



Op vrijdag 18 november was professor psychologie, Stijn Vanheule, op bezoek. Hij schreef het boek 'Psychose begrijpen in 33 vragen' en gaf een vorming rond dit thema in De Serre.

Onze medewerker Steven maakte deze duidelijke samenvatting, over wat een psychose juist is, wat de oorzaken kunnen zijn en hoe je best kan reageren.

EEN PSYCHOSE IS NIET GEK

Stijn Vanheule kwam spreken in De Serre (Nieuw Gent).
Stijn is professor psychologie. Hij schreef het boek 'Psychose begrijpen in 33 vragen'.
Dit is een samenvatting van dat moment.
www.psychosenet.be



WAT

HALLUCINATIES

Dingen horen / zien / voelen die er niet zijn.

Bijvoorbeeld stemmen horen, personen zien of aanrakingen voelen.

WANEN

Verbanden leggen die anderen niet leggen.

- Het lijkt een **ontdekking**, iets dat je duidelijk wordt gemaakt.
- Het is **niet altijd scherp** of helemaal duidelijk. De persoon voelt zich voor een deel in een andere wereld. Maar altijd ook voor een deel in de echte wereld.

Bijvoorbeeld deze nummerplaat [4 SMS 124](#) lezen als:

"4-en dat Stefaan Moet Sterven op de 12^{de} dag van de 4^{de} maand."



HOEVEEL



BIOLOGISCHE OORZAKEN

De **erfelijke factor** is klein, 10%.
Hersenen van mensen met een psychose zijn maar een heel klein beetje anders.

- Ze zijn een heel klein beetje kleiner. Maar dat leert ons niet veel.
- Sommige **ontwikkelingen** gaan iets **trager** (praten, stappen, ...)

De verschillen zijn zo klein dat het **niet helpt ze te behandelen**.



MEDICATIE

Dopamines zijn stoffen in onze hersenen.

Tijdens een psychose zijn er te veel dopamines. Medicatie verkleint het aantal. Dokters schrijven dikwijls **te veel** medicatie voor.

- De **hoeveelheid** moet regelmatig **gecontroleerd** worden door een arts.
- Stop je zonder dokter** met de medicatie? Dan is de kans groot dat psychose terug komt. **Bespreek samen met je dokter** wat een goede behandeling kan zijn.

VOORDELEN

- de psychose wordt **minder sterk**

NADELEN

- gevoel van **suf zijn**
- verlies van contact** met de anderen
- grotere kans op **sulkerziekte**
- problemen met **seks**
- ...



EFFECT



PSYCHISCHE EN SOCIALE OORZAKEN

Zaken die een psychose uitlokken:

- Tot een minderheid behoren** (arm zijn, in buitenland geboren zijn, ...)
- Een trauma hebben** (misbruikt, verwaarlozing, eenzaamheid, agressie meemaken, ...)
- Opgroeien in een grote stad** (weinig echt contact tussen mensen, geen deel voelen van een groep, geen steun voelen, ...)
- Druggebruik** (vooral cannabis)



HOE REAGEREN

- Blijf **luisteren**. Blijf **praten** met elkaar. Ook al begrijp je niet alles.
- Heb **begrip** voor de angst. Zeg dat het indruk op je maakt. **Wees eerlijk** over wat je voelt.
- Heb aandacht voor wat jullie **samen** hebben. Wat **hetzelfde** is. Bijvoorbeeld samen deugd hebben van een koffie. Of koude niet leuk vinden.
- Maak **geen discussie of ruzie**. Dan vergroot je het gevoel van er niet bijhoren, van eenzaam zijn.
- Je kan zeggen dat **jij het anders ziet**. Dat kan **moeilijk** zijn. Maar het kan helpen om te weten dat er iets mis is.
- Probeer het vooral **rustig** te maken.



De Zuidpoort vzw
www.dezuidpoortgent.be

in samenwerking met



Bos Van Bomen
www.bosvanbomen.be



[Klik hier](#) om te downloaden op 2 A4'tjes

Dit delen:

- [Klik om te delen met Twitter \(Wordt in een nieuw venster geopend\)](#)
- [Klik om te delen op Facebook \(Wordt in een nieuw venster geopend\)](#)