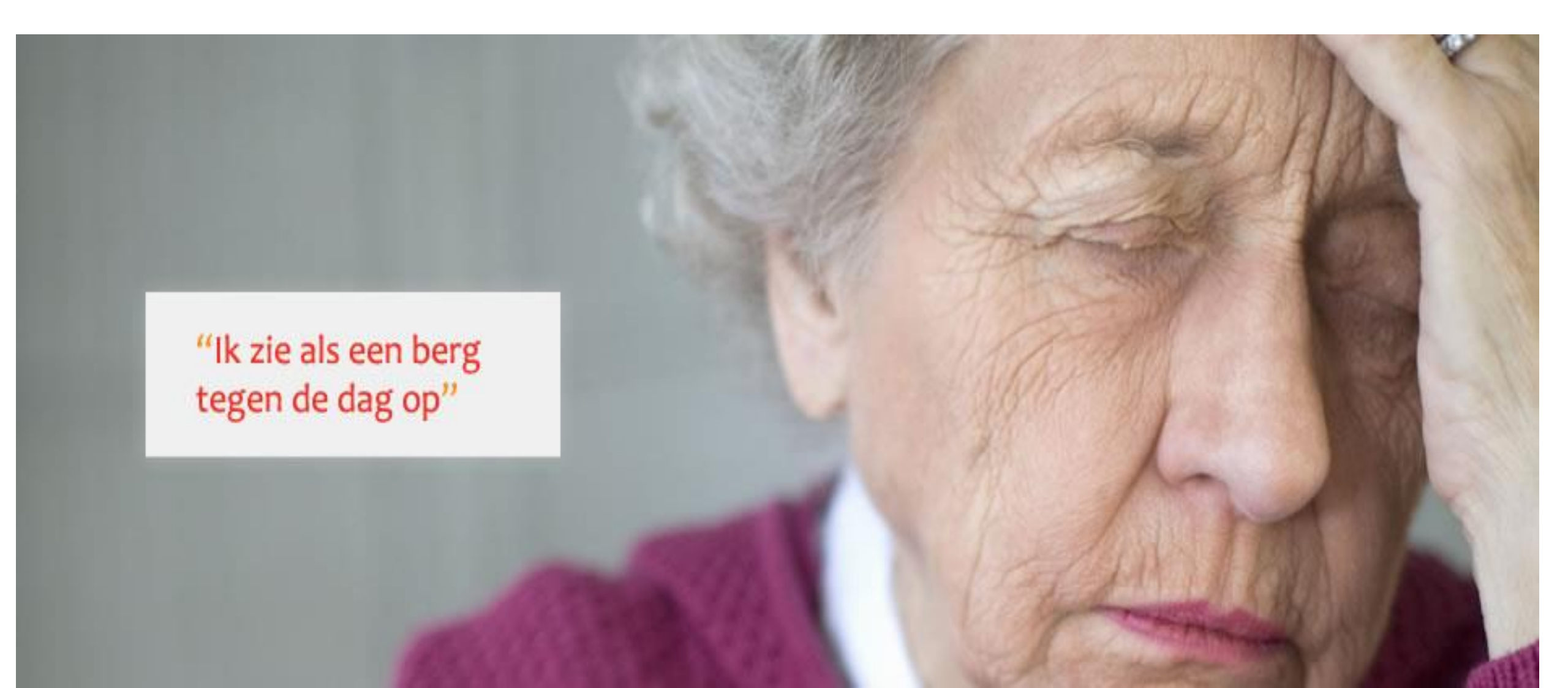


Zin en Zorg

Herstel - Positieve psychologie – Zingeving

