

Een geslaagde Zelfmanagement Experience

“Veel inspiratie opgedaan voor toepassing in de praktijk”

De Zelfmanagement Experience die samen Voor Betere Zorg op 8 december organiseerde was een groot succes. Zorgprofessionals van verschillende organisaties uit de regio konden tijdens deze middag een gevarieerd programma met veel verschillende workshops volgen. De workshops waren allemaal gericht op Zelfmanagement, maar belichtten allemaal een ander aspect van Zelfmanagement.

Zelfmanagement is het individuele vermogen om goed om te gaan met lichamelijke, psychische, sociale aandoening. Het gaat om zelf beslissingen nemen, gevolgen beperken, zelfzorgactiviteiten en het vergroten van het vermogen om goed om te gaan met een aandoening. Kortom de regie over het leven in eigen hand te houden.

Het idee voor de Zelfmanagement Experience is ontstaan in de Doetank @nders werken van VBZ. De Doetank had voor het thema Zelfmanagement een soort marktplaats in gedachten waar iedereen kan halen wat hij of zij wil. Een bijeenkomst waarin zowel de gedragsvariant (hoe kan ik als professional de cliënt helpen) als de technologische variant (welke technologische middelen kan de cliënt inzetten) aan bod komen. De Zelfmanagement Experience, op 8 december, met een centrale inleiding en zeven verschillende workshops in drie workshoprondes was de uiteindelijke uitwerking van dit idee.

“Een hoop geleerd voor de toekomst”, “Leuk, verfrissend”, “Eye-opener”

Vilans verzorgde een workshop over hoe je zelfmanagement kunt bevorderen in samenspel met de cliënt. Deelnemers die meer wilden weten over Sociale Netwerkversterking konden terecht bij MEE Noordwest Holland. Zelfmanagement bevorderen door de inzet van eHealth was het thema van de centrale inleiding door Nictiz. En in de workshop Technologie konden de bezoekers kennismaken met de Zorgrobot Giraff van Smart Homes, het Magisch Interactief Schilderij van illi-Engineering en de Interactieve Agenda gemaakt door studenten van de Hogeschool van Amsterdam in samenwerking met Amsta. Ervaringsdeskundige van de Hartekamp Groep verzorgden samen met twee medewerkers een workshop over Versterkend Begeleiden. Gespreksvaardigheden werden geoefend in de workshop Socratisch motiveren van ZONH. En Leeuwendaal liet de deelnemers brainstormen over het wegnemen van belemmeringen bij gedragsveranderingen, gezien vanuit marketingprincipes. Tempo-team ging met de deelnemers in gesprek over hun kwaliteiten en hoe deze het best ingezet kunnen worden in hun loopbaan. Infopuntzorg was met een stand aanwezig om mobiliteit in je loopbaan te benadrukken en mobiliteitsverhalen te filmen.

De deelnemers en VBZ kijken terug op een succesvolle en leerzame Zelfmanagement Experience. Deelnemers hebben geoefend met gespreksvaardigheden, hebben oude kennis opgefrist en nieuwe inzichten opgedaan, hebben tools en handvatten gekregen voor de dagelijkse praktijk en hebben een blik kunnen werpen op de zorg van de toekomst. Voor een aantal deelnemers zijn de workshops een aanzet om verdere verdieping of bijscholing te zoeken.