

Verslag online studiemiddag Werken aan Positieve Gezondheid in de praktijk

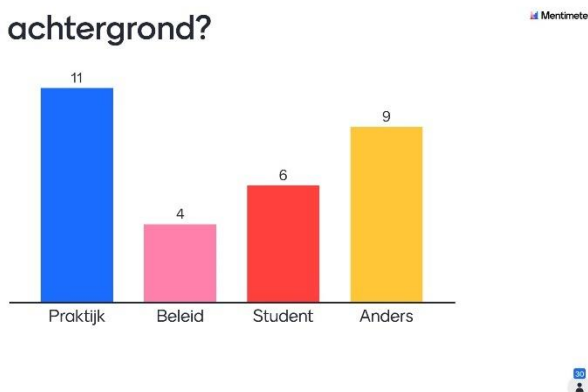
Datum: 17 februari 2021

Deelnemers: Ada Veth, Anne-René van Wissen, Anthon Verheule, Barbara Boom, Barbara Terlouw, Corina de Jong, Daphne Bes, Denise van Zundert, Ebonisha Agyemang, Emilie Kok, Esther Schouten, Feruze Sarikas, Floor de Jager, Frank Hamerslag, Gerard Aerts, Gio Ipcendencia, Giovanna Zagarella, Guido Walraven, Hanneke Grootenboer, Hans Roskam, Ike Westerink, Ilona van Iersel, Latife Yildiz, Marchje Langeveld, Miriam Heijnders, Nashla Ouddouche, Netty Verschoor, Nicole Lemette, Omirila Hous, Ramon Ouwendijk, Rebecca Stewart, Suzan van der Pas, Valerie Winklaar

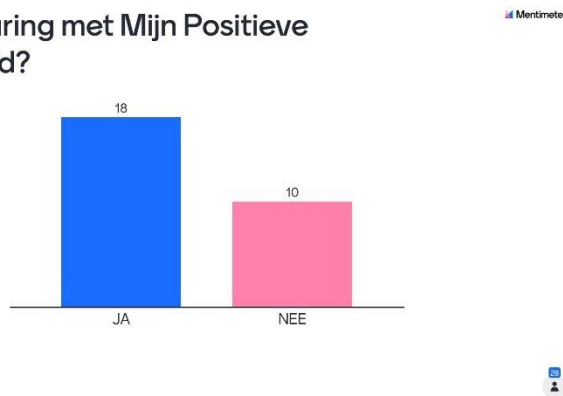
Welkom

Guido Walraven heet de deelnemers welkom en middels de mentimeter wordt er gekeken naar de achtergrond en de ervaring van de deelnemers met het onderwerp.

Wat is je achtergrond?



Heb je ervaring met Mijn Positieve Gezondheid?



Inleidingen context en ervaringen

Bredere context positieve gezondheid en instrument (Guido Walraven, lector Dynamiek van de Stad Hogeschool Inholland)

Guido Walraven geeft een introductie waarbij het begrip en de perspectieven van gezondheid worden besproken. Er is een groeiende belangstelling voor het begrip positieve gezondheid. De reden hiervan is niet duidelijk. Daarnaast gaat hij in op het gespreksinstrument Mijn Positieve Gezondheid (MPG) van Machteld Huber, met een kritische noot van Mildred Blaxter.

Ervaringen met Mijn Positieve Gezondheid (Ike Westerink, DOCK)

Ike Westerink, Jeugdcoach bij DOCK Hillegersberg-Schiebroek, deelt haar ervaringen met MPG vanuit het welzijn. Dock heeft gebruik gemaakt van de MPG als meetinstrument bij mentale en/of fysieke 'gezondheidsinterventies'. De MPG is bij 106 deelnemers van 3 verschillende doelgroepen afgenomen aan zowel het begin als het einde van het traject. Ike bespreekt het belang van gesprekstechnieken, voldoende tijd hebben en rekening houden met taalachterstand. Verder ook aandacht voor het verschil tussen individuele versus collectieve afname van MPG bij bepaalde doelgroepen. Voor het vervolg is het belangrijk om goed te kijken naar hoe de resultaten van MPG geïnterpreteerd kunnen worden en wat dit zegt over de validiteit van het instrument. MPG is vooral geschikt als hulpmiddel om doelstellingen te formuleren afgestemd op de behoefte en vraag van de bewoner.

