



BG-dag 2023
Disclosure belangen Pieter Hoekstra

(potentiële) belangenverstrengeling	Geen

nvab




NILEA
wat betekent de
Logotherapie van Viktor Frankl
voor
Machteld Huber
initiator van
Positieve Gezondheid?
En wat kan het betekenen voor de bedrijfsarts?

nvab Pieter Hoekstra, Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentieel Analytische psychotherapie



“Eigenlijk zou je jezelf niet moeten afvragen, wat verwacht ik van het leven, maar eerder: wie of wat wacht op mij – een mens of een bedrijf, een persoon of een ding? En: wie verwacht iets van mij?”



Origineel:
 “Eigentlich dürfte man sich nicht fragen, was erwarte ich mir vom Leben, sondern vielmehr: Wer oder was wartet auf mich – ein Mensch oder ein Werk, eine Person oder eine Sache? Und: Wer erwartet etwas von mir?”

Viktor Frankl

nvab

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl



Wie is bekend met Positieve Gezondheid?

Wie werkt met het spinnenweb en andere methoden, verbonden aan de Positieve Gezondheid?



nvab



Wat betekent de Logotherapie van Viktor Frankl voor Machteld Huber, initiator van Positieve Gezondheid?

Doel workshop

- bekend raken met de principes van de Logotherapie van Viktor Frankl, waarop de Positieve Gezondheid deels gebaseerd
- samen onderzoeken of er een verdere verdieping mogelijk blijkt op wat ons al bekend is vanuit de Positieve Gezondheid

Voor dr. Machteld Huber, initiator van de positieve gezondheid, blijkt de Logotherapie van Viktor Frankl een belangrijke inspiratiebron. Huber heeft zich sterk gericht op het benadrukken van de positieve aspecten van gezondheid en welzijn en het belang van het vinden van betekenis en zingeving in het leven.

nvab

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl



Wat betekent de Logotherapie van Viktor Frankl voor Machteld Huber, initiator van Positieve Gezondheid?

Doel workshop

De principes uit de logotherapie van Viktor Frankl zijn toepasbaar voor bedrijfsartsen die werken vanuit de positieve gezondheid-benadering. Bedrijfsartsen kunnen werknemers ondersteunen bij het vinden van

- betekenis en zingeving in hun werk,
- ontwikkelen van persoonlijke groei en veerkracht,
- ervaren van positieve emoties en verbondenheid
- vinden van innerlijke vrijheid en autonomie.

Het doel is zo bij te dragen aan een betere gezondheid en welzijn van de werknemers, met als gevolg een betere prestatie en productiviteit op het werk.

nvab

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl



Machteld Huber in 'De Verwondering'

De verwondering

Zo 5 feb 08:30 - Seizoen 2022 Afl. 6 - Machteld Huber

Machteld Huber is de grondlegger van de positieve gezondheid.
'Gezondheid is meer dan de afwezigheid van ziekte: het is het vermogen om met het leven om te gaan', zegt deze invloedrijke oud-huisarts.



nvab

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl



Der Wille zur Lust – Sigmund Freud

Der Wille zur Macht – Alfred Adler

Der Wille zum Sinn – Viktor Frankl

nvab

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl



Machteld Huber en de dimensie zingeving

Machteld Huber laat haar licht schijnen over de 6 dimensies van Positieve Gezondheid. Het dagelijkse leven is daarbij haar inspiratiebron. Dit keer: zingeving. 'Dat is de meest gezondmakende kracht.'

'Viktor Frankl was een Joodse psychiater die tijdens de oorlog een aantal jaren in het concentratiekamp heeft gezeten. Hij is een belangrijke inspirator voor mij. Frankl was opgeleid door Freud en die had hem geleerd dat seksualiteit de diepste drijfveer is van de mens. Later maakte hij mee dat Freuds leerling psychiater Alfred Adler een andere denkrichting koos: het gaat de mens om de macht, dat is zijn diepste behoefte.'

Zelf heb ik enige tijd met drugsverslaafde mensen gewerkt en met mensen die moesten leven met oorlogstrauma's. De inzichten van Frankl inspireerden en hielpen mij daarbij. Bij deze mensen was het vinden van hun zingeving een sleutel voor beginnend herstel. De vraag die ik later in trainingen aan 'gewone mensen' wel stelde was: als je straks terugkijkt op je leven, waar wil je dan echt mee bezig zijn geweest? Wat deed er dan het meeste toe? Ik heb gezien wat zo'n vraag kan losmaken. Ik heb meegemaakt dat mensen hun leven omgooiden, van baan veranderden, of zeiden: ik ga me met andere dingen bezighouden. Ik ben er echt van overtuigd: van alle krachten die de gezondheid bevorderen, is zingeving de sterkste.' (21 oktober 2019)

nvab


<https://www.iph.nl/kennisbank/machteld-huber-en-de-dimensie-zingeving/>



Word cloud op basis van mijn
eigen aantekeningen (PH)



nvab




willekeurig gekozen mensbeelden vanuit een medisch model

nvab

Vijftien verschillende willekeurig gekozen mensbeelden vanuit een medisch model en gealfabetiseerd

Biomedisch model	Mechanistisch model
Ecologisch model	Narratief model
Empowerment model	Neurologisch model
Evolutionair model	Ontwikkelingsmodel
Farmacologisch model	Pathologisch model
Functioneel model	Psychoanalytisch model
Gedragmodel	Sociaal model




willekeurig gekozen mensbeelden vanuit een medisch model

nvab

Vijftien mensbeelden uit een medisch model (1)

1. **Mechanistisch model:** De patiënt wordt gezien als een machine met afzonderlijke onderdelen die kunnen falen. Artsen kijken naar de patiënt als een verzameling van delen die geanalyseerd en gerepareerd moeten worden.
2. **Biomedisch model:** Ziekten worden gezien als het gevolg van biologische factoren zoals genetica, infecties, afwijkingen in de structuur of functie van het lichaam. Artsen kijken naar de patiënt als een biologisch organisme dat behandeld moet worden om de ziekte te genezen.
3. **Pathologisch model:** De nadruk ligt op de fysiologische of anatomische veranderingen die optreden als gevolg van ziekte. Artsen kijken naar de patiënt als een objectief meetbaar organisme waarvan de afwijkingen moeten worden behandeld.
4. **Gedragmodel:** De focus ligt op hoe de patiënt zijn gedrag kan aanpassen om de ziekte te overwinnen. Artsen kijken naar de patiënt als een persoon die in staat is om zijn gedrag te veranderen om beter om te gaan met de ziekte.
5. **Psychoanalytisch model:** Er wordt nadruk gelegd op de psychologische oorzaken van de ziekte en hoe deze kunnen worden behandeld. Artsen kijken naar de patiënt als een persoon met onbewuste conflicten die de ziekte veroorzaken en moeten worden opgelost.



willekeurig gekozen
mensbeelden vanuit een
medisch model

Vijftien mensbeelden uit een medisch model (2)

