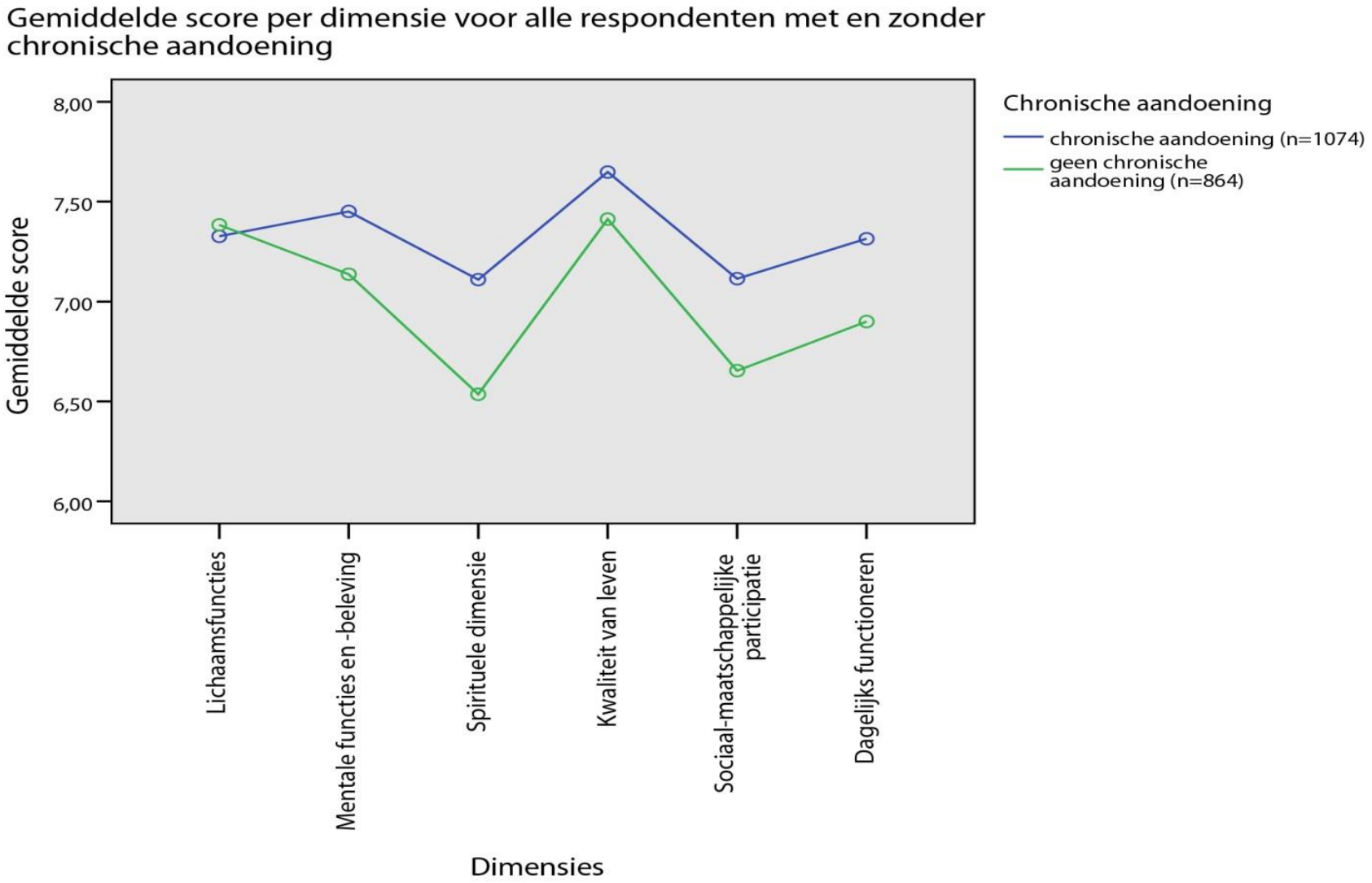
RESULTATEN KWANTITATIEF ONDERZOEK



RESULTATEN KWANTITATIEF ONDERZOEK



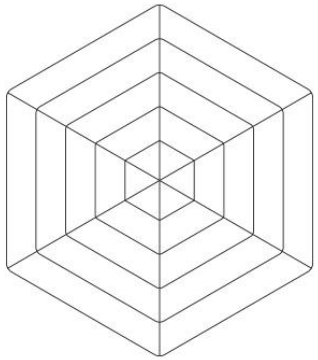
RESULTATEN KWANTITATIEF ONDERZOEK



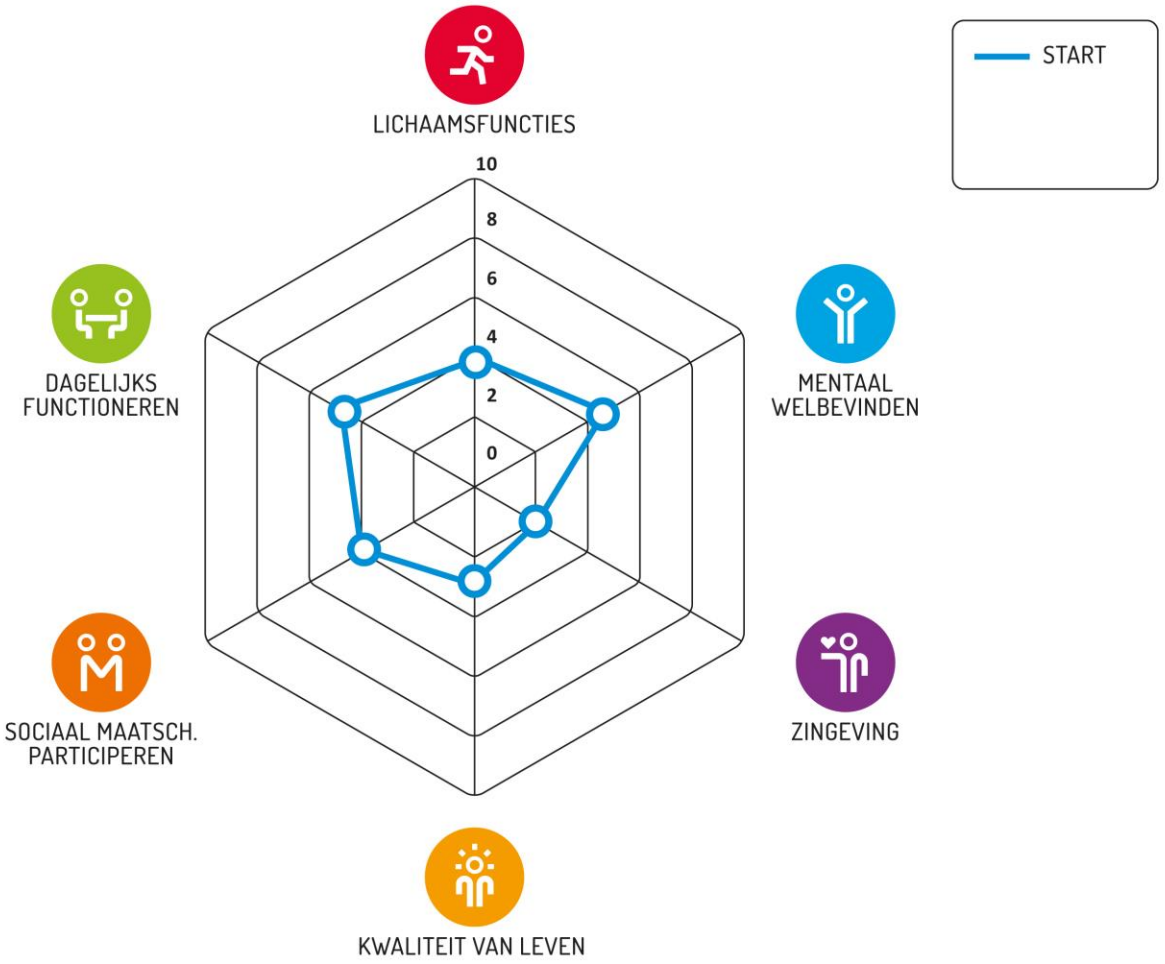
CONCLUSIES:

- **Aanbevolen: <u>Onderscheid</u>** de ***smalle*** **opvatting**, **nl**. **'gezondheid als afwezigheid van ziekte'** van de ***brede*** **opvatting** over gezondheid.
  - Daarom introduceer ik ***voor de brede*** **opvatting** het begrip: **'Positieve Gezondheid',** met **zes dimensies**.

