

Keuzedeel

Positieve gezondheid





Inhoudsopgave

Inleiding.....	3
Onderwijskundige verantwoording en afronding.....	4
Opdrachten.....	5
1. <i>Introductie in positieve gezondheid.....</i>	<i>5</i>
2. <i>Visie op positieve gezondheid.....</i>	<i>8</i>
3. <i>Het spinnenweb.....</i>	<i>10</i>
4. <i>Motiverende gespreksvoering.....</i>	<i>12</i>
5. <i>Het andere gesprek.....</i>	<i>14</i>
6. <i>Begeleiden bij een veranderwens.....</i>	<i>17</i>
7. <i>Terugblik.....</i>	<i>19</i>
Bijlage 1 Examen positieve gezondheid	21
Bijlage 2 Leerdoelen bij keuzedeel Palliatieve zorg	24
Bijlage 3 Ikigai- cirkels.....	25
Bijlage 4 Observatieformulier motiverende gespreksvoering	28



Inleiding

Positieve Gezondheid bekijkt en stimuleert de mentale en fysieke gezondheid van mensen vanuit een focus op de mensen zelf en op hun mogelijkheden en veerkracht. In dit keuzedeel krijgt de beginnend beroepsbeoefenaar kennis en inzicht in het gedachtegoed van Positieve Gezondheid en het model Spinnenweb. Hij leert verbinding te maken met de ander en in gesprek te gaan aan de hand van de zes dimensies die zijn uitgewerkt in het model Spinnenweb. Daarnaast leert de beginnend beroepsbeoefenaar de ander te ondersteunen bij zijn/haar veranderwens. Door het volgen van dit keuzedeel is de beginnend beroepsbeoefenaar in staat om Positieve Gezondheid toe te passen in zijn toekomstig beroep.

Positieve gezondheid is een relatief nieuwe gedachtegoed in Nederland. Het is vormgegeven door Machteld Huber. Met positieve gezondheid komt er een andere kijk op ziekte en gezondheid en daarmee dus ook op de wijze waarop we zorg verlenen.

Positieve gezondheid verspreidt zich meer en meer in de gezondheidszorg. De zorg zoals deze nu georganiseerd is, is onhoudbaar. Meer en meer mensen worden ouder, zijn langer oud, maar zeker niet langer gezond. De complexiteit van de gezondheidszorg en wat we kunnen in combinatie met meer chronisch zieke mensen maakt dat de gezondheidszorg elk jaar duurder wordt. Inmiddels zo duur, dat de zorg onbetaalbaar wordt.

Positieve gezondheid kan een bijdrage leveren aan het reduceren van de kosten van de zorg door de inzet op preventie in plaats van op behandeling. Wat wil de zorgvrager en wil die überhaupt wel behandeld worden? Deze vraag wordt steeds vaker gesteld. Moeten we altijd maar behandelen, of kan het ook anders? Vanuit deze positieve gezondheid is dit een belangrijke vraag.

Positieve gezondheid heeft raakvlakken met persoonsgerichte zorg, maar het is zeker niet helemaal hetzelfde. Je zou kunnen zeggen dat positieve gezondheid de grotere kapstok is waar persoonsgerichte zorg onderdeel van uit maakt. Een gedachtegoed wat dus steeds meer voet aan de grond krijgt en dus interessant om je in te verdiepen.

We wensen je veel plezier en succes met het uitvoeren van dit keuzedeel.

Onderwijskundige verantwoording en afronding

Werkprocessen

In dit keuzedeel is aandacht voor een verdieping gericht op een bepaald onderwerp uit je opleiding, verdieping in positieve gezondheid. In het keuzedeel worden kennis en vaardigheden aangeleerd om te kunnen werken vanuit het gedachtegoed positieve gezondheid. Zo leert de beginnend beroepsbeoefenaar wensen en behoeften van bewoners en naasten te signaleren en interventies in te zetten passend bij deze wensen en behoeften. Eigen regie, veerkracht en zelfredzaamheid staan centraal bij het werken vanuit positieve gezondheid. De module is opgebouwd naar aanleiding van het kwalificatiedossier Verzorgende IG, kerntaak:

- D1-K1-W1: Voert "het andere gesprek"
- D1-K1-W2: Begeleidt een cliënt vanuit het concept Positieve Gezondheid

Je rond dit thema af door de activiteiten uit te voeren en de opdrachten uit te werken, dan werk je toe naar je examenopdracht van het keuzedeel. Voor je kunt deelnemen aan het examenonderdeel dien je de opdrachten met het 'oordeel voldaan' afgerond te hebben.

Canmedsrollen

Voor het opleiden van zorgprofessionals verzorgende IG en verpleegkundigen worden de Canmedsrollen gebruikt als uitgangspunt. De Canmedsrollen zijn zeven rollen die jij moet beheersen om het beroep verzorgende IG uit te kunnen oefenen. Er zijn zes deelrollen die gezamenlijk de zevende rol vormen van zorgverlener. De rollen zijn weergegeven in een bloem. Voor elke studiegids is aangegeven welke Canmedsrollen aan bod komen.

Je werkt in deze studiegids aan de rol van: *zorgverlener*



Afronding

Je rond deze studiegids af door:

- Het maken en behalen van alle opdrachten uit de studiegids.
- Het behalen van het examen verbonden aan dit keuzedeel.



Opdrachten

1. Introductie in positieve gezondheid

In deze introductieopdracht leer je op een andere manier te kijken naar gezondheid; wat betekent gezondheid voor jou en wat betekent dit voor de ander? Wat is gezondheid eigenlijk en waarom zien we dat allemaal anders?