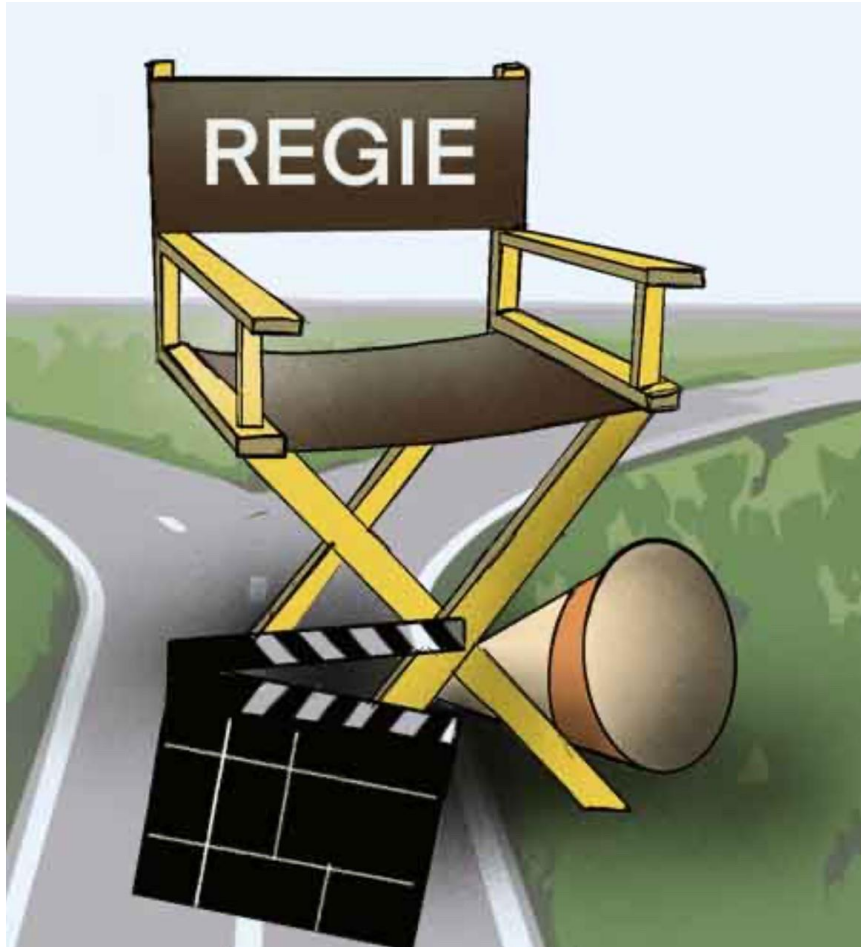
Felix Gimbrère





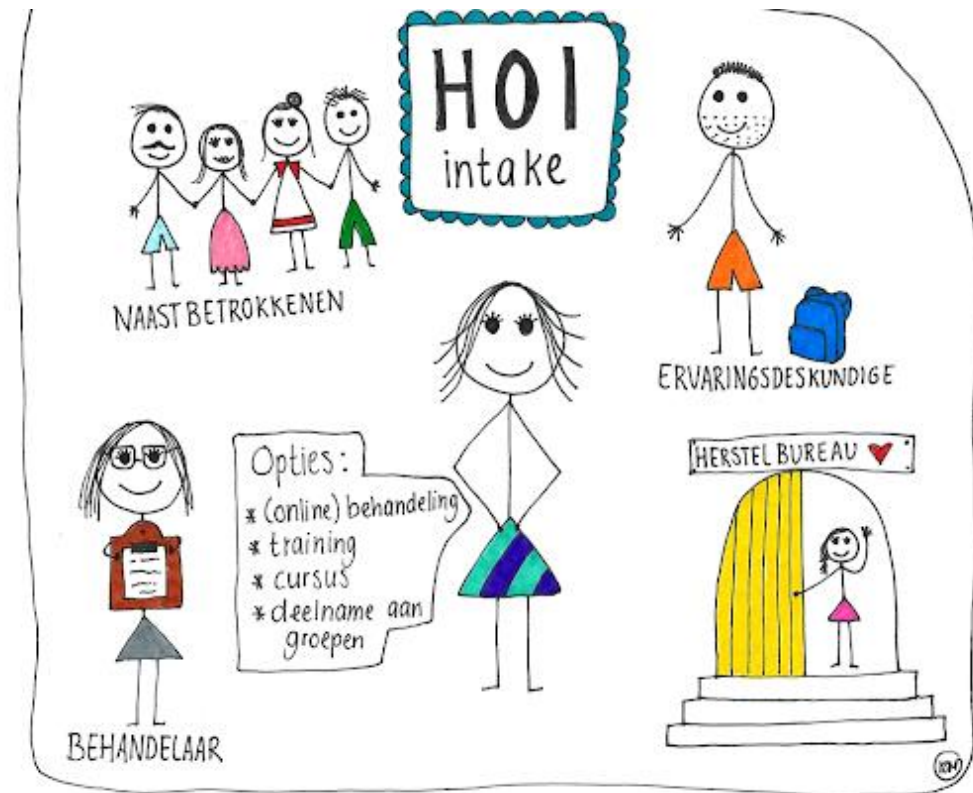
“Ik zie als een berg
tegen de dag op”

