Psychose: van betekenisgeving naar zingeving

Betekenisgeving en zingeving in autobiografische blogs over psychose
Het Nationale Psychosecongres `Zin´· 12 november 2026

Jacoba de Vries

Antropoloog (MA)
Geestelijk verzorger i.o.
Ervaringsdeskundige psychose



Onderzoek in het kort

- Autobiografische blogs: PsychoseNet en Mad in America.

- Hoe geven bloggers betekenis aan psychotische ervaringen en hoe raakt die betekenisgeving aan zingeving?
  - Betekenisgeving: Hoe begrijp ik wat mij is overkomen?
  - Zingeving: Wat betekent dit voor mijn ervaring van samenhang, richting en ervaren waarde van het leven?

- Drie perspectieven betekenisgeving: cultureel, existentieel en narratief.

Culturele betekenisgeving (Kleinman)

- Verschillende verklaringsmodellen bestaan naast elkaar
  - Psychiatrische, traumagerichte, spirituele en andere interpretaties
- Relaties beïnvloeden betekenisgeving
- Verschillende verklaringsmodellen zijn soms in conflict met elkaar
- Verklaringsmodellen zijn dynamisch

Voorbeelden culturele betekenisgeving

Verschillende verklaringsmodellen:
“bipolair”, “multi-polair” of “intens voelend”?
(Maria Louise 2026, PsychoseNet).

“functionele sjamaan” of een “dysfunctionele schizofreen”
(Lombardo 2024, Mad in America).

Existentiële betekenisgeving (Yalom en Tillich)

- Er kunnen nieuwe levensvragen worden opgeroepen
- Psychose raakt o.m. identiteit, vrijheid, verbondenheid en hoop
- Na psychose kunnen er ook weer nieuwe *ultimate concerns* ontstaan, zaken die er echt toe doen. Zoals inzet voor lotgenoten, nieuwe verantwoordelijkheden

Voorbeelden existentiële betekenisgeving

“Niets gaf me vreugde”
(L.S. 2024, Mad in America).

Lotgenoten ondersteunen om meer te gaan bewegen.
(Diana 2025, PsychoseNet).

Narratieve betekenisgeving (Ricoeur)

- Psychose kan een breuk in het levensverhaal veroorzaken
- Auteurs zoeken naar nieuwe samenhang en identiteit
- Het verhaal blijft in beweging: betekenis kan veranderen

Voorbeeld narratieve betekenisgeving

“Ik ben langzamerhand aan het ontdekken dat ik meer ben dan mijn problemen. Ik ben ook een goede vriend, dochter, zus en dichter.”
(Annie 2025, PsychoseNet)

Van betekenisgeving naar zingeving

- Samenhang: kan ik begrijpen wat mij overkwam?
- Richting: hoe wil ik verder leven?
- Ervaren waarde: doet mijn bestaan ertoe?

(Martela & Steger 2016, 531)

Samenhang: verklaringsmodellen, narratieve betekenisgeving

Richting: existentiële betekenisgeving (*ultimate concerns)*, narratieve betekenisgeving (*refiguratie)*.

Ervaren waarde van het leven: moeilijker aan te tonen in blogs

Inzichten als onderzoeker met ervaringsdeskundigheid

- Pas na zestien jaar lukte het mij een samenhangend verhaal te vertellen over mijn eerste psychose.
    - Narratief is momentopname.

- Het werken met theorieën over psychose en verhalen van anderen hielp mij grip te krijgen op mijn eigen verhaal.

- Ervaringskennis als bron van inzicht én mogelijke vertekening: voortdurend reflexief onderzoeken.

Wat betekent dit voor de praktijk?

- Laat verklaringsmodellen naast elkaar bestaan
- Bied ruimte voor ambivalentie en veranderende interpretaties
- Heb aandacht voor existentiële vragen en betekenisgeving
- Laat ruimte voor narratieve betekenisgeving
- Ondersteun zingeving voorbij de diagnose

Contact

Dank voor uw aandacht
Over psychose, betekenisgeving en zingeving praat ik graag verder.

Jacoba de Vries MA
Geestelijk verzorger i.o.| Cultureel antropoloog | Ervaringsdeskundige psychose

jadevries999@gmail.com

Beschikbaar voor lezingen, workshops en samenwerking rond psychose, zingeving en herstel.

Bibliografie

Theoretische literatuur

Kleinman, Arthur. 2020 [1988]. The Illness Narratives: Suffering, Healing, and the Human Condition. Basic Books.

Martela, Frank, en Michael F. Steger. 2016. “The Three Meanings of Meaning in Life: Distinguishing Coherence, Purpose, and Significance.” The Journal of Positive Psychology 11 (5): 531–545. https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1137623

Ricoeur, Paul. 1984. Time and Narrative. Deel 1. Vertaald door Kathleen McLaughlin en David Pellauer. University of Chicago Press.

Ricoeur, Paul. 1985. Time and Narrative. Deel 2. Vertaald door Kathleen McLaughlin en David Pellauer. University of Chicago Press.

Ricoeur, Paul. 1988. Time and Narrative. Deel 3. Vertaald door Kathleen Blamey en David Pellauer. University of Chicago Press.

Ricoeur, Paul. 1991. “Life in Quest of Narrative.” In On Paul Ricoeur: Narrative and Interpretation, geredigeerd door David Wood. Routledge.

Ricoeur, Paul. 1992. Oneself as Another. Vertaald door Kathleen Blamey. University of Chicago Press.

Tillich, Paul. 2011 [1957]. Dynamics of Faith. Kindle-editie. HarperOne.

Yalom, Irvin D. 1980. Existential Psychotherapy. Basic Books.

Bibliografie

Autobiografische blogs

Annie. 2025. “Een waardevol leven na psychose – van chaos naar betekenis.” PsychoseNet, 16 december. https://www.psychosenet.nl/een-waardevol-leven-na-psychose-van-chaos-naar-betekenis/

Diana. 2025. “Fitgirl door mijn psychose – een nieuw begin!” PsychoseNet, 26 november. https://www.psychosenet.nl/fitgirl-door-mijn-psychose/

L.S. 2024. “The Trauma of Psychosis: My ‘Bipolar’ Journey.” Mad in America, 2 februari. https://www.madinamerica.com/2024/02/trauma-psychosis-bipolar-journey/

Lombardo, Nick. 2024. “Psychosis Treatment: Numbing the World of Spirit.” Mad in America, 7 mei. https://www.madinamerica.com/2024/05/psychosis-treatment-numbing-the-world-of-spirit/

Maria Louise. 2026. “Passages uit mijn hersteldagboek – een jaar na de psychose.” PsychoseNet, 6 februari. https://www.psychosenet.nl/een-jaar-sinds-de-psychose/