

Programma Positieve Gezondheid in de Fysiotherapie

Programma Positieve Gezondheid in de praktijk 29/ 5 en 30/10

1. Voorbereidende opdracht. Via de post
 - Hoe kun je als fysiotherapeut breder kijken naar je cliënt en tot andere oplossingen komen. Reflecteer hierop en neem dit mee als input voor de training.
2. Voorbereiding via de email:
Filmpjes ter voorbereiding bekijken. Let vooral op de specifieke mogelijkheden die vanuit de fysiotherapie worden aangegeven:
 - Een bron aan informatie is de website van het Institute for Positive Health: www.iph.nl
 - Specifiek filmpje over fysiotherapie en Positieve Gezondheid
 - Een toegankelijk algemeen filmpje over Positieve Gezondheid is: [Filmpje algemene info Positieve Gezondheid](#)
 - Een filmpje over je eigen Positieve Gezondheid: [mijn Positieve Gezondheid hoe werkt het](#)
 - Vanuit de praktijk is dit een inspirerend filmpje: [Van coma naar schouwburg: kijk naar mogelijkheden, niet naar beperkingen](#)
 - Ervaringen van een door ons in Positieve Gezondheid opgeleide fysiotherapeut [Ervaringen fysiotherapeut](#)
 -

3. Trainingsdag 1

- 10.00 Welkom en kennismaken,
Veilige leeromgeving programma en specifieke leerdoelen bespreken
- 10.15 Persoonlijke intentie: wat heeft Positieve Gezondheid voor meerwaarde voor jou als fysiotherapeut
- 10.30 Wat is Positieve Gezondheid
Onderwijsleergesprek over het concept, vanuit eigen ervaringen en vragen
Reflectievraag: Wat neem je hiervan mee naar jouw werk als fysiotherapeut?
- 10.50 Koffie
- 11.00 Invullen spinnenweb
In stilte; begeleide leerroefening waarin deelnemers op hun eigen gezondheid reflecteren en een persoonlijke veranderwens formuleren. Materiaal: spinnenwebblokje; inspiratiekaarten
- 11.20 Luisteroefening
Ieder komt tot een concrete stap om zijn eigen gezondheid te vergroten.

- 12.00 Ervaringen van de luisteroefening: welke specifieke meerwaarde heeft deze gespreksmethodiek voor jouw fysiotherapieconsult.
Inzichten van de luisteroefening worden gedeeld.
Reflectievraag: Wat neem je hiervan mee naar jouw werk als fysiotherapeut?
- 12.10 Maak de balans op
Laat zien welke invloed jouw persoonlijke voornemen heeft op je balans.
Reflectievraag: Wat neem je hiervan mee naar jouw werk als fysiotherapeut?
- 12.30 Lunch
- 13.30 Thermometermoment: hoe zit je erbij en komt er voldoende meerwaarde voor jouw werk als fysiotherapie aan bod? Welke vragen hebben jullie nu, naar aanleiding van de ervaringen in de ochtend?
- 13.35 Regieoefening: Wat betekent het voor jouw cliënt als je hem meer of minder regie geeft over zijn eigen gezondheid?
Reflectievraag: Wat neem je hiervan mee naar jouw werk als fysiotherapeut?
- 14.00 Plenair gesprekstechnieken oefenen. Hoe gebruik je de methodiek Positieve Gezondheid in jouw consult als fysiotherapeut en wat levert het op?
- 14.30 Oefenen van specifieke gespreksonderdelen In drietallen, aan de hand van casuïstiek.
- 15.30 Commitmenttoefening:
Wat is voor jullie de meerwaarde om Positieve Gezondheid toe te gaan passen?
Wat hebben jullie nodig om het daadwerkelijk toe te passen in jullie praktijk.
Iedereen doet een persoonlijk voornemen om Positieve Gezondheid daadwerkelijk te implementeren in het consult.
- 16.00 Schriftelijke evaluatie en afsluiting

4. Trainingsdag 2

- 10.00 Welkom
Ophalen opgedane ervaringen in consulten
- meerwaarde
- uitdagingen
- 10.30 Ophalen specifieke casuïstiek en rollenspel met gesprekstechnieken
Blok 1: introductie
Blok 2: breed kijken naar de cliënt en aansluiten
Blok 3: handelingsperspectieven en zelfmanagement
Reflectievraag: Wat neem je hiervan mee naar jouw werk als fysiotherapeut?
- 12.30 Lunch

- 13.30 Thermometermoment: hoe zit je erbij en komt er voldoende meerwaarde voor jouw werk als fysiotherapie aan bod? Welke vragen hebben jullie nu, naar aanleiding van de ervaringen in de ochtend?
- 13.35 Relatie met gecombineerde leefstijlinterventie
Reflectievraag: Wat neem je hiervan mee naar jouw werk als fysiotherapeut?
- 14.00 Samenwerken met professionals in de wijk.
Reflectievraag: Wat neem je hiervan mee naar jouw werk als fysiotherapeut?
- 15.30 De vragen die nog leven komen aan bod; voornemen om toe te passen in praktijk
- 15.45 Schriftelijke evaluatie en afsluiting