

Het duurt een fractie van een seconde voordat we ons een mening vormen over iemand die we voor het eerst zien. Om het bewust te zijn en onder woorden te kunnen brengen, heeft een vrouw 30 seconden nodig en een man zo'n 2,5 minuut. Dat zegt niets over de juistheid van die bevinding want onze intuïtie is niet altijd betrouwbaar. Maar wanneer we eenmaal een mening of idee hebben over die ander, is het hardnekkig om deze weer kwijt te raken wanneer blijkt dat het niet klopt. Een parallel is te trekken met opvattingen die we binnen de GGZ erop na houden. Wanneer iemand een diagnose heeft gekregen, kost het moeite om de mens en zijn verhaal te blijven zien. Beter gezegd: er zijn nog nooit twee depressies geweest die precies hetzelfde waren en er zijn nooit twee mensen geweest die precies dezelfde psychose hebben beleefd. Jim van Os en zijn Maastrichtse collega's (Philippe Delespaul en Mark van der Gaag en onze eigen Marius Romme) hebben de laatste tijd op overtuigende wijze laten zien dat wat we een diagnose noemen, berust op reïficatie: we hebben iets gemaakt wat er misschien niet is, maar omdat we het zo zijn gaan noemen, bestaat het opeens. Trudy Dehue heeft in haar boek *De Depressie-epidemie* laten zien dat er een explosieve toename van depressies vastgesteld wordt, terwijl Nederland het op vier na gelukkigste land ter wereld is. Tijd om nog eens na te denken over ons classificatiesysteem en de gevolgen er van. Zeker is wel, dat wie ooit een diagnose heeft gekregen, er een probleem bij krijgt: stigma of zelfstigma. Wanneer genoeg mensen denken dat er met jou iets aan de hand is, moet je van goede huize komen om tegen die vooroordelen op te boksen. Reden om in dit nummer eens na te denken over de gevolgen van stigmatisering. Voor wie er meer over wil lezen, verwijzen we graag naar het *Handboek (de)stigmatisering bij psychische aandoeningen* onder redactie van Jaap van Weeghel e.a.

In dit nummer treft u twee bijdragen aan die dieper op stigmatisering ingaan. **Stynke Castelein e.a.** laten zien hoe stigmatisering binnen de gezondheidszorg in zijn werk gaat en wat we er mogelijk tegen kunnen doen. Wanneer een kwart van de cliënten aangeeft last te ondervinden van stigmatisering, begint de oplossing van het probleem door te beseffen dat we het allemaal (on)bewust doen. **Catherine van Zelst** gaat vervolgens dieper in op stigmatisering bij mensen met een psychotische aandoening en wat we er aan kunnen doen om cliënten te begeleiden om de gevolgen van (zelf)stigma zo beperkt mogelijk te houden. De mannen uit Maastricht laten niet voor niets zien dat het maatschappelijk gebruik van *DSM-5 kretologie* iatrogeen werkt. Je zult maar die *autist* of die *depressieve* worden genoemd waarbij mens en ziekte samenvallen. **Carla Timmerhuis** laat zien hoe de verandering in de zorg, waarbij zorg vanuit het specialistische domein overgeheveld wordt naar de basiszorg, niet kan zonder een warme overdracht. Transitie gaat niet vanzelf, aldus Timmerhuis, maar vraagt om aandacht waarbij de continuïteit van zorg de rode draad moet blijven. De praktijk blijkt ook in dit geval weerbarstig.

Monique de Heij vervolgt haar uitleg vanuit de integratieve psychotherapie waarin het draait om het ontwikkelen van een zelfgevoel. Hoe we allerlei zintuigelijk waarnemingen in ons bewustzijn proberen te vertalen tot een zelfgevoel.

Ze legt in *"Je ware ik"* uit hoe een kind een pseudo-ik kan ontwikkelen om de bestaansleegte en pijn aan te kunnen
wanneer die waarnemingen verstoord worden en het besef van zichzelf 'geweld wordt aangedaan'. In eerdere bijdragen heeft ze het belang van hechting verwoord, en komt hierop terug in haar tweede bijdrage *"Bowly en Boeddha, hechten en onthechten"*. Menige cliënt in de GGZ heeft in de jeugd allerlei cognitieve patronen ontwikkeld om zich daarmee binnen het gezin staande te houden, maar die later niet zo functioneel bleken om een eigen, stevige identiteit te vormen. **Olivier Lingbeek** laat in *"Jongeren gaan zich thuis voelen in hun wijk"* zien hoe iemand met een probleem of beperking zich toch nuttig kan voelen. Om dezelfde reden dat wij iedere ochtend ons bed uit gaan, aan de slag gaan, zo gaan mensen met een beperking aan de slag: om erkenning en ergens bij te horen. Het behoren bij een groep, blijkt een van de belangrijkste peilers voor ons psychisch welbevinden! Een prachtig artikel waarin aangetoond wordt hoe je stigmatisering kunt bestrijden.

Leonoor Hermanides Willenborg beschrijft hoe ze tijdens de lustrumviering van onze beroepsvereniging gepassioneerd raakt door een aantal prachtige lezingen van de studiemiddag, hetgeen uitmondt in een passend dansje na afloop. 35 jaar beroepsvereniging, iets om trots op te zijn.

Onze huisrecensent, **Gerrie Hendriks**, dook voor ons de donkere zaal in om uit te leggen hoe in *"Carol"* beeldtaal tot de verbeelding spreekt en hoe in *"Little girl blue"* niet wordt opgehelderd of Janis Joplin nu bewust, dan wel onbewust, haar leven beëindigd zag.

Godelieve van Zijl, die op het lustrumcongres nog passend de viool bespeelde, voorzag het boek *"De ziel van het vak- over contact als kernwaarde in therapie"*, onder redactie van Erwin van Meekeren en Jan Baars van een klinkende recensie.

Jack Jenner las het boek "Bemoeizorg van A tot Z" en schreef zijn recensie hierover voor ons vakblad.

Hilbert van Doorne, **Gerard Lohuis** en **Godelieve van Zijl** dragen bij in onze rubriek Dichterbij met verhalen uit de praktijk, over de praktijk en proza uit het hart.

Veel leesplezier.

Onno Kastelein
Gerard Lohuis, eindredactie