6. **Sociaal model:** De ziekte wordt gezien als beïnvloed door sociale, culturele en economische factoren. Artsen kijken naar de patiënt als een deel van een bredere sociale context die de ziekte kan hebben veroorzaakt en moet worden behandeld.
7. **Ecologisch model:** De nadruk ligt op de relatie tussen de patiënt en zijn omgeving. Artsen kijken naar de patiënt als een deel van een bredere ecologische omgeving die de ziekte kan hebben veroorzaakt en moet worden behandeld.
8. **Holistisch model:** De patiënt wordt gezien als meer dan alleen zijn ziekte en de behandeling moet rekening houden met de hele persoon. Artsen kijken naar de patiënt als een individu met fysieke, psychologische, sociale en spirituele dimensies die allemaal moeten worden behandeld.
9. **Empowerment model:** De nadruk ligt op het geven van macht aan de patiënt om zijn eigen behandeling en genezing te beïnvloeden. Artsen kijken naar de patiënt als een actieve deelnemer aan zijn eigen zorg die moet worden aangemoedigd en ondersteund.
10. **Narratief model:** De focus ligt op de manier waarop patiënten hun ziekte begrijpen en hun eigen verhalen creëren over hun ziekte en genezing. Artsen kijken naar de patiënt als een persoon met zijn eigen unieke verhaal en ervaringen die moeten worden erkend en geïntegreerd in de behandeling.

nvab



willekeurig gekozen
mensbeelden vanuit een
medisch model

Vijftien mensbeelden uit een medisch model (3)

11. **Farmacologisch model:** De nadruk ligt op het gebruik van medicatie om de symptomen van de ziekte te onderdrukken. Artsen kijken naar de patiënt als iemand die medicijnen nodig heeft om de ziekte te beheersen.
12. **Neurologisch model:** De focus ligt op de werking van het zenuwstelsel en de hersenen bij de ontwikkeling van ziekten. Artsen kijken naar de patiënt als een complex neurologisch systeem dat moet worden begrepen om de ziekte te behandelen.
13. **Functioneel model:** De nadruk ligt op de functie van het lichaam en hoe de patiënt zijn vermogen om te functioneren kan behouden of verbeteren. Artsen kijken naar de patiënt als een actieve deelnemer die deelneemt aan het behoud van zijn eigen functies.
14. **Evolutionair model:** De ziekte wordt gezien als het gevolg van evolutionaire processen die het menselijk lichaam hebben gevormd. Artsen kijken naar de patiënt als een product van de evolutie en de behandeling moet rekening houden met deze achtergrond.
15. **Ontwikkelingsmodel:** De nadruk ligt op de ontwikkeling van de persoon en hoe de ziekte de ontwikkeling van de persoon kan beïnvloeden. Artsen kijken naar de patiënt als iemand die zich ontwikkelt en groeit en de behandeling moet rekening houden met deze dynamische aspecten.

nvab



Holisme

oftewel

de Dimensioneel-Ontologische Wetten

Van

Viktor Frankl

nvab

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl



'De Logotherapie is niet eclecticisch (...)
Logotherapeuten zijn dat wel.


Logotherapeuten moeten oog hebben
voor nieuwe ontwikkelingen en in hun
praktijk integreren wat dienstbaar is
voor hun arbeid ten dienste van hun
patiënten en cliënten.'

- vrij naar Viktor E. Frankl -

Het Mensbeeld bij Viktor Frankl

nvab

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl




Geistige Person =
Nefesj Chaia = Levende Ziel =
Werkelijke Persoon

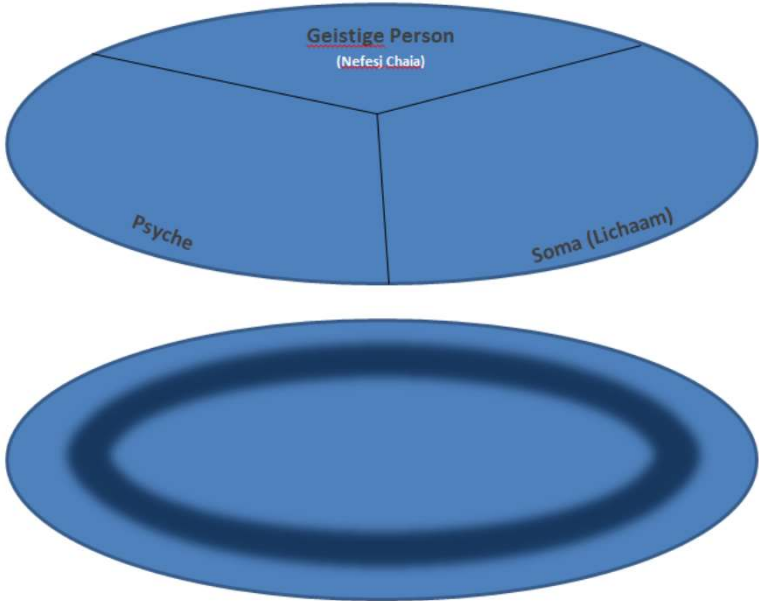
Psyche

Soma
Lichaam

De Geistige Persoon IS de mens – in diepste zin – deze is onaantastbaar. De psyche en het soma (lichaam) is wat de mens HEEFT – deze aspecten die de mens *heeft* kunnen ziek en aangetast raken.

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl





Het mensbeeld van Viktor Frankl is niet hiërarchisch, maar DIMENSIONAAL. Dat betekent dat de mens, zoals deze zich hier in dit leven manifesteert bestaat uit de 'Werkelijke Persoon' (Geistige Person), de Psyche en het Soma.

Deze drie kunnen wij onderscheiden, maar niet scheiden.

En hoe wij dit in de werkelijkheid van alledag bij onszelf en bij anderen waarnemen is het eigenlijk als in de onderste schijf: stel dat we dit bedenken als een snel draaiende schijf, dan zien we de onderscheiden delen van het geheel ook niet meer.

nvab



Aan de andere kant van de aandoening

Voor Frankl geldt:

Achter de psychose schuilt de werkelijke mens. Het is de taak van de arts/therapeut om contact te maken met de Werkelijke Persoon (Geistige Persoon) áchter de pathologie en dan van beide kanten, van die van de arts/therapeut én van de Geistige Persoon om herstel te bewerkstelligen.

Hippocrates (460–377 v.Chr.) noemde het zelf-genezend vermogen 'Physis'.

Galenus (130–200 n. Chr.) was ervan overtuigd dat het de taak was van de arts om het zelfgenezend vermogen te ondersteunen en bevorderen.

