

# Workshop Positieve Gezondheid en emotie: vind de verbinding



Estelle Schatorié



Marjon Oomens



Miriam de Kleijn

iPH Praktijkdag  
20 sep 2022, KNVB Campus Zeist

# Agenda

- Welkom en introductie
- Invullen spinnenweb
- Check-in aan de hand van emoties
- Lichaamsoefening: verbinding
- Notie van emotie: een ervaringsverhaal
- Hoe pas je dit toe in de praktijk?
- Bronnen van informatie
- Wat kan je hiermee in jouw werk?
- Take home messages
- Lichaamsoefening: naar het lijf

# Take home messages

- Voeren van een **ander gesprek**
- **Voelen** en **verbinding** maken met de ander
- Van de klacht naar de **mens centraal**
- **Echt luisteren** en **observeren** wat je ziet / hoort áchter het verhaal
- Oorzaak van pijn/klachten is niet altijd lichamelijk  
Wat is het **signaal van je lijf**, **wat vertelt de pijn** je?
- **Eigen regie** teruggeven: bronnen van informatie

# Bronnen van informatie

**Stichting Emovere:** [www.stichtingemovere.nl](http://www.stichtingemovere.nl)

Ondersteun je het gedachtegoed? Word vriend!

**Kennisplatform:** [www.depijnvoorbij.nl](http://www.depijnvoorbij.nl)

Volg ons op:



Vragen: [info@stichtingemovere.nl](mailto:info@stichtingemovere.nl) of [info@iph.nl](mailto:info@iph.nl)



## De Pijn Voorbij

Ken je iemand met onbegrepen lichamelijke klachten of chronische pijn?

Er is vaker een oplossing mogelijk dan je denkt ... als je anders kijkt!

[www.depijnvoorbij.nl](http://www.depijnvoorbij.nl)

- Online test
- Ervaringsverhalen
- Tips voor herstel
- en nog veel meer

# Bronnen van informatie

[www.ziemijnu.nl](http://www.ziemijnu.nl)

Ervaringsverhalen van Jongeren  
Inspirerende verhalen van Professionals

Verhalenbundel kosteloos aan te vragen via:

<https://ziemijnu.nl/bundel>

