Een praktisch toetsingskader voor Positieve Gezondheid in beleid en projecten

Voldoet beleid of een besluit aan de kernprincipes van het gedachtegoed van Machteld Huber en de zes dimensies van Positieve Gezondheid? Daarbij staat gezondheid centraal als het vermogen om zich aan te passen en eigen regie te voeren, in plaats van alleen de afwezigheid van ziekte.

Een praktisch toetsingskader:

1. Versterkt het voorstel de eigen regie van mensen?

Vragen:

- Hebben inwoners, cliënten of medewerkers invloed op keuzes die hen raken?
- Vergroot het beleid de zelfredzaamheid en het handelingsvermogen?
- Worden mensen gezien als actieve deelnemers in plaats van als ontvangers van hulp?

Positieve Gezondheid legt sterk de nadruk op veerkracht en eigen regie.

2. Kijkt het voorstel breed naar gezondheid?

Vragen:

- Worden naast medische effecten ook sociale, mentale en maatschappelijke effecten meegenomen?
- Is er aandacht voor welzijn, participatie en zingeving?

Het gedachtegoed beschouwt gezondheid vanuit zes samenhangende dimensies.

3. Draagt het bij aan de zes dimensies van Positieve Gezondheid?

Toets per dimensie:

Lichaamsfuncties

- Bevordert het fysieke gezondheid, vitaliteit of een gezonde leefstijl?

Mentaal welbevinden

- Vermindert het stress, onzekerheid of psychische belasting?
- Versterkt het veerkracht?

Zingeving

- Geeft het mensen mogelijkheden om betekenis, perspectief of doelgerichtheid te ervaren?

Kwaliteit van leven

- Verbetert het het ervaren welzijn en levensplezier?

Meedoen

- Bevordert het sociale verbondenheid, inclusie en participatie?

Dagelijks functioneren

- Ondersteunt het mensen in zelfstandig functioneren thuis, op school of op het werk?

4. Gaat het uit van mogelijkheden in plaats van problemen?

Vragen:

- Ligt de focus op wat mensen nog wél kunnen?
- Worden talenten, hulpbronnen en kansen benut?
- Vermijdt het beleid onnodige probleem- of tekortdenken?

5. Is het mensgericht in plaats van systeemgericht?

Vragen:

- Sluit het aan bij wat mensen zelf belangrijk vinden?
- Zijn behoeften van inwoners uitgangspunt geweest?
- Is er ruimte voor maatwerk?

Bij Positieve Gezondheid staat het perspectief van de persoon centraal

6. Stimuleert het samenwerking over domeinen heen?

Vragen:

- Verbindt het gezondheid, welzijn, wonen, onderwijs, werk en leefomgeving?
- Zijn relevante partners betrokken?

Het gedachtegoed wordt juist toegepast op complexe maatschappelijke vraagstukken waarin meerdere domeinen samenkomen.

7. Is het preventief en toekomstgericht?

Vragen:

- Voorkomt het toekomstige gezondheids- of welzijnsproblemen?
- Versterkt het duurzame veerkracht?

Positieve Gezondheid richt zich sterk op preventie, aanpassingsvermogen en duurzame gezondheid.

Voorbeeld van een compacte scorekaart

Je kunt een voorstel beoordelen op een schaal van 1-5:

Criterium	**Score**
Versterkt eigen regie	1-5
Positieve impact op mentaal welbevinden	1-5
Positieve impact op meedoen	1-5
Positieve impact op kwaliteit van leven	1-5
Benut mogelijkheden en talenten	1-5
Bevordert inclusie en participatie	1-5
Stimuleert samenwerking	1-5
Heeft preventieve werking	1-5

Een hoge totaalscore wijst erop dat het voorstel goed aansluit bij het gedachtegoed van Positieve Gezondheid.

Voor beleidsontwikkeling helpt vaak één overkoepelende toetsvraag:

“Draagt deze maatregel aantoonbaar bij aan het vermogen van mensen om een betekenisvol leven te leiden, regie te voeren en mee te doen in de samenleving?”

Als het antwoord daarop overtuigend "ja" is, sluit het voorstel doorgaans goed aan bij Positieve Gezondheid.