

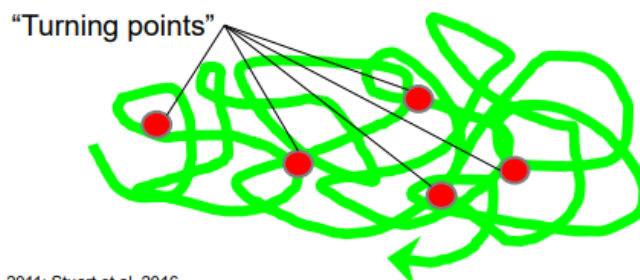
Conclusie Inspiratiemiddag De Hoofdzaak: Psychische hulp en zorg kan veel beter en doelmatiger met een focus op verbindende relaties

Mart Stel – De Hoofdzaak – 23-1-2026

De ondersteuning, hulp en zorg voor mensen met psychische hulpvragen kunnen veel krachtiger en doelmatiger als we inzetten op versterking van verbindende relaties, dicht in hun buurt. Dat bleek uit de levendige inspiratiemiddag die we vanuit De Hoofdzaak op 20 januari in Alkmaar hadden met ca. 90 deelnemers vanuit de regio Noord-Holland-Noord en daarbuiten. Tijdens de middag bleek dat ‘verbindende netwerken’ een belangrijke bijdrage kunnen leveren voor een menselijk, uitvoerbaar en betaalbaar stelsel voor mensen met psychische opgaven. Vanuit De Hoofdzaak en als organisator van de middag kijk ik hier graag nog even met u terug op de presentaties en gesprekken om af te sluiten met drie conclusies en kansen voor verdere verbetering.

Jim van Os: “De GGZ moet veel meer groepsgericht”

De middag werd geopend door hoogleraar psychiatrie Jim van Os met zijn visie op de wijze waarop psychische problemen bij mensen ontstaan en hoe die daarmee leren leven en omgaan. Hij ziet dat als een ‘moeizame en dappere kronkelweg’ naar persoonlijk herstel en het vinden van een nieuwe balans. Open, verbindende persoonlijke contacten zijn daarbij volgens hem essentieel voor het opdoen van ‘kantelpunten’ en ‘duwtjes’ naar meer zelfregie in omgaan met psychische diversiteit en lijden.



Leamey et al, 2011; Stuart et al, 2016

Van Os stelt dat GGZ-behandelingen en therapieën nu vaak nog zijn gericht op individuele herstelactiviteiten, maar minder op het versterken van verbindende, sociale contacten en netwerken. Volgens Van Os ontstaan impulsen voor herstel vaak spontaan, in ontmoetingen in eigen en andere netwerken, buiten de zorg. En minstens zo vaak op basis van ervarings- en complementaire kennis dan vanuit professionele en wetenschappelijke inzichten in de zorg.

Volgens de hoogleraar zou de reguliere GGZ dit gegeven meer als uitgangspunt moeten benutten voor de inrichting van hun activiteiten, behandelingen en organisatie. “Nu wordt ca 5% van de interventies in groepsverband aangeboden. Dat zou minstens naar 20% moeten. Dan kan ook een belangrijk deel van de huidige wachtlijsten worden opgelost”.

Kantelpunten op een kronkelweg

De ervaringsdeskundige vrijwilligers John en Kevin van De Hoofdzaak herkenden vanuit hun persoonlijke ervaringen met psychoses en verslaving het grote belang van verbindende netwerken voor hun herstel, alsook de inbreng van andere mensen met ervaring. Kelvin gaf aan dat hij deze ook

sterk ervaren heeft in de begeleid wonen groep op één van de locaties van de GGZ-NHN en nu in 'voor- en door-netwerk' van De Hoofdzaak.

Verbetering zien John en Kelvin met name mogelijk in de afstemming tussen de vele soorten hulp en zorg die zij op hun persoonlijke 'kronkelweg' naar herstel tegenkwamen. John benadrukte ook de noodzaak van aandacht voor de achterliggende maatschappelijke factoren op gebied van inkomen, huisvesting, structuur en veiligheid.

Van HOI naar HONI?

Clara Koek, Karolien Louwe en Alexandra Baas (Herstelacademie en Maatwerk GGZ-NHN) onderschreven dat groepsgericht werken nog in ontwikkeling is, maar wel groeit. In de Herstel Ondersteunende Intake (HOI) is de sociale context al een vast onderdeel en er is meer aandacht voor herstelomgevingen, zoals buitenactiviteiten en zingeving. Van Os pleit daarom voor een 'HONI'-intake, met extra focus op Netwerken. Volgens de inleidsters is er binnen de GGZ nog winst te behalen in het activeren van deze netwerken en in het versterken van de verbinding met het sociaal domein.