Paracelsus (1493–1541) zag het als zijn taak om de vitale lichaamskracht te ondersteunen.

nvab




De aspecten welke Machteld Huber noemt in de uitzending van 'De Verwondering (2022)

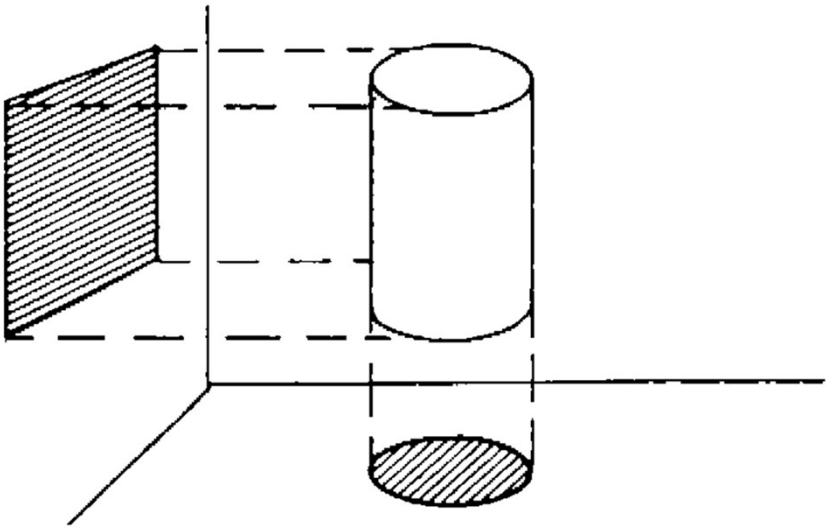


1. ondeelbaar klein centrum, dat is wie je in diepste wezen bent
2. eigenlijke fysieke lichaam
3. vitaliteit / levenskracht
4. Psyche
(Bij een gezond iemand zit dat in elkaar)
5. verwondering over het leven

nvab




Frankl's dimensioneel-ontologische wetten

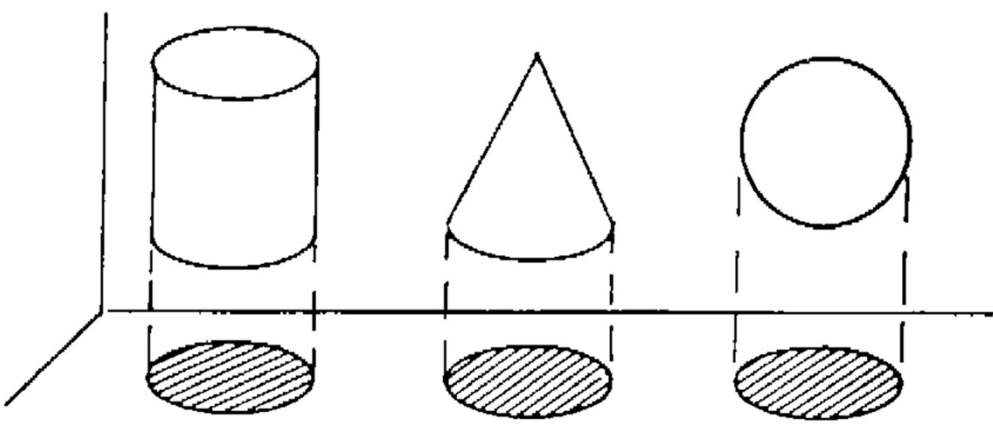


nvab

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl



Frankl's dimensioneel-ontologische wetten



nvab

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl

Causaal–diagnostiek vs. Symptoom–diagnostiek
ofwel: verwar nooit de gevolgen met de oorzaak

Symptoms of Depression
--Mental Health First Aid, mentalhealthfirstaid.org

- emotions**
 - sadness
 - anxiety
 - guilt
 - anger
 - mood swings
 - feelings of helplessness or hopelessness
 - irritability
- thoughts**
 - frequent self-criticism
 - impaired memory & concentration
 - indecisiveness
 - confusion
 - thoughts of death and suicide
- behavior**
 - crying
 - withdrawal from others
 - neglect responsibilities
 - changes in personal appearance
 - moving more slowly
 - being agitated or unable to settle
- physical**
 - chronic fatigue
 - lack of energy
 - sleeping too much or too little
 - weight gain or loss
 - loss of motivation
 - substance abuse
 - unexplained aches and pains

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl

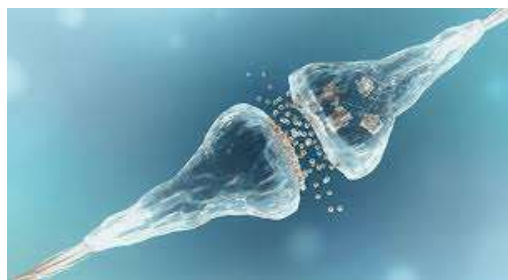
Het Evidencebeest

Yvo Smulders

Hoogleraar Interne Geneeskunde
VU medisch centrum, Amsterdam

<https://youtu.be/PRiSIU1ucqI>

ntvg | Nederlands Tijdschrift voor Geneeskunde



‘Tussen stimulus en respons bevindt zich een ruimte. In deze ruimte ligt onze macht om ons antwoord te kiezen. In onze respons liggen onze groei en onze vrijheid’

Viktor Frankl

nvab

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl



"Alles kan van een mens worden afgenomen, behalve één ding: de laatste van de menselijke vrijheden – om zijn eigen houding te kiezen in deze specifieke omstandigheid, om dan zijn eigen weg te kiezen.“

Viktor Frankl

nvab

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl



Viktor E. Frankl & Machteld Huber een vergelijking



nvab



Gemeenschappelijke elementen in de Logotherapie van Viktor Frankl & de positieve gezondheid in de lijn van Machteld Huber

Zingeving (zinvinging)

Autonomie (verantwoordelijkheid)

Persoonlijke groei

Creativiteit

Zelftranscendentie

Veerkracht

Optimisme

Dankbaarheid

Empathie

Sociale steun

Acceptatie

Mindfulness

Positieve emoties

Innerlijke vrijheid

Verbinding met anderen

etc.

nvab



Gemeenschappelijke elementen in de Logotherapie van Viktor Frankl & de positieve gezondheid in de lijn van Machteld Huber

1. **Zingeving** (of liever: **zinvinding**) is een belangrijk onderdeel van zowel de logotherapie van Viktor Frankl als de positieve gezondheid van Machteld Huber. Beiden benadrukken het belang van het hebben van een doel in het leven en het vinden van betekenis.
2. **Autonomie** is een ander belangrijk element in zowel de logotherapie als de positieve gezondheid. Beiden benadrukken het belang van het nemen van eigen verantwoordelijkheid en het maken van eigen keuzes.
3. **Persoonlijke groei**: Zowel logotherapie als positieve gezondheid leggen de nadruk op persoonlijke groei. Dit betekent dat mensen de mogelijkheid moeten hebben om zichzelf te ontwikkelen en te groeien op verschillende gebieden van hun leven.
4. **Creativiteit** is een belangrijk element in de logotherapie van Viktor Frankl en wordt ook benadrukt in de positieve gezondheid. Beiden geloven dat creativiteit kan bijdragen aan het vinden van zingeving en het bevorderen van welzijn.
5. **Zelftranscendentie** is een belangrijk element in de logotherapie en wordt ook benadrukt in de positieve gezondheid. Het betekent dat mensen zichzelf overstijgen en zich richten op iets dat groter is dan henzelf, bijvoorbeeld anderen helpen of een hoger doel dienen.