Break-out rooms

1. Doelen en doelgroepen Mijn Positieve Gezondheid

Valerie Winkelaar coacht jongeren en zet de MPG in als dit nodig is en als er een band is ontstaan met de jongere. Door de MPG niet direct aan het beging in te zetten voorkomt zij dat de jongere haar zien als een schooljuf. Valerie is positief over de MPG als instrument.

Gio Ipcendencia ziet de MPG in zijn werk met volwassenen en 65-plussers als middel om te checken of ze op de juiste weg zitten. Gio miste in zijn werk een gesprek waarin wordt gekeken waarom een activiteit goed is voor een client. De MPG biedt hierin verdieping. Gio ziet hierin voordelen om de MPG daarom wel aan het begin van het traject in te zetten. Hierin houdt hij rekening met de kwetsbaarheid van de client en het individueel of collectief inzetten van de MPG. Gio en Valerie vinden de MPG minder geschikt voor mensen die heel negatief in het leven staan. Wat de MPG beter als instrument maakt dan andere hulpmiddelen is dat er ook gekeken wordt naar de andere leefgebieden van de client. De client krijgt hierdoor meer een totaalbeeld van zijn/haar leven. Hierdoor voelt de client zich ook sneller gehoord. De vrijwilligheid van de deelnemer om de MPG in te vullen staat wel voorop. Barbara neemt de MPG af bij deelnemers van beweegactiviteiten en haar ervaring is dat zij hier niet op zitten te wachten. Zij neemt de MPG niet af, ondanks dat dit moet, omdat de deelnemers anders wegblijven. Bij andere activiteiten was het invullen minder een probleem, alleen wilde deelnemers hiervoor liever geen gesprek aangaan.

2. Het afnemen van Mijn Positieve Gezondheid

Daphne Bes (Dock) neemt de MPG af bij alle doelgroepen binnen de activiteiten die gericht zijn op het verbeteren van de gezondheid. Middels een aantal collectieve activiteiten zijn studenten van het mbo en hbo en de professionals getraind in het afnemen van de MPG. Daphne geeft aan dat het afnemen van de MPG zorgt voor het ontwikkelen van gesprekstechnieken. Stagiair Frank Hamerslag (Dock) heeft het afnemen positief ervaren. Het aantal vragen zorgt ervoor dat er een gesprek tot stand komt. Telefonisch is dit lastiger door de kortere antwoorden die cliënten geven.

Bij de het trainen van studenten kan men erop letten dat er naast sociaal wenselijke antwoorden ook cliënten zijn die vanuit hun emotie reageren en hoe de studenten daarmee om kunnen gaan.

Daphne heeft ook gemerkt dat het helpt om voor de bewoners te kijken naar de meest haalbare stap en de doelstellingen klein te maken. Alleen kon dit nergens ingevuld worden op het formulier, waardoor zij er nu een apart actieplan bij maken. Studenten bellen de cliënten hierover na.

Ilona van Iersel heeft als activeringscoach bij de gemeente twee jaar geëxperimenteerd met de MPG bij de doelgroep chronisch zieken. Haar ervaring is dat je er helemaal in duikt en dat het even duurt voordat je bij de zingeving en het welbevinden komt. Na een paar gesprekken kan er een grote ommezwaai plaatsvinden bij mensen. Ilona gebruikt de MPG globaal tijdens het eerste

intakegesprek. Gerard vraagt zich af of de studenten het gesprek bij de client kunnen laten. Dit is volgens Daphne wel een essentieel punt. De theorie van gedragsverandering hoort hier ook bij. Tijdens de afname wordt er geen rekening gehouden met mogelijke beperkingen van de client, zoals bijvoorbeeld een psychische achtergrond. De MPG is een subjectief meetinstrument.