Seniorbeter.nl



- Herstelondersteunende zorg is gericht op persoonlijk en maatschappelijk herstel van de betrokkenen. In dat kader is het terugdringen van ziekte en gebrek één belangrijke factor, maar er is meer. **Het gaat ook om het opbouwen of hervinden van de eigen identiteit en het heroveren van regie over het eigen bestaan.** Het is een positieve visie die gericht is op het zelf leren omgaan met de aandoening en het ontwikkelen van nieuwe zingeving.
- ([handreiking herstelondersteunende zorg Trimbos instituut](#))

- Intake procedure
GGZ inGeest



Intake GGZ inGeest, de vier vragen van Jim van Os

1. Wat is er met u gebeurd?
2. Wat is uw kwetsbaarheid en weerbaarheid?
3. Waar wilt u naar toe?
4. Wat heeft u nodig?

- Martin Seligman



HANDBOEK
POSITIEVE
PSYCHOLOGIE
THEORIE, ONDERZOEK EN INTERVENTIES



ERNST BOHLMEIJER, NELE JACOBS,
JAN AUKE WALBURG EN GERBEN WESTERHOF

Boom

MIJN POSITIEVE GEZONDHEID

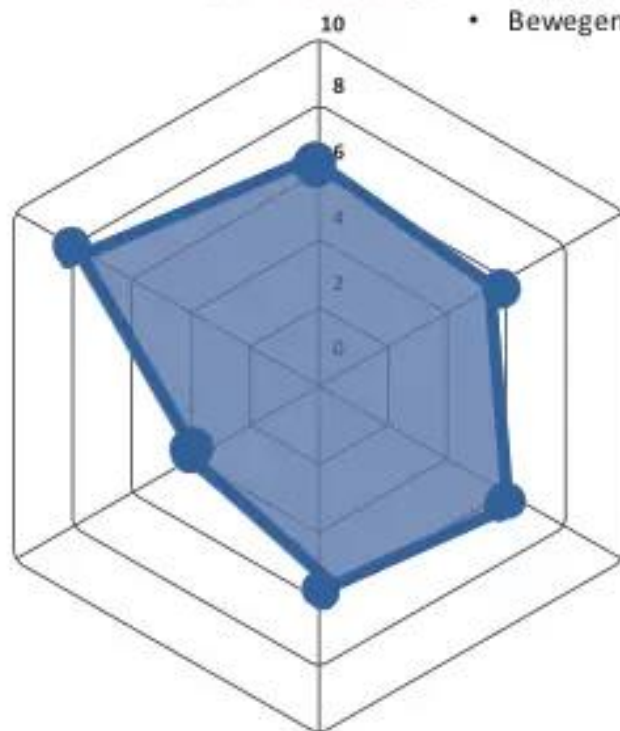
- Zorgen voor jezelf
- Je grenzen kennen
- Kennis van gezondheid
- Omgaan met tijd
- Omgaan met geld
- Kunnen werken
- Hulp kunnen vragen



- Sociale contacten
- Serieus genomen worden
- Samen leuke dingen doen
- Steun van anderen
- Erbij horen
- Zinvolle dingen doen
- Interesse in de maatschappij



- Je gezond voelen
- Fitheid
- Klachten en pijn
- Slapen
- Eten
- Conditie
- Bewegen



- Onthouden
- Concentreren
- Communiceren
- Vrolijk zijn
- Jezelf accepteren
- Omgaan met verandering
- Gevoel van controle