nvab



Gemeenschappelijke elementen in de Logotherapie van Viktor Frankl & de positieve gezondheid in de lijn van Machteld Huber

6. **Veerkracht**: Zowel logotherapie als positieve gezondheid benadrukken het belang van veerkracht. Dit betekent dat mensen in staat moeten zijn om te gaan met tegenslagen en uitdagingen en zichzelf te herstellen na moeilijke tijden.
7. **Optimisme** wordt benadrukt in de positieve gezondheid, waarbij mensen worden aangemoedigd om positief te blijven en te focussen op de goede dingen in het leven. Dit sluit aan bij de optimistische benadering van logotherapie.
8. **Dankbaarheid** is een belangrijk element in de positieve gezondheid en komt ook terug in de logotherapie van Viktor Frankl. Door te focussen op wat er wel is en dankbaar te zijn voor wat er wel is, kan men een positievere levenshouding ontwikkelen.
9. **Empathie** is belangrijk in zowel logotherapie als positieve gezondheid. Beide benadrukken het belang van empathie en begrip voor anderen, wat kan bijdragen aan een betere communicatie en relaties.
10. **Sociale steun**: Zowel logotherapie als positieve gezondheid benadrukken het belang van sociale steun en het hebben van sterke relaties met anderen. Dit kan bijdragen aan een betere gezondheid en welzijn.

nvab



Gemeenschappelijke elementen in de Logotherapie van Viktor Frankl & de positieve gezondheid in de lijn van Machteld Huber

11. **Acceptatie** is een belangrijk element in zowel logotherapie als positieve gezondheid. Beiden benadrukken het belang van het accepteren van de realiteit en het vinden van manieren om ermee om te gaan.
12. **Mindfulness** wordt benadrukt in zowel logotherapie als positieve gezondheid. Beide benadrukken het belang van in het moment leven en bewust zijn van de ervaring
13. **Positieve emoties** zijn belangrijk in de positieve gezondheid en worden ook benadrukt in de logotherapie. Door het ervaren van positieve emoties, zoals vreugde en plezier, kan men het welzijn en de levenskwaliteit verbeteren.
14. **Innerlijke vrijheid** is een belangrijk element in de logotherapie van Viktor Frankl en wordt ook benadrukt in de positieve gezondheid. Het betekent dat mensen vrij moeten zijn om hun eigen keuzes te maken en hun eigen leven te leiden.
15. **Verbinding met anderen** is een belangrijk element in de positieve gezondheid en wordt ook benadrukt in de logotherapie van Viktor Frankl. Door verbinding te maken met anderen, kan men een gevoel van betekenis en zingeving ervaren, wat kan bijdragen aan een betere gezondheid en welzijn.

nvab



Het draait in mijn bestaan om ZIN

Meaning – Purpose

Voor Frankl is de zin van mijn bestaan altijd verbonden
aan iemand of aan iets buiten mij.

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl

nvab



nvab

Zingeving – aldus de NVAB

“De bedrijfsarts sluit aan bij wat werkenden waardevol vinden. **Zingeving** is een continu en subjectief proces waarin mensen zich (bewust en onbewust) verhouden tot het leven: medemens, (werk)omgeving, wereld en tot ontwikkelingen en gebeurtenissen waarin ze betrokken zijn of waarvan ze getuige zijn.

Bij een dergelijk proces zijn bestaansvragen aan de orde. Dit heeft onder andere invloed op de wijze waarop mensen omgaan met de grenzen en beperkingen van hun bestaan. Zingeving is de sterkste gezondmakende factor.

We zijn ons ook bewust van onze eigen waarden, drijfveren en ervaringen en de invloed daarvan op ons (beroepsmatig) handelen.

Een fundamenteel uitgangspunt van de capability visie is dat werk zingeving biedt voor zowel de organisatie als de werkenden. Deze visie daagt onderzoekers, beleidsmakers en zorgdragers uit te onderzoeken wat mensen belangrijk en zinvol vinden – wat ze willen bereiken in een gegeven (arbeids)omgeving – en bovendien vast te stellen of werkenden in staat zijn en in staat gesteld worden dit te bereiken.”

Bron: NVAB - Het moreel fundament van de bedrijfsarts nader toegelicht

nvab

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl



Vraag:



Wat is het verschil tussen 'zingeving' en 'zinvinding' in uw ogen?

Kunt u een voorbeeld uit uw praktijk bedenken waarin dit voor een werknemer verschil zou kunnen maken?

nvab

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl



Drie waardensystemen:

- * Creatieve Waarden
- * Belevingswaarden
- * Instellingswaarden

“Wanneer we niet meer in staat zijn een situatie te veranderen, worden we uitgedaagd onszelf te veranderen.”

Viktor Frankl

nvab

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl



Positieve Gezondheid kent enkele mooie en al veelgebruikte instrumenten

De Handreiking 'Hoe Positieve Gezondheid past binnen de werkomgeving' (2019) geeft – samen met de procesnotitie – een waardevolle richting aan