- **Aanbevolen: Visualiseer** de zes hoofdimensies.
  - Daarom het **spinnenweb-diagram**!



PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID



HOE KIJK JE HIERNAAR?
TREKT DE ‘DEUK’ DIRECT JE AANDACHT?

WAAROM DIE VRAAG NAAR WAT IEMAND WIL VERANDEREN?

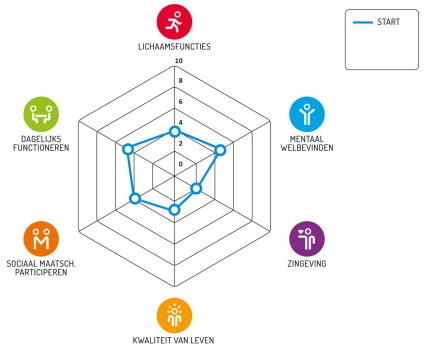
STELLING:

*Mensen doen niet wat ze **moeten**,*
*maar wat ze **willen**.*
*Ze gaan voor wat voor hen van **waarde** is.*

ESSENTIE:

- **Eigen beoordeling van de persoonlijke situatie.** Geen externe norm!

  Er ontstaat een **‘gezondheidsoppervlak’.**

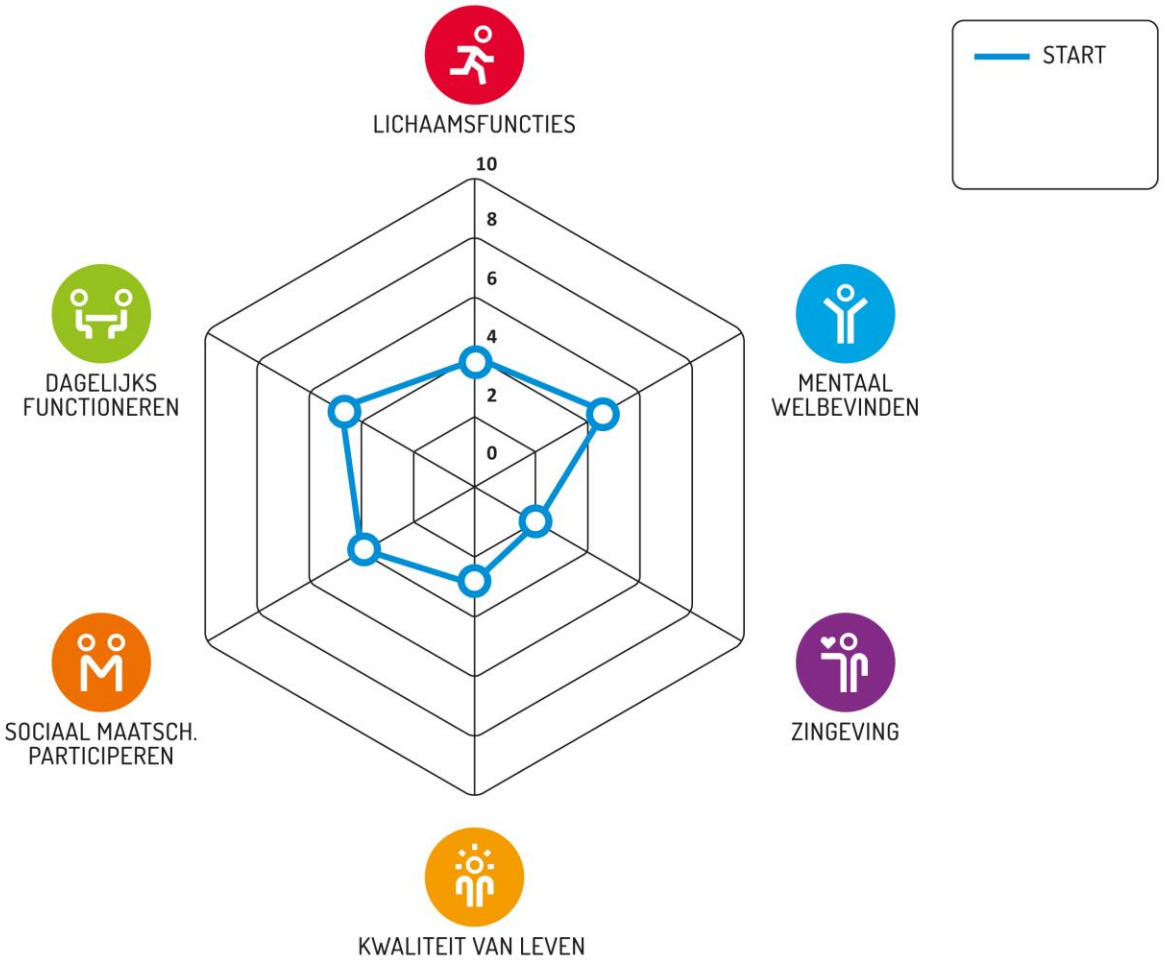


- Vraag: **Zou u wat willen veranderen en zo ja, wat?**

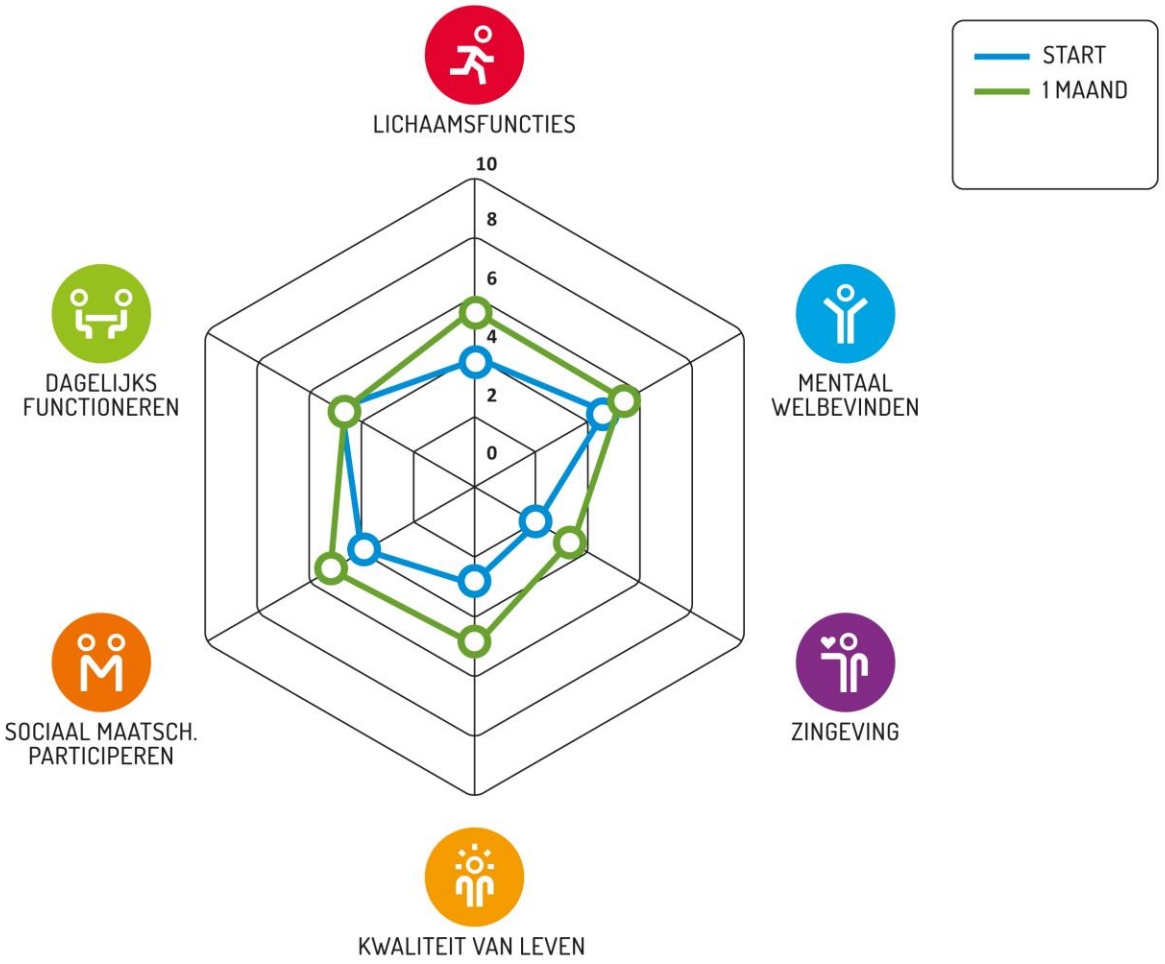
- Nodig: Beschikbaarheid van **Handelingsperspectieven**, i.s.m. anderen.

