ik bij de
ts, krijg ik
rkennend
sprek!

Zelf aan de slag met Positieve Gezondheid

Ontdek meer over Positieve Gezondheid. Scan de QR-code met de camera van je tablet of telefoon en vul de vragenlijst in. Vervolgens kun je het spinnenweb hieronder invullen. Lukt het scannen niet? Gebruik dan deze link: mijnpositievegezondheid.nl/jouwgezondheid

Mooie vragen om aan jezelf of een ander te stellen:

- Wat gun je jezelf in de toekomst?
- Wat maakt voor jou een dag een mooie dag?
- Na het invullen van het spinnenweb: wat is voor jou echt belangrijk?

Kom ik
huisarts
een verk
gesp

Wat is een verkennend gesprek?

In het verkennend gesprek ga je samen met jouw naaste(n) en twee professionals bespreken wat jou bezig houdt. De professionals komen uit de mentale gezondheidszorg en het sociaal domein. Soms sluit er ook een ervaringsdeskundige aan.

"Neem iemand mee die je in het dagelijks leven kan ondersteunen en waar jij je vertrouwd bij voelt. "

Het is een open gesprek, dat betekent dat het over alles mag gaan. De professionals luisteren naar je verhaal om te ontdekken waar jouw hulpvraag ligt en proberen inzicht te krijgen in de context van de vraag. Vanuit jouw kracht gaan we op zoek naar oplossingsrichtingen, we bespreken deze en horen hoe je over mogelijke oplossingen denkt.

Waarom zijn er minimaal twee professionals uit een ander werkveld?

Een gesprek met meerdere partijen geeft een bredere blik. We noemen dat ook wel multidisciplinair. Jouw kijk en die van de professionals zijn in het verkennend gesprek gelijkwaardig.
De professionals stellen dan ook geen diagnose vast en er wordt niet voor jou bepaald welke behandeling het beste is.

Het verkennend gesprek is gebaseerd op het gedachtegoed van Positieve Gezondheid. Met het verkennend gesprek wordt er samengewerkt tussen jou, je naasten, huisarts, sociaal domein en de ggz. Deze folder vertelt je in het kort wat het verkennend gesprek is, waarvoor het is bedoeld en hoe je deze voert.

Positieve Gezondheid

We verkennen samen de vraag vanuit een brede context én verkennen wat nodig is om jouw gezondheidssituatie te verbeteren. Dit doen we aan de hand van Positieve Gezondheid. Je bepaalt zelf hoe jij je leven invult, wat voor jou belangrijk is en op welke wijze jouw eigen kracht bijdraagt aan je herstel.
Jij hebt de regie.

Samen werken aan een passend aanbod

De praktijk leert dat het geven van (alleen) medicatie niet voldoende is om je beter te voelen. Gezondheids-verbetering vraagt (soms) iets anders dan (alleen) behandeling door een arts., bijvoorbeeld sporten, weer aan het werk, of het kunnen bezoeken van familie.
Om jouw vraag helder te krijgen, is het belangrijk samen hier een open gesprek over te voeren. Als jouw vraag en de oplossingsrichting helder is, kom je sneller terecht op de juiste plek voor de juiste ondersteuning.

Meer informatie

Neem voor meer informatie over het verkennend gesprek, contact op met de huisarts.

Vanaf 2025 wordt het verkennend gesprek vergoed uit het basispakket van de zorgverzekering.