<https://www.iph.nl/assets/uploads/2021/01/DEF-IPH-PG-en-Werk-Procesnotitie.pdf>

nvab

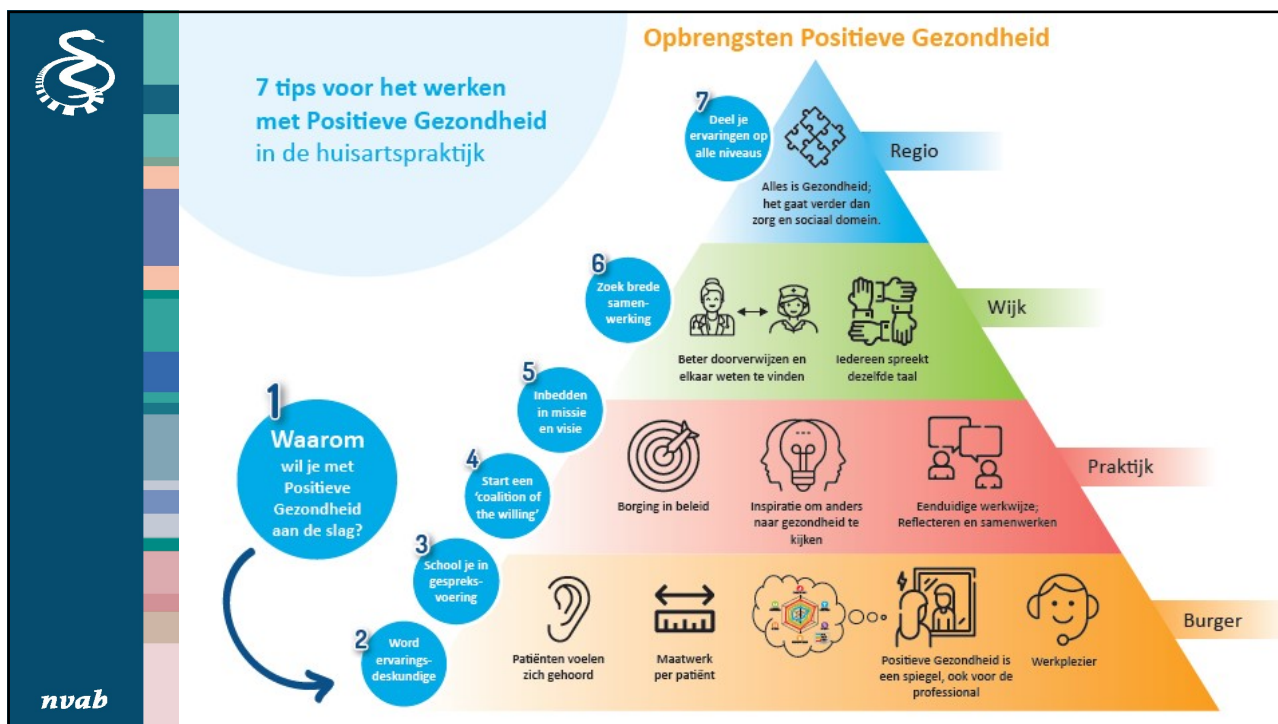
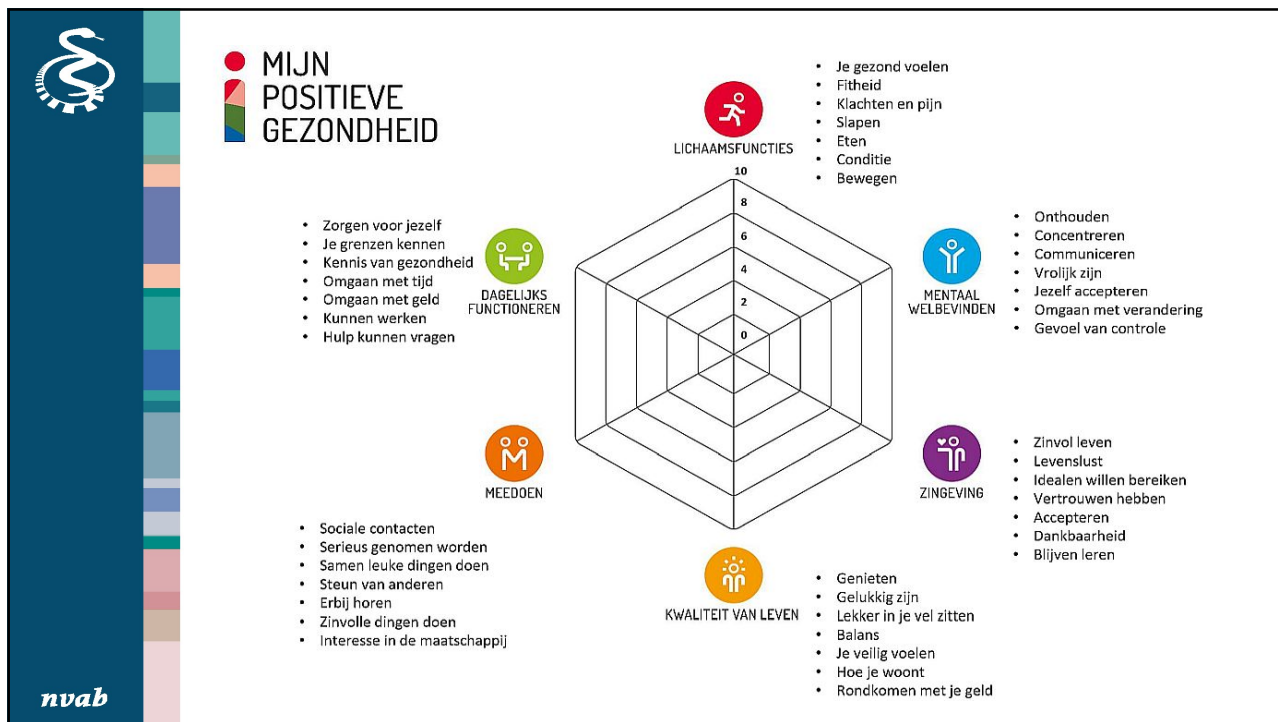



Het gedachtengoed van 'Positieve gezondheid', zoals door dr. Machteld Huber verder ontwikkeld uit het nieuwe concept van gezondheid

'Gezondheid als het vermogen om je aan te passen en je eigen regie te voeren in het licht van de sociale, fysieke en emotionele uitdagingen van het leven.'

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl

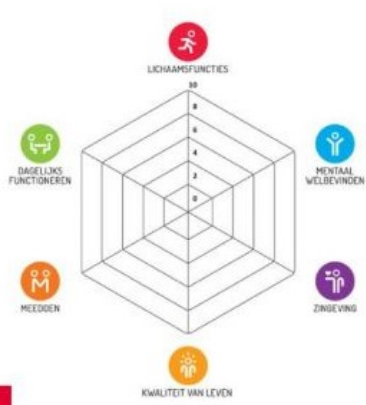
nvab





Handboek Positieve Gezondheid
in de huisartspraktijk
Samenwerken aan betekenisvolle zorg


Dr. Machteld Huber
Dr. Hans Peter Jung
Dr. Karolien van den Brekel-Dijkstra



uit artikel: Huisarts en auteur Hans Peter Jung over handboek Positieve Gezondheid in de huisartsenpraktijk: 'Vraag je als huisarts af: waarom doe ik dit werk?'

<https://www.iph.nl/kennisbank/huisarts-en-auteur-hans-peter-jung-over-handboek-positieve-gezondheid-in-de-huisartsenpraktijk-vraag-je-als-huisarts-af-waarom-doe-ik-dit-werk/>

nvab



De kern van Positieve gezondheid is dat het een concept en een attitude is

Machteld Huber: De essentie van 'Werken met Positieve Gezondheid' "De sterkste kracht die veerkracht bevordert is de persoonlijke zingeving. Het jezelf daarvan bewust worden, is de eerste doelstelling. Dat is helemaal niet zo makkelijk! Het drukt zich uit in wat iemand belangrijk vindt, wat voor hem/haar van waarde is en wat iemand graag wil. In diepste zin is iemands wil verbonden met wat voor hem/haar het belangrijkste is. Dus gaan we voelen wat jij wil - in plaats van wat wij moeten van onszelf - is heel belangrijk.

Wanneer de persoon die een gesprek voert met een patiënt (zo noem ik 'm maar even) die zelf al een stukje 'veroverd' heeft en zich dat eigen heeft gemaakt, werkt dat onbewust helpend aan de ander.

