

Disclosure

Jim van Os Voorzitter Divisie Hersenen UMC Utrecht	
(Potentiële) belangenverstrengeling	Geen
Voor bijeenkomst mogelijk relevante relaties met bedrijven	Geen
Honorarium of andere (financiële) vergoeding	Geen

1

Van stoornis naar verhaal

Wijkgericht werken, NOABERSchap en het Menseffect

Jim van Os

Hoogleraar psychiatrie, UMC Utrecht

Medrie POH-GGZ Bijeenkomst | Zwolle - Vechtdal - Noord-Flevoland | Juni 2026

2

Waarom we hier zijn

Julie zijn de eerste lijn. De plek waar mensen binnenlopen met een leven dat knelt, niet met een diagnose.

150 POH-GGZ

samen met huisartsen

1 regio

Zwolle, Vechtdal, Noord-Flevoland

1 vraag

hoe krijgen we de wijk terug in de zorg?

Medrie POH-GGZ Bijeenkomst | Jim van Os - Juni 2026

2

3

De GGZ: wachten op de expert

En attendant Godot

Samuel Beckett, 1953

Twee mannen wachten op iemand die nooit komt. Het wachten is het stuk.

De GGZ vandaag

- mensen wachten op de juiste diagnose
- wachten op de juiste expert
- wachten op de juiste behandeling
- wachten tot het leven weer klopt

Wat als de expert niet komt?

Medrie POH-GGZ Bijeenkomst | Jim van Os - Juni 2026

3

4

1980: de stoornis-coup

DSM-III

265 stoornissen, meetbaar, verrekenbaar, verzekeraar.

Wat we wonnen	Wat we kwijtraakten
<ul style="list-style-type: none"> • gemeenschappelijke taal • onderzoek, vergoeding, protocol 	<ul style="list-style-type: none"> • het verhaal van de mens • de wijk, de context, het leven • de gewone hulpverlener als kompas

Medrie POH GGZ Bijeenkoms - Jim van Os - juni 2026 4

5

Stoornis of menselijke gevoeligheid?

STOORNIS	GEVOELIGHEID
<p><i>Biomedisch deficit-kader</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • symptoom = ziekte • categorie, label, protocol • expert heeft het antwoord • patient wacht <p><small>Anttilo et al, Science 2018</small></p>	<p><i>Psychosociaal weerbaarheidskader</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • lijden = signaal, geen stoornis • context, verhaal, functie • de mens is expert van zichzelf • hulpverlener loopt mee

Medrie POH GGZ Bijeenkoms - Jim van Os - juni 2026 5

6

Psychisch lijden

gaat VIA het brein,

niet DOOR een stoornis in het brein.

Dat verandert wat jij in de spreekkamer doet.

Medrie POH GGZ Bijeenkoms - Jim van Os - juni 2026 6

7

Waar komt de vraag om GGZ vandaan?

Niet uit het brein. Uit het leven.

Armoede	Schulden
Enzaamheid	Zinloosheid
Trauma	Discriminatie
Zelfvermarketing	Social defeat

GGZ-gebruik volgt postcode. Niet genetica.

Medrie POH GGZ Bijeenkoms - Jim van Os - juni 2026 7

8

Van individueel naar OOK collectief

Individueel

Risk reduction

- een voor een
- behandelen wat is ontstaan
- wachten tot iemand omvalt
- spreekkamer als eindstation

Collectief

Salutogenese

- wijk, buurt, netwerk
- voedingsbodem verbeteren
- mensen leren zwemmen
- spreekkamer als een van de knooppunten

Tarlov, 1999 - Antonovsky, 1987

Medrie PCH GGZ Bijeenkamt - Jim van Os - juni 2026

9

IJsland: wat gebeurt er als je het anders doet?

IJsland, jaren '90

Alcohol, drugs, rookgedrag onder jongeren: door het dak.

Aanpak: geen pillen, geen therapie.

Sport, muziek, ouders, avondklok, gezamenlijke verantwoordelijkheid in de wijk.

Resultaat 25 jaar later

Laagste middelengebruik onder jongeren in Europa.

Niet de GGZ redde de jongeren. De gemeenschap deed dat.

Medrie PCH GGZ Bijeenkamt - Jim van Os - juni 2026

10

Het Menseffect

85% van wat werkt in de GGZ zit NIET in de techniek.

Het zit in de relatie. In het klik. In vertrouwen.

Femke Nijland zegt het mooi: je betekent meer dan je denkt.