DOELEN

- Je kunt je eigen visie op gezondheid verwoorden.
- Je kunt een gesprek aangaan over visie op gezondheid.
- Je kunt de gevolgen/ effecten signaleren wat de invloed van iemands visie op zijn eigen gezondheid met betrekking tot het dagelijks leven.

RESULTATEN

- Je beschrijft je visie op gezondheid.
- Je voert een gesprek met een zorgvrager over gezondheid.
- Je beschrijft wat de invloed is van een visie op gezondheid op het dagelijks leven/ en of werk.



AFRONDING



Plaats uitwerkingen in Classroom



Feedback en beoordeling



Intervisie



ACTIVITEITEN

1. **Kijk** naar de uitleg van Machteld Huber zelf over positieve gezondheid op:

- <https://www.youtube.com/watch?v=BgG4nVmX9GU>

2. **Beantwoord** de volgende vragen:

- Wat vind je van de uitleg van Machteld Huber?
- Zie jij haar visie terug in de maatschappij, zo ja hoe? En zo nee geef een voorbeeld waaruit blijkt dat je het niet terug ziet.

Het is belangrijk om eerst zelf te ervaren wat positieve gezondheid is. Door het spinnenweb eerst zelf in te vullen, kun je doorgronden wat de kern is van positieve gezondheid.

Maak jouw eigen spinnenweb door de vragen in de 'volwassenen gesprekstoel' in te vullen op de volgende website:

- <https://mijnpositievegezondheid.nl/>

3. **Sla** het gemaakte spinnenweb **op**.

Beantwoord de volgende vragen:

- Hoe vond je het om zo naar je eigen leven en gezondheid te kijken?
- Heb je alles naar waarheid ingevuld of waren er ook vragen bij die je moeilijk vond?
- Wat zou jij binnen het domein gezondheid willen veranderen?
- Hoe zou jij dat voor jezelf willen aanpakken?
- Hoe kijk jij naar mensen die anders met hun gezondheid omgaan dan jij?
- Heeft dat invloed op jouw werk?

4. **Sta** even **stil** bij je ervaring.

- Hoe was het voor je om het spinnenweb in te vullen en de uitkomsten te zien?
- Had je verwacht dat jouw positieve gezondheid zo'n invloed heeft op jouw werk?
- Zijn er nog elementen die je niet had verwacht?
- Wat zal denk je anders gaan als je het spinnenweb inzet tijdens gesprekken met de mensen die je begeleidt?

5. **Vraag** aan twee andere verschillende mensen op je werk wat hun visie op gezondheid is en vul samen het spinnenweb in. Denk bij het kiezen aan verschillen als leeftijd en leefwijze, zorggroep, naasten, collega's enz.

6. **Vergelijk** de twee spinnenwebben met elkaar:

- Welke overeenkomsten en welke verschillen zie je?
- Kun je die verschillen en overeenkomsten verklaren?

7. **Maak** een verslag met daarin je eigen spinnenweb en de antwoorden op de vragen en de spinnenwebben van de andere twee mensen (*vraag om toestemming voor het delen ervan met school*) en de antwoorden op de vragen.



AFRONDENDE ACTIES



Lever het verslag **in**, in Classroom.



Bespreek de opdrachten zo nodig ook met studiegenoten en de praktijkopleider tijdens een intervisie moment.

2. Visie op positieve gezondheid

In deze opdracht wordt de achtergrond van de visie van Machteld Huber onderzocht om inzicht te krijgen op positieve gezondheid in de praktijk inhoud. Hierdoor krijg je specialistische kennis van de visie en achterliggende theorieën van Positieve Gezondheid.

DOELEN

- Je begrijpt hoe Machteld Huber tot haar visie op positieve gezondheid is gekomen.

RESULTATEN

- Je kunt de nadelen van de visie op gezondheid van de WHO benoemen.
- Je kunt uitleggen hoe Machteld Huber tot haar visie op gezondheid gekomen is.
- Je kunt uitleggen wat de blauwe zones in de theorie van Machteld Huber inhouden.
- Je kunt uitleggen hoe de visie van Ikigai geïntrigeerd is in de visie van positieve gezondheid.



AFRONDING



Plaats uitwerkingen in Classroom



Feedback en beoordeling



Intervisie



ACTIVITEITEN

1. **Zoek** op internet naar de volgende onderwerpen:
 - Visie op gezondheid volgens de WHO.
 - Visie op gezondheid volgens Machteld Hubert
 - Definitie blauwe zones van Dan Buettner.
 - Visie op gezondheid volgens Japanse Ikigai.
2. **Beschrijf** de visie op gezondheid volgens WHO, Machteld Huber en ikigai en **leg uit** wat blauwe zones zijn.
3. **Beschrijf** in je eigen woorden het verschil tussen de visie van de WHO en die van Machteld Hubert.
4. Beschrijf welke overeenkomsten er zijn in de levenswijze van mensen in de blauwe zones.
5. Verdiep je verder in de betekenis van Ikigai. Vul vervolgens samen met een bewoner (en dienst naaste) de Ikigai cirkels in. Gebruik de volgende websites. De ikigai-cirkels staan ook in bijlage 3.
 - <https://hetnlpcollege.nl/ikigai-uitleg/>
 - <https://www.allbusinesstemplates.com/nl/template/22WTS/ikigai-betekenis/>
6. **Onderzoek** en **beschrijf** wat jij terugziet van de visies op gezondheid van de WHO en Machteld Huber, de blauwe zones en ikigai op jouw werkplek.
7. Wat gaat er al goed van wat jij terugziet? Wat zie je niet terug of zou je anders willen zien? **Leg** je antwoord **uit**.
8. **Maak** een verslag met de uitwerkingen op bovenstaande activiteiten (*vraag om toestemming voor het delen van de ingevulde ikigai-cirkels*).