Eén groot verbindend netwerk

De laatste inbreng kwam van Directeur Andrea Landman van de Welzijnsorganisatie in Heiloo, Bergen en Castricum. Hun welzijnswerk gaat echt anders om met kwetsbaarheden van mensen dan in individu-gerichte zorg gebruikelijk is. De aanpak in haar organisatie niet of nauwelijks gericht op problemen of ziektesymptomen, maar veel meer op wat mensen graag willen in hun leven en hoe ze daar in de activiteiten en netwerken van de welzijnsorganisatie meer invulling aan kunnen geven. Er is daarbij ook geen sprake van 'intake' of expliciete kennismakingsgesprekken. Inwoners, ook die met psychische kwesties, sluiten op een natuurlijke manier aan bij activiteiten en groepen en gaan dan zelf hun steentje bijdragen. De organisatie is dan ook een breed vrijwilligersnetwerk met op elke betaalde medewerker ca. dertig vrijwilligers. Impliciet werkt Welzijn Heiloo-Bergen-Castricum dus al in sterke mate als één groot 'verbindend netwerk'. Hierbij kan de verbinding met de huisartsenzorg en de nabije GGZ-zorg wellicht nog steviger.



‘Breedtevoetbal’ gaat steeds beter, maar hoe zit het met de dieptepasses?

Vanuit gemeente Alkmaar werd door Monique van Lunsen en Dianne Hekman gewezen op positieve stappen richting integraal wijk- en gebiedsgericht samenwerken, zodat inwoners – ook bij psychische problematiek – dichtbij huis passende ondersteuning krijgen. Ook vanuit Heerhugowaard klonken vergelijkbare geluiden. Alkmaar werkt daarnaast aan betere digitale toegankelijkheid van het aanbod, al is er nog ruimte om verbindende netwerken verder te versterken.

Dat beeld werd herkend door Vicino, de werkorganisatie van Praktijkondersteuners GGZ in Noord-Holland-Noord. Manager Peter Schagen gaf aan dat huisartsen en POH-GGZ actief inzetten op passende verwijzing en het voorkomen van onnodige doorverwijzingen, onder meer via de Netwerken Mentale Gezondheid. Het zicht op lokale netwerken verschilt echter per praktijk en kan, vooral in stedelijke gebieden, beter. Ook ligt er nog potentie in het sterker betrekken en activeren van de netwerken van cliënten.

Al met al wordt lokaal en gebiedsgericht steeds intensiever samengewerkt, maar kan de focus op de kracht van verbindende netwerken bij mensen met psychische hulpvragen nog worden verdiept.



Conclusies: Er gebeurt al veel goeds en we kunnen nog beter!

In de praktijk gebeurt er al heel veel om mensen met psychische kwesties ruimte en kansen te geven voor zelfregie en herstel. Tegelijk zijn er ook kansen:

- 1. Gezamenlijk uitdiepen van onze visie op ‘psychisch lijden’ en het omgaan daarmee, en die overall als uitgangspunt nemen**

De visie van Van Os op psychisch lijden en diversiteit werd deze middag breed gedeeld. Centraal stond het belang van verbindende relaties op de vaak grillige weg naar herstel. Die steun kan uit verschillende bronnen komen: niet alleen uit professionele behandeling, maar ook uit ervaringskennis en andere vormen van ondersteuning. Een gedeelde visie hierop kan de effectiviteit van hulp en zorg vergroten. Het verder uitwerken van deze visie in de regio kan daar sterk aan bijdragen.

- 2. De inzet van ondersteuning, hulp en zorg echt over de schotten van het leef-, sociaal- en zorg-domein heen invullen en besturen**

In onze regio wordt hard gewerkt aan het vernieuwen van de geestelijke gezondheidszorg, onder druk van groeiende psychische nood, lange wachtlijsten, personeelstekorten en stijgende kosten. Beleid en akkoorden zetten in op ondersteuning dichtbij huis, met meer nadruk op zelf- en samenzorg en lichtere hulp.

In de praktijk bestaan er echter nog stevige schotten tussen het leef-, sociaal- en zorgdomein, vooral door regels en financiering. Van Os pleitte daarom voor meer groepsgerichte GGZ, maar dat botst met de huidige bekostiging. Als we de kracht van sociale netwerken echt meenemen én gezamenlijk financieren, kan mentale ondersteuning effectiever en doelmatiger worden.

Die omslag stuit nog op belangen en onzekerheid, ook bij vrijwilligers- en welzijnsinitiatieven zoals De Hoofdzaak. De vraag is dan ook hoe we deze muren kunnen doorbreken en structureel anders gaan werken.

3. Gezamenlijk verder afstemmen en versterken van onze competenties voor herstel- en netwerk-gerichte ondersteuning, hulp en zorg

Op basis van de gesprekken van de inspiratiemiddag zijn er ook goede kansen om onze gezamenlijke werkwijzen te versterken. Dusdanig dat de zelfregie en de eigen herstelweg van betrokken hulpvrager steeds centraal staat en er voor die persoon ook samenhang is in de wijze van benadering.

Dit geldt ook voor onze gezamenlijk basiskennis en vaardigheden voor het optimaal coachen of ondersteunen van mensen met psychische opgaven naar stimulerende verbindende netwerken en het opdoen van de duwtjes en positieve kantelpunten op hun persoonlijke kronkelweg van zelfregie en herstel.

Ik hoop dat de inspiratiemiddag zelf ook hier en daar duwtjes heeft gegeven in een richting voor verdere ontwikkeling en wie weet bij sommige deelnemers zelfs een kantelpunt veroorzaakt. Meer over de inspiratiemiddag kunt u lezen en bekijken op de website van De Hoofdzaak via deze link: [Terugblik inspiratiemiddag 20 januari | De Hoofdzaak](#)

Mart Stel

Voorzitter van de Inspiratiemiddag en directeur voor De Hoofdzaak