

Positieve gezondheid: 'focus op de kracht en eigen regie van mensen'

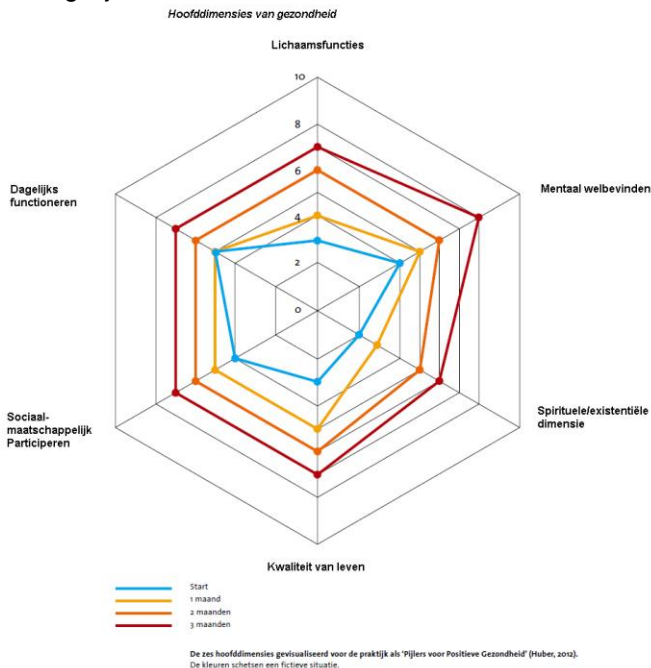
1 december 2014

Het denken over gezondheid verandert in de wereld. Het begrip positieve gezondheid dat werd geïntroduceerd in 2012, draagt daar aan bij. Het is een term waarin de kracht van mensen benadrukt wordt en minder de focus ligt op het afwezig zijn van ziekte. Gezondheid wordt hiermee in termen van veerkracht, functioneren en participatie gezien in plaats van alleen in somatische of psychische zin.

Vanaf 2009 wordt in wetenschappelijke kringen en met een brede groep van stakeholders waaronder beleidsmakers, professionals, verzekeraars en patiënten de discussie gevoerd over wat gezondheid is. Dit heeft tot de introductie van het concept positieve gezondheid geleid.

Nieuw concept

Het nieuwe concept maakt onderscheid in 6 dimensies van gezondheid, namelijk lichaamsfuncties, mentale functies- en beleving, de spiritueel/existentiële dimensie, kwaliteit van leven, sociaal maatschappelijke participatie en dagelijks functioneren.



De essentie van het concept is om mensen in hun kracht te houden of te krijgen en eigenaar te laten zijn van hun proces. Dit geldt zowel voor zieken als gezonden. Ook is er aandacht voor sociale en fysieke factoren die bevorderen dat iemand het vermogen ('ability') heeft die kracht te ontwikkelen.

Een belangrijk aanknopingspunt voor aandacht voor de niet-medische (o.a. sociale) domeinen, is om gezondheid niet te beschouwen als een doel op zich, maar als een middel 'opdat mensen 'hun ding' kunnen doen, namelijk dat wat hun leven zin geeft. Leidend is het 'wat kan je wel'-principe en 'wat heeft voor jou betekenis, wat wil je?'. Motivational interviewing helpt goed bij het vinden van wat betekenis geeft.

In de praktijk blijken zelfhulpgroepen van burgers hier goed op aan te sluiten, maar in Nederland is die aanpak nog weinig bekend. Verschillende regio's zijn zich inmiddels aan het organiseren, met positieve gezondheid als uitgangspunt.

Wat is positieve gezondheid?

"Gezondheid is het vermogen van mensen zich aan te passen en een eigen regie te voeren, in het licht van fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven" (Huber, 2012)

ZonMw stimuleert gezondheidsonderzoek en zorginnovatie

Laan van Nieuw Oost-Indië 334
2593 CE Den Haag
Postbus 93245
2509 AE Den Haag
Telefoon 070 349 51 11
Fax 070 349 51 00
info@zonmw.nl
www.zonmw.nl

Vooruitgang vraagt om onderzoek en ontwikkeling. ZonMw financiert gezondheidsonderzoek én stimuleert het gebruik van de ontwikkelde kennis – om daarmee de zorg en gezondheid te verbeteren.

ZonMw heeft als hoofdpodragtgevers het ministerie van VWS en NWO.

Wat doet ZonMw?

Er ligt een grote uitdaging om de gezondheid te verbeteren. We worden steeds ouder, maar tijdens het leven zijn steeds meer mensen chronisch ziek. Dit heeft effect op kwaliteit van leven en ook op participatie in de samenleving, het arbeidsproces en de zorguitgaven. De toename van chronische aandoeningen betekent niet altijd een even groot verlies van kwaliteit van leven. Veel mensen voelen zich gezond en doen volwaardig mee in de maatschappij.

ZonMw pakt het nieuwe concept op, stimuleert de discussie hierover op nationaal en internationaal niveau voor beleid, praktijk en onderzoek.

Het is de uitdaging om positieve gezondheid ook goed meetbaar te maken. Onderzoek moet andere en bredere uitkomstmaten gebruiken. Ook het hanteren van de complexiteit van het brede begrip, met relaties tussen gezondheid, welzijn, participatie, zingeving én dagelijkse levensvoering, is een uitdaging. De discussie wordt complexer als gezondheid diverse domeinen beslaat en de gezondheidszorg maar een klein stukje daarvan is. De implicaties van een positieve benadering van gezondheid zijn enorm en vragen een grote transitie in de gezondheidszorg.

De volgende ZonMw-projecten werken in lijn met het gedachtegoed van positieve gezondheid:

[Hoe krijgt het concept Positieve gezondheid regionaal handen en voeten?](#)

[Stimuleren van eigen kracht](#)

[Levenskunstinterventies](#)

[Positive deviance](#)

[Geluksroute](#)

[Vinden van balans](#)

De 6 dimensies van positieve gezondheid

Lichaamsfuncties:

medische feiten, medische waarnemingen, fysiek functioneren, klachten en pijn, energie.

Mentale functies en beleving:

cognitief functioneren, emotionele toestand, eigenwaarde/zelfrespect, gevoel controle te hebben/manageability, zelfmanagement en eigen regie, veerkracht/resilience, Sense of .Coherence (SOC)

Spiritueel/existentiële dimensie:

zingeving/meaningfulness, doelen/idealen nastreven, toekomstperspectief, acceptatie.

Kwaliteit van leven:

kwaliteit van leven/welbevinden, geluk beleven, genieten, ervaren gezondheid, lekker in je vel zitten, levenslust, balans.

Sociaal-maatschappelijke participatie:

sociale en communicatieve vaardigheden, betekenisvolle relaties, sociale contacten, geaccepteerd worden, maatschappelijke betrokkenheid, betekenisvol werk.

Dagelijks functioneren:

basis Algemeen Dagelijkse Levensverrichtingen (ADL), instrumentele ADL, werkvermogen, health literacy.

Meer weten?

Meer informatie over het begrip positieve gezondheid vindt u in de:

[Factsheet](#)

[Video](#)

[Websitepagina Begrip gezondheid](#)