AFRONDENDE ACTIES



Lever het verslag **in**, in Classroom.



Bespreek de opdrachten zo nodig ook met studiegenoten en de praktijkopleider tijdens een intervisie moment.

3. Het spinnenweb

Een belangrijk onderdeel van positieve gezondheid is het spinnenweb. Je hebt deze misschien al ingevuld bij opdracht 1. Heb je opdracht 1 nog niet gedaan, doe deze dan eerst! In deze opdracht ga je de zes dimensie van het Spinnenweb model verder onderzoeken en uitwerken, zodat je beter begrijpt wat dit spinnenweb inhoud. Je leert dat het van belang is dat ze de zes dimensies in samenhang bekijken.

DOELEN

- Je bent je bewust van de onderlinge samenhang tussen de zes dimensies van het spinnenweb.
- Je begrijpt het belang van het spinnenweb in relatie tot het toepassen van positieve gezondheid.

RESULTATEN

- Je kent de zes dimensies van het model Spinnenweb
- Je kent de aspecten van de dimensie: lichaamsfuncties, mentaal welbevinden, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen, dagelijks functioneren
- Je kan beschrijven hoe de zes dimensies van het model Spinnenweb terug te vinden zijn in het dossier van een zorgvrager.



AFRONDING



Plaats verslagen in Classroom



Feedback en beoordeling



ACTIVITEITEN

1. **Ga** naar de volgende website:

- <https://www.iph.nl/> en gebruik google als zoekmachine.
- **Zoek uit** welke versies er van de gesprekstool zijn om het spinnenweb in te vullen.
- **Geef** een korte beschrijving van alle zes dimensies van het spinnenweb.

2. **Bekijk** het filmpje mijn positieve gezondheid en **vul** nogmaals de gesprekstool **in** met iemand uit jouw omgeving. Gebruik de juiste gesprekstool. Dat hoeft niet een bewoner te zijn, dat mag ook familie zijn of de buurman.

- <https://youtu.be/vEjGN6QTSpk>

3. **Besprek** het spinnenweb (heet ook wel gezondheidsoppervlak) met jouw naaste. Stel jouw naaste de volgende vragen:

- Wat valt op als je kijkt naar het gezondheidsoppervlak?
- Wat is voor jou belangrijk, wat zijn jouw dromen of drijfveren?
- Wat zou je willen veranderen of meer aandacht willen geven?
- Wat kan een eerste stap zijn en wie heb je daarbij nodig?
- Wat belemmert jou om de eerste stap te zetten?

4. Wat zijn de overeenkomsten en/of de verschillen met jouw eigen gemaakte spinnenweb? **Beschrijf** hoe komt het dat jullie spinnenwebben zo verschillend zijn of juist op veel punten overeenkomen?

5. Welke van de zes dimensies zie jij terug (wellicht in een andere vorm) in het zorgdossier van een bewoner? **Leg uit** welke dimensies je terug ziet in het zorgdossier en hoe dat is vormgegeven.

AFRONDENDE ACTIES



Lever je uitwerkingen van de opdrachten **in**, in Classroom.

4. Motiverende gespreksvoering

Je hebt je verdiept in het gedachtegoed van positieve gezondheid, de gesprekstoos en het spinnenweb (gezondheidsoppervlak). Je hebt inmiddels een aantal keer geoefend met het afnemen van de gesprekstoos en ook al het gesprek met iemand gevoerd over zijn/haar eigen uitkomsten in het spinnenweb (gezondheidsoppervlak). Maar dit was nog niet heel gericht. Om een goed gesprek te voeren over de uitkomsten van de gesprekstoos is het 'andere gesprek' nodig. Dit is een invalshoek waarbij het gaat om motiverende gespreksvoering.

DOELEN

- Je kunt motiverende gespreksvoering inzetten in het 'andere gesprek'.

RESULTATEN

- Je kan uitleggen wat motiverende gespreksvoering is.
- Je kan uitleggen welke rol motiverende gespreksvoering in het zorgproces heeft.
- Je kan uitleggen wat geweldloze communicatie is.
- Je kan verschillende gesprekstechnieken uitleggen (OMA, Nivea, LSD etc.)
- Je kan een motiverend gesprek voeren.
- Je kan een open luisterhouding toepassen.
- Je kan principes van geweldloze communicatie toepassen.
- Je kan principes van motiverende gespreksvoering toepassen.



AFRONDING



Plaats verslagen in Classroom



Feedback en beoordeling



Bespreken.



ACTIVITEITEN

1. **Onderzoek** en **beschrijf** wat er wordt bedoeld met motiverende gespreksvoering. **Bekijk** hiervoor de volgende animatie over motiverende gespreksvoering:
 - <https://www.youtube.com/watch?v=vNFLhYgUd9k>
2. **Geef** een praktijkvoorbeeld uit je eigen beroepspraktijk waarin je motiverende gespreksvoering hebt toegepast.
3. **Leg uit** welke verschillende gesprekstechnieken er zijn (zijn afkortingen).
4. Wat is geweldloze communicatie? **Leg uit**.
5. Geweldloze communicatie bestaat uit 4 elementen, **welke** elementen zijn dit en wat wordt daaronder verstaan?
6. Volgens welk element communiceer jij het meest? **Leg** je antwoord **uit**.
7. Observeer op je werk in welke 2 situaties volgens welke twee elementen er het meest wordt gecommuniceerd. Maak hier onderscheid in de communicatie tussen collega's onderling en tussen collega's en bewoners.
8. Voer een motiverend gesprek met een bewoner en/of zijn familie aan de hand van het observatieformulier (zie bijlage 4). Vraag daarna om feedback. Bespreek deze opdracht in ieder geval met je werkbegeleider en op school in de groep of met een aantal medestudenten.

