

# 63% van de mensen met een psychische aandoening in Nederland heeft werk

Onderstaande informatie komt uit de [Factsheet Panel Psychisch Gezien](#) van het Trimbos Instituut:

Actuele peilingen (2018) onder leden van het panel Psychisch Gezien laten zien dat **21% betaald werk** heeft; een lager percentage dan welke andere 'disability' groep dan ook (Hoof et al, 2017; Slade et al, 2014; OECD, 2015; Cook & Razzano et al, 2004; Drake et al, 2012; Salkever et al, 2007; Waghorn et al, 2004). Diezelfde peiling laat zien dat **42% vrijwilligerswerk** doet. Daarvan zou 30% graag aan de slag willen in een betaalde baan. De lage arbeidsparticipatie staat haaks op overheidsambities om te komen tot een inclusieve samenleving. En ook de herstelbeweging wijst al langere tijd op de problemen rond arbeidsparticipatie.

## Stigma, negatieve ervaringen en zelfstigma

Als we inzoomen op stigmatisering, laten studies zien dat er bij werkgevers veel negatieve attitudes zijn jegens mensen met psychische aandoeningen (van Weegel & Michon, 2018). 'Onberekenbaar', 'bedreigend', 'vreemd', 'onvoorspelbaar'; het is een greep uit de beelden die nog steeds in de samenleving verankerd zitten, en dus ook in de hoofden van werkgevers (Brouwers, 2016; Mangili et al, 2004; Scheid, 2005; Ucok et al, 2012). Het zijn beelden die zorgen dat mensen met psychische aandoeningen minder kans hebben op werk, ook vergeleken met mensen met een somatische aandoening (Hipes et al, 2015).

**Zelfstigma** - Bijna de helft van de mensen met een psychische aandoening lijdt onder [zelfstigma](#). Je denkt dan dat de heersende opvattingen over psychische aandoeningen waar zijn. Je voelt je onzeker over jezelf of over wat je wel of niet kan. Zelfstigma kan herstel in de weg zitten.

Het probleem wordt versterkt doordat negatieve ervaringen hierin ook weer leiden tot geanticipeerde discriminatie, zelfstigma, lage zelfachting en lage zelfwerkzaamheid, waardoor veel mensen voortdurend worstelen met het dilemma van openheid (zie ook Corbiere et al, 2014) of zelfs de stap richting werk helemaal niet meer aandurven.

Veel deelnemers uit het Panel hebben niet één, niet twee, maar talloze keren geprobeerd om weer aan het werk te gaan, zonder succes. Als zo'n poging telkens op niets uitloopt, wordt de drempel steeds groter om weer te gaan zoeken naar werk. "Dan ga je een soort faalangst ontwikkelen", aldus één van de deelnemers.

Negatieve ervaringen en tegenslagen in pogingen om weer te gaan werken, vormen een niet te onderschatten, steeds groter wordende belemmering in de transitie naar betaald werk. Ook zelfstigma wordt hierbij benoemd als thema. Men onderkent dat je door mislukte re-integratiepogingen op een gegeven moment onherroepelijk aan jezelf gaat twijfelen en dan is het verleidelijk om bestaande beeldvorming over psychische ziekten te internaliseren. Zo vertelt een deelnemer dat ze zichzelf aardig in de weg kan zitten, door steeds te denken dat ze 'het toch niet kan'.

## Betaald werk als enige juiste

Deelnemers uit het Panel zijn het erover eens dat de algemene tendens is dat je met betaald werk gewoonweg meer meetelt in de samenleving. De prijs die je daarvoor betaalt is dat je moet zorgen dat je 'in het systeem past'. Juist dat is niet vanzelfsprekend als je te maken hebt met een psychische kwetsbaarheid, en het is de vraag of het überhaupt wenselijk is, aldus deelnemers.

De opvatting dat betaald werk beter zou zijn dan vrijwilligerswerk, hangt volgens de vrijwilligers ook samen met de negatieve sentimenten rond het ontvangen van een uitkering. Iedereen is zich er bewust van dat de opvatting bestaat dat mensen met een uitkering lui zijn, geen zin hebben om zich in te zetten en profiteren van anderen. Bijna iedereen heeft wel een voorbeeld van een situatie waarin hij of zij zich moest verantwoorden voor het feit dat hij geen betaald werk doet, waarop ze dan ook nog vaak de reactie krijgen: 'wat goed dat je in ieder geval nog vrijwilligerswerk doet'. Het denkbeeld van vrijwilligerswerk als tegenprestatie voor een uitkering sluit niet aan bij de eigen beleving en wordt door de vrijwilligers als ronduit kwetsend ervaren.

*"Je wilt van nut in het leven zijn, voor de maatschappij, voor jezelf. Daar ligt ook een stuk van de drijfveer om vrijwilligerswerk te doen. Maar dat moet niet gekoppeld zijn aan die uitkering" (deelnemer vrijwilligerswerk)*

## De ernst van psychisch lijden wordt onderschat

De zwaarte van het psychisch lijden wordt volgens deelnemers juist te vaak gebagatelliseerd, waardoor onterecht het beeld bestaat dat alle mensen met psychische problemen in principe 'gewoon' zouden moeten kunnen deelnemen in regulier werk, en anders (op zijn minst) in vrijwilligerswerk. De realiteit is dat op momenten of in periodes dat het lijden zwaar is, alle andere zaken in de knel komen, zo ook het werk. Dat zijn de momenten dat uitval ontstaat, re-integratiepogingen mislukken en dat eventuele werkwensen in sluimerstand worden geplaatst.

*“Als de klachten heel erg zijn, dan word ik helemaal opgeslokt daarin. Dan is de buitenwereld daar, maar dan ben ik alleen maar met mezelf bezig” (deelnemer zonder werk).*

## De wens opgeven om nog ‘iets’ te doen

Voor veel deelnemers geldt dat het ze nooit gelukt is om überhaupt deel te nemen in het reguliere arbeidsproces of dat ze juist in of door het arbeidsproces ernstige klachten hebben ontwikkeld. Ook pogingen tot vrijwilligerswerk leiden niet altijd tot een succeservaring. Dat kan ertoe leiden dat iemand de wens om nog ‘iets’ te gaan doen opgeeft. ‘De dag doorkomen’ vraagt soms al alle energie. Deelnemers geven aan dat alleen al het ondernemen van een kleine activiteit, een grote en niet vanzelfsprekende opgave is.

*“Het zou in mijn aard liggen dat ik wat meer doe, maar het lukt niet, soms ligt alles helemaal stil” (deelnemer geen werk).*

*“Het is eigenlijk geen leven wat je doet, maar overleven of ‘leven met’. Overleven in een boze buitenwereld die van alles van je denkt, en van alles van je wil. Dat is heel lastig, echt een strijd, om nog een beetje gelukkig te kunnen zijn” (deelnemer geen werk).*