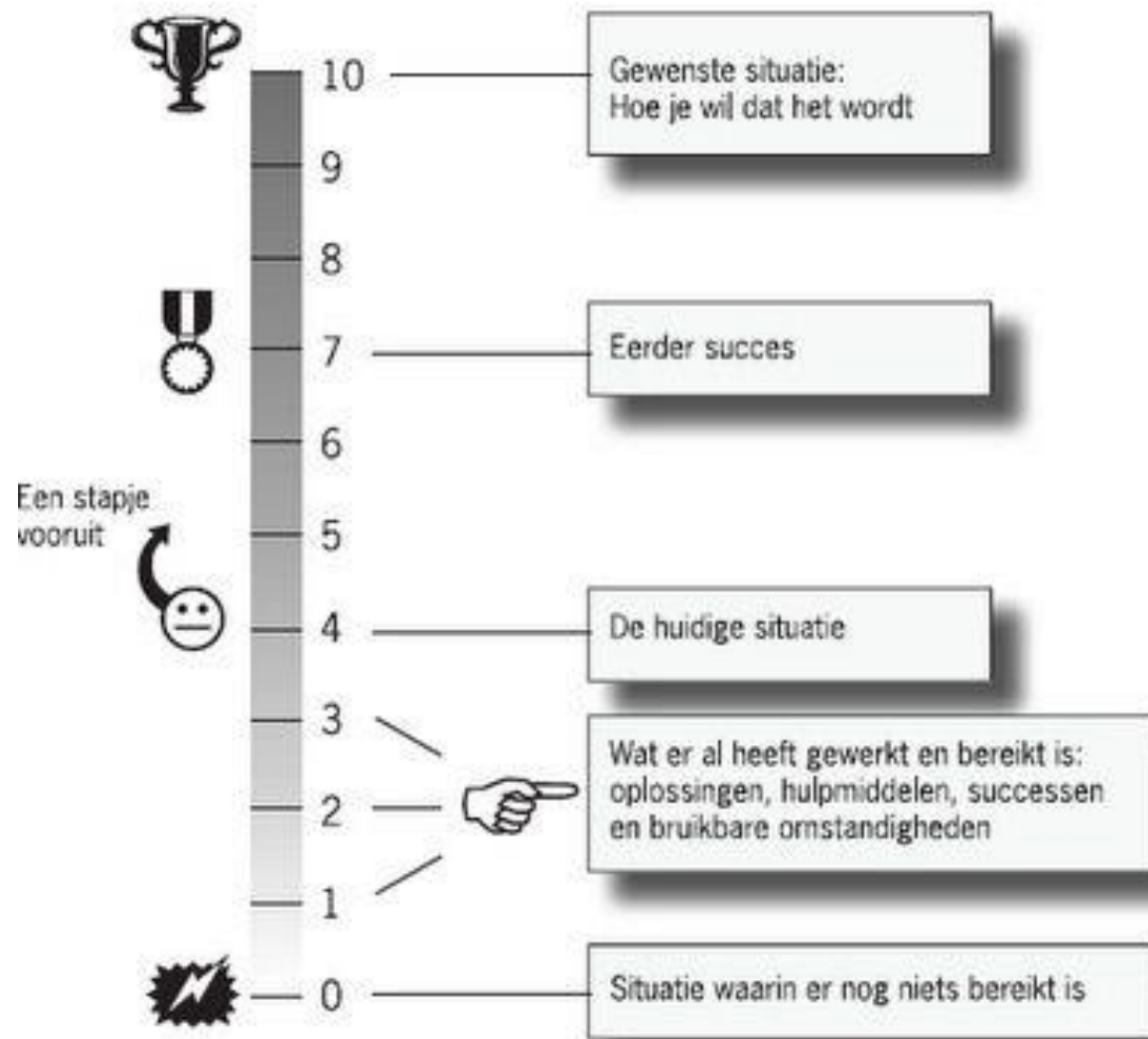
- Zinvol leven
- Levenslust
- Idealen willen bereiken
- Vertrouwen hebben
- Accepteren
- Dankbaarheid
- Blijven leren



- Genieten
- Gelukkig zijn
- Lekker in je vel zitten
- Balans
- Je veilig voelen
- Hoe je woont
- Rondkomen met je geld

Eerst en vooral luisteren





Wat
keter
Wat

OPLOSSINGSGERICHTE VRAGEN

Handboek oplossingsgerichte
gespreksvoering

**DERDE GEHEEL
HERZIENE DRUK**

Fredrike Bannink

Wat moet horen?
ALWAYS LEARNING

PEARSON

'Prachtig geschreven boek. Het appelleert aan iets waar we
allemaal naar verlangen: een leven met diepgang en betekenis.'
Susan Cain, auteur van *Stil*