AFRONDENDE ACTIES



Lever je uitwerkingen van de opdrachten **in**, in Classroom. (Lever ook het ingevulde observatieformulier in van activiteit 8 en een uitwerking van de bespreking ervan met de werkbegeleider en in de groep of met een aantal medestudenten.



Bespreek activiteit nummer 8: motiverend gesprek voeren met bewoner/naaste en de feedback die je daarop hebt gehad van je werkbegeleider in de groep.

5. Het andere gesprek

Het 'andere gesprek' is een manier om een gesprek te voeren vanuit motiverende gespreksvoering. Het spinnenweb is de basis voor dit gesprek. Het spinnenweb is bedoeld om mensen zelf na te laten denken over hun situatie en van daaruit voer je het gesprek. Dat maakt het gesprek anders dan andere gesprekken. Mensen zijn zelf leidend in het gesprek in plaats van de zorgverlener. De zorgverlener heeft een coachende rol.

DOELEN

- Je kunt bewust het 'andere gesprek' inzetten in het kader van positieve gezondheid.

RESULTATEN

- Je hebt kennis van de richtlijnen voor het voeren van "het andere gesprek"
- Je hebt kennis van de eigen rol en taken in relatie tot andere hulpverleners.
- Je kunt de richtlijnen voor het voeren van 'het andere gesprek' beschrijven.
- Je kunt de eigen rol en taken in relatie tot andere hulpverleners beschrijven.
- Je kunt uitleggen wat het belang is van het andere gesprek.
- Je kunt het spinnenweb toepassen in het andere gesprek.
- Je kunt onderzoekende vaardigheden toepassen bij het voeren van "het andere gesprek"
- Je kunt gericht motiverende gespreksvoering inzetten.



AFRONDING



Plaats verslagen in Classroom



Feedback en beoordeling



Bespreken

ACTIVITEITEN

1. **Lees** op onderstaande websites het belang van het 'andere gesprek'. Maak een verslag van een half A-4 in eigen woorden wat het 'andere gesprek' inhoudt en wat het belang is hiervan.

- <https://www.iph.nl/kennisbank/zo-kun-je-samen-de-uitkomsten-bespiegelen/>
- <https://www.iph.nl/kennisbank/hoe-stel-je-oplossingsgerichte-vragen/>
- <https://www.iph.nl/kennisbank/tips-positieve-gezondheid-hoe-voer-ik-het-andere-gesprek/>
- <https://www.youtube.com/watch?v=rCZgHawm2yA>
- https://www.youtube.com/results?search_query=positieve+gezondheid+het+andere+gesprek

Kenmerkend voor het andere gesprek is dat je echt contact maakt, aandachtig luistert en de ander motiveert om zelf tot oplossingen te komen. Wat je vooral niet moet doen is naar de lage scores kijken in het spinnenweb. De neiging is daar wel vaak toe, net zoals de neiging om te oordelen. Wat doe je wel?

- Heb aandacht voor wat voor de ander belangrijk is.
- Kijk waar de ander energie van krijgt en juist kracht uit put.
- Vraag waar de ander juist meer aandacht aan wil schenken, omdat het hem/haar helpt zijn doelen te halen. Dit kan ook iets zijn wat al goed gaat, maar wat diegene nog verder wil verstevigen.

2. **Beantwoord** de volgende vragen. Heb jij in de activiteit bij 'opdracht 3. Het spinnenweb' in je gesprek met jouw naaste of bewoner je gefocust op juist die dingen in het spinnenweb die minder goed scoorden?

- Zo ja, hoe kwam het dat je, je daarop hebt gefocust denk je?
- Zo nee, waarop lag je focus en hoe kwam dat?
- Had je de neiging om in dat gesprek op voorhand te oordelen? Leg je antwoord uit.

3. Een handig hulpmiddel om het andere gesprek te voeren is het gebruik van het actiewiel en het stellen van oplossingsgerichte vragen. **Bekijk** het actiewiel en **lees** de uitleg over oplossingsgerichte vragen.

- <https://www.iph.nl/kennisbank/het-actiewiel-inzetten/>
- <https://www.iph.nl/kennisbank/hoe-stel-je-oplossingsgerichte-vragen/>

4. **Ga** het andere gesprek **voeren**. Dit mag met iemand zijn met wie je eerder al het spinnenweb hebt afgenomen. Als je iemand kiest bij wie het spinnenweb nog niet is ingevuld, dan moet je dit eerst nog doen. Maak in het gesprek gebruik van:

- Het spinnenweb als uitgangspunt waarin je focust waar de ander op wil focussen.
- Het actiewiel voor de stappen van het gesprek die je kunt doorlopen.
- Motiverende gespreksvoering: de verschillende gesprekstechnieken die je toepast om niet te oordelen of in te vullen.
- Oplossingsgerichte vragen om tot een oplossing te komen.