Medrie PCH GGZ Bijeenkamt - Jim van Os - juni 2026

11

Wat werkt echt? Een relationele inspanningsverplichting

RELATIE
klik, vertrouwen

WERELDBEELD
gedeeld verhaal

WERKWIJZE
het vehikel

De patient is de bestuurder. Jij bent de co-creator.

Medrie PCH GGZ Bijeenkamt - Jim van Os - juni 2026

12

Iedereen heeft een uniek neuro-mentaal profiel

Er is geen normaal brein. Er zijn alleen varianten.

Aandacht <i>van hyperfocus tot zwerfen</i>	Prikkelverwerking <i>van fijnzinnig tot stoisch</i>	Sociale code <i>van intuïtief tot analytisch</i>
Stemming <i>van golvend tot stabiel</i>	Energie <i>van sprint tot marathon</i>	Betekenisgeving <i>van concreet tot associatief</i>

Het label zegt minder dan het profiel. Het profiel zegt minder dan het verhaal.

Medrie PDM GGZ Bijeenkoms - Jim van Os - juni 2026 12

13

Ongemak van epistemisch pluralisme

Er is niet een waarheid over psychisch lijden. Er zijn er meerdere.

Biologisch	Psychologisch	Sociaal	Existentieel
brein, genen, chemie	gedachten, gedrag, hechting	wijk, werk, geld, relaties	zin, schaamte, verlies

Jouw werk: al deze lagen tegelijk zien, zonder er een tot waarheid te maken.

Medrie PDM GGZ Bijeenkoms - Jim van Os - juni 2026 13

14

Van spreekkamer naar wijk

spreekkamer

10-15 min

>

de wijk

buren, vrienden,
vereniging, kerk

De meeste herstelkracht zit niet in jouw agenda. Die zit in de straat.

Medrie PDM GGZ Bijeenkoms - Jim van Os - juni 2026 14

15

NOABERSCHAP

Twentse en Salland-traditie: je bent de buur van je buur.

- je kijkt om naar elkaar, zonder professional
- je helpt zonder dat er een indicatie voor is
- je bent er, ook als het lang duurt
- je hoeft niet alles op te lossen, alleen te blijven

Medrie PDM GGZ Bijeenkoms - Jim van Os - juni 2026 15

16

Wat de GGZ van Noaberschap verloorde

1 Wachten zonder paniek

niet elke piek is een stoornis

2 Om-kijken zonder doelen

aanwezigheid is genoeg

3 Helpen zonder diagnose

soms is soep genoeg

4 Delen van last

je hoeft niet de enige vangrail te zijn

Medrie POH GGZ Bijeenkomst - Jim van Os - juni 2026

16

17

Jullie rol: niet minder, maar anders

POH-GGZ

- eerste luisteraar in de wijk
- vertaler tussen leven en zorg
- makelaar naar netwerken
- normaliseerder, geen diagnosticus
- houder van het verhaal

HUISARTS

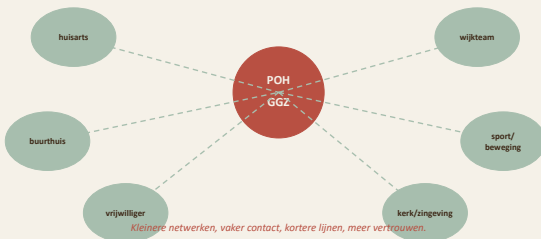
- vertrouwenspersoon over de jaren
- eerste inschatter van ernst
- rem op medicalisering
- verbinder met POH en wijk
- bewaker van continuïteit

Medrie POH GGZ Bijeenkomst - Jim van Os - juni 2026

17

18

Bouw kleinere netwerken, versterk de wijk



Medrie POH GGZ Bijeenkomst - Jim van Os - juni 2026

18

19

Wat kan morgen al anders?

01 Vraag minder naar klachten, meer naar het leven

wat gebeurde er voor dit gevoel begon?

02 Gebruik het woord 'stoornis' spaarzamer

normaliseer waar het kan, label waar het moet

03 Zet een wijk-kaart op je bureau

wie in jouw wijk doet wat, ken de knooppunten

04 Verwijs vaker naar een mens dan naar een protocol

koor, sport, maatje, boer, buur

Medrie POH GGZ Bijeenkomst - Jim van Os - juni 2026

19

20

Je betekent meer *dan je denkt.*

Dank. En nu: 30 minuten.

Wat speelt er in jouw wijk dat een andere aanpak vraagt?

Jim van Os | UMC Utrecht | @jim_vanos