3. Resultaten Mijn Positieve Gezondheid gebruiken voor individuen

Ike gebruikt de MPG vooral bij jongere. Enerzijds voor een stukje bewustwording over gezondheid en anderzijds als monitoring voor de sport- of gezondheidsinterventie. Bij het interpreteren en omzetten in interventies is het belangrijk om in coronatijd niet direct veel te willen maar kleine stapjes te maken. Miriam Heijnders geeft een uitleg over de inzet van de MPG bij Welzijn op recept (alle doelgroepen). Het spinnenweb wordt bij de intake gebruikt voor de vraagverheldering. Op www.evaluatiewijzer.nl staan alle evaluatie-instrumenten om te toetsen en te monitoren bij het gebruik van het spinnenweb. Bij Welzijn op recept wordt er drie keer vragenlijsten afgenomen. Bij de intake (t0), bij de start van de deelname (t1) en na drie maanden (t2). Anne-René van Wissen werkt met een doelgroep van 65-plussers en heeft groepsgericht bij 8 ouderen de MPG in laten vullen. Dit was leidend voor de rest van de gesprekken. Tijdens de laatste bijeenkomst was er een tweede afname van de MPG en zijn de verschillen vergeleken. Opvallend was dat door corona alle deelnemers op alle domeinen een punt waren gezakt. Anne-René geeft aan dat er eerste meting aan het begin van de activiteit werd gedaan en een tweede afname aan het einde, om te kijken wat mensen oppikken. Voor ouderen was het beter om de periode tussen de afnames niet langer te laten duren, omdat zij anders niet meer weten wat ze hebben ingevuld. Dit geldt waarschijnlijk wel voor meerdere doelgroepen. Anne-René voegt nog toe dat de MPG een mooi middel is om het gesprek aan te gaan en voor een stukje bewustwording. De veiligheid is wel een belangrijke voorwaarden. Bij de doelgroep ouderen was het als gespreksinstrument en meting erg interessant en bruikbaar. Anne-René heeft de resultaten van de eerste meting pas gedeeld samen met de resultaten van de tweede meting. Dit maakte de vergelijking van de resultaten inzichtelijk. Ondanks dat de MPG subjectief is. Beleving van gezondheid is ook subjectief.

4. Resultaten Mijn Positieve Gezondheid gebruiken voor collectieve activiteiten

Hanneke Grootenboer (Vrijwilligerswinkel en Buurtbedrijf Schiebroek) geeft aan dat collega's de MPG gebruiken bij collectieve activiteiten voor werkzoekenden. Daarnaast wordt bij de training 'In je kracht' gebruik gemaakt van vragenlijsten en deze worden één op één afgenomen. Vervolgens werden deze gekoppeld aan een collectieve activiteit. Esther Schouten (ouderencoach) geeft aan dat er via individuele gesprekken (en een nulmeting) bewegvragen komen en deze mensen collectief bij elkaar komen om elkaar te ontmoeten en te stimuleren om met elkaar te gaan sporten. De behoefte die vanuit meerdere metingen naar voren kwamen hebben geleid tot het aanbod. Netty Verschoor (manager welzijn en zorg bij Welzijn Capelle) voegt toe dat bij het ZonMw project 'Alleen is maar alleen' de MPG als middel wordt ingezet om de client zelf te laten bepalen waar hij/zij aan wil werken. Dit werkt via de intrinsieke motivatie van de client in plaats van de professional die bepaalt wat goed is. Marchje Langeveld (onderwijskundige en docent bij het Albeda College) ziet de MPG is een instrument om de vraag te interpreteren. Haar idee is om studenten in het onderwijsprogramma met elkaar in gesprek te laten gaan, zodat zij leren om breder te kijken en er ook onderwerpen worden besproken die normaal gesproken niet zo snel besproken worden. We gaan snel van de vraag/het probleem naar de oplossing en het is interessant om de studenten te leren wat de vraag achter de vraag is. Netty geeft aan dat je er in dit geval wel voor moet waken dat er niet altijd een vraag achter een vraag zit. Het leren om breed te kijken is wel heel nuttig. Hanneke merkt ook dat via

de praktisch dienstverlening meer signalen komen dat er vaak meer aan de hand is. Mogelijk kunnen groepen gekoppeld worden zoals werkzoekenden en ouderen om bijvoorbeeld even naar buiten te gaan.

