0800-1205

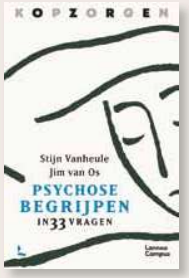
Als je naar dit nummer belt krijg je het Landelijk Meldpunt Zorgwekkend gedrag aan de telefoon.
Via het meldpunt kunnen mensen die zich zorgen maken over een naaste in contact komen met zorgverleners in de buurt. Daarmee kan een melding bij het meldnummer het begin zijn van hulp waar behoefte aan is. Het gaat over **niet-acute zaken**: bij acute crisis of gevaar is zoals gebruikelijk het nummer 112 beschikbaar, of de lokale crisisdienst van de ggz.

Naasten in Kracht is een website voor partners, kinderen, ouders, broers, zussen en goede vrienden van mensen met een psychische kwetsbaarheid. Met filmpjes over '5 talen van liefde', 'grenzen stellen' en 'hoe zorg ik goed voor mezelf'.

Ervaringsverhalen vormen het hart van Naasten in Kracht. Deze geven naasten tips, informatie, inspiratie, troost en steun. Vooral van elkaar. Vertel ook jouw verhaal óf schrijf het op via naasteninkracht.nl.

Combineer je werk met de zorg voor een ander? Wil je de balans tussen werk en zorgtaken meer in evenwicht brengen? Bekijk de animatie '**Werk en zorgen voor een ander**'.

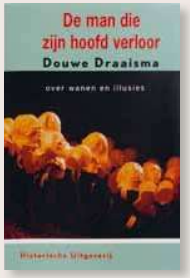
Kijk op naasteninkracht.nl/nl/tips-zoeken



Samenwerken loont

'Psychose begrijpen' gaat over vragen en misverstanden rond psychose.
Stijn Vanheule is hoogleraar klinische psychologie en bestuurder van PsychoseNet België, Jim van Os is hoogleraar psychiatrie, bestuurder UMC Utrecht en voorzitter van PsychoseNet Nederland. Zij verduidelijken alle aspecten van psychose; voor getroffenen en voor naasten en hulpverleners.
Om (vroege) herkenning en herstel te bevorderen worden uiteenlopende kenmerken van psychose besproken, waaronder de verandering in bewustzijnservaring die steeds meer een eigen leven gaat leiden. Psychose staat niet op zichzelf maar is afhankelijk van de persoon, omgeving, leeftijd en levensomstandigheden.
Het streven naar een laagdrempelige ondersteuning, actieve zorg, informatie en contact staat hoog in het vaandel. Het liefst gratis beschikbaar op elk moment van de dag, bijvoorbeeld via online community's zoals PsychoseNet en het volgend jaar beschikbare platform MijnMind. Ook voor naasten. Want niet alleen de getroffene lijdt onder een psychose, ook de familie (mantelzorgers). 'Psychose begrijpen' laat zien dat actief samenwerken met familie zorgt voor een beter sociaal vangnet. Dat draagt bij aan herstel.
Sandra van de Walle

Psychose begrijpen in 33 vragen - Stijn Vanheule, Jim van Os. Lannoo Campus.
ISBN 9789401484060. Prijs € 25,99.



Een ziel in verwarring

'Wat wanen gemeen hebben is de wanhopige vindingrijkheid waarmee 'het zelf' samenhang probeert te bewaren, alsof de rede het allerlaatste is dat een ziel in verwarring wenst prijs te geven.'
Douwe Draaisma, historicus van de psychologie, schrijft over patiënten die de onmogelijkste dingen geloven. Dat ze van glas zijn, via het stopcontact worden afgeluisterd of Jezus zijn.
In werkelijkheid vormen wanen en hallucinaties een mozaïek waarin patronen zijn te herkennen. Het boek sluit aan bij deze tijd, waarin - door sociale media - de grenzen tussen echt en ingebeeld vervagen en complottheorieën ook greep hebben op mensen zonder diagnose. Draaisma schrijft met veel empathie, maar niet vanuit het perspectief van naasten.
Annemiek de Kruif

De man die zijn hoofd verloor - Douwe Draaisma. Historische Uitgeverij. ISBN 9789065541086. Prijs: € 24,50.

Grenzen aan ouderliefde

Geertje Paaij (1952), redactielid van YN, schrijft boeken over sociaal-maatschappelijke onderwerpen. Eerder verschenen 'Als je brein je bedriegt' en 'Het niemandsland van een moeder'. Met haar nieuwe roman 'Als je je kinderen onterft' stelt de auteur een beladen vraag: is ouderliefde echt onvoorwaardelijk of zijn er grenzen?
Geïnspireerd door haar eigen ervaringen schetst Paaij een indringend beeld van hoe ouders zo'n drastisch besluit overwegen. Het gebruik van de klare taal versterkt het beklemmende en pijnlijke besef dat de grens is bereikt. Ze staan machteloos tegen een aaneenschakeling van onthutsende en kwetsende gebeurtenissen. Tegelijk is er ook de innerlijke strijd van schuld, verdriet en gemis.
De toegankelijke manier van schrijven biedt veel herkenning en steun voor diegenen die zich in een soortgelijke situatie bevinden. Wanhoop, verdriet, steeds opnieuw openstellen en net zo vaak weer de teleurstelling voelen strijden om de voorrang.
Sandra van de Walle

Als je je kinderen onterft De nachtmerrie van een moeder **-** Geertje Paaij.
De Nieuwe Boekhandel. ISBN 9789403673721.
Prijs: € 21,99.