5. **Schrijf** een reflectieverslag van max. 1 A-4 volgens de STARR over het gesprek dat je hebt gevoerd en de uitkomsten van het gesprek.



AFRONDENDE ACTIES



Lever de twee verslagen **in**, in Classroom.



Besprek het andere gesprek dat je gevoerd hebt met je werkbegeleider.

6. Begeleiden bij een veranderwens.

Als je het andere gesprek met een bewoner of andere zorgvrager hebt gevoerd, kan diegene aan de slag met die inzichten. Toch is dat niet altijd even eenvoudig. Hoe breng je die verandering echt tot stand? Welke interventies kan iemand inzetten om zijn doel te bereiken? Wat zijn goede interventies? En wie kan begeleiden bij het (blijven) inzetten van die interventies? Als professionele zorgverlener is het dan ook belangrijk te weten welke informele en formele zorg er ingezet kan worden voor de zorgvrager om de daadwerkelijke verandering tot stand te brengen en te blijven behouden. Het informele netwerk van een zorgvrager speelt hierin een belangrijke rol.

DOELEN

- Je kunt de bewoner of andere zorgvrager begeleiden bij zijn/haar veranderwens.

RESULTATEN

- Je hebt kennis van begeleidingsmethoden en tools voor diverse doelgroepen.
- Je kan vertellen wat interventiebanken zijn.
- Je kan een begeleidingsmethodiek uit de interventiebank halen die je kunt toepassen in de begeleiding van jouw bewoner/ zorgvrager.
- Je kan beschrijven welke begeleidingsmethodiek er binnen de eigen zorgorganisatie gebruikt worden.
- Je kan begeleidingsvaardigheden toepassen bij het begeleiden volgens het concept Positieve Gezondheid.
- Je kan de relatie tussen het andere gesprek, motiverende gespreksvoering en het begeleiden bij de veranderwensen uitleggen.



AFRONDING



Plaats verslagen in Classroom



Feedback en beoordeling

ACTIVITEITEN

1. **Bekijk** de volgende website:
 - <https://kennisbundel.vilans.nl/ouderen-met-lvb-methodieken.html>
2. Welke begeleidingsmethodieken worden er beschreven voor ouderen met dementie en hun naasten? **Leg** ze kort in eigen woorden **uit**.
3. Welke begeleidingsmethodieken worden toegepast op jouw werkplek? **Leg** je antwoord **uit**.
4. Wat heeft persoonsgerichte zorg gemeenschappelijk met positieve gezondheid? **Leg** je antwoord **uit**.
5. Lees onderstaande casus en beantwoord de vragen.

Casus:

Jij hebt in zorg een meneer met slikproblemen. Meneer (65 jaar) wil graag met zijn kleinkinderen naar de snackbar, dhr. en zijn kleinkinderen zijn daar erg dol op. Meneer kan hier heel erg van genieten en dit uitje is al een jaarlijks evenement. Ook gaat hij graag naar het biljarten en hij gaat graag naar buiten met zijn vrouw. Helaas is het thuis wonen niet meer mogelijk vanwege het doorgemaakt hebben van een CVA. Dhr. zijn slikfunctie is nog goed, maar dhr. kan niet meer goed lopen en woont nu verder veel verder van zijn kleinkinderen.

Hoe kun je vanuit positieve gezondheid dhr. ondersteunen om toch te kunnen voldoen aan zijn wens om met zijn kleinkinderen naar de snackbar te kunnen gaan? **Leg** je antwoord **uit**.

Welke begeleidingsmethodiek zou je toepassen in het ondersteunen van dhr. in zijn wens? **Leg** je antwoord **uit**.

Om een veranderwens tot stand te brengen kun je gebruik maken van interventies. Veel interventies zijn al door anderen bedacht en zijn evidence based practise of door ervaringen beschreven als een best practise. Deze interventies zijn allemaal samengebracht in interventiebanken.

6. Zoek via google naar een interventiebank.
7. Welke interventie zou je voor dhr. kunnen inzetten vanuit de interventiebank? Waarom heb je voor deze interventie gekozen?

AFRONDENDE ACTIES



Lever je uitwerkingen **in**, in Classroom.

7. Terugblik

Je hebt veel geleerd in de afgelopen opdrachten over positieve gezondheid, de werkwijze erachter en de begeleiding die je kunt inzetten. Wat vind je nu van positieve gezondheid? Wat is jouw kijk op hoe we de gezondheidszorg inrichten en hoe het anders kan?

DOELEN

- Je kunt jouw visie op positieve gezondheid beschrijven.
- Je kunt jouw mening formuleren over positieve gezondheid en deze onderbouwen met argumenten.
- Je kunt beschrijven wat dit keuzedeel jouw gebracht heeft.

RESULTATEN

- Je kunt beschrijven wat positieve gezondheid is.
- Je kunt positieve gezondheid in de praktijk brengen.



AFRONDING



Plaats verslag in Classroom



Feedback en beoordeling



ACTIVITEITEN

1. Lees de theorie over de Reflectie volgens Korthagen:
<https://reflectiesite.nl/model-korthagen/#.YrXb3XZBzIU>
2. Schrijf een reflectie volgens Korthagen over je gemaakte keuzedeel. Laat hiermee zien dat je op je eigen handelen kunt reflecteren, volgens het concept Positieve Gezondheid.

AFRONDENDE ACTIES



Lever je reflectie **in**, in Classroom.