Korte terugkoppeling uit de groepen

Hans: het instrument lijkt geschikt voor alle doelgroepen binnen het welzijnswerk. Het is wel belangrijk te kijken hoe je het inzet en met welk moment. Bij de inzet met jongeren is het belangrijk eerst een band op te bouwen. Voor alle doelgroepen geldt dat het doel duidelijk moet zijn. Het instrument is één op één in te zetten maar ook bij groepsactiviteiten om te de effectiviteit hiervan te meten. De MPG is vooral een instrument voor verdieping en verbinding met de client. Sommige moeilijkere woorden zoals zingeving worden tijdens de toepassing aangepast aan de doelgroep. Verder moet de MPG vooral vrijwillig ingezet worden en ook als de client zijn/haar doel al bepaald heeft zitten zij niet altijd te wachten op de MPG.

Guido: de MPG is een gespreksinstrument en het is de kunst om een echt gesprek te creëren. Dit werkt beter face tot face. Ten tijde van Corona was het gesprek vaak telefonisch en werd het snel een afname van een vragenlijst. Ook zijn er bij het voeren van het gesprek een aantal voorwaarden; open het gesprek ingaan zonder vooroordelen, oog hebben voor veiligheid, ervaring met gesprekstechnieken en gedragsverandering (training). Verder heeft Dock zelf een actieplan toegevoegd aan de MPG en is er via internet een actiewiel gevonden.

Nicole: eigen regie van de client voor het behalen van de doelen is erg belangrijk. Bij senioren is het goed in te zetten als gespreksinstrument over zingeving. In dit geval is de afname al een collectieve activiteit. Voor verschillende manieren van evalueren is er de website www.evaluatiewijzer.nl.

Suzan: de MPG kan individueel afgenomen worden maar ook leiden tot een collectieve activiteit. Daarnaast is de MPG een middel voor de integrale samenwerking in het zorg- en welzijnsdomein om het gesprek makkelijker te voeren en beter door te kunnen verwijzen.

Panel

Panel: Netty Verschoor en Esther Schouten (Welzijn Capelle), Gio Ipcendencia (DOCK)

Er vindt een gesprek plaats aan de hand van de volgende stelling; *MPG beperkt de vrijheid van de professional.*

Netty is het hiermee oneens. Het geeft juist vrijheid om dieper te gaan en meer te weten te komen dankzij de vraagstelling en het gesprek. Daarnaast is MPG een zelfrapportage. Gio reageert dat het wel de vrijheid van de professional kan beperken als deze MPG verplicht volledig moet afnemen. Esther gebruikt MPG vooral als gespreksinstrument om vraag en behoeften te peilen en voelt tijdens de afname professionele ruimte. Emilie Kok geeft aan dat MPG bedoeld is als gespreksinstrument maar dat deze ook wordt ingezet als meetinstrument. Door teveel te focussen op resultaten wordt het gebruik beperkt. De vrijheid bestaat uit het geven van gehoor en erkenning aan de client. Het is dan meer een signaleringsinstrument.

Inleiding van individueel naar collectief in de wijk

Van individueel instrument naar collectieve activiteiten op wijkniveau (Suzan van der Pas, lector Sociale Innovatie en Ondernemerschap, Hogeschool Leiden)

Suzan van der Pas bespreekt de ervaringen met een collectieve benadering van positieve gezondheid in het project Stevenshof Vitaal. Het doel van Stevenshof Vitaal is om samen met bewoners een beweging in gang te zetten die zich richt op een sociale en gezonde wijk voor iedereen. MPG wordt hierbij vooral gebruikt als gespreksinstrument om collectief gezondheidsinterventies te kiezen en de leefomgeving te veranderen om zo de gezondheid van bewoners te verbeteren.

Afronding

Woorden over deze studiemiddag: leerzaam, inspirerend, inhoudelijk sterk, informatief en zinvol. Opbrengsten voor de praktijk: introduceren in het wijkteam, inzet bij wijkteamacademie 010, toepassing van tips m.bt. tot verbinding van MPG en de wijk.

Er is behoefte voor een vervolgbijeenkomst in juni.

Zie voor het digitale ommetje www.hersenstichting.nl/ommetje.