Dat is de practice what you preach'. Daarom is dat eerst met zichzelf aan de gang gaan zo essentieel'.

basismodule Positieve Gezondheid

nvab



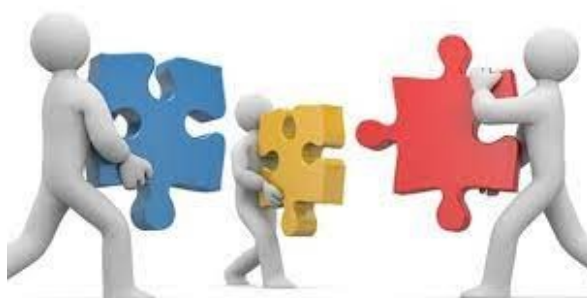
Enkele trefwoorden uit 'De kern van PG – concept en attitude'

Empathie (attitude?) (van de kant van de arts)

Veerkracht => persoonlijke zingeving (van de patiënt)

Van binnenuit (zelfgenezing?) (van de patiënt)

nvab



... samen onderzoeken of er een verdere
verdieping mogelijk blijkt op wat ons al bekend
is vanuit de Positieve Gezondheid...

nvab






Horizon 2020 'WHOCARES@work'? Met vanuit Nederland o.a.

HEXACO-PI-R 60 (Reinout de Vries)
4-DKL (Berend Terluin)
UWES Utrecht Work Engagement Scale (Wilmar Schaufeli)

ProQOL (Professional Quality of Life)


<https://www.vandermaesenkoch.nl/hexaco-pi-r-39>





assessments van Paul T. P. Wong c.s.

Basic Psychological Needs Assessment Scale (BPNAS)	PURE (Personal Meaning Profile) *
Control Attribution Scale (CAS)	Quest for Meaning Scale (QMS)
Coping Schemas Inventory-Revised (CSI-R)*	Rippling Effect-test
Death Attitude Profile - Revised (DAP-R)*	Search for Meaning Scale (SMS)
Emotional Health Checklist (EHC)	Search for Meaning Screen Test (SMST)
Life Attitudes (LAS)	Self-Other Four-Part-Meditation – Revised (SOMP-R)
Life Intelligence Test (LQ)	Self-Transcendence Measure-Brief (STM-B)
Life Orientation Profile (LOP)	Servant Leadership Profile - Revised (SLP-R)*
Life Orientation Scale (LOS)	Servant Leadership Profile 360 (SLP-360)*
Mature Happiness Scale (MHS)	SFQ, of Supervision Functions Questionnaire
Meaningful Living Scale (MLS)	Stress Appraisal Measure (SAM)
Meaningful Moments Measure (MMM)	Trent Attribution Profile (TAP)
Measurement of What Really Matters (MWWM)	True Grid Checklist (TGC)
MOSM (Meaning of Suffering Measure)	
Multicultural Supervision Inventory (MSI)	Academic Value Scale (AVS)
Multidimensional Jealousy Scale (MJS)	
Perceived Personal Meaning Scale (PPM) *	

* Deze testen zijn beschikbaar in het Nederlands voor onderzoeksdoelinden, maar nog niet gevalideerd dmv quantum aanleveren aan Canada







Paul T. P. Wong (1937) is Canadees klinisch psycholoog en hoogleraar. Zijn onderzoekscarrière heeft vier (parallele) fasen doorlopen, met significante bijdragen in elke fase: leertheorie, sociale cognitie, existentiële psychologie en positieve psychologie.

Wong is de oprichter en voorzitter van het *International Network on Personal Meaning* en hoofdredacteur van het *International Journal of Existential Psychology and Psychotherapy*. Met meer dan 300 publicaties in tijdschriften en hoofdstukken in boeken. Zijn belangrijkste boeken: *The Human Quest for Meaning: A Handbook of Psychological Research and Clinical Applications* (1998) en *The Human Quest for Meaning: Theories, Research, and Applications* (2012), *The Handbook of Multicultural Perspectives on Stress and Coping* (2006).

Wong is adjunct-professor aan Saybrook University en emeritus hoogleraar aan Trent University en Trinity Western University. Bij laatstgenoemde was hij de oprichter en directeur van het Graduate Counseling Psychology Program. Hij gaf ook les aan de Universiteit van Texas in Austin, York University en de Graduate Division van de Universiteit van Toronto.




nvab





GRATIS te downloaden via o.a. deze link:
https://www.researchgate.net/publication/343720305_Made_for_Resilience_and_Happiness_Effective_Coping_with_COVID-19_According_to_Viktor_E_Frankl_and_Paul_T_P_Wong/link/5f3c039f456515b7292ba109/download

MADE FOR RESILIENCE AND HAPPINESS
 Effective Coping with Covid-19



According to
 Viktor E. Frankl and Paul T. P. Wong

NEW! Dr. Paul T. P. Wong's FREE e-book:
Made for Resilience and Happiness: Effective Coping With the COVID-19 According to Viktor E. Frankl and Paul T. P. Wong
 Click here to view the full PDF.

This book is a response to the enormous threat to our mental health posed by COVID-19. The pandemic has exposed both the inadequacy of our present mental health system and the inherent limitations of human beings. The traditional way of facing disruptions with individual strengths is no longer adequate in overcoming this global disaster, which calls for a collective and transformative way of coping.

INPM PRESS Copyright © 2020 Paul T. P. Wong, all rights reserved, published by INPM Press, Toronto, Ontario, 2020. *Made for Resilience and Happiness: Effective Coping with COVID-19 According to Viktor E. Frankl and Paul T. P. Wong* is assigned ISBN 978-1-7987695-2-3.

No parts of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise, without prior written permission of the copyright owner. Book Design by Tim Yu

nvab



In het Nederlands beschikbare testen van Wong c.s.

- Coping Schemas Inventory-Revised (CSI-R)
- Death Attitude Profile - Revised (DAP-R)
- Personal Meaning Profile (PMP)
- PURE-NL - test
- Servant Leadership Profile - Revised (SLP-R)

nvab



Coping Schemas Inventory-Revised (CSI-R)

CSI-R is een instrument ontwikkeld door Paul Wong en zijn collega's om copingmechanismen te meten die individuen gebruiken om te gaan met stressvolle gebeurtenissen in hun leven. Het meet de manier waarop mensen denken en handelen wanneer ze geconfronteerd worden met uitdagende situaties en geeft inzicht in de copingmechanismen die mensen gebruiken om hun emotionele en psychologische welzijn te behouden of te verbeteren.