Bijlage 1 Examen positieve gezondheid

Kwalificatiedossier (KD):	K1189 Positieve Gezondheid in de praktijk-serie 2021	Datum uitgifte KD:	november 2020
Crebonummer KD:	K1189	Cohort:	
Niveau:	3 en 4	Afnameperiode:	
Examen eenheid:			

Examen Positieve gezondheid in de praktijk

Inleiding LEES EERST DE INSTRUCTIE VOOR DE EXAMENKANDIDAAT

In dit examen begeleid je een cliënt volgens de methodiek van Positieve gezondheid en schrijf je daarover een evaluatieverslag.

Examenopdracht Je gaat een cliënt begeleiden volgens de methodiek van Positieve gezondheid.

Je wordt op twee momenten beoordeeld.

Je voert een gesprek met de cliënt waarbij een examiner aanwezig is.

Na afloop van je begeleiding schrijf je een evaluatieverslag ten behoeve van het dossier van de cliënt.

Hierin leg je uit je hoe je de theorie van positieve gezondheid hebt toegepast tijdens de uitvoering van de examenopdracht.

Opdracht 1

Je gaat een cliënt begeleiden volgens de principes van Positieve gezondheid.

Je start met een gesprek volgens de uitgangspunten van Positieve Gezondheid en stelt vragen die aansluiten bij de ontwikkeling, omstandigheden en leeftijdsfase van de cliënt.

Je maakt hierbij gebruik van het model Spinnenweb, waarbij je alle zes de pijlers benoemt.

Je luistert en richt je tijdens het gesprek op dat wat de cliënt wil, zonder sturend te zijn.

Bij dit gesprek is een examiner aanwezig die jou beoordeelt.

Opdracht 2:

Als vervolg op het gesprek ondersteun je de cliënt bij verbeterstappen voor zijn eigen gezondheid en welzijn uitgaande van het concept en de dimensies van Positieve Gezondheid.

Dit doe je door methoden en tools te gebruiken die aansluiten bij het concept en de dimensies van Positieve Gezondheid.

Je stimuleert en motiveert de cliënt om zoveel mogelijk zelf de regie te nemen over zijn leven.

	Je schrijft vervolgens een evaluatieverslag. Hierin beschrijf je wat het resultaat is van jouw begeleiding en hoe dit resultaat bereikt is. Kijk daarvoor naar de criteria en indicatoren in het beoordelingsformulier. Hiermee heb je een cliënt begeleid vanuit het concept Positieve gezondheid.
Resultaat	De cliënt heeft het model Spinnenweb ingevuld, waardoor hij inzicht gekregen heeft wat voor zijn gezondheid en welzijn betekenisvol is en welke verbeteringen hij eventueel wenst. Door jouw begeleiding heeft de cliënt verbeterstappen gezet ten behoeve van zijn eigen welzijn en gezondheid en zijn veerkracht versterkt.
Afnamecondities	<i>Examenduur</i> Examenperiode: Begeleiden cliënt en schrijven evaluatieverslag: 2-4 weken Examentijd: 'Voeren van 'het andere gesprek': maximaal 60 minuten <i>Taakcomplexiteit</i> Zorg ervoor dat de kandidaat: - gedurende enkele weken een cliënt kan begeleiden volgens het concept positieve gezondheid; - in gesprek kan gaan met de cliënt. Het voeren van het gesprek met de cliënt gaat vooraf aan de begeleiding van de cliënt. Dat betekent dat als de gedragsbeoordeling een onvoldoende beoordeling oplevert, het resterende examen niet meer uitgevoerd hoeft te worden. <i>Mate van zelfstandigheid en verantwoordelijkheid taakuitvoering</i> Zorg ervoor dat de kandidaat: - zelfstandig werkt; - in complexe situaties keuzes kan afstemmen met collega's of zijn leidinggevende; - verantwoordelijkheid draagt voor het bekwaam uitvoeren van 'het andere gesprek' volgens het concept Positieve Gezondheid; - werkzaamheden uitvoert in overleg met zijn leidinggevende; - wanneer nodig de leidinggevende, (multidisciplinair) team en/of collega's kan consulteren. <i>Ruimte, materialen, middelen en/of materieel</i> De kandidaat heeft de mogelijkheid het model Spinnenweb te gebruiken. De kandidaat heeft inzage in het (zorg)dossier.
Bewijsstukken	- Beoordelingsformulier - Evaluatieverslag

Beoordelvorm	Beoordelingscriteria
Gedragbeoordeling <i>Voeren van 'het andere gesprek'</i>	Criterium De kandidaat heeft in het gesprek met de cliënt de uitgangspunten van positieve gezondheid toegepast. Indicatoren De kandidaat heeft: - actiegerichte vragen (sleutelvragen) gesteld; - geen adviezen gegeven; - actief geluisterd; - gebruik gemaakt van het Spinnenweb; - een open houding laten zien; - rekening gehouden met de eigenheid van de cliënt; - aandacht in het gesprek gehad voor alle zes de dimensies van positieve gezondheid; - vragen gesteld die de cliënt aanzetten tot zelfreflectie; - voldoende tijd genomen voor het gesprek.

Onderbouwing volgens procedure van de onderwijsorganisatie

Beoordelvorm	Beoordelingscriteria
Productbeoordeling	Criterium De kandidaat heeft beschreven welke verbetering in gezondheid en welzijn de cliënt heeft bereikt. Indicatoren De kandidaat heeft uitgelegd: - welk resultaat bereikt is met de begeleiding; - welke ondersteuning de cliënt nodig heeft om zelf de regie te nemen over zijn leven.