- De score, het ‘gezondheidsoppervlak’, zou dan zo kunnen **veranderen**:

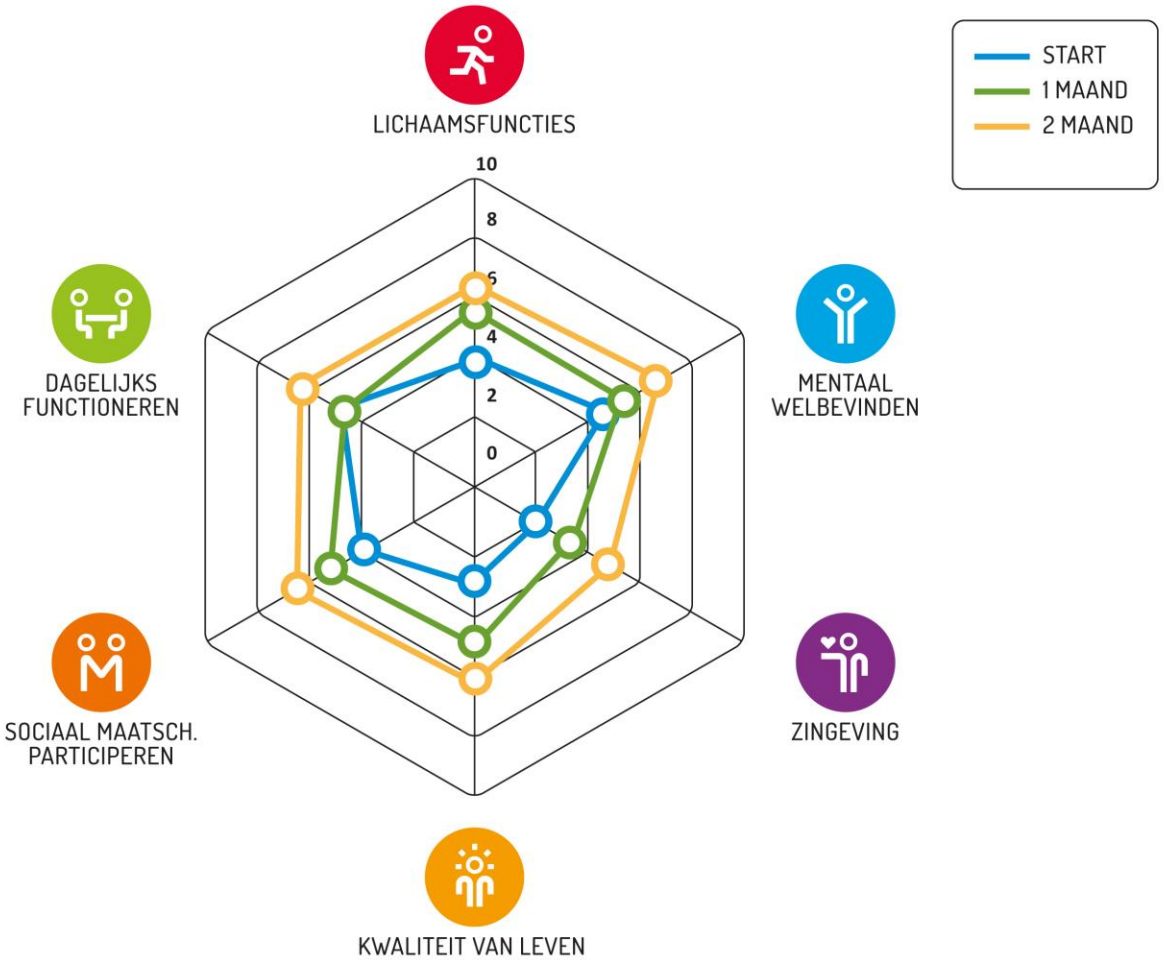
PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID



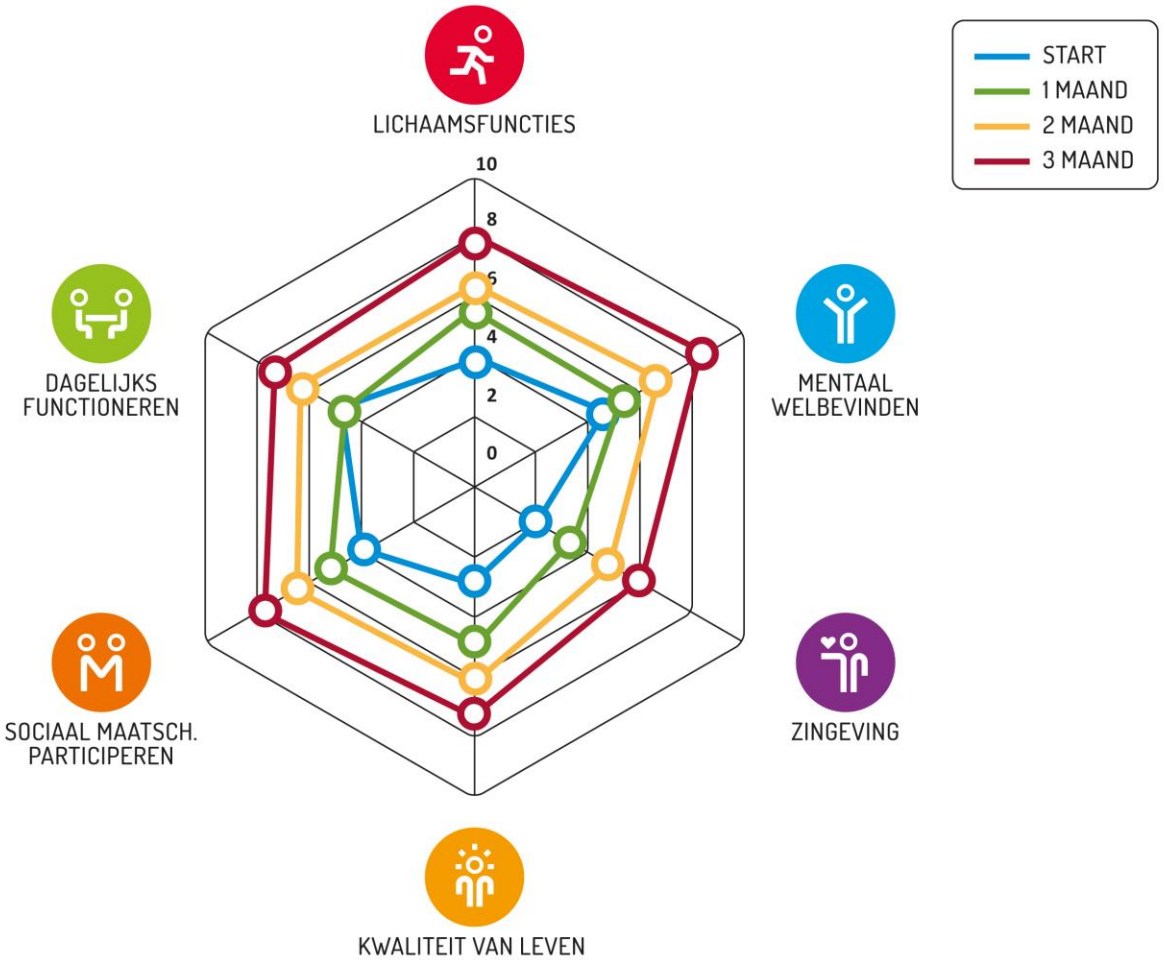
PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID



PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID



PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID



VOLGENDE STAPPEN …

Streven:

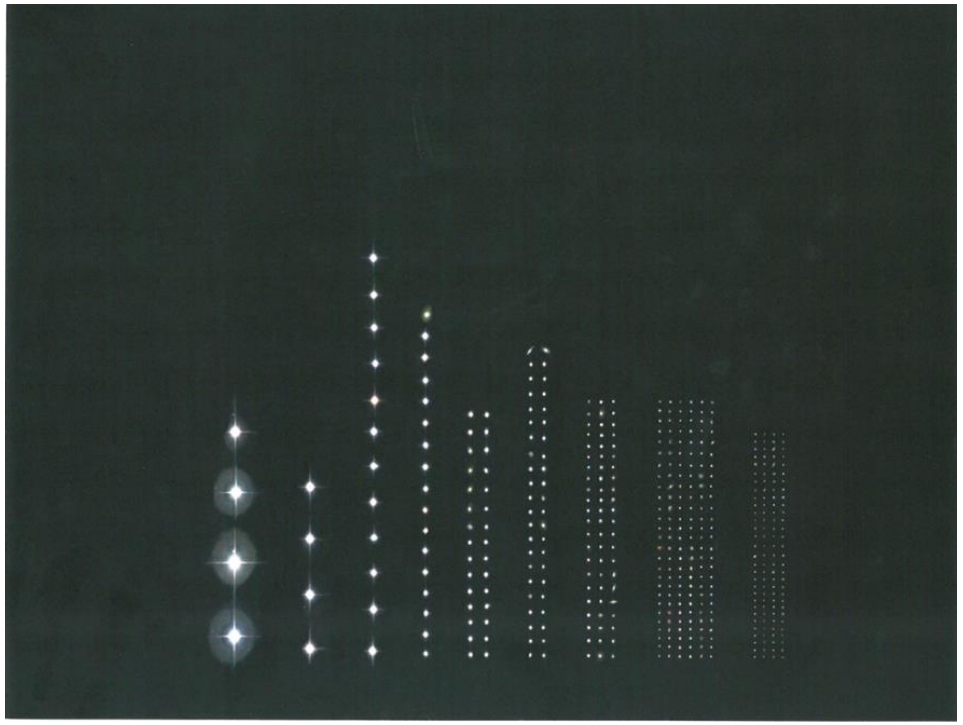
Ontwikkelen van een gevalideerd, digitaal
<u>Meet</u>instrument Positieve gezondheid

IPH tekende contract met VGZ

Echter ……

Worsteling met de wetenschap!

De beleefde werkelijkheid versus de geclassificeerde werkelijkheid



DIGITAAL …

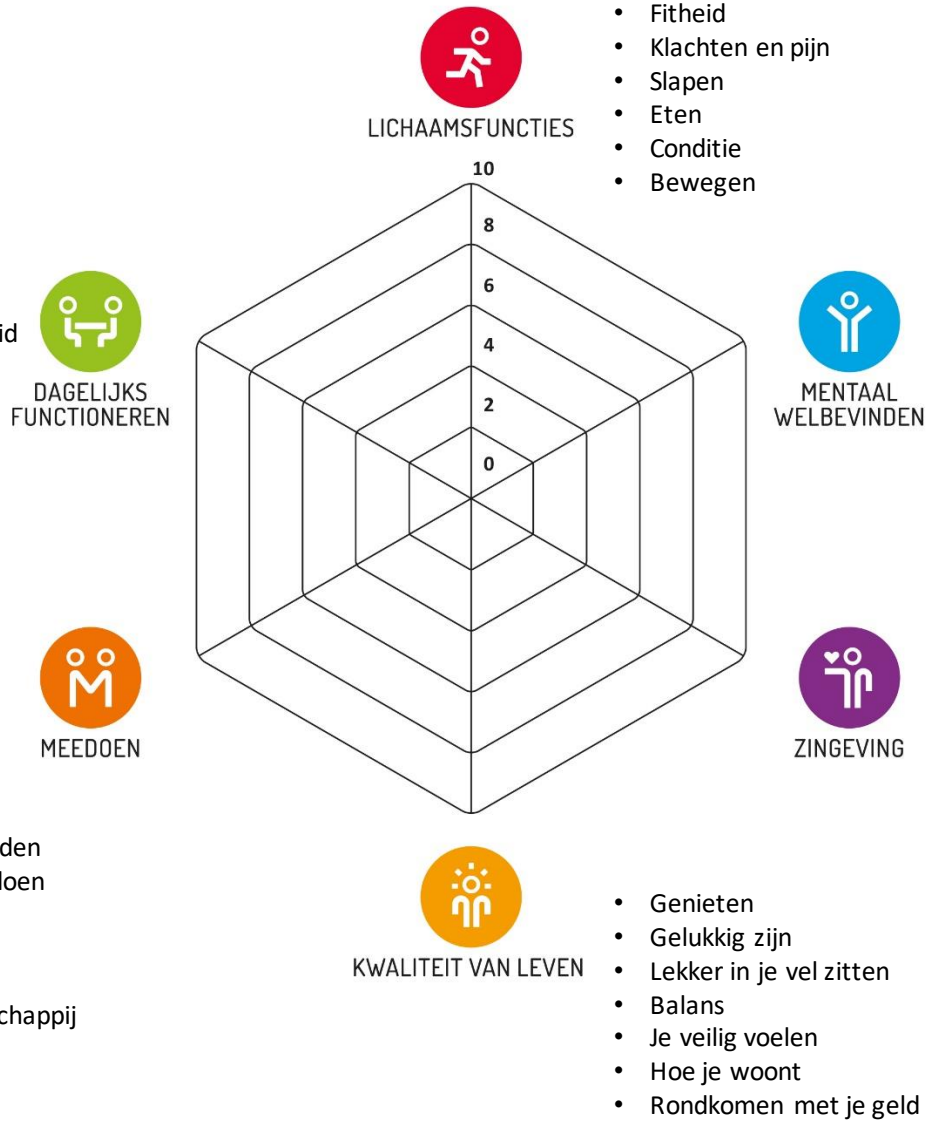
- We spreken daarom van een ‘**Gespreksinstrument´** **Positieve Gezondheid.**
- Nu met **eenvoudiger termen** ook **digitaal** – **Mijn Positieve Gezondheid**
- **Vraag: Wat is je droom? Wil je wat veranderen? En zo ja, wat?**

>> Adviezen per dimensie, via apps. i.s.m. de GGD-Appstore

MIJN POSITIEVE GEZONDHEID

www.mijnpositievegezondheid.nl

MIJN POSITIEVE GEZONDHEID



LICHAAMSFUNCTIES

- Je gezond voelen
- Fitheid
- Klachten en pijn
- Slapen
- Eten
- Conditie
- Bewegen

MENTAAL WELBEVINDEN

- Onthouden
- Concentreren
- Communiceren
- Vrolijk zijn
- Jezelf accepteren
- Omgaan met verandering
- Gevoel van controle

ZINGEVING

- Zinvol leven
- Levenslust
- Idealen willen bereiken
- Vertrouwen hebben
- Accepteren
- Dankbaarheid
- Blijven leren

KWALITEIT VAN LEVEN

- Genieten
- Gelukkig zijn
- Lekker in je vel zitten
- Balans
- Je veilig voelen
- Hoe je woont
- Rondkomen met je geld

MEEDOEN

- Sociale contacten
- Serieus genomen worden
- Samen leuke dingen doen
- Steun van anderen
- Erbij horen
- Zinvolle dingen doen
- Interesse in de maatschappij

DAGELIJKS FUNCTIONEREN

- Zorgen voor jezelf
- Je grenzen kennen
- Kennis van gezondheid
- Omgaan met tijd
- Omgaan met geld
- Kunnen werken
- Hulp kunnen vragen

©Gespreksinstrument IPH – versie 1.0 – oktober 2016

Werken met Positieve Gezondheid

Gaat om drie elementen:

1. *De brede blik naar binnen -* ***'Mijn Spinnenweb'***

2. *Het 'andere gesprek' -* ***Wat is voor u echt belangrijk?***
   Wat zou u willen veranderen?

3. *Beschikbaarheid & vindbaarheid van* ***'Handelingsperspectieven'*** *en iemand daarbij dan begeleiden/coachen.*

Wat kan de waarde van deze benadering zijn?

In Positieve Gezondheid zijn de principes van de Blue Zones en de Sense of Coherence opgenomen.