EMILY
ESFAHANI SMITH

De €10,-
kracht van

betekenis

Geef zin aan je leven in een wereld die
geobsedeerd is door geluk



ZINGEVING

- Erbij horen
- Een doel hebben
- Verhalen vertellen
- Transcendentie
- Groei

Erbij horen



Een doel
hebben



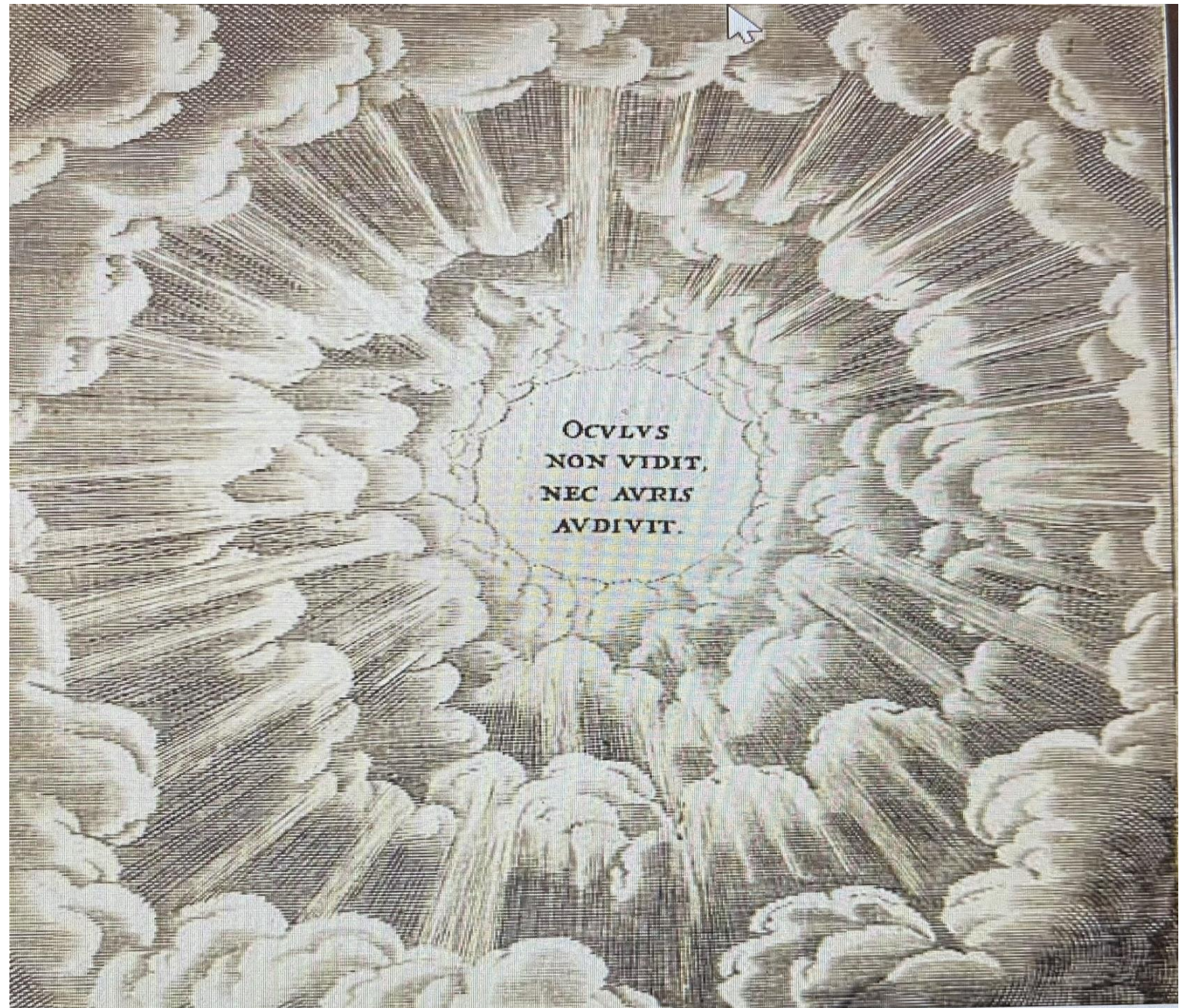
Verhalen
vertellen



Transcendentie

“Wat geen oog gezien en
geen oor gehoord heeft”.