Kijkrichting OVG

Onvoldoende (O)	Voldoende (V)	Goed (G)
Een criterium wordt als geheel en op het niveau van beginnend beroepsbeoefenaar beoordeeld.		
Het criterium is onvoldoende wanneer een of enkele indicatoren: - of niet zijn aangetoond, - of in onvoldoende mate zijn aangetoond, - of niet in samenhang binnen het criterium zijn aangetoond.	Het criterium is voldoende wanneer: - elke indicator in voldoende mate is aangetoond - en alle indicatoren in een samenhang van voldoende kwaliteit zijn aangetoond.	Het criterium is goed wanneer: - elke indicator in voldoende mate is aangetoond - en alle indicatoren in een samenhang van bovengemiddelde kwaliteit zijn aangetoond.



Bijlage 2 Leerdoelen bij keuzedeel positieve gezondheid

De student:

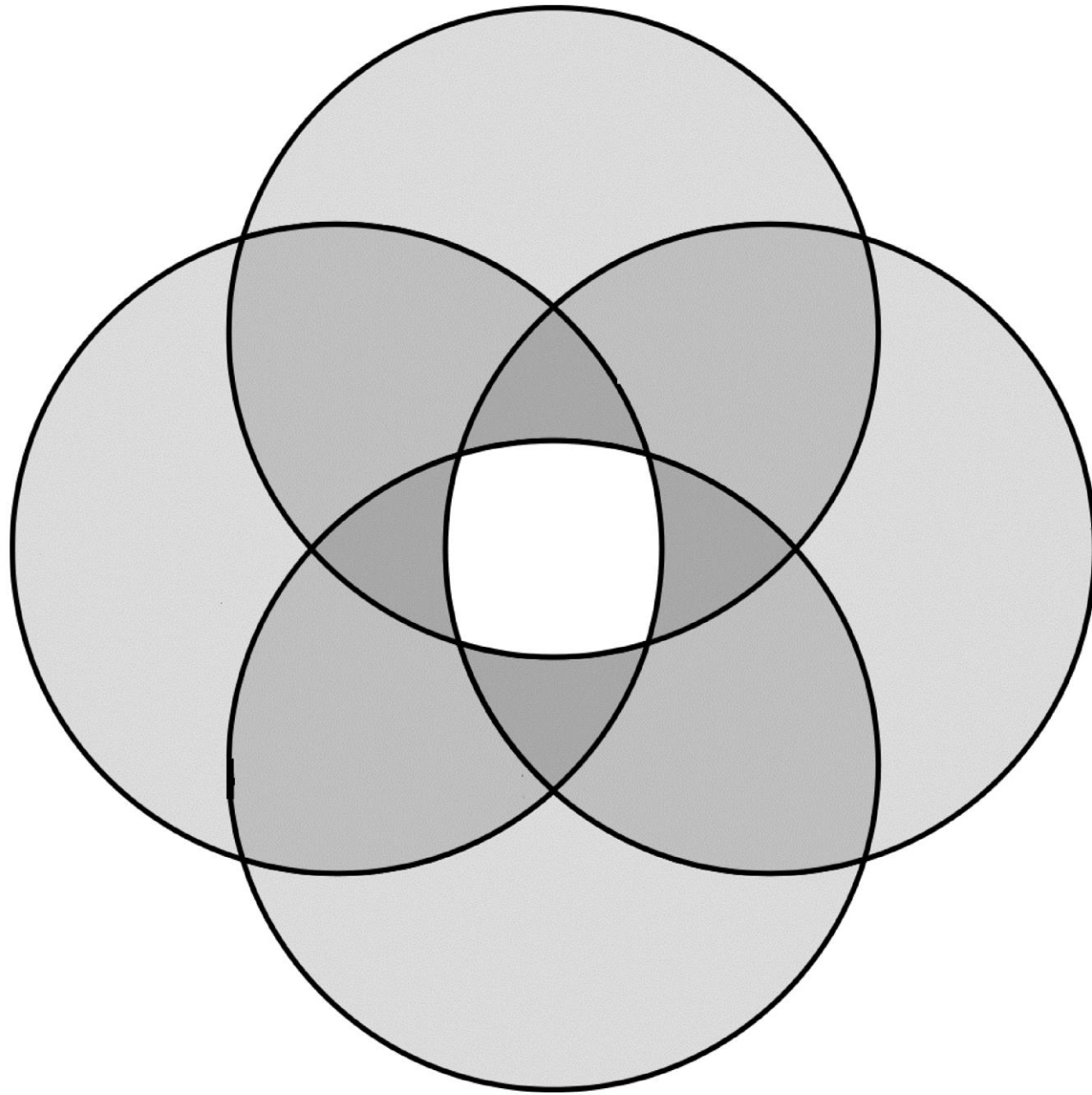
- De student kan zijn eigen visie op gezondheid verwoorden.
- De student kan verwoorden dat iedereen een andere visie op gezondheid heeft.
- De student kan een gesprek aangaan over visie op gezondheid.
- De student kan beschrijven wat de invloed van visie op gezondheid is voor het dagelijks leven en/of het werk.
- De student kan de nadelen van de visie op gezondheid van de WHO benoemen.
- De student kan zijn/haar visie op positieve gezondheid beschrijven.
- De student kan positieve gezondheid uitleggen en toepassen in zijn/haar beroepspraktijk.