In het kader van Positieve Gezondheid kan de CSI-R gebruikt worden om inzicht te krijgen in de copingmechanismen die mensen gebruiken om hun gezondheid en welzijn te bevorderen. Door het identificeren van effectieve copingstrategieën kunnen mensen hun vermogen vergroten om uitdagende situaties aan te pakken en beter om te gaan met stress. Bovendien kan het helpen bij het ontwikkelen van interventies gericht op het verbeteren van copingvaardigheden en het bevorderen van veerkracht en welzijn.

nvab



Death Attitude Profile - Revised (DAP-R)

DAP-R van Paul Wong is een psychologische meting die bedoeld is om de houding van een persoon ten opzichte van de dood te beoordelen. Het bevat 32 items die zich richten op vier dimensies:

- angst voor de dood
- ontkenning van de dood
- acceptatie van de dood
- zinnelijkheid van het leven

In het kader van Positieve Gezondheid kan de DAP-R worden gebruikt om de dimensie van zingeving te beoordelen. Zingeving heeft betrekking op het vinden van betekenis en doel in het leven, zelfs in de aanwezigheid van moeilijke omstandigheden zoals de dood. De DAP-R kan helpen om inzicht te krijgen in de houding van een persoon ten opzichte van de dood en hoe deze houding van invloed kan zijn op hun zoektocht naar betekenis en zingeving.

Het is belangrijk om op te merken dat de DAP-R slechts een instrument is en dat de interpretatie van de resultaten afhankelijk is van de context en de specifieke situatie van de persoon. Bovendien is het vinden van betekenis en zingeving slechts één aspect van Positieve Gezondheid, en moet het worden beschouwd als onderdeel van een breder beeld van de gezondheid en het welzijn van een persoon.

nvab



Perceived Personal Meaning Scale (PPM)

PPM van Paul Wong is een instrument dat meet in hoeverre mensen hun leven als zinvol ervaren. Het meet de mate van betekenis, doel en richting die mensen in hun leven ervaren en kan daarom relevant zijn binnen het kader van Positieve Gezondheid.

Volgens het concept van Positieve Gezondheid is het belangrijk dat mensen zich bewust zijn van wat voor hen betekenisvol is en wat hen richting en doel geeft in het leven. Het ervaren van betekenis en doel kan bijdragen aan een gevoel van welbevinden en veerkracht, zelfs in moeilijke omstandigheden. Daarom kan het meten van de mate van ervaren betekenisvolheid en doelgerichtheid met behulp van de PPM relevant zijn voor het bevorderen van Positieve Gezondheid.

De PPM bestaat uit 12 vragen die zijn ontworpen om de mate van persoonlijke betekenis en richting te meten. De schaal wordt gescoord op een 7-punts Likert-schaal, waarbij hogere scores wijzen op een hogere mate van ervaren betekenis en doel.

nvab



De PURE-NL - test - © Paul T. P. Wong

(vertaling: Pieter Hoekstra, Joke Stapper, Martine Steen)

Eenvoudige test om het niveau van zingeving voor elk aspect van het leven te bepalen, zoals een relatie, toewijding, project, toewijding, betrokkenheid, actie of streven, etc. Ook toepasbaar op carrière.

1. **Purpose** - Doel: de motiverende component, inclusief doelen, richtingen, stimulerende objecten, waarden, ambities en doelstellingen.
2. **Understanding** - Begrip: de cognitieve component, deze omvatten een gevoel van samenhang, het begrijpen van situaties, het begrijpen van de eigen identiteit en andere mensen, effectieve communicatie.
3. **Responsible action** - Verantwoorde actie: de gedragscomponent, inclusief gepaste reacties en acties, doen wat goed is, de juiste oplossingen vinden, herstelmaatregelen treffen en acties ondernemen die overeenstemmen met de hoogste waarden.
4. **Evaluatie** - de affectieve component, inclusief het beoordelen van niveaus van tevredenheid of ontevredenheid met de concrete situatie of het leven als geheel. Evaluatie is een sleutelcomponent in zelfregulering.

Elk van deze componenten vereist interventies die op een adaptieve manier negatieve en positieve delen van het leven regelen. Enkele veel gebruikte vaardigheden zijn het uitdagen van onrealistische of irrationele gedachten, het verduidelijken van waarden, het stellen van doelen, prioriteiten stellen, het controleren van de realiteit, het snel doorschuiven van consequenties van keuzes, socratische vragen stellen, het gebruik van Wong's persoonlijke betekenis-profiel (Wong 1998a, b). Deze vier componenten werken samen. Bij elke succesvolle voltooiing gaat het positiviteitsniveau omhoog. Wanneer je echter een ernstige tegenslag of gevaar tegenkomt, begint het vermijdingsstrategieën en dan helpt de ABCDE-strategie

nvab



Servant Leadership Profile - Revised (SLP-R)

SLP-R is een instrument ontwikkeld door Paul Wong om de kenmerken van dienend leiderschap te meten. De SLP-R is een herziene versie van de SLP-360.

De SLP-R meet dienend leiderschap door middel van 30 items die betrekking hebben op verschillende aspecten van dienend leiderschap, zoals empathie, morele volwassenheid, empowerment, en begeleiding van anderen. De SLP-R bevat ook een schaal om de mate van zelftranscendentie van een individu te meten, wat gerelateerd is aan dienend leiderschap.

Het gebruik van de SLP-R kan bijdragen aan het begrijpen van de kenmerken van dienend leiderschap van een individu en kan leiden tot interventies gericht op het versterken van dienend leiderschap en het bevorderen van Positieve Gezondheid. De SLP-R kan ook bijdragen aan het begrijpen van de relatie tussen dienend leiderschap en andere aspecten van organisatorisch welzijn, zoals medewerkers-tevredenheid, betrokkenheid, en productiviteit.

In het kader van Positieve Gezondheid kan het gebruik van de SLP-R bijdragen aan het creëren van een werkomgeving waarin dienend leiderschap wordt gestimuleerd en waarin medewerkers worden gesteund in hun persoonlijke en professionele groei en ontwikkeling. Het meten van dienend leiderschap kan ook helpen bij het bevorderen van positieve relaties tussen leiders en medewerkers, wat kan bijdragen aan het verlagen van stress en het verbeteren van het algehele welzijn.

nvab



Wilmar Schaufeli – geen Logotherapie, maar toch...

Wilmar Schaufeli, Nederlands arbeids- en organisatiepsycholoog die zich richt op onderzoek naar arbeidsbevlogenheid, burn-out & workaholisme.

Zijn werk kan worden gekoppeld aan het concept van Positieve Gezondheid van Machteld Huber, dat gericht is op het bevorderen van de algehele gezondheid en welzijn van een persoon, waarbij niet alleen de afwezigheid van ziekte centraal staat, maar ook het vermogen van mensen om zich aan te passen en regie te voeren over hun eigen leven.

Hij is in bredere kring bekend als expert op het gebied van burn-out. In dit verband werkte hij samen met Bram Buunk, Arnold B. Bakker en Toon W. Taris. Tevens auteur van de Utrechtse Burnout Schaal (UBOS, ontwikkeld met Dirk van Dierendonck).

Begin 2000 verlegde hij zijn interesse in de richting van bevlogenheid. Ook hier ontwikkelde hij samen met Bakker een Nederlandse test voor, de zogenaamde Utrechtse Bevlogenheidsschaal (UBES). Recentelijk verricht Schaufeli veel onderzoek op het gebied van workaholisme.



nvab



Assessments Wilmar Schaufeli

Utrecht Work Engagement Scale (UWES)

Dutch Workaholism Scale (DUWAS)

Dutch Boredom Scale (DUBS)

Burnout Assessment Tool (BAT)

(en voorheen de UBOS – Utrechtse Burn Out Schaal)

Vrij te verkrijgen via: <https://www.wilmarschaufeli.nl/tests/>

nvab




WAT LEVERT POSITIEVE GEZONDHEID OP VOOR DE BEDRIJFSARTS?

