

A woman with short, wavy grey hair and glasses is sitting in a red upholstered armchair. She is wearing a sleeveless, light-colored dress with a dark, repeating circular pattern and brown sandals. Her hands are resting on her lap. Behind her is a large window with a wooden frame, through which a green plant is visible. The wall to the right has a decorative hanging plant with red flowers. The floor is made of light-colored wood.

“Veel zorgverleners denken dat Positieve Gezondheid meer tijd kost. Dat is een misvatting. Een patiënt die steeds maar terugkomt omdat de klachten niet overgaan, kost veel meer tijd.”

HUISARTS PAULIEN SCHUNCK

MEER ARBEIDSVREUGDE

Paulien Schunck is huisarts in Margraten. Zij heeft het concept van Positieve Gezondheid geïntegreerd in haar huisartsenpraktijk. Harde cijfers over het effect van de 'andere' benadering van zorg heeft zij (nog) niet. "Ik krijg wel terug van patiënten dat zij zich meer gehoord voelen en ik constateer dat wij binnen de GGZ minder verwijzingen hebben", vertelt zij. "En de huisartsen in onze praktijk ervaren meer arbeidsvreugde. Dat is ook fijn."

Paulien vertelt dat zij Positieve Gezondheid een kans besloot te geven na een lezing over het gedachtegoed van Machteld Huber. "Wat ik vooral in die presentatie herkende is dat wij als huisarts of arts zo vaak zo hard aan het werken zijn om zo snel mogelijk een oplossing te vinden voor het probleem van de patiënt. Wij springen onmiddellijk bovenop de patiënt om diens klacht op te lossen. Vaak zonder het gewenste resultaat. Begrijpelijk, want, door die onmiddellijke reactie sluit je zelden aan op waarvoor de patiënt komt. Het klinkt tegenstrijdig. Maar, door de patiënt even te laten praten, de context te begrijpen en verwachtingen te bespreken, kun je gericht handelen."

Schroom "Na die presentatie ben ik mijn vragen op een andere, meer open manier gaan stellen", vervolgt Paulien. "Ik vraag ook naar de verwachtingen van patiënten en wat ik daarin kan betekenen. In het begin vond ik het spannend om deze vragen te stellen; de patiënt komt immers naar mij met zijn hulpvraag en dan kaats ik de bal terug. Maar het leverde meteen zulke goede gesprekken op, dat mijn schroom snel verdween. En wat blijkt; vrijwel alle patiënten kunnen heel goed hun gezondheidsdoelen vaststellen. Daar werken we stap voor stap samen naar toe. Ik kan iemand bijvoorbeeld wel adviseren om gezonder te eten of te gaan sporten. Als daar geen doel achter zit dat aansluit bij de patiënt, is het dweilen met de kraan open. Hier ligt dan ook een belangrijke oorzaak waarom veel patiënten blijven zoeken en blijven terugkomen in de praktijk. Juist die patiënten kun je verder helpen door het eens over een andere boeg te gooien."

Geen wondermiddel "Mijn ervaring is dat Positieve Gezondheid op iedereen, oud en jong, toepasbaar is", geeft Paulien aan. "Ik werk zelden met het hele spinnenweb – dat gebruik ik soms alleen om mijn benadering toe te lichten. Positieve Gezondheid is ook geen wondermiddel of trukendoos. Ik zie het als een menselijke manier van benaderen, in een taal die patiënten begrijpen en die gedreven wordt door nieuwsgierigheid naar de persoon die tegenover je zit. Het mes snijdt aan twee kanten, want door die dynamiek krijg je interactie. De patiënt voelt zich meer serieus genomen en krijgt perspectief. Vice versa vind ik mijn werk door die positieve interactie leuker geworden en ervaar ik meer arbeidsvreugde. Afgelopen jaar hebben wij onze hele praktijk – bewust of onbewust geïnspireerd door Positieve Gezondheid – opnieuw ingericht. Wij realiseerden ons dat wij alleen maar brandjes aan het blussen waren en geen regie meer hadden over onze spreekuren die dag in dag uit vol liepen. Samen met het team hebben we ons doel – meer regie – bepaald en zijn we daar stap voor stap naartoe gaan werken. En dat bevalt heel goed."