

Miriam de Kleijn

adviseur PinK-FOX

VERLANGEN NAAR EEN PANDEMIE VAN GEZONDHEID

De vooruitgang heeft ervoor gezorgd dat een groot deel van de mensheid zich heeft kunnen wapenen tegen de vele bedreigingen van het bestaan. U als lezer van dit magazine hoort vast en zeker bij dit deel. U en ik wonen in een comfortabel huis, we hebben meer dan voldoende voedsel en kleding tot onze beschikking en hebben ons verzekerd tegen allerlei vormen van onheil. Voor bijna 1 miljoen huishoudens in Nederland is die bestaanszekerheid er niet, zij leven onder de armoedegrens. Arm en rijk wordt door de covidpandemie en de klimaatcrisis geconfronteerd met de kwetsbaarheid van het menselijk bestaan, veel mensen zijn angstig. Angst kan verlammen, maar is ook een emotie die het licht kan laten schijnen op ons verlangen, en daarmee beweging in gang kan zetten.



Wat weten we over veerkracht? Gezondheid zien we sinds het werk van Machteld Huber e.a.¹ niet meer als de aan- of afwezigheid van ziekte maar als het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven om te gaan, kortom gezondheid staat synoniem voor veerkracht. Antonovosky, een medisch socioloog die werkte met overlevenden van de holocaust, vond het opvallend dat een klein deel van hen niet getraumatiseerd was. Dat waren de mensen die hun situatie begrepen, de mogelijkheid hadden om zelf iets te doen en keuzes te maken, en zij die zingeving ervoeren. Wetenschap en inclusief onderwijs leveren ons de bouwstenen tot het begrijpen van onze situatie, op collectief en individueel niveau. Autonomie en eigen regie van burgers vormen de sleutel naar de mogelijkheid om zelf iets te doen en keuzes te maken, binnen maatschappelijke omstandigheden die je daartoe in staat stellen (de 'capability approach'). Daarbij staan vrijheid en menselijke diversiteit als belangrijkste waarden voorop. Geen paternalistische maar een 'faciliterende' overheid kan hiervoor zorgdragen. De belangrijkste eigenschap van veerkracht is het ervaren van zingeving. Verlangen wijst ons de weg naar onze diepste drijfveren en daarmee naar onze zingeving.

concept definitie van gezondheid, waarin veerkracht en eigen regie centraal staan, in een vragenlijst die het vertrekpunt vormt voor het voeren van 'een ander gesprek'.

Hoe transformeren we onze samenleving naar een veerkrachtige samenleving?


Hiervoor is het nodig dat het spreekwoord 'eerst zien dan geloven' wordt omgedraaid in 'eerst geloven en dan zien'. Geloven dat we gezamenlijk in staat zijn om een gezondere en veerkrachtige samenleving te realiseren, een gezamenlijk verlangen naar deze 'eindeloze zee'. Samenwerken met heel veel mensen en partijen zoals de (lokale) overheid, woningbouwverenigingen, scholen, bedrijven, zorgverzekeraars, en zorg- en welzijnsorganisaties op basis van vertrouwen, binnen 'Trusted Networks' een begrip geïntroduceerd door Alex Jadad. Hij was destijds samen met Machteld Huber en anderen de ontwikkelaar van het nieuwe concept van gezondheid en heeft deze omschrijving als kompas gebruikt voor het helpen hervormen van de gezondheidszorg in Bogota in zijn geboorteland Colombia. Hij spreekt over het mogelijk maken van een 'pandemie van gezondheid'. Dit heeft geleid tot een enorme stijging aan ervaren gezondheid bij een groep van de allerarmste inwoners van Bogota. Het percentage inwoners dat zijn gezondheid als goed tot zeer goed beschouwt overstijgt inmiddels het Nederlandse

"Als je een schip wil bouwen, moet je werklui niet opdragen hout te verzamelen, je moet niet het werk verdelen en orders geven. Leer in plaats daarvan mensen eerst te verlangen naar de eindeloze zee."

Antoine de Saint-Exupéry

Bevorderen van de veerkracht als prioriteit

Hoe zouden we omgaan met de covid- en klimaatcrises als het bevorderen van veerkracht het belangrijkste doel zou worden van ons overheidsbeleid? En niet alleen in het kader van gezondheidsbeleid maar op alle ministeries ('health in all policies'). Het klinkt revolutionair, en dat is het ook. Toch zijn we al op weg, in het nieuwe regeerakkoord staat dat mentale weerbaarheid als nieuw thema toegevoegd wordt aan het preventie-akkoord. Hoe kunnen we handen en voeten geven aan de verbetering van de mentale weerbaarheid, de veerkracht? De vertaling naar Positieve Gezondheid en naar 'Trusted Networks' kan ons hierbij helpen. Op steeds meer plekken in de zorg en daarbuiten wordt gewerkt met het spinnenweb van Positieve Gezondheid. Positieve Gezondheid is de brede uitwerking van de nieuwe

percentage, met maar een fractie van de zorgkosten van die in Nederland. Het netwerk van publieke en private partners 'Alles is gezondheid' heeft als doel om de maatschappelijke beweging naar een gezonder Nederland te stimuleren. Dit netwerk zal de komende drie jaren het gedachtengoed van Positieve Gezondheid - op individueel niveau - en van Trusted Networks - op gemeenschapsniveau - borgen, doorontwikkelen en helpen implementeren. Met als kompas het verlangen naar een veerkrachtige en gezonde samenleving. In vertrouwen dat we dit gezamenlijk kunnen realiseren. Doet u mee? 

¹ Huber, M., Knottnerus, J.A., Green, L., Horst, H. van der, Jadad, A.J., Kromhout, D., Leonard, B., Lorig, K., Loureiro, M.I., Meer, J.W.M. van der, Schnabel, P., Smith, R., Weel, C. van & Smid H. (2011). How should we define health? BMJ 2011, 343(4163):235-237.