OP PERSOONLIJKE TITEL

# Waarom we anders reageren op psychische dan op lichamelijke ziektes

*Een verkenning in 13 slides. We voelen dit verschil allemaal. Maar waar komt het vandaan?*

Katja van Essen-Berman · April 2026

SWIPE →

# Twee zinnen, een wereld van verschil

Het verschil zit al in onze taal.

SOMATISCH

## Hij *heeft* kanker.

De ziekte staat los van wie hij is. Iets dat hem overkomt. Mensen sturen kaartjes en koken voor hem.

PSYCHISCH

## Hij *is* schizofreen.

De ziekte zit vast aan wie hij is. Iets dat hij blijkbaar *is*. Vaker volgen ongemak en afstand.

SPOOR 1 · FILOSOFIE

# Lichaam en geest: twee aparte werelden

De filosoof Descartes zei in 1641: lichaam en geest zijn twee aparte dingen. Vier eeuwen later denken we daar nog steeds zo over. De dokter behandelt het lichaam. De geest hoort daar niet echt bij.

> *Het idee dat lichaam en geest aparte werelden zijn heeft geleid tot vooroordelen. Tegen mensen met psychische problemen, en tegen de ggz zelf.*
>
> **VENTRIGLIO & BHUGRA, 2015**



SPOOR 2 · GESCHIEDENIS

# Psychiatrische instellingen op de heide

Veldwijk in Ermelo, Wolfheze, Den Dolder, Santpoort. Nederland zette mensen met psychische problemen lang op landgoederen buiten de stad. Die letterlijke afstand is nu kleiner. Maar in onze hoofden bestaat nog steeds een verschil tussen een 'gewoon' ziekenhuis en een ggz-instelling.

> *De moderne psychiatrie groeide door mensen apart te zetten. Niet alleen behandelen, ook letterlijk wegstoppen.*
>
> **NAAR FOUCAULT, 1961**

SPOOR 3 · SOCIOLOGIE

# Een vlek op je karakter

De socioloog Goffman zei in 1963: een psychische aandoening voelt voor anderen als een vlek op je karakter. Een lichamelijke ziekte ***overkomt*** je. Maar bij een psychische ziekte denken mensen al snel: dit ***zegt*** iets over wie je bent.

> *Mensen met een psychische aandoening krijgen in Nederland nog steeds veel vooroordelen over zich heen.*
>
> **VAN WEEGHEL ET AL., 2016**

SPOOR 4 · TAAL

# Hebben of zijn

Je ***hebt*** kanker. Maar je ***bent*** depressief, schizofreen, borderliner. Onze taal maakt dat een psychische aandoening lijkt te bepalen wie je bent. In de ggz proberen we dat anders te doen. We zeggen liever: '***iemand met*** schizofrenie'.

> *Mensen met schizofrenie leven gemiddeld 14,5 jaar korter. Een van de oorzaken: lichamelijke klachten worden te vaak gezien als onderdeel van de psychische aandoening. Daardoor missen artsen serieuze problemen.*
>
> **HJORTHØJ ET AL., 2017 (LANCET PSYCHIATRY)**



SPOOR 5 · PSYCHOLOGIE

# De grens vervaagt

Een gebroken been zit in je been. Een depressie zit in hoe je denkt, voelt en doet. En dat is precies wat anderen — en jijzelf — zien als 'wie je bent'. Daardoor lopen ***ik*** en ***mijn ziekte*** in elkaar over. Filosofen noemen dit ***zelf-ziekte-ambiguïteit***.

> *Mensen met een psychische aandoening vragen zich vaak af: 'Voel ik dit echt zo, of is dit mijn angst die spreekt?' Die vraag zelf hoort bij de aandoening. Bij een gebroken been speelt hij niet.*
>
> **NAAR DINGS & GLAS, 2020 (PHILOSOPHY, PSYCHIATRY & PSYCHOLOGY)**

SPOOR 6 · ZELFBELEVING

# Waar houd ik op en begint mijn ziekte?

Bij lichamelijke ziekte hebben we duidelijke verhalen. Het gevecht tegen kanker. Het herstel na een operatie. Voor psychische problemen hebben we minder van zulke verhalen. De grens tussen 'ik' en 'mijn ziekte' is veel onduidelijker. In families voelen mensen vaak schaamte of schuld.

