

## DE MENS CENTRAAL EN NIET DE ZIEKTE

Fredrike Bannink, Frenk Peeters. *Positieve psychiatrie*. Amsterdam: Boom, 2018. Paperback ISBN 9789024420728 | 188 pagina's | € 23,95. E-book ISBN 9789024420735 | € 13,95.



In *Positieve psychiatrie* staat de mens centraal, en niet de ziekte. De focus ligt dan zowel op de klachten als op de krachten. Aan de hand van verhalen, toepassingen en casuïstiek bespreken de auteurs deze vorm van psychiatrie. Hun aanpak is ook aantrekkelijk voor huisartsen.

Positieve gezondheid is het vermogen zich aan te passen en een eigen regie te voeren in het licht van de fysieke,

emotionele en sociale uitdagingen van het leven. De auteurs stellen voor die definitie breder te formuleren: het vermogen zich aan te passen en een eigen regie te voeren in het licht van de dynamiek van het leven met pieken en dalen. Met oplossingsgerichte therapie kun je dit uitgangspunt in de praktijk brengen.

De patiënt wordt dan gevraagd naar de gewenste toekomst. Naast erkenning van het nu wordt de nadruk gelegd op de toekomst, sterke kanten, eerdere successen. De patiënt als expert van zijn eigen leven. De patiënt gaat zelf op zoek naar oplossingen en wordt daarin gestimuleerd en begeleid door de hulpverlener. Daarbij staan vier basisvragen centraal: waar hoopt u op, welk verschil zal dat maken, wat werkt, wat zullen de volgende tekenen van vooruitgang zijn/wat zal uw volgende stap zijn?

Hoewel er nog veel onderzoek nodig is, stellen de auteurs op grond van eigen ervaringen dat deze aanpak ook bij psychiatrische aandoeningen werkt. Daarbij presenteren zij diverse vragen om het gesprek een positieve lading te geven: hoe lukt het u te overleven, wat hielp in eerdere soortgelijke situaties, kent u iemand die hetzelfde heeft meegemaakt en wat heeft die persoon geholpen?

Dit boek is voor iedere huisarts zinvol en inspirerend om te lezen. De aanpak past goed bij de huisartsgeneeskunde, namelijk 'zorg op maat' en de patiënt als regiehouder van zijn eigen leven. De uitgebreide casuïstiek en oefeningen verduidelijken de theorie en helpen om er binnen een intervisiegroep en in de praktijk mee aan de slag te gaan. ■

Ron Glotzbach

WAARDERING: ●●●●●