1660 Balthasar Moretus

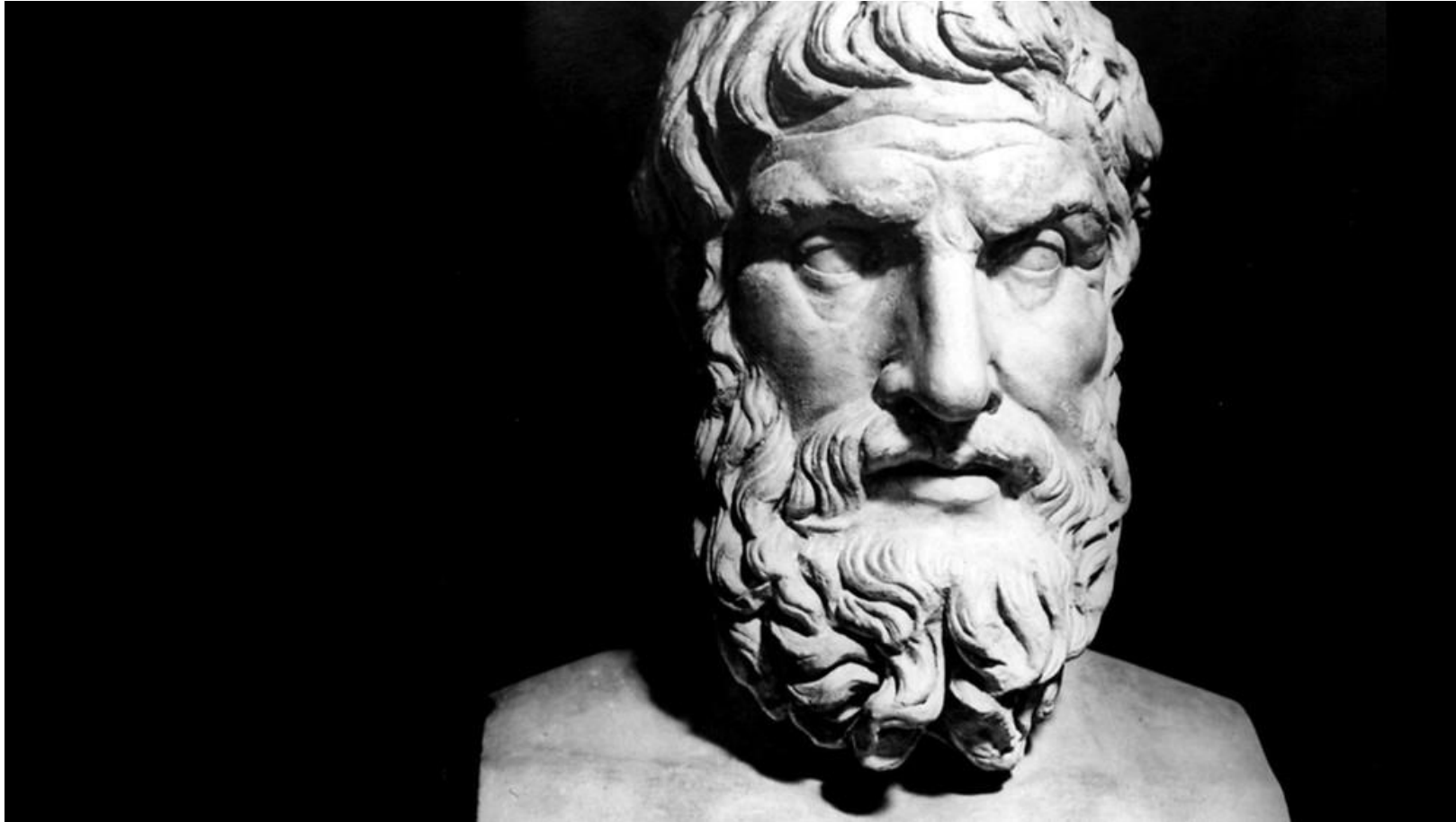




Groei



Hedonisme-streven naar geluk



Eudaimonia
–het streven
naar zin