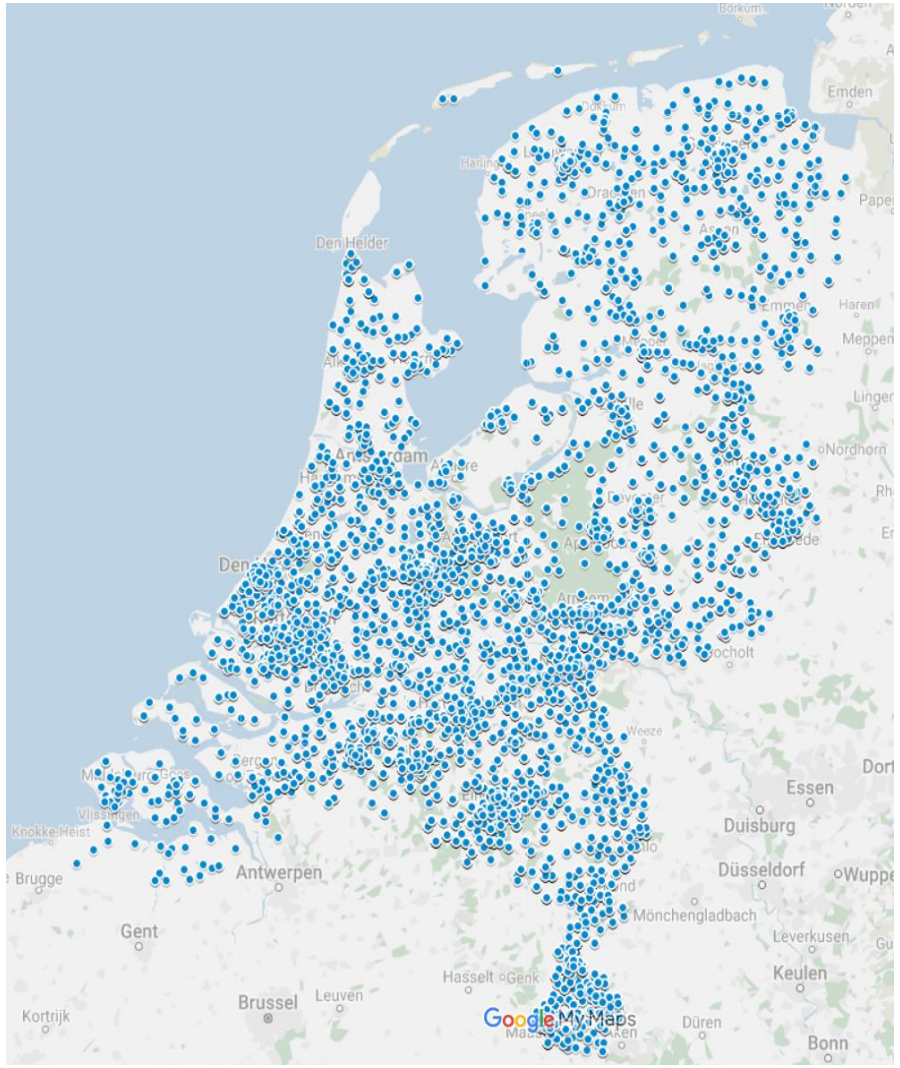
- *Het raakt **voeding**, **beweging**, **zingeving** en **sociale inbedding***
- *Het helpt mensen **overzicht** te krijgen over hun leven; het te begrijpen.*
- *Het helpt mensen beetje bij beetje **greep** te krijgen op hun leven.*
- *Het spreekt mensen aan op wat voor hén belangrijk is - hún **zingeving**.*

VERDER OPGEPAKT DOOR …

Breed enthousiasme om met Positieve gezondheid te werken:

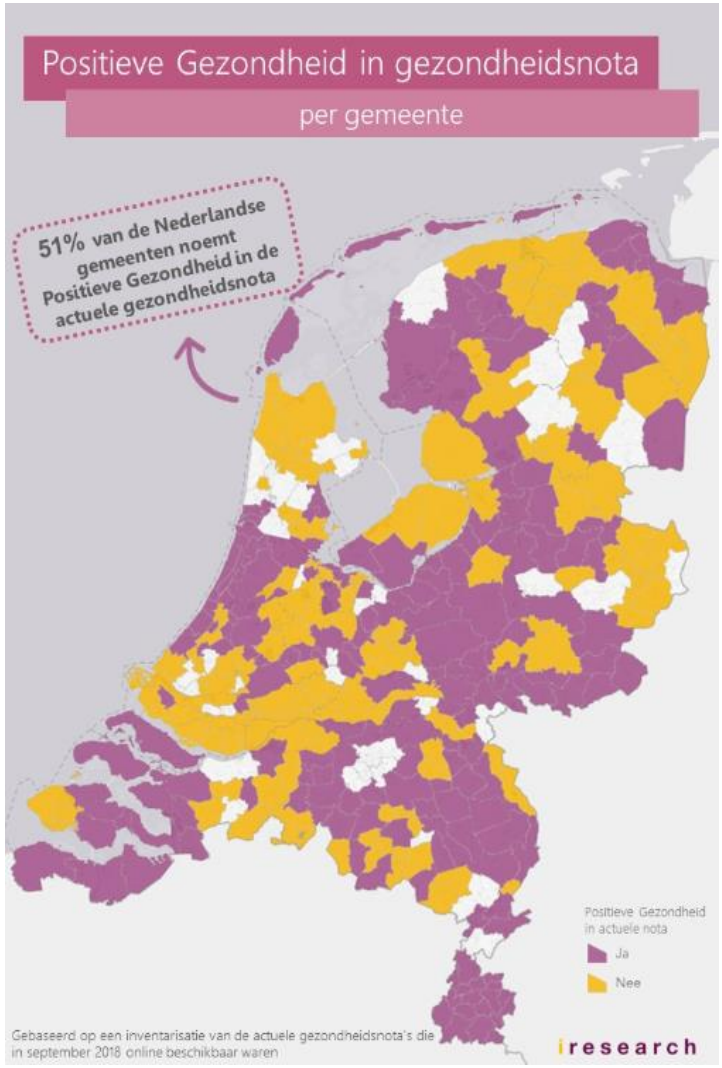
- GGDGHOR Nederland / CGL
- Regio's / **Provincie Limburg**
- 1e lijn - Zorggroepen & 2e lijn - Ziekenhuizen & **GGZ (i.r.t. herstelbeweging)**
- Thuiszorg
- Beroepsverenigingen (**FMS**, verpleegkundigen, fysiotherapeuten)
- Instellingen langdurende zorg (i.s.m. VILANS)
- Opleidingen
- Jeugdberoepen / Gezonde School > *Kindertool is ontwikkeld*
- Patiëntenkoepels - NPCF, IederIn, LPGGZ
- Ouderen - Uni-KBO
- HRM / Verzekeringsartsen en ARBO-diensten
- Gemeentes / WMO-raden
- Vluchtelingenwerk > *Vluchtelingeninstrument in ontwikkeling*
- Stadsarchitecten / landschapsarchitecten

MOTIVATIE: Het werkt **integrerend, ontschottend en kwaliteitverhogend**



Institute for Positive Health_mei 2019:

65.711 Volwassenen tool MPG
5.402 Kind tool
381 Jongeren tool



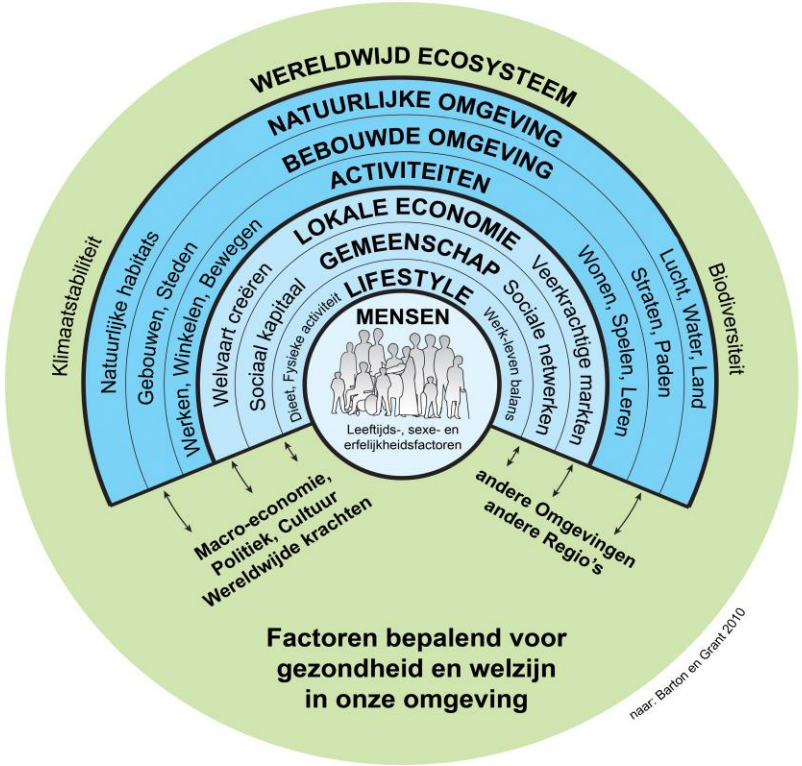
iresearch_2018:

51% NL gemeenten benoemt PG in actuele gezondheidsnota

Positieve Gezondheid:

Het bevorderen van 'veerkrachtig en betekenisvol leven'….

…. in een gezondheidbevorderende omgeving!

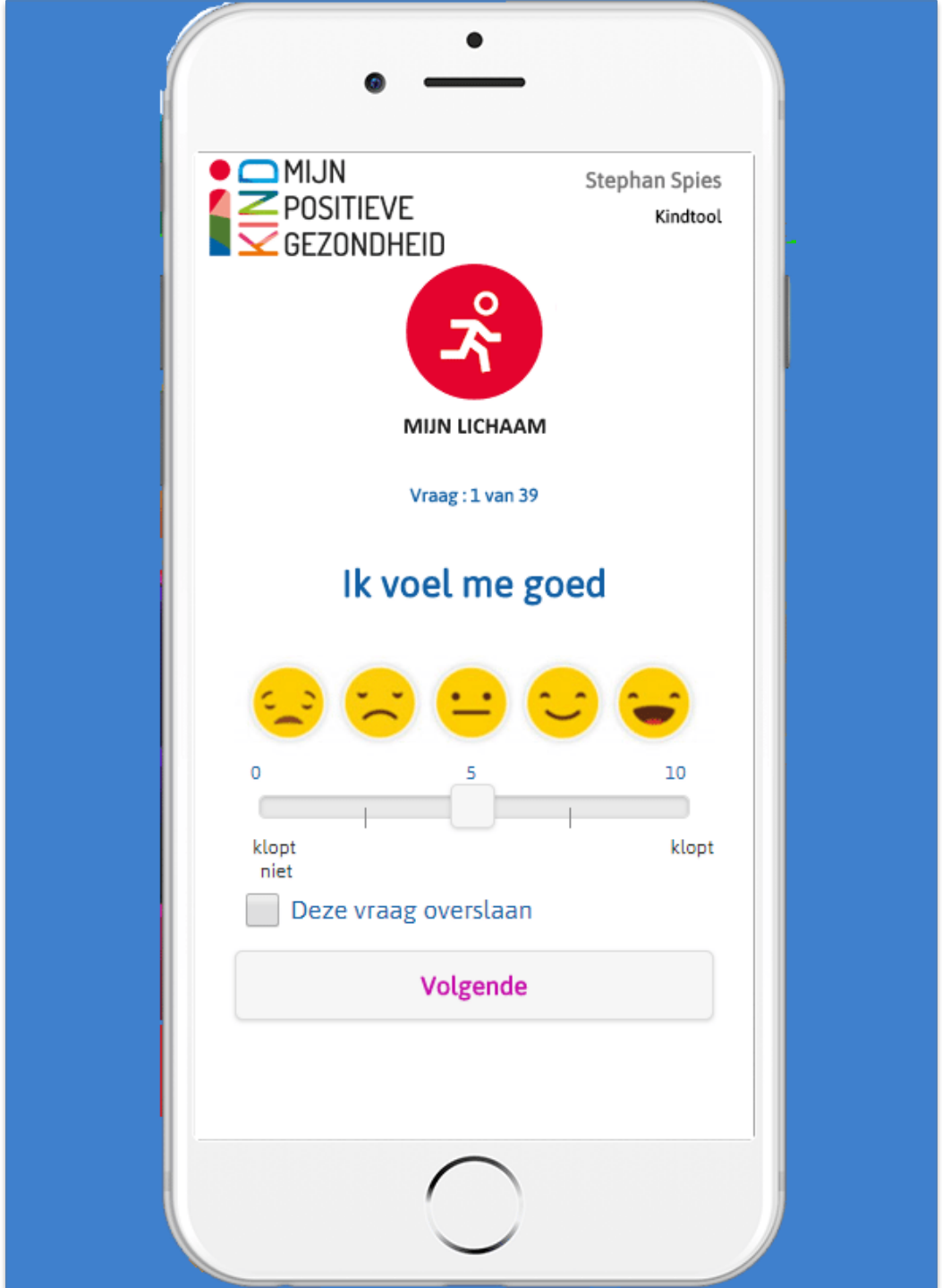


INSTITUTE FOR POSITIVE HEALTH

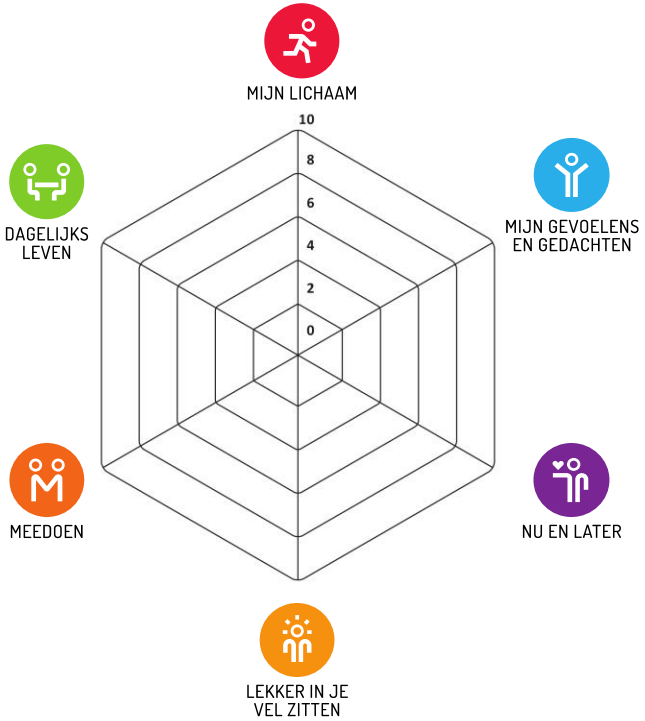
TEKENMOMENT ZORGVERZEKERAARS

MIJN POSITIEVE GEZONDHEID

kind.mijnpositievegezondheid.nl

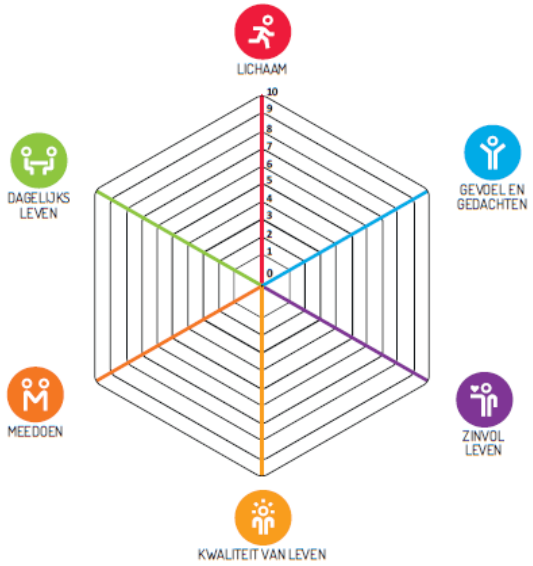


MIJN POSITIEVE GEZONDHEID



kind.mijnpositievegezondheid.nl

EENVOUDIGE VERSIE - Papieren versie



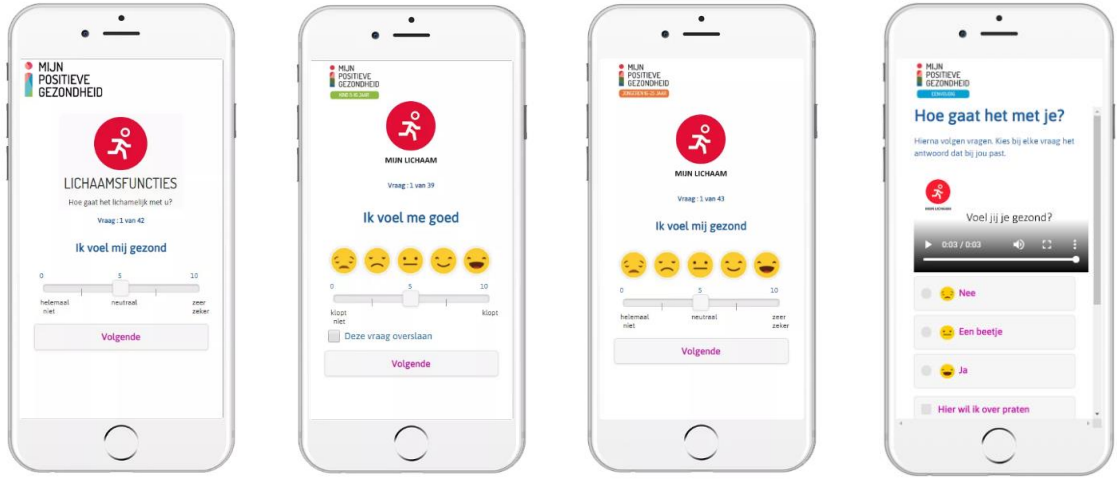
www.iph.nl/tools

“Makkelijker dan huursubsidie aanvragen”.

“Je krijgt inzicht in jezelf. Je bent bewuster, bijv. dat ik heel erg tevreden ben met hoe ik woon”.

“Leuke vragen, het gaat over alles om je heen”.