> *Ziekte is niet alleen iets in je lichaam. Het is ook wat je voelt en meemaakt. Het hoort bij je levensverhaal.*
>
> **NAAR KLEINMAN, 1988**

# Wat onderzoek in Nederland laat zien

Cijfers laten zien wat dit doet met mensen.

**70%**

van Nederlanders vindt het moeilijk om een schoonzoon met een psychische aandoening te accepteren.

**TEN HAVE ET AL., 2015 (NEMESIS-2)**

**54%**

van mensen met psychische problemen kreeg de afgelopen 2 jaar te maken met vooroordelen — zelfs in de ggz zelf.

**VAN ERP ET AL., 2022**

**≈ ½**

van alle Nederlanders krijgt ooit in het leven een psychische aandoening.

**TRIMBOS / NEMESIS**

**275k**

volwassenen krijgen elk jaar voor het eerst een psychische aandoening.

**NEMESIS-3, 2025**

# Vier eeuwen denken over psychische ziekte

Een paar belangrijke momenten in onze geschiedenis.

**1641**

**Descartes scheidt lichaam en geest**

Het idee dat eeuwen blijft hangen.

**19E EEUW**

**Psychiatrische instellingen op landgoederen**

Veldwijk, Wolfheze, Santpoort, Den Dolder.

**1963**

**Goffman schrijft het boek 'Stigma'**

Een psychische aandoening als 'vlek op je karakter'.

**JAREN '80–2010**

**Instellingen worden afgebouwd**

Mensen krijgen zorg in de wijk. Maar de scheiding in onze hoofden blijft.

**2016**

**Dolhuys Manifest: separeren stopt in 2020**

Belofte van bestuurders. In de praktijk niet gelukt.

**2024**

**Tweede Kamer onderzoekt verward of onbegrepen gedrag**

De vraag verschuift: ligt het aan de persoon, of aan het systeem?

DE KERN

“

*Bij een lichamelijke ziekte weten we wat we moeten doen. We sturen een kaartje. We koken iets. We bieden hulp. Bij psychische ziekte weten we het vaak niet. Dat komt niet door kwade wil. Het komt door eeuwen denken in scheidingen. Dat denken zit in wat we wel of niet vertellen — op werk, op een feestje, op een eerste date.*

SAMENVATTING VAN DE VIJF STAPPEN

# Wat we kunnen doen

Cultuur veranderen duurt lang. Maar er is wel wat mogelijk. Op drie niveaus.

NIVEAU 1

## Professional

Trainingen en gesprekken over hoe we praten over mensen. Er is een handleiding van Akwa GGZ. En een gewoonte: zeg eerst de persoon, dan de aandoening.

NIVEAU 2

## Organisatie en keten

Spreek over 'onbegrepen gedrag' in plaats van 'verward gedrag'. Werk samen met mensen die het zelf hebben meegemaakt. Combineer lichamelijke en psychische zorg.

NIVEAU 3

## Samenleving

Campagnes en regels voor de media helpen. Maar het meest werkt: mensen met een psychische aandoening écht ontmoeten. Beter dan alleen informatie.

TOT SLOT

# De taal die we kiezen, vormt de cultuur die we maken

Zeg je 'iemand met schizofrenie' in plaats van 'een schizofreen'? Of 'iemand met ADHD' in plaats van 'een ADHD'er'? Dan verander je op dat moment niet de wereld. Maar je verandert wel iets voor één persoon.

**WAT DENK JIJ?**

Deze verkenning is op persoonlijke titel geschreven. Het is geen laatste woord. Heb je een reactie, een vraag of een aanvulling? Laat het weten in de comments.