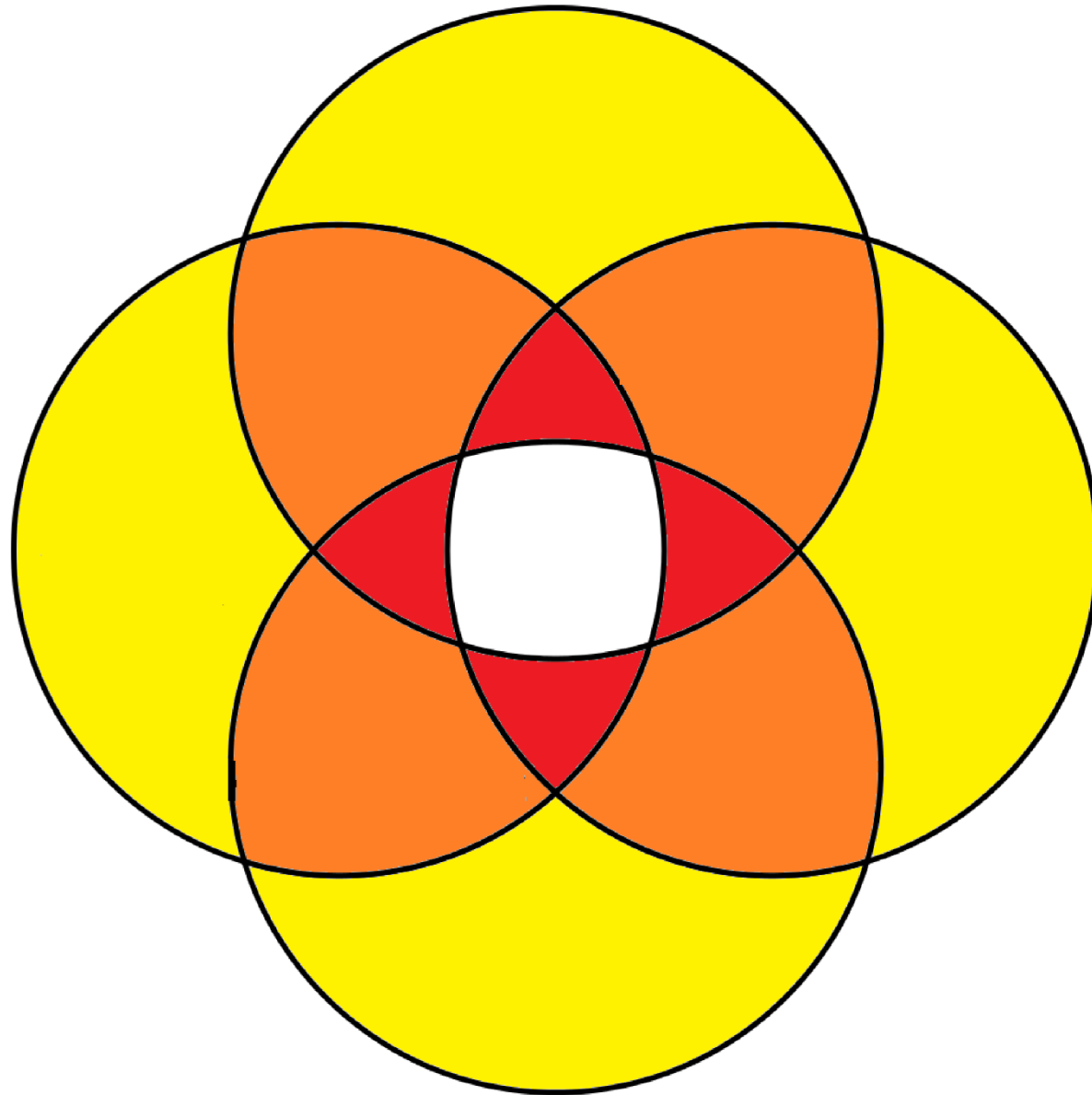
Bijlage 3 Ikigai- cirkels



<https://www.allbusinesstemplates.com/nl/template/22WTS/ikigai-betekenis/>



<https://www.allbusinesstemplates.com/nl/template/22WTS/ikigai-betekenis/>



Bijlage 4 Observatieformulier motiverende gespreksvoering

Observatieformulier motiverende gespreksvoering 2021

Naam observant:
Naam geobserveerde:

Gesprekstechniek	Opening	Kerdeel	Afsluiting
NON-VERBALE TECHNIEKEN			
Oogcontact			
Houding (rechttop, ontspannen, naar leerling toegewend)			
Gezichtsuitdrukking (weerspiegeling gesprekspartner)			
Toon van de stem			
BASISTECHNIEKEN			
Informatie geven			

Nieuwe vraag open			
-------------------	--	--	--

© 2021

Nieuwe vraag gesloten			
Doorvragen open			
Doorvragen gesloten			
Kleine aanmoediging - Non-verbaal - Verbaal (hummen)			
Reflecteren - Papegaaien (herhalen laatste woord) - Reflectie inhoud (dus je vindt...) - Reflectie gevoel (je bent bang dat...)			
Concretiseren (verduidelijken. Hoe bedoel je, kun je daar meer over vertellen?)			
Samenvatten (met oog op structuur gesprek)			

Waardering uitspreken			
Advies geven			
Verzoek doen/ opdracht geven			

Reageren op verzoek leerling			
COMPLEXE TECHNIEKEN			
Positief heretiketteren (negatieve gevoelens in positieve context teruggeven)			
Provoceren (gelijk geven in negatieve uitspraken, meegaan met weerstand)			
Columbo (zelf wat onwetend opstellen, leerling expert)			

https://dyslexiecentraal.nl/sites/default/files/media/document/2021-01/2021_Observatieformulier%20motiverende%20gespreksvoering_def.pdf