iPH tools op een rijtje



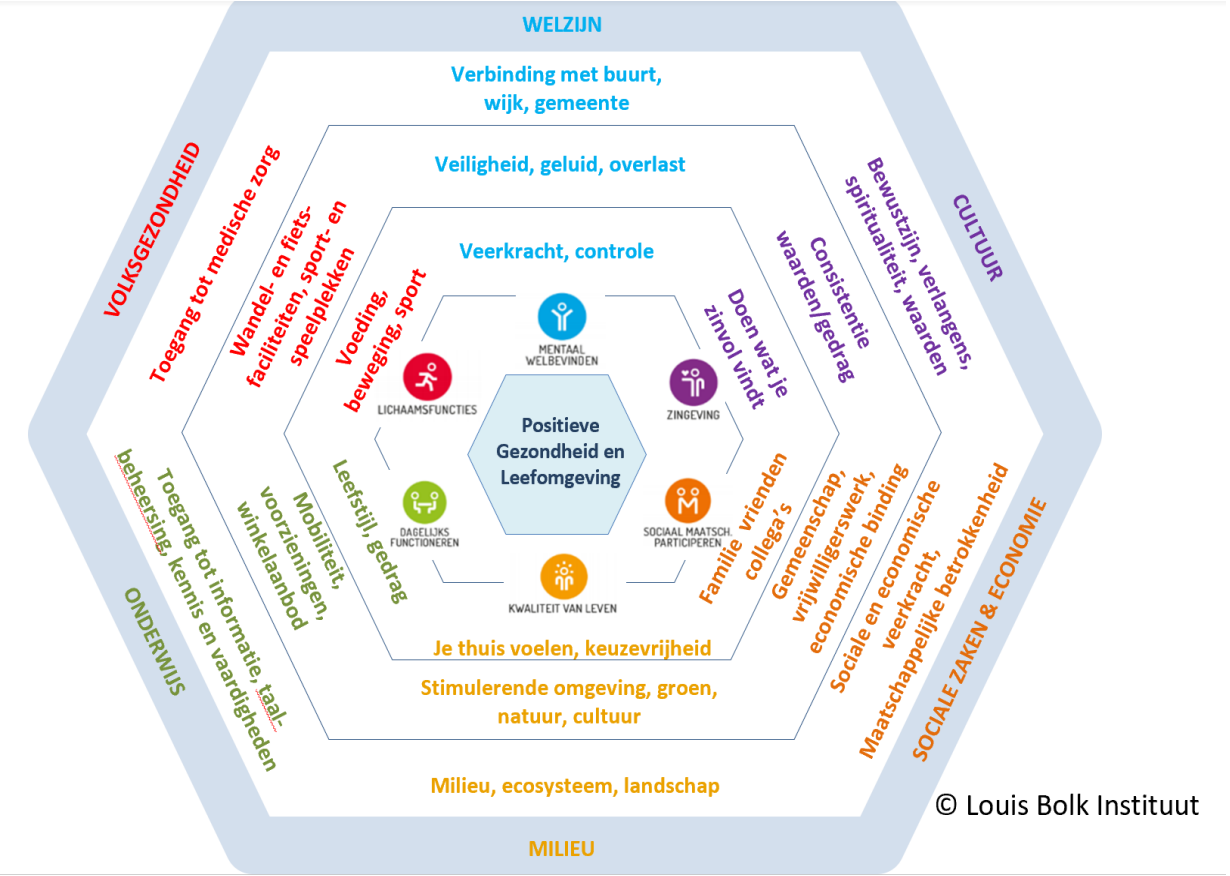
VOLWASSENEN

KIND 8-16 JAAR

JONGEREN 16-25 JAAR

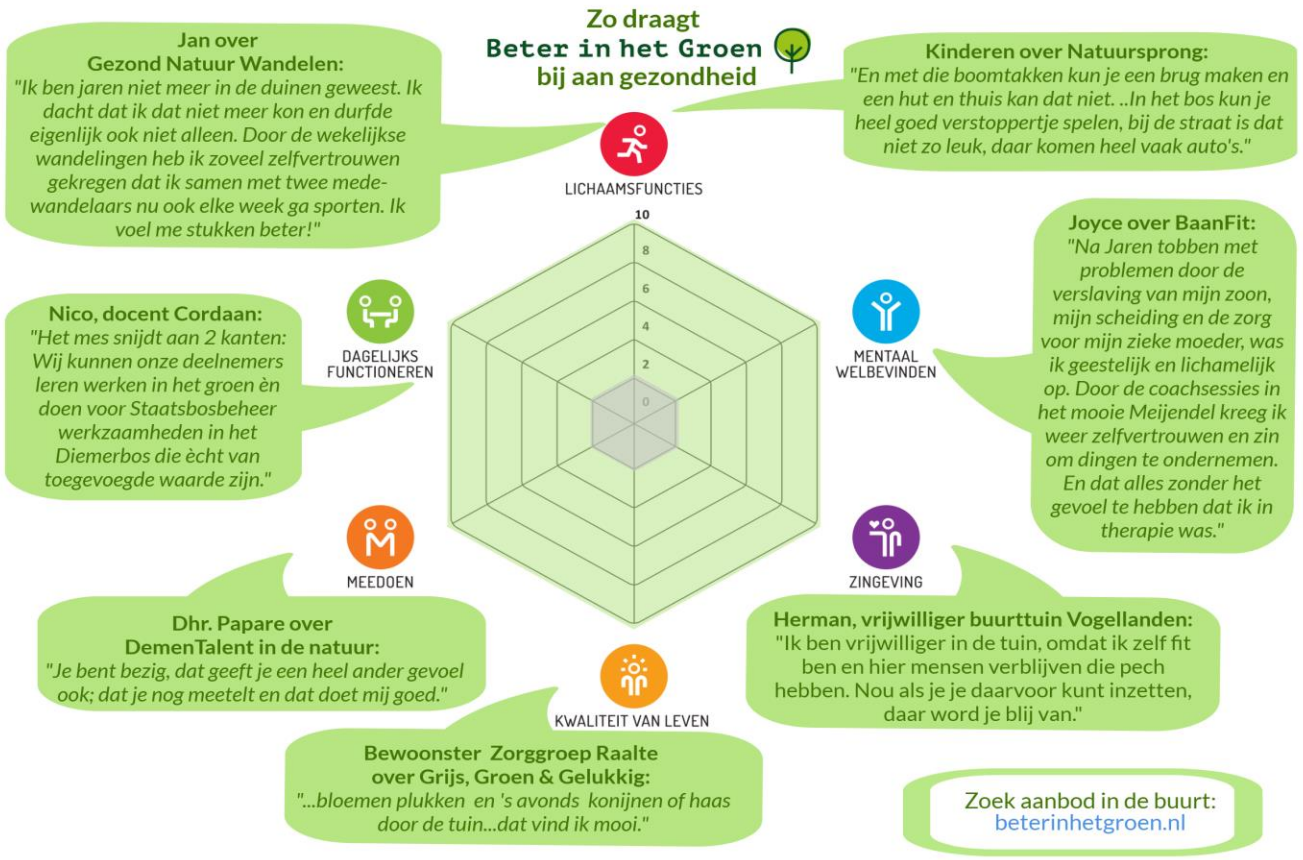
EENVOUDIG

Integraal model
Positieve Gezondheid en leefomgeving



© Louis Bolk Instituut

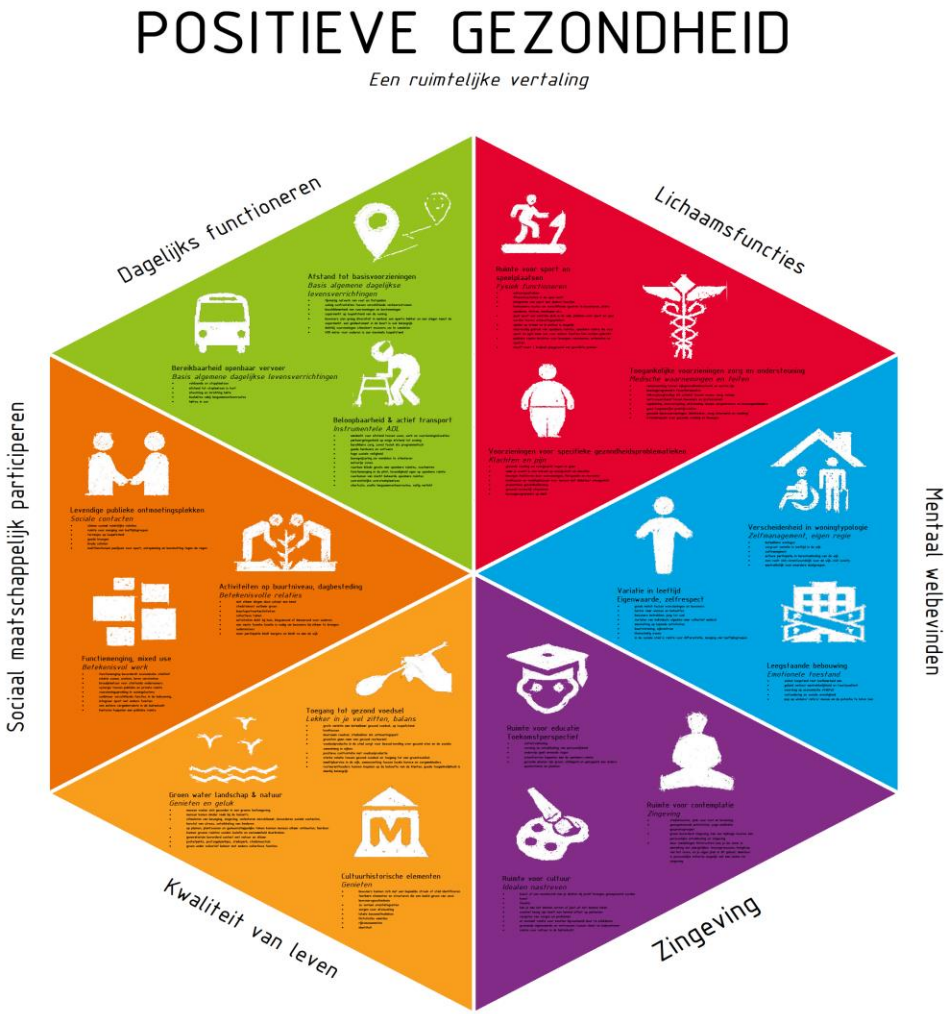
Natuurspinnenweb



Het accent ligt niet op de klachten of ziekte.
Maar op de mensen zelf, op hun veerkracht en op wat hun leven betekenisvol maakt (positieve gezondheid - iPH).

AV dec 2017

Planologisch spinnenweb



'**Goede GGZ**', het boek bij de *Nieuwe GGZ* van Jim van Os en Philip Delespaul e.a., verwijst veelvuldig naar het nieuwe concept van gezondheid en van **Positieve Gezondheid**.