15 STELLINGEN



INSTITUTE
FOR POSITIVE
HEALTH

nvab




Stellingen over wat positieve gezondheid in de lijn van Machteld Huber oplevert in het werk van de bedrijfsarts (1)

1. Een brede kijk op gezondheid: Positieve gezondheid van Machteld Huber gaat verder dan de afwezigheid van ziekte en richt zich op het bevorderen van welzijn en veerkracht. Dit betekent dat bedrijfsartsen zich richten op de totale gezondheid van werknemers, inclusief fysieke, mentale, sociale en zingevingsaspecten.
2. Preventie van ziekten en aandoeningen: Door de nadruk te leggen op positieve gezondheid, kunnen bedrijfsartsen werknemers helpen bij het voorkomen van ziekten en aandoeningen. Dit kan resulteren in een betere gezondheid van werknemers en een verminderd verzuim.
3. Bevordering van welzijn: Bedrijfsartsen die positieve gezondheid toepassen, zijn in staat om welzijn te bevorderen. Ze helpen werknemers om beter om te gaan met stress en problemen op het werk en in het dagelijks leven.
4. Vermindering van stress: Door werknemers te helpen omgaan met stress, kunnen bedrijfsartsen bijdragen aan de vermindering van werkgerelateerde stress. Dit kan resulteren in een verminderd verzuim en een betere gezondheid van werknemers.

nvab



Stellingen over wat positieve gezondheid in de lijn van Machteld Huber oplevert in het werk van de bedrijfsarts (2)

5. Bevordering van veerkracht: Bedrijfsartsen kunnen werknemers helpen bij het ontwikkelen van veerkracht. Dit betekent dat werknemers beter in staat zijn om te gaan met moeilijke situaties en tegenslagen op het werk en in het leven.
6. Bevordering van gezonde leefstijl: Positieve gezondheid gaat ook over het bevorderen van gezonde leefstijl. Bedrijfsartsen kunnen werknemers helpen bij het ontwikkelen van gezonde eet- en beweggewoonten.
7. Bevordering van gezonde werkplek: Bedrijfsartsen die positieve gezondheid toepassen, kunnen bijdragen aan een gezonde werkplek. Ze kunnen bijvoorbeeld helpen bij het verminderen van lawaai en luchtvervuiling op de werkplek.
8. Bevordering van ergonomie: Bedrijfsartsen kunnen werknemers helpen bij het voorkomen van rugpijn, RSI en andere aandoeningen door middel van ergonomische aanpassingen op de werkplek.

nvab



Stellingen over wat positieve gezondheid in de lijn van Machteld Huber oplevert in het werk van de bedrijfsarts (3)

9. Bevordering van gezonde relaties op het werk: Bedrijfsartsen die positieve gezondheid toepassen, kunnen bijdragen aan het bevorderen van gezonde relaties tussen werknemers op de werkplek.
10. Verbeterde communicatie: Bedrijfsartsen die positieve gezondheid toepassen, hebben een betere communicatie met werknemers. Ze kunnen werknemers beter begrijpen en helpen bij het vinden van oplossingen voor hun gezondheidsproblemen.
11. Betere samenwerking: Door een brede kijk op gezondheid en welzijn te hebben, kunnen bedrijfsartsen beter samenwerken met andere professionals zoals HR-managers, leidinggevenden en arbeidsdeskundigen.
12. Betere behandelresultaten: Bedrijfsartsen die positieve gezondheid toepassen, kunnen betere behandelresultaten behalen. Dit komt doordat ze de focus leggen op het bevorderen van welzijn en veerkracht, waardoor werknemers beter in staat zijn om te herstellen van ziekte en aandoeningen.

nvab



Stellingen over wat positieve gezondheid in de lijn van Machteld Huber oplevert in het werk van de bedrijfsarts (4)

13. Vermindering van verzuim: Door te focussen op preventie van ziekten en aandoeningen, bevordering van gezonde leefstijl en welzijn, kunnen bedrijfsartsen bijdragen aan een verminderd verzuim. Dit is zowel gunstig voor werknemers als werkgevers.
14. Verbeterde werksfeer: Bedrijfsartsen die positieve gezondheid toepassen, kunnen bijdragen aan een verbeterde werksfeer. Werknemers voelen zich gesteund in hun welzijn en hebben meer vertrouwen in hun werkgever.
15. Duurzaamheid: Positieve gezondheid is gericht op duurzaamheid en het behoud van gezondheid op de lange termijn. Door te focussen op preventie en welzijn, kunnen bedrijfsartsen bijdragen aan een gezondere en duurzame werkplek en maatschappij.

nvab



Weerbaarheid
Resilience
Veerkracht

Psychological resilience at work - A labyrinth worth navigating, Richta Untema, diss. UU 2020
<https://dspace.library.uu.nl/bitstream/handle/1874/399894/proefschriftjntemadef%20-%205f6dc48ac1ea5.pdf?sequence=1>

Trotzdem 'Ja' zum Leben sagen ... - Viktor Frankl en resilience, Pieter Hoekstra
<https://therapeutikon.com/Artikelen/Viktor%20Frankl%20en%20resilience%20-%20Trotzdem%20'Ja'%20zum%20Leben%20sagen%20-Pieter%20Hoekstra-%20in%20Contextuele%20Berichten,%20Lente%202023.pdf>

nvab



Wij hebben geen eisen of vragen aan het leven te stellen. Het leven zelf stelt ons voor vragen, het is aan ons om antwoord te geven.

Origineel:
„Die Frage ist falsch gestellt, wenn wir nach dem Sinn des Lebens fragen. Das Leben ist es, das Fragen stellt.“

&
„Es kommt nie und nimmer darauf an was wir vom Leben zu erwarten haben, vielmehr lediglich darauf: was das Leben von uns erwartet.“

Viktor Frankl

nvab

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl



In werkelijkheid is plezier niet het *doel* van onze inspanningen, maar het *gevolg* van hun vervulling.

Origineel:
In Wirklichkeit ist Lust nicht das Ziel unserer Strebungen, sondern die Folge ihrer Erfüllung.
Viktor Frankl

nvab

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl



“Het menselijk gedrag wordt niet bepaald door de omstandigheden die de mens tegenkomt, maar door de beslissingen die hij zelf neemt.”

„Menschliches Verhalten wird nicht von Bedingungen diktiert, die der Mensch antrifft, sondern von Entscheidungen, die er selber trifft.“
Origineel:
Viktor Frankl

nvab

Nederlands Instituut voor Logotherapie en Existentiële Analyse - www.viktorfrankl.nl