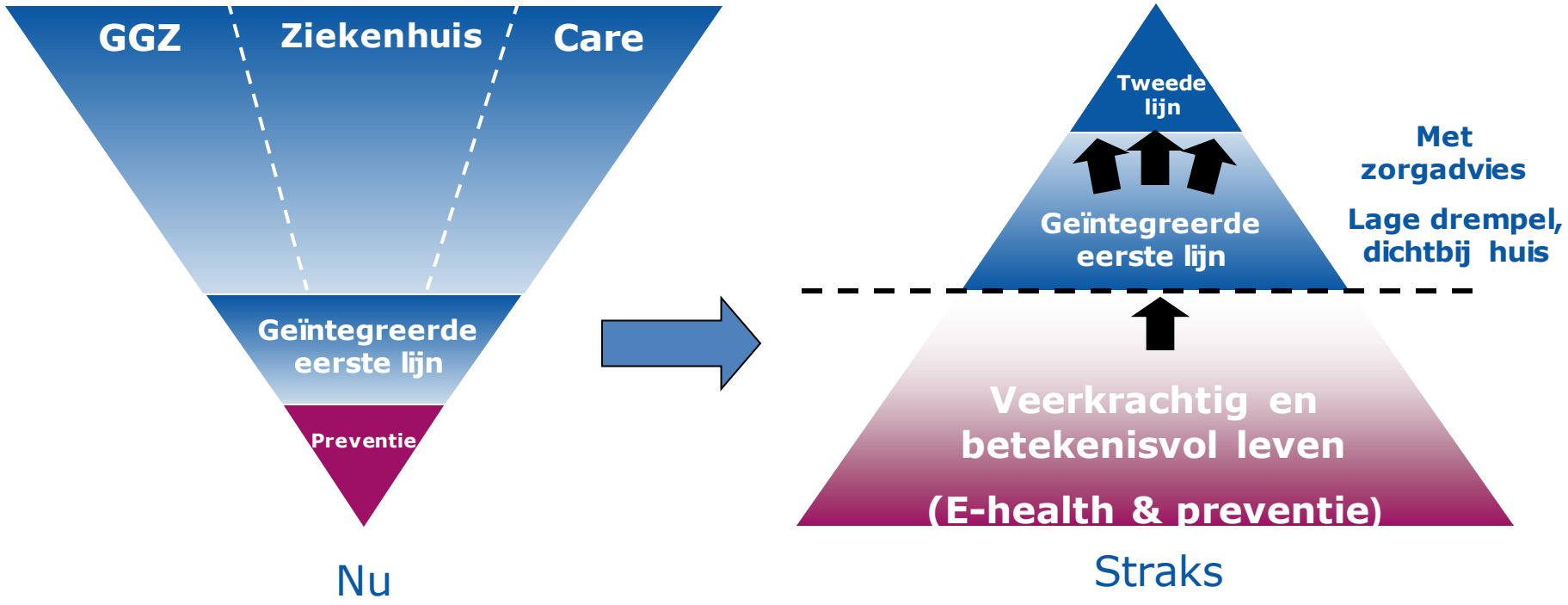
Vol voorbeelden van hoe dit in de praktijk gebruikt kan worden!

Heeft

‘POSITIEVE GEZONDHEID’

de potentie de GGZ te veranderen?

VISIE OP (BETAALBARE) ZORG IN DE TOEKOMST - DE KOSTEN



Bron: Menzis, Bas Leerink, Raad van Bestuur

‘Als je een schip wilt bouwen, moet je werklui niet opdragen hout te verzamelen, je moet niet het werk verdelen en orders geven. Leer in plaats daarvan mensen eerst te verlangen naar de eindeloze zee.’

Antoine de Saint-Exupéry

INSTITUTE FOR POSITIVE HEALTH

Dank voor jullie aandacht!

www.iph.nl

mijnpositievegezondheid.nl
kind.mijnpositievegezondheid.nl
jongeren.mijnpositievegezondheid.nl
